

H 6326



Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e.V.



Leichtathletik-Sportfest des ATSC

Mitteilungen 3/2016 Ausgabe Juli - August - September

PVST. Deutsche Post AG Entgelt bezahlt. H6326



VORPRUNG

ist, wenn es auch mit der
Kfz-Versicherung läuft

VGH Vertretung Oliver Bode e. K.

Poststraße 42 27474 Cuxhaven
Tel. 04721 53601 Fax 04721 53602

Lange Straße 20 27478 Altenbruch
Tel. 04722 2969 Fax 04722 2965

Sahlenburger Chaussee 16 27476 Cuxhaven
Tel. 04721 714171 Fax 04721 714172

www.vgh.de/oliver.bode

oliver.bode@vgh.de

fair versichert



hagedorn & geerken GmbH

- **Komplett-Bäder**
aus einer Hand

- **energiesparende**
Heizungssysteme

Meyerstr. 30 • 27472 Cuxhaven • Tel. 04721-24035
www.hagedorn-geerken.de

Inhaltsverzeichnis

| | |
|-------------------------------|-----------|
| Impressum | 4 |
| Sportangebot | 6 |
| Adressliste | 7 |
| Mitgliedsbeiträge | 8 |
| Vorstand | 9 |
| Basketball | 11 |
| Karate | 12 |
| Karate | 14 |
| Karate | 16 |
| Leichtathletik | 18 |
| Schwimmen | 22 |
| Ski | 24 |
| Tischtennis | 28 |
| Turnen | 29 |
| Turnen | 31 |
| Turnen | 34 |
| Wandern | 37 |
| Aus der Vereinsfamilie | 41 |

Impressum

Herausgeber

Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e.V.

Geschäftsstelle

Mozartstr. 22, 27474 Cuxhaven
Telefon: 04721-714561
Fax: 04721-714562
E-Mail: ats-cuxhaven@t-online.de
Homepage: www.ats-cuxhaven.de

Geschäftszeiten

Mo: 16.00 bis 18.00 Uhr
Mi, Fr: 10.00 bis 12.00 Uhr

Bankkonten ATS Cuxhaven e.V.

Stadtsparkasse Cuxhaven
IBAN DE43241500010000193870 BIC
BRLADE21CUX
Volksbank Stade-Cuxhaven e.G.
IBAN DE66241910150110033500 BIC
GENODEF1SDE

Vorstand

Vorsitzender:

Manfred Abbes, Tel.: 04723/5358
Wohlsenstr. 7

Stellv. Vors. für Finanzen und Verw.:

Gerd Brandes, Tel.: 426090
Joachim-Ringelnatz-Str. 42

Stellv. Vors. für den Sportbetrieb:

Hilke Hauhut, Tel.: 04723-5358
Wohlsenstr. 7

2. Schatzmeisterin:

Heike Lessing, Tel.: 597429

Eichholzweg 30a

Sportwart:

Niklas Lingl,
E-Mail: niklas_lingl@web.de

Beisitzer f. Rechts- u. Sozialfragen:

Edebohl Tietje, Tel.: 500800
Große Hardewiek 22 a

Schriftwart:

Bernd Lange, Tel.: 34256
Lisztstr. 16

Beisitzerin für Öffentlichkeitsarbeit:

Annabel Fieting, Tel. 0170-4658393
Am Seedeich 26

Jugendwart:

Marek Thormählen,
E-Mail: marek.thormaehlen@gmx.de

An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Frank Berg, Gerd Brandes, Annabel Fieting, Heike Hebbeln, Annette Langhoff, Sabine Lenz-Breuer, Petra Lingl, Heike Lessing, Inge Osterndorff, Alex Rösner, Katja Säwert, Stefan Sprengel, Wolfgang Wegele

Verantwortliche Redakteure + Layout

Heike Lessing, Gerd Brandes

E-Mails bitte an ats-cuxhaven@t-online.de

Copy: Brandes-Cuxhaven@t-online.de

Druck

Die Drucker, Peter Salewski, Freiherrvom-Stein-Str. 4, 64354 Reinheim

Anzeigen

ATSC-Geschäftsstelle
Mozartstraße 22, 27474 Cuxhaven
Telefon: 04721-714561
Fax: 04721-714562
e-mail: ats-cuxhaven@t-online.de

Erscheinungsweise

4 x im Jahr (März, Juni, Sept., Dez.)
Auflage: 1.650 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:
Mittwoch, 10. November 2016



Fahrschule Richard Becker
Fon 0 47 21 - 5 16 14
Fon 0 47 22 - 10 41
Mobil 0 171 - 8 80 87 53
www.fahrschule-richard-becker.de
info@fahrschule-richard-becker.de

Brahmsstraße 33
27474 Cuxhaven
St. Annen-Weg 3
27478 Altenbruch

- Führerschein im „Schnelldurchlauf“
- 2x in der Woche zusätzlich Theorie am Vormittag und nach Bedarf, weiterer Unterricht nach Absprache
- Jeden 2. und 4. Samstag im Monat *Unfallhilfekurs* und Erste Hilfe (Nur mit Voranmeldung)
- Wer ist THEO? ...wir haben ihn!
- Theorie Online Lernsystem auf unserer Website
- Infoabend „Vorbereitung auf das begleitende Fahren mit 17“ Auffrischstunden...
- Mobilität? Mit Sicherheit!

Auf den richtigen Start kommt es an!
Wir machen mobil...

**Die erste Multicourt-Anlage in Cuxhaven
mit Hallen-Soccer**



Tennisclub Cuxhaven e.V.
Vincent-Lübeck-Str. 3
27474 Cuxhaven
Telefon 04721 / 42 65 85
www.tennisclub-cuxhaven.com

Sportangebot

Das ATSC-Sportangebot: Hier eine Übersicht aller Sportarten und Trainingsgruppen, an denen eine Teilnahme ohne weitere Kosten, das heißt mit dem Mitgliedsbeitrag, möglich ist. (Ausnahmen sind angegeben!)

Badminton
Basketball
Bodyforming
Cheerdance
Eltern-Kind-Turnen
Erwachsenen-Freizeitsport
Faustball
Fitness für alle
Gerätturnen
Gymnastik in allen Altersgruppen
Gymnastik und Tanz
Gymnastik Wettkampf
Hip Hop
Karate
Leichtathletik
Osteoporose-Training
Prellball
Radwandern

Rhythmische Sportgymnastik
Rückenschule
Schwimmen (zzgl. 1,50 € pro Monat) *)
Ski
Spiele für Erwachsene und Kinder
Sportabzeichen Training/Abnahme
Step-Aerobic
Tischtennis
Trampolin
Trampolin für motorisch Eingeschränkte
Turnen in allen Altersgruppen
Volleyball ab 16 J./für Fortgeschrittene (Erw.)
Walking/Nordic Walking
Wandern
Wassergymnastik (zzgl. 1,50 € pro Monat)

Alle Einzelheiten, Termine, Zeiten und Orte der Sportangebote erhalten Sie in der Geschäftsstelle als Faltblatt oder unter www.ats-cuxhaven.de

*) Schwimmkurs für Mitglieder kostenfrei!

