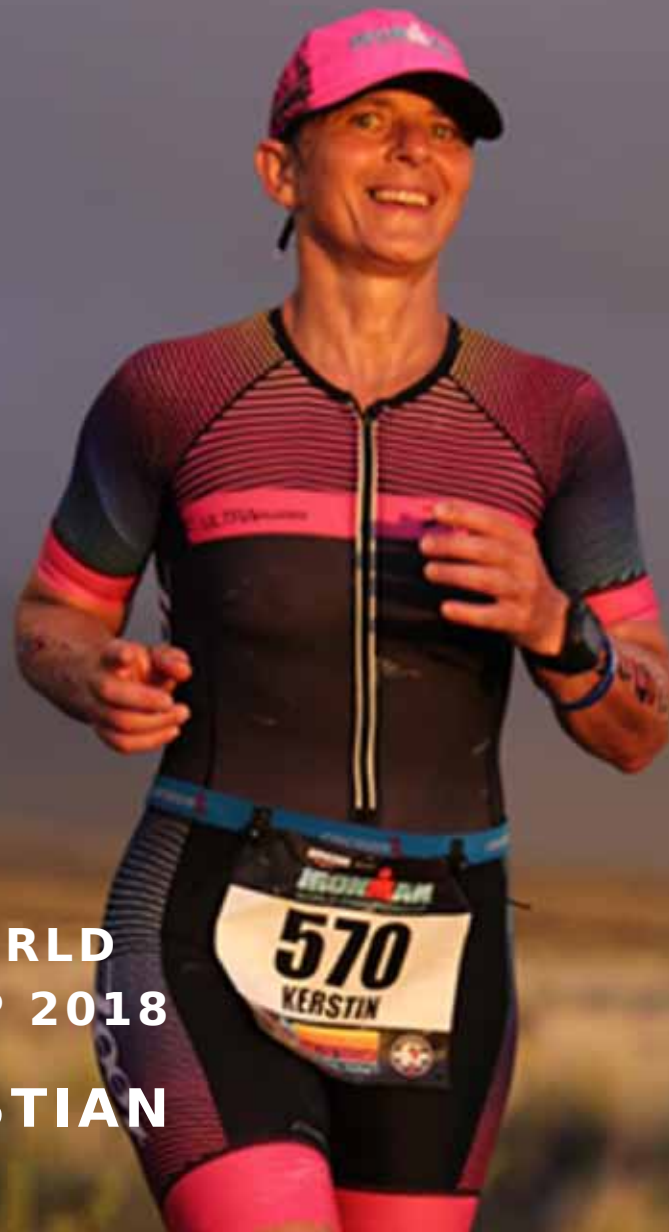




DAS Bootshaus
www.oberalstervfw.de

AUSGABE 4/2018



IRONMAN WORLD
CHAMPIONSHIP 2018
KERSTIN BASTIAN

Das Programm Integration durch Sport wird gefördert durch:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

02	Impressum
03	Editorial
04	Lauftreff
12	Wassersport
14	Handball
17	Fußball
22	Trainingszeiten



Wie immer, findet auch in diesem Jahr unser **Adventskaffee** statt und zwar
am 2. Advent, 9. Dezember 2018
im Clubhaus, 15.30 Uhr.

Wir würden uns freuen, wenn wir uns zum Klönschnack treffen und wären begeistert, wenn die eine oder der andere wieder etwas zur Unterhaltung beitragen würde.

Anmeldung: Dana Müller: 040-35034286

BOOTSHAUS & SPORTANLAGEN
 Wellingsbütteler Landstraße 43 a
 Postfach 63 05 48
 22337 Hamburg/Fuhlsbüttel
 Tel.: 040-35034286

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: vorstand@oberalstervfw.de

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

GESCHÄFTSFÜHRER
 Tobias Facklam
 Strassenbahnring 61
 20251 Hamburg
 Handy: 0170 316 78 10
 E-Mail: vorstand@oberalstervfw.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: vorstand@oberalstervfw.de

SPORTWART
 Rolf Tyzük
 Telefon: 040 / 5142179
 Mobil: 0160 964 416 91
 E-Mail: sportwart@oberalstervfw.de

JUGENDWART
 E-Mail: jugendwart@oberalstervfw.de

BEISITZER
 Gottfried Krause
 Kurzer Kamp 34 d
 22339 Hamburg
 Telefon: 040 / 59 88 13
 E-Mail: beisitzer@oberalstervfw.de

Manfred Brüggemann
 Große Horst 39
 22337 Hamburg
 Telefon: 040 / 590416
 E-Mail: beisitzer@oberalstervfw.de

Angela Frauenstein-Kiewitt
 Am Bronzehügel 78
 22399 Hamburg
 Telefon: 040 / 6061552
 Mobil: 0171/9008181
 E-Mail: beisitzer@oberalstervfw.de

DATENSCHUTZBEAUFTRAGTER
 Jens Bastian
 datenschutz@oberalstervfw.de

KASSENPRÜFER
 Helmut Krautwurst, Heike Brandenburg

MITGLIEDERVERWALTUNG
 Oberalster V.f.W.e.V.
 Frauke Nikic
 Postfach 63 05 48
 22337 Hamburg
 Telefon: 040 / 318 11 380
 E-Mail: mitgliederverwaltung@oberalstervfw.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

Abschiedsgedanken



Im nächsten Jahr werde ich nun endgültig meine Zeit als 1.Vorsitzender bei Oberalster beenden.

