



Ausgabe 2-2024  
April, Mai, Juni

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



**In dieser Ausgabe:**

- Mitgliederversammlung
- Cuxhaven-Marathon
- TT-Aufstieg
- Landesfinale Turnen

[www.ats-cuxhaven.de](http://www.ats-cuxhaven.de)



Renault Megane E-Tech 100% Elektrisch



Dacia Spring Elektrik



Renault Clio V



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](http://www.auto-klement.de)



**Liebe Vereinsmitglieder,** wir müssen jetzt alle ganz stark sein. Wie in jedem Sommer. Sechs Wochen lang liegt das Vereinsleben weitgehend brach. Die Hallen sind geschlossen, das Hallenbad auch. Nur die Leistungssportler trainieren in gewissem Umfang, und ein paar besonders engagierte Grüppchen haben sich alternative Sportmöglichkeiten gesucht wie etwa Radeln statt Gymnastik, Bewegung im Grünen, Baden in der Bucht.

Aber das große Gemeinschaftserlebnis mit unseren Übungsleiterinnen und Übungsleitern, die uns fit halten, fehlt über Wochen. Ist euch schon mal aufgefallen, dass die letzten Übungsstunden

## Alle weg -

Es ist Ferienzeit, die schönste Zeit des Jahres. Abnehmen können wir dann später.

## und jetzt?

vor den Ferien in der Regel die am besten besuchten sind? Warum wohl?

Nun denn. Die schönsten Wochen des Jahres werden jetzt erst einmal genutzt, um in kleine oder große Fernen zu schweifen. Da dürfte einiges an Kilometern zusammenkommen, denn wir sind bekanntlich eine kleine Welt in Vereinsform. Niemand hat bisher gezählt, wie viele Nationen unter das Dach des ATSC geschlüpft sind. Mehr als fünf sind es allemal. Viel mehr sogar. Und dass von sehr, sehr jung bis sehr, sehr erfahren alle Altersschichten dabei sind, ist eh klar. Sie alle werden in den nächsten Wochen die unterschiedlichsten Ziele ansteuern.

Genießt die anstehende Ferienzeit, ich habe meine - in Andalusien - schon hinter mir.

Lasst uns an eurem Ferienvergnügen teilhaben. Es muss ja nicht der Vierwochentrip in die Südsee sein, warum nicht



ein Wochenendausflug nach Süderlügum? Kleiner Tipp: Dänemark ist gleich dahinter. Und ja: An der Nordsee kann man auch tolle Ferien erleben.

Schickt mir einfach mal ein Urlaubsfoto. Wer ist drauf zu sehen, wo ist das Bild entstanden, und warum gerade da? Fertig. Alles ganz formlos. Nur Mut.

Darüber freut sich  
euer Günter Putz  
g.putz@gmx.net  
whatsapp / Signal 01577 47 00 345

PS: Buchstaben kann ich, Schiffchen eher nicht. Das Foto ist übrigens am Strand von Estepona (Spanien) entstanden.

## Inhaltsverzeichnis

<b>Editorial</b>	3
<b>Impressum</b>	5
<b>Sportangebot</b>	7
<b>Ansprechpartnerinnen / Ansprechpartner</b>	8
<b>Mitgliedsbeiträge</b>	9
<b>Mitgliederversammlung</b>	11
<b>Ehrung der Besten</b>	15
<b>Karate</b>	
• German Cup Wertheim	17
• Landesmeisterschaft S-H	19
<b>Leichtathletik Cux-Marathon</b>	21
<b>Radwandern</b>	24
<b>Schwimmen</b>	
• Norddt. Master	28
• Bezirksmeisterschaft Uelzen	29
• Landesmeisterschaft Hannover	31
• Landesjahrgangs-M'schaft Braunschweig	34
• Masters Landes- & Bezirksmeisterschaft	35
• Vergleichskampf Hambergen	38
<b>Tischtennis</b>	
• Aufstieg + Saisonrückblick	40
• 9. TT-Cup	43
<b>Turnen</b>	
• Kreiseinzelmeisterschaft	45
• Landesfinale Hildesheim	48
• Lina und die Fitness	50

# 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  
Facebook: 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

Yvonne Deneff (YD), Hannah Ehlers (HE),  
Heike Lessing (HLes), Petra Lingl (PLi),  
David Rambow (DR), Jacqueline Soyez (JS)  
**Fotos:** Theo Büsing, Yvonne Deneff,  
Imke Grantz, Patrick Hehn, Bernd Lange,  
Petra Lingl, Günter Putz, Carsten Solisch

**Titelbild:** Mirko Seifert (Yosefina Deneff)

## 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

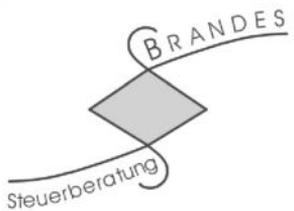
ATSC-Geschäftsstelle  
Mozartstraße 22  
27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721-714561  
Fax: 04721-714562  
e-mail: ats-cuxhaven@t-online.de

## Erscheinungsweise

4 x im Jahr (März, Juni, Sept., Dez.)  
Auflage: 1300 Exemplare

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:**

**Mittwoch, 14. August**

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-Ringelnetz-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

## 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](http://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: peder@web.de

**Jens Holy**, Brahmsstr. 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: franzwagner1508@gmail.com

### 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 €

<b>Kind bis 4 Jahre</b> (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 Berufsausbildung 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](http://www.ats-cuxhaven.de)



## 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

## Ehrungen für Aufsteiger und Titelträger

### MGV: Vorstand weiterhin in gleicher Besetzung

Der Allgemeine Turn- und Sportverein Cuxhaven e.V. – kurz: ATSC – lud seine Mitglieder vor kurzem zu seiner alljährlichen Hauptversammlung in die Aula des AAG ein.

Sowohl Bürgermeister Marc Gerdes als auch der Vorsitzende des Kreissportbundes Cuxhaven, Rüdiger Sauer, würdigten die große Herausforderung eines Sportvereins bezüglich Organisation und Wirtschaftlichkeit und dankten dem Vorstand und den vielen Ehrenamtlichen des ATSC, ohne die laut Sauer „Sport heute so nicht möglich wäre“. Der Vorsitzende des KSB hob außerdem die aktuellen und zukünftigen Herausforderungen Digitalisierung, Nachhaltigkeit und Inklusion für Vereine und Verbände hervor und kündigte für die nächste Sportlerehrung am 25.9.2024 in Janssen's Tanzpalast ein neues Format („Küstensterne des Sports“) an.

#### **1661 Mitglieder, 94 Sportangebote**

Manfred Abbes als ATSC-Vorsitzender berichtete von einem „sehr erfolgreichen und sportlich aktiven Jahr“: Mit zwei hauptamtlichen Sportlehrkräften, 44 ehrenamtlichen Übungsleitern und Übungsleiterinnen sowie zahlreichen



**Gerd Brandes (l.) erhielt aus Händen von Manfred Abbes die ATSC-Ehrenmitgliedschaft. Er ist seit 32 Jahren ehrenamtlich u.a. als Schatzmeister und stellv. Vorsitzender aktiv.**

Helferinnen und Helfern ist der ATSC für seine zurzeit 1661 Mitglieder gut aufgestellt und bietet 94 Sportangebote aus zehn Abteilungen mit insgesamt 150 Trainingsstunden an.

Das gut funktionierende Vereinsleben wird an den vielen - oft schon traditionellen - Veranstaltungen deutlich: u.a. ➡



**Die 1. Tischtennis-Mannschaft des ATSC ist nach einem Herzschlagfinale in die Bezirks-Oberliga aufgestiegen. Zur Ehrung traten aus dem erfolgreichen Team an (v.l.): Mannschaftskapitän Justin Martins de Sousa (der an diesem Tag Geburtstag hatte), Max Langewitz, Hagen Bluhm, Kevin Acker und Leander Wendt. Es fehlte Hoa Nam Nguyen.** Fotos: Patrick Hehn

Sportabzeichen, Bergfest, Dankeschön-Essen, Laternelaufen und die Ehrung langjähriger Mitglieder, bei der letztes Jahr insgesamt 1335 Jahre Mitgliedschaft im ATSC zusammenkamen.

### **ATSC-Gruppen heizten bei der Sportgala ordentlich ein**

Besonders stolz ist Abbes auf die letzte Sportgala, bei der die ATSC-Tanzgruppen unter der Leitung von Sabine Lenz-Breuer auch diesmal die Veranstaltung eröffneten, Nathalie Martins de Sousa mit der ATSC-Latin-Fitness-Truppe die Stimmung ordentlich anheizte und das ATSC-

Aufbauteam für einen reibungslosen Ablauf sorgte. Die Krönung war dann die Ehrung zum Sportler und zur Sportlerin des Jahres, die mit Martin Ehlers und Yosefina Deneff (beide Schwimmen) beide an den ATSC gingen.

Die stellvertretende Vorsitzende für Sportbetrieb, Hilke Abbes, schilderte ebenfalls ein Sportjahr mit vielen schönen Ereignissen und einem funktionierenden Vereinsalltag, zu dem auch vom ATSC ausgerichtete Veranstaltungen wie die Kreismeisterschaften Gerätturnen und das bezirksweite Schwimmtreffen zählen, bei dem das neue Hallenbad an seine Kapazitätsgrenze stieß. Seit ➡

August des vergangenen Jahres hat der ATSC dank Trainerin Jacqueline Soyez wieder Karate im Angebot, und auch weitere neue Angebote sind in Vorbereitung. Allerdings sorgt sie sich wie andere Cuxhavener Vereine auch über die von der Politik gebremste Entwicklung des Sports in Cuxhaven und vor allem, ob in Zukunft genug Hallenkapazitäten zur Verfügung stehen, wenn einige Sporthallen abgängig sind und dennoch nicht ausreichend für Ersatz gesorgt wird bzw. der Bedarf sogar in Frage gestellt wird.

### **Heike Hebbeln in den Ältestenrat gewählt**

Gerd Brandes wies als stellvertretender Vorsitzender für Finanzen und Verwaltung auf den bereits im Vorfeld veröffentlichten Kassenbericht hin. Während der Coronapandemie hat der Verein hohe Überschüsse erwirtschaftet, da die Politik die Beitragserhebung vorgeschrieben hatte, obwohl kein Sport getrieben werden konnte. Dennoch wurde bereits 2022 die Gemeinnützigkeit für weitere drei Jahre festgestellt. Das Jahr 2023 wurde erwartungsgemäß u.a. durch die Anpassung der Übungsleiterpauschalen an den gestiegenen Mindestlohn trotz Beitragserhöhung Mitte des Jahres mit einem Minus von rund 11.000 € leicht negativ abgeschlossen.

Die Zusammensetzung von Einnahmen (Beiträge und Zuschüsse) sowie Ausgaben (Gehälter/Übungsleiterpauschalen und Hallenbadmiete) habe sich kaum verändert. Entsprechend wurde der Haushalt für 2024 aufgestellt. Die Kassenprüfer hatten keinerlei Beanstandungen bezüglich der Vereinsbuchführung. Der Vorstand wurde von der Versammlung einstimmig entlastet.

Bei den Wahlen für den Vorstand gab

es keine Veränderungen, denn die zur Wahl stehenden Posten wurden wie bisher besetzt: Manfred Abbes als Vorsitzender, Heike Lessing als 2. Schatzmeisterin und Patrick Hehn als Sportwart. Im Ältestenrat wurden Anita Stiewe und Otto-Heinz Schunk bestätigt und Heike Hebbeln hineingewählt; alter und neuer Vereinsarzt ist Dr. med. Dieter Czapski, neuer Kassenprüfer Gerd Scholtyssek.

Mit besonderer Freude konnten Hilke und Manfred Abbes zum Abschluss der Versammlung noch einige Ehrungen vornehmen: Stefanie Wilshusen ist bereits seit 20 Jahren Übungsleiterin im ATSC und leitet die (Nordic) Walking-Gruppe. Als erfolgreichste Sportler des letzten Jahres wurden ausgezeichnet: aus der Schwimmabteilung die (teils mehrfachen) Landesmeister Hannah (5x und Norddeutsche Vizemeisterin) und Martin Ehlers (6x) sowie Yosefina Deneff; Nicole Teuber und Julia Thurau (beide Vize-Landesmeisterin), Adam Haji (3. Platz LM) und die Bezirksmeister Tim Lan- ➡



**Stefanie Wilshusen (Mitte), seit 20 Jahren Übungsleiterin, wurde von Hilke und Manfred Abbes ausgezeichnet.**



**Aus der Schwimmabteilung wurden ausgezeichnet (v.l.): Martin Ehlers, Adam Haji, Nicole Teuber, Finn Reymers, Inneke Grantz, Lazar Schomburg, Yosefina Deneff, Paul Feldmann und Hannah Ehlers.**

ge, Finn Reymers, Paul Feldmann, Inneke Grantz, Alexander Sabin und Lazar Schomburg. Die 1. Herrenmannschaft Tischtennis mit Justin Martins de Sousa,

Max Langewitz, Hoa Nam Nguyen, Hagen Bluhm, Kevin Acker und Leander Wendt wurde Erster in der Bezirksliga und sicherte sich den Aufstieg. (HLes)

<p><b>TEAMSPOORT</b></p> 	 <p><b>SEIT 1997</b></p> <p><b>CUX-SPORT</b></p> <p>Wilhelm-Heidsiek-Straße 45 Ecke Poststraße 4   Cuxhaven Tel.: 04721 22000</p> <p><b>www.cux-sport.de</b></p>	<p><b>BESTICKUNGEN</b></p> 
<p><b>GRAVUREN</b></p> 		<p><b>TEXTILDRUCK</b></p> 



**Yosefina Deneff mit OB Uwe Santjer und Rüdiger Sauer vom KSB**



**Auch Adam Haji ist kein Unbekannter bei der Ehrung der Besten.**

## Schwimm-Sextett gehört zu den Besten

### Ehrung im Schloss Ritzebüttel

Hannah und Martin Ehlers, Julia Thurau, Nicole Teuber, Adam Haji und Yosefina Deneff. Mit erfolgreichen Wettkampfteilnahmen auf Landesebene hat sich dieses Schwimm-Sextett des ATSC die Einladung zur „Ehrung der Besten 2023“ vollauf verdient.

Im Schloss Ritzebüttel wurden sie, wie auch neun weitere Cuxhavener Einzelsportler und drei Mannschaften, am 13. März für besondere Leistungen im Sport geehrt. Leider konnten vom ATSC nur „Yosi“ und Adam ihre Plaketten und Urkunden persönlich in Empfang nehmen.

Rüdiger Sauer, Vorsitzender des KSB Cuxhaven, nannte in seinen Eingangsworten Sport einen ganz wichtigen sozialen Faktor. Dabei spielten Integration und Inklusion eine gleichermaßen bedeutende Rolle, ebenso wie die vielen Ehren-

amtlichen, die sich im Sport tummeln. Hier hakte auch OB Uwe Santjer ein, auf der Basis eines Wortes von Bertolt Brecht: „Und man siehet die im Lichte, die im Dunkeln sieht man nicht.“ Will meinen: In allen Vereinen, auf Plätzen und in Hallen, sind Hunderte Menschen zur Stelle, um Sportler jeder Leistungsstufe zu unterstützen, zu versorgen, ihnen zu helfen, sie zu fördern. „Ohne die könnte keiner heute den Pokal in Empfang nehmen.“ Womit Santjer die Leistung der Aktiven keineswegs übersah. Sie alle hätten „für ihren Erfolg hart gearbeitet“. Monat um Monat, Jahr um Jahr. Das habe zudem Außenwirkung: „Überall, wo Sie antreten, ist auch ein Stück Cuxhaven.“ Aktiv zu sein sei doch viel besser, als „auf der Couch zu liegen und alles besser zu wissen“. (put)

**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](http://hearingsolutions.philips.de)





## ATSC-Karatekas holten erste Medaillen

### German Cup der Martial Arts Association in Wertheim

Die unter Jacqueline „Line“ Soyez neu belebte Karateabteilung des ATSC hat Mitte März ihre erste Sport-aktiv-Reise unternommen. Ziel war Wertheim, wohin die Martial Arts Association (MAA) zum „German Cup 2024“ eingeladen hatte. Mehr als 100 Kampfsportler fanden sich im Sportzentrum der zwischen Frankfurt und Würzburg gelegenen Kleinstadt ein.

Ein Karate-Event, über

500 Kilometer von der Küste entfernt, da muss man erst einmal drauf kommen. Geht, weiß Line, wenn man die MAA dank eigener Aktivitäten kennt und daher auch schon in der 40.000 Einwohner zählenden Stadt an der Mündung von der Tauber in den Main angetreten ist. „Ich kenne diese Turniere also. Als ich mit unserem Verein begonnen habe, wollte ich schon immer an diesen Turniere- ➡



... und Anton Soyez war doch schneller



Über 100 Aktive nahmen an dem Kampfsport-Event in Wertheim teil.



**Die Karate-Gruppe des ATSC im Kreis weiterer Kämpfer und Großmeister.**

ren teilnehmen“, blickt die heutige ATSC-Übungsleiterin zurück. „Es ist wichtig,“ findet sie, „besonders für Kinder und Jugendliche, Erfahrungen in Turnieren zu erlangen, um sich für das Training zu motivieren. Außerdem macht es selbstbewusster.“ Also hat sie ihre Gruppe gefragt und strahlende Gesichter geerntet. Neun wollten mit, acht wurden es dann, weil einer kurzfristig ausfiel.

„Angetreten sind wir in der Kategorie Kata, Selbstverteidigung, und ich hab noch eine Waffenform gezeigt. Die Gruppen werden nach Gurtfarbe und Alter zusammengestellt“, so Line. Das Auftreten wurde reichlich belohnt. Die jungen ATSC-Mitglieder sicherten sich zehn goldene, zwei silberne und drei bronzene Medaillen, dazu die entsprechenden Urkunden. ➡



**Zacharias Sieben, Jonathan Solisch und Lasse Mehren (v.l.) mit dem Lohn für ihre Kampfkünste.**



Dementsprechend stolz trat die kleine Gruppe die Heimreise an, die glücklicherweise nicht so nervenaufreibend war wie die Hinfahrt mit einer Totalsperrung der A27 wegen eines brennenden Autos.

Nach dem leicht abgewandelten Motto „Nach dem Turnier ist vor dem Turnier“ ging es mit dem Training in der Süderwischhalle gleich weiter. „Wir haben in den nächsten Wochen viel zu tun, bereiten uns auf die Gurtprüfungen vor“, so Line Soyez. Zudem stand am 25. Mai die nächste Reise an. Line hatte ihre ATSC-Gruppe zum „MAA Day“ in Dorsten- Wulfen (NRW) angemeldet.



**Das höchste Ziel der Kampfkunst ist es, sie nicht einsetzen zu müssen.**  
(Miyamoto Musashi)

**Urkunden und Medaillen sind doch immer schön. Tanja Mehren (weiß) erhält gerade ihre.**

Das Karate/Selbstverteidigungs-Training ist zweimal wöchentlich, dienstags um

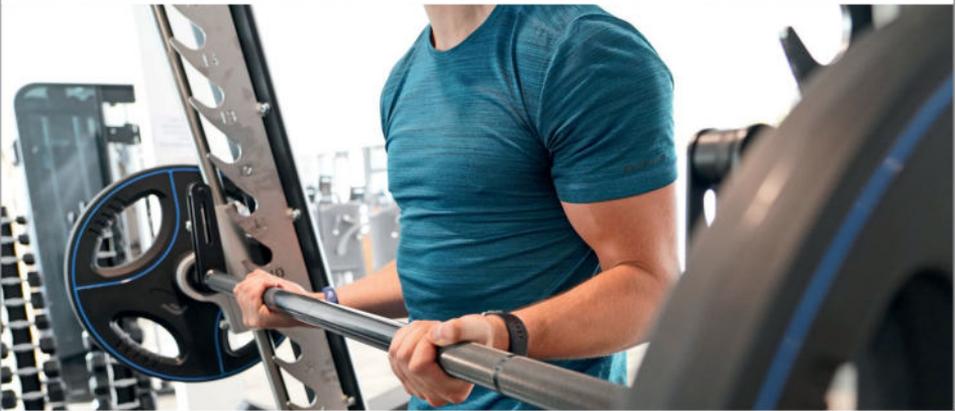
17 Uhr und donnerstags um 18 Uhr in der Halle Süderwisch. (JS/put)

## Pokale und Urkunden gab es auch in Schleswig-Holstein



Am 27. April waren wir bei der Landesmeisterschaft Schleswig-Holstein, teilt Jacqueline „Line“ Soyez mit. „Haben zwei erste, vier zweite und zwei dritte Plätze erreicht.“ Es folgten unter anderem ein Großereignis in NRW namens MAA Day sowie Gurtprüfungen in der Heimathalle. Jacqueline Soyez: „Es ist also viel los bei uns.“ (Berichte im nächsten Vereinsheft)

> WELLENBAD > SAUNA > KUR & SPA > FITNESS



## Neue Fitnessgeräte

der Marken EGYM + PRECOR

> Vereinbaren Sie  
einen persönlichen  
Beratungstermin

Wir freuen uns auf Sie!

**ahoi!**

Thalassozentrum  
Cuxhaven

## Drei Generationen ATSC-Läufer am Start

### Cuxhavener Stadtparkassen-Marathon 2024

77 Jahre, mithin drei Generationen, liegen zwischen dem jüngsten Starter des ATSC beim Cuxhavener Stadtparkassen-Marathon und der wohl ältesten Teilnehmerin des Vereins. Während Keyaan Adam (Jahrgang 2021) noch eine große Sportkarriere vor sich hat, denkt Thea Neupert (Jahrgang 1944, bisher 29 Sportabzeichen) noch längst nicht ans Aufhören. Allerdings lässt sie es ein bisschen langsamer angehen und wackelt mit ihren Freundinnen auf der 6km-Strecke. Und das in immerhin gut 52 Minuten.

Etwas unsterk war das Wetter bei der 18. Auflage des Großereignisses. Von den über 1800 gemeldeten Sportlerinnen und Sportlern blieben wohl auch deshalb

letztlich gut 1500 übrig, die eine der Strecken zwischen Marathon und Kinderlauf (500m) angingen.

Besonders stark vertreten war die rennende Rasselbande aus den Leichtathletikgruppen, unter die sich nahtlos ein paar Schwimmerinnen und Schwimmer mischten. Klar, dass da Schwimmabteilungsleiterin Hannah Ehlers und Jens Huff, der Übungsleiter der jugendlichen Leichtathleten, mit gutem Beispiel voraneilen mussten. Was sie natürlich freiwillig taten.

Wer sah, mit welchem Eifer gerade die Lütten dem Ziel entgegenstürmten, dem ging das Herz auf. So viel Begeisterung ist einfach ansteckend. (put) →



**Grund zur Freude? Aber sicher, für Paul Behrend als Gesamtdritter und AK-Sieger.**



**Da lässt sich Henri Funk (1123) nicht mehr einholen.**



**Zahlensalat (v.l.): Levin Ulrich (1460), Estefania Martinez Pena (1450), Philip Frank (1451), Sven Kraus, Elsa Schmidt (1050), Erika Frank, Jens Huff, Aldo Bonelli (1835), Henri Funk, Larissa Hachtmann, Alma Behrend (1049), Jana Schilling, Alessia Dronov (1054), Johann Mazick, Jonathan Fobbe, Maximilian Pein, Luca Liebsch (1062) und Paul Behrend (1053).** Fotos (7): Bernd Lange

**Da stürmen sie los zu ihrem 1000-Meter-Lauf: Ganz vorne dabei sind eine hoch konzentrierte Elsa Schmidt (1050) und eine offensichtlich begeisterte Alma Behrend (1049).**

Foto: Meik Kahlherr / Larasch GmbH





**Alma Behrend**



**Alessia Dronov**



**Luca Liebsch**

**Die Ergebnisse der ATSC-Mitglieder**

	Gesamt	Platz / Altersklasse	Zeit (brutto)	Start-Nr.
<b>6 km</b>				
Estafania Martinez Pena	9.	2. WU16	34:35	1450
Erika Frank	10.	2. WU14	34:39	1452
Miriam Scharie	25.	Firmen-Behördenlauf	37:17	1507
Falko Toetzke	13.	Firmen-Behördenlauf	28:05	16
Ole Grabbe	70.	Firmen-Behördenlauf	41:16	404
Philip Frank	3.	MU16	30:25	1451
Johann Mazick	22.	MU16	34:53	1453
<b>10 km</b>				
Larissa Hachtmann	12.	1. WU20	51:00	1454
Hannah Ehlers	30.	6. W35	55:41	1501
Lena Sauer	11.	3. W35	50:09	1500
Johannes Moll	3.	2. M40	40:32	1915
Levin Ulrich	116.	3. MU20	1:00:32	1460
Jens Huff	130.	3. M70	1:06:15	1456
<b>1000 m</b>				
Finn Reymers	25.	4. M11	4:20	1716
Elsa Schmidt	11.	1. W7	4:24	1050
Alma Behrend	43.	4. W7	5:00	1049
Paul Behrend	3.	1. M11	3:42	1053
Jonathan Fobbe	8.	4. M10	3:52	1056
Alessia Di Nuzzi	46.	12. W10	5:06	1160
Liam Abbes	49.	9. M8	4:46	1829
Ferdinand Schlegelmilch	29.	7. M11	4:23	1106
Alessia Dronov	10.	5. W11	4:19	1054
Maximilian Pein	19.	10. M10	4:16	1057
Henri Funk	28.	4. M9	4:22	1123
Luca Liebsch	80.	18. M8	5:29	1062
Adrian Hosseini	93.	23. M10	6:21	1838
<b>500m</b>				
Cobie Farrington	1.	1. W6	2:29	180
<b>Walken 6 km</b>				
Bärbel Lange	10.	10. W	51:55	677
Claudia Büsing	11.	11. W	51:55	678
Thea Neupert	12.	12. W	52:23	679

Die Tabelle ist bewusst ungeordnet. Alle, die den Zielstrich überquert haben, waren und sind Gewinner.



**Medaillenbehängt:  
Thea Neupert, Bärbel  
Lange, Claudia Büsing**

Foto: Theodor Büsing



**Maximilian Pein**

**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

**Juni**

Sonntag, 23.6. 08.15 Uhr Treff am Bahnhof, Lune-Rundweg, ca. 70km

**Juli**

Sonnabend, 6.7. 14.00 Uhr Nachmittagstour

Sonntag, 21.7. 09.30 Uhr Neuhaus und zurück, ca. 70km

**August**

Sonntag, 3.8. 14.00 Uhr Nachmittagstour

Sonntag, 18.8. 09.00 Uhr Bederkesa / Bremerhaven, ca. 70km

Sonnabend, 31.8. 14.00 Uhr Nachmittagstour

**September**

Sonntag, 8.9. 08.45 Uhr Treff am Bahnhof, Hamburg / Schulau / Lühe, ca. 60km

Sonntag, 21.9. 14.00 Uhr Nachmittagstour

Sonntag, 29.9. 09.30 Uhr Wanna / Ihlienworth / Otterndorf, ca. 65km

**im Juli/August Helgoland (nach Absprache)**

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.



## Die Kirschblüte trieb zur Eile

### Radwanderer des ATSC fahren ins Alte Land

Von der Kirschblütenfahrt ins Alte Land am 10. April berichtet Manfred Kuras:

Früher als im letzten Jahr waren die Kirschen aufgeblüht, und so mussten wir uns beeilen und die obligatorische jährliche Fahrt ins Alte Land vorziehen. Die zweite Aprilwoche sollte es sein. Aber da war nur der Mittwoch einigermaßen regenfrei prognostiziert. So wurde dieser Termin festgezurrert. Mit der Bahn ging es bis Stade, weil wir uns mit dem Westwind in Richtung Kirschblüte treiben las-

sen wollten. Durch die schöne Altstadt ging es dann vor dem Elbdeich in Richtung Lühe - vorbei auch an vielen Apfelplantagen, die aber erst 14 Tage später in voller Blüte stehen würden. Dann ging es entlang der Lühe nach Süden über den Lühedeich, von wo man den herrlichen Anblick der voll aufgeblühten Kirschbäume, den Fluss und die Atländer Höfe genießen konnte. Es waren nur wenige Fußgänger unterwegs.

Mittagspause war wie immer auf 



**Schnell ein Schnappschuss von den blühenden Bäumen.**



dem Gelände des Seniorenheims Bergfried bei bestem Wetter. Weiterfahrt bis Guderhandviertel und dann zurück auf der anderen Seite des Flusses bis zur Hogendieksbrück. Dort hat ein freundlicher Berufsfotograf ein meisterliches Bild von uns geschossen. Dann ging es in Richtung Osten durch vornehmlich große Apfelplantagen nach Gehrden. Dort war eine lange Birnenallee, die auch schon voll aufgeblüht war. Über Borstel, Jork und Ladekoop fuhren wir über die Autobahn nach Buxtehude, wo wir dann in der Altstadt eine ausgiebige Kaffeepause einlegten. Danach zurück mit der Bahn nach Cuxhaven.



**Es war schon noch etwas frisch bei der Tour der ATSC-Radwandergruppe. Aber mit der richtigen Kleidung und guter Laune ist das auszuhalten.**

Nach ca. 50 km Radfahrt bei gutem

Wetter fanden alle, dass es mal wieder ein schöner Ausflug war.

**SOWADE**  
HOLZBAU | DACH | SOLAR  
[www.sowade-gruppe.de](http://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.

**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

## Miriam, Julia und Hannah schwammen vorne mit

### Norddeutsche Masters-Meisterschaften in Berlin

Anfang März fanden in der Schwimm- und Sprunghalle im Europasportpark in Berlin die Norddeutschen Mastersmeisterschaften statt. Die Wettkämpfe wurden über zwei Tage auf der 50m-Bahn ausgetragen. Knapp 700 Teilnehmer aus 121 Vereinen hatten für die Veranstaltung in der Hauptstadt gemeldet. Drei davon waren Miriam Scharie, Julia Thureau und Hannah Ehlers vom ATS Cuxhaven.

Miriam Scharie ging erstmals für den ATSC an den Start. Sie startete in der Altersklasse 30. Über ihre Hauptlagen 50m und 100m Rücken schwamm sie jeweils auf den siebten Platz ihrer Altersklasse. Über 50m Freistil belegte sie Platz 13. Ihr bestes Resultat erzielte Miriam auf den 100m Freistil: Hier wurde sie Fünfte.

Julia startete in der jüngsten Altersklasse, der AK 20. Die 50m Freistil und 50m Schmetterling nutzte sie zum Einschwimmen für die längeren Strecken, belegte immerhin die Plätze 17 und 20. Über 200m Lagen erreichte sie dann Rang acht, die 400m Freistil beendete sie als Sechste. Knapp am Podest vorbei schwamm Julia Thureau als Vierte über 400m Lagen.

Hannah Ehlers schwamm in der AK 35, wurde über ihre Nebenstrecke 50m Schmetterling Achte. Platz fünf erzielte

sie auf den 200m Freistil. Erfolgreich war Hannah Ehlers auf den 400m Freistil: Hier stieg sie als Dritte ihrer Altersklasse aus dem Wasser. Zwei Norddeutsche Vizetitel sicherte sie sich schließlich über 200m Lagen und 800m Freistil. (HE)



**Julia Thureau**



**Hannah Ehlers** Fotos: Imke Grantz

## Medaillen? Her damit!

### Bezirksmeisterschaften in Uelzen

Anfang März starteten die ATSCer auf den Bezirksmeisterschaften in Uelzen. Der Wettkampf wurde über zwei Tage auf der 50m Bahn ausgetragen. Es nahmen insgesamt 27 Vereine mit knapp 320 Sportlern teil.

Der ATSC schickte 13 Teilnehmer ins Rennen. Fünf Mädels umfasste das Team. Sie starteten jeweils zwischen fünf und acht Mal. Das Küken war Inneke Grantz. Im Jahrgang 2013 sicherte sie sich eine Silbermedaille über 100m Rücken, sowie eine Bronze-medaille über 200m Lagen. Über alle weiteren Strecken kam sie auf die Plätze vier bis sieben.

#### **Hava und Liliana bei allen Starts in den Top Ten**

Auch Hava Hrníc (2011) durfte Edelmetall mit nach Hause nehmen. Jeweils Bronze gab es über 100m Freistil und 200m Rücken. Isabelle Teuber und Liliana da Silva Ruela starteten im Jahrgang 2009. Isabelle erreichte acht Top-Ten-Platzierungen mit neuen Bestzeiten über



**Erik Heinemann holte Silber auch über 100 Meter Schmetterling.**

die drei Freistilstrecken (50m, 100m und 200m).

Liliana sicherte sich ebenfalls bei all ihren Starts Top-Ten-Platzierungen. Sie verbesserte sich auf den Sprintstrecken 50m Schmetterling und 50m Freistil.

#### **Die Älteste ließ sich die meisten Medaillen umhängen**

Fleißigste Medaillensammlerin war die älteste Starterin, Yosefina Deneff (2008). Bei sieben Starts holte sie sechs Titel. Sie gewann die Bezirksmeisterschaft über 50m, 100m und 200m →



### **Alexander Sabin wurde Bezirksmeister über 200 Meter Brust.**

Freistil, 50m Rücken, 50m Brust, sowie 200m Lagen. Über die 50m Brust, 200m Lagen und 200m Freistil sicherte sie sich ebenfalls den Titel in der offenen Wertung. Über die anderen drei Strecken gab es Silber in der offenen Wertung.

Neben den fünf Mädels vertraten auch acht Jungen den ATSC. Die Brüder Kevin Lee (2006) und Alexander Sabin (2013) starteten jeweils über 50, 100m und 200m Brust. Kevin nahm über die 100m und 200m Silber mit nach Hause. Alexander holte über 50m und 100m Silber. Bezirksmeister wurde er über die lange Distanz in seinem Jahrgang.

### **Der flinke Finn schmettert über die Kurzdistanz zum Titel**

Ebenfalls im Jahrgang 2013 schwamm Finn Reymers. Bei acht Starts gewann er über 100m Rücken, 200m Freistil, 50m Rücken und 200m Lagen die Bronzemedaille. Silber gab es über 50m Freistil. Auch Finn durfte sich Bezirksmeister nennen: Den Titel sicherte er sich über 50m Schmetterling.

Der zwei Jahre ältere Adam Haji (2011) zog mit Finn gleich und sicherte sich ebenfalls über 50m Schmetterling den Titel. Silber holte er über seine Para-

destrecken 50m, 100m und 200m Rücken. Erik Heinemann (2008) freute sich über Silber über 50m und 100m Rücken sowie 100m Schmetterling. Bronze erhielt er über 200m Lagen. Andreas Qesku (2009) lagen die Schmetterlingstrecken: Silber über 100m und Bronze über 50m Schmetterling. Über die kurze Strecke schwamm er eine neue persönliche Bestzeit und konnte sich damit auch für die anstehende Landesmeisterschaften qualifizieren.

Lazar Schomburg (2010) holte bei sieben Starts sieben Bestzeiten. Über 50m Schmetterling und 100m Rücken wurde er mit dem Bezirksmeistertitel belohnt. Silber sicherte er sich über 50m Freistil, 50m Rücken und 100m Schmetterling. Platz drei über 100m Freistil rundete das Wochenende ab.



### **Kevin, der jüngere der Sabin-Brüder, brachte zwei Silbermedaillen mit.**

Fleißigster Medaillensammler auf der Jungenseite war Tim Lange (2007): Sieben Starts, sieben Medaillen. Silber holte Tim über 50m Rücken und 200m Freistil. Bronze sicherte er sich über 50m und 100m Freistil, 100m Rücken, 50m und 100m Schmetterling.

In der Staffel konnten Erik Heinemann, Kevin Lee Sabin, Tim Lange und Lazar Schomburg über 4x100m Lagen den dritten Platz holen. (HE)

## Medaillenglück und undankbare Plätze

### Landesmeisterschaften in Hannover

Wie jedes Jahr nach Ostern starteten die älteren Schwimmerinnen und Schwimmer des ATS Cuxhaven auf den Landesmeisterschaften in Hannover. Über 360 Aktive aus 74 Vereinen gingen dabei auf Medaillenjagd. Der ATSC hatte Adam

Haji (Jahrgang 2011), Erik Heinemann (2008), Tim Lange (2007), Lazar Schomburg (2010), Liliana da Silva Ruela (2009) und Yosefina Deneff (2008) zu den Meisterschaften gemeldet.

Eine ließ erneut Medaillen reg- ➡



Sie zeigten sich in Hannover von ihrer besten Seite (v.l.): **Betreuerin Kirsten Dietz, Liliana da Silva Ruela, Yosefina Deneff, Erik Heinemann, Adam Haji, Lazar Schomburg und Tim Lange.** Fotos: Yvonne Deneff



**Lazar Schomburg (l.) bei der Siegerehrung.**

nen. Einer strahlte im Medaillenglück. Und einer hatte gleich doppelt Pech.

Liliana da Silva Ruela hatte sich über 50m Brust und 50m Schmetterling qualifiziert. Auf beiden Strecken schwamm sie persönliche Bestzeit und belegte damit Mittelplätze in ihrem Jahrgang.

Erik Heinemann sprang am Wettkampfwochenende sechs Mal ins Wasser. Über 100m Freistil, 50m Rücken, 50m Freistil, 200m Lagen und 50m Schmetterling erreichte er Platzierungen im Mittelfeld. Über 100m Rücken schwamm Erik unter die Top Ten des Jahrgangs 2008.

Ebenfalls sechs Starts hatte Lazar Schomburg. Über 100m Freistil, 50m Rücken, 100m Schmetterling, 50m Freistil und 100m Rücken konnte er in die Top 20 schwimmen. Besonders gut lief es über 50m Schmetterling. Mit neuer Bestzeit (31,09 Sek.) belohnte sich Lazar mit dem Vizetitel im Jahrgang 2010.

Tim Lange konnte sich durch zwei Bestzeiten (100m Rücken und 200m La-

gen) auf der Langbahn in die Top Ten seines Jahrgangs eintragen. Auf den Strecken 100m Freistil, 50m Rücken, 100m Schmetterling, 50m Freistil schlug er im Mittelfeld an.

Mit sechs Bestzeiten (100m Freistil, 50m Rücken, 50m Brust, 200m Rücken, 100m Rücken, 200m Freistil) auf der 50m-Bahn landete Adam Haji am Ende zwei Mal auf dem undankbaren vierten Platz und zwei Mal unter den Top Ten des Jahrgangs 2011. Insgesamt startete Adam acht Mal.

Erfolgreichste Teilnehmerin war Yosefina Deneff. Sie sprang über neun Einzeldisziplinen ins Wasser - und schwamm auf allen Strecken persönliche Bestzeiten.

Mit Platz zwei im Jahrgang 2008 über 100m Freistil begann Yosefina ihre Landesmeisterschaften. Dem ließ sie über 50m Rücken und 50m Brust zwei Bronzemedailles folgen. Im offenen Finale über 100m Freistil konnte sie ihre Zeit auf 1:01,09 Min. steigern.

Samstagnachmittag startete Yosefina über 200m Rücken. Diese ungewohnte Strecke hatte sie mehrere Jahre lang nicht im Wettkampf absolviert. Am Ende konnte sie dieses Rennen gewinnen und sich zur Landesmeisterin küren lassen. Sonntagvormittag sicherte sich Yosefina über 50m Freistil, 200m Lagen und 100m Brust den Vizetitel. Auch im letzten Rennen über 200m Freistil stellte sie noch einen neuen persönlichen Rekord auf - und holte sich einen weiteren Titel als Landesmeisterin. Zwei Goldmedaillen, vier Silber, zwei Bronze, das klinkert richtig gut.

Lazar, Tim und Yosefina haben sich für die Norddeutschen Meisterschaften qualifiziert. (YD)

Alle sportlichen Ohren gespitzt.



Höranalyse mit modernster  
Messtechnik für alle  
**ATSC-Mitglieder kostenfrei!**

**Cuxhaven**

Nordersteinstraße 62 • 27472 Cuxhaven

☎ 04721/69983-70

👤 04721/69983-71

✉ info@hoerakustik-holst.de

**Bad Bederkesa**

Am Markt 5 • 27624 Geestland

☎ 04745/93178-11

✉ bederkesa@hoerakustik-holst.de

HÖRAKUSTIK  
**HOLST** 



[www.hoerakustik-holst.de](http://www.hoerakustik-holst.de)

## Der Wettkampf der flotten Jungs

### Landesjahrgangsmesterschaften in Braunschweig

Mitte April fanden die Landesjahrgangsmesterschaften im Schwimmen in Braunschweig statt. Es nahmen 75 Vereine mit 370 Teilnehmern teil. Der ATS Cuxhaven schickte vier männliche Starter ins Rennen. Die einzige weibliche Startberechtigte aus Cuxhavener Reihen, Inneke Grantz, musste kurzfristig krankheitsbedingt absagen.

Bennet Hebbeln (Jahrgang 2012) hatte sich über 50m Freistil qualifiziert. Er konnte seine Zeit auf der langen Bahn steigern und belegte damit den 21. Platz. Mortasa Ahmadi (2013) sprang drei Mal ins Becken. Über 100m Rücken schwamm er Bestzeit und belegte Platz 23. Mit Platz 14 und 15 sicherte er sich zwei sehr gute Platzierungen über 50m Schmetterling und 100m Freistil, natürlich mit Bestzeit.

Brustspezialist Alexander Sabin (ebenfalls 2013) schlug über die 50m als 19. an. Mit Platz 13 beendete er das Rennen über die doppelte Distanz. Ein sehr gutes Rennen lieferte Alex über die 200m ab. Mit neuer persönlicher Bestzeit wurde er Siebter.

Abgerundet wurde das Team von Finn Reymers

(2013). Finn startete im Einzel über 50m Brust (13.), 100m Rücken (15.), 50m Schmetterling (9.), 50m Freistil (8.) und 50m Rücken (20.). Zudem trat Finn im Schwimmerischen Mehrkampf Freistil an. Hier waren 100m, 200m und 400m Freistil, 200m Lagen, 50m Freistil Beine und zweimal 25m Delphin Beine zu absolvieren. In den Einzelwertungen erreichte Finn Plätze zwischen sieben und zwölf und konnte seine Bestzeiten zum Teil deutlich unterbieten. In der Gesamtwertung des Mehrkampfs belegte er einen starken siebten Platz. (HE)



**Jung und erfolgreich (v.l.): Alex, Finn, Bennet und Mortasa.** Foto: Björn Hebbeln

## Flink wie die Fische

Masters fischten Landes- und Bezirkstitel



**In und vor ihrem Element (v.l.): Paul Feldmann, Kirsten Dietz, Julia Thurau und Hannah Ehlers**

**A**nfang Mai fanden die Landesmasters-Meisterschaften im Schwimmen in Schneverdingen statt. Integriert in die Meisterschaften waren die Bezirksmeisterschaften des Schwimmbezirks Lüneburg. Vom ATS Cuxhaven nahmen vier Athleten teil. Insgesamt starteten in

Schneverdingen 51 Vereine mit knapp 200 Teilnehmern.

Jüngster in den Reihen der Cuxhavener war Paul Feldmann in der AK20. Er startete über 100m und 200m Freistil sowie 100m Schmetterling. Paul konnte seine erst zwei Wochen zuvor geschwommenen Zeiten nochmals steigern. ➡



In der Landeswertung holte er über 100m Schmetterling den Vizetitel, Dritter wurde er über 200m Freistil. In der Bezirkswertung holte er über beide Strecken den Titel.

### **Trotz Trainingsrückstands zur Vizemeisterschaft**

Julia Thureau, ebenfalls in der AK20 am Start, ging über die 200m und 400m Lagen, 50m Schmetterling und 100m Freistil ins Wasser. Bedingt durch eine längere Trainingspause, konnte Julia nicht ganz ihre Zeiten erreichen. Dennoch wurde sie Landesvizemeisterin über 400m Lagen und Dritte über 50m Schmetterling. In der Bezirkswertung holte sie drei Titel und einen Vizetitel.

Hannah Ehlers (AK35) konzentrierte sich auf die Freistilstrecken 50m, 100m, 200m und 400m. Zusätzlich im Pro-

gramm hatte sie die 200m Lagen. Hannah konnte ihre Zeiten von den Deutschen Meisterschaften aus dem Dezember steigern. Sie wurde über 200m Lagen, 200m und 400m Freistil Landesmeisterin. Den Vizetitel holte sie sich über die 50m und 100m Freistil. Auf allen fünf Strecken sicherte sie sich den Bezirksmeistertitel.

### **Vier Medaillen für die älteste ATSC-Starterin**

Älteste ATSC-Starterin war Kirsten Dietz (AK55), die nach längerer Wettkampfpause die Bruststrecken 50m, 100m und 200m sowie die 50m Freistil in Angriff nahm. Bei sehr starker Konkurrenz in ihrer Altersklasse holte sich Kirsten Bronze über die 100m Brust. In der Bezirkswertung sicherte sie sich einen Vizetitel und zwei dritte Plätze. (HE)

**DER RUNDUM-SERVICE  
FÜR IHREN WAGEN**

manikowski Cuxhaven

VW Audi SKODA Service

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

Besuchen Sie uns

## Da purzelten die Bestleistungen

### Vergleichswettkampf Hambergen

Anfang Mai fand in Hambergen der 40. Vergleichswettkampf des TV Hambergen im Schwimmen statt. Acht Vereine aus Bremen, Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen nahmen mit knapp 110 Schwimmern an der Veranstaltung teil.

Mit 29 Startern hatte der ATSC das größte Teilnehmerfeld im Wettkampf gemeldet. Leider mussten gleich sechs Ausfälle auf Cuxhavener Seite hingenommen

werden. Dafür wurde aber einem ATSC-Schwimmer eine besondere Auszeichnung zuteil.

Adam Haji, Tim Lange, Bennet Hebbeln, Finn Reymers und Inneke Grantz wussten zu überzeugen. Sie starteten jeweils vier Mal und konnte vier erste Plätze mit nach Hause nehmen. Jüngste Teilnehmerin im Jahrgang 2016 war Leevke Zoschke. Sie durfte über 100m

Freistil und 100m Rücken starten und belegte jeweils Platz 2.

Für viele der Cuxhavener Schwimmerinnen und Schwimmer war es gleichzeitig Premiere auf einer neuen Wettkampfstrecke.

Christian Amelin, Anton Hartig, Till Jahn, Bryan Naumann, Alexander Sabin, Hava Hrnica, Liliana da Silva Ruela und Tamina Sponbrucker schwammen entweder die 100m Lagen, 100m Rücken oder 200m Lagen zum ersten Mal und zeigten, dass sie das Gelernte aus dem Training umsetzen können. ➡



**Inneke Grantz, Liliana da Silva Ruela, Hava Hrnica und Isabell Teuber verdienten sich ihre Medaillen in Hambergen mit guten Leistungen.**



**Als starkes Team, nicht nur von der Größe des Kaders her, präsentierte sich der ATSC beim 40. Vergleichswettkampf des TV Hambergen. Gleich 23 Aktive mischten mit.** Fotos: Imke Grantz

Dass der Jahrgang 2013 stark vertreten ist, bewiesen neben Finn Reymers und Alexander Sabin auch Mortasa Ahmadi und Jonas Hartig. Sie belegten zwar nicht Platz eins, sicherten sich hinter ihren Vereinskameraden aber vordere Plätze auf dem Treppchen.

### **Jungtalente und Routiniers zeigten starke Leistungen**

Finn Jahn und Linn Charlotte Wettwer sprangen drei Mal ins kühle Nass. Sie belegten jeweils einen dritten Platz und weitere Plätze unter den Top Ten ihres Jahrgangs.

Alea Guraj und Alessia Di Nuzzi schwammen jeweils 100m Rücken, 100m Brust, 100m Freistil und 100m Lagen. Beide durften mit einem ersten, einem zweiten und einem dritten Platz nach

Hause fahren. Abgerundet wurde das Team von den Routiniers Erik Heineemann, Isabelle Teuber und Kevin Lee Sabin. Auch sie zeigten starke Leistungen und sicherten sich Podestplätze auf ihren Strecken.

Insgesamt schafften es die 23 ATSC-Aktiven, bei 87 Einzelstarts ihre persönliche Bestzeit 50 Mal zu verbessern - von wenigen Hundertstel bis hin zu mehreren Sekunden.

Zusammen schwamm das Team in unterschiedlichen Besetzungen sieben Staffeln. Hierbei erreichten sie zwei erste, einen zweiten, zwei dritte, einen fünften und einen siebten Platz.

Eine besondere Auszeichnung erhielt Tim Lange für die punktbeste Leistung der Veranstaltung. Diese sicherte er sich in der männlichen Wertung über 100m Freistil. (HE)



*Klein oder groß, sparsam oder Vollaustattung*



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

**BARUNKEKÜCHEN** GMBH

 Grodener Chaussee 63 - 65 27472 Cuxhaven  04721-74410

## Zum Aufstieg gestürmt

### 1. Mannschaft spielt nächste Saison in der Bezirksoberliga

Bezirksoberliga West - wir kommen. Mit einem Herzschlagfinale beim direkten Aufstiegs konkurrenten TV Loxstedt sicherte sich die 1. Tischtennis-Mannschaft des ATS Cuxhaven Mitte April Titel und Aufstieg. Ein Unentschieden hätte zwar schon gereicht, aber mit einem Auswärtssieg aufzusteigen, das ist allemal schöner.

Es fing gut an, wurde dann aber doch noch einmal wackelig. Beim 6:6 stand das Match auf der Kippe. Dem Cuxhavener Endspurt hatten die Gastgeber dann aber nichts mehr entgegenzusetzen. Mit dem 9:6 war der zu Saisonbeginn angepeilte Aufstieg in trockenen Tüchern.

Im Aufstiegs team kamen über die Saison zum Einsatz: Max Langewitz, Hoa Nam Nguyen, Hagen Bluhm, Kevin Acker, Justin Martins de Sousa, Leander Wendt, Detlef Schumacher, Murat Sensoy, Dana Loochhoff und Ralf Kieselbach.

Die zweite Mannschaft spielte als Aufsteiger in die Kreisliga Nord eine gute Saison. Sie verpasste als Dritter nur knapp die Relegationsspiele. Die dritte

Mannschaft, in die 2. Kreisklasse Nord aufgestiegen, konnte ebenfalls Rang drei sichern. In den Lokal-Derbys gegen die zweite Mannschaft vom SV Blau-Gelb Cuxhaven und gegen den SV Rot-Weiss Cuxhaven konnte man beide Male als Sieger hervorgehen.

Die neu ins Leben gerufene vierte Mannschaft spielte, wie schon in der Hinrunde, hervorragend. Nach nur einer Niederlage in der Hinserie gegen Serienmeister TSV Neuenwalde verlor man in der Rückrunde ebenfalls nur ein Spiel und dies ausgerechnet gegen die Vereinskollegen aus der fünften Mannschaft. Dabei hätte ein Sieg gereicht, um die Serie des TSV Neuenwalde zu brechen und die Meisterschaft zu sichern. Immerhin reichte es zur Vizemeisterschaft. Direkt dahinter kam die ebenfalls neue fünfte Mannschaft ins Ziel.



**Darum ging's:  
der Meisterpokal**

Die Ergebnisse der Nachwuchs-Teams, zusammengefasst von David Rambow:

Für unsere erste U19 geht eine spektakuläre, durchwachsene Sai-



son zu Ende. Sie belegten Tabellenplatz 5 von 7 und konnten in der Rückrunde lediglich einen Sieg und ein Unentschieden einfahren. Die Tendenz zeigt für die kommende Saison nach oben, da die Mannschaft noch einmal stärker werden dürfte.

Unserer zweiten U19 gelang es in der Rückrunde zwei Siege und zwei Unentschieden einzufahren. Sie konnte lediglich zwei Mal besiegt werden und schloss die Saison auf Tabellenplatz 4 von 7 und somit vor der ersten U19 ab. Für die kommende Saison darf man gespannt sein, was möglich sein wird und wie es weiter geht, die Tendenz zeigt allerdings ebenfalls nach oben.

Nach einer perfekten Hinrunde mit sieben Siegen in sieben Spielen standen die Zeichen für unsere dritte U19 ganz klar auf Meisterkurs und Aufstieg. Allerdings sorgten personelle Engpässe in der Rückrunde dafür, dass man lediglich zwei Siege einfahren konnte und sogar zwei Niederlagen wegen Nichtantretens der Mannschaft in Kauf nehmen musste. Am Ende belegte man trotz der schlechten Rückrunde noch Tabellenrang drei, welcher in Anbetracht der guten Hinrunde allerdings nicht zufriedenstellend und enttäuschend ist.

Unsere vierte U19 mit unseren allerjüngsten Jugendlichen, landete in ihrer Liga auf dem vorletzten Tabellen-



**So sehen Aufsteiger aus (v.l.): Hagen Bluhm, Kevin Acker, Hoa Nam Nguyen, Mannschaftskapitän Justin Martins de Sousa, Leander Wendt und Max Langewitz.**



rang. In 16 Spielen konnte sie drei Siege und zwei Unentschieden einfahren und musste sich elf Mal geschlagen geben. Die Tendenz für die kommende Saison zeigt für sie auch nach oben, denn viele Spielen gingen nur knapp verloren.

Fazit der Tischtennis-Abteilung: Eine lange Saison kommt damit zum Ende. Eine Saison voller Emotionen, spannender

und hitziger Spiele und so mancher Überraschung. Die Saison lief für alle Mannschaften des ATS Cuxhaven durchaus zufriedenstellend. Besonders die Herrenmannschaften schnitten in ihren Ligen sehr gut ab. Man darf jetzt schon gespannt sein, was die kommende Saison und die Zukunft generell bringen wird. (DR/put)

# hagedorn & geerken GmbH

- **Komplett-Bäder**  
aus einer Hand

- **energiesparende**  
**Heizungssysteme**

Meyerstr. 30 • 27472 Cuxhaven • Tel. 04721-24035  
[www.hagedorn-geerken.de](http://www.hagedorn-geerken.de)

## Finalisten machten die Nacht zum Tage

### 9. TT-Cup 2024 am Pfingstwochenende

136 Teilnehmerinnen und Teilnehmer verzeichnete der ATSC am Pfingstwochenende in den sechs verschiedenen Turnierleistungs- und Altersklassen des 9. Tischtennis-Cups.

An den Start gingen auch 19 Aktive des Gastgebers. In der Klasse Herren bis 1400 gab es sogar ein vereinsinternes Finale. Erst gegen 2:30 Uhr (!) am Samstagmorgen stand Finn Domnick als 3:1-Sieger gegen Keanu Finke fest. Zudem gelang einem starken Ralf Kieselbach am Samstagnachmittag ein zweiter Platz in der Konkurrenz Herren bis 1650. Im Finale hatte er sich Philipp Koch vom Lokalrivalen SV Blau-Gelb Cuxhaven mit 1:3 beugen müssen.

Die wohl weiteste Anreise in diesem Jahr traten Neven Unger (TTC Empor 1964 Kraupa aus Brandenburg) und Thomas Fritsche (Post SV Chemnitz) an, die beide über 500 Kilometer anreisten.

Damit das Turnier auch fluppte, wussten 17 Helferinnen und Helfer im Hintergrund, bruzzelten, schenkten Getränke aus und sorgten für einen reibungslosen Ablauf des sportlichen Geschehens.

Das Feedback der Teilnehmer war überaus positiv, was vor allem auf den flüssigen Ablauf und die geringen Wartezeiten zwischen den Spielen zurückzuführen sein dürfte. Mal sehen, was das Jubiläumsturnier 2025 bringt. ➔



**Die „Schaltzentrale“ sorgte dafür, dass das Turnier glatt lief.**



## Impressionen vom TT-Cup 2024



Kurz und knackig begrüßte der ATSC-Vorsitzende Manni Abbes (2.v.l.) die Teilnehmer. Mit ihm freuten sich Abteilungsleiter Alex Rösner (l.), sein Stellvertreter Franz-Josef Leffler (r.) und Sportwart Leander Wendt auf das Turnier.



Die Sieger Jugendliche bis 1600 (oben) und bis 1200.



Ohne helfende Hände geht nichts bei einer Großveranstaltung. 17 Abteilungsmitglieder sorgten dafür, dass sich die Gäste wohlfühlten. Abseits der Platten durfte die Geselligkeit nicht fehlen.

Fotos: Abbes, put, TT-Abteilung



## Turnerinnen des ATSC gut in Form

### Kreiseinzelmeisterschaften

Beim ersten Wettkampf des Jahres 2024 ging es am ersten Märzwochenende in Oxstedt um die Einzel-Qualifikation für das Bezirksfinale. Neun Turnerinnen im

Alter von 7 bis 17 nahmen für den ATSC daran teil und schnitten erfolgreich ab.

Im Grundstufen-Wettkampf ging es für die kleinen Turnerinnen um die Plätze, aber auch um die Teilnahme an einem neuen Wettkampfprogramm des NTB. In den sogenannten G-Stufen zählen Kraft, Beweglichkeit und Technik. Dies soll nach dem Durchlaufen des Programms für schnelleres Erlernen der Elemente sorgen, die in der Kür (LK) gebraucht werden. Bis zum Alter von zehn Jahren wird dieses Programm geturnt.



**Sie haben wichtige Erfahrungen gesammelt (im Uhrzeigersinn): Hindrin Mamo, Yara Elise Spindler, Luisa Pielorz und Emma Klement. Yara Elise kam sogar mit einem ersten Platz zurück.**

### **Sprung ins Bezirksfinale ist Yara Elise glücklich**

Sehr erfolgreich turnte Yara Elise Spindler (Jahrgang 2016) in der G2-G4. Sprung und Barren waren ihre besten Geräte. Mit 51,500 Punkten turnte sie sich ganz nach oben auf das Siebertreppchen und qualifizierte sich für das Bezirksfinale. Luisa Pielorz (2016) trat im selben Wettkampf an. Auch bei ➡



**Die LK2-LK4-Turnerinnen des ATSC, die in Loxstedt angetreten sind (v.l.): Kiara Melina Martins, Charlotte Heitsch, Lina Jeschke, Leonie Packwitz und Charlotte Neumann.**



ihr war der Sprung das beste Gerät. Leider ließ sie am Reck und Schwebebalken zu viele Punkte liegen. Mit 46,10 Zählern stand sie am Ende im Mittelfeld auf dem sechsten Platz.

Mit viel Konkurrenz kämpften Emma Klement (2015) und Hindrin Mamo (2014). Emma zeigte an Boden und Sprung beste Leistungen und sammelte insgesamt 52,15 Punkte. Dies war der neunte Platz. Hindrin zeigte eine starke Bodenübung mit anerkannten Bonuselementen sowie eine saubere Barenübung. Insgesamt erhielt sie 52,10 Zähler und reihte sich direkt hinter der Teamkameradin ein.

Kiara Melina Martins (2013) ging zum ersten Mal in der LK 4 an den Start. Aufgeregt startete sie am Boden und bekam

dort 12,00 Zähler gutgeschrieben. Das gab Sicherheit an den weiteren Geräten, und so konnte sie mit 43,85 Punkten den Wettkampf beenden. Die Bronzemedaille und die Qualifikation fürs Bezirksfinale waren ihr Lohn.

#### **Leonie Packwitz war die Solistin in der LK 4**

Charlotte Heitsch (2011) hatte im Winter schon in der Mannschaft Erfahrungen in der LK 4 gesammelt. Bei ihr war der Sprung das Gerät mit der höchsten Punktzahl, dicht gefolgt von ihrer ausdruckstarken Bodenkür. Wie die Teamkameradin stand sie am Ende auf Platz 3 und durfte im Bezirksfinale antreten.

Leonie Packwitz (2009) trat als einzige



in der LK 2 an. Die im letzten Jahr verletzte Turnerin hat nicht nur den alten Leistungsstand erreicht, sondern sich sogar verbessert. Mit ihrem Rückwärts-Element am Balken, dem Flugteil am Barren sowie dem Strecksalto am Boden überzeugte sie die Kampfgerichte an den Geräten. 47,05 Zähler brachten Platz zwei und die Fahrkarte zum Bezirksfinale.

Lina Jeschke (Jahrgang 2009) zeigte in der LK 3 einen starken Wettkampf. Sie turnte ihre neue Bodenübung sauber und ausdrucksstark. Das Kampfgericht wertete den Vortrag mit 13,00 Punkten. Am Balken und Sprung konnte Lina ebenfalls

gute Punkte machen. Sie belohnte sich mit 46,95 Zählern und der Silbermedaille, Teilnahme am Bezirksfinale inklusive.

Charlotte Neumann (2006) turnte einen starken Wettkampf. Saubere Übungen und hochwertige Sprünge und Drehungen an Balken und Boden brachten der LK 3-Turnerin 48,80 Zähler, die Goldmedaille und die Finalteilnahme.

Als Kampfrichterinnen saßen Katrin Eger, Lina Ujvari und Helena Brihmani den ganzen Tag an den Geräten. Betreut wurden die Turnerinnen von Faye Keuser, Frederik Businski und Petra Lingl. (PLi)



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



## Wo sogar die erfahrene Charlotte nervös wird

Landesfinale in Hildesheim mit ATSC-Duo

Am 27. und 28. April 2024 trafen sich die besten Turnerinnen aus den Turnbezirken Braunschweig, Hannover, Lüneburg und Weser Ems in Hildesheim, um die Landesmeisterinnen in den verschiedenen Leistungs- und Altersklassen zu küren. Vom ATS Cuxhaven hatten sich Charlotte Neumann und Anna Jona Reichenbach für den Niedersachsen-cup der Leistungsklasse LK3 in den Jahrgängen 1995-2006 qualifiziert.

Charlotte Neumann hat bereits in den Vorjahren beim Landesfinale ihr Können gezeigt. Diesmal war sie allerdings etwas nervös, da sie sich mit „alten Hasen“ messen musste. Erstmals startete sie im Kreis der Erwachsenen, den 18- bis 29-Jährigen.

Ihre Übungen zeigte sie souverän und Sprung, der sauber geturnten Übung am mit viel Routine. Mit dem Überschlag am Stufenbarren und der sturzfreien ➡



**Charlotte Neumann (l.) und Anna Jona Reichenbach**

Foto: Petra Lingl



Balkenübung war sie selbst zufrieden. Obwohl es bei der abschließenden Bodenübung leicht hakete, erreichte Charlotte von 21 Turnerinnen einen schönen elften Platz.

Als zweite Turnerin des ATS Cuxhaven ging Anna Jona Reichenbach in der gleichen Leistungs- und Alterklasse an den Start. Für den Überschlag am Sprungtisch und die sauber ohne Pausen geturnte Übung am Stufenbarren konnte Jona gut Punkte sammeln. Am Balken lief es dann leider nicht ganz so gut, dafür gelang ihr der Abschluss am Boden mit ihrer neu choreografierten Übung. Als Debütantin beim Landesfinale kam sie auf den 17. Platz. Das Trainerteam zeigte sich sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen.

Dem Landesfinale waren die Bezirksmeisterschaften Einzel vorausgegangen,

zu denen acht Turnerinnen des ATS Cuxhaven angetreten waren. An zwei Wochenenden turnten die Mädchen in verschiedenen Wettkämpfen und Altersklassen um die Titel. Mit ihren Platzierungen in der LK3 holten sich Charlotte Neumann (3./46,95 Punkte) und Anna Jona Reichenbach (6./46,35 P.) die Tickets für Hildesheim.

Die weiteren Ergebnisse: Leonie Packwitz (Jahrgang 2009) LK2, 10./43,86 Punkte; Lina Jeschke (2008) LK3, 12./44,90; Kiara Melina Martins (2013) LK4, 3./45,15 sowie Charlotte Heitsch (2011) 26./41,55; Estelle Kutzner (2010) P6-P8, 7./55,50; Yara Elise Spindler (2016) G3-G5, 9./50,35. Als Nächstes stand den Leistungsturnerinnen der Mannschaftswettkampf bevor. Dieser fand am Wochenende 8./9. Juni 2024 in Loxstedt statt. (PLi)

---

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

## Ein Lächeln für die Fitness

### Wie Lina Ujvari den Senioren jeden Donnerstag Beine macht

Mann kann sich im Alter gemütlich vor den Kamin setzen, ein gutes Buch lesen oder Günther Jauch beim Rate lassen zuschauen. Oder im Keller Schiffchen bauen. Mann kann sich aber auch von Lina Ujvari für die Fitness der in Ehren gealterten Körper quälen lassen.

#### **Angemessene Bewegung**

Das tut eine ziemlich fest gefügte Gruppe in der Altersklasse Renteneintritt bis im Moment 86 Jahre allwöchentlich. Es ist beileibe kein Hochleistungssport

mehr, den der eine oder andere in früheren Zeiten betrieben hat. Das ist aber angemessene und fordernde Bewegung. Dafür schnürt Lina jeden Donnerstag ein Bündel an Bewegungsideen zusammen. Mit Ball, mit „Terrorband“, pardon Theraband, mal ist eine Bock im Weg, mal ein Kasten. Da läuft dann doch manches Schweißtröpfchen die höher werdende Stirn herunter. Sie müssen wohl den Sinn dieser wöchentlichen Rentner-tätigkeit genießen, sonst kämen sie nicht jeden Donnerstag wieder.

Ach ja: Sie kommen ja auch am ➡



**Stehen, liegen, sitzen. Alles mag den Rücken entzücken.**



**Lina und ihre folgsamen Senioren. Ja, anstrengend ist es schon, wenn Lina zum Training bittet. Aber es macht auch Spaß. Und es hält fit.**

Montag in der Rundturnhalle vorbei. Dann hält Bernd Lange das Zepter in der Hand, um die Beweglichkeit zu schulen, die Kraft und die Ausdauer.

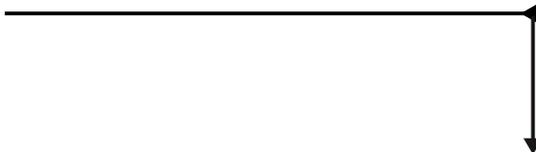
Manch einem aus der Gruppe reicht das noch längst nicht: Die einen gehen auch zur Wassergymnastik mit Ingelore

Schröder, die anderen spielen Tennis oder Faustball, fahren Ski, üben fürs Sportabzeichen. Und in den Ferien, wenn die Hallen geschlossen sind, radeln sie gemeinsam montags durch die Gegend. Irgendwas vergessen? Ach ja, die Gartenarbeit muss ja auch noch sein. (put)

## Letzte Meldung



ATSC-Schwimmtalent Yosefina Deneff ging bei den Deutschen Jahrgangsmeysterschaften in Berlin vier Mal in ihrem Jahrgang 2008 an den Start. Über 50m Brust belegte sie Platz 22, schrammte um 1/100 Sekunde an ihrer Bestzeit vorbei. Über 200m Freistil schwamm sie auf Rang 18, über 200m Lagen holte sie mit Rang 14 ihre beste Platzierung. Am letzten Tag ließ Yosi über 50m Freistil einen persönlichen Rekord und Platz 18 folgen. Gratulation.



# 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  
0 47 21/403-580  
[www.bistro-kamps.de](http://www.bistro-kamps.de)

