



VEREINSNACHRICHTEN DER

FTSV KOMET

BLANKENESE v. 1907 E.V.



FTSV KOMET BLANKENESE v. 1907 E.V.
www.komet-blankenese.org

	Name	E-Mail-Adresse	Telefon
Vorstand			
Vorstandsvorsitzender	Christoph Albrecht	christoph.albrecht@komet-blankenese.org	1819 65 65
Verwaltung	Ramon Erdmann	ramon.erdmann@komet-blankenese.org	
Finanzen	Raoul Richau	raoul.richau@komet-blankenese.org	0172 411 69 74
Sport	Volker Tausend	volker.tausend@komet-blankenese.org	0171 260 44 47
Kommunikation	N.N.	@komet-blankenese.org	
Informationstechnologie	Patrik Scherthan	patrik.scherthan@komet-blankenese.org	01525 348 91 01
Vereinsjugendleiterin	Vanessa Samrei	vanessa.samrei@komet-blankenese.org	0162 426 49 63
Obleute/Beauftragte			
Ältestenrat	Jochen Grote	aeltestenrat@komet-blankenese.de	87 58 64
Ehrenamt	Volker Tausend	ehrenamt@komet-blankenese.de	0171 260 44 47
Gewaltprävention	Gunnar Wetzell	psg@komet-blankenese.de	870 34 40
Datenschutz	Jens Bulnheim	datenschutz@komet-blankenese.de	1819 85 23
Clubhaus	Erich Talke	e.talke@komet-blankenese.de	87 21 09
Abteilungen			
Fußball			
Abteilungsleiter	Volker Tausend	fussball@komet-blankenese.de	0171 260 44 47
Schiri-Obmann	Erwin Klemme	sr-obmann@komet-blankenese.de	0172 815 15 52
Turnen			
Abteilungsleiterin	Claudia Neumann-Johannsen	turnen@komet-blankenese.de	81 16 92
Fitness-Center/SportLounge			
Abteilungsleiter	Felix Morawski	sportlounge@komet-blankenese.de	870 35 04
Schwimmen			
Abteilungsleiterin	Karin Behr	schwimmen@komet-blankenese.de	87 54 96
Spielmannszug			
Abteilungsleiterin	Sabine Brey	spielmannszug@komet-blankenese.de	01762 360 04 68
Volleyball			
Abteilungsleiterin	Grit Jeschonowski	volleyball@komet-blankenese.de	87 59 54
Tischtennis			
Abteilungsleiter	Volker Glenz	tischtennis@komet-blankenese.de	870 45 37
Triathlon			
Abteilungsleiter	N.N.	triathlon@komet-blankenese.de	
Geschäftsstelle			
	Britta Ladiges-Albrecht	komet@komet-blankenese.org	870 34 40
	Britta Wiechmann	komet@komet-blankenese.org	870 34 40
Fitness-Center/SportLounge			
		sportlounge@komet-blankenese.org	870 35 04
Vereinszeitung			
	Britta Ladiges-Albrecht	vn@komet-blankenese.org	
Lektorat			
	Meike Zantz	m.zantz@komet-blankenese.org	87 51 14
Gaststätte			
	Carsten Lange	clubhaus@komet-blankenese.de	870 16 14
Sportversicherung			
	Jan C. Garmatz	versicherung@komet-blankenese.de	86 34 06

Manuskripte und Bilder erbitten wir bis zum **Redaktionsschluss am 10. Februar 2023** an:

FTSV Komet Blankenese, Britta Ladiges-Albrecht, Schenefelder Landstr. 85, 22589 Hamburg

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe und Artikel (bitte mit Namen und Anschrift) gekürzt zu veröffentlichen. Sie geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck oder sonstige Wiedergaben und Veröffentlichung, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Vereins. Für unverlangt eingesendete Manuskripte oder Fotos wird keine Haftung übernommen. Nicht namentlich gekennzeichnete Fotos sind redaktionseigene Fotos.

Herstellung und Druck: PrintPoint, Schnackenburgallee 158, 22525 Hamburg

Liebe Kometerinnen und Kometer,

die besinnlichen Tage und der Jahreswechsel nahen, und es ist an der Zeit, zurückzublicken und einen Ausblick auf das kommende Jahr in diesen weiterhin außergewöhnlichen Zeiten zu wagen.

Mitgliederentwicklung

Im Jahr 2022 haben etwa 100 Mitglieder mehr als 2021 Sport bei Komet ausgeübt. Mit einer Mitgliedszahl von 2.270 zum 1. Oktober 2022 konnten wir somit fast wieder an die Höchststände vor der Pandemie anknüpfen.

Von diesen 2.270 Mitgliedern sind 56 % männlich und 44 % weiblich.

Erneut sind mit rund 53 % wieder mehr als die Hälfte der Kometer und Kometerinnen unter 18 Jahre alt. Das zeigt, wie durchdacht und attraktiv unser Angebot für Kinder und Jugendliche ist und welche tollen Angebote Komet gerade für die Jüngsten hat. Ich bin stolz auf diese seit Jahrzehnten außergewöhnliche gute Kinder- und Jugendarbeit und wünsche mir, dass diese auch zukünftig so erfolgreich weitergeführt wird.

An dieser Stelle bedanke ich mich bei allen, die Komet Blankenese die Treue halten und auch weiterhin zum Verein stehen. Das ist ein großes Zeichen der Solidarität!

Unser Vereinsleben in Zeiten von Krieg, Inflation und Pandemie

Auch wenn es für viele ein bisschen unwirklich erscheint, so hatte uns zum Anfang des Jahres 2022 die Pandemie noch voll im Griff. Wir mussten uns weiterhin fast wöchentlich mit neuen Eindämmungsverordnungen befassen zur Einschätzung der Auswirkungen auf unseren Verein und den Sportbetrieb einzuschätzen und um ggf. weitere Maßnahmen einzuleiten.

Dann kam mit dem 24. Februar 2022 der russische Angriff auf die Ukraine, und vieles wurde anders bzw. bislang Wichtiges musste in den Hintergrund treten. Auch wir spürten schnell die Auswirkungen

des Krieges auf unser Vereinsleben, weshalb wir sehr schnell beschlossen, für Geflüchtete aus der Ukraine unsere Angebote unkompliziert zu öffnen.

Aber auch in anderer Hinsicht gab es aufgrund des Überfalls auf die Ukraine erhebliche Veränderungen auf die Arbeit und die Projekte unseres Vereines. Insbesondere betrifft das unser geplantes Sport- und Trainingszentrum, das nun nicht im bisher angedachten Kostenrahmen realisiert werden kann (siehe auch weiter unten).

Daneben führte die Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen bis weit in den Frühling immer wieder zu Fragestellungen, die entsprechend der Eindämmungsverordnung zu regeln waren. Und auch in anderen Bereichen ergaben sich Umstände und Situationen, die wir als Verein nicht beeinflussen können.

Das führte und führt nach meiner Einschätzung dazu, dass in einigen Bereichen wichtige Angelegenheiten zurückgestellt werden müssen. So hatten wir bereits im Etat 2022 Mittel eingeplant für die weitere Sanierung im Clubhaus, den Einbau einer Wärmepumpe sowie die Installation einer Photovoltaik-Anlage. Leider werden wir diese Vorhaben in diesem Jahr nicht mehr realisieren können, da es schlicht an Material und verfügbaren Handwerkern mangelt.

Sport- und Trainingszentrum

Die Realisierung des Projektes lässt bedauerlicherweise weiter auf sich warten. Ich bleibe grundsätzlich positiv gestimmt, dass es uns gelingen wird, dieses Großprojekt zu realisieren, wenn ich auch noch nicht sagen kann, wann uns dies gelingen wird. Die aktuelle Entwicklung der Baukosten, die gestiegenen Kreditzinsen und nicht zuletzt die hohen Energiekosten machen es derzeit unmöglich, verlässliche Planungen durchzuführen. Sobald die Verhältnisse wieder stabiler und berechenbarer geworden sind, wird

der Vorstand den Mitgliedern einen Bau- und den Betriebsplan vorschlagen und zur Abstimmung vorlegen. Bis dahin werden wir regelmäßig prüfen, inwieweit die Planungen fortgeführt werden können.



Ehrenamt

Das Ehrenamt ist der Kitt, der unseren Verein und auch unsere Gesellschaft zusammenhält und insofern in diesen Zeiten wichtiger denn je. Bei allen Haupt- und Ehrenamtlichen bedanke ich mich herzlich für die geleistete Arbeit und den Einsatz im Jahre 2022 für Komet.

Ohne dieses Engagement kann es keine Vereine geben, auch Komet Blankenese nicht!

Zum Schluss wünsche ich Euch, liebe Kometerinnen und Kometer, friedliche und besinnliche Tage in der Weihnachtszeit, einen erfolgreichen Start ins Jahr 2023, das hoffentlich auch ein Ende des Krieges in der Ukraine bringen wird, und vor allem Gesundheit.

Ich hoffe, dass wir im nächsten Jahr unseren Sport dann wieder in einer friedlicheren Welt ausüben können.

Bis dahin bleibt gesund

Euer

Christoph Albrecht



Weihnachtskino für alle Kinder von Komet

Liebe Kometerinnen und Kometer,

ganz herzlich laden wir alle Komet-Kinder zum diesjährigen Weihnachtskino ein. Gemeinsam wollen wir uns den Film „Die Mucklas – und wie sie zu Petterson und Findus kamen“ anschauen.

