

Instagram/ETV.Hamburg

Facebook/ETV.Hamburg

ETV-Hamburg.de



KLUG AM ZUG

SILBERGLANZ UND TITELJAGD

Das Beachvolleyball-
Jahr 2024 S. 8

HOHES SELBSTWERTGEFÜHL

Therapeutisches Bouldern
mit dem UKE S. 19

AUSZEICHNUNG ALS ANSPORN

Team 55Plus vom
Sportbund geehrt S. 30



NIEMERSZEIN

ALLES GUTE FÜR SIE!

Working Heroes



**BEWIRB DICH JETZT
UND STARTE GLEICH
NACH SCHULABSCHLUSS
DEINE KARRIERE**



**WERDE
2025
WORKING
HERO!**

AUSBILDUNG 2025

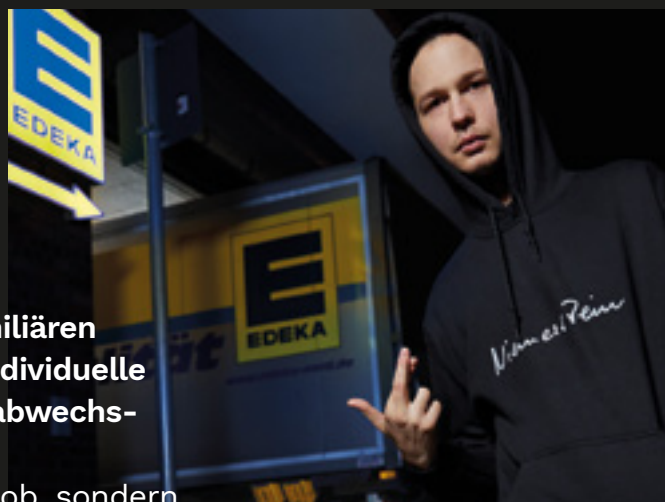
Mit deinem Zwischenzeugnis in der Tasche ist es Zeit, das nächste Level anzusteuern. Am besten in einem starken Team. Bei NIEMERSZEIN suchen wir echte Working Heroes, die mit Sportsgeist und Einsatzfreude ins Berufsleben starten wollen. Ob du ein Herz für marktfresches Obst und Gemüse hast, du dir vorstellen kannst, mit unseren supernetten Kunden über Fleisch oder Käse zu fachsimpeln oder dir Zahlen und Orga liegen:



Wir bieten dir tolle Ausbildungsberufe in einem familiären Umfeld und setzen auf Workshops, Trainings und individuelle Förderung. So beginnt dein Berufsleben garantiert abwechslungsreich, glücklich und erfolgreich.

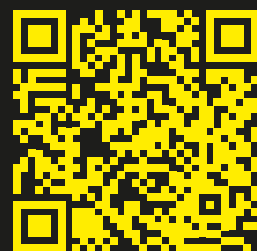
Bei NIEMERSZEIN kriegst du eben nicht nur einen Job, sondern wirst Teil einer Mannschaft, die dich mit vereinten Kräften fit für die Zukunft macht und gemeinsam Erfolge feiert.

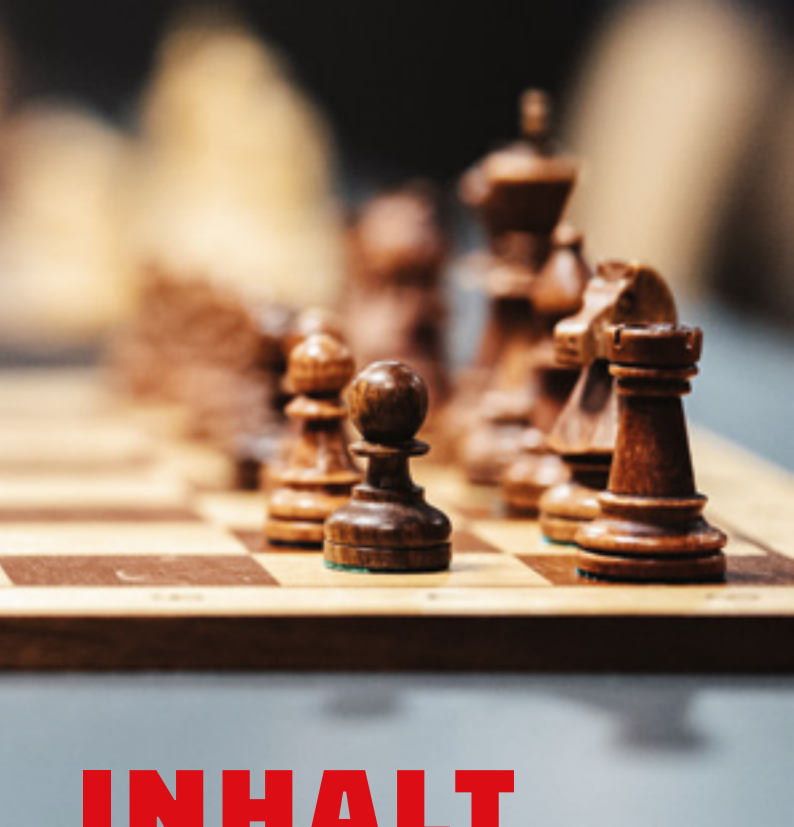
Das wird Dein Jahr!



JETZT BEWERBEN!

www.niemerszein-working-heroes.de





06

MOTOKI SETZT MATTSchach für Jung und Alt
im Oberhaus

11

**INTERNATIONALE
MISSION**Wasserballerinnen
im Europapokal

28

STICHTAG 31. MAIAnmeldung für die
Kindersportschule

INHALT

UNSERE SPORTWELT

Erfolge in Erfurt Dreimal Gold für die Fechter	10
Ferienspaß mit Herz Rekordjahr für die Fußballschule	12
Abenteuer an der Ostsee Schönhausen-Reise der Hamburg Knights	13
Richy ehrt die Sieger Inklusives Schwimmfest im Inselepark	15
Stark gegen Schweden Floorballer kurz vor WM-Sensation	17
Panamerikanisch Ein Faustball-Duo in Argentinien	20
Neue Ära Feldhockey macht sich selbstständig	23
Kraft fürs Knie Studio-Tipps gegen Arthrose	25

UNSERE KIJU

Fantasie auf Kissen Bundesweiter Vorlesestag in der ETV Kita	27
--	----

UNSER ETV

Doppelter Fasching Mini Tatütata in beiden Sportzentren	28
„Stimme der Mitglieder“ Interview zum Freizeitsport-Beirat	32
Zum Jubiläum Traglufthalle für Tennis-Abteilung	33
Stimmung im Schmuddelwetter 700 Menschen beim Adventssingen	34
Besondere Verantwortung Antisemitismus-Klausel in Kraft	35

UNSER VIERTEL

Treffpunkt Wäscherei „Dolce Vita“ plant Kulturzentrum	38
Drei Fragen zum Sport Parteien zur Bürgerschaftswahl	39

SPORTPROGRAMM

Sportangebote	47
----------------------	----

SONSTIGES

Fördermitgliedschaft – Aufnahmeantrag	45
Beiträge	46
Adressen und Ansprechpartner:innen	58
Impressum	58

WILLKOMMEN IM ETV!

Ein gutes, gesundes und sportlich erfolgreiches neues Jahr wünsche ich allen Mitgliedern. Zunächst werden wir im Januar und Februar einen kurzen, heftigen Doppelwahlkampf um Bundestag und Hamburger Bürgerschaft erleben. Aus sportpolitischer Perspektive haben wir den Kandidatinnen und Kandidaten in Hamburg einige Fragen

gestellt, die vielleicht bei der Entscheidungsfindung helfen, siehe Seiten 39-41.

Erfreuliches zum Jahreswechsel: Der ETV wächst und gedeiht. Im Oktober hat sich der altbewährte Schachklub Union Eimsbüttel von 1871 dem ETV als Schachabteilung angeschlossen. Herzlich willkommen im ETV, dem mit Abstand größten Hamburger Amateursportverein. Über 21.000 Mitglieder sind Teil unserer Sport- und Lebensgemeinschaft, in der nun auch Schach gespielt werden kann, mit Anleitung und vielen netten Menschen.

Neu gegründet hat sich auch eine eigenständige Hockeyabteilung, die sich aus der Tennis- & Hockeyabteilung gelöst und selbständig gemacht hat. Die Perspektiven für Hockey beim ETV werden sehr gut sein, sobald der Hockeyplatz im Sportpark Eimsbüttel fertig ist. Dazu demnächst mehr.

Meine langjährige Kollegin Beate Ulich hat ihren Vorstandsvertrag für vier Jahre verlängert. Sie ist für die ETV Kiju, die ETV Kita und das Personal verantwortlich. Ich freue mich – eine gute Entscheidung!





2. BUNDESLIGA

Die ETV-Basketball-frauen sind im letzten Frühsommer in die 2. Basketball-Bundesliga Nord der Frauen aufgestiegen und spielen ihre Heimspiele nun in der Regel vor 200 Zuschauerinnen und Zuschauern in der Sporthalle Hohe Weide. Mit Mini-Budget und großer Motivation sind in die Saison gestartet und stehen nach nun elf gespielten Partien hervorragend da: Tabellenplatz 5 von 12 Teams insgesamt und fünf Siege stehen auf dem Tableau. Das nächste Heimspiel ist auf den 11. Januar, 16 Uhr gegen Eintracht Braunschweig Lion-Pride, terminiert. Kommt vorbei.





BASKETBALL



TITELTHEMA

AUF SPRINGER-RUNDREISE

Die Schachspieler:innen von Union Eimsbüttel sind noch recht neu im ETV. Aber manchmal überbrücken sie ein halbes Jahrhundert.

Der weiße König hat sich noch nicht durch eine Rochade in Sicherheit gebracht, also schlägt Schwarz zu. Nach einem Damenmanöver geht der weiße Turm frühzeitig verloren – die Sizilianische Verteidigung (1. e4 c5, wie Schachspieler die Eröffnungszüge notieren) hat sich für den Nachziehenden bewährt.

Gut 20 Kinder und Jugendliche sind im Oberhaus an der Bundesstraße versammelt, um Schach zu spielen und zu trainieren. Manche spielen freie Partien gegeneinander, andere üben typische Motive ein wie den „Bauerndurchbruch“, der dabei hilft, einen kleinen Bauern in eine

große Dame zu verwandeln. Jugendwart Thomas Richter holt Übungszettel aus seiner Tasche. Matt in einem Zug ist darauf zu lösen – oder die „Springer-Rundreise“. Die Aufgabe lautet, mit der Gerade-Schräge-Figur alle 64 Felder des Schachbretts nacheinander zu besetzen, ohne auf einem Feld zweimal aufzukommen. Das gibt ein gutes Gefühl für die fulminanten – und manchmal fiesen – Fähigkeiten des Pferdchens.

Schach befindet sich nicht erst seit der Netflix-Erfolgsserie „The Queen’s Gambit“ (in Schachsprache 1. d4 d5, 2. c4) im Aufschwung. Auch in der Bundesstraße wird nun dem „königlichen

Spiel“ gefrönt – weil der bereits 1871 gegründete Traditionsverein Union Eimsbüttel sich dem ETV anschloss.

Gut 50 Aktive nehmen an Wettkämpfen teil, ob als Einzelspieler oder in Mannschaftskämpfen, verrät die ehemalige Union-Vorsitzende Birte Zehner. In den Hochzeiten Mitte der 1980er-Jahre spielte der Verein in der Zweiten Bundesliga – und brachte mit Matthias Wahls auch einen zweimaligen Deutschen Meister hervor.

Im Dezember endete die Eimsbütteler Meisterschaft, die Vereinsmitglied Andreas Schultz mit sieben Siegen in sieben Partien souverän errang. Der Sieg in einem Läuferendspiel mit einem Mehrbauern gegen Lutz Franke ebnete seinen Weg zum Titel. Schultz spielt auch am Spitzenbrett der Ersten Mannschaft, die in der Hamburger Landesliga antritt.

„Wir sind schlecht in die Saison reingekommen“, sagt Union-Schachwart Markus



Winter, Schachwart und Vereinsmeister 2023. Am 12. Januar sollen im Heimspiel gegen den Hamburger SK V wichtige Punkte im Abstiegs-kampf gewonnen werden. Quasi zeitgleich wird der lang-jährige Weltmeister Magnus Carlsen für den FC St. Pauli in der Bundesliga antreten, was noch etwas mehr Auf-merksamkeit auf die 64 Felder richten dürfte.

Ob Weltmeister oder Anfänger: Schach ist ein Spiel, das Ge-nerationen überbrücken kann. Einige Kinder spielen schon im Kreisliga-Team von Union und treten dort manchmal gegen Spieler an, die ein halbes Jahr-hundert älter sind. Konstellationen, die kaum eine andere Sportart ermöglicht.



„Ich mag, dass man einfach Figuren bewegt“, sagt Motoki Ogawa, einer von ihnen: „Manchmal ist es spannend, manchmal nicht.“ Im letzteren Fall hat der

Zehnjährige seinen Gegner zu schnell überspielt, als dass am Ergebnis der Partie Zweifel aufkommen würden. Ogawa ist Zweiter bei der Hambur-ger Grundschulmeisterschaft

geworden und hat sich auch bei der Eimsbütteler Meister-schaft mit zwei Siegen gegen erfahrenere Spieler wacker geschlagen.

„Mir ist wichtig, dass auch der schwächste Spieler Spaß hat“, sagt derweil Jugendwart Richter und stellt die Figuren zu einem „Schach-Doppel“ auf. Eine Partie mit zwei Spielern auf jeder Seite, die abwechselnd ziehen. Das nervt manchmal den besseren Spieler des Duos, trägt aber in einer Einzelsportart wie Schach zum gegenseitigen Verständnis bei. Früh übt sich – schließlich ist der Inder Dommaraju Gukesh gerade mit 18 Jahren zum jüngsten Weltmeister in der Schach-geschichte geworden.





BEACHVOLLEYBALL

UNVERGESSLICHES GEFÜHLSCHAOS

Olympia-Silber und EM-Titel – welch ein Jahr 2024 für Beachvolleyballer:innen aus Eimsbüttel!

Die Spiele werden wir definitiv nie mehr vergessen“, sagt Clemens Wickler, der mit Nils Ehlers das olympische Finale erreichte. Mit einem dramatischen Halbfinal-Sieg gegen Anders Mol und Christian Sörum, bei dem erst der Videobeweis sicherstellte, dass das ETV-Duo eine Medaille sicher hatte.

Wie zuvor im Mai auf der World-Tour-Station in Portugal mussten sich Ehlers/Wickler im Endspiel dem schwedischen Paar David Ahman/Jonatan Hellvig geschlagen geben, aber das war mit etwas Abstand zu verkraften – auch angesichts der atemberaubenden Atmosphäre auf dem Court mit dem Eiffelturm im Hintergrund. „Es war ein unfassbar geiles Turnier“, resümiert Ehlers: „Die Emotionen von draußen waren einzigartig. Am Ende waren nur zwei Nasen enttäuscht.“

Die olympische Erfahrung bleibt für Ehlers hoffentlich nicht einzigartig. Im Dezember wurden die beiden Eimsbütteler erneut zum Nationalteam ernannt, Los Angeles 2028 ist eine Perspektive. „Vom ersten Tag Ankunft am Dorf ist man aus dem Staunen gar nicht mehr rausgekommen“, blickt Ehlers auf den Pariser Flair zurück. Das „absolute Gefühlsschaos“ erlebten die Eimsbütteler aber nicht aufgrund des Treibens in der französischen

Metropole, sondern in ihrem Vorrunden-Match gegen die Australier Thomas Hodges und Zachery Schubert. Ehlers/Wickler zeigten sich nervenstark, wehrten gleich sechs Matchbälle ab und gewannen den Entscheidungssatz schließlich mit 19:17 – was den Weg zur Medaille etwas erleichterte.

Nur eine Woche nach Olympia-Silber wurde das ETV-Paar Zweiter bei der Europameisterschaft. Doppel-Silber für das Eimsbütteler Doppel! Und ganz stark angesichts der Leistungsdichte im Beachvolleyball. Mol/Sörum gewannen als kleinen Ausgleich für das dramatische Olympia-Halbfinale dafür die Tour Finals gegen die schwedischen Olympiasieger Ahman/Hellvig. Die Norweger hatten schon 2019 nach einem packenden WM-Halbfinale am Hamburger Rothenbaum Wickler gratulieren dürfen. Der gebürtige Bayer holte damals noch mit ETV-Eigengewächs Julius Thole WM-Silber. Für Ehlers war Olympia der erste Erfolg überhaupt gegen Mol/Sörum.

„Die große Party legen wir ans Ende der Saison“, hatte Wickler ob des vollen Terminkalenders nach dem Olympia-Silber angekündigt. Das kam mit den Tour Finals im Dezember in Doha, wo Ehlers/Wickler im Feld der zehn weltbesten Teams einen geteilten fünften Platz erreichten – wie auch ETV-



Beachvolleyballerin Svenja Müller im Duett mit Cinja Tillmann.

Für Müller/Tillmann lief es bei Olympia nicht so gut wie für Ehlers/Wickler, im Achtelfinale kam das Aus. Dafür schnappte sich das Eimsbüttel-Düsseldorf-Duo kurz darauf den Europameisterinnen-Titel. In den Niederlanden gewannen sie alle sieben Spiele und gaben dabei nur im Viertelfinale einen Satz ab. „Ich könnte

glücklicher nicht sein“, sagte Müller nach dem 21:17, 21:18-Finalerfolg in Den Haag gegen die Italienerinnen Valentina Gottardi und Marta Menegatti. Auch Müller/Tillmann starteten als Nationalteam in die Saison 2025. Da gibt es zwar kein olympisches Edelmetall zu gewinnen, dafür stehen im November aber die Weltmeisterschaften im australischen Adelaide an. Das ETV-Magazin drückt die Daumen!

HAMBURG VEREINT.



VANESSA MOHNKE

FÜR EIMSBÜTTEL IN DER BÜRGERSCHAFT

PLATZ 18 LANDESLISTE  Am 2.3. fünf Stimmen für Vanessa Mohnke.

SPD

**ZWEI STARKE
STIMMEN FÜR
EIMSBÜTTEL**

Schon vor 50 Jahren hieß es in Hamburg:
**Zieh mit:
Wähl
Schmidt** 



WOLFGANG SCHMIDT

FÜR EIMSBÜTTEL IN DEN BUNDESTAG

Am 23.2. Wolfgang Schmidt wählen.

FECHTEN

DREIFACHER ERFOLG IN ERFURT

Bei den 49. Deutschen Veteranen Mannschafts-Meisterschaften in Erfurt starteten am 9. und 10. November 2024 insgesamt 48 Teams, darunter Europa- und Weltmeisterschaftsteilnehmer:innen. Der ETV war mit sechs Teams am Start im Degen, Säbel und Florett. Die Hälfte von ihnen kehrte mit Gold aus Thüringen zurück.

Säbel Männer

Die Säbelfechter Helmar Burkhardt, Olaf Ziebell, Dmitri Prudovski und Ovidiu-Lorin Luscan bestritten den Wettbewerb gegen die Konkurrenten aus Koblenz, Berlin, Leipzig und Chemnitz erfolgreich. Für Helmar Burkhardt war es die erste Team-DM. Die gute Vorbereitung durch den ETV-Trainer Omar Taha zeigte Wirkung: Alle freuten sich am Ende über die Goldmedaille und den Titel „Deutscher Mannschaftsmeister Säbel 2024“.

Säbel Frauen

Das Team mit den Fechterinnen Barbara Lax, Gesche Reimers und Margit Budde-Cramer siegte nach spannenden Run-



dengefechten am Ende gegen CTG Koblenz und die Startgemeinschaft Magdeburg/Halle. Die gute DM-Vorbereitung durch Trainer Omar Taha zeigte auch hier Wirkung. Die Fechterinnen holten die Goldmedaille und freuten sich über den Titel „Deutscher Mannschaftsmeister Säbel Damen 2024“.

Florett Männer

Für den ETV starteten Markus Vossenbergh, Olaf Ziebell, Helmar Burkhardt und Ovidiu-Lorin Luscan. Es gab Rundengefechte gegen Rotation Berlin,



Dresdner FC, STG Hannover/Braunschweig, SC Berlin und den zweiten Hamburger Verein Oberalster VfW. Diese beiden Mannschaften kennen sich sehr gut und es war ein ausgeglichener Wettkampf. Über den Sieg freute sich zum Schluss das ETV-Team und holte den Titel.

Weitere ETV-Ergebnisse

Florett Frauen: Platz 5
Degen Männer: Platz 6
Degen Frauen: Platz 7

FECHTEN

Einladung zur Mitglieder- versammlung

Die Fechtabteilung des ETV lädt alle Mitglieder am 24. Februar 2025 um 20 Uhr zur Jahreshauptversammlung in den ETV-Fechtsaal, Sportzentrum Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg. Die Tagesordnung wird rechtzeitig per E-Mail an alle Mitglieder der Fechtabteilung weitergeleitet.

WASSERBALL

GEMEINSAM AUF INTERNATIONALER MISSION

Die Wasserballerinnen des ETV Hamburg stehen vor einer großen Herausforderung – und gleichzeitig vor einer einmaligen Chance: der Teilnahme an der internationalen Nordic Water Polo League.

Nach sieben Jahren wird die Nordic League 2025 zum ersten Mal für Frauen ausgetragen und wir sind stolz darauf, ein Teil davon zu sein. Als einziges deutsches Team dürfen wir uns mit Mannschaften aus ganz Europa messen und neue Erfahrungen sammeln. Das ist nicht nur eine Ehre, sondern auch eine echte Herausforderung, die wir mit Herzblut und Teamgeist angehen.

Die Nordic League wurde 2018 gegründet und hat sich schnell als wichtige Plattform im Wasserballsport etabliert. Sie bietet den Vereinen die Möglichkeit, sich international zu beweisen und zu wachsen.

2025 wird diese Bühne erstmals auch für Frauen geöffnet – ein wichtiger Schritt für unseren Sport. Für uns bedeutet die Teilnahme, den ETV und Ham-

burg als Team zu repräsentieren und gleichzeitig neue sportliche Maßstäbe im Frauensport zu setzen.

Unser Weg beginnt Ende Januar 2025 in Oradea, Rumänien, wo wir gegen starke Gegnerinnen wie ZV De Ham (Niederlande) und City of Manchester (Großbritannien) antreten. Die Saison endet mit einem großen Finale im Mai auf Malta. Es ist eine Reise, die uns sportlich wie persönlich herausfordert und wachsen lässt.

Die Teilnahme an der Nordic League ist für uns mehr als nur ein sportlicher Schritt – es ist die Erfüllung eines Traums, für den wir seit Jahren hart arbeiten. Doch so sehr wir uns auch ins Training stürzen, wir können diese Herausforderung



nicht allein meistern. Reisekosten, Unterkünfte und zusätzliche Ausrüstung stellen uns vor große finanzielle Hürden.

Um diese Chance zu ergreifen und den ETV auf internationaler

Bühne zu repräsentieren, benötigen wir eure Hilfe. Unsere Crowdfunding-Kampagne ist gestartet, und wir haben ein klares Ziel: 9.900 Euro, die den Unterschied machen.

Jeder Beitrag, egal wie klein, bringt uns diesem Traum näher. Gemeinsam können wir zeigen, wie stark Teamgeist, Zusammenhalt und die Unterstützung unserer ETV-Familie sind. Seid Teil dieses Projekts und helft uns, Geschichte zu schreiben! Unterstützt uns direkt auf unserer Crowdfunding-Seite:

www.toyota-crowd.de/etv-goes-nordic-league.

Alternativ könnt ihr den QR-Code scannen, um schnell und einfach zur Spendenplattform zu gelangen.



Unsere Teilnahme an der Nordic League ist nicht nur eine sportliche Herausforderung, sondern auch eine Chance, den Frauen-Wasserball und den ETV ins Rampenlicht zu rücken. Lasst uns gemeinsam Geschichte schreiben und zeigen, was möglich ist, wenn ein Verein zusammenhält! Eure Unterstützung – egal ob groß oder klein – macht den Unterschied.

Folgt uns auch auf Instagram [@etv.wasserball](https://www.instagram.com/etv.wasserball), um hinter die Kulissen zu schauen und Teil unserer Reise zu sein. Vielen Dank für eure Solidarität und euren Teamgeist!

REKORDJAHR FÜR DIE FUSSBALLSCHULE



Zur selben Zeit im vergangenen Jahr blickte die NIEMERSZEIN ETV-Fußballschule voller Stolz auf das Campjahr 2023 zurück. Circa 1.000 Kinder besuchten die Fußballschule zum damaligen Zeitpunkt und stellten damit einen neuen Rekord auf. Dieses Jahr dürfen wir uns bei über 1.300 Kindern für ihr Vertrauen in unser Angebot bedanken. In 23 Campwochen wurde fleißig am Passspiel, Torschuss und Dribbelkünsten gearbeitet. Mädchencamp, Torwartcamp, Leistungscamp, Camp on Tour und viele weitere Highlights standen dieses Jahr auf der Programmliste. Dabei blieben wir stets unserem Motto treu: Ferienspaß mit Herz!

mit dem Verein sorgt für eine großartige Atmosphäre während der Fußballcamps, die ansteckend ist für alle Beteiligten.

„Die Trainerinnen und Trainer sind essenziell für die Fußballschule. Sie zaubern den Kindern ein Lächeln ins Gesicht und ermöglichen einmalige Ferienerlebnisse. Ich glaube, dass das gute Verhältnis innerhalb des Trainerteams diese Dynamik weiter befeuert und zur DNA unserer Fußballschule gehört“, sagt Mikail Gök, Koordinator der Fußballschule.

Auch im kommenden Jahr wird es zahlreiche Neuerungen geben. Unter anderem wird es erstmalig Camps an Ostern und Pfingsten geben. Zusätzlich sind weitere Highlightcamps in der Planung. Auch Spieletagscamps werden aktuell konzipiert. Dort können die Jungs und Mädchen an einem Tages-Fußballcamp teilnehmen und am Abend das Heimspiel unserer Oberliga-Männer anschauen. Wir haben viel vor und freuen uns, gemeinsam mit ganz vielen Kindern in das neue Campjahr zu gehen.

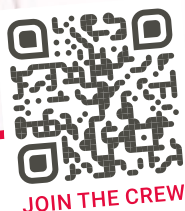
Das Herz der Fußballschule sind die Trainerinnen und Trainer. Sie ermöglichen durch ihren unermüdlichen Einsatz und ihrer Leidenschaft, dass die Jungs und Mädchen eine unvergessliche Fußballwoche erleben dürfen. Sie alle verbindet eine Gemeinsamkeit: Alle Trainerinnen und Trainer sind entweder als Spieler:in oder Trainer:in im Verein aktiv. Die Verbundenheit



IRGENDWAS MIT MEDIEN!

STARTE
jetzt deine
Karriere in der
Mediabranche:

Duales Studium,
Traineeship,
Ausbildung,
Praktikum



JOIN THE CREW

HYBRID MARKETING
COMMUNICATION

JOM

SOFTBALL/BASEBALL

RITTER AUF REISEN

Ein unvergessliches Abenteuer an der Ostsee: Die Hamburg Knights organisierten im Oktober eine aufregende Reise in die Ferienanlage Schönhagen.

Die Sonne strahlte an einem klaren Morgen über der Ostsee, als sich unsere Gruppe von neun jungen Baseballspieler:innen, bestehend aus zwei Mädchen und sieben Jungs, voller Vorfreude auf den Weg zur Ferienanlage Schönhagen machte. Begleitet wurden sie von unseren beiden Trainern Sascha Dickhoff und Milo Kuck. Es war das erste Mal, dass die Knights eine solche Reise organisierten und die Aufregung war spürbar. Die Jugendlichen waren gespannt auf die bevorstehenden Abenteuer.

Nach der Ankunft in der Ferienanlage bezogen sie die Zimmer und erkundeten das Gelände. Die ansprechende Umgebung mit direktem Zugang zum Strand und großzügigen Freizeitmöglichkeiten bot die perfekte Kulisse für eine Woche voller Sport und Spaß. Das Reiseprogramm war gut durchdacht: Täglich standen ein bis zwei Trainingseinheiten auf dem Plan, in denen die Jugendlichen ihre Baseballfähigkeiten unter Anleitung von Sascha und Milo verbessern konnten. Die Trainingseinheiten dauerten jeweils zwei bis drei Stunden und beinhalteten einen Mix aus

Theorie, Praxis und Krafttraining. Die Begeisterung und das Teamgefühl, die während des Trainings aufkamen, schweißten die Gruppe zusammen und förderten den Austausch untereinander.

Zwischen den Trainingseinheiten blieb ausreichend Zeit für Erholung und Geselligkeit. In der Kantine wurde gemeinsam gegessen und der Austausch über die Erlebnisse des Tages angeregt. Zudem hatten die Jugendlichen die Möglichkeit, eigene Ideen für das Freizeitprogramm vorzuschlagen und schnell wurde das beliebte Spiel „Werwolf“ zum Höhepunkt der gemeinsamen Abende. In geselligen Momenten knüpften sich neue Freundschaften und es wurden gemeinsam Erinnerungen geschaffen.

Ein besonderes Highlight der Ferienanlage war auch die unmittelbare Nähe zum Strand, der zu Spaziergängen einlud, für alle Teilnehmer:innen eine willkommene Abwechslung. Die

frische Meeresbrise und der Klang der Wellen sorgten für eine entspannte Atmosphäre, während die Jugendlichen am Strand tobten. Ins Wasser ging es aber wegen des frischen Oktoberwetters nicht. Dafür ins örtliche Hallenbad, dessen Besuch bei allen Teilnehmer:innen sehr gut ankam.

Die erste Baseballreise war ein voller Erfolg. Es war eine Woche voller unvergesslicher Momente, die die Teilnehmer:innen noch lange begleiten werden. Mit einem Herzen voller Freude und einem Kopf voller Ideen blicken wir nun auf das nächste Jahr. Es gibt bereits Pläne für eine weitere Baseballreise, die sich speziell an die fortgeschrittenen Spieler:innen richten soll. Wir sind überzeugt, dass die nächste Reise ebenso erfolgreich und unvergesslich wird wie die erste, und können es kaum erwarten, wieder gemeinsam zu reisen und unvergessliche Erlebnisse zu teilen!