Oberalster hat damit seit Kriegsende lediglich drei Vorsitzende verbraucht, nämlich Friedrich Holst, Hans Brendes und mich. Das ist außerordentlich selten in den Sportvereinen. Und es hat natürlich Vorteile und Nachteile, nämlich einerseits große Kontinuität und Erfahrung gegenüber Kreativität und Veränderung.

Letzteres ist in den letzten Jahren nach meinem Gefühl etwas zu kurz gekommen.

Zu Beginn meiner Amtszeit bin ich von maximal fünf Jahren als Vorsitzender ausgegangen und habe mich dann immer wieder überzeugen lassen und weitergemacht. Nun sind etwa 30 Jahre vergangen und es wird allerhöchste Zeit für den Verein, sich einen neuen Vorsitzenden oder Vorsitzende zu wählen. Meine Entscheidung steht fest, ich werde auf keinen Fall wieder kandidieren.

Leider ist es mir trotz vieler Gespräche nicht gelungen, einen neuen Vorsitzenden oder Vorsitzende zu finden. Deshalb bleibt nur die Hoffnung, dass sich bis zur oder auf der Hauptversammlung jemand findet.

Er oder Sie übernimmt einen Verein, dessen Zukunft durch einen neuen 25-jährigen Pacht-Sportrahmenvertrag gesichert ist und vor allem weiterhin in Holger Willhöft einen bewährten Schatzmeister hat, der dafür Sorge getragen hat, dass wir auch finanziell gut darstehen. Und eines muss ich in diesem Zusammenhang loswerden: ohne Holger hätte ich nie und nimmer 30 Jahre durchgehalten. Er war mir ein wirklich guter Freund, auf den ich mich immer und blind verlassen konnte. Nochmals DANKE , Holger !

Und wir haben inzwischen seit einigen Jahren mit Benjamin Klimke einen stellvertretenden Vorsitzenden, der sich immer mehr in die Probleme des Vereins eingearbeitet und inzwischen etliche Sparten ausserhalb seiner Tischtennisabteilung ausführlich kennengelernt hat. Auch ihm schulde ich Dank ! Und ich will nicht die anderen zum Teil jahrelangen Mitstreiter im Vorstand vergessen – alle haben mir die Arbeit leicht gemacht – DANKE !

Ich scheide mit etwas Wehmut aber auch viel Erleichterung aus einem Amt, welches manchmal anstrengend und fordernd war. Aber gleichzeitig auch manche fröhliche Momente beschert hat. Und auch die Trauer über den immer viel zu frühen Verlust so mancher lieb gewonnenen Sportsfreunde will ich nicht vergessen, aber mich auch an die gemeinsame Freude bei sportlichen Erfolgen erinnern.

Ein Leben – mitten im und mit dem Sport – keine schlechte Erfahrung.

Im Namen des gesamten Vorstandes wünsche ich allen Vereinsmitgliedern und ihren Familien eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr 2019!

Heinz H. Paetz
1.Vorsitzender

BERICHT ZUM 28. VOLKSLAUF DURCH DAS SCHÖNE ALSTERTAL AM 30.09.2018

Um es kurz zu sagen: Es war wieder eine ganz tolle Veranstaltung bei bestem Laufwetter!

Auch dieses Jahr konnten wir wieder eine Menge Läufer aus Vereinen, Firmen und der Läufer­schar in und um Hamburg mit ihren Familien und Fans ins schöne Alstertal locken und hatten am Ende glückliche 1620 Finisher im Ziel.

Der Lauf konnte durch eine verlängerte Online-Öffnung und die manuelle Annahme von Spätanmeldern in der letzten Woche noch viele Teilnehmer dazu gewinnen.

Danke an Hans, der die komplette manuelle Abwicklung dafür übernommen hat.

Die Ferienzeit hatte dieses Jahr sowohl bei der Teilnehmerzahl als auch bei unserer Helferzahl ihre Wirkung hinterlassen.

Das Wetter war zielgenau trocken, sonnig, windstill und die Temperaturen waren ebenfalls sehr läuferfreundlich



Das Albert-Schweitzer-Gymnasium wurde uns durch unseren Lieblingshausmeister André am Freitag wie immer um 14.00 Uhr übergeben. Danach begann der eifrige Schwarm ehrenamtlicher Helfer alle Aufgaben selbstständig oder durch unsere Teamleiter organisiert abzu­arbeiten, um pünktlich zum Event alles bestens vorbereitet abzuliefern.

300 Medaillen, 2000 Läuferbeutel, 1600 Tassen, ca. 2500 Startnummern, diverses Material für Hof, Start und Ziel – alles muss wie jedes Jahr präzise und sorgfältig vorbereitet, aufgebaut oder zusammengestellt werden.

Lieferungen des ganzen Materials für den Lauf (Becher, Getränke, Tischgarnituren, Technik, Dixies, Mülltonnen, Gitter, etc.) mussten koordiniert und bereitgestellt werden.

Die Technik für Start- und Ziel, Zeitmessung und Musik musste installiert werden.

