

ETV.Hamburg

ETV.Hamburg

ETV-Hamburg.de

KATA, KUMITE – KARATE!



AB IN DIE ARENA!

Volleyballerinnen starten
in die Bundesliga S. 8

FITNESS ENTDECKEN

Am 3. Oktober ist
Gesundheitstag S. 26

EIMSBÜTTEL FEIERT

Jubiläums-Kick gegen
HSV-Traditionself S. 37



NIEMERSZEIN

ALLES GUTE FÜR SIE!

Zwischen Training und Termin passt immer noch ein Crumble



Die goldene Jahreszeit mit NIEMERSZEIN genießen

Der September fühlt sich oft an wie ein Neubeginn. Die Sommerträgheit weicht dem ersten kühlen Luftzug. Der Kalender wird wieder voller. Die Routinen nehmen Fahrt auf. Auch beim ETV füllen sich die Kurse, die Halle summt, draußen rollen schon wieder die Bälle und die Herbstcamps der NIEMERSZEIN ETV-Fußballschule sind in Sicht.

Während man sich nach den Ferien langsam wieder eingroovt mit Alltag und Sport, der Familie, den Freunden und dem Job, zeigt sich der Spätsommer von seiner besten Seite: mit Äpfeln, Pflaumen, Birnen – vollreif, leuchtend, süß und säuerlich zugleich.

Crumble, Kompott oder Kuchen: Bei NIEMERSZEIN gibt's jetzt alles, was aus ein paar Früchten ein kleines Fest macht. Oder aus erntefrischem Gemüse einen Teller, der nach Wärme und Zuhause schmeckt. Genießen wir die kleinen, goldenen Momente. Nach dem Sport. Vor dem nächsten Termin. Oder einfach so. Weil gute Ernährung mehr ist als Wissenschaft. Sondern manchmal einfach ein Stück Glück.

HIER GEHT'S ZUM
ULTIMATIVEN
CRUMBLE REZEPT:



@edeka_niemerszein





06

**PRÄZISION UND
ELEGANZ**

60 Jahre Karate im ETV

08

**SCHMETTERN
GEGEN STUTTGART**

Volleyballerinnen im
TV zu sehen



23

**NACH MASS
GESCHNEIDERT**

Schwimmanzüge fürs
Wasserball-Team



INHALT

UNSERE SPORTWELT

Medaille holen Beachvolleyball-Bronze für Svenja Müller	09
Freude sammeln Handballer helfen Kindern in Nepal	12
Einsatz zeigen Leichtathletik-Abteilung wächst weiter	14
Kader verjüngen Ex-Profi coacht Zweitliga-Basketballerinnen	16
Nachwuchs fördern Fußball-Talentschmied Hölscher geht zum HSV	17
Choreo üben Cadettes zeigen Cheerdance in Florida	19
Meister vereinen Erinnerungen an Softball-Triumphe der Knights	20
Projekte entwickeln Schwimmer Anton Schrieber im Interview	29

UNSERE KIJU

Turnier ausrichten Floorball-Schulcup in der Sporthalle Hoheluft	30
--	----

UNSER VIERTEL

Prüfung bestehen Sozialbehörde würdigt die ETV Kita	31
---	----

UNSER ETV

Wild verreisen Ferien zwischen Westernstadt und Snowboard	33
Selbstbewusst werden Kinderyoga und Boxen für Jugendliche	34
Kreativ austoben Tag der Familien am 6. September	35
Nachbarn besuchen Team 55Plus in der Synagoge Hohe Weide	36
Angebot erweitern Rehasport mit zwei neuen Formaten	37

UNSER VIERTEL

Gesund jublieren 150 Jahre Agaplesion-Krankenhaus	40
Gemischt anbieten Meistermeile des Handwerks in Lokstedt	41

SPORTPROGRAMM

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

SONSTIGES

Fördermitgliedschaft – Aufnahmeantrag	45
Beiträge	46
Adressen und Ansprechpartner:innen	56
Impressum	57

60 JAHRE KARATE IM ETV

Als moderner Sportverein sind wir stolz auf die Vielfalt im ETV. Schon seit 60 Jahren wird bei uns auch Karate betrieben, wir haben eine der größten und erfolgreichsten Karateabteilungen in Hamburg. Den vielen engagierten Mitgliedern und Ehrenamtlichen in der Karateabteilung gratu-

lieren wir herzlich zum Jubiläum und freuen uns über das gute Miteinander in diesem großen Verein.

Derzeit fiebern wir auf den Saisonstart der Volleyballbundesliga hin. Am 11. Oktober schlagen die „ETV Hamburger Volksbank Volleys“ gegen die Vizemeisterinnen aus Stuttgart in der CU Arena auf. Der Ticketverkauf hat begonnen. Wir freuen uns auf ganz viel Support aus der Stadt.

Auch im Breiten- und Gesundheitssport stehen ein paar schöne Events vor der Tür: am 6. September feiern wir den „Tag der Familien“ mit Kinder-

Olympiade und einem großen Sommerfest im Sportzentrum Bundesstraße. Viele Abteilungen stellen sich vor und laden zum Mitmachen ein.

Und am 3. Oktober findet wieder der beliebte Gesundheitstag in den beiden ETV-Studios statt. Mit Schnupperangeboten und Vorträgen. Wer an dem Tag in eines unserer Fitness-Studios eintritt, spart die Aufnahmegebühr. Sagen Sie es weiter...

Frank Falmer



Am 4. Juli lud der ETV zum traditionellen Sommerempfang ins Sportzentrum Hoheluft ein. 200 geladene Gäste aus den Abteilungen und den Tochterunternehmen ETV Kiju und ETV Kita, benachbarten Vereinen, Vertreter:innen politischer Parteien sowie Kooperationspartnern und Sponsoren freuten sich über das sympathische Grußwort der 2. Bürgermeisterin der Freien und Hansestadt Hamburgs, Katharina Fegebank, und gratulierten den Geehrten Henk Ronhaar (Silberne Ehrennadel, langjähriger Trainer der Bundesliga-Wasserballerinnen) und Jörg Weber (Silberne Ehrennadel, Hockey) sowie den Lady Piranhhas und Piranhhas (Floorball, Vizepokalsiege).



SOMMEREM





PFANG





TITELTHEMA

60 JAHRE KARATE IM ETV

Ein offizielles Gründungsdatum gibt es nicht. Im Februar 1965 taucht Karate erstmalig im Vereinsmagazin auf. Schon 1967 richtet der ETV die 4. Deutschen Meisterschaften aus. Hochrangige Trainer aus Japan sind zu Gast. In den 1970er-Jahren ist es dann plötzlich still. Erst in den 1980er-Jahren wird wieder regelmäßig über den Karatesport berichtet. Erinnern kann sich daran niemand. Das älteste aktive Mitglied ist 67 und hat gerade die Braungurtprüfung bestanden.

Aber was ist das, Karate? – Es gibt zwei verschiedene Wettkampfdisziplinen: eine Vorführung (Kata genannt) und den Zweikampf (Kumite). Mit Selbstverteidigung und Breitensport ist das Angebot breit gefächert, mit 200 Mitgliedern ist der ETV der größte Hamburger Karateverein.

Marcus Gutzmer, Kata-Lanestrainer von Rheinland-Pfalz und Hamburg und einer der

beiden Workshopleiter auf dem diesjährigen Sommerlehrgang, sagt, dass Rhythmus ein ganz wichtiger Aspekt sei, um Karate lebendig werden zu lassen. Der Wechsel von langsamen zu schnellen Bewegungen, das mache die Ästhetik der Kata aus, deren Sinn die Selbstverteidigung ist.

„Die Katas zeigen eine kämpferische Präzision und Eleganz, die es Wert ist zu erlernen“, meint Joyce Gäer, stellvertretende Ab-

teilungsvorsitzende. – Und Kumite? Beim Training von Ilias Ait Hemmou, dem zweiten Workshopleiter auf dem Lehrgang, ging es um Kontrolle, um Deckung und Finten, um Agieren und Reagieren. Das ist ein schnelles Hin und Her zwischen zwei Sportler:innen, die Punkte erzielen, wenn sie Karatetechniken kraftvoll ausführen, aber dicht vor dem Gegner abstoppen, denn berühren ist nicht gestattet. Schützer sind Pflicht, um Verletzungen auszuschließen.

Knapp 100 Aktive aus vielen Hamburger Vereinen kamen zum diesjährigen Sommerlehrgang und ebenso viele Gäste. Anschließend wurde das 60-jährige Bestehen gefeiert. Weil wir in Hamburg mit den großen und finanzstarken Vereinen im Süden konkurrieren, kooperieren wir mit dem SC Alstertal im Wettkampfbereich. Die vereinsübergreifende Freundschaft auch mit dem SV Eidelstedt im Breitensport ist ein großer Gewinn für alle



Andreas schneidet die Geburtstagstorte an.



Das Alter spielt keine Rolle.

Beteiligten. Und so sagte Anna Bruns, mit 13 Jahren eines der jüngeren Mitglieder und aktive Wettkampfsportlerin, auf der Feier: „Ich finde die Gemeinschaft sehr gut, fühle mich wohl und das spornt mich an.“ So soll es auch in den nächsten 60 Jahren bleiben!

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Karateabteilung am 1. Oktober um 19:30 Uhr im Oberhaus, ETV-Sportzentrum Bundesstraße, Bundesstraße 96.

Tagesordnung:

- Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
- Bericht des Vorstandes über das abgeschlossene Geschäftsjahr 2024 und die erste Hälfte 2025
- Entlastung des Vorstandes
- Wahl des Vorstandes – neu zu wählen sind (für 2 Jahre):
 - 2. Vorsitzende:r
 - Pressewart:in
 - Sportwart:in

- Aufgabenverteilung
- Planungen/Ziele für 2026
- Wahl der Delegierten für die Delegiertenversammlung des ETV (zu wählen sind drei Delegierte und Ersatzdelegierte)
- Anträge (Anträge zur Tagesordnung müssen dem Vorstand mindestens 14 Tage vor der Mitgliederversammlung in schriftlicher Form vorliegen.)
- Verschiedenes

Alle Eltern unserer jüngeren Aktiven und alle Jugendlichen sind als Gäste herzlich eingeladen!
Der Vorstand der Karateabteilung



ETV HAMBURGER VOLKSBANK VOLLEYS

AUFTAKT GEGEN VIERMALIGEN DEUTSCHEN MEISTER ALLIANZ MTV STUTTGART

Die ETV Hamburger Volksbank Volleys starten in ihre 1. Volleyball Bundesligasaison mit einem Knall: Die viermaligen Deutschen Meisterinnen Allianz MTV Stuttgart schlagen am 11. Oktober 2025 in der Neugrabener CU Arena auf. Der Aufschlag ist auf 19:30 Uhr angesetzt, der Ticketverkauf ist bereits gestartet.

Aufgrund des Blockaufstiegs der ETV Hamburger Volksbank Volleys, Skurios Volleys Borken und Binder Blaubären TSV Flacht ist die Frauen-Bundesliga auf zwölf Teams

angewachsen – ein Schritt zur Stärkung der Liga und zur Erhöhung der Spielanzahl. Die Liga absolviert eine Hauptrunde mit Hin- und Rückspielen, gefolgt von Playoffs der besten acht Teams.

Die ETV Hamburger Volksbank Volleys werden demnach mindestens 22 Partien spielen, von den elf terminierten Heimspielen der Hauptrunde sollen fünf in der Sporthalle Hoheluft am Lokstedter Steindamm

angepfiffen werden, sechs in der CU Arena, die bis zu 2.300 Zuschauer fassen kann.

Premiere im Deutschen Free-TV

Neben dem Auftakt wird es ein weiteres Highlight und gleichzeitig eine große ETV-Premiere geben:

Am 17. Januar 2026 werden die Eimsbüttelerinnen in der CU Arena gegen den SSC Palmberg Schwerin antreten. Dieses Spiel wird vom Medienpartner SPORT1 live im Deutschen Fernsehen gezeigt und ist damit das erste Free-TV-Spiel eines ETV-Teams.

Alle Spiele der 1. Bundesligen sind live beim Medienpartner Dyn zu sehen. SPORT1 zeigt insgesamt dreißig ausgewählte Spiele der Frauen 1. Bundesliga im Free-TV. Die Tickets sind bereits im freien Verkauf: Ein Einzel-Ticket gibt es ab 10,50 Euro, ein Ticket-Bundle für die CU Arena ab 55 Euro und Dauerkarten für alle elf Heimspiele ab 105 Euro.



Heimspiele 2025/26

Samstag, 11. Oktober, 19:30 Uhr, Hamburg – Stuttgart, CU Arena

Mittwoch, 29. Oktober, 20 Uhr, Hamburg – Aachen, ETV Sporthalle Hoheluft

Samstag, 15. November, 19:30 Uhr, Hamburg – Dresden, CU Arena

Samstag, 6. Dezember, 19 Uhr, Hamburg – Flacht, ETV Sporthalle Hoheluft

Samstag, 17. Januar, 17:15 Uhr, Hamburg – Schwerin, CU Arena

Mittwoch, 21. Januar, 20 Uhr, Hamburg – Münster, ETV Sporthalle Hoheluft

Samstag, 31. Januar, 19:30 Uhr, Hamburg – Borken, CU Arena

Sonntag, 15. Februar, 15:30 Uhr, Hamburg – Erfurt, ETV Sporthalle Hoheluft

Mittwoch, 4. März, 20 Uhr, Hamburg – Potsdam, ETV Sporthalle Hoheluft

Samstag, 7. März, 19:30 Uhr, Hamburg – Suhl, CU Arena

Samstag, 14. März, 18 Uhr, Hamburg – Wiesbaden, CU Arena

BEACHVOLLEYBALL

BRONZE FÜR MÜLLER/TILLMANN, GOLD FÜRS STUDI-DUO

ETVerin Svenja Müller gewinnt mit ihrer Partnerin Cinja Tillmann bei der Heim-EM Bronze. Das ETV-Team Philipp Huster und Max Just triumphieren bei den FISU World University Games in Duisburg.

Toller Erfolg für Eimsbüttels Beachvolleyballerin Svenja Müller – auch wenn es nicht ganz zur Verteidigung ihres Europameister-Titels von 2024 reichte, holte sie gemeinsam mit Cinja Tillmann in deren Heimatstadt Düsseldorf doch EM-Bronze. „Wir haben gut gekämpft und sind sehr glücklich, das werden wir genießen“, sagte Müller.

Nach drei klaren Auftaktsiegen in je zwei Sätzen wartete im Viertelfinale das topgesetzte italienische Duo Ottardi/Orsi Toth – Müller/Tillmann setzten sich im Entscheidungssatz deutlich mit 15:9 durch. Erst im Halbfinale mussten sie sich Vieira/Chamereau aus Frankreich 0:2 geschlagen geben. Das Match um Bronze gewannen Müller/Tillmann vor mehr als 4000 Zuschauer:innen mit 2:0 gegen die spanische Kombination Alvarez/Moreno.

„Cool, ein Turnier mit einem Sieg zu beenden, das passiert ja auch nicht so oft“, freute sich Müller,

die zuletzt mit Tillmann auf der Beach-Tour auch Zweite in Montreal wurde. Für das Eimsbütteler Männerduo Clemens Wickler und Nils Ehlers war bei der EM im Viertelfinale Schluss, wie im olympischen Finale 2024 siegten die Schweden Ahman/Hellvig in zwei Sätzen.

Das ETV-Paar Philipp Huster und Max Just holte dagegen Gold – bei den World University Games in Duisburg. „Wir haben es geschafft, unser bestes Spiel des Turniers im Finale zu zeigen, darauf sind wir echt stolz“, sagte Huster, der an der SRH Fernhochschule studiert. In Endspiel gab es ein klares 21:13, 21:12 gegen Groenewold/Sonneville aus den Niederlanden.

„Hammer, dass wir den Sieg von Rio bestätigen konnten“, jubelte Just, der an der HU Berlin eingeschrieben ist. 2024 hatte das Duo bereits bei der Studierenden-Weltmeisterschaft in der brasilianischen Metropole triumphiert.



ETVerin Svenja Müller und ihre Partnerin Cinja Tillmann gewinnen Bronze bei der Beachvolleyball-EM Anfang August.



Das ETV-Duo Philipp Huster und Max Just gewinnen Gold bei der Studierenden-WM im Juli.

ANZEIGE

HEINSEN Rechtsanwälte

Lars Niedopytalski

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

Ulrike Hafer-Drinkuth

Fachanwältin für Familienrecht / Mediatorin

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

Theiß Hennig

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

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

FLOORBALL

NEUE SAISON MIT NEUEN TRAINERN

Es fühlt sich gar nicht so lange her an, als die Herren und die Ladys der Piranhhas um den letzten Pokal am Final4 gekämpft haben und doch rollt der Ball schon bald wieder in der Halle Hoheluft.

Ab September starten die Teams in die neue Saison – beide mit einem neuen Coach. Bei den Ladys kommt Philipp Schneider aus Lilienthal bei Bremen in die Hansestadt und übernimmt den Lead des langjährigen Damentrainers Kubilay Durasi.

Bei den Herren übernimmt Jason Tsiakas das Zepter. Nach

ein paar Jahren Floorballpause kommt der ehemalige Bundesligaspieler zurück zu den Piranhhas und will auf Titeljagd gehen.

Beide Teams dürfen sich für die kommende Saison wieder berechnete Hoffnungen auf einen Titel machen, nachdem es für die Damen in der letzten Saison doppelt Silber gab und auch die Herren einmal Silber gewannen. In der kommenden Saison wollen beide Teams nochmal 5% drauflegen, alles aus sich herausholen und die erfolgreichste Floorballsaison aller Zeiten auf das Parkett bringen.

Auf geht's Piranhhas!

JASON TSIAKAS

PHILIPP SCHNEIDER

FLOORBALL

Einladung zur Mitglieder- versammlung

Die MV findet am Donnerstag, den 09. Oktober 2025 um 19 Uhr im Oberhaus, ETV-Sportzentrum Bundesstraße statt.

Und hier die Tagesordnung:

1. Eröffnung
2. Erfüllung der Formalitäten

3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
5. Bericht der Vorstandsmitglieder, Diskussion
6. Entlastung des Vorstands
7. Wahlen: Vorstand, Delegierte für ETV und FBH
8. Bestätigung des Jugendwartes
9. Behandlung von Anträgen
10. Verschiedenes
11. Ende der MV

CLUB CÉRONNE

DEUTSCHE TANZSPORT-MEISTERSCHAFTEN AM 18. OKTOBER

Der ETV freut sich im Herbst auf ein kulturelles Tanzevent der Extraklasse: Von künstlerischer Feinheit des Langsamen Walzers bis zur dynamischen Präzision im Cha Cha Cha: Die besten Paare ihrer Klassen aus ganz Deutschland treten an und tanzen am 18. Oktober 2025 um den Titel des Deutschen Meisters 2025.

Austragungsort dieses tänzerischen Highlights 2025 wird die historische Große Halle des ETV Hamburg sein. Neben den Titelfkämpfen wird dem Publikum ein breites Showprogramm aus dem ETV-Tanzrepertoire geboten: Jazz-Modern und Contemporary, Kindertanz, HipHop und vieles mehr. Beginn ist ab 12Uhr, Einlass bereits ab 11 Uhr.

