

TKJ

Nachrichten Nr. 198

Vereinsnachrichten des Turnklub Jahn Sarstedt e.V.
13. Dezember 2019 www.tkj-sarstedt.de



EDITORIAL



**Liebe TKJ-Familie,
liebe Freunde des TKJ,**

„SporT (KJ) geht immer“ lautete das diesjährige Motto unserer Sportschau und das wurde den vielen Zuschauern auf der Tribüne der Schiller-Oberschule von unseren Aktiven leistungsstark und mit ansteckender Freude dargeboten. Diese Veranstaltung ist wirklich immer wieder einer der Höhepunkte des Sportjahres.

Ein ereignisreiches Jahr geht dem Ende entgegen:

Kurz vor den Sommerferien feierte die Turnabteilung „25 Jahre Tanzcocktail“ und präsentierte eine tolle Jubiläums-Veranstaltung.

Unsere Sportler haben die Farben unseres Vereins wieder in viele Länder und Regionen getragen. Ob beim Marathon nach Athen, ob bei den Senioren-Europameisterschaften der Tischtennisspieler in Budapest, ob mit dem Rad in den Niederlanden oder in Italien oder auf Mallorca.

In vielen Abteilungen gab es Trainingslager und Ausflüge: So führte es zum Beispiel die Wanderer, die ihr 45-jähriges Bestehen feierten, unter anderem in den Vogler im Weserbergland und zum Harzhorn, die Abteilung Freizeit und Kultur nach Bielefeld und Quedlinburg, unsere Petanque-Profis trafen sich mit den französischen Freunden aus Gaillon und Aubevoye,

die Handballer zog es nach Cuxhaven, die Surfer nach Pepelow, die Judoka an den Humboldtsee, die Turner nach Norderstedt.

Daneben gab es unendlich viele Wettkämpfe und Sportveranstaltungen mit tollen teilweise herausragenden sportlichen Leistungen. Ich hoffe, dass die gemeinsam verbrachte Zeit viel Freude und eine positive Stimmung erzeugt hat.

Mein ganz besonderer Dank gilt heute allen, die durch ihr unermüdliches ehrenamtliches Engagement unseren Verein weiter voran bringen und ihn dadurch zur sportlichen Heimat so vieler machen.

Im Namen des Vorstandes wünsche ich allen TKJlerinnen und TKJlern, Sportlerinnen und Sportlern sowie den Freunden des TKJ eine entspannte Adventszeit, ein fröhliches Weihnachtsfest und, dass Sie für das Jahr 2020 sportlich und gesundheitlich immer „gut drauf“ sind und weiterhin Freude am Sport in unserem Verein haben.

Ihr Eric-B. Kiepke
(1. Vorsitzender)



Inhalt

Inhalt	Seite
Turnen	5-7
Freizeit und Kultur	8-9
100. Geburtstag	9
Windsurfing	10-11
Schwimmen	12-14
Mitarbeiterausflug 2019	15
Judo	16-17
Karate	18
Tennis	19
Wandern	20-21
Sportschau-Bilderbogen	22-23
Kinderseite	24
Original und Fälschung	25
Handball	26
TKJ damals...	27
Radsport	28-29
Neue Mitglieder	29
Tischtennis	30-32
Leichtathletik	33-38
Lauftreff	38-40
Freud und Leid	42-43

Unsere Geschäftsstelle bleibt wie folgt geschlossen:
23.12.2019 - 15.01.2020

Die nächste Ausgabe der TKJ Nachrichten erscheint am 13. März 2020

Impressum



Herausgeber:
TURNKLUB JAHN SARSTEDT E.V.
www.tkj-sarstedt.de

Für den Gesamthalt verantwortlich:

Marion Gruber
Im Mittelfelde 39
31157 Sarstedt

TURNKLUB JAHN SARSTEDT E.V. -
gegründet 1901

Geschäftsstelle und Turnhalle:

Otto-Gott-Turnhalle, Weberstraße 25
Telefon: 55 90 Fax: 60 20 96
eMail: geschaeftsstelle@tkj-sarstedt.de

Öffnungszeiten der Vereinsgeschäftsstelle:

Montags, dienstags, freitags: 9.00 - 11.30 Uhr
Donnerstags: 15.00 - 18.00 Uhr

Klubhaus:

Jahn-Sportpark / Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 42
Telefon: 18 03

Tennis-Anlage:

Am Festplatz

Bankkonten:

Sparkasse Hildesheim

IBAN DE35 2595 0130 0020 5200 23
BIC NOLADE21HIK

Volksbank Hildesheimer Börde

IBAN DE36 2519 0001 1352 7398 00
BIC VOHADE2H

Commerzbank Sarstedt

IBAN DE72 2504 0066 0254 3916 00
BIC COBADEFXXX

Beiträge:

ab 01. 04. 2008

	monatlich:
Kinder, Schüler, Studenten (bis 25 J.)	EUR 5,00
Auszubildende (auf Antrag)	EUR 5,00
Rentner (auf Antrag)	EUR 5,00
Erwachsene	EUR 10,00
Familienbeitrag*	EUR 18,00
Aufnahmegebühr	EUR 5,00

*Vom Familienbeitrag fällt man mit 18 Jahren automatisch in den Erwachsenen-Eizelbeitrag. Auf Antrag kann dieser für Schüler/Studenten oder Auszubildende (bis 25 Jahre) reduziert werden.

Die Beiträge sind vierteljährlich im Voraus zu zahlen. Zahlen Sie bitte bargeldlos durch Dauerauftrag oder Sepa-Lastschriftverfahren.

Kündigungsfrist:

Kündigung schriftlich zum Ende eines Quartals an die Vereinsgeschäftsstelle

Gesamtgestaltung,
Satz, Druckvorbereitung, Anzeigenwerbung

werbeagentur
jürgen heise
Schumannstraße 1
31157 Sarstedt

fon (0511) 4739 7470
email: info@heise-werbeagentur.de

www.heise-werbeagentur.de



Turnen



Bezirksklasse 2 der Liga-Rückrunde

Liga-Rückrunden-Wettkampf

Die Rückrunde der Liga-Wettkämpfe wurde am vorletzten September-Wochenende in Hildesheim ausgerichtet.

In der Bezirksklasse 2 wollten Carlotta Völkel, Onelia Birca, Leony Kress und Niya Bödeker ihren 2. Platz der Hinrunde verteidigen. Gleich am Sprung erhielt Onelia dann auch eine solide 15er-Wertung und Leony gelang es zum ersten Mal, den Handstütz-Überschlag über den 1,10 m

hohen Sprungtisch zu meistern. Der sonst nicht so beliebte Zitterbalken erwies sich an diesem Tag als bestes Gerät.

Carlotta erturnte sich hier mit 16,4 Punkten den 3. Platz. Onelia und Niya zeigten jeweils eine sichere Übung und erhielten wertvolle 15,65 und 15,25 Punkte. Am Barren und am Boden konnten leider nicht die sehr guten Leistungen aus der Hinrunde abgerufen werden, so dass die Mannschaft in der Endabrechnung auf den 4. Platz zurück fiel.

In der Bezirksklasse 3 war es ohnehin ein hartes Los bei einem so großen Punkte-Abstand zum 6. Platz die Rückrunde anzutreten. Dennoch stellten sich Milena Kroll, Katharina Schlag, Janne Wiesehan, Annika Scharlach und Janette Mahler der Herausforderung und verbesserten ihre Punkte an allen Geräten, außer am Reck.

Bei Katharina, Annika und Janette war der Sprung das beste Gerät, Milena und Janne überzeugten mit ihrer Bodenübung. Insgesamt sammelte die Mannschaft mehr

Bezirksklasse 1 der Liga-Rückrunde



Bezirksklasse 3 der Liga-Rückrunde





Bezirk AK8

Punkte als in der Hinrunde ein, konnte den 7. Platz aber leider nicht abgeben.

Zum Schluss turnten noch Mira Anthes, Emilie Hackenjos, Miriam Döring, Lena Fahrenkohl und Sophia Kranz in der Bezirksklasse 1. Sie durften an allen Geräten zwischen der P6, der P7 oder sogar der P8 auswählen. Da sich jedoch nur Sophia am Stufenbarren an die P7 wagte, konnte man maximal darauf hoffen, den 9. Platz zu verteidigen. Am Sprung taten sich alle etwas schwer, sauber über den 1,10 m hohen Tisch zu kommen und am Barren klappte auch nicht alles nach Plan. Am Schwebebalken und am Boden konnte jedoch das Ergebnis aus der Hinrunde noch verbessert werden. Am Boden wurden sogar gleich drei 14er-Wertungen (von 16 Punkten Ausgangswert) erturnt werden. Sophia zeigte dabei mit 14,85 Punkten eine sehr saubere Übung. Am Ende reichte es in der Gesamtwertung wieder nur für den 9. Platz, aber man hatte zumindest das Minimalziel, nicht Letzter zu werden, erfolgreich geschafft.

Großartiger Erfolg für unsere „kleinen“ Turnerinnen

Savannah Liazeed und Sara Bartels überzeugten sowohl auf Bezirks- als auch auf Landesebene.

Savannah Liazeed und Sara Bartels sind bereits im Frühjahr wegen ihrer starken Leistungen in den Niedersächsischen Landeskader berufen worden. Nun zahlte sich ihr hartes Training, das sie neben dem Training in der heimischen Turnhalle mehrmals die Woche auch noch zusätzlich in Hannover Badenstedt im Landesstützpunkt ausüben, aus.

Die Mädchen zeigten im September 2019 bei den Bezirksmeisterschaften in Hildesheim in der Altersklasse 8 hervorragende Leistungen. Der Boden war für beide das



Toller Erfolg für Savannah und Sara

beste Gerät an diesem Tag, sie präsentierten sicher einen Doppel-Flick-Flack und Savannah erzielte hier sogar Platz 2. Am Barren turnten die 8-Jährigen ihre gesamte Übung mit zwei Kippen sauber durch. Insgesamt erturnte sich Savannah Platz 4 und Sara Platz 6. Damit haben sich beide für die Landesmeisterschaft qualifiziert.

Diese fand gleich eine Woche später in Bad Iburg statt. 20 Turnerinnen aus Niedersachsen waren insgesamt gemeldet. Savannah und Sara gingen motiviert an den Start und überraschten ihre Trainerin Angelika Schmelzle, indem sie die Plätze 4 und 6 auch auf Landesebene bestätigten. Diesmal war das beste Gerät der Sprung. Auch die Gesamtpunktzahl haben beide nochmal getoppt.

Frauen-Freizeit-Gruppe auf Tour

Das Ziel der diesjährigen Freizeit der Frauensportgruppe hieß Norderney. Bei schönstem Wetter kam die Gruppe auf der Insel an, welche bereits ein früherer König von Hannover, Georg V. mit seiner Königin Marie, gerne zu besuchen pflegte. Eine erste Rallye am Abend führte umfassend in Geschichte, Sehenswürdigkeiten und Geographie ein und verschaffte zugleich einen

ersten Kontakt zur heimischen Bevölkerung, da zwei Stunden nach der Landung auf der Insel die Fragen hierzu kaum eigenständig beantwortet werden konnten.

Am nächsten Tag wurde die Insel mit dem Rad erkundet: Leuchtturm, Strandbar, Nationalpark – alles war im Programm erhalten. Das gute Wetter lud zudem immer wieder zu kleinen Abstechern an den Strand und den vielen Aussichtspattformen ein. Abgerundet wurde der Tag mit einem leckeren Essen in einem heimischen Fischrestaurant. Nicht nur ein Muss, sondern echter Genuss!

Am nächsten Tag erwartete die Gruppe eine Führung mit einem alten Insel-Unikum, der in seinen vielen Dienstjahren als Standesbeamter auch Bekanntschaft mit Sarstedt gemacht hatte. So klein ist die Welt! Die Tour ging zunächst zum Kurtheater, welches im vorletzten Jahrhundert nach dem Vorbild des Opernhauses in Hannover erbaut wurde und in dessen festlichen Rahmen noch heute Theater- und Filmvorführungen stattfinden. Weitere launige Anekdoten zur Insel und seinen Bewohnern gab es auf dem weiteren Spaziergang nebst einem wunderbaren Rund-um-Blick vom Hotel „Vier Jahreszeiten“.

Viel zu schnell verging die Zeit, denn am Nachmittag war bereits der Weg zurück nach Sarstedt anzutreten. Es bleibt die Vorfreude auf die nächste Fahrt in 2020, die dann zugleich die 25. Wochenendfreizeit sein wird. Bis dahin wird mittwochs eifrig geturnt, Neuzugänge sind herzlich willkommen!



Turnen – Ergebnis-Ticker

5 x Platz 2, 2 x Platz 3, 2 x Platz 4 und
1 x Platz 6 für unsere Turnerinnen.

Die diesjährige Kreismannschaftsmeisterschaft im Gerätturnen weiblich richtete unsere Turnabteilung aus. Insgesamt starteten 235 Turnerinnen aus 8 Vereinen des Turnkreises Hildesheim-Alfeld. Wir waren mit 10 Mannschaften vertreten.

Wettkampf 0 – Jahrgang 2013 und jünger

2. Platz für Lilly Luise Klinger, Laura Jasny, Lujain Hinawi und Diana Kniss
3. Platz für Lina Kosowski, Emily Jollet, Miriam Algaier, Janne Brünje, Sofia Lindt

Wettkampf 1 – Jahrgang 2012 und jünger

2. Platz für Luise Larisch, Emilia Przyklenk, Grete Burandt, Luisa Kramm

Wettkampf 4 – Jahrgang 2008 und jünger

4. Platz für Sophia Kranz, Niya Bödeker, Leony Kress und Annika Scharlach

Wettkampf 6 – jahrgangsoffen P6-P8

6. Platz für Vanessa Jasny, Emilie Hackenjos, Josephine Puzin, Finja-Charlotte Keip, Lea-Sophie Keberlein

Wettkampf 2 – Jahrgang 2011 u. jünger, P4-P5

2. Platz für Leah-Antonia Matulla, Alexia Dautov, Magdalena Wozny, Johanna Sydow, Allegra Haupt und Alessa Mahler

Wettkampf 7 – jahrgangsoffen, LK 4

3. Platz für Melina Grindel, Onelia Birca, Janette Mahler, Mira Anthes, Miriam Döring, Lisa Meynecke

Wettkampf 5 – jahrgangsoffen, P3-P5

2. Platz für Milena Kroll, Maya Mehner, Hannah Döring, Katharina Schlag und Janne Wiesehan
4. Platz für Gioia Menchise, Emily Schlegel, Karla Benedickt, Liana Hahn, Isabelle-Marie Hanel und Juliane Kraus

Wettkampf 8 – jahrgangsoffen, LK 3

2. Platz für Viktoria Schmelzle, Leonie Janze, Tine Krümmel, Selina Zimmermann, Angelika Schmelzle und Marie Veckenstedt



2. Platz für die Kürstufe LK3



Platz 2 für die jahrgangsoffene Pflichtstufe P5



Katrin Engelbart verleiht den Turnerinnen die Medaillen



4. Platz für die Pflichtstufe P6-P7



Platz 3 für unsere Jüngsten



Platz 6 für die Pflichtstufe P6-P8



2. Plätze für die Jahrgänge 2013 und 2012



Rast bei der Kutschfahrt nach Müden

55 Mitglieder kamen zum fröhlichen Sommerfest

Ein fröhliches Sommerfest haben 55 Mitglieder unserer Abteilung Freizeit und Kultur im Schützenhaus der Alten Schützenhilfe erlebt. Heidi Siemers, Annelies Istel und Ursel Bringmann hatten ein vielfältiges Programm zusammengestellt. Mit der Begrüßung durch die Abteilungsleiterin Heidi Siemers und einem gemeinsamen Lied, „Die Gedanken sind frei“, begann die Veranstaltung. Anschließend wurde dann das vielfältige Büfett eröffnet, das Frau Peters wieder sehr gut zusammengestellt hatte. Mit dieser guten Grundlage ging es dann nach draußen und als Erstes gab es unter der Leitung von Annelies Istel Spiele mit dem Ball und einer Kunststoffschlinge, die im Wechsel zum Gegenüber geworfen werden mussten. Das bedeutete höchste Konzentration und sportliche Geschicklichkeit.

Danach gab es erstmal eine kleine Klönpause. Heidi Siemers motivierte anschließend die Teilnehmer noch zum Petanque und einem Wurfspiel. Hier wurden drei Preise verliehen. Es gewannen Renate Langner, Albert Harenkamp und Eva Kleiner beim Petanque und Dagmar Herde konnte beim Wurfspiel mit nur einem einzigen gültigen Wurf gewinnen.

Zum Abschluss wurden dann von Ursel Bringmann gymnastische Übungen mit entsprechender Musik angeboten. Alle, die bei den sportlichen Angeboten mitge-

macht hatten, waren bei den sonnigen Temperaturen gut erwärmt! Nach der sportlichen Betätigung ging es zum Kaffee und Kuchen wieder hinein. Annelies Istel hatte noch ein Quiz verteilt; bei dem die grauen Zellen belebt wurden. Mit viel Spaß und Freude und dem Lied „Das Wandern ist des Müllers Lust“ endete unser unterhaltsames Sommerfest.

Ausflug zum Kloster Ebstorf und nach Müden

Die Fahrt nach den Sommerferien führte zum Kloster Ebstorf und nach Müden. Kloster Ebstorf liegt im schönen Schwienatal und beeindruckt durch die ruhige Schönheit und Geschlossenheit eines über so lange Zeit erhaltenen mittelalterlichen Klosteranwesens. Hier bekamen wir eine sehr fachkundige Führung von zwei Klosterdamen. Aus dem ehemaligen Benediktinerinnenkloster ist nach der Reformation, die gegen große Widerstände eingeführt wurde, ein evangelisch-lutherischer Konvent geworden. Wo im Mittelalter vorwiegend Frauen aus meist adligen Familien der Umgebung lebten, gestalten heute ehemals berufstätige Frauen aus unterschiedlichen Berufen einen frei gewählten Lebensabschnitt.

Heute lebt hier ein evangelischer Konvent unter der Leitung einer gewählten Äbtissin mit fünf Frauen, die sich jede nach ihren Fähigkeiten einbringen. Zu den vielen Kunstschatzen zählt die Ebstorfer Welt-

karte, die in einer einzigartigen Größe und Fülle das christlich-europäische Weltbild des ausgehenden Mittelalters darstellt. Das Original ist leider im zweiten Weltkrieg verbrannt, aber man hat sie anhand vieler alter Unterlagen wieder hergestellt. Weitere Kunstschatze gibt es im Kloster und in der Kirche: Die Kreuzgänge aus dem 13. und 14. Jh., die Konsol- und Schlusssteine und den Glasfensterzyklus nach dem Heils Spiegel sowie alte Truhen. Es war eine 90-minütige Führung vorgesehen, daraus wurden fast 120 Minuten. Es war so viel Interessantes zu erkunden, dass wir festgestellt haben, wir müssen nochmal wieder kommen, da die Zeit nun zu knapp wurde, weil wir in Müden/Ö. für eine Suppenkutschfahrt angemeldet waren.

Hier ging es dann verteilt auf zwei Kutschen los. Nach einer Stunde gab es die gewünschten Suppen – Erbsen- oder Gulaschsuppe je nach Wahl. Nach etlichem Nachschlag waren alle dann gut gesättigt. Im Anschluss an die Kutschfahrt war dann noch Zeit in Müden zum Bummeln und der Besuch des Bauerncafés mit den wunderbaren Torten rundete den gelungenen Ausflug ab.

Bielefeld gibt es doch!

Die nächste Fahrt ging nach Bielefeld, die Stadt, die es angeblich ja gar nicht gibt. Hier begrüßte uns eine fachkundige Stadtführerin, um gemeinsam auf einer Busfahrt in anderthalb Stunden die Großstadt am



Preise gab es für Renate Langner, Albert Harenkamp, Eva Kleiner und Dagmar Herde



Köstliche Leckereien in der Dr. Oetker Welt

Teutoburger Wald zu entdecken. Mit 338 000 Einwohnern ist Bielefeld eine der 20 größten Städte Deutschlands. Die Route begann am Stadttheater und führte weiter zur Ravensberger Spinnerei. Bielefeld war früher Zentrum der Leinenindustrie und daher gibt es das Leineweber-Denkmal.

Dass die Stadt immer mehr Einwohner bekommt, liegt an der jungen Universität. Weiter ging es dann zu der v. Bodelschwingschen Stiftung Bethel. Das ist ein sehr schön angelegter Stadtteil mit allen Möglichkeiten für die Bewohner. Der Rückweg führte an der Rudolf-Oetker-Halle vorbei. Die Firma Oetker ist der größte Sponsor und Arbeitgeber der Stadt.

Nach diesen vielen Eindrücken ging es dann zu Fuß zum Mittagessen ins Brauhaus, wo es eine deftige Mahlzeit und das ein oder andere gute Bier dazu gab.

Danach waren alle wieder gestärkt und bereit für den nächsten Programmpunkt: ein Besuch der „Dr. Oetker Welt“. Sie befindet sich in einem ehemaligen Produktionsgebäude für Puddingpulver aus dem Jahre 1914. Das Gebäude ist wunderbar restauriert und mit moderner transparenter Architektur gestaltet. Wir haben dann drei Stunden lang die „Dr. Oetker Welt“ auf 1500 m² Ausstellungsparcours durch die unterschiedlichen Themenbereiche erkundet.

Während des Rundgangs gab es auch immer wieder Leckereien zu probieren. Zum Abschluss der Führung wurden wir eingeladen zu Pizza, Kuchen, Pralinen, Müsli und Getränken. Bei der Führung erhielt jeder ein Gästeschild und nun wurde bekannt gegeben, dass derjenige, der einen roten Punkt auf dem Gästeschild hat, für ein Jahr die „Dr. Oetker Zeitung“ erhält. Gewonnen hat hierbei Dorle Petschkuhn.

Zum Abschied bekam jeder Teilnehmer der Fahrt noch ein Überraschungspaket mit auf den Weg. Nun kann uns wirklich keiner mehr erzählen, dass es Bielefeld nicht gibt!

Käthe Willms feiert ihren 100. Geburtstag

Herzlichen Glückwunsch sagen wir Käthe Willms zum 100. Geburtstag!

Im Kreise ihrer Familie und vielen Gratulanten überbrachte auch unser 1. Vorsitzender Eric-B. Kieke die besten Glückwünsche zu diesem besonderen Ehrentag. Im Rahmen einer kleinen Feier im Altenheim Heilig Geist war ein Büfett angerichtet und zur Freude des Geburtstagskindes sangen die Kinder der St. Hedwig Kita ein Ständchen.

Wir wünschen Frau Willms noch viele wunderbare Jahre und Geburtstage.





Windsurfing

SUP Yoga im August 2019

SUP (Stand Up Paddling) ist seit 2018 in unserer Windsurfsparte integriert. Yoga auf dem SUP, das wollten wir schon immer mal ausprobieren. Mit Ariane hatten wir eine SUP-begeisterte Yoga-Lehrerin gefunden. Ende August haben sich dann 10 SUPer und SUPerinnen an unserer Surfhütte eingefunden. Nach kurzer Einführung ging es bei wunderbarem Wetter aufs Wasser. Die SUP-Boards wurden zusammen gebunden, kurze Entspannungsübung und dann: eine bunte Mischung vom Brett zum Baum, viel Spaß, alles dabei. Alle waren sich einig: das wird 2020 wiederholt.

Kochen am See Mitte September 2019

18 Wassersportlerinnen und -sportler trafen sich zum traditionellen „Kochen am See“. Das Organisationsteam Delle, Ka-

thinka, Florian und Sabine hatte ein hervorragendes Menü ausgearbeitet.

Zur Anregung:
Räucherfischmayonnaise
auf Pumpernickel

Als Vorspeise:
Kartoffelsüppchen mit Garnelen

Als Hauptgericht: gegrillten Thaisch
mit Pfannengemüse und Reis

Zum Dessert: Kaiserschmarren, gegrillte
Birne mit Honig und Frischkäse

Das Wetter spielte mit. Eine schöne (und auch nahrhafte) Veranstaltung. Alle Teilnehmer waren sich sicher, diese Tradition wird auch 2020 beibehalten.

Saisonabschluss Stand Up Paddling Ende Oktober 2019

Unsere Stand Up Paddlerinnen und -paddler nutzen das tolle Wetter Ende Oktober für eine letzte Feierabendrunde auf dem

Giftener See. Die Wettervorhersage war positiv, so dass der Trainer eine spontane Einladung an die Gruppe schickte und 8 Wassersportler sich ebenso spontan für den SUP Abend anmeldeten.

Bei 18 Grad und Sonnenschein ging es aufs Wasser, eine Runde zu den Seglern und wieder zurück. Milde Luft und ein phantastischer Sonnenuntergang sorgten für das passende Ambiente am letzten SUP Termin in 2019.

Endlich ein Umkleideraum

Das Projekt stand schon seit Jahren auf der Agenda, aber nicht mit erster Priorität. Vorher musste der Bestand an Surfbrettern und Segeln auf einen neueren Stand gebracht, aufgeräumt und nicht notwendiges Material verkauft werden. Der Aufbau der Sportart SUP (Stand Up Paddling) hat viel Zeit und auch Geld gekostet.





Aber in diesem Jahr war es dann soweit. Ein Plan wurde gezeichnet, Genehmigungen wurden eingeholt, Spender akquiriert, Material (Verkleidungsbretter und Schrauben sind neu, Balken, Beschläge, Verbinder und die Tür waren vorher schon einmal verbaut) eingekauft. Startschuss war am 10. September. Die bestehende Veranda wurde mit einer stabilen Unterkonstruktion versehen, eine Tür eingebaut und das Ganze mit witterungsbeständigen Lärchenbrettern verschlossen. Pünktlich zum Saisonende konnte das Vorhaben beendet werden. Die Windsurfabteilung hat endlich einen Umkleideraum, in dem während der Saison auch Standup Paddling Boards gelagert werden können.

Windsurfabteilung wurde im November vom Deutschen Segler-Verband für „Erfolgreiche Vereinsausbildung 2019“ ausgezeichnet

Ausbildung wurde in der Windsurfabteilung immer groß geschrieben. Wir haben Kinder, Jugendliche und Erwachsene an

den Windsurfsport herangeführt. Jedes Jahr legen Teilnehmer unserer Windsurfkurse die Grundscheinprüfung ab.

Wir konnten das Windsurf-Übungsleiter-Team erweitern. In den letzten 3 Jahren haben 5 unserer Vereinsmitglieder die mehrere Wochenenden dauernde Ausbildung zum DSV-Windsurflehrer erfolgreich bestanden und bilden am Giftener Teich aus. Karsten und Arndt sind darüber hinaus lizenzierte SUP-Trainer.

Das alles hat den DSV dazu bewogen, unseren Verein für „Erfolgreiche Vereinsausbildung 2019“ auszuzeichnen. Guido und Karsten haben die Ehrung auf dem Deutschen Seglertag Ende November in Empfang genommen. Die Auszeichnung ist Ansporn für uns, auch in den nächsten Jahren viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene für diesen tollen Wassersport zu begeistern.





Bezirksentscheid des Deutschen Mannschaftswettbewerbes in Hildesheim

Zwischen den Sommer- und Herbstferien fanden wieder einige Schwimmwettkämpfe statt, die über zwei Tage gingen. Sowohl die Aktiven, als auch die Kampfrichter und Trainer verbrachten somit ganze Wochenenden im Schwimmbad, um Bestleistungen zu erzielen und sich für die Bezirks- und Landesmeisterschaften zu qualifizieren. Selbst in den Herbstferien trainierten die Wettkampfschwimmer in acht 1,5- bis 2-stündigen Trainingseinheiten und investierten viel Freizeit ins Schwimmen. Bei Train-

ningsstrecken von jeweils bis zu 4,5 km kamen dabei etliche Kilometer zusammen.

28. Pokalschwimmfest der SV Burgwedel im Freibad Burgwedel

Am Wochenende vom 24. bis 25.08.2019 fand das alljährliche Pokalschwimmfest des SV Burgwedel im dortigen Freibad statt. Für viele Schwimmer ist dieser Wettkampf ein besonderes Erlebnis, da man auf dem

Freibadgelände zelten und somit auch noch spät abends ins Wasser springen kann.

Bei herrlichem Sonnenschein und heißen Temperaturen an beiden Tagen schickten wir 16 Teilnehmer an den Start und freuten uns über 18 x Gold (3 x Julian Limmer, 1 x Miriam Limmer, 1 x Titus André Kossler, 1 x Finn Jannis Schmidt, 1 x Antonia Kansy, 1 x Sarah Grothe, 5 x Lenny Hannes Brinkmann, 3 x Quentin Kossler, 2 x Malina Kasten, 1 x

Gute Erfolge beim Pokalschwimmfest in Burgwedel





Staffelsieger in Burgwedel



Zelten im Freibad Burgwedel

Sophie Wrobel) , 23 x Silber (1 x Julian Limmer, 3 x Titus Andrè Kossler, 3 x Finn Jannis Schmidt, 4 x Antonia Kansy, 3 x Sarah Grothe, 2 x Hanna Wissel, 2 x Lenny Hannes Brinkmann, 1 x Quentin Kossler, 3 x Malina Kasten, 1 x Sophie Wrobel) und 4 x Bronze (1 x Julian Limmer, 1 x Sarah Grothe, 1 x Lenny Hannes Brinkmann, 1 x Malina Kasten) in der Einzelwertung ohne Staffeln. Damit erreichten wir zusammen mit den Leistungen von Maxim Maul, Tom Lesnicki, Jannes Nofz, Jule Brinkmann und Tamina Rieder Platz 6 in der Vereinswertung. Der große Höhepunkt für uns waren aber die Staffeln. Für jede angebotene Altersklasse wurden von uns zwei Teams bzw. ein Team in der offenen Klasse ab Jahrgang 2001 ins Wasser geschickt, wobei nur die jeweils beste Staffel der jeweiligen Altersklasse gewertet wurde. Insgesamt gelang unseren Staffeln bei 6 von 9 Wertungen der Sprung aufs Treppchen, was am Ende, für alle überraschend, doch den Gesamtstaffelsieg aller teilgenommenen Vereine bedeutet.

1. Platz 4 x 50 m Bruststaffel

Jg. 2004 - 2007 mixed
mit Lenny Hannes Brinkmann (Jg. 05), Antonia Kansy (Jg. 06), Finn Jannes Schmidt (Jg. 07), Hanna Wissel (Jg. 05).

2. Platz 4 x 50 m Freistilstaffel

Jg. 2004 - 2007 mixed
mit Lenny Hannes Brinkmann (Jg. 05), Malina Kasten (Jg. 04), Antonia Kansy (Jg. 06), Quentin Kossler (Jg. 05).

3. Platz 4 x 50 m Lagenstaffel

Jg. 2004 - 2007 mixed
mit Hanna Wissel (Jg. 05), Lenny Hannes Brinkmann (Jg. 05), Antonia Kansy (Jg. 06), Malina Kasten (Jg. 04).

2. Platz 4 x 50 m Bruststaffel

Jg. 2008 - 2011 mixed
mit Mia Charlotte Laaser (Jg. 08), Maxim Maul (Jg. 08), Miriam Limmer (Jg. 09), Chris Malte Hergesell (Jg. 08).

3. Platz 4 x 50 m Lagenstaffel

Jg. 2008 - 2011 mixed
mit Chris Malte Hergesell (Jg. 08), Mia Charlotte Laaser (Jg. 08), Miriam Limmer (Jg. 09), Hannah Becker (Jg. 11).

3. Platz 4 x 50 m Freistilstaffel

Jg. 2008 - 2011 mixed
mit Titus Andrè Kossler (Jg. 09), Tamina Rieder (Jg. 08), Miriam Limmer (Jg. 09), Chris Malte Hergesell (Jg. 08).

Kreismeisterschaften Kurze Strecke im Deisterbad Barsinghausen

Am 21. und 22.09.2019 fanden die Kreismeisterschaften des Kreises Hannover-Land der kurzen Strecken statt. Wir mussten krankheitsbedingt einige Ausfälle hinnehmen, waren aber mit 12 Aktiven dennoch erfolgreich vertreten. Mit 9 x Gold (2 x Sina Hoepfner, 5 x Quentin Kossler, 2 x Malina Kasten), 10 x Silber (2 x Titus

In Barsinghausen bei der Kreismeisterschaft



Platz 1 der Gesamtwertung für Julian Limmer in Alfeld





DSMJ Jungs Titus Andre Kossler und Johann Wirries



DSMJ Mädchen Heidi Wissel und Mia Sophie Schmidt



Irmtraut Blanke 4-fache Landesmeisterin bei den Landes-Masters-Meisterschaften

Andrè Kossler, 1 x Heidi Wissel, 1 x Finn Jannis Schmidt, 2 x Hanna Wissel, 2 x Quentin Kossler, 2 x Malina Kasten) und 6 x Bronze (1 x Titus Andrè Kossler, 2 x Hanna Wissel, 2 x Quentin Kossler, 1 x Malina Kasten) konnten wir in der Vereinswertung Platz 7 belegen zusammen mit den Ergebnissen von Janes Nofz, Mia Sophie Schmidt, Sophie Wrobel, Milena Ellhoff und Miriam Limmer. Da diese Vereinswertung bei Kreismeisterschaften immer eine besondere Bedeutung hat, gehen viele Schwimmer auch über für sie nicht so beliebte Strecken an den Start. Viele neue Bestzeiten konnten bejubelt werden und die schwimmfreie Zeit zwischendurch verbrachten alle bei herrlichstem Herbstwetter draußen.

27. Sprintwettkampf der SSG Leinebergland

Zeitgleich mit den Kreismeisterschaften Kurze Strecke fand der 27. Sprintwettkampf im Alfelder Schwimmbad statt. Dort gab es eine Mehrkampfwertung über jeweils 50 m und 100 m Brust und Freistil. Von uns ging nur Julian Limmer (Jg. 2011) an den Start, der auf den beiden 50-m-Strecken jeweils den ersten und auf den beiden 100-m-Strecken jeweils den 2. Platz erreichte. Damit erzielte er in seinem Jahrgang den 1. Platz der Gesamtwertung.

Bezirksentscheid des Deutschen Mannschaftswettbewerbes (DMSJ) in Hildesheim

Am 28. und 29.09.2019 trafen sich 120 Schwimmerinnen und Schwimmer aus 14 Vereinen des Bezirkes Hannover zu dem Bezirksentscheid des Deutschen Mannschaftswettbewerbes. Das Besondere an diesem Wettbewerb ist, dass ausschließlich Staffeln in allen Lagen und bestimmter Jahrgänge geschwommen werden. Also stand hier mal das Team ganz allein im Fokus.

Wir gingen als SG Rethen/Sarstedt mit 5 Mannschaften unterschiedlicher Jahrgänge an den Start. Leider mussten sich gleich 3 Teams durch krankheitsbedingte Ausfälle für den 2. Wettkampftag abmelden. Die weibliche Jugend D-Mannschaft (Jg. 2008 - 2009) mit Mia Sophie Schmidt, Milena Ellhoff, Heidi Wissel und Mia Charlotte Laaser (alle Jg. 2008) landete im Endergebnis auf Platz 7. Unser Team der männlichen Jugend D (Jg. 2008 - 2009) mit Titus Andrè Kossler (Jg. 2009), Johann Wirries (Jg. 2008), Chris Malte Hergesell (Jg. 2008) und Maximilian Mewes (Jg. 2008) konnte über 4 x 100 m Rücken Platz 3 erkämpfen, dazu schwammen sie 3 x die viertbeste Zeit (4 x 100 m Freistil, 4 x 50 m Schmetterling, 4 x 100 m Lagen) und einmal Platz 6 über 4 x 100 m Brust. Im Endergebnis profitierten die Jungs von einem Missgeschick einer anderen Mannschaft, die durch eine Disqualifikation ausschieden und belohnten sich am Ende mit der Bronzemedaille.

Teilnahme an Wettkämpfen der Schwimm-Master

Irmtraut Blanke (Altersklasse 65) startete für unseren Verein an folgenden Wettkämpfen:

40. Internationale Harzer Masters-Schwimmgala um den Goslarer Adler
Irmtraut Blanke ging insgesamt sieben Mal an den Start. 227 Teilnehmer aus 44 Vereinen und 11 Bundesländern nahmen teil.

Ergebnisse:

50 m	Brust	Platz 1
100 m	Rücken	Platz 2
100 m	Lagen	Platz 3
100 m	Freistil	Platz 3
50 m	Rücken	Platz 3
50 m	Freistil	Platz 4

Bei 50m Rücken und 50m Brust konnte sie Bestzeiten erzielen.

Norddeutsche Meisterschaften der Masters in Braunschweig
In Braunschweig nahmen 565 Teilnehmer aus 137 Vereinen und 8 Bundesländern teil. Irmtraut nahm insgesamt an 5 Starts teil und wurde zweifache Nordische Meisterin. Außerdem schwamm sie 200m Rücken in einem Wettkampf.

Ergebnisse:

50 m	Brust	Platz 1
100 m	Brust	Platz 1
50 m	Rücken	Platz 2
100 m	Rücken	Platz 2
200 m	Rücken	Platz 2

51. Deutsche Meisterschaft der Masters „Kurze Strecke“ in Karlsruhe
In Karlsruhe starteten 891 Teilnehmer aus 236 Vereinen aus allen 16 Bundesländern. Hier hatte sich Irmtraut für 5 Starts die Pflichtzeiten zur Teilnahme erfüllt und schwamm 2-mal knapp an den Medaillenträgen vorbei.

Ergebnisse:

50 m	Rücken	Platz 4
50 m	Brust	Platz 4
100 m	Rücken	Platz 5
100 m	Brust	Platz 7
50 m	Freistil	Platz 8

Landes-Masters-Meisterschaften
Bei den Landesmeisterschaften in Goslar schwammen 137 Teilnehmer aus 42 Vereinen. Irmtraut meldete sich bei 6 Starts und wurde 4-fache Landesmeisterin.

Ergebnisse:

100 m	Rücken	Platz 1
50 m	Rücken	Platz 1
50 m	Freistil	Platz 1
200 m	Brust	Platz 1
50 m	Brust	Platz 2
100 m	Brust	Platz 2



Mitarbeiterausflug

Als Dankeschön für das ehrenamtliche Engagement unserer vielen Übungs- und Abteilungsleiter lud das Vorstandsteam im September zum Mitarbeiterausflug ein. Ziel war diesmal der Erlebnishof Lahmann in Otze bei Burgdorf zum Swin Golf.

48 Mitarbeiter trafen sich morgens am Sarstedter Bahnhof, um von hier aus mit dem Zug über Hannover nach Otze zu fahren. Ein kleiner Spaziergang durch das beschauliche Örtchen führte zum Ziel, dem Golfplatz für Jedermann. Hier teilten sich kleine Gruppen ein, die mit Bollerwagen voller Getränke und Golf-Utensilien ausgestattet wurden und zunächst eine kleine Einweisung mit Platz- und Spielregeln erhielten. Und schon ging es los auf die Bahn. Es hat allen sichtlich viel Spaß bereitet.



Nach zweieinhalb Stunden Bälle schlagen, Bälle suchen, viel Bewegung an der frischen Luft wartete auch schon ein leckeres Mittagessen. Gemütliches Beisammensitzen mit vielen netten Gesprächen rundete die gelungene Veranstaltung ab.



Judo

Joanneke und Kilian bei den Regionsmeisterschaften

Judo-Sommerfest

Bei strahlendem Sonnenschein feierten die Judoka und ihre Familien Ende August ihr Sommerfest auf dem Sportplatz am Schulzentrum. Trotz kurzer Vorwarnzeit waren viele Leute da und nutzten die Zeit für nette Gespräche und gutes Essen, dass wie gewohnt und sehr bewährt aus zahlreichen Spenden zusammengesetzt war.

Die Jugendtrainer haben wieder gezeigt, dass sie es locker schaffen, eine große Horde Kinder auch außerhalb der Judo-Halle zu bespaßen: es gab viele sommer-taugliche Spiele und die paar Spritzer aus den Wasserpistolen waren viel zu schnell getrocknet.

Dank der vielen Gäste, die zum Ende hin mit anpackten, war der Sportplatz und die Mensa ruckzuck wieder aufgeräumt und alle, die wollten, konnten direkt im Anschluss zu einem wunderschönen Abend der Genüsse weiter gehen.

Regionsmeisterschaften der U12 in Holle

Am 1. September waren unsere Judoka Katharina Rothert, Joanneke Schütze und Kilian Hertel in Holle auf den Regionsmeisterschaften der U12 (bis 11 Jahre): Kilian erkämpfte sich mit einer sehr knapp verlorenen ersten Begegnung, einem starken Widerstand auf hohem Niveau gegen den sehr guten späteren Regionsmeister sowie einem nach nur wenigen Sekunden gewonnenen dritten Kampf eine verdiente Bronzemedaille.

Katharina musste als erste unserer beiden weiblichen Vertreterinnen auf die Matte. Ihre erste Gegnerin konnte sofort eine Hüfttechnik mit anschließendem Haltegriff ansetzen, so dass dieser Kampf recht schnell verloren war. Katharina ließ sich aber nicht beeindrucken und hat ihren nächsten Kampf souverän durch das geschickte Ausnutzen zweier Wettkampfsituationen im Boden gewonnen. Am Ende des Tages stand auch sie mit einer Bronzemedaille auf dem Treppchen.

Kein Glück hatte Joanneke bei dieser Meisterschaft mit der Zulosung ihrer Gegnerinnen. Hier war von Anfang an klar, dass für den Platz auf dem Podest alles stimmen musste. In ihrer ersten Begegnung lag sie zurück und konnte trotz engagierter Aufholjagd nichts mehr am Ergebnis ändern. Danach trat sie gegen die Favoritin an, konnte lange mithalten und auch eigene Angriffe setzen, der Sieg der Gegnerin stand aber außer Frage. Im letzten Kampf ging es dann auch für Joanneke um Bronze, taktisch geschickt nutzte sie die Situationen aus und nach Rückstand und Aufholjagd stand es am Ende unentschieden, im Golden Score nutzte die Gegnerin eine kleine Unachtsamkeit Joannekes aus und damit blieb am Ende leider nur der undankbare vierte Platz.

Fünf Mal Edelmetall in Mellendorf

Nur zwei Wochen später starteten Katharina, Ben, Anthony, Felix und Kilian betreut von Dominik beim zweiten Tag des Kids-Cups. Es war ein erfolgreicher Wettkampf-

tag, wir gingen mit einer bronzenen, zwei silbernen und zwei goldenen Medaillen nach Hause: Katharina gewann ihren ersten Kampf souverän mit 10:0. Sie hielt ihre Gegnerin mit Kesa-Gatame und warf sie am Ende mit O-soto-otoshi. Ihren zweiten Kampf beendete sie mit einer knappen Führung, die sie durch einen Hüftwurf erzielte. Auch den dritten und vierten Kampf gewann Katharina souverän und wurde somit Erste.

Als nächstes war Ben an der Reihe: seinen ersten Kampf gewann er nach mehreren Hüfttechniken. Leider verlor er die anderen zwei Kämpfe ziemlich knapp, da seine Gegner ihn ebenfalls mit Hüftwürfen auskonterten und wurde Dritter.

Anthony gewann seinen ersten Kampf, nachdem er mit einem O-goshi in Rückstand geriet, aber dann einen Ippon durch einen Kesa-gatame erhielt. Seinen zweiten Kampf verlor er gegen einen Gegner, der ein vielfältiges Technikrepertoire besaß. Sein nächster Kampf ging mit 3:3 in den Golden Score und da dort keine Wertung mehr fiel, gab es einen Kampfrichterentscheid, den Anthony knapp gewann. Seinen vierten und letzten Kampf gewann er deutlich nach einer Kombination aus Wurf und Haltetechnik. Damit hatte er seinen zweiten Platz sicher und verdient.

Felix schaffte es bei seinem ersten Turnier direkt auf den zweiten Platz: er gewann seinen ersten Kampf mit zwei Wazari und einem Shido seines Gegners. Die zweite Begegnung verlor er gegen einen Gegner, der ebenfalls ein sehr großes Repertoire mitbrachte. Seine letzten Kämpfe gewann

er sowohl mit schönen Standtechniken als auch mit guter Bodenarbeit.

Als letzter Kämpfer dieses Tages startete Kilian, der seinen ersten Kampf gegen einen ihm bereits bekannten Gegner mit einer Vielfalt von Techniken gewinnen konnte. Seinen zweiten Kampf entschied er mit einem Tani-Otoshi, welcher einer seiner Lieblingswürfe ist, und einem Haltegriff für sich. Seine letzten beiden Kämpfe gewann er mit Ko-ushi-gari-Kombinationen und zwei Haltegriffen. Somit erkämpfte er sich unsere zweite Goldmedaille.

Hart erkämpfter dritter Platz bei den Bezirkseinzelsmeisterschaften

Drei Wochen nach den Regionsmeisterschaften fanden in Misburg die Bezirksmeisterschaften der U12 (bis 11 Jahre) in statt. Bei den Regionsmeisterschaften hatten sich Katharina Rotherth, Joanneke Schütze und Kilian Hertel für die Bezirksmeisterschaft qualifizieren können. Katharina und Kilian bekamen es in ihren Pools mit durchweg sehr starken Kontrahentinnen bzw. Kontrahenten zu tun: Zuerst ging Katharina an den Start. In den ersten beiden Duellen musste sie sich trotz sehr guter Leistung leider knapp geschlagen geben. Auch der dritte Kampf verlief unglücklich, da eine Verletzung sie zur Aufgabe zwang. Den letzten Kampf konnte Katharina daraufhin leider nicht mehr bestreiten.

Für Kilian war nach Bekanntwerden der Mitstreiter in seinem Pool klar, dass die Chance auf einen Podestplatz heute eher gering sein würde. Mit guten Wurfaktionen holte er sich zwar in fast allen Kämpfen Wertungen, hatte am Ende aber nicht das notwendige Glück, eine Führung über die Zeit ins Ziel zu bringen.



Gruppenfoto bei den Bezirkseinzelsmeisterschaften der U12

Besser lief es bei Joanneke: Im ersten Kampf führte sie anfangs mit hoher Wertung, dann aber konnte ihre Gegnerin eine Unachtsamkeit ausnutzen und kurz vor Schluss nach Punkten gleichziehen. In der anschließenden Verlängerung erzielte keine der beiden Kämpferinnen eine Wertung. Joanneke aber hatte durch ihre ständigen Angriffsaktionen bei den Kampfrichtern den aktiveren Eindruck hinterlassen, die ihr dann verdient den Sieg zusprachen. Der zweite Kampf gegen die spätere Bezirksmeisterin ging erwartungsgemäß verloren. In der dritten Begegnung konnte Joanneke eine Wertung nach der anderen erzielen und vorzeitig als Siegerin von der Matte gehen. In ihrem letzten Kampf ging es dann um Silber oder Bronze. Überrascht von einem schnellen Angriff ihrer Kontrahentin lag Joanneke schnell

zurück. Zwar konnte sie im weiteren Verlauf aufholen, am Ende der Kampfzeit lag ihre Gegnerin jedoch mit knappem Vorsprung in Führung. Insgesamt konnte sich Joanneke über ein gutes Ergebnis, den 3. Platz, sehr freuen.

Auch in diesem Jahr waren unsere Kinder und Jugendlichen wieder gut dabei, einige junge Nachwuchsjudoka sind dazu gekommen und erweitern unser bewährtes Wettkampfteam.

Bei diversen Festen, Hallenübernachtungen und der Judo-Safari hatten Eltern und Kinder Spaß und Freude und sie alle haben sich die Winterpause jetzt redlich verdient!



La Rocca Ristorante - Pizzeria

Hildesheimer Straße 572
30880 Laatzen-Gleidingen

Tel.+ Fax: (0 51 02) 67 77 60

Das La Rocca-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten:
Di. - Sa. 17.00 - 24.00 Uhr
Sonntags 12.00 - 24.00 Uhr
Montags Ruhetag



DAN-Diplom für Mark Hofbauer, Margret Ehlert-Kull und Hans-Georg Berndt

Karate

Prüfung erfolgreich gemeistert

Gleich drei Trainierende unserer Karateabteilung stellten sich dieses Jahr im Anschluss an den Hildesheimer Pfingstlehrgang der Prüfung zum Schwarzgurt, dem ersten Dan. Unter den fordernden Blicken der beiden Prüfer Dieter Mansky (Träger des 9. Dan) und Wolfgang Hagge (8. Dan) zeigten die Dan-Anwärter die verschiedenen Disziplinen, die die Beherrschung der Karate-Techniken, den Kampf gegen imaginäre Gegner sowie den freien Kampf gegen einen Mitstreiter umfassen. Das obligatorische Vorbereitungsjahr unter intensiver Betreuung durch unsere Trainer machte sich für alle drei Anwärter bezahlt.

Bei der anschließenden Urkundenvergabe hoben die Prüfer bei Hans-Georg Berndt ausdrücklich die deutliche Steigerung im Vergleich zum Vorjahr hervor. Mark Hofbauer überzeugte durch realistische und praxisnahe Anwendungen der Techniken am Partner und Margret Ehlert-Kull freute sich über ein anerkennendes „Gut gemacht!“ von Mansky im Anschluss an die Prüfung.

Gemäß der Philosophie aller Budo-Kampfkünste betrachten die frisch gebackenen Schwarzgurträger ihren Erfolg nicht als Ziel ihrer Bemühungen, sondern als einen weiteren Schritt auf dem nie endenden Weg (japanisch „Do“) des Lernens.

Rechtzeitig zu den Sommerferien standen dann auch für unsere jungen Karateka wieder Kyu-Prüfungen, Prüfungen für Schülergrade, an. Insgesamt 15 Kinder und Jugendliche stellten sich der Herausforderung und bestanden allesamt zur Zufriedenheit der Trainer und Prüfer. Von den 15 Prüflingen legten 12 die Prüfung zum 9. Kyu ab und standen somit das erste Mal vor einem Prüfungsausschuss. Von den anderen dreien wurde das Programm zum 5. Kyu (Blaugurt) abverlangt. Obwohl dies bereits ihre fünfte Prüfung war, konnte von Routine nicht die Rede sein, ist doch jedes Prüfungsprogramm und jeder Prüfer anders und verlangt den Prüflingen alles ab.



Tennis

1. Herren 40 sichern sich den 2. Platz in der Landesliga

Unsere 1. Herren 40 sind weiterhin unser sportliches Aushängeschild. Nach dem Aufstieg in die Landesliga im Sommer letzten Jahres und einem Wechsel von der Altersklasse 30+ in die Herren 40+ mussten die Spieler ein Mammutprogramm von 8 Punktspielen in der abgelaufenen Sommersaison zwischen Mai und Anfang September absolvieren. Mit vier Siegen, einem Unentschieden und drei Niederlagen konnte am Ende in einer weitestgehend ausgeglichenen Staffel der 2. Platz hinter dem souveränen Aufsteiger Bückeburger TV (16:0 Punkte) erzielt werden.

Mannschaftsführer Jan Boochs blieb dabei in allen seinen acht Pflichtspielen im Einzel ungeschlagen. Ähnliches gelang Michael Knauer mit 4 gewonnenen Einzeln in seinen verletzungsbedingt erfolgten 4 Einsätzen bei Punktspielen. Insgesamt zählte aber mal wieder die geschlossene Mannschaftsleistung, die in den Paarungen gegen den TC Grün-Gelb Burgdorf (4:2), TuS Wettbergen Hannover (5:1), TC GW Gifhorn (4:2) und gegen den TV GG Ramlingen-Ehlershausen (4:2) zum Sieg führte. Gegen den VfL Maschen konnte im letzten Spiel leider nur ein 3:3 Unentschieden nach den obligatorischen 4 Einzeln und 2 Doppeln erzielt werden. Gegen den Bückeburger TV WRB, TV Jahn Wolfsburg und TC BW Uelzen mussten sich unsere Cracks leider jeweils knapp mit 2:4 Matches geschlagen geben. Zur Mannschaft gehören: Michael Schneider, Dirk Mühe, Jan Boochs, Michael Knauer und André Hollemann.

2. Herren 40 erreichen enttäuschenden 3. Platz in der Bezirksliga

Die 2. Herren 40 musste sich nach einer eher durchwachsenden Saison wie im vergangenen Jahr mit dem dritten Platz in ihrer Staffel in der Bezirksliga begnügen. Nach 2 Siegen, 2 Unentschieden und einer Niederlage gegen den späteren souveränen Aufsteiger TV Gut-Heil Barum reichte es nur zu einem 3. Platz in einer Staffel mit 6 Mannschaften. Es spielten Alexander Rockel, Jens Kruse, Eric-B. Kiepke, Oliver Frie, Klas Brokmann. Verletzungsbedingt pausieren mussten die weiteren Teammitglieder Andree Zahir, Lars Dörrie und Dr. Bernd Schüttrumpf.

Herren 50 erreichen 2. Platz in der Bezirksklasse

Die Herren 50 konnten nach ihrem souveränen Aufstieg im vergangenen Jahr in der nächst höheren Spielklasse in ihrer Staffel mit 8:4 Punkten den 2. Platz hinter dem Aufsteiger TV RW Ronnenberg (10:2) erreichen. In den 6 Spielen resultierten 3 Siege, 2 Unentschieden und 1 Niederlage. Zur Mannschaft um Teamkapitän Jochen Demmer gehören Jörg Schatz, Dietmar Klages, Andreas Thimm und Jürgen Dieterich.

Herren mit ausgeglichener Bilanz

Die im vergangenen Jahr neu gemeldete Herren-Mannschaft um den neuen Mannschaftsführer Noah Bielenberg erzielten 2 Siege und 1 Unentschieden, mussten sich aber 2-mal geschlagen geben. Am Ende konnte das Team den 3. Platz mit 5:5 Punkten in ihrer 6er Staffel erreichen. Es spielten Dennis Montag, Ben Wemmer,

Nils Hanne, Alexander Giesecke, Marc Falkner, Hans Fischer und Maurice Vajen-Demmer.

Damen 40 mit Pech abgestiegen

Den Damen 40 um Mannschaftsführerin Kristen Pliske reichten am Ende leider auch 2 Siege und ein Unentschieden nicht zum Klassenerhalt. Leider führten 3 Niederlagen und ein Gesamtpunktverhältnis von 5:7 Punkten am Ende der Saison trotz Punktgleichheit mit dem Tabellenfünften aufgrund eines leicht schlechteren Matchverhältnisses zu dem vorletzten Platz und damit zum Abstieg aus der Bezirksklasse. Es spielten Kristin Pliske, Brigitte Dieterich, Dorothea Krantz, Christiane Sobe, Anne Risch-Peterß, Silke Knauer, Andrea Geisler und Karin Stefan-Siegmund.

Ausblick Wintersaison 2019/2020

In der bei Redaktionsschluss noch nicht begonnenen Winterhallensaison treten unsere Herren 40 um Mannschaftsführer Jan Boochs in der Verbandsliga in einer 7er Staffel an. Die Spiele finden von Anfang November bis Mitte Dezember 2019 statt. Seit langer Abstinenz konnten wir mit unseren Herren wieder eine Mannschaft in der offenen Klasse im Winter melden. Die Mannschaft um Rückkehrer und neuen Mannschaftskapitän Hans Fischer treten zwischen Anfang Januar und Anfang März in 6 Spielen in der Regionsklasse an.

Die Heimspiele finden in der Tennishalle in der Giesener Straße statt. Die konkreten Termine können einem Aushang in der Halle entnommen oder online unter <http://tnb.liga.nu/> eingesehen werden.

Bild von links Eric-B. Kiepke, Alexander Rockel, Oliver Frie, Jens Kruse. Es fehlt von den aktiven Spielern Klas Brokmann



Dirk Mühe, Michael Schneide, Michael Knauer Jan Boochs. Es fehlt André Hollemann.



Wandern



Jubiläumswanderung in den Vogler - Wie vor 45 Jahren!

Unsere Wanderer feiern 45-jähriges Bestehen

Die Wandersparte in unserem Verein hatte am 5. Oktober zu einer Jubiläumswanderung in den Vogler im Weserbergland eingeladen. Vor 45 Jahren hat sich im Vogler auf dem Ebersnacken die Wanderabteilung gegründet. Es war genau wie damals herbstliches Wetter und nieselte. Zu dieser Zeit gab es wenig vergleichbare Abteilungen in anderen Sportvereinen. Die erste Wanderung war geprägt von gespannter Erwartung und Neugier, denn immerhin haben wir mit der „Wanderei“ im Verein Neuland betreten. Die Möglichkeit, in regelmäßigen Abständen an Wanderungen durch die nähere und weitere Heimat teilnehmen zu können, hat zu einem unerwarteten positiven Echo geführt, denn es dauerte nicht lange und dem Ruf „Im TKJ wird gewandert“ folgten immer mehr Sarstedter. Diese Entwicklung ist bis heute geblieben.

38 Wanderbegeisterte kamen dem Aufruf in den Vogler nach, und in Fahrgemeinschaften ging es über den Ith nach Kirchbrak und weiter in den Voglerkessel hinein nach Heinrichshagen. Hier hatte unsere Abteilung oberhalb des Ortes eine Hütte angemietet. Nach Abstellen der Fahrzeuge führte Klaus Grzesinski unsere Wanderer am Fuße des Voglers in Richtung Breitenkamp. Die Wege waren durch das schlechte Wetter matschig und rutschig und man musste sehr aufpassen, um nicht zu stürzen. Nach Rückkehr zur Hütte gab es

eine zünftige Brotzeit mit Schinken, Mettwurst, Käse und natürlich Rotwein. Alle waren der Meinung, dass die „Wanderabteilung des TKJ“ auch in den nächsten Jahren positiv in die Zukunft schauen kann.

Hitzeresistente Wanderer beenden die lange Sommerpause

Von Sommerpause konnte keine Rede mehr sein, denn nicht nur 16 muntere Wanderer, sondern auch das Wetter waren auf Hochtouren! In Fahrgemeinschaften ging es von Sarstedt zunächst mit PKW

zum Kulf nach Lübbrechtsen. Gegen 11:00 Uhr bei noch „kühlen“ 24 °C begann der Aufstieg zum herrlichen Kammweg des Kulfes. Trotz Baumwurzeln und steilen Abhängen wurde der 1835 errichtete „Cölle-Turm“ von allen erreicht. Dort erläuterte Karl-Heinz Wasgien, der bei dieser Tour die Leitung übernahm, einiges zur Historie des Turms und zum Kulf. Nach einer kurzen Trinkpause ging es weiter zur geräumigen Steinkohlenhütte Deinsen. Hier wurde ausgiebig Rast gemacht, bevor es am Waldrand entlang zurück nach Lübbrechtsen ging. Bei 31 °C wurden die Beine beim Rückweg schon ziemlich schwer, aber

16 hitzerosistente Wanderer beim „Cölle-Turm“



immerhin die Rucksäcke durch den Verbrauch der Wasservorräte immer leichter. Nach der Ankunft an unserem Parkplatz waren alle zufrieden, bei dieser anspruchsvollen Wanderung mit dabei gewesen zu sein.

TKJ Sportler hatten im Oberharz eine super Wanderwoche

Die Wetteraussichten Ende Oktober waren gut und so trafen sich 16 Wanderfreunde (davon sechs vom TKJ Sarstedt) in der Hochmoorbaude des Hildesheimer Ski-klubs zur Raureifwoche!

Ziel waren geplante Wanderungen im Brockenbereich zwischen Torfhaus und Wurmberg. Der Weckruf am Morgen wurde von Gerd Beckmann mit einer Mundharmonika zelebriert um wach zu werden und dann wurde kräftig gefrühstückt und ein Lunchpaket für die Tagestouren eingepackt. Vor der Hochmoorbaude teilten sich, wie vorher abgesprochen alle Teilnehmer in eine Gruppe von Renate Grote und Harm-Jan Feenders geführt auf, um die unterschiedlichsten Tagestouren zwischen ca.12-20 km abzuwandern. Je nach Ziel und Kondition konnte jeder einmal mit der anderen Gruppe mitlaufen. Zur Mittagszeit wurden die bekannten Raststätten wie z.B. die Torfhausgaststätte oder Wurmberghütten bzw. Rinderstall und Rehbergergrabenhaus besucht.

Nach der Rückkehr und den genossenen Ausblicken ging es auf geschwungenen Wegen zum Ausgangspunkt zurück, wo für alle von der netten Hüttenwirtin Frau Kretschmer ein leckeres und warmes Abendessen vorbereitet war. Danach haben sich die Gruppen zu Spielen, zum Austausch der Tagestouren und sonstiger Themen zusammengesetzt. Ein wehmütiges Thema lag allen auf der Seele: das graue Band der abgestorbenen Fichten durch die Trockenheit der vergangenen Monate und durch den Borkenkäfer. So lag der bekannte Brockenstein am Fuße des Wurmberges nicht mehr im Wald, sondern fand sich auf einer freien Fläche wieder, wo vor nicht langer Zeit ein grüner Fichtenwald stand!



6 Wanderer vom TKJ waren mit bei der kooperativen Raureifwoche im Harz: Sonja Bartikowski, Ilse Neumann, Eva Kleinert, Gerd Beckmann, Helge Stetefeld und Renate Grote (von links nach rechts)

Trotzdem gingen alle Wanderfreunde jeden Morgen wieder los, um die schönen Herbsttage und die gute Luft zu genießen! Am Ende der Woche haben sich die meisten schon für das kommende Jahr mit hoffentlich mehr Teilnehmern aus Hildesheimer und Sarstedter Umgebung zu treffen!

Gerd Beckmann

TKJ



Sportschau 2019



KINDERSEITE

Heute widmen wir unsere Kinderseite zwei hervorragenden Leichtathletinnen – Emily Pischke und Lily Wildhagen. Beide sind seit 13 Jahren in unserem Verein Mitglied und trainieren in den letzten Jahren besonders hart. In dieser Zeitung wurde schon häufig über die unzähligen Leistungen von Lily und Emily berichtet. Nun gab es eine weitere tolle Ehrung: Sie wurden zu den besten Leichtathletinnen im Kreis Hildesheim gekürt!!!

Bei der jährlichen Arbeitstagung des Kreisleichtathletikverbandes Hildesheims gingen zwei von sechs Ehrungen an unsere Leichtathletikabteilung. Emily und Lily wurden für ihre sportlichen Leistungen des Jahres 2019 ausgezeichnet.

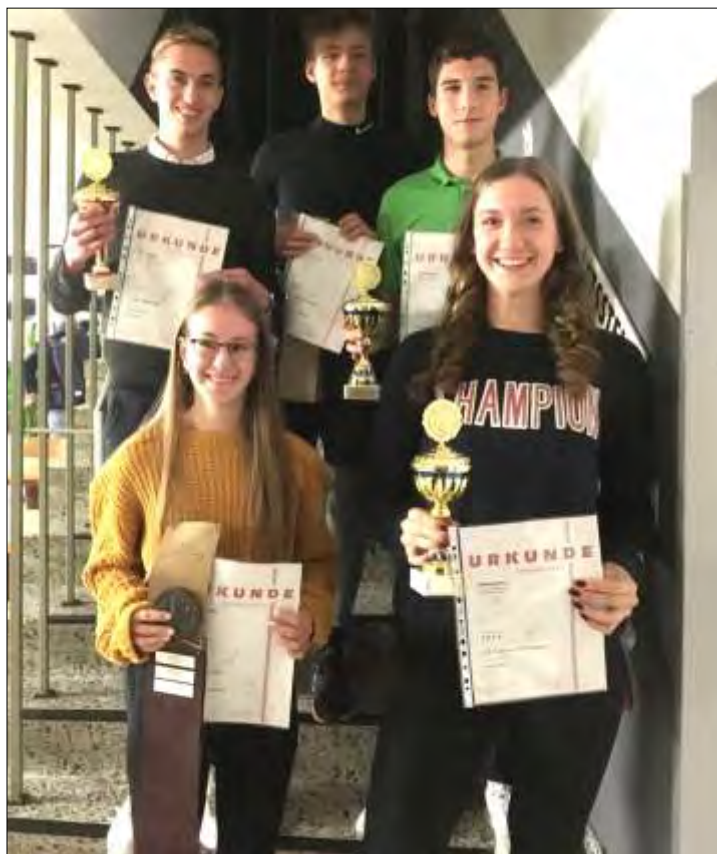
In der Kategorie leistungsstärkste Jugendliche erhielt Lily verdient diesen Pokal. Die 17-jährige Hürdenläuferin hatte gleich zu Beginn des Jahres bei den deutschen Leichtathletikmeisterschaften in der Halle gezeigt, was in ihr steckt. So lief sie mit sagenhaften 8,58 Sekunden als dritte im 60-Meter-Hürden-Finale über die Ziellinie. Verletzungspech um Ostern herum stoppte zunächst die weiteren Medaillenträume, doch dennoch nahm sie im Juli erneut bei einer Deutschen Meisterschaft in Ulm teil. Hier ging sie im 100-m-Hürdensprint an den Start. Auf Norddeutscher Ebene und Landesebene geht im Hürdensprint sowohl in ihrer Altersklasse als auch bei den älteren Leichtathletinnen der U20 kein Weg an Lily vorbei. Sie holte sich bei allen Starts auch die Meistertitel.

Emily, die im Weit- und Dreisprung ihrer Altersklasse allen in Niedersachsen davon springt, wurde nun offiziell zur vielseitigsten Athletin des Kreises Hildesheim geehrt. Die 15-Jährige erhielt den ewigen Wanderpokal, der nun seit 50 Jahren Nachwuchsleichtathleten ihr breitgefächertes Können in allen leichtathletischen Disziplinen auszeichnet. Die Ehrung wurde passend dazu von Reinhold Himstedt vorgenommen, der vor 50 Jahren als erster Preisträger auf dem Wanderpokal „verewigt“ wurde. Mit Emily kann die zweite Leichtathletin aus unserem Verein auf ein äußerst erfolgreiches Jahr zurückblicken. Sie nahm sowohl im Blockmehrkampf Sprint-Sprung als auch in den Einzeldisziplinen Weit- und Dreisprung erstmalig an deutschen Meisterschaften teil. Ihre Jahresbestleistung von 11,36 Meter im Dreisprung bedeuteten zudem Vereins- und Kreisrekord. Auch Emily wurde mehrfache Landesmeisterin und war ebenso auf Norddeutscher Ebene ganz vorne mit dabei.

Die Beiden freuten sich sehr über ihre Auszeichnungen und hoffen, auch im nächsten Jahr wieder ganz vorne mit dabei zu sein. Wir drücken ihnen die Daumen.

Schon gewusst?

- Der **Dreisprung** ist seit 1996 olympisch.
- Den 1. offiziellen Weltrekord im **100-Meter-Hürdensprint** hat die Deutsche Karin Balzer 1969 mit 13,3 s erzielt. Zwei Monate später knackte sie die 13er-Grenze mit 12,9 s.



Ehrung für Emily (v.l.) und Lily (v.r.)



Original und Fälschung



Im unteren Bild haben sich 15 Fehler eingeschlichen. Wer findet sie?



Die Lösung ist auf Seite 40 zu finden

Handball



Sprung in die Oberliga für die Weibliche C

Weiblich C

Nach intensiven Einheiten in der Vorbereitung und zahlreichen Testspielen durfte unsere weibliche C-Jugend ihre Wettkampffähigkeit in der Vorrunde zur Oberliga unter Beweis stellen. Durch ihren großen Einsatz, Kampfgeist und den Willen, sich konstant weiterzuentwickeln, haben sie eine souveräne Vorrunde hingelegt. Mit sechs Siegen in sechs Spielen haben sie verlustpunktfrei den Sprung in die Oberliga geschafft! Wir gratulieren dem Team und dem Trainer und freuen uns auf viele spannende Oberliga-Begegnungen in dieser Saison!

Große Freude beim Grundschulturnier-Tag



Tag des Handballs

Anlässlich des „Tag des Handballs“ organisierte unsere Jugendwartin, Hanna Hartmann, das alljährliche Grundschulturnier. Wie in jedem Jahr besuchten die 3. Klassen der Regenbogenschule die Sporthalle der Schiller Oberschule. Nachdem die Kinder in nach Geschlecht und Klassen aufgeteilte Teams auch ihrem Trainer zugeordnet wurden, ging es endlich los. Von 08:15 Uhr bis 12:30 Uhr konnten die Jungs und Mädchen den Handballsport erleben und ausprobieren.

Auf einer Hallenhälfte wurde in Turnierform Jeder gegen Jeden der Kampf um die Tore eröffnet. Auf der anderen Hallenhälfte bauten die 16 Betreuer der Handballjugend einen vielfältigen Bewegungs- und Spaßparcours auf, der von den Grundschulern schnell erobert wurde. Während des gesamten Turniers hatten sowohl die Kinder, als auch die Helfer sowie die Lehrer jede Menge Spaß und waren froh über eine solche Abwechslung zum normalen Schulalltag.

Nach vielen spannenden Spielen, konnte endlich der Sieger gekürt werden. Mit bärenstarken Spielen kletterten die Jungs sowie die Mädels der 3d auf den ersten Platz.



Damals ...



... vor 10 Jahren!

Männergymnastik-Gruppe dienstags unter Siegmund Spindel immer eine starke Truppe!

... vor 20 Jahren!

Renovierung und Einweihung der Otto-Gott-Turnhalle

Das Jahr 1999 stand unter dem Motto „Renovierung der Otto-Gott-Turnhalle“. Folgende Schwerpunkte haben sich dabei ergeben: 1. Einen separaten Durchgang zur Bühne und den hinteren Übungsräumen, um den laufenden Sportbetrieb in der Turnhalle nicht zu stören. 2. Umgestaltung der Räume, um die Turngeräte aus dem Eingangsbereich weg zu bekommen. 3. Erneuerung der Sanitärräume. 4. Erneuerung der Heizungs- und Lüftungsanlage. 5. Erneuerung der Turnhallenbeleuchtung und des -fußbodens. 6. Spiegelwand für die Ballettabteilung. Dieses Vorhaben wurde in drei Bauabschnitten mit vielen Sarstedter Unternehmen umgesetzt, und bei einer kleinen Einweihungsfeier konnten die Verbesserungen in Augenschein genommen werden. Alle Anwesenden zeigten sich zufrieden und stimmten dem Vereinsvorstand zu, dass dies eine gelungene Umgestaltung sei. Finanzielle Unterstützung gab es damals von der Stadt Sarstedt und dem Kreissportbund, ohne die eine solche Maßnahme fast unmöglich sei.



... vor 30 Jahren!

Mitteilungen des Vorstandes und der Geschäftsstelle

Die Mitgliederverwaltung wird ab 1990 auf die elektronische Datenverarbeitung umgestellt. Mit dieser Maßnahme wird die Geschäftsstelle von zeitaufwendigen Routinearbeiten entlastet und kann sich mehr der Mitgliederbetreuung widmen. Zugleich können die erforderlichen Statistiken für den Landessportbund jederzeit schnell und exakt erstellt werden. Wir weisen gemäß § 26 Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) unsere Mitglieder darauf hin, daß von unseren Mitgliedern folgende Daten erfaßt und gespeichert sind: Name, Vorname, Geburtsdatum, Straße und Hausnummer, Postleitzahl und Wohnort, Bankverbindung, Kontonummer. Die dem TKJ überlassenen persönlichen Daten werden in keinem Fall weitergegeben, auch wenn sie nicht dem Datenschutz unterliegen.

Radspport



Sieben-Berge-RTF: Fahrer nach dem Start auf der Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße

Die 23. Sieben-Berge-RTF

Am letzten Sonntag im August trafen sich Radfahrer aus Niedersachsen, Hamburg, Bremen, Nordrhein-Westfalen, Baden-Württemberg und den Niederlanden zur 23. Sieben-Berge-RTF (RadTourenFahrt) im Jahn-Sportpark. Trotz relativ hoher Temperaturen von über 30°C, dafür aber permanentem Sonnenschein und Windstille war das Wetter für das Radsportevent fast optimal.

Ein Großteil der Fahrer traf bereits ab acht Uhr ein, um die einzelnen Strecken in Angriff zu nehmen. 4 Touren mit Streckenlängen von 48, 75, 112 und 150 Kilometern hatte unsere Radsportabteilung für RTF-Lizenzfahrer (mit roter Karte, die zur Teilnahme an der Landeswertung berechtigt) und Trimmfahrer im Angebot.

120 Lizenzfahrer, 166 Trimmfahrer und ein Juniorfahrer gingen an den Start. Mit 287 Gesamtteilnehmern konnte eine gegenüber dem Vorjahr (242 Teilnehmer) größere Beteiligung verzeichnet werden. Ob ein Teilnehmer die kleine, mittlere, große oder ganz große Tour gefahren ist, hing ausschließlich von seiner Kondition ab. Der Fahrer musste sich beim Start nicht festlegen, sondern konnte dies auch unterwegs über die ausgeschilderten Tourteilungen flexibel entscheiden.

Während die 48-km-Tour von nur wenigen Fahrern gewählt wurde, hatte sich die Mehrheit für die 75-km- und 112-km-

Strecke entschieden. Beachtenswerte 77 Teilnehmer bewältigten die „XXL-Strecke“ von 150 Kilometern. Während die Teilnehmer der 48-km-, 75-km- und teilweise sogar der 112-km-Strecke noch vor 13 Uhr zurückkehrten, traf der Rest der Fahrer am Nachmittag wieder auf dem Jahn-Sportpark ein.

Von einem Großteil der Teilnehmer erhielt unser Verein als Veranstalter positive Rückmeldungen über Streckenausschilderung und Verpflegung an den Kontrollstellen. Auf dem Vorplatz unseres Vereinsheims konnten sich die Rückkehrer mit einem vielfältigen Angebot an kalten Getränken, gegrillten Speisen, Kaffee und Kuchen stärken, wobei auch die Kommunikation unter den Fahrern und ein geselliges Beisammensein nicht zu kurz kamen.

Um für einen reibungslosen Ablauf zu sorgen, braucht eine Breitensportveranstaltung in dieser Größenordnung viele fleißige Hände. Besondere Erwähnung verdienen an dieser Stelle Michael Radam als Organisator und Koordinator sowie Henning Drygas, der durch sorgfältige Vorbereitung für das erforderliche Material sorgte.

Großer Dank gebührt auch den Einkäufern, Anmeldern, Ausschilderern, Platzbauern, Kontrollposten, Streckenkontrolleuren und Ansprechpartnern auf dem Platz. Nicht zu vergessen die Damen in der Küche, die Kaffee- und Kuchenverkäuferinnen sowie die Herren am Grill.

2. Landesverbandsfahrt der Radsportabteilung 2019

Am zweiten Augustwochenende starteten unsere Wanderfahrer zur zweiten Landesverbandsfahrt des Radsportverbands Niedersachsen, für die zwei Termine am 10. und 11. August ausgeschrieben waren. Ziel beider Fahrten war die Vereinsgaststätte des Sportvereins „Alexandria“ in Hannover-Linden.

Gemäß der Ausschreibung ist bei Vereinen, die weniger als 60 Kilometer Anfahrtsweg haben, der Maximalwert der anrechenbaren Kilometer auf 60 festgelegt. Da das Vereinsheim von „Alexandria“ auf direktem Weg per Fahrrad über 19,7 Kilometer erreichbar ist, wurde das Ziel, um eine größere Distanz zu erradeln, über einige Umwege angefahren.

Zum ersten Termin am Samstag traten 13 Wanderfahrer die Fahrt von der Maiwiese aus an und am Sonntagmorgen gingen noch einmal 11 Fahrer von der Maiwiese bzw. von Rethen aus auf die Strecke. Während es an beiden Tagen sonnig und nicht zu heiß war, mussten die Samstagfahrer streckenweise heftigen Gegenwind aushalten.

Mit beiden pannenfreien Fahrten wurde in Summe ein Gesamtergebnis von 1 330 Wertungskilometern erzielt. Zusammen mit der ersten Landesverbandsfahrt konnten 2 145 Kilometer auf dem Konto unseres Vereins verbucht werden.



2. Landesverbandsfahrt Gruppenbild der Wanderfahrer vor dem Gaststätte des Vereins „Alexandria“



Große Weserrunde: Andreas Gleim am Ziel in Rinteln

Andreas Gleim auf der Großen Weserrunde

Am 31. August fand die 9. Große Weserrunde als Radmarathon rund um die Weser statt – mit dem Rad maximal 300 km an einem Tag! Vier verschiedene, ausgeschilderte Streckenführungen mit Längen von 150, 200, 250 und 300 km boten dabei die Möglichkeit, die Länge der Tour je nach persönlicher Kondition und Ambition selbst festzulegen. Das seit 2010 veranstaltete Radsport-Event ist nicht nur eine sportliche Herausforderung für ambitionierte Radfahrer, sondern mit der landschaftlichen Schönheit des Weserberglandes auch ein echtes Erlebnis. Die Große Weserrunde ist kein Radrennen, sondern eine Langstreckenfahrt. Rennräder sind nicht grundsätzlich erforderlich, E-Bikes jedoch nicht zugelassen.

Unser Ausnahmesportler Andreas Gleim hat, nachdem er 2 Wochen zuvor die

Klassiker der Tour der France gefahren war, die Herausforderung der 300-km-Weser-Strecke angenommen. Um sich dafür fit zu machen, ist er zuvor bei der Sarstedter Sieben-Berge-RTF die 150-km-Strecke als Trainingstour gefahren.

Andreas ist die 300-km-Runde von Rinteln über Hameln, Bodenwerder, Holzminden, Gieselwerder, Hann. Münden, Beverungen und Aerzen zurück nach Rinteln gefahren. Start war morgens um 6:15 Uhr bei aufgehender Sonne und dichtem Nebel. Das Wasser der Weser hatte über Nacht so viel Dampf produziert, dass die Fahrer den Eindruck hatten, dass sie eine Waschküche durchquerten. Im Abschnitt zwischen Höxter und Beverungen kam die Sonne dann endgültig aus den Wolken hervor und es wurde sommerlich warm. Nach den Worten von Andreas war die gesamte Strecke märchenhaft schön. Der Veranstalter hatte dieses Motto aufgegriffen und an den Verpflegungsstellen Schauspieler organisiert.

So beispielsweise in Bodenwerder den Baron von Münchhausen, der allerdings nicht auf einer Kanonenkugel saß.

Die Tour hatte immer wieder kleine Steigungen, aber mit einer Höhendifferenz von insgesamt 285 m war das im Vergleich zu seinen Alpentouren keine besondere Schwierigkeit. Am Nachmittag wurde es zunehmend wärmer und es musste viel getrunken werden. Die meiste Zeit wurde auf dem Weserradweg gefahren, so dass die Radsportler mit Rücksicht auf die „normalen“ Fahrradfahrer ihr Tempo reduzieren mussten. Andreas ist um 17:45 Uhr wieder in Rinteln angekommen, was einer Brutto-Durchschnittsgeschwindigkeit von 26 km/h entspricht.

Fazit unseres Hochleistungssportlers: „Es war wieder eine wunderschöne Tour, aber für diese Saison reicht es jetzt!“

Rainer Scholz

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder im TKJ:

Zeren Akkoc, Brvin Almustafa, Mira Aue, Henri Baur, Svenja Benkenstein, Stella Berg, Louis Buchhagen, Lasse Bullerkotte, Laura Selina Dietrich, Björn Felgenhauer, Lilly Folger, Femke, Matti, Sinja und Thea Franke, Tara Gladitz, Luisa-Marie Gregori, Mika Paul Gröger, Stephanie Grüger, Torge Harmening, Mirjam Hesse, Leni Hümme, Rebecca Hußmann, Irmgard Jung, Shekinah Kiveta, Louis-Hugo Klinger, Carmen und Leo Knoll, Laura Latak, Nadja Liermann, Emma Erika Märtens, Alessia Menchise, Karl-Heinz Modler, Sina Peterke, Estelle Pfeifer, Niko Pflume, Jana Prietzel, Mathilda Rausch, Jens Rogal, Leya Schaffmeister, Josephine Schirmacher, Malin Schmidt, Kilian Schreuder, Marie Schünemann, Constance Schulze, Riya Schwarze, Frederic Steiner, Fiona Temme, Heidelore Werner, Johann Wirries, Marcus Wörl, Brigitte Zapf und Silvana Zombek.

Tischtennis



I. Herren Streaming Dienst Punktspiel TKJ - RV Kehr wieder Dinklar

Interessantes TV Livestream Projekt mit Tischtennis-Deutschland.TV

I. Herren nimmt Kurs auf Bezirksoberliga

Zum ersten Mal in der Geschichte unserer Tischtennisabteilung wurde in Kooperation mit der Tischtennis-Deutschland.TV ein Punktspiel der I. Herren im Internet übertragen. Der Kontakt ging vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) aus und wurde von der Abteilung dankend ange-

nommen. Das gesamte Equipment wie Kamera und Zubehör wurde kostenlos zur Verfügung gestellt und soll insbesondere dazu beitragen, Vereine zu unterstützen, den Tischtennissport zu fördern und attraktiv darzustellen. Sponsor der deutschlandweiten Aktion ist die Gothaer Versicherung. Der Datenschutz spielte dabei auch eine Rolle und wurde mit den Gästen vom RV Kehr wieder Dinklar im Vorfeld abgestimmt. So wurde das Bezirksliga Punktspiel gegen RV Kehr wieder Dinklar am 26. Oktober zu einem echten Highlight. Ent-

sprechend motiviert gingen beide Teams in das Match und zeigten attraktive Ballwechsel. Nach den Eingangsdoppeln gingen die Gäste den 2:1 in Führung. Das änderte sich in den nachfolgenden Einzeln, die im ersten Abschnitt mit 5:1 an unsere Spieler gingen, so dass die Hausherrn mit 6:3 in Führung gingen. Im weiteren Verlauf des Spiels lies das Team nichts mehr anbrennen und gewann die Partie mit 9:5. Die Punkte holten Nils Busse und Moritz Hasse je (2), Yusuf Namer, Michael Kleber, Jörg Hasse, Sebastian Egbers und ein Doppel.

Unsere 1. Damenmannschaft hat gute Aufstiegschancen in die Bezirksliga



Unsere Damen sind in der Bezirksklasse auf einem guten Weg und führen die Tabelle an. Positiv wirkt sich aus, dass auch die jungen Nachwuchsspielerinnen wie Anna Raudszus, Nathalie Stogniew, Tanja Kestner und Lucy Kempa bei Bedarf die Lücken ausfüllen können.

Unser Jugendprojekt mit der FSV läuft als Spielgemeinschaft soweit reibungslos, allerdings fehlen momentan noch die sportlichen Erfolge. Das liegt unter anderem daran, dass die Jugendlichen – bedingt durch schulische Projekte und zusätzlichen Freizeitaktivitäten – gebunden sind. Deshalb gilt es in den nächsten Wochen den Fokus gezielt auf die noch ausstehenden Punktspiele und ein intensiveres Training zu richten, zumal in der Bezirksliga und Bezirksklasse die Konkurrenz stark ist. Wir erhoffen uns in der guten Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen von der FSV, dass wir noch erfolgreicher sein werden.

Aufgrund der Terminenge und der Teilnahme von 8 Senioren an den Euromeisterschaften in Budapest, wurden die Vereinsmeisterschaften erst Ende August ausgetragen. Mit 39 Teilnehmern hatten wir eine gute Resonanz. In der Konkurrenz Herren offen (ab Bezirksklasse) wurde gleich bei seiner ersten Teilnahme Neuzugang Michael Kleber Vereinsmeister. Er setzte sich gegen Grzegorz Bujko im Finale in 3:1 Sätzen durch. Gemeinsame Dritte wurden Jörg Hasse und Nils Busse.

Mit 14 Teilnehmern, die in 3 Gruppen die Vorrunde austragen, war die Konkurrenz

Kreisliga/Kreisklasse gut besetzt. Hier ging der Titel an Michael Klotz, der sich zum sechsten Male in die Annalen eintragen konnte. Eine Überraschung gelang Benedikt Heun mit dem 2. Platz, den niemand auf dem Zettel hatte. Gemeinsame Dritte wurden Heiko Döring und Andreas Montag.

Die Doppelkonkurrenz gewannen Manuel Mosich und Stefan Wunderlich, die sich gegen Marlen Trüe und Michael Kleber durchsetzten. Dritte wurden Marcel Gornik mit Nachwuchstalent Benedikt Heun und Anita und Nathalie Stogniew.

Den Wettbewerb der Jugendlichen gewann Benedikt Heun vor Anna Raudszus. Platz 3 ging an Adrian Bujko vor Nathalie Stogniew, die Vierte wurde.

Bei den A-Schülern dominierte Niklas Müller das Feld und gewann die Konkurrenz ungeschlagen vor Matteo Grothe und Malte Eichhorn. Die Konkurrenz der B-Schüler/Anfänger gewann Oliver Hullik vor Matti und Sinja Franke.

*Gerhard Bandemer,
Abteilungsleiter*

Turnklub Jahn Sarstedt e.V.



Stadtmeisterschaften Tischtennis 2020

Ausrichter: Tischtennisabteilung des Turnklub Jahn Sarstedt e.V.
Spielort: Turnhalle der Albert-Schweitzer-Schule, Wellweg 39, 31157 Sarstedt
Termin: Samstag, den 11. Januar 2020
Einzel ab 14:00 Uhr Damen (alle Spielklassen), Herren offen (ab 2. Bezirksklasse)
 Herren D & E (Kreisliga und Kreisklassen)
Doppel ab 16:00 Uhr Damen und Herren

Tischtennis beim TKJ sponsored by:

Travelmax
 Reifen Rose
 Wunderlich Elektronik
 Reiseland2000
 Dionysos
 Goldschmiede Lehmann
 Nicki's Hundesalon
 BIG Chief
 Signal-Iduna



Bedingungen: Doppel im einfachen KO-System
 Einzel in Gruppen

Für die Zuordnung der Konkurrenzen gilt als Stichtag der 01.01.2019
 Startberechtigt sind alle Einwohner der Stadt Sarstedt und deren Ortschaften
 sowie Schülerinnen/Schüler der Sarstedter Schulen

Preise: Plätze 1-3 Sachpreise, Plätze 1-4 Urkunden
 In den Einzelwettbewerben erhält der Sieger einen Pokal

Startgeld: Erwachsene: 5,00 Euro

Das Startgeld ist nur einmal zu entrichten. Schüler/Jugendliche
 können an den Wettbewerben der Erwachsenen kostenlos teilnehmen.

Meldungen: bis spätestens Mittwoch, den 08.01.2020
 Jörg Hasse, Tel. 05066 62583
 Gerhard Bandemer, Tel. 05066 7810

Für das leibliche Wohl ist wie immer gesorgt.

TERMIN

Turnklub Jahn Sarstedt e.V.



Stadtmeisterschaften Tischtennis 2020

Ausrichter: Tischtennisabteilung des Turnklub Jahn Sarstedt e.V.
Spielort: Turnhalle der Albert-Schweitzer-Schule, Wellweg 39, 31157 Sarstedt
Termin: Sonntag, den 12. Januar 2020
Einzel ab 10:00 Uhr Schüler C (Anfänger), Schüler B, Schüler A, Jugend, Mädchen
Doppel Schüler B, Schüler A, Mädchen, Jugend nach Abschluss der Einzel
Doppel Nach Abschluss der Einzel
Bedingungen: Doppel im doppelten KO-System
Einzel in Gruppen

Für die Zuordnung der Konkurrenzen gilt als Stichtag der 01.01.2019
Startberechtigt sind alle Einwohner der Stadt Sarstedt
und deren Ortschaften sowie Schülerinnen/Schüler der Sarstedter Schulen

Preise: Plätze 1-3 Sachpreise, Plätze 1-4 Urkunden
In den Einzelwettbewerben erhält der Sieger einen Pokal

Startgeld: Anfänger, Schüler, Jugendliche: 2,00 Euro

Das Startgeld ist nur einmal zu entrichten. Schüler/Jugendliche
können an den Wettbewerben der Erwachsenen kostenlos teilnehmen.

Meldungen: bis spätestens Mittwoch, den 08.01.2020
Jörg Hasse, Tel. 05066 62583
Gerhard Bandemer, Tel. 05066 7810

Verpflegung: Für das leibliche Wohl wird zu günstigen Preisen gesorgt

Wir hoffen auf eine große Teilnehmerzahl und wünschen allen Aktiven viel Erfolg.

Gerhard Bandemer
Abteilungsleiter
Tel.: 05066-7810

Hussein Brimo
Jugendtrainer
Tel.: 05066-900124

Marcel Gornik
Schülertrainer
Tel. 05066-9174948

TERMIN

TKJ TKJ TKJ

Leichtathletik



Luca Willig (M11) ist der erfolgreichste männliche TKJ-Athlet und läuft im 50-m-Sprint in 8,22 Sek. allen davon

Dein Leichtathletikmoment 2019

Das Jahr 2019 neigt sich dem Ende – Zeit über deinen persönlichen Leichtathletikmoment des Jahres nachzudenken. Warst du selbst aktiv und hast tolle Leistungen für unseren Verein erzielt? Hast du als Eltern, Freund oder Verwandte angefeuert? Hast du bei einer Veranstaltung mitgeholfen oder die Leichtathletik-WM zumindest vor dem Fernseher verfolgt?

Am 13. März 2020 findet die Abteilungsversammlung der Leichtathleten statt, auf der wir u.a. eure Leichtathletikmomente 2019 präsentieren möchten. Also denkt nach und schickt uns euer Bild dazu – wir sind gespannt!

Emily Pischke glänzt bei Deutscher Meisterschaft der U16 in Lage

Die 15-jährige Emily Pischke startete im August im westfälischen Lage bei den Deutschen Leichtathletikmeisterschaften U16 im Blockwettkampf Sprint/Sprung. Neben dem 100-M- und 80-M-Hürden-Sprint gehören zu diesem Block noch Weitsprung, Hochsprung und Speerwurf dazu.

Da sich 41 Mehrkämpferinnen aus ganz Deutschland hierfür qualifiziert hatten, wurde das große Teilnehmerfeld der Altersklasse W15 in zwei Riegen geteilt. Emily Pischke startete mit dem Weitsprung in den Mehrkampf und glänzenden 5,41 m,

nur wenige Zentimeter unter ihrer persönlichen Bestleistung. Trotz Gegenwinds lief sie gute 12,62 Sek. über die 80-m-Hürden und sammelte so viele Punkte. Nicht ganz so wie von Emily erhofft, lief es dann beim Speerwurf. Der böige Gegenwind verhinderte eine neue Bestleistung. Dennoch standen am Ende ordentliche 25,06 m in der Ergebnisliste. Nach ebenfalls mit Gegenwind erreichten 13,66 Sek. über die 100 m ging es zum abschließenden Hochsprung. Dort stieg Emily mutig bei 1,46 m ein und schaffte diese wie die nächste Höhe souverän im ersten Versuch. Nachdem sie mit 1,52 m im zweiten Versuch ihre persönliche Bestleistung eingestellt hatte, hatte sie bei der nächsten Höhe von 1,55 m leider Pech und riss diese Höhe dreimal nur knapp.

Mit insgesamt glänzenden 2.621 Punkten – nur einen Zähler unter ihrer persönlichen Bestleistung – erreichte sie im starken Feld der besten Blockwettkämpferinnen Deutschlands einen hervorragende 21. Platz und freute sich mit ihrem Trainer Matthias Harmening zu Recht über ihren starken Blockwettkampf beim Saison-Höhepunkt, den Deutschen Leichtathletikmeisterschaften der U16-Athleten.

TKJ erfolgreichster Verein bei eigenem Wettkampf – Vierzehnmal auf Platz 1

222 Teilnehmer hatten sich aus insgesamt 52 Vereinen für unseren Hürden- und

Läufertag angemeldet, darunter Teilnehmer aus dem ostfriesischen Aurich und sogar über die Landesgrenze hinaus. Trotz teilweise widriger Bedingungen mit Starkregen zeigten unsere Athleten tolle Leistungen auf der eigenen Anlage, denn sie sicherten sich 36 Podiumsplätze, davon 14 erste, 10 zweite und 12 dritte Plätze.

Lena Waselowsky (W9) belegte im 50-M-Sprint (9,71 Sek.) und im Weitsprung (2,88 m) den zweiten Platz. Niya Bödeker (W10) erwischte erneut einen sehr guten Wettkampftag und schaffte gleich zweimal Platz eins. Im Sprint erreichte sie 8,36 Sek. und im Weitsprung 3,74 m. Katharina Dietz (W10) zeigte ebenso prima Leistungen (10,02 Sek. auf 50 m; 3,04 m weit). Sophie Hollenbach (W11) sprintete in 8,85 Sek. über die 50 m. In der Weitsprungkonkurrenz sprang sie mit 3,62 m auf den dritten Platz.

In der W12 erreichte auch Charlotte Ußkurat Platz drei im Weitsprung (3,84 m). Über die 75 m lief sie eine Zeit von 12,20 Sek. Heidi Hollenbach, ebenfalls W 12, war im Weitsprung mit 3,48 m und im Sprint mit 13,98 Sek. erfolgreich. Melissa Daniel (W13) konnte zwei neue Bestleistungen aufstellen. Über die 75 m belegte sie Platz drei (11,55 Sek./PB). Im Weitsprung schaffte sie die 3,98 m (PB). Svea Sandström (W13) stellte sogar gleich drei Bestleistungen auf. Dies gelang ihr über die 60 M Hürden (13,02 Sek./PB), im Sprint (11,93 Sek./PB) und im Weitsprung (4,00 m/PB und Platz drei). Neele Hebel (W13) belegte



Emily Pischke startete bei Deutschen Meisterschaften im Blockmehrkampf

im Weitsprung den zweiten Platz (4,11 m). Über die 60-m-Hürden erreichte sie 11,35 Sek. und damit Platz drei und eine neue persönliche Bestleistung. Im Sprint lief sie eine Zeit von 11,91 Sek. Charlotte Dörrie (W14) konnte sich in einem gut besetzten Feld über die 80-m-Hürden den dritten Platz erkämpfen (13,50 Sek.). Über die 100-m-Distanz sprintete sie in schnellen 13,89 Sek. Emily Pischke (W15) startete in ihrer Paradedisziplin Weitsprung und gewann mit deutlichem Vorsprung (5,40 m). Einen zweiten Platz erreichte sie über die 80-m-Hürden in guten 12,61 Sek. Über 100 m benötigte sie 13,62 Sek. Ihre Vereinskollegin Jasmin Colsmann (W15) präsentierte sich auf der 80-m-Hürdenstrecke ebenfalls sehr gut (13,07 Sek.).

Auch unsere männlichen Athleten waren sehr erfolgreich: Jonte Fuß (M8) siegte im 50-m-Sprint mit einer Zeit von 9,22 Sek.

Maximilian Hass, Neele Hebel, Lucie Knaust, Niya Bödeker und Luca Willig beim Sportfest in Edemissen



Emily Pischke (zweite von links) wird zweite im Sprint über 80-m-Hürden

und erreichte über die 800 m Distanz im strömenden Regen den dritten Platz in einer sehr guten Zeit (3:21,70 Min.). Im Weitsprung belegte er den zweiten Platz (3,05 m) hinter dem Sieger Maximilian Maiwald (M8; 3,15 m). Die 50 m lief Maximilian in 9,46 Sek. und die 800 m in 3:30,40 Minuten. In der M9 lief Maximilian Sydow in einem sehr schnellen Rennen über 800 m auf Platz 1. Er erreichte eine herausragende Zeit von 2:47,27 Min. und verbesserte seinen bereits im Juni aufgestellten Vereinsrekord nochmals um 6 Sek. Noah Otte (M10) konnte sich mit zwei persönlichen Bestleistungen sowohl im 50-m-Sprint (7,96 Sek.) als auch im Weitsprung (4,34 m) mit deutlichem Vorsprung durchsetzen. In der M10 lief Jan Linschmann mit 8,91 Sek. im Sprint und sprang 3,63 m weit. Luca Willig (M11) landete mit 4,10 m auf Platz zwei. Im 50-m-Lauf erkämpfte er sich mit 8,34 Sek. den dritten Platz. Maximilian Hass (M12) belegte mit 11,68 Sek. über die 75 m und 3,92 m im Weitsprung gleich zweimal den dritten Platz. Younes Otte (M14) gelang ein 4,18-m-Sprung auf Platz drei. Im 100 m Sprint lief er gute 14,98 Sek.

Bei den Frauen gelang Sarah Tenbrock ein Weitsprung über 4,76 m. Damit belegte sie den zweiten Platz. In der W30 rannte Janine Thürnau in ihrer Altersklasse über die 1500 m nicht nur auf Platz eins, sondern konnte auch eine neue persönliche Bestleistung (5:25,82 Min.) aufstellen und den von ihr gehaltenen Vereinsrekord damit erneut verbessern. Rylana Kossol (W40) zeigte in ihrem ersten Wettkampf für unseren Verein gleich zwei klasse Leistungen: Sie belegte über die 100 m Distanz (14,69 Sek.) und im Weitsprung (4,60 m) zweimal den ersten Platz.

In der männlichen Jugend U20 sprintete Jannik Ostwaldt in einer gewohnt sehr schnellen Zeit von 11,61 Sek. (100 m) auf den zweiten Platz. Im Weitsprung belegte er mit den im letzten Versuch gesprungenen 5,43 m den ersten Platz. Jan Aschemann konnte in der Männerkonkurrenz

über die 100-m-Sprintstrecke den zweiten Platz erreichen (12,48 Sek.). Im Weitsprung schaffte er die 5,11 m. Herzlichen Dank an dieser Stelle natürlich auch allen Helfern, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beitragen.

Maximilian Hass springt in Edemissen neuen Vereinsrekord im Stabhochsprung

Gleich zu Beginn des Edemissener Sommersportfestes mussten die jungen Stabhochspringer antreten und zeigen, ob sich das wöchentliche Training rund um Schnelligkeit, Kraft und turnerisches Geschick auszahlt. Lucie Knaust (W12) und Neele Hebel (W13) konnten insgesamt fünf Höhen sicher überspringen und blieben beide mit den erreichten 2,06 m nur knapp unter ihrer bisherigen Bestleistung. Lucie (Platz 2) und Neele (Platz 1) zeigten sich damit sichtlich zufrieden. Maximilian Hass (M12) überraschte das gesamte Team mit einer unglaublichen Leistung. Die Höhen bis 2,26 m übersprang er mit Leichtigkeit. Bei aufgelegten 2,36 m machte er es jedoch spannend, denn erst im letzten Versuch gelang ihm der Flug über diese Höhe. Dadurch sicherte sich Maximilian nicht nur eine persönliche Bestleistung, sondern zugleich einen neuen Vereinsrekord. Trainer Hartmut Böttcher war über den Erfolg seiner Stabhochsprungriege sehr erfreut.

Und es standen noch weitere Disziplinen auf der Tagesordnung. So konnte Neele Hebel im Weitsprung mit guten 4,25 m (PB) einen fünften Platz erreichen. Luca Willig (M11) startete im Hochsprungwettbewerb eine Altersgruppe höher. Durch eine starke Leistung mit übersprungenen 1,28 m konnte er sich hier den ersten Platz erkämpfen. Niya Bödeker (W10) stellte ihr Talent als einzige Athletin an diesem Tag im Drei- und Vierkampf unter Beweis. Mit drei neuen persönlichen Bestleistungen im Weitsprung (3,95 m), im 50-m-Sprint (8,12



Jasmin Colsmann im 80-m-Hürden-Finale (erste Bahn von links) wird Dritte

Sek.) sowie im Schlagball (22 m) sicherte sie sich den dritten Platz im Dreikampf mit sehr guten 1.114 Punkten (PB). Im Vierkampf konnte sich Niya durch ihre klasse Hochsprungleistung (1,20 m) an die Spitze setzen und gewann mit 1.429 Punkten (PB) diesen Wettkampf.

Am Nachmittag präsentierte sich Emily Pischke (W15) erneut in fantastischer Form. Mit 5,51 m sprang sie wieder dicht an ihre persönliche Bestmarke heran. Mit einem neuen Vereinsrekord, den erreichten persönlichen Bestleistungen und den Top-Platzierungen der Nachwuchsathleten kann die Teilnahme am Sportfest als großer Erfolg verbucht werden.

Zwei Landesmeistertitel für unsere Leichtathleten

In Braunschweig wurden die Landesmeisterschaften der Leichtathleten in den Altersklassen U16 und U20 ausgetragen. Herausragende Bilanz unserer Athleten: Zwei Titel, ein zweiter, ein dritter und ein vierter Platz sowie neue Bestleistungen.

Einen weiteren Landesmeistertitel fügte Emily Pischke (W15) ihrer Sammlung hinzu. Im Weitsprungwettkampf führte sie bis zum Beginn des 6. Durchgangs sehr souverän mit 5,30 m, bevor ihre ärgste Konkurrentin im letzten Versuch 5,47 m sprang. Doch Emily zeigte Nervenstärke und flog im letzten Versuch des Wettbewerbs 3 Zentimeter weiter. Auf Platz 2 landete sie im Dreisprung. Mit 11,25 m im letzten Versuch kam sie zwar nah an ihre persönliche Bestleistung heran, nicht aber an Melina Schröder aus Garbsen (11,33 m) vorbei. Emily startete zudem im 80-m-Hürden-Sprint. Nach 12,53 Sek. im Vorlauf, reichten 12,54 Sek. im Finale zu Rang 4, knapp hinter ihrer Vereinskollegin Jasmin Colsmann. Dieser gelang über die 80-m-Hürden-Strecke ein großer Leistungssprung. In ihrem zweiten Wettkampf über die Hürdenstrecke der Altersklasse W 15 steigerte sie



U16-Team wird zum dritten Mal in Folge Landesmeister in der Mannschaftswertung! Es freuen sich (von links nach rechts) Neele Hebel, Leonie Hoppert, Marielle Agbodo, Emily Pischke, Luisa Pransche, Jasmin Colsmann, Magdalena Eckstein und Charlotte Dörrie.

ihre persönliche Bestleistung im Vorlauf zunächst um eine halbe Sekunde auf 12,53 Sek. und qualifizierte sich damit sicher für das Finale. In diesem gelang Jasmin die nächste Verbesserung: Nach einem technisch sauberen Lauf blieb die Uhr schon nach 12,37 Sek. stehen. Über Platz 3 und ihre erste Platzierung auf dem Treppchen auf Landesebene freute sich Jasmin riesig. Titel Nummer zwei für unsere Leichtathleten sicherte sich Lily Wildhagen. Die Hürdenspezialistin gewann das 100-m-Hürden-Finale in einer guten Zeit von 14,59 Sek.

Mit Charlotte Dörrie (W 14) verpasste die vierte Hürdenläuferin unserer Abteilung das Finale nur knapp um 6 Hundertstel. 13,09 bedeuteten jedoch ebenfalls eine starke Verbesserung ihrer Bestzeit um vier Zehntel. Charlotte startete zudem über die 100 m, welche sie in 13,60 Sek. ebenfalls in Bestzeit zurücklegte. Luisa Pranschke

Lily Wildhagen wird auch in Braunschweig Landessiegerin



(W15) verfehlte diese über dieselbe Distanz in 13,81 Sek. nur knapp. Erfahrung sammeln war das Ziel für Neele Hebel. Die 13-jährige belegte über 2000 m in 7:43,13 bei hochsommerlichen Temperaturen in der höheren Altersklasse der W 14 den 10. Rang. Während Jannik Ostwaldt sich mit seiner 100-m-Zeit aus dem Vorlauf (11,53 Sek.) sicher für die nächste Runde qualifizierte, reichten 11,61 Sek. im Zwischenlauf nur für Rang 9 und somit das Verpassen des Finals um 2 Hundertstel. Besser machte er es über die 200 m: 23,28 Sek. waren nicht nur neue Saisonbestleistung, sondern bedeuteten Rang acht. Einen Wermutstropfen mussten unsere Leichtathleten dann doch verkraften: Die 4x100-m-Staffel der weiblichen U16 wurde nach einem überlaufenen Wechsel disqualifiziert. Ansonsten bestätigten diese Landesmeisterschaften die Erfolgsspur in dieser Saison.

Weibliche U16 zum dritten Mal in Folge Landesmeister

Zum Ende der Leichtathletiksaison standen die Mannschaftswettkämpfe der Landesverbände Niedersachsen und Bremen auf dem Programm. Unser Verein war in der weiblichen Jugend U16 und der Männerklasse vertreten.

Nach zwei Titelgewinnen in den letzten beiden Jahren war das weibliche U16-Team als Favorit nach Oldenburg gereist. Dieser Rolle wurden die Mädchen mehr als gerecht. 5089 Punkte bedeuteten nicht nur den Landesmeistertitel vor Werder Bremen und dem TSV Wehdel, sondern auch eine Verbesserung des eigenen Kreisrekordes um 190 Punkte.

Die höchste Punktzahl steuerte Emily Pischke bei. Hervorragende 5,33 m im Weitsprung bedeuteten umgerechnet 584 Punkte. Als zweite Springerin belohnte sich die ein Jahr jüngere Charlotte Dörrie für ihren Trainingsfleiß. Mit 4,75 m verbesserte



Mit zwei Teams in Oldenburg bei den Landesmeisterschaften vertreten

sie ihre persönliche Bestleistung um mehr als 40 Zentimeter. Beide Weiten zusammen brachten dem Team 1106 Punkte. Charlottes 13,55 Sek. über 100 m bedeuteten ebenfalls eine Steigerung des Hausrekordes, zusammen mit Jasmin Colsmann (13,22 Sek.) sammelten sie hier weitere 1056 Punkte. Und auch für Jasmin zahlte sich das Training aus. Nachdem sie sonst fast nur auf den Sprintstrecken unterwegs war, steigerte sie ihre Bestleistung im Kugelstoßen um mehr als zwei Meter auf 9,92 m. Zusammen mit Magdalena Ecksteins 8,21 m machte dies weitere 868 Punkte. Stolze 928 Punkte steuerten Neele Hebel und Leonie Hoppert über 800 m bei. Die noch der Altersklasse U14 angehörenden Athletinnen liefen nach einem sehr guten Rennen nach 2:38,35 bzw. 2:39,89 Min. ins Ziel.

Nach dem Verlust des Staffelstabes eine Woche zuvor, gelang Emily Pischke, Luisa Pranschke, Charlotte Dörrie und Jasmin Colsmann in der abschließenden 4x100-m-Staffel ebenfalls eine neue Bestzeit: In 51,82 Sek. (1131 Punkte) blieben die vier erstmals unter der 52-Sek.-Marke.

Das Männerteam musste in diesem Jahr einige Ausfälle verkraften. Nur neun starteten in den acht verschiedenen Disziplinen, aus denen jeweils die Ergebnisse der zwei Besten in die Gesamtwertung einfließen und in der viermal 100-m-Staffel. Die meisten Punkte wurden in den Sprintdisziplinen gesammelt. Über 100 m steuerten Jannik Ostwaldt (11,65 Sek.) und Matthias Harmening (12,19 Sek.) 1198 Punkte, über 400 m sogar 1249 Punkte bei. Dabei blieb Jannik Ostwaldt in seinem ersten Rennen über 400 m in sehr guten 51,92 Sek. nur knapp über der Staffelzeit des U16-Teams und wurde als U20-Athlet im gesamten Männerfeld dritter. Zusammen mit Timon Zechmann und Jan Aschemann liefen Jannik Ostwaldt und Matthias Harmening zudem die schnellste Zeit aller Mannschaften in der 4x100-m-Staffel: 46,11 Sek. Während die Ergebnisse im Weit- und

Hochsprung durch Matthias Harmening und Jan Aschemann bzw. Jannik Ostwaldt und Jan Aschemann auch noch relativ viele Punkte für die Teamwertung einbrachten, merkte man vor allem im Wurfbereich, dass hier der ein oder andere Spezialist wünschenswert gewesen wäre. Jan Aschemann punktete im Diskuswurf mit 27,46 m zusammen mit Chris Linschmann (24,41 m), letzterer startete auch noch im Kugelstoßen (7,85 M) zusammen mit Fabian Böttcher (9,37 M). Hart verdient wurden zudem die Punkte auf der Mittel- und Langstrecke. Timon Zechmann (2:27,93 Min.) und Chris Linschmann (2:29,28 Min.) gaben ihr Bestes über 800 m. Frank Colsmann (18:24,15 Min.) und Lukas Dettmar (20:19,00 Min.) werden ihren Einsatz im abschließenden 5000-m-Lauf auch nicht so schnell vergessen. Während eines Wolkenbruchs sammelte sich knöcheltief das Wasser auf der Stadioninnenbahn, die von beiden zwölfteilmal umrundet werden musste. Kleiner Trost: Alle anderen Sarstedter Athletinnen und Athleten feuerten die 5000-m-Läufer kräftig an. Die Stimmung war also gut und der Teamgeist wurde auch in der Leichtathletik durch diesen Wettkampf gestärkt. Am Ende des Tages blieben in diesem Jahr Platz neun für ein stark ersatzgeschwächtes Männerteam und der Landesmeistertitel auf Kreisrekordniveau für die weibliche U-16.

Unsere Leichtathleten dominieren Kreismeisterschaften der Jugend U16 und jünger

Bei den in Sarstedt ausgetragenen Kreismeisterschaften der Kinder und Jugendlichen von acht bis 15 Jahren war einer der Lokalmatadoren der mit Abstand erfolgreichste Verein: Unsere Leichtathleten gewannen 25 Kreismeistertitel. Zum Vergleich: Eintracht Hildesheim und die VSV Rössing folgten mit jeweils acht Titeln.

Unsere erfolgreichste Athletin war Lara Maiwald in der Altersklasse W10. Mit ihren



Charlotte Dörrie gewinnt den Weitsprung der W14 mit 4,98 m und wird insgesamt dreifache Kreismeisterin

Siegen im 50-m-Sprint (8,25 Sek.), im Weitsprung (3,98 m), im Hochsprung (1,25 m) und im Ballwurf (31,50 m) gewann sie gleich alle vier Kreismeistertitel. Mit Niya Bödeker folgte über 50 m (8,32 Sek.) und im Hochsprung (1,22 m) ein weiteres Vereinsmitglied auf Platz 2.

In der Altersklasse W12 gewann Marie Bösel den Hochsprung mit sehr guten 1,42 m. Die zweitplatzierte Leonie Hoppert war mit ihren übersprungenen 1,26 m nicht ganz zufrieden. Umso mehr freute sie sich über ihre persönlichen Bestleistungen im Weitsprung (4,58 m) und im 75-m-Sprint (11,06 Sek.), die jeweils den Gewinn des Vizekreismeistertitels bedeuteten.

Die Titel in der W13 teilten unsere Athletinnen komplett unter sich auf. Marielle Agbodo gewann die 75 m in guten 10,61 Sek. sowie den Weitsprung mit 4,39 m. Im Hochsprung wurde sie mit übersprun-

Lara Maiwald, hier beim Weitsprung mit 3,98 m, gewinnt gleich vier Kreismeistertitel in ihrer Altersklasse und ist erfolgreichste Athletin der W10.





Sarah Tenbrock - hier beim Kugelstoßen – wirft den Diskus auf 32,84 m und wird dadurch in der Frauenklasse Erste.



Leonie Hoppert wird doppelte Kreismeisterin in der W12 in den Disziplinen Kugelstoßen und Diskuswurf.

genen 1,32 m Zweite hinter Neele Hebel, die 1,40 m überquerte. Dritte wurde Melissa Daniel mit einer Höhe von 1,23 m. Melissa belegte zudem hinter Marielle den zweiten Platz im Weitsprung (4,25 m) sowie den dritten Platz über 75 m in 11,45 Sek. Zusammen mit Mavie Bösel gewannen Marielle, Leonie und Melissa zudem die 4x75-m-Staffel in einer sehr guten Zeit von 42,22 Sek.

Drei Starts, drei Bestleistungen, drei Titel war das Ergebnis für Charlotte Dörrie in der Altersklasse W14. Über 100 m verbesserte sie sich auf 13,53 Sek., den Weitsprung gewann sie mit 4,84 m mit einem halben Meter Vorsprung und auch im Hochsprung bedeuteten 1,39 m eine erneute Verbesserung.

Ähnlich gut lief es für Jasmin Colsmann (W15). Nach ihrem Titel über die 100 m in Saisonbestzeit von 13,10 Sek., wagte sie sich zum ersten Mal an den 300-m-Sprint. Die Zeit von 43,49 Sek. bedeutete nicht nur den Kreismeistertitel, sondern auch einen neuen Vereinsrekord sowie Platz 7 in der niedersächsischen Landesbestenliste.

Ähnlich erfolgreich wie die Mädchen schnitten unsere Jungen ab: Maximilian Maiwald gewann den Ballwurf der M08 mit 25 m und Theo Probst wurde mit 23,5 m Zweiter. Über 50 m belegte Maximilian in 9,27 Sek. Platz 2, dicht gefolgt von Jonte Fuß, der 9,35 Sek. benötigte und Dritter wurde. Den Weitsprung hingegen konnte Jonte für sich entscheiden: 3,15 m bedeuteten Platz 1, Maximilian folgt mit 3,05 m auf Platz 3.

Der ein Jahr ältere Maximilian Sydow gewann in seiner Altersklasse ebenfalls den Weitsprung mit 3,84 m. Seine geworfenen 29,50 m im Ballwurf bescherten ihm außerdem einen weiteren dritten Platz. Den Titel über die 50-m-Distanz der M09 sicherte sich Yassin Manssouri in 8,48 Sek. Yassin und Maximilian erliefen sich zudem zusammen mit Jonte und Maximilian

Maiwald den Titel in der 4x50-m-Staffel (35,69 Sek.). Zwei Titel gewann Jan Linschmann. 45,5 m im Ballwurf sowie 3,52 m im Weitsprung reichten in der Altersklasse M10 jeweils für den Titel, im Hochsprung wurde er mit übersprungenen 1,00 m Zweiter.

Erfolgreichster Junge in unseren Reihen war Luca Willig (M11): 8,22 Sek. über 50 m, 4,20 m im Weitsprung und 1,24 m im Hochsprung bescherten ihm drei Kreismeistertitel, im Ballwurf musste er sich mit 41,50 m nur einem anderen Athleten geschlagen geben. Zusammen mit Sebastian Schwetje, Jan Linschmann und Magnus Pähz sicherte sich Luca in 32,60 zudem den Titel in der 4x50-m-Staffel.

Maximilian Hass belegte in der Altersklasse M12 im Hochsprung mit neuer Bestleistung von 1,25 m sowie im Weitsprung mit 4,09 m den zweiten Platz, über 75 m wurde er Dritter (11,40 Sek.).

25 Kreismeistertitel, 13 zweite Plätze sowie siebenmal Platz drei sind nicht nur eine hervorragende Ausbeute, sondern zeugen erneut von einer herausragenden Nachwuchsarbeit.

Sieben Kreismeistertitel für Nachwuchswerfer und weitere top Platzierungen beim Herbstwerfertag in Sarstedt

Während die Leichtathletikweltspitze in der Wüste gegen die Hitze kämpft, trotzen 18 Athletinnen und Athleten unseres Vereins beim Herbstwerfertag Regen und Wind. Mit Kugel, Diskus und Speer wurde gestoßen und geworfen, in den Altersklassen der weiblichen und männlichen Jugend U14 und U16 wurden zudem die letzten Kreismeistertitel des Jahres ausgefochten. Unsere Bilanz: Sieben Kreismeistertitel, sieben Vizemeistertitel, zahlreiche weitere Podiumsplätze und nochmals viele persönliche Bestleistungen.

Magdalena Eckstein wurde sowohl im Diskus und im Speerwerfen Vizekreismeisterin in der W14 und landete im Kugelstoßen mit guten 8,62 m auf Platz drei. Rosalie Pischke (W13) sicherte sich ihren ersten Kreismeistertitel im Speerwurf (23,03 m), gefolgt von Neele Hebel (20,02 m), die Dritte im Kreis wurde. Im Kugelstoßen und Diskuswurf der W13 verpasste Marielle Agbodo zweimal knapp den Titel und wurde jeweils Vizemeisterin. Melissa Daniel freute sich über Platz 3 im Kugelstoßen.

Leonie Hoppert (W12) sicherte sich gleich zweimal einen Kreismeistertitel in den Disziplinen Kugel (6,12 m) und Diskus (19,26 m vor Mavie Bösel, die Vizemeisterin wurde) und konnte sich zudem im Speerwurf über Platz zwei freuen.

Ebenfalls doppelter Kreismeister wurden Tom Waselowsky und Maximilian Hass in der männlichen U14. Tom (M13) räumte im Kugelstoßen (7,08 m) und Diskuswurf (23,78 m) jeweils den ersten Platz ab, Vizemeister wurde er im Speerwerfen. Maximilian (M12) wurde Vizemeister im Kugelstoßen und gewann den Diskuswurf sowie das Speerwerfen mit 24,52 m. Vizemeister wurde hier Jan Linschmann mit 18,20 m.

Aber auch außerhalb der Kreismeisterschaften im Jugendbereich konnten unsere Athleten ganz vorne mit dabei sein. Die Frauen bzw. Mädchen in der Überzahl erreichten in der Gesamtwertung des speziellen Wurf dreikampfs (Kugelstoßen, Diskuswurf und Speerwurf) der weiblichen Jugend U18 allesamt top fünf Plätze: Lilly Wildhagen mit 1.504 Punkten landete auf Platz 2, Luna Bösel (1.242 Punkte) auf Platz 4 und Farideh Gäbel (1.228 Punkte) auf Platz 5. Emily Pischke (W15) wurde in allen drei Wurfdisziplinen jeweils Drittplatzierte. In der Frauenklasse warf sich Sarah Tenbrock im Diskuswurf mit 32,84 auf den 1. Platz und im Kugelstoßen mit 9,27 m verpasste sie nur knapp das Podium als Vierte. Bei den Männern erreichte Alexander



Hiddestorfer Rübenlauf

Maus in der Altersklasse M40 im Diskuswurf das Finale und mit 21,80 m den 1. Platz. Chris Linschmann sicherte sich in der Altersklasse M45 im Diskuswurf (24,84 m) und im Speerwurf mit 31,30 m jeweils Platz 2.

Bei den Senioren (M80) ging Clemens Nowoczyn im Diskuswurf (19,35 m) und auch im Kugelstoßen (8,41 m) als Sieger hervor. Walter Mehlich schaffte es mit 22,24 m im Speerwurf ganz oben auf das Siegereppchen.

LAUFTREFF

10 Kilometer-Lauf in Frankreich

„Das ist mein Wetter“, strahlte Björn Bartels, während die weitaus meisten Teilnehmer beim Stadtlauf in Aubevoys unter ihrem Regenschirm eher missmutig in den wolkenverhangenen Himmel schauten. Es war kalt und regnete beim Startschuss zum Lauf-Wettbewerb in Sarstedts Partnerstadt in der Normandie. Und in der Tat: Björn blieb über die 10 Kilometer nicht nur deutlich unter seinem selbst gesteckten Ziel von 55 Minuten, sondern unterbot die „50-Minuten-Schallmauer“ mit seiner Zeit von 48:21 Minuten ganz klar. So schnell war Björn seit geraumer Zeit nicht mehr gelaufen. In seiner Altersklasse V 1 (in Frankreich werden die Altersklassen M 40 und M 45 zusammen gewertet) kam er auf einen hervorragenden 5. Platz bei 103 Finishern. Es wurde nicht ganz deutlich, weshalb er die Startnummer 1 erhalten hatte: Wahrscheinlich wollten die Veranstalter damit die weite Anreise würdigen. Betreut wurde Björn in Frankreich von seiner Partnerin Patricia Hilgendorf und von Jürgen Matz. Die kleine Sarstedter Gruppe wurde am Freitagabend auch von der Vorsitzenden des französischen Partnerschaftskomitees, Beatrice Cuisset, empfangen.



Oktoberfest Lauftreff

Hiddestorfer Rübenlauf

Janine Thürnau lief bei 248 Finishern über die 10 km mit ihrer Zeit von 43:31 Min. einmal mehr auf den 1. Platz ihrer Altersklasse W 30. Im Gesamtfeld aller Frauen wurde sie Vierte. Mit ihrer Platzierung war sie natürlich sehr zufrieden, mit ihrer Zeit nicht ganz. „Man kann eben nicht immer alles abrufen“, tröstete sie sich.

Weitere vier Läufer vom Lauftreff waren unter den 296 Finishern beim Halbmarathon zu finden: Über die 21,1 km blieben alle vier unter zwei Stunden. Max Borgaes wurde mit 1:51,33 Std. 8. der Männer-Hauptklasse, Vater Ralf belegte mit 1:51,39 Std. Platz 27 der M 50, Michael Thomsen mit 1:58,45 Std. und Bruno Eberlein mit 1:59,23 Std. kamen auf die Plätze 18 und 19 der M 60. Bruno berichtete von „absolut perfekten äußeren Bedingungen: blauer Himmel, angenehme Temperaturen, kaum Wind und – wie immer – top organisiert“. Die Strecke durch Hemmingen wurde in diesem Jahr etwas verändert: Statt 400 m entlang an der B 3 liefen die Aktiven den letzten Kilometer quer durch den Ort.

Oktoberfest

Beim Lauftreff wird nicht nur gelaufen, sondern auch die Geselligkeit kommt nicht zu kurz. Wieder einmal fand das inzwischen traditionelle „Oktoberfest“ in der Mühle Malzfeldt statt. Heinz Johannes dankte Andreas Gleim, Besitzer der Mühle und selbst aktiver Lauftreffler, mit einem Präsent dafür, dass dieser wieder die räumlichen Möglichkeiten zur Verfügung stellte.

Einige Läufer hatten die Sportkleidung durch Lederhosen und Dirndl ersetzt und statt isotonischer Getränke gab es bayrisches Bier sowie Leberkäse und Wurstsalat. Und nach dem Essen wurden die Kalorien wieder auf dem Tanzparkett abtrainiert.

Halbmarathon beim Alfelder Leinetalllauf

Auch durch starken Regen bei der Ankunft in Alfeld ließen sich Annett Gittermann, Björn Bartels, Bruno Eberlein, Jörg Hanne und Martin Lebe nicht beeinflussen und erledigten die Anmeldeformalitäten für den Halbmarathon im Rahmen des Leinetal-Laufs. Aufgrund dieser widrigen Umstände fanden sich nur wenige Laufsportler – im Halbmarathon gab es lediglich 32 Finisher – um 11:30 Uhr an der Startlinie ein. Das Trio Gittermann-Hanne-Lebe hatte sich als Marschrichtung eine Zielzeit von unter 1:55 Stunden vorgenommen. Konstant liefen die drei durch Regen und Wind einen Schnitt von 5:20 Minuten pro Kilometer und überquerten zeitgleich nach 1:53:59 Stunden die Ziellinie. Björn Bartels lief etwas langsamer, aber nicht weniger konstant und kam nach 2:04:46 Stunden ins Ziel. Damit erreichte auch er sein Ziel, einen Schnitt von unter 6 Minuten pro Kilometer, problemlos. Bruno Eberlein ließ im Hinblick auf den bevorstehenden Athen-Marathon im November Vorsicht walten und beendete den Lauf aufgrund einer Erkältung vorzeitig.

Platzierungen spielten bei dieser vorab als langen Trainingslauf deklarierten Laufveranstaltung keine Rolle. Trotzdem konnte sich das Team über den 1. Platz von Annett Gittermann in ihrer Altersklasse W 55 freuen.

Athen-Marathon

Der Legende nach hat sich 490 vor Christus ein Läufer von Marathon auf den knapp 40 Kilometer langen Weg nach Athen auf den Weg gemacht, wo er nach seiner Verkündung des Sieges der Athener über die Perser in der Schlacht von Marathon tot zusammengebrochen sein soll.

„So schlimm ist es uns nicht ergangen“, berichtete Jörg Hanne vom Lauftreff, der



Alfeld Leinetal-Lauf



Athen Marathon

gemeinsam mit Bruno Eberlein, Michael Thomsen, Thomas Zahl und seinem Lauffreund Athanasios Vassilopoulos den „Authentic Marathon“, wie er im Werbeslogan genannt wird, gelaufen ist, „aber die anspruchsvolle Strecke mit über 400 Höhenmetern und einem fast 12 km langen Anstieg am Stück hat uns einiges abverlangt“.

Die vier Lauftreffler vom Maschsee-Silvesterlauf sind am frühen Morgen zusammen mit rund 20.000 Mitläufern in 370 Bussen von Athen nach Marathon gebracht worden, um dann ab 09:00 Uhr in verschiedenen Startwellen auf die Strecke zu gehen. „Es war alles absolut perfekt organisiert und die Stimmung in den Ortschaften war super“, waren sich die fünf einig.

Dicht an dicht stehende Zuschauer in den Ortschaften und viele Musikgruppen unterstützten die Läufer bei den vielen kräftezehrenden Anstiegen. Insbesondere nach der Hälfte der Strecke ging es etwa 12 Kilometer am Stück nach oben, wo mit 240 m über dem Meer der höchste Punkt der Strecke erreicht wurde. Von dort ging es bergab in die Kernstadt von Athen zum Ziel im alten Olympia-Stadion von 1896.

Schnellster der Fünfer-Gruppe war Michael Thomsen, der sich mit seiner Zeit von 4:05:50 Stunden im ersten Viertel des Gesamtfeldes platzieren konnte. Danach folgten Jörg Hanne in 4:16:57 Stunden und Bruno Eberlein in 4:24:38 Stunden. Beide lagen damit noch deutlich in der vorderen Hälfte des Feldes. Etwas ruhiger ließen es Athanasios Vassilopoulos in 5:11:25 Stunden und Thomas Zahl in 5:19:37 angehen. Beide liefen ab Kilometer 5 gemeinsam und ließen sich ebenfalls im Ziel von tausenden von Zuschauern feiern.

Für Jörg Hanne, den „Mr. Marathon“ des Lauftreffs, war es bereits der vierte Lauf über die „Königsdisziplin“ der Ausdauer-Athleten, den Marathon über 42,195 km.

Auf dem Rennsteig lief er sogar den „Super-Marathon“ über 73,5 km.

Quartalsbericht 2019

„Sommerspiel 2019“ von SAT 1 regional

Janine Thürnau, Leni und Chris Linschmann, Matthias Harmening, Lilly Louisa Wildhagen und Tom Waselowsky haben sich beim „Sommerspiel 2019“ von SAT 1 regional wacker geschlagen, auch wenn es nicht zum Sieg gereicht hat.

„Tour de France 2019“ für ambitionierte Hobby-Rad-Rennfahrer

Andreas Gleim hat dabei in elf Tagen 1169 km mit 20 152 Höhenmetern zurückgelegt.

Borsumer Stundenlauf

Janine Thürnau lief bei großer Hitze die Vereinsrekorde. Über die 10000 m lief sie 42:38,5 Minuten und legte in der Stunde 13 .881 Meter zurück. Das war in beiden Wettbewerben Platz 1 in der Frauen-Gesamtwertung und in ihrer Altersklasse W 30. Chris Linschmann kam auf eine Zeit von 48:24,6 Min. für die 10000 m und legte in der Stunde 12.212 m zurück. Björn Bartels war mit seiner Zeit von 52:22,1 Min. und 11.214 m in der Stunde ebenfalls zufrieden. Chris wurde 2., Björn 3. der M 45. In der Team-Wertung kamen die drei Lauftreffler auf den 3. Platz mit 2:58:01,20 Std., lediglich 20 Sekunden hinter den Zweitplatzierten.

Sportfest in Uslar

Chris Linschmann lief in Uslar die 1000 m in 3:23,72 Min. und belegte damit zurzeit Platz 4 in der Niedersächsischen Bestenliste für die Altersklasse M 45.

Sportfest in Osterode

Neele Hebel (W 13) erzielte über die 2000 m in Osterode eine persönliche Bestzeit von 7:27,50 Min. und qualifizierte sich damit für die Landesmeisterschaften der U 16 in Braunschweig.

Sportfest in Göttingen

Gerhard Rischmüller lief die 5000 m in 23:24 Min. und liegt damit auf Platz 3 in Niedersachsen in seiner Altersklasse M 70. Die gleiche Platzierung belegt er auch über die 800 und 1500 m.

City-Abendlauf in Lehrte

10 km - Janine Thürnau - 40:39 Min., Platz 2 der W 30 und Frauen-Gesamtwertung; Michael Thomsen - 46:43 Min., Platz 1 der M 60; Michael Bartsch - 47:39 Min., Platz 11 der M 45.

„Magenta-Lauf“ in Hannover

3,4 km (19 Finisher): Heinz Johannes mit 16:44 Min. Platz 1 der M 60. 6,8 km (24 Finisher): Grit Lenz-Janke mit 38:04 Min. Platz 1 der W 50; Ingrid Johannes mit 40:50 Min. Platz 1 der W 55. 10,2 km (29 Finisher): Björn Bartels mit 52:29 Min. Platz 1 der M 45; Karsten Rietze mit 53:25 Min. Platz 2 der M 50.

Bad Harzburger Staffellauf

Leonie Hoppert, Leni Linschmann und Neele Hebel sind die 3 x 800 m in 8:18,56 Min. gelaufen und belegen damit im Leichtathletik-Bezirk Hannover Platz 1 und in der Niedersächsischen Bestenliste Platz 3. Ihren eigenen Vereinsrekord verfehlten die drei Mädels lediglich um eine Sekunde. Es war ein Rennen lediglich gegen die Uhr, denn die drei Lauftrefflerinnen lagen 44 Sekunden vor der zweitplatzierten Staffel.

Polizei-Volkslauf in Hannover-Kleefeld (Hermann Löns-Park und Anna-Bad)

Chris Linschmann lief die 3000 m in glänzenden 11:12 Min. und belegte Platz 1 der M 40/45 sowie den 5. Gesamtplatz bei 179 Finishern. Im „Swim and Run“-Wettbewerb (300 m Schwimmen, 3200 m Laufen) kam er auf den 24. Platz mit 19:39 Minuten.

Sportscheck-Nachlauf in Hannover

Janine Thürnau belegte unter 1496 Läuferinnen im Ziel den 1. Platz ihrer Altersklasse W 30 sowie Platz 6 im Frauen-Gesamtfeld mit 19:17 Min. über die 5000 m.



Eilenriede-Fünfer



Lauftreff 2019

Landesmeisterschaften im Fünfkampf in Hameln

Chris Linschmann, der mit glänzenden 5:17,94 Min. zum Schluss des Wettbewerbs über die 1500 m noch ein hervorragendes Resultat erzielte, holte in seiner Altersklasse M 45 ebenso „Bronze“ wie Alexander Maus in der M 40, der mit 5:54,70 Min. erstmals seit acht Jahren wieder unter 6 Min. lief. Chris belegt mit seiner Zeit über die 1500 m zudem Platz 6 der M 45 in der Niedersächsischen Bestenliste.

„Eilenriede-Fünfer“

Janine Thürnau erzielte einen neuen Vereinsrekord über die 5 km im Straßenlauf als Siegerin der W 30 mit 19:50 Min. (es war bereits ihr 10. Vereinsrekord, sie hält nun die Rekorde über 8 Distanzen – die Bestzeiten über die 1500 m und 3000 m hat sie bereits zweimal verbessert); Maximilian Hass wurde Dritter der Altersklasse M 13 mit 21:27 Min., Neele Hebel Dritte der W 13 mit 21:58 Min. in ihrem ersten Lauf über diese Distanz überhaupt, Alexander Maus wurde 7. der M 40 mit 23:45 Min., Svea Sandström 6. der W 13 mit 25:11 Min. sowie Melissa Daniel 7. der W 13 mit 30:09 Min. Die drei Mädchen belegten zudem gemeinsam Platz 2 der Team-Wertung ihrer Altersklasse W 13.

„Vinnhorster Volkslauf“

Janine Thürnau mit 19:55 Min. über die 5000 m auf Platz 1 der W 30 und Frauen-Gesamtwertung.

Lauf-Cup „Gifhorn-Wolfsburg“

Volker Kringel nahm an 5 von 10 Läufen teil: „Bahrs Kartoffellauf“ in Jembke: 50:02 Min., Platz 14 der M 55. „Allerlauf“ in Allerbüttel: 51:48 Min., Platz 16 M 55. Meinerser „Abendlauf“: 50:24 Min., Platz 17 M 55. „Windmühlen-Berglauf“ in Fallersleben: 51:18 Min., Platz 13 M 55. „Volkslauf“ in Meine: 51:26 Min., Platz 10 M 55.

„Benther Berg-Lauf“

Halbmarathon (91 Finisher): Volker Kringel lief glänzende 2:03,32 Std. und belegte Platz 6 seiner Altersklasse M 55. In Benthe sind nicht nur 21,2 km, sondern sogar 21,8 km zu bewältigen - und vor allem der dreimal zu bezwingende 400 m lange Anstieg mit 15 % Steigung auf den Hauptkamm ist sehr anspruchsvoll.

„Wettberger Volkslauf“

Jonte und Henja Fuß belegten beim Kinderlauf über die 1,2 km mit 5:18 Min. bzw. 5:22 Min. die Plätze 1 in der M 8 bzw. 2 in der W 8.

Sportfest in Bad Zwischenahn

Chris Linschmann ist die Meile in 5:49,1 Min. und damit auf Platz 6 der M 45 in der Niedersächsischen Bestenliste gelaufen. Leni Linschmann ist die 2000 m in persönlicher Bestzeit von 8:31,1 Min. und damit auf Platz 1 der Bezirks-Bestenliste sowie unter die Top-10 der Niedersächsischen Bestenliste der W 12 gelaufen.

„Burglauf“ in Neuhaus

Beim letzten Lauf des diesjährigen „Laufcups Gifhorn-Wolfsburg“ erzielte Volker Kringel mit 48:06 Min. über die 10 km eine persönliche Jahres-Bestzeit und blieb damit erstmals in diesem Jahr unter 50 Min. Unter 220 Finishern kam er damit auf den 10. Platz seiner Altersklasse M 55. In der Laufcup-Gesamtwertung lief er auf den 16. Platz seiner Altersklasse.

Bothfelder Waldlauf

5 km (203 Finisher) - Janine Thürnau mit 19:56,26 Min. auf Platz 1 der W 30 sowie Platz 4 der Frauen-Gesamtwertung.

Jürgen Matz

Lösung Fehlersuche:



Freud & Leid

Wir gratulieren zur Hochzeit

Lisa-Dorothee Franke-Kanara und Ehemann

Wir gratulieren zur Goldenen Hochzeit

Renate und Karl-Heinz Jänke

Unseren älteren Mitgliedern herzliche Glückwünsche zum Geburtstag

Uta Ahrend	73 Jahre	Klaus Kattner	87 Jahre
Christa Alves	73 Jahre	Paul-Josef Kemmler	80 Jahre
Eckhard Backhaus	74 Jahre	Hans Kollecker	79 Jahre
Herta Bastong	83 Jahre	Rainer Kosowski	73 Jahre
Heide Benter	84 Jahre	Ulrich Kreth	72 Jahre
Wolfgang Bertram	73 Jahre	Dr. Holger Kuchenbecker	83 Jahre
Detlef Bolte	77 Jahre	Heinz Langfeld	75 Jahre
Käthe Brändel	86 Jahre	Friedrich-Wilhelm Lehmann	85 Jahre
Hans-Jürgen Brinkmann	82 Jahre	Manfred Linder	78 Jahre
Almut Bullerkotte	79 Jahre	Erika Linkogel	80 Jahre
Franz Busche	82 Jahre	Hans Loch	83 Jahre
Marlies Busche	83 Jahre	Johanna Loch	82 Jahre
Georg Chlechowicz	87 Jahre	Ingeborg Max	88 Jahre
Petra Cronfeld	74 Jahre	Karl-Heinz Max	88 Jahre
Annemarie Denker	76 Jahre	Wera Meitz	70 Jahre
Volker Döring	70 Jahre	Irmgard Miene	78 Jahre
Manfred Düker	79 Jahre	Hans Müller	89 Jahre
Heinz-Dieter Eikenberg	73 Jahre	Reiner Nasilowski	80 Jahre
Horst Eimecke	78 Jahre	Erika Neumann-Renz	88 Jahre
Renate Engelke	82 Jahre	Clemens Nowoczyn	86 Jahre
Klaus Engeln	79 Jahre	Lieselotte Ohliger	93 Jahre
Annegret Evers	79 Jahre	Werner Pacyna	76 Jahre
Edda Großmann	75 Jahre	Rolf Peterß	70 Jahre
Hildegard Hanel	81 Jahre	Karin Pietsch	78 Jahre
Albert Harenkamp	85 Jahre	Ilona Räder	74 Jahre
Heidrun Heinrich	75 Jahre	Helga Reimann	77 Jahre
Gerolf Heinze	76 Jahre	Erika Rettke	77 Jahre
Rosemarie Hensel	78 Jahre	Irmtraud Röhrborn	82 Jahre
Oskar Herden	84 Jahre	Waltraud Rösler	78 Jahre
Kurt Hille	80 Jahre	Sigrid Rössig	80 Jahre
Martin Holtz	74 Jahre	Eckhard Rohde	82 Jahre
Renate Jänke	70 Jahre	Maria Rotermund	83 Jahre
Christa Jakubith	89 Jahre	Gerhard Rüsing	83 Jahre
Chetti Jarz-Liazeed	71 Jahre	Gerda Sandrock	88 Jahre
Brigitte Jereczek	77 Jahre	Walter Sandrock	83 Jahre

Helga Schlichting	83 Jahre
Antje Schwab	76 Jahre
Dr. Heijo Siemers	81 Jahre
Hartmut Sippel	79 Jahre
Hans-Dieter Sirsch	73 Jahre
Ursula Sopha	76 Jahre
Rita Stenger	85 Jahre
Ilse Stridde	76 Jahre
Helga Tangermann	84 Jahre
Peter Ulrich	73 Jahre
Hartmut Ußkurat	78 Jahre

Brigitte Waubke	75 Jahre
Karen Weinberger	72 Jahre
Brunhild Wemmer	83 Jahre
Lothar Wemmer	83 Jahre
Achim Wenger	78 Jahre
Helmut Wiecha	80 Jahre
Renate Wiecha	78 Jahre
Käthe Willms	100 Jahre
Wolfgang Wippermann	78 Jahre
Sigrid Witkiewicz	80 Jahre
Margot Wozniczka	84 Jahre

Wir bedauern das Ableben
unserer Vereinsmitglieder

Hugo-Wulf Benger
Horst Hippler
Hildegard Langner
Walter Krößmann
Gudrun Sziedat



KARL WEBER

CONTAINER-SERVICE

ENTSORGUNGSFACHBETRIEB
PREISGÜNSTIGE SAND-UND KESLIEFERUNGEN

Fr.-Ludw.-Jahn-Str. 5 • 31157 Sarstedt

☎ (0 50 66) 70 30 0

Fax (0 50 66) 70 30-30

Betriebshof: Emmy-Noether-Str 7

☎ (0 50 66) 70 30 0 • Fax 70 30 -30



www.karl-weber-sarstedt.de

Täglich von 08.00 – 18.00 Uhr
Samstag von 09.00 – 13.00 Uhr

- ✓ Kfz – Teilefachmarkt
- ✓ Kfz – Meisterwerkstatt
für alle Fabrikate
- ✓ TÜV NORD Servicestation



Inhaber
Jürgen Hermannsdörfer
Käthe-Paulus-Straße 10
31157 Sarstedt



☎ 05066 – 7777

Glaserei Kind

Ideen rund ums Glas

- Seit 1996 ist unser **Meisterbetrieb** für Sie da -
profitieren Sie von unserer Erfahrung!

- Reparatur-Schnelldienst
- Echtglas-Duschtüren
- Fliesenspiegel aus Glas
- Bildereinrahmungen
- Glasschleiferei
- Spiegelmontage

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 5 • 31157 Sarstedt

Tel.: (0 5066) 691130

glaserei.holger.kind@t-online.de

www.glaserei-kind.de