Alle Schwerpunkte (Gepäck, Helferessen, Strecke, Moderation, Verpflegung, Hof, Startnummern-/Zielpräsentausgabe, Musik, Gymnastik, Infostand) mussten dazu auch noch zeitgenau funktionieren.

Toll war wie immer die Unterstützung aus dem Lauftreff mit seinen Angehörigen, von unseren Alt-Lauf­trefflern die nur zum Lauf von teils weit hergekommen sind und von den Jugendabteilungen der Freiwilligen Feuerwehren Fühlbüttel, Poppenbüttel und Wellingsbüttel.

Insgesamt kamen wir so auf 112 freiwillige Helfer.

Das erste Mal war die Kanuabteilung beim Aufbau dabei und hat die Sprunggrube für uns „lauffähig“ gemacht. Danke!



Dieses Jahr war Sonntag leider das Spiel St. Pauli – HSV ab 14.00 Uhr, welches uns den NDR abluchste, aber wir hoffen für das nächste Jahr auf das „Hamburg Journal“.

Die Halbmarathons wurden wie jedes Jahr durch unsere Sponsoren gestartet (hella und Reformhaus Engelhardt).

Alle Läufe (10km, 4km, Schnupperlauf und zwei Halbmarathons) fanden auf einer sehr gut laufbaren Strecke ohne bedenkliche Zwischenfälle statt.

Über den Volkslauf-Halbmarathon siegten bei den Männern Hendrik von Wezyk (1:23:08) und bei den Frauen Berin Otto (1:36:16), bei den im Cup-Männern Heilezgi Meresie (1:13.22, auch Gesamtsieger) und bei den CUP-Frauen Michaela Sarman-Lein (1:20:20, auch Gesamtsiegerin).

Es gab am Ende viel positives Feedback, welches wir hier an Euch weitergeben wollen.
Die Läufer haben nach dem Lauf und im Internet die Strecke und die komplette Organisation gelobt.

Die Sponsoren haben für das nächste Jahr wieder ihre Teilnahme signalisiert.

Nachdem alle Helfer sich beim abschließenden Helferessen bei Dana noch über die erfolgreiche Veranstaltung austauschen konnten beginnt jetzt bereits die Vorbereitung für das nächste Jahr.

Termin - bitte fest einplanen !!!: 29. September 2019 ;-)

Noch einmal – ein großes Dankeschön an alle Helfer und Sponsoren!
Ohne Euch würde es diesen schönen Lauf nicht geben!



BOOTSHAUS

VEREINSHHAUS DES OBERALSTER V.f.W. e.V.

WELLINGSBÜTTLER LANDSTR. 43A

BEWIRTUNG: DANA MÜLLER

TELEFON: 040 - 350 342 86

IRONMAN WORLD CHAMPIONSHIP 2018

Am 13. Oktober 2018 fand zum 40. Mal die Ironman Weltmeisterschaft in Kona auf Big Island (Hawaii) statt. Innerhalb einer Woche wird der kleine, am Pazifik gelegene Ort Kailua-Kona von etwa 2500 Athleten, mehr als 5000 Helfern und vielen tausend Gästen, TV und Medien aus aller Welt belagert.

Ich war 2 Wochen vor dem Wettkampf angereist und leistete mir im Anschluss an den Wettkampf noch eine entspannte Urlaubswoche ohne Sport.

Die erste Woche tat der Eingewöhnung, Akklimatisierung und der Anpassung an die Zeitumstellung gut. Einige Trainingsstunden bei Hitze und Wind, das Kennenlernen der örtlichen Gegebenheiten und vieler Athleten prägten die ersten Tage. Jeden Morgen sammelte ein Schulbus die Athleten entlang der Küste ein, an der viele Hotels und Apartments liegen, und fuhr sie zum Pier. Die Bojen der Originalschwimmstrecke waren dort längst abgesteckt, Boote und Paddler bewachten das Treiben im Wasser. Bei meinen ersten zwei Schwimmtrainings war ich noch ziemlich ängstlich. Die Weite des Ozeans war gigantisch und noch sehr befremdlich. Am 3. Trainings-Tag wurde ich mutiger und schwamm ohne Hemmungen hinaus. Die Wellen waren immer hoch aber sanft und ohne Brandung. Einige lockere Läufe in Hotelnähe und eine Radausfahrt mit der Reisegruppe in die Berge zum unteren Berg-Regenwald, entlang einiger Kaffeeplantagen und abseits der Touristenmeile waren kleine Einstimmungs- und Testeinheiten.



Die 2. Woche vor Ort stand bereits ganz im Zeichen des Wettkampfes.

Am Montag der Rennwoche ging es mit dem Bus nach Hawi raus. In Hawi befindet sich bei km 90 der Wendepunkt der Radstrecke. Die Strecke ist hügelig, das habe ich mir bereits Zuhause auf dem Streckenprofil angeschaut. Dass auch Wind auf der Strecke weht, war mir ebenfalls nicht unbekannt. Aber was das am Ende heißt, bekam ich dann beim Testradeln zu spüren. In Hawi stiegen wir auf unsere Räder und radelten die Hälfte der Ironman-Strecke zurück. Der Wind war noch nicht einmal annähernd brutal, aber er wehte uns konstant entgegen. Sogar bergab mussten wir treten. Das kostete Körner, denn es gab keine Minute, in der man mal rollen lassen und sich ausruhen konnte. Mit diesem Gefühl und tüchtigem Respekt vor der 180km langen Radstrecke musste ich mich erst einmal auseinander setzen und mich auf ein hartes Rennen einstellen.