**Der Knights-Nachwuchs
trainierten in den Herbstferien
eine Woche in der Ferienanlage
Schönhagen.**





PINGPONGPARKINSON

MIXED-GOLD FÜR GISELA

Vom 15. bis 19. Oktober 2024 fanden im slowenischen Lasko die fünften Weltmeisterschaften im PingPongParkinson (PPP) statt. Bei dieser Veranstaltung spielen an Parkinson erkrankte Menschen Tischtennis gegeneinander. Hier wird ihnen eine einzigartige Plattform geboten, um durch Tischtennis ihre Lebensqualität zu verbessern. In diesem Jahr nahmen 264 Spielerinnen und Spieler aus 22 Nationen teil. Diese tra-

ten in drei Leistungsklassen an, wobei an 30 Tischen im Einzel, Doppel oder Mixed gespielt wurde.

Gisela spielt seit vier Jahren Tischtennis und seit September 2023 beim ETV in der PPP-Tischtennisgruppe. Sie war in Lasko und hat neben tollen Erinnerungen zwei Medaillen mitgebracht: Bronze im Mixed mit Heiko Probst und Gold mit der Schwedin Maria Wäneskog.

JUDO

GROSSZÜGIGE UNTERSTÜTZUNG

Die ETV-Judoabteilung freut sich über eine großzügige Sachspende im Wert von 3.000 Euro von der Allianz für die Jugend e.V.. Diese Unterstützung ist ein bedeutender Beitrag für unsere inklusiven Judoangebote, die es Judoka mit und ohne

Behinderung ermöglichen, gemeinsam zu trainieren und voneinander zu lernen.

Für die feierliche Übergabe der Spende besuchte uns Johannes Fischer, ein Vertreter der Allianz für die Jugend e.V., persönlich in unserem Dojo im Sportzentrum an der Bundesstraße. Mit dieser Förderung können wir unsere Angebote weiterentwickeln, Barrieren abbauen und noch mehr Menschen für den Judo-sport begeistern.

Unser herzlicher Dank gilt der Allianz für die Jugend e.V. für ihr Engagement und die Wertschätzung unserer Arbeit. Solche Spenden sind ein wichtiger Baustein für eine inklusive und vielfältige Sportlandschaft!



WEIL WIR IMMER AN

Ihrer Seite
SIND, WENN SIE
UNS BRAUCHEN:



ENTDECKEN SIE
UNSERE NEUE APP!



Heußweg 37 | 20255 Hamburg | Tel. 040 409059
mail@vita-apotheke-hh.de | www.vita-apotheke-hh.de



ZWEITES SCHWIMMFEST IM INSELPARK

Am letzten November-Wochenende fand in der Bäderland Schwimmhalle Inseelpark in Wilhelmsburg das zweite Schwimmfest des ETV Hamburg statt – unterstützt von der Hamburger Volksbank. Zwei Tage lang kämpften rund 50 Sportlerinnen und Sportler bei insgesamt 300 Starts um persönliche Bestzeiten und Medaillen.

Die Veranstaltung, durchgeführt in Kooperation mit Special Olympics Hamburg, war für einige von ihnen der erste Wettkampf überhaupt. Aber auch viele erfahrene Athlet:innen waren am Start. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer reisten unter anderem aus Wiesbaden, Göttingen, Kiel, Oldenburg, Ahrensburg und Hannover an.

Am Samstagnachmittag wurde die Veranstaltung mit einer feierlichen Eröffnung und dem Verlesen des Special Olympics-Eids eingeleitet. Ein gemeinsames Aufwärmen aller Teilnehmenden bildete den sportlichen Auftakt, bevor die ersten Vorläufe auf den verschiedenen Strecken gestartet wurden.

Es wurden Distanzen bis zu 400 Metern sowie die vier verschiedenen Lagen geschwommen – in Läufen mit bis zu sechs Starterinnen und Startern. Zwischendurch konnten sich die Schwimmerinnen und Schwimmer gegen eine Spende am Kuchen-Buffer bedienen. Am Abend trafen sich alle zum gemeinsamen Abendessen und netten Gesprächen im Bürgerhaus Wilhelmsburg, um den ersten Wettkampftag gemütlich ausklingen zu lassen.

Der Sonntag begann mit den Finalläufen in den verschiedenen Disziplinen. Nicht nur bei

den Siegerehrungen, die durch das Maskottchen Richy Reihörnchen von der Hamburger Volksbank begleitet wurden, genossen die erfolgreichen Schwimmerinnen und Schwimmer die außergewöhnliche Atmosphäre. Viele Schwimmerinnen und Schwimmer konnten neue Bestzeiten erzielen, was den gesamten Wettkampf noch erfolgreicher machte.

Die Atmosphäre war besonders familiär, da viele Bekannte und Freunde wiedertreffen wurden. Ein großes Dankeschön geht an die zahlreichen Helferinnen und Helfer, insbesondere an die engagierten Eltern, die für den Aufbau und Abbau sowie einen reibungslosen und Ablauf sorgten. Ein besonderer Dank gilt auch der Volksbank, die als

Partner das Schwimmfest unterstützte.

Es war wieder einmal ein sehr gelungenes Event, bei dem nicht nur herausragende Leistungen gezeigt wurden, sondern auch der Spaß und das Miteinander im Vordergrund standen. Alle Beteiligten hatten eine tolle Zeit, und die Vorfreude auf das nächste Treffen ist bereits groß.



ETV PIRANHHAS MIT STARKEM PARTNER

Floorball in Deutschland läuft für viele – auch Sportbegeisterte – unter dem Radar. Man muss schon einen persönlichen Bezug zu diesem Sport haben, um die Bundesligen in Deutschland mitzuerleben. Für alle Randsportarten und so auch für Floorball und natürlich auch die ETV Piranhhas sind Kooperationen mit internationalen Unternehmen daher eine Seltenheit. Aber mit gemeinsamen Werten wie guter Führung, Teamgeist, Erfolg oder Talentförderung haben die Piranhhas und Nordic Minds eine besondere Kooperation gestartet.

Die Kooperation zwischen Nordic Minds, einem führenden internationalen Unternehmen für Executive Search in Deutschland und Skandinavien, und den ETV Piranhhas bringt die gemeinsamen Werte von Sport und Unternehmensführung auf beeindruckende Weise zusammen. In einem gemeinsamen Gespräch erläutern der Floorball-Vorsitzende des ETV Johan Nilsson und Flemming Kühl (ETV-Spieler und Deutscher Nationalspieler) zusammen mit Marcus Honkanen (Nordic Minds) die Parallelen zwischen diesen beiden Welten. Diese Zusammenarbeit, die auf den Werten Fairness und internationaler Offenheit basiert, symbolisiert die Kernprinzipien nordischer Führung: Vertrauen, Integrität und Zusammenarbeit auf Augenhöhe.

Flemming Kühl, der als Spieler Erfahrungen in der Schweiz, Deutschland und in der Nationalmannschaft sammeln konnte, ist sich sicher, dass Vertrauen

und eine transparente Kommunikation die Basis für ein intaktes Team sind: „Floorball ist so eine schnelle und mitunter intuitive Sportart, ich muss innerhalb von Sekunden Entscheidungen auf dem Spielfeld treffen, das geht nur, wenn ich meinen Mitspielern vertraue und weiß, wie sie ticken.“ Und auch Marcus Honkanen betont, dass „im Sport wie auch im Geschäftsleben Vertrauen ins

Team und eine offene, gleichberechtigte Kommunikation entscheidend für Erfolge sind. Für beide, den Sportler, wie den Unternehmer ist oberstes Ziel, das Bewusstsein für nachhaltige und erfolgreiche Führung zu stärken – sei es auf dem Spielfeld oder im Unternehmen. Dieses gemeinsame Wertefundament ist daher für Nordic Minds die Basis für die eingegangene Kooperation mit den ETV Piranhhas.

Johan Nilsson, ein Schwede, der nun seit fast zwanzig Jahren in Hamburg zu Hause ist, betont, dass Floorball in Deutschland im Gegensatz zu den skandinavischen Ländern, immernoch in den Kinderschuhen steckt. „Dadurch gibt es aber auch viele Chancen. Floorball ist schnell, jung, attraktiv und aufstrebend. Das sind alles Werte, die gut vermarktbare und kommunizierbar sind.“ Nilsson, der sowohl die skandinavische Mentalität, als auch die deutsche Kultur kennt, findet, dass Deutsche Unternehmen viel von der nordischen Lebensweise lernen können. Auch Nordic Minds setzt sich in Deutschland dafür ein, die deutsche Arbeitskultur zukunfts-fähiger zu gestalten, indem sie ähnliche Prinzipien sowohl im Sport als auch in der Wirtschaft anwendet. Für Marcus Honkanen ist es essenziell, deutschen Unternehmen die skandinavische

Art des Vertrauens zu vermitteln, die zu erfolgreicherem und zufriedeneren Mitarbeitern führt. „Sport ist eine kraftvolle Plattform, um Brücken zu bauen und neue Perspektiven zu eröffnen“, sagt Honkanen. Johan Nilsson unterstreicht die Bedeutung dieses Aspekts für den Floorball in Deutschland und die ETV Piranhhas: „Unsere Partnerschaft gibt unseren Athletinnen und Athleten die Chance, einen internationalen Ansatz zu erleben und in ihre Karrieren jenseits des Sports zu integrieren.“

Für Marcus Honkanen ist die Partnerschaft mehr als nur Sponsoring: „Wir setzen ein Zeichen für die Werte, die wir im Floorball schon erleben und in der Unternehmenswelt etablieren möchten – nachhaltige Führung, Vertrauen und offene Kommunikation.“

Zum Abschluss gibt Honkanen den Ratschlag an junge Athlet:innen und Führungskräfte: „Neugierig bleiben und kontinuierlich lernen – das ist der Schlüssel zu nachhaltigem Erfolg.“ Flemming Kühl ergänzt: „Erfolg bedeutet, das Gleichgewicht zwischen eigenen Ambitionen und dem Team zu finden.“ Diese Partnerschaft unterstreicht das Potenzial, Sport und Wirtschaft zu inspirieren und eine starke, wertorientierte Zukunft zu fördern.



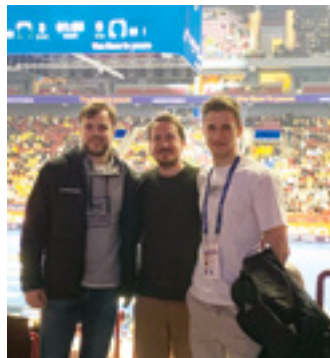
Flemming Kühl, Johan Nilsson und Marcus Honkanen (v.l.n.r.) im Gespräch über gemeinsame Werte.

FLOORBALL

WELTMEISTERSCHAFT AM ÖRESUND

Fast jedes Floorball spielende Kind träumt davon, einmal an einer WM zu spielen. Wenn es dazu noch eine WM im Mutterland des Floorballs Schweden werden könnte, geht eigentlich nicht mehr. Für ETV-Eigengewächs Philipp Wilbrand wurde dieser Traum Mitte Dezember wahr.

Der 21.-jährige Debütant nahm zusammen mit ETV-Kollege Flemming Kühl, der seine dritte Herren WM spielte, als Teil des Kaders der deutschen Nationalmannschaft an der WM in Malmö teil. Die Stadt, die an der Meerenge dem Öresund zwischen Dänemark und Schweden liegt, lud die besten 16 Nationen der Welt zu sich ein.



werden. In der Zwischenrunde glänzte das ETV-Duo gemeinsam in einer Reihe gegen Polen (10:2) und steuerte mehrere Punkte bei. Philipp gelang dabei auch sein erster WM-Treffer.

Gegen den amtierenden Weltmeister Schweden war im Viertelfinale eigentlich nichts zu holen. Über Jahrzehnte führen die Profis aus Schweden nur Kanter Siege gegen die deutschen ein. Dieser Donnerstagabend endete jedoch fast historisch vor und 3000 Zuschauern in der Malmö Arena. Das deutsche Team schaffte es das Spiel offen zu halten und sogar 10 min. vor Schluss zum 2:2 auszugleichen. Eine Sensation lag in der Luft. Kurz vor Ende ging das Spiel doch noch an die Schweden (2:5), doch die internationale Anerkennung war groß und der Stolz überwog.

In den Platzierungsspielen ging es dann leider sportlich bergab, 7 Spiele in 9 Tagen waren dann doch eine zu hohe Belastung für die deutsche Auswahl.

Die nur rund 4,5 Stunden Fahrt von Hamburg waren auch eine Einladung für viele Fans aus Hamburg und dem Norden Deutschlands. Somit machte sich auch eine kleine Delegation des ETV Piranhas auf die Reise und nutzte die Möglichkeit, die WM vor Ort zu erleben und spannenden Eindrücke zu gewinnen.

Sportlich hatte ich sich die deutsche Nationalmannschaft Platz fünf als Ziel gesetzt, um dadurch die Qualifikation für die World Games 2025 in Chengdu (China) zu schaffen. Dazu sollte die Leistungslücke zu den führenden Nationen aus Schweden, Finnland, Schweiz und Tschechien (Top 4) weiter geschlossen werden.

In der Gruppenphase wurden die Spiele gegen Tschechien (0:9) und die Schweiz (2:8) erwartungsgemäß verloren. Gegen Norwegen (8:3) konnte unter anderem durch den Sehenswerten Führungstreffer von Flemming Platz 3 gesichert

„Über die ganze WM hatten wir sicher einige Ups und Downs. Gerade gegen Schweden und Polen konnten wir gute Leistungen zeigen. Leider konnten wir für die letzten Platzierungsspiele nicht mehr an das hohe Energielevel der ersten Spiele anknüpfen.“, Analyisierte Philipp Wilbrand die WM nach Niederlagen gegen die Slowakei (1:4) und Norwegen (5:12), die am Ende Platz 8. bedeuten.

Für die Fans bleibt das Endspiel zwischen Schweden und Finnland noch länger in Erinnerung, Finnland gewann den Titel spektakulär nach einem hohen Rückstand in der Verlängerung. Für einige geht es bestimmt in zwei Jahren nach Tampere in Finnland zum nächsten Turnier.

FLOORBALL

Floorballer sammeln Geld für neue Bande

Die Floorballer des ETV sammeln bis Ende Januar für eine neue Spielbande Geld. Insgesamt wollen sie so 8.000 Euro zusammenbekommen. Das Crowdfunding wird organisiert über die Hamburger Volksbank und deren Website „[www-viele-schaffen-mehr.de](http://www.viele-schaffen-mehr.de)“. Für jede Spende über 25 Euro gibt die Bank 25 Euro obendrauf und unterstützt so ebenfalls das Projekt.

Wer will, kann sich außerdem limitierte Goodies wie Shirts, Sweater oder eine Verewigung an der Bande sichern. Jede Spende zählt! Über den QR-Code kommt ihr direkt zum Crowdfunding.



**GRUNDEIGENTÜMERVEREIN
Eimsbüttel & Umgegend e.V.**

**JETZT MITGLIED
WERDEN UND VON
EINER STARKEN
GEMEINSCHAFT
PROFITIEREN.**

Telefon: 040 44 44 60
grundeigentuemer@soenksen.de



Haus & Grund®
Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.
Hamburg

NEUE SPORTABZEICHEN VERLIEHEN

Auch im letzten Quartal des Jahres 2024 war in der Leichtathletik-Abteilung noch einiges los! So ging es kurz nach den Herbstferien mit knapp 30 Kindern und Jugendlichen sowie einigen sportbegeisterten Erwachsenen in die Leichtathletikhalle Alsterdorf zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens.

Gestartet wurde mit einem Sprint. Weiter ging es in zwei Gruppen – für die einen stand Zonenweitsprung, für die anderen Medizinballstoßen auf dem Plan –, bevor anschließend gewechselt wurde. Zum Tagesabschluss hieß es für alle noch vier Runden auf der Bahn zu laufen, um mit der Kategorie Ausdauer (800 Meter) den Tag abzuschließen.

Auch einige Eltern bewiesen ihr Talent in der Leichtathletik und absolvierten unter tosendem Jubel der Kinder ihre Disziplinen. Die Teilnahme hat sich gelohnt,

denn alle Athlet:innen dürfen sich über ein Abzeichen in Bronze, Silber oder Gold und eine Urkunde freuen. Auch 2025 wollen wir diese Art der Veranstaltung für ETV-Mitglieder anbieten.

Ebenso freuen wir uns mit Start des neuen Jahres zwei neue Mitglieder in unserem Vorstandsteam zu begrüßen: Christoph Janssen übernimmt das Amt des 2. Vorsitzenden und unterstützt damit zukünftig unsere Abteilungsleitung Caroline Bewig. Ebenso dürfen wir Trainer Marcel Suttrup in seiner neuen Position des Jugendwarts willkommen

heißen. Anne Grimmeiß bleibt uns weiterhin als Kassenwartin erhalten. Wir sind dankbar für das große Engagement für die Leichtathletik-Abteilung und freuen uns gemeinsam auf neue Herausforderungen und Erfolge.

Für die kommenden Monate sind wir auch wieder gut eingepplant. So stehen im Februar die Hamburger Hallenmeisterschaften an und im März richten wir wieder einen eigenen Kinderleichtathletik-Wettkampf aus. Dieser wird im Rahmen des Hamburger Kinderleichtathletik-Cups stattfinden und bildet den Auftakt von

insgesamt vier Wettkämpfen, die über das Jahr verteilt stattfinden werden. Die großartigen Platzierungen aus 2024 (unter anderem erster Platz in der U10) können hoffentlich wiederholt werden. Darüber hinaus sind noch viele weitere Projekte geplant, die wir gemeinsam mit unseren engagierten Athlet:innen und Eltern angehen möchten.

Du hast Interesse uns zu unterstützen? Wir sind auf der Suche nach Trainer:innen, insbesondere für unsere Altersklasse U12/U14. Meldet euch gerne bei uns unter leichtathletik@etv-hamburg.de.



sustainable since 1992
NACHHALTIGE MODE FÜR ERWACHSENE



Pullover und Accessoires aus Babyalpaka und Kaschmir



Wolldecken
100% Schurwolle

**Gratis
Waschmittel
50ml**

**Code:
ETV25**

zu Ihrem
Einkauf ab 10€



Beim Schlump 5 & 9 - Mo-Fr 11 bis 19 - Sa 11 bis 17
marlowe-nature.de



HOBBY HORISING

TRAINER:IN GESUCHT

Wir suchen eine:n engagierten Trainer:in mit Übungsleitererfahrung für unser Hobby-Horising-Angebot! Der Kurs richtet sich an Kinder im Alter von 5 bis 16 Jahren und findet immer am montags und donnerstags von 15.15 bis 17 Uhr statt. Wenn du Spaß an der Arbeit

mit Kindern sowie Erfahrung als Übungsleiter:in hast und in einem dynamischen Team arbeiten möchtest, freuen wir uns auf deine Bewerbung unter kindersport@etv-hamburg.de. Werde Teil unseres Vereins und hilf uns, dieses spannende Angebot weiter auszubauen!



BOULDERN

„HOCH HINAUS“ – THERAPEUTISCHES KLETTERN

Die Suchtstation der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Universitätsklinikums Eppendorf (UKE) und die Bouldersparte des ETV arbeiten seit fast zwei Jahren zusammen. Der ETV bietet zweimal in der Woche therapeutisches Klettern und Bouldern im ETV-Sportzentrum Hoheluft – gelegen direkt neben dem UKE am Rande Eppendorfs – an. Bis zu acht Patient:innen der Suchtstation können gleichzeitig das Angebot besuchen.

Die Trainer:innen des ETV und das Fachpersonal des UKE betreuen und trainieren die jungen Menschen gemeinsam. In der Regel sind die Patient:innen zwölf Wochen im UKE in Behandlung und können in dieser Zeit bis zu zehnmal das Boulder- oder Klettertraining besuchen. Für dieses Engagement hat der ETV am 20. November 2024 den dritten Platz des Nachbarschaftspreises des Hamburger Airports in der Kate-

gorie Sport & Kultur gewonnen. Das Preisgeld von 1.000 Euro soll ermöglichen, das Angebot auf eine dritte Trainingszeit in der Woche zu erweitern.

Der Sport wirkt auf die Patient:innen in mehrfacher Weise. Natürlich regt er vordergründig das Nervensystem an, aktiviert den Körper und lenkt vom Klinikalltag ab. Darüber hinaus ziehen sich die Suchterkrankten vielseitige Motivatio-

nen: Sie können sich verausgaben, körperlich spüren, etwas „üben“ und Erfolge verbuchen, manchmal das erste Mal im Leben – wodurch wiederum das Selbstbewusstsein gestärkt und das Selbstwertgefühl gesteigert werden. Die Patient:innen erlangen Selbstvertrauen, Selbstsicherheit und richten ihren Fokus nicht nur auf sich, sondern gleichbedeutend auf andere.

Denn auch wenn Klettern und Bouldern bis zu einem gewissen Grad Sportarten sind, bei denen auf sich selbst fokussiert und die Konzentration auf sich richtet wird, sind beide Sportarten ohne Partner:in nur bis zu einem gewissen Grad ausführbar. Man sichert sich gegenseitig, gibt sich Tipps, coacht sich und hilft dabei an der Optimierung

des Gegenübers. Dadurch üben die Patient:innen den Perspektivwechsel und damit gleichzeitig Empathie. Sie geben aufeinander acht, übernehmen füreinander Verantwortung und unterstützen sich gegenseitig. Eine Erfahrung, die für viele komplett neu ist und die es im bisherigen Alltag nicht gab.

Nach einer ersten Phase des Kennenlernens des neuen Feldes „Kletterhalle“ erfahren die Patient:innen ein ebenfalls für viele neues Feld: sie fühlen sich in dem Metier sicher und klar, können eventuell erste Kletterrouten mit Routine bewältigen und fühlen sich dadurch – im Gegensatz zu ihren früheren Leben – abgeklärt und souverän. Ein großer Schritt in Richtung Inklusion innerhalb der Gesellschaft.

Durch diese Sicherheit in diesem kleinen, fest abgesteckten Rahmen können neue Grenzen definiert und auch überwunden werden. Für viele ebenfalls eine völlig neue Erfahrung, da das Leben vorher in vielerlei Hinsicht schlichtweg überfordernd und beängstigend war. Nun zeigen sie, was sie können, was sie „draufhaben“ und genießen es, zu zeigen, welches Potential in ihnen steckt. Das Mantra „Ich schaffe das“ wird in den Stunden aktiv gelebt und die Begeisterung der Teilnehmenden, wenn eine Strecke, ein Track, geschafft wurde, ist immens. Die dadurch gewonnene Selbstsicherheit kann ein Stück weg mit in den Alltag mitgenommen und konserviert werden.



Mathis Wittneben (li.) und Friederike van der Laan vom ETV nehmen für das Boulder-Projekt den Nachbarschaftspreis des Airport Hamburgs von Gerhard Schröder, Geschäftsführer des Flughafen-Gesellschafters AviAlliance, entgegen.



Frauen mit dem ersten Sieg

Am 24. November sind die Faustballfrauen in die Saison gestartet. Beim ersten Spieltag der Schleswig-Holstein-Liga konnte sich das Team die ersten zwei Punkte sichern. Mit einer quasi neuen Mannschaft ging der ETV an den Start. Leider ging das erste Spiel gegen den TSV Schülup nach einem knappen ersten Satz 2:0 verloren. Im Spiel gegen den MTV Meggerndorf wurden jedoch nach drei Sätzen der erste Sieg der Saison gesichert. Danach ging es gegen den Favoriten der Liga – den TSV Breitenberg: hier hatte der ETV keine Chance und ging als Verlierer vom Feld.

FAUSTBALL

Nachwuchs gesucht

Zu Beginn der Hallensaison konnten wir uns über fünf neue Kids beim Training freuen, aufgrund von Abgängen nach der letzten Saison konnten wir für die Halle leider kein Jugendteam zum regelmäßigen Punktspielbetrieb in Schleswig-Holstein melden. Wir freuen uns aber jetzt schon auf die Feldsaison, wenn wir wieder mit einem Team an den Start gehen können.

Unsere Jugendabteilung sucht deshalb Verstärkung. Wir freuen uns über Kinder jeden Alters. Wir trainieren im Winter dienstags von 17 bis 18:30 Uhr in der Halle Bogenstraße (Bogenstraße 59, Ecke Hohe Weide). Meldet euch gerne unter csondern@etv-hamburg.de.

FAUSTBALL

MIT KOLUMBIEN IM PECH

Unsere Kolumbianer sind zurück: Im November haben Camilo und Juan bei den Panamerika-Meisterschaften die Farben ihres Landes in Südamerika vertreten. Hoffnungsvoll sind sie nach Argentinien gereist und wollten sich schon jetzt das Ticket für die Weltmeisterschaft 2027 in Deutschland sichern. Trotz einer sehr guten Leistung konnten die Jungs vom 14. bis 17. November in Buenos Aires leider nur einen fünften Platz erringen. Gegen die direkte Konkurrenz um einen möglichen Qualifikationsrang kassierte man unglückliche und knappe Niederlagen: Gegen die USA verlor Kolumbien beide Sätze mit 8:11, gegen Chile wurde der Entscheidungssatz verloren.

Gegen Brasilien hatte man sich von Anfang an keine Chance



ausgerechnet. Das momentan wohl beste Nationalteam der Welt dominierte die Panamerikameisterschaft quasi nach Belieben. Auch gegen Argentinien standen die Chancen äußerst schlecht. Aber dahinter ging es eng zu. Platz drei hätte es für unsere Jungs werden müssen. Auf die gezeigten Leistungen lässt sich aber aufbauen. 2025

stehen die Südamerikameisterschaften ebenfalls in Argentinien an, 2026 geht es nach Chile. Dort haben unsere ETVer die letzte Chance, sich für die WM 2027 in ihrer Wahlheimat Deutschland zu qualifizieren. Wir drücken die Daumen, sind stolz auf euch und freuen uns auf die kommenden Aufgaben im ETV-Trikot mit euch.

FAUSTBALL

BUNDESLIGA-DOPPELSPIELTAG AN DER HOHEN WEIDE

Nach 28 Jahren war es am 16. November 2024 endlich wieder so weit. Der ETV startete mit einer Mannschaft auf Bundesebene – und das direkt mit einem Heimspieltag. Gegen die Mitaufsteiger aus Spenge und Leichlingen standen die Vorzeichen sehr unterschiedlich. Beim TuS Spenge waren wir uns sicher, dass wir, wenn wir nichts mit dem Abstieg zu tun haben möchten, gegen diesen Gegner möglichst souverän gewinnen müssen.



Diesem Druck konnten die Jungs vom ETV standhalten und ließen dem Gast aus Westfalen nicht den Hauch einer Chance.

Sehr souverän und dominant zog der ETV sein Spiel auf und sicherte sich somit die ersten Punkte der Saison. Gegen den TV Leichlingen II sah es jedoch ganz anders aus – verstärkt mit zwei Angreifern aus der eigenen ersten Mannschaft gingen die Rheinländer ins Spiel und zeigten direkt, welchen Druck sie hierdurch im Angriff erzeugen können. Doch der ETV ließ nach einem kleinen Hänger im ersten Satz nicht locker und sicherte sich die nächsten beiden Durchgänge. Im vierten Satz war der Gastgeber leider von der Rolle und musste diesen Satz chancenlos abgeben.

Eine konzentrierte Leistung im Entscheidungssatz brachte aber das spannende und hochklassige Ende eines wirklich überzeugenden Zweitligaspiels. Kein Team konnte sich absetzen und so kam es leider, dass der Gast am Ende das glücklichere Händchen hatte und sich mit 11:9 durchsetzen konnte. Auf diese Leistung kann man aufbauen. Der ETV wird so sicherlich sehr gut in der Liga mithalten können. Wir sind gespannt auf die nächsten Spieltage.

Am 18. Januar spielen wir nochmals zu Hause um 15 Uhr in der Sporthalle Hohe Weide. Kommt vorbei und feuert uns an! Der Eintritt ist frei. Die Gegner sind hier der MTV Wangersen und der MTV Vorsfelde



KOMM ZU UNS INS TEAM!

Hast du Lust, dein Hobby zum Beruf zu machen? Dann bist du bei uns genau richtig! Wir suchen dich, um unser Team zu verstärken. Ob du handwerklich begabt bist, gerne mit Menschen arbeitest oder Organisation dein Ding ist – wir haben spannende Jobs für dich!

AKTUELL SUCHEN WIR:

ZWEIRAD- MECHANIKER (M/W/D)

Du liebst es, Räder in Topform zu bringen? In unserer hellen, offenen Werkstatt arbeitest du mit modernstem Werkzeug und Equipment. Hier kannst du deine Leidenschaft in einem professionellen Umfeld voll ausleben!

LAGERIST (M/W/D)

Du behältst den Überblick im Lager und sorgst dafür, dass alle Teile an ihrem Platz sind. Struktur und Organisation sind deine Stärken? Dann gehörst du in unser Team!

MONTEUR (M/W/D)

Du hast das technische Know-how und ein Auge fürs Detail? Als Monteur bei uns sorgst du dafür, dass unsere Fahrräder sicher und perfekt auf die Straße kommen.



NEUGIERIG? HIER
GEHT ES ZU DEN
STELLENANGEBOTEN



Bewirb dich hier: bewerbung@specialized-hamburg.de

www.specialized-hamburg.de/pages/jobs

GOLF

INSPIRATION FÜR CITY GOLF HAMBURG

Beim 8. Jugendgolf-Kongress des Deutschen Golfverbands drehte sich alles um die Zielgruppe der Zukunft: Kinder und Jugendliche. Unter dem Motto „Bewegen! – Begeistern! – Bilden! – Binden!“ nahmen Thomas Becker und Elaine Peters von City Golf Hamburg an spannenden Vorträgen und Diskussionen teil, gemeinsam mit über 300 weiteren Teilnehmer:innen.

City Golf Hamburg sieht in der Förderung junger Golfer:innen eine zentrale Aufgabe. Es gilt, ein motivierendes Umfeld zu schaffen, das die Sportler:innen in den Mittelpunkt stellt und mit modernen Strukturen ein attraktives Angebot für Kinder und Familien bietet. Dies erfordert

den Abbau veralteter Strukturen und innovative Konzepte, um den Nachwuchs langfristig für den Golfsport zu begeistern.

