

ATSV SEBALDSBRÜCK

von 1905 e.V.



Berichte und Informationen



Nr. 71
Dez. 2015



1825

als Bürgerinitiative
gegründet

1.500

Mitarbeiterinnen und
Mitarbeiter

1825 2015

190 JAHRE

400.000

Kunden in unserer Stadt

100

Ausbildungsplätze

Volles Engagement für die Menschen unserer Stadt.

4 Mio

Euro jährlich für das Gemeinwohl
in Bremen

109.500

Euro pro Jahr für die Stadtteolförderung
unter aktiver Mitwirkung unserer Kunden

9.000

Kinder und Jugendliche freuen
sich jährlich über unsere Förderung
„Bremen macht Helden“



Bei Ihrer Sparkasse Bremen stehen Sie und unsere Stadt im Mittelpunkt. Als Bürgerinitiative von Bremern gegründet, engagieren wir uns für Ihre finanziellen Ziele mit ausgezeichneter Beratung und besten Produkten. Dabei haben wir auch immer das Gemeinwohl und die Lebensqualität im Blick- und das seit 190 Jahren. Von Bremern für Bremer. Diese Idee ist heute so aktuell wie damals.

www.sparkasse-bremen.de/engagement

Stark. Fair. Hanseatisch.



Die Sparkasse Bremen
Finanzdienstleistung

ATSV Sebaldsbrück v. 1905 e.V.

71 ■ Dezember 2015

**Fußball · Gesundheits-Angebote · Gymnastik · Ju-Jutsu
Lauftreff · Prellball · Tanzen · Tischtennis · Trimmen
Turnen · Schwimmen · Volleyball · Walking · Wandern**

Geschäftsstelle:	Sebaldstraße 3A, Telefax 415134,	Telefon 41 40 59
Öffnungszeiten:	Mo. 17.00 –18.00 Uhr, Di. 10.00 –12.00 Uhr, Do. 16.00 –18.00 Uhr Weitere Termine nach telefonischer Vereinbarung Sprechzeiten des Vorstandes: nach Vereinbarung	
Internet:	www.atsv-sebaldsbrueck.de	
E-Mail:	info@atsv-sebaldsbrueck.de	
Vereinsheim:	Zeppelinstraße 54	Telefon 41 22 14
1. Vorsitzender:	Jens Bunger (jens.bunger@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 45 34 59
2. Vorsitzender:	Rainer Gerber (rainer.gerber@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 41 13 15
1. Kassenwartin:	Beate Stockmeier (beate.stockmeier@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 41 18 79
2. Kassenwartin:	Andrea Singhal (andrea.singhal@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 45 30 25
Datenschutz:	Hermann Ostermann (datenschutz@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 43 50 603
Anzeigen, Redaktion:	Hartmut Schneider (vereinsheft@atsv-sebaldsbrueck.de)	Telefon 45 63 89
Ehrevorsitzende:	Heinz Schwenn, Hartmut Schneider	
Vereinskonto:	Die Sparkasse Bremen: IBAN: DE43 2905 0101 00010 1058 6 BIC: SBREDE22XXX	

Die in den Vereinsnachrichten veröffentlichten Berichte, Kritiken usw. sind mit dem Namen des Verfassers unterzeichnet. Der Inhalt dieser Berichte braucht nicht immer mit der Meinung des Vorstandes übereinstimmen. Der Schriftleitung bleibt vorbehalten, Änderungen und Kürzungen bei den eingereichten Berichten aus redaktionellen Gründen vorzunehmen.

Liebe Mitglieder,

was sind das doch für bewegte Zeiten, in denen wir aktuell leben. Wie kaum ein anderes Thema beherrschen die aktuelle Flüchtlingssituation und damit auch der Terror einer islamistischen Minderheit den Alltag auch in unserem ATSV Sebaldsbrück. Ob und in welcher Form wir davon auch sportlich betroffen sein werden, vermag heute keiner seriös zu sagen. Unabhängig von den Auswirkungen gilt es nun, die Flüchtlinge willkommen zu heißen und Ihnen die Möglichkeit zur Integration zu geben. Ein Weg ist dabei der Sport. Auch wenn die Rahmenbedingungen immer schlechter werden – es stehen den Vereinen immer weniger Sporthallen zur Verfügung – sollten wir uns nicht entmutigen lassen.

Ich wünsche daher allen Mitgliedern während der Feiertage Zeit zum Innehalten. Bleiben Sie gesund und helfen dort, wo Hilfe gebraucht wird.

Für den Vorstand, Jens Bunger



Jens Bunger

Einladung

zur Jahreshauptversammlung des ATSV Sebaldsbrück von 1905 e.V. am **Mittwoch, dem 16. März 2016**, um 19.30 Uhr in der **Sporthalle beim Sattelhof**.

TAGESORDNUNG

1. Eröffnung der Versammlung mit Feststellung der frist- und ordnungsgemäßen Einberufung der Jahreshauptversammlung
2. Bericht des Vorstandes
3. Ehrungen
4. Bericht der Kassenwarte
5. Bericht der Revisoren
6. Entlastung der Kassenwarte
7. Entlastung des Vorstandes
8. Neuwahl des Vorstandes
9. Wahl der Revisoren
10. Verschiedenes

Einspruch gegen diese Tagesordnung muß in schriftlicher Form dem Vorstand mitgeteilt werden. Die Frist für eventuelle Einsprüche endet mit dem 9. März 2016. Um zahlreiches Erscheinen der Vereinsmitglieder wird gebeten.

**ATSV Sebaldsbrück von 1905 e.V.
DER VORSTAND**

**Wir weisen noch einmal darauf hin, dass an diesem Abend
sämtlicher Übungs- und Trainingsbetrieb ruht!**

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Montags: 17.00 – 18.00 Uhr
Dienstags: 10.00 – 12.00 Uhr
Donnerstags: 16.00 – 18.00 Uhr

Neu: Weitere Termine nach telefonischer Vereinbarung!

Telefon: 414059 · Fax: 415134 · Email: info@atsv-sebaldsbrueck.de



Die Haarkünstler Bremen

Inh. Asita Sekandari-Schindler

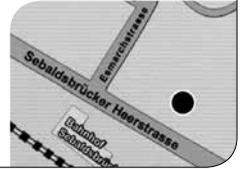
FÜR SIE & IHN

Öffnungszeiten: Di.-Fr. 9.00 - 18.00 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Perücken-Service

Sebaldsbrücker Heerstr. 50 · 28309 Bremen
Tel. 0421 / 48 999 717

►► **Typgerechte Beratung** ◀◀



Reiners

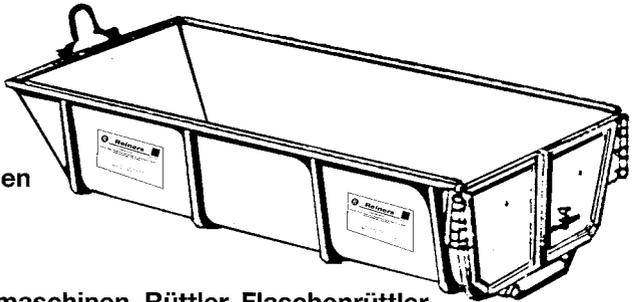


Baustoffe · Fliesen · Bauwerkzeuge · Bauberufskleidung · Containerdienst

CONTAINER - DIENST 1 · 6 · 10 cbm

ABFUHR VON:

- ✓ Schutt
- ✓ Sperrmüll
- ✓ Gartenabfällen
- ✓ Haushaltsauflösungen



WIR VERLEIHEN:

Schuttrutschen, Mischmaschinen, Rüttler, Flaschenrüttler,
Diamantsägen für Beton/Fliesen/Marmor etc., Elektrohämmer,
Gerüstböcke, Schalungsstützen, diverse Kleinmaschinen.

28207 Bremen · Quintschlag 18-20 · Telefon (04 21) 45 40 45

Bericht des Vorstands

Liebe Mitglieder,

seit dem letzten Vereinsheft liegen wieder einmal bewegte Monate hinter uns. Wie bereits auf Seite 1 kurz geschildert, begleitet und bewegt uns das Thema „Flüchtlinge“ auch im Vorstandsaltag. Kein Tag vergeht, an dem dieses Thema nicht Gegenstand eines Gespräches ist. Dabei bewegt unsere Mitglieder vor allen die Frage, wie lange unsere Hallen noch für den Vereinssport genutzt werden können. Bisher ist der ATSV Sebaldsbrück noch mit einem „blauen Auge“ davon gekommen. Lediglich die Fußballer müssen Einschränkungen durch die Belegung der Sporthalle der Bezirkssportanlage Hemelingen hinnehmen.

Hier haben wir aber mit der Nutzung unseres Kunstrasenplatzes mittlerweile verlässlichere Trainingsbedingungen für die kalte Jahreszeit, die die Nutzung von Hallen auf ein Minimum reduziert hat. Ein Großteil unseres Vereinssports (Ausnahmen:

Schwimmen, Fußball, Ju-Jutsu und Tanzen) konzentriert sich auf die Halle Beim Sattelhof. Diese Halle ist vom Nutzungsgrad deshalb voll ausgelastet. Sollte diese Halle einmal für längere Zeit als Unterkunft für Flüchtlinge herangezogen werden, muss man wohl kein großer Prophet sein, um festzustellen, dass dies für den ATSV Sebaldsbrück existenzbedrohend sein wird. Zurzeit sind in Bremen nahezu alle städtischen Großturnhallen mit

Flüchtlingen belegt und stehen dem Sport nicht zur Verfügung. Dies ist umso bedauerlicher, weil damit den Vereinen der Ort genommen wird, an dem hervorragende Integrationsarbeit geleistet wird! Außerdem wird ständig darüber diskutiert, ob Sporthallen und Zelten für die Unterbringung von Flüchtlingen geeignet sind. Unstrittig sein sollte aber, dass man den Flüchtlingen aus Kriegsgebieten eine Aufnahmemöglichkeit anbieten kann und muss. Hier ist allerdings in erster Linie unsere Politik gefordert. Der Landessportbund hat bereits mehrfach darauf hingewiesen, dass die Belegung von Sporthallen kontraproduktiv ist. Mit einer Unterschriftenaktion soll vermehrt Druck auf die Entscheidungsträger ausgeübt werden. Wichtig dabei: Der Sport ist nicht gegen die Flüchtlinge, sondern der Sport möchte die Hallen als Ort der Integration schnellstens wieder nutzen! Ungeklärt ist übrigens auch, wer die Kosten für die Wiederherstellung nach der Zeit als Notunterkunft trägt.

Wie sieht die Situation nun in Sebaldsbrück aus:

Zur Entlastung der Notaufnahmestandorte wird auf dem Gelände der Sattelhofhalle ein Wohnheim für 40 unbegleitete weibliche Jugendliche entstehen. Geplant ist die Errichtung auf dem Platz hinter der Sporthalle, (siehe Lageplan) an dem bereits Häuser für Übersiedler gestanden haben. Eine Sanierung der ehemaligen Grundschulhochbauten scheidet aus Kostengründen. Parallel hat die Versöhnungsgemeinde prüfen lassen, ob sich die Versöhnungs-

Ihre Technikberater! *persönlich kompetent*

- ✓ **Chefberatung**
- ✓ **Lieferservice**
- ✓ **Inzahlungnahme**
- ✓ **Wertgarantie**
- ✓ **Reparatur-Schnelldienst**

EP: Brunhorn *ehemals Fernseh Holz*
ElectronicPartner
TV, DVD, HiFi, Heimkino, Elektrohausgeräte.
Hemmstr.150, Bremen-Findorff, Telefon 373937

Xelos LED

- HDTV-Empfang**
- DVBT & DVBC**
- DVBS einbaubar**
- 100Hz Technik**
- USB-Recording**
- 3 Jahre Garantie**

LOEWE
Willkommen in der Premiumklasse

Kirche als Unterbringungsort eignet. Hier hat eine erste Begehung ergeben, dass der Kirchoraum grundsätzlich geeignet ist. Wenn beide Standorte (Kirche + Neubau Wohnheim) in Sebaldsbrück zum Tragen kommen, gehen wir davon aus, dass der Stadtteil ausreichend für die Unterbringung berücksichtigt wurde und die Halle beim Sattelhof hoffentlich dem ATSV Sebaldsbrück weiterhin zur Verfügung steht. Dies hängt aber im hohen Maß von den weiteren Flüchtlingsströmen ab. Eine seriöse Aussage ist behördenseitig allerdings nicht möglich.

Wenn wir in baldiger Zukunft ausländische Neuankömmlinge begrüßen können, werden wir gemeinsam mit unserem Netzwerk aus Nachbarvereinen und -gemeinden dafür sorgen, dass integrative Angebote den in der Anfangszeit doch recht langweiligen Alltag der Flüchtlinge bereichern können.

Hier könnte die Versöhnungsgemeinde in einer Gemeindeversammlung unter der Mitwirkung des ATSV Sebaldsbrück für Einblicke in den Alltag von Flüchtlingsunterkünften und Aufbruchsstimmung unter den Anwesenden sorgen. Neben der Flüchtlingsthematik gilt es darüber hinaus auch noch die „normalen“ Themen zu bewältigen.

Stehen den Sportlern im Allgemeinen immer weniger Hallen zur Verfügung, kämpfen die Schwimmer mit den Folgen der Schließung des Unibades. Die Trainingszeiten wurden extrem verdichtet und in die Abendstunden verlagert. Unklar ist weiterhin,

wie es bis zur Schaffung von Ersatzschwimmstätten weitergeht.

Ebenso ungeklärt ist die Situation zu den Anwohnerbeschwerden an der Sportanlage Parsevalstraße. Hier hat mittlerweile das Sozialressort die Führung übernommen, nachdem der Bereich Sport vom Innenminister zur Sozialsenatorin gewechselt hat. Es wurde erste Informationen ausgetauscht; Ende offen.

Erfreulich dagegen ist die Situation in der Geschäftsstelle des ATSV Sebaldsbrück zu bezeichnen. Mittlerweile haben sich unsere neuen Mitarbeiter Susanne Kracke und Dirk Thomas gut eingearbeitet. Im Bereich der Mitgliederverwaltung sind die Auswirkungen der verstärkt in Anspruch genommenen sozialen Hilfeleistungen extrem spürbar. Der Arbeitsaufwand ist enorm. Außerdem steigt weiterhin die Anzahl der Mitglieder mit Beitragsrückständen. Wir haben hier zwar die Unterstützung eines Inkassobüros, was uns aber nicht von der damit einhergehenden Verwaltungsarbeit befreit. Wir haben uns daher dafür ausgesprochen, die bisherigen Öffnungszeiten beizubehalten. Alle Mitglieder haben allerdings die Möglichkeit, darüber hinaus weitere Termine mit den Mitarbeitern zu vereinbaren. Damit gehen wir einen weiteren Schritt in Richtung Mitgliederservice. Die Mitgliederentwicklung ist trotz der mittlerweile vollzogenen Beitragserhöhung weiterhin konstant. Die daraus resultierenden Kündigungen sind bisher im überschaubaren Rahmen geblieben.



Bikes & Wheels Matthias Langstädtler
Zweirad-Meisterbetrieb
Sebaldsbrücker Heerstr. 170
28309 Bremen
Tel: (0421) 44 55 35

- Fahrräder, Speichenräder
- Zweiräder mit Elektroantrieb
- Bereifung, Zweiradzubehör
- TÜV-Abnahmen,
Reparaturen und Inspektionen

Öffnungszeiten:
Mo-Fr.: 9-13 + 14-18 Uhr
Sa.: 9-13 Uhr

Vielen Dank, dass Sie ihrem ATSV weiterhin die Treue halten!

Einen ersten Einblick über die Auswirkungen der Beitragsanpassung wird es auf der nächsten Jahreshauptversammlung am 16.03.2016 geben. Damit sind wir auch im Jubiläumsjahr angekommen. Der ATSV Sebaldsbrück feiert seinen 111. Geburtstag in der Zeit vom 26.-28. August 2016. Geplant sind Feierlichkeiten in einem Festzelt. Aktuell trifft sich die Arbeitsgruppe einmal monatlich. Genaue Einzelheiten folgen in der nächsten Ausgabe und natürlich auf unserer Homepage, bzw. in den sozialen- und Printmedien.

Wie immer halten wir Sie über aktuelle Entwicklungen auf unserer Webseite unter dem Menüpunkt „News“ auf dem Laufenden. Mitglieder ohne Internetzugang haben die Möglichkeit, sich während der Öffnungszeiten in unserer Geschäftsstelle zu informieren.

Für den Hauptvorstand
Jens Bunger

Dank an den Beirat Hemelingen



Nachdem wir 2013 die elektrischen Anlagen im Vereinsheim und an den angrenzenden Umkleidegebäuden auf den neusten technischen Stand gebracht hatten, haben wir 2014 diese Gebäudeteile renovieren lassen. Nun stand 2015 die Schalldämmung der Gymnastikhallendecke (Spiegelsaal) an, die vor Jahren von einem Werkraum zur Gymnastikhalle umgebaut wurde. Da die Halle nicht nur für den Sport (Gesundheitssport), sondern auch für Entspannungsübungen, Aus- und Fortbildung sowie für Workshops genutzt wird, war diese

Räumlichkeit aufgrund der Akustik, nur bedingt geeignet. Aus diesem Grund haben wir eine Akustikdecke einziehen lassen. Alle diese Maßnahmen konnten wir nur umsetzen, weil wir vom Beirat des Ortsamtes Hemelingen bei diesen dringenden Bau-tätigkeiten unterstützt worden sind.

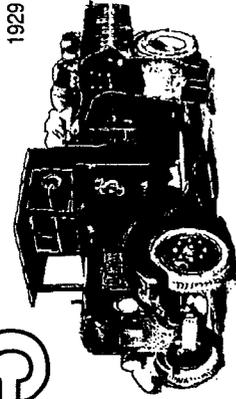
Hierfür möchte sich der Vorstand ganz herzlich bei unserem Beirat bedanken.

Ausblick:

Da die Schule Am Sattelhof nicht mehr genutzt wird, und damit auch kein Hausmeister auf dem Grundstück wohnt, steht unsere Turnhalle bei Nichtnutzung unbewacht da. Aufgrund von großen Fensterflächen und einer einfachen Eingangstür werden wir 2016 Anträge stellen, um die Sicherheit gegen Einbruch und Vandalismus zu verbessern. Rollläden an den Fenstern und der Eingangstür verbessern die Sicherheit und sorgen gleichzeitig für Sonnenschutz und Energieeinsparung.

Rainer Gerber

1925

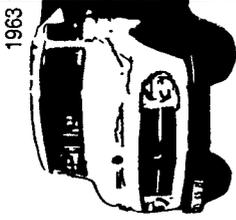


1929

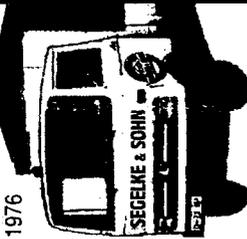
Seit 65 Jahren im Dienst unserer Kunden!



1952

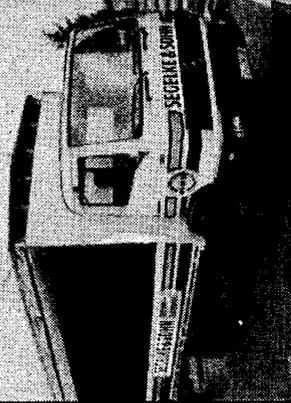


1963



1976

Unsere Auslieferungsfahrzeuge
GESTERN + HEUTE



1990

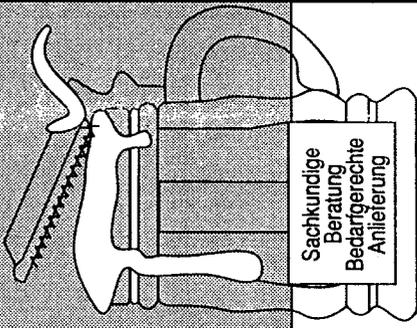
Auf diesen Partner können Sie sich verlassen

150 Getränkemarken

Aus aller Welt: Mehr als



Sudweyher Straße 25 · 28857 Syke-Barrien



Sachkundige
Beratung
Bedarfsgerechte
Anlieferung

Dirk Thomas

Geschäftsstellenkraft neben Susanne Kracke

Liebe ATSVler,

neben Susanne Kracke bin ich „der Neue“ in der Geschäftsstelle, mein Name ist Dirk Thomas. Für einige bin ich ein bekanntes Gesicht, da ich mittlerweile 29 Jahre im unserm Verein bin.

Aufgewachsen bin ich in Sebaldsbrück und so mit 7 Jahren zum Fußball in den ATSV gekommen und kurz danach auch zum Schwimmen.

In der Schwimm-Abteilung habe ich die meiste Zeit im Verein verbracht und so habe ich auch prägendste Erinnerungen an diese Zeit. Sei es an das Anfängerschwimmen bei Hans-Jürgen Marschhausen, die weiterführenden Gruppen bei Uwe Grätz oder die Wettkampfmannschaft bei Günter Scholz, bzw. später dann in der SG Vahr/Sebaldsbrück. So ist es auch nicht verwunderlich, dass ich 1998 eine Übungsleiter-Lizenz erwarb und meine Erfahrung in der Schwimmabteilung weitergegeben habe und auch heute, wenn auch in andere Form, noch tue. Beruflich bin ich seit einigen Jahren im Sport- und Gesundheitssegment tätig und habe 2012 eine Umschulung zum Sportfachmann erfolgreich abgeschlossen.



In der Geschäftsstelle bin ich, wie auch Susanne, im ständigen Kontakt mit Euch, den Mitgliedern des Vereins und kümmere mich auch primär um die Mitgliederverwaltung.

Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit und bedanke mich beim Vorstand für das Vertrauen und die Chance dieser Tätigkeit im Verein.

Euer Dirk Thomas

**50% RABATT
auf alle Leuchten aus der
Ausstellung**

Qualität und
Service
vom Fachmann!

**ACHTUNG!
Seit Januar 2014
neue Adresse**

Elektrotechnik
Bothe

GmbH & Co. KG

Elektro-Installationen · Elektro-Kleingeräte
Industrielle- und gewerbliche Wartung und
Instandsetzung
Stromerzeugungsanlagen
Anfertigung von Lampenschirmen · Leuchten-Ausstellung

Damaschkestr. 11 · 28307 Bremen · Telefon 04 21 - 45 32 43

Verkaufszeiten: Mo. - Fr. 10 - 13 Uhr

FSJ-Bericht

Die ersten Monate sind nun verstrichen und so langsam gewöhne ich mich an die gesamte Arbeitsstruktur. Nachdem ich eine wirklich relativ lange Einarbeitungszeit hatte, muss ich sagen, dass ich erst jetzt so richtig drin bin. Ich komme mit allen Leuten, mit denen ich zusammenarbeite sehr gut klar und ich hoffe, dass das auch weiterhin der Fall sein wird.

Viel hat sich bis jetzt nicht verändert, außer, dass man mehr Leute kennengelernt hat und eine Menge mehr Aufgaben bekommen hat.

Vor kurzem habe ich zum ersten Mal das Jungturnen alleine gemacht und ich muss sagen: Zum Glück war das eine Ausnahme. In der Grundschule hat es mit der Aufteilung der AG's ein bisschen

gedauert, aber jetzt ist alles im Lot. Die Arbeit mit den Kindern läuft immer besser und der Spaß ist auf beiden Seiten vertreten. Von den Fünftklässlern, bei denen ich eine Fußball AG leite kenne ich die meisten schon aus meiner Einarbeitungszeit an der Grundschule Parsevalstraße. In einiger Zeit wollen wir versuchen ein Spiel gegen 5. Klassen aus anderen Schulen zu bestreiten. Abschließend bleibt noch zu erwähnen, dass ich in der ersten Woche der Herbstferien meine Trainer-C-Lizenz erfolgreich bestanden habe.

In diesem Sinne wünsche ich allen Leserinnen und Lesern einen erfolgreichen Jahresabschluss 2015.

Tobias Koop



AN ALLE ABTEILUNGEN

Bitte pflegt das Internet mit den aktuellen Abteilungsaktivitäten



Betten - Vogt



besser schlafen in Bremen

**Schlaraffia-Matratzen Fachberatung
Daunen- und Naturhaardecken
Spezielle Allergiker Zudecken u. Matratzen
Bettenreinigung in eigener Anlage**

Ihr Spezialist für hochwertige Bettwaren u. Schlafsysteme

Sebaldsbrücker Heerstr. 120, gegenüber Kaufland; Tel. 452429

Michael Kamm

Maurermeister

Mauer - und Fliesenarbeiten

Sanierung von Bädern, Treppen und Balkonen

Vahrer Str. 32

Tel.: 0421-4094076

28309 Bremen

Fax.: 0421-4093965

mobil: 0172-4210374

**Für weitere Infos über den ATSV Sebaldsbrück Frauenfußball
informieren Sie sich gerne auf unserer Homepage,
bei Facebook unter ATSV Sebaldsbrück Frauenfußball oder
auch bei unserem Abteilungsleiter für den Frauenfußball Lars Bremer.**

Sporthalle „Beim Sattelhof“

Gesundheits- und Fitnessraum

Angebot	Wochntag	Uhrzeit
Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene	Montag	09.15 - 10.15
Rücken - und Wirbelsäulengymnastik	Montag	10.45 - 11.45** 19.00 - 20.00
Yoga	Montag	15.30 - 17.00
TaiChiChuan*	Montag	17.45 - 18.45
Sport mit geistig Behinderten	Dienstag	18.00 - 19.00
Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene	Dienstag	19.00 - 20.00
Herz in Schwung	Mittwoch	14.00 - 15.30** 15.45 - 17.15**
Stark und standsicher im Alltag*	Mittwoch	10.00 - 11.00**
Yoga	Mittwoch	18.15 - 19.45
Bewegung und Begegnung in der Krebsnachsorge - für Frauen	Donnerstag	09.00 - 11.00
Beckenbodentraining u. Rückbildungsgymnastik	Donnerstag	18.00 - 18.45
Rücken - /Wirbelsäulengymnastik*	Donnerstag	19.00 - 20.00
Bauch - Beine - Po	Freitag	9.00 - 10.00

* Ausgezeichnet mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“

** in der großen Halle

Bitte beachten Sie die aktuellen Kurszeiten auf unserer Homepage im Internet!

Gaststätte **Vereinsheim des ATSV**

Andrea & Team

Gemütlichkeit · Geselligkeit
Feste jeder Art · gepflegte Getränke

Zeppelinstraße · Telefon (04 21) 41 22 14

Geöffnet: Montag bis Freitag ab 17.00 Uhr
Samstag und Sonntag 10.00 – ? Uhr
bei Spielbetrieb durchgehend

Spaß, Bewegung und Entspannung



BECKENBODENTRAINING U. RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Frauen, die nach der Schwangerschaft die Beckenbodenmuskulatur wieder kräftigen möchten, sowie an Frauen die aufgrund einer schwachen Beckenbodenmuskulatur unter Inkontinenzbeschwerden leiden bzw. diesen vorbeugen möchten. Inhalte sind neben Kräftigungsübungen mit Pilates-Elementen, Wahrnehmungsübungen und Haltungsschulung.



Donnerstags, 18.00-18.45 Uhr



HERZ IN SCHWUNG

Herz in Schwung ist ein Bewegungsprogramm des ATSV Sebaldsbrück für Herzpatienten. Diese können mit Hilfe einer speziell ausgebildeten Übungsleiterin und unter der Aufsicht des Arztes B. Pähler-Duensing bei jeder Übungsstunde ihre körperliche Leistungsfähigkeit verbessern sowie das Vertrauen in den eigenen Körper wiedergewinnen.

Die Teilnahme an dieser ambulanten Herzsportgruppe wird von den Krankenkassen finanziell unterstützt.

Der ATSV Sebaldsbrück ist anerkanntes Mitglied im Landesverband Bremen für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen.

In 2 Gruppen findet jeden **Mittwoch** in der Zeit von **14.00 - 15.30** und **15.45 - 17.15 Uhr** in der Sporthalle „Beim Sattelhof“ statt.

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Übungsleiterin Manuela Rohde, Telefon 4789123.



BAUCH - BEINE - PO

Gezieltes Training für die Problemzonen

Nach den Rhythmen von moderner und fetziger Musik trainieren wir Bauch, Beine und Po. Teilweise benutzen wir dazu Hanteln, Therabänder oder Stepps. Im schwingvollen Aufwärmteil verbessern wir unsere Koordination.

Sporthalle Beim Sattelhof – Fitness- und Gesundheitsraum

Freitags 9.00-10.00 Uhr

Infos und Anmeldungen bei Astrid Stange, Telefon 414199

Kursbeiträge ermäßigen sich nur für Vollmitgliedschaften

▶ ▶ ▶ ▶ ▶ Infos und Anmeldung: ◀ ◀ ◀ ◀ ◀

Geschäftsstelle des ATSV Sebaldsbrück, Sebaldstraße 3 A, Telefon 41 40 59

RÜCKENGYMNASTIK/WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Gezielte Mobilisation der entsprechenden Wirbelsäulenabschnitte und Kräftigung / Stabilisation der Rücken- und Bauchmuskulatur in unterschiedlichen Ausgangsstellungen und mit verschiedenen Geräten sowie ein gezieltes alltag orientiertes Dehnungsprogramm. Ebenso spielt die Körperwahrnehmung in Form von Haltungsschulung, Entspannungs- und Atemtechniken eine große Rolle. Es werden sämtliche praxisnahe Tipps für die täglichen Alltagsbelastungen erarbeitet.



Montags, 10.45-11.45 Uhr & 19.00-20.00 Uhr

Donnerstags, 19.00-20.00 Uhr

YOGA

Hatha-Yoga ist die Bezeichnung für den reinen Körperyoga, den wir mit Hilfe ausgewogener Programme und vielfältiger Körperübungen ausführen. Yoga ist eine Methode, um Körper, Geist und Emotionen ins Gleichgewicht zu bringen und zu harmonisieren. Yoga bedient sich dabei unserer natürlichen Lebenskraft, die dem Körper innewohnt und lehrt uns, sie bewusst wahrzunehmen und zu steuern. Deshalb wird Bewegung, Atmung, Haltung, Konzentration und Meditation eingesetzt, um eine gesunde und ausgeglichene Lebensführung zu erreichen. Jeder Mensch, ob männlich oder weiblich, jung oder alt, kann Yoga praktizieren.

Montags, 15.30 - 17.00 und Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr

STARK UND STANDSICHER IM ALLTAG

- Merken Sie, dass Sie nicht mehr so sicher auf den Beinen stehen wie früher?
- Fällt es Ihnen schwerer, Treppen zu steigen, Einkaufstaschen zu tragen oder aus dem Sessel nach oben zum Stehen zu kommen?
- Empfinden Sie die Türschwellen in Ihrer Wohnung immer mehr als Hindernis?
- Spüren Sie sonstige Beweglichkeitseinschränkungen in Ihren Alltagstätigkeiten?
- Sind Sie vielleicht schon ein Mal gestürzt?



Dann sind Sie in diesem Kurs gut aufgehoben. Um im Alter möglichst lange vital und selbständig zu bleiben ist regelmäßige Bewegung ganz wichtig. In einer kleinen, überschaubaren Gruppe können Sie Ihr Gleichgewichtsvermögen und Ihre Muskelkraft verbessern und stärken, so werden Sie sich bei Alltagsverrichtungen wieder sicherer fühlen.

Dieses Angebot richtet sich vor allem an ältere Menschen, die bisher keinen oder wenig Sport betrieben haben.

Mittwochs, 10.00 - 11.00 Uhr / große Halle



TAI CHI CHUAN

Stressreduktion und Entspannung – Atem- und Entspannungsübungen Bewegungsabläufe aus dem TaiChiChuan in Verbindung mit meditativer Entspannungsmusik helfen stressbedingte Symptome wie Muskelverspannungen, Kopf- und Magenschmerzen zu lindern.

Die Sensibilität für den eigenen Körper wird verbessert und erneuten Beschwerden vorgebeugt. Einfache Atem- und Entspannungsübungen unterstützen diesen Prozess und sind in den Alltag übertragbar.

Sporthalle Beim Sattelhof – Fitness- und Gesundheitsraum
Infos und Anmeldungen bei Manuela Rohde – Telefon 4789123

Montags, 17.45 - 18.45 Uhr



BEWEGUNG UND BEGEGNUNG IN DER KREBSNACHSORGE

für an Krebs erkrankte Frauen

Freude und Wohlbefinden – trotz des ernstesten Hintergrundes – durch

- Förderung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- richtige Belastung und Entspannung
- in gemeinsamen Gesprächen mit Gleichgesinnten Erfahrungen austauschen

Das sind die Hauptthemen in diesen Übungsstunden. Ich weiß um die Sensibilität dieses Themas, würde mich aber deshalb ganz besonders auf Euer Mitmachen freuen.

Sporthalle „Beim Sattelhof“ - Fitness- und Gesundheitsraum - **Donnerstags, 9.00 - 11.00 Uhr**
Infos und Anmeldungen bei der Übungsleiterin Ingrid Freund – Tel.: 485 457 87



SPORT MIT GEISTIG BEHINDERTEN MENSCHEN

Seit Anfang 2010 haben Menschen mit einer geistigen Behinderung in unserem Fitness- und Gesundheitsraum ihre „sportliche Wirkungsstätte“ gefunden.

Vorher haben sie sich über 10 Jahre in der Turnhalle im Hallenbad Sebaldsbrück getroffen. Ende 2009 hat Heike Petzold die Gruppe übernommen und konnte sie 2010 für unsere Vereinshalle begeistern.

Heike, mache weiter so, es ist eine sehr bereichernde Arbeit mit diesen Menschen!

Heike Petzold, Telefon 45 24 97



PILATES

für Anfänger und Fortgeschrittene mit Astrid Stange

Loslassen, durchatmen, neue Energie schöpfen, den Körper stärken... das ist Pilates.

Pilates ist eine sanfte, aber effektive Trainingsmethode für den Körper und den Geist. Einzelne Muskelgruppen werden gezielt aktiviert, gedehnt und entspannt. Durch Konzentration und bewusste Atmung verbessert man die Körperwahrnehmung. Beim Pilates arbeitet man mit dem Powerhouse, unserem Energie- und Kraftzentrum. Pilates trainiert, durch das sogenannte „Powerhouse“, intensiv die Körpermitte und die tiefliegende Muskulatur. Der Rücken wird gestärkt, Muskeln werden flexibler, Gelenke beweglicher und die Atmung bewusster.

Pilates ist das Geheimnis einer schlanken Taille.

Pilates ist für jede Altersgruppe geeignet. Für Frauen und Männer.

Montags, 9.15 – 10.15 und Dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr

Infos bei Astrid Stange, Telefon 414199



**TOTO
LOTTO**
Annahmestelle

- Tabakwaren
- Schreibwaren
- Zeitschriften
- Toto und Lotto

PETER ACKERMANN

28307 Bremen
Osterholzer Heerstraße 167
Telefon 40 55 05

!!! WICHTIG !!!

Unfall-Meldungen: Zur Vermeidung von Nachteilen sind Sportunfälle unbedingt innerhalb von sechs Tagen der Geschäftsstelle schriftlich zu melden. Der jeweilige Übungsleiter sollte sich rechtzeitig die erforderlichen Formulare in der Geschäftsstelle besorgen.

Schulbescheinigungen: Für Mitglieder, die nach dem 18. Lebensjahr weiterhin eine Schule oder Universität besuchen, besteht die Möglichkeit, weiter den ermäßigten Beitrag zu zahlen. Jedoch nur unter Vorlage einer gültigen Bescheinigung.



4. Offene Norddeutsche Freiwassermeisterschaften in Mölln

Am 12.07.2015 machte sich eine kleine Delegation aus unserem Verein auf nach Mölln, um an den 4. offenen norddeutschen Freiwassermeisterschaften teilzunehmen. Freya Alessandra Ansoerge und Ragnar Diering nahmen jeweils das erste Mal teil und erhielten von ihrer Trainerin Ina Diedrichs die Vorgabe, anzukommen und vor allem Gefallen an der langen Strecke (2.500 Meter) zu finden. Angesichts unserer Trainingsbedingungen, die nicht ideal für lange Strecken sind, gebührt beiden schon für ihren Mut, sich an diese Strecke zu wagen, größter Respekt! Es herrschte leichtes Schauerwetter, man hatte kaum

Sicht (wer von uns würde da überhaupt starten wollen?), aber mit 21° Grad Wassertemperatur trotzdem sehr gute Bedingungen. Und so erreichte Freya Alessandra in 48:26,58 Minuten einen tollen 20. Platz, Ragnar schwamm sich in 43:15,35 Minuten auf einen hervorragenden 6. Platz. Beiden gratulieren wir ganz herzlich.

Pünktlich zur Rückfahrt setzte dann kräftiger Regen ein, weshalb die Stärkung vor Ort ausfiel. So wurden alle restlichen Vorräte auf der Rückfahrt vernichtet. Aber wer weiß, vielleicht war das ja trotzdem der Auftakt zu weiteren Freiwasserwettkämpfen.



Gute Stimmung am Veranstaltungstag bei Ragnar und Freya Alessandra

Ragnar Diering

Freya Alessandra Ansoerge

- • Elektroinstallation • Kundendienst • Antennenbau •
- Industrieanlagen • Steuerungsbaue

elektro jäger

... Elektrotechnik für
Haushalt und Industrie ...
... Service-Stützpunkt ...



Saeco®

Diedrich-Wilkens-Str. 84
28309 Bremen
Tel. (04 21) 45 57 94
Fax (04 21) 45 68 08

Gratulation auch an folgende Schwimmerinnen und Schwimmer zu ihren Abzeichen:

November 2014

Seepferdchen:
Milan Sperling

Dezember 2014

Seepferdchen:
Felix Tietjen
Ronja Kohlmorgen
Zejna Zeineddine
Lorena D'ostuni

Freischwimmer:
Nico Gorniak
Mika Radtke

Silber:
Leon Ahrens
Sara Yavuz
Zahide Yavuz
Elif Akpinar
Paul Hoepfner

Gold:
Lias Gerke
Philip Luca Feldmann

Januar 2015

Seepferdchen:
Aysegül Tepe
Anna Ohm

Lucy Mo Lüdemann
Ammar Faruk Yazci
Mika Tjard Seidelmann
Fiona Abels
Lea Marie Vogel

Freischwimmer:
Philemon Besong
Leandra Besong
Chiara Tepper

Gold:
Levin Camuz
Natalie Tepper

Februar 2015

Seepferdchen:
Angela Hackenberg
Mayara Herzogenrath

März 2015

Seepferdchen:
Alyssa Hackenberg

Silber:
Elif Caglayan
Enes Caglayan
Gamze Yerlikaya
Violett Schmidt

April 2015

Seepferdchen:
Umut Firdevsoglu
Emmanuel Boadu
Jamaro Zabe
Noel Beuke

Mai 2015

Seepferdchen:
Hasan Firdevsoglu

Freischwimmer:
Thilo Döring
Fiona Abels

Gold:
Vivian Maire

Juni 2015

Seepferdchen:
Lina Carlotta Grütner

Bronze:
Greta Mathilda Gerardu
Lea Marie Vogel

Silber:
Burak Esmek
Julius Biegler
Joel Mpova

September 2015

Seepferdchen:
Mario Manz
Ahmet Ekici
Merve Cetin
Jale Burkhardt
Mila Dukic

Bronze:
Noel Beuke

Oktober 2015

Seepferdchen:
Korcan Cuskun
Sinan Akgül
Efe Firdevsoglu

Bronze:
Lucy Mo Lüdemann
Umut Firdevsoglu

Hinweisen möchte ich noch darauf, dass wir gemeinsam mit unserem SG-Partner, TuS Vahr Bremen, zum ersten Mal die Landeskurzbahnmeisterschaften ausrichten (06. - 08.11.2015 im Freizeitbad Vegesack, bei Redaktionsschluss noch in vollem Gang). Im Vorfeld war die Organisation geprägt von der Situation um das Unibad (ursprünglicher Veranstaltungsort), schlussendlich konnte aber mit dem Freizeitbad in Vegesack eine perfekte Austragungstätte gefunden werden. Am 12.12.2015 findet wieder unser alljährliches Weihnachtsschwimmen statt, bei dem viele unserer

Kleinsten ihren ersten Wettkampf bestreiten. Zu guter Letzt möchte ich mich bei allen Trainerinnen und Trainern für ihre Leistung im vergangenen Jahr ganz herzlich bedanken, ohne Euch wären all diese Wettkämpfe und Abzeichen nicht möglich gewesen. Macht weiter so!

Wir wünschen allen ruhige und besinnliche Weihnachten, kommt alle gut und gesegnet ins neue Jahr!

Sebastian Triebe

Bremer Landesmeisterschaften 2015 auf der Kurzbahn



Dieses Jahr standen die Bremer Landesmeisterschaften 2015 auf der Kurzbahn unter einen besonderen Fokus unserer Startgemeinschaft mit dem TuS Vahr.

Zum ersten Mal haben wir diese Veranstaltung für den Landesschwimmverband Bremen ausgerichtet. Die Vorbereitungen begannen bereits zum Jahresanfang und wurden im September, durch die Schließung des Unibades, kurzfristig nochmal umgeworfen. Statt an zwei Tagen im Unibad wurde die Veranstaltung ins nächst größere Schwimmbad, das Freizeitbad Vegesack, auf drei Tage verlegt.

So kamen am Wochenende vom 06. - 08.11.2015, 17 Bremer Schwimmsportvereine, mit ca. 550 Teilnehmer, Betreuer, Kampfrichter und Helfer ins Freizeitbad Vegesack. Mit 2007 Einzel- und 71 Staffelstarts war dies eine der größten Landesmeisterschaften der letzten Jahre und stellte uns auch Personell auf die Probe. Der Freitag startete die Veranstaltung ungewollt etwas holprig, doch konnten wir die Probleme beheben und auch das Zusammenspiel in unserem Ausrichterteam funktionierte von Tag zu Tag reibungsloser. Aus sportlicher Sicht war die Veranstaltung hochkarätig, so wurden 4 neue Landesrekorde auf gestellt; 4x50m Lagen 1. Mannschaft

1871 **Seekamp's Gasthaus** 1996
"Centralhallen Hemelingen"
125 Jahre

Vereinslokal der SVH

Täglich warme Küche von 18.00-22.00 Uhr, außer mittwochs
Saal bis zu 250 Personen, Clubräume und Wintergarten
für Feierlichkeiten jeglicher Art, Kegelbahn, Biergarten

Hemelinger Heerstr. 27 · ☎ 45 15 65 · Fax 41 71 200

der SGS Bremerhaven in 01:53,67 Min, 200m Brust Yara Sophie Hierath (Jg. 2001, SGS Bremerhaven) in 02:35,32 Min, 800m Freistil Yara Sophie Hierath (Jg. 2001, SGS Bremerhaven) in 09:01,03 Min und 4x50m Freistil 1. Mannschaft der TSG Huchting/Blumenthal Bremen in 01:44,86 Min. Unsere Schwimmer haben jede Menge persönliche Bestzeiten aufgestellt. Die besten Platzierungen hat mit 1 Platz und somit Bremer Jahrgangsmeister Luca Gorniak (Jg. 2007) über 50m Brust in 00:55,21 Min, sowie Platz 2 über 00:54,23 Min erzielt. Ragnar Diering (Jg. 2002) erreicht über 50 S in 00:34,03 Min und über 200 Rücken in 02:51,48 Min jeweils den 3 Platz und hat sich damit als Ersatzschwimmer in

die Landesausswahl für den 10 Ländervergleich in Berlin qualifiziert. Auch Niklas Prange (Jg. 1999) erreichte einem Treppchen-Platz über die 200 Rücken in 02:40,18 Min mit dem 3. Platz.

Dank der Veranstaltungsschiedsrichter, unseren vielen Helfer, der Vereinsvorstände des TuS Vahr und des ATSV, welche die Siegerehrungen vorgenommen haben, haben wir die Veranstaltung gut über die Bühne gebracht.

Ein herzliches Dankeschön.

Eure Abteilungsleiter/in Antje Rosebrock (TuS) und Sebastian Triebe (ATSV)

Ohne Ehrenamt geht es im Sport nicht... ...die Schwimmabteilung braucht Unterstützung!

Trainerinnen und Trainer für unsere Anfänger- und Aufbaugruppen: ob mit oder ohne Vorkenntnis im Schwimmtrainerbereich spielt keine Rolle, aber der Spaß am Schwimmen und die Freude daran, den Kindern das Schwimmen beizubringen sollte vorhanden sein.

Kampfrichterinnen und Kampfrichter, die uns auf Wettkämpfen unterstützen. Idealerweise können dies Eltern sein, deren Kinder sowieso auf Wettkämpfen schwimmen. Ein Lehrgang ist erforderlich, tut aber nicht weh und dauert auch nicht lange. Schon mit einem Wettkampfeinsatz pro Jahr wäre uns sehr geholfen. Aber auch jeder andere ist herzlich willkommen.

Interesse?

**Bitte melden beim Abteilungsleiter Schwimmen, Sebastian Triebe, in der Geschäftsstelle
oder einfach die Trainer im Schwimmbad ansprechen!**

Im Namen aller Kinder, Schwimmer, Trainer ein herzliches Dankeschön!

Mitglieder kaufen bei unseren Inserenten



KINDERTURNEN

Abteilungsleiterin: Andrea Bunger, Telefon 45 34 59

Und schon wieder ist ein Jahr rum. Rückblickend war es für das Kinderturnen ein erfolgreiches Jahr, denn wir haben gleich zwei neue Übungsleiter gefunden, alle Kinderturnstunden werden gut besucht, unsere Turnhalle ist in einem sehr guten Zustand und wir haben eine Turnhalle, die wir nutzen können. Und das ist auch gut so, denn in unseren Turnstunden findet Integration statt. Ganz selbstverständlich turnen und spielen Kinder

unterschiedlicher Herkunft miteinander und lernen miteinander umzugehen. Und das wollen wir auch im nächsten Jahr so beibehalten. Wir ÜL vom Kinderturnen freuen uns auf viele schöne gemeinsame Turn- und Bewegungsstunden.

Bis dahin eine schöne Zeit und für alle einen guten Jahreswechsel.

Andrea Bunger

Wer Lust hat, bei uns mitzumachen findet Informationen auf den gelben Seiten hier im Heft, auf der Homepage des Vereins oder bei Andrea Bunger, Tel. 453459.

Jungsturnen

Das Jungsturnen am Montag zwischen 18.00 Uhr und 19.00 Uhr hat einen neuen Übungsleiter, namens Sascha Stöver.

Hier können Jungen von ca. 6-10 Jahren viel Spaß beim turnen und spielen, hauptsächlich mit Ball in der Turnhalle an der Parsevalstraße haben.



MAGIC Tischtennis Bremen

Sascha Greber · Cristian Tamas

Bei den drei Pfählen 16 · 28205 Bremen

Telefon (04 21) 4 37 71 31 · Telefax (04 21) 4 37 71 34

E-Mail bestellung@magic-tischtennis.de · www.magic-tischtennis.de



Die 15. Weltgymnastrada

Veronika und Angela aus Astrids Donnerstagsgruppe nahmen zum vierten Mal an der Weltgymnastrada in Helsinki teil. Wir flogen mit 10 aktiven und 18 Schlachtenbummlern nach Helsinki. Dort wurden wir in Schulen untergebracht. Wir schliefen mit 16 Frauen auf Luftmatratzen in einem Klassenzimmer. Es war zwar sehr eng, dafür aber feucht und fröhlich. Die Eröffnungsfeier zur 15. Weltgymnastrada fand im Olympiastadion in Helsinki statt. Das Motto lautete: „Make the Earth Move“!

Sie begannen traditionell mit dem Einmarsch der 53 Nationen wie bei den Olympischen Spielen. Auch die deutsche Delegation beteiligte sich mit 2000 Teilnehmern an diesem Einmarsch. Aufstellung war vor dem Olympiastadion (Elärntarha Field), wo schon mit den anderen Nationen fleißig getanzt, gelacht, gesungen und fotografiert wurde.

Wir trugen die offizielle Delegationsbekleidung, jeder bekam eine Deutschlandfahne und es ging los. Nach dem Einmarsch konnten alle Teilnehmer



auf den Rängen des Olympiastadions Platz nehmen und die Eröffnungsfeier der FIG genießen. Es war unbeschreiblich und nicht in Worte zu fassen. Einmal dabei, immer dabei. 10 aktive Bremer haben bei einer Großgruppenführung mitgemacht. Veronika hatte sich vier Wochen vorher leider das linke Handgelenk gebrochen und konnte nicht aktiv mitmachen.



Fleischerei B. Schwarze

»Party-Service«

Johann-Focke-Straße 1A · 28309 Bremen
Tel. (04 21) 45 30 27 · Fax (04 21) 45 00 24

E-Mail: fleischerei-schwarze@t-online.de
Internet: www.fleischerei-schwarze.de

Dafür hat sie das Ganze mit dem Fotoapparat festgehalten. Rhythusbild, Weinkistenchoreografie, Herzbild, Jugendbild, Ästhetikbild, Moderner Dance und Gymnastik mit Tuch.

Ein halbes Jahr lang haben wir für unsere Choreografie am Herzblatt geübt. Die Generalprobe war in Hanau. Es hat im Vorfeld sehr viel Spaß gemacht. Wir hatten drei Auftritte im Sonera Stadion, der dritte leider mit Regen, aber es hat trotzdem extrem viel Spaß gemacht. Vielfältige Vorführungen mitten in der Stadt: Die City Performance machen die Weltgymnastrada für die Öffentlichkeit hautnah erlebbar. 14 Gruppen haben sich aus Deutschland gemeldet um auf drei Startbühnen aufzutreten. Es war durchweg eine gute Stimmung. Helsinki war nicht gerade günstig. Wenn wir abends beim Tanzen uns eine Dose Bier 0,44 l. holten, zahlten wir 7€.

Kulturell haben wir auch sehr viel gesehen. Stadtrundfahrt, mit dem Schiff rüber auf eine von 300 Festunginseln. Unsere Füße taten abends vom vielen herumlaufen weh. Zentrales Element einer jeden Weltgymnastrada sind die Vorführungen in den Gruppen. Über 50 deutsche Gruppen haben

sich in März 2014 beworben. Daraus wurden 30 von den DTB Experten in 15 verschiedenen Vorführblöcken ausgewählt. Diese bestehen durch Lebensfreude und zeigen eindrucksvoll die Leistungsfähigkeit und Bedeutung der Turnvereine in Deutschland. Es waren großartige Shows dabei. Einige haben wir uns in der Messehalle angeguckt. Wir waren sehr begeistert von: Stedinger Turnvereine Berne „Showturngruppen“ MTV Aalen „Choice Acrobaticbewitched“ TSV Bacharach – Oldtimer TSG Abtsgmüng „Die Obstalburgerler“ unter dem Thema „Enjoy your Rhythm“ hat sich der deutsche Nachmittag fröhlich, bunt und vielfältig präsentiert. Das Choreografen-Team hat aus den Vereinen der Gruppenvorführungen und City Performance 10 Vereinsgruppen ausgewählt, mit diesen die spezifischen Vorführungen besprochen und daraus eine mitreißende Show geformt und durch spezielle Lichtperformance verstärkt in Szene gesetzt.

Es war eine einzigartige tolle Show. Wenn möglich sind wir auf jeden Fall bei der nächsten Weltgymnastrada dabei, wir sind richtig angefixt.

Eure Angela und Veronika

Krankengymnastikpraxis

Elke von Euen

Krankengymnastin · Gymnastiklehrerin

Sportphysiotherapie



Hemelinger Bahnhofstr. 39

28309 Bremen

Tel. 0421 - 48533922

Fax 0421 - 48533920

Krankengymnastik

Manuelle Therapie

Rückenschule

Behandlung nach Cyriax

Migräne-Behandlung

Massagen

Fango

Heißluft

Kältetherapie

Hausbesuche

Div. Gruppenangebote

ALLE KASSEN UND PRIVAT

Jetzt neu

**CMD/Kiefergelenk & Lymphdrainage,
medizinische Fußpflege**



**WER GESUND BLEIBEN WILL,
BRAUCHT GUTE ABWEHRKRÄFTE.
INFOS DAZU GIBT'S UNTER
WWW.AOK.DE/BREMEN.**

AOK
Die Gesundheitskasse.



Liebe Mitwanderer!

Wir sind starke Wanderer, schließlich waren wir seit Gründung der Wanderabteilung schon 540 mal unterwegs. Das soll uns erst einmal einer nachmachen. Gewandert sind wir aber mit unterschiedlicher Teilnahme: in diesem Jahr mal mit gut 30 Mitläufern im Januar in und um Osterholz (tags zuvor Sturm und Regen), mal mit mehr als 45 Teilnehmern im August (Achim-Baden). Aus der hohen Teilnehmerzahl kann man schließen, dass es etwas zu futtern gab. Anlass: die Feier eines runden Geburtstags in den Weserterrassen. Man sieht, die Gruppe lebt, und der Laden läuft im wahren Sinne des Wortes.