Aber auch die Laufstrecke hat es in sich. Völlig unabhängig von der Backofenhitze und dem drohenden Wind wird auch der Marathon teilweise recht hügelig und schwer zu laufen sein, einsam, in totaler Dunkelheit (auf Hawaii wird es ca. 18/18.30 Uhr stockfinster und es gibt kaum Fremdlicht, dunkel heißt hier: schwarz) und bei extrem hoher Luftfeuchtigkeit. Ich lief also meine letzten und kurzen Trainingseinheiten immer schön bergan und bergab und zu Zeiten und bei ähnlichen Bedingungen wie im Wettkampf.

Das Schwimmen stellte mich zwischenzeitlich vor keine besonderen Herausforderungen. Da ich gerne schwimme und Frühaufsteher bin, hatte ich keine Mühe jeden Morgen zum Training zu fahren und mich an das Schwimmen im Ozean zu gewöhnen. Der Salzgehalt ist im Gegensatz zu Nord- oder Ostsee sehr hoch und man wird dadurch gut getragen. (Salzgehalt Pazifik, 3,45 % ... Salzgehalt Ostsee, 0,8 %)

An der Schwimmstrecke im Ozean hatte sich zwischenzeitlich etwas verändert: Das „Coffee-Boat“ war da und so war es ein Muss auch einmal dort Halt zu machen und auf einem Surfboard mitten im Pazifik einen echten Kona-Kaffee zu genießen.

Das Programm in der Rennwoche lenkt mich ein wenig von Aufregung und Nervosität ab. Das Hoa'la Testschwimmen, die Nationenparade mit Eröffnung der Expo, der Unterhosen-Lauf (Underpant run), das Athleten-Eröffnungsbankett mit wunderschönem und sehr emotionalen Programm aus der Hula-Kultur der Hawaiianer mit Tänzen, Gesang, Feuerkunst sind einige der bedeutendsten Highlights.

Donnerstag und Freitag vor dem Race nutzte ich zur mentalen Einstimmung, ruhte mich nochmals viel aus, holte die Startunterlagen ab und richtete meine Wechselzone ein. Die Helfer sind top vorbereitet, erklären uns Athleten alles Wichtige in Engelsgeduld und zeigen uns jeden Meter in der Wechselzone.

Der Wettkampftag

3,8km Schwimmen im Pazifischen Ozean, 180km auf dem Ali'i Drive, der Palani Road, dem King Kaha'ahumanu (King K. Highway) Highway, 42,2km über den Ali'i Drive, die Palani hoch, durchs Energy Lab und zurück ... meine Aufregung und Unsicherheit sind unvorstellbar hoch ... dabei will ich doch nur finishen. Ich will durch diesen Zielbogen laufen, mir die Medaille holen, ich will mit dem berühmten Satz ‚You are an Ironman‘ einfach nur gesund ankommen, ohne Zeitvorgaben und andere Zielsetzungen. Nur ankommen und dieses unvergleichbar harte Rennen beenden und als ein großartiges Erlebnis und eine außergewöhnliche Herausforderung mit nach Hause nehmen...

Die Profi-Männer gehen als erstes an den Start, dann die Profi-Frauen, die Amateur-Männer folgen und die Amateur-Frauen starten als letzte Gruppe um 7.20 Uhr. Es ist ein Wasserstart mit Paukenschlag. Denn die Frauen sind nicht weniger brutal als sonst die Teilnehmer einer gemischten Startergruppe. Ein Hauen und Stechen, Wegdrücken und Drängeln, dass ich mich freiwillig zurückfallen lasse und dann später lieber seitlich vorbei schwimme und Umwege in Kauf nehme bis ich eine passende Gruppe finde, in der ich mitschwimmen kann. Die Wendeboje ist gefühlt schnell erreicht, der Rückweg fühlt sich länger an. Wichtig ist die richtige Orientierung, um nun keine Zeit mehr zu verlieren.



In der Wechselzone quäle ich mich aus dem engen Schwimmanzug und mach mich zum Radeln fertig. Auf geht es auf die lange Tour. Leider kann ich kaum in der Aeroposition fahren, Rückenschmerzen hindern mich daran. Immer wieder versuche ich mich lang zu machen, es geht einfach nicht. So fahre ich ein wenig suboptimal, aber ich komme ja vorwärts. Es geht anfangs noch gemächlich aber stetig bergauf, später kommt das Wellblech: bergauf, bergab bis kurz vor Hawi, wo noch einmal ein etwas steilerer Anstieg zu bezwingen ist. Man war das eine lange Fahrt. Ich bin viel überholt worden. Jetzt ab da auf den Rückweg. Yuhuu, bergab fühlt es sich gut an, sogar noch Rückenwind. Und so blieb es dann auch, der Wind war gnädig mit uns und durch eine kleine Wolkendecke brezelte die Sonne dann doch nicht so stark auf den Kopf, Schwein gehabt.