Ein Highlight des Kongresses war der interdisziplinäre Austausch: Vertreter:innen anderer Sportarten und Wissenschaftler:innen boten neue Perspektiven. Der ehemalige Skisprung-Bundestrainer Werner Schuster teilte Erfolgsstrategien seiner Mannschaft – zudem standen Themen wie Kinderleichtathletik, Frauen im Leistungssport und psychische Gesundheit im Fokus. Besonders beeindruckend war der Beitrag von Professor Michael Kellmann, der die Auswirkungen von Social-Media-Konsum auf

die mentale Gesundheit von Sportler:innen beleuchtete.

Auch sportliche Erfolge wurden gefeiert: Der Rückblick auf die Olympischen Spiele 2024 mit Medaillengewinnerin Esther Henseleit inspirierte ebenso wie der Bühnentalk mit Anna-Maria

Wagner, zweifache Judo-Weltmeisterin, die ihre mentale Vorbereitung auf Wettkämpfe teilte.

City Golf Hamburg geht mit frischen Ideen und Motivation aus dem Kongress hervor. Der Fokus liegt nun darauf, Synergien mit anderen Vereinen zu nutzen, unter anderem durch einen regelmäßigen Hamburger Stammtisch. Ziel ist es, den Golfsport in der Region und deutschlandweit voranzutreiben – gemeinsam und zukunftsorientiert.



GOLF

Einladung zur Mitglieder- versammlung

Einladung zur Mitgliederversammlung der Golfabteilung am Freitag, den 7. Februar 2025 um 17 Uhr im ETV-Sportzentrum Hoheluft (Raum wird bei Anmeldung bekannt gegeben). Anmeldung und etwaige Anträge bitte bis 2. Februar 2025 per E-Mail an info@etv-golf.de.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit/Beschlussfähigkeit
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Bericht des Vorstands
4. Entlastung des Vorstands
5. Wahl der Vorstände
6. Wahl der Delegierten für die Delegiertenversammlung
7. Anträge
8. Verschiedenes

Thomas Becker, Ingo Kim, Tobias Leunig

GOLF

BLEIB IM WINTER IN SCHWUNG!

Die ETV-Golfabteilung „City Golf Hamburg“ bietet auch im Winter zahlreiche Möglichkeiten, das eigene Golfspiel zu verbessern und sich fit zu halten. Unsere vielfältigen Kurse richten sich sowohl an Anfänger:innen als auch an erfahrene Spieler:innen. Besonders Golfer:innen mit einem Handicap zwischen 54 und 30 können von den Inhalten profitieren. Hier eine Übersicht unserer Winterangebote:

■ Thematische Gruppenkurse:

Perfektionierung der Technik und Wissenserweiterung zu verschiedenen Schlagarten im Golf-Club An der Pinnau.

■ **Indoor-Kurse:** Wetter-unabhängiges Training im

ETV-Sportzentrum Hoheluft um die Technik zu verbessern.

■ **Life Kinetik-Kurse:** Verbesserung der Koordination und Konzentration mit diesem innovativen Konzept, das Körper und Geist fordert – ideal, um auch auf dem Golfplatz erfolgreicher zu sein. Schnupperkurse sind ebenfalls möglich!

■ **Feel Free-Kurse:** Für Kurzentschlossene bieten wir spontane Outdoor- und Indoor-Gruppenkurse wochentags am Vormittag an. Diese finden mit zwei bis vier Tagen Vorlauf statt. Einfach per E-Mail Interesse anmelden, und wir setzen dich auf unsere Liste.

Vision: Trainingsanlage in Hamburg

Neben unseren Winterkursen arbeiten wir an einem zukunftsweisenden Projekt: Eine zentrale Trainingsanlage mitten in der Stadt. Aktuell laufen Bietergespräche mit Planern, um mittelfristig City-Golfern einen modernen Trainingsplatz zu bieten. Wir sind überzeugt, dass die neue Anlage ein wichtiger Meilenstein für den städtischen Golfsport sein wird. Die Entwürfe werden ständig optimiert, um den wachsenden Bedürfnissen unserer Golfer:innen gerecht zu werden.

Kontakt

kurse@etv-golf.de
etv-golf.de/gruppenkurse-fuer-golfer

HOCKEY

AUFBRUCH IN EINE NEUE ÄRA

Ende des 19. Jahrhunderts fand Feldhockey seinen Weg nach Deutschland, seit dem 4. September 1932 ist Feldhockey als Teil der Abteilung „Tennis & Hockey“ beim ETV eingetragen. Feldhockey ist ein sehr dynamischer Sport, bei dem Teamgeist, Teamfähigkeit und technisches Können strategisch gut kombiniert werden müssen, damit ein schnelles Spiel möglich ist.

In den vergangenen Jahren durchlief die Abteilung unbeständige Wachstumsphasen. Teilweise standen nicht genügend Spieler:innen zur Verfügung, um eine Mannschaft für die Saison zu melden oder die Abteilung war durch den Mangel an verfügbaren Hockeyplätzen in den Trainingsmöglichkeiten eingeschränkt.

Doch in der Welt des Sports gibt es immer wieder Momente, die in die Geschichtsbücher eingehen. Wie die gewonnene Silbermedaille bei Olympia der Feldhockey-Männer war diese Saison für unsere weibliche U14-Mannschaft zweifellos eine, die von sehr großer Bedeutung für den Hockey beim ETV ist: Die Saison startete im April, und obwohl das erste Spiel

bedauerlicherweise 0:1 ausging, verabschiedete sich die Mannschaft aus der Gruppenphase mit 21 Punkten, einem Torverhältnis von 18:8 und sieben Siegen und sicherte sich damit den ersten Platz.

Die Gruppensiegerinnen gingen damit in die Zwischenrunde und stellten auch dort ihr technisches Können und ihren Teamgeist unter Beweis. Sie kämpften sich mit vier Punkten und einem Torverhältnis von 8:1 an die Spitze der Gruppe und zogen ins Halbfinale ein. In einem scheinbar endlosen und geladenem Halbfinalspiel schossen sich die Mädels zwei Minuten vor Abpfiff ins Finale. Jetzt stand nur noch ein Spiel zwischen ihnen und dem Titel. Nach einer harten Saison er-



kämpften sie sich nun im Finale gegen den THC Ahrensburg den langersehnten Titel und dürfen sich ab jetzt „Verbandsliga-meisterinnen von Hamburg und Schleswig-Holstein 2024“ nennen. Herzlichen Glückwunsch, ihr habt es euch verdient!

Diese erfolgreiche Saison soll nicht nur als metaphorischer Neubeginn gesehen werden, sondern auch als wahrhafter Beginn einer neuen Ära für die Hockeysparte des ETV. Hockey hat aktuell 230 Nachwuchsspieler:innen. Ab Frühjahr 2025 wird die Abteilung mit vier Trainingstagen in den Sportpark Eimsbüttel an der Hagenbeckstraße umziehen. Dadurch ergibt sich eine signifikante Verbesserung der Trainingssituation der Abteilung, wodurch diese ab der kommenden Feldhockey-Saison nach den Märzferien mehr Nachwuchsspieler:innen aufnehmen und diese entsprechend fördern und fordern werden kann.

Aufgrund des Umzugs an die Hagenbeckstraße wurde Ende November 2024 beschlossen, die Sparte Hockey, die in ihrer gesamten Historie beim ETV als Doppelabteilung „Tennis & Hockey“ geführt wurde, von der großen Schwester Tennis zu trennen und nun mit eigenem Vorstand eine eigene „richtige“ Abteilung zu bilden. Die neu gegründete Abteilung verspricht sich von dieser Trennung, noch gezielter und effizienter für ihre Mitglieder arbeiten zu können und nun mit den neuen Trainingsmöglichkeiten zu wachsen und sich nachhaltig entwickeln zu können.

Der neue Vorstand

- 1. Vorsitzender:** Andreas Hübbe
- Stellvertretende Vorsitzende:** Anja Fischer
- Finanzwart:** Stefan Bardowiecks
- Schriftwartin:** Katrin Damm-Mettke
- Sportwart:** Jörg Weber
- Jugendwart:** Tim Lehmann



GLÜCK IST:

„WENN FAIRNESS
WIRKLICH ZÄHLT.“

Jeden Samstag die Chance auf

10.000 €

monatlich, 20 Jahre lang.*

*Chance 1: 10 Mio.
Teilnahme ab 18 · Spielen kann süchtig machen
Hilfe unter check-dein-spiel.de · Whitelisted/GlStV 2021







Guter Tipp.

lotto-hh.de

FITGYM

Übungsleiter:in in der FitGym werden

Die FitGym, der Kursbereich des ETV, sucht neue Übungsleitungen, die Freude an Bewegung und Lust auf die neue Herausforderung, eine Gruppe anzuleiten, haben. Innerhalb unserer Angebote für den Bereich „Group Fitness“ bietet der VTF Hamburg (Verband für Turnen und Freizeit) eine gut strukturierte Ausbildung, die umfassend mit theoretischem Wissen ausstatten und für die Praxis das notwendige Handwerkszeug wie auch Sicherheit geben, um Gruppen anzuleiten. Angeboten wird die „DOSB-Übungsleiter:in C-Lizenz“, alternativ kann die kürzere Basisqualifizierung (40-50 Lerneinheiten) gewählt werden.

Weitere Infos
vtf-hamburg.de.

STUDIO

Athletik- und Krafttraining für Jugendliche

Im neuen Jahr starten zwei Workshops für Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren. Neu ist der Workshop Athletik- und Krafttraining für Jugendliche Advanced. Das heißt: Jugendliche, die vorher schon einen Workshop im Athletikraum durchlaufen haben, können jetzt gezielt weiter aufgebaut werden. So kann unser Trainer Flemming optimal auf die Bedürfnisse der Anfänger:innen („Beginner“) – und der Fortgeschrittenen – „Advanced“ eingehen.

Termine

Beginner: 9 Termine, donnerstags vom 9. Januar bis 6. März 2025, 18 bis 19 Uhr

Advanced: 9 Termine, freitags vom 10. Januar bis 7. März 2025, 14.30 bis 15.30 Uhr

Ort: Athletikraum (2. Stock) im Sportzentrum Hoheluft

Gebühr: 90/135 Euro (Mitglied/Gast)

etv-hamburg.de/workshops



FITGYM

FIT, GESUND UND ACHTSAM DURCH DEN WINTER

Der ETV bietet gute Nachrichten für Alle, die sich selbst zum Jahresstart etwas Gutes tun möchten: Die neuen Präventionskurse sind online und in der ETV-App buchbar. Startet das neue Jahr mit eurem Wunschkurs: Präventives Ganzkörpertraining, Rücken & Relax, Progressive Muskelrelaxation oder achtsam und gelassen im Stress. Ob Bewegung, Ent-

spannung oder Stressmanagement, für jede:n ist der richtige Kurs dabei.

Unsere Kurse beinhalten acht Kurseinheiten und einen wöchentlichen Termin à 60 Minuten Kursdauer oder finden in Form von zweitägigen Kompaktkursen statt. Ihr trainiert, die Krankenkasse zahlt: Die Kurse werden nach §20 SGBV

von allen gesetzlichen Krankenkassen finanziell bis zu 100 Prozent bezuschusst. Jede gesetzlich versicherte Person hat Anspruch auf zwei bezuschusste Kurse pro Kalenderjahr. Sichert euch noch jetzt euren Platz: online oder direkt in eurer ETV-App unter „weitere Angebote“.

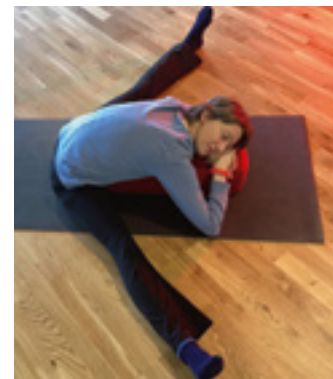


FITGYM

RIESIGE YOGA-VIELFALT IN HAMBURG

Der ETV bietet eine Vielzahl verschiedener Yogaformate an. Mitglieder können zwischen 65 Kursen pro Woche wählen: Die FitGym-Welt bietet Vinyasa, Hatha oder Yin Yoga, spezielle Yoga-Kurse für 55Plus, für Schwangere oder als Yogilates, einem Mix aus Yoga und Pilates. Ob eher dynamisch, fließend oder ruhig, kräftigend und aktiv oder meditativ und

entspannend – für jede:n ist der passende Kurs dabei. Für eine kostenlose Probestunde schreibt uns gerne eine E-Mail an fitgym@etv-hamburg.de. Eine Übersicht des gesamten Kursprogramms findet ihr online.



WENN DAS KNIE PROBLEME MACHT

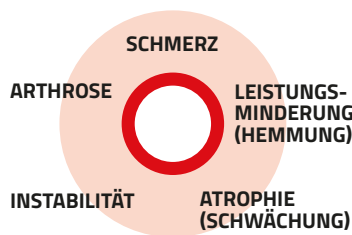
Was hilft bei Arthrose? Macht Sport die Gelenkerkrankung noch schlimmer? Ein Überblick zur Entstehung und Selbsthilfe bei Kniearthrose.

Arthrose beschreibt die fortschreitende, degenerative Veränderung des Knorpels in den Gelenken des Körpers und ist eine der häufigsten Ursachen für Bewegungseinschränkungen im Alter. Generell ist eine Veränderung des Knorpels ein natürlicher Teil des Alterungsprozesses. Das Kniegelenk ist eines der häufigsten betroffenen Gelenke und schränkt bei betroffenen Menschen sportliche Aktivitäten deutlich ein.

Die Ursachen zur Entstehung sind vielschichtig: Anatomische Fehlstellungen der Beinachse, mechanische Überbelastung sowie entzündliche und stoffwechselbedingte Faktoren spielen eine Rolle, die zu strukturellen Veränderungen der Gelenke führen können. Es ist wichtig zu verstehen, dass Arthrose nicht allein durch sportliche Belastung und „Abnutzung“ entsteht. Ein Ungleichgewicht zwischen dem Aufbau und dem Abbau von Knorpelzellen wird durch verschiedene Auslöser begünstigt. Zuerst: Regelmäßige Gelenkbewegung und Belastung halten den Gelenkknorpel gesund, indem sie die Zufuhr von Nährstoffen fördern. Bewegungsmangel und eine ungesunde Ernährung (wie etwa Fleisch- und Wurstwaren, Fertigprodukte und Süßwaren) sind mitverantwortlich für die Entstehung der entzündlichen Prozesse bei Arthrosen.

Wenn es zu chronischen Schmerzen im Kniegelenk kommt, reagiert der Organismus mit einer neurologischen Hemmung der Muskulatur (speziell des Quadrizeps), welches zu

einer Atrophie (Schwächung) führt, was wiederum das Fortschreiten der Arthrose durch eine Instabilität des Kniegelenks begünstigen kann. Es kommt zu einem Teufelskreislauf.



Natürlich kann auch eine einmalige oder längerfristige, übermäßige Gelenkbelastung oder Knieverletzungen im Sport zur frühzeitigen Knorpeldegeneration führen. Aber in den meisten Fällen hat eine Arthrose multifaktorielle Auslöser.

Fahrradfahren ist die gelenkschonende Aktivität für Menschen mit Kniearthrose. Der Wechsel von Be- und Entlastung im Kniegelenk sorgt dafür, dass der Knorpel über die Gelenkflüssigkeit ernährt wird und seine Belastbarkeit erhält. Denn jedes System passt sich den Belastungsanforderungen an, auch der Knorpel, welcher über das Aneinandergleiten der Knorpelflächen unter einem physikalischen Druck, mehr Flüssigkeit aufnehmen kann und sich sozusagen „aufpuffert“. Je nach Arthrosegrad und betroffener Gelenkfläche ist auch ein Ruder- oder Crosstrainer für ein Training geeignet.

Sollte man bei Arthrose laufen? Untersuchungen haben ergeben, dass moderate Laufeinheiten nicht mit einem erhöhten Risiko für Kniearthrose einher gehen. Wenn aber das Joggen bei einer bestehenden Arthrose schmerzhaft ist, wäre eine „Laufpause“

und stattdessen stabilisierendes Krafttraining für die Beinmuskulatur, Kontrolle des Laufstils sowie ein eventuell notwendiger Gewichtsverlust sinnvoll.

Wegen der oben beschriebenen neurologischen Hemmung bei Knieschmerzen ist eine Kräftigung der Muskulatur rund um das Knie unerlässlich. Hier sind Trainingsgeräte durch die einfachere Dosierung der Belastung den „Freiübungen“ vorzuziehen. Je nachdem, in welchem Kniebereich die Arthrose diagnostiziert wurde, wie weit sie fortgeschritten ist und auch in Abhängigkeit vom biologischen Alter des Menschen können individuelle Übungen und Belastungsempfehlungen für eine Verbesserung des Gelenkzustands ausgewählt werden. Zum Beispiel ist eine Übung für den Kniestrecker bei Arthrose der Gelenkflächen von Oberschenkelkopf (Femur) und Schienbeinkopf (Tibia) meist ohne Probleme, bei retropatellarer Arthrose aufgrund des Anpressdrucks der Kniescheibe aber meist schmerzhaft. Krafttraining bei Kniearthrose ist immer eine „Gratwanderung“ im Bezug zur Belastung und Übungsauswahl.

Fazit: Durch regelmäßige Bewegung und gezieltes Krafttraining wird nicht nur die Versorgung und Schmierung des Knorpels verbessert, sondern auch die umliegenden Strukturen gestärkt. Eine gesunde Ernährung, reich an entzündungshemmenden Nährstoffen, unterstützen zusätzlich. Mit einer individuellen Herangehensweise und aktivem Training lassen sich Beschwerden lindern und die Lebensqualität deutlich steigern.



ÜBUNGSVORSCHLÄGE BEI ARTHROSE

1 „Beine baumeln lassen“: Sitzend auf einem Tisch, mit kleinen Gewichtsmantelchen von ein bis zwei Kilogramm. Das freie Pendeln des Kniegelenks fördert die Bildung und Verteilung von Gelenkschmiere. Das wirkt vorbeugend oder verlangsamt gegen Arthrose. Für Patient:innen mit Arthrose im Knie ist diese überall durchführbare Übung immer dann angebracht, wenn sich das Knie belastet oder schmerzhaft anfühlt. Dauer: drei bis fünf Minuten für einen spürbaren Effekt.

2 Ergometer-Training (Radfahren) mit einer leichten Druckbelastung: Dabei den Sattel so hoch wie möglich stellen, damit der Kniewinkel in der Beugung reduziert wird – Trittfrequenzen flüssig 70 bis 80 Umdrehungen pro Minute, Belastungsdauer 15 bis 20 Minuten je Einheit (fünfmal die Woche).

3 „Kräftigung der Hamstrings“ – am Leg Curl: Da es sehr häufig ein Kraftdefizit der „Kniebeuger“ (Hamstrings) gegenüber dem „Kniestrecker“ (Quadrizeps) gibt, ist eine Kräftigung der Beuger am Gerät ohne Gelenkbelastung möglich.

4 Kräftigung mit moderaten Gewichtsbelastungen an der Leg Press: Druckbelastung abhängig von der Arthroseproblematik – dabei haben sich Kraftausdauerbelastungen als deutlich besser für eine Schmerzreduktion erwiesen, statt hohe Intensitäten.

GEWINNSPIEL

Finde die 12 Unterschiede und gewinne das Buch
„Mukkekekukke-Comics zu Musik“ von Anke Kuhl & Moni Port

Finde **12** Unterschiede und gewinne ein Buch



Anke Kuhl & Moni Port [Herausgeberinnen]

Mukkekekukke-Comics zu Musik

Reprodukt ISBN 978-3-95640-425-2



Regina Kehn

Illustratorin Regina Kehn, die für den ETV das Logo der Fußballerinnen „KickBEES“ entwarf, stellt für jedes ETV-Magazin ein Fehlersuchrätsel zur Verfügung. In diesem verbergen sich 12 Unterschiede. Wer sie findet und die richtige Lösung beim ETV abgibt, kann ein Exemplar des Buchs, aus dem das Suchbild stammt, gewinnen – in diesem Fall „Mukkekekukke-Comics zu Musik“.

www.reginakehrn.de

UND SO GEHT'S:

Finde die 12 Unterschiede und gib die richtige Lösung, deinen Namen und deine Adresse bis zum 15. März 2025 bei den ETV-Informationen ab oder sende alles an:
Eimsbütteler Turnverband e.V.,
Bundesstraße 96,
20144 Hamburg

VEREIN

EMINE JACOBSEN IST NEUE AUSZUBILDENE

Emine Jacobsen ist seit dem 1. Oktober 2024 Auszubildende im Bereich Büromanagement beim ETV. Sie organisiert den CBS Campus (Campus für Bildung und Sport) und unterstützt montags, mittwochs und freitags Carla Schenk, die den CBS seit Herbst 2024 koordiniert. Ihr Arbeitsplatz befindet sich im Großraumbüro im Sportzentrum Bundesstraße: „Ich freue mich sehr, nun Teil des Teams zu sein, da ich schon einige von euch kennenlernen durfte. Auch mit den Aufgaben des Campus bin ich mittlerweile

vertraut und habe Freude, diesen mit Carla zu organisieren.“

Vor zwei Jahren war Emine noch aktiv im Bereich Leichtathletik beim HSV tätig, ist jedoch inzwischen zum Tennis und Ausdauerlauf gewechselt. Der sportliche Ausgleich ist ihr sehr wichtig, „da er mir hilft, den Kopf freizubekommen und abzuschalten. Ich freue mich darauf interessante Einblicke in den Verein zu bekommen, um mich weiterentwickeln zu können.“



KITA HOHELUF

BUNDESWEITER VORLESETAG

Jedes Jahr im November findet der bundesweite Vorlesetag in Kitas und Schulen statt. Die ETV Kita lädt an diesem Tag Menschen zum Vorlesen ein, die dort sonst nicht zu finden sind – egal ob für zehn Minuten oder eine Stunde, die Kinder freuen sich immer riesig auf diesen Tag.

Ja, wir zelebrieren ihn regelrecht. Jede:r Vorlesende darf ein Buch mitbringen oder auch eines aus unserer Bücherkiste aussuchen. Dann wird es gemütlich. Der Vorleseraum ist von uns mit Lichtern, Kissen, Decken und Matten vorbereitet. Gespannt lauschen unsere „Schwalben“, eine der Kitagruppen, den Geschichten, fiebern mit, stellen Fragen oder haben eigene fantastische Ideen zu den Geschichten. Auch unsere Vorleser:innen bereiten

sich mit liebevoll ausgesuchten Geschichten oder den eigenen Lieblingskinderbüchern auf diesen Tag vor und freuen sich auf die kleine Auszeit vom Alltag.

Vorlesen ist so wichtig für unsere Kinder. Es regt die Fantasie an, erlaubt eine kleine Reise in andere Welten. Kinder erleben die bunte Welt der Gefühle durch die Held:innen in den Geschichten und fühlen mit, lachen und gruseln sich ein bisschen. Vorlesen regt zum Sprechen an, neue Wörter werden erforscht und in den eigenen Sprachgebrauch aufgenommen. Wir leben es vor, um Kinder für das Lesen zu begeistern. Der nächste Vorlesetag findet am 21. November 2025 statt, wer dabei sein möchte, kann sich gerne bei **Johanna Meidlein, jmeidlein@etv-hamburg.de**, melden.



Auch der 1. Vorsitzende des ETV, Frank Fechner, las den Kindern vor.



VERANSTALTUNG

Wintermoves – der ETV-Advents- kalender

Am Sonntag, den 24. November fand in der Aula der Ida Ehre Schule eine ganz besondere Veranstaltung statt: Die Tanzshow „Wintermoves“ sorgte bei den Zuschauern für Vorfreude auf die Adventszeit. Unter dem diesjährigen Motto „der ETV-Adventskalender“ präsentierten fast 200 Darstellerinnen und Darsteller ein abwechslungsreiches Programm, bei dem jeder Auftritt ein neues Türchen öffnete.

Die Zuschauer:innen erlebten eine Show, die mehr als nur tänzerische Darbietungen bot. Die kleinen Turnwichteln der Leistungsturnerinnen führten humorvoll durch die Veranstaltung und öffneten mit viel Kreativität jedes Türchen. Die Darstellerinnen und Darsteller boten eine Vielfalt an Tanz- und Turnaufführungen: Ballett, Zumba, Geräturnen, Cheer-dancing, Poledance und viele weitere Sportarten sorgten für ein vielfältiges Programm.

Mit Leidenschaft und Energie begeisterten die Gruppen die Zuschauenden und wurden mit viel Applaus und Lob gefeiert.

Die Kooperation mit der Ida Ehre Schule ermöglichte es, die Show in dieser Location zu realisieren und so das Event zu einem vollen Erfolg zu machen. Wir freuen uns auf die nächsten Wintermoves und auf viele weitere unvergessliche Momente!

KINDERSPORTSCHULE

ANMELDETAG FÜRS NEUE KISS-JAHR

Die ETV-Kindersportschule (KiSS) bietet ein abwechslungsreiches Sportangebot für Kinder ab vier Jahren. Während die jüngeren Jahrgänge grundlegende motorische und kognitive Fähigkeiten mithilfe von Bewegungslandschaften und -spielen erlernen, schnuppern die älteren Jahrgänge regelmäßig in neue Sportthemen hinein. Auf diese Weise erhalten die Kinder mit Spaß und Freude eine breitgefächerte Grundlagenausbildung ihrer Bewegungen und lernen ihre eigenen sportlichen Interessen kennen.

An dieser Stelle informieren wir euch über die Anmeldemöglichkeiten in der KiSS. Kinder des Jahrgangs 2021 nehmen wir nach den Sommerferien in

unsere neue Mini-KiSS Klassen auf. Für Kinder der Jahrgänge 2020 und älter wird es Wartelistenplätze zum Nachrücken geben, falls im Laufe des Jahres in den bestehenden Klassen Kinder aufhören.

Die offizielle Anmeldephase findet in diesem Jahr vom 31. Mai, 10 Uhr bis zum 2. Juni, 12 Uhr online statt. Genaue Informationen zum Ablauf der Anmeldung erhaltet ihr ab dem 1. April auf unserer KiSS- und ETV-Homepage und im nächsten Magazin.

Kontakt

Vinh Tat
040-401769932
(Di 10-12 Uhr, Mi 15-17 Uhr,
Do 10-12 Uhr),
KiSS@etv-hamburg.de



KINDERSPORT

MINI TATÜTATA ERSTMALS IN BEIDEN SPORTZENTREN



Im Frühjahr feiern wir Fasching! Am Sonntag, den 2. März 2025 feiern wir gemeinsam zum siebten Mal „Mini TatüTata“ und freuen uns auf alle Kinder bis zwölf Jahren, die dabei sein möchten. Neu ist, dass wir nicht nur im Sportzentrum Bundesstraße in der Großen Halle, sondern nun auch im Sportzentrum Hoheluft am Lokstedter Steindamm in der Sporthalle feiern.

Wir bitten alle Teilnehmenden, sich vorab anzumelden: Von 15 bis 17 Uhr können sich alle Besucher:innen bei zahlreichen Spielen, an der Torwand und bei spaßigen Attraktionen wie Dosenwerfen, Wettnageln oder in der Kinderdisco austoben.

Wir freuen uns auf bunte und fantasievolle Verkleidungen. Unsere berühmte Polonaise sowie Bonbons zum Abschluss der Veranstaltung dürfen natürlich nicht fehlen.

Lauffähige Kinder zahlen einen Eintritt von zwei Euro, alle Eltern feiern kostenlos mit. Bitte bringt Hallenschuhe oder Socken mit. Ohne vorherige Anmeldung (via App) ist eine Teilnahme leider nicht möglich. Die Buchung ist bis eine Stunde vor Beginn möglich.

Kontakt

Jana Steinfurth,
040-401 769-23,
kindersport@etv-hamburg.de

SPANNUNG, ABENTEUER, SPORT



In den Märzferien fährt der ETV mit Kindern und Jugendlichen in die Lüneburger Heide auf eine Husky-Freizeit und zur Skifreizeit nach Kals am Großglockner in Österreich. Für all unsere Pferdeliebhaber:innen stehen traditionell wieder zwei Reisen (Mai- und Herbstferien) auf den Ponyhof nach Wittensee auf unserem Reiseplan.

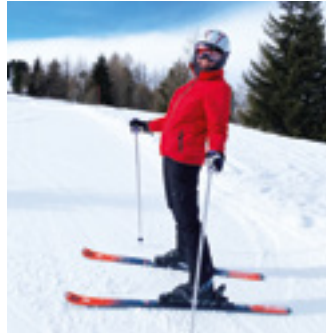
Außerdem geht es in den Sommerferien auf unsere Sommerfreizeit nach Sylt. Inmitten der Natur und direkt am Strand erwarten alle Mitreisenden ein buntes Programm voller Spaß und Sport. Den Abschluss unseres Reisejahres bildet die



Reise in den Wilden Westen im Harz. Wir tauchen ein nach Pullman City in eine authentische Western-Atmosphäre. Anmelden könnt ihr euch unter etv-hamburg.de/ferienangebote. Eine Bezuschussung ist möglich. Bitte schreibt uns bei Bedarf eine E-Mail. Wir schicken euch gerne die notwendigen Unterlagen zu.

Husky-Freizeit Lüneburger Heide

Wann: 9. bis 15. März 2025
Wo: Lüneburger Heide, Vethem/Walsrode
Für wen: Jungen und Mädchen von 8 bis 14 Jahren
Preise: 555 Euro für ETV-



Mitglieder und KiJu-Kinder/
635 Euro für Gäste
Plätze: 25 Teilnehmer:innen

Skifreizeit Österreich

Wann: 15. bis 22. März 2025
Wo: Kals am Großglockner, Österreich
Für wen: Jungen und Mädchen von 12 bis 17 Jahren
Preise: 1199 Euro für ETV-Mitglieder und KiJu-Kinder/
1349 Euro für Gäste
Plätze: 25 Teilnehmer:innen

Kontakt

**Hannah Prohl, 040-40176935,
reisen@etv-hamburg.de**

Inline-Skating für Einsteiger:innen

Inline-Skating ist Spaß auf Rollen, trainiert die körperliche Ausdauer und Geschicklichkeit und schult dabei die Aufmerksamkeit und das Reaktionsvermögen. Benötigt werden ein Helm, eigene Schutzausrüstung, Inline-Skates, Sportzeug, Turnschuhe, Getränke und Snacks. Geeignet für Kinder von 6 bis 13 Jahren.