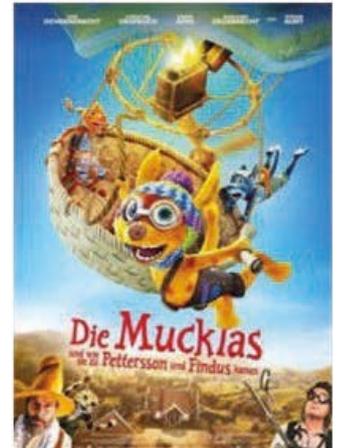
Zeit: Sonntag, 18. Dezember 2022 von 13:00 Uhr bis ca. 14:15 Uhr

Ort: Elbe-Kino, Osdorfer Landstraße 198, 22549 Hamburg

Die Eltern, die ihre Kinder begleiten möchten, zahlen bitte 5,00 € an der Kasse.

Ich freue mich auf Euer Kommen.

Eure Vanessa



Bestattungen

Rolf Eggerstedt

86 14 03

Simrockstr. 7 und Mestorfweg 14
rolf-eggerstedt@t-online.de
www.rolfeggerstedt.de

Freie Turn- und Sportvereinigung Komet Blankenese von 1907 e.V.



Clubhaus: Schenefelder Landstraße 85, 22589 Hamburg

Geschäftsstelle: Telefon: 870 34 40, Fax: 870 34 41

E-Mail: komet@komet-blankenese.org

Homepage: www.komet-blankenese.org

Öffnungszeiten (bis auf weiteres geschlossen)

Dienstag 10:15 bis 12:15 Uhr

Donnerstag 17:30 bis 19:30 Uhr

Fitness-Center: Simrockstraße 62 a, Telefon 870 35 04

Sportstätten: Clubhaus, Sportplatz Dockenhuden, Schule Musäusstraße,
Turnhalle Schenefelder Landstraße, Turnhalle Grotfendweg,
Turnhalle Frahmstraße

Abteilungen: Fitness, Fußball, Schwimmen, Spielmannszug, Tischtennis, Triathlon, Turnen,
Volleyball

Bankkonten: **Für die Beiträge**
Haspa BIC HASPDEHHXXX IBAN DE51 2005 0550 1371 1204 01

Spendenkonto
Haspa BIC HASPDEHHXXX IBAN DE10 2005 0550 1254 1242 98

Geschäftsstelle:

Britta Ladiges-Albrecht /
 Britta Wiechmann
 Schenefelder Landstraße 85,
 22589 Hamburg
 Tel.: 870 34 40
 Fax: 870 34 41
 E-Mail: komet@komet-blankenese.de

Öffnungszeiten:

Aufgrund der Coronavirus-Pandemie ist die Geschäftsstelle bis auf weiteres für den Publikumsverkehr geschlossen. Sie können mit uns in Kontakt treten, indem Sie uns Ihr Anliegen in schriftlicher Form zuschicken, Ihre Unterlagen in den Briefkasten am Clubhaus einwerfen oder uns eine E-Mail schreiben. Gern können Sie auch eine Nachricht unter Angabe Ihrer Telefonnummer auf unserem Anrufbeantworter hinterlassen; wir werden uns dann schnellstmöglich bei Ihnen zurückmelden.

Austritt und Kündigung:

Der Austritt aus dem Verein kann jeweils zum 30. Juni und 31. Dezember eines jeden Jahres erfolgen. Er ist jeweils spätestens am 15. Mai bzw. am 15. November eines jeden Jahres dem Verein

schriftlich gegenüber dem Vorstand zu erklären. Auf Verlangen erhalten Sie dann gern eine Bestätigung.

Entsprechend unserer Satzung ist eine Kündigung nur per Brief (Schriftform) möglich. Die Textform (E-Mail bzw. Fax) kann leider nicht akzeptiert werden.

Ummeldungen:

Der Wechsel von einer in eine andere Abteilung ist zum Ende eines Quartals möglich. Zusätzlich in eine neue Abteilung kann zum Anfang des Monats eingetreten werden. Bitte denken Sie auch daran, Ihr Kind bis zum Ende des Quartals vom Eltern-Kind-Turnen zum Turnen umzumelden, wenn es allein turnen kann.

Diese Änderungen müssen der Geschäftsstelle schriftlich mit einer Frist von 14 Tagen zum Quartalsende vorliegen.

Ausbildungsnachweis:

Bitte denken Sie daran, uns rechtzeitig die gültigen Lehrverträge, Schüler- und Studentenausweise vorzulegen. Wir können sonst erst im folgenden Quartal den vergünstigten Beitrag gewähren, oder es wird automatisch der Erwachsenenbeitrag eingezogen.

Eine zu spät eingereichte Bescheinigung wird nicht mehr nachträglich verrechnet.

Änderungsanzeige:

Falsche Daten verursachen eine Menge Mehrarbeit und oft Komplikationen. Bei Angabe einer falschen Adresse bekommen Sie kein Vereinsheft und sind nicht informiert.

Also, Änderungen bitte mit einer Frist von 14 Tagen zum Quartalsende der Geschäftsstelle mitteilen, damit wir termingerecht die Daten ändern können. Nehmen Sie bitte dazu den folgenden Vordruck. Danke für Ihre Hilfe!

Beitragseinzug bzw.

Rücklastschriften:

Widerrufen Sie bitte Ihren Beitragseinzug bei Beitragsunklarheiten nicht sofort, sondern setzen Sie sich erst mit der Geschäftsstelle in Verbindung.

Es können bis zu 8,50 € Gebühren entstehen, die zu Lasten des Kontoinhabers gehen.

Diese können gespart werden, wenn bei wirklich einmal unrechtmäßigem Fehleinzug eine telefonische Klärung erfolgt. Bei nicht erfolgter Lastschrift werden Sie sonst zum Rechnungszahler.



Änderungsanzeige	
	Name des Mitgliedes:
	Mitgliedsnummer:
<input type="radio"/>	Meine (unsere) Anschrift hat sich geändert und lautet jetzt:
	Straße:
	PLZ/Ort:
	Telefon:
	E-Mail:
<input type="radio"/>	Mein (unser) Konto hat sich geändert und lautet jetzt:
	Name des Kontoinhabers:
	Bank
	BIC
	IBAN
<input type="radio"/>	Sonstige Änderungen (z. B. des Familienstandes, Ummeldung von Abteilung zu Abteilung, Beginn/Ende der Ausbildung):

Ehrenveranstaltung 2022

Ehrungen der ganz besonderen Art gab es dieses Jahr am 21. November im Rahmen unserer Ehrenveranstaltung. Zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte wurden gleich zwei Mitglieder für ihren langjährigen und außergewöhnlichen ehrenamtlichen Einsatz zu Ehrenmitgliedern ernannt.

Christoph Albrecht



Lust aufs Ehrenamt bekam Christoph im Jahr 1986, als er mit der Übernahme der stellvertretenden Leitung der Fußballabteilung zum ersten Mal ein offizielles Amt bei Komet bekleidete. Später folgten die Übernahme der Abteilungsleitung und das Amt des Schiedsrichter-Obmanns. Von hier aus ging es dann recht schnell in den Vorstand – zunächst 1987 als 1. Beisitzer, 1988 als 3. Vorsitzende und 1996 als 2. Vorsitzender. 1997 wurde Christoph dann zum 1. Vorsitzenden des Vereins gewählt. Zwischenzeitlich war Christoph für einige Jahre zusätzlich als Trainer im Fußballbereich tätig. Bis heute nimmt er sich stets den Belangen des Ehrenamts an und hilft dort, wo es nötig ist.

Bereits 2005 wurde Christoph die silberne Verdienstnadel und 2013 die goldene Verdienstnadel für seine langjährige Vereinsarbeit verliehen. Seit nunmehr 25 Jahren nimmt Christoph die Leitungsfunktion im Vorstand wahr. Mit seiner Ernennung zum Ehrenmitglied wurde ihm nun unsere besondere Wertschätzung für diese außergewöhnliche ehrenamtliche Leistung für unseren Verein ausgesprochen.

An dieser Stelle noch einmal unser herzlichster Dank für insgesamt 36 Jahre ehrenamtliches Engagement!

Jörg Köster



Mit der Wahl zum 1. Beisitzer des Vorstands begann 1999 Jörgs ehrenamtliche Engagement. Nachdem er 2005 das Amt des 1. Kassenwarts des Hauptvereins übernahm, war Jörg 17 Jahre lang für die Finanzen unseres Vereins verantwortlich. Für sein nunmehr 23 Jahre währendes ehrenamtliches Engagement ist Jörg mit der Ernennung zum Ehrenmitglied ausgezeichnet worden. Wir gratulieren ihm herzlich zu dieser besonderen Ehrung.

Der Kreis unserer Ehrenmitglieder ist mit Christoph und Jörg nun auf 14 angewachsen. Bislang wurde diese Ehre folgenden aktuellen Mitgliedern zuteil:

Peter Albrecht
Günter Bielenberg
Hinrich Breckwoldt
Jochen Grote
Klaus Knieschke
Marion Knieschke
Elke Köster
Karl-Heinz Labusga
Klaus Matthias
Adele Offermann
Ingrid Schröpfer
Gunnar Wetzel.

Außerdem wurden für ihre Verdienste geehrt:

Ines Kalex erhielt den Preis als Übungsleiterin des Jahres 2022. Ines ist seit 15 Jahren Übungsleiterin im Bereich des Kinderturnens und auch als Nordic-Walking-Trainerin weiterhin mittwochs vormittags rund um den Hirschpark zu finden.

