



In dieser Ausgabe:

- Skifreizeit
- Kreismeisterschaft Gerätturnen
- Schwimmertreffen
- Sportabzeichen

WENN

versichern,

DANN

persönlich!

**Vertretung
Bode GmbH**

Brahmsstr. 35
27474 Cuxhaven
Tel. 04721 53601

Lange Str. 20
27478 Cuxhaven
Tel. 04722 2969

bode@vgh.de

 Finanzgruppe

VGH 
fair versichert

Wer die Wahl hat kann sich freuen

Moin liebe ATSC-Mitglieder,

der ATSC hat keine Fußballmannschaften, keine Handballer, kein Basketballteam. Dafür aber ein breites Sportangebot zu Beweglichkeit, Gesundheitsvorsorge, Ausdauer ... und Spaß.

Der ATSC ist, sagen wir mal, ein BGmL, ein Breitensport-Gesundheitsverein mit Leistungsspitzen.

Derzeit stehen zwei Sportlehrerinnen sowie 44 Übungsleiterinnen und Übungsleiter in elf Abteilungen bereit, uns allen Beine zu machen, damit wir fit sind und gesund bleiben. 94 Sportangebote summieren sich zu 150 Trainingsstunden. Woche für Woche. Zwar gilt das nur außerhalb der Ferien. Aber: Manche Gruppen machen einfach in den Ferien weiter, üben draußen statt drinnen, schwimmen in der Bucht statt im Bad, fahren mit dem Rad, wandern.

Da lässt sich einiges ausprobieren.

Ich habe schon einen Teil der ATSC-Angebotsrunde geschafft. Angefangen habe ich, wie so viele, bei Sabine Lenz-Breuer, dem folgte das nasse Element. Ein Angebot, das ich einst, in der alten Heimat, meist links liegen gelassen habe. Zweimal wöchentlich Gymnastik im Kreis rüstiger Senioren folgten – und folgen immer noch. Zwischendurch habe ich beim Badminton vorbeigeschnuppert, ein paar Übungsstunden Karate absolviert und bin zuletzt bei den Faustballern gelandet.

Was ich damit sagen will: Der ATSC ist so breit aufgestellt, dass es durchaus loh-



nend ist, sich einmal in einem anderen sportlichen Bereich zu tummeln. Frei nach dem Motto: Probieren geht über Studieren.

Wer gerne mehr möchte, nicht nur nach sportlicher Bewegung, sondern nach höchstmöglicher persönlicher Leistung strebt, sich gar im Wettkampf messen will, sollte einfach mal bei den Abteilungen Schwimmen, Turnen & Gymnastik oder Tischtennis vorbeischauen. Halt, die Leichtathletinnen und Leichtathleten will ich hier nun gar nicht vergessen. Die haben im vergangenen Jahr verstärkt an sich und an der Außenwirkung ihrer Abteilung gearbeitet.

Womit ich zuletzt noch bei übergreifendem Sport wäre: Beim Sportabzeichen ist sogar alles zugleich möglich - Leichtathletik, Schwimmen, Radeln, Walken.

Denkt dran: Es ist nie zu früh und selten zu spät. Das ist doch was, oder?

(Günter Putz)

Die Zahl
des Jahres 2023
ist die
95

Mehr dazu irgendwo
in diesem Heft.
Viel Spaß bei der Suche !

Inhaltsverzeichnis

Editorial	3
Impressum	5
Sportangebot	7
Ansprechpartnerinnen / Ansprechpartner	8
Mitgliedsbeiträge	9
Vorstand	
• Einladung zur Mitgliederversammlung	11
• Kassenbericht	14
<hr/>	
Karate/Selbstverteidigung	17
Leichtathletik	
• Sven Kraus	20
• Nacht des Sports	22
Radwandern	24
Schwimmen	
• Bezirksmeisterschaften Lange Strecke	25
• Deutsche Mannschaftsmeisterschaften	27
• Schwimmfest Bremerhaven	29
• ATSC-Schwimmerfest 2024	31
Skifreizeit	36
Sportabzeichen	40
Tischtennis	
• Hinrunde 2023	42
• Auftakt Rückrunde	44
• Derby	45
Turnen	
• Kreismeisterschaft	46
• Dance Kids I	49
Volleyball	52
Was sonst noch war	
• Vier Portionen Grünkohl, bitte	53
Nekrolog	57
Der Gesundheitstipp	58

Impressum

Herausgeber

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

Geschäftsstelle

Mozartstr. 22, 27472 Cuxhaven
Telefon: 04721 - 71 45 61
Fax: 04721 - 71 45 62
E-Mail: ats-cuxhaven@t-online.de
Homepage: www.ats-cuxhaven.de
Instagram: [ats_cuxhaven](https://www.instagram.com/ats_cuxhaven)
Facebook: [ATS Cuxhaven e.V.](https://www.facebook.com/ATS-Cuxhaven-e.V.)

Geschäftszeiten

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

Bankkonten ATS Cuxhaven e.V.

STADTSPARKASSE CUXHAVEN
IBAN: DE43 2415 0001 0000 1938 70
BIC: BRLADE21CUX

VOLKSBANK Stade-Cuxhaven e.G.
IBAN: DE66 2419 1015 0110 0335 00
BIC: GENODEF1SDE

Vorstand

Vorsitzender

Manfred Abbes Tel.: 04723 - 5358
Wohlsenstr. 7

Stellv. Vors. für Finanzen und Verw.

Gerd Brandes Tel.: 42 60 90
Joachim-Ringelnatz-Str. 42

Stellv. Vors. für den Sportbetrieb

Hilke Abbes Tel.: 04723 - 5358
Wohlsenstr. 7

2. Schatzmeisterin

Heike Lessing Tel.: 59 74 29
E-Mail: lessing@kabelmail.de

Sportwart

Patrick Hehn
E-Mail: patrick.hehn@outlook.com

Beisitzer für Öffentlichkeitsarbeit

Günter Putz Tel.: 6 90 24 12
E-Mail: g.putz@gmx.net

Schriftwart

Bernd Lange Tel.: 3 42 56
E-Mail: cux.bernd@gmx.de

Jugendwartin

Lina Ujvari Tel.: 3 35 97
E-Mail: linauj11@aol.com

An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet

Gerd Brandes, Claudia Büsing,
Hannah Ehlers (HE), Heike Lessing,
Petra Lingl (PLi), Martina Nitschke (MN),
David Rambow (DR)

Fotos: Manfred Abbes, Theo Büsing,
Imke Grantz, Petra Lingl,
Gerhard Schultjan, Gerd Scholtyssek,
Günter Putz

Titelbild: Achim Mußmann

Verantwortlicher Redakteur + Layout

Günter Putz (put)

E-Mails bitte an

ats-cuxhaven@t-online.de
Copy: g.putz@gmx.net

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: 1300 Exemplare

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:
Mittwoch, 15. Mai**



Neu- und Gebrauchtwagenhandel • KFZ – Reparaturwerkstatt



Volkhard Bier e.K.
Am Querkamp 24-26
27474 Cuxhaven



Telefon: 0 47 21 – 590 88 88
Telefax: 0 47 21 – 5 90 88 89
E-Mail: zentrale@as-autoservice.de
Website: www.as-autoservice.de

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
Eltern-Kind-Turnen
Erwachsenen-Freizeitsport
Faustball
Fitness für alle
Gerätturnen
Gymnastik in allen Altersgruppen
Gymnastik und Tanz
Karate und Selbstverteidigung
Latin Fitness (ab 16 J.)
Leichtathletik
Osteoporose-Training
Radwandern
Rhythm. 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 (Erwachsene)
Walking / Nordic Walking
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 im Register "Mein Sport".

*) Schwimmkurs für Mitglieder kostenfrei!

Ansprechpartnerinnen / Ansprechpartner

Badminton

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

Leichtathletik

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

Radsport

Renate Kapp, Höpckestr. 17,
27472 Cuxhaven, Tel.: 51307

Schwimmen

Hannah Ehlers
E-Mail: atsc-schwimmen@gmx.de

Ski

Dietmar Both, Tel. 0175-8834532

Tischtennis

Klaus Rösner,
Joachim-Ringelplatz-Str. 21,
27476 Cuxhaven, Tel.: 46661,
E-Mail: ankla-roesner@ewe.net

Turnen

Katrin Eger, Wanhödener Str. 4,
27637 Nordholz, Tel.: 04741-180347,
E-Mail: k.zeschke@web.de

Petra Lingl, Fritz-Reuter-Str. 73,
27474 Cuxhaven, Tel.: 47140,
E-Mail: pederla@web.de

Jens Holy, Brahmstr. 65,
27474 Cuxhaven, Tel.: 51860,
Mobil: 0162-1799358,
E-Mail: jens.holy@gmx.de

Frederik Businski,
E-Mail: frederik.b103@gmail.com

Volleyball

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

Sportlehrerinnen

Sabine Lenz-Breuer, Rohdestr. 3c,
27472 Cuxhaven, Tel.: 26798,
E-Mail: s.lenz-breuer@t-online.de

Ingeborg Polley, Rosenhof 5,
27476 Cuxhaven, Tel. 5406712
E-Mail: ingeborg.steffens@yahoo.de

Mitgliedsbeiträge

Aufnahmegebühr (einmalig):

Erwachsene	10,00 €
Kinder und Jugendliche	5,00 €

Monatsbeiträge:

Erwachsene ab 18 Jahre	15,50 €
------------------------	---------

Erwachsene ab 18 Jahre

(in Berufsausbildung und Schüler)*)	10,00 €
-------------------------------------	---------

Ehepaare

28,00 €

Kind bis 4 Jahre (Voraussetzung:
erziehungsberechtigte Person ist Mitglied)
beitragsfrei

Erstes Kind/Jugendliche bis 18 Jahre

10,00 €

Zweites Kind/Jugendliche bis 18 Jahre

8,25 €

Drittes und weitere Kinder/ Jugendliche bis 18 Jahre

beitragsfrei

Familien (Ehepaare/Partnerschaften in
häuslicher Gemeinschaft mit Kindern bis
18 Jahre oder über 18 Jahre, sofern sich
die Kinder in einer Schul- oder Berufsaus-
bildung befinden)*)

31,00 €

Auswärtige Mitglieder, die nicht am

Sport teilnehmen 4,00 €

Passive Mitglieder (ordentliche

Mitglieder, die nicht mehr am Sport
teilnehmen) 6,00 €

Fördernde Mitglieder

6,00 €

Monatsbeitrag Radfahren / Wandern

(keine Teilnahme an sonstigen
Übungsstunden) 6,00 €

Zuschlag für Selbstzahler

pro Rechnung 1,50 €

Mahngebühr

2,00 €

Zusatzbeitrag (pro Person/Monat):

Schwimmabteilung 1,00 €

Kursangebote für Nichtmitglieder:

Schwimmkurs (für Mitglieder kostenfrei)
70,00 €

Teilnahme an Rückenschule, Fitness, Step-
Aerobic oder (Nordic-)Walking

pro Stunde 5,50 €

*) Der Nachweis für die Gewährung des
ermäßigten Beitrages für Schüler und
Auszubildende über 18 Jahre ist
vom Mitglied zu führen.

Mitgliedsbeiträge - Information

Hinweis für die Beitragszahlung !

Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren

Im Interesse einer reibungslosen und rationellen Bearbeitung der Beitragszahlungen bittet der ATSC alle Mitglieder, sich des Lastschrift-Einzugsverfahrens zu bedienen. Dafür ist auf der Vorderseite der Eintrittserklärung das SEPA-Lastschriftmandat zu unterschreiben.

Die Abbuchung erfolgt:

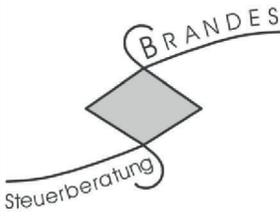
1/4-jährlich am dritten Werktag im Februar, Mai, August und November,

1/2-jährlich am dritten Werktag im Februar und August,

jährlich am dritten Werktag im Februar,

bei Monatszahlern am dritten Werktag des jeweiligen Monats.

WEITERE INFORMATIONEN: www.ats-cuxhaven.de

The logo consists of a grey diamond shape with a white outline. A curved line arches over the top of the diamond, containing the word 'BRANDES' in a serif font. Another curved line arches under the bottom of the diamond, containing the word 'Steuerberatung' in a sans-serif font.

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

Liebe ATSCerinnen, liebe ATSCer,

ich rufe Sie dazu auf, Ihr satzungsmäßiges Recht wahrzunehmen, über die Geschicke des Vereins in seinen Grundlagen mit zu entscheiden, die Jahresberichte des Vorstandes kritisch zur Kenntnis zu nehmen und Personen Ihres Vertrauens in den Vorstand des Vereins zu wählen.

Für uns vom Vorstand und speziell auch für mich persönlich wäre es schön, wenn wir eine möglichst große Anzahl unserer Vereinsmitglieder bei der Mitgliederversammlung begrüßen könnten, um für die Wahl zur Besetzung der neuen Vorstandsposten eine breite Mehrheit zu erhalten. Wir wünschen uns engagierte, aber auch sachliche Diskussionen.

Die Mitgliederversammlung bietet die Möglichkeit, Kritik oder Lob an der Arbeit des Vorstandes vorzubringen oder auch Anregungen dafür zu geben.

Ich wiederhole daher den Aufruf der letzten Jahre:

Kommen Sie zu unserer Mitgliederversammlung!

Wir freuen uns, dass wir unsere Versammlung erneut in der Aula des Amandus Abendroth Gymnasiums durchführen können und Ihnen so wieder eine nette Räumlichkeit bieten können.

Helfen Sie, wichtige Ämter neu zu besetzen, und geben Sie dem Vorstand die Richtung seiner Arbeit vor. Setzen Sie sich konstruktiv kritisch mit dem Vereinsgeschehen und mit der Arbeit der von Ihnen gewählten Funktionsträger auseinander!

Bestimmen Sie durch Ihr Votum die Entwicklung und das weitere Leben im ATSC mit!

Manfred Abbes
Vorsitzender

Einladung

Hiermit lade ich gemäß § 10 der Satzung des

**Allgemeinen Turn- und Sportvereins
Cuxhaven von 1862 e. V.**

zur

Ordentlichen Mitgliederversammlung

am Freitag, den 19.04.2024, um 19:30 Uhr in der Aula des
Amandus-Abendroth-Gymnasiums, Abendrothstr. 10, ein.

Tagesordnung

1. Eröffnung, Begrüßung und Grußworte
2. Gedenken
3. Feststellung der stimmberechtigten anwesenden Mitglieder
4. Genehmigung der Niederschrift der letzten Ordentlichen Mitgliederversammlung vom 28.04.2023
5. Jahresbericht des Vorstandes
 - a) Vorsitzender
 - b) stellvertretende Vorsitzende für den Sportbetrieb
6. Bericht über den Haushaltsabschluss 2023 durch den stellvertretenden Vorsitzenden für Finanzen
7. Bericht der Rechnungsprüfer
8. Aussprache zu den Tagesordnungspunkten 5 - 7
9. Entlastung des Gesamtvorstandes
der/die stellvertretende Vorsitzenden für den Sportbetrieb

10. Wahlen

- A) für den Vorstand
 - a) den Vorsitzenden / die Vorsitzende
 - b) den 2. Schatzmeister / die 2. Schatzmeisterin
 - c) den Sportwart / die Sportwartin
 - d) den Beisitzer / die Beisitzerin für Rechts- und Sozialfragen
- B) für den Ältestenrat
die Mitglieder 2 und 4 des Beirats, sowie Mitglied 3 (außerturnusgemäß, für ein Jahr)
- C) für den Sportausschuss den Sportarzt / die Sportärztin
- D) Kassenprüfer / Kassenprüferin 2

11. Haushaltsplan 2024 und Festsetzung der Beiträge

12. Genehmigung des Haushaltes

13. Ehrungen

14. Anträge

(Sie sind dem Vorsitzenden schriftlich und mit Begründung bis spätestens Freitag, 12.04.2024, einzureichen.)

15. Anfragen und Mitteilungen

(Besonders gewünschte Besprechungspunkte sind dem Vorsitzenden spätestens bis Mittwoch, 17.04.2024, schriftlich mitzuteilen.)

Anmerkungen:

zu TOP 4:

Die Niederschrift der letzten Ordentlichen Mitgliederversammlung liegt ab sofort in der Geschäftsstelle des ATSC, Mozartstr. 22, zur Einsichtnahme aus.

zu TOP 6 und 11:

Der Haushaltsabschluss 2023 und der Haushaltsplanentwurf 2024 sind hier im Heft abgedruckt.

Der stellvertretende Vorsitzende für Finanzen steht nach Absprache für Fragen und Erläuterungen zur Verfügung.

Manfred Abbes
Vorsitzender

Kassenbericht 2023

Der stellvertretende Vorsitzende für Finanzen und Verwaltung berichtet:

Jahresergebnis 2023 mit 10.956,66 € negativ:

In 2023 sind die Beiträge ab dem 1.7. neu festgesetzt worden. Dadurch, dass der Sportbetrieb in vollem Umfang wieder stattfand, musste die Beitragssenkung des Vorjahres zurückgenommen und eine weitere Anpassung an die erhöhten Kosten vorgenommen werden. Die Übungsleitervergütungen sind zum 1.10. erhöht worden (wegen Änderung des Mindestlohns).

Der Jahresabschluss und der Haushaltsvoranschlag sowie die Übersicht über die Beiträge liegen ab sofort in der Geschäftsstelle zur Einsichtnahme aus.

Bilanz zum 31. Dezember 2023 (in Euro)

Aktiva:

Anlagevermögen (einschl. Finanzanlagen)	27.350,31
Vorräte	540,00
Kassen- und Bankguthaben	175.575,27
Forderungen und Sonst. Vermögensgegenstände	10.287,35

SUMME 213.752,93

Passiva:

Rückstellungen	900,00
Verbindlichkeiten	./ 0,62
Vereinsvermögen	212.853,55

SUMME 213.752,93

Aufteilung des Ergebnisses auf die einzelnen Abteilungen (in EURO)

ATSC-Geschäftsstelle	4.059,17
Entnahme aus Rücklagen	10.956,66
Badminton	1.319,12
Basketball	./ 100,00
Karate	1.859,87
Leichtathletik	./ 2.295,20
Radfahren	930,92
Schwimmen	382,74
Ski	769,08

Tischtennis	./.	3.318,89
Turnen	./.	16.494,30
Volleyball		1.355,85
Wandern		562,18
Vereinsreisen		12,80

-

Übersicht über die Einnahmen und Ausgaben in Kurzform in Euro:

Einnahmen: lt. HV i.T.

Beiträge	207.560,15	(165,0)
Spenden	1.303,53	(2,5)
Werbeerträge	2.470,00	(4,0)
Erträge Reiseveranstaltungen	10.668,40	(0,0)
Kursgebühren	749,00	(2,5)
Meldegelder	373,11	(1,0)
Zuschüsse	87.593,18	(85,0)
Erträge nach dem AAG	2.064,09	(0,0)
Sonst. Erträge	992,49	(1,0)

SUMME

313.773,95 (291,0)

Ausgaben:

Gehälter/Übungsleitervergütungen	172.560,55	(165,0)
Reisekosten	20.941,15	(12,0)
Raumkosten	8.176,18	(8,0)
Versicherungen	2.512,90	(2,2)
Gebühren und Beiträge	152,44	(0,5)
Kosten Sportbetrieb	18.114,92	(17,5)
Kosten f. Lehr- u. Jug.-Arbeit		(1,5)
Abgaben an Verbände	14.063,30	(13,0)
Aufwendungen für Vereinsfeste	1.956,46	(0,0)
Werbung	0,00	(1,0)
Druckschriften	8.247,88	(5,5)
Bürobedarf, Telefon, Porto	10.840,86	(9,0)
Zeitschriften, Bücher	739,90	(0,5)
Mieten, Pachten Sportstätten	56.680,43	(55,0)
Bewirtungskosten, Geschenke	3.159,82	(3,5)
Sonstige Kosten	2.148,38	(1,0)
Abschreibungen	4.435,44	(5,0)

SUMME

324.730,61 (301,3)

Haushaltsvoranschlag 2024 (ohne Reisen und andere Veranstaltungen) (in Euro)

Einnahmen:

Beiträge	214.500,00
Spenden	1.300,00
Werbeerträge	3.000,00
Erträge Veranstaltungen	150,00
Einnahmen Kursgebühren	750,00
Zuschüsse	87.800,00
a.o. Erträge	1.000,00
Zinserträge	0,00

SUMME 308.500,00

Ausgaben:

Gehälter/Übungsleitervergütungen	155.000,00
Reisekosten	11.350,00
Raumkosten	8.650,00
Versicherungen	2.350,00
Gebühren und Beiträge	150,00
Kosten Sportbetrieb	13.100,00
Kosten für Lehrgänge	6.700,00
Abgaben Verbände	14.600,00
Aufwendungen f. Veranstaltungen	925,00
Sportbekleidung	1.000,00
Druckschriften	8.200,00
Reparaturkosten	425,00
Bürobedarf, Telefon, Porto	10.585,00
Zeitschriften, Bücher	520,00
Mieten, Pachten Sportstätten	56.850,00
Bewirtungskosten, Geschenke	3.120,00
Zinsen und ähnliche Aufwendungen	150,00
Sonstige Kosten	1.000,00
Abschreibungen	4.600,54
Rücklagen	9.224,46

SUMME 308.500,00

Über Stock und Bein

Leonie Soyez gab Einblick in die Techniken des Stockkampfes

Stillstand ist Rückschritt. Dieses geflügelte Wort hat doppelte Bedeutung für das im vergangenen Jahr neu gestartete Karate-Angebot des ATSC. Erstens, weil den Armen und Händen, aber auch den Schritten in der Kampfsportart Karate große Bedeutung zufällt. Zweitens, weil Übungsleiterin Jaqueline („Line“) Soyez sich nicht damit zufrieden gibt, zweimal pro Woche zum Training zu rufen. Sie möchte spätestens im April die ersten

Gurtprüfungen bei ihren Anfängern abnehmen, und auch mit ihren Schützlingen auswärtige Lehrgänge oder Treffen mit anderen Vereinen besuchen.

Zum Start ins neue Jahr holte sie ihre 20-jährige Tochter Leonie für einen besonderen Lehrgang an Bord. Leonie ist Schwarzgurt und Trägerin des 2. Dan. Bei einem Austausch-Aufenthalt in den USA ist sie zur Expertin für Stockkampf geworden. ➡



Wenn die Mutter von der Tochter lernt...



Der Erstkontakt scheint schon mal zu klappen...



Leonie Soyez (Mitte) im Kreis der Teilnehmerinnen und Teilnehmer am 1. Stockkampf-Lehrgang. Weitere sollen folgen.

Es gibt weltweit Heimatregionen verschiedenster Stockkampf-Arten: in Japan und China, natürlich, aber auch in Irland oder Schottland, in Portugal, auf den Philippinen, in Neuseeland oder Brasilien. Leonie Soyez hat in Houston/Texas in der Kampfsportart Bushido Kai die Künste erlernt, sich mit Stöcken zu verteidigen. Das zeigte sie den beeindruckten Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern in der Süderwischhalle. Und die waren drei Stunden lang mit Feuereifer bei der Sache - auch wenn die Bewegungen mit den Stöcken nicht immer auf Anhieb flüssig waren. Da machte Übungsleiterin Jaqueline Soyez, die „Mama“, keine Ausnahme. Sie kommt vom Kempo-Karate, hatte zuvor noch keine

Erfahrung mit Kampfstöcken sammeln können. Das ist nun anders.

Mit dem nötigen Eifer klappte es bei allen so gut, dass sie letztlich geschafft, aber glücklich waren. Leonie darf wiederkommen.

Erste Gürtelprüfung

Für Bettina Dietz hielt der Tag in der Süderwischhalle noch einen weiteren Grund zum Strahlen bereit. Sie ist die Erste, die unter „Line“ ein Gürtelprüfung im Kempo-Stil abgelegt hat. Es ist der Gelbe. Das ist für sie ein Neuanfang in einem anderen Stil, denn im Shotokan-Karate besitzt sie bereits den braunen Gurt. (T+F: put)



Klein oder groß, sparsam oder Vollaustattung



Küchen für jeden. **Kreativ, hochwertig und individuell**

BARUNKE KÜCHEN GMBH

 Grodener Chaussee 63 - 65 27472 Cuxhaven  04721-74410

Höher, schneller, heiter

Sven Kraus möchte die Leidenschaft für Wettkämpfe wecken

Wenn so ein „schöner“ Sportplatz gleich um die Ecke liegt, dann kann man da auf jeden Fall hinziehen. So ungefähr mag es sich wohl zugetragen haben, als bei Sven Kraus die Entscheidung für einen Umzug nach Cuxhaven fiel. „Ich habe den Sportplatz relativ schnell entdeckt“, sagt der 49-Jährige, der bislang in Hamburg gelebt hat. Das Ganze hat natürlich einen Hintergrund, einen sportlichen. Denn Sven Kraus ist, und war eigentlich immer, Leichtathlet. „Das ist für mich einfach DIE Sportart meiner Jugend.“ Na ja, Nebenlieben hat er natürlich auch gehabt: Skifahren, klar, denn er hat lange Jahre in Bayern gelebt. Dazu Squash, Tennis, Golf, Beachvolleyball – „Hauptsache Sport“.

Carl Lewis als Auslöser

Dass ihn das Stadionrund samt Tartanbahn gepackt hat, ist eigentlich die Schuld – oder das Verdienst – von Carl Lewis. Von dessen vierfach vergoldeter Leistung bei der ersten Leichtathletik-Weltmeisterschaft 1983 in Helsinki war der damals Achtjährige dermaßen beeindruckt, dass für Sven feststand: „Das will ich auch machen.“ Und er machte. In der Jugend war er sogar mit einem späteren Olympiateilnehmer, mit dem Zehnkämpfer Florian Schönbeck, in einer Gruppe.



Sven Kraus

„Wir sind gemeinsam groß geworden in der Leichtathletik“, strahlt Sven Kraus. Allerdings:

„Im Gegensatz zu Florian war ich nie ein Trainingsweltmeister.“

Ihn lockte eher schon der Wettbewerb, der ihn,

den Sprinter und Springer, 1989 mit der Bayern-Auswahl zum Mehrkampf-Ländervergleich nach Berlin trug. „Ich genieße die besondere Stimmung der Sportfeste und Wettkämpfe. Wenn es zählt, das pusht mich.“

Und hier will er auch die jungen Leichtathleten im ATSC packen. Er möchte ihnen den Spaß vermitteln, den Wettkampfsituationen mit sich bringen. Etwa beim Küstenmarathon in Otterndorf, wo Sven die Jugendlichen betreute. Was Sven begeistert nach so intensivem wie abwechslungsreichem Training ist das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe, das sich dann auch in Wettkämpfen auswirkt: „Wir sind eine Trainingsgrup- ➡

pe, wir sind der ATSC. Das hat in Otterndorf richtig Spaß gemacht. Jeder ist zwar für sich gelaufen, aber letztlich hat die ganze Gruppe einander angefeuert und zusammengehalten. Das bringt dich nach vorn.“

Sven Kraus hat sich nach dem Umzug im Juli 2022 schnell hier zurechtgefunden. So hat er nach dem Einstieg über das Sportabzeichen schnell Kontakt zu den Leichtathleten des ATSC geknüpft. Gemeinsam mit Jens Huff, dem Trainer der jugendlichen ATSC-Leichtathleten, „wollen wir das Training 2024 professionalisieren“, sagt er, und meint damit Leistungsorientierung auf geregelter Flamme. Und zwar in einem Maß, das den jungen Athleten Spaß macht. Es geht ihm um die Arbeit an den individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten auf dem Sportplatz, das Erkennen und Fördern von persönlichen Talenten.

„Im Gegensatz zu Teamsportarten ermöglicht die Leichtathletik den Kindern, persönliche Ziele zu setzen und sich selbst herauszufordern.“ Er selbst ist Mehrkämpfer gewesen, weil die Leichtathletik so viele spannende Facetten und eine breite Palette von Disziplinen hat, und die möchte Sven auch bedienen. Da-

bei peilt er definitiv auch in Richtung der Schulen. „Wir wissen um die schwierige Situation der Schulen, deshalb wollen wir den Kontakt erweitern, Lehrkräfte ansprechen, vielleicht selbst in Schulen auftauchen. Die Leichtathletik ist eine fundamentale Sportart in der sportlichen Ausbildung und bildet die Basis für Fähigkeiten, die in anderen Sportarten benötigt werden.“

Überregionale Sportfeste als Traum

Und letztlich gehen seine Ideen noch weiter. „Es wäre großartig, wenn am Strichweg wieder überregionale Sportfeste stattfinden würden.“ Dieser Gedanke verfestigt sich in dem Moment, als er bei unserem Gespräch in der Geschäftsstelle einen großen Bilderrahmen entdeckt, mit Fotos und Autogrammen der deutschen Sportelite, die sich 1999 am Strichweg unter dem Motto „Weltklasse hinterm Deich“ ein Stelldichein gab – u.a. mit den Olympiasiegern Lars Riedel und Jürgen Schult (Diskus) oder Astrid Kumbernuss (Kugelstoßen).

Ein Neustart beim ATSC muss ja nicht gleich so groß sein. Aber man wird ja noch träumen dürfen... (T+F: put)



Zweimal wöchentlich ist Training mit Jens Huff (rotes Shirt) und Sven Kraus.



Duales Studium bei der Stadtsparkasse Cuxhaven

Unsere Ausbildung ist jetzt doppelt so gut!

Abiturient:innen aufgepasst: Bei uns verbindet ihr ab 01.08.2023 das Beste aus Ausbildung und Studium miteinander.

Weitere Informationen unter:



ssk-cuxhaven.de/ausbildung



 **Stadtsparkasse
Cuxhaven**



ATSC-Radtreff Cuxhaven

Tourenleiterin: Renate Kapp,

Höpckestr. 17, Tel: 04721/ 51307

Wir treffen uns dienstags jeweils auf dem Wochenmarkt:

April bis Ende Juli 18.00 Uhr

August bis September 17.00 Uhr

Radtouren

Die Termine für Radtouren jenseits des allwöchentlichen Radtreffs werden noch erstellt. Sobald sie vorliegen, stehen sie auf der ATSC-Webseite.

www.ats-cuxhaven.de

**Wenn nicht anders angegeben, mittags Packtaschenverpflegung.
Radtouren können nach Wetter und Windrichtung geändert werden.**

Glänzendes Ergebnis in Walsrode

Bezirksmeisterschaften Lange Strecke

In Walsrode stiegen die Schwimmerinnen und Schwimmer des ATSC bei den Bezirksmeisterschaften Lange Strecke ins Wettkampfsjahr 2024 ein. Mit 20 Aktiven stellte der ATSC Mitte Januar neben dem Team des Celler SC das größte Teilnehmerfeld. Bei der langen Strecke mussten sich die Jüngsten über 400m Freistil beweisen. Die Älteren schwammen 400m Lagen, 800m Freistil und 1500m Freistil.

Für Bengt-Niklas Kraft, Till Jahn und Silbel Ahrshy standen die 400m Freistil auf dem Programm. Sie konnten ihre Zeiten teilweise deutlich verbessern und Top-Ten-Platzierungen im Jahrgang 2014 erreichen. Die ein Jahr älteren Jungs Alexander Sabin und Jonas Hartig starteten ebenfalls über 400m Freistil. Jonas schrammte nach Zielrichterentscheid als Vierter knapp am Treppchen vorbei, während Alexander Achter wurde. Besser lief es für Jonas als Drittem über die 800m Freistil. Sein Bruder Anton (2010) wurde Dritter über 800m Freistil und Fünfter über die 1500m.

Dass der Jahrgang 2013 im

ATSC stark vertreten ist, zeigten die weiteren Leistungen. Mortasa Ahmadi wurde hinter Jonas Vierter über 800m Freistil. Platz drei sicherte er sich ➡



Inneke Grantz (Mitte) siegte über 400m Lagen und 800m Freistil. Fotos: Imke Grantz



Links: Finn Reymers (l.) und Mortasa Ahmadi (r.) freuten sich über Silber und Bronze. Rechts: Andreas Qesku (l.) holte Silber über 1500 Meter Freistil.

auf den 400m Lagen. Finn Reymers holte über die 400m Lagen Silber. Noch besser klappte es auf der 1500m-Freistildistanz, bei der er als Bezirksmeister anschluss.

In der weiblichen Konkurrenz überzeugte Inneke Grantz als neue Bezirksmeisterin über 400m Lagen und 800m Freistil. Das schaffte auch Tim Lange (2007), der sich zudem noch in der offenen Wertung Rang drei auf der Lagen- und Rang zwei auf der Freistilstrecke sicherte.

Isabelle Teuber erreichte über ihre Strecken Top-Ten-Platzierungen. Yosefina Deneff (2008) schaffte in ihrem Jahrgang das Triple und siegte über alle drei Strecken. In der Offenen Wertung wurde sie über 800m Freistil Bezirksmeisterin, über 1500m Freistil Vizemeisterin, und Bronze gab es über 400m Lagen.

Luca Strothmann musste leider eine Disqualifikation über die Lagendistanz hinnehmen. Das hielt ihn nicht davon ab, in einer sehr guten Zeit über 1500m Freistil den dritten Platz im Jahrgang 2011 zu holen. Sein Teamkamerad Adam Haji siegte über beide Strecken und wurde Bezirksmeister. Erik Heinemann (2008) holte Bronze über 400m Lagen und belegte Platz vier über 1500m Freistil. Der ein Jahr jüngere Andreas Qesku holte Bronze über 400m Lagen und Silber mit einer beachtlichen Steigerung von mehr als zwei Minuten über 1500m Freistil.

Master-Schwimmer Paul Feldmann schließlich startete in der offenen Wertung. Er brachte eine Silbermedaille von den Bezirksmeisterschaften in Walsrode mit. (HE)

Ein echtes Mannschaftserlebnis

Deutsche Mannschaftsmeisterschaften im heimischen Bad

Im Januar fanden die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften im Schwimmen, kurz DMS, des Bezirks Lüneburg statt. Einer der beiden Austragungsorte war am 21.1. das Hallenbad an der Beethovallee. Hier schwammen die Teams des ATS Cuxhaven, des TSV Otterndorf und des Stader SV um die Punkte. Jede im Becken zu schwimmende Strecke musste zwei Mal pro Team bewältigt werden.

Einzige Ausnahme bildete die Langstrecke. Hier wurden die 800m und die 1500m Freistil nur je einmal absolviert.

Der ATS Cuxhaven schickte ein Damenteam und zwei Herrenteams ins Rennen. Im Vordergrund stand hierbei der Zusammenhalt als Mannschaft. Möglichst alle Sportler sollten im heimischen Becken zum Zug kommen.

Das weibliche Team umfasste elf Schwimmerinnen. Die Jüngsten, Si- ➡



Das komplette Team, das zur DMS im „Heimatbad“ antrat. Fotos: Imke Grantz/put



Keine ruhige Minute: Kaum waren die einen im Ziel, starteten die Nächsten.

bel Alhrshy und Alessia Di Nuzzi, durften sich auf neuen Wettkampfstrecken beweisen. Hannah Ehlers und Rebecca Kiefer übernahmen die Langstrecken. Julia Thureau zeigte ihre Vielseitigkeit auf den Lagenstrecken. Neue Bestzeiten erzielten Isabelle Teuber, Liliana Da Silva Ruela, Hava Hrnica, Inneke Grantz und Tamara Zschau. Fleißigste Punktesammlerin mit den meisten Strecken war Yosefina Deneff (2419 Zähler). In der Endwertung belegte das Team im Bezirk Lüneburg den sechsten Platz.

Bei den Herren schaffte es das erste

Team auf Platz vier. Hier übernahmen die Masterschwimmer Paul Feldmann und Frank Brandt die langen Strecken. Unterstützung gab es von Martin Ehlers und Michael Sander, die kurzzeitig ihre Rolle als Trainer ablegten und im Wasser statt am Beckenrand punkteten. Matthes Bösch und Kevin Lee Sabin überzeugten auf den Bruststrecken. Lazar Schomburg, Andreas Qesku, Adam Haji und Erik Heinemann starteten vier Mal und erreichten dabei vier neue Bestzeiten. Mit 1620 Punkten war Tim Lange bei den Herren der eifrigste Punktesammler.

Erfahrung sammeln auf neuen Strecken

Im zweiten Herrenteam war der Nachwuchs aus der zweiten Wettkampfgruppe und der Talentgruppe des ATS Cuxhaven am Start. Für sie hieß es, Erfahrung sammeln und viele neue Strecken schwimmen. Zum Team gehörten Mortasa Ahmadi, Christian Amelin, Joshua Novio Rolo Doce, Anton Hartig, Bennet Hebeln, Finn und Till Jahn, Bengt-Niklas Kraft, Finn Reymers, Luca Strothmann und Noah Elias Wolff. Sie belegten am Ende einen schönen neunten Platz in der Bezirkswertung. (HE)



Unterstützung am Beckenrand



Der ATSC serviert und stärkt.

Qesku erwischt einen „Sahnetag“

Schwimmfest beim GTV Bremerhaven

Anfang Februar fand das Schwimmfest des GTV Bremerhaven auf der 50m-Bahn von „Bad 3“ statt. Der ATS Cuxhaven schickte 24 Schwimmerinnen und Schwimmer aus der Wettkampf- und der Talentgruppe an den Start.

Für Yosefina Deneff, Tim Lange, Lazar Schomburg und Adam Haji war es eine Möglichkeit, sich neben den Bezirks- und Landesmeisterschaften auch die Qualzeiten für die Norddeutschen Meisterschaften zu sichern. Alle vier konnten ihre bisherigen Zeiten bestätigen oder sogar unterbieten.

Ein sehr guten Wettkampftag erwischte auch Andreas Qesku. Er sicherte sich mit seinem Rennen über 50m Schmetterling die Qualifikation für die Landesmeisterschaften. Weitere sehr gute Zeiten erzielten Luca Strothmann, Anton Hartig und Isabelle Teuber über ihre Strecken.



Sibel Alhrshy

Aus einer längeren krankheitsbedingten Pause kamen Bennet Hebbeln und Mara Hein in Bremerhaven stark zurück. Beiden gelang es trotz großen Trainingsrückstands, ihre Zeiten zu verbessern.

Inneke Grantz, Mortasa Ahmadi, Finn Reymers, Jonas Hartig und Alexan- ➡



Im vergangenen Jahr haben **95** Schwimmanfänger ihr Seepferdchen erhalten. Herzlichen Glückwunsch und ein dicker Dank an die engagierten ATSC-Kräfte !



der Sabin aus dem starken Jahrgang 2013 zeigten auf den unterschiedlichsten Strecken ihr Können. Ihr Lohn waren Bestzeiten und einige Podestplätze. Zudem durften die 2013er ihre Leistungen auf der 200m-Lagenstrecke zeigen, um sich für die Mehrkampfmeisterschaften im Schwimmen zu qualifizieren.

Tamara Zschau und Noah Elias Wolff gehören schon zu den alten Hasen. Beide lieferten auf Strecken, die sie noch nicht geschwommen waren, sehr gute Rennen ab und konnten sich über Top-Ten-Platzierungen freuen.

Mit Tamina Sponbrucker, Alea Guraj und Elias Spielmann waren die Jüngsten am Start, schwammen durchweg Bestzeiten und landeten auf vorderen Rängen. Sogar ein erster Platz war dabei.

Abgerundet wurde das Team durch die ein Jahr älteren Talente Sibel Alhrshy, Bengt Niklas Kraft sowie die Zwillinge Till und Finn Jahn. Alle vier schwammen entweder neue Strecken oder verbesserten ihre alten Zeiten um gleich mehrere Sekunden. Das führte dann auch zu Top-Ten-Platzierungen. (HE)



Tamara Zschau



Tamina Sponbrucker Fotos: Imke Grantz

BEI UNS BIST DU
MEHR ALS EIN

AZUBI!

DIREKT
BEWERBEN

Autohaus W. Manikowski Cuxhaven KG | Papenstraße 126 | 27472 Cuxhaven | manikowski.de

Ein nasses Volksfest

Schwimmertreffen 2024 des ATSC an der Beethovenallee

Wenn sich um die 120 Aktive, deren Trainerinnen und Trainer, Betreuerinnen und Betreuer, dazu ein komplettes Schiedsgericht in einem Hallenbad ein Stelldichein geben, kann es schon mal ziemlich eng werden. So war es auch beim Schwimm-

ertreffen 2024 des ATSC am 18. Februar im Hallenbad an der Beethovenallee. Ein falscher Schritt, ein kleiner Remppler hätte schon dazu führen können, dass auch ein unangemeldeter Teilnehmer im Becken landete. ➡



Die kleinen "Goldstücke" der Schwimmszene. Mit dabei, in der rechten Hälfte: Elisa, Kiana, Johanna, Cobie und Mila.



Nun, zum Glück ist das nicht geschehen.

Dafür pflügten kleine und große Schwimmerinnen und Schwimmer anständig durch das Wasser. Gemeldet hatten außer Ausrichter ATS Cuxhaven auch die Vereine Blexer TB, SGS Verden Dörverden, SSG An der Oste, der Stader Schwimmverein, TSV Bederkesa, TSV Otterndorf, TV Hambergen und TVG Drochtersen.

Fast drei Dutzend Aktive des ATSC im Becken

Die Gastgeber traten zu den 30 Wettkämpfen mit 33 Schwimmerinnen und Schwimmern an. Für fast alle von ihnen standen mehrere Starts an, bei Yosefina

Deneff waren es deren acht. Das Ergebnis der ATSC-Aktiven konnte sich sehen lassen.

Auf sechs Erfolge kam Yosie (Jahrgang 2008) bei ihren sechs Einzelstarts. Dabei siegte sie in allen ihren Disziplinen (50m, 100m und 200m Freistil, 50m und 100m Brust, 50m Schmetterling) auch in der Offenen Wertung, war also die Schnellste in allen Altersklassen ihrer Konkurrenz.

Tim Lange (2007) errang fünf Siege, drei davon in der Offenen Wertung. Er gewann in einem starken Schlusspurt die 100m Freistil. Zudem siegte er über 50m und 100m Rücken.

Mit seinen sechs ersten Plätzen in den Einzelrennen konnte auch Adam Haji (2011) höchst zufrieden sein. ➡

MITTWOCHS IST B & B-TAG

Hamburger, Cheeseburger oder Falafel-Hummus-Burger und 0,3l Bier



14 EUR



sky

Kamp's

BISTRO
LOUNGE
BAR

Ab 11 Uhr geöffnet

Kristian Kamp e.K.
Duhner Strandstraße 9
27476 Cuxhaven
04721/403-580
www.bistro-kamps.de



Ein Überblick über die einzelnen Altersklassen:

Die Jüngsten schwammen den kindgerechten Wettkampf: 25m Rücken, 25m

Brust und 25m Freistil. Mit dabei waren Kiana Di Nuzzi, Johanna Funk, Mila Fiege, Elisa Milojevic (alle Jahrgang 2017) sowie Cobie Farrington (2018) als ➡



Der ATSC-Nachwuchs (links Noah, rechts Liliana) ist schnell unterwegs. Vor dem Start (Mitte) gibt's noch ein paar Tipps für Finn. Fotos: Imke Grantz / put



„High Noon“ im Hallenbad: Um Punkt 12 Uhr katapultiert sich Yosefina Deneff (Bahn 3) aus dem Startblock.



Die letzten Meter für Alessia

das „Schwimmküken“ des ATSC-Teams.

Den ersten offiziellen Wettkampf durften die Kids des Jahrgangs 2016 schwimmen. Hierzu gehörten Liam Abbes, Emma Schubert, Anna Thiel und Leevke Zoschke. Im Jahrgang 2015 war Ava Matthews erstmals dabei.

Mindestens einmal in ihrem Jahrgang siegten Mortasa Ahmadi, Adam Haji, Anton Hartig, Erik Heinemann, Andreas Qesku, Alexander Sabin, Elias Spielmann, Noah Elias Wolff, Sibel Alhrshy, Lilliana da Silva Ruela, Inneke Grantz und Isabelle Teuber.

Hinzu kamen noch etliche zweite, dritte und vierte Plätze sowie weitere gute Platzierungen.



Dichtes Gedränge am Beckenrand

Selbst die „Alten“, Julia Thureau, Nicole Teuber und Michael Sander, ließen es sich nicht nehmen, im heimischen Bad an den Start zu gehen.

Jonas Hartig, Tamina Sponbrucker, Bengt Niklas Kraft, Joshua Novio Rolo Dorce, Kevin Lee Sabin, Alessia

Di Nuzzi, Mara Hein, Alea Guraj, Linn Charlotte Wettwer sowie Finn und Till Jahn erreichten ganz tolle Zeiten, auch wenn es letztlich nicht für Siege in ihrem Jahrgang reichte.

Am Ende des Tages waren nicht nur die jungen Schwimmerinnen und Schwimmer geschafft, sondern auch die rund zwei Dutzend Helferinnen und Helfer, die angepackt haben, um das Schwimmerfest 2024 für alle zum Erlebnis zu machen. (HE/put)

Die komplette Info steht auf unserer Webseite: www.ats-cuxhaven.de



Alex schaut auf die Ergebnisse.



Joshua auf der Bruststrecke



Renault Megane E-Tech 100% Elektrisch



Neuer Renault Clio



Dacia Spring Elektrik



Neuer Dacia Duster



Dacia Sandero Stepway



Dacia Jogger

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



Skivergnügen unter kitschig-blauem Himmel

44. Skifreizeit des ATSC nach Radstadt/Österreich

Die diesjährige Skifreizeit des ATSC vom 27. Januar bis 3. Februar 2024 stand schon vor der Abfahrt unter dem Motto „Abenteuerreise“.

Der wenige Tage zuvor angekündigte Bahnstreik sorgte sowohl beim Organisationsteam als auch bei den Teilnehmern für eine gewisse Unruhe. Wie sollte man

als Gruppe unter diesen Umständen zuverlässig ans Ziel gelangen? Per Bahn, Bus oder Auto?

Letztendlich konnten die lange zuvor reservierten Bahntickets auf die am Anreisetag einzig mögliche Verbindung umgebucht werden, mit fünfmaligem Umsteigen! Dank der Sportlichkeit ➡



Neun „Goliaths“ der Abfahrt auf der Schaukel. Geht auch.



Wer etwas tut, darf auch rasten.

der Teilnehmer (und eingelegter Zwischensprints) wurden alle Züge erreicht und die Ankunft in Radstadt fand mit nur einstündiger Verspätung gegen 21.30 Uhr statt.

Trotz der vorgerückten Stunde servierte die Küche des Hotels „Gewürzmühle“ netterweise noch das Willkommensmenü, so dass alle 16 Teilnehmer (drei mussten leider krankheitsbedingt kurzfristig absagen) nach den Strapazen der Anreise wieder versöhnt waren.

Strahlender Sonnenschein und sehr gute Schneebedingungen auf den Pisten der Fageralm, der Skigebiete Radstadt/



Wo geht's weiter? Der Plan hilft.

Altenmarkt sowie Zauchensee ließen die Alpinläufer voll auf ihre Kosten kommen und mit Freude ihre Schwünge, auch Einkehrschwünge, ziehen. In und vor den Hütten ließ man sich Germknödel, Topfenstrudel, Hefeweizen und den ein oder anderen „Willi“ (Williams-Christ Birnenbrand) schmecken.

Die Loipen waren supergut gespurt

Die Langläufer vergnügten sich bei kitschig-blauem Himmel und wärmenden Sonnenstrahlen auf der Gnadenalm, wo die Loipen supergut gespurt waren ➡



Was für ein Panorama.



Kleines Sonnenbad, auftanken, und dann geht's schon wieder geschwind die Piste runter.

und daher stets mehrere Runden absolviert werden konnten. Auch hier stärkte man sich anschließend an der Hütte und zum Abschluss gab es – wie in jedem Jahr – den „weltbesten“ Haselnussgeist. Hierzu trafen dann auch die Spaziergänger ein, die zu Fuß die tolle Landschaft genossen bzw. sich eine Pferdeschlittenfahrt gegönnt hatten.

Skirennen um das Radstädter Wappen

Ein besonderes Highlight stellte in diesem Jahr das „Skirennen um das Radstädter Wappen“ dar, bei dem beobachtet werden konnte, wie die Profis in benei-



Die ganze Reisegruppe und der Beweis: Es gab nicht nur strahlend blauen Himmel.



Germknödel? Lecker

denswerter Geschwindigkeit und Sicherheit die Abhänge „unseres“ Skigebiets herunterrasten.

Zu lachen gab es während des einwöchigen Aufenthalts eine Menge, so z.B. über das Vertauschen der Skier, was innerhalb der Gruppe gleich zweimal am selben Nachmittag passierte.

Nach sieben ereignisreichen Tagen, dem Genuss der „Verwöhn-Pension“ im Hotel Gewürzmühle, zahlreichen Sauna- und abendlichen Thekenbesuchen konnte die Rückreise planmäßig (!) stattfinden und alle erreichten den Zielbahnhof Cuxhaven pünktlich und unverletzt.

Text: Claudia Büsing
Fotos: Gerd Scholtyssek / Theo Büsing

Alle sportlichen Ohren gespitzt.



Höranalyse mit modernster
Messtechnik für alle
ATSC-Mitglieder kostenfrei!

Cuxhaven

Nordersteinstraße 62 • 27472 Cuxhaven

☎ 047 21/6 99 83-70

☎ 047 21/6 99 83-71

✉ info@hoerakustik-holst.de

Bad Bederkesa

Am Markt 5 • 27624 Geestland

☎ 047 45/9 31 78-11

✉ bederkesa@hoerakustik-holst.de

HÖRAKUSTIK
HOLST 



www.hoerakustik-holst.de

Die Lust auf mehr

Sportabzeichenverleihung für tolle Leistungen im Jahr 2023

„Ich habe Lust auf die 57“, sagt Winfried Krampitz. Der ATSC-Rekordhalter, was die Sportabzeichen betrifft, lässt sich so schnell nicht von müder werdenden Knochen in die Knie zwingen. Ab dem 2. Mai, wenn die Sportabzeichensaison 2024 gestartet wird, können Interessierte sich von seinem Elan überzeugen. Oder besser noch: selbst angreifen.

Im Restaurant „Zur Sonne“ war am 9.

Februar erst einmal der Rückblick auf ein für 224 Kinder und Erwachsene erfolgreiches Sportjahr angesagt (+19 gegenüber 2022). Das ist nicht so schlecht, wenn man bedenkt, dass vielerorts die Zahl der Bewerber sinkt.

Dieser Entwicklung will sich der ATSC entgegenstemmen, versprach Manfred Abbes, der Vereinsvorsitzende, bei der Verleihung der Nadeln und Urkun- ➔



22 ATSC-Mitglieder holten ihre Urkunden persönlich ab. Foto: Manfred Abbes



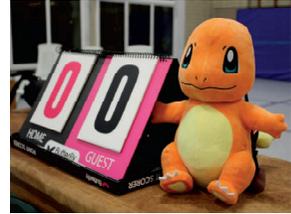
Philip (v.l.) und Erika Frank, Sven Wille, die Zwillinge Elias und Melvin Fornæsson sowie die kleine Elsa Schmidt freuen sich über ihre Urkunden. Foto: put

den. Der größte Sportverein im Stadtgebiet soll auch bei den Sportabzeichen weiterhin führend sein. Dafür müsse er sich aber auch „neu aufstellen“. Über das Wie wird im ATSC längst diskutiert. Eine Neuaufstellung ist zur Freude des Vorsitzenden vom Tisch. Das langjährige Sportabzeichengespann Otto-Heinz und Ingrid Schunk hängt entgegen der ursprünglichen Planung noch ein Jahr dran. Manfred Abbès: „Dank an die beiden, weil sie immer für euch da waren. Danke auch an die anderen Prüfer. Es ist nicht selbstverständlich, immer dienst-

tags und donnerstags auf dem Platz zu stehen.“ Dafür war ihnen der Applaus der Anwesenden sicher.

Die 224 Urkunden gingen an 31 Schülerinnen und Schüler der Grundschule Döse und 88 vom Lichtenberg-Gymnasium. Bei den Jugendlichen war Sven Wille mit seinem achten Sportabzeichen der Spitzenreiter; bei den Frauen Hildburg Peyn mit nunmehr 51 und, wie eingangs erwähnt, Winfried Krampitz mit 56. „Runde“ Zahlen schafften zudem Monika Hahn und Britta Nell (je 10) sowie Marc Krampitz und Bernd Lange (je 20). (put)

Auf Platz eins gehüpft



Alle Tischtennis-Teams des ATSC schlagen sich wacker

Die 1. Herrenmannschaft des ATSC ist am letzten Hinrundenspieltag der Tischtennis-Bezirksliga auf den ersten Platz gesprungen. Ein 9:3 gegen den TSV Otterndorf passte perfekt, um die SG TSV Holßel/TSV Midlum, die ebenfalls fünf Siege, drei Unentschieden und nur eine Niederlage aufweist, von der Spitze zu verdrängen. Hoa Nam Nguyen, am Sonnabend (9.12.) dreimal erfolgreich, setzte den Schlusspunkt.

Die Gastgeber, wie auch Otterndorf personell geschwächt, legten in der Abendrothhalle einen Blitzstart hin. Nach den Eröffnungsdoppeln stand es 3:0, weil sich Bluhm/Acker gegen Milewski/Köhne und Nguyen/Kieselbach gegen Schulz/Steffens keine Blöße gaben. Lediglich Langewitz/Martins de

Sousa verloren gegen Steffens/Osterndorff einen Satz.

Ein hartes Stück Gegenwehr musste Max Langewitz gegen Philip Steffens leisten, konnte die hauchdünne Fünfsatz-Niederlage jedoch nicht verhindern. Aller Einsatz nutzte auch Hagen Bluhm nichts bei seiner 1:3-Niederlage gegen Martin Milewski.

Beim Zwischenstand von 3:2 fühlte sich der ATSC herausgefordert - und konterte. Hoa Nam Nguyen, Kevin Acker, Justin Martins de Sousa und Ralf Kieselbach stellten nach klaren 3:0-Erfolgen in den Einzeln das Ergebnis auf 7:2, ehe Max Langewitz seinem Gegenüber Martin Milewski im Duell der Spitzenspieler (1:3) den Vortritt lassen musste. Den Rest zum überzeugen- ➡



Gegen Otterndorf langte die Erste des ATSC richtig hin. Fotos: put



den Sieg trugen Hagen Bluhm und Hoa Nam Nguyen bei, der seinen Gegner mit 11:1, 11:6 und 11:4 regelrecht von der Platte fegte.

Die weiteren Herrenmannschaften des ATSC stehen zwar nicht ganz vorne, haben aber weiterhin Chancen. ATSC II belegt Platz vier in der Kreisliga, ATSC IV und V folgen in der 5. Kreisklasse dem Tabellenführer TSV Neuenwalde. Und die Dritte versüßte sich das Jahresende. Sie brachte dem Tabellenführer der 2. Kreisklasse Nord, TSV Germania Cadenberge II, beim 8:8 den ersten Punktverlust der Saison bei.

Der Nachwuchs schlug sich in der 2. Kreisklasse (Jungen U19) beachtlich. Sieben Siege in sieben Spielen bedeuten den Platz an der Sonne für den ATSC III. So weit ist die ATSC I in der Jungen19-



Voll konzentriert: Max Langewitz und Justin Martins de Sousa.

Bezirkssklasse noch nicht. Sie schloss das Jahr nach einem hart umkämpften 5:5 gegen Steinau-Odisheim am Sonnabend als Tabellendritter ab. (put/DR)



SOWADE
HOLZBAU | DACH | SOLAR

www.sowade-gruppe.de



HOLZBAU

Moderne Massivholzhäuser und alles rund um die Themen Anbau, Aufstockung & Umbau.



DACH

Dein Fachbetrieb rund um das Thema Dach aus Cuxhaven.



SOLAR

Dein Partner für die Beratung, Installation und Wartung von Photovoltaikanlagen und mehr.

Viel besser geht's nicht

TT-Teams beweisen zum Rückrundenstart Stärke

Die 1. Herren schlug sich bisher wie schon in der Hinrunde sehr gut und konnte den zum Jahresschluss ergatterten ersten Tabellenplatz mit drei Siegen aus drei Spielen verteidigen. Das Ziel des Aufstiegs rückt näher.

Die 2. Mannschaft startete ebenfalls mit drei Siegen aus drei Spielen und meldete sich damit auch nochmal im Rennen um den Relegationsplatz zum Aufstieg in die Bezirksklasse.

Die 3. Mannschaft spielte bisher nur zwei Mal in der Rückrunde. Dabei konnte sie lediglich gegen Neuenkirchen gewinnen, gegen Tabellenführer Germania Ca-

denberge II musste man sich nach einem intensiven vierstündigen Kampf knapp mit 7:9 geschlagen geben.

Die 4. Herren konnte ihre Dominanz in der Liga fortsetzen, musste sich jedoch im vereinsinternen Spiel gegen die 5. Herren knapp mit 5:7 geschlagen geben. Dies spielte dem direkten Rivalen TSV Neuenwalde im Meisterschaftskampf natürlich in die Karten.

Die 5. Herren startete sehr erfolgreich in die Rückrunde mit drei Siegen aus drei Spielen. Somit ist sie der 4. Herren nah auf den Fersen und hat den dritten Tabellenrang gefestigt. (DR)



Die erfolgreiche 1. Mannschaft mit (v.l.) Kevin Acker, Hagen Bluhm, Ralf Kieselbach, Hoa Nam Nguyen, Justin Martins de Sousa und Max Langewitz. Nicht im Bild: Leander Wendt und Detlef Schumacher. Foto: put

Derbysieg tat dem Team richtig gut

2. Kreisklasse Nord: ATSC III spielt in der Tabelle oben mit

Am 20. Februar 2024 war es wieder so weit: Das Derby der beiden Rivalen ATSC Cuxhaven und SV Blau-Gelb Cuxhaven stand an.

Es spielte die 3. Mannschaft des ATSC gegen die 2. Mannschaft von SV Blau-Gelb.

Ein Spiel, das, wie die vorherigen Duelle in den vergangenen zwei Jahren zeigten, nicht spannender, emotionsgeladener hätte sein können. Die 3. Mannschaft des ATSC, die sich in der Rückrunde bislang erst ein Mal gegen Spitzenreiter Cadenberge bitter mit 7:9 geschlagen geben musste, gegen den bis dato ungeschlagenen Rivalen.



Die Derbysieger der 3. TT-Mannschaft: Derbysieger Franz-Josef Leffler, David Rambow, Klaus Rösner, Max Jahnke, Steewen Christmann, Jessica Zeuke, Dr. Katrin Hein

Bittere Niederlage in der Hinrunde

Während in der Saison 2022/23 noch beide Spiele unentschieden endeten, musste sich der ATSC im Hinspiel nach einem starken Kampf mit 6:9 geschlagen geben.

Doch das sollte sich in diesem Spiel ändern. Die Mannschaft war heiß, sehr gut in Form und wollte die bittere Nie-

derlage aus dem Hinspiel wiedergutmachen.

Und das tat sie auch. Man schlug den Rivalen mit 9:5 und belegte sogar vorübergehend Platz zwei in der Tabelle hinter Spitzenreiter Cadenberge. Somit belohnte sich die 3. Mannschaft erneut mit einer Teamleistung und tütete den nächsten Sieg ein, um im Rennen um die oberen Plätze noch ein ernstes Wörtchen mitzureden. (DR)



Einen fröhlichen und erfolgreichen Auftritt legten die ATSC-Turnerinnen bei den Kreis-Mannschaftsmeisterschaften in der Rundturnhalle hin. Fotos: P. Lingl

Auch die Jüngsten hatten Grund zu strahlen

ATSC stellt in allen vier Klassen die Kreismeister

Der letzte Wettkampf des Jahres 2023 im Gerätturnen waren die Kreis-Mannschaftsmeisterschaften. Für die Turnerinnen des ATSC wurden die Titelkämpfe zu einem runden Erfolg samt Bonus. Siege gab es in allen vier Klassen, zudem noch zwei dritte Plätze obendrein. Mithin ein überaus gelungener Jahresabschluss.

In der Leistungsklasse LK 3 (jahrgangsoffen) trat am 2. Dezember eine bunt zusammengewürfelte Mannschaft des ATSC an. Mit Leonie Packwitz als einzige Stammturnerin und Leistungsträgerin turnte Charlotte Heitsch, die ihren ersten Kürwettkampf bestritt. Außerdem gehörten Anna-Jona und Jule Reichenbach als „auswärtige“ Unterstützerinnen dazu. Die Schwestern, die seit einigen Jahren nicht mehr in Cuxhaven wohnen, haben früher für den Verein geturnt. Faye Keuser, die zuletzt 2016 für den

ATSC geturnt hat, ist vor kurzem wieder ins Training eingestiegen. Sie hatte spontan ihre Hilfe bei der Punktejagd angeboten. Nach einem spannenden Wettkampf holte die Mannschaft mit 140,95 Punkten den Kreismeistertitel.

Die Jüngsten holten Platz eins und drei

In der allgemeinen Klasse (5-8 Jahre) traten zwei Mannschaften an. Den ersten Platz erturnten Lara Baldy, Emma Klement, Yara Elise Spindler, Luisa Pielorz und Leona Blakaj. Emma Klement war die beste Turnerin der Mannschaft mit 52,85 Zählern. Den dritten Platz errangen die Mädchen, die, außer Ina Stephan, noch nicht lange der Gruppe angehören. Ina holte hier die meisten Punkte (47,15). Unterstützt wurde ➡



Platz eins und drei ließ die Kleinsten strahlen (v.l.): Lara Baldy, Emma Klement, Yara Spindler, Luisa Pielorz, Leona Blakaj / Marie Kuske, Yvette Appiarius, Edit Mollenhauer, Matilda Kuske und Ina Stephan

sie von Yvette Appiarius, Edit Mollenhauer, Marie und Matilda Kuske.

In der allgemeinen Klasse (9-11 Jahre)



Da schaut das Kampfgericht ganz genau hin.

holten die Turnerinnen des ATSC ebenfalls Gold. Elissa Igrishta, Enna Zobel, Amalia Wöbber, Susanna Pielorz und Mia-Sophie Thurau sammelten 168,90 Punkte. Hier hatte Susanna Pielorz mit 55,55 Punkten die Nase vorn. Die zweite Mannschaft landete auch noch auf dem Treppchen. Platz drei ging an Hindrin Mamo, die mit 56,50 Zählern die beste Turnerin der Mannschaft war, an Nike Blakaj, Mia Nonnast, Magdalena Mrusek und Leila Karamova.

In der allgemeinen Klasse (12-18 Jahre) turnte der ATSC mit einer jüngeren Turnerin im Team. Die erst zehn Jahre alte Kiara Melina Martins turnte sich mit 62,10 Punkten ganz an die Spitze der Mannschaft. Leni Greiff, Madleen Katt, Estelle Kutzner und Laura Gröger trugen mit ihren Leistungen dazu bei, dass ➡



In der jahrgangsoffenen Klasse siegten Charlotte Heitsch, Anna Jona Reichenbach, Leonie Packwitz, Jule Reichenbach, Faye Keuser (Bild oben, von links).

Links: Pausenspaß muss sein.

auch sie mit 181,200 Punkten als Kreismeisterinnen aus der Halle gingen.

Eine Urkunde hätten allerdings auch die Eltern der Mädchen verdient gehabt. Von morgens bis abends wurden selbstgebackener Kuchen, Waffeln, Brötchen und Würstchen an alle hungrigen Zuschauer und Turnerinnen verkauft. (PLi)



Wenn die Dance Kids trainieren, ist die Halle der Abendrothschule in der Regel bestens gefüllt. Rechts im Bild ist Hannah, hinten in der Mitte Mats.

Konzentration und Integration

Dance Kids I von „Bine“ sind mit Feuereifer bei der Sache

Die Dance Kids I des ATSC sind aus dreierlei Gründen eine Besonderheit im Verein. Unter den 22 aktuell auf der Teilnehmerliste stehenden Kindern ist einerseits ein Junge zu finden, zweitens ein Mädchen mit Down-Syndrom und drittens ein Altersunterschied, der eher ungewöhnlich ist in Jugendgruppen. Denn die Jüngsten sind acht Jahre, die Ältesten dreizehn. Fünf Jahre, das ist in dem Alter schon ein Pfund. Problem? Sabine Lenz-Breuer lächelt: „Die verstehen sich alle prächtig“ - die „alten Hasen“, in diesem Fall wohl eher Häsinnen, und das Jungvolk, das noch nicht allzu viele Schuljahre auf dem Buckel hat.

Selbst die vier neuesten Mitglieder der Gruppe, Julia, Mia, Lenya und Zoe, können schon Schritt halten. Nicht immer, aber immer öfter. Sie sind an die-

sem Übungsabend mit Fototermin nicht so sehr an ihren Bewegungen zu erkennen, sondern eher daran, dass sie noch kein Gala-Outfit besitzen, die Trikots, die die Gruppe bei ihren Auftritten, zuletzt bei der Sport-Gala, trägt.

„Sonnenschein“ Hannah und Mats als „Hahn im Korb“

Bei der Gala war auch Hannah dabei. Manch einem Zuschauenden wird sie aufgefallen sein. Sie bewegt sich etwas anders, ist nicht immer mit den anderen synchron. Aber sie strahlt. Hannah hat das Down-Syndrom. Das unterscheidet sie von den anderen, die Freude an ihrem sportlichen Tun aber nicht. Seit acht Jahren ist sie dabei. „Unser Sonnenschein“, nennt Sabine sie, „die traut 

PHILIPS

Besser hören, wenn es darauf ankommt

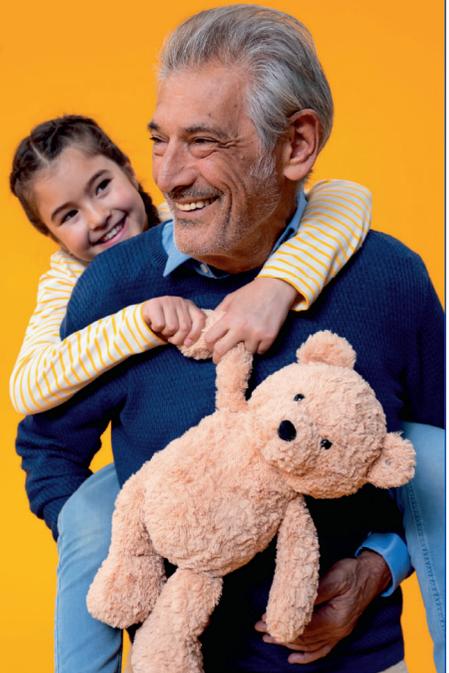
Dank intelligenter Technologien helfen Ihnen Philips HearLink Hörgeräte besser zu hören und sich mit Ihren Liebsten zu verbinden. Überzeugen Sie sich von Philips HearLink Hörgeräten, die wir Ihnen sowohl als kleine Im-Ohr Hörgeräte als auch praktische, wiederaufladbare Hinter-dem-Ohr Hörgeräten auf Ihren Hörverlust anpassen.

Gemeinsam machen wir
das Leben besser.

innovation  you



HearLink miniRITE T R und IIC
hearingsolutions.philips.de





Bei aller Konzentration auf die Schrittfolgen und Armbewegungen ist ein Lächeln immer drin.



Auch die neuesten Mitglieder der Gruppe sind eifrig bei der Sache.

sich immer.“ In der Gruppe ist die Zwölfjährige ein nicht wegzudenkender Bestandteil, weiß die Übungsleiterin, die gleich grundsätzlich wird: „Alle reden von Integration, wir aber tun es. Wir sind doch ein Sportverein. Wir sind für alle da. Soziale Kontakte sind doch wichtig.“

Integriert ist auch Mats (11), der „Hahn im Korb“. So aber fühlt er sich beileibe nicht. Er ist glücklich, dabei zu sein, tanzen zu können – wie Schwester Lenja, die ebenfalls

ein Dance Kid ist. „Ich bin schon so lange dabei, ich weiß gar nicht mehr, seit wann“, zuckt er mit seinen schmalen Schultern. Das ist letztlich auch egal.

Mit der Wettkampfgymnastik ist beileibe nicht jeder und jede ausgelastet, weiß „Bine“. Für einige Dance Kids stehen auch noch Badminton oder Volleyball auf dem Sportwochenkalender.

„Das ist einfach eine tolle Truppe“, kann sich die Sportlehrerin für ihre Dance Kids begeistern, „die könnte ich heute anrufen, und sie würden sofort auf der Matte stehen.“ Der Anruf erübrigt sich an diesem Montag. Alle sind schon da. Mittwochs sieht das nicht anders aus. Nur am Freitag zieht „Bine“ die Älteren raus und trainiert mit denen. (put)

Einschub: Der ATSC hat auch ein Angebot „Trampolin für motorisch eingeschränkte Personen“ (mittwochs in der Rundturnhalle).

Die Volleyballer warten. Wer traut sich?



Hallo, liebe Sportfreunde! Wir, die Volleyballerinnen und Volleyballer vom ATSC, freuen uns auf Verstärkung!

Du spielst gerne im Team, weißt, was Pritschen und Baggern ist und hast viel Spaß beim Bewegen? Dann komm einfach vorbei, lerne uns kennen und überzeuge dich selbst. Du triffst uns in der Rundturnhalle, Beethovenallee 19: montags ab 18:00 Uhr, donnerstags ab 18:30 Uhr. Wir freuen uns auf dich! Im Namen der Volleyballverliebten: Franz Wagner & Ines Klatt (IK)

hagedorn & geerken GmbH

- **Komplett-Bäder**
aus einer Hand

- **energiesparende**
Heizungssysteme

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



**Zwischenstopp
nahe der
Kugelbake
für das
Grünkohlfoto.
Auch wenn sie
sich „versteckt“:
Ingeborg (4.v.r.)
ist da.**

... und ewig lockt der Grünkohl

Fitnessgruppen „Quer Beet“ und „Step-Aerobic“ unterwegs

Am 3. Februar war es so weit. Die bereits in den Vorweihnachtstagen 2023 von Ingeborg Polley geplante Grünkohlwanderung stand auf der Tagesordnung der von ihr geführten Fitnessgruppen „Quer Beet“ und „Step-Aerobic“. Das Wetter stellte sich gerade noch rechtzeitig auf regenfrei ein und ließ sogar ein paar Sonnenstrahlen zu.

Startpunkt am frühen Sonnabendnachmittag war das Strandhaus Döse, von wo aus es nach einem ersten kleinen Umtrunk und der Feststellung der Vollzähligkeit in Richtung Cuxhaven ging. Elf Sportsfreundinnen, unterstützt von sieben Männern, stiefelten dann bei teilweise kräftigem Rückenwind an der Wassenseite entlang. „An der Kugelbake wurde pausiert, und aus den Rucksäcken kamen wahre Schätze hervor“, verriet

Martina Nitschke. Mehr und auch milder prickelnde Getränke, ergänzt durch Würstchen und Süßwaren aller Art, machten die Runde. Schnell noch ein paar Fotos geschossen, dann ging es durch die Grimmershörnbucht, den Fährhafen und über die Alte Liebe in Richtung Neuer Fischereihafen.

Im Fischereihafen-Restaurant wurde die hungrige Meute bereits von weiteren gut gelaunten Sportlerinnen und deren Partnern erwartet. Martina: „Alle 21 haben sich bestens amüsiert und sich am leckeren Grünkohl samt allem Drum und Dran gelabt. Was für wunderbare gemeinsame Stunden.“ Im Namen der gesamten Wandergruppe schickte sie noch hinterher: „Ein dickes, herzliches Dankeschön für deine sehr gelungene Organisation, liebe Ingeborg!“ (MN)



Platten mit Grünkohl statt Platten mit Netz: Im Januar fand wie immer unsere jährliche Grünkohltour unter der Planung der Abteilungsleiter statt, teilt die TT-Abteilung mit. Wie jedes Jahr war die Stimmung erstklassig ebenso wie das Essen, großes Lob an dieser Stelle ans Schützenhaus Brockeswalde. Bei besinnlichem Zusammensein wurde gespeist, und es wurden Geschenke für das Engagement an die in der Abteilung Tätigen verteilt. Abteilungsleiter Alex Rösner hielt zudem eine kleine Ansprache, mit welcher auf ein möglichst erfolgreiches Jahr 2024 der Tischtennis-Abteilung angestoßen wurde.

Ihr Meisterbetrieb für:
Fliesen · Platten · Naturstein

GB
SPEZIAL-BAU

Gustav Brüggemann

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



Die Brücke kennen wir doch? Ja, aus dem Vorjahr. Aber dieses Foto stammt von 2024, mit einer glücklichen Sabine Lenz-Breuer (vorne 2.v.l.) im Kreis ihrer Lieben. Fotos: Rüdiger Ströbl

Über diese Brücke gingen sie wieder

Gutes soll man wiederholen. Das macht das Fernsehen so, warum also nicht auch „Bines“ Gymnastikgruppen. Also ging es auch im Februar 2024 wieder erst mit dem Zug nach Otterndorf, dann gemütlich zu Fuß in Richtung Restaurant „Zum Elbblick“, wo der dampfende Grünkohl aufgetischt wurde. Keine Frage, dass sich die gesamte Wandergruppe des ATSC einen richtig schönen Genusstag gönnte. (put)



Die Stimmung war besser als das Wetter.



Da strahlen sie noch ... Fotos: Gerhard Schultjan

Eine denkwürdige Wanderung

Ausdauer und Gleichgewicht sind Dinge, die die „Momäs“ von Bernd Lange jede Woche üben. Bei der Grünkohlwanderung zu „Metscher's Stube“ wurden die sportiven Tugenden perfekt genutzt. Fazit: Das Essen war um Längen besser als der Weg. Aber Spaß gemacht hat's trotzdem. (put)

Im Entenmarsch dem Ziel entgegen.

vobaeg.de/mitgliedschaft

Jetzt Mitglied werden und profitieren.

Das Fundament unserer Bank: unsere Mitglieder.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Gemeinsam stärker.
Werden Sie Teilhaber unserer Bank und profitieren Sie von vielen Vorteilen. Mitwissen. Mitbestimmen. Mitverdienen.

Volksbank
Stade-Cuxhaven eG

Ein Leben für den Sport

Wolfgang Schneider †

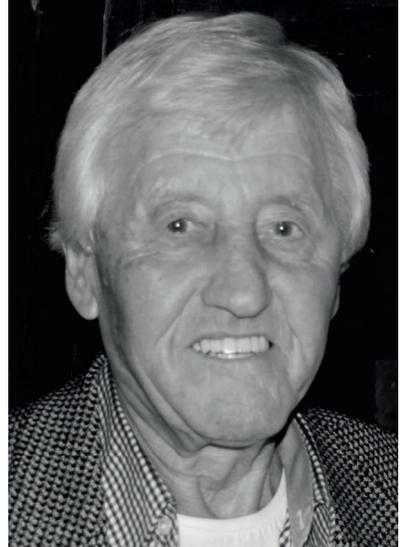
Wolfgang Schneider ist am 5.12.2023 im Alter von 85 Jahren verstorben.

Mit drei Jahren wurde Wolfgang Schneider Mitglied im ATSC. Er begann mit dem Kleinkindturnen bei Frieda Gade, das war der Start zu einer steilen Turnerkarriere, in der er als Leistungsturner zahlreiche Erfolge bis hin zur Landesebene errang. Die Teilnahme an Deutschen und Landesturnfesten blieben ihm unvergessen.

1962 machte er sein Hobby zum Beruf. Er ließ sich in Frankfurt zum Turn- und Sportlehrer ausbilden, um dann zunächst hauptamtlich als Sportlehrer im ATSC zu arbeiten. Zusätzlich unterrichtete er ab 1965 Sport an der Grodener Schule. Schließlich wurde das Amandus-Abendroth-Gymnasium auf ihn aufmerksam. Bis zu seinem Ruhestand arbeitete Wolfgang dort als Sportlehrer.

Aber sein Engagement sollte auch auf Funktionärssebene stattfinden: 1961 wurde er Vereinsjugendleiter, 1972 übernahm er die Leitung der Turnabteilung und war bis 1982 Beisitzer im Vorstand. Von 1980 bis 1995 begleitete Wolfgang die Skifreizeiten des ATSC als Skilehrer.

Ebenfalls war er überregional tätig: Ab 1964 leitete er die Lehrarbeit des Turnkreises Land Hadeln/Cuxhaven, war also viele Jahre für die Übungsleiterausbildung auf Kreisebene verantwortlich. Zudem war er zwölf Jahre lang Lehrwart



für Ferienlehrgänge im NTB Kunstturnen und wurde für seinen langjährigen erfolgreichen Einsatz mit dem Ehrenbrief des DTB ausgezeichnet. Er hat als Mitglied der Männer-Gymnastikgruppe des NTB an zahlreichen Vorführungen teilgenommen. Nicht unerwähnt bleiben soll Wolfgangs 33-jähriger Einsatz als Leiter des Aufbaukommandos der Sport- und Pressefeste. Am 12.11.2022 war er bei der 17. Sportgala als Ehrengast dabei.

2021 wurde Wolfgang in den ATSC-Ältestenrat gewählt, stand dem Vorstand seitdem mit Rat und Tat zur Seite.

Der ATSC ist sehr traurig und vermisst Wolfgang Schneider sehr. Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.



„Return to Sport“ nach Infekt

Sport ist gesund, aber was ist, wenn man krank ist?

Gerade in dieser Jahreszeit stellt sich immer wieder die Frage, ob bei einer Erkältung ausgesetzt werden muss und wann ggf. wieder angefangen werden kann. Einige meinen, einen Infekt „ausschwitzten“ zu müssen, aber dann sind es immer wieder plötzliche Todesfälle wie der des 25-jährigen Fußballprofis Agyemang Diawusie, die davor warnen. Wie bei ihm gemutmaßt, ist eine im Rahmen eines Infekts (auch im Magen-Darm-Bereich) aufgetretene Herzmuskelentzündung (Myokarditis) die dritthäufigste Todesursache bei Sportlerinnen und Sportlern unter 35 Jahren, bei Jugendlichen unter 18 sogar die häufigste.

Dass diese selbst bei medizinisch intensiv überwachten Profisportlern immer wieder auftritt, kann natürlich auch daran liegen, dass sie regelmäßig an ihre Leistungsgrenzen gehen. Andererseits bereitet eine Herzmuskelentzündung oftmals keine oder nur geringe Beschwerden. Symptome können Infekt-typisch und unspezifisch Fieber, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Schwindel, Kopf- und Gliederschmerzen sein. Klingen diese nicht ab oder treten nach einem beschwerdefreien Intervall wieder auf, sollte eine ärztliche Abklärung erfolgen.

Es müsste selbstverständlich sein, dass mit den genannten Symptomen oder unter Medikamenten, die diese unterdrücken, kein Sport betrieben werden sollte. Für das „return to sport“ nach Infekt gibt es leider keine belastbaren wissenschaftlichen Daten. Da die gesund-

heitliche Situation und die Art der Sportausübung individuell sind, sollten sie auch so bewertet werden. Da natürlich nicht jeder mit Erkältung ärztlich untersucht werden kann, würde ich als Orientierung Folgendes vorschlagen:

Bei Fehlen von Allgemeinsymptomen kann leicht bis moderat Sport betrieben werden.

Treten Allgemeinsymptome auf, sollte das nach deren Abklingen ebenfalls für eine Woche gelten. Danach kann wieder intensiver trainiert werden.

Leistungssportler und Menschen mit anderweitigen Grunderkrankungen sollten sich immer ein ärztliches „Go“ einholen.

Da es trotz aller Vorsicht keine absolute Sicherheit gibt, sollten regelmäßig Erste-Hilfe-Maßnahmen trainiert werden. Das geplante Vorhalten eines AEDs (von Laien bedienbarer automatischer, externer Defibrillator) in den Sportstätten ist ein weiterer wichtiger Schritt.

Dr. med. Dieter Czapski
Facharzt für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
Umwelt-, Palliativ- & Sportmedizin

Quellen:

[https://www.uni-saarland.de/fakultaet-hw/infektionen-](https://www.uni-saarland.de/fakultaet-hw/infektionen-leistungssport/return-to-sport.html)

[leistungssport/return-to-sport.html](https://www.uni-saarland.de/fakultaet-hw/infektionen-leistungssport/return-to-sport.html)

[https://www.sueddeutsche.de/sport/diawusie-herztod-](https://www.sueddeutsche.de/sport/diawusie-herztod-todesursache-jahn-regensburg-1.6311819)

[todesursache-jahn-regensburg-1.6311819](https://www.sueddeutsche.de/sport/diawusie-herztod-todesursache-jahn-regensburg-1.6311819)

[https://www.fr.de/sport/fussball/dritthaeufigste-todesur-](https://www.fr.de/sport/fussball/dritthaeufigste-todesur-sache-bei-sportlern-herzmuskelentzuendung-zr-92720073.html)

[sache-bei-sportlern-herzmuskelentzuendung-zr-](https://www.fr.de/sport/fussball/dritthaeufigste-todesur-sache-bei-sportlern-herzmuskelentzuendung-zr-92720073.html)

[92720073.html](https://www.fr.de/sport/fussball/dritthaeufigste-todesur-sache-bei-sportlern-herzmuskelentzuendung-zr-92720073.html)

[https://www.zeitschrift-sportmedizin.de/empfehlungen-](https://www.zeitschrift-sportmedizin.de/empfehlungen-zum-return-to-sport-nach-covid-19-expertenkonsensus/)

[zum-return-to-sport-nach-covid-19-expertenkonsensus/](https://www.zeitschrift-sportmedizin.de/empfehlungen-zum-return-to-sport-nach-covid-19-expertenkonsensus/)

Turnen in Oxstedt: Qualifikation für die Bezirkstitelkämpfe

Bei den Kreiseinzelmeisterschaften der Jugendturnerinnen in Oxstedt konnten sich ATSC-Teilnehmerinnen mit guten Leistungen für die Bezirksmeisterschaften im April qualifizieren (vorangestellt die Platzierung im Wettbewerb):

1. Yara Elise Spindler (Grundübungen G2-4, 07-08);
2. Leonie Packwitz (LK2, 14-15);
2. Lina Jeschke (LK3, 14-17);
1. Charlotte Neumann (LK3, 18-29);
3. Kiara Melina Martins (LK4, 09-11);
3. Charlotte Heitsch (LK4, 12-18).

Ebenfalls dabei waren Emma Klement und Hindrin Mamo, die bei den Grundübungen G3-5 (09-10) auf Platz 9 bzw. 10 landeten. (put)



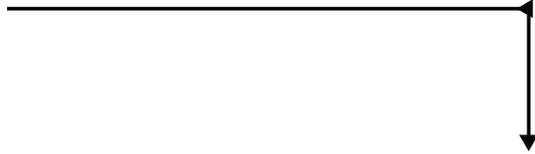
Help wanted - Wer möchte mitmachen?

- **Du** schreibst gerne, bist zwischen 16 und 85
- **Du** hast etwas mit Journalismus im Blick (muss aber nicht sein)
- **Du** fotografierst gerne
- **Du** postest sogar Reels auf Instagram oder Facebook
- **Du** kannst dir vorstellen, an unserer Webseite mitzuwirken
- **Du** möchtest über deine Sportart/Übungsgruppe schreiben
- **Du** sprichst gerne auch mal mit dir unbekanntem Menschen

3x Ja bedeutet: Du bist ideal für eine neue Aufgabe

Was können wir dir bieten? Anerkennung statt Geld
Unterstützung bei allen Fragen des Schreibens
Einen gut gelaunten „Chef“, also ich (na ja, wenigstens meistens)
und noch viel mehr ...

Melde dich einfach bei mir: Günter Putz, g.putz@gmx.net oder 01577 47 00 345



Grillsaison ist jeden Tag!

Egal ob Steaks, Würstchen oder Spieße, wir haben für jeden „Griller“ das Richtige im Angebot.

Unser Fabrikverkauf

Fleisch- & Wurstspezialitäten von der Nordseeküste

Montag – Freitag 9.00 – 17.00 Uhr

Samstag 9.00 – 13.00 Uhr

Sowie nach Vereinbarung

BUSSE
MACHT DIE SPEZIALITÄT