INLINE-SKATING EINSTEIGER:INNEN

Termine:

25. und 26. Januar 2025
22. und 23. Februar 2025
12. und 13. April 2025
10. und 11. Mai 2025
11. und 12. Oktober 2025
13. und 14. Dezember 2025

Buchbar via App.

Zeit/Ort:

Samstag, 13.30 bis 16.30 Uhr,
Sonntag, 14 bis 16 Uhr,
Untere Halle, ETV-Sportzentrum Bundesstraße

Beitrag: 55/65 Euro
(ETV-Mitglieder/Gäste)

FSJLER MILO KUCK STELLT SICH VOR

Milo Kuck ist 18 Jahre alt und ist seit Anfang November „stolzes Mitglied“ des ETV-Teams. Seine Schulzeit hat er 2024 mit dem Abitur abgeschlossen und arbeitet jetzt als Freiwilliger in der Baseball-/Softball-Abteilung und ist im Kindersport aktiv. „Da man sich beim ETV ja aber gegenseitig unterstützt, werdet ihr mich bestimmt auch in anderen Abteilungen beim Aushelfen antreffen“, verspricht Milo. Der Weg zum ETV war für ihn nicht weit, da er bereits seit 2014 Mitglied ist und dort Base-

ball bei den Hamburg Knights spielt: „So kam ich über Bekannte aus dem Baseball auf die Idee, nach der Schule mein FSJ beim ETV zu machen“, so Milo. Besonders motivieren ihn dabei die fröhlichen Kinder, die er im Nachwuchssport trainiert: „Den Kindern beim Lernen und Spaß haben zuzusehen ist immer etwas Schönes.“ Des Weiteren freut sich Milo besonders darauf, beim ETV während seiner FSJ-Zeit viel zu lernen und sich sowohl beruflich als auch persönlich weiterzuentwickeln.

PURPUR

WOLLE & NATURTEXTILIEN

Alle häkeln!
Alle stricken!

**Mit den aktuellen
Garnen, mit
Anleitungen
für Sommer-
accessoires
und mehr...**

Gibt's alles bei uns!



Heußweg 41 b (Karl-Schneider-Passagen) • 20255 Hamburg
Mo–Fr 10–18 Uhr • Sa 10–16 Uhr • Tel. 040/490 45 79 • purpurwolle.de

SILBERNER STERN ALS ANSPORN

Unser Team 55Plus ist mit dem Anspruch angetreten, Möglichkeiten des Miteinanders und der Geselligkeit neben den sportlichen Aktivitäten für unsere Vereinsmitglieder ab 55 Jahren zu schaffen.

Wir freuen uns, dass unsere Angebote an euch auf so großes Interesse stoßen. Insgesamt haben wir bei 47 Angeboten mit

483 Teilnehmenden eine gute Zeit miteinander verbracht: Ob beim Wandern, unterwegs im Museum für Kunst & Gewerbe, bei diversen Führungen durch die Stadt oder beim NDR, den vielen Dinner-Tastings ... es ist das lebendige Miteinander, das diese Treffen so besonders macht.

Am 7. November haben wir dafür den kleinen silbernen Stern

des Sports für beispielhaftes gesellschaftliches Engagement gewonnen, dieser wird jährlich von der Volksbank und dem Hamburger Sportbund verliehen. Dies ist uns Ansporn, noch viele weitere interessante und exklusive Angebote mit und für euch zu entwickeln.

Ausblick auf das kommende Jahr

Wir werden die Formate, die wir in diesem Jahr entwickelt haben, fortführen. Viele neue Ideen warten darauf, verwirklicht zu werden. Vor allem benötigen wir dazu auch euch: Als Interessierte an unseren Veranstaltungen, als Ideengebende und als engagierte Mitstreiter:innen, die uns darin unterstützen, ein aktives und vielfältiges Miteinander zu gestalten. Denn da wir im Team

55Plus alle ehrenamtlich tätig sind und diese schöne Tätigkeit neben unseren beruflichen und familiären Verpflichtungen durchführen, können wir auf Unterstützung durch euch nicht verzichten. Wir wünschen euch allen einen guten Start ins neue Jahr und freuen uns auf viele schöne und bereichernde Begegnungen mit euch.

Meldet euch mit euren Bereitschaften für ein kleines oder größeres Engagement und ebenso, wenn ihr unseren Newsletter erhalten möchtet: **Team 55Plus@etv-hamburg.de**. Wir gestalten gemeinsam, wir erleben es gemeinsam und danach wissen wir, dass wir einen neuen Baustein für die persönliche Lebensqualität in unserem Leben kennengelernt haben.



„GANZ OHR“ – VORTRAG ZUM HÖREN

Mit dem Vortrag „Ganz Ohr – vom Gleichgewicht und wie wir unser Gehör fit halten“ eröffnete das Team 55Plus am 26. November eine neue Veranstaltungsreihe zu Gesundheitsthemen.

Thomas Sünder, Autor des Buchs „Ganz Ohr“ (Co-Autor Dr. Andreas Borta) berichtete im ersten Teil reich bebildert, wie unser Gehör entstanden ist und funktioniert. Im zweiten Teil ging er detailliert auf die Themen ein, die unsere ETV-Teilnehmenden bewegte und beantwortete anschließend Fragen.

Eröffnet und moderiert wurde der Vortrag durch unser Team 55Plus mit der Frage: „Welches war euer schönstes Hörerlebnis?“ Antworten wie das Singen der Vögel, das Rauschen eines

Walds, die Stille einer Schneelandschaft, das Lachen eines vertrauten Menschen, das Lachen des kleinen Enkelkinds, die leisen Töne im Konzert, das Spiel einer Klarinette, der Gesang von Maria Callas ... gaben beispielhaft und eindrücklich wider, was uns bewegt.

Ebenso bewegend sind die Antworten auf die Frage, was man vermissen würde, wenn das Gehör in irgendeiner Form nachlässt: Einem Gespräch folgen können, an einem Gespräch in der Gruppe teilzunehmen, das Singen der Vögel, die Sprüche des Enkels, die Sicherheit im Verkehr, den Verlust der Trennschärfe zwischen den Worten ...

Die Themen, die das Publikum am meisten beschäftigen sind:



Wie ist der Zusammenhang zwischen Gehör und Gleichgewicht? Wie ist Schwindel zu erklären? Wie ist der Zusammenhang zwischen Gehör und Gehirn? Kann man Tinnitus wieder loswerden? Gibt es Möglichkeiten, das Gehör zu trainieren und lange zu erhalten?

Auf alle Aspekte ist Thomas Sünder eingegangen, nach

zwei Stunden des Zuhörens und lebendigen Austauschs untereinander endete ein sehr spannender und informativer Abend. Wir danken Thomas Sünder für die ausgesprochen gute Vorbereitung und den lebendigen Vortrag.

Zum Autor
thomas-suender.de/
presse-gehoer-2



Brillen- und Contactlinsenfrei beim Sport:

Eine spezielle Art von Contactlinsen kann Ihre Kurzsichtigkeit über Nacht im Schlaf korrigieren: Orthokeratologie-Contactlinsen (Ortho-K) der Firma MPG&E (Dreamlens)

Wir sind ein Traditionsunternehmen im Bereich der Augenoptik in Hamburg Hoheluft seit über 70 Jahren. Unser Anspruch ist die persönliche und individuelle Beratung mit den drei Kernkompetenzen Brille, Contactlinse und Lupe.

Lust auf HoheLuft bekommen?

Dann vereinbaren Sie einfach einen Termin per Telefon oder per E-Mail, Martina Will & das gesamte Team von Optic HoheLuft



Optic HoheLuft

53° 35' 2" N, 9° 58' 9" O

Contactlinsen - Brillen

Hoheluftchaussee 56 · 20253 Hamburg

Tel. 040 / 420 27 91 · Fax 040 / 420 27 71

mail@optic-hoheluft.de · www.optic-hoheluft.de

FREIZEITSPORT

Einladung zur Mitglieder-versammlung

Einladung zur Mitgliederversammlung am 9. April 2025 um 19 Uhr im Oberhaus des ETV-Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Wahl einer/s Versammlungsleiters:in
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung vom 26. Juni 2024
5. Berichte aus den Fachbereichen (FitGym, ETV-Studios, Kindersport, Schwimmschule Turmweg, Rehasport, Trendsport)
6. Bericht aus dem Mitgliederbeirat Freizeitsport
7. Wahl der Beiratsmitglieder Freizeitsport
8. Wahl der Delegierten zur Delegiertenversammlung
9. Verschiedenes

Wir freuen uns über viele interessierte Mitglieder.

Sportliche Grüße
Martin Schmelzer,
Bereichsleitung Freizeitsport

FLOHMARKT

ZWEITE LIEBE HAMBURG BEIM ETV

Am 22. Februar geht der Flohmarkt „Zweite Liebe“ in die zweite Runde. Von 10 bis 15 Uhr werden in der ETV Kita im Sportzentrum Hoheluft (Lokstedter Steindamm 77) Baby- und Kinderkleidung, Ausstattung, Spielzeug und vieles mehr verkauft. Der Flohmarkt „Zweite Liebe“ ist ein Nummernflohmarkt: Verkäufer:innen geben ihre vorsor-

tierte Kleidung vorab ab, diese wird dann nach Größen und Kategorien vorsortiert und durch das Organisationsteam verkauft. Wer sich als Verkäufer:in registrieren möchte, der findet hier alle Informationen.



Euer Beirat für den Freizeitsport

Mitglieder des Freizeitsports: FitGym, Fitnessstudios, Kindersport, KISS, Schwimmschule Turmweg, Rehasport, Gerätturmen, Trendsport

Karin Lillike



Anke Lepthien-Schütt



Anja Kohlhoff



Roswitha Naunin



Der Beirat unterstützt mit Vorschlägen und Empfehlungen die Fachbereichsleitungen und die Bereichsleitung Freizeitsport. Über aktuelle Aktivitäten informieren wir euch in der Mitgliederversammlung.



Manfred Ahl



Habt ihr Fragen und Anregungen zum Thema Freizeitsport, die wir mit aufnehmen sollten, dann schreibt uns gerne an!

Du willst auch mitwirken?

Dann meldet euch unter beirat@etv-hamburg.de

INTERVIEW

„DER BEIRAT IST IMMENS WICHTIG“

Der ETV hat sich in den vergangenen Jahren stark weiterentwickelt und seine Strukturen an die Anforderungen eines großen Universalsportvereins angepasst. Eine der bedeutendsten Strukturänderungen war vor rund zehn Jahren die Umwidmung des Bereichs „Turnen und Gymnastik“ zur heutigen FitGym – mittlerweile mit beeindruckenden 8500 Mitgliedern. Doch nicht nur die FitGym, sondern auch weitere Freizeitangebote des ETV wie

die Studios, der Kindersport, die Schwimmschule, die Kindersportschule, der Rehasport und Trendsportarten werden hauptamtlich geführt. Damit die Interessen der Mitglieder in diesen Bereichen nicht zu kurz kommen, gibt es den Freizeitsport-Beirat. Das ETV-Magazin hat sich mit Martin Schmelzer, dem Leiter des Bereichs Freizeitsport, darüber unterhalten, warum der Beirat so wichtig ist.

Martin, was genau ist der Beirat, und wie setzt er sich zusammen?

Der Beirat ist sozusagen die Stimme unserer Freizeitsport-Mitglieder. Er trifft sich zweimal im Jahr und besteht aus sieben Mitgliedern, die jedes Jahr auf der Freizeitsport-Mitgliederversammlung gewählt werden. Wer dabei ist, hat die Möglichkeit, an wichtigen Sitzungen wie dem Hauptausschuss teilzunehmen und sich aktiv einzubringen. Ehrenamtliches Engagement ist hier das Schlüsselwort! Es können sich Mitglieder aus allen Bereichen des Freizeitsports beteiligen – die einzige Voraussetzung ist, dass man über 18 Jahre alt ist.

Welche Themen werden im Beirat besprochen?

Die Themen sind ganz unterschiedlich und reichen von Kurswünschen und Änderungsanfragen bis hin zu ganz alltäglichen Dingen, wie etwa den Öffnungszeiten. Es geht also wirklich um alles, was den Mitgliedern im Freizeitsport auffällt oder wo sie sich Verbesserungen wünschen.

Warum ist der Beirat aus deiner Sicht so wichtig?

Der ETV hat in den letzten Jahren eine enorme Entwicklung hingelegt und ist heute wie ein mittelständisches Unternehmen aufgestellt. Trotzdem sind wir tief im Kern auch immer noch ein klassischer Sportverein. Diese Identität ist uns wichtig, und wir möchten, dass unsere Mitglieder weiterhin nah an den Entscheidungsprozessen nah dran sind. Der Beirat ist dafür ein zentrales Element, weil er die Brücke zwischen der professionellen Struktur und den Wünschen der Mitglieder schlägt.

Das klingt nach einer echten Chance für Mitglieder, ihre Ideen einzubringen.

Aktuell vertreten fünf Mitglieder den Beirat. Wer Lust hat, die Zukunft des Freizeitsports mitzugestalten, kann sich gerne unter beirat@etv-hamburg.de melden.

TENNIS

NEUE TRAGLUFT- HALLE FÜR DIE ABTEILUNG

Pünktlich zum 100-jährigen Jubiläum der ETV-Tennisabteilung erhielten die Mitglieder am letzten Oktoberwochenende eine Traglufthalle über drei Allwetterplätze für den Winterbetrieb. Die Gesamtkosten betrugen rund 415.000 Euro und wurden zu 50 Prozent von der Abteilung und zu 50 Prozent vom Hauptverein gestemmt.

Rund 40 Mitglieder der Tennisabteilung halfen am 26. Okto-

ber und bauten unter der Regie des Tennisvorstandsmitglieds Christian Heckel und der Fachfirma die Halle auf. Jetzt können die drei Plätze den ganzen Winter über bespielt werden.

Gespielt wird in der Halle auf einem Tennis Force Elastic-Slide-Belag, dieser ähnelt einem Sandplatz. Der Platz kann auch weiterhin mit Außenschuhen bespielt werden. Aktuell ist die Buchung nur für



Mitglieder der Tennis-Abteilung möglich. Die Buchung für die Plätze in der Traglufthalle erfolgt wie für die Außenplätze

über die Buchungsseite von Tennis04. Fragen zur Buchung per E-Mail an platzbuchung@etvtennis.de.

TENNIS

DAS JUBILÄUMSJAHR IM RÜCKBLICK



2024 feierte die Tennisabteilung ein stolzes Jubiläumsjahr lang ihre Gründung im Jahr 1924. Los ging es am 28. April mit einem **Tennisturnier im Stil der Roaring Twenties**. Fast 90 Tennisspieler:innen hatten sich in lange weiße Klamotten geschmissen, trugen elegantes Stirnband oder Schiebermütze. Gespielt wurde natürlich traditionell mit weißen Bällen und Holzschlägern. Da ging auch mal der eine oder andere Schlag daneben, doch Spaß hat es allen gemacht.

Beim **ETV-Jugendcup** traten 179 Top-Jugendlichen aus ganz Deutschland, darunter 35 ETVer:innen, vom 17. bis 20. Juli in neun Altersklassen gegeneinander an. Ein tolles Turnier mit



vielen hochklassigen Matches, guter Stimmung und sehr viel positivem Feedback von den Gästen für das Orga-Team. Das beste Ergebnis für den ETV holte der 15-jährige Juliet Unger mit dem Erreichen des Halbfinals in der U16-Konkurrenz. Bis in die Nacht wurde beim **Rot-weißen Sommerfest** am 31. August gefeiert. Los ging es um 14 Uhr mit Turnier- und Spaßspielen für alle Altersgruppen von Klein bis Groß. Auch wenn es keinen verpflichtenden Dresscode gab, spiegelten doch etliche phantasievolle Auftritte das Motto „Rot-weiß“.

Den Abschluss des Jubiläumsjahres bildete der **Festakt am 6. November, dem Gründungstag**. Unter der Moderation von

Kirsten Gerhard trug Günter Hörmann die Etappen der hundertjährigen Geschichte des Tennis im ETV vor und Alexander Otto (Alexander-Otto-Sportstiftung), Katharina von Kodolitsch (Präsidentin Hamburger Sportbund), Sigrid Rinow (Präsidentin Hamburger Tennisbund) sowie Frank Fechner (Vorsitzender ETV) gratulierten der Tennisabteilung zum Geburtstag. Ingeburg Ahlrep, 92-jährige ehemalige Tennisspieler:in, überreichte der Tennisabteilung einen 120 Jahre alten englischen Tennisschläger mit einer Widmung zum Jubiläum.

Die Chronik „**100 Jahre Tennis im ETV**“ schildert die spannende Geschichte des Tennissports



im ETV mit all ihren sportlichen, menschlichen, aber auch politischen und wirtschaftlichen Facetten von den 1920er-Jahren über die Nazi-Zeit, die Nachkriegsjahre, die Zeit des Tennisbooms der 1980er bis heute. Die Broschüre mit 48 Seiten und zahlreichen Fotos und Abbildungen ist für 5 Euro (inklusive Versandkosten) zu bestellen unter office@etvtennis.de oder erhältlich im Tennisbüro im Sportzentrum Hoheluft.



EIN STIMMUNGSVOLLER ABEND VOLLER MUSIK UND GEMEINSCHAFT

Mit kaltem Regenwetter und winterlichen 3 Grad zeigte sich das Hamburger Wetter am 15. Dezember, dem 3. Advent, von seiner typisch norddeutschen Seite. Doch das konnte der Stimmung beim 3. Eimsbütteler Adventssingen auf dem Kunstrasenplatz des ETV keinen Abbruch tun. Mehr als 700 Besucher:innen trotzten dem Schmuddelwetter und sorgten mit ihrem lauten Gesang für eine beeindruckende Adventsstimmung in Eimsbüttel.

Richtig laut sangen die zahlreich erschienen Kinder bei dem Hamburger Klassiker „In der Weihnachtsbäckerei“ mit, aber

auch bei den fröhlichen Melodien zu „Feliz Navidad“ und „Hört der Engel helle Lieder (Gloria in excelsis deo)“ wurde kräftig mitgesungen. Chor und Band von Music on Tour des Gemeindejugendwerks Norddeutschland und Publikum konnten sich aber auch mit dem mitreißenden „Go Tell It on the Mountain“ im Harlem Gospel-Stil hören lassen.

Ein Moment des Abends war das eigens komponierte Lied „Weihnachten“, das der musikalische Leiter Robin Zabel nach einem Text von Stephanie Schwenkenbecher vertonte und an diesem Abend auch sang. Zum großen Finale stieß dann



auch noch der HSV Supporters Chor für zwei Songs mit ein. Hier wurde spürbar: Musik verbindet. Das gut organisierte Catering

vom Elimar mit warmen Speisen und Getränken half gegen die Kälte und trug zusätzlich zu der besonderen Atmosphäre bei.

NACHRUH

Trauer um Handballer Klaus-Jürgen Biertz

„Ein raffinierter Aufsetzer oder nach eine letzte unmerkliche Korrektur mit dem Daumen – ein abgezierter Wurf unter die Latte!“ Mit diesen Worten wurde Dr. Klaus-Jürgen Biertz 1958 als Stürmer der ETV-Handballmannschaft beschrieben, welche sich im entscheidenden Spiel gegen den HSV mit 20:8 die Hamburger Meisterschaft holte. Als Linkshänder hatte er eine virtuose Technik und Freude am gelungenen Trick beim Spiel, blieb dabei aber bescheiden. Die Kunst seines Spiels war immer seine Ruhe, keine lauten Rufe, sondern lautlos zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort zu sein um den Angriff zum gewünschten Tor zu führen. 2022 konnte der ETV Klaus-Jürgen Biertz für seine 70-jährige Mitgliedschaft ehren. Nun ist Klaus-Jürgen nach einem erfüllten Leben im Alter von 92 Jahren von uns gegangen.

MITGLIEDER

EHRE, WEM EHRE GEBÜHRT

Einmal im Jahr ehrt der Ehrenausschuss des ETV alle Mitglieder, die seit mindestens 25 Jahren zu den treuen Vereinsmitgliedern zählen. 2024 konnten sich insgesamt 79 ETVer:innen über besondere Jubiläen freuen. Neben 46 Personen, die 25 Jahre Mitglieder sind, wurden jeweils elf Personen für 40 und elf Personen für 50 Jahre Vereinszugehörigkeit geehrt.

Herausragend sind in diesem Jahr vier Jubilare mit 60 Jahren

Vereinszugehörigkeit (Helga Büchner, FitGym/Gerda Gollert, FitGym/Michael Kompa, Tischtennis/Jens Sellmann, Volleyball) und vier Jubilare mit 65-jähriger Vereinszugehörigkeit zu nennen (Ingrid Bielfeldt, FitGym/Marion Blaesing, FitGym/Claus Ehlbeck, Studio/Eva Linow-Wauschkun, FitGym, Fechten, Golf).

Drei andere Jubiläen konnten diese historische Zahlen jedoch noch übertreffen: Ute Schnei-

der (FitGym) ist seit dem 18. Februar 1954 und damit 70 Jahre Mitglied, Hans-Joachim Richter (Handball) seit dem 5. Juli 1949 und Peter Saße (FitGym) seit dem 8. März 1949 Mitglieder und damit beide seit 75 Jahren Teile des Vereins. Wir gratulieren ganz herzlich und freuen uns sehr über diese Vereinstreue.

Die Ehrungen fanden am 10. November 2024 im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße statt. Nach einer kurzen Begrüßung durch den Finanzvorstand des Vereins, Florian Schorpp, wurden die Ehrungen von Sabine Wilcken, der Vorsitzenden des Ehrenausschusses, vorgenommen, die den zu Ehrenden ebenso einige persönliche Worte widmete. Im Anschluss wurde bei Kaffee und Kuchen noch die eine oder andere Geschichte aus der Vergangenheit ausgetauscht.



Am 10. November ehrte der ETV-Ehrenausschuss die langjährigen Mitglieder des ETV.

ETV ERGÄNZT SATZUNG UM ANTISEMITIS- MUS-KLAUSEL



Mathis Wittneben (VS), Arp Kressin (AR), Nicole Mente (AR), Dieter Schütt (AR-Vorsitz), Christian Vettin (AR), Detlef Müller (neu AR), Inga Leiteritz (AR), Frank Fechner (VS-Vorsitz), Beate Ulich (VS), Nina Willenbrock (AR), Florian Schorpp (VS)

Am Donnerstag, den 21. November fand die Delegiertenversammlung des ETV im Haus des Sports statt. Rund 120 Delegierte genehmigten den vom Vorstand vorgelegten Jahresabschluss für 2023, die Hochrechnung für 2024 und den Haushaltsplan für 2025.

2023 verzeichnete der ETV bei einem Gesamterlös von 9,9 Millionen Euro ein Defizit von 282.000 Euro. Insgesamt hat sich der Verein im Geschäftsjahr 2023 deutlich besser entwickelt als im Geschäftsjahr 2022 geplant. „Dies liegt unter anderem an der weiterhin steigenden Anzahl der Mitglieder und der damit verbundenen Erhöhung der sonstigen betrieblichen Erträge“, ordnet Finanzvorstand Florian Schorpp die Zahlen ein.

Mit der Überwindung der Corona-Pandemie, der Energiepreiskrise und der rückläufigen Inflationsrate haben sich die wirtschaftlichen Rahmenbedingungen für den ETV stabilisiert. „Mit der Fertigstellung des Sportzentrums Hoheluft hat der ETV einen erheblichen Aufschwung genommen, nicht nur bei den Mitgliederzahlen. Spätestens im Jahr 2025 möchten wir wieder ein positives Geschäftsergebnis ausweisen“, so Schorpp weiter. Der Vorstand und alle weiteren Gremien des Vereins wurden einstimmig entlastet.

Zum 1. Oktober 2024 meldete der ETV gegenüber dem Hamburger Sportbund einen neuen Mitgliederhöchststand: In diesem Jahr sind durchschnittlich 20.500 Vereinsmitglieder registriert, das entspricht einem Wachstum von 5,6 Prozent zum Vorjahr. Damit ist der ETV der zweitgrößte Universalsportverein Deutschlands.

Auf Antrag des Vorstands hat die Delegiertenversammlung einer Satzungsergänzung zugestimmt, mit der sich der ETV explizit „gegen Rassismus, Antisemitismus, Sexismus und jede andere Form von Diskriminierung und Ausgrenzung“ positioniert (ETV-Satzung 1.2.2.). Der Vorsitzende Frank Fechner hatte die Satzungsergänzung begründet mit der besonderen Verantwortung des Vereins angesichts des „weltweit wachsenden Antisemitismus und als unmittelbarer Nachbar der Jüdischen Gemeinde Hamburg“.

In diesem Jahr wurde eine Position im siebenköpfigen Aufsichtsrat des Vereins nachbesetzt, nachdem Dr. Torsten Sevecke im September 2024 vorzeitig aus beruflichen Gründen zurückgetreten war. Aufgrund des Rücktritts wurde eine Nachwahl für ein Jahr notwendig: Die Delegiertenversammlung wählte Detlef Müller aus der Schwimmabteilung in den Aufsichtsrat.

Der Aufsichtsrat des ETV gab bekannt, dass der Vorstandsvertrag mit Beate Ulich vorzeitig um vier weitere Jahre bis 2028 verlängert wurde. Beate Ulich vertritt im Vorstand das Ressort Personal

sowie die verbundenen Unternehmen ETV Kita und ETV Kinder- und Jugendförderung gGmbH. Sie ist bereits seit 12 Jahren Vorstandsmitglied.

HEINSEN Rechtsanwälte

Lars Niedopytalski

- Arbeitsrecht
- Mietrecht
- Gewerblicher Rechtsschutz
- Internet-/ Computerrecht
- Vertragsrecht (einschließlich AGB)

Theiß Hennig

- Arzthaftungsrecht
- Forderungsinkasso
- Medizinrecht
- Schadensersatzrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Wirtschaftsrecht

Ulrike Hafer-Drinkuth

Fachanwältin für Familienrecht / Mediatorin

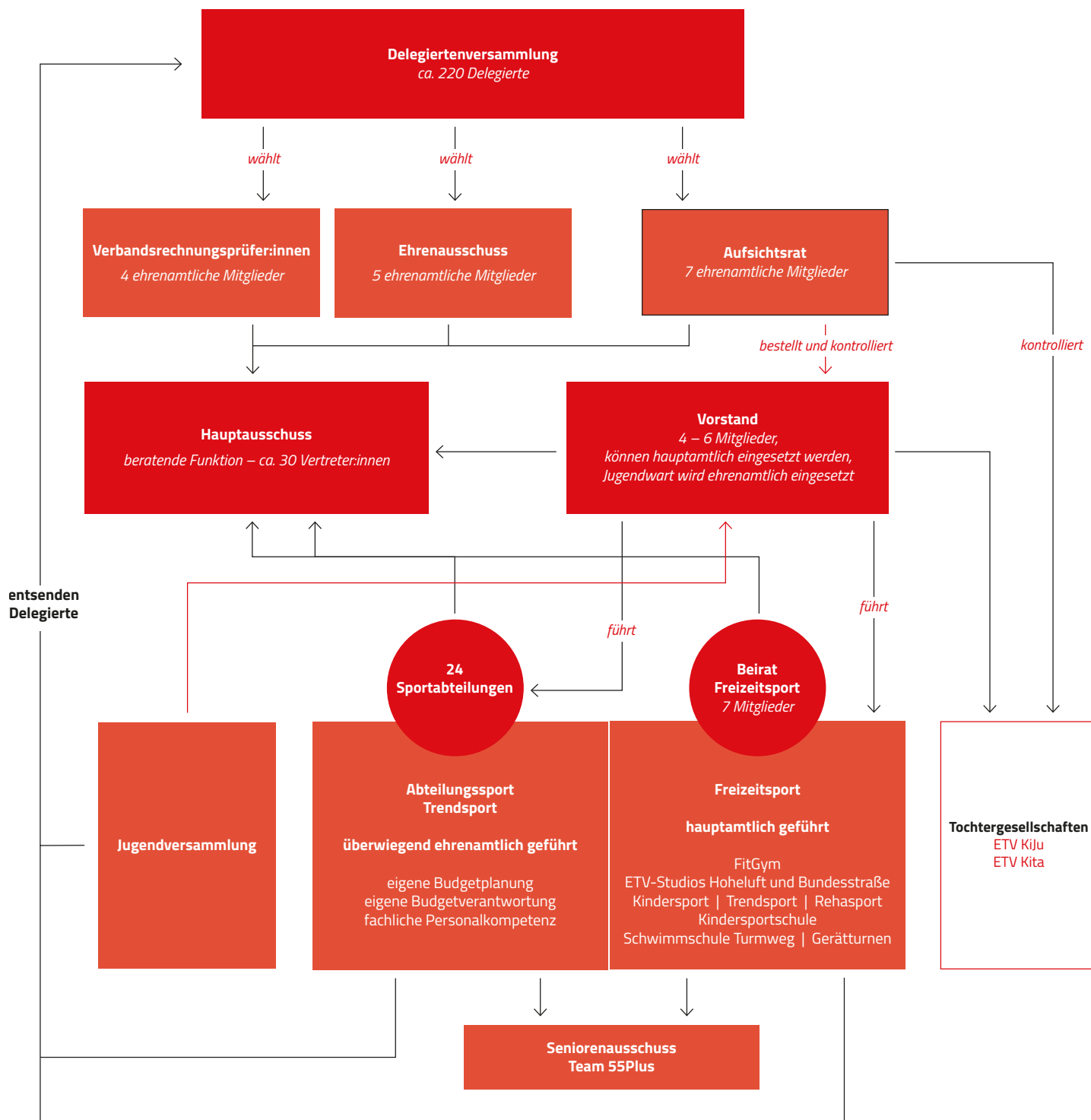
- Familienrecht
- Scheidungen
- Unterhaltsrecht
- Eheverträge
- Erbrecht
- Mediation

Christian-Albrecht Himstedt

- Arbeitsrecht
- Strafrecht

HEINSEN Rechtsanwälte
Jungfernstieg 41 • 20351 Hamburg
Tel.: (040) 35 47 47 oder (040) 69 65 83-0
Fax: (040) 35 37 59
E-Mail: info@kanzlei-heinsen.de
www.kanzlei-heinsen.de

Gremien- und Führungsstruktur in der ETV-Familie



DER ETV UNTERSTÜTZT GOVOTE

Im letzten Heft haben wir das Organigramm des ETV vorgestellt, das sich in drei Stufen unterteilt: Die Fachbereiche sind unterschiedlichen Bereichsleitungen unterstellt, die wiederum einem der drei Vorstände berichten. Die drei hauptamtlichen Vorstände werden vom Aufsichtsrat berufen. Viertes Mitglied des Vorstands ist der Jugendwart, der von der Jugendversammlung gewählt wird.