Diese Turniere werden getanzt:

- Deutschlandpokal Hauptgruppe II S Standard
- Deutschlandpokal Hauptgruppe II S Latein
- Deutschlandpokal Hauptgruppe II Kombination
- Deutsche Meisterschaft Masters V S-Standard

Tickets ab 13,55 Euro:

ceronne.de/dm2025



GESUNDHEITSPARTNERSCHAFT

GEMEINSAM FÜR MEHR AKTIVITÄT: ETV UND HEK STARTEN PARTNERSCHAFT

Ab sofort verstärkt die HEK, die Hanseatische Krankenkasse mit Sitz in Hamburg Wandsbek, den ETV als offizieller Gesundheitspartner. Gemeinsam wollen der ETV und die HEK die Themen Gesundheit, Prävention und sportliche Leistungsfähigkeit für alle Mitglieder, von ganz jung bis alt, in den Vordergrund rücken, ein besonderer Fokus wird dazu auf dem Bundesliga-Volleyballteam, den ETV Hamburger Volksbank Volleys, liegen.

Aus diesem Grund trafen sich Martika Marin, die seit dem 1. August die Vermarktung des ETV verstärkt, zusammen mit der Marketingleiterin der HEK, Anna Haßler, zum gemeinsamen Gespräch. Das ETV-Magazin war dabei.

Die HEK ist seit kurzem der neue Gesundheitspartner des ETV. Wie kam es zu der Zusammenarbeit?

HEK, Anna Haßler: „Wir sind in Hamburg zuhause, genauso wie der ETV. Da lag es für uns nahe, gemeinsam etwas für die Gesundheit in unserer Stadt zu tun. Gerade in der heutigen Zeit zwischen Arbeitsalltag und Freizeitstress wird es immer wichtiger, sich vorbeugend um seine Gesundheit zu kümmern, um vital durchs Leben gehen zu können.“

ETV, Martika Marin: „Wir freuen uns sehr über die regionale Partnerschaft mit der HEK. Als größter Universalsportverein Hamburgs liegt uns die Gesundheit unserer Mitglieder sowie Leistungsspielerinnen am Herzen. Mit der HEK haben

wir einen starken Partner an unserer Seite, der unser Engagement teilt und uns dabei unterstützt, noch mehr Menschen für Bewegung, Prävention und einen aktiven Lebensstil zu begeistern.“

Welche Rolle spielt Prävention und Gesundheitsförderung heute im Vereins- und Krankenkassenalltag?

ETV, Martika Marin: „Der Bereich Gesundheitssport und Prävention wächst beim ETV seit Jahren, so dass es für uns eine logische Konsequenz ist, uns in diesem Bereich mit professionellem Know-how zu verstärken und unser Profil weiter zu stärken. Unsere Mitglieder sollen von niedrigschwelligen Angeboten profitieren, wie neuen Präventionskursen, Gesundheitsvorträgen oder digitalen Features. Für uns ist Prävention mehr als nur Verletzungsvermeidung. Es geht um Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit – und darum, Vereinsstrukturen so zu gestalten, dass sie gesundheitsfördernd wirken.“

HEK, Anna Haßler: „Prävention und Gesundheitsförderung haben erfahrungsgemäß noch nicht den notwendigen Stellenwert, den es im Leben eines Jeden haben sollte. Wir können aber auch beobachten, dass das Interesse für einen gesunden Körper und Geist wächst. Umso mehr freuen wir uns, mit dieser Partnerschaft die Möglichkeit zu bekommen, Menschen aller Altersgruppen dabei zu unterstützen fit, gesund und motiviert den Alltag zu bestreiten.“

Was dürfen die ETV-Mitglieder in den kommenden Monaten erwarten? Gibt es besondere Aktionen oder Kurse?

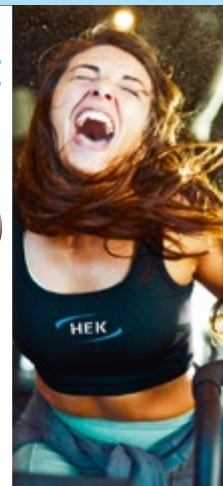
HEK, Anna Haßler: „Neben den Kursangeboten wird es spannende Mitmachaktionen, Behind-the-Scenes-Einblicke in das Leben der Bundesliga-Volleyballerinnen und Tipps von Expert:innen geben – sowohl online als auch bei Heimspielen in der Halle. Ein erstes Kennenlernen findet schon am 06. September beim Tag der Familien des ETV statt, bei dem wir uns mit kleinen Mitmachaktionen vorstellen. Wer das verpasst, darf uns dann gerne am 03. Oktober beim ETV-Gesundheitstag besuchen.“

ETV, Martika Marin: „Dazu ergänzend: Unser Ziel ist, dass wir als Team aus Verein, Volleyballspielerinnen des Bundesligateams und Partnern wie der HEK gemeinsam wachsen, voneinander lernen und uns Schritt für Schritt so weiterentwickeln, dass wir die Themen vor allem nachhaltig fördern. Ich denke, hier ist daher für jede:n etwas dabei.“

Mit dieser Partnerschaft setzen der ETV und die HEK ein klares Zeichen: Sport, Gesundheit und Gemeinschaft gehören zusammen. Die ersten gemeinsamen Angebote stehen in den Startlöchern – weitere Aktionen folgen.



LAUT



GIB DEINER GESUNDHEIT EINE STIMME.

#LAUT.STARK.GESUND.

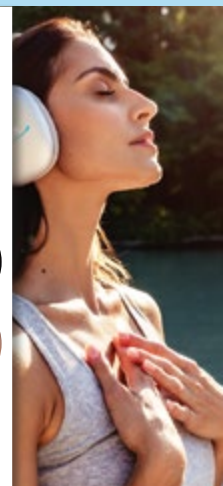
STARK



NUR WER SICH KÜMMERT, BLEIBT IM SPIEL.

#LAUT.STARK.GESUND.

GE
SUND



GESUNDHEIT BEGINNT BEI DIR.

#LAUT.STARK.GESUND.

ETV HANDBALL X COLLECTING JOY

Im Februar dieses Jahres reisten vier junge Männer nach Nepal, um dort Hilfsprojekte zu besuchen, die sie mit ihrem neu gegründeten Verein Collecting Joy e. V. unterstützen.



Mit dabei: Boris Kruck, Kreisläufer der 1. Herrenmannschaft der ETV-Handball-Abteilung und Mitglied des ETV seit 2019. Boris und die übrigen Mitglieder der Reisegruppe kennen sich aus ihrer gemeinsamen Handballzeit beim TVG Großsachsen – einem Verein nahe Heidelberg.

Ein weiteres Mitglied der Gruppe ist Jonas Melcher,

welcher Nepal erstmals 2022 im Rahmen seiner Bachelorarbeit bereiste und seitdem von diesem Land und seinen Menschen fasziniert ist. Jonas ist leidenschaftlicher Fotograf – auch beruflich – und erstellt jährlich einen Bildband, in dem er Nepal auf eindrucksvolle Weise porträtiert. Die Erlöse aus den Bildverkäufen fließen direkt in lokale Projekte, allen voran in ein Herzensprojekt namens Prisoners Assistance Nepal (PA Nepal).

Diese Organisation kümmert sich vor allem um Kinder von inhaftierten Eltern, die ohne Hilfe unter schwierigsten Bedingungen aufwachsen müssten. Dank PA Nepal leben viele dieser Kinder heute in vier liebevoll geführten Kinderhäusern, die mit Spendengeldern bereits mit neuen Stockbetten, Wassertanks, Lebensmitteln, Schulmaterialien und vielem mehr ausgestattet werden konnten.

Seit Februar dürfen sich die Kinder des PA Children's Home in Sankhu außerdem über mehrere Trikotsätze des ETV Hamburg freuen, welche die Handball-Abteilung zur Verfügung gestellt hat. Die farbenfrohen Trikots sorgten für große Begeisterung bei den Kindern. Vielen Dank für Eure Unterstützung! Weitere Informationen zum Projekt lassen sich über die Website collectingjoy.de finden.

ANZEIGE

Mit Köpfchen zum Erfolg

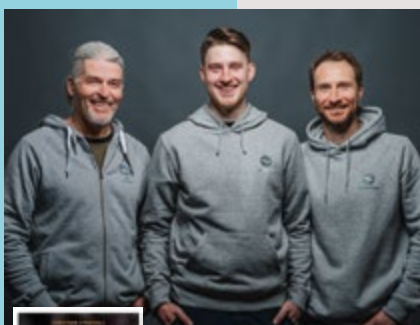
durch Entwicklungs-Coaching
für mehr Leichtigkeit im Sport

Mit unserem hoch-individuellen Ansatz begleiten wir Menschen im Leistungssport, Beruf und Alltag, Gestaltungsräume zu erweitern – für mehr Wohlbefinden. Allein für sich oder im Team.

Welche Erfahrungen Deepvelop-Gründer Dr. Christian Spreckels in solchen Coachingprozessen in der Fußball-Bundesliga gemacht hat, beschreibt er in seinem Buch „Kopfsache Fußball“.

Die aktualisierte Version des Mentaltraining-Standardwerks ist jetzt im Handel.

Deepvelop führt bereits erste Coachings beim ETV durch – mit dem Fokus, Menschen im Verein zu stärken und Entwicklungspotenziale zu entfalten. Gespräche über eine erweiterte Kooperation laufen.



Tim Lichtenberg (M.) und die Deepvelop-Gründer Dr. Christian Spreckels (l.) und Stefan Westbrock

„Kopfsache Fußball“ erscheint beim Verlag Edel Sports. Preis: 22 Euro



Institut für Sport & Psychologie
Bernstorffstr. 174
22767 Hamburg

Mehr Infos unter www.deepvelop.de



Kinder des PA Children's Home in Sankhu/Nepal freuen sich über gespendete Trikotsätze der ETV-Handballer.

FAUSTBALL

BUNDESLIGA-HERREN WERDEN FÜNFTER

Nach einer Hallensaison ohne Jugendmannschaft aufgrund von Abgängen konnte der ETV im Sommer wieder mit einer U12 an den Start gehen.

Aufgeregt war man vor dem ersten Spieltag, aber das war gar nicht nötig. Eltern und Trainer konnten wirklich eine tolle Leistung bewundern und somit sprang direkt ein Sieg gegen den ESV Schwerin heraus. Die beiden weiteren Spiele an diesem Tag gingen leider verloren – aber beide äußerst knapp. Zufrieden und mit viel Freude wurde im Training auf die nächsten Spiele hingearbeitet.

Weitere Siege gegen Waken-dorf und Großenaspe zeigten, wie gut das Team in der kurzen Zeit im Training gearbeitet hat. Insgesamt beendete das Team die Saison am Ende mit 6:10 Punkten auf dem 6 Tabellenplatz. In der Wintersaison können wir hoffentlich eine U12 und eine U14 melden. Die Kids sind mit Spaß bei der Sache und wir hoffen, dass die Entwick-

lung weiterhin positiv voran geht. Vielleicht können wir ja auch noch weitere Jugendliche für unseren Sport gewinnen.

Unsere Frauen spielten diese Saison in der Schleswig-Holstein-Liga. Eine Spielzeit mit Höhen und Tiefen. Ein Satzgewinn gegen den ungeschlagenen Tabellenführer aus Schülup (es war der einzige verlorene Satz für Schülup in dieser Saison) folgten auch schwache Leistungen gegen schwächere Teams, sodass sich die Frauen am Ende der Saison im Mittelfeld wiederfanden. An die positiven Leistungen der Spielrunde möchte das Team aber gerade in der kommenden Hallensaison wieder anknüpfen und hoffentlich mehr Siege einfahren.

In der Hamburg-Liga konnte unsere Hobby-/Mixed-Gruppe am ersten Spieltag voll über-

zeugen. Lediglich bei einem Unentschieden im ersten Spiel des Tages gegen den GFSV musste der ETV Punkte liegenlassen. Am 20. Juli sollte die Meisterschaft dann beim Rückrundenspieltag perfekt gemacht werden. Wir drücken die Daumen.

Die 1. Herren konnte die Saison in der 2. Bundesliga-Nord auf einem guten 5. Platz beenden. Allerdings zeigte der ETV sehr unterschiedliche Gesichter. Gegen die Topmannschaften der Liga spielte das Team meist sehr konzentriert und konsequent, gegen Teams aus den unteren Tabellenregionen fehlte dies im Spiel der Hamburger und so kam es, dass schon in der Hinrunde zwei Niederlagen gegen eigentlich schwächere Teams zu Buche standen. Nach einer an sich überzeugenden Hinrunde mit 10:6 Punkten

**VER-
STÄRKUNG
GESUCHT!**

FAUSTBALL

Ihr sucht eine neue Sportart, steht bei anderen Abteilungen möglicherweise auf Wartelisten?

Unsere **Jugendabteilung** sucht dringend Verstärkung. Wir freuen uns über Kinder jeden Alters. Kommt gerne

vorbei. Wir trainieren im

Winter immer dienstags von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr in der Halle Bogenstraße 59 (Ecke Hohe

Weide). Im Sommer (ab April) findet das Training ebenfalls dienstags von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr auf dem Sportplatz an der Döhrntwiete (Naturrasenplatz neben dem TV Lokstedt) statt. Meldet

Euch sonst gerne unter csondern@etv-hamburg.de.

Auch für den **Erwachsenenbereich** freuen wir uns über neue Mitglieder – kommt einfach mal vorbei. 18-65 Jahre mittwochs 20:15 bis 22:30 in der Sporthalle Hohe Weide 17 – im Sommer findet das Training dienstags von 18:30 Uhr bis 20:30 Uhr auf dem Sportplatz an der Döhrntwiete (Naturrasenplatz neben dem TV Lokstedt) statt.

Unsere **Senioren** trainieren das ganze Jahr donnerstags von 14:00 bis 16:00 Uhr in der kleinen Sporthalle in der Bundestraße im ETV-Hauptgebäude.

konnte der ETV dann allerdings ohne große Abstiegsorgen in die Rückrunde starten.

Aber auch hier tat sich der ETV gerade gegen schwächere Teams weiterhin schwer. Am Ende der Saison kam der ETV auf 7 Siege bei 9 Niederlagen (4 davon gegen Teams, die am Ende hinter dem ETV standen). Dieses Problem will der ETV in der nächsten Saison abstellen, damit man auch mal endgültig in der oberen Tabellenhälfte mitspielen kann.



DIE ABTEILUNG WÄCHST

Die vergangene Saison war für unsere Leichtathletik-Abteilung ein voller Erfolg: geprägt von sportlichem Ehrgeiz, Teamgeist und neuen Impulsen im Vereinsleben. Überall zeigte sich der Einsatz und Zusammenhalt unserer Teams. Höchste Zeit also, auf die Highlights zurückzublicken und einen Ausblick auf die kommenden Monate zu wagen!

Kinderleichtathletik

Auch in diesem Jahr findet wieder ein Kinderleichtathletik-Cup statt und erneut durften wir Ausrichter einer der vier Wettkämpfe sein. Diesmal eröffneten wir die Saison gemeinsam mit dem TSV Wandsetal in unserer Sporthalle Hoheluft: Rund 240 Kinder aus neun Hamburger Vereinen kamen zusammen, um in Teamwettbewerben wie dem Hindernissprint, Medizinball stoßen oder Fünfsprung ihr Können unter Beweis zu stellen.

Der Tag zeigte eindrucksvoll: Für Spaß und Erfolge in der Leichtathletik benötigt es nicht zwingend eine Tartanbahn, auch eine Dreifelderhalle bietet beste Bedingungen für ein gelungenes Event.



Inzwischen haben unsere Teams bereits drei von vier Wettbewerben mit hervorragenden Platzierungen absolviert. Nun blicken wir mit Vorfreude auf das große Finale am 9. November in Alsterdorf.

Jugendleichtathletik

Für die U12/U14 ging es in diesem Jahr erstmalig für das Wettkampftraining auf die Jahnkampfbahn. Die Anlage am Stadtpark bietet mehr Platz und Möglichkeiten für Wettkämpfe zu trainieren. So zeigten sich bereits erste Erfolge bei den Hamburger Meisterschaften im Vierkampf: Hier holte sich Lennart Schmalfeldt mit einer neuen persönlichen Bestleistung in Weit- und Hochsprung den vierten Platz.

Ein weiterer Erfolg zeigte sich in der U16. Hier überbot Jesper Semmerow seine Bestleistung aus dem Jahr 2024 um zwölf Zentimeter und sicherte sich mit einer übersprungenen Höhe von 1,52 Metern den dritten Platz bei den Hamburger Meisterschaften.

Ebenso können wir in diesem Jahr wieder auf ein erfolgreiches Zehntel zurückblicken. Rund 50 unserer Athlet:innen gingen an den Start und konnten sich gemeinsam über den fünften Platz in der Teamwertung freuen. Schnellster ETVer war Johannes Pratsch in einer Zeit von 16:42 Minuten. Schnellste ETVerin wurde Lene Heitker in 19:25 Minuten.

Darüber hinaus entwickelt sich die Startgemeinschaft mit unserem Partnerverein Hamburg Running. So konnte sich die Gruppe in diesem Jahr zum ersten Mal auf ein Trainingslager freuen. Gemeinsam ging es nach Lüneburg.

Sportabzeichentag

Am 11. September folgt der nächste eigene Wettkampf, der Sportabzeichentag – erneut in Zusammenarbeit mit dem TSV Wandsetal. Im Fokus stehen dabei der Spaß, das Sammeln erster Wettkampferfahrungen im geschützten Raum auch für

die Kleinsten sowie parallel das Absolvieren der Disziplinen für das Deutsche Sportabzeichen.

Erwachsene

Das Deutsche Sportabzeichen kann auch bei unserem Erwachsenenentraining erworben werden, das am Montag um 18 Uhr stattfindet. Wir haben noch Plätze frei – kommt gerne vorbei!

Team

Auch unser Abteilungsteam hat sich in den vergangenen Monaten stark weiterentwickelt. Nach Abgängen von zwei erfahrenen Trainern haben wir aus unserem Jugendkader eine Handvoll Assistenztrainer:innen gewonnen, die das Team mit viel Engagement und Kompetenz bereichern. Christoph Janssen übt neben seinem 2. Vorsitz im Vorstand seit Juni auch die Position des Jugendwarts im HLV-Jugendausschuss aus. Caroline Bewig ist dort weiterhin als KiLa-Referentin zuständig und nun auch im Verbandsrat des HLV ehrenamtlich tätig.

Du hast auch Lust aktiv zu werden, Kindern und Jugendlichen die Leichtathletik näher zu bringen? Wir suchen weiterhin engagierte Personen, die unser Team tatkräftig unterstützen. Melde Dich gerne bei uns unter leichtathletik@etv-hamburg.de.

LEICHTATHLETIK

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Leichtathletikabteilung am 29. September 2025 um 19.30 Uhr im Meetingraum des Sportzentrums Hoheluft, Lokstedter Steindamm 77, 22529 Hamburg.

Tagesordnung:

1. Begrüßung & Feststellung der Anwesenheit
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung

3. Bericht des Vorstands
4. Genehmigung der Jahresrechnung
5. Entlastung des Vorstands
6. Wahlen (Gerätewart:in)
7. Behandlung von Anträgen
8. Wahl der Vertreter:innen zur Delegiertenversammlung einschließlich Ersatzvertreter:innen
9. Verschiedenes

Die Leichtathletikabteilung

ERÖFFNUNG DES NEUEN PLATZES IM SPORTPARK EIMSBÜTTEL

Am 18. Mai wurde der neue Hockeyplatz im Sportpark Eimsbüttel an der Hagenbeckstraße feierlich eröffnet und eingeweiht. Passend dazu schnitten vor zahlreichen Gästen Spielerinnen aus den Jugendteams symbolisch das rote Band durch.