Die Meilen- und Kilometer-Angaben an den Straßen motivieren und das Radeln fühlt sich nun auch wesentlich besser und schneller an.

Die Wechselzone ist erreicht: das Rad wird mir aus der Hand genommen, also schnell in die Laufschuhe und ein Gel zur Stärkung und dann kann es wieder auf die Piste gehen. Meine Laufstrategie: laufe nicht zu schnell an, bleib vorsichtig und verhalten, du willst ‚nur‘ finishen. Kühle dich, iss und trink vernünftig, nimm dir Zeit an den Verpflegungsstationen. Die ersten Meter nach dem Radeln fühlen sich ziemlich unrund an. Ich brauche eine Weile, um meinen Rhythmus zu finden. Es ist heiß, sehr heiß. Die Wolkendecke schützt jedoch ein wenig vor der brennenden Hitze auf den Kopf. Die erste Verpflegungsstation ist nicht weit und zack Eis und Schwämme zum Kühlen nehmen, gut versorgen und wieder anlaufen ... so bewege ich mich von Verpflegungs- zu Verpflegungsstation. In Kona stehen noch viele Zuschauer an der Strecke, feuern uns an und machen tolle Stimmung, später wird es einsam, kein Publikum mehr. Bis zum berühmt berüchtigten Energy Lab ist es ein langer, nicht enden wollender Weg. Bin ja gespannt, was im Energy Lab auf mich zukommt. Die Einsamkeit und Hitze sollen dort zehrend, beißend und brutal sein. Und so ist es auch. Hinzu kommt die schnell aufziehende Dunkelheit. Ich laufe nun in totaler Finsternis, immer weiter meine Strategie und hangel mich stetig durch.

Wahnsinn: ich sehe die Lichter der Stadt. Aber bis zu den Stimmungsnestern dauert es doch noch länger als gewünscht. Die aus der Ferne zu hörende Musik, der Jubel und Trubel täuschen über die noch zu laufenden Kilometer hinweg. Trotzdem gut für positive Gedanken, ich träume schon vom Zieleinlauf und langsam verändert sich auch der konzentrierte Gesichtsausdruck. Ich ertappe mich immer wieder bei einem Lächeln und der Freude darüber, dass ich es packen werde. Keinen Moment hatte ich jetzt noch Zweifel.

Ich laufe an den Stimmungsnestern vorbei als wäre ich gerade erst auf die Strecke gegangen, ich jubel mit und grinse bis zu den Ohren. Aber menno, der letzte Kilometer ist doch tatsächlich der Längste. Wann kommt denn endlich der rote Teppich?

Ich habs gepackt, was für eine Freude, was für ein Empfang. Der Sprecher begrüßt mich - sogar in Deutsch, die Menschenmassen links und rechts toben und feiern jeden Finisher. Ein Traum!!! Ich habe es geschafft. You are an Ironman – diese Worte bekommen hier auf Hawaii noch einmal eine ganz andere Bedeutung. Stolz und voller Freude nehme ich meine Medaille entgegen und traumwandel durch die Athletenzone, esse was, lass mich massieren und schaue noch ein wenig anderen beim Zieleinlauf zu. Die Stimmung ist gigantisch im Zielbereich!

Es war ein großartiges, emotionales und ewig in Erinnerung bleibendes Erlebnis: Ironman World Championship – ich habe nie davon zu träumen gewagt, aber mit meinem 1. Platz beim Ironman Hamburg in meiner Altersklasse habe ich mir den Slot für Hawaii gelöst. Noch lange werde ich davon zehren, erzählen und daran denken.

ALOHA, eure Kerstin







SAISONRÜCKBLICK WW RENNTEAM 2018

Das Wildwasserrennsportteam hat seine Saison erfolgreich hinter sich gebracht. Das Jahr 2018 präsentierte sich mit viel Sonne und wenig Regen in Norddeutschland eine Saison mit vielen naturbedingten Überraschungen. Von Rennabsagen durch Eis über Hochwasserführende Flüsse die ein sicheres Training unmöglich machten und durch Niedrigwasser die eine Verlegung von Rennen durch Niedrigwasser nach sich zog.

Wie jedes Jahr ging es auch in diesem Jahr für unsere Leistungssportler mit Unterstützung des Hamburger Kanu Verbandes über Ostern zum einwöchigen Lehrgang auf die Soca nach Bovec in Slowenien.

Nun aber der Reihe nach wie jedes Jahr begann die Saison schon früh im März mit einem Rennen auf der Sülz bei Köln. Dort konnten sich unsere Sportler Joscha und Ole Matti bei Schnee und Temperaturen um den Gefrierpunkt die ersten guten Plazierungen erreichen. Dies war denn auch gleich der Start für die Vorbereitung auf die Fulda wo letztes Jahr noch Hochwasser eine Verlegung nach sich brachte war dieses Jahr kalte Temperaturen und wenig Wasser angesagt.

Das Traditionell erste Ranglistenrennen in Monschau bescherte uns eine Absage durch eine zugefrorene Rur. Na ja, da dachte man schon, mal schauen was noch so alles passiert?

Denn nächste Woche bescherte uns die Norddeutsche Meisterschaft in Bimöhlen mit blauen Himmel und warme Temperaturen.