Im Diagramm der Gremien- und Führungsstruktur sind nun alle Gremien des ETV mehr oder minder übersichtlich zusammengeführt (siehe links). Die Delegiertenversammlung, die immer im November stattfindet, wählt den Aufsichtsrat, den Ehrenausschuss und

die Verbandsrechnungsprüfer:innen. Jede Abteilung kann je nach Größe mehrere Delegierte entsenden, ebenso der Freizeitsport und die Jugendversammlung.

Der Aufsichtsrat ist sozusagen der Arbeitgeber des Vorstands, kontrolliert diesen sowie die verbundenen Unternehmen (ETV Kinder- und Jugendförderung sowie ETV Kita). Viermal im Jahr trifft sich der Hauptausschuss, zu dem die Abteilungen in der Regel ihre Vorsitzenden schicken, zusammen mit dem Vorstand, Teile des Aufsichtsrats und anderen Gremienvertreter:innen aus Ehrenausschuss, Verbandsrechnungsprüfer:innen, dem Freizeitsport-Beirat und dem Team 55Plus.

Die Hamburger Initiative „GoVote“ ruft auch in diesem Jahr wieder dazu auf, zu wählen – in diesem Frühling in Hamburg gleich doppelt.

Der ETV unterstützt zusammen mit zahlreichen anderen Hamburger Institutionen aus Wirtschaft, Zivilgesellschaft, Kultur und Sport die Initiative.

Unsere Demokratie ist herausgefordert: Nicht nur das Erstarken extremer Parteien, sondern auch die schleichende Selbstverständlichkeit, mit der wir Demokratie betrachten, gefährdet das Fundament unserer offenen Gesellschaft.

Genau hier setzt die Initiative GoVote an – ein Bündnis, das Demokratie sichtbar, spürbar und erlebbar macht.

Bereits jetzt haben sich über 100 Organisationen zur Kampagne bekannt oder interessiert gezeigt. Hierzu zählen neben dem ETV u.a.: Büchereien Hamburg, Stiftung Historische Museen Hamburg, Thalia Theater, Haus Rissen, Ohnsorg Theater, Hamburger Gedenkstätten, TONaLi und viele weitere.

Infos: go-vote.de

NICHTS IST SELBSTERSTÄNDLICH SCHON GAR NICHT DEMOKRATIE.

Demokratie muss sich zeigen: oft, überraschend und prägnant. Wir machen Demokratie auf kreative Weise erlebbar. Zusammen mit Kultur, Sport, Zivilgesellschaft, Wirtschaft und engagierten Einzelpersonen – in Hamburg und darüber hinaus. Mehr auf go-vote.de. Denn demokratisch wählen hilft uns allen.

go-vote.de

GO
VOTE

VON DER WÄSCHEREI ZUM KULTURZENTRUM

Die Wäscherei Vollmer in Lokstedt soll sich in einen kulturellen Treffpunkt für die Nachbarschaft verwandeln. Was geplant ist.

Zuerst erschienen bei den:  EIMSBÜTTLELER
NACHRICHTEN

Aktuell steht ein Großteil der Wäscherei Vollmer in Lokstedt leer. Inhaberin Brigitte Vollmer will das ändern: Hier soll ein Treffpunkt für den Stadtteil, für Kunst und Kultur entstehen.

Traditionswäscherei seit 1840

Die Wäscherei befindet sich in Lokstedt zwischen der Niendorfer Straße und dem Rütersbarg.

Sie wurde 1840 gegründet und wird von Brigitte Vollmer in sechster Generation geführt. Vor fast zehn Jahren beschloss sie, nicht mehr für Großkunden wie Hotels zu waschen, sondern nur noch für Privatkunden. Aufgrund dieser Entscheidung stehen viele Räume leer.

Warum sie nicht einfach anders nutzen? „Wir haben hier kein

kulturelles Zentrum“, sagt Vollmer im Gespräch mit den Eimsbütteler Nachrichten über ihren Heimatstadtteil. Sie wolle die Wäscherei, ihr Erbe, erhalten und zugleich einen Ort für die Anwohnenden schaffen. Dafür rief sie die Initiative „Dolce Vita“ ins Leben.

Im Rahmen ihrer Initiative soll die alte Wäscherei umgestaltet werden. Geplant sind ein Bistro, ein Pop-up-Laden, eine Veranstaltungsbühne, eine Weinbar und eine Eventküche. Die Eisdiele „Eis Dream Café“ wird derzeit eingerichtet und soll im Frühjahr eröffnen. Auch die Inhaberin des Kleinen Hofcafés plant, in die Wäscherei einzuziehen.

Der Pop-up-Laden soll ebenfalls in diesem Jahr folgen. Geplant sei, dass verschiedene

Anbieterinnen und Anbieter im kleinen Rahmen ihre Produkte anbieten.

Crowdfunding für Wäscherei

Zukünftig erhofft sich Vollmer, dass die Gebäude für Lesungen und Workshops, Konzerte und Theaterstücke oder einfach zum Treffen auf einen Kaffee genutzt werden. Ihre Wäscherei soll als „Herzstück“ des Komplexes erhalten bleiben.

Für den Umbau rechnet sie mit Kosten von 500.000 Euro. Diese sollen über eine Crowdfunding-Kampagne gesammelt und Stück für Stück in das Projekt investiert werden. Das Projekt stößt auch in der Eimsbütteler Bezirksversammlung auf offene Ohren. Diese hat die Inhaberin der Wäscherei eingeladen, um das Projekt vorzustellen.



Brigitte Vollmer führt die Wäscherei Vollmer in 6. Generation.



#eimsbüttelliebe verschenken



Ab sofort kannst du eine **Eimsbüttel+-Mitgliedschaft** verschenken. Damit machst du nicht nur den Beschenkten eine Freude, sondern unterstützt auch den Lokaljournalismus in deiner Hood.



**EIMSBÜTTLELER
NACHRICHTEN**

DOPPELWAHL IN HAMBURG

Im Frühjahr 2025 wird in Hamburg gleich doppelt gewählt. Neben der Hamburger Bürgerstiftungswahl, die am 2. März durchgeführt werden wird,

findet nun am 23. Februar 2025 die vorgezogene Bundestagswahl in Deutschland statt. Das ETV-Magazin hat für die vier großen Parteien SPD, die Grü-

nen, die Linken und die CDU drei Fragen zum sportpolitischen Wahlprogramm Hamburgs gestellt.

ANTWORTEN DER SPD

SPD

1 Wir wollen den Sport auf dem Weg hin zur Klimaneutralität weiterhin unterstützen. Das aktuelle Programm SportKlima 2.0 wollen wir fortführen. Der Sportbetrieb soll auch in den Leitfaden Nachhaltigkeit des Senats integriert werden. Zudem ist es uns gelungen, mit der Globalrichtlinie, die Nutzung von PV-Anlagen auf Sport-Rahmenvertragsflächen rechtssicher zu gestalten. Daneben werden wir weiter den Sport unterstützen, Ressourcen zu schonen. Unter anderem Kunstrasenplätze wollen wir so gestalten, dass sie dem Grundsatz cradle-to-cradle entsprechen. Schon seit 2011 wird bei Kunstrasenplätzen kein Mikroplastik mehr eingesetzt. Flutlichter werden wir mit LED ausrüsten und auch die Sportstätten wo möglich so anpassen, dass sie unterirdische Speicher- und Versickerungsanlagen haben (siehe Hein-Klink-Stadion). Zudem setzen wir uns für umweltfreundliche Großveranstaltungen ein und haben das bereits bei der EURO 2024 untermauert.

2 Breiten- und Spitzensport stärken sich gegenseitig. Zu unserem Selbstverständnis gehört auch die Ausrichtung begeisternder Spitzensportveranstaltungen in unserer Stadt. Große internationale Sportereignisse wie zuletzt die Fußball-Europameisterschaft in Hamburg oder auch die Olym-

pischen Spiele in Paris schaffen gesellschaftlichen Teamgeist, begeistern Millionen für den Sport und motivieren den Nachwuchs. Deshalb unterstützen wir eine Bewerbung des Deutschen Olympischen Sportbundes um die Ausrichtung Olympischer Sommerspiele in Deutschland 2040. Eine gemeinsame Bewerbung der zwei größten deutschen Städte Hamburg und Berlin, die sich gut ergänzen und ohne den Neubau teurer Sportstätten auskämen, könnte – die Unterstützung der Hamburger:innen vorausgesetzt – ein großes positives Zukunftsprojekt sein.

3 Hamburg ist eine Stadt am Wasser, in der es wichtig ist, früh Schwimmen zu lernen. Deshalb soll jedes Hamburger Kind ein kostenloses Schwimmernangebot erhalten. Vorrangig hierfür sollen weiterhin alle Kinder im dritten und/oder vierten Grundschuljahr einen insgesamt einjährigen Schwimmernkurs im Rahmen des Schulunterrichts absolvieren. Dort wo dies nicht ausreicht, werden wir ergänzende Angebote zur Verfügung stellen. Das Angebot an Wasserzeiten soll, auch durch die Erweiterung oder den Neubau von Schwimmbädern, ausgeweitet werden. Nach der Neueröffnung der komplett erneuerten und erweiterten Alsterschwimmbahn wird jetzt das MidSommerland komplett

modernisiert, es folgen der Neubau von Schwimmbädern in Hamm-Süd und Oberbillwerder. Der Bevölkerungsentwicklung Harburgs entsprechend werden wir das Schul-, Vereins- und Freizeitschwimmen stärken und – möglichst in interkommunaler Abstimmung mit der Gemeinde Neu Wulmstorf – ein Kombibad in Süderelbe (Bezirk Harburg) im Fischbeker Reethen errichten. Die besonderen Lehrschwimmböden in Hamburg, die durch Vereine oder Stiftungen betrieben werden, werden auch weiterhin die großen Schwimmbäder ergänzen. Dafür werden wir mit den Betreibern Wege finden, um den Sanierungsstau anzugehen. Die jährliche Zuwendung in Höhe von mittlerweile mehr als drei Mio. Euro zur Anmietung von Bahnenstunden in Bädern der Bäderland GmbH erachten wir als wichtige Stütze des Schwimmsports. Hinzu kommt die wichtige Gewinnung und Bindung von Übungsleitenden insbesondere auch für das Schwimmenlernen. Auch das Projekt „Welle machen“ zur Gewinnung von Schwimmlehrerassistenz und -assistenten werden wir weiter unterstützen. Um dem pandemiebedingt unvermeidbaren Ausfall des Schwimmunterrichts frühzeitig entgegen zu wirken, haben wir mit der Drs. 22/3398 dafür Sorge getragen, dass von der SPDgeführten Sportbehörde ein tragfähiges Konzept entwickelt

DIE FRAGEN

1 Der Klimawandel ist überall zu beobachten, klimaneutrale Lösungen für Verkehr, Wohnen, Wirtschaften und auch für den Sportbetrieb müssen entwickelt werden. Wie wollen Sie und Ihre Partei die Vereine und Verbände unterstützen, einen klimaneutralen Sportbetrieb anbieten zu können?

2 Die Olympischen Spiele in Paris haben auch in Deutschland viele Menschen fasziniert und begeistert. Wie stehen Sie und Ihre Partei zu einer erneuten Hamburger Bewerbung für Olympia 2040?

3 Vielfach wird darüber geklagt, dass viele Kinder nicht mehr richtig schwimmen lernen. Schwimmkurse sind ständig ausgebucht, Schulschwimmen gibt es praktisch nicht mehr. Wie wollen Sie die Schwimmfähigkeiten der Grundschüler*innen fördern?

wurde, um Hamburger Kindern im Rahmen von Intensivkursen zur Schwimmkompetenz zu verhelfen. Klar ist, Schwimmen ist gesundheitsfördernd und die erlernte Schwimmkompetenz ist eine unersetzliche Überlebens- und Technik und trägt wesentlich zur gesellschaftlichen Teilhabe bei. Mit der Drs. 22/6579 legte der Senat dar, wie das Konzept umgesetzt wurde. Der Bericht macht deutlich, dass es trotz großer Erfolge weiterhin relevanten Aufholbedarf beim Erlernen der Schwimmkompetenz gibt. Mit der Drs. 22/6747 haben wir die Fortführung und Weiterentwicklung des Konzepts beschlossen. Zur Umsetzung des Programms wurden zudem zusätzlich 1 Million Euro zur Verfügung gestellt. Klar ist, Grundlage für das Schwimmenlernen ist eine ausreichende und gute Schwimminfrastruktur.

ANTWORTEN DER GRÜNEN



1 Der Klimaschutz ist ein gesamtgesellschaftlicher Auftrag. Auch die Sportvereine bemühen sich, so viel CO₂ wie möglich einzusparen, Klimaschutz effektiv zu betreiben und nachhaltig mit unseren Umweltressourcen umzugehen. Beim Bau neuer Sportzentren oder bei Sanierungen von Sportanlagen wollen wir Vereine weiterhin aus Landesmitteln finanziell dabei unterstützen, ihre Anlagen energetisch zu sanieren und modernisieren. Den Sportfördervertrag im organisierten Sport zwischen Hamburger Sportbund und Hamburger Fußballverband wollen wir auskömmlich und bedarfsdeckend finanzieren. Dabei wollen wir auch die Inflation

und Personalkostensteigerung sowie den Sanierungsbedarf, vor allem bei klimagerechter Sanierung von vereinseigenen Anlagen, berücksichtigen und unterstützen.

2 Die Olympischen und Paralympischen Spiele stellen für Spitzensportler*innen den Höhepunkt ihrer sportlichen Karriere dar. Spiele im eigenen Land können den gesamten Sport, vom Breitensport bis zum Leistungs- und Spitzensport, befeuern. Die Popularität bestimmter Sportarten kann durch die mediale Sichtbarkeit gesteigert und das Interesse an Sport bei jungen Menschen geweckt werden. Durch die Modernisierung von Sportstät-

ten wird die sportliche Infrastruktur langfristig verbessert. Zusätzlich kann man durch die Rolle als Gastgeber*in das eigene Land und die eigene Stadt für die Welt öffnen sowie Begegnung und Zusammenhalt schaffen. Sollte Hamburg perspektivisch für Olympische und Paralympische Spiele als eine von mehreren Austragenden Städten für den Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) infrage kommen, muss die Bevölkerung frühzeitig transparent einbezogen werden und sollte letztendlich darüber entscheiden. Das Referendum im Jahr 2015 hat gezeigt: Nur wenn das Konzept transparent, klar, nachhaltig und finanziell solide ist, kommt eine Austragung hier für die

Hamburger*innen infrage. Wir sehen die bereits vorhandenen Bemühungen darin und werden diesen Prozess weiter kritisch und konstruktiv im Sinne der Menschen in Hamburg begleiten.

3 Die Schwimmfähigkeit und der Schwimmsport sind in unserer Stadt am Wasser überlebenswichtig. Die Mehrheit der 10-jährigen Kinder in Deutschland kann jedoch nicht sicher schwimmen. Sicher schwimmen kann nach Definition der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG), wer das Jugendschwimmabzeichen in Bronze geschafft hat. Wir wollen das Schwimmenlernen unserer Kinder prioritär behandeln und

ANTWORTEN DER LINKEN

1 Grundsätzlich gibt es in Hamburg eine Reihe Klimaschutz unterstützende Maßnahmen. Die Vereine und Verbände sind in vielen einzelnen Bereichen betroffen und Klimaschutz ist daher eine Art Puzzle durch die einzelnen Förder- und Beratungsangebote. Als Veranstalter von Sportevents oder auch Feiern betrifft es Mobilitätskonzepte zur An- und Abfahrt von Veranstaltungen. Als Betreiber*in, Inhaber*in oder Nutzer*in von Gebäuden betrifft es die energetische Sanierung, die Wärme- und Energieversorgung. Und auch die Fortbildung der eigenen Beschäftigten ist eine Daueraufgabe, die die Vereine und Verbände meistern müssen. Das kostet alles Geld und führt in einen Dschungel von verschiedenen Zuständigkeiten und bürokratischen Prozessen. Bei den Anträgen für Photovol-

taik-Anlagen auf städtischen Flächen hat der Senat jahrelange die Vereine hingehalten und musste erst durch ein eigenes Rechtsgutachten des HSB auf Trab gebracht werden. Den Sportvereinen und Verbänden sollte eine Bündelung der Zuständigkeiten in der Verwaltung angeboten werden. Zum einen braucht es eine Beratung zum CO₂-Fußabdruck der jeweiligen Institution über alle Aspekte des Vereinsbetriebs hinweg - von der Mobilität, über die Energieversorgung bis hin zur Fortbildung der Vereinsmitglieder und zum anderen sollen Vereine und Verbände, die sich hauptsächlich auf ehrenamtliches Engagement stützen, sich nicht auch noch alleine auf den Weg durch die Bürokratie machen müssen. Deshalb: Ein zentrales Programm und eine zentrale Zuständigkeit zum Klimacheck der Vereine und

Verbände und eine Betreuung der Klimamaßnahmen durch Verwaltung und Behörde von der Antragsberatung über die Antragsstellung bis hin zur Abwicklung.

2 Wir freuen uns über jede wachsende Begeisterung für den Sport - besonders, wenn sie sich nicht nur in Zuschauer*innenzahlen, sondern auch in eigener sportlicher Betätigung niederschlägt. Solange das Internationale Olympische Komitee (IOC) nicht komplett reformiert und Korruption ausgeschlossen wird, solange die Einnahmen in Milliardenhöhe beim IOC bleiben und nur in kleinerem Umfang für den Sport genutzt werden, solange die ausrichtenden Städte und Länder die Verluste tragen, lehnen wir Olympische Spiele in Hamburg und in Deutschland ab.

3 Es gibt zu wenig Schwimmzeiten und -flächen und zu wenig Schwimmlehrer*innen/-trainer*innen. Die Schwimmeroffensive des Senats dümpelt seit Jahren vor sich hin. Schon vor Corona konnten besonders in ärmeren Stadtteilen erschreckend wenig Kinder schwimmen. Momentan sieht es nicht viel besser aus, aktuelle Zahlen, die wir beim Senat angefragt haben, findet man auf der Homepage www.buergerschaft-hh.de.

Deshalb beantragt die Fraktion Die Linke für die Haushaltsjahre 2025 und 2026 erneut eine Aufstockung der notwendigen Gelder - damit alle Kinder schwimmfähig (Bronzeabzeichen) werden. Die Abstimmung über diesen Antrag erfolgt erst nach Redaktionsschluss des ETV-Magazins.

DIE LINKE.

ANTWORTEN DER CDU



verfolgen das Ziel, dass jedes Kind im Laufe der Grundschule sicher schwimmen kann. Um sicher schwimmen zu lernen, braucht es zunächst eine flächendeckende Schwimm-
badinfrastruktur. Neben den qualitativ guten öffentlichen Bädern von Bäderland wollen wir die nutzbaren Wasserflächen weiter ausbauen und die Vereine dabei unterstützen, ihre eigenen Schwimmbäder energetisch zu sanieren, um so ihre Betriebskosten zu reduzieren. Daneben sorgen wir dafür, dass die Eintrittspreise der öffentlichen Schwimmbäder weiterhin erschwinglich bleiben. Damit aber insbesondere die Kleinsten früh und unabhängig vom Geldbeutel der Eltern mit Wasserflächen in Berührung

kommen und sich darin üben können, werden wir den kostenfreien Eintritt für Kinder bis 10 Jahre in allen von Bäderland Hamburg geführten Schwimmflächen einführen. Denn: Der Besuch einer Schwimmstätte macht nicht nur großen Spaß, sondern eine frühe Wassergewöhnung macht das Schwimmenlernen später viel einfacher. Als ergänzende Maßnahme für das sichere Schwimmenlernen in der Grundschule wollen wir den obligatorischen Schwimmunterricht an allen staatlichen Grundschulen auf die Klassenstufen 1 und 2 vorziehen, statt bisher 3 und 4.

1 Die CDU setzt sich für moderne und leistungsfähige Sportvereine und Sportanlagen ein. Wir unterstützen die Modernisierung von Sportstätten, besonders in den einzelnen Bezirken. Dabei geht es um Heizanlagen, Sanierung von Räumlichkeiten und moderner Ausstattung.

2 Die CDU sieht in den Olympischen Spielen eine große Chance für unsere Stadt. Wir würden uns für eine Bewerbung Hamburgs aussprechen. Klar ist aber auch, dass es den notwendigen Rückhalt der Hamburgerinnen und Hamburger für

solch ein Projekt benötigt. Für diesen Rückhalt würden wir uns einsetzen und werben.

3 Die CDU setzt sich für verbindlichen Schwimmunterricht und entsprechende Schwimmzeiten für alle Kinder und Jugendlichen ein. Besonders die langen Wartelisten beim Kinderschwimmen lassen viele Menschen verzweifeln. Darum setzen wir uns außerdem für den Neubau von Schwimmbädern ein.

WEIL WIR IMMER AN *Ihrer Seite* SIND, WENN SIE UNS BRAUCHEN:

Entdecken Sie unsere neue App!

Krankheiten und Beschwerden treten häufig genau dann auf, wenn man sie am wenigsten gebrauchen kann. Vielleicht haben Sie gerade Stress und einfach keine Zeit, oder Sie sind nicht mobil – brauchen aber dringend ein Medikament.

Mit unserer neuen VITA App bieten wir Ihnen die perfekte Lösung: Hier können Sie Ihre Medikamente jederzeit und von überall mit nur wenigen Klicks bestellen. Egal, wo Sie sind – die App ist immer dabei und macht die Medikamentenbestellung so einfach wie nie.

Wie es dann weitergeht, entscheiden Sie:

Entweder bringt Ihnen unser Botendienst Ihre Bestellung direkt nach Hause, oder Sie nutzen Click & Collect und holen Ihre Medikamente selbst ab. Dabei profitieren Sie von unseren extralangen Öffnungs-

zeiten: An 365 Tagen im Jahr sind wir von 8 bis 24 Uhr für Sie da. So kommen Sie auch an Sonn- und Feiertagen oder nach Feierabend problemlos an Ihre Medikamente. Die bewährte Beratung, die Sie von uns kennen, ist natürlich immer inklusive.

Ein weiteres Highlight unserer neuen App ist die sogenannte CardLink-Funktion. Mit dieser innovativen Möglichkeit können Sie Ihr E-Rezept ganz unkompliziert und komplett papierlos in der App einlösen, indem Sie Ihre Gesundheitskarte an Ihr Smartphone halten. Diese Funktion ermöglicht es, Ihnen den Zugang zu Ihrer Medikation noch einfacher zu gestalten. Überzeugen Sie sich selbst von der Benutzerfreundlichkeit unserer App und erleben Sie, wie einfach es ist, sich um Ihre Gesundheit zu kümmern.



JETZT APP DOWNLOADEN:



**365
TAGE** **8-24
UHR**

Heußweg 37 | 20255 Hamburg | Tel. 040 409059
mail@vita-apotheke-hh.de | www.vita-apotheke-hh.de



KOOPERATIONEN & VORTEILE

für ETV-Mitglieder



CHIROPRAKTIK

Mach(t) dich gerade!

Dr. med Christian Stehr betreut in seiner Praxis „Chiropraktik Eimsbüttel“ seit diesem Jahr die 1. Volleyballfrauen, die aktuell in der 2. Bundesliga Pro spielen. Als Gesundheitsdienstleister des ETV kümmert er sich regelmäßig um den Bewegungsapparat der Spielerinnen. Zur Vorbereitung auf ein Heimspiel hat das ETV-Magazin Feli, Anna und Lena bei einem Praxisbesuch begleitet.

Ein Samstagnachmittag im Kleinen Schäferkamp in Eimsbüttel. Eigentlich haben Ärzte am Wochenende ja in der Regel geschlossen, aber da in wenigen Stunden ein Heimspiel unserer Volleyballfrauen in der Sporthalle Hoheluft stattfinden wird, öffnet Dr. med. Christian Stehr (Facharzt für Chirurgie) gern seine Praxis.

Unsere drei Bundesligaspielerinnen Lena, Anna und Feli lassen sich zur Matchvorbereitung chiropraktisch justieren. „Zu Beginn gibt es deshalb ein Anamnese-gespräch, wo die Patient:innen mir ihre Beschwerden schildern“, sagt Stehr. „Im Anschluss daran beginnt dann die eigentliche Behandlung, indem ich Schritt für Schritt die Wirbelsäule in ihre korrekte Position bringe.“



Anamnese-gespräch Dr. Stehr und ETV-Volleyballerinnen in der Praxis

CHIROPRAKTIK

Chiropraktik ist eine alternative Heilmethode, die sich auf die Diagnose und Behandlung von Funktionsstörungen des Bewegungsapparates insbesondere der Wirbelsäule konzentriert. Chiropraktiker:innen nutzen verschiedene Techniken, um Blockaden zu lösen und die Beweglichkeit zu verbessern. Ziel ist es, das Nervensystem zu entlasten und so Schmerzen zu lindern und dadurch die allgemeine Gesundheit zu fördern. Prävention steht hierbei im Fokus: Regelmäßige Check-ups und Übungen können die Gesundheit langfristig stärken.



Ein leichtes Knacken ist dann unter anderem zu hören, wenn Wirbel wieder geradegerückt werden.

„Sehr viele Nerven verlaufen dort und können Menschen ärgern. Diese Nerven freizubekommen ist das Prinzip der Chiropraktik“, sagt Stehr.

„Aus sportlicher Sicht ist es neben der Akutbehandlung ge-

rade die Prävention, die mir und meinem Körper hilft, stabil und gesund zu bleiben“, sagt Feli und Lena ergänzt: „Die Behandlungen sind auch immer eine kurze Auszeit vom Alltag, da alles in Ruhe und mit viel Entspannung geschieht. Christian bringt sehr viel Gelassenheit mit, die sich auf mich überträgt.“

Eine Session dauert circa 20 Minuten, die die Spielerinnen

auf einer bequemen Behandlungsliege verbringen. Sowieso erinnert alles in dem modern eingerichteten Souterrain eher an eine Wellness-Oase, statt an eine Arztpraxis. Behandlungstermine sind hier immer auch kurzfristig möglich.

Und für wen eignet sich eine chiropraktische Behandlung wollen wir noch wissen? „Eigentlich für jeden, der von akuten Schmer-

zen des Bewegungsapparats betroffen ist, vor allem richtet es sich aber an Menschen, die gar nicht erst zum Beispiel Rückenschmerzen bekommen wollen. Die machen wir nämlich gerade“, sagt Stehr und lacht.

Der Einsatz hat sich an diesem Tag jedenfalls ausgezahlt – an diesem Abend holten die Frauen den ersten Heimsieg der Saison.



ETV-Spielerin Anna während der Behandlung



CHIROPRAKTIK
EIMSBÜTTEL

PRAXIS

Dr. med. Christian Stehr
Kleiner Schäferkamp 31
20357 Hamburg

KONTAKT

chiropraktikeimsbuettel.de
Telefon: 040/41172090
info@chiropraktikeimsbuettel.de



 **SHOP**
etv-shop.de

Ein Anmeldebogen pro Person. Bitte in Druckgroßbuchstaben ausfüllen.

Mehrfachnennung nicht möglich.

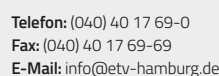
Eigener Betrag (mindestens 5 €):

Datenschutz: Der Eimsbütteler Turnverband e.V. verarbeitet Ihre personenbezogenen Daten im Rahmen Ihrer Mitgliedschaft ausschließlich gemäß der beigefügten Datenschutzbestimmungen, die Sie im Internet jederzeit unter www.etv-hamburg.de abrufen können.

Bei Minderjährigen ist die Unterschrift des gesetzlichen Vertreters erforderlich, der damit die Erfüllung aller Verpflichtungen gemäß Vereinssatzung (z. B. Beitragszahlung) selbstschuldnerisch übernimmt.

☐ Hiermit ermächtige ich den Eimsbütteler Turnverband e.V., die Förderbeiträge von untenstehendem Konto einzuziehen.

☐ Ja, ich möchte den Newsletter des ETV e.V. erhalten. Die Einwilligung ist freiwillig und kann jederzeit unter info@etv-hamburg.de widerrufen werden, siehe dazu auch die beigefügten Datenschutzbestimmungen.



○ KINDERSPORT

Mit dem zusätzlichen freiwilligen Förderbeitrag mindern Sie Ihre Steuerschuld! Jährlich mindert die Hälfte des Betrages, maximal 1.650,- € (Alleinstehende 825,- €), vom Finanzamt zurückerstattet (§ 34 g EStG). Übersteigen die Beiträge und Spenden die Grenze dieser besonderen Steuerermäßigung, können zusätzlich bis 3.300,- € (Alleinstehende bis 1.650,- €) nach § 10 b EStG steuermindernd als Sonderausgaben geltend gemacht werden. Als Nachweis reichen Sie bitte mit der Steuererklärung die entsprechenden Kontoauszüge der Beitragszahlungen ein, die den freiwilligen Förderbeitrag ausweisen.