So z.B. auch im September, wo wir eine Woche in und um Salem wandern waren, zusätzlich ein Besuch in Stralsund. Was haben wir gesehen und erlebt? Eine Hansestadt, weite Landschaft, viel Wasser: den Kummerower See und vor allem auch den „Amazonas des Ostens“, die Peene, herrliche Alleen, das schnuckelige Schloss des Herrn von Basedow und at last not least Schloss und Park von Ludwigslust. Auch das Wetter hat uns nicht im Stich gelassen. Rundum eine gelungene Wanderreise.

Im November waren wir zum Wandern im hochherbstlichen Herrenholz und anschließend im Goldenstedter Moor zum Kranichkucken. Es war nach gruseliger Nacht herrlich sonnig und immer noch ungewöhnlich warm. Ein Wandersonntag wie gemalt. Leider ging es unserem Wanderführer Hermann nicht so gut. Er mußte kurzfristig absagen.

Wir wünschen ihm schnelle gute Besserung.

Nun kommt die Zeit der kurzen Anfahrtswege. Wir müssen mit schwierigen Straßenverhältnissen rechnen und bleiben deshalb im näheren Umfeld von Bremen. Aber wandernd kommt ist sicher gut durch den Winter.



Euer WMWittig



TANZEN

Abteilungsleiter: Peter Stegel, Telefon 47 39 29

Beide Gruppen in denen getanzt wird sind wieder gut gefüllt. Unser Werben in den letzten Monaten fürs Tanzen war nun endlich erfolgreich. Wir haben zwei neue Paare in der 18.30 Uhrgruppe und heißen sie herzlich willkommen.

Die nächste gemeinsame Aktivität beider Tanzgruppen wird unsere Weihnachtsfeier am 21.12. sein. Wir werden vor unserer gemeinsamen W^elche wie jedes Jahr zusammen tanzen. Anschließend ist Zeit zum klönen und kennenlernen der „Neuen“.

Peter Stegel

*Steuerfragen?
Neu in Sebaldsbrück*

KURT SCHOLZ GMBH

Steuerberatungsgesellschaft
Unternehmensberatungsgesellschaft

- ▶ Beratung in Steuerangelegenheiten
- ▶ Finanzbuchhaltung, Lohnbuchhaltung, Jahresabschlüsse
- ▶ Steuererklärungen
- ▶ Steuerstrafrecht
- ▶ Betriebswirtschaftliche Beratung
- ▶ Finanz- und Vermögensplanung

Helmholtzstraße 36
28309 Bremen
Telefon (0 42 1) 34 15 95
Telefax (0 42 1) 34 91 99 5 e-mail:
kurtsholz@arcor.de
www.scholzconsult.com

Ihr Team für gutes Sehen



Hemelinger Bahnhofstr.2a
28309 Bremen
Tel: 0421/451036
info@optiker-grau.de

www.optiker-grau.de

- Augenprüfung mit Sehprofil
- Individuelle Gleitsichtbrillen-Beratung
- Spezialisten für Arbeitsplatzbrillen, Sportbrillen, Kontaktlinsen und vergrößernde Sehhilfen
- Brillen-Sofort-Service
- Brillenabo – die günstige Brillenfinanzierung



PRELLBALL

Abteilungsleiter: Peter Henze, Telefon 45 68 15

Alle werden sagen, was kann denn aus solch einer kleinen Abteilung neues berichtet werden? Die dieses denken oder sagen, haben natürlich in gewisser Weise Recht. Die Aktivitäten beschränken sich auf Übungsabende, die winterliche Punktspielsaison und die Turniere. Aber,... neben dem erwähnten aktiven sportlichen Teil gibt es noch einen für uns sehr wichtigen freundschaftlichen Aspekt der Zusammengehörigkeit und vergnüglichen Freizeitgestaltung. Als eine der wenigen Gruppen finden wir uns nach dem Training im Vereinsheim zusammen, um zum Einen den Flüssigkeitshaushalt zu regulieren und zum Anderen bei netten und oft zotigen Gesprächen den Übungsabend ausklingen zu lassen. Da sehen wir unser Vereinsheim als den einzigen und richtigen Ort. Warum sonst brauchen wir dieses, unser Vereinsheim! Des Weiteren trifft sich auch ein Teil der Spieler zu besonderen Anlässen wie Geburtstage, formlosen Einladungen zu Speis und Trank sowie gemütliche Abende vor dem Turnier in Carolinensiel.

Wir sehen in dieser Kombination zwischen sportlicher Aktivität und dem gemütlichen Miteinander die richtige Mischung für fitte Rentner und auch die jüngeren Prellballer. Gerne würden wir neue interessierte Sportskollegen aus anderen Sparten

an unseren Übungsabenden begrüßen, die vielleicht den von Ihnen betriebenen Sport nicht mehr oder nur eingeschränkt ausüben können. Prellball wird bis ins hohe Alter gespielt und dabei noch mit großem Ehrgeiz. Wer mal schnuppern möchte, ist herzlich eingeladen, am Donnerstag um 19:30 Uhr, in der kleinen Parsevalturnhalle, an einem Übungsabend teilzunehmen.

Nun zum offiziellen Teil!

Natürlich haben wir während der Sommerferien die Trainingszeiten wieder in unsere Sattelhofhalle verlegen können. Das macht dann auch sehr viel Spaß, da wir nicht unbedingt um 22.00 Uhr das Gelände verlassen müssen. So bleibt noch immer etwas Zeit für ein Würstchen und eventuell auch für ein Bier. So bekommen wir die Ferienzeit gut überbrückt. Was ebenfalls nicht fehlen darf, ist die Einladung nach Carolinensiel. Über 20 mal sind wir nun schon zu unseren Freunden gefahren und haben immer ein schönes Wochenende verbracht. Am 13. November ist es dann wieder soweit. Fischteller, Turnier, Bosseltour und Grünkohl stehen selbstverständlich auf dem Programm.

Danach folgen dann noch die letzten Punktspiele in unserer Liga. Doch leider werden die Mannschaft



ten aus Altersgründen immer weniger und es ist nur noch eine Frage der Zeit, wann die Liga nicht mehr gespielt wird. Die Prellballer gehören ja auch zur großen Trimmgemeinschaft. Weihnachtsfeiern werden gemeinsam veranstaltet. Ebenso gehört auch das Grillen oder wie in diesem Jahr zum wiederholten Mal das Flammlachessen (siehe hierzu die Bilder im Internet oder im Bericht der Trimmer. Aber auch die jährlichen Fahrten in die Türkei zum Beach-Volley-Spiel. Ein Jahr Pause wurde eingelegt. Aber in diesem Jahr war es dann mal wieder soweit. Das Alba Resort Hotel in Colakli ist immer unser Ziel.



Hier bekommen wir mittlerweile auch unseren Sonderservice (Felice). Bombenwetter und schöne Volleyballspiele liegen nun hinter uns. Es wurden tolle Bekanntschaften geschlossen. Trotz unserem hohen Alter haben wir auch mit den Jüngeren gut mitgehalten und bekamen auch entsprechende Anerkennung. Selbst beim Karaoke-Abend haben wir mit unseren Gesängen die Urlauber mitgerissen. Für die Gesundheit haben wir natürlich 2x unsere Wellness-Nachmittage erleben dürfen. Tolle Erfahrung bei kleinem Geld.



Dann blieb uns noch 1 Tag um auch für die Kultur etwas zu tun. Eine Dörferfahrt mit Tonis Reisebüro hat uns die Kultur der Region näher gebracht. Abgerundet wurde die Fahrt durch das gute Wetter und die tolle Kameradschaft. Das gibt Mut für das nächste Jahr.



Nun wünsche ich allen ein geruhames Weihnachtsfest und Gesundheit für das kommende Jahr.

Peter Henze

C. ABC-Werbung Bremen

teamsport sportswear
Sport  **Caarls**

Friedr.-Ebert-Str. 27 Tel/Fax 0421-505439

TRIMMEN

Abteilungsleiter: Wilfried Lingenfelder, Telefon 41 20 05



Liebe Sportfreunde!

Auch 2015 sind wieder eine große Anzahl der Trimmer dabei, um mit viel sportlichem Ehrgeiz das begehrte Sportabzeichen zu erreichen. Da fast alle schon ein Alter haben, wo andere sich längst ruhigere Hobbys zugelegt haben, wird hier bei jedem Wetter mit Begeisterung trainiert, um die vorgeschriebenen Werte, je Altersgruppe, zu erreichen. Denn alle Teilnehmer möchten für den geleisteten Einsatz, der außerhalb der normalen Übungsstunden stattfindet, das begehrte Sportabzeichen, mit Urkunde, belohnt werden. Ein Dankeschön an Margit Uhing für die viele Freizeit, die sie ehrenamtlich mit den Teilnehmern verbringt, damit sie das Ziel erreichen. Nach bestandener Prüfung werden wir über alle, die das Sportabzeichen erlangt haben, im nächsten Heft berichten.

Der Höhepunkt des Jahres war der 08.09.2015. Otto hatte wieder einmal einen Abend organisiert, an dem es den berühmten Flammglachs gab. Viele Sportfreunde trafen sich, um einen gemütlichen Abend zu verbringen. Alle hatten viel Spaß. Natürlich wur-



den die Partnerinnen mitgebracht, so dass es alles sehr harmonisch abließ. Übrigens, Bilder sind unter www.atsv-sebaldsbrueck.de (Trimmen), anzuschauen. Interessierte, die Sport machen möchten, können sich bei uns melden. Wir freuen uns auf Euch.

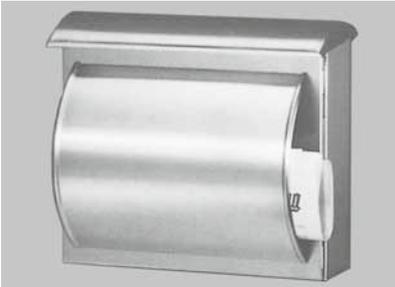
Mit sportlichem Gruß
Wilfried Lingenfelder



Am 04.12.2015 um 19.00 Uhr im Vereinsheim, findet unsere Jährliche Weihnachtsfeier der Trimmer statt. Bitte rechtzeitig anmelden.



Die freundliche Fachberatung



Hochwertige Briefkästen und Anlagen aus rostfreiem Edelstahl

Auf Wunsch Montage

Hochwertige Türbeschläge aus

- geschmiedetem Messing
- Kupfer
- Edelstahl
- Eisen



über 100 Jahre
Hastedter Heerstraße 121
Ecke Deichbruchstraße
Telefon 04 21 / 44 44 91
www.voelz-bremen.de

Voelz



SPORTABZEICHEN

Kristian Wickboldt, Telefon 43 50 288

In diesem Jahr konnten sich bereits diverse Sportler unter Beweis stellen. Besonders hervorheben möchte ich bisher die Fußballer aus unserem Verein.

Zwei Spielerinnen aus dem 1. Damen-Team überzeugten mit super Leistungen und erfüllten souverän die Bedingungen zum Erlangen des Deutschen Sportabzeichens. Aus der Fußballjugendabteilung trat die 1. D-Jugend unter ihrem Trainer Matthias Reich an. Insgesamt 11 Fußballer konnten sich erfolgreich der Aufgabe stellen und hielten am Ende nach hervorragenden Leistungen das begehrte Sportabzeichen in der Hand. Unsere Fußballer konnten beweisen, dass die Mitglieder der Fußballabteilung fit sind und durchweg gute Leistungen erbringen können. Alle anderen Mitglieder sind natürlich auch jeder Zeit willkommen. Stellt euer Können unter Beweis und erlangt durch Üben und Ehrgeiz das Deutsche Sportabzeichen.



Mit sportlichem Gruß,
Kristian Wickboldt

Kein Blumenwunsch bleibt unerfüllt

Blumenhaus & Friedhofsgärtnerei
Werner Klein & Team GmbH



28309 Bremen-Osterholz - Steinmetzenweg 6
Telefon 04 21/41 50 51 - Fax 04 21/41 50 52 - info@blumenhausklein.de



Ü-32 II

Mit drei Neuzugängen und einem Rückkehrer konnten wir unseren Kader zur Saison 2015/16 etwas auffüllen. Wie sich bisher gezeigt hat, war das auch nötig. In den ersten 3, 4 Spielen hatten wir immer genügend Spieler im Kader. Doch dann schlug das Verletzungspech gnadenlos zu. In den nächsten 3 Spielen brauchten wir Hilfe, die wir aus der 1. Ü-32 und 2. Ü-40 aber auch bekamen. Vielen Dank dafür!

Der Saisonstart bei Polizei SV wurde mit 0:4 in den Sand gesetzt, es folgte eine unglückliche Niederlage gegen OT ehe es in Brinkum den ersten Sieg gab. Es ging so weiter, mal eine Niederlage, dann einen Sieg und zwischendurch wurde auch mal unentschieden

gespielt. So stehen wir nach 8 Spielen bei 3 Siegen, 4 Niederlagen und einem Unentschieden mit 10 Punkten und 16:15 Toren auf dem 7. Platz.

Man merkt, daß die Truppe langsam ins Alter kommt. Es tut hier weh, es zwickt da und es schmerzt dort. Der Stimmung in der Truppe schadet es aber nicht, ausgestattet mit Rollator und Wanderstock ging es z. B. auf den Freimarkt. Für Februar ist eine Kohltour geplant. Und auch im „Alltag“ werden nach Training und Spiel gemeinsam einige grüne Flaschen geleert.

Harry Hirsch

Scheckübergabe



Für seine Integrationsarbeit hat der ATSV Sebaldsbrück von der DFB-Stiftung Egidius-Braun eine Unterstützung in Höhe von 500,- Euro erhalten. Dieter Stumpe, im Präsidium des Bremer Fußballverbandes als Beauftragter für Gesellschafts- und Sozialpolitik zuständig, übergab den Scheck an

Kassenwartin Andrea Singhal und den 1. Vorsitzenden Jens Bunger.

Der Betrag soll dabei helfen, Sportausrüstungen für die Integration zu beschaffen.

Unsere Abteilungsleiter im Überblick

FRAUENTURNEN

Abteilungsleiterin: Heidemarie Stegel, turnen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 47 39 29

FUSSBALL

Abteilungsleiter: Peter Schnaars, fussball@atsv-sebaldsbrueck.de Tel. (0173) 41 99 782

JU-JUTSU

Abteilungsleiter: Julia Mindermann, ju-jutsu@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. (0174) 34 32 786

KINDERTURNEN

Abteilungsleiterin: Andrea Bunger, kinderturnen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 45 34 59

LAUFTREFF

Abteilungsleiter: Hartmut Stockmeier, lauftreff@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 4118 790

PRELLBALL

Abteilungsleiter: Peter Henze, prellball@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 45 68 15

SCHWIMMEN

Abteilungsleiter: Sebastian Triebe, schwimmen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 16 11 68 20

SPORTABZEICHEN

Abteilungsleiter: Kristian Wickboldt, sportabzeichen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 43 50 288

TANZEN

Abteilungsleiter: Peter Stegel, tanzen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 47 39 29

TISCHTENNIS

Abteilungsleiter: Helge Uhing, tischtennis@atsv-sebaldsbrueck.de, Telefon 4 33 27 56

TRIMMEN

Abteilungsleiter: Wilfried Lingenfelder, trimmen@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 4120 05

WALKING

Abteilungsleiter: Helmut Brockmann, walking@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 45 69 60

WANDERN

Abteilungsleiter: Wittig Lange, wandern@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. (0 42 31) 6 29 77

VOLLEYBALL

Abteilungsleiter: Heiko Steinhauer, volleyball@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 48 40 738

VEREINSHEIM

Zeppelinstraße 54, 28309 Bremen,
vereinsheim@atsv-sebaldsbrueck.de, Tel. 412214

GESCHÄFTSSTELLE

Sebaldstraße 3A, 28309 Bremen, Tel. 4140 59, Fax 415134
Öffnungszeiten: Montag 18-19 Uhr, Dienstag 10-12 Uhr,
Donnerstag 16-18 Uhr
Sprechstunde des Vorstands: nach Vereinbarung
Internet: www.atsv-sebaldsbrueck.de, E-Mail: info@atsv-sebaldsbrueck.de

In der „Alten Apotheke“ in Hemelingen



Schumacher Lipsius

Rechtsanwalts- und Notarkanzlei

Hans-Georg Schumacher

Rechtsanwalt

Fachanwalt für Familienrecht

Fachanwalt für Miet- und

Wohnungseigentumsrecht

Dörte Lipsius

(bis 30.6.2015)

Markus Hoppe

Rechtsanwalt und Notar

Fachanwalt für Sozialrecht

Dr. Bettina Schwing

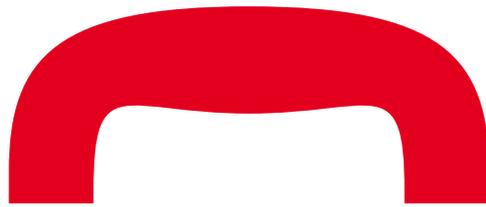
Rechtsanwältin und Mediatorin

Hemelinger Bahnhofstraße 15, 28309 Bremen

Tel.: (0421) 41 50 67/68, Fax 45 62 69

E-Mail: recht@kanzlei-schumacher-lipsius.de

www.kanzlei-schumacher-lipsius.de



DER URLAUB IN SICHT



**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihr Team vom DER Deutsches Reisebüro**

im Weserpark

Hans-Bredow-Str. 19 · t: 0421-427766 · E-Mail: bremen4@der.com

in der Galeria Kaufhof

Papenstr. 5 · t: 0421-14721 · E-Mail: bremen1@der.com

WÜNSCHE WERDEN REISE

DER