Adressliste der Ansprechpartner/innen

Badminton

Manfred Abbes, 27478 Cuxhaven,
Wohlsenstr. 7, Tel: 04723-5358, E-
Mail: Manfred.Abbes@ewetel.net

Basketball

Wolfgang Stoye, 27474 Cuxhaven,
Brockesweg 67, Tel.: 26485, E-Mail:
wolfgang.stoye@yahoo.de
Frank Knöfel, 27472 Cuxhaven, Schiller-
str. 62, Tel. 0162-7765306

Karate

Brigitte Krüger, 27472 Cuxhaven, Hörn
6, Tel.: 6638341,
E-Mail: krueger-rz@t-online.de
Frank Berg, Tel.: 04741-602859; E-Mail
fdberg@freenet.de

Leichtathletik

Gerd Brandes, 27476 Cuxhaven,
Joachim-Ringelnatz-Str. 42, Tel.:
426090, E-Mail: Brandes-Cuxhaven@t-
online.de

Radsport

Renate Kapp, 27472 Cuxhaven, Höp-
ckestr. 17, Tel.: 51307

Schwimmen

Claus Hebbeln, 27474 Cuxhaven,
Oderstr. 83, Tel.: 714294, E-Mail:
CHebbeln@t-online.de

Ski

Wolfgang Wegele, Hauptstr. 45, 27478

Cuxhaven, Tel.: 04723-1314, E-Mail
wolfgang.wegele@gmx.de

Tischtennis

Klaus Rösner, 27476 Cuxhaven,
Joachim-Ringelnatz-Str. 21, Tel.:
04721-46661, E-Mail: roesner-
cux@aol.com

Turnen

Katrin Eger, 27637 Nordholz, Wanhö-
dener Str. 4, Tel.: 04741-180347, E-
Mail: K.Zeschke@web.de
Jens Holy, 27474 Cuxhaven, Brahmstr.
65, Tel.: 51860, Mobil: 0160-91505295,
E-Mail: jens.holy@gmx.de
Petra Lingl, 27474 Cuxhaven, Fritz-
Reuter-Str. 73, Tel.: 47140, E-Mail: pe-
dera@web.de

Volleyball

Franz Wagner, 27474 Cuxhaven,
Drangstweg 111, Tel.: 63314, E-Mail:
fummm@freenet.de

Wandern

Annette Langhoff, 27478 Cuxhaven,
Osterstr. 12, Tel.: 04722/2400, E-Mail:
anlanghoff@t-online.de

Sportlehrerinnen

Sabine Lenz-Breuer, 27472 Cuxhaven,
Rohdestr. 3c, Tel.: 53501, E-Mail:
G.Breuer@t-online.de
Ingeborg Steffens, 27476 Cuxhaven,
Rosenhof 5, Tel. 36800, E-Mail: inge-
borg.steffens@yahoo.de

Mitgliedsbeiträge

| | | | |
|--|--------------|--|---------|
| Aufnahmegebühr (einmalig): | | Auswärtige Mitglieder , die nicht | |
| Erwachsene | 10,00 € | am Sport teilnehmen | 3,50 € |
| Kinder und Jugendliche | 5,00 € | | |
| Monatsbeiträge: | | Passive Mitglieder (ordentliche | |
| Erwachsene ab 18 Jahre | 14,00 € | Mitglieder, die nicht mehr | 5,50 € |
| | | am Sport teilnehmen) | |
| Erwachsene ab 18 Jahre | | Fördernde Mitglieder | 5,50 € |
| (in Berufsausbildung oder Schüler) | | | |
| Der Nachweis ist erforderlich | 9,00 € | Monatsbeitrag Radfahren | |
| | | (keine Teilnahme | |
| Ehepaare | 25,50 € | an sonstigen Übungsstunden) | 5,50 € |
| | | Monatsbeitrag Wandern | |
| Kind bis 4 Jahre (Voraussetzung: | | (keine Teilnahme an | |
| erziehungsberechtigte Person ist | | sonstigen Übungsstunden) | 5,50 € |
| Mitglied) | beitragsfrei | | |
| Erstes Kind/Jugendliche bis | | Zuschlag für Rechnungszahler | 1,50 € |
| 18 Jahre | 9,00 € | Mahngebühr | 2,00 € |
| | | | |
| Zweites Kind/Jugendliche bis | | Zusatzbeitrag (pro Monat): | |
| 18 Jahre | 7,50 € | Schwimmen (inkl. Wassergymnastik) | 1,50 € |
| | | | |
| Drittes und weitere Kinder/ | | Kursangebote: | |
| Jugendliche bis 18 Jahre | beitragsfrei | Schwimmkurs für Nichtmitglieder | |
| | | (Mitglieder kostenfrei) | 65,00 € |
| Familien (Ehepaare/Partnerschaften in | | Rückenschule: Nichtmitgl. pro Std. | 5,00 € |
| häuslicher Gemeinschaft mit Kindern | | Fitness: Nichtmitglieder pro Std. | 5,00 € |
| bis 18 Jahre oder über 18 Jahre, sofern | | Step-Aerobic: Nichtmitgl. pro Std. | 5,00 € |
| sich die Kinder in einer Schul- oder | | (Nordic-)Walking: Nichtmitglieder | |
| Berufsausbildung befinden; | | pro Std. | 5,00 € |
| der Nachweis ist erforderlich.) | 28,00 € | | |

Vorstand

Dankeschön-Essen für Übungsleiter, ehrenamtliche Helfer und Sponsoren

Am 20.08.2016 lud der Vorstand des ATSC wieder alle Übungsleiter sowie die Abteilungsleiter, ehrenamtliche Helfer und Sponsoren mit ihren jeweiligen Partnern zum jährlichen Grillfest auf den Strichweg-Sportplatz ein.

Wie jedes Jahr konnte im Vorfeld eine **Radtour unter Führung von Siegfried Vooth und Volker Raths** absolviert oder am **Petanque-Turnier, organisiert von Otto Schunk**, teilgenommen werden.

Bei bestem Wetter wurde pünktlich um 14:00 Uhr mit beiden Aktivitäten gestartet, bevor es dann zwei Stunden später **Würstchen, Steaks und andere Leckereien vom Grill** für die hungrigen Aktiven und später Hinzugekommenen gab.

Manfred Abbes bedankte sich vor Eröffnung des Buffets in einer kleinen Ansprache bei allen anwesenden Übungsleitern, den anwesenden Sponsoren der Stadtparkasse und der Volksbank, sowie dem Sportreferenten der Stadt Cuxhaven, Mirko Finck und dem Vorsitzenden von Sport in Cuxhaven e.V. für die gute Zusammenarbeit.

Ausdrücklich betonte er, wie wertvoll die Arbeit jedes einzelnen Übungsleiters ist, denn diese Arbeit präsentiert den ATSC unmittelbar gegenüber seinen Mitgliedern und macht einen nicht unerheblichen Anteil an den steigenden Mitgliederzahlen aus.

Es wurden anschließend bei gutem Essen und kühlen Getränken alte Verbindungen unter den Anwesenden aufgefrischt und neue Kontakte geknüpft, die für eine gute Zusammenarbeit im kommenden Jahr wesentlich sein können.

Auch Petrus war der Veranstaltung wohlgesonnen, erst gegen 19:00 Uhr setzte ein Gewitter ein, welches die Veranstaltung rasch beendete.

Bei allen Übungsleitern, die am 20.08.2016 leider verhindert waren, bedankt sich der Vorstand noch einmal auf diesem Wege für die gute Zusammenarbeit im vergangenen Jahr: „Ihr seid die Seele des Vereins!“





Basketball

Mannschaften beginnen mit der Vorbereitung

Die Sommerferien sind gerade vorbei und schon beginnt die Vorbereitungsphase für die neue Saison.

Am 3. September kommt es um 20:15 Uhr in der heimischen Franzenburger Sporthalle zum Duell in der ersten Runde des Bezirkspokals der **Herren**. Gegner ist ein alter Bekannter aus Bezirksoberligazeiten - es ist die BSG Südheide. Die Verantwortlichen erhoffen sich, dass alle Mann an Bord sind und dem Gegner lange Paroli geboten werden kann.

Die Punktspielserie beginnt am 17. September um 20:15 Uhr, wo die BG-Herren Heimrecht haben und den 1. BC Bremerhaven in Franzenburg empfangen.

Die **Jugendmannschaften** greifen dann am Sonntag, den 18. September, ebenfalls mit Heimspielen in das aktive Geschehen ein: Für die männliche U16 geht es um 10 Uhr in der Altenwalder Sporthalle los, wo die Spieler um Trainer Hartmut Ebs versuchen die BSG Bremerhaven zu bezwingen. Direkt im Anschluss kommt es zum Aufeinandertreffen der männ-

lichen U18-Mannschaften von Trainer Kevin Hensels BG- Team und dem Gast vom 1. BC Bremerhaven.

Allen Verantwortlichen und Spielern steht in den nächsten Wochen jede Menge Arbeit bevor, damit man gut vorbereitet in die neue Saison gehen kann.

Wir suchen Verstärkung für:

- **Herren**
- **männliche U18**
- **männliche U16**
- **und vor allen Dingen natürlich auch für die „Mini-Gruppe U12“**

Die Mini-Gruppe besteht nicht nur aus Jungs, also Mädels, traut euch und kommt zum Training und schnuppert mal rein - wir freuen uns auf euch! Ansprechpartner siehe Homepage (www.bg-atscuxhaven-tsvaltenwalde.de)!



Karate

ATSC-Selbstverteidigungslehrgang für Frauen und Mädchen ab 14 Jahre

Am Montag, dem 4. April 2016, hat Karatetrainer Frank Berg erstmals zum Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs in der kleinen Süderwisch-Turnhalle eingeladen.

Die wachsende Gewaltbereitschaft in Deutschland veranlasst Frauen und junge Mädchen heutzutage leider, sich in Techniken der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung unterrichten zu lassen.

Frank informierte zunächst über **grundlegende Verhaltensregeln zum selbstsicheren Auftreten** in Gefahrensituationen. Auch auf die Anatomie hinsichtlich empfindlicher Körperstellen, die sich besonders zur Selbstverteidigung als Angriffsziele eignen, wurde hingewiesen und passende Kontertechniken geübt.

Der wichtigste Bestandteil des fünfwöchigen Lehrgangs bestand aus praktischen Übungen, die jeweils mit wechselndem Partner trainiert wurden. So konnten sich die Teilnehmer bereits nach wenigen Minuten mit recht einfachen Methoden sehr effektiv und erfolgreich verteidigen.

Am letzten Trainingsabend kamen **verschiedene Alltagsgegenstände** zum Einsatz: Schirm, Handtuch, Zeitung, Kugelschreiber etc., die man oftmals in der Handtasche oder im Auto bei sich hat, können überraschenderweise **effektiv zur Selbstverteidigung eingesetzt** werden.

Die Teilnehmerinnen waren begeistert und sich bedankten sich herzlich bei Frank für den lehrreichen Kurs.



Übungen zur Selbstverteidigung



Gewusst wie - mit dem richtigen Griff kann man sich schnell befreien



Karate

Jubiläumslehrgang mit Julian Chees - mehrfacher Welt-, Europa- und Deutscher Meister

Zu einem Jubiläumslehrgang (15 Jahre Budokai Alt Meteln e.V.) hat das Schweriner Karate Dojo vom 18. bis 19. Juni 2016 eingeladen.

Karatekas aus der ganzen Bundesrepublik reisten an, um vom dreifachen Karate-Weltmeister Julian Pursen Chees zu lernen. Sensei Julian stammt ursprünglich von den Philippinen und führt seit längerem ein renommiertes Karatedojo in Würzburg. In der Oberstufe wurde am Samstag in der ersten Trainingseinheit Jiyu Ippon Kumite mit wechselndem Partner trainiert. Das zweite Training begann mit der Kata Nijushiho, wobei diese Kata auch intensiv im Bunkai (Anwendung) trainiert wurde.

Der Abend stand ganz im Zeichen der Jubiläumsfeier, wobei der Bürgermeister von Schwerin und diverse Abgeordnete des Lan-

dessportbundes die Feierlichkeiten eröffneten. Nach dem zünftigen Buffet wurde der Abend genutzt, um sich sportlich auszutauschen, wobei ATSC-Trainer Frank Berg und Julian Chees nicht nur über alte Zeiten wie Lehrgänge in Otterndorf und auch Trainingslager auf Helgoland sprachen, sondern vor allem über Zukunftspläne für die gemeinsame Zusammenarbeit, um vielleicht noch einmal so etwas Tolles wie das Trainingslager zu wiederholen.

Der Sonntag begann wiederum mit Kumite, wobei Julian dies auf Basis von Kata und Bunkai Heian Shodan und Nijushiho aufbaute.

Es war wie immer ein gelungener Lehrgang und es ist immer wieder eine besondere Ehre bei Julian zu trainieren.



v.l. Frank Berg, mehrfacher Weltmeister Julian Chees und Thomas Ufert (4. Platz Kata-WM 2002 in Cardiff/Wales)

Ihr Meisterbetrieb für:
Fliesen · Platten · Naturstein



Gustav Brüggemann

Inh.: Torsten Brüggemann · Cuxhaven · Humphry-Davy-Str. 5
Telefon: (04721) 271 71 · Fax: - 623 20
e-Mail: office@brueggemann-fliesen.de



Karate

Karate-Lehrgang mit Sensei André Bertel vom 23. bis 24. Juli 2016 in Ahrensburg

Im Juli war eine kleine ATSC-Delegation, bestehend aus Karateka Dimitri Grin und Trainer Frank Berg, beim Internationalen **Budo-Karate-Seminar mit André Bertel, der extra aus Japan angereist war.**

André Bertel war ein Schüler von Shihan Asai, 10. Dan und Gründer der IJKA (International Japanese Karate Association), der im August 2006 verstarb. André Bertel stammt aus Neuseeland und lebt seit geraumer Zeit in Japan. 2012 wechselte André den Verband und trat in die JKA (Japanese Karate Association) ein, wo er einer der ganz wenigen nichtjapanischen Instruktoren ist, die in Japan Seminare abhalten.

Nach der Begrüßung und ein paar einleitenden Worten und Hinweisen (**120 Teilnehmer, 12 Nationen**) ging es dann gleich zur Sache. Sensei André ließ von Anfang an keinen Zweifel daran aufkommen, wo seine Prioritäten liegen, nämlich auf hartem Budokarate. Im Gegensatz zu manch anderem Lehrgang war Körperkontakt hier nicht nur ausdrücklich

erlaubt, sondern bei vielen Techniken geradezu notwendig. Es ist faszinierend, wie effektiv ein geschleuderter Haito-Uchi sein kann, ohne dass dabei viel Kraft eingesetzt werden muss. Während der vier - je zweistündigen - Trainingseinheiten wurde unglaublich viel Wissen vermittelt. Dabei war der Einfluss von Sensei Asai, aber auch von Sensei Naga, sehr deutlich zu spüren.

André Bertel hat sich als außergewöhnlicher Instruktor erwiesen. Nahezu jedes erklärte Detail wurde intensiv demonstriert und begründet. Und auch nach dem Training stand Sensei André noch sehr lange bereit, um Fragen zu beantworten und weitere Details zu demonstrieren.

Es war ein sehr schweißtreibendes und hartes Kampftraining. Wir werden im nächsten Jahr wieder nach Ahrensburg fahren, um unter so einem großartigen Karateka wie André zu trainieren.



ATSC-Trainer Frank Berg mit André Bartel



André Bartel erklärt jede Technik mit viel Geduld und Kompetenz

Leichtathletik

Ergebnisse des 1. Cuxhavener ATSC-Leichtathletiksportfests

Zum Auftakt der Sommerferien lud der ATSC am letzten Schultag zu einem Leichtathletik-Wettkampf auf dem Strichwegsportplatz ein. Rund 100 Athleten aus Cuxhaven und umzu meldeten sich zu der landesweit ausgeschriebenen Veranstaltung an, darunter der TSV Otterndorf, Rot-Weiß Cuxhaven, TSG Nordholz und OSC Bremerhaven, aber auch Sportler aus Bad Bederkesa, Nordenham etc.

Bei besten Wetterbedingungen gingen zahlreiche Athleten an den Start. Dabei konnten die ATSCer wieder gute Erfolge erzielen.

Bei den Jüngsten wurde **Rieke Kludaß (W7)** in ihren Disziplinen 30m-Lauf (6,10 sec.) und Weitsprung (2,74 m) jeweils Erste. In der Altersklasse W9 startete **Lotte Schröer**, die im 800m-Lauf mit einer Zeit von 3:22 min. den ersten Platz belegte. Im 50m-Lauf (9,35 sec.) und im Weitsprung (2,94 m) wurde sie jeweils Zweite. Auch **Zoe Andresen (W12)** war erfolgreich: Im 800m-Lauf wurde sie mit einer guten Zeit von 2:48 min. Erste und bei den 75m mit 11,11 sec. sowie beim Weitsprung mit 4,03 m jeweils Zweite. Ebenso zeigte **Benthe Krüger (W13)** eine sehr gute Leistung bei den 800m: Sie gewann den Lauf in 2:37 min. und wurde bei den 75m außerdem in 11,86 sec. Zweite. Anna-Lea Knop startete in der gleichen Altersklasse und ging bei den 800m mit einer Zeit von 2:50 min. als Zweite

ins Ziel. Bei den 75m (12,14 sec.) belegte sie darüber hinaus den dritten Platz.

In der Altersklasse M8 gingen erfreulicherweise gleich drei unserer Jungs an den Start. Bei den 50m wurde Fabian Peters Zweiter (9,69 sec.), Nils Christiansen Dritter (9,76 sec.) und Louis Dammrose Fünfter (10,03 sec.). Bei den 800m belegte Nils mit einer Zeit von 3:24 min. den dritten Platz. Beim Weitsprung wurde Fabian wieder Zweiter mit einer Weite von 3,00m, Nils mit 2,96m Dritter und Louis mit 2,60m Fünfter. Bei den Jungs M9 konnte **Tomke Krüger** ähnlich wie seine Schwester Benthe bei den 800m eine sehr gute Leistung erzielen: Er wurde Erster in 3:07 min. Ebenfalls eine gute Zeit in seinem ersten 800m-Lauf erreichte **Eric Kludaß**, der in 3:39 min. Zweiter wurde. Bei den 50m gewann Eric mit 9,29 sec. sehr knapp, dahinter ging Tomke mit 9,30 sec. als Zweiter ins Ziel. Den ersten Platz im Weitsprung belegte dann Tomke mit 3,04m, Eric wurde Zweiter mit 2,96m. In der Altersklasse M10 starteten vier unserer Athleten. Die 50m konnte **Leo Schröer** für sich entscheiden (8,20 sec.). **Tim Leon Hoppe** belegte den vierten Platz (8,69 sec.), Timo Evers (9,69 sec.) den sechsten und Jannes Heitsch (9,94 sec.) den siebten Platz. Tim gewann den 800m-Lauf in einer erfreulichen Zeit von 2:50 min. Beim Weitsprung wurde Leo Erster (3,87 m), Tim Dritter (3,51 m),

Timo Sechster (2,77 m) und Jannes Siebter (2,56 m). Tims Bruder **Finn Hoppe** gewann in der Altersklasse M12 die 50m in 11,51 sec., **Marten Krüger** wurde Zweiter in 12,53 sec. Die 800m gewann Marten in 2:53 min. Beim Weitsprung belegte Finn den ersten (3,94 m.) und Marten den zweiten Platz (3,35 m.). Die Altersklasse M13 wurde durch **Thies Daldorf** und Tim Christiansen vertreten. Die 75m gewann Thies (10,62 sec.), Tim wurde Zweiter (11,35 sec.). Bei den 800m belegte Thies mit einer Zeit von 2:36 min. den ersten und Tim mit 2:47 min. den dritten Platz. Beim Weitsprung wurde Thies Erster (4,15 m) und Tim Zweiter (4,08 m). In der Klasse M14 ging **Tom Kratzmann** an den Start, der bei den 100m mit 14,57 sec. Zweiter wurde und sowohl die 300m (51,20 sec.) als auch die 800m (2:51 min.) gewinnen konnte. Die Altersklasse Männliche Jugend U18 schließlich wurde durch **Luca Zierott** sehr gut vertreten, der mit einer tollen Zeit von 2:14 min. den 800m-Lauf gewann. Bei den 100m ging er in 13,12 sec. als Zweiter ins Ziel.

Die Durchführung des Sportfestes wäre ohne die gelungene Organisation des ATSC-Nachwuchstrainers Torben Kunze und vielen weiteren engagierten Unterstützern nicht möglich gewesen. Auf dem Sportfest musste sich der ATSC leider aber auch von seiner Übungsleiterin Katja Säwert verabschieden, da sie Cuxhaven nach den Sommerferien aus beruflichen Gründen verlassen hat.

Großer Dank geht aber auch an die vielen Eltern und Helfer, ohne deren tatkräftigen Einsatz das Sportfest nicht hätte stattfinden können! Weiterhin dankt der Veranstalter herzlich für die Unterstützung der Firmen „NEXTcontrol“ und „Happy Cheeze“.

Der ATSC hofft, diesen schönen Sommerferien-Auftakt im nächsten Jahr wiederholen können.



Seit August muss der ATSC ohne Katja Säwert auskommen!



Katja Säwert macht die Kinder warm.



Stretching gehört auch dazu!



Viele Helfer sind mit dabei, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten.



Torben Kunze (Mitte) hat den größten Teil des LA-Festes organisiert.



Schwimmen

Kreisschwimmverband lädt zum 2. Mal zum Leistungslehrgang ein

Der Kreisschwimmverband hatte die **Landestrainerin Ildiko Bundics** gebeten einen Leistungslehrgang für aktive Schwimmer im Hallenbad Cuxhaven durchzuführen.

Zu diesem Leistungslehrgang wurden **insgesamt 32 Schwimmer und Schwimmerinnen aus dem Schwimmkreis Cuxhaven eingeladen, davon elf vom ATS Cuxhaven**. Aus unserem Verein nahmen **Zoé Röfer, Emma Feldmann, Lara Bieshaar, Tim Lange, Nick Junge, Vasilios Qesku, Denise Matter, Mareike Heinemann, Kevin Sabin, Nicole Teuber und Mika Harms** teil.

Gleich am ersten Wochenende nach den Sommerferien wurden die 32 Sportler und Sportlerinnen aus Otterndorf, Wingst, Altenwalde, Lamstedt und Cuxhaven im Wasser und in der Turnhalle unter fachkundiger Leitung auf wichtige Wettkampfkriterien geschult.

Der Weg zu einer Zeitverbesserung ist für einen Schwimmer sehr hart und oft sehr schwer zu erreichen. Es müssen Wassergefühl, Talent, Ausdauer, koordinative Fähigkei-

ten und eine enorme Disziplin vorhanden sein. Erst wenn diese Faktoren im Training ausgebaut und gefestigt werden konnten, besteht für den Aktiven die Chance auf eine Zeitverbesserung. Der Schwimmer muss außerdem bereit sein, an seiner Leistungsgrenze zu trainieren, um einen Muskelzuwachs zu erreichen.

Unsere elf Schwimmer haben - gemeinsam mit den anderen Aktiven der ATSC-Schwimmabteilung - viermal in der Woche (je 1,5 bis 2 Std.) ein Training im Wasser. Freunde, Schule und andere Hobbys sollen dabei nicht zu kurz kommen, aber Schwimmer/innen, die dieses Ziel verfolgen, schaffen das - trotz vollem Terminplan.

Es werden folgende Gesichtspunkte durch das Training gestärkt: Selbstvertrauen, Erfolgsorientiertheit, Willen, psychische Stabilität, Konzentration, Beobachtungs- und Auffassungsgabe.



Leistungslehrgang mit der Landestrainerin bei uns in Cuxhaven



Die jungen Schwimmer lauschen der Landestrainerin (v.l. Zoé Röfer, Nicole Teuber, Emma Feldmann, Mika Harms, Vasilios Qesku)



Ski

Neuwerkwanderung der ATSC-Skigruppe 2016

Traditionell wandert die ATSC-Skigruppe im schneefreien Sommer ein Mal nach Neuwerk. Die Nacht zuvor hatte es bis spät in die Nacht noch starken Regen und Gewitter gegeben, aber am Morgen sah die Wetterlage positiv aus: Es waren kein Regen und Gewitter mehr angesagt, so dass es keine Bedenken für die Wanderung gab.

Beim Sammeln am Treffpunkt schien die Sonne. Zur Sicherheit wurde die Lage aber noch kurz mit den Skifreunden Karsten und Werner (beide sind geprüfte Wattführer und waren an der Wattwagenauffahrt) besprochen. Auch sie gaben grünes Licht für die Wanderung.

Um 8.55 Uhr ging es dann los. Es nahmen 12 Personen an der Wanderung teil. Bis kurz vor der Wattwagenfuhr schien noch die Sonne, danach bezog es sich. Die Temperatur war zum Wandern ganz angenehm. Es war kaum Wind und man konnte gut voran kommen, an der Fuhr war das Wasser nur knöcheltief.

Der Weg war sehr gut zu laufen, so dass die Gruppe **nach gut 2 1/2 Stunden Neuwerk erreichte**. An diesem Tag waren nicht viele

Wanderer unterwegs, wodurch es keine Wartezeiten beim Füße waschen gab. So ging es direkt zum Essen in den „Anker“, wo bereits ein Tisch reserviert war.

Nach dem Mittagessen hatte jeder den Nachmittag bis Abfahrt des Schiffes um 16.30 Uhr zur freien Verfügung. Inzwischen war Nebel aufgekommen, deshalb hatten die Ausflügler wirklich Glück, dass sie nicht mehr im Watt waren.

Nach 90 Minuten legte das Schiff um 18.00 Uhr in Cuxhaven an. Alle Wanderer waren der Meinung, dass es wieder eine schöne Neuwerkwanderung war und die langjährige Tradition auch nächstes Jahr fortgeführt werden soll.

Vorher findet allerdings die **Erwachsenen-Skifreizeit des ATSC** statt: Vom **28.1. bis 4.2.2017** geht es wieder einmal nach Radstadt ins Salzburger Land. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen. Genaue Informationen gibt es bei Wolfgang Wegele (Tel. 04723 1314).



Glücklicherweise schien doch noch rechtzeitig die Sonne!



Immer wieder abenteuerlich: Gegenverkehr im Watt



Diesmal hatten die Skifahrer Sand unter den Füßen.

Erwachsenen-Skifreizeit 2017

Die 37. Erwachsenen-Skifreizeit wird nächstes Jahr in der Zeit

vom Samstag, den 28.01.2017 bis Samstag, den 04.02.2017

stattfinden.

Zielort ist, wie in den letzten Jahren, Radstadt / Salzburger Land und die Unterbringung erfolgt wieder im Hotel "Die Gewürzmühle".

Die An- und Abreise erfolgt mit der Bahn im Tageszug.

Weitere Auskünfte erteilt: Wolfgang Wegele (Reiseleitung)
Hauptstraße 45
27478 Cuxhaven
Tel.: 04723 - 1314
E-Mail: wolfgang.wegele@gmx.de

Die Anmeldung muss bis zum 09. Oktober 2016 erfolgen.



Horst von Minden ^{GmbH}

ELEKTROINSTALLATION • BLITZSCHUTZANLAGEN
EIB • EDV • SICHERHEITSTECHNIK • NOTDIENST

Friedrichstraße 22 • 27472 Cuxhaven

E-Mail: info@elektro-vonminden.de

Internet: www.elektro-vonminden.de



(04721)

55055

Fax

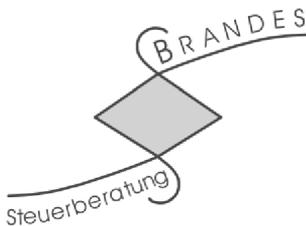
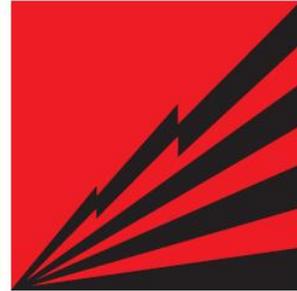
(04721)

34942

Notdienst

(0171)

6403081



GERD BRANDES

Dipl.-Finanzwirt (FH)

Steuerberater

- Steuerberatung
 - Jahresabschluss
 - Buchführung
 - Lohnabrechnung
 - Unternehmensberatung

Joachim-Ringelnatz-Str. 42 * 27476 Cuxhaven

Telefon: (0 47 21) 68 16 94 * Telefax: (0 47 21) 42 60 91

E-Mail: brandes-cuxhaven@t-online.de



Tischtennis

Jahreshauptversammlung

In vertrautem Ambiente fand die diesjährige Jahreshauptversammlung der Tischtennisabteilung statt. Die große Turnhalle der Abendrothschule wurde zum Treffpunkt für die zahlreich anwesenden Mitglieder. Da keine Wahlen anstanden, konnten alle Tagungsordnungspunkte zügig abgehandelt werden und nach 90 Minuten hatten alle Funktionsträger ihre Berichte vorgetragen. Ohne große kontroverse Diskussionen wurden die Eckdaten für die neue Saison 2016/17 festgelegt. Danach stand fest, dass man **mit vier Herrenmannschaften und zwei Jugendmannschaften in die neue Saison** starten will.

Neu hinzugekommen ist die 4. Herrenmannschaft. Sie muss in der 5. Kreisklasse starten und setzt sich aus Jugendlichen zusammen, die gerade in den Erwachsenenbereich hineingewachsen sind (18 Jahre), sowie Neuzugängen mit geringer Spielpraxis. Interessant wird sein, wie sich die Mannschaft gegen die Routiniers in dieser Staffel durchsetzen kann.

Die 3. Mannschaft um Mannschaftsführer Franz-Josef Leffler spielt in der 3. Kreisklasse. Ihr Abschneiden wird wesentlich davon abhängen, welche Spieler bei den jeweiligen Spielen

zur Verfügung stehen.

Die 2. Herrenmannschaft spielt weiterhin in der Kreisliga und hofft, eine ähnliche Platzierung wie im Vorjahr zu erreichen. Ziel ist es, nicht in die Abstiegsränge zu geraten.

Die 1. Mannschaft stieg leider ab und spielt jetzt in der 1. Bezirksklasse. Hier möchte sie um den Aufstieg mitspielen, da die Mannschaft durch den Neuzugang von Manuel Steen breiter aufgestellt ist.

Im Jugendbereich wurde wieder eine Jugendmannschaft für die Bezirksklasse gemeldet. Durch Spielerabgänge in den Erwachsenenbereich wird es das Team schwer haben, eine ähnlich gute Rolle zu spielen wie im Vorjahr.

Die B-Schülermannschaft wird ganz neu aufgestellt und muss sich erst finden. Hier reifen einige Talente heran, die langsam an den Jugendbereich herangeführt werden sollen.

Alles in allem sieht die Abteilung mit Freude einer interessanten Saison entgegen.



Turnen

ATSC-Mannschaft auf dem 8. Platz

Gegen zehn Mannschaften aus den Vereinen Blau-Weiß Buchholz, TSV Eintracht Hittfeld, TSV Buchholz 08, TSV Stelle, Turntalent-Team Kiehn Group Lüneburg, TV Gut Heil Spaden, MTV Himmelpforten und TSV Winsen traten die **LK 3-Gerätturnerinnen Mitte Juni in der 2. Landesliga** an.

Fünf Übungen durften pro Gerät und Mannschaft gezeigt werden, es gab zwei Streichwertungen. Während die ATSCerinnen im letzten Jahr auf den vorderen Plätzen mitgeturnt haben, hat es in diesem Jahr nur für Platz Acht gereicht. Ausgerechnet der Schwebebalken, auf dem die Mädchen in den vergangenen Wochen hart trainiert hatten, hat ihnen einen dicken Strich durch die Rechnung gemacht.

Neu in der Mannschaft war in diesem Jahr **Nathalie Arns** (02). Sie startete am Sprung, der ihr das beste und der Mannschaft ein wichtiges Ergebnis brachte: 12,10 Punkte von 13,40 möglichen. Am Barren und Boden zeigte sie solide Übungen mit guten Ergebnissen.

Jule Reichenbach (02) war auch im letzten Jahr schon dabei. Ihre Stärke war der Barren; mit 12,05 Zählern (Ausgangswert von 13,60) verbuchte sie gute Punkte für die Mannschaft.

Jara Kugele (01) war eigentlich am Boden immer stärker als am Sprung. In diesem Wettkampf war das umgekehrt, von 13,40 Zählern steuerte sie 12,10 bei.

Melissa Hoffmann (00) unterstützte die

Mannschaft am Schwebebalken und am Sprung mit ihren Übungen. Auch bei ihr war der Sprung mit 11,00 Punkten das bessere Gerät.

Lotta Plath (00) blieb an diesem Tag unter ihren Möglichkeiten. Am Barren zeigte sie ihre beste Übung und erhielt dafür 12,05 Punkte.

Anna Jona Reichenbach (99) turnte an Barren und Boden. Am Barren eher nicht so stark wie sonst, hatte sie am Boden 11,40 Punkte (Ausgang 14,50) Sie zeigte wie immer viele Sprünge mit hoher Bewertung, von denen leider nicht alle anerkannt wurden.

Josephine Krooß (01) war die stärkste Turnerin der Mannschaft. An allen Geräten zeigte sie sichere, saubere Übungen und bekam hohe Wertungen. Die meisten Punkte bekam sie am Schwebebalken (13,10). Sie konnte einen Ausgangswert von 14,10 Punkten aufweisen und bekam alle Schwierigkeitsgrade und Verbindungen anerkannt. **Ihre Balkenübung war die zweitbeste des gesamten Wettkampfs.**

Die Rückrunde der 2. Landesliga findet am 03./04. September in Buchholz in der Nordheide statt. Bis dahin bleibt den Mädchen viel Zeit, die Übungen an den Geräten zu optimieren.

Zunächst geht es auf dem Landesturnfest in Göttingen (23. bis 27. 6.) mit den Pokalwettkämpfen in der LK 3 weiter.



Die ATSC-Mannschaft in der Landesliga
(von li. Anna Jona Reichenbach, Nathalie Arns, Jule Reichenbach, Josephine Krooß,
Jara Kugele, Melissa Hoffmann und Lotta Plath)

So soll ein Dach sein.



Cuxhaven · Telefon: 04721 26600
www.dachdeckermeister-sowade.de

100 TOP
Dachdecker
Deutschland - Kooperation

Dachdeckerei · Zimmerei · Klempnerei



Turnen

Josephine Krooß Vize-Meisterin beim Pokalwettkampf in Göttingen

Das alle vier Jahre stattfindende Landesturnfest war in diesem Jahr für den 23. bis 27. Juni in Göttingen angesetzt. Eine Gruppe aus 22 Gerätturnerinnen, Helfern, Trainern und Betreuern des ATSC nahm daran teil.

Mit der Bahn ging es Richtung Göttingen. Am Nachmittag dort angekommen wurde sich häuslich in der Erich-Kästner-Grundschule eingerichtet. (Die kommenden (kurzen) Nächte wurden auf Luftmatratzen im Schlafsack verbracht, Frühstück gab es im Forum der Schule.)

Kaum war das Gepäck ausgepackt, machten sich die älteren Turnerinnen auf den Weg. Mit dem Festzug - auf der Straße turnend - ging es zum Festgelände zur Turnfesteröffnung. Dieser Weg wurde dann fast jeden Tag zurückgelegt, denn dort stand die N-JOY-Bühne.

Der erste Tag dann war der **Wettkampftag für die jüngeren Turnerinnen**. Sie turnten einen Wahlwettkampf, d.h. Turnen und Leichtathletik mussten gemischt werden, um Bonuspunkte zu bekommen. Im Jahrgang 2005 traten zwei Turnerinnen des ATSC an: Mona Schmitz-Elvenich, die den 19. Platz erkämpfte, und Annalena Heitsch, die Platz 32 erturnte. Insgesamt hatten die beiden 176 Gegnerinnen (!!).

Der Jahrgang 2004 hatte noch mehr Teilneh-

merinnen: **227 Mädchen kämpften um die Plätze. Die beste Turnerin des ATSC in diesem Wettkampf war Ida Haase. Sie lag auf Platz 23**, gefolgt von Lucy Jarratt mit dem 28. Platz. Faye Keuser erreichte Platz 116.

Für die Trainer und Betreuer dieser Gruppe hieß es am heißesten Tag des Turnfestes einerseits Betreuung rund um die Uhr andererseits kampfrichtern von 8:00 - 18:00 Uhr. Hier geht ein dickes Dankeschön an Tanja Hoffmann, Stephan Heitsch, und Heike Keuser, die die Mädchen überallhin begleiteten und unterstützten. Die Kampfrichterei übernahmen Anna Jona Reichenbach, Lina Feldt, Lina Ujvari, Alina und Petra Lingl. Mit „Wasser frei“ und einem Helfershirt als Dank verbrachten sie 10 heiße Stunden bei 45 °C in der Halle.

Der Freitag wurde abgerundet durch die **Turnfest-Gala am Abend. Von Herrn Mommsen durch ein tolles Programm geführt konnten die Strapazen des Tages schnell vergessen werden.**

Am Samstag besuchte die gesamte Gruppe die **Turnfest-Akademie**. Hier wurde von prominenten Dozenten wie Anja Brinker und Michael Gruhl ein Trainingsprogramm am Schwebalken, Airtrack und Sprungtisch vermittelt.

Der Sonntag war dann der Tag, an dem der **Turnfest-Pokalwettkampf** stattfand.

Der erste Durchgang startete früh am Morgen. Um 7:00 Uhr fuhr die Turnerinnen der Jahrgänge 1999/2000 LK 3 zur Wettkampfstätte. Hier erturnte Lotta Plath Platz 9, Anna Jona Reichenbach den 18. und Melissa Hoffmann den 23. Platz.

Um die Mittagszeit trafen dann die Turnerinnen der Jahrgänge 2001/2002 LK 3 dort ein. Im zweiten Durchgang gab es folgende Platzierungen: **2. Platz und damit den Silbernen Pokal für Josephine Krooß, die an diesem Wettkampf alles aus sich herausholte.** Ein noch nie im Wettkampf geturnter Schraubensalto am Boden brachte ihr sensationelle 13,40 Punkte für die Übung.

Jule Reichenbach wurde 12.; Jara Kugele 26.; Nathalie Arns 31.; Jarla Rohdenburg 40.; Johanna Castedello 45.. In diesem Wettkampf

traten 51 Turnerinnen gegen unsere an.

Am späten Nachmittag startete ganz allein noch Lina Hoffmann Jahrgang 2004. Sie turnt sonst in der Klasse LK 4 und musste sich gegen sehr erfahrene Turnerinnen durchsetzen, was ihr auch gut gelang: Sie erreichte den 23. Platz.

Der Abend wurde dann zum letzten Mal auf dem Festgelände an der N-JOY-Bühne verbracht. Fußball wurde übertragen, Max Giesinger trat auf und zum krönenden Abschluss gab es ein Feuerwerk.