Hausordnung für die Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft

- Die Mitglieder des Vorstandes und des Aufsichtsrates des ETV, die verantwortlichen Abteilungsstände sowie die beauftragten Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen einschließlich der Hausmeister haben das Hausrecht. Dieses berechtigt, bei Störungen einzuschreiten, die Namen der Störer festzustellen und – wenn nötig – aus dem Haus zu weisen. Die gleichen Befugnisse haben die Übungsleiter/Übungsleiterinnen und Trainer/Trainerinnen im Rahmen ihrer Übungsstunden sowie die Pächter/Pächterinnen für ihre jeweilige Gastronomie in und auf den Sportanlagen.
Bei wiederholten Störungen ist der Vorstand berechtigt, ein Hausverbot zu erteilen.
- Während und außerhalb der Trainingszeiten ist Dritten der Aufenthalt in den Trainingsräumen nur mit ausdrücklicher Zustimmung des aufsichtführenden Übungsleiters/der aufsichtführenden Übungsleiterin oder durch das Personal des Sportbüros bzw. durch die Platzwarte gestattet. Diese Erlaubnis ist vor Trainingsbeginn einzuholen.
- Mit den baulichen Einrichtungen ist pfleglich umzugehen. Für mutwillige Beschädigungen werden die Verursacher/Verursacherinnen in allen Fällen zum Schadensersatz herangezogen.
- Alle Flucht- und Rettungswege sind ständig freizuhalten. Das ETV-Personal ist befugt, jederzeit rechtswidrig abgelegte Gegenstände zu entfernen.
- Das Umziehen vor und nach den sportlichen Aktivitäten ist ausschließlich in den dafür vorgesehenen Umkleieräumen gestattet.
- In den Hallen und Sporträumen sind grundsätzlich Hallensportschuhe mit heller Sohle zu tragen. Auf den Kunstrasenplätzen sind nur Sportschuhe mit glatter Sohle, Multinoppen- oder Nocken- sohlen erlaubt. Schraubstollen sind dort verboten.
- Das Rennen, Toben oder Springen in den Treppengebieten ist für alle ETV-Mitglieder und Besucher verboten.
- Sporthallen, Übungsräume, Umkleieräume und Trainingsplätze etc. sind sauber zu halten. Abfälle sind in die vorhandenen Papierkörbe zu werfen.
- In den Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft, in allen Sporthallen und auf den Kunstrasenanlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft ist das Rauchen nicht gestattet, auch nicht in den Gastronomiebereichen. In den Sporthallen und Umkleieräumen ist der Alkoholkonsum nicht gestattet. Ferner ist es untersagt, in die Übungs-, Wasch- und Umkleieräume Geschirr zu bringen oder zu benutzen.
- In den Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft und in allen vom ETV betriebenen Sporthallen ist das Mitbringen oder Verwahren von Hunden verboten. Hunde sind vor dem Gebäude anzuleinen. Auf allen Außensportanlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft sowie in den Gastronomieeinrichtungen sind Hunde an die Leine zu nehmen.
- Besucher und Mitglieder müssen die Übungsräume unmittelbar nach den Übungsstunden, die anderen Räume sind bis spätestens 23.00 Uhr bzw. bei Beendigung der Veranstaltungen in den Gastronomiebetrieben verlassen.
- Aushänge, ausgenommen die an offiziellen ETV-Mittelungsbrettern, oder die der ETV-Abteilungen bedürfen einer Genehmigung der Geschäftsstelle.
- Das Abstellen von Fahrrädern, Rollern, Kinderwagen ist nur an dafür vorgesehenen Plätzen erlaubt.

BEITRÄGE

Erwachsene	Grundbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Erwachsene ab 18 Jahre	29,50 €	24,60 €
Schüler/Azubi/Student/Arbeitssuchend ab 18 Jahre	21,00 €	18,75 €

Kinder unter 18 Jahre

1. Kind bis 18 Jahre	17,00 €	16,20 €
2. Kind bis 18 Jahre	15,00 €	16,20 €
ab 3. Kind bis 18 Jahre	frei	16,20 €

Familien-Kombis

Ehepaare	48,50 €	39,30 €
1 Elternteil + 1 Kind unter 18 Jahre	39,50 €	39,30 €
Familienbeitrag: Elternteile + Kinder unter 18 Jahren (ab 3 Personen)	53,00 €	39,30 €
1 Erwachsener + Kind/Kinder unter 4 Jahre	29,50 €	24,60 €

Spezialangebote

Passive Mitglieder	10,00 €	bereits Mitglied
Fördernde Mitglieder (ohne Teilnahme am Sportbetrieb)	10,00 €	keine

Die Grundbeiträge/Aufnahmegebühren verstehen sich exklusive der eventuellen Abteilungs-sonderbeiträge/Sonderaufnahmegebühren, die Sie nachstehend finden.

Sonderbeiträge für Sportarten	Sonderbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Aikido Kinder/Erwachsene	10,00 €	10,00 €/15,00 €
Badminton Kinder/Erwachsene	5,00 €	6,00 €/8,00 €
Ballett	8,00 €	–
Baseball/Softball Kinder/Erwachsene	8,50 €/11,50 €	–
Basketball Kinder/Erwachsene	8,50 €/3,50 €	–
Bogensport Kinder/Erwachsene	10,00 €/15,00 €	–
Bouldern bis 12 Jahre/Erwachsene	20,00 €/26,00 €	–
Capoeira bis 14 Jahre/ab 15 Jahre	17,50 €/21,00 €	–
Chor STARTup	10,00 €	–
Club Céronne Kinder/Erwachsene	8,00 €/13,00 €	8,00 €/15,00 €
Club Céronne Fördernd	3,00 €	bereits Mitglied
ETV-Studio Bundesstraße	38,00 €	74,40 €
ETV-Studio Hoheluft	38,00 €	74,40 €
ETV-Studio Bundesstr. & Hoheluft	48,00 €	74,40 €
Fechten Kinder/Erwachsene	4,00 €/5,50 €	–
Floorball	6,00 €	–
Fußball Kinder/Erwachsene	7,00 €/3,00 €	–
Gerätturnen/Leistungsturnen	8,00 €/12,00 €	–
Handball Kinder/Erwachsene	2,00 €/3,00 €	–
Hockey	11,50 €	–
Inline-Skating/Skateboard	2,00 €	–
Judo Kinder/Erwachsene	10,00 €	25,00 €
Kanusport Kinder/Erwachsene	1,00 €/2,00 €	–
1 Boot/1 Kanu (Liegeplatzgebühr)	2,00 €/4,00 €	–
Karate Kinder/Erwachsene	7,50 €/9,00 €	10,00 €
Kinderkampfsport	10,00 €	12,00 €
KISS 1./2./3. Kind	26,00 €/20,00 €/12,00 €	–
Mini-KISS 1./2./3. Kind	10,00 €/5,00 €/frei	–
Kindertanz	8,00 €	–
Kung Fu Kinder/Erwachsene	18,00 €/23,00 €	10,00 €/12,00 €
Moderner Kampfsport Kinder/Erwachsene	15,00 €/20,00 €	–
Parkour	8,00 €	–
Orthopädische Gruppen mit Verordnung	0,00 €	–
Orthopädische Gruppen ohne Verordnung	15,00 €	–
Herzsport mit Verordnung	0,00 €	–
Herzsport ohne Verordnung	22,00 €	–
Schwimmen/Wasserball	9,00 €	–
Schwimmschule Turmweg	Die Kursgebühren unter: www.schwimmschule-turmweg.de	
Tennis Erwachsene	15,00 €	180,40 €
Tennis Schüler, Student, Azubi, Arbeitsuchend	11,00 €	58,25 €
Tennis 1. Kind	7,50 €	35,80 €
Tennis 2. Kind	4,50 €	35,80 €
Tischtennis	2,50 €	–
Volleyball Kinder	10,00 €	10,00 €
Volleyball Wettkampf Erwachsene	10,00 €	10,00 €

An dieser Stelle nicht aufgeführte Sportarten kosten keine Sonderbeiträge und Sonderaufnahmegebühren.

Irrtümer, Preis- und Programmänderungen vorbehalten

UNSERE SPORT ABTEILUNGEN

Wir verschlanken unseren Sportprogrammteil im Magazin – der Umwelt zuliebe. Unser Sportangebot bleibt selbstverständlich dasselbe und ihr habt auch weiterhin die Möglichkeit alle Sportangebote des ETV gezielt und tagesaktuell einzusehen. Wie? Am besten über unsere Online Sportkurs-Suche. Dort findet ihr eine detaillierte Übersicht über unser gesamtes ETV-Sportprogramm. Außerdem könnt ihr über die Eingabemaske auch gezielt nach Angeboten und Kategorien filtern. Einfach mit eurem Smartphone den QR-Code scannen oder über unsere Homepage: etv-hamburg.de über Sportangebote zur Sportkurs-Suche navigieren. All diejenigen, die das Sportprogrammheft lieber in gedruckter Form nutzen möchte, erhalten auf Nachfrage auch eine Druckversion am Empfang in unseren beiden Sportzentren.



INHALT

Angebote Senior:innen	48
Abteilungssport	48
FitGym/ETV-Studio	51
Kindersport	52
Rehasport	53
Trendsport	54
ETV-Schwimmschule	54
Talentgruppen	55

ANGEBOTE SENIOR:INNEN (WANDERUNGEN)

Team 55Plus

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Das Team 55Plus setzt sich aus den ETV-Mitgliedern der Altersgruppe ab 55 Jahren zusammen, die Zugehörigkeit zu den Abteilungen bleibt bestehen. Ziel ist es, über die Abteilungsangebote hinaus, Möglichkeiten des Miteinander und der Geselligkeit rund um die Themen „Gemeinschaft, Bewegung, Kultur und Gesundheit“ zu schaffen, mit dem Ziel neue Freundschaften zu knüpfen und aktive Gemeinschaft zu erleben.

Die Ankündigung von Terminen erfolgt über die ETV-Medien (Homepage, App, Newsletter, Aushang, Magazin Social-Media), die Anmeldung via ETV-App oder bei der verantwortlichen Person der Veranstaltung. Bei der Anmeldung haben ETV-Mitglieder Vorrang (übrigens auch unter 55 Jahren), Partner und Freunde können auch mit angemeldet werden.

Wanderungen, Ausfahrten und Events

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Monatlich finden verschiedene Wanderungen statt, die „WalkieTalkies“ wandern am 1. Sonntag, die „Spätlese“ am zweiten Mittwoch und die „Wanderungen auf kürzeren Distanzen“ am 3. Mittwoch des Monats. Die Tourlängen variieren zwischen 5 und 13 km.

Mit dem vereinseigenen VW-Bus findet eine monatliche Ausfahrt in das norddeutsche Umland mit kleineren Wanderungen, Führungen und einer gemeinsamen Einkehr statt. Das Team 55Plus plant und organisiert Führungen zu Kultur, Stadtgeschichte, Firmenbesichtigungen oder auch Dinner-Tastings.

ABTEILUNGSSPORT

Aikido

Im Internet: www.aikido-hh-eimsbuettel.homepage.t-online.de

Im Aikido gibt es keine Wettkämpfe. Durch das Üben von Angriff und Verteidigung lernt man die Techniken und Ideen des Budo. Die sehr dynamischen Übungen enthalten zusätzliche Meditationsphasen. Im Rahmen des Trainings für Fortgeschrittene wird auch Waffentechnik (AIKIJU, AIKIKEN) gelehrt. Ansprechpartner: Erwachsene, Ronald Kügler, Tel. 0152-53767943, Kinder: Kai Allermann, Tel. 0151-23610770. Im Internet: www.aikido-hh-eimsbuettel.homepage.t-online.de

Badminton

Im Internet: www.etv-badminton.de

Im ETV finden Sie eine der größten Badmintongruppierungen in ganz Hamburg. Aktiv spielen zur Zeit sechs Senioren- sowie vier Jugend- und Schülermannschaften. Doch nicht nur Leistung wird bei uns großgeschrieben, auch in unseren Freizeit- und Breitensportgruppen finden Sie die richtige Trainingsgruppe für sich. Kontakt: badminton@etv-hamburg.de

Baseball/Softball

Im Internet: www.hamburgknights.com

Baseball & Softball sind zwei der vielfältigsten und weltweit meistgespielten Sportarten. Neben Fangen & Werfen sind Schlagen & Laufen genauso wichtig wie Teamgeist und Strategie. Die Baseballer & Softballerinnen im ETV - die Hamburg Knights - sind einer der größten und ältesten deutschen Baseball-Abteilungen und mit 4 Meistertiteln auch eine der Erfolgreichsten. Egal wie alt ihr seid, wenn ihr mal ausprobieren wollt, wie das so geht mit dem Schlagen, Fangen und Werfen, dann meldet euch einfach in unserer Geschäftsstelle. Telefonisch könnt ihr uns unter 040 401769 53 erreichen. Oder per E-Mail: info@hamburg-knights.de

Basketball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Neben der Leistung kommt der Spaß in keiner unserer Mannschaften zu kurz. Die gemischte Mixed-Basketballgruppe am Freitagabend im EWG nimmt nicht am Liga-Betrieb teil. Das Training findet im lockeren Rahmen statt (ca. 25-60 Jahre). Nähere Informationen erhalten Sie auf unsere Homepage unter www.etv-basketball.de. Interessierte richten ihre Anfrage bitte an folgende Mailadressen. Jugend: basketballjugend@etv-hamburg.de. Erwachsene über 18 Jahre: erwachsenenwart@etv-basketball.de. Mixed-Basketball: basketballmixed.etv@googlemail.com

Bouldern

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bouldern = Klettern ohne Seil in Absprunghöhe und mit dicken Matten als Fallschutz. Die Bouldersparte im ETV ist noch sehr jung, erfreut sich allerdings schon jetzt großer Beliebtheit. Wir bieten fortlaufende Trainingstermine für Kinder ab 6 Jahren bis hin zu einmaligen Schnupperterminen oder viermaligen Workshops für alle Altersklassen. Wenn keine Kurse in der Boulderhalle im Lokstedter Steindamm 75 stattfinden, besteht für Erfahrene die Möglichkeit ein Tagedticket für das freie Bouldern zu erwerben. Interessierte wenden sich bitte per Mail an Petra Jehnichen bouldern@etv-hamburg.de

Capoeira

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Capoeira ist ein Kampfsport, der im Einklang mit Musik, Tanz, Akrobatik, Kultur, Spiel und Spaß trainiert wird. Es wird die Capoeira Regional / Contemporania trainiert, die moderne Art der brasilianischen Kampfkunst. Wir sind eine gemischte Gruppe von Frauen, Männern und Kindern jeglichen Alters. Trainieren kann jeder, der Lust an Bewegung hat und bereit ist, in eine andere Kultur einzutauchen. Trainiert wird in weiß und am besten barfuß. Komm einfach vorbei oder nimm Kontakt über die Mailadresse auf, wenn Du noch Fragen hast. Kontakt Kinder / Jugend: capoeira-kinder@etv-hamburg.de. Ansprechpartner Erwachsene: Terra, Kontakt: capoeira@etv-hamburg.de. Es ist max. ein Probetraining möglich!

Faustball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Faustball ist ein vielseitiges, aber auch leistungsorientiertes Rückschlagspiel. Es erfreut sich großer Beliebtheit bei Jung und Alt, zumal Spielwitz, einfache Regeln und Reaktionsvermögen die elementaren Bestandteile sind. Kontakt: faustballprellball@etv-hamburg.de

FechtenIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die Fechtabteilung des ETV gehört zu den größten und erfolgreichsten Fechtvereinen in Norddeutschland. Bei uns werden alle drei Waffen (Degen, Florett und Säbel) gefochten. Anfänger aller Altersgruppen sind ebenso willkommen wie erfahrene Fechter. Wir trainieren montags (mitAnfängertraining) und donnerstags. Bequeme Sportkleidung und Hallenschuhe genügen für den Anfang, die erforderliche Fechtausrüstung kann zunächst ausgeliehen werden. Kontakt: fechten@etv-hamburg.de / jugendwart.etv.fechten@gmail.com (Kinder/Jugend)

FloorballIm Internet: www.etv-hamburg.de

Floorball ist eine junge und dynamische Sportart, die Elemente des Hallenhockeys und des Eishockeys attraktiv in sich vereint. Es ist eine schnelle, moderne und faire Sportart mit hohen Aufforderungscharakter. Das Einstiegslevel ist klein, sodass flott kleine Erfolge erreicht werden und sofort mitgespielt werden kann. Dazu verlangt Floorball auf höherer Ebene anspruchsvolle technische Anforderungen und Fähigkeiten. Gespielt wird mit leichten Spezial-Kunststoffschlägern und Bällen, das Spielfeld wird von einer Bande umgeben. Je nach Altersklasse wird mit oder ohne Torwart gespielt. Unsere Teams laufen unter dem Namen ETV Piranhas auf. Bei uns kann Floorball auf breiten- und leistungssportlicher Ebene gespielt werden. Unsere erste Herren und Damen Mannschaften spielen in der 1. Bundesliga. Unsere Jugendteams sind für Jungen und Mädchen offen, gespielt wird im norddeutschen Ligabetrieb. Neuzugänge sind herzlich willkommen. Kontakt: info@floorball.etv-hamburg.de

FußballIm Internet: www.etv-fussball.de

Die ETV-Fußballabteilung gehört zu den traditionsreichsten der Stadt, wobei die ETV-Fußballjugendabteilung eine der größten Abteilungen Hamburgs ist. Wir bitten Sie, sich bei dem jeweiligen Trainer des entsprechenden Jahrgangs über die Trainingszeit zu informieren. Für Fragen zu sportlichen Themen, die unsere Trainer nicht beantworten können, stehen unsere Jahrgangskoordinatoren zur Verfügung: Jahrgänge 2002-2007 (A-C Jugend): Mehdi Saeedi-Madani, E-Mail: m.saeedimadani@googlemail.com. Jahrgänge 2008-2011 (D-E Jugend): Can Schultz, E-Mail: c.t.schultz@hotmail.de. Jahrgänge 2012-2015 (F-G Jugend): Jon Pauli, Tel: 040-401769-944 oder E-Mail: jpauli@etv-hamburg.de. Ansprechpartner für den Mädchen- und Frauenfußball: Dennis Tralau, Tel: 0176-64358269 oder E-Mail: d.tralau@kickbees.de. Die Koordinatoren sind nicht für neue Spieler oder die Vermittlung von Probetrainings zuständig! Für Trainingsanfragen kontaktieren Sie bitte die entsprechenden Ansprechpartner*innen des jeweiligen Jahrgangs. Informationen erhalten Sie über die Homepage: etv-fussball.de

Fußball Mini-KickerIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die ETV-Fußballjugend bringt die Mini-Kicker an den Start. Um einer Vielzahl von Jungen und Mädchen das Fußballspielen in einem altersgerechten Umfeld zu ermöglichen, haben wir unsere Struktur für die G-Jugend (Jahrgang 2014 und 2015) geändert. Für dieses Angebot fällt zum Mitgliedsbeitrag der Fußballabteilung ein Zusatzbeitrag an. Informationen zu der Struktur und den Kosten finden Sie auf unserer Homepage ETV-Fußball.de/mimi-kicker. Kontakt für weitere Fragen: Jon Pauli, E-Mail: jpauli@etv-hamburg.de

GeräturnenIm Internet: www.etv-hamburg.de

Beim Geräturnen wird an Sprung, Stufenbarren/Reck, Schwebelbalken und Boden geturnt. Das Angebot Geräturnen richtet sich an Mädchen und ist in drei Leistungsstufen unterteilt. Bei der Leistungsstufe III wird eine regelmäßige Teilnahme an zwei Trainingseinheiten pro Woche sowie an Wettkämpfen vorausgesetzt. Aufgrund der hohen Nachfrage melden sich interessierte Mädchen bitte unter folgender E-Mail: geraeturnen@etv-hamburg.de. Eine regelmäßige Teilnahme an zwei Trainingseinheiten pro Woche wird vorausgesetzt. Interessierte melden sich bitte unter folgender E-Mail: rsg@etv-hamburg.de. Für beide Angebote fällt zum Mitgliedsbeitrag ein Zusatzbeitrag an.

GolfIm Internet: www.etv-hamburg.de

ETV-Golf wurde am 22.1.2021 gegründet und zählt mittlerweile weit mehr als 100 Mitglieder. Anfang 2022 wurde ETV-Golf im Deutschen Golf Verband aufgenommen. Hierdurch können wir Mitgliedern und Gästen DGV-Ausweise kombiniert mit Spielmöglichkeiten bei unserem Kooperationspartner dem Golf Club An der Pinnau anbieten. Durch die DGV-Ausweise von ETV-Golf können Mitglieder weltweit auf Golfplätzen gegen Greenfee spielen. Wir verfolgen das Ziel, den schönen Familiensport Golf einem breiten Publikum zugänglich zu machen und bieten hierfür ein buntes Programm an Kursen und Spielmöglichkeiten. Neben bekannten Formaten wie Schnupperkurse oder Platzreifekurse zum Erwerb der nötigen Grundkenntnisse, bieten wir thematische Gruppenkurse zu unterschiedlichen Themen sowie Einzeltrainings bei unseren Trainern. Life-Kinetik-Kurse, Fitness für Golfer sowie Stretching für Golfer Kurse runden unser Angebot rund um den kleinen weißen Ball ab. Kurse finden je nach Inhalt beim Golf Club An der Pinnau und im ETV Sportzentrum Hoheluft statt. Für Jugendliche und Schüler bieten wir in Kooperation mit Schulen und der Kiju Kurse in der Nachmittagsbetreuung und Feriencamps an. Für die Mitgliedschaft in der Golfabteilung fällt aktuell kein zusätzlicher Spartenbeitrag an. Alle Informationen zu Mitgliedschaften, unserem bunten Kursangebot sowie DGV-Ausweis- und Spielmöglichkeiten sind auf unserer Webseite unter <https://etv-golf.de> zusammengefasst und können dort gebucht werden. Weitere Fragen könnt ihr gerne direkt an den 1. Vorsitzenden Thomas Becker senden unter Email: info@etv-golf.de

HandballIm Internet: www.etv-hamburg.de

Aktuell bietet der ETV in 17 verschiedenen Senioren- und Jugendmannschaften für Jeden das passende Handball-Angebot. Interessierte können sich auf unserer Handball-Seite unter www.etv-hamburg.de über Neuigkeiten und Kontaktdaten zu den Trainern informieren, Kontakt E-Mail: handball@etv-hamburg.de. Kontakt Jugend: handballjugend@etv-hamburg.de. Kinder, die für unsere Minis noch zu jung sind, empfehlen wir das ETV-Ballbini Angebot.

HockeyIm Internet: www.etv-hamburg.de

Anfragen für den Einstieg in das Kinder- und Jugendtraining nur nach persönlicher Absprache mit dem Jugendwart Stefan Bardowiecks per E-Mail: hockeyjugendwart@etv-hamburg.de. Informationen zum Erwachsenentraining erhaltet ihr unter folgenden Kontakten: Damentrainer Jörg Weber, E-Mail: hockeydamen@etv-hamburg.de; Herrentrainer Andreas Hübbe, E-Mail: sportwart@etv-hamburg.de, Hanseschubber: Jörg Weber, E-Mail: jwhockey@gmx.de. Wir freuen uns auf dich! Bitte informieren Sie sich über unsere ETV-Website unter Sportangebote > Sportarten > Hockey und den jeweiligen Ansprechpartnern über die aktuellen Trainingszeiten.

JudoIm Internet: www.etv-hamburg.de

Nach Regeln kämpfen, sich miteinander messen aber auch sich gegenseitig Respekt erweisen und gemeinsam ein Ziel erreichen. Das alles ist Judo. Mitglieder der Judoabteilung sind verpflichtet, jährlich 30,00 Euro für die Jahressichtmarke des Deutschen Judo-Bundes zu bezahlen. Die Abbuchung erfolgt zum 01. Januar eines jeden Jahres. Sollten wir dein Interesse geweckt haben, so melde dich im ETV-Judobüro unter 040/ 40 17 69-55 oder per E-Mail: judobuero@etv-hamburg.de. Wir setzen dich auf eine unserer Wartelisten oder vereinbaren direkt eine Probestunde für dich. Das Judobüro ist während der Hamburger Schulferien nicht besetzt.

KanusportIm Internet: www.etv-hamburg.de

Im Sommer findet das Kanutaining unter der Woche auf den Alsterkanälen statt, auf Wochenendtouren kann das Gelernte dann im Seekajak, Wildwasser- oder Kleinflussboot weiter vertieft werden. Im Frühjahr starten regelmäßige Anfängerkurse, im Winter wird zusätzlich ein Kentertraining im Hallenbad angeboten. Zum mtl. Sonderbeitrag kommen 8 Stunden Bootshausarbeit (alternativ 10,00 Euro / Stunde) hinzu. Eine Bootslagerung ist nicht möglich! Jeden ersten Mittwoch im Monat findet ein Clubabend im Bootshaus statt, Interessierte sind herzlich willkommen! Während der Hamburger Schulferien Training nur nach Absprache. Infos: Sabine Wilcken, E-Mail Kontakt Erwachsene: kanusport@etv-hamburg.de. E-Mail Kontakt Kinder/Jugend: kanujungend@etv-hamburg.de. Im Internet: www.etv-kanusport.de

KarateIm Internet: www.karate-etv.de

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) zählt Karate zu den gesundheitsfördernden Sportarten, weil Karate die Konzentration, Aufmerksamkeit und Körperbeherrschung steigert. Um diesen Sport zu trainieren, muss man weder überdurchschnittlich fit sein, noch gibt es Altersbeschränkungen. Wir trainieren in geschlechtergemischten Gruppen freundschaftlich die Stilrichtung Shotokan-Karate. – Ob Selbstverteidigung, Breiten- oder Wettkampfsport, für jede:n ist hier etwas dabei. Wichtig sind uns vor allem Respekt und Achtung der Trainingspartner:innen. Die Verletzungsgefahr ist gering! – Wer Karate kennenlernen möchte, ist zum Probetraining jederzeit herzlich willkommen: Wir trainieren in den Budoräumen im 2. Stock der Dreifelhalle Hohe Weide, Hohe Weide 17, in der Sporthalle Altonaer Straße und im Kursraum 1 im Sportzentrum Hoheluft. – Bei Kindern ab 6 Jahren und Jugendlichen bitten wir um vorherige E-Mail an: karate@etv-hamburg.de, Ansprechpartner:innen: Andreas Salomon-Prym und Joyce Gäer.

KinderkampfsportIm Internet: www.etv-hamburg.de

In dieses Training fließen vielfältige Kampfsportarten ein. Es wird ein interessanter Mix aus Techniken für den Sport sowie Techniken für die Selbstbehauptung bzw. Selbstverteidigung angeboten. Unser Ziel sind bewegungskompetente Kinder, die gelernt haben, sowohl sportlich fair zu kämpfen, als auch sich in Notsituationen wehrhaft zu zeigen. Sollten wir Dein Interesse geweckt haben, so melde Dich im ETV-Judobüro (Sprechzeiten Mo-Do 12.00-13.00 Uhr) unter 040/40 17 69-55 oder per E-Mail: judobuero@etv-hamburg.de. Wir setzen Dich auf eine unserer Wartelisten oder vereinbaren direkt eine Probestunde für Dich. Das Judobüro ist nicht besetzt während der Hamburger Schulferien.

Kung FuIm Internet: www.etv-hamburg.de

Kung Fu Papuya - sich ins Gleichgewicht bewegen lassen. Die traditionelle asiatische Kampfkunst für Stabilität, Kreativität und Immunität des Körpers in Achtsamkeit. Papuya ist die Kraft der inneren und äußeren Aktivität in Achtsamkeit. Achtsamkeit für sich selbst und andere. Zweck dieser Kampfkunst ist es in erster Linie, den Körper gegen jede destruktive Energie von innen und außen zu schützen. Ansprechpartner Jugend- und Erwachsenenurse: Mohsen Emkani, Tel: 0152-36652492 (Mo-Fr, 10:30-12:00 Uhr). Ansprechpartner Mädchen- und Frauenkurse: Dunja Glasmeyer, unter kungfu@etv-hamburg.de. Bitte Anmeldung nach Vereinbarung! Evtl. kann es eine Warteliste bei einzelnen Kursen geben. Im Internet: <https://www.etv-kungfupapuya.com>

LeichtathletikIm Internet: www.etv-hamburg.de

Das Leichtathletik-Training ist sehr vielseitig und kann den individuellen Stärken des einzelnen Sportlers angepasst werden. Zum Training gehören Elemente wie Laufschulung, Koordination, allgemeine Kräftigung, Techniks Schulung, Ausdauertraining, Sprints und Sprungläufe sowie spezifisches Krafttraining. Begonnen wird in den Schülerklassen meist mit dem Mehrkampf, also mit dem Training vieler Disziplinen. Bilden sich dann eindeutige Stärken aus, so wird mehr und mehr Disziplinen-spezifisch trainiert. Bei Interesse an einem Probetraining oder Fragen wenden Sie sich bitte an: leichtathletik@etv-hamburg.de

Moderner KampfsportIm Internet: www.etv-hamburg.de

Das moderne Kampfsporttraining im ETV wird von der Box- und der Kickboxsparte organisiert und ist ein offenes Kampfsportsystem. Es vereint Fausttechniken aus dem modernen Boxsport, Tritttechniken aus den klassischen Budoportarten und Bodenkampftechniken aus dem Grappling. Neben den Techniktrainings bieten wir euch auch drei Fitnessseinheiten pro Woche an, in denen Du Dich richtig auspowern kannst. Am Mittwoch vereinen wir Elemente der Laufschule aus der Leichtathletik und Übungen zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Sonntags findet ein angeleitetes Krafttraining im Krafraum statt. Du kannst jederzeit nach Absprache zu einem Probetraining vorbeikommen. Wir freuen uns auf Dich! Für alle Termine gilt: Keine Teilnahme ohne vorherige Absprache! Kontakt: Robert Wagner, Tel: 0176-81353903 oder E-Mail: modernerKampfsport@etv-hamburg.de

PrellballIm Internet: www.etv-hamburg.de

Prellball ist eine schnell zu erlernende Mannschaftssportart und zählt zu den Rückschlagspielen. Jeweils vier Spieler einer Mannschaft spielen sich den Ball über eine 40 cm hohe Leine durch prellen mit dem Unterarm bzw. der Faust zu. Erforderlich sind etwas Ballgefühl und Teamgeist. Kontakt: faustballprellball@etv-hamburg.de

Schach bei Union EimsbüttelIm Internet: www.etv-hamburg.de

Schon seit Jahrhunderten sind die Menschen fasziniert von der Logik und Schönheit des Schachspiels, das gleichermaßen genaues Rechnen als auch Fantasie erfordert. Wer also neben der körperlichen Erüchtigung auch den Geist fit halten möchte, ist bei der Schachabteilung genau an der richtigen Adresse. Interessierte jeden Alters und Geschlechts, egal ob Anfänger:innen oder erfahrene Turnierspieler:innen, sind herzlich willkommen.