Im Anschluss ging es für die Sportler zum Wildwasserlehrgang nach Slowenien. Dort präsentierte sich das Wetter wieder mit Schnee, Regen und Hochwasser.

Diese Auseinandersetzung mit der Natur ist das was wir auch lieben in unserem Sport



Mit dem Ende unseres Lehrganges und den harten Bedingungen veränderte sich auch das Wetter und es wurde wärmer und trocken. Was am Anfang noch schön war wurde dann aber doch zu einem Problem den im Herbst führten die Flüsse alle so wenig Wasser das die Rennen auf der Lachte und Prüm nicht ausgerichtet werden konnten und die Veranstalter ausweichstrecken anbieten mussten.

Durch die kontinuierliche Arbeit und das regelmäßige Training konnte sich das Wildwasserrennenteam weiterentwickeln und die Abgänge der Leistungsträger durch ein Auslandsjahr von Lina und Till gut auffangen. Die Sportler Joscha und Hanna übernahmen zunehmend auch Verantwortung für jüngere Sportler und unterstützten diese auf den Weg in den Wildwasserrennsport aktiv.

Die Saisonhöhepunkte setzten wir die Deutschen Meisterschaften in Lofer auf der Classicdistanz und in Sömmerda auf der Sprintdistanz. Um gut vorbereitet anzutreten wurde im Vorwege ein Lehrgang auf dem Wildwasserkanal in Sömmerda und auf der Strecke in Lofer absolviert.

Unsere jungen Sportler die auf den diesjährigen Deutschen Meisterschaften starteten waren. Corvin, Hanna, Hannah, Joscha, Lasse, Lisa, Ole Matti, Oskar und Paul Lukas. Sie konnten auch in diesem Jahr wieder gute Platzierungen auf dem Treppchen erpaddeln.

Auch unsere jüngsten Sportler Finja, Jakob, Matti, Nils, Lasse, Anna konnten in dieser Saison langsam an den Wettkampfsport herangeführt und sammelten erste Erfahrungen im Norddeutschen Raum.

Insgesamt starteten unsere Sportler Oskar, Hanna, Joscha, Till, Nils, Jakob, Finja, Lasse, Matti. Anna, Lasse, Ole Matti, Paul Lukas, Lisa, Hannah auf 14 regionalen und überregionalen Rennen im gesamten Bundesgebiet und Österreich und holten sich dort 50 erste Plätze, 40 zweite Plätze und 40 dritte Plätze. Mit dieser Erfolgsbilanz können wir uns sehen lassen!

Vor uns liegt nun die lange Phase des harten, dunklen und kalten Wintertrainings auf dem Wasser und in der Halle. Vielen Dank an alle Unterstützer, die Trainer, Eltern und den Verein Oberalster das Ihr uns die Möglichkeit gebt unseren Sport auszuüben.

Wir freuen uns auf die Saison 2019 mit neuen Erfahrungen und Herausforderungen in unserem Sport.



AUFTAKT DER SAISON TROTZ ANFÄNGLICHEN PROBLEMEN GELUNGEN

Anfang August wurden die Ansetzungen für die Hinrunde in der Kreisliga veröffentlicht. Wir waren wieder der Gruppe 2 zugeordnet worden. Das erste Spiel sollte in der Heimhalle Tegelsbarg am 15.09. gegen den Niendorfer SV stattfinden. Vor dem Spiel wurde wie immer die Personalsituation abgecheckt: Haben wir einen Torwart und genug Spieler? Beides war im Vorfeld unklar und das zum ersten Spiel! Morten, als neuer Spieler, war noch nicht spielberechtigt und somit war die Mannschaft nicht nur ohne Auswechselspieler, sondern in Unterzahl und Andy sollte eventuell ins Tor. Es wurde aufgrund der Personalsituation sogar erwägt, das Spiel abzusagen. Nachdem unser Torwart „Honk“ sich bei einer beruflichen Veranstaltung vorzeitig „weggestohlen“ hat und Mike es auch noch irgendwie eingerichtet hat vor seinem Dienst zum Spiel zu kommen, hatten wir mit Andy als Auswechselspieler doch noch eine „historische“ Mannschaft aufstellen können. Als ich zur Halbzeit in die Halle kam zeigte die Spielanzeige 18:10! Aufgrund der gesamten Vorgeschichte war es für mich als Berichterstatter eigentlich klar, dass die 18 Niendorf zuzuordnen war, bis ich ungläubig aufgeklärt wurde, dass es 18:10 für uns stand.

Unsere Mannen spielten auch in der 2. Halbzeit ballsicher und schlossen mit entsprechenden Torerfolgen ab. Allerdings kam dann manchmal wieder der Schlendrian durch: Zu hektisch, zu schneller Abschluss oder zu schneller Ballverlust. Dann waren die Niendorfer mit schnellen Gegenstößen zwar nicht immer erfolgreich, aber da fielen dann schon mal mehrere Tore in Folge gegen uns. Aber wir konnten den Gegner dann wieder mit gelungenen Aktionen auf Distanz halten und sogar den Vorsprung ausbauen. Am Schluss stand es dann 40:22 für uns. Da waren dann wohl doch alle erleichtert, das Spiel nicht abgesagt zu haben. Bei einer Runde Bier und Musik aus dem Blue-Tooth-Lautsprecher vom Smart-Phone wurde dann der erste Sieg gefeiert!

Als nächstes Stand eine Anreise zum TuS Finkenwerder auf der Agenda! Es ist immer schwer jenseits der Elbe Punkte zu entführen. Aber unsere Jungs haben ein gutes Spiel abgeliefert. Obwohl das Endergebnis mit 23:20 knapp aussieht entstand niemals der Eindruck dass wir das Spiel nicht gewinnen würden.



ALLES IM GRIFF

Anschließend kam dann das nächste Heimspiel gegen den Stellingener SV! Obwohl zu diesem Zeitpunkt die noch junge Tabelle noch nicht ganz aussagekräftig war: Eine Mannschaft aus dem oberen Tabellendrittel! Wir gingen mit wohl überdachten Spielzügen mit 5:0 schnell in Führung! Dann kam der Gegner etwas auf und kurz nach der Halbzeit stand es 16:13 für uns! Aber durch eine souveräne Abwehrleistung und weitere gelungene Spielzüge schoss der Stellingener SV nur noch ein Tor und wir konnten einen weiteren sensationellen Sieg mit 30:14 erringen!

Das nächste Spiel fand am 14.10 auswärts gegen den TSV Stellingen statt. Hier lieferten wir eine souveräne Leistung ab und gewannen mit 30:14.

Beim nächsten Heimspiel gegen die SG HH Nord wurde es schon etwas enger. Der Gegner war im Schnitt doch ein paar Jahre jünger. Immer wenn durch uns im Angriff durch zu hastige Abschlüsse oder Fehlabbgaben der Ball verloren ging, kamen die schnellen Spieler der SG HH Nord zu erfolgreichen Gegenstößen. Zum Glück hatten wir dann wieder Phasen, bei denen mit Spielzügen sichere Tore gemacht wurden, sodass wir am Ende ein 27:22 auf der Habenseite verbuchen konnten. Bis zu diesem Zeitpunkt waren wir mit 8:0 Punkten aus 4 Spielen sogar Tabellenführer! Das Tabellenbild hatte jedoch noch eine extreme Schiefelage, weil einige Mannschaften bis zu diesem Zeitpunkt nur 2 Spiele absolviert hatten.



DIE ZEICHEN STEHEN AUF SIEG



FANBLOCK MIT NACHWUS-HANDBALLER



DA KOMMT FREUDE AUF

Gegen den HT Norderstedt, der bisher auch verlustpunktfrei gespielt hatte, lagen wir in der ersten Phase des Spiels gleich mit mehreren Toren hinten. In der zweiten Halbzeit lief es bei uns besser. Mit viel Einsatz konnten wir uns unter dem Jubel der mitgereisten Fans auf 22:22 herankämpfen. Aber dann war der Dampf wohl raus. In der Schlussphase des Spiels schossen wir nur noch 1 Tor und wir verloren am Ende 31:23!

Das letzte Auswärtsspiel gegen die SG Altona wurde dann nach einer zwischenzeitlichen 4-Tore-Führung leider mit 27:24 verloren. Damit sind wir auf den immer noch guten 2. Tabellenplatz gerutscht.

Insgesamt stehen bei Redaktionsschluss noch 3 Spiele aus. Wir werden sehen ob die durchaus guten Ergebnisse eine Fortsetzung haben! Leistungsmäßig stehen wir wohl zwischen Bezirksliga und Kreisliga! Aber es macht natürlich mehr Spaß in der Kreisliga Punkte zu sammeln als in der Bezirksliga ständig zu verlieren!

Alfred Langer



MINIKADER-ABGEKÄMPFT ABER GLÜCKLICH

Tabellenstand Stand 28.10.2018

Mannschaft	Liga	Gruppe	Punkte	Tore	Platz v. Mannschaften
Männer KL	2		08:04	167:136	02
KL=Kreisliga					



ABTEILUNGSLEITER GESUCHT!

Die Fußball-Abteilung des VfW sucht zu Beginn des kommenden Jahres einen Abteilungsleiter. Bisher füllt Daniel Brants dieses Amt aus, leider muss er es aus persönlichen Gründen niederlegen. Jetzt suchen die Fußballer einen Nachfolger. Denn ohne Abteilungsleiter kein Fußball mehr im Alstertal – und das darf nicht sein!



Zur Fußball-Abteilung gehören vier Junioren-Mannschaften, von der G- bis zur C-Jugend, es sind rund 70 Kinder im Alter von sechs bis 13 Jahren. Um die Aufgaben des Abteilungsleiters möglichst zu reduzieren, haben die Teams auf einem gemeinsamen Elternabend beschlossen, sich neu zu organisieren. Künftig wird jede Mannschaft einen eigenen Jugend-Obmann haben und jemanden, der sich um die Spielerpässe kümmert, falls welche für neue Mitglieder beantragt werden müssen. Die Jugendobmänner sind Ansprechpartner für die Trainer und verantwortlich für das Verlegen von Spielterminen. Sie setzen sich direkt mit dem Schatzmeister in Verbindung, wenn neue Trainingsanzüge, Bälle oder sonstiges Material besorgt werden muss und kontrollieren die Abrechnungen, etwa der Trainer. Diese Posten sind bereits vergeben.

Das bedeutet: Der neue Abteilungsleiter hätte vor allem die Aufgabe, den Kontakt zum Vereinsvorstand zu halten, er nähme an den entsprechenden Sitzungen teil und müsste vor der Saison die Mannschaften beim DFB melden, was digital funktioniert, unkompliziert ist und kein hoher Aufwand. Darüber hinaus ist der Abteilungsleiter der Kontaktmann für den Schiedsrichter-Obmann. Schließlich wendet er sich an das Bezirksamt, falls es zum Beispiel nötig ist, außerplanmäßig den Rasen um das Asche-Spielfeld zu mähen. Alles in allem hält sich der zeitliche Einsatz, den das Amt verlangt, also im Rahmen.

Wer Interesse hat, dieses Amt zu übernehmen, er dabei helfen möchte, den Nachwuchsfootball beim VfW am Leben zu halten, der melde sich bitte möglichst rasch – entweder bei Daniel Brants (d.brants@web.de; 0176/20 15 23 43) oder bei Tobias Facklam, Geschäftsführer und Vertreter der Fußballer im VfW (vorstand@oberalstervfw.de, 0170/3167810).

Weil man es nicht oft genug sagen kann: Gelingt es nicht, einen Abteilungsleiter zu finden, bedeutet das: 70 Kinder verlieren ihre sportliche Heimat!

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

TISCHTENNIS

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

Jugendliche - Trainingszeiten

Ansprechpartner: Michael Pagel

MO	17.10 - 19.00	Anfänger & Fortgeschrittene gr. Halle Struckholt Trainer: Michael Pagel
DO	17.10 - 19.00	Anfänger & Fortgeschrittene gr. Halle Struckholt Trainer: Michael Pagel
FR	17.30 - 19.00	Punktspiele gr. Halle Struckholt Trainer: Michael Pagel

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

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 (Bronze-abzeichen, 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 2017

MO	17.00 - 18.30	Rennteam Frank / Hanna
	17.30 - 19.00	Jugend Dirk Schürer
DI	17.00 - 18.30	Jugend Pia Kohrs/Ole Schmetzer
	17.30 - 19.00	Rennteam Frank Johannsen
	18.00 - 19.00	Kanupolo Jugend
	19.00 - 21.00	Kanupolo Erwachsene Terreng/Schmetzer
MI	17.30 - 19.00	Jugend Dirk Schürer
	18.30 - 21.00	Erwachsene Fortgeschrittene Henning/Detlef
DO	18.00 - 19.30	Erwachsene/schnelle Boote Manfred/Hana/Clement
	18.00 - 19.30	Anfängerkurs Jugend Pia Kohrs/Ole Schmetzer
	19.00 - 21.00	Betriebssport Signal Iduna
FR	16.30 - 18.00	Kinder Pia / Clement
	17.00 - 18.30	Rennteam Frank Johannsen
	20.00 - 22.00	Rollen und Sicherheitstraining Badlantic Ahrensburg Clement/Detlef
SA	10.00 - 11.30	Leistungstraining Frank/Lars
	10.00 - 11.30	Jugendtraining Clement / Ole

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

Lauftreff

Leitung: Jens Bastian

Telefon: 040 - 539 10 102

Mobil : 0151 - 241 339 95

E-Mail: lauftreff@lt-ilstertal.de

Info: www.lauftreff-ilstertal.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

FUSSBALL

Ansprechpartner Erw.: Wolfgang Tatzelt (komm.)

E-Mail: nasemp@aol.de

Ansprechpartner Kinder.:

E-Mail: fussball-jugend@oberalstervfw.de

MO	17.00 - 18.30	F - Jugend Grandplatz (Clubhaus)
DI	17.00 - 18.30	D - Jugend Grandplatz (Clubhaus)
MI	16.30 - 17.30	G-Jugend Grandplatz (Clubhaus)
MI	17.00 - 18.30	E-/F-Jugend Grandplatz (Clubhaus)
	19.30 - 21.00	Senioren (Brödermannsweg)
DO	17.00 - 18.30	D - Jugend Grandplatz (Clubhaus)
FR	16.30 - 18.00	E-Jugend Grandplatz (Clubhaus)

Gymnastik

Leitung: Karin Laufer

MO	18.30 - 19.30	Aktiv 60+ Gymnasium Alstertal
	19.30 - 20.30	Fit 50+ Gymnasium Alstertal
DI	17:00 - 18:30	Seniorinnen Gymnastik mit Musik Albert-Schweitzer-Gymnasium, Struckholt kleine Halle

FECHTEN

Leitung: Katja Meisel

Telefon: 017672339126

E-Mail: katja.meisel@hotmail.de

DI	17.30 - 19.00	Kinder (ab 10 J.) und Jugend Struckholt
	19.00 - 21.45	Junioren und Erwachsene Struckholt
DO	17.30 - 19.00	Kinder (ab 10 J.) und Jugend Struckholt
	19.00 - 20.30	Jugend und Erwachsene Struckholt

VOLLEYBALL - HOBBYGRUPPE

Leitung: Holger Blanck

Telefon: 040-606 48 05

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

Redaktionsschluss 01/2019:

31. Dezember 2018

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