Bernd Walter Hofsäss, der den Ehren-



preis für sein Lebenswerk als Abteilungsleiter Tischtennis erhielt. Ihm ist es gelungen, die erfolgreich aufgebaute Tischtennis-Abteilung an Volker Glenz als einen würdigen Nachfolger zu übergeben und die Abteilung damit vor der Schließung zu bewahren

Unsere Jugendleiterin Vanessa Samrei



erhielt den Ehrenamtspreis des Jahres 2022 für ihre verschiedenen Angebotsinitiativen an unsere Vereinsjugend. Gerade auch in der schweren Coronazeit engagierte sich Vanessa für so manch tolle Aktion.



Ehrenveranstaltung 2022

Gleich zwei Mitglieder aus der Fußballabteilung erhielten die Ehrung als Organisator 2022.



Hier geht der Dank an **Christian Schümann** und **Daniel Brehmer** für ihren Einsatz, einen Kader für die 1. Herren aufzustellen und die Mannschaft zusammenzuhalten.

Weitere Ehrungen für ihre langjährige Treue erhielten:

65 Jahre

Wolfgang Bendfeldt

60 Jahre

Edith Hemmerling

55 Jahre

Elke Köster
Sabine Brey

50 Jahre

Marion Knieschke
Helga Schneidet
Stefan Schneidet
Michael Wendt

25 Jahre

Lea Stankiewicz
Jana Köster
Martina Ramme
Waltraud Oszkinat
Lukas Burmester
Werner Bartels
Michael Wegner
Claus Hense
Heike Luethje-Bohlen
Reinhard Kreuzig
Renate Ehlers
Bettina Hinsch

An dieser Stelle sei noch besonders zu erwähnen, dass sowohl Elke Köster als auch Marion Knieschke Ehrenmitglieder sind.



Der Ehrenabend war auch in diesem Jahr eine wunderschöne Veranstaltung, und wir hoffen, im kommenden Jahr wieder hierzu einladen zu können, um verdienten Mitgliedern für ihre Treue und ihr Engagement Wertschätzung zuteil kommen zu lassen.



Klaus Matthies für 70 Jahre Schiedsrichter geehrt



Komet-Ehrenmitglied Klaus Matthies erhielt eine ganz besondere Auszeichnung. Diesmal nicht von Komet, sondern vom **Hamburg Fußballverband (HFV)**. Er wurde am 18. November 2022 bei einer Ehrenveranstaltung vom HFV für seine 70-jährige ehrenamtliche Schiedsrichtertätigkeit geehrt.

Klaus piff im Alter von 86 Jahren sein letztes von insgesamt rund 1.700 Spielen für Komet. Seit 1951 war Klaus als Schiedsrichter für Komet unterwegs. Eine wirklich außergewöhnliche Leistung, die vom Laudator eindrucksvoll geschildert und von der Versammlung mit stehendem Applaus gewürdigt wurde.



Mit Mut zum Hut ...



Hübsch zurecht gemacht durch die Betreuerinnen Simone und Nathalie, so präsentierten sich die Komädchen-Trainer Jan und Toto. Doch da man sich ja in einem Trainingslager befand, mussten sie achtgeben, von ihren Spielerinnen weiterhin ernstgenommen zu werden ...



Am ersten Wochenende nach den Sommerferien fuhren die „großen“ Komädchen ins Trainingslager nach Krusa in Dänemark. Das hat Tradition – aus gutem Grund, denn Krusa bietet beste Trainingsbedingungen, eine gute Unterkunft sowie herzliche Gastgeber. Und so traten die Jahrgänge 2006 und 2007 bereits zum dritten Mal die Reise kurz hinter die Grenze an. Die Jahrgänge 2008 und 2009 fuhren zum zweiten Mal mit nach Krusa. Doch da sich die Gruppe im Laufe der letzten Serie quasi verdoppelt hatte, reisten die meisten C-Komädchen das erste Mal an die Flensburger Förde.

Und zum ersten Mal bekamen die Mädchen die Förde auch zu sehen. Nach vier intensiven Hitze-Einheiten am Sonnabend brachen die Komädchen kurzentschlossen nach Kollund Strand auf, wo sie sich ausgelassen in die halbwegs kühlenden Fluten warfen und ihren Spaß hatten.

Schon am Freitagabend hatten wir bis zum Einbruch der Dämmerung eine läuferisch anspruchsvolle Spielform auf dem Platz abgerissen. Da war die Sonne auch noch kraftvoll, so dass Simone und Nathalie den Trainerchen Sonnenschutz spendierten, was bei den Herren auf gewissen Widerstand stieß ...

Inhaltlich ging es einmal mehr ums Pressing, Gegen-Pressing und die Pressing-Abwehr. In Spielformen der Über- und Unterzahl war der Ball zu erobern bzw. zu verteidigen. Dabei zeigten die Mädels viele tolle Aktionen und überzeugten mit großartigen Spielzügen, präsentierten schlau bis hartnäckig durchgeführte Balleroberungen und üb-



ten sich darin, schwierige Situationen ganz bewusst zu lösen. Da war nahezu nichts Unüberlegtes mehr dabei. Das war einfach spitzenmäßig!

Diese hervorragende Trainingsleistung spiegelte sich auch am Sonntagmorgen nach zwei weiteren großartigen Trainingssessions im finalen Abschlussspiel wider. Wunderschönen Fußball haben die Komädchen auf den Rasen gezaubert!

Und all das ohne ernsthaftere Verletzungen oder sonstige unangenehme Überraschungen. Stattdessen war das Trainingswochenende geprägt u. a. von spontanem Mitternachtsfußball, von einem sehr freundlichen Miteinander der Teams, einer großartigen Betreuer-Gang und von gut behüteten Trainerchens ...



Trainingslager der D-Komädchen



Anfang September fuhren unsere D-Komädchen aus den Jahrgängen 2010 und 2011 nach Krusa/Dänemark ins Trainingslager. Krusa? Da war doch was ... Ja, richtig! Zwei Wochen nachdem die B- und C-Komädchen dort zum Training aufgeschlagen waren, wählten die Teams der Betreuer Ingo und Toto dasselbe Reiseziel.

Schließlich ist Krusa immer eine Reise wert. Tolle Unterkunft, klasse Trainings-

bedingungen, und die schöne Flensburger Förde ist nicht weit. Leider konnten nur achtzehn von dreiunddreißig Komädchen mit auf Tour kommen. Diese achtzehn aber erlebten ein ausgefülltes und schönes Wochenende – auch dank der Eltern Heike, Meike und Ulf, die das Betreuerenteam unterstützten. Trainerin Aliza war bedauerlicherweise kurzfristig krank geworden; in den Elbvororten geht auch noch etwas anderes als Covid um ...

In insgesamt acht Trainingseinheiten beackerten wir vor allem einen wichtigen Aspekt, nämlich den Blick vom Ball zu lösen. Wer kombinieren will, muss Gegner und Mitspieler wahrnehmen. Wenn dieses Training gefruchtet hat, werden wir fortan von mehr Übersicht im Spiel profitieren.

Etwas unheimlich war, dass einige der insgesamt neun Trainingsplätze von einer Rote Wildschweine durchgewühlt worden waren. Während unseres Aufenthalts zwei Wochen vorher gab es solche Verwüstungsspuren noch nicht. Die kleinen Mähroboter blieben das gesamte Wochenende über zwangsweise arbeitslos – sehr zur Freude unserer Hütchen, die keine Angst haben mussten, geschreddert zu werden ...

Auch für 2023 haben wir Krusa wieder fest im Blick. Dann aber wohl nur einmal im August.