Das Angebot der Abteilung reicht dabei von freien Spielabenden über verschiedene Trainingsangebote bis zu unterschiedlichen Einzelturnieren und der Teilnahme an Mannschaftswettbewerben des Hamburger Schachverbands. Kontakt: schach@etv-hamburg.de

SchwimmenIm Internet: www.etv-hamburg.de

Bronze-, Silber-, Goldabzeichen und Leistungsschwimmen sowie Freizeitgruppen für Kinder und Erwachsene bieten wir über unsere Schwimmabteilung in der Startgemeinschaft Hamburg-West an. Mitglieder der Schwimmabteilung sind verpflichtet jährlich 15,00€ für die ID-Card (ehem. Wettkampfpass des DSV) zu bezahlen. Die Abbuchung erfolgt zum 01.04. eines jeden Jahres. Anfragen richten Sie bitte an folgenden Kontakt: schwimmen@etv-hamburg.de. Auch eine inklusive Schwimmgruppe, in der Teilnehmer*innen mit und ohne Behinderung gemeinsam trainieren, ist Teil der Schwimmabteilung. Anfragen für diese Gruppe können an schwimmen-inklusive@etv-hamburg.de gesendet werden. Wasserball/Aquaball sowie die Angebote der ETV Schwimmschule finden Sie ebenfalls im Inhaltsverzeichnis dieses Heftes. Eine Mitgliedschaft in der Schwimmabteilung ist erst zu beantragen, nachdem ein freier Platz zugesichert wurde.

Tanzen im Club CéronneIm Internet: www.club-ceronne.de

Ob Turniertanz oder „Just for Fun“ – alle, denen es in den Füßen juckt sowie die Musik anfängt zu spielen, sind im Club Céronne genau richtig. Haben Sie Spaß daran, sich mit anderen zu messen? Auch einem Einstieg in das Turniergehen steht hier nichts im Wege. Sie möchten mehr erfahren? Kontakt: geschaeftsstelle.club-ceronne@etv-hamburg.de. Mitglieder des Club Céronne sind verpflichtet, jährlich 5 Arbeitsstunden abzuleisten. (Weitere Einzelheiten in der Beitragsordnung des Club Céronne). Alle Tanzveranstaltungen finden im Céronne Saal im ETV Sportzentrum Bundesstraße statt. Weitere Infos (z.B. Workshops) erhalten Sie unter: www.club-ceronne.de

TennisIm Internet: www.etv-hamburg.de

Der ETV unterhält am Lokstedter Steindamm 75 eine der schönsten Tennisanlagen Hamburgs. Die Tennisabteilung bietet ein großes Spektrum an Trainingsmöglichkeiten vom Jugendtraining (derzeit rund 200 Jugendliche), Mannschaftstraining (Damen und Herren) sowie das so genannte Breitensporttraining (Gruppentraining für Freizeitsportler). Wenn Sie Fragen zu Trainingsmöglichkeiten und zur Mitgliedschaft haben, wenden Sie sich gerne via Mail an das Tennisbüro: office@etvtennis.de (nicht besetzt in den Hamburger Schulferien). In Sachen Leistungs- und Mannschaftstraining kontaktieren Sie gerne unseren Cheftrainer Michael Hirsak via Mail: cheftrainer@etvtennis.de. Grundsätzlich kann am Training nur teilnehmen, wer Mitglied in der Tennisabteilung ist. Kinder / Jugendliche unter 18 Jahre können nur gemeinsam mit einem Elternteil (passiv) Mitglied werden. Für die Buchung von Hallenplätzen wenden Sie sich bitte an Frau Inga Gerste (Mitgliederverwaltung Sportzentrum Hoheluft), Tel: 040-401769-950, E-Mail: igerste@etv-hamburg.de.

TischtennisIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die Tischtennisabteilung zählt zur Zeit ca. 180 Mitglieder. In unserer Jugendabteilung bieten wir Breiten- und Leistungssport an. Unsere Erwachsenen Mannschaften sind in nahe zu allen Spielklassen Hamburgs vertreten. Ansprechpartner Erwachsene: Dirk Hagemann, Mobil: 0151-56147031 oder per Mail: tischtennis@etv-hamburg.de. Aufgrund eines Aufnahmestopps im Jugendbereich ist ein Probetraining nur nach vorheriger Anmeldung möglich! Kontakt Jugend: Maurice, Mobil: 0176-57997380 oder per E-Mail: tischtennis_jugend@etv-hamburg.de

VolleyballIm Internet: www.etvvolleyball.de

Die Volleyball-Abteilung ist gekennzeichnet durch unterschiedliche Spielambitionen, insbesondere im Leistungssport sowie im Jugend- und Freizeitvolleyball. Bitte habt Verständnis dafür, dass ein Probetraining – egal in welchem Team – grundsätzlich nur nach Absprache stattfinden kann. Kontakt E-Mail: volleyball@etv-hamburg.de.

Volleyball MixedIm Internet: www.etv-hamburg.de

Es gibt zurzeit 14 Mixed Volleyball-Gruppen im ETV in diversen Leistungsniveaus – vom (Wieder-) Einsteiger (Niveau 5-6) bis zum Ex-Leistungssportler (Niveau 1-2) – im Alter von 18 bis 60+ Jahren. Für all unsere Teams gilt: Probetraining nur nach Absprache! Bitte kontaktiere folgende E-Mail: volleyball@etv-hamburg.de, um Informationen zu erhalten.

Wasserball/AquaballIm Internet: www.etv-hamburg.de

Wasserball wird angeboten für Mädchen, Frauen und Männer in Spaß- und Leistungsmannschaften bis hin zur Bundesliga. Auch Quereinsteiger*innen sind herzlich willkommen. Trainingsteilnahme bitte nur nach Absprache, Kontakt: wasserball@etv-hamburg.de. Außerdem bieten wir Aquaball als Inklusionssport an. Gespielt wird mit zwei Mannschaften zu je vier Spielern. Einfache Regeln, die Grundmaxime des Fair Play und der hüfttiefe Wasserstand erlauben auch Anfängern und nicht so guten Schwimmern den schnellen Einstieg in den Sport. Interessent*innen melden sich bitte unter adrian-schlueter@gmx.net für ein Probetraining. Die Angebote der Schwimmabteilung und der ETV Schwimmschule finden Sie ebenfalls im Inhaltsverzeichnis dieses Heftes.

ETV-STUDIOS BUNDESSTRASSE & HOHELUFT**ETV-Studio**Im Internet: www.etv-studio.de

Die ETV-Studios Bundesstraße und Hoheluft betrachten Gesundheit und Fitness als eine Einheit. Sie bieten einen Eingangsscheck und Beratung durch qualifizierte Trainer*innen und eine individuelle Trainingsplanung für alle Mitglieder an. Denn jeder Mensch ist anders in seinen Voraussetzungen und Zielen. Ob stationäre Geräte, freie Gewichte oder Seilzüge – wir sind bestens ausgerüstet. Und da zu einem ganzheitlichen Training auch der Bereich Ausdauer gehört, bieten wir die neuesten Ergometer von Technogym. Ob Laufbänder, Rudergeräte oder Crosstrainer, du wirst bestimmt dein Ausdauergerät bei uns finden! Vor allem aber sind wir ein kompetentes Team und können so auf spezielle Wünsche eingehen und individuelle Ziele erreichen. Mehr Informationen geben wir direkt in unseren ETV-Studios oder unter www.etv-studio.de. Studiomitglieder haben die Möglichkeit das Kursprogramm der ETV-FitGym mit 300 Kursen an beiden Standorten zu nutzen. Für alle FitGym-Kurse ist aktuell eine Anmeldung über unser ETV-Kursanmeldeportal auf der Website oder die ETV-App notwendig. Dort veröffentlichen wir auch die gesamte Kursübersicht.

ETV-FITGYM IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUFT

Mit ca. 200 Kursen im Sportzentrum Bundesstraße und rund 100 weiteren Kursen im neuen Sportzentrum Hoheluft erwarten euch in der FitGym neben den Klassikern wie Fitness, Rückengymnastik, Bauch Beine Po, Step Aerobic, Yoga, Pilates und Zumba®, auch besondere Kursprofile wie Athletik-Training, Fitness-Boxen, T-Bow® Training, Spinning®, Pole Dance® und Langhantel Workout. Die Auswahl ist riesig und vielfältig für diejenigen, die ab sofort an beiden Orten gemeinsam mit uns Sport treiben. In unserem Athletikraum im Sportzentrum Hoheluft, mit moderner funktionellen Trainingswand und Kleingeräten, bieten wir ein freies Training oder ein verschiedene Kursformate in Kleingruppen an. Unser qualifiziertes Trainerteam sorgt für eine optimale Trainingsbetreuung und Spaß beim gemeinsamen Sport in der Gruppe. Für jedes Fitnesslevel und jedes Ziel ist etwas dabei. Neu mit dabei ist auch ein vielfältiges Angebot für Schwangere, frisch gebackene Mamas und ihre Babys, sowie Präventionskurse, die nach §20 von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden. Bei Fragen oder für eine ausführliche Beratung meldet euch gerne unter fitgym@etv-hamburg.de.

KINDERSPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF

In unserem breiten Angebot findet jede sportbegeisterte Familie genau das Richtige. Unser Angebot reicht von Sport für die ganz Kleinen, die zusammen mit ihren Eltern ihre ersten sportlichen Erfahrungen bei der Pampersgymnastik oder beim Eltern-Kind-Turnen sammeln, bis zum Angebot für Teens, die sich für Hip-Hop, Inlinehockey oder anderes begeistern. Ob Turnen, Ballett, Yoga oder Ballsport für jeden ist etwas dabei.

Für unsere Kindersport-Angebote ist weiterhin eine Anmeldung notwendig. Die Kursanmeldung wird immer 48 Stunden vor Beginn der Stunde freigeschaltet. Fragen beantwortet gerne unser Kindersport-Team unter kindersport@etv-hamburg.de oder 040 401769-23

Ballbini

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bei den Ballbini steht die Wahrnehmung, Motorik und sich mit dem Ball bewegen im Vordergrund. Die Kinder sollen spielerisch und mit Spaß Grundlagen lernen, die ihnen den Einstieg in die Welt des Sports erleichtern. Die Ballbini-Gruppe am Mittwoch findet ganzjährig draußen statt. Während der Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de.

Ballett

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Die Kinder tanzen und erlernen kleine Schrittvariationen begleitet von Musik. Für die Kleinen gibt es eine tänzerische Früherziehung, d.h. Tanzen mit viel Fantasie, Spaß und Spiel, um die Kreativität zu fördern. Die Fortgeschrittenen arbeiten zudem an ihrer Körperhaltung und an ihrem Rhythmusgefühl. Zudem sind Ausdrucksgestaltung und schauspielerische Ansätze Inhalte des Trainings. Für das Angebot Ballett wird ein mtl. Sonderbeitrag von 8,00 Euro erhoben. Während der Hamburger Schulferien machen wir eine Pause. Kontakt E-Mail: dance@etv-hamburg.de

Eltern-Kind-Turnen

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Gemeinsam mit Eltern und anderen Kindern durchlaufen die Kinder Bewegungslandschaften und erlernen dabei spielerisch und unter qualifizierter Anleitung unterschiedliche Bewegungen kennen. Individuell können die Kinder Parkours durch klettern, krabbeln und rutschen erkunden und werden von jeder Menge Spaß dabei begleitet. Zusätzlich werden Spiele gespielt und Lieder gesungen, um verschiedene Sinne anzuregen. Bitte beachten Sie, dass sich das Angebot Eltern-Kind Turnen nur an Kinder ab dem 2. Geburtstag bis zum 4. Geburtstag richtet. In den Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

Fit for Teens

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Mit unseren Fit for Teens-Kursen sollen Jugendliche zwischen 10 und 17 Jahren die Möglichkeit erhalten, durch alltagsgerechte Sportelemente und viel Spaß, sich mit Gleichgesinnten auszupeinern und einfach mal dem Schulstress zu entfliehen. Die Stunden beinhalten Elemente aus leichtem Kraft- und Ausdauertraining sowie spielerische Elemente aus dem Abteilungssport. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de.

Hobby Horsing

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Hobby Horsing ist zurzeit die Trendsportart Nr. 1 in Finnland. Anstelle von normalen Pferden wird dabei auf Steckenpferden geritten. Je nach Belieben kann dabei auf die verschiedenen Bereiche des Reitsports der Fokus gelegt werden. Beim Springen werden verschiedene Parcours durchlaufen, während beim Dressurreiten verschiedene Tanzschritte geübt und anschließend Choreographien einstudiert werden. Bitte eigenes Steckenpferd mitbringen. Während der Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

Inline-Skating

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Unter fachkundiger Anleitung wird auf spielerische Art das Inline-Skaten erlernt. Das Tragen von Knie-, Ellenbogen- und Handschützern ist Pflicht - ebenso das Tragen eines Helms!! Während der Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

Kindertanz

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Für kleine Tänzer und Tänzerinnen haben wir ein vielfältiges Angebot. Für alle Angebote im Kindertanz wird ein mtl. Sonderbeitrag von 8,- € erhoben. Während der Hamburger Schulferien machen wir eine Pause. Kontakt E-Mail: dance@etv-hamburg.de

Kinderturnen

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Beim Kinderturnen wird die Motorik und die Selbsterfahrung spielerisch gefördert. Die Kinder lernen einen respektvollen Umgang mit ihrem Gegenüber zu gestalten. Sie haben die Freiheit, sich auszuprobieren und so selbstständig herauszufinden, welche Art von Bewegung ihnen Spaß macht. Auf unterschiedlichen Parkours werden Orientierungssinn, Balance und Koordination gefördert. In den Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

Kinderyoga

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Yoga, Entspannungsübungen und kinesiologische Übungen für Kinder. Dieser Kurs konzentriert sich auf das Körpergefühl und die Kreativität der Kinder. Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Kuscheldecke mitbringen. Gemeinsam werden wir uns auf viele „Fantasie-Reisen“ begeben. Während der Hamburger Schulferien machen wir eine Pause. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

KiSS (Kindersportschule)Im Internet: www.kiss-hamburg.de

In der Kindersportschule können Kinder spielerisch vielseitige Bewegungserfahrungen machen und erlangen somit eine breite motorische Grundlagenausbildung (Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit), ohne frühe Spezialisierung auf eine Sportart. Der Unterricht erfolgt an zwei Tagen pro Woche à 60 Minuten (Mini-KiSS 1 x 60 Min.) in festen Gruppen und unter sportfachlicher Leitung. Jedes Jahr startet unsere Kindersportschule mit neuen Mini-KiSS-Gruppen. Während der Hamburger Sommer- und Weihnachtsferien machen wir eine Pause. Weitere Infos finden Sie im Internet unter www.kiss-hamburg.de. Ansprechpartner: Vinh Tat
Tel: 40 17 69-932, Email: kiss@etv-hamburg.de

Laufen, Springen, WerfenIm Internet: www.etv-hamburg.de

Bei diesem Sportangebot lassen wir den Kindern die Freiheit, sich auszuprobieren und so selbstständig herauszufinden, welche Art von Bewegung ihnen Spaß macht. Durch ein, an die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse, angepasstes Programm lernen die Kinder ihre eigenen Stärken und Interessen kennen. Dieser Kurs soll alle grundmotorischen Fähigkeiten (Laufen, Springen, Werfen) sowie den sozialen Mannschaftsgeist der Kinder schulen. Während der Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de.

PampersgymnastikIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die Pampersgymnastik richtet sich an Kleinkinder ab circa zehn Monaten. Im Mittelpunkt des Angebotes stehen Spiel-, Sinnes-, und Bewegungsanregungen, um die individuelle Entwicklung des Kindes zu unterstützen. Es werden gemeinsame Erfahrungen gesammelt und Anregungen ausgetauscht. In den Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

SkateboardIm Internet: www.etv-hamburg.de

Das Training schult das Gleichgewicht und die Körperhaltung auf dem Board. Ihr lernt neben Skaten auch ein wenig Theorie und Regeln, damit ihr wisst, wie man sich im Skatepark verhalten sollte. Außerdem besuchen wir Skateparks und zeigen euch Tricks für das Fahren auf der Straße. Wenn vorhanden, bitte eigenes Skateboard mitbringen, aber kauft auf keinen Fall extra eins vor dem ersten Kurs, da ihr erst nach ersten Erfahrungen wisst, was für ein Skateboard euch liegt. Kommt einfach mal zum Schnuppern vorbei. Das Angebot findet nicht in den Hamburger Schulferien statt. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

Tag Rugby/RugbyIm Internet: www.etv-hamburg.de

Tag Rugby (Tag: englisch für „Fahne abziehen“) ist eine Sportart, die alle grundmotorischen Fähigkeiten (laufen, werfen, fangen) so wie den sozialen Mannschaftsgeist der Kinder schult. Jede/r Spieler/in hat beim Tag Rugby einen Gürtel um die Hüften, an dem mit Klettverschlüssen zwei farbige „Fahnen“ befestigt sind. Der gegnerische Spieler wird durch abziehen der Fahne gestoppt. In den älteren Jahrgängen fangen wir an, die Kinder langsam an den Kontaktsport Rugby zu gewöhnen. Bitte meldet euch vor dem ersten Training beim Trainer an. Kontakt: Jörg Klodzinski, Tel: 0179-2256608, E-Mail: joerg.klodzinski@gmx.de

Weekend-KidsIm Internet: www.etv-hamburg.de

Dieser Kurs ist ein spezielles Angebot für alle, die an den Wochenenden unter qualifizierter Anleitung Spaß und Sport erleben möchten. Das Angebot richtet sich an Kinder ab 10 Monaten bis zum 4. Lebensjahr und deren Eltern. Eine Anmeldung ist erforderlich. In den Hamburger Schulferien bitte unser Ferienprogramm beachten. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de

REHASPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF**Beckenbodentraining**Im Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54. Di. 10.00-12.00 Uhr und Mi. 11.00-13.00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de. Das Beckenbodentraining dient als Ziel zur allgemeinen Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit beim Sport, im Alltag und Beruf für Menschen mit Funktions- und Belastungsdefiziten sowie Beckenbodenmuskelschwächen. Das Beckenbodentraining für Männer wird im Rahmen der Prostatakrebsnachsorge, bei Rückenproblemen oder zur allgemeinen Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur empfohlen. Mit speziell auf die besonderen Bedürfnisse von Männern ausgerichteten Übungen stehen dabei auch die Verbesserung von Harninkontinenz und erektiler Dysfunktion im Fokus.

HerzsportIm Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54. Di. 10.00-12.00 Uhr und Mi. 11.00-13.00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de. Herzsport dient als Ziel zur allgemeinen Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit beim Sport, im Alltag und Beruf für Menschen mit Herzerkrankungen.

KrebsnachsorgeIm Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54. Di. 10.00-12.00 Uhr und Mi. 11.00-13.00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de. Der Rehabilitationssport in der Krebsnachsorge richtet sich speziell an Frauen mit einem atherapierten onkologischen Erkrankungshintergrund. Unter fachlicher Anleitung sollen mit sanfter Gymnastik, Koordinations- und moderatem Ausdauertraining die Nachwirkungen der Krebsbehandlung positiv beeinflusst, sowie das körperliche und seelische Wohlbefinden verbessert werden.

Orthopädische TrainingsgruppeIm Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54. Di. 10.00-12.00 Uhr und Mi. 11.00-13.00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de. Die orthopädische Gymnastik dient als Ziel zur allgemeinen Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit beim Sport, im Alltag und Beruf für Menschen mit Funktions- und Belastungsdefiziten sowie muskulären Dysbalancen.

TRENDSPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF

Armwrestling

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Dieser Sport erfordert besondere Techniken, Konzentration, Kraft im Handgelenk und Unterarm, aber auch viel Geschick, Ausdauer und Schnelligkeit. Neben dem Unterarm werden Bizeps, Schulter- und Brustmuskulatur so wie die Stabilität im Bauch- und Hüftbereich trainiert. Dieses Angebot ist für Frauen und Männer ab 15 Jahren gedacht. Bei Interesse an einem Probetraining bitten wir um Anfrage unter: armwrestling@etv-hamburg.de

Bogensport

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bogenschießen erfordert Konzentration, innere Ruhe und die Fähigkeit zur genauen Beobachtung eigener Bewegungsabläufe während des kleinen Moments, in dem die Sehne mit eigener Kraft zieht und den Pfeil löst. Interessierten Jugendlichen und Erwachsenen wird mit diesem Angebot das Schießen mit den drei Bogen-typen Visierbogen, Blankbogen und traditioneller Bogen fachgerecht vermittelt. Die Bogensportanlage ist für fortgeschrittene BogensportlerInnen ganztags nutz-bar, bis auf donnerstags ab 18.30 Uhr! Die Bögen werden für Anfänger zum Kennenlernen komplett gestellt, es kann jeder sofort mitmachen (Anfänger nur nach Absprache). Sie haben die Möglichkeit, den Bogensport über den Kauf einer 5er Karte (75,- Euro) kennenzulernen, erhältlich im ETV Sportbüro in der Bundesstr. 96. Während der Winter- / Hallensaison werden ebenfalls Wochenendtermine nach Absprache angeboten. Wenn Sie das Angebot kennenlernen möchten, schreiben Sie bitte dem Trainer eine kurze E-Mail unter Angabe des Wunschtages (Di / Mi), Kontakt: bogensport@etv-hamburg.de - zurzeit gibt es eine Warteliste.

Boule

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Unser Boule-Kurs richtet sich an Einsteiger*innen sowie Fortgeschrittene. Das gemeinsame Spielen und Zusammenkommen stehen im Vordergrund. Je nach Erfahrung werden die Varianten Boccia oder Petanque gespielt werden. Zum Einsteig können Boule-Sets vor Ort gestellt werden. Vor der Teilnahme wird um eine kurze Kontaktaufnahme per Mail gebeten: boule@etv-hamburg.de. Der Treffpunkt der Gruppe befindet sich auf dem Bogensportplatz.

Chor STARTup

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Singen ist auch Sport! Singen ist bezüglich der Körperspannung und Kondition durchaus mit sportlichen Aktivitäten vergleichbar und hat ebenso positive Effekte auf die Psyche. Unser Chor wird neben internationalen und englischsprachigen Hits auch klassische und moderne Gospels interpretieren. Für die professionelle Leitung konnte der erfahrene Berufsmusiker, Komponist und Gesangslehrer Guido Rammelkamp gewonnen werden. Bitte melden Sie sich auch für eine Schnupperstunde unter folgender E-Mail an: townhousem@googlemail.com

Parkour

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Beim Parkour werden Hindernisse möglichst schnell und elegant überwunden. Wer Parkour macht, bewegt sich laufend, springend und kletternd fort. Die Treffpunkte der Outdoor Trainings wechseln regelmäßig. Die aktuellen Treffpunkte und Informationen zu freien Plätzen finden sich unter: <https://etv-hamburg.de/sportarten/parkour/> - Kontakt: parkour@etv-hamburg.de

Pickleball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Der ETV ist der erste Verein, der Pickleball in Hamburg anbietet. Pickleball ist eine Mischung aus Badminton, Tischtennis und Tennis. Wir spielen Indoor und haben Netze, Schläger und Bälle vor Ort. Einfach anmelden und mit Hallenschuhen vorbeikommen. Kontakt: pickleball@etv-hamburg.de

Tamburello

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Tamburello ist eine „neue“ alte Sportart, die ihre Ursprünge in Italien hat. Erforderlich sind vor allem Reaktionsvermögen und Koordination. Gespielt wird mit einem Schläger, der an ein Tamburin erinnert. Die Regeln sind ähnlich wie beim Badminton oder Volleyball. Wir trainieren die Kleinfeldvariante Tamburelli. Kontakt: jangeerz@gmx.de

Ultimate Frisbee

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Ein Mannschaftssport mit Frisbeescheibe. Lerne, wie man wirft: Vorhand, Rückhand und Über-Kopf-Würfe werden alle zum Staunen bringen. Lerne, wie man läuft: Ultimate ist ein schneller Laufsport, bei dem es um Haken schlagen und flinke Beine geht. Lerne, wie man fängt: Die Frisbee fliegt verrückte Kurven und Du kannst sie trotzdem sicher fangen. Ultimate ist aber noch mehr als ein Riesenspaß - es gilt als faireste Mannschaftssportart der Welt, da es keine Schiedsrichter gibt. Kontakt: frisbee@etv-hamburg.de

ETV SCHWIMMSCHULE TURMWEG



Das Konzept: Für die Schwimmschule Turmweg stehen Spaß am und im Wasser an erster Stelle. Die qualifizierten Trainer*innen vermitteln Kindern wie Erwachsenen eine gute Schwimmtechnik, eine vernünftige Wasserlage und Sicherheit im Wasser und agieren zielgruppengerecht mit intuitiven und altersgerechten Methoden. Alle Kinder lernen nach der Idee des Schweizer Modells zunächst das Schwimmen auf dem Rücken. In den Erwachsenenkursen werden sowohl Schwimmen als auch Schwimmtechniken mit individuellen Aufgaben und Übungen erlernt und vertieft. Das Kursangebot für Erwachsene umfasst zudem Aqua-Fitness-Kurse. In den Ferien bietet die Schwimmschule zudem Intensiv-Kurse für Kinder an.

Sollten Sie sich unsicher sein, welcher unserer Kurse für Sie oder Ihr Kind der Beste ist, beraten wir Sie gerne unter info@schwimmschule-turmweg.de oder 040-40176922. Weitere Informationen können Sie zudem unserer Internetseite www.schwimmschule-turmweg.de entnehmen.

Erwachsene - Aqua-AerobicIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Aqua-Aerobic ist ein gelenkschonendes Workout kombiniert mit Spaß im Wasser. Verschiedene Übungen dehnen und kräftigen die Muskulatur. Die dynamischen Bewegungen zu schneller Musik regen das Herz-Kreislaufsystem an. Der Kurs richtet sich an Frauen und hat eine Laufzeit von 12 Terminen bei einer Gruppengröße von ca. 12 Teilnehmerinnen.

Erwachsene - Aqua-GymnastikIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Aqua-Gymnastik fördert schonend die Beweglichkeit der Gelenke und Herz und Kreislauf kommen optimal auf Touren. Das Wasser reizt zudem durch seine Massagewirkung die Durchblutung an. Das Schwebefühl und die geschmeidigen Bewegungen entspannen und hinterlassen ein wohliges Körpergefühl. Der Kurs geht über eine Laufzeit von 12 Terminen bei einer Gruppengröße von ca. 12 Personen.

Erwachsene - Schwimmen lernenIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Schwimmen ist wunderbar. Die Schwimmschule Turmweg bietet in seinem 30°C warmen Lehrschwimmbecken allen die Möglichkeit auch noch im Alter das Schwimmen Stück für Stück zu erlernen und das Wasser zu lieben. Diesen Kurs gibt es auch als reinen Frauenkurs und extra für geflüchtete Frauen. Die Schwimmkurse gehen über 12 Termine bei einer Gruppengröße von ca. zehn Teilnehmer*innen.

Erwachsene - TechnikIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

In diesem Kurs können Kursteilnehmer verschiedene Schwimmtechniken erlernen und vertiefen. Die Kursleitung richtet sich gerne nach den Wünschen und Interessen der Kursteilnehmer*innen. Die Schwimmschule Turmweg bietet einen Technikkurs für Anfänger und für Fortgeschrittene an. Beide Kurse gehen über eine Laufzeit von 12 Terminen bei einer Gruppengröße von ca. acht Teilnehmer*innen.

Kinder - FlipperIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Dieser Schwimmkurs bereitet seine ca. zehn Teilnehmer*innen auf das Bronze-Abzeichen vor. Der Kurs eignet sich besonders für Kinder, die bereits das Seepferdchen-Abzeichen besitzen, aber noch mehr Sicherheit im Wasser erlangen möchten. Da der Kurs auf das Bronze-Abzeichen vorbereitet, werden während der Laufzeit erste Schwimmbewegungen gefestigt sowie neue dazu gelernt. Wir trainieren die Kondition, Koordination von Atmung und Gesamtbewegung und fördern die Arm- und Beinbewegung. Über die 22 Termine wird vor allem stilorientiert gearbeitet. Unser Ziel ist es, den Kindern Wassersicherheit und eine gute Schwimmtechnik zu vermitteln. Wir vergeben Schwimmabzeichen dann, wenn ein Kind sicher alle Bedingungen erfüllt. Aufgrund der mangelnden Tiefe unseres Schwimmbeckens, müssen das Springen vom 1-Meter-Brett und das 2-Meter-Tieftauchen für die Bronze-Prüfung in einem anderen Schwimmbad abgenommen werden. Dafür bekommen Sie von uns ein Bestätigungsschreiben, mit welchem Sie bitte mit Ihrem Kind ein Schwimmbad aufsuchen, um die beiden Aktivitäten dort von einem Bademeister abnehmen und bestätigen zu lassen. Neben den regulären Flipperkursen bieten wir auch einen inklusiven Flipperkurs an. Der Kurs wird von zwei Übungsleiter*innen betreut.

Kinder - SeepferdchenIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Der Seepferdchen-Schwimmkurs bereitet seine Teilnehmer*innen auf das Seepferdchen-Abzeichen vor. Er eignet sich besonders für Kinder, die schon gerne im Wasser spielen und denen Wasserspritzer wenig ausmachen. In unseren Seepferdchenkursen legen wir den Fokus zu Anfang auf das Rückenschwimmen, da das Schwimmen auf dem Bauch vergleichsweise koordinativ sehr anspruchsvoll ist. Am Ende des Kurses hat jedes Kind die Möglichkeit die Prüfung für das Seepferdchen-Abzeichen zu absolvieren. Der Kurs richtet sich an Kinder ab einem Alter von fünf Jahren und findet ohne Eltern über 22 Termine statt und wird von zwei Übungsleiter*innen betreut. Die Trainer*innen vergeben Schwimmabzeichen dann, wenn ein Kind sicher alle Bedingungen erfüllt, gegebenenfalls empfiehlt das Team den Folgekurs „Seepferdchen II“ zu besuchen. Mit der Erreichung des Seepferdchens ist noch nicht die komplette Sicherheit im Wasser erlangt. Neben den regulären Seepferdchenkursen bietet die Schwimmschule auch einen inklusiven Seepferdchenkurs und einen Seepferdchenkurs für Kinder mit geistiger Behinderung an.