Als es dann am nächsten Morgen zum Bahnhof ging, freute sich die gesamte Gruppe auf zu Hause, aber auch auf das Deutsche Turnfest in Berlin, was Pfingsten 2017 stattfindet.



ATSC-Gerätturnerinnen auf dem Landesturnfest



Josephine Krooß holt Silber





Turnen

Frauen-Gymnastikgruppen on Tour

Am 26. Juli 2016 um 10.30 Uhr marschierten acht Frauen der Gymnastikgruppe in Döse bei herrlichem Sommerwetter und guter Stimmung von Sahlenburg nach Neuwerk.

Nach 2,5 Stunden kamen wir hungrig aber glücklich auf der Insel an. Da unsere „Neue“-Doris - die Insel Neuwerk zum ersten Mal betrat, musste sie den grünen Deich küssen. Dieses tat sie mit Begeisterung.

Wir hatten gerade unsere Füße vom Schlick befreit, da kam unsere Sabine hoch auf dem gelben Wagen vorbeigefahren. Sie war mit der Montagsgruppe per Wattwagen unterwegs nach Neuwerk.

Beide Gruppen kamen glücklich, aber auch hungrig auf der Insel an. Zum Mittagessen trafen sich die Gruppen bei „Fock“, wo es zumeist lecker Fisch gab. Es haben alle gut gegessen und anschließend dann die Insel umrundet.

Zum Kaffeetrinken sind wir zur Gaststätte „Zum Anker“ gelaufen, wo jeder nach seinem Geschmack Kuchen, Eis oder Eiergrog bestellte.

Dann wurde es Zeit für den Rückweg und beide Gruppen gingen zum Fähranleger, wo die „Flipper“ schon auf uns wartete. Unsere Fahrscheine lagen bereits am Schalter bereit, da Birgit schon von Cuxhaven aus reserviert hatte. Auf dem Schiff dann die große Überraschung: Sabine überreichte uns eine Flasche „Spaßwasser“, die mehr Prozente hatte als man auf einem Sparkonto erhalten kann. Die Rückreise wirkte dadurch viel schöner und kürzer.

Um Punkt 20.00 Uhr waren wir wieder am Anleger bei der Alten Liebe und ein schöner und erlebnisreicher Ausflug ging zu Ende. Mit dem Versprechen den Ausflug im nächsten Jahr zu wiederholen, trennte man sich nach Ankunft in Cuxhaven. Vielleicht ist dann auch die Beteiligung etwas größer.

Lieben Dank an Irmgard Rettinger von der Montags-Gruppe sowie an Inge Osterdorff und Birgit Krockert von den Döser Frauen, die alles liebevoll organisiert hatten.



Unsere Doris musste bei ihrem ersten Besuch den Deich küssen.



Die Döser Damen im Neuerker Sonnenschein.



Die Montagsgruppe beim Kaffee und Kuchen



Rückfahrt nach Cuxhaven mit „Spaßwasser“



Wandern

Wanderbericht Sommer 2016

Im **Mai** fuhren wir zum **Dobrock**, wo wir am südöstlichen Waldrand parkten. Das Wetter war besser als angesagt, es blieb größtenteils trocken, und die Sonne ließ sich zwischenzeitlich auch mal sehen. Wir wanderten durch lichten Laubwald mit Buchen und Eichen und genossen das junge frische Grün nach monatelangem Anblick kahler Bäume.

Auf dem Silberberg (hoch alpin!) machten wir Rast. Ausblicke gab es allerdings leider keine, da der „Berg“ nur 54 m hoch ist und somit bis zur Baumgrenze noch ein paar Höhenmeter fehlen. Auf stillen Waldwegen ging es dann weiter bis zum „Forsthaus am Dobrock“, wo wir uns an Kaffee und Kuchen gütlich taten, bevor wir die letzten eineinhalb Kilometer bis zu den Autos zurücklegten.

Im **Juni** gingen wir unter der Leitung von Otto Krüger auf eine kleine Schiffsreise: Es ging **mit der Fähre nach Brunsbüttel**. Es war sicher für einige von uns das erste Mal, die neuen Hafenanlagen und das Elbufer zwischen Cuxhaven und der Ostemündung von der Wasserseite her zu sehen!

In Brunsbüttel angekommen riss die Wolkendecke auf und die Sonne kam heraus. Otto führte uns auf einem schönen Weg zuerst auf dem Deich und später durch eine Kleingartenanlage bis zur Schleuse. Dort angekommen fuhren wir noch mit der Kanalfähre einmal über den Nord-Ostsee-Kanal und wie-

der zurück und genossen den Ausblick auf die Schleusen- und Hafenanlagen.

Das Mittagessen ließen wir uns in einem schön gelegenen Lokal mit Blick aufs Wasser schmecken, bevor wir den Rückweg über die Haupteinkaufsstraße und die Altstadt von Brunsbüttel antraten. Nach einer angenehm sonnigen Rückfahrt trennten wir uns am Fähranleger in Cuxhaven, und ein erlebnisreicher Tag lag hinter uns.

Im **Juli** machten sich 15 Aktive mit dem Meteoronom auf den Weg nach **Hamburg** und weiter mit der S-Bahn nach Klein-Flottbeck. In wenigen Minuten hatten wir den **Botanischen Garten** erreicht.

Bei idealem Sommerwetter starteten wir unsere Besichtigungstour durch den Park. Zuerst kamen wir durch einen Bambushain, danach gingen wir auf schmalen Pfad am Ufer eines kleinen Sees mit weißen Seerosen entlang. Im Duft- und Tastgarten konnten wir unsere Sinne testen, und zwischendurch bewunderten wir die unendliche Blumenpracht in den zahlreichen Beeten und Rabatten.

Nach einer Mittagspause im „Café Palme“ ging es weiter auf schmalen verschlungenen Pfaden an einem Bach entlang, mit stetig wechselnden Ausblicken auf eine üppige Blütenpracht, durch den Apotheker- und Bauerngarten vorbei an einem Hang mit blühender Kapuzinerkresse. Hochalpin ging es im Alpi-

num zu: Schilder mahnten, nur wer schwindelfrei sei, dürfe die schmalen steilen Wege betreten. Später kamen wir durch China, Japan, Nordamerika und eine Wüstenregion mit der dort heimischen Pflanzenwelt. Sehr schön war auch der Rosengarten.

Es ist unmöglich, alle Höhepunkte dieses wun-

derbaren Parks (der auch noch bei freiem Eintritt zu besuchen ist) zu erwähnen. Es lohnt sich auf jeden Fall, ihn auch nochmal auf eigene Faust zu besuchen!



Die ATSCer genießen die Blumenpracht im Botanischen Garten.

Wanderplan für Oktober, November und Dezember 2016

16. Oktober 2016

Treffen: 10.00 Uhr auf dem Wochenmarkt mit PKW

Wir fahren nach Drangstedt, parken am Sportplatz und wandern ca. 8 km durch den Wald südlich von Drangstedt (mit Rucksackverpflegung). Eine Abkürzung von ca. 1 km ist möglich. Da der Weg teilweise etwas matschig sein kann, sind wasserdichte Wanderstiefel empfehlenswert. Anschließend gehen wir Kaffee trinken.

Anfahrt: A 27 bis zur Ausfahrt Debstedt, Richtung Bederkesa bis Drangstedt, dort die Hauptstraße entlang, bis kurz hinter dem Bahnübergang die kleine Straße „Am Sportplatz“ nach rechts abzweigt. Dort parken wir.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400, mobil 0174-4668 578



20. November 2016

Treffen: 10:00 Uhr auf dem Wochenmarkt mit PKW

Wir fahren nach Bederkesa und wandern um den See, eventuell mit einem kleinen Abstecher in den Wald, ca. 7 km, mit Einkehr. Anfahrt: A 27 bis Ausfahrt Neuenwalde, Richtung Neuenwalde/Bedekesa, am Kreisel die 3. Abfahrt Richtung Bederkesa Ortsmitte, der Hauptstraße folgen (Drangstedter Str., Mattenburger Str.), links abbiegen in die Straße „Berghorn“, die in die Amtsstraße übergeht. Dort parken wir an der Westseite der Burg.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400, mobil 0174-4668 578

18. Dezember 2016

Weihnachtswanderung und -feier

Wanderer: Treffen: 10.00 Uhr auf dem Wochenmarkt mit PKW

Wir fahren zum Hotel „Seelust“ in Duhnen, wo später auch unsere Weihnachtsfeier stattfindet, und parken dort. Wir wandern am Deich entlang bis zum Strandhaus Döse und weiter über die Strandhausallee und den Pastor-Dräger-Weg nach Stickenbüttel und von dort zurück nach Duhnen (ca. 6 km).

Nichtwanderer: Treffen um 13.00 Uhr im Hotel „Seelust“ in Duhnen.

Anmeldung für beides bis zum 1. Dezember bei Heinz Marx, Tel. 35322

RD "Die Fahrschule"
Spaß am Fahren.... mit Sicherheit!
Cuxhaven · Altenwalde · Nordholz · Dorum

Wir bilden alle EU Führerscheinklassen aus vom Mofa bis zum LKW.

Zeitgemäßes Lernen mit dem „Theo“ oder der Fahrschul-App

LKW Weiterbildung

Rüdiger Schwarze & Dirk Engeler

| | | | |
|-------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------|
| Cuxhaven Elfenweg 25 | Altenwalde Hauptstr. 69 | Nordholz Schulstr. 6 | Dorum Poststr. 3b |
|-------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------|

Info: 04741-8531

www.rd-die-fahrschule.de



AS AUTOSERVICE

Professioneller Service für Sie! Freundlich, fair & preiswert!

KFZ-Meister Volkhard Bier
Am Querkamp 24-26 · 27474 Cuxhaven · Telefon 04721/590888
Telefax 04721/590889 · E-Mail zentrale@as-autoservice.de · www.as-autoservice.de

**Maass-Reisen – Die Welt entdecken!****05 Tage Inselperlen der Ostsee**26.03.-30.06.15,
DZ/HP, Ausflüge **ab €415,-****05 Tage Elsass**01.07.-05.07., 14.10.-18.10.15,
DZ/HP, Ausflüge **ab €435,-****04 Tage Prag**16.07.-19.07.15,
DZ/ÜF, 1 X HP, Ausflüge
ab €384,-**08 Tage Lermoos in Tirol**26.07.-02.08.15,
DZ/HP, Ausflüge **ab €692,-****04 Tage Brüssel-Brügge-Gent**01.08.-04.08.15,
DZ/HP, Ausflüge **ab €298,-****06 Tage Deutschlandrundreise**16.08.-21.08.15,
DZ/HP, Ausflüge **ab €598,-****06 Tage Schwarzwald**21.08.-26.08.15,
DK/HP **ab €478,-****Tagesfahrten**27.06. **Bispingen mit
Kutschfahrt**, inkl. Essen und
Kutschfahrt **€49,-**03.07. **Elbfahrt**, inkl. Brunch-
und Kuchenbuffet **€62,-**04.07. **Polenmarkt** **€35,-**04.07. **Sylt „spezial“**
inkl. Frühstück, Schiff. **€89,-**05.07. **Musicals in Hamburg**
inkl. Eintritt **ab €87,-**05.07. **Nordseeinsel Norderney**
inkl. Überfahrt **€43,-**12.07. **Biergartenfest mit
Blasmusik**
inkl. Grillbuffet **€44,-**15.07. **Halligfliederblüte**
inkl. Schifffahrt, Essen **€59,-**19.07. **Gestüt Ganschow**
inkl. Eintritt **€51,-**

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unseren Katalogen!

Betriebsbüro: Altenwalder Chaussee 77 - 27474 Cuxhaven - Tel. (04721)7270

Reisebüro: Nordersteinstraße 10 - 27472 Cuxhaven - Tel. (04721)727120

Internet: www.maass-reisen.de - E-Mail: info@maass-reisen.de

Aus der Vereinsfamilie

Wir gratulieren herzlich unseren Geburtstagskindern, die im Juli, August oder September dieses Jahres einen runden Geburtstag feier(te)n:

50 Jahre

Maria Goncalves Sarabando
Alexander Stanischewski

75 Jahre

Wolf Bartels
Ilse Dankert
Uwe R. Gürtler
Hannelore Klüver

75 Jahre

Ingrid Meinke
Felizitas Rauer
Helga Reichert
Helga Vooth

60 Jahre

Dr. Martina Mann-Arbatschat
Jens Papendick

80 Jahre

Karin Lambrecht

70 Jahre

Ingelore Schröder

85 Jahre



Zur Hochzeit am 05.08.2016 gratulieren wir Malte Buschbeck und seiner Frau Imke ganz herzlich und wünschen den beiden viele glückliche gemeinsame Jahre.

Wir gedenken unserem verstorbenen Mitglied:



Ingeborg Holzberg-Brehm aus der Turnabteilung am 22.06.2016

Unsere neuen Mitglieder:

| | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Ahmadi, Attieh | Kloster, Holger |
| Akbari, Yousef | Kloster, Kristin |
| Becker, Sabine | Kloster, Marlene |
| Becker, Thomas | Knöpke, Jasmin |
| Berdendt, Laura | Kratzmann, Julia |
| Biel, Mika | Kray, Calvin |
| Birkenhagen, Kim Dung | Kucklick, Emilia |
| Blenkle, Luca | Kucklick, Stefanie |
| Boy, Emelie | Luhmer, Laura |
| Brihmani, Samuel | Mangels, Emily |
| Dietrich, Finja Hjördis | Meier, Elia |
| Domingues da Silva, Diego | Mrosewski, Emily |
| Douska, Apostolia-Anna | Mrosewski, Joana |
| Douska, Evrykleia (Claire) | Neumann, Lacy |
| Dühmke, Marleen | Peter, Horst |
| Fecht, Tiberius Julius Maximilian | Rademacher, Hailey |
| Fezert, Diana | Röthel, Emily |
| Gaffke, Michelle | Schlesier, Ann-Marie |
| Gemers, Jeronimo | Schlesier, Mema |
| Haase, Günther | Schoepe, Noah |
| Heinrich, Sabine | Spillner, Jörg |
| Hertler, Clara | Strate, Anna |
| Hey, Nias | Strothmann, Luca |
| Janke, Franziska | Studier, Kristin |
| Johnen, Nicole | Studier, Lukas |
| Johnen, Paul | Utrecht, Nele |
| Kaiser, Anabell | Utrecht, Tina |
| Kirchner, Tristan Max | Witt, Ines |
| Kloster, Ben | Zandbergen, Tina |



Clio IV



RENAULT



Megane



Kadjar



Talisman



Espace



DACIA



Dacia Stepway II



Dacia Logan MCV



Dacia Dokker

AUTO KLEMENT KG

Ihr RENAULT- und DACIA-Partner in Cuxhaven

Am Querkamp 23-25 · 27474 Cuxhaven

Telefon 0 47 21 / 73 44-0 · www.auto-klement.de

RENAULT und DACIA ...im Autocentrum am Fernsehturm



> WELLENBAD > SAUNA > KUR & SPA > FITNESS

Lieblin~~x~~bad

Für die einen
ist es Erholung,
für die anderen
Spaß.

ahoi!

Thalassozentrum
Cuxhaven

Cuxhaven NORDSEEHEILBAD
EMBA

Thalassozentrum ahoi! | Wehrbergsweg 32
27476 Cuxhaven | Telefon 0 47 21 / 404-500
> www.ahoi-cuxhaven.de