Wir sind bunt!
Komädchen



Tag	Uhrzeit		Gruppe	Halle/Sportplatz
Turnen/Rehasport				
Herzsportgruppen				
Dienstag	09:00 - 10:30	Nordic Walking ab 75 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	Parkplatz Ellernholt/Feldweg 65
	10:45 - 11:45	Nordic Walking ab 50 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	Parkplatz Ellernholt/Feldweg 65
Mittwoch	17:00 - 18:00	Übungsgruppe ab 50 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	TH Schenefelder Landstraße
	18:00 - 19:00	Trainingsgruppe ab 75 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	TH Schenefelder Landstraße
	19:00 - 20:00	Trainingsgruppe ab 100 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	TH Schenefelder Landstraße
Donnerstag	18:00 - 19:00	Übungsgruppe ab 50 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	TH Musäusstraße
	19:00 - 20:00	Trainingsgruppe ab 75 Watt	Anerkannte Rehasport-Gruppe	TH Musäusstraße
Diabetessport				
Donnerstag	13:00 - 14:30	Diabetessport		Gymnastikraum Clubhaus
Lungensport				
Montag	15:15 - 16:15	Lungensport		Gymnastikraum Clubhaus
	16:15 - 17:15	Lungensport		Gymnastikraum Clubhaus
Freitag	09:30 - 10:30	Lungensport		Gymnastikraum Clubhaus
Orthopädie				
Montag	15:15 - 16:15	Ganzheitlicher Rehasport		Gymnastikraum Clubhaus
Dienstag	12:45 - 13:30	Wassergymnastik		Swattenweg 10
	13:30 - 14:15	Wassergymnastik		Swattenweg 10
Mittwoch	15:30 - 16:30	Orthopädiensport		Gymnastikraum Clubhaus
Freitag	08:30 - 09:30	Orthopädiensport		Gymnastikraum Clubhaus
Turnen/Fitness und Gesundheitssport				
Montag	09:30 - 10:30	Fitness easy		Gymnastikraum Clubhaus
	18:00 - 19:00	Body-Fitness		TH Schenefelder Landstraße
	19:00 - 20:00	Rückenfitness		TH Schenefelder Landstraße
Dienstag	17:00 - 18:00	Fitness easy		GH Musäusstraße
	18:00 - 19:00	Body-Fitness		TH Musäusstraße
	19:00 - 20:00	Body-Fitness		TH Musäusstraße
	20:00 - 21:00	Pilates		TH Musäusstraße
Mittwoch	08:45 - 10:15	Nordic Walking		Hirschpark/Withüs Teestube
	08:50 - 09:50	Wohlfühlgymnastik		Gymnastikraum Clubhaus
	10:00 - 11:00	Wohlfühlgymnastik		Gymnastikraum Clubhaus
	16:00 - 17:00	Seniorengymnastik		TH Schenefelder Landstraße
	16:00 - 17:00	Qigong		GH Musäusstraße
	17:00 - 18:00	Taiji		GH Musäusstraße
	18:00 - 19:00	deepWORK® und Body Forming im wöchentlichen Wechsel		Elbkinder-TH Grotefendweg
	18:00 - 19:00	Konditionstraining		GH Musäusstraße
	19:00 - 20:00	Rückenfitness		Elbkinder-TH Grotefendweg
Donnerstag	08:30 - 10:00	Nordic Walking	1. Do. im Monat Sandmoorweg	Parkplatz Ellernholt/Feldweg 65
	16:45 - 18:15	Feldenkrais		Gymnastikraum Clubhaus
	18:00 - 19:00	Body-Fitness		GH Musäusstraße
	20:00 - 21:00	Fitness-Surprise		TH Musäusstraße
Freitag	10:30 - 11:30	Faszientraining		Gymnastikraum Clubhaus
	18:00 - 19:00	Body-Fitness		TH Musäusstraße
	19:00 - 20:00	Rückenfitness		TH Musäusstraße
Turnen/Yoga				
Montag	18:15 - 19:45	Kundalini-Yoga		Gymnastikraum Clubhaus
Dienstag	08:30 - 10:00	Hatha-Yoga		Gymnastikraum Clubhaus
	17:30 - 19:00	Yoga und Beckenbodentraining		Gymnastikraum Clubhaus
	19:00 - 20:30	Yoga und Beckenbodentraining		Gymnastikraum Clubhaus
Mittwoch	17:00 - 18:30	Yoga für jedes Alter		Gymnastikraum Clubhaus
	19:00 - 20:30	Hatha-Yoga		Gymnastikraum Clubhaus
	19:00 - 20:20	Power-Yoga		GH Musäusstraße
Freitag	16:30 - 18:00	Vinyasa-Yoga		Gymnastikraum Clubhaus
Turnen/Tanzen				
Mittwoch	19:00 - 20:30	Standard und Latein	Anfänger/Wiedereinsteiger	Aula Musäusstraße
	20:20 - 21:50	Jazz Dance für Erwachsene	Anfänger/Fortgeschrittene	TH Musäusstraße
Turnen/Karate				
Mittwoch	20:00 - 21:30	Japanische Kampfkunst	Erw. und Jugendl. ab 15 Jahre	Elbkinder-TH Grotefendweg

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle/Sportplatz	
Turnen / Eltern-Kind, Kinder, Jugendliche				
Montag	14:30 - 16:00	Schulsport/Gerätelandschaft	Kinder 6-10 Jahre	TH Schenefelder Landstraße
	16:00 - 17:00	Spielen-Toben-Klettern	Kinder 3-6 Jahre	TH Schenefelder Landstraße
	17:00 - 18:00	Spielen-Singen-Klettern	Familienstunde ab 1 1/2 Jahre	TH Schenefelder Landstraße
Dienstag	16:00 - 17:00	Spielen-Singen-Klettern	Eltern-Kind ab 1 1/2 Jahre	TH Musäusstraße
	17:00 - 18:00	Spielen-Toben-Klettern	Kinder 3-6 Jahre	TH Musäusstraße
Mittwoch	14:30 - 16:00	Schulsport/Gerätelandschaft	Kinder 6-10 Jahre	TH Musäusstraße
	16:00 - 17:00	Spielen-Singen-Klettern	Eltern-Kind ab 1 1/2 Jahre	TH Musäusstraße
	17:00 - 18:00	Fit Fun, Geräte und Spiele	Kinder ab 6-9 Jahre	TH Musäusstraße
	18:00 - 19:00	Teen Fit	Kinder ab 10 Jahre	TH Musäusstraße
	19:00 - 20:20	iDance Class	Jungen und Mädchen ab 12 Jahre	TH Musäusstraße
Donnerstag	16:00 - 17:00	Spielen-Toben-Klettern	Kinder 3-6 Jahre	TH Schenefelder Landstraße
	17:00 - 18:00	Spielen-Singen-Klettern	Familienstunde ab 1 1/2 Jahre	TH Schenefelder Landstraße
	16:00 - 17:00	Kinder-Yoga und Dance	Jungen und Mädchen 6-9 Jahre	GH Musäusstraße
	17:00 - 18:00	Teen-Yoga	Jungen und Mädchen 10-14 Jahre	GH Musäusstraße
Freitag	15:00 - 16:00	Spielen-Toben-Klettern	Kinder 3-5 Jahre	TH Musäusstraße
	16:00 - 17:00	Spielen-Singen-Klettern	Eltern-Kind ab 1 1/2 Jahre	TH Musäusstraße
	17:00 - 18:00	Fit Fun, Geräte und Spiele	Kinder 6-9 Jahre	TH Musäusstraße
Tischtennis				
Montag	17:30 - 19:15	Punktspiel und Training Jugend		TH Musäusstraße
	19:00 - 22:00	Training Hobbygruppe		GH Musäusstraße
	19:15 - 22:00	Punktspiel 2. Herren und Training Erwachsene		TH Musäusstraße
	19:00 - 22:00	Punktspiel 1. und 4. Herren		Schule Barlsheide
Dienstag	19:00 - 22:00	Training Hobbygruppe		GH Musäusstraße
Mittwoch	19:00 - 22:00	Punktspiel 3. Herren		Schule Barlsheide
Donnerstag	19:00 - 22:00	Training Jugend		GH Musäusstraße
Freitag	19:00 - 22:00	Training Jugend, Erwachsene und Hobbygruppe		GH Musäusstraße
Fußball				
Montag	20:00 - 21:30	1. Frauen		Dockenhuden Platz 2
	20:00 - 21:30	2. Frauen		Dockenhuden Platz 2
Dienstag	19:45 - 21:15	1. Herren		Dockenhuden Platz 2
	19:45 - 21:15	2. Herren		Dockenhuden Platz 2
Mittwoch	18:30 - 20:00	2. Senioren		Dockenhuden Platz 2
	19:30 - 21:00	1. Senioren (Ü60)		Dockenhuden Platz 3
	20:00 - 21:30	1. Alte Herren		Dockenhuden Platz 2
	20:00 - 21:30	3. Senioren		Dockenhuden Platz 2
Donnerstag	19:45 - 21:15	1. Herren		Dockenhuden Platz 2
	19:45 - 21:15	1. Frauen		Dockenhuden Platz 2
	19:45 - 21:15	2. Frauen		Dockenhuden Platz 2
Freitag	20:00 - 21:30	2. Herren		Dockenhuden Platz 2
Fußball Jugend				
Die Trainingszeiten der Mannschaften finden Sie auf unserer Homepage.				
Das Training findet vom März bis Oktober auf der Sportanlage Dockenhuden statt.				
Cheerleading				
Donnerstag	17:00 - 18:30	Cheerleading		Elbkinder-TH Grotefendweg
Volleyball				
Montag	20:00 - 22:00	Mixed Gruppe		TH Schenefelder Landstraße
Mittwoch	20:00 - 22:00	Mixed Gruppe		TH Schenefelder Landstraße
Freitag	16:00 - 18:00	Jugendliche ab 15 Jahre		TH Schenefelder Landstraße
Spielmannszug				
Dienstag	18:00 - 20:30	Spielmannszug		STS Blankenese Frahmstraße
Schwimmen				
Montag	16:00 - 17:00	Seepferdchen bis Silber		Schwimmbad Simrockstraße
	16:00 - 17:00	Silber bis Gold		Schwimmbad Simrockstraße
	17:15 - 18:00	Nichtschwimmer		Schwimmbad Simrockstraße
	19:00 - 20:00	Erwachsene		Schwimmbad Simrockstraße
Dienstag	15:15 - 16:00	Integratives Schwimmen	Wassergewöhnung Anfänger	Schwimmbad Schule Hirtenweg
	16:00 - 16:45	Integratives Schwimmen	Seepferdchen	Schwimmbad Schule Hirtenweg
Mittwoch	18:00 - 19:00	Jugendliche		Schwimmbad Simrockstraße
Fitness-Center				
Montag	16:00 - 20:00	Fitness-Center		Fitness-Center Simrockstraße 62
Dienstag	16:00 - 20:00	Fitness-Center		Fitness-Center Simrockstraße 62
Mittwoch	16:00 - 20:00	Fitness-Center		Fitness-Center Simrockstraße 62
Donnerstag	16:00 - 20:00	Fitness-Center		Fitness-Center Simrockstraße 62
Sonabend	14:00 - 18:00	Fitness-Center		Fitness-Center Simrockstraße 62
Triathlon				

Nordic-Walking-Gruppen auf Wandertour in Mannheim

Zum fünften Mal in Mannheim, um den Pfälzer Wald und den Odenwald zu erkunden! Ich als Neuling, der erst seit zwei Jahren bei Komet in der Nordic-Walking-Gruppe ist, war zum ersten Mal dabei und habe es total genossen.