Kinder - TechnikIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Unser Technikkurs richtet sich an alle Kinder, die das Bronze-Abzeichen bereits geschafft haben und ihre Schwimmtechnik verfeinern sowie ihre Wassersicherheit verbessern wollen. Während des Kurses werden den Kindern die Schwimmtechniken zu den verschiedenen Schwimmarten Brust, Kraul und Rücken beigebracht und bestehende Schwimmfähigkeiten ausgebaut. Unsere Technikurse haben eine Laufzeit von 22 Terminen bei einer Gruppengröße von ca. vierzehn Kindern und werden von zwei Übungsleiter*innen betreut.

Kinder - WassergewöhnungIm Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

Unser vorerstes Ziel in unseren Wassergewöhnungskursen ist es, den Kindern die Angst vor dem Wasser zu nehmen. Eine Gewöhnung an das Wasser wird mit Hilfe spielerischer Übungen erreicht. In unserem Kurs lernen die Kinder grundlegende Fähigkeiten wie das Gleiten, das Fortbewegen im Wasser, vom Beckenrand springen sowie das Legen des Gesichts ins Wasser. Diese Grundlagen sind für die weiteren Kurse von großer Wichtigkeit, da mit ihnen das Schwimmen leichter und sicherer erlernt wird. Dieser Kurs findet über elf Termine bei einer Gruppengröße von ca. acht Kindern ohne Eltern statt und ist für Kinder ab vier Jahren vorgesehen. Der Kurs wird von zwei Übungsleiter*innen betreut.

TALENTGRUPPEN

Acht der hamburgweiten Talentaufbaugruppen finden ab jetzt beim ETV statt. Die Sichtungen für diese erfolgen über den Sportunterricht in den Schulen. Weitere Infos zu den in Kooperation mit dem HSB stattfindenden Talentgruppen gibt es bei Mathis Wittneben, 40 17 69 – 930, mwittneben@etv-hamburg.de.

FRAGEN & ANTWORTEN

ÄNDERUNG DER PERSÖNLICHEN DATEN

Sollte sich deine Adresse oder E-Mailadresse ändern, kannst du diese einfach selbst in deinem Mitgliederbereich in der ETV-App von Clubity ändern. Falls sich beispielsweise deine Bankverbindung ändert, kannst du uns gerne eine Mail an mitgliederverwaltung@etv-hamburg.de schreiben.

ETV-MITGLIEDSAUSWEIS

Alle Mitglieder, die einen neuen Mitgliedsausweis benötigen, können diesen im Sportzentrum Hoheluft an der Information bekommen. Die Karte ermöglicht den Zugang zum Sportzentrum Hoheluft oder zu den ETV-Studios. Mitglieder des ETV-Studios Bundesstraße können den Mitgliedsausweis auch am Studiotresen erhalten.

KÜNDIGUNGSFRISTEN

Der Austritt aus dem Verein, sowie aus den Abteilungen Tennis & Hockey, KiSS, ETV-Studio und Club Céronne, ist zum 30. Juni und 31. Dezember möglich. Hierfür müssen die Kündigungen fristgerecht bis spätestens zum 31. Mai bzw. 30. November beim ETV vorliegen. Alle anderen Abteilungen können monatlich gekündigt werden.

PROBESTUNDEN

In der Regel sind Probestunden beim ETV möglich, kläre dies bitte direkt mit dem/der betreffenden Trainer/Trainerin. In der ETV-FitGym wird neben einer Probestunde auch eine Schnuppermitgliedschaft angeboten. Bitte wende dich bei Fragen dazu direkt an das Sportbüro im Sportzentrum Bundesstraße oder am Informationstresen im Sportzentrum Hoheluft.

WERTSACHEN

Bitte bringe keine unnötigen Wertsachen mit zum Sport. Für diese kann der ETV keine Haftung übernehmen und sie sind im Falle eines Diebstahls nicht versichert.

WORKSHOPS

Das ETV-Studio, die Schwimmschule Turmweg, der ETV-Kindersport, die Golfabteilung sowie die Trendsportangebote Parkour und Bouldern bieten regelmäßig Workshops an, die auch für Nicht-Mitglieder geöffnet sind.

FERIENREISEN

Der ETV bietet für Kinder und Jugendliche Jugendreisen an (z. B. Ponyhof- oder Wassersport). Alle wichtigen Infos und die Termine für die Reisen sind online unter etv-hamburg.de/sportangebote/ferienangebote/ einsehbar.

PARKPLÄTZE

Sportzentrum Bundesstraße: Der Bereich „Kaifu“ gilt als Bewohnerpark-Gebiet, daher gibt es die Möglichkeit im Zeitraum zwischen 9 und 20 Uhr über drei Stunden gebührenpflichtig zu parken und für aktuell 10 Euro ein Tagesticket zu erhalten. Außerdem kann die Tiefgarage des Diakonieklinikums genutzt werden. Sportzentrum Hoheluft: Das ETV-Sportzentrum Hoheluft verfügt über ein Parkhaus mit insgesamt 79 Stellplätzen, drei davon sind behindertengerecht. Außerdem gibt es 190 Fahrradstellplätze.

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

Sportzentrum Bundesstraße: Am besten ist der ETV mit dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Entweder mit der U3 bis zum Schlump oder mit der U2 bis Christuskirche. Die Buslinie 4 hält an der Schlangkreye und fast vor der Tür des ETV.

Sportzentrum Hoheluft: Du erreichst uns am besten mit den Buslinien 20, 25, 600 (Gärtnerstraße), außerdem halten direkt vor der Haustür die

Buslinien 5, 281 und 604 (Veilchenweg). Die nächste Stadtradt-Station befindet sich Veilchenweg/Ecke Grandweg, die nächste U-Bahn-Station ist Hoheluftbrücke (U3).

UMKLEIDERÄUME

Bitte nutze unsere Umkleiden, um dich umzuziehen. Das Umziehen auf den Gängen und in den Hallen ist untersagt.

GASTRONOMIE

Sportzentrum Bundesstraße: Das Pera versorgt seit Oktober 2022 alle Besucher*innen mit einem vielfältigen Angebot, das von Espresso-Spezialitäten, hausgemachtem Kuchen über leckere Salate und Quiches bis hin zu Tapas und orientalischer Mezze reicht. Egal, ob Vegetarier*in, Veganer*in oder Fleischliebhaber*in: Das Pera ist für alle da. Öffnungszeiten: täglich von 9 bis 23.30 Uhr. Kontakt: Lalpera@etv-hamburg.de, 040-75692519

Sportzentrum Hoheluft: Das ELIMAR ist die Gastronomie im Erdgeschoss des Sportzentrums Hoheluft und

bietet eine moderne norddeutsche Küche mit levantinischen Einflüssen. Dabei legt das Restaurant Wert auf eine nachhaltige Wertschöpfungskette und ist stets im freundschaftlichen Austausch mit seinen Bio-Landwirt*innen. Neben einem wechselnden und gesunden Mittagstisch gibt es auch Salate, Bowls und vitale Snacks und am Abend eine kreative Karte zum geselligen Beisammensein. Ansprechpartner: ELIMAR Restaurant, Andi Jakub Ebel, andi@elimar-hamburg.de, mobil: 017657880937, www.elimar-hamburg.de, Instagram: [elimar_hamburg](https://www.instagram.com/elimar_hamburg).

BEACHVOLLEYBALL

Von April bis Oktober vermietet der

ETV an der Bundesstraße und an der Hoheluft (dort nur für Festbucher) Beachvolleyballcourts. Die Plätze können über das ETV Sportbüro (40 17 69 0) gemietet werden.

NEWSLETTER

Mit dem Eintritt in den ETV kannst du auch direkt unseren monatlichen ETV-Newsletter abonnieren, wenn das entsprechende Häkchen auf dem Auftragsantrag gesetzt wird. Alternativ kann der Newsletter einfach auf unserer Homepage abonniert werden. Außerdem verschickt unsere ETV-FitGym wöchentlich einen Newsletter, der auf der FitGym-Seite der ETV-Homepage abonniert werden kann.

BILDUNGSPAKET

Der ETV bietet das sogenannte Bildungspaket an. Förderberechtigt sind Kinder und Jugendliche vom 4. bis 18. Lebensjahr. Die Beantragung erfolgt über unseren Einzelnachweis, welcher im Sportbüro erhältlich ist. Es können nur vollständig ausgefüllte und mit allen notwendigen Unterlagen abgegebene Einzelnachweise bearbeitet werden. Die Förderung erfolgt ab dem nächsten Monat und nicht rückwirkend.

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

Wer den ETV unterstützen möchte, kann förderndes Mitglied werden. Fördermitglieder zahlen einen monatlichen Mindestbeitrag von 10 Euro. Über die zu fördernde Abteilung kann selbst entschieden werden: Einfach einen Fördermitgliedsantrag ausfüllen, die Bankverbindung angeben und die Abteilung ankreuzen, die den vollen Förderbeitrag erhalten soll.

SPENDENKONTO

Möchtest du den ETV anderweitig unterstützen? Für diese Fälle haben wir ein Spendenkonto eingerichtet:

Hamburger Volksbank,
IBAN: DE19 2019 0003 0019 5696 02,
BIC: GENODEF1HH2

ÖFFNUNGSZEITEN

An den Feiertagen gelten geänderte Öffnungszeiten. Diese finden Sie immer aktuell auf www.etv-hamburg.de und durch Aushänge in den ETV-Sportzentren.

ETV-SPORTZENTREN Bundesstraße & Hoheluft

Mo-Fr: 8.30 - 22.30 Uhr
Sa-So: 9.00 - 19.30 Uhr

ETV-STUDIO Bundesstraße

Mo, Di, Do: 9.00 - 22.30 Uhr
Mi: 7.00 - 22.30 Uhr
Fr: 7.00 - 22.00 Uhr
Sa-So: 10.00 - 20.00 Uhr

ETV-STUDIO Hoheluft

Mo, Do: 7.00 - 22.30 Uhr
Di, Mi, Fr: 8.30 - 22.30 Uhr
Sa-So: 10.00 - 20.00 Uhr

ETV-SPORTSTÄTTEN

Kürzel	Sportstätte	S-/U-Bahn
ETV Sportzentrum Bundesstraße		
BeachBu	Beachvolleyballplätze Bundesstraße, Bundesstraße 103	U2 bis Christuskirche; Bus 4 bis Kaiser-Friedrich-Ufer
BOOT	ETV-Bootshaus, Bismarckstraße 57	Bus 4 bis Kaiser-Friedrich-Ufer; Bus 20/25 bis Schulweg
CC	Club Céronne, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
DOJO I	Dojo I, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
DOJO II	Dojo II, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
ETV I	Eingangshalle, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
FECHT	Fechtsaal, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
GH	Große Halle, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
Gym I	Gymnastikraum I, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
Gym II	Gymnastikraum II, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
Gym III	Gymnastikraum III, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
Gym IV	Gymnastikraum IV, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
Gym V	Gymnastikraum V, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
HW	Sporthalle Hohe Weide, Hohe Weide 17a	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
HW-BUDO I	Sporthalle/Budoraum Hohe Weide, Hohe Weide 17a	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
HW-BUDO II	Sporthalle/Budoraum Hohe Weide, Hohe Weide 17a	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
HW-Gymb	Sporthalle/Gymnastikraum B Hohe Weide, Hohe Weide 17a	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
KH	Kleine Halle, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
KMC	„Kaifu Multi-Court“, ETV Sportzentrum Bundesstr., Kaifu Schulhof neben dem Softballplatz	
KRAFT	Kraftraum, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
SOFT	Softballplatz Hohe Weide, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
SPORT	Sportplätze Bundesstraße, Bundesstraße 103	U2 bis Christuskirche; Bus 4 bis Kaiser-Friedrich-Ufer
UH	Untere Halle, Bundesstraße 96	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
ETV Sportzentrum Hoheluft		
ATH	Athletikraum, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
BeachHo	Beachvolleyballplätze Hoheluft, Lokstedter Steindamm 52	Bus 5 bis Veilchenweg
BOULD	Bouldern, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
DACH	Outdoorfläche, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
FB	Fußballplatz, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
HOCKEY	Hockeyplatz, Lokstedter Steindamm 52	Bus 5 bis Veilchenweg
KLET	Kletterwelt, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
KR 1	Kursraum 1, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
KR 2	Kursraum 2, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
KR 3	Kursraum 3, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
KR 4	Kursraum 4, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
LA	Leichtathletikanlage, Lokstedter Steindamm 52	Bus 5 bis Veilchenweg
SH	Sporthalle, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
HHL	Sporthalle Hoheluft, Lokstedter Steindamm 52	Bus 5 bis Veilchenweg
TENNIS	Tennisplätze, Lokstedter Steindamm 77	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
TH	Tennishalle, Lokstedter Steindamm 75	Bus 5 bis Veilchenweg; Bus 20/25 bis Gärtnerstraße
Extern		
ALTO	Sporthalle Altonaer Straße, Altonaer Straße 12/ Bartelsstraße	U3/S21/S31 bis Sternschanze; Bus 15/181 bis U/5 Sternschanze
ARN	Sporthalle Grundschule Arnkielstraße, Arnkielstraße 2	S21/S31 bis Holstenstraße; Bus 20/25 bis Alsenplatz
BOG	Sporthalle Ida Ehre Schule, Bogenstraße 36	U3 bis Hoheluftbrücke; Bus 181 bis Bogenstraße
BP	Schwimmbad Bäderland St. Pauli, Budapesters Straße 29	U3 bis St. Pauli; Bus 3 bis Neuer Pferdemarkt
BUD	Sporthalle Wirtschaftsgymnasium St. Pauli, Budapesters Straße 58	U3 bis Feldstraße; Bus 3 bis U Feldstraße

Kürzel	Sportstätte	S-/U-Bahn
CFSO	Sporthalle oben, Gymnasium Hoheluft, Christian-Förster-Straße 21	Bus 20/25 bis Kottwitzstraße
CFSu	Sporthalle unten, Gymnasium Hoheluft, Christian-Förster-Straße 21	Bus 20/25 bis Kottwitzstraße
CUR	Sporthalle Stadtteilschule Eppendorf, Curschmannstraße 39	Bus 20/25 bis UK Eppendorf
DÖH	Sportplatz Döhrntwiete, Döhrntwiete 22	Bus 181 bis Lohkoppelweg; Bus 22/281 bis Oddernkamp
DULS	Sportpark Dulsberg, Am Dulsbergbad 5	U3 bis Wandsbek-Gartenstadt
EDU I	Sporthalle Grundschule Eduardstraße, Eduardstraße 28	U2 bis Emiliestraße
EDU II	Aula der Grundschule Eduardstraße, Eduardstraße 28	U2 bis Emiliestraße
EP	Eppendorfer Park, Breitenfelder Str./Curschmannstraße	Bus 20/25 bis Eppendorfer Park (UKE)
EWG	Sporthalle Emilie-Wüstenfeld-Gymnasium, Bundesstraße 78	U2/U3 bis Schlump; Bus 4/181 bis Schlankreye
GE	Gymnasium Eppendorf, Sporthalle, Hegestr. 35, 20249 Hamburg	
GUFA I	Sportanlage Walter-Wächter-Platz, Gustav-Falke-Straße 19	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 4 bis Schlankreye
GUFA II	Sporthalle Gustav-Falke-Straße, Gustav-Falke-Straße 21	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 4 bis Schlankreye
GUFAo III	Doppelstockhalle oben, Gustav-Falke-Straße 42	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 4 bis Schlankreye
GUFAu III	Doppelstockhalle unten, Gustav-Falke-Straße 42	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 4 bis Schlankreye
HAU I	Theodor-Haubach-Schule, Sporthalle, Haubachstraße 55	S21/S31 bis Holstenstraße; Bus 20/25/183/283 bis S Holstenstraße
HAU II	Gymnasium Allee, Sporthalle, Haubachstraße 60	S21/S31 bis Holstenstraße; Bus 20/25/183/283 bis S Holstenstraße
HBS	Sporthalle Grundschule Humboldtstraße, Humboldtstraße 30	U3 bis Mundsburg
HEU	Sporthalle, Telemannstr. 10/Heußweg	U2 bis Osterstraße; Bus 4 bis Osterstraße
HH	Gymnastikraum Hamburg-Haus, Doormannsweg 12	Bus 4 bis Schulweg; Bus 20/25 bis Fruchttallee (Hamburg-Haus)
HL I	Sporthalle Helene-Lange-Gymnasium, Bogenstraße 32	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 5 bis Bezirksamt Eimsbüttel
HL II	Gymnastikraum Helene-Lange-Gymnasium, Bogenstraße 32	Bus 181 bis Bogenstraße; Bus 5 bis Bezirksamt Eimsbüttel
HL III	Sporthalle Helene-Lange-Gymnasium Oberstufenhaus, Bogenstraße 59	U3 bis Hoheluftbrücke; Bus 181 bis Bismarckstraße
INNO	Innocentia-Park, Brahmallee/Parkallee	Bus 4 bis Bezirksamt Eimsbüttel; Bus 181 bis Bogenstraße, U3 bis Hoheluftbrücke
ISE I	Sporthalle Schule an der Isebek, Bismarckstraße 83	Bus 181 bis Bismarckstraße
ISE II	Zweigstelle Schule an der Isebek, Bundesstr. 94	
JKB	Jahnparkbahn Stadtpark, Linnering 3, 22299 Hamburg	
KIEL I	Sporthalle Grundschule Kielortallee, Kielortallee 18	Bus 4/181 bis Schlankreye; Bus 5 bis Bezirksamt Eimsbüttel
KIEL II	Aula Grundschule Kielortallee, Kielortallee 18	Bus 4/181 bis Schlankreye; Bus 5 bis Bezirksamt Eimsbüttel
LANG	Ballpark Langenhorst, Langhorst 4	Bus 5/23 bis Niendorfer Straße
LEHM	Sporthalle Ida Ehre Schule Oberstufenhaus, Lehmweg 14	U3 bis Hoheluftbrücke; Bus 5 bis U Hoheluftbrücke
LOTTE	Sporthalle Gymnasium Conveystraße, Conveystraße 6/Lottestraße	Bus 22 bis Offakamp; Bus 5 bis Brunsberg
LÖW	Sporthalle Stadtteilschule Eppendorf, Löwenstraße 58	Bus 20/25 bis Löwenstraße; Bus 5 bis Gärtnerstraße
LUT	Sporthalle Grundschule Lutterothstraße, Lutterothstraße 34/36	U2 bis Lutterothstraße; Bus 181 bis Eidelstedter Weg
MK	Sporthalle Landesinstitut für Lehrerbildung, Moorkamp 7	U2 bis Christuskirche; Bus 4/181 bis Schlankreye
REW	Stadtteilschule Altona Sporthalle, Recha-Ellern-Weg 1, 22765 Hamburg	
SCHL	Sporthalle Handelsschule Schlankreye, Schlankreye 1	U2/U3 bis Schlump; Bus 4/181 bis Schlankreye
SKK	Sportkäfing an der Kita Kaifu, Kaiser-Friedrich-Ufer 5	
STEIN	Baseballplatz Sportanlage Steinwiesenweg, Steinwiesenweg 30	Bus 181 bis Steinwiesenweg; Bus 4/21/183/281/283 bis Eidelstedter Platz
SPE	Hockeyplatz Sportpark Eimsbüttel, Hagenbecksstraße 124	U2 bis Hagenbecks Tierpark; Bus 22/81/281 bis U Hagenbecks Tierpark
TOR	Sporthalle Grundschule Tornquiststraße, Tornquiststraße 60	U2 bis Emiliestraße; Bus 4 bis U Osterstraße
TURM	ETV Schwimmschule Turmweg, Turmweg 33	U1 bis Hallerstraße; Bus 15/109 bis Alsterchaussee
VIZE	Sporthalle Grundschule Vizelinstraße, Vizelinstraße 50	Bus 181 bis Julius-Vossler-Straße
WB	Bäderland Schwimmbad Inselpark Wilhelmsburg, Kurt-Emmerich-Platz 12	S-Bahn bis Wilhelmsburg
WBS	Sporthalle Wolfgang-Borchert-Schule Schwenckestra. 91-93, 20255 Hamburg	
WEHP	Wehberspark, Emiliestraße/Fruchttallee	U2 bis Emiliestraße; Bus 20/25 bis Fruchttallee (Hamburg-Haus)
WG	Sporthalle Wilhelm-Gymnasium, Klosterstieg 17, Zugang über Alfred-Beit-Weg	U1 bis Hallerstraße; Bus 15/109 bis Alsterchaussee

GESCHÄFTSSTELLE DES ETV

Bundesstr. 96, 20144 Hamburg
Tel.: 040-40 17 69-0
Fax: 040-40 17 69-69
E-Mail: info@etv-hamburg.de
Internet: www.etv-hamburg.de

Öffnungszeiten:

Mo 08.30 - 17.00 Uhr
Di - Do 11.00 - 16.00 Uhr
Fr 11.00 - 14.00 Uhr

Aufsichtsrat

Vorsitzender: Dieter Schütt
Kontakt: aufsichtsrat@etv-hamburg.de

Vorstand

Frank Fechner (Vorsitzender),
Florian Schorpp (Finanzen),
Beate Ullrich (Tochterunternehmen),
Mathis Wittneben (Jugendwart)
Der Vorstand ist nach telefonischer
Veranbarung mit der Geschäftsstelle
zu erreichen. vorstand@etv-hamburg.de

Kursanmeldungs-Hotline

040-401769-90

ETV-SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE

Bundesstr. 96, 20144 Hamburg

Information

Tel.: 040-40 17 69-0
Fax: 040-40 17 69-69
E-Mail: info.bundesstrasse@etv-hamburg.de
Internet: www.etv-hamburg.de
Öffnungszeiten:
Mo - Fr 08.30 - 22.30 Uhr
Sa und So 09.00 - 19.30 Uhr

ETV-Studio Bundesstraße

Tel.: 040-401769-51
E-Mail: studio.bundesstrasse@etv-hamburg.de

Gastronomie: Pera

T. Pek / Ö. Taptki
Lalpera@hamburg.de
Tel.: +494075692519

ETV-SPORTZENTRUM HOHELUF

Lokstedter Steindamm 77,
22529 Hamburg

Information

Tel.: 040-401769-990
E-Mail: info.hoheluft@etv-hamburg.de
Internet: etv-hamburg.de
Öffnungszeiten:
Mo, Di, Mi und Fr 8.30 - 22.30 Uhr
Do 7.30 - 22.30 Uhr
Sa und So 9.00 - 20.00 Uhr

Tennishalle buchen:

Inga Gerste
Tel.: 040-401769-950
E-Mail: igerste@etv-hamburg.de

ETV-Studio Hoheluft

Tel.: 040-401769-912
E-Mail: studio.hoheluft@etv-hamburg.de

Gastronomie: „Elimar Restaurant“

Mail: veranstaltung@elimar.hamburg
Telefon: 040/32908377
www.elimar-hamburg.de

ETV Sporthalle Hoheluft

Lokstedter Steindamm 52
22529 Hamburg

ETV Schwimmschule Turmweg

Turmweg 33, 20148 Hamburg
Tel.: 401769-22
E-Mail: info@schwimmschule-turmweg.de

Bootshaus der Kanusport-Abteilung

Bismarckstr. 57, 20259 Hamburg
Tel.: 040-40 42 44

SPORTABTEILUNGEN

Aikido	Volker Platz, 0160-4441234, aikido@etv-hamburg.de
Badminton	René Schramowski, badminton@etv-hamburg.de
Base-/Softball	Ruben Resech, 0177-3362830, baseballsoftball@etv-hamburg.de
Basketball	Davide Arlotto, basketball@etv-hamburg.de
Bouldern	Petra Jenichen, 040-401769-934, pjenichen@etv-hamburg.de
ETV-Studio Bundesstraße	Ralf Schmeckel, 040-401769-42, studio.bundesstrasse@etv-hamburg.de
ETV-Studio Hoheluft	Christiane Ferch, 040-401769-911, studio.hoheluft@etv-hamburg.de
Faustball/Prellball	Christian Sondern, 01774306249, faustballprellball@etv-hamburg.de
Fechten	Florian Vandenberk, fechten@etv-hamburg.de
FitGym	Sina Weigeldt, 040-401769-43, fitgym@etv-hamburg.de
Floorball	Johan Nilsson, 0151-27588917, vorstand@floorball.etv-hamburg.de
Fußball	Albrecht Gundermann, fussball@etv-hamburg.de
Fußball-Jugend	Jasper Hölscher, 040-401769940, fussballjugend@etv-hamburg.de
Golf	Thomas Becker, golf@etv-hamburg.de
Handball	Maximilian Nasse, handball@etv-hamburg.de
Hockey	Andreas Hübbe, sportwart.hockey@etv-hamburg.de
Judo/Kinderkampfsport	Sascha Costa, 040-401769-55, judobuero@etv-hamburg.de
Karate	Andreas Salomon-Prym, karate@etv-hamburg.de
Kanusport	Sabine Wilcken, 040-4604325, kanusport@etv-hamburg.de
Kindergeburtsstage	Luisa Lennartz, 040-401769-941, kindergeburtsstage@etv-hamburg.de
Kindersport	Jana Steinfurth, 040-401769-23, jsteinfurth@etv-hamburg.de
KiSS – Kindersportschule	Vinh Tat, 040-401769932, kiss@etv-hamburg.de
Leichtathletik	Caroline Bewig, leichtathletik@etv-hamburg.de
Moderner Kampfsport	Robert Wagner, 0176-81353903, modernerkampfsport@etv-hamburg.de
Rehasport	Martin Schmelzer, rehasport@etv-hamburg.de
Schach bei Union Eimsbüttel	Philipp Roselius, schach@etv-hamburg.de
Schwimmen	Andreas Franz, 0162-4349208, schwimmen@etv-hamburg.de
Schwimmschule Turmweg	Kaissa Ottenberg, 040-401769-22, info@schwimmschule-turmweg.de
Tanzen „Club Céronne“	Sven Siemsen, tanzen@etv-hamburg.de
Tennis	Patrick Przeworski, 0172-4037657, tennis@etv-hamburg.de
Tischtennis	Stefan Herkenhoff, 040-38651984, tischtennis@etv-hamburg.de
Trendsport	Mathis Wittneben, 040-401769930, mwittneben@etv-hamburg.de
Volleyball	Wolf Einfalt-Rieger, volleyball@etv-hamburg.de
Wasserball	Andreas Franz, 0162-4349208, wasserball@etv-hamburg.de

SONSTIGE ANSPRECHPARTNER

Ehrenausschuss	Sabine Wilcken, 040-4604325, ehrenausschuss@etv-hamburg.de
Angebote Team 55Plus	Guido Pankau, 55plus@etv-hamburg.de
Gebäudemanagement und Außenanlagen	Michael Kakoschke, hausmeister@etv-hamburg.de
Sponsoring	Jannis Bergmann, jbergmann@etv-hamburg.de
Schaukästen und Werbeflächen	Jannis Bergmann, jbergmann@etv-hamburg.de

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Frank Fechner (V.i.S.d.P.)

CHEFIN VOM DIENST

Friederike van der Laan
fvanderlaan@etv-hamburg.de

REDAKTIONSLEITUNG

Folke Havekost

FOTOREDAKTION

Justus Stegemann

AUTOREN DIESER AUSGABE:

Thomas Becker, Caroline Bewig,
Margit Budde, Eimsbütteler
Nachrichten, Lars Fieck, Frank
Fechner, Mikail Gök, Folke
Havekost, Vanessa Harloff, Lena
Herold, Günter Hörmann, Emine
Jacobsen, Friederike van der
Laan, Johanna Meidlein, Jo Oeh-
ling, Kaissa Ottenberg, Krister
Ottenberg, Guido Pankau, Gisela
Heike Pazyna, Vinh Tat, Stefanie
Tegeler, Martin Schmelzer, Hauke
Schieber, Christian Sondern, Jana
Steinfurth, Florian Unterfrauner,
Birgit Veyhle, Sina Weigeldt, Sabi-
ne Wilcken, Mathis Wittneben
Namentlich gekennzeichnete
Beiträge geben nicht die Meinung
der Redaktion oder des ETV
wieder.

Die Redaktion behält sich vor, ein-
gesandte Manuskripte zu kürzen
und redaktionell zu bearbeiten.

KONZEPT UND GESTALTUNG

hey+hoffmann verlag
(GmbH & Co. KG)
Ballindamm 27
20095 Hamburg
Tel. 040.46895288
hoffmann@hey-hoffmann.de
hey-hoffmann.de

ART DIRECTION

hey+hoffmann verlagsgruppe

FOTOS

Thomas Becker, Sascha Dickhoff,
Claus Ehlbeck, Eimsbütteler
Nachrichten, Mikail Gök, Hamburg
Airport, Lahola, Johanna Meid-
lein, Bele Martens, ninawahn.
photography, Jo Oehling, Hannah
Prohl, Hauke Schieber, Felix Schi-
likis – Der Sportfotograf, Susan
Smollich, Justus Stegemann,
Jana Steinfurth, Felix Vatteroth,
Kay Viehmann, Volleyballworld,
Witters, Mathis Wittneben

DRUCK

hey+hoffmann verlagsgruppe

Verkaufspreis durch
Mitgliedsbeitrag abgegolten.

KONTO

IBAN
DE12200505501011242664
BIC HASPDEHHXXX (HASP)

SPENDENKONTO

IBAN DE19201900030019569602,
BIC GENODEF1HH2 (Hamburger
Volksbank)

NEUES MAGAZIN

Das nächste Magazin
erscheint am **18. März 2025**.

Redaktionsschluss:
14. Februar 2025.



AGAPLESION
DIAKONIEKLINIKUM HAMBURG



Infoabende für Schwangere
Termine finden Sie auf unserer Homepage



www.d-k-h.de



SPRINGER

BIO-BACKWERK

AUFGEWECKT

AUS DER TEIGRUHE

Bioland