Der Platz wurde im Zuge der Sanierung des Sportparks Eimsbüttel vom Bezirk Eimsbüttel errichtet. Dieser bietet sehr gute Bedingungen, das ganze Jahr über zu trainieren und erweitert die Kapazitäten des ETV ungemein. Der ETV ist an vier Tagen auf dem Platz vertreten und hat so eine neue Heimat für den Trainings- und Spielbetrieb gefunden. Dadurch eröffnen

sich auch Möglichkeiten für neue Teams und die Neuaufnahme von Kindern und Jugendlichen.

Schnupper- und Probetrainings werden regelmäßig angeboten. Aktuell ist dies zum Beispiel möglich für die Jüngsten ab dem Jahrgang 2019/2020 in der Altersklasse der U6. Bei den sogenannten „Bambinis“ werden koordinative Grundlagen spielerisch vermittelt und erste Erfahrungen mit Ball und Schläger gesammelt.

Anfragen können per Mail an den Jugendwart der Hockeyabteilung, Tim Lehmann, geschickt werden. Wichtig ist hier die Nennung des Jahrgangs und die



Spielerinnen schnitten das symbolische Rote Band mit einer extra gebastelten Schere durch.

Vorerfahrung des Kindes. Auch Anfragen für ältere Jahrgänge sind möglich, außerdem freuen wir uns über Neuzugänge für die Damen- oder Freizeitmannschaft. Wir freuen uns auf euch.

Kontakt

Tim Lehmann
hockeyjugendwart@etv-hamburg.de

ANZEIGE

Frisches Gemüse aus der Region

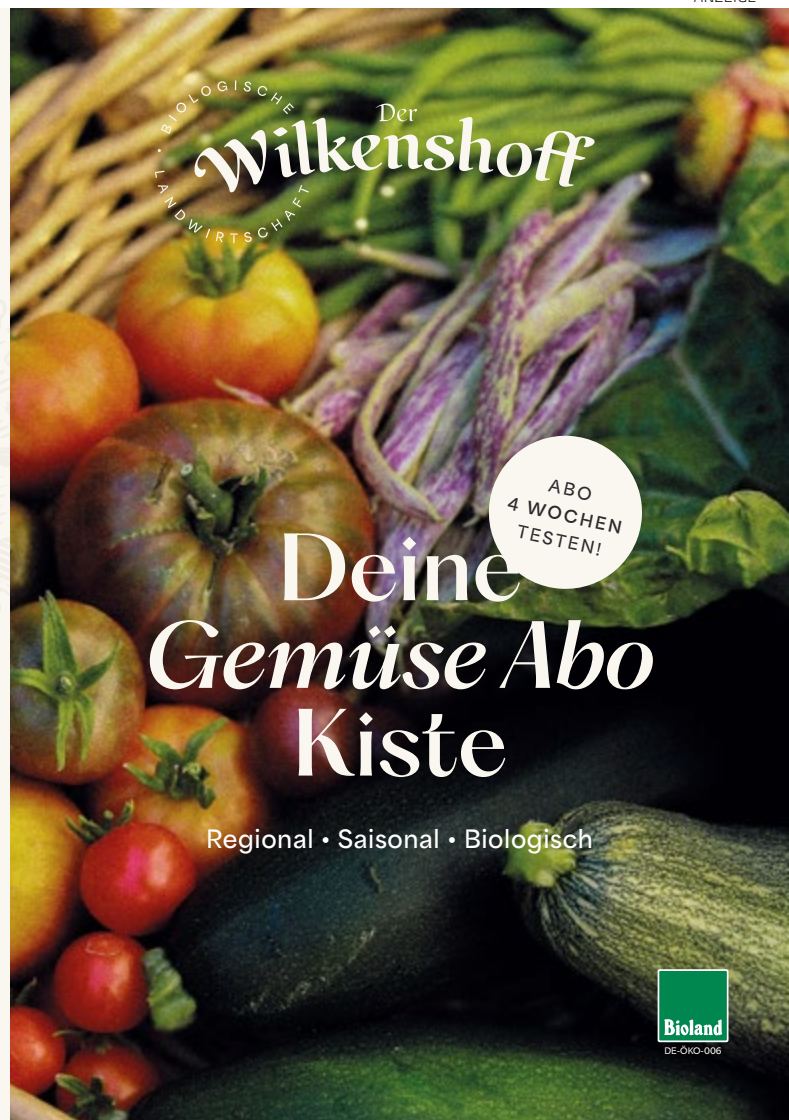
Ab 9. September auch in Eimsbüttel -
Eppendorfer Weg 88 bei S. Behrens Keramik!

**Der Wilkenshoff bringt seine Bio Gemüse-Abo-Kiste
direkt nach Hamburg - und du kannst dabei sein.**

Seit über 25 Jahren steht der Wilkenshoff in der Nordheide für ökologische Landwirtschaft, alte Sorten, Tierwohl und ehrliche Lebensmittel. Was auf unseren Feldern wächst, kommt direkt und saisonal in deine Kiste - jede Woche frisch, regional und

plastikfrei. Ab dem **9. September** liefern wir auch nach Hamburg - mit einer neuen Abholstation im Herzen von Eimsbüttel. Ob für Singles, Familien oder Kochfans - unsere Abo-Kisten bringen Vielfalt auf deinen Teller und machen Bio ganz einfach.

Weitere Informationen
zur *Gemüse Abo Kiste* unter
wilkenshoff.de



Der
Wilkenshoff
BIOLOGISCHE
LANDWIRTSCHAFT

**Deine
Gemüse Abo
Kiste**

Regional • Saisonal • Biologisch

ABO
4 WOCHEN
TESTEN!

SASCHA LEUTLOFF: EIN ALTER NEUER AUF DER BANK DER ETV-ZWEITLIGA-DAMEN

Er ist neu und doch bestens bekannt, Trainer-Novize und doch voller Erfahrung: Ex-Bundesligaprofi Sascha Leutloff (42) hat bei den Zweitliga-Basketballerinnen des ETV das Ruder als Headcoach übernommen.

Drei Monate ist es her, da verkündete Fredrick „Freddie“ Kleemichen (38), langjähriger und erfolgreicher Cheftrainer der ETV-Frauen, seinen Abschied. Schweren Herzens, aber voller Vorfreude auf den sich ankündigenden Nachwuchs. Er hinterließ große Fußstapfen, in die wahrlich nicht viele Sneaker passen. Und doch war schon bald ein passender Nachfolger gefunden.

Assistenzcoach Sascha Leutloff, so waren sich schnell alle einig, soll und kann es künftig richten auf der Bank der Korbjägerinnen aus dem Herzen Hamburgs. Die hatten in ihrer ersten Zweitligasaison mit der Play-off-Qualifikation den Klassenerhalt geschafft. Das Ziel Nichtabstieg steht für Leutloff und sein Team erneut auf der Agenda, wenn im Herbst die neue Spielzeit startet.

155 Bundesligaspiele für ALBA und den MBC

Für den gebürtigen Berliner ist es die erste Station als Basketball-Cheftrainer. Unbedarft geht er indes ganz und gar nicht an die Sache ran. Denn der 42-Jährige bringt nicht nur Erfahrung von 155 Bundesligaspielen als Aktiver für ALBA Berlin und den Mitteldeutschen BC mit. Er stand beziehungsweise saß auch seinem Vorgänger



Neu-ETV-Coach Sascha Leutloff (r.) mit Vorgänger Fredrick Kleemichen

Kleemichen in der Zweitliga-Premiersaison mit Rat und Tat zur Seite – genau wie übrigens Anastasios Reizoglou, dem Herren-Cheftrainer des ETV in der 2. Regionalliga.

„Ich tausche mich noch ab und zu mit Freddie aus. Viele Dinge haben gut geklappt, von daher wird sich nicht so wahnsinnig viel ändern in Zukunft“, sagt Leutloff. Ein paar neue Ideen habe er aber selbstverständlich auch: „Vielleicht werden wir künftig etwas mehr auf Automatismen setzen und einige Setplays kürzer werden. Vielleicht werden wir auch in der Defense etwas hinzunehmen. Mal sehen, wie die Vorbereitung läuft.“

Erfahrung unter Poropat, Harmsen und Rödl

Leutloffs „Lehrmeister“ könnten

für Zweitligaverhältnisse kaum prominenter sein: So spielte er 2004/2005 beim ALBA-Farmteam TuS Lichterfelde mit Doppellizenz in der Regionalliga unter dem späteren Nationaltrainer Henrik Rödl, auch von MBC-Trainerlegende Silvano Poropat und Björn Harmsen (MBC, Jena, Gießen) hat er nach eigener Aussage eine Menge mitgenommen. In Weißenfels beim MBC hinterließ Leutloff seinerseits so großen Eindruck, dass die Rückennummer 16 des Ex-Kapitäns nicht mehr vergeben wird.

Und was ist er selbst für ein Trainertyp? Player-Coach? Oder lieber etwas distanziert? „Das kann ich selbst noch nicht einschätzen. Mir macht der Job einfach sehr viel Spaß, und ich möchte, dass auch die Spielerinnen mit Freude zum Training kommen. Denn die

2. Liga ist schon sehr ambitioniert, doch ich weiß, dass wir keine Profis haben, sondern alle noch einem Job nachgehen“, so Leutloff, der 2024 seine Trainer-B-Lizenz in einem Schnellkurs für Ex-Profis machte.

„Spielerinnen sollen Spaß am Training haben“

Einem Job geht auch Leutloff selbst nach, als Projekt- und Prozessmanager beim Athleten Deutschland e.V., einem Verein, der Aktive und deren Vertreter unter anderem im Umgang mit Verbänden berät. Diesen hatte der ehemalige DBB-Athletenvertreter übrigens 2017 mitgegründet. Seine erste Saison als hauptverantwortlicher Coach sieht er auch als eine Art Testballon für die Zukunft. „Mal abwarten, ob sich das etabliert. Für mich ist die Arbeit beim ETV eine tolle Gelegenheit, dem Basketball verbunden zu bleiben – mit einem gewissen Leistungsanspruch, aber einem noch überschaubaren Aufwand.“

Für die neue Saison ist Leutloff, dessen Sohn Kolja (12) ebenfalls ambitioniert beim ETV Körbe wirft, durchaus zuversichtlich: „Ich bin sehr happy mit dem Kader. Wir konnten alle Abgänge kompensieren und haben uns zudem etwas verjüngt.“ Alle Leistungsträgerinnen wurden gehalten, hinzu kommen unter anderem drei hoffnungsvolle Neuzugänge: So spielen die Forwards Lotta Linke und Lotte Baldauf (beide Jahrgang 2007) künftig mit Doppellizenz für den ETV und Regionalligist Rist Wedel, vom US-College (University of Science and Arts of Oklahoma) kommt Guard Franka Kraus (2004) nach Hamburg. Sie spielte einst mit ETV-Verteidigungsspezialistin Vanessa Hofmann zusammen beim USC Heidelberg. Und auch die Aussicht auf einen Assistant Coach besteht für den neuen ETV-Cheftrainer – mit dem er sich dann hoffentlich genauso gut versteht wie mit seinem Vorgänger.

FUSSBALL

JASPER HÖLSCHER WECHSELT INS HSV NACHWUCHS- LEISTUNGSZENTRUM

Nachwuchstrainer Mikail Gök und Jon Pauli übernehmen Koordinationsaufgaben.

Jasper Hölscher (27) wechselt nach fünf Jahren als Koordinator der Fußballjugend des ETV zum Nachwuchsleistungszentrum (NLZ) des Hamburger Sportvereins (HSV), wo er als U21 Co-Trainer fungieren und koordinative Aufgaben im Nachwuchsbereich übernehmen wird.

Der ETV-Jugendfußball hat sich in den letzten Jahren nicht nur einen Namen als herausragender Ausbildungsverein für Jugendfußballer:innen gemacht. Auch die Personen, die hinter diesem Erfolg stehen, die Trainer:innen und Koordinator:innen, leisten so erfolgreiche Arbeit, dass sie immer wieder den Sprung zu renommierten Bundesligisten schaffen. So nun auch Hölscher, der dem Ruf Loïc Favès folgt, der vor ihm Fußballjugendkoordinator des

ETV war und seit der Saison 2023/24 sportlicher Leiter der HSV-Jugend ist.

Unter Hölschers Leitung konnten circa 70 Spieler des ETV den Sprung in verschiedene NLZs, also in die Nachwuchsteams etablierter Bundesligisten, schaffen. Hölscher leitete jedoch nicht nur die Geschicke der Fußballjugend des ETV, sondern fungierte auch als sportlicher Leiter des 1. Herrenteams, deren Doppelaufstieg er von der Landes- bis in die Regionalliga Nord (22/23 und 23/24) begleitete.

Frank Fechner, 1. Vorsitzende des ETV Hamburg, bedauert die Personalveränderung, ist aber auch stolz auf die angesehene Nachwuchsarbeit des ETV:

„Dieser hochkarätige Wechsel von Jasper Hölscher bestätigt den erfolgreichen Weg im Nachwuchsbereich des ETV-Fußballs. Wir legen unseren Top Talenten keine Steine in den Weg, sondern fördern ihre Entwicklung. Dadurch, dass wir kontinuierlich und nachhaltig mit dem Nachwuchs arbeiten, können wir die Lücken wieder schließen. Wir wünschen Jon und Mikail einen erfolgreichen Start in der neuen Verantwortung.“

Jasper Hölscher sagt: „Obwohl mir klar war, dass die Aufgabe beim ETV nicht meine letzte Station sein würde, fällt mir der Abschied nach dieser langen und intensiven Zeit natürlich schwer. Gleichzeitig freue ich mich auf die neue Aufgabe und dass meine Nachfolge so gut geregelt ist: Mikail und Jon kennen die Strukturen und Organisationswege des Vereins und ich traue ihnen zu, dass sie den ETV-Jugendfußball auf ein neues Level bringen können. Besonders dankbar bin ich für das Vertrauen des Vereins und vor allem Frank Fechner, dass er mir damals mit 22 Jahren eine so wichtige Position anvertraut hat.“

Mit Hölschers Weggang wird die Jugendfußballabteilung umstrukturiert und eine Doppelspitze etabliert. Mikail Gök und Jon Pauli übernehmen künftig die Koordination der Fußballjugend. Gök ist seit 2019 Teil des Koordinatorenteams und leitet die NIEMERSZEIN ETV-Fußballschule. Zusätzlich fungiert er als ETV-U14-Trainer und ist als DFB-Stützpunkttrainer aktiv. Auch Jon Pauli ist ein Eigengewächs des ETV, hat vor drei Jahren die Minikicker des ETV eingeführt und koordiniert diese seitdem, außerdem ist er aktuell Co-Trainer der ETV U19.

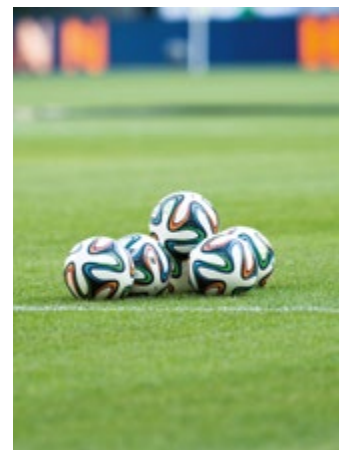
FUSSBALL

Inklusives Kinderfußball- team feiert erfolgreichen Start

Seit Anfang Juni ist auf dem Vereinsgelände am Sportzentrum Hoheluft jeden Samstagvormittag richtig was los: Dann trainiert das neue inklusive Kinderfußballteam – ein Angebot, bei dem Kinder mit und ohne Handicap gemeinsam Fußball spielen. Im Vordergrund stehen Spaß, Bewegung und das Miteinander.

„Es ist toll zu sehen, wie die Kinder sich gegenseitig unterstützen und zusammenwachsen“, sagt der Trainer des Teams, der mit viel Empathie dafür sorgt, dass jedes Kind einbezogen wird, unabhängig vom fußballerischen Können. Das Training ist so gestaltet, dass alle Kinder auf ihrem individuellen Level gefördert werden und sich als Teil der Mannschaft erleben.

Der Zuspruch ist groß: Der Kurs ist vollständig ausgebucht. Aktuell führen wir bereits eine Warteliste. Für den Verein ist das ein klares Zeichen, dass inklusive Angebote im Kinder- und Jugendsport nicht nur notwendig, sondern auch gefragt sind.



ULTIMATE FRISBEE

Mädchen gesucht

Was unterscheidet Ultimate Frisbee von anderen Team-sportarten? „Beim Ultimate Frisbee steht vor allem die Fairness im Vordergrund, unsere Spiele finden ohne Schiedsrichter:in statt, die Teams müssen sich selbst regulieren und bei Unstimmigkeiten abstimmen“, erklärt Spartenleiter Bastian Günther.

Das funktioniert gut, das Miteinander im und unter den Teams ist vorbildlich. Ultimate Frisbee selbst ist ein kontakt-freies Endzonenspiel. Ähnlich wie beim Football oder Rugby ist das Ziel des Spiels, durch ein gutes Zusammenspiel die End-zone zu erreichen und dadurch zu punkten.

Beim ETV wird in gemischten Teams an Turnieren teilgenom-men. In Zukunft sollen aber noch mehr Mädchen für den Sport begeistert werden. Dafür gibt es nun die Möglichkeit, beim offenen Training auf dem Sportplatz an der Döhrntwiete vorbeizuschauen.

Montags von 17 bis 19 Uhr kann der Sport hier ausprobiert werden. Das Training ist offen für Mädchen im Alter von 9 bis 15 Jahren. Wir bitten um eine Voranmeldung per Mail an frisbee@etv-hamburg.de.



KUNG FU

KUNG FU PAPUYA FEIERT 20 JAHRE IM ETV



Die KungFu-Abteilung hat gute 180 Mitglieder und wächst kontinuierlich.

Für die Kung Fu Papuya-Sparte ist das Jahr 2025 ein ganz besonderes – voller Freude, Zufriedenheit und geprägt von einem bedeutenden Jubiläum. In diesem Jahr präsentierte sich unsere Abteilung in einem harmonischen Gleichgewicht aus Wachstum und Stabilität. Die Zahl unserer Kinder und Jugendlichen steigt kontinuierlich und auch die persönliche Entwicklung unserer langjährigen Mitglieder ist beeindruckend. Sie wachsen nicht nur körperlich, sondern auch im Können, im Selbstbewusstsein und im respektvollen Miteinander.

Ein besonderer Höhepunkt war das Turnier am Sonntag, dem 20. Juli 2025. Hier konnten unsere jungen Kämpferinnen und Kämpfer stolz zeigen, was sie in den vergangenen Jahren gelernt haben – vor ihren Trainerinnen und Trainern, den Familien und,

nicht zuletzt, vor sich selbst. Auf der Matte stellten sich unsere Teilnehmenden vielfältigen Kampfsituationen: Eins gegen eins, eins gegen zwei – und sogar eins gegen drei. Diese Bandbreite an Herausforderungen spiegelt unsere pädagogische Ausrichtung wider: Kinder und Jugendliche auf realitäts-nahe Situationen vorzubereiten. Dabei geht es nicht nur um Technik, sondern vor allem darum, in komplexen Momenten den Überblick zu behalten – Raumgefühl zu entwickeln, klar zu bleiben und unter Druck gute Entscheidungen zu treffen.

Und nach diesem Turnier können wir nur eines sagen: Unsere Kinder und Jugendlichen haben bewiesen: Sie sind bereit, Herausforderungen nicht auszuweichen – sondern ihnen mit Klarheit, Mut und Herz zu begegnen.

Das Turnier stand ganz im Zeichen unseres 20-jährigen Bestehens. Seit zwei Jahrzehnten ist Mohsen Emkani, der Begründer der Kung Fu Papuya-Kampfkunst, mit seiner Abteilung ein fester Bestandteil des ETV. Seine Vision, Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg zu Selbstständigkeit, innerer Stärke und einem sozialen Miteinander zu begleiten, trägt seit 20 Jahren sichtbar Früchte – in jeder Bewegung, jedem Wettkampf und jedem Lächeln auf der Matte.

Wir danken unseren Kindern, Jugendlichen und den Eltern für ihr Kommen, ihre wertschätzenden Worte und ihren unermüdlichen Einsatz. Auf dass wir gemeinsam weiterhin an einer großen Vision arbeiten: An starken, gesunden Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen – mit dem Herzen am rechten Fleck, die die Herausforderungen des Lebens mutig in Chancen verwandeln.

TAG-RUGBY

JÖRG KLODINSKY HÖRT AUF

Nach vielen Jahren des ehren-amtlichen Engagements hat unser langjähriger Tag-Rugby-Trainer Jörg Klodinsky in diesem Sommer sein Amt niedergelegt. Der Verein dankt Jörg für seine Hingabe für den Sport und die vielen Stunden als Trainer auf

dem Sportplatz an der Döhrntwiete und Betreuer der ETV „Koalas“.

Aus beruflichen Gründen kann er das Angebot in dem gewohnten Umfang nicht fortführen, ein:e Nachfolger:in konnte bis-

her nicht gefunden werden. Die meisten Kinder konnten aber an andere befreundete Vereine vermittelt werden und können so ihren Lieblingssport weiter ausüben. Wir danken Jörg und wünschen ihm alles Gute.

CHEERDANCE

CADETTES QUALIFIZIEREN SICH INTERNATIONAL

Die Cadettes haben eine spannende Saison vor sich: Denn die Junior-Cheerdancerinnen des ETV haben sich für gleich zwei internationale Meisterschaften qualifiziert. So hat das Team zum einen die Chance, am Dance Summit teilzunehmen. Dieser findet vom 1. bis 3. Mai 2026 in Orlando, Florida statt. Die Austragungsstätte liegt im Walt Disney Resort. Zum anderen dürfen die Cadettes am 20. und 21. Juni 2026 beim European Summit antreten. Diese Meis-



terschaft findet nächstes Jahr zum ersten Mal statt und wird in Lissabon, Portugal ausgetragen. Für beide Wettkämpfe braucht es eine Qualifizierung, ein sogenanntes Bid. Die Cadettes haben sich beide Bids auf zwei Meisterschaften verdient, die im Februar und Juni 2025 in Hamburg stattfanden. Nach einer Sommerpause starten die Cadettes mit einer zusätzlichen Trainingszeit in die Vorbereitung. Dann heißt es, noch intensiver an den Skills zu arbeiten und eine neue, anspruchsvolle Choreografie zu lernen. „Dass wir nur drei Jahre nach der Gründung über solche großen Meisterschaften sprechen dürfen, ist einfach ein tolles Erlebnis. Die Cadettes sind hochmotiviert und bereit, alles zu geben“, sagt Coach Sophia Fiedler.

CHEERDANCE

SAILORETTES BIETEN PROBETRAININGS AN

Die Senior-Cheerdancerinnen des ETV suchen Verstärkung! Das aktuell 17-köpfige Team hat noch Plätze für die neue Saison zu vergeben und lädt daher alle Interessierten zum Probetraining ein.

Was erwartet euch? Cheerdance ist ein vielseitiger Sport – ein energiegeladener Mix aus Cheerleading, Jazz und akrobatischen Elementen. Die Sailorettes treten regelmäßig bei nationalen und internationalen Meisterschaften an. Pro Saison stehen vier bis sechs Wettkämpfe auf dem Plan. Dafür trainiert das Team dreimal pro Woche – dienstags und mittwochs von 20.00 bis 21.30 Uhr, samstags von 9.30 bis 11.30 Uhr.



Mitmachen kann jede und jeder ab 16 Jahren. Tanzerfahrung und turnerische Hintergründe sind von Vorteil, aber kein Muss. Wichtig sind vor allem Zuverlässigkeit, Teamgeist und Spaß am Tanzen.

Interesse geweckt? Dann meldet euch gerne bei Coach Nina Wahn unter nina.wahn@gmx.de.

ANZEIGE

WEIL ELTERN EINEN STARKEN Partner BRAUCHEN

**Familienalltag ist fordernd - und trotzdem wunderschön.
Wir begleiten Sie mit Herz, Erfahrung und allem, was Ihre
Familie gesund und stark macht.**



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

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



SOFTBALL

KNIGHTS FEIERN JUBILÄUMSTITEL

Vor 30 beziehungsweise 20 Jahren holten die Softballerinnen der Hamburg Knights ihre erste und zweite Deutsche Meisterschaft. Das hat die Abteilung im Sommer gebührend gefeiert. Knights-Rekordspielerin Manuela Ollendorf war 2005 beim zweiten Titel dabei. Sie erinnert sich an damals und erzählt, wie sie den Jahrestag erlebt hat.

Der 12. Juli 2025 war kein gewöhnlicher Spieltag für die Bundesligamannschaft der Hamburg Knights. Zwar ging es beim Heimspiel gegen die Tabellenführerinnen Bonn Capitals auf dem Softballplatz an der Hohen Weide auch um Punkte in der Bundesliga – es ging aber auch um Erinnerungen, Gemeinschaft und große sportliche Momente. Denn: Die Knights feierten ihre Deutschen Meisterschaften von 1995 und 2005 – mit einem besonderen Event, das Vergangenheit und Gegenwart zusammenbrachte.

Eine, die diese Geschichte mitgeschrieben hat, ist Manuela Ollendorf. 2005 war sie Teil des Meisterteams – und ist heute mit über 500 Bundesligaeinsätzen immer noch ein wichtiger Bestandteil des Teams. Für sie war die Rückkehr auf den Platz mit den ehemaligen Weggefährtinnen eine Mischung aus Sprung in die Vergangenheit und vertrautem Wiedersehen. „Einige von uns spielen ja heute noch zusammen. Es fühlt sich gar nicht an wie 20 Jahre – eher wie ein langes Spiel mit kurzer Pause“, sagt sie lachend.

Der Meistertitel 2005 war für Manuela ein Meilenstein. „End-

lich Deutscher Meister! Das war ein lang ersehntes Ziel“, erinnert sie sich. Das Finale vor 20 Jahren gewannen die Knights mit 1:0 gegen Mannheim – ein hart umkämpftes Spiel, das für Manuela noch heute lebendig ist, denn: Sie erzielte den alles entscheidenden Run. „Dass wir damals die Meisterschaft geholt haben, war eine starke Teamleistung. Wir waren eine Einheit, alle waren immer da – im Training, bei den Spielen, einfach überall. Wir waren total eingespielt und am Finalwochenende hat einfach alles gepasst: gute Laune, gutes Wetter und der Wille, den Titel zu holen.“

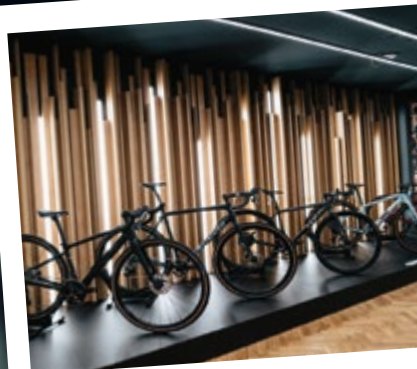
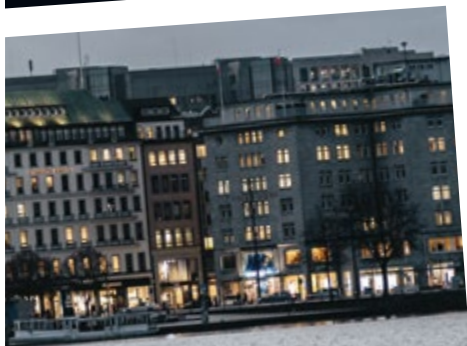
20 Jahre später durften Manuela und ihre damaligen Mitspielerinnen vor heimischem Publikum wieder feiern. Vor dem Bundesligaspiel gegen Bonn gab es eine feierliche Ehrung für die Meisterinnen von 1995 und 2005. Claudia Effenberg, dreifache Deutsche Meisterin und Mitglied der Deutschen Softball Hall of Fame, warf den Ceremonial First Pitch. Danach folgte das Bundesligaspiel gegen Bonn. Rund um das Spielfeld sammelten sich unzählige Menschen, die in den vergangenen Jahrzehnten Teil

der Hamburg Knights gewesen waren – tauschten sich aus, verfolgten das Spiel, schwelgten in Erinnerungen.

Nach dem regulären Spieltag, der 14:1 und 17:0 für Bonn endete, folgte dann ein ganz besonderes Highlight. Im Jubiläumsspiel trat Manuela mit dem Meisterteam von damals gegen den aktuellen Knights-Bundesligakader an. Das Ergebnis war hier zweitrangig. Für viele Heldinnen von damals war es eine Ehre und eine wahnsinnig große Freude, wieder ihr altes Trikot überzustreifen und mit ihren alten Teamkolleginnen auf dem Platz zu stehen.

Es war ein wunderbares Fest, das zahlreiche schöne Momente bot, Menschen zusammenbrachte und das Wir-Gefühl in unserem Verein stärkte. Für Manuela und alle anderen stand an diesem Tag der Spaß am Sport im Vordergrund. Und dass die Hamburg Knights ihren Pionierinnen nun diese Bühne gab, bedeutete Manuela viel: „Die Ehrung ist sehr wertschätzend. Es zeigt, dass wir Teil der Geschichte dieses Klubs sind – und es immer bleiben.“





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

NEUE SPIELZEITEN UND EIN MEISTERSCHAFTS-DUO

Die Pickleballsparte des ETV wächst weiter: rund 120 Aktive besuchen regelmäßig die freien Spielzeiten und teilweise bei Turnieren gemeldet. Bis Ende Oktober kann in einem Pilotprojekt nun auch ein Einzelcourt über die ETV-App in der Tennishalle (Platz 3) gebucht werden. Der Court kostet je Stunde 20/25 Euro Mitglied/Gast und kann samstags 10 bis 19 Uhr sowie montags, mittwochs, und donnerstags jeweils von 16 bis 21 Uhr gebucht werden. Zum Spielen werden glatte Sporthallenschuhe ohne Profil, also klassische Hallen-Tennisschuhe, benötigt. Leihschläger und Bälle gibt es gegen eine Leihgebühr von 5 Euro an der



Das ETV-Duo Anastasiia Ocheretna/André Boeder ist Deutscher Meister im Pickleball.

Information des Sportzentrums Hoheluft.

Unter der Woche kann nun auch am Dienstagabend in zwei weiteren freien Spielzeiten zusammen mit anderen gespielt werden. Auch diese Termine sind über die ETV-App buchbar.

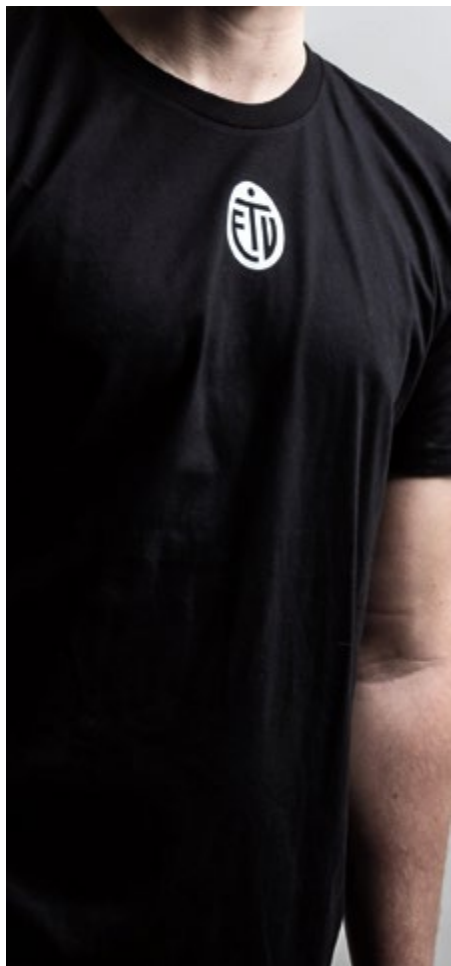
Neben der strukturellen Weiterentwicklung gibt es auch sportliche Erfolge zu vermelden. Bei den 6. Deutschen Pickleball-Meisterschaften des Deutschen Pickleball Bund e. V. vom 25. bis 27. April 2025 in Gelsenkirchen-Buer glänzten die ETV-Sportler:innen Anastasiia Ocheretna (26) und André

Boeder (40) und konnten ihre ersten nationalen Medaillen gewinnen.

André sicherte sich im Herren-Doppel der Kategorie 4.0 die Bronzemedaille. Der Höhepunkt folgte aber anschließend im Mixed-Wettbewerb. Hier konnte das ETV-Duo mit Anastasiia und André in der Kategorie 3.0 die Goldmedaille gewinnen und sich zu Deutschen Meistern küren lassen.

Anastasiia und André sind seit den Anfängen beim Pickleball im ETV dabei und nun die ersten Sportler:innen des Vereins, die einen nationalen Titel gewinnen konnten. Im Turnierkalender geht es aber direkt weiter und im zwei Wochen Rhythmus stehen weitere Turniere an. Wir gratulieren unseren erfolgreichen Athlet:innen und freuen uns über die tolle Entwicklung der Sportart beim ETV.

ANZEIGE



ETV SHOP
etv-shop.de

WASSERBALL

MASSGESCHNEIDERT FÜRS WASSER

Wie wir Mode, Technologie und Nachhaltigkeit in unserem neuen Wasserball-Anzug vereinen.

Nach langer Vorbereitung starteten die Studierenden der AMD Akademie Mode & Design in die nächste Phase unseres Anzugprojekts (Anm. d. Red.: Die ETV-Bundesliga-Wasserballerinnen entwickeln seit dem Winter 2025 mit der AWD Akademie Mode & Design einen neuen, innovativen Schwimmanzug, siehe ETV Magazin 2/2025, S. 10). Mit frischen Perspektiven, kreativer Energie und dem Mut, neue Wege zu gehen.

Erste Einblicke: Moodboards und große Gedanken

Der erste Termin war mehr als nur ein Kennenlernen. Die Studierenden präsentierten ihre grundsätzlichen Gedanken über Wasserball und Frauenleistungssport. Dabei thematisierten sie direkt die Herausforderungen, die wir als Sportlerinnen täglich erleben: weniger Sichtbarkeit, geringere Sponsoringeinnahmen, Sexualisierung. Ihre Moodboards zeigten mögliche Gestaltungsrichtungen und Trends – immer mit



Im MakerHafen wurden präzise die Körperdaten erhoben.

Blick darauf, wie Design diese Herausforderungen angehen kann.

Um ihre Ideen konkret umzusetzen, brauchten die Studierenden einen direkten Draht zur Mannschaft. Angeführt von unserer Torhüterin Katharina Bürger, bildeten Finnja Sass, Maren Hinz und Lilly Scafi das Bindeglied zwischen Mannschaft und Designstudierenden.

Von der Vermessung zum digitalen Schnitt

Bevor die ersten Designentwürfe entstehen konnten, mussten präzise Körperdaten erhoben werden. Im MakerHafen www.makerhafen.de entstanden 360-Grad-Körperscans. Sie

bildeten die Grundlage für passgenaue Schnitte und Designs. Ergänzt wurde dies durch klassisches Handwerk: Im Atelier von Modedesignerin Ulrike Schneider erfolgte die traditionelle Maßnahme. Mit diesen Daten ausgestattet, arbeiteten die Studierenden mit CLO 3D, einer Software für digitales Modedesign. Damit konnten sie realistische 3D-Modelle unserer Anzüge erstellen und verschiedene Varianten simulieren. Prototypen entwickelten sich so schneller, kostengünstiger und nachhaltiger als mit traditionellen Methoden.

Momente der Wahrheit

Juni: Die Studierenden präsentierten ihre konkurrierenden Konzepte und Designs dem Entwicklungsteam, jedes mit eigenen Stärken und Lösungsansätzen.



Designerin Ulrike Schneider nahm in ihrem Atelier Maß.



MakerHafen Hamburg

Norddeutschlands größte öffentliche High-Tech-Werkstatt ist ein gemeinnütziges Projekt auf Spendenbasis. Mit Fräsen, 3D-Druckern, Lasercutter und vielem mehr können hier alle – von Familien mit Kindern bis zu Profis – eigene Prototypen bauen und Ideen verwirklichen.

makerhafen.de

August: Beim Team-Meeting zur Saisonvorbereitung wurden die Designs der gesamten Mannschaft vorgestellt. Dann fiel, leider nach Redaktionsschluss, die Entscheidung: Welches Design wird das unseres neuen Wasserballanzugs?

Die ersten Prototypen trafen bei INASKA ein und werden nun auf Herz und Nieren geprüft. Tests an Land und im Becken stehen auf dem Programm: Passform, Belastbarkeit, Haltbarkeit, Tragegefühl werden unter Wettkampf-Bedingungen getestet.

Bleibt dran – in der nächsten Folge seht ihr, wie das finale Design aussieht und wer die Ideen hatte.



GOLF

Trainingsanlage in der Bundesstraße

Es tut sich etwas bei unserer Trainingsanlage am Sportzentrum Bundesstraße. Auch wenn es nur ein erster kleiner Schritt ist, so hoffen wir im Herbst die ersten Schwünge dort machen zu können. Das große rote Zelt, das viele Kinder vom Spielplatz aus betrachtet für eine Hüpfburg halten, wird wettergeschütztes Golfen ermöglichen. Zwei erste sogenannte Betting Cages werden daneben aufgebaut, so dass man auch in der dunklen Jahreszeit in Eimsbüttel im Schwung bleiben kann. Infos bekommt ihr über unsere Webseite.

Exklusives Greenfee-Angebot im GC Eschburg

Spielerinnen und Spieler der Golf-Abteilung des ETV können noch bis zum 14. Oktober 2025 im Golfclub Eschburg zum halben Greenfee auf die 18-Loch-Runde spielen – werktags ganztägig, an Wochenenden und Feiertagen ab 12 Uhr.

Wichtig: Bitte weist euch vor Ort mit eurem DGV-Ausweis der ETV Golf-Abteilung aus oder gebt eure DGV-Ausweisnummer an, damit ihr im System korrekt zugeordnet werden könnt. Buchung über PC Caddie oder telefonisch im Sekretariat des GC Eschburg unter 04152/83204.

GOLF

GOLFERBANDE ÜBERZEUGT BEI SPECIAL OLYMPICS LANDESSPIELEN 2025 IN LÜBECK

Drei Tage voller Emotionen, Teamgeist und sportlicher Höchstleistungen: Die ETV-Golferbande war bei den Special Olympics Landesspielen Schleswig-Holstein 2025 in Lübeck am Start – der größten Sportveranstaltung des Bundeslands für Menschen mit geistiger und mehrfacher Beeinträchtigung. Über 500 Athlet:innen traten in acht Sportarten an – mittendrin unsere drei Golfer aus Hamburg.

Austragungsort der Golfwettbewerbe war der Golf-Club Curau. An drei aufeinanderfolgenden Tagen sammelten die Athlet:innen in vier Durchgängen Punkte – es war bis zum Schluss ein echtes Kopf-an-Kopf-Rennen. Doch bei aller Spannung ging es nicht nur ums Gewinnen: Die Spiele standen unter dem Motto #GemeinsamStark – und genau das war auf dem Platz spürbar. Die Athlet:innen unterstützten sich gegenseitig, feuerten sich an, hielten zusammen. Es entstand eine Gemeinschaft, in der Freude, Stolz und gegenseitiger Respekt im Mittelpunkt standen.

Die Ergebnisse unserer Golferbande können sich sehen lassen:



- Arun Koether gewinnt Silber – mit einer starken, konstanten Leistung.
- Timo Hampel holt Bronze – trotz Verletzung, mit der er sich beherzt ins Turnier kämpfte.
- Till Eicker erreicht einen großartigen vierten Platz – obwohl er erst seit vier Monaten Golf spielt.

Ein besonderes Highlight war der gemeinsame Fackellauf durch die Lübecker Innenstadt zur feierlichen Eröffnung im Stadion Buniamshof. Ein unvergessliches Erlebnis – nicht nur für die Athlet:innen, sondern auch für Trainer Martin Korn, der die Golferbande begleitet und unterstützt hat.

Die Golferbande trainiert regelmäßig im Golf-Club An der Pinnau und profitiert von einer enga-

gierten Community, die Inklusion nicht nur unterstützt, sondern lebt. Ohne diese Hilfe wären solche Erlebnisse nicht möglich.

Nun richtet sich der Blick nach vorn: Einige unserer Athlet:innen sind bereits für die Nationalen Special Olympics 2026 im Saarland qualifiziert. Dafür wird gezielt weitertrainiert – auch in den Bereichen Koordination und Athletik. Wer die ETV-Golferbande unterstützen möchte, kann sich gern direkt an Trainer und Betreuer, Martin Korn, wenden: golfundvielfalt@etv-golf.de.

Golf für alle – jetzt ausprobieren oder gezielt verbessern!

Diese Golfsaison durften wir bereits 40 Neugolfer in unseren Platzreifekursen begrüßen. Ab dem 08. September starten sonntags und montags unsere neuen vierwöchigen Kurse. Infos und Anmeldung zu unseren Platzreifekursen und thematischen Kursen für Einsteiger:innen bis zu erfahrenen Golfer:innen findet ihr unter etv-golf.de.

ANZEIGE

LOTTO® Guter Tipp.
Hamburg

lotto-hh.de

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



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

STUDIO

GROSSER GESUNDHEITSTAG AM 3. OKTOBER

Am 3. Oktober 2025 findet in beiden Studios des ETV in der Bundesstraße und in Hoheluft der diesjährige Gesundheitstag unter dem Motto „Gesundheit erleben. Fitness entdecken.“ statt.



Alle Besucher:innen erwartet von 10 bis 16 Uhr ein abwechslungsreiches Sport- und Gesundheitsprogramm sowie Informationen rund um die ETV-Studios bezüglich des Trainings, der Beiträge oder auch der Saunas.

Außerdem gibt es Rundgänge über die Trainingsflächen und einen Einblick in den Wellnessbereich und eine sportfachliche Beratung von qualifizierten und erfahrenden Trainer:innen. An dem Tag können ebenfalls Technogym-Checkups zur Bestimmung des Wellness-Alters durchgeführt werden.

Zusätzlich bietet die FitGym ein buntes Feiertagsprogramm an. Die regulären Kurse finden an diesem Tag nicht statt. Mitglieder können sich direkt über die ETV-App kostenlos anmelden. Gäste können sich registrieren und ein Einzelticket für 15 Euro erwerben. Eine Anmeldung ist ab 48 Stunden vor Kursbeginn möglich. Für Rückfragen kann gerne eine Mail an fitgym@etv-hamburg.de geschrieben werden.

Unser besonderes Highlight: Wer an diesem Tag in das ETV-Studio eintritt, spart bis zu 99 Euro Aufnahmegebühr.

PROGRAMMÜBERSICHT

**ETV-STUDIO HOHELUFT,
LOKSTEDTER STEINDAMM 77**

→ Im Studio (2. OG)

10-16 Uhr Technogym

Checkup: Bestimmung des ehrlichen Wellness-Alters

→ **Athletikraum (2. OG)**

10-16 Uhr Freies Training mit unseren Trainer:innen

→ **Vorträge im Meetingraum (1. OG)**

11.30-12.15 Uhr Vielfalt im Krafttraining – ein Leitfaden für mehr Abwechslung im Studio

13.30-14.15 Uhr Performance auf dem Teller: Intelligente Ernährungsstrategien

**ETV-STUDIO BUNDES-
STRASSE, BUNDESSTRASSE 96**

→ Im Studio (EG)

10-16 Uhr Technogym

Checkup: Bestimmung des ehrlichen Wellness-Alters

10-16 Uhr Laktatmessungen – die präzise Steuerung euer Trainingsintensität

→ **Vorträge im Oberhaus (1. OG)**

11.30-12.15 Uhr 40+: Warum brauche ich Kraft und Ausdauer?

13.30-14.15 Uhr Neue Kraft im besten Alter: Das Geheimnis eines aktiven Lebens

METHODENVIELFALT IM KRAFTTRAINING

Ein Leitfaden für mehr Abwechslung im Studio

Krafttraining hat viele positive Effekte für unseren Körper: mehr Leistungsfähigkeit in Beruf und Freizeit, eine Menge gesundheitliche Faktoren, positives Körpergefühl und Muskelschwund im Alter zu reduzieren. Dabei spielt die Wahl der richtigen Trainingsmethoden eine entscheidende Rolle, um sowohl kurzfristige Fortschritte als auch langfristige Erfolge zu erzielen.

In diesem Beitrag möchte ich zwei Faktoren bei der Trainingsgestaltung vorstellen: Methodenvielfalt und Periodisierung. Diese beiden Aspekte gehören zu einer langfristigen Trainingsplanung und tragen erheblich zur Effizienz und Nachhaltigkeit des Trainings bei.

Am Start einer Mitgliedschaft im Studio merken viele Menschen nach ein paar Wochen ihren Trainingsfortschritt und passen ihre Belastung im Training natürlich an. Je länger wir aber trainieren, desto kleiner

werden die Trainingsfortschritte und damit sinkt bei manchen die Motivation im Training. Oder es ist bei einigen Übungen irgendwann eine Grenze der Intensität erreicht, weil sich die Kniegelenke oder die Schulter melden, wenn man die Belastung steigern möchte.

Wenn wir ein Training über einen längeren Zeitraum betrachten, macht es sportwissenschaftlich wenig Sinn, das ganze Jahr immer drei Serien x 15 Wiederholungen mit einem Gewicht X und Serienpause 90 Sekunden zu trainieren. So wie man auch mal vom Job Urlaub braucht, so ist auch unser Organismus nicht über das ganze Jahr gleich hoch belastbar. Deswegen bedarf es auch im Krafttraining mal einer „Pause“, wobei das nicht heißen muss, dass man in dieser Zeit gar nicht mehr trainiert. Natürlich kann man auch mal 3 bis 6 Wochen mehr Ausdauertraining oder Yoga machen, aber wer über das ganze Jahr Krafttrai-



ning absolvieren möchte, sollte (angepasst an die Lebenssituation) eine differenzierte Trainingsplanung vornehmen.

Dazu ein Ausflug in die Trainingswissenschaft

Unsere Muskulatur kann viele Kraftdimensionen entwickeln: Kraftausdauerleistungen, Schnellkraft, Maximalkraft, für die es trainingswissenschaftliche Methoden gibt. Und auch der am meisten gewünschte Effekt im Fitness-Studio, ein sicht- und spürbarer Muskelaufbau (Hypertrophie) kann mit unterschiedlichen Methoden erreicht werden.

In der Praxis trainieren viele aber so: Drei Serien mit zwölf Wiederholungen, bei einem Gewicht X (muss anstrengend sein) und einer Serienpause von 90 Sekunden. Und ja, das wirkt muskelaufbauend, aber übertragend gesagt: immer Pizza Funghi – das wird doch auch langweilig. Ohne jetzt auf die große Übungsvielfalt einzugehen, kann man auch mit seinen Lieblingsübungen, d.h. ohne Übungswechsel, ein sehr variables und effektives Training gestalten.

Schauen wir uns den möglichen Belastungsmix der „Trainingsreize“ an. Es gibt:

Reizintensität: theoretisch gedacht in Prozent der Maximalkraft eines Muskels, das sind 100 Prozent, d.h. eine Wiederholung (Wdh.) bei einem maximalen Widerstand möglich

Reizdichte: in welchem Abstand erfolgt die nächste Muskelaktivität oder einfacher ausgedrückt, wie lange ist eine Pause beim Mehrserientraining, 45 oder 120 Sekunden

Reizdauer: die Zeit oder in Wdh. gezählt, in der die Reizintensität wirkt, also zehn oder 15 Wdh., bzw. 40 oder 60 Sekunden

Reizdichte: in welchem Abstand erfolgt die nächste Muskelaktivität oder einfacher ausgedrückt, wie lange ist eine Pause beim Mehrserientraining, 45 oder 120 Sekunden

Reizumfang: wie viele Wiederholungen und wie viele Serien belaste ich den Muskel bzw. die Muskelgruppe, $3 \times 12 = 36$ Wdh. oder $5 \times 20 = 100$ Wdh.

Gesamtvolumen: wie viele Übungen für eine Muskelgruppe bzw. für den ganzen Körper, fünf oder zehn, d.h. ca. 45 Minuten oder 90 Minuten Belastung für den Organismus

Trainingstage pro Woche:

zwei- oder dreimal, oder nur alle fünf Tage

Allein für das Ziel Hypertrophie der Muskulatur ist es möglich, dies mit 20 sowie auch nur acht Wiederholungen pro Serie; mit zwei bis sechs Serien; mit 60 bis 180 Sekunden Serienpause; mit 55 bis 85 Prozent der Maximalkraft, mit 1,5- bis dreimal wöchentlich, Krafttraining zu betreiben – alles wirkt! Also ran an den Mix der Trainingsreize. Wir teilen das Jahr in Perioden ein, d.h. in längeren Zeitschnitten wird das Trainingsprogramm systematisch verändert. Diese Systematisierung kann allein über die Veränderung der verschiedenen

Trainingsreize erfolgen. So kann man seine fünf Lieblingsübungen auch das ganze Jahr beibehalten und dabei aber unterschiedliche Perioden für ein abwechslungsreiches und effektiveres Training bilden.

Als Beispiel hier ein periodisiertes Training an der Beinpresse: Nach sechs Wochen mit 3 bis 4 Serien mit je 20 Wdh. Gewicht 40KG – Serienpause 60 Sekunden.

Der Wechsel von Trainingsphasen und/oder anderen Zielsetzungen bringt letztendlich nicht nur mehr Abwechslung, sondern bietet auch die Gelegenheit, dass bei reduzierter körperlichen Belastung Gelenke und Sehnen entlastet werden können und der gesamte Organismus eine andere Belastung oder spürbar eine „Regeneration“ erfährt. Denn schließlich ist Training ein bewusst gesetzter „Stress“, um eine Anpassung hervorzurufen. Und ein ewig gleicher „Dauerstress“ über das Training bringt nicht nur weniger Erfolg, sondern kann auch zu deutlichen Ermüdungszeichen und einem Übertraining führen. Also (wie in der Küche): probiert mal etwas Neues aus und erfährt, wie variabel Krafttraining sein kann. Eure Studiotrainer:innen unterstützen euch gerne.

PERIODISIERTES TRAINING AN DER BEINPRESSE

VARIABLE	ZIEL Kraftausdauer	ZIEL Hypertrophie	ZIEL Hypertrophie + KA
Intensität in % der max. Kraft in kg	50 50	75 75	50/60/70/80 50/60/70/80
Dauer/Wdh.	25	16	25/20/15/10
Dichte/Serienpause	60 Sek.	120 Sek.	60/90/120/Ende
Umfang/Serienanzahl	5-6	3-4	4
Häufigkeit pro Woche	2-3 x	2 x	2
Zeitebene in wochen	8 Wochen	10 Wochen	8 Wochen

FITGYM

Feiertage im Oktober

An den Feiertagen im Oktober am 3. Oktober (Tag der Arbeit) und am 31. Oktober (Reformationstag) findet das reguläre Kursprogramm nicht statt, dafür jedoch ein abwechslungsreiches Feiertagsprogramm aus all den FitGym-Bereichen wie Fitness & Workout, Body & Mind oder Rund ums Baby. Weitere Infos dazu folgen auf Social Media, der Homepage und dem FitGym-Newsletter.

FITGYM

Rundum informiert

Die ETV FitGym hat mehrere topaktuelle Kanäle, mit der sie alle Interessierten mit aktuellen Nachrichten und Insides versorgt. Unser FitGym-Newsletter bringt euch einmal pro Woche auf den neusten Stand. Neben aktuellen Infos den Kursen erfahren alle Abonnenten Wissenswertes rund um das Thema Fitness und Gesundheit und bekommen Einblicke hinter die Kulissen.

Noch schneller informiert seid ihr mit einem Blick auf unsere Homepage oder unsere Social-Media-Kanäle auf Instagram (etv.fitgym) und Facebook (ETV FitGym). Hier seht ihr Neuigkeiten und Einblicke in den FitGym-Alltag. Außerdem lernt ihr durch Vorstellungen der Trainer:innen unser Personal besser kennen.

Meldet euch also gerne hier für unseren Newsletter an und folgt uns auf unseren Social-Media-Kanälen, um keine weiteren Inhalte mehr zu verpassen.



FITGYM PRÄVENTION

FIT, GESUND UND ENTSPANNT DURCH DEN HERBST

Die ETV FitGym bietet neben ihrem Kursprogramm eine Vielzahl von Gesundheitsworkshops an, die von den Krankenkassen bis zu hundert Prozent bezuschusst werden – und das gleich zweimal im Jahr.

Ein Präventionskurs ist ein zertifizierter und von Krankenkassen anerkannter Gesundheitskurs, der sich auf einen bestimmten Schwerpunkt, wie zum Beispiel Bewegung, Ent-

spannung oder Stressbewältigung, konzentriert. Das Ziel von Präventionskursen ist die Steigerung des Wohlbefindens und die Vorbeugung verschiedener Krankheitsbilder.

Unsere Kurse beinhalten acht Kurseinheiten und einen wöchentlichen Termin à 60 Minuten Kursdauer oder finden in Form von zweitägigen Kompaktkursen statt. Sie sind systematisch und nach neuesten

wissenschaftlichen Erkenntnissen aufgebaut und bestehen aus praktischen und edukativen Inhalten, die das Kursthema inhaltlich aufbereiten und praktische Tipps geben, wie ihr einen gesunden Lebensstil in euren Alltag integrieren und möglichst einfach umsetzen könnt.

Jetzt im September starten wieder acht neue Präventionskurse in den beiden Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft. Im Angebot sind Präventives Ganzkörpertraining, Rücken & Relax, Pilates, Progressive Muskelrelaxation (PMR) und Entspannungstraining mit Fokus auf Achtsamkeit.

Alle neuen Kurs-Termine sind ab sofort online und über eure ETV-App unter „weitere Angebote“ sowohl für Mitglieder als auch für Gäste zu identischen Konditionen buchbar. Weitere Informationen zum Thema Prävention und den einzelnen Kursformaten findet ihr online.



FITGYM

KURSKONTROLLEN IM ETV

Unser langjährigen Mitglieder Ute und Karin unterstützen die ETV-FitGym und den Kindersport ab sofort bei den Kurskontrollen. Unser Ziel ist es, durch die Überprüfung der An- und Abmeldungen, die Kurse optimal auszulasten, um die

Kursqualität zu gewährleisten und zu optimieren. Lasst uns gemeinsam die bestmögliche Auslastung der Kurse bewirken und vor allem fair und vorausschauend mit der Platzkapazität umgehen. Danke für eure Unterstützung.



MULTITALENT ANTON SCHRIEBER IM INTERVIEW

Anton Schrieber (19) ist ein echter Teamplayer – sowohl im Wasser als auch außerhalb.

Im ETV ist Anton seit vielen Jahren als leidenschaftlicher Schwimmer aktiv und war 2022 sogar bei den Nationalen Spielen von Special Olympics Deutschland in Berlin als Sportler dabei. Im Jahr darauf hat er sich bei den Special Olympics World Games als Volunteer engagiert. Seit Februar 2025 ist er stellvertretender Vorsitzender der Jugend von Special Olympics Hamburg und setzt sich dort für die Interessen junger Athlet:innen mit geistiger Behinderung ein. Ein ganz besonderes Highlight seit Beginn seiner Amtszeit: Am 21. Mai 2025 durfte er bei den Bitpanda Hamburg Open auf dem Center Court den Münzwurf machen. Wenn Anton nicht gerade trainiert oder ein Praktikum macht, nascht er gerne Cola, Schokolade und Pizza. Kaissa und Krister Ottenberg aus der Schwimmabteilung haben sich mit ihm getroffen:

Anton, du bist seit Februar stellvertretender Vorsitzender der Jugend von Special Olympics Hamburg – was bedeutet dir diese Aufgabe?

Ich mache das gerne und das Amt ist mir sehr wichtig. Ich habe mich sehr gefreut, als ich gewählt wurde. Ich habe auf dieses Ziel hingearbeitet.

Was machst du genau in deinem Amt? Welche Projekte oder Themen sind dir wichtig?

Zu meinen Aufgaben gehört die Teilnahme an Sitzungen, das Vertreten der SOHH-Jugend nach außen und das Mitwirken bei verschiedenen Projekten. Weil es die Jugend noch nicht so lange gibt, stehen wir noch am

Anfang bei der Entwicklung von Projekten und Themen.

Du bist schon lange beim ETV. Wie bist du damals zum Schwimmen gekommen?

Puhh, das ist schon lange her. Petra (Böösch, ehemalige Schwimmschulleiterin, Anm. d. Red.) hat mir damals das Schwimmen beigebracht und mich dann gefragt, ob ich weitermachen möchte. Da habe ich ja gesagt.

Wie war es für dich, 2022 bei den Nationalen Spielen in Berlin dabei zu sein und im Jahr darauf die Athlet:innen als Volunteer zu unterstützen?

Das war super. Beides. Helfen hat mir noch besser gefallen, als teilzunehmen. Weil ich das mit Papa zusammen machen konnte, als Tandem. Ich bin stolz, wie ich beides gemeistert habe.

Was ging dir durch den Kopf, als du bei den Bitpanda Hamburg Open den Münzwurf machen durftest?

Es war aufregend, hat aber gut geklappt.

Was macht dir beim Schwimmen besonders viel Spaß?

Es ist anstrengend und das ist gut. Ich bin gerne mit meinem Team zusammen.

Wie sieht ein typischer Trainingstag bei dir aus?

Ich stehe morgens auf und gehe dann zum Campus. Danach mache ich mich zuhause frisch und chille ein bisschen. Dann geht's auf zum Training. Nach dem Training fahre ich zusammen mit den anderen



Anton Schrieber ist seit Februar 2025 stellvertretender Vorsitzender der Jugend von Special Olympics Hamburg.

mit dem Bus nach Hause, esse Abendbrot und ruhe mich aus.

Du machst gerade verschiedene Praktika, hast du schon eine Idee, was du später beruflich machen möchtest?

Zwei Dinge. Zuerst Pizzabäcker und dann Masseur.

Cola, Schokolade oder Pizza – was ist dein absoluter Favorit?

Am liebsten mag ich Pizza, dann Cola und dann Schokolade.

Was wünschst du dir für die Zukunft bei Special Olympics und im ETV?

Dass alles so bleibt, wie jetzt.

ANZEIGE

PURPUR
WOLLE & NATURTEXTILIEN

**Alle häkeln!
Alle stricken!**

Mit den aktuellen Garnen, mit Anleitungen für Winteraccessoires und mehr...
Gib's alles bei uns!

Foto: Rowan

Heußweg 41b • 20255 Hamburg • Mo–Fr 10–19 Uhr • Sa 10–16 Uhr
Tel. (040)490 45 79 • Fax 491 26 56 • E-Mail: info@purpurwolle.de

KIJU SCHULCUP

FLOORBALL-FIEBER IN HOHELUF

Am 25. April fand der erste Floorball-Schulcup der ETV Kiju in der Sporthalle Hoheluft statt. Organisiert von der Kiju und der Floorball-Abteilung des ETV konnten die Kiju-Partnerschulen für einen Tag voller Action, Spaß und Spannung begeistert werden. Insgesamt traten zehn Teams aus sechs Schulen in den Altersklassen U11 und U14 an.

Nach einer kurzen Begrüßung und Einweisung wurde das Turnier eröffnet. Insgesamt wurden 29 Spiele im Modus vier gegen vier ausgetragen. Aus einer Morgenmüdigkeit entwickelten sich schnell spannende und umkämpfte Spiele, bei welchen der Spaß immer im Vordergrund stand.

Für das leibliche Wohl zwischen den Spielen wurde auch gesorgt, was durch die zahlreichen Helfer:innen ermöglicht wurde. Überpünktlich konnte gegen 12:30 Uhr die Finalpartie der Altersklasse U14 angepfiffen werden, welche von den anderen Teams lautstark umjubelt wurde. Am Ende setzte sich das Gymnasium Corveystraße knapp gegen ein Team des Helene-Lange-Gymnasiums durch, welches sich damit für das Bundesfinale in Berlin qualifizierte.

Am Ende des Tages ging niemand leer nach Hause, da jeder Teilnehmer:in von unserem Turniersponsor Jamasi einen eigenen Floorball als Andenken



Das Gymnasium Corveystraße gewann in der Altersklasse U14 den ersten Floorball Schulcup der ETV Kiju.

mitnehmen konnte. In der Altersklasse U11 ging kein Team punktlos aus dem Wettbewerb – am Ende gewann das Team der „All-Stars“ mit 14 von möglichen 18 Punkten.

Am ersten Juniwochenende durfte sich unsere Partnerschule vom Corvey Gymnasium als erstes Team aus Hamburg bei dem Bundesfinale messen, wo sie

nach einer schweren Gruppenphase den neunten von insgesamt dreizehn Plätzen belegen konnte. Herzlichen Glückwunsch!

Der erste ETV Kiju Floorball-Schulcup kann als voller Erfolg abgeheftet werden. Wir bedanken uns bei allen Helfenden, Teilnehmer:innen, dem Organisationsteam und hoffen, das Turnier fest etablieren zu können!

KOOPERATIONEN

SPORTKOOPERATIONEN ALS STARKE VERBINDUNG

Die Kooperationen zwischen den Sportabteilungen des ETV und der ETV Kiju nehmen weiter zu und sind eine wichtige und starke Verbindung zwischen dem Verein und seiner hundertprozentigen Tochter. Die Abteilungen können durch ihr Engagement ihre Sichtbarkeit und Präsenz an den Schulen stärken, ihre Sportart direkt präsentieren und mit einer niedrigen Einstiegshürde für die Kinder greifbar machen.

Beim Basketball und Volleyball werden die Kooperationskurse auch zur Talentsichtung genutzt. Nicht selten finden sich nach einem Halbjahreskurs Kinder in den Trainings des ETV wieder. Die Arbeit an den Schulen bietet zudem die Mög-

lichkeit mit Hilfe der Zuschüsse der Hamburger Sportjugend hauptamtliche Trainer:innen des Vereins einzubinden und die Stunden dafür auch zu finanzieren. Dadurch konnten die Stellen im Verein in den vergangenen Jahren insgesamt erweitert werden.

Zuletzt konnten weitere Sportarten dazu genommen werden, denn die Kurse können nicht nur an den Schulstandorten selbst stattfinden, sondern auch auf den Anlagen des ETV selbst. Jede Woche sind beispielsweise mehrere Gruppen im Sportzentrum Hoheluft beim Bouldern aktiv. Die



Judo-Abteilung holt die Kinder teilweise direkt an den Schulen ab und bringt sie in die Dojos im Sportzentrum Bundesstraße für optimale Trainingsbedingungen. So lernen die Kinder nebenbei den Verein vor Ort kennen, was wiederum eine gute Verbindung schafft und den Übergang in den Verein erleichtert.

Darüber hinaus entstehen in Zusammenarbeit mit der Kiju weitere Sportprojekte wie der Budni-Cup im vergangenen Jahr, an dem die Kiju-Standorte im Fußball gegeneinander antraten. In diesem Jahr wurde zum ersten Mal ein Floorball Schul-Cup organisiert (siehe oben).

Mit der Weiterentwicklung der Nachmittagsbetreuung entwickeln sich also auch die Abteilungen weiter und die Nachwuchsteams der Abteilungen können direkt aus den Schulkooperationen herauswachsen.

BESUCH VON DER SOZIALBEHÖRDE – ZWISCHEN BEWEGUNG, BEOBACHTUNG UND BÜROKRATIE

Ein Erfahrungsbericht zum Kitaprüf-Verfahren aus der bewegten Welt der ETV Kita

Es gibt Ereignisse, auf die freut man sich ungefähr so sehr wie auf den Zahnarztbesuch mit Wurzelbehandlung. Die anlassunabhängige Kitaprüfung der Stadt Hamburg „Kitaprüf“ gehört definitiv dazu. Plötzlich kam die Mail ins Kitapostfach geflogen und ein paar Wochen später nach intensiven Vorbereitungen stand das Team von Kitaprüf vor unserer Tür – wie Prüfer vom Amt mit Taschenlampe – bereit, in jede Ecke zu leuchten. Und ja:

Es könnte sein, dass wir am Tag davor nochmal extra gründlich durchgewischt haben. Nur zur Sicherheit.

Doch was genau passiert eigentlich bei dieser Prüfung? Die Sozialbehörde Hamburg schaut genau hin: Wird hier nach den Bildungsleitlinien und dem Landesrahmenvertrag gearbeitet? Gibt es ein durchdachtes Schutzkonzept? Werden Kinder in ihrer Entwicklung dokumentiert – und zwar nicht mit bunten Herzchen-Stickern, sondern fachlich fundiert? Wie wird das Team fortgebildet? Wo und wie findet Inklusion und Teilhabe statt? Und was sagen eigentlich die Kinder und die Eltern?

Kurzum: Die Prüfung ist nicht nur ein bürokratischer Akt mit Checklisten zum Abhaken, sondern auch ein tiefgreifender und

umfassender Blick in den Kita-Alltag. Bei uns in der ETV Kita, wo Bewegung und Psychomotorik keine Randnotiz, sondern Herzstück des Konzepts sind, hatten wir nichts zu verstecken. Die Kinder tobten wie immer durch die Sporthalle des ETV Sportzentrums Hoheluft und der Kletterwelt der Bildungsbereiche, die Fachkräfte waren mitten im Dialog über kindliche Selbstwirksamkeit und die Beobachtungsbögen lagen nicht nur irgendwo, sondern durchdacht und aktuell vor.

**„Eine
Einrichtung
mit klarer
Haltung,
hoher Fach-
lichkeit und
sichtbarer
Liebe zum
Kind.“**

Der Tag der Prüfung fühlte sich ein bisschen an wie ein Überraschungstest in Mathe – nur dass man ihn besteht, wenn man seit Monaten aufmerksam war. Und wir waren bereit.

Das Ergebnis? Bestanden! Und nicht nur so lala, sondern mit anerkennenden Worten: „Eine Einrichtung mit klarer Haltung, hoher Fachlichkeit und sichtbarer Liebe zum Kind“, stand im Bericht. Das hören wir gerne – und feiern es mit einem Extra-Kaffee (oder zwei).

Denn am Ende zeigt so eine Prüfung nicht nur, wo man steht, sondern auch, wofür man tagtäglich einsteht. Für Bildung mit Bewegung, für echte Partizipation und für einen Alltag, der nicht auf dem Papier, sondern im Herzen wirkt.



Die stellvertretende Kitaleitung Alexandra Clasen (li) und Kitaleiterin Johanna Meidlein mit dem Kitaprüf-Zertifikat.

GEWINNSPIEL

Finde die 12 Unterschiede und gewinne das Buch „Tilda, ich und der geklaute Dracula“ von Lara Schützsack



Finde **12** Unterschiede
und gewinne ein Buch

Lara Schützsack Tilda, ich und der geklaute Dracula
www.fischerverlage.de



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 „Tilda, ich und der geklaute Dracula“.

www.reginakehrn.de

UND SO GEHT'S:

Finde die 12 Unterschiede und gib die richtige Lösung, deinen Namen und deine Adresse bis zum **24. Oktober 2025** bei den ETV-Informationen ab oder sende alles an:
Eimsbütteler Turnverband e.V.,
Bundesstraße 96,
20144 Hamburg

REISEN

HERBSTFERIEN IM WILDEN WESTEN

Abenteuer und Spaß werden bei dieser ETV-Reise großgeschrieben. Bei diesem Abenteuer für unsere jungen Mitglieder und Gäste zwischen acht und 13 Jahren reiten wir gemeinsam vom **19. bis 24. Oktober 2025** mit unserer Kutsche (Reisebus)

nach Pullman City in den Harz. In Pullman City können wir uns im Saloon, in der Schmiede und Sheriffbüro austoben. Bullen-Rodeo reiten, Bogenschießen und Schminken dürfen da natürlich auch nicht fehlen. Um die Westernstadt herum grasen Bisons und Pferde, die das Erlebnis abrunden. Es gibt täglich eine Wild West Show zu bestaunen.

Für drei Mahlzeiten am Tag ist gesorgt. Auch kleine Helden müssen Mal schlafen. Sie können sich im „Fort Bent“ in 4- bis 6-Bett-Zimmer vom ereignisreichen Tag erholen.

Preise: 485 Euro für ETV-Mitglieder und KiJu Kinder / 550 Euro für Gäste

Kontakt

reisen@etv-hamburg.de,
040/401769-23



REISEN

SKI- & SNOWBOARD-FREIZEIT IN DEN FRÜHJAHRSFERIEN

Der ETV fährt in den Frühjahrsferien 2026 mit Jugendlichen zwischen zwölf und 17 Jahren eine Ski- & Snowboardfreizeit an. Wir fahren gemeinsam mit dem Reisebus auf die Tauplitzalm nach Österreich. Dort sind wir sieben Nächte in einem 4-Sterne-Hotel mit Vollpension untergebracht. Die Unterkunft liegt direkt an der Skipiste. Die Leih-Ausrüstung ist im Preis inbegriffen und bekommen wir vor Ort.



Die Unterkunft liegt perfekt – so bleibt mittags Zeit für eine kleine, warme Stärkung, ohne dass wir wertvolle Pistenzeit verlieren. Es werden an sechs Tagen Ski- und Snowboardkurse für alle Levels angeboten, auch der Skipass ist im Preis inbegriffen. In der Unterkunft gibt es sogar ein Hallenbad und eine Zirbenholz-Panorama-Sauna. Was möchte man nach einem großartigen Tag auf der Piste noch mehr? Bereit für unvergessliche Tage im Schnee? Dann meldet euch jetzt an.

Preise: 1.249/1.399 Euro (ETV- & KiJu-Kinder / Gäste)

Kontakt

reisen@etv-hamburg.de,
040/401769-23

ANZEIGE

IRGENDWAS MIT MEDIEN!

STARTE
jetzt deine
Karriere in der
Mediabranche:

Duales Studium,
Traineeship,
Ausbildung,
Praktikum



HYBRID MARKETING
COMMUNICATION

JOM

KINDERSPORT

DIE EIMSBÜTTELINIS SIND LOS

Ab sofort findet unser Kursformat „Pampersgymnastik“ für Babies und Kleinkinder zwischen zehn Monaten und zwei Jahren unter dem Namen „Eimsbüttelinis“ statt. Das Kurskonzept bleibt dabei unverändert. Alle Termine, Inhalte, Ansprechpartner:innen und die Anmeldung über Clubity bleiben wie gewohnt.

Unsere Trainingszeiten:

Dienstags, 10-11, 15-16, 16-17 Uhr



Donnerstags, 15-16, 16-17 Uhr
in Gym III, Sportzentrum Bundesstraße

Kontakt

kindersport@etv-hamburg.de,
040/401769-23

KINDERSPORT

KURSLEITUNG GESUCHT

Der ETV sucht für seinen Kindersportbereich engagierte Übungsleiter:innen, die mit Begeisterung und Verantwortungsbewusstsein unsere jungen Mitglieder sportlich fördern möchten und idealerweise bereits über Erfahrung in der Arbeit mit Kindern verfügen. Der Verein unterstützt aber auch gerne bei der Aus- oder Weiterbildung. Aktuell suchen wir eine Kursleitung für unser Eltern-Kind- und unsere

Kinderturn-Angebote in der Sporthalle der Stadtteilschule Eppendorf, Löwenstraße 58.
15:45-16 Uhr Aufbau
16-16:45 Uhr Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre)
16:45-17:30 Uhr Kinderturnen (4-6 Jahre)
17:30-18:30 Uhr Kinderturnen (6-8 Jahre)

Kontakt

kindersport@etv-hamburg.de,
040/401769-23

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Einladung zur ETV-Jugendversammlung

am Montag, den 15. September 2025 um 18:30 Uhr
im Oberhaus des ETV Sportzentrums Bundesstraße,
Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Bericht des Jugendausschusses
3. Jahresrechnung (Jugendplan und Qualifizierungsfonds)
4. Genehmigung der Jahresrechnung
5. Entlastung des Jugendausschusses

6. Wahlen:
a. den/die Jugendwart:in
b. den/die Kassenwart:in
c. den/die Sportreferent:in
7. Wahl der Jugendvertreter:innen für die Delegiertenversammlung
8. Berichte aus den Abteilungen
9. Verschiedenes
Abteilungen, die nicht vertreten sind, haben für das kommende Jahr keinen Anspruch auf einen Zuschuss aus dem ETV-Jugendplan.
Mathis Wittneben
Jugendwart

KINDERSPORT

BOXEN FÜR JUGENDLICHE

Technik, Selbstvertrauen, Disziplin – all diese lernen Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren beim Boxen für Jugendliche. Boxen ist nicht nur ein Sport. Es bringt Teilnehmende körperlich richtig nach vorne, macht den Kopf frei und hilft, konzentrierter und selbstbewusster zu werden – gerade in einem Alter, in dem man viel um die Ohren hat. In unserem Kurs können sich die Jugendlichen auspowern, fitter

werden und ganz nebenbei mentale Stärke aufbauen. Ein erfahrener Trainer zeigt die Basics: Technik, Beinarbeit, Reaktion – und auch Sparring, aber immer fair und mit Respekt. Denn Boxen bedeutet nicht nur, gut zuzuschlagen, sondern vor allem auch, Haltung zu zeigen.

Mitmachen können sowohl Anfänger:innen als auch Jugendliche mit Vorerfahrung. Mitglieder können den Kurs direkt über die App buchen, Probestundentermine können per Mail oder telefonisch gebucht werden.

Kontakt

kindersport@etv-hamburg.de,
040/401769-23



KINDERSPORT

KINDERYOGA MINI & MAXI

**KINDERYOGA MINI
2 bis 4 Jahre**

In diesem Kurs entdecken die Kleinsten spielerisch die Welt des Yoga. Mit bunten Materialien wie Tüchern und Federn erleben sie erste Asanas sowie Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen. Freies Spiel sorgt für Abwechslung und Raum zur Entfaltung. Der Kurs kann mit oder ohne Bezugsperson besucht werden – gemeinsames Mitmachen ist herzlich willkommen.

Montags, 15-15:45 Uhr, Kursraum 1, Sportzentrum Hoheluft

**KINDERYOGA MAXI
5 bis 7 Jahre**

Dieser Kurs fördert auf kreative Weise Körpergefühl, Konzentration und Selbstausdruck. Mit fantasievollen Yoga-Übungen stärken die Kinder nicht nur



Kraft und Beweglichkeit, sondern bauen auch Stress ab und lernen Teamarbeit. Eine ganzheitliche Erfahrung für Körper, Geist und Seele.
Montags, 16-17 Uhr, Kursraum 1, Sportzentrum Hoheluft

Kontakt

kindersport@etv-hamburg.de,
040/401769-23

VERANSTALTUNG

TAG DER FAMILIEN AM 6. SEPTEMBER

Am Samstag, den 6. September öffnen wir die Türen für alle ETV-Familien und Gäste. Von 10 bis 15 Uhr werden auf dem Softballplatz im Sportzentrum Bundesstraße verschiedene und spaßige Attraktionen angeboten. Neben dem Tag der Familien findet zudem der Kinderflohmarkt und der Vorentscheid der Kinder-Olympiade statt.

Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt. Neben dem bunten Tagesprogramm könnt ihr euch auf dem gesamten Gelände sowohl sportlich als auch kreativ austoben: Es gibt eine Hüpfburg, eine Malstation, eine Schminkstation und vieles mehr.

Der Kinderflohmarkt bietet dieses Jahr von 10 bis 15 Uhr 60 Verkaufsstände. Dort werden zahlreiche Artikel rund um das Kind angeboten. Es erwartet euch eine Vielzahl an Spielzeugen und Kinderbekleidung.

Ebenfalls findet der Vorentscheid der Kinder-Olympiade von 10.30 bis 13 Uhr in der Großen Halle statt. Alle Kinder der Jahrgänge 2015 bis 2020 sind herzlich eingeladen, sich innerhalb ihrer Jahrgänge in dem Kinder-Olympiaden-Parcours zu messen. Eine Mitgliedschaft im ETV ist dafür nicht erforderlich. Der Parcours ist ein komplexer Zeittest, bei dem Bewegungsaufgaben mit unterschiedlichen Anforderun-



gen und Bedingungen, nacheinander, schnell und präzise durch die Kinder zu lösen sind.

Die „Olympiasieger“ eines jeden Jahrgangs dürfen sich am 28. September beim Hamburger Finale in der Leichtathletikhalle in Alsterdorf mit den schnellsten Kindern der anderen TopSport-Vereine messen. Die Kinder-Olympiade ist zwar vor allem ein spaßiger Wettbewerb, dient aber auch der Talentsichtung. Die Teilnehmenden des Finales werden zu einem Talenttest

eingeladen und haben die Möglichkeit an einer regelmäßigen Talentfördergruppe des Hamburger Sportbunds (HSB) teilzunehmen. Acht der hamburgweiten Talentaufbaugruppen finden beim ETV statt.

Wer an diesem Tag in den ETV eintritt, spart die einmalige Aufnahmegebühr von maximal 24,60 Euro. Wer an diesem Tag in das ETV-Studio eintritt, spart außerdem die einmalige Studio-Aufnahmegebühr von 74,40 Euro.

FUSSBALL

NEUER PREMIUM-KUNSTRASENPLATZ AM SPORTZENTRUM HOHELUF

Der ETV hat ein neues Aushängeschild: Nach dreizehn Jahren und nach fast zwei Jahren Planungszeit wurde

in Rekordzeit der Fußball-Kunstrasenplatz des Sportzentrums Hoheluft in den ersten Wochen der Sommerferien



erneuert. Die Fußballabteilung des ETV hat den Wechsel des Belags sorgfältig vorbereitet. Dabei wurden mögliche Beläge recherchiert und Favoriten vor Ort begutachtet. Die Wahl ist schlussendlich auf das Modell Pure PT der Marke Greenfields aus den Niederlanden gefallen. Er zeichnet sich dadurch aus, dass er besonders naturnah, weich und dadurch für die Spieler:innen gelenkschonender ist, was wiederum vorbeugend gegen Verletzungen wirkt.

„Der neue Platz ist damit das Beste, was es momentan auf dem Markt gibt“, sagt Jon Pauli, Koordinator der ETV-Fußballabteilung. „Neu ist auch, dass es kein Infill mehr gibt, weder Sand noch Kork oder Granulat“, erzählt Pauli weiter. Die

Gummigranulat-Technik wurde von der EU 2023 ab 2031 verboten. Dieses Verbot ist Teil einer umfassenderen EU-Verordnung zur Beschränkung von Mikroplastik. Ziel ist es, die Freisetzung von Mikroplastik in die Umwelt zu reduzieren, da Kunstrasen-Granulat eine bedeutende Quelle für solche Emissionen darstellt. Der neue Platz kommt ganz ohne Verfüllung aus und passt hervorragend in die Nachhaltigkeitsstrategie des Vereins.

Frank Fechner, 1. Vorsitzender des ETV: „Es ist wirklich eine besondere Erfahrung, diesen Platz zu begehen und die Qualität des Belags zu spüren. Ich bin sehr gespannt auf das Feedback der Spielerinnen und Spieler.“

TEAM 55PLUS

Opernbesuch mit der neu gegründeten Theatergruppe

Am 3. Juli 2025 hatte die Theatergruppe des Team 55Plus ihre Premiere bei der letzten Vorstellung der Staatsoper unter der Intendanz von Georges Delnon. Die Inszenierung und die musikalische Darbietung von Mozarts Le Nozze de Figaro begeisterte von der Ouvertüre bis zum Schlussakkord.

Abschließend durften wir bei einem kleinen Umtrunk vor der Opera Stabile mit den Besuchern, den Darstellern und Mitgliedern des Orchesters den Abend Revue passieren lassen. Wir danken Jutta Holz für die Organisation und freuen uns schon sehr auf weitere spannende und bereichernde kulturelle Abende.

TEAM 55PLUS

Zauberkurs für Erwachsene

Habt ihr Kinder oder Enkel, für die ihr gerne einmal zaubern würdet? Zum Jahresabschluss haben wir ein kleines Highlight für euch: einen Kurs mit dem Zauberer Wolfgang Buhr. Er ist über 40 Jahre Mitglied im magischen Zirkel Deutschlands. Mit seiner individuellen Unterstützung lernt ihr Zaubertricks mit Seilen, Karten, Würfeln und anderen alltäglichen Dingen. Er vermittelt euch viele wertvolle Tipps, wie man auch mit einfachen Mitteln eindrucksvolle Zaubertricks vorführen kann und was bei der Zauberei für und mit Kindern besonders wichtig ist.

Zaubern müsste man können!

Wann: 18. November, 10-16 Uhr im Oberhaus des Sportzenentrums Bundesstraße

Kosten: 50 Euro, Buchung ab 1. Oktober via App



Von links nach rechts:
Wolfgang Scholz,
Ulla Müller,
Uli Krüger,
Guido Pankau,
Ute Rogge,
Birgit Veyhle,
Joachim Keller

TEAM 55PLUS

IDEEN UMSETZEN – WAS UNSER LEBEN BEREICHERT

Am 29. April fand unsere diesjährige ETV 55Plus-Versammlung statt, auf der unser neues Team gewählt wurde. Nun sind wir wieder vollzählig und paritätisch besetzt.

Es haben sich neben uns weitere ETV-Mitglieder gefunden, die die Motivation spüren, Ideen mit uns und für euch umzusetzen. Auf dem „Markt der Ideen“ stellten sie dies mit großem Engagement vor. An den entsprechenden Thementischen kam es zu einem angeregten Austausch untereinander.

Um weiterhin in einem so angeregten Austausch mit euch zu bleiben, haben wir das „erweiterte Team 55Plus“ ins Leben gerufen. Um dabei zu sein,

braucht es nur den Wunsch, etwas beizutragen oder eine eigene Idee umzusetzen. Die erforderliche Unterstützung dazu bekommt ihr von uns.

Nach dem Motto „Jede Idee ist nur so gut, wie ihre Umsetzung“, wurde bereits gestartet: Wir begrüßen eine Gruppe für Literatur, eine für gemeinsame Kinobesuche, eine für gemeinsame Theaterbesuche, eine für gemeinsames Stricken. Eine Gruppe für Gesellschaftsspiele soll sich im Herbst finden. Die Termine, an denen wir uns zum „erweiterten Team“ mit euch treffen, findet ihr in unserem Newsletter.

Wir denken über Lebensqualität nach, was ist es, was unser

Leben bereichert? Eine Antwort, die wir jetzt erleben, ist die Zufriedenheit, die sich einstellt, wenn wir selbstbestimmt und freiwillig unseren Interessen nachgehen und euch einbinden können. Bereichert fühlen wir uns durch die Gemeinschaft, die Gespräche mit euch, die schönen Rückmeldungen, die Inspiration der Veranstaltungen. Und das ist das erweiterte Team: das Engagement und die Kraft, die jeder bereit ist, freiwillig und in gefühlter Leichtigkeit aufzuwenden. Wir freuen uns auf viel Neues im Erleben mit euch und unserem ETV.

Wir sind jederzeit zu erreichen unter: 55Plus@etv-hamburg.de, hier könnt ihr auch unseren Newsletter abonnieren.

TEAM 55PLUS

BESUCH DER SYNAGOGUE

Am 12. Juni 2025 konnten wir unsere Nachbarn, die jüdische Gemeinde Hamburgs, in der seit den 60er Jahren bestehenden Synagoge besuchen. Hier, im Haus der „Zusammenkunft“, denn das bedeutet das Wort „Synagoge“, stand uns Herr Jaeckel zur Seite, der nach einführenden Worten über die Entwicklung der jüdischen Gemeinde nach dem Krieg informativ und humorvoll Eindrücke über das jüdische Leben, das



Gebäude und über die Liturgie vermittelte.

Über die Rolle des Rabbiners und des Kantors in einer jüdischen Gemeinde wurden wir

genauso informiert wie über die Utensilien, die das tägliche Leben, Gebete und Gottesdienst begleiten. Deshalb wurde für uns auch der Thora-Schrein geöffnet, der wunderschön geschmückte Thora-Rollen enthielt.

Wir bedanken uns bei der Gemeinde und besonders bei Herrn Jaeckel für die Möglichkeit des Besuchs und werden weitere Termine anbieten.

BENEFIZSPIEL

EIMSBÜTTEL ALLSTARS – HSV-TRADITIONS- MANNSCHAFT AM 12. SEPTEMBER

In diesem Jahr feiert der Stadtteil Eimsbüttel 750-jähriges Bestehen. Das soll gefeiert werden. Gemeinsam mit dem Bezirksamt, der Bezirksversammlung und einigen weiteren Institutionen richtet der ETV ein Benefiz-Jubiläumsfußballspiel der „Eimsbüttel Allstars“ gegen Vertreter der HSV-Traditionsmannschaft aus.

Das Spiel findet am Freitag, 12. September um 18.30 Uhr auf dem ETV-Fußballplatz im Sportzentrum Hoheluft, Lokstedter Steindamm 77 statt.

Für das Eimsbütteler Allstars-Team, das vom aktuellen Trainer von Altona 93, Andy Bergmann, gecoacht wird, werden unter anderem die Ex-Kicker Richard Golz, André Trulsen, Uwe Eplinius, Jörn Großkopf, Florian Lechner und Thomas Meggle auflaufen. Der aktuelle HSV-Co-Trainer Loïc Favé ist als Eimsbütteler Urgestein ebenso dabei wie die früheren Bezirksamtsleiter Jürgen Mantell, Torsten Sevecke und Kay Gätgens.

Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt, nach dem Spiel können Fotos und Autogramme gesammelt werden. Der Eintritt wird 2 bis 4 Euro kosten, alle Erlöse des Spiels werden an das Spielhaus am Eimsbütteler Marktplatz gespendet.

Tickets gibt es unter **etv-hamburg.de** online sowie an der Abendkasse.



BENEFIZSPIEL ETV ALLSTARS – HSV ALTSTARS

Fußballplatz ETV-Sportzentrum Hoheluft, Lokstedter Steindamm 77

12. September 2025
18:30 Uhr



ETV
HAMBURG

Bunt
Vielfältig
Zeitlos



Anke Wolf
leitet
koordiniert
seit dem
Frühjahr
den ETV-
Rehasport.

REHASPORT

REHASPORT IM ETV – JETZT KOMPLETT!

In den vergangenen sechs Monaten hat sich beim ETV-Rehasport viel bewegt: Wir haben uns nicht nur personell neu aufgestellt sondern auch unsere digitalen Abläufe grundlegend modernisiert. Mit der Einführung einer neuen Verwaltungssoftware arbeiten wir vollständig digital – inklusive elektronischer Unterschriften direkt im System. Lange Wartezeiten, Papierformulare und manuelle Abläufe gehören damit der Vergangenheit an. Das spart Zeit, schont Ressourcen und macht die Teilnahme für alle einfacher. Zudem freuen wir uns, mit Lungensport und Hockergymnastik zwei neue Formate eingeführt zu haben – damit ist unser Rehasport-Angebot ab sofort rundum komplett!

Unser Rehasport-Angebot im Überblick:

- **Orthopädie** – Bewegung, Kraft und Mobilität bei Beschwerden im Bewegungsapparat
- **Herzsport** – Herz-Kreislauf-Training unter ärztlicher Begleitung
- **Beckenbodentraining** – Für Frauen und Männer in getrennten Gruppen
- **Krebsnachsorge** – Spezielles Training für Frauen nach einer Krebserkrankung

- **Wassergymnastik** – Gelenkschonende Bewegung im Wasser
- **Lungensport (NEU!)** – Atemgymnastik und Ausdauertraining bei Atemwegserkrankungen
- **Hockergymnastik (NEU!)** – Schonendes Ganzkörpertraining im Sitzen, ideal bei eingeschränkter Mobilität

In festen Gruppen, angeleitet von zertifizierten Fachkräften, finden inzwischen rund 30 Kurse pro Woche statt – wohnortnah, vielfältig und individuell betreut.

Wie läuft die Anmeldung ab?

Wer Rehasport beim ETV nutzen möchte, lässt sich zunächst vom Haus- oder Facharzt eine ärztliche Verordnung (Formular 56) ausstellen. Diese wird anschließend von der Krankenkasse genehmigt – meist unkompliziert und schnell. Sobald die Genehmigung vorliegt, kann direkt Kontakt mit uns aufgenommen werden: telefonisch unter **040 401 769 54** oder per E-Mail an **rehasport@etv-hamburg.de**. Gemeinsam vereinbaren wir dann ein passendes Erstgespräch und den Starttermin für den Kurs. Übrigens: Eine Teilnahme ist auch ohne Verordnung möglich – in diesem Fall erfolgt die Anmeldung direkt über eine ETV-Mitgliedschaft mit entsprechendem Zusatzangebot.

AUFSICHTSRÄTE GESUCHT



Die diesjährige Delegiertenversammlung des Eimsbütteler Turnverbands findet am 20. November im Haus des Sports statt. In diesem Jahr finden turnusgemäß Wahlen zum Aufsichtsrat statt.

Es sind drei Positionen der insgesamt sieben Auf-

sichtsräte zu besetzen, alle drei für vier Jahre. Zwei der jetzigen Aufsichtsräte stellen sich wieder zur Wahl, ein Mitglied wird ausscheiden, da es aus satzungsrechtlichen Gründen nicht wieder kandidieren kann.

Auch bei den Verbandsrechnungsprüfer:innen ist eine Position für insgesamt vier Jahre zu wählen.

Wer sich für eine Kandidatur interessiert, meldet sich bitte beim Vorstand unter vorstand@etv-hamburg.de. Der Aufsichtsrat oder die Verbandsrechnungsprüfer informieren gern über Ihre Arbeit.

SPORTLEREHRUNG DER EIMSBÜTTLELER BEZIRKSVERSAMM- LUNG 2025

Am 20. Juni um 18 Uhr wurden von der Bezirksversammlung während einer feierlichen Verleihung in Hamburg-Schnelsen zahlreiche verdiente ETVer geehrt, die im letzten Jahr herausragende sportliche Leistungen erbracht haben. Herzlichen Glückwunsch an alle Geehrten.



Luscan, Markus Vossenberger, Olaf Ziebel, Fechten, Deutsche Mannschaftsmeister Florett, Senioren

- 2. Bundesliga Basketballerinnen, Aufstieg in 2. Bundesliga
- Mario Grotheer, Golf, u.a. 1. Platz Special Olympics SH
- Johanna Arp, Laura Kaltenberg, Marie Petermann, Hannah Ruser, Maira Teichler, Johanna Thümer, Geräturnen, u.a. Aufstieg in Landesliga 1
- Zang Minchang, Kalle Rosenbaum, Badminton, u.a. 2. Platz DM, Mixed-Doubles U13

EURE MEINUNG ZÄHLT

Wir möchten es wieder von euch wissen! Wie zufrieden seid ihr mit dem Angebot im ETV? Was läuft gut – und wo können wir noch besser werden? Mit eurer Hilfe wollen wir den Verein gemeinsam weiterentwickeln. Denn: Jede Meinung zählt!

Ob persönliche Erfahrungen aus eurer Abteilung, Wünsche rund um Kurse oder allgemeines Feedback – in unserer

neuen Mitgliederumfrage könnt ihr uns all das ganz unkompliziert mitteilen.

Neu in der ETV-App: Die Textfeld-Suchfunktion

Ein Punkt, den sich viele von euch gewünscht haben, ist bereits umgesetzt: In der ETV-App könnt ihr nun ganz gezielt nach Kurstiteln suchen – einfach den Namen oder ein Stichwort eingeben und

direkt zum gewünschten Kurs springen. Die bekannten Filtereinstellungen zur Eingrenzung nach Ort, Zeit oder Kategorie bleiben natürlich erhalten.

Warum mitmachen?

Eure Rückmeldungen sind für uns eine echte Hilfe: Sie zeigen, was euch im Vereinsalltag bewegt – und wo wir als Verein besser werden können. So ent-

steht ein echtes Miteinander und ein Verein, der zu seinen Mitgliedern passt.

Ob Lob, Kritik oder neue Ideen: Nehmt euch ein paar Minuten Zeit und macht mit. Die Umfrage lässt Raum für das, was euch wirklich wichtig ist. Scannt einfach mit der Kamerafunktion eures Handys den QR-Code, dann kommt ihr direkt zur Umfrage.



Mitgliederumfrage 2025



AUSSTELLUNG

WILD IN EIMSBÜTTEL: NEUE AUSSTELLUNG

Der ETV zeigt in seinem Sportzentrum Bundesstraße in diesem Sommer in der Sportgalerie im Untergeschoss die Ausstellung „Wild in Hamburg“ der Eimsbütteler Fotografin Frederika Hoffmann anlässlich des 750-jährigen Jubiläums des Stadtteils Eimsbüttel in diesem Jahr.

Die Fotografin befasste sich mit der Geschichte Eimsbüttels und war erstaunt über die Beschreibungen ländlicher Idylle: „Eimsbüttel war früher ein Dorf, in

dem natürlich auch Tiere lebten – Haustiere, Nutztiere und wilde Tiere. Die Vorstellung, dass vor gar nicht allzu langer Zeit Tiere durch eine Landschaft spazierten, wo heute hohe Häuser stehen, inspirierte mich zu dem Fotoprojekt“, erzählt sie.

Vor 750 Jahren, im Jahr 1275, wurde Eimsbüttel erstmals urkundlich erwähnt. Damals hieß das Dorf Eymersbuttele. Es war ein kleines Dorf mit nur sieben Höfen vor den Toren Hamburgs im heutigen Gebiet von Eims-

bütteler Marktplatz, Fruchttalee und Heußweg. Es gab weder Kirche, Schule noch Mühle.

„Wild in Eimsbüttel“ bringt mit einem Augenzwinkern die beiden Welten (damals und heute) zusammen. Hoffmann erstellte die nun gezeigte Serie zwischen 2019 und 2025 und wählte für dieses Projekt einen experimentellen Ansatz mit Collagen. Herausgekommen sind liebevolle Studien des Stadtteils und die Schaffung neuer Bilderwelten in unterschiedlichen Stadtszenen: Ein zotteliges Schaf auf einer Baustelle in der Osterstraße, ein Elch im Morgenlicht auf dem Eimsbütteler Marktplatz oder eine Kröte vor einem Durchgang in der Muggenkampstraße.

Bei der Auswahl der Motive war es Hoffmann wichtig, die inhaltliche Aussage des Bildes mit Perspektive, Lichteinfall, Farbigkeit und Stimmung zu kombinieren. Für das Zusammensetzen der Collagen wählte Hoffmann die Technik der Fotomontage.

Die Ausstellung kann zu den Öffnungszeiten des Sportzentrums Bundesstraße besucht werden, der Eintritt ist kostenlos.



FLOHMARKT

Baby- und Kinder- Secondhandbasar in der ETV Kita Hoheluft

Am 11. Oktober 2025 geht der beliebte ZweiteLiebe-Basar in die dritte Runde! Von 10 bis 15 Uhr verwandelt sich die ETV Kita erneut in einen besonderen Verkaufsort für hochwertige, gut erhaltene Secondhand-Schätze – kommt vorbei!

Möchtet ihr aussortierte Kleidung, Spielsachen, Bücher oder andere schöne Dinge weitergeben? Dann werde jetzt Verkäufer:in auf unserem Nummern-Basar und das ganz ohne Verkaufsstress und ohne Flohmarkt-Chaos. Meldet euch einfach an.



KOOPERATION

HPV-IMPFAKTION IM ETV

Am Dienstag, den 24. September 2025 findet von 15 bis 18 Uhr im ETV-Sportzentrum Bundesstraße, Bundesstraße 96 eine kostenfreie HPV-Impfaktion der Stadt Hamburg für Kinder und Jugendliche von 9 bis 17 Jahren statt.

Die Impfung schützt vor verschiedenen Krebsarten und Genitalwarzen. Sie ist für

Jungen und Mädchen empfohlen – am besten bis zum Alter von 14 Jahren. Alle

Interessierten können ohne Anmeldung vorbeikommen. Wichtig ist, dass unbedingt ein Elternteil und der Impfpass mitgebracht werden!

Weitere Infos über HPV:
hamburg.de/go/hpv



DIE BESTE ZEIT FÜR EINE HPV- IMPfung?

- Am 24.09.2025 von 15 – 18 Uhr
- ETV Sportzentrum Bundesstraße
- Eltern und Impfpass nicht vergessen!

Am besten zwischen 9 und 14 Jahren impfen lassen!

www.hamburg.de/go/hpv



So sah vor circa 100 Jahren ein Patientenzimmer aus (Krankenhaus Elim, Hohe Weide 17, im Jahr 1927 eröffnet, hier steht heute das Ärztehaus).

ANZEIGE



organic - fair - pretty



Bio-Baumwolle

Kaschmir

Alpaka

Seide

Mohair

Wolle

Tencel

uvm.

online-shop
marlowe-nature.de

sustainable since 1992

Unsere Mode suchen wir persönlich für Sie aus und beraten Sie jederzeit gerne. Wir arbeiten ausschließlich mit Modelabeln und Designern zusammen, die von ökologischer und fairer Produktionsweise überzeugt sind.

Beim Schlump 5 & 9

Mo-Fr 11-19, Sa 11-17

150 JAHRE AGAPLESION DIAKONIEKLINIKUM HAMBURG (DKH)

OFFENE TÜR AM 13. SEPTEMBER MIT BLICK HINTER DIE KULISSEN

Vor 150 Jahren nimmt die Diakonissenanstalt Alten Eichen, einer der heutigen Träger des DKH, in einer kleinen Wohnung in Altona ihre Krankenhausarbeit auf. Eine Antwort auf die verheerenden sozialen und gesundheitlichen Missstände dieser Zeit. Diakonissen wollen dort helfen und die Kranken pflegen: Das Jahr 1875 gilt als die Geburtsstunde des DKH.

150 Jahre Krankenhaus-Geschichte, das bedeutet erstaunliche, erfreuliche Fortschritte in allen Bereichen bis heute. Anlässlich des Jubiläums wurde im Frühjahr auf dem Vorplatz des DKH die Ausstellung „150 Jahre Krankenhaus“ eröffnet.

Gefeiert wird das Jubiläum auch mit einem Tag der offenen Tür: Am **Sonntag, 13. September 2025, 12 bis 17 Uhr**, bietet das Klinikum seinen Besucher:innen spannende Einblicke in die vielfältige Welt eines modernen Krankenhauses. **Rund 60 Fachbereiche, Abteilungen, Vereine und Initiativen** stellen ein abwechslungsreiches Programm auf die Beine.

■ **Auf dem Krankenhaus-Vorplatz** sind Nachbar:innen und Kooperationspartner wie der ETV vertreten, auch der Mitternachtsbus, die Freiwillige Feuerwehr Pöseldorf mit Einsatzwagen, Ausbildungsstätten für Pflege- und Therapieberufe, Selbsthilfegruppen sowie die Kita mit einem

fröhlichen Kinderprogramm. Auch die Palliativarbeit stellt sich vor.

■ **In der Magistrale** präsentieren sich die medizinischen Fachabteilungen, das Pflegeteam, die Patientensicherheit, die Grünen Damen und Herren sowie viele weitere Bereiche und geben spannende Einblicke in ihren Alltag.

■ **Ein Rundgang** durch das Haus macht das Unsichtbare sichtbar: Besucher:innen können Orte erleben, die ihnen sonst eher verborgen bleiben – darunter die Zentrale Notaufnahme, ein Operationsaal, das Herzkatheterlabor, die Krankenhausküche, die Technikzentrale sowie verschiedene Therapiebereiche.

■ **In der „Erlebniswelt Gesundheit“** stehen praktische Mitmachangebote im Fokus: Von Gesundheits-Checks und Reanimationsübungen über Tipps zur richtigen Händedesinfektion bis hin zu Informationen rund ums Thema Altern und Demenz – hier wird Wissen erlebbar gemacht.

Alle Eimsbüttler:innen sind herzlich eingeladen.

DRK-PILOTPROJEKT

NACH OBEN IST NOCH LUFT

In Eimsbüttel ist es eng, das spürt auch das Handwerk. In der „Meistermeile“ in Lokstedt geht es deswegen nach oben.

Zuerst erschienen bei den:  EIMSBÜTTELER NACHRICHTEN



Am Ende des Gangs leuchtet Licht, es sind die Scheinwerfer eines E-Autos. Langsam rollt es durch das zweite Stockwerk. Der Mann am Lenkrad betreibt die Kornbrennerei am Ende des Gangs. Von der Straße in den Aufzug zum Betrieb – kein Problem für ihn.



In der Meistermeile in Lokstedt geht es nach oben, weil es unten zu eng wird. Das Gebäude am Offakamp zeigt, wie gestapeltes Handwerk funktioniert. Wie sich die Vertikale nutzen lässt, wenn die Horizontale nicht mehr ausreicht. Die Meistermeile gehört zu den bundesweiten Pilotprojekten, wenn es um die Zukunft von Handwerkshöfen geht.

„Raus aus der Standortkrise“
In Eimsbüttel wird es für viele

Handwerksbetriebe eng. Hinterhöfe werden bebaut, Hallen abgerissen – Handwerksflächen entwickeln sich zur Mangelware. Was übrig bleibt, kostet mehr, als viele erwirtschaften. Die Handwerkskammer Hamburg spricht von einem Verdrängungseffekt in den Quartierszentren.

Anfang der 2010er-Jahre begannen die Stadt Hamburg und die Handwerkskammer Hamburg, Lösungen zu formulieren, um den Betrieben in der Stadt Platz zu schaffen. In einem Masterplan Handwerk 2020 erarbeiteten Kammer und Senat Maßnahmen für neue, moderne und zentral gelegene Gewerbehöfe. Inspiration fanden sie südlich der Elbe. In München wurden bereits Jahre zuvor die ersten Gewerbehöfe in die Höhe gebaut.

Der Bau des größten mehrgeschossigen Handwerkerhofs in Norddeutschland begann im Mai 2017. Auf vier Etagen sollte

in Lokstedt Platz für etwa 100 Handwerks- und Produktionsbetriebe entstehen. „Handwerkerhöfe sind ein Weg raus aus der Standortkrise in hochverdichteten Quartieren wie im Kerngebiet Eimsbüttel“, sagt Hjalmar Stemmann, Präsident der Handwerkskammer Hamburg.

„Hand-in-Hand-Haus“

Frank Hüllmann und Henning Baalman mieten für ihren Heizungs- und Sanitärbetrieb eine Fläche im Erdgeschoss – mit Hochregalen, Bürobereich und Dartscheibe. Früher haben sie in einem Betrieb in Niendorf gearbeitet, 2019 entschieden sie, sich selbstständig zu machen, und gründeten das Elbhandwerk.

Ein Betrieb, mit dem sie es anders machen wollen als viele in der Branche – Teamgeist statt Einzelkampf. Von einer großen Familie zu sprechen, sei übertrieben, sagen sie, aber von einer Gemeinschaft. „Wer bei uns arbeitet, soll nicht nur Monteur

oder Monteurin sein, sondern ein großer Teil vom Ganzen“, sagt Hüllmann. Es ist eine Philosophie, mit der sie in der Meistermeile Anklang finden.

Bei der Handwerkskammer spricht man von einem „Hand-in-Hand-Haus“. Der Maler empfiehlt Kunden bei Bedarf den Heizungstechniker von nebenan oder den Elektriker ein Stockwerk höher. Vom Anbieter-Mix profitieren die Kunden – und die Betriebe, sagt Strate. Wie sehr jeder Einzelne das für sich nutzt, liegt in seiner Hand.

Hüllmann und Baalman strecken ihre Arme aus. Am Anfang hätten sie hier keinen anderen Betrieb gekannt, mittlerweile arbeiten sie mit mehr als 20 zusammen – auch mit der Konkurrenz. So kommt es vor, dass die benachbarte Heizungsfirma den Notdienst übernimmt, wenn im Elbhandwerk die Weihnachtsfeier ansteht.

An Teamplayern fehlt es in der Meistermeile nicht – vielleicht aber an dem ein oder anderen Parkplatz, sagen die Elbhandwerk-Gründer und grinsen. Zwei Stellplätze stehen jeder Einheit zu. Manche bräuchten mehr, andere weniger. Im Schnitt würde es aufgehen, heißt es von der Handwerkskammer. Aber ein Pilotprojekt sei auch da, um daraus zu lernen – auch die Parkplatzsituation betreffend. Denn das soll die Meistermeile sein: ein Anfang, der zeigt, was geht – und wo Potenziale liegen.

ANZEIGE

#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.

EIMSBÜTTELER NACHRICHTEN



KOOPERATIONEN & VORTEILE

für ETV-Mitglieder

KOOPERATION

Mehr Power fürs Spiel – mit dem Herakles Therapiezentrum an deiner Seite



Verletzungs- und Leistungsdiagnostik der ETV-Volleyballspielerin Luise Klein

Ob krachender Angriffsschlag oder souveräne Annahme – Leistung beginnt lange vor dem Anpfiff. Als offizieller Physiotherapie-Partner des ETV begleiten wir dich ganzheitlich: von präziser Diagnostik über punktgenaue Therapie bis hin zur High-Tech-Regeneration.

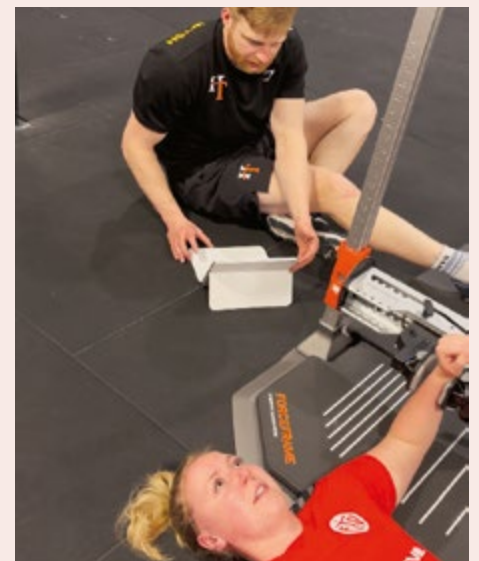
Warum Herakles & ETV so gut zusammenpassen

- **Erfahrung an der Seitenlinie:** Seit diesem Jahr betreuen wir ETV-Volleyballerinnen in der 2. Bundesliga und wissen, was Mannschaften wirklich brauchen – schnelle Hilfe im Akutfall und smarte Prävention für dauerhafte Performance.
- **Drei Standorte, kurze Wege:** Innenstadt, Lokstedt und Altona – immer dort, wo du trainierst oder arbeitest. Termine montags bis freitags von 7 bis 20 Uhr, online buchbar mit wenigen Klicks.
- **Evidenzbasiert & menschlich:** Unser interdisziplinäres Team aus Sportphysiotherapeutinnen, Manual-Therapeutinnen und Athletikcoaches verbindet neueste Studien mit einer großen Portion Empathie. 11 500+ zufriedene Patientinnen – vom Nachwuchstalent bis zur Profithletin.

Lust auf ein unverbindliches Kennenlernen?

Sichere dir jetzt deinen Termin unter **herakles-therapiezentrum.de** oder ruf uns an:

040/209 72 918. Wir bringen dich gesund, stark und selbstbewusst aufs nächste Level.



UNSER LEISTUNGSPAKET FÜR DEN VEREINS- UND BREITENSport

DEIN ZIEL	UNSER ANSATZ	DEIN BENEFIT
Verletzungen vermeiden	Bewegungs- & Kraftscreenings mit VALD-System	Individueller Präventionsplan
Schnell zurück aufs Feld	Manuelle Therapie, EMField® sowie Recoveryboots	Spürbar weniger Ausfallzeit
Performance steigern	Medizinische Trainingstherapie & Athletikcoaching	Mehr Power, Stabilität & Ausdauer

ADVERTORIAL

Franzbrötchen und Teamgeist: Eine perfekte Kombination

Die Franzbrötchen von „JUNGE – Die Bäckerei“ sind vermutlich des besten Hamburgs: außen knusprig und innen weich, zimtig und lecker. Es ist kein Wunder, dass das rot-weiße Logo der Bäckerei perfekt mit den Farben unseres ETV harmoniert. Und vielleicht war es genau der Geschmack eines dieser köstlichen Franzbrötchen, der den Anstoß für eine wunderbare Partnerschaft gab.

Als die Frage nach neuen Trikots für die Basketballmannschaft der M14/2 aufkam, war es nur eine kurze Zeitspanne und drei Telefonate und Mails, die die Verantwortlichen bei „JUNGE – Die Bäckerei“



überzeugten, wie wertvoll es ist, den Jugendbasketball mit frischer Unterstützung zu bereichern. Und so wurde aus einem einfachen Gedanken ein echtes Geschenk: die neuen Trikots, die das Team nun tragen darf, sind nicht nur ein Zeichen für Teamgeist, sondern auch für die Qualität, die unsere Jugendförderung verdient.

Genau wie die freundlichen Mitarbeiter:innen in den Filialen von „JUNGE – Die Bäckerei“ glänzt auch das Team der M14/2 in seiner positiven Energie. Durch diese großzügige Unterstützung trägt die Mannschaft nun mit Stolz eines der schönsten Trikots in der Stadt. Ein großes Dankeschön an „JUNGE – Die Bäckerei“

für das Vertrauen und die Unterstützung. Wir hoffen, dass wir bald genauso gut sind wie die großartigen Franzbrötchen!

Wer sie noch nicht kennt, sollte sie dringend probieren. Aber Vorsicht, die sind immer schnell ausverkauft.

ANZEIGE

WEIL WIR DIE EXPERTEN IN Familienfragen SIND.

Individuelle Beratung & umfassender Service für die ganze Familie

Als (junge) Familie erlebt man immer wieder überraschende Herausforderungen – oft genau dann, wenn man es am wenigsten gebrauchen kann. Wir sind an 365 Tagen im Jahr von 8 bis 24 Uhr für Sie da und bieten Ihnen ein offenes Ohr und familienfreundliche Services.

Darauf können Sie bei uns zählen:

- Über 30.000 Artikel immer vorrätig
- Beratung und Sortiment speziell für Schwangerschaft, Stillzeit und Alltag mit Kind
- Milchpumpen-Verleih
- Kostenloser Wochenbett-Lieferservice
- Bequeme Online-Bestellung
- Herstellung von Kinder-Arzneimitteln
- Treueprogramm mit attraktiven Rabatten

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

Ihre Apotheke für unterwegs

Mit der VITA App wird der Alltag mit Kind leichter. Jetzt kostenlos downloaden.



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





ABGEFAHREN:

Die Günstigsten im Markt.



Neuwagen
mtl. unter
350 €
schnell sichern!

Mach deinen Deal jetzt!

Schau direkt mal rein:
www.ichbindeinauto.de

DEIN AUTO. DEIN ABO.
Athletic Sport Sponsoring



Ein Anmeldebogen pro Person. Bitte in Druckgroßbuchstaben ausfüllen.

Mehrfachnennung nicht möglich.

[illegible]

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.

[illegible]

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

BANKEINZUGSERMÄCHTIGUNG:

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

Zeitraum der Abbuchung	☐ vierteljährlich						☐ halbjährlich						☐ jährlich						Hinweis: Eine andere Zahlungsweise ist nicht möglich							
Kontoinhaber (falls abweichend)																										
IBAN	D	E																								
Ort, Datum													Unterschrift Kontoinhaber													

☐ 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.



Telefon: (040) 40 17 69-0
Fax: (040) 40 17 69-69
E-Mail: info@etv-hamburg.de



ABTEILUNGSSPORT

- ☐ Alkido
- ☐ Badminton
- ☐ Baseball/Softball
- ☐ Basketball
- ☐ Club Céronne/Tanzsport
- ☐ Faustball
- ☐ Fechten
- ☐ Floorball
- ☐ Fußball (1UP)
- ☐ Golf
- ☐ Handball
- ☐ Hockey
- ☐ Judo
- ☐ Kanusport
- ☐ Karate
- ☐ Leichtathletik
- ☐ Gerätturnen
- ☐ Schach bei Union Eimsbüttel
- ☐ Schwimmen/Wasserball
- ☐ Tennis
- ☐ Tischtennis
- ☐ Volleyball Wettkampf

○ TRENDSPORT

○ 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 vereins-eigenen Sportanlagen des ETV

1. Die Mitglieder des Vorstands und des Aufsichtsrats des ETV, die verantwortlichen Abteilungsvorstände sowie die beauftragten Mitarbeiter:innen einschließlich der Hausmeister:innen 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:innen und Trainer:innen im Rahmen ihrer Übungsstunden sowie die Pächter:innen für ihre jeweilige Gastronomie in und auf den Sportanlagen.
2. Bei wiederholten Störungen ist der Vorstand berechtigt, ein Hausverbot zu erteilen.
3. Während und außerhalb der Trainingszeiten ist Unbefugten der Aufenthalt in den Trainingsräumen nur mit ausdrücklicher Zustimmung des/r aufsichtführenden Übungsleiter:in oder durch das Personal der Informationen bzw. durch die Platzwarte/Platzwärtinnen gestattet. Diese ist vor Trainingsbeginn einzuholen.
4. Mit den baulichen Einrichtungen ist pfleglich umzugehen. Für mutwillige Beschädigungen werden die Verursacher:innen in allen Fällen haftbar gemacht.
5. Das Rennen, Toben oder Springen in Treppengebieten ist verboten.
6. Alle Flucht- und Rettungswege sind jederzeit freizuhalten. Das ETV-Personal ist befugt, jederzeit die Fluchtwege freizuhalten und unsachgemäße Gegenstände aus den Flucht- und Rettungswegen zu entfernen. Das Umziehen ist ausschließlich in den Umkleieräumen gestattet.
7. In den Hallen und Sporträumen sind grundsätzlich Hallensportschuhe mit heller Sohle zu tragen. Auf den Kunstrasenplätzen sind nur Sportschuhe mit glatter Sohle, Multinoppen- oder Nockensohlen erlaubt. Schraubstollen sind dort verboten.
8. Sporthallen, Übungsräume, Umkleieräume und Trainingsplätze etc. sind sauber zu halten. Abfälle sind in die vorhandenen Mülleimer zu werfen.
9. Im gesamten ETV-Sportzentrum Bundesstraße, im ETV-Sportzentrum Hoheluft, in allen Sporthallen und auf den Kunstrasenanlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft ist das Rauchen nicht gestattet. 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.
10. Mit den Flutlichtanlagen des ETV ist angemessen und sparsam umzugehen. Für den Trainingsbetrieb ist die Trainingsbeleuchtung zu nutzen. Nur für den Spielbetrieb ist die Matchbeleuchtung zulässig. Nach dem Training bzw. nach Spielende ist das Flutlicht umgehend auszuschalten.
11. In den ETV-Sportzentren und auf allen Sportanlagen ist der öffentliche Konsum von Cannabis verboten: kein Konsum in unmittelbarer Nähe von Personen unter 18 Jahren; kein Konsum in Schulen, Kinder- und Jugendeinrichtungen, auf Kinderspielflächen sowie in öffentlich zugänglichen Sportstätten und in deren Sichtweite. Eine Sichtweite ist bei einem Abstand von mehr als 100 Metern von dem Eingangsbereich der genannten Einrichtungen nicht mehr gegeben.
12. In den ETV-Sportzentren und in den ETV-Sporthallen ist die Live-Datenweitergabe durch externe Datendienstleister über Spielereignisse oder -Ergebnisse (sog. „Datenscouting“) nur durch von den Sportverbänden lizenzierte Datenscouts erlaubt. Das Datenscouting bei Jugendspielen oder Jugendwettkämpfen ist grundsätzlich verboten. Datenscouts können bei Zuwiderhandlung von der Hausrechtinhabern von der Sportanlage bzw. aus der Sporthalle verwiesen werden. Vom Verein selbst produzierte Streaming- oder Liveticker-Angebote sind erlaubt.
13. Kurse und Sportangebote, für deren Teilnahme eine Anmeldung oder digitale Buchung notwendig ist, können von den Mitgliedern nicht ohne Anmeldung oder Buchung besucht werden.
14. In den ETV-Sportzentren und in allen vom ETV betriebenen Sporthallen sind Hunde 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.
15. Besucher:innen und Mitglieder müssen die Übungsräume unmittelbar nach den Übungsstunden, die anderen Räume bis spätestens 23.00 Uhr bzw. bei Beendigung der Veranstaltungen in den Gastronomiebetrieben verlassen.
16. