

H 6326



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



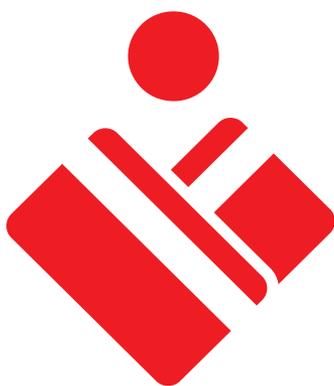
Marie Joyce Acker mit 8 Jahren im Leistungskader des Bezirks

## Mitteilungen 2/2019 Ausgabe April - Mai - Juni

PVST. Deutsche Post AG Entgelt bezahlt. H6326



**Großartiger Blick.  
Große Liebe.  
Goldene Karte.**



[ssk-cuxhaven.de/kreditkarte](https://ssk-cuxhaven.de/kreditkarte)

**Weltweit bezahlen und  
umfangreichen  
Versicherungsschutz  
genießen - mit der  
Sparkassen-Kreditkarte.**

 **Sparkasse  
Cuxhaven**



### 100 Jahre „Maass Reisen“ – 1919-2019!

#### 03 Tage Mini-Kreuzfahrt nach Oslo

11.08.-13.08., 13.10.-15.10.2019  
DK/ÜF, 1 Abendessen ab € 278,--

#### 04 Tage Lüneburger Heide

15.08.-18.08.2019  
DZ/HP, Ausflüge ab € 378,--

#### 08 Tage Wien

02.09.-09.09.2019  
DZ/2xHP/5xÜF, Ausflüge ab € 669,--

#### 10 Tage Inzell im Chiemgau

05.09.-14.09.2019  
DZ/ÜF, Aufenthalt ab € 504,--

#### 10 Tage Berchtesgadener Land

05.09.-14.09.2019  
DZ/ÜF, Aufenthalt ab € 620,--

#### 08 Tage Inselperlen der Ostsee

22.09.-29.09.2019  
DZ/HP, Ausflüge ab € 687,--

#### 07 Tage Immenstaad am Bodensee

23.09.-29.09.2019  
DZ/HP, Ausflüge ab € 629,--

#### 10 Tage Kroatien - Höhepunkte

06.10.-15.10.2019  
DZ/HP, Ausflüge ab € 879,--

#### Tagesfahrten

25.08., 15.09., 20.10., 17.11., 08.12.2019  
**Musicals in Hamburg,**

inkl. Eintritt PK2 oder PK1 ab € 119,--

05.08. **Nord-Ostsee-Kanalfahrt,**  
inkl. Schifffahrt, Brunchbuffet € 73,--

11.08. **Musical „Bat out of Hell“,**  
inkl. Eintritt PK2 oder PK1 ab € 104,50

17.08. **Blaubeererte im Moor,**  
inkl. Rundfahrt, Mittagessen, Kahn- und  
Kutschfahrt, Kaffeegedeck € 51,--

18.08. **Harz - Sommerzauber,**  
inkl. Harzrundfahrt, Mittagessen, Stadt-  
führung, Harzquerbahn, Kaffee € 69,--

08.09. **HeideBackHaus,**  
inkl. Mittagessen, Theater, Besichtigung  
und Führung, Kaffeegedeck usw € 67,--

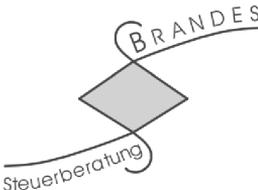
15.09. **Hengstparade in Redefin,**  
inkl. Eintritt PK 1 € 56,--

22.09. **Schmidts TIVOLI „Heiße Ecke“,**  
inkl. Eintritt PK 1 € 59,--

03.10. **Kranichtour - Gnarrenburg,**  
inkl. Rundfahrt, Mittagessen, Kranichtour  
mit dem NABU, Kaffee € 54,--

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unseren Katalogen!

Maass Reisen GmbH - Altenwalder Chaussee 77 - 27474 Cuxhaven  
Reisebüro: Nordersteinstraße 10 - 27472 Cuxhaven - Tel. (04721)39537-20/21  
Internet: www.maass-reisen.de - E-Mail: info@maass-reisen.de



## 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

# Inhaltsverzeichnis

<b>Impressum</b>	<b>5</b>
<b>Sportangebot</b>	<b>7</b>
<b>Adressliste</b>	<b>8</b>
<b>Mitgliedsbeiträge</b>	<b>9</b>
<b>Vorstand</b>	<b>10</b>
<b>Karate</b>	<b>15</b>
<b>Karate</b>	<b>17</b>
<b>Karate</b>	<b>19</b>
<b>Rad</b>	<b>20</b>
<b>Tischtennis</b>	<b>41</b>
<b>Tischtennis</b>	<b>43</b>
<b>Turnen</b>	<b>45</b>
<b>Turnen</b>	<b>47</b>
<b>Turnen</b>	<b>49</b>
<b>Turnen</b>	<b>53</b>
<b>Turnen</b>	<b>56</b>
<b>Turnen</b>	<b>58</b>
<b>Turnen</b>	<b>59</b>
<b>Wandern</b>	<b>61</b>

# 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

### Schriftwart:

Bernd Lange, Tel.: 34256  
Lisztstr. 16

### Jugendwart:

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

## An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Bernd Alzer, Frank Berg, Gerd Brandes,  
Hannah Ehlers, Heike Hebbeln, Manfred  
Kuras, Annette Langhoff, Heike Lessing,  
Petra Lingl, Alex Rösner

## 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, 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: 1.600 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:  
**Mittwoch, 21. August 2019**

 <p>Clio IV</p>		 <p>Scenic neu</p>
 <p>Kadjar</p>	<b>RENAULT</b>	 <p>Talisman Grandtour</p>
 <p>Espace</p>		 <p>Dacia Stepway II</p>
 <p>Dacia Dokker</p>	<b>DACIA</b>	 <p>Dacia Duster</p>

**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](http://www.auto-klement.de)  
**RENAULT und DACIA ...im Autocentrum am Fernsehturm**



# 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  
Bodyforming  
Cheerdance  
Eltern-Kind-Turnen  
Erwachsenen-Freizeitsport  
Faustball  
Fitness für alle  
Gerätturnen  
Gymnastik in allen Altersgruppen  
Gymnastik und Tanz  
Karate  
Latin Fitness  
Leichtathletik  
Osteoporose-Training  
Prellball  
Radwandern  
Rhythmische Sportgymnastik, Wettkampf

Rückenschule  
Schwimmen (zzgl. 1,00 € pro Monat) \*)  
Ski  
Spiele für Erwachsene und Kinder  
Sportabzeichen Training/Abnahme  
Step-Aerobic  
Tischtennis  
Trampolin  
Trampolin für motorisch Eingeschränkte  
Turnen für alle Altersgruppen  
Volleyball ab 16 J./für Fortgeschrittene (Erw.)  
Walking/Nordic Walking  
Wandern  
Wassergymnastik (zzgl. 1,00 € pro Monat)

Alle Einzelheiten, Termine, Zeiten und Orte der Sportangebote erhalten Sie in der Geschäftsstelle als Faltblatt oder unter [www.ats-cuxhaven.de](http://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

Joachim-Ringelnatz-Str. 21, Tel.:  
04721-46661,  
E-Mail: roesnercux@aol.com

## Karate

Bettina Dietz, Tel.: 0177-5622465,  
E-Mail: bettina.dietz.cux@gmx.de  
Frank Berg, Oxter Flage 26, 27639  
Wurster Nordseeküste, Tel.: 04741-  
602859; E-Mail fdberg@freenet.de

## 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

## Leichtathletik

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

## Volleyball

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

## Radsport

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

## Wandern

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

## Schwimmen

Hannah Ehlers  
E-Mail: ATSC-Schwimmen@gmx.de

## Sportlehrerinnen

Sabine Lenz-Breuer, 27472 Cuxhaven,  
Rohdestr. 3c, Tel.: 26798, E-Mail:  
G.Breuer@t-online.de  
Ingeborg Steffens, 27476 Cuxhaven,  
Rosenhof 5, Tel. 36800, E-Mail: inge-  
borg.steffens@yahoo.de

## Ski

Wolfgang Wegele, Hauptstr. 45, 27478  
Cuxhaven, Tel.: 04723-1314, E-Mail  
wolfgang.wegele@gmx.de

## Tischtennis

Klaus Rösner, 27476 Cuxhaven,

# Mitgliedsbeiträge

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

## Vorstand

### Harmonische Mitgliederversammlung beim ATSC Bisheriger Vorstand wird wiedergewählt

Am Freitag, 26. April 2019, fand die alljährliche Mitgliederhauptversammlung des ATSC Cuxhaven statt.

**In der Aula des Amandus Abendroth-Gymnasiums begrüßte der Vorsitzende Manfred Abbes Mitglieder, Übungsleiter, den Ältestenrat, Gäste sowie den Vorsitzenden des KSB Cuxhaven e.V. und den Sportwart von Sport in Cuxhaven e.V..**

**Edmund Stolze** vom KSB bewunderte vor allem die Jugendarbeit und Förderung des ATSC und rief weiter zum Ehrenamt auf, da Vereinsarbeit nur so funktionieren kann. Auch **Thorsten Döschner** lobte den ATSC als größten Sportverein der Stadt und gratulierte der Vielzahl von erfolgreichen Sportlern aus verschiedenen Abteilungen für ihre zahlreichen Titel. Er bedankte sich außerdem für die gute Zusammenarbeit mit dem ATSC bei den städtischen Veranstaltungen wie Sportgala, Nacht des Sports etc.

Der ATSC-Vorsitzende **Manfred Abbes** blickte auf ein erfolgreiches Vereinsjahr mit knapp 1600 Mitgliedern, 34 lizenzierten Übungsleitern und zwei hauptamtlichen Sportlehrerinnen zurück. Er sei besonders

stolz auf das gut funktionierende Vereinsleben mit seinen vielen traditionellen Veranstaltungen wie Zeltlager Müggendorf, Sportabzeichenaktion mit Bergfest, Faschingsturnen, Laterne laufen, Teilnahme an der Sportgala, Ehrungen langjähriger Mitglieder etc. . Aber auch die sportlichen Erfolge der Mitglieder, die zahlreich bei den Ehrungen von Stadt und Landkreis und gleich mit fünf Teilnehmern bei der Wahl zum/r Cuxhavener „Sportler/in des Jahres“ vertreten waren, seien ein Grund zur Freude.

Mit Freude sähe er den Baufortschritten am Neubau des Hallenbades entgegen, besonders weil unsere Stadt dann endlich wieder ein Lehrschwimmbecken hat.

Leider gäbe es aber wieder Gerüchte, dass die Rundturnhalle nun doch saniert werde statt die geplante Vierfeldhalle zu bauen. Ein solcher Umbau würde mit einer Hallensperrung über viele Monate eine hohe Zahl von Übungsstunden undurchführbar machen, wobei es keine Ausweichmöglichkeiten gäbe. Viele Sportarten von Trampolin über Gerätturnen, Leichtathletik, Fußballtennis, Volleyball, Gymnastik etc. würden kaum oder gar nicht mehr stattfinden können.

Besonders wies der Vorsitzende auf die NTB-Veranstaltung „Rendezvous der Besten“ am

12.5. in der Rundturnhalle hin, die der ATSC ausrichtet. Dieser Wettbewerb für Showgruppen vor einer Jury findet in Norddeutschland nur in Cuxhaven und Osnabrück statt. Für Cuxhaven sind 26 Gruppen mit 455 Teilnehmern gemeldet, darunter zwei ATSC-Tanzgruppen von Sabine Lenz-Breuer. Ein kleines Kontingent an Karten könne beim ATSC noch erworben werden.

Die **stellvertretende Vorsitzende für Sportbetrieb Hilke Hauhut** stellte im Rückblick fest, dass die Arbeit in einem so großen Verein nicht immer einfach sei und dass es mühselig sei, die Disziplin mancher Teilnehmer beim (Wettkampf-!!)training zu bewahren oder davon zu überzeugen, während des Trainings komplett auf das Handy zu verzichten. Auf der anderen Seite gäbe es erfreulicherweise viel mehr schöne und teils rührende Erlebnisse mit kleinen und großen Mitgliedern.

Hilke Hauhut bedauerte zwar, dass man noch immer keinen Basketballtrainer gefunden habe, freute sich aber über mehrere neue Übungsleiter beim Turnen und in der Leichtathletik. **Ihr Dank gilt den treuen ÜbungsleiterInnen und HelferInnen für ihr wöchentliches zuverlässiges Engagement.**

**Der stellvertretende Vorsitzende für Finanzen und Verwaltung Gerd Brandes berichtete, dass auch 2018 ein positives Ergebnis erzielt worden sei.** Den größten Teil der Einnahmen des Vereins stellten wie schon seit langem die Beiträge und Zuschüsse dar, den größten Teil der Ausgaben Gehälter/ Übungsleiterentschädigungen sowie Mieten für die Schwimmbadnutzung. Der Haushaltsvoranschlag für 2019 basiere stark auf den Zahlen von 2018. Nach dem positiven Bericht der Rechnungsprüfer wurde **der Vorstand einstimmig entlastet.**

**Bei den Wahlen für die Vorstandsämter**

**wurden Hilke Hauhut und Gerd Brandes als Stellvertretende Vorsitzende, Bernd Lange als Schriftführer und Marek Thormählen als Jugendwart jeweils einstimmig wieder gewählt. Heinz Marx, Hildburg Peyn und Günter Pohl vom Ältestenrat, die Frauenwartin Katrin Eger und die Kassenprüfer wurden ebenfalls einstimmig wiedergewählt.**

Als letzter „offizieller“ Tagesordnungspunkt wurden die **Satzungsänderungen bzgl. Datenschutz und Zwangsaustritt** formuliert und einstimmig von der Versammlung beschlossen, bevor der erfreuliche Teil der **Ehrungen** begann: **Der Vorstand bedankte sich bei Stefanie Wilshusen ((Nordic) Walking) für 15-jährige und bei Claus Hebbeln (Schwimmen) für 30-jährige Übungsleiter-tätigkeit.**

**Außerdem wurde der überraschten Hilke Hauhut für intensive engagierte und vielseitige Vereinsarbeit die Goldene Ehrennadel des Vereins verliehen.** Seit 2013 im Vorstand und dann gleich „mit Haut und Haar“ hoffen der Ältestenrat und ihre Vorstandskollegen, dass sie noch lange auf sie zählen können.

Der Höhepunkt für die anwesenden Kinder und Jugendlichen war sicher die **Sportlerehrung des Vereins für tolle sportliche Leistungen** ab dem Bezirksmeistertitel über Landesmeister, Norddeutsche Meister, Deutsche Meister und dieses Jahr sogar für einen dreifachen Weltmeister: **21 Sportler und Sportlerinnen wurden für ihre zahlreichen Erfolge im Einzel und/oder als Mannschaft im Schwimmen, Tischtennis, Leichtathletik und im Gerätturnen geehrt. Das waren im Einzelnen: die Schwimmer Sarah Ali, Emma-Louisa und Lara-Sophie Bieshaar, Julie Castano Caeiro, Yosefina Deneff, Hannah und**

**Martin Ehlers, Emma Feldmann, Johanna Groenewold, Nick Laris Junge, Wadim Lindemann, Marco Nolte, Christian Plagge, Zoé Röfer, Lena Sauer, Nicole Teuber, Julia Thurau, Marco Töllner, der Tischtennisspieler Kevin Acker, die Turnerin Charlotte**

**Neumann und der Leichtathletik-Senioren-Weltmeister Helmut Brüning.  
Was für eine Jahresbilanz!**



Aktueller Vorstand 2019: (v.l.) Gerd Brandes (Stellv. Vors. f. Finanzen), Schriftwart Bernd Lange, Hilke Hauhut (Stellv. Vors. f. Sportbetrieb), Heike Lessing (2. Schatzmeisterin), Vorsitzender Manfred Abbes  
(Es fehlen Sportwart Niklas Lingl und Jugendwart Marek Thormählen.)



Hilke Hauhut wird die Goldene Ehrennadel des ATSC verliehen.



Die erfolgreichen Schwimmer des Jahres 2018/2019.



Ein Weltmeister und zwei Nachwuchssportler (v.l. Helmut Brüning, Kevin Acker, Charlotte Neumann, Manfred Abbes



Ein Dank an unsere langjährigen Übungsleiter Stefanie Wilshusen und Claus Hebbeln.



# Karate

## Internationales Budo-Seminar mit Sensei André Bertel (6. Dan)

Der Oberbürgermeister von Dresden begrüßte Mitte März rund **220 Karatekas**, die aus halb Europa nach Freital/Dresden angereist waren, um unter André Bertel zu trainieren.

Nach den üblichen Ansprachen der Verantwortlichen begann das Training. Kihon und Choku-Tzukis, welche André zusammen mit Drehungen und vielen Erklärungen zur Gewinnung der Grundpower in einem Grundlagentraining auf hohem Niveau verpackte.

Hinzu kamen viele Übungen zum richtigen Timing, die die Teilnehmer noch das ganze Wochenende verfolgen sollten.

Die zweite Trainingseinheit begann pünktlich um 14.00 Uhr. Das Hauptthema war die Kata „Kakuyoku Shodan“ (Kranichflügel), die von Tetsuhiko Asai geschaffen wurde.

Ebenso wiederholte der Sensei das Prinzip des „Iriguchi Waza“, was heute eher selten gelehrt

wird und als Eröffnung für andere Techniken gilt.

Auch diese Einheit war viel zu schnell vorbei. Nach der wohlverdienten Dusche ging es dann nach Dresden zur Lehrgangsparty.

Der Sonntag begann noch einmal mit der Bunkai-Anwendung der neu erlernten Kata „Kakuyoku Shodan“. In den Trainingspausen und auch am Nachmittag nahm sich Sensei André viel Zeit für die Teilnehmer und stand immer aufgeschlossen für Fragen, Diskussionen und auch endlose Fotosessions zur Verfügung.

Es war wie immer ein tolles Erlebnis, unter André zu trainieren, der für diesen Lehrgang wieder einmal extra aus Japan angereist war.



Teilnehmer aus vielen Ländern fuhrten extra nach Dresden, um unter Sensei Bertel zu trainieren.



ATSC-Trainer Frank Berg mit Großmeister André Bertel.



# Karate

## Kinder-Stützpunkttraining

Auch in diesem Jahr fand am 23.03.2019 das zweite gemeinsame Stützpunkttraining der Kinder in Cuxhaven statt.

ATSC-Trainer Frank Berg - 5. DAN-Shotokan und Marco Schwarz - 3. DAN- Shotokan vom TSV Otterndorf leiteten das Training.

Pünktlich um 13.00 Uhr begann die Trainingseinheit mit den **35 teilnehmenden Kindern der Dojos ATS Cuxhaven, Budo-Akademie Dorum und TSV Otterndorf.**

Nach leichtem Aufwärmtraining und der anschließenden Grundschule (Kihon) kamen die

Karatekids ganz schön ins Schwitzen.

Nach einer 10-Minuten-Pause begann das Training mit Kata und Partnerübungen, die jeweils auf die einzelnen Katas abgestimmt waren.

Besonderes Augenmerk legten die beiden Trainer auf die korrekte Ausführung der Techniken, da Unsauberkeiten besonders auf Wettkämpfen schnell zu Niederlagen führen können.



35 Karatekas aus Cuxhaven und umzu.

# Horst von Minden <sup>GmbH</sup>

ELEKTROINSTALLATION • BLITZSCHUTZANLAGEN  
EIB • EDV • SICHERHEITSTECHNIK • NOTDIENST

Friedrichstraße 22 • 27472 Cuxhaven

E-Mail: [info@elektro-vonminden.de](mailto:info@elektro-vonminden.de)

Internet: [www.elektro-vonminden.de](http://www.elektro-vonminden.de)



(04721)

**55055**

**Fax**

(04721)

**34942**

**Notdienst**

(0171)

**6403081**



## Karate



Am 29.3.2019 bestand Dirk Henning Stuhr (l.) in Dorum seinen 1. DAN (Mitte: Bernhard Keller, (r.) Frank Berg)



## Rad

**»Fit im Sport  
und Alltag«**

Nutrilo – Ihr Partner für hochwertige Nahrungsanreicherung und Nahrungsergänzung

**Nutrilo GmbH**  
Heinz-Lohmann-Str. 8 · D-27472 Cuxhaven/Germany  
Telefon: +49 (0) 47 21/71 73-0 · [www.nutrilo.de](http://www.nutrilo.de)

**Nutrilo**  
VITAMINE UND WEHR

EIN UNTERNEHMEN DER **RHW**

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](mailto:office@brueggemann-fliesen.de)



## ATSC-Radtreff Cuxhaven

Tourenleiterin:  
*Renate Kapp, Höpckestr. 17 Tel: 5 13 07*

Wir treffen uns dienstags jeweils auf dem Wochenmarkt:  
April bis Ende Juli 18.00 Uhr  
August bis September 17.00 Uhr

### **Radtouren 2019**

#### **Juni**

Sonntag, 16. Wersabe - Lübberstedt ca. 60 km  
8.15 Uhr Bahnhof

Samstag, 29. Nachmittagstour  
Start 14.00 Uhr

#### **Juli**

Dienstag, 02. **Helgoland** (nach Absprache)

Sonntag, 14. Alpakahof in Misselwarden ca. 60 km  
Start 9.00 Uhr

Samstag, 27. Nachmittagstour  
Start 14.00 Uhr

#### **August**

Sonntag, 11. Fischerhude ca. 60 km  
8.15 Uhr Bahnhof

Samstag, 24.08. Nachmittagstour  
Start 14.00 Uhr

#### **September**

Sonntag, 08. Neuhaus - Wasserskianlage ca. 70 km  
Start 9.00 Uhr

Samstag, 21. Nachmittagstour  
Start 14.00 Uhr



**Oktober**

Donnerstag, 03. Otterndorf – Oberndorf (De Utsicht) ca. 55 km  
8.45 Uhr Bahnhof

Freitag, 25. Saison - Abschlussabend  
18.00 Uhr „Seeterrassen“ 18.00 Uhr

**November**

Sonntag, 17. Boßeln (Anmeldung bis 10.11.!)  
Start 10.00 Uhr West-Apotheke

**Dezember**

Dienstag, 03. Weihnachtsmarkt  
17.00 Uhr

**Januar 2020**

Sonntag, 12.01. Grünkohlwanderung in Otterndorf  
Start 9.45 Uhr Bahnhof (Anmeldung bis 03.01.!)

**März 2020**

Sonntag, 29. Kaffeewandern  
Treffen 14.00 Uhr bei Café Schnapp (Anmeldung bis 22.03.!)

Ein **verkehrssicheres Fahrrad** nach der STVO ist Bedingung. Mitfahrt auf **eigene Gefahr (Haftungsausschluss)**.

Jeder Teilnehmer sollte einen **Fahrradschlauch** und ein **Getränk** mitführen.

Es werden immer **Pausen** eingelegt.

Wenn nicht anders angegeben, **mittags Packtaschenverpflegung**.

**Radtouren können nach Wetter und Windrichtung geändert werden.**

**Tourenleiterin: Renate Kapp, Höpckestr. 17, Tel: 5 13 07**



# Schwimmen

## Schwimmertreffen ATSC

Mitte Februar richtete die ATSC-Schwimmabteilung das alljährlich stattfindende Schwimmertreffen im Cuxhavener Hallenbad aus. Es nahmen **knapp 160 Sportler aus acht Vereinen** am Wettkampf teil.

Der **ATSC schickte 33 Schwimmer/innen ins Wasser**, die zwischen zwei und sechs Starts absolvierten. Mit Leni Tocha, Anna Douska, Adam Haji, Lazar Schomburg und Raphael Meyn aus der Talentgruppe nahmen fünf Schwimmer das erste Mal an einem so großen Schwimmwettkampf teil. Sie durften ihr Können über die 50m Brust, 50m Freistil und 50m Rücken zeigen.

Nicht nur die jungen Talente überzeugten. Auch die jüngeren Schwimmer der Wettkampfgruppe zeigten, dass sich das Training der letzten Wochen gelohnt hat. Erik Heinemann, Isabelle Teuber, Georg Hagen von Staa und Antonina Schomburg erreichten jeweils fünf oder sechs neue Bestzeiten. Vier neue Rekorde nahmen am Ende Paul Feldmann, Denise Matter, Sarah Ali, Claire Douska und Yosefina Deneff aus dem Wasser mit nach Hause.

Sehr gute Steigerungen erzielten Rober Haji und Kevin Lee Sabin über 100m Rücken (1:31,06 Min. und 1:37,34 Min.), Mika Harms

und Zoé Röfer über 200m Freistil (2:31,45 Min. und 2:19,96 Min.), Emma Feldmann und Mareike Heinemann über 100m Freistil (1:07,81 Min. und 1:20,72 Min.), sowie Emma-Louisa Bieshaar und Andreas Qesku über 50m Schmetterling (0:36,87 Min. und 0:46,75 Min.).

Anton Plath näherte sich der magischen Grenze von 1:00,00 Min. über 100m Freistil: An diesem Wochenende legte er die Distanz in 1:01,40 Min. zurück und verbesserte sich um knapp zwei Sekunden.

### **Neben den Einzelstrecken ging der ATSC auch mit mehreren Staffeln an den Start.**

Die jüngeren Schwimmer konnte die 4x50m-Freistil-Staffel der Jungen und Mädchen jeweils für sich entscheiden.

Die älteren Schwimmer starteten über 4x50m Lagen. Die Mädchen erreichten hier Platz Zwei.

Die Jungen sicherten sich Platz Zwei und Drei. Zum Abschluss des Wettkampftages stand die 10x50m-Freistil-Staffel auf dem Plan:

Auch hier konnten die Schwimmer einen guten zweiten Platz erreichen.

Weiterhin gehörten an diesem Wochenende zum Schwimmteam: Martin Ehlers, Nick-Laris Junge, Tim Lange, Wadim Lindemann, Michel Nitschke, Luis Thes, Julia Thurau, Jan-

ne Paulsen, Julie Castano Caeiro und Lara-Sophie Bieshaar.



Andreas Quesku

**Gravuren**  
auf fast allen Materialien

**20 JAHRE**  
SPORT  
2000

**Bestickung**  
Textilveredelung

Leder, Glas, Stein, Kunststoff, Holz, Edelstahl \* 1997 2017 auf Sport-, Arbeits-, Freizeitkleidung mit Wunschmotiv- oder Text \*\*

**CUX-SPORT**

Stempelfertigung  
**Vereinsausrüstung**  
Sportartikel aller Art  
Sportkleidung  
Sportschuhe  
u.v.m.

\* z.B. Handy, Laptop, Gläser, Besteck etc.

\*\* Arbeitskleidung, Handtücher, Decken, Hemden u.v.m.

Wir beraten Sie gerne!

**CUX-SPORT** GmbH  
Cuxhaven - Poststr. 4 - 04721/22000  
info@cux-sport.de - www.cux-sport.de

Fragt nach den  
Teamsportverträgen!

Gerne  
machen  
wir Euch ein  
Angebot!





Rober Haji



Georg Hagen von Staa



# Schwimmen

## Gute Zeiten beim Schwimmwettkampf in Drochtersen

Kurz nach dem eigenen Wettkampf sind die ATSC-Schwimmer zum TSV Drochtersen gefahren, denn auch Wettkämpfe müssen trainiert werden.

Die Aufregung vor einem Einzelstart, ein anderes Bad, andere Startblöcke - viele Faktoren spielen eine Rolle, wenn der Schwimmer flexibel reagieren und Bestzeiten schwimmen will. Die Schwimmveranstaltung wurde **von dreizehn Vereinen aus der Region besucht** und es gab dadurch spannende Wettkämpfe zwischen dem SC Seevetal, Stader SV, TV Hambergen und natürlich dem TSV Otterndorf.

**Bei den Staffelwettbewerben stiegen die Schwimmer des ATSC bei den zwei männlichen Staffeln, der 4x50m-Freistilstaffel (1:55,44 Min.) und der 4x50m-Lagenstaffel (2:13,27 Min.) mit den Teilnehmern Feldmann, Plath, Harms und Junge als Sieger aus dem Wasser. Die weiblichen Schwimmer konnten sich in der 4x50m-Freistilstaffel mit Feldmann, Röfer, Teuber und Thureau durchsetzen und gewannen mit einer Zeit von 2:01,86 Minuten.** In der 4x50m-Lagenstaffel belegten sie hinter den Stader Schwimmerinnen mit einer Zeit von 2:21,78 Min. den 2. Platz. Es schwammen Teuber, Deneff, Thureau und Röfer.

Gute Leistungen brachten die männlichen Schwimmer des ATSC:

**Nick Laris Junge (2005) belegte in den sechs Einzelstarts jedes Mal den 1. Platz.**

Eine Zeitverbesserung hatte er im WK 100m Rücken (1:13,49 Min.), 50m Rücken (0:34,24 Min.) und 50m Freistil (0:29,29 Min.). **Anton Plath (02)** war ganz zufrieden mit seinen Zeiten, auf allen Strecken konnte er Bestzeiten verbuchen: 200m Lagen (2:37,33 Min.) 2. Platz, **100m Rücken (1:12,03 Min.) 1. Platz und 100m Freistil (1:01,16 Min.) ebenfalls 1. Platz.** **Paul Feldmann (02)** sicherte sich dreimal den 1. Platz, die größte Zeitverbesserung hatte Feldmann über die 200m Lagenstrecke (2:36,54 Min.). Auch Mika Harms (04) machte es wie seine Vereinskameraden: er belegte fünfmal vorderste Plätze und verbesserte seine Zeiten um mehrere Sekunden. Auch Kevin Sabin (06) konnte auf allen Schwimmstrecken Bestzeiten schwimmen. Am meisten freute er sich über die 100m- und 50m-Rückenzeit von 1:34,67 Min. und 0:45,92 Minuten. **Tim Lange (07) erreichte ebenfalls sechsmal den 1. Platz** und auf die 200m-Lagenzeit von 3:03,07 Min. war er besonders stolz. Hagen von Staa (04) steigerte sich auf der Schmetterlingsstrecke und das war dann auch auf der Vielseitigkeitsstrecke 200m Lagen zu merken: die neue Zeit

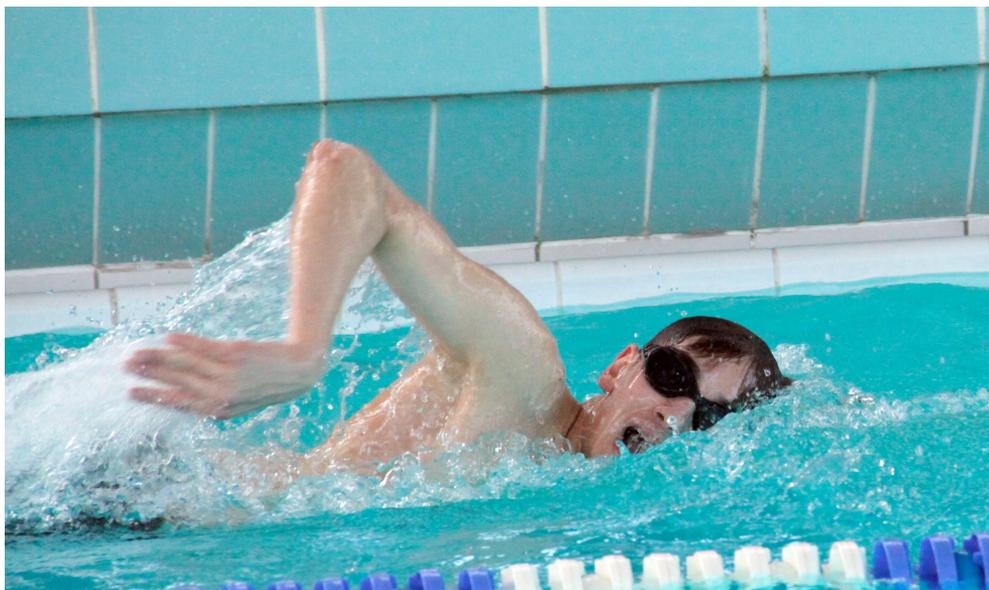


war 3:00,34 Min. und damit belegte er den 2. Platz. Rober Haji (05) schwamm über 100m und 50m Brust persönliche Rekorde. **Andreas Qesku** freute sich, dass er sich über die 50m Schmetterling (0:47,84 Min.) und 100m Rücken (1:44,21 Min.) verbessert hatte, in der Wertung **belegte er beide Male den 1. Platz**. Thomas Schmeer konnte sich noch am Ende der Veranstaltung über die 100m Freistil (1:43,74 Min.) steigern und eine neue Bestzeit schwimmen. Luis Thes (alle Jg. 09) schwamm vier neue Rekorde; über 100m Rücken war er 12 Sekunden schneller (1:51,74 Min.).

**Julia Thurau (2000) belegte in den Einzelstarts viermal den 1. und zweimal den 2. Platz.** Sie konnte ihre bisherigen Bestzeiten nicht verbessern. Genauso erging es Janne Paulsen (01), wobei sie viermal den 2. Platz erreichte. Leonie Krüger (02) belegte mit der Zeit von 1:29,08 Min. über 100m Rücken den 2. Platz. **Nicole Teuber (03) erreichte bei sechs Einzelstarts den ersten Platz. Emma Feldmann (04) schwamm über 50m Schmetterling (0:33,48 Min.) auf den 1. Platz. Zoé Röfer (04) belegte über 200m Lagen den 1. Platz. Denise Matter (05) freute sich über die neue Lagenzeit von 2:58,65 Min.; damit belegte sie den**

**1. Platz.** Auch auf der 100m Rückenstrecke konnte sie eine neue Bestzeit von 1:26,74 Min. vermerken. Mareike Heinemann (06) steigerte sich in den Wettkämpfen 200m Lagen (3:18,81 Min.), 100m Rücken (1:39,45 Min.) und 50m Freistil (0:35,92 Min.) um mehrere Sekunden. **Yosefina Deneff (08)** konnte vielleicht auf Grund der nicht vorhandenen Killerleinen, die das Wasser im Becken beruhigen, keine neuen Bestmarken setzen, **belegte mit ihren fünf Einzelstarts aber trotzdem fünfmal den 1. Platz.** Evrykleia Douska (08) schwamm die 100m Rücken in einer guten Zeit von 1:48,35 Minuten. Mai Thi Phung (09) hatte sich auf allen Strecken verbessert und belegte mit einer Topzeit von 1:05,42 Min. über 50m Schmetterling den 1. Platz. Leni Tocha, Anna-Apostolia Douska, Raphael Meyn, Gerrit Weiß und Adam Haji sammelten bei diesem Wettkampf Erfahrungen und konnten ihre bisherigen Schwimmzeiten verbessern.

**Viele Schwimmer haben sich für die Bezirksmeisterschaft qualifiziert und freuen sich, in Uelzen dabei zu sein.**



Anton Plath schwamm auf der 100m-Freistilstrecke auf den 1. Platz.



## ***"Die Fahrschule"***

**Cuxhaven · Altenwalde · Nordholz · Dorum**

**Spaß am Fahren... mit Sicherheit!**

**Führerscheinausbildung vom Mofa bis zum LKW**

**Aufbauseminar für Fahranfänger**

**BKF Weiterbildung**

**Zeitgemäßes Lernen**

**mit dem „Theo“ oder der Fahrschul-App**

**Inhaber: Rüdiger Schwarze - Dirk Engeler - Harald Junge**

**Cuxhaven  
Elfenweg 25**

**Altenwalde  
Hauptstr. 69**

**Nordholz  
Schulstr. 6**

**Dorum  
Poststr. 3b**

**[www.rd-die-fahrschule.de](http://www.rd-die-fahrschule.de)**

**Info:  
04741-  
85 31**



Die siegreiche 4x50m-Freistil-Staffel mit Yosefina Deneff, Zoé Röfer, Julia Thurau und Nicole Teuber.

# Schwimmen

## Norddeutsche Meisterschaften der Masters: Vier Schwimmer - 15 Medaillen!

Bei den am 16./17.3.2019 in Braunschweig ausgerichteten Norddeutschen Masters-Meisterschaften nahmen **vier Cuxhavener Schwimmer** teil.

Erstmals bei Norddeutschen Meisterschaften waren **Christian Plagge und Johanna Groenewold** (beide AK 30) dabei.

Nachdem Christian die Woche zuvor noch mit einer Erkältung zu kämpfen hatte, wurde er rechtzeitig zum Wettkampf wieder fit. Dennoch fehlten ihm einige Trainingseinheiten, aber er erreichte bei vier Starts vier Mal die Top Ten in seiner Altersklasse. Ganz knapp verpasste er das Treppchen über 100m Freistil und wurde Vierter. **Mit einem neuen persönlichen Rekord sicherte sich Christian die Bronzemedaille über 50m Brust.**

**Johanna** startete mit 200m Freistil in das Wettkampfwochenende: Hier wurde sie auf der ungewohnt langen 50m-Bahn Neunte. Über 50m Brust schwamm sie auf Platz Vier. Besser lief es über die 50m und 100m **Freistil**: Auf den 100m sicherte sich Johanna die Bronzemedaille. Ihr bestes Einzelergebnis gelang ihr über die Sprintdistanz von **50m. Hier kam sie in einem stark besetzten Feld auf den 2. Platz.**

Alte Hasen hingegen sind **Hannah und Martin Ehlers** (beide AK30). **Martin schwamm bei fünf Starts fünf Mal auf das Podium in seiner Altersklasse.** Über 200m Lagen ge-

wann Martin mit einer Vereinsjahresbestzeit die Bronzemedaille. Gleich vier Mal gelang Martin der Sprung auf Platz Zwei. Den Titel des Vizemeisters konnte er sich über 50m Schmetterling, 100m Rücken, 200m Rücken und 400m Lagen sichern.

**Erfolgreichste Teilnehmerin war Hannah:** Sie sprang insgesamt über sechs Einzeldisziplinen ins Wasser. Mit Platz Zwei über 200m Freistil begann Hannah ihr Wochenende. Anschließend folgten **Titel über ihre Hauptstrecken 400m und 800m Freistil. Zwei weitere Titel sicherte sich Hannah über 400m Lagen und 200m Schmetterling.** Zum Abschluss des Wochenendes startete Hannah über 200m Brust. Diese ungewohnte Strecke hatte sie mehrere Jahre nicht im Wettkampf absolviert. Am Ende konnte sie auch dieses Rennen mit knappem Vorsprung gewinnen und sich **Norddeutsche Meisterin** nennen.

Weiterhin starteten Christian, Johanna, Martin und Hannah in drei Staffeln: In der Altersklasse C (120 Jahre und älter) schwammen die vier über 4x50m Lagen und 4x50m Freistil jeweils auf den sechsten Platz. **Über 4x50m Brust gewann das Quartett die Silbermedaille.**

> WELLENBAD > SAUNA > KUR & SPA > FITNESS



- ✕ Fitness-Angebote** z. B.
- > Wochenkarte Fitness, Bad & Sauna 55,- €\*
  - > Kombi-Angebot für 24 Monate Fitness, Bad & Sauna 59,- € / Monat
  - > 10er-Karte Aqua-Kurs 90,- €

**ahoi!**  
Thalassozentrum  
Cuxhaven

\* Gültig nur bei Vorlage einer für den Nutzungszeitraum gültigen Gästekarte sowie für Bürger der Stadt Cuxhaven.

**Cuxhaven** NORDSEEHEILBAD GmbH

**Thalassozentrum ahoi! | Fitness**  
Wehrbergsweg 32 | 27476 Cuxhaven  
Telefon 047 21/404-505  
> [www.ahoi-cuxhaven.de](http://www.ahoi-cuxhaven.de)



# Schwimmen

## Bezirksmeisterschaften in Uelzen

**Ende März nahmen die Aktiven der ersten und zweiten Wettkampfmannschaft des ATS Cuxhaven bei den Bezirksmeisterschaften auf der 50m Bahn in Uelzen teil.**

Erstmals überhaupt auf Bezirksmeisterschaften dabei waren Andreas Qesku und Isabelle Teuber (beide 09). Isabelle schwamm zwei neue Bestzeiten über 50m Freistil (0:40,12 Min.) und 50m Schmetterling (0:50,51 Min.). Mit beiden Zeiten erreichte Isabelle den neunten Platz. Andreas schwamm ebenfalls eine neue Bestzeit über 50m Freistil (0:40,11). Damit belegte er den undankbaren vierten Platz. Diesen Platz erreichte er auch über 100m und 200m Freistil. Besser lief es über 50m Schmetterling. **Mit einer Zeit von 0:47,86 Min. sicherte sich Andreas Qesku den Vizetitel in seinem Jahrgang.** Sein Bruder Vasilios Qesku (2003) erreichte vier neue Bestzeiten auf der 50m Bahn. Mit 1:21,02 über 100m schrammte Vasilios als Vierter knapp am Podest vorbei. Über eine Nebenstrecke, 50m Brust (0:39,79 Min.), erreichte Vasilios eine absolute Bestzeit und wurde Fünfter.

Ebenfalls einen neuen Rekord über 50m Brust (0:44,36 Min.) erreichte Kevin Lee Sabin (06). Kevin startete im Mehrkampf in Brust:

Dafür absolvierte er die 50m, 100m und 200m Brust; weiterhin gehörten 50m Brust-Beine, 400m Freistil und 200m Lagen zum Programm. **Nach Addition aller erreichten Punkte für die geschwommen Strecken gewann Kevin Lee Sabin im Mehrkampf die Silbermedaille. Eine Silbermedaille gewann auch Paul Feldmann (02)** mit persönlicher Bestzeit über 100m Schmetterling (1:12,76 Min.). **Denise Matter (05)** sicherte sich über 200m Freistil (2:32,79 Min.) die Bronzemedaille. Julie Castano Caeiro (06), Nicole Teuber (03) und Mika Harms (04) landeten jeweils unter den Top Ten ihres Jahrgangs. Julie stellte über 50m Freistil (0:31,62 Min.) und Mika über 200m Freistil (2:28,89 Min.) eine neue Bestzeit auf. Anton Plath (02) hatte ein Abo auf die Plätze Vier und Fünf. Mit 0:30,71 Min. verbesserte er sich um fast eine Sekunde auf 50m Schmetterling.

Die Erfahrenste im Team, **Julia Thurau (00)**, startete in der Altersklasse der Juniorinnen. Hier wurden die Jahrgänge 2000 und 2001 zusammen gewertet. Über 200m Lagen sicherte sich Julia die **Bronzemedaille. Zwei Vizetitel erreichte Julia über 100m Schmetterling (1:14,99 Min.) und 200m Freistil (2:21,60 Min.)**. Über 200m Freistil belegt Julia in der offenen Wertung Platz Drei.



**Erfolgreichster männlicher Teilnehmer war Tim Lange (07). Tim stand insgesamt fünf Mal auf dem Treppchen.** Platz Drei erreichte er jeweils mit neuer Bestzeit über 50m Freistil, 100m Freistil, 100m Rücken und 200m Rücken. Den Vizetitel erschwamm sich Tim über 200m Lagen (3:02,76 Min.). **Zoé Röfer (04) nahm ebenfalls fünf Medaillen mit nach Hause.** Platz Drei erreichte sie über 50m Schmetterling und 200m Lagen. Den Vizetitel gewann sie über 200m Rücken. Neue Jahrgangmeisterin konnte Zoé sich über 100m Schmetterling (1:20,28 Min.) und 200m Freistil (2:25,44 Min.) nennen. **Eine Medaille mehr fischte Emma-Louisa Bieshaar (07) aus dem Wasser.** Platz Drei erreichte Emma über 400m Freistil. Hinter starker Konkurrenz aus dem Landeskader belegte Emma den zweiten Platz über 50m Freistil (0:32,50), 100m Rücken (1:22,08 Min.) und 100m Freistil. Bezirksmeisterin kann Emma sich über 200m Rücken (2:56,76 Min.) und 200m Lagen (3:02,99 Min.) mit neuen erreichten Bestzeiten nennen.

**Die erfolgreichsten Athleten waren Lara-Sophie Bieshaar (03) und Yosefina Deneff (08).** Yosefina schwamm über 50m Schmet-

terling und 100m Brust zur Vizemeisterschaft. **Fünfmal stand Yosefina ganz oben auf dem Treppchen.** Dies gelang ihr in ihrer Hauptlage Freistil (50m, 100m und 200m). Weitere Titel gingen über 50m Brust (0:40,80 Min.) und 200m Lagen (3:01,63 Min.) auf ihr Konto. **Acht Medaillen gewann Lara an diesem Wochenende.** Vier dritte Plätze erreichte sie über 50m und 100m Freistil, 100m Rücken und 100m Schmetterling. Die Vizemeisterschaft erreicht Lara über 200m Lagen (2:46,54 Min.). Bezirksjahrgangmeisterin wurde Lara über 50m und 100m Brust. **Das Highlight des Wochenendes war ein neuer Vereinsrekord und der Titel der Jahrgangmeisterin über 50m Schmetterling in 0:31,67 Minuten.**

**Gemeinsam mit Julia, Zoé und Nicole schwamm Lara mehrere Staffeln. Das Quartett gewann über 4x100m Freistil und 4x100m Lagen die Silbermedaille. Gold gab es für 4x200m Freistil.**

**Über 4x100m Freistil mixed belegten Anton, Lara, Paul und Julia den dritten Platz.**



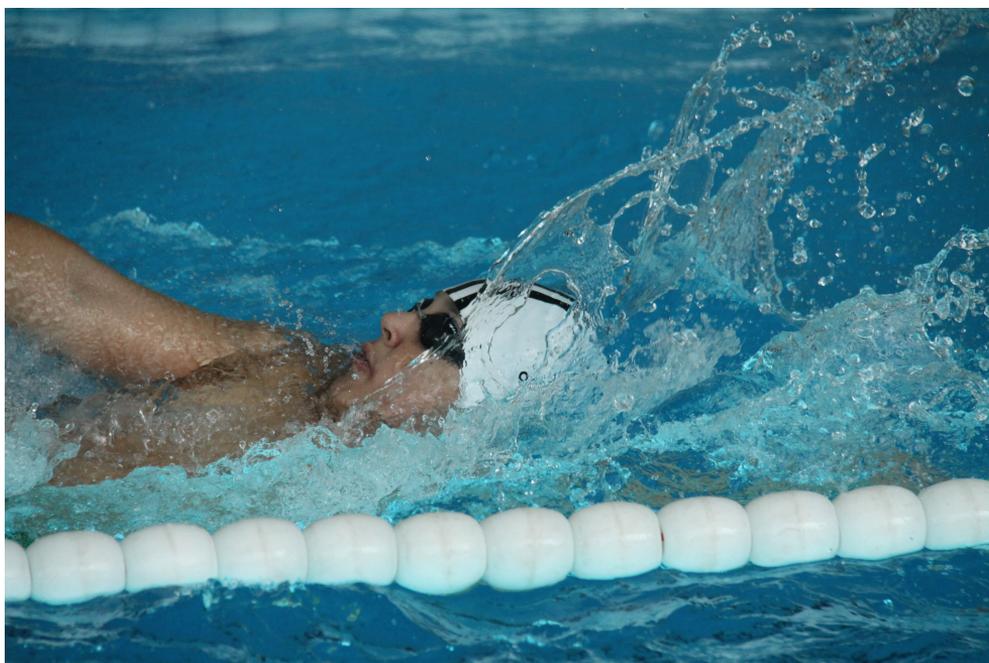
Auf nach Uelzen zur Bezirksmeisterschaft!



Platz 2 für Andreas über 50m Delfin.



Lara wird Bezirksmeisterin über 100m Brust.



Vasilios auf dem Weg zur neuen Bestzeit auf der 50m-Bahn über 100m Rücken.

# Schwimmen

## Landesjahrgangsmeisterschaften 27.04.-28.04.2019

Ende April fuhren Yosefina Deneff (2008), Emma-Louisa Bieshaar und Tim Lange (beide 2007) zu den diesjährigen Landesjahrgangsmeisterschaften auf der 50m-Bahn nach Hannover. **Insgesamt nahmen über 400 Sportler aus 90 Vereinen an den Wettkämpfen teil.**

**Tim Lange** startete am ersten Wettkampftag über die 200m Rücken. Hier konnte er in 3:08,73 Min. eine neue Bestzeit erreichen. Die 50m-Sprint-Distanz legte Tim erstmals unter 40 Sekunden zurück: **Mit 0:39,50 Min. belegte er den elften Platz.** Eine weitere Bestzeit gelang Tim in 0:38,91 Min. über 50m Schmetterling. Über 50m und 100m Freistil konnte Tim nah an seine Bestzeiten heranschwimmen und belegte gute Plätze im Mittelfeld.

**Emma-Louisa Bieshaar** startete an diesem Wochenende insgesamt sechs Mal. Dabei konnte sie vier neue Bestzeiten erreichen und besonders auf den kurzen Strecken überzeugen. **Die 50m Schmetterling legte sie in 0:35,46 Min. zurück und belegte damit einen sehr guten sechsten Platz.** Platz Zehn gelang ihr über 50m Rücken in 0:38,20 Minuten. Erstmals unter 32 Sekunden blieb Emma auf den 50m Freistil (0:31,88 Min.). Zum Abschluss konnte Emma auf den 100m Freistil

ihre Zeit auf 1:11,99 Min. steigern.

**Yosefina Deneff** startete über Einzelstrecken sowie den Mehrkampf. Für den Mehrkampf musste Yosefina die 400m (5:27,25 Min.), 200m (2:31,97 Min.) und 100m Freistil (1:09,37 Min.), 50m Freistil-Beine und 200m Lagen (2:57,47 Min.) schwimmen. Alle Zeiten bedeuteten am Ende eine Bestzeit. **Nach Abschluss der Wertung gewann Yosefina im Freistil-Mehrkampf die Silbermedaille und kann sich Landesvizemeisterin nennen. Weiterhin gewann Yosefina in der Einzelwertung über 50m Freistil die Silbermedaille.** Über 100m, 200m und 400m Freistil belegte sie den dritten Platz.

Gleichzeitig endete mit dem Ablauf des Wochenendes die Qualifikationsmöglichkeit für die Norddeutschen Mehrkampfmeisterschaften. Hierzu qualifizieren sich alle Sportler aus dem Raum Norddeutschland, die sich unter den Top 100 ihres Jahrgangs über 200m Lagen auf der 50m-Bahn befinden. **Mit Tim, Emma und Yosefina haben gleich drei ATSC-Schwimmer die Qualifikation erreicht.**

Die drei durften sich nun Mitte Mai mit den Besten ihres Jahrganges in Potsdam messen.



Yoga: Konzentration vor den Wettkämpfen?

## Schwimmen

### Sieg für Hannah Ehlers bei der DM

Die Internationalen Deutschen Schwimm-Masters-Meisterschaften wurden in diesem Jahr in Halle an der Saale ausgetragen. Insgesamt nahmen **482 Teilnehmer** mit Beteiligung aus Großbritannien, Italien, Polen, Luxemburg und der Schweiz an dieser Masters-Meisterschaft der langen Strecke teil.

Vom ATSC hatte sich Hannah Ehlers qualifiziert: **Sie schwamm die 1500m Freistil in einer guten Zeit von 20:22,19 Min. und belegte den ersten Platz.**

Damit darf sie sich „Deutsche Meisterin“ in ihrer Altersklasse (AK 30) nennen.

Am zweiten Tag der Schwimmveranstaltung ging Hannah bei der 800m-Freistilstrecke ins Rennen. Sie stieg nach 10:25,06 Min. aus dem Wasser und nachdem das Protokoll ausgewertet war, stand Hannah mit ihrer Zeit auf dem zweiten Platz und konnte außerdem noch eine **Silbermedaille** in Empfang nehmen.



Sichtlich erschöpft nach einer langen Freistilstrecke - aber es hat sich gelohnt!



# Schwimmen

## Wettkämpfe im Mai

Im Mai nahmen die Schwimmer/innen des ATS Cuxhaven an mehreren Meisterschaften quer durch Norddeutschland teil. Zunächst startete **Lara-Sophie Bieshaar (2003) bei den Norddeutschen Meisterschaften**. Die Meisterschaften wurden in der Elbeschwimmhalle in Magdeburg ausgetragen. Insgesamt nahmen **fast 1000 Sportler** an der Veranstaltung teil, u.a. auch die Weltmeisterschaftsteilnehmerin Franziska Hentke. Lara hatte sich auf den Bezirksmeisterschaften im März mit neuer Vereinsrekordzeit über 50m Schmetterling erstmals für die Norddeutschen Meisterschaften qualifiziert. Die 50m Schmetterling fanden am ersten Wettkampftag statt: Nach einem guten Rennen in 0:32,89 Min. belegte Lara am Ende **Platz 32** in ihrem Jahrgang.

Ebenfalls auf **Norddeutschen Meisterschaften** unterwegs waren Laras Schwester **Emma-Louisa Bieshaar (2007)**, sowie **Tim Lange (2007)** und **Yosefina Deneff (2008)**. Die drei nahmen an den Mehrkampfmeisterschaften in Potsdam teil. Hierfür mussten sie unter die Top 100 über 200m Lagen schwimmen: Emma und Tim starteten im Mehrkampf in der Rückenlage. Hier waren die Strecken 50m Rücken-Beine, 100m und 200m Rücken, 200m Lagen und 400m Freistil zu absolvieren.

Am ersten Wettkampftag standen zunächst die 200m Lagen auf dem Programm. Tim gelang ein guter Einstieg in den Wettkampf mit 3:04,51 Minuten. Emma zog mit einer neuen Bestzeit in 3:02,33 Min. nach. Leider konnte Emma den Wettkampf aus gesundheitlichen Gründen nicht beenden. Tim konnte über 100m Rücken eine weitere gute Zeit schwimmen. Eine neue Bestzeit gelang ihm über 400m Freistil in 5:41,35 Minuten. **In der Addition aller erschwommenen Leistungen konnte Tim sich unter den Top 20 seines Jahrgang platzieren.**

Yosefina startete im Jugendmehrkampf. Hier waren neben den 400m Freistil, 200m Lagen, zwei Strecken über 100m gefordert, 50m Beinbewegung, sowie ein 7,5m Gleittest und 15m Delphinbeinbewegung. Mit 2:54,09 Min. über 200m Lagen und 5:22,80 Min. über 400m Freistil konnte Yosefina ihre erst im April aufgestellten Zeiten erneut verbessern. Für die zwei 100m-Strecken wählte Yosefina die 100m Brust und 100m Freistil. Die Freistildistanz absolvierte Yosefina in 1:08,47. Dies war die insgesamt fünftschnellste Zeit und ebenfalls neue Bestzeit. **Nach Abschluss aller Wettkämpfe errang Yosefina eine Punktzahl von 1825 Punkten. Dies bedeutete Platz zwölf. Im Juni wird Yosefina bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften des Jahrgangs**



## 2008 in Dortmund an den Start gehen.

Neben den ganz jungen Startern, nahmen die Masters **Hannah Ehlers (AK 30) und Kirsten Lange (AK 50) an den Bezirksmeisterschaften der Master** in Over teil.

Kirsten startete erstmals nach längerer Verletzungspause und ging über die vier 50m-Strecken, sowie die 100m Rücken an den Start. **Platz Zwei sicherte sich Kirsten über 50m Freistil und 50m Brust. Be-**

**zirksmeisterin wurde Kirsten über 100m Rücken (1.46,44 Min.), 50m Schmetterling (0:41,53 Min.) und 50m Rücken.**

**Hannah** ging ebenfalls über die vier 50m-Strecken und die 100m Lagen an den Start. **Über 50m Rücken** konnte Hannah in 0:35,74 Min. eine neue Bestzeit schwimmen und Bezirksmeisterin werden. **Auch über die 50m Brust (0:38,79 Min.), 50m Schmetterling, 50m Freistil und 100m Lagen wurde sie Bezirksmeisterin.**



# Tischtennis

## Aktive Jugend

Alle vier Jugendmannschaften beendeten die Rückrunde der Punktspiele mit ordentlichen Platzierungen.

Am schwierigsten hatte es die 1. Jugendmannschaft, die völlig neu aufgestellt war; sie landete im Mittelfeld. Die 1. Schüler B-Mannschaft in der Kreisliga und die 2. Schüler B-Mannschaft in der Kreisklasse landeten im vorderen Feld der jeweiligen Tabellen.

Bei allen Schülermannschaften stand hauptsächlich der Spaß am Spiel im Vordergrund.

Auch im Herrenbereich wurden ordentliche Ergebnisse erzielt. Lediglich die 1. Mannschaft schaffte den Klassenerhalt nicht und musste in die Bezirksklasse absteigen, weil man kaum einmal in Bestbesetzung antreten konnte.

### Die 2. Mannschaft war nach der Hinrunde

**noch Tabellenerster, konnte diesen Rang aber nicht halten und landete so auf Platz Drei.**

**Die 3. Mannschaft landete ebenfalls auf dem dritten Platz, aber in der 2. Kreisklasse.** Nachdem sie noch das Auftaktspiel der Rückrunde verloren hatte, gewannen die ATSCer alle restlichen Spiele sehr eindeutig, weil sie dann immer in Bestbesetzung antreten konnten.

Auch die 4. Mannschaft konnte die Klasse halten, stabilisierte sich aber erst zum Ende der Rückrunde.

In der neuen Saison wird sich die Besetzung der Mannschaften ändern, da es zu einigen beruflich bedingten Abgängen kommt.



1. Jungenmannschaft mit Kevin Acker, Fabian Frick, David Rambow, Simon Koth, Betreuer Ulli Koth.



2. Schüler B mit Jan-Malte Hoops, Paul Dirr, Collin Flore, Arthur Souza-Brokopf



# Tischtennis

## 6. ATSC-Tischtennis-Cup

Beim dreitägigen ATSC-Tischtennisturnier im Mai gab es in diesem Jahr **mit über 140 Teilnehmern eine Rekordbeteiligung.**

Am Freitagabend, 17.05., startete die Spitzenspielergruppe mit **1800 QTTR-Punkten.** Bei sieben Spielen in der Vorrunde war Kondition ein ganz wichtiger Faktor. Von den hiesigen Spielern kam niemand über die Vorrunde hinaus.

In der Klasse **1600 QTTR-Punkte** schaffte es lediglich der ehemalige ATSCer Michael Cardim-Salvador vom Nachbarverein TSV Altenbruch bis ins Halbfinale vorzudringen.

**In der Klasse 1400 QTTR-Punkte sorgte**

**der 12-jährige ATSCer Kevin Acker (12) für Furore, als er bis ins Halbfinale vordringen konnte. Hier verlor er knapp in fünf Sätzen.**

In den drei Jugendklassen war in den Konkurrenzen **1500- und 1200 QTTR-Punkte** für die ATSC-Spieler wenig zu holen.

**In der Jugend-Klasse 3 bis 900 QTTR-Punkte brillierten zwei ATSC-Spieler, indem sie das Finale unter sich ausmachten. Hier war David Rambow der etwas Glücklichere, auch wenn sich Fritz Hein erst nach erbitterter Gegenwehr geschlagen gab.**



Kevin Acker (12) beeindruckte die Erwachsenen enorm.



David Rambow (r.) siegt nach hartem Kampf gegen Fritz Hein (2.v.l.).

## Turnen

### CUXHAVEN HELAU !!!

Wie jedes Jahr stellte der ATSC auch 2019 aus den Tanzgruppen von Sabine Lenz-Breuer die Funkenmariechen für die fünfte Jahreszeit.

Mehr als eine Woche lang sind die kleinen und größeren Sportlerinnen von einer Veranstaltung zu nächsten getanzt und haben gute

Stimmung verbreitet und so manche Feier aufgelockert!!

Cuxhaven helau !!!



Auch 2019 wieder zu Gast bei der CuKaGe.



Alle Späße verstehen die Kleinen noch nicht, aber sie wollen ja nur eines: Tanzen!



Fertig aufgestellt zum Einmarschieren!

# Turnen

## "Nacht des Sports"

Nach vielen Monaten der Vorbereitung fand endlich einmal wieder eine „Nacht des Sports“ in der Cuxhavener Rundturnhalle statt.

Mirco Finck, Sportreferent der Stadt Cuxhaven, holte mehrere Vereine mit ins Boot und so war die Turnhalle am Abend des 15.2.2019 zeitweise völlig in Schwarzlicht getaucht.

Der ATSC stellte unter Leitung von Manfred Abbes, Hilke Hauhut und Jens Holy einen **aufwändigen Trampolinparcours** auf die Beine, der sich allgemeiner Beliebtheit erfreute, und

nahezu jeder Teilnehmer probierte diesen einmal aus.

Auch Sabine Lenz-Breuer war **mit einem großen Aufgebot von Tänzern und Tänzerinnen** jeglicher Altersklasse mit von der Partie und eröffnete die Veranstaltung mit einer tollen Choreografie und vor allem extra angeschafften Kostümen, die bei Schwarzlicht erst richtig Eindruck machten.



Auch die Kleinsten machen mal wieder mit und durften ausnahmsweise mal ein bisschen länger aufbleiben.



Mal was ganz anderes: eine Schwarzlichtshow in der Rundturnhalle!



## Reparatur und Wartung Ihres Daches

Speziell für kleinere Aufträge haben wir ein eingespieltes Team, das sich schnell und flexibel um Ihr Anliegen kümmert. Rufen Sie uns einfach an: 04721 26600.

Einen Beratungstermin bei Ihnen vor Ort können Sie auch mit wenigen Klicks online vereinbaren: [www.ddm-sowade.de](http://www.ddm-sowade.de)



So soll ein Dach sein.

Dienstag	Donnerstag
08:00	08:00
09:00	09:00
10:00	10:00
11:00	11:00
12:00	12:00
13:00	13:00

Meyerstraße 35 b  
27472 Cuxhaven



# Turnen

## Turnerinnen ermitteln Kreismeisterinnen

**In Beverstedt kämpften im Februar 150 Turnerinnen um den Kreismeistertitel, sowie in der Leistungsklasse um den Einzug ins Bezirksfinale.** Die Mädchen kommen aus dem TSV Altenwalde, ATS Cuxhaven, ATS Bexhövede, TV Langen, TV Loxstedt und dem TV Gut Heil Spaden. Es wird im Alter von sieben bis 26 Jahren am Sprungtisch, je nach Wettkampfklasse in verschiedenen Höhen oder am Mattenberg geturnt, der Schwebebalken und Boden ist bei allen Turnerinnen dabei, ob am Barren oder Reck geturnt wird, entscheidet auch hier die Wettkampfklasse.

Zum ersten Mal in der Leistungsklasse Pflicht war Charlotte Heitsch (2011) dabei. Am Boden und am Mattenberg konnte die jüngste Turnerin des ATS Cuxhaven in der Leistungsklasse ihre gewohnt guten Leistungen zeigen, am Reck und Schwebebalken gelang ihr das nicht ganz so gut. Mit genau 50,00 Punkten gelangte sie auf den 5. Platz.

Auch die Turnerinnen der Jahrgänge 2009/2010 sind Neulinge in der Leistungsklasse:

Madleen Katt hatte die beste Übung am Mattenberg und am Reck. Sie erturnte insgesamt 48,90 Punkte und den 10. Platz.

Tessa Lübke turnte am Mattenberg und am Balken sehr sauber und überzeugend. Mit

50,70 Punkten wurde sie Sechste.

Charlotte Bittner turnte ihre Übungen an allen Geräten sauber durch; lediglich am Reck konnte sie die Leistungen nicht wie sonst abrufen. 50,75 Zähler brachten den 5. Platz.

Ebenfalls neu in der Leistungsklasse Pflicht turnte Kim Ledrich (2008). Sie hatte einige Übungen erst kurz zuvor erlernt und belegte mit immer guter Spannung und Ausdruck an allen Geräten mit 51,95 Zählern Rang 7.

Lina Jeschke (2008) errang die meisten Punkte am Sprungtisch. Mit 53,70 Punkten erreichte sie Platz 6.

**Anna Esther Harnisch (2007)** ist schon eine erfahrene Turnerin. Souverän zeigte sie ihre Übungen an allen Geräten. Leider machte ein Sturz nach einem Salto-Abgang vom Barren ihr den ersten Platz streitig. **Mit 58,85 Zählern und dem 2. Platz ist sie jedoch im Bezirksfinale im Mai dabei.**

**Alexandra Mavrova (2006) trainiert noch nicht lange für die Übungen in der Leistungsklasse, hat aber mit 58,00 Punkten den Titel geholt und sich für das Bezirksfinale qualifiziert.**

In der **Kürklasse** traten noch weitere zehn Turnerinnen des ATSC an:

Die jüngste von ihnen ist **Charlotte Neumann** (2006/ LK 3): die hochwertigen Sprünge am



Balken brachten ihr 12,75 Zähler; **insgesamt konnte sie mit 50,15 Zählern den 1. Platz belegen und sich qualifizieren.**

**Jahrgang 2002 -2005 LK 3: Jule Reichenbach (2002) erturnte sich ebenfalls den 1. Platz.** Mit einer neu choreografierten Übung am Boden und einer überzeugenden Leistung am Tisch (1,20m) erreichte sie 47,90 Zähler. **Nathalie Arns (2002)** zeigte ebenfalls einen sehr gut bewerteten Sprung, sowie eine saubere Balkenübung. **Mit 47,25 Zählern wurde sie Zweite. Lina Hoffmann (2004)** turnte wie die Vereinskameradin eine neue Übung am Boden, die sehr gut bewertet wurde. Am Tisch zeigte Lina einen Yamashita, der ihr 12,70 Punkte brachte. Somit turnt **auch sie im Bezirksfinale** und mit 46,30 Punkten erreichte sie im Kreis den 4. Platz. Mona Schmitz-Elvenich (2005) konnte an Boden und Balken hohe Wertungen erreichen, hatte aber an Sprung und Barren nicht den besten Tag. Der 5. Platz (45,90) ging an sie.

**Jahrgang 1990 bis 2001 LK 3: Jona Reichenbach (1999)** trainierte in Oldenburg, da sie dort seit dem vergangenen Oktober studiert, und trat in ihrer alten Wettkampfklasse erfolgreich an. Mit einer starken Bodenübung und einem sauberen Sprung **beanspruchte sie den Titel für sich** und tritt im Bezirk für den Heimatverein an.

**Jahrgang 2004 und 2005 LK 2: Lucy Jarratt (2004)** turnt sonst nur in der Mannschaft die LK 2. Zum ersten Mal wird sie im Bezirksfinale den Verein dort vertreten. An Sprung und Boden konnte Lucy wie gewohnt gute Leistungen zeigen. Balken und Barren bereiteten der routinierten Turnerin an diesem Tag ein wenig Probleme. Dennoch konnte sie **mit 42,45 Zählern den Titel holen.**

**Jahrgang 1990 bis 2001 LK 2:** Dieser Wettkampf war für die 2000/2001 geborenen Turnerinnen etwas Besonderes: Wurden sie die Jahre zuvor von Alina Lingl trainiert, war sie

plötzlich ihre Gegnerin.

**Josephine Krooß (2001):** Sauber geturnte Übungen an allen Geräten, das sind wir von Josephine gewohnt. Auch in diesem Wettkampf konnte sie das wieder zeigen. Balken und Boden waren ihre besten Geräte. Auch an den anderen Geräten konnte sie überzeugen und **mit 51,90 Punkten den ersten Platz für sich beanspruchen. Alina Lingl (1993):** Boden und Sprung waren hier die besten Geräte, aber auch die Barrenübung hat ihr (12,05) wichtige Punkte gebracht. **Mit 51,35 Zählern wurde sie Zweite. Lotta Plath (2000):** Sprung und Boden waren hier die Vorzeigeräte, aber auch an Barren und Balken musste Lotta sich nicht verstecken. Insgesamt erturnte sie 50,15 Zähler und den **dritten Platz**. Am 23. März konnten die Turnerinnen in Buchholz beim Bezirksfinale erneut gegeneinander aber auch gegen die Turnerinnen aus den anderen Turnkreisen antreten.

In der *allgemeinen Klasse* ging es dann am Nachmittag weiter. Hier turnten Mädchen von sechs bis 17 Jahren die Pflichtübungen von der P2 bis zur P7. Der Sprung ist je nach Leistung am Bock, Mattenberg oder Sprungtisch, es werden Reck, Schwebebalken und Boden geturnt.

**Kreismeisterinnen aus dem ATS Cuxhaven wurden: Alina Ensuleit (2010), Lina Behrens (2007), Aliyah Bujak (2006) und Helena Brihmani (2005)**

Die übrigen Turnerinnen belegten folgende Plätze:

Jahrgang 2013: 3. Kiara Melina Martins

Jahrgang 2011: 4. Liza Wölm, 7. Lonni Seebeck, 10. Lilli Morgenstern, 16. Anastasia Lindemann

Jahrgang 2010: 1. Alina Ensuleit, 3. Greta Jüngerhans, 14. Estelle Kutzner

Jahrgang 2009: 11. Zoé Vogt, 12. Mette Holst

Jahrgang 2008: 4. Jolina Wichmann



Jahrgang 2007: 1. Lina Behrens, 4. Martha Morgenstern

Jahrgang 2006: 1. Aliyah Bujak

Jahrgang 2005: 1. Helena Brihmani

Als Kampfrichterinnen waren Steffi Würdemann, Melissa Hoffmann, Jule und Jona Reichenbach, Katrin Eger und Alina Lingl am Start.



Die ATSC-Turnerinnen der Leistungsklasse



Treppchenplätze für (v.l.) Alina Lingl, Josephine Krooß und Lotta Plath



Die Kreismeisterinnen aus den verschiedenen Jahrgängen aus beiden Klassen (oben v.l.: Lucy Jarratt, Helena Brihmani, Alexandra Mavrova, Lina Behrens, Mitte v.l. Josephine Krooß, Charlotte Neumann, Aliyah Bujak, vorn: Alina Ensuleit)



## Turnen

### Charlotte Neumann wird Bezirksmeisterin - Josephine Krooß und Alina Lingl holen Silber und Bronze

Buchholz in der Nordheide: Aus den Turnkreisen Braunschweig, Hannover, Lüneburg und Weser-Ems kamen die Finalistinnen der Leistungsklassen 2 und 3. Jeweils die Ersten der Turnkreise maßen sich hier miteinander:

**Charlotte Neumann** (Jahrgang 2006/ LK 3) trat gegen 14 gleichaltrige Turnerinnen an. Am Boden konnte sie mit 13,40 Punkten die höchste Wertung in diesem Wettkampf erzielen, am Schwebebalken war es mit 12,50 Punkten ebenso. Als dann am Sprungtisch und Barren die Übungen ebenso glatt liefen und gut bewertet wurden, war die Hoffnung auf einen der vorderen Plätze groß und wurde bestätigt: **Mit 49,55 Punkten errang sie den Titel.**

Ähnlich gut lief es für Josephine Krooß (2001/ LK 2) und Alina Lingl (1993/ LK 2). In ihrem Wettkampf gab es zehn Turnerinnen. Außer den beiden trat auch Lotta Plath (2000/ LK 2) in diesem Wettkampf an. **Josephine Krooß** holte ebenfalls am Schwebebalken die höchste Wertung in diesem Wettkampf (13,80). Für ihre Bodenkür bekam sie 14,05 Zähler. **Mit einem Zehntel hinter der Siegerin (50,90) erhielt sie die Silbermedaille.**

**Alina Lingl** erturnte auch an Balken (13,05) und Boden (13,07) beachtliche Punkte. Letztendlich gingen **insgesamt 50,80 Punkte so-**

**wie die Bronzemedaille** an sie als älteste Turnerin des Wettkampfs.

Lotta Plath hatte keinen so guten Tag. Ihr bestes Gerät war der Sprungtisch in 1,25 m; hier zeigte sie einen Yamashita mit halber Schraube. An den anderen Geräten konnte die Turnerin ihre sonst sicheren Übungen nicht in der Qualität zeigen, in der man es von ihr kennt. Die 44,75 Punkte reichten lediglich für den zehnten Rang.

Lucy Jarratt (2004/ LK 2) konnte an Boden (13,00) und Sprungtisch (1,25 m; 11,50 Punkte) die meisten Punkte holen. Die Konkurrenz aus den anderen Bezirken war jedoch zu stark für die ATSC-Turnerin. Die 45,15 Zähler reichten für den achten Platz.

Lina Hoffmann (2004/ LK3) und Jule Reichenbach (2002/ LK3) waren in ihrem Wettkampf Gegnerinnen, wobei hier insgesamt 24 Mädchen um den Titel kämpften. Der 12. Platz (47,35) ging an Jule, die am Sprungtisch (1,20 m) 12,30 Punkte erturnte, und am Boden 13,20. Lina hatte lediglich am Barren etwas Pech. Am Sprung, Balken und Boden konnten die Leistungen sich sehen lassen. Besonders das Training am Balken hat sich für sie gelohnt: Mit 45,40 Zählern stand sie auf Platz 17.

Anna Jona Reichenbach (1999/ LK3) hatte 12 Gegnerinnen und stand am Ende des Wettkampfs auf dem neunten Platz. Mit herausragenden 13.00 Punkten am Boden und einer gelungenen Balkenübung konnte sie insgesamt 46,80 Punkte für sich verbuchen.

Ende Mai finden die Landesmeisterschaften statt, an denen die drei Erstplatzierten teilnehmen werden.



Die ATSCerinnen beim Bezirksfinale in Buchholz (v.l. Lotta Plath, Alina Lingl, Josephine Krooß, Jule Reichenbach, Lina Hoffmann, Jona Reichenbach, Charlotte Neumann, Lucy Jarratt)



Charlotte Neumann sicherte sich den Titel



# Turnen

## ATSC-Turnerinnen im Bezirk erfolgreich

Winsen-Roydorf war der Veranstaltungsort für das Bezirksfinale der P-Turnerinnen im Bezirk Lüneburg.

Nachdem sich die Mädchen im März dieses Jahres für das Bezirksfinale qualifiziert hatten, blieb noch viel Zeit zum Trainieren. Anfang Mai war es nun so weit: **Anna Esther Harnisch (2007) und Alexandra Mavrova (2006) traten im Bezirksfinale der Pflichtturnerinnen an.**

Obwohl die Übungen der beiden fast an allen Geräten identisch sind, turnten sie nicht gegeneinander, sondern aufgeteilt nach Jahrgängen.

**Anna war bei den ältesten der Riege**, denn der Wettkampf umfasst die Jahrgänge 2007 bis 2009. Daher hatte sie mit **34 Gegnerinnen** zu kämpfen! Sie turnte an Boden (15,60 P.) und Barren (14,65 P.) ihre besten Übungen. Am Barren zeigte sie einen einwandfreien

Salto rückwärts als Abgang, der nur selten gezeigt wird. Sie erreichte insgesamt 57,50 Zähler und erturnte damit den **14. Platz**.

**Alexandra** hatte es nicht mit so vielen Gegnerinnen zu tun. Obwohl der Wettkampf zwischen den Turnerinnen 2006 und älter bestritten wird, hatte sie lediglich 13 Gegnerinnen. Lediglich am Balken war die ATSC-Turnerin nicht in ihrer besten Form. Am Boden turnte sie die meisten Punkte ihres Wettkampfs (16,05 P.) und auch an den anderen Geräten musste sie sich nicht verstecken. **Das wurde mit 57,40 Punkten insgesamt und der Bronzemedaille belohnt.**

Katrin Eger war an diesem Tag Beisitzer im Kampfgericht, Petra Lingl betreute die beiden erfolgreichen Mädchen vom ATSC.



Zwei Turnerinnen und zwei Trainerinnen beim P-Bezirksfinale.



Alexandra auf dem Schwebebalken

# Turnen

## Die Jedermänner unterwegs

Die Idee, mit den Teilnehmern der Jedermann-Riegen von Montag und Donnerstag eine **Besichtigung der AIRBUS-Werke in Hamburg-Finkenwerder** durchzuführen, wurde am Montag, 01. April 2019, in die Tat umgesetzt.

Die Vorgaben von Airbus, dass pro Führung max. 25 Personen akzeptiert werden, konnten in Verbindung mit der Teilnahme einiger Ehefrauen der Mitglieder erfüllt werden. Mit einem gecharterten Bus der Fa. Maass durften wir auf das Werksgelände fahren. Zwei Begleiter von Airbus, einen Erklärer und einen Aufpasser, hatte die Gruppe ständig zur Seite. Das strikte Fotografierverbot mit Androhung des Verweises vom Gelände wurde ohne Ausnahme eingehalten.

Neben der Besichtigung und den Erklärungen zu den in der Montage befindlichen Flugzeugen, auch der letzten Großraumflieger A 318, deren Produktion eingestellt wird, erfuhren die ATSCer viel über die Entwicklung des Konzerns mit Hauptsitz in Toulouse/Frankreich, der neben den deutschen Produktionsstätten über weitere Werke in Frankreich, Spanien, Großbritannien, China und den USA verfügt.

Nach 2,5 Stunden Besichtigung ging es zu einer Gaststätte auf der Rückfahrtstrecke zum vorbestellten Mittagessen. Wieder angekommen in Cuxhaven fanden sich die Jedermänner um 20.00 Uhr vollzählig und pünktlich zu ihren geliebten beiden Sportstunden ein.



Die Jedermänner zu Besuch in Hamburg



# Turnen

## Turnteam des ATSC verpasst knapp das Treppchen

In Zeven traten Mitte Mai die Mannschaften der Bezirksliga 1 (LK 3) an, um in der Hinrunde die vorläufig besten Turnmannschaften zu ermitteln. 13 Mannschaften aus dem Turnbezirk kämpften um die Punkte. Die Mannschaftsstärke darf acht Turnerinnen umfassen, fünf starten an jedem Gerät und die besten drei werden gewertet.

Für den ATS Cuxhaven trat eine relativ junge, neue Mannschaft an, nachdem die Abiturientinnen der Gruppe in diesem Jahr nicht mehr an den Start gehen wollten.

**Charlotte Neumann (2006)**, die jüngste Athletin der Mannschaft, Bezirksmeisterin 2019, war an allen Geräten am Start. Ein Einsatz, der sich für die Mannschaft auszahlt hat. Die stärkste Leistung zeigte sie am Schwebebalken: Sie holte mit ihrer Übung, die mit schwierigen Elementen gespickt ist, 13,20 Zähler. Insgesamt erturnte Charlotte 49 Punkte, die der Mannschaft gutgeschrieben wurden.

Mit 49 Punkten war auch **Lucy Jarratt (2004)** dabei. Auch ihre Balkenübung konnte sich sehen lassen, denn sie war so sauber geturnt, dass alle schwierigen Elemente anerkannt wurden: 13,30 Punkte holte sie an diesem Zittergerät. Am Boden war sie mit 12,80 Zählern die beste Turnerin der Mann-

schaft.

**Lina Hoffmann (2004)** bewies einmal mehr die Stärke am Sprungtisch über 1,20 m. Mit einem sauber gezeigten Yamashita steuerte sie 12,25 Punkte bei. Auch die Punkte am Schwebebalken bewiesen die Sicherheit der Turnerin. Als eine der wenigen zeigte sie mit dem Bogengang ein Rückwärtselement. Die Übung wurde mit 11,85 Punkten belohnt. Julie Reichenbach (2002) überzeugte am Boden das Kampfgericht mit ihrer neuen Kür. 12,55 Zähler war der Jury die dramatische Darbietung wert. Am Barren konnte sie für die Mannschaft noch 11,95 Punkte beisteuern.

**Nathalie Arns (2002)** bezwang ebenfalls mit einem Yamashita den Sprungtisch (11,95). Die Leistung am Boden (12,20) und am Barren (11,60) konnte sich ebenfalls sehen lassen. Der Abgang am Barren, ein Salto rückwärts, war auf Stangenniveau und einer der wenigen, die als A-Element gewertet wurden.

**Jara Kugele (2001)** war die älteste im Bunde. Wie bereits den Vereinskameradinnen gelang der erfahrenen Turnerin die Kür am Balken sehr gut. Mit dem Durchschlagsprung (B-Element) und dem Bogengang rückwärts konnte sie 12,85 Punkte beisteuern. Am Barren zeigte Jara dann noch eine Übung mit dem „Flieger“, einem Konterschwing zur Lang-

hangkippe, der ebenfalls ein B-Element ist. Hierfür gab das Kampfgericht 11,50 Zähler.

**Mit 148,75 Zählern geht die Mannschaft im November in die Rückrunde. Hier besteht durchaus die Chance, noch einen Treppchenplatz zu erkämpfen, denn die Mannschaft aus Lüneburg liegt nur einen**

**Punkt vor den Cuxhavener Mädchen.**

Als Kampfrichterin war Lina Ujvari mitgereist, Petra Lingl betreute die Mädchen im Wettkampf.



Die Mannschaft des ATSC bei der Hinrunde im Bezirk (v.l. Lucy Jarratt, Charlotte Neumann, Lina Hoffmann, Nathalie Arns, Jule Reichenbach, Jara Kugele)



## Wandern

### Cuxhaven und umzu zu Fuß

Im **Februar** wurden die Wanderer des ATSC ein weiteres Mal mit optimalem Wanderwetter verwöhnt. Bei frühlingshaften Temperaturen und Sonnenschein wanderten sie vom Parkplatz vor dem „Hadler Hof“ in **Altenbruch in Richtung Elbe**. Beim Aussichtsturm gab es eine kleine Pause. Einige nutzten auch die Gelegenheit, auf den Turm zu steigen und die Aussicht zu genießen. Danach ging es weiter auf dem Deich, vorbei am Leuchtturm „Dicke Berta“, bis zum „Panorama“, wo man ein richtig großes Containerschiff aus nächster Nähe elbaufwärts vorbeiziehen sehen konnte. Zurück ging es auf der Bahnhofstraße, unterbrochen von einem kleinen Wanderweg durch die Felder bis zur Ortsmitte. Da bis zum vorbestellten Essen noch etwas Zeit war, gab es vor dem leckeren Grünkohl und den üblichen Beilagen noch einen kleinen Abstecher durchs Dorf.

Im **März** startete die Gruppe bei bedecktem Himmel und kühlem, aber trockenem Wetter in **Nordholz am Forstweg** und wanderte durch die Nordholzer Tannen bis zur Schutzhütte am westlichen Waldrand. Nach einer

kleinen Rast ging es auf einem Rundweg über Wohnstraßen und Feldwege bis zur Bundesstraße, wo es im Café Krassmann Kaffee und Kuchen gab. Danach ging es vorbei am Baggersee und am Bahnhof wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Im **April** mußte die Wanderung im Dauerregen starten. Von **Flögeln** aus ging es auf Feldwegen zum Flögeler Holz und dann auf dem Urgeschichtspfad vorbei an vielen vorgeschichtlichen Grabhügeln bis zum Großsteingrab, wo die Mittagsrast wegen des Nieselregens recht kurz ausfiel. Weiter ging es auf feuchten Waldwegen auf einem Rundkurs durch das Flögeler Holz, wobei die Wanderkarte und die Wirklichkeit nicht immer übereinstimmten. Aber schließlich kamen die Wanderer doch wie geplant am Waldrand wieder heraus und legten das letzte Stück bis zu den Autos auf Fahrwegen zurück. Das Kaffeetrinken mußte leider ausfallen, da das einzige Lokal in Flögeln durch eine Konfirmationsfeier ausgebucht war.



Das Baumdach des Waldes hat leider nicht den ganzen Regen abgehalten.

## Wanderplan für Juli, August, September 2019

### 21. Juli 2019:

Treffen: 10 Uhr auf dem Wochenmarkt mit PKW

Wir wandern ca. 9 km in einem Waldgebiet namens Westerberg nördlich von Lamstedt. Außer durch den Wald kommen wir an mehreren kleinen Seen vorbei, die landschaftlich sehr schön gelegen sind. Die Wege sind teilweise recht schmal und etwas uneben, feste Wanderschuhe sind zu empfehlen. Nach der Wanderung können wir uns noch den Steingarten Lamstedt ansehen. Wir parken an der K 21, die von Wingst nach Lamstedt führt, am nördlichen Waldrand.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400

### 18. August 2019:

Treffen: 10 Uhr auf dem Wochenmarkt mit PKW

In der Hoffnung, noch etwas von der Heideblüte zu sehen, wandern wir ca. 8 km in der Küstenheide. Wir parken in Holte-Spangen am südlichen Ortsausgang.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400

## 15. September 2019:

Treffen: 8:45 Uhr am Bahnhof

Um 9:09 Uhr fahren wir mit dem Zug nach Hamburg und weiter mit der S 1 nach Blankenese. Wir gehen durch das Treppenviertel (ganz viele Treppenstufen bergab und auch einige bergauf) hinunter bis zur Elbe. Am Elbufer entlang wandern wir bis etwa Teufelsbrück und gehen dann über Straßen und Parkanlagen zur S-Bahnstation Klein Flottbek, ca. 9 km.

**Da die Bahnverbindung nach Hamburg über einen langen Zeitraum durch verschiedene Baustellen sehr stark beeinträchtigt und gestört sein soll, kann es zu Zugausfällen, Schienenersatzverkehr und längeren Wartezeiten kommen, die so weit im Voraus nicht kalkuliert werden können. Falls sich so eine Situation kurz vor dem 18. August abzeichnet, kann es sein, daß die Tour ausfällt und stattdessen kurzfristig eine andere Wanderung angeboten wird.**

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400

# Du hast 100 Ausreden. Aber nur eine Zukunft!

Red dich nicht  
raus. Sorg vor:  
**JETZT!**

**VGH Vertretung Oliver Bode e. K.**  
Poststr. 42 27474 Cuxhaven / Stadtmitte  
Tel. 04721 53601 Fax 04721 53602  
Lange Str. 20 27478 Cuxhaven / Altenbruch  
Tel. 04722 2969 Fax 04722 2965  
Sahlenburger Chaussee 16  
27476 Cuxhaven / Sahlenburg  
Tel. 04721 714171 Fax 04721 714172  
[www.vgh.de/oliver.bode](http://www.vgh.de/oliver.bode)  
[oliver.bode@vgh.de](mailto:oliver.bode@vgh.de)

**fair versichert**  
**VGH** 

 **Finanzgruppe**