Warum eigentlich alle drei Jahre immer wieder Mannheim? Nun, weil dort Juttas Eltern leben, die jetzt zum fünften Mal für uns Wandertouren, kulturelle Aktivitäten und gemeinsame kulinarische Genüsse vorbereitet haben – eine hervorragende organisatorische Leistung, für die wir uns tausendfach bedanken. Diese Meisterleistung der Logistik bewundere ich vor allem deshalb, weil parallel für zwei Gruppen Touren organisiert wurden, eine mit längeren und eine andere mit kürzeren Strecken, die dann aber zu gemeinsamen Besichtigungen und gemeinsamem Essen wieder zusammengeführt werden mussten.

Tag 1: Am 29. September ging es los, Treffpunkt S-Bahnhof Iserbrook, weiter mit dem ICE von Hamburg nach Mannheim. Im Zug begann dann der gemeinsame Ausflug von uns 25 Wanderfreunden und -freundinnen sogleich mit Sektumtrunk, Kuchen, Snacks und Süßigkeiten, die herumgereicht wurden. In Mannheim wurden wir sehr herzlich von Juttas Eltern Ruth und Peter als alte Bekannte begrüßt, und auch ich als „Frischling“ wurde in die allgemeine Wiedersehensfreude herzlich mit einbezogen.

Unsere Wanderreise begann an diesem Nachmittag mit einem längeren Spaziergang am Neckar entlang, vorbei am Wasserturm, dem Wahrzeichen Mannheims. Ein weiteres Wahrzeichen Mannheims sind dort freilebende Kanarienvögel – grüne Halsbandsittiche, erkennbar an ihren lauten, charakteristischen Vogelstimmen, aber in den hohen Bäumen mit bloßem Auge schwer zu entdecken. Der Neckar bei Mannheim sieht aus wie ein schnurgerader Kanal, eben eine für die Schifffahrt ausgebaute Wasserstraße, und der Uferbereich des Neckars war eine kilometerlange Baustelle, kein sehr romantischer Anblick für einen Spaziergang. Aber für die Zukunft lässt diese Baustelle hoffen: Denn für die Bundesgartenschau 2023 soll der

Fluss renaturiert werden, d. h. seinen natürlichen Lauf und vor allen Dingen zahlreiche Auen wieder erhalten. Der wohlverdiente Abschluss der kilometerlangen Baustellenwanderung war das Abendessen im Restaurant „MaRuBa“, wo viele es sich nicht nehmen ließen, gleich am ersten Abend das Pfälzer Nationalgericht, den Saumagen, auszuprobieren. Mir schmeckte er köstlich! Nach langem Klönschnack und einer Nachtwanderung durch Mannheim fielen wir ermattet in die Betten.

Tag 2: Auf in den Odenwald! Mit der S-Bahn ging es von Mannheim auf den Hängen des südlichen Odenwalds immer parallel zum Neckar nach



Neckarzimmern (für die eine Gruppe) und weiter bis Gundelsheim (für die andere Gruppe). Ein kleiner Vergleich mit S-Bahn-Fahrten in Hamburg: Die Strecke von Mannheim bis Heidelberg dauerte 15 Minuten, das sind zwei Minuten weniger als von Iserbrook bis Altona, und schon ist man in einer anderen Stadt. Es war ein strahlender Sonnentag, und allein die S-Bahn-Fahrt mit wunderschönem Ausblick auf den sich windenden Neckar war schon eine touristische Attraktion, das totale Kontrastprogramm zu dem Spaziergang am Abend vorher entlang dem schnurgeraden Neckar mit Baustellenoptik. In Mosbach-Neckarelz mussten wir umsteigen und hatten vierzig Minuten Aufenthalt, und was machen die Nordic-Walking-

Gruppen mit dieser erzwungenen Wartezeit? Natürlich Aufwärmgymnastik unter Anleitung von Ines und Jutta!

In Neckarzimmern trennten sich die Wege der beiden Gruppen, und dank der außergewöhnlichen Gastfreundschaft von Juttas Eltern hatten wir ortskundige Wanderführer. Ruth begleitete die Gruppe zu den Events in Gundelsheim – dem Schloss mit wunderbarer Aussicht, einem Spaziergang am Neckar, in ein traditionsreiches Café mit Schokoladenmanufaktur und zum Siebenbürgischen Museum.

Peter führte uns in einem steilen Aufstieg zur Burg Hornberg, die im 16. Jahrhundert im Besitz von Götz von Berlichingen war. Danach gehörte sie bis zum heutigen Tag dem Adelsgeschlecht derer von Gemmingen-Hornberg. Wir hatten die Ehre, vom Neffen des Eigentümers und Burgherrn Baron Dajo von Gemmingen-Hornberg durch die Burg und das Museum geführt zu werden und bekamen interessante Einblicke in das abenteuerliche Leben des skrupellosen Raubritters Götz von Berlichingen. Außerdem erfuhren wir, dass Burg Hornberg seit 1184 Weingut und damit das zweitälteste der Welt ist. Der Neffe des Burgherrn ließ es sich nicht nehmen, uns nach der Führung spontan zu einer kleinen Weinprobe einzuladen, die uns viel Spaß und Genuss bereitete.

Bei strahlend schönem Spätsommerwetter ging unsere Wanderung von Burg Hornberg weiter über den Michaelsberg mit seiner kleinen Kapelle nach Gundelsheim, wo wir in der Besenwirtschaft „Weinbau Pavillon“ mit der zweiten Gruppe zusammentrafen. (Neu dazu gelernt: eine Besenwirtschaft ist ein Weinausschankbetrieb, in dem der Erzeuger seinen selbst erzeugten Wein ausschenken darf.) In unserem Fall war die Besenwirtschaft ein exzellentes Res-



Wandertour

taurant, in dem das Essen in der Scheune stattfand und wo wir mit ca. 30 Leuten (Juttas Familie war auch dabei) an einem einzigen langen Tisch saßen. Nach den kulinarischen Genüssen und vielen Gesprächen ging es mit der S-Bahn zurück nach Mannheim – bedauerlicherweise zu diesem Zeitpunkt im Dunkel,



so dass wir die schöne Aussicht entlang der Strecke nicht mehr genießen konnten.

Tag 3: Hinauf, hinauf zum Schloss! Das war der Slogan der Demokratiebewegung, die Aufforderung zu einer Demonstration und Versammlung am 27. Mai 1832, der 30.000 Menschen folgten – zum Hambacher Fest. Wir dagegen fuhren gemütlich mit S-Bahn und Bus zum Hambacher Schloss und haben dort, in zwei Gruppen aufgeteilt, bei einer Führung viel gelernt über die damalige historische Situation und den Kampf für Freiheitsrechte. Angeführt wurde der interessante Rundgang von Herrn Philipp Jakob Siebenpfeiffer (1789-1845), seines Zeichens Jurist, politischer Journalist und Kämpfer für die Pressefreiheit. Er berichtete aus seinem Leben und von den politischen Bewegungen seiner Zeit. Siebenpfeiffer wollte keine Gewalt, um die Verhältnisse zu ändern, alles sollte nur mit friedlichen Mitteln geschehen. So präsentierte er uns stolz seine einzige Waffe, eine Druckerpresse. Beeindruckend – weil erschreckend aktuell – waren für mich seine letzten Worte auf der Abschlusskundgebung des Hambacher Festes: *„Es lebe das freie, das einig Deutschland! Hoch leben die Polen, der deutschen Verbündet! Hoch leben die Franken, der deutschen Brüder, die unsere Nationalität und Selbstständigkeit achten! Hoch lebe jedes Volk, das seine Ketten bricht und mit uns den Bund der Freiheit schwört! Vaterland – Volkshoheit – Völkerbund hoch!“* (Die Polen kämpften 1830/1831 für die Unabhängigkeit ihres Landes gegen die russische Besat-

zungsmacht, im Herbst 1832 wurde Polen wieder eine russische Provinz; in Frankreich führte die Julirevolution 1830 zum endgültigen Sturz der Bourbonen, das Bürgertum ergriff die Macht in einem liberalen Königreich.) Herr Siebenpfeiffer verabschiedete sich von uns singend und Gitarre spielend mit dem von ihm selbst gedichteten Lied „Hinauf, Patrioten zum Schloss, zum Schloss...“. – Mich hat es sehr beeindruckt, das Hambacher Fest, die Wiege der deutschen Demokratie, so konkret und hautnah miterleben zu können.

Zurück in die Gegenwart: Vom Hambacher Schloss führte unsere Wanderung zum „Zeter Berghaus“, einer gemütlichen Hütte im Pfälzer Wald mit herrlichem Ausblick auf die Weinanbaugebiete der Pfalz. Es regnete leicht, was aber



auch unser Glück war, denn so war die Hütte nicht gerammelt voll wie sonst an Sonnabenden. Wie in allen Hütten bediente man sich hier selbst; wir ließen uns ein leckeres Mittagessen schmecken und tranken dazu bevorzugt Weinschorle. Und nicht zu vergessen, Juttas Eltern, Cousine und Tochter waren auch dabei, es war also nicht nur ein Nordic-Walking-Event, sondern auch eine Familienzusammenkunft. Der fulminante Höhepunkt des Tages war die Rede von Jutta, in der sie über ihre Wandererfahrungen als Kind und Jugendliche mit Blaubeerenpflücken und Pilzesammeln berichtete.

Die nachmittägliche Wanderung führte uns vom „Zeter Berghaus“ wieder zum Hambacher Schloss und weiter durch den Pfälzer Wald nach Neustadt, von wo aus es mit der S-Bahn nach Mußbach zum Hoffest beim neuen Wein in der Winzergenossenschaft ging. Jetzt regnete es richtig, der Hof war zwar mit einer

Zeltplane überdacht, aber der Regen peitschte und leckte von allen Seiten herein. Allen Widrigkeiten zum Trotz haben wir uns in Selbstbedienung gut versorgt. Angesichts der Größe unserer Gruppe haben wir den Federweißen der Einfachheit halber gleich aus großen Plastikkanistern serviert, während Ines uns ständig mit neuen Flammkuchen versorgte. Mit dem Bezahlen hatten wir keine Probleme, denn unsere Finanzmanagerin Ines hatte durch kluges Wirtschaften bei dem Einkauf von Nahverkehrstickets einen Überschuss in der Finanzkasse, der für das Hoffest eingesetzt wurde. Dann zum letzten Mal zurück mit der S-Bahn nach Mannheim und eine letzte Nacht im Hotel.

Tag 4: Bei Regen und durch tiefe Pfützen watend ging es zum Mannheimer Schloss. Aufgeteilt in zwei Gruppen erwartete uns eine historische Führung durch Zeitgenossen. Unsere Gruppe wurde von einem schottischen Musiker und Komponisten (Robert Archibald Smith, 1780-1829) durch



das prächtige Barockschloss geführt. Er erzählte uns in gutem Deutsch und mit einem sympathischen britischen Akzent viel über das Leben am Badischen Hof. So erfuhren wir viel Interessantes über die Familien, das Liebesleben, die Machtkämpfe sowie Intrigen und die kulturellen Aktivitäten der Großherzoge und Großherzoginnen. Besonders begeistert war Mister Smith von der Förderung der Musik und der Wissenschaft in Mannheim; im Hofmusikraum des Mannheimer Schlosses gastierte beispielsweise auch Mozart. – Schließlich versammelten wir uns alle in der Schlosskapelle. Der Weg zurück in die Gegenwart und nach Hamburg stand unmittelbar bevor.

Der Überschuss in der Finanzkasse finanzierte den Reiseproviand wie Laugenbrezeln, und während der Zugfahrt

Wandertour



wurden erste Fotos ausgetauscht und

sich an die gemeinsamen Ausflüge zurückerinnert. Ines und Jutta, Ruth und Peter sei ganz herzlich gedankt für die hervorragende Organisation dieser herrlichen Ausfahrt.

Hoch leben die Gastfreundschaft und das ehrenamtliche Engagement! Hoch lebe der Wandersport und die Schönheit

der Natur in Odenwald und Pfälzer Wald! Hoch leben die deutsche Demokratie und unser kulturelles Erbe in Musik, Wissenschaft, Dichtung und Kunst!

(Verfasst von Brigitte)

Denk doch mal an dich!



„Huch, schon kurz vor vier?! Schnell die kleinen Turnschuhe eingepackt und das Kind im Auto angeschnallt. Hab ich an die Trinkflasche gedacht? Noch eine Extra-Windel dabei? – Egal, wir sind eh schon zu spät dran. Was ist, wenn sie Hunger bekommt? Na los, ab jetzt zum Kinderturnen! Hoffentlich ist ihre kleine Freundin auch da. Vielleicht haben Oma oder Opa ja nächste Woche wieder Zeit? Ist auch schon ganz schön dunkel jetzt ...“

Dir kommt das bekannt vor? Weißt Du eigentlich, dass auch Du mal eine kleine Auszeit verdienst? Dir etwas Gutes tun darfst? Nur für dich? Neben all der Zeit, die wir gerne für unsere Kinder oder Enkel aufbringen, dürfen wir eins nicht ganz vergessen: Auch wir als Eltern und Großeltern haben das Recht auf ein bisschen Ausgleich, auf eine Stunde, die wir nur uns und unserem Körper widmen. Das Recht darauf, einmal tief durchzuatmen und neue Kraft zu schöpfen, um wieder voll und ganz für unsere Kinder und Enkel da sein zu können.

Unsere Turnabteilung bietet dazu viele wunderbare Stunden an, die noch einen Platz haben – für DICH

Schau doch mal in unsere Angebote für Erwachsene rein! Du willst den Kopf frei bekommen und gleichzeitig **FIT BLEIBEN**? Dann sind unsere Fitnessangebote genau das Richtige für Dich.

Der **Montag** startet dynamisch mit Easy Fitness von 9:30 bis 10:30 Uhr. Die Fitness-Stunde am **Dienstag** von 18:00 bis 19:00 Uhr bzw. von 19:00 bis 20:00 Uhr oder aber die Pilates-Stunde von 20:00 bis 21:00 Uhr könnte auch für Dich etwas sein.

Am **Mittwoch** gibt es einen intensiven Deep Body Workout von 18:00 bis 19:00 Uhr und anschließend die Rückenfitness-Stunde um 19 Uhr. Ebenfalls am **Mittwoch** findet von 19:00 bis 20:20 Uhr Power-Yoga statt, welches selbst ein paar Männer in den Yogabann gezogen hat. Von 20:00 bis 21:30 Uhr darfst Du Dich in Karate probieren oder mit Partnerin/Partner beim Standard- und Lateintanz von 19:00 bis 20:30 Uhr das Tanzbein schwingen.

Der **Donnerstag** bietet von 18:00 bis 19:00 Uhr Easy Fitness und von 20:00 bis 21:00 Uhr Fitness Surprise mit wechselnder Trainerin bzw. wechselndem Trainer.

Am **Freitag** kannst Du Dich von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Fitness und von 19:00 bis 20:00 Uhr in der Rückenfitness ausprobieren.

Natürlich darfst Du auch die etwas **RÜHIGEREN ÜBUNGSSTUNDEN** testen, wenn du den ganzen Tag schon viel um die Ohren hattest. Dann genieß die Zeit nur für Dich in folgenden Gruppen:

Hatha-Yoga am **Dienstag** von 8:30 bis 10:00 Uhr sowie abends Yoga & Beckenbodentraining um 17:30 Uhr und um 19:00 Uhr.

Yoga für jedes Alter wird am **Mittwoch** um 17:00 Uhr angeboten. Außerdem bietet Komet mittwochs Qigong und Taiji einmal um 16:00 Uhr und einmal um 17:00 Uhr an.

Schon einmal Feldenkrais ausprobiert? Deine Chance dazu gibt es am **Donnerstag** von 16:45 bis 18:15 Uhr. Vinyasa-Yoga findet am **Freitag** von 16:30 bis 18:00 Uhr statt.

Und falls Du etwas **SPEZIELLERES** für Deine Gesundheit brauchst: Unser **Rehasport** – Lunge, Orthopädie, Diabetes und Wassergymnastik – ist für alle Mitglieder geöffnet. Da wir aus dem Abrechnungssystem mit den Krankenkassen ausgestiegen sind, können wir nun diese Angebote auch für Kometerinnen und Kometer ohne Verordnung öffnen. Der Unterricht wird nach wie vor von unseren speziell ausgebildeten Rehasport-Trainerinnen und -trainern betreut und in Kleingruppen durchgeführt.

Alle Angebote findest Du im Innenteil. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

Es ist Zeit, auch mal an sich selbst zu denken!



Wir waren dabei – Active City im Elbe Einkaufszentrum



Jeder in den Elbvororten kennt das beliebte Elbe Einkaufszentrum (EEZ) in Osdorf. Der als Shoppingparadies bekannte Anziehungspunkt für viele Hamburger und Schleswig-Holsteiner verwandelte sich in diesem Sommer anlässlich der Hamburger Active City Days unter dem Motto „Hamburg bewegt sich“ für zwei Wochen lang in eine Bühne. Selbstverständlich hatten auch wir uns beim Veranstalter für zwei tolle Performances angemeldet.

Denn wenn es um sportliche Veranstaltungen im Hamburger Westen geht, darf Komet Blankenese natürlich nicht fehlen!

Am Sonnabend, dem 18.06.2022 und am Donnerstag, dem 23.06.2022 hatte die Turnabteilung im EEZ ihre großen Auftritte. Tanztrainer Alois und die Mädels seiner IDance Class glänzten mit einer Reihe wundervoller Choreografien und brachten die Zuschauer zum Staunen und Jubeln. Zum Schwitzen geriet hingegen die Fitness-Gruppe von Trainerin Meike, die bei sommerlichen Temperaturen eines ihrer Fitnessprogramme vorstellte. Zahlreiche Menschen blieben stehen und verfolgten gespannt und mit großem Interesse die Vorführungen. „Ein tolles Format, um sich ein Bild davon zu machen, was genau die Sportvereine



anbieten,“ sagte eine beeindruckte Besucherin. Die Zuschauer waren begeistert und viele informierten sich direkt vor Ort über unseren Verein. Die neu gedruckten Flyer, die Claudia fleißig verteilte, fanden großen Anklang, und vom Veranstalter wurde Komet für seine großartigen Darbietungen sehr gelobt.

Unser großer Dank gilt Alois und Meike sowie ihren Gruppen für die aufgewendete Zeit und die tollen Aufführungen. Nächstes Mal werden wir auf jeden Fall wieder dabei sein!

Die Bilder der Tanzgruppen sind von Nils Kramer – Photo Design.

Erfolgreiche #BEACTIVE-Woche bei uns



Vom 23.-30. September 2022 war es wieder so weit: Die #BEACTIVE-Schnupperwoche in unserem Sportverein fand statt. Diese groß angelegte von BEACTIVE Deutschland (www.beactive-deutschland.de) initiierte nationale Aktion wird mit tollen Werbemaßnahmen und vielen Tipps für Vereine unterstützt. Das Ziel der Aktion ist es, den Menschen das Angebot der Vereine näherzubringen und ihnen die Gelegenheit zum Ausprobieren zu geben. Bei der #beactive-Woche bekommt jede/jeder die Möglichkeit, neue Sportarten für sich zu entdecken und ganz kostenfrei zu testen. Komet ging mit

großartigen Angeboten aus der Turnabteilung an den Start: zehn Angebote für Erwachsene, sechs für Kinder und Jugendliche sowie fünf Angeboten für die „Golden Ager“. Mit Plakaten, Posts auf Social Media und einer Ankündigung in den Vereinsnachrichten war zuvor auf die Schnupperwoche aufmerksam gemacht worden. Anmelden konnte man sich auf unserer Webseite.

Und die Angebote wurden fleißig genutzt. „Wir konnten einige neue Mitglieder durch die diesjährige Aktion gewinnen“, freut sich Claudia, Leiterin der



Turnabteilung. „Es freut mich, dass wir dieses Mal Anmeldungen aus allen Altersgruppen erhalten haben und dass wir einige Teilnehmer dank der Schnupperstunden als neue Mitglieder gewinnen konnten. Nächstes Jahr sind wir auf jeden Fall wieder dabei!“

#BEACTIVE
Europäische Woche des Sports
23. – 30. September

Weihnachten naht



Liebe Mitglieder groß und klein, liebe Trainerinnen und Trainer, Helferinnen und Helfer sowie Ärztinnen und Ärzte der Turnabteilung,

die Abteilungsleitung wünscht Euch von Herzen wunderschöne und ruhige Weihnachtstage. Kommt alle fröhlich, gesund und mit ein bisschen Schwung ins neue Jahr 2023!

Ich hoffe sehr, dass wir alle Turnerinnen und Turner gesund und voller Elan im neuen Jahr in unseren Gruppen wiedersehen werden.

Liebe Mitglieder,

das neue Jahr startet oft mit guten Vorsätzen. Ich kann Euch dazu nur ans Herz legen, im kommenden Jahr unsere neuen Gruppen, die wir ins Leben gerufen haben, auszuprobieren.

Seid offen für neue Trainerinnen und Trainer und für unsere neuen Angebote. Lasst Euch auf Neues ein und positiv überraschen: Es gibt so viel zu entdecken in unserem Verein!

Die Weihnachtsferien starten für alle Gruppen am Freitag, den 23.12.2022. Nach den Weihnachtsferien geht es am Montag, dem 09.01.2023 wieder mit allen Gruppen los.

Wir freuen uns darauf, Euch in den Hallen, im Gymnastikraum, im Lehrschwimmbecken und beim Nordic-Walking in der Natur wiederzusehen.

Haltet Euch fit, bleibt stets gesund und genießt die schönste Zeit im Jahr mit Freunden und Familie!

Frohe Weihnachten wünscht
Eure Claudia



Tischtennis

Sommerausflug 2022

*Eine Radtour, die ist lustig,
Eine Radtour, die ist schön,
Denn da kann man schöne Gegenden
Und noch manches and're sehn ...
Hol-la-hi, hol-la-ho,
Hol-la-hi-a hi-a hi-a,
Hol-la-ho.*

Hinsichtlich der zuvor angekündigten 30 Grad für den Tag hatte Petrus dann doch ein Einsehen. Elf Teilnehmer freuten sich über einen blauen wolkenlosen Himmel und angenehme 25 Grad Wärme.

Ein Treffen am Sülldorfer Bahnhof und eine frische beschwingte Fahrt durch die Felder im Klövensteen ließen den Tag gut angehen. Bei dem Fischteich ein erster Halt mit einem mehrteiligen lustigen Vortrag von Joachim. Dann Weiterfahrt zum Spielplatz. Hier hatten wir viel Spaß mit vorbereiteten Spielen wie Softboccia und Tischtennis auf einem Betontisch.

Nun wurde es Zeit zur Weiterfahrt nach Wedel zum vorbestellten Essen im Res-

taurant. Es knurrte schon der Magen. Vereinsfotos aus vergangenen Tagen verkürzten die Wartezeit auf unser Essen à la carte. Gut gestärkt ging die Fahrt durch Wedel in Richtung Elbauen.

Das Kaffeetrinken im Apfelhof

mit haushohen Torten, von welchen sogar zwei Stücke verdrückt wurden, bildete den kulinarischen Abschluss.

Mit einem rezitierten Gedicht von Erich Kästner erweiterte Helmut unseren literarischen Horizont. Bevor es heimging, hatte Ingrid noch einen humoristischen Beitrag für uns parat, so dass wir auf dem Rückweg was zum Schmunzeln hatten. Harmonie ist das Verdienst eines jeden Einzelnen und führt zu einem gemeinsamen schönen Erlebnis.



Mit guter Stimmung trennten sich am Bahnhof Rissen unsere Wege.

Nach so viel Leckerem sind zwar alle etwas beschwert an Hüfte und Bauch, aber unbeschadet wieder nach Hause gelangt.

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmern, insbesondere bei Werner, unserem Sponsor, und beim Organisationsteam Sabrina und Joachim.

Zum Spiel mit einem etwas größeren Ball ...



An einem ungemütlichen regnerischen Herbsttag haben wir es uns gemütlich gemacht.

Am 25. September 2022 trafen sich die Jugendlichen der Tischtennisabteilung mit ihren Trainern im Restaurant „Olympiade“ am Rugenbarg. Der Gastwirt empfing uns freundlich und führte

uns direkt zur Kegelbahn, wo **Helmut** mit herzlichen Worten den Wettbewerb über drei Etappen eröffnete.

Zuerst wurden wir in zwei Gruppen eingeteilt, die gegeneinander antraten. Nach 20 Würfeln stand das Siegerteam fest.

In der zweiten Phase bekam jedes Team ein Bild mit 10 vorgegebenen Zahlen. Es galt, die Kegel entsprechend der vorgegebenen Zahl umwerfen und so die Aufgaben nacheinander „abzuarbeiten“.

Zwischendurch stärkten wir uns mit leckeren griechischen Spezialitäten. Als der Gastwirt erfuhr, dass wir alle mit großer Begeisterung Tischtennis spielen, fragte er, ob seine beiden Kinder auch zu

uns kommen könnten, da sie sich schon lange für den Sport mit dem kleinen Kunststoffball interessieren. Und natürlich würden wir diesen Nachwuchs herzlich in unserer Spielvereinigung willkommen heißen.

Am Schluss ging es ums Ganze – jeder gegen jeden. 15 Würfe gaben dir die Chance, ein Champion zu werden. Jeder von uns zeigte vollen Einsatz. Nach hartem Kampf ist es **Henri**, der mit deutlichem Vorsprung den 1. Platz belegt, gefolgt von **Alexander** (2. Platz) und **Colin** (3. Platz). Doch nicht nur die besten drei konnten sich über einen Preis freuen, auch der Rest unserer Truppe wurde mit einem Trostpreis bedacht.

Herzlichen Dank unserem Sponsor **Werner**, der seit 64 Jahren Mitglied bei Komet ist und uns den schönen geselligen Herbsttag ermöglicht hat.

Tischtennis für fast jedes Alter

Das Generationenspiel

Das lang geplante Freundschaftsspiel zwischen der Hobby- und der Jugendabteilung fand am 24.10.2022, dem ersten Tag nach den Herbstferien, statt.

Pünktlich um 18:30 Uhr betrat das Hobbyteam in gemischter Aufstellung – zwei Damen und vier Herren – unter der Fahne von Horst die große Turnhalle in der Museumsstraße.

Aus Zeitgründen wurden statt den üblichen drei nur zwei Gewinnsätze gespielt, womit alle einverstanden waren. Der Fanclub hatte sich auf der Bank niedergelassen und feuerte die eigene Mannschaft kräftig an.

Erwähnenswert an dieser Stelle ist die Tatsache, dass die Jugendmannschaft aus sechs Jungs, darunter zwei Newcomers, im Alter von 13-15 Jahren erst nach den Sommerferien zusammengestellt

worden war. Es war ihr erstes Spiel und die Aufregung darum groß.

Im Hobbyteam gab es hingegen lauter „alte Hasen“, die dem Sport seit Jahrzehnten die Treue halten und am Ende auch mit 9:4 den Sieg davontrugen.

Den Spielern beider Mannschaften bereitete das Freundschaftsspiel so viel

Spaß, dass sie beschlossen, ein solches Spiel in naher Zukunft zu wiederholen. Die Jungs haben viel Erfahrung in der Spielpraxis gesammelt, und für Tudor steht schon jetzt fest „Beim nächsten Mal werden wir gewinnen“.



Jahre	Name	Eintritt	Abteilungen	Jahre	Name	Eintritt	Abteilungen
35	Axel Geppert	01.11.19687	Turnen	15	Anke Springer	01.12.2007	Turnen
30	Gudrun Gueltzow	01.10.1992	Turnen		Carola Wulfsen	01.10.2007	Turnen
25	Werner Bartels	01.10.1997	Hauptverein	10	Ernst-Peter Baumann	01.12.2012	Turnen
	Renate Ehlers	01.12.1997	Turnen		Juna Erdmann	01.12.2012	Turnen
	Bettina Hinsch	01.12.1997	Turnen		Anna Fernandes Gamio	01.12.2012	Hauptverein
	Reinhard Kreuzig	01.11.1997	Fußball		Maximilian Hofmann	01.10.2012	Fußball
	Heike Luetje-Bohlen	01.11.1997	Turnen		Chibuike Icheke	01.11.2012	Fußball
	Michael Wegner	01.10.1997	Fußball		Chijindu Icheke	01.11.2012	Fußball
20	Britta Ladiges-Albrecht	01.12.2002	Hauptverein		Kevin Korniluk	01.11.2012	SportLounge
15	Meik Entzian	01.10.2007	Turnen		Hildegard Lange-Brock	01.12.2012	Tischtennis
	Ute Entzian	01.10.2007	Turnen		Kerstin Meltzner	01.11.2012	Turnen
	Stefan Gänsrich	01.10.2007	Fußball		TorstenMüller	01.10.2012	Fußball
	Nils Kratzer	01.11.2007	Fußball		DagmarTrinkus-Wesch	01.11.2012	Turnen
	Hidir Kücük	01.10.2007	Fußball		Rolf Werner	01.12.2012	Hauptverein
	Wolfgang Sadkowski	01.10.2007	Turnen				

Hier begrüßen wir unsere neuen Mitglieder

Fußball-Jugend

Mete Asir, Hendrik Barduhn, Janis Bindel, David Bunic, Hedi Hermine Cords, Louana Dreer, Leana Dreke, Tjark Drumm, Alma Mari Elias, Abdel Ewianat, Alina Falk, Theodor Fond, Elias Förster, Heiko Gerken, Yamit Lisa Geva, Luiz Heller, Felix Heller, Daniel Heller, Marlene Hellwig, Vanina Hoffmann, Mina Ikels, Ailin Ishchigil, Andrei Rafael Ivan, Isatou Jafuneh, Oskar Klüter, Theodor Knüwer, Tobias Kötter, David Kramer, Sofia Krupenka, Junis Kuehne, David Kuriienko, Danilo Lauruc, Arne Meier, Leonard Mikulec, Luvien Muchen Luvien Luo, Lasse Papst, Elisa Perbandt, Alexa Peters, Anton Paul Riedel, Johan Emil Riedel, Milo Riensberg, Lewin Gil Rückner, Christoph Safou, Mohamad Safou, Lili Marie Sander, Joshua Louis Schäfer, Leni Schiphorst, Henri Sijssling, Tyrese Festus Stark, Tobias Steenhof, Louis Joseph Michael Thibutius, Annette von Dobschütz, Marcus Warnholtz, Kalle Williams, Melissa Wischer, Milo Ali Yesilkaya

Fußball-Erwachsene

Catalin Anghel, Jose` Ramon Garcia Layos, Aimen Paul Glata, Cole Goulos, Sona Luu-Ann Hentsch, Olaf Jobmann, Olaf Klußmann, Baton Morina, Deniz Jin Saribal, Anne Schick, Josef Schmid, Mihail Werthmann

Turnen

Silke Behrmann, Amanda June Bergmann, Sara Bunic, Lisa Frieda Cossham, Angela Eckardt, Oskar Ehrig, Constanze Ennen, Robin Güney, Helene Hahn, Renate Hausmann, Wolfgang Henkel, Lisa Malin Hirsch, Ivy Hubertz, Anja Janßen, Christian Johannsen, Birgit Jörgensen, Paulina Kehrbaum, Sophie Keller, Evi Klein, Luisa Kleine, Sophia Kliess, Lillieth Mendy, Sabine Mulot, Gudrun Mundt, Simon Ojekhile, Itxaso Olondris, Ebba Penz, Angela Posukidis-Amthor, Clever Nolberto Quiroz, Bo Schophoff, Carla Henriette Schwabe, Pauline Sophie Schwabe, Johanna Sölter, Louis Joseph Michael Thibutius, Sven Zimmermann

Eltern-Kind-Turnen

Paul Emil Dunger, Lori Rona Güney, Jonas Heidorn, Simon Hourani, Linus Kock, Joel Lügger Macias, Mathilda Möller, Charlotte Müller, Konrad Neumann, Karlotta Nüser, Sophia Oldenburg, Max Pohle, Gregor Röhrs, Henning Schipper, Emilia Seidel, Emma Juliet Rose Thibutius, Charlotte Weyermüller, Victoria Wunschheim

Schulsport

Nabil Ainahe, Mohand Alanan, Zoheir Alizadeh, Mert Kaan Aydin, Alexandru Balteanu, Elias Förster, Weilan Gao, Frida Greppmair, Johanna Heins, Marlene Hinrichs, Davut Kacar, Evangeline Kinzel, Yeira Mishelle Krust Pereyra, Diana Cassandra Parsten, Livia Reul, Emir-Redi Saban, Alma Werthmann

Volleyball

Michael Drecke, Till Heuer, David Koger

Tischtennis

Felix Budelmann

Gegen das Vergessen

Tolle Aktion!



Am 9. November findet jedes Jahr eine Aktion „Gegen das Vergessen“ statt. Neun Vereine, sechs Schulen und drei andere involvierte Organisationen in und um Blankenese haben der individuellen Schicksale hinter den Stolpersteinen gedacht. Ob jung oder alt, alle kamen zusammen und putzten die Gedenksteine. Auch Komet Blankenese war dabei. Volker Tausend und Thorsten Vöhrs nahmen sich im Namen des Vereins des Stolpersteins in der Simrockstraße 153

an und putzten ihn blitzblank. Der Stein erinnert an den hingerichteten Widerstandskämpfer Kurt Garbarini, der 20 Jahre in der Simrockstraße gewohnt hat.

Die erste Reaktion auf unsere Aktion ließ nicht lange auf sich warten. Eine Frau postete, dass sie am Stolperstein stehen geblieben war, sich alles durchgelesen und sich daran erinnert hatte, dass ihre Großmutter ihr als Kind von Herrn Garbarini erzählt hatte.



Genau solche persönlichen Erlebnisse, Gedanken und Geschichten angesichts dieser Stolpersteine sind es, die gegen das Vergessen helfen. So wie auch wir Komet unsere eigene Geschichte



als Arbeitersportverein während der schrecklichen NS-Zeit haben bzw. durchlebt haben und diese auch nicht vergessen werden, denn es ist ein Teil unserer Vereinshistorie und -identität.



Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen.

Sprechen Sie mich gerne an, wenn Sie an einer Werbemaßnahme interessiert sind und so unseren Verein unterstützen möchten.

Redaktion: Britta Ladiges-Albrecht

Tel.: 040 870 34 40

E-Mail: vn@komet-blankenese.de



Wykhoff Spedition GmbH



Yoga & Ayurveda
in der
Schwangerschaft

Live in HH-Rissen & Online Kurs
www.avashtambha-yoga.de
jana@avashtambha-yoga.de

Avashtambha
Yoga & Ayurveda

WIR SIND MIT SICHERHEIT FÜR EUCH DA!



Du suchst eine leistungsstarke und vertrauensvolle Versicherungsagentur? Dann bist Du hier genau richtig! Als Generalvertretung zählen wir zu den exklusiven Geschäftspartnern der AXA Gruppe. Wir begleiten unsere Privatkunden und Gewerbetunden mit individuellen Lösungen „aus einer Hand“, die das Leben sicherer machen - immer persönlich: im Büro oder telefonisch oder digital - fast 24/7

AXA Generalvertretung
Fritz Stöver, Inh. J. Garmatz
Dockenhudener Str 4-6 · 22587 Hamburg
Tel.: 040 863406 · garmatz.stoever@axa.de



Beerdigungs-Institut Seemann & Söhne KG

Bestattungen aller Art in Hamburg und Umgebung

Blankenese

Dormienstraße 9
22587 Hamburg

Tel. 040 - 866 06 10

Schenefeld

Trauerzentrum mit Trauerhalle,
Abschiedsräumen und Café
Dannenkamp 20
22869 Schenefeld

Tel. 040 - 866 06 10

Rissen

Ole Kohdrift 4
22559 Hamburg

Tel. 040 - 81 40 10

Groß Flottbek

Stiller Weg 2
22607 Hamburg

Tel. 040 - 82 17 62

www.seemannsoehne.de



Grah Sanitärtechnik GmbH

Beratung ♦ Planung ♦ Montage

Grah

Sanitärtechnik GmbH
Ueckerstraße 9
22547 Hamburg

Tel.: 040 / 853 226-33

Fax: 040 / 853 226-34

www.michael-grahl.de

info@grahl-gmbh.de

CLUBHAUS KOMET

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag ab 17.30 Uhr

Sonnabend und Sonntag
ab 9.00 Uhr bei Spielbetrieb
oder nach Vereinbarung

- Clubräume für Feiern -

Schenefelder Landstraße 85

Tel.: 040 / 870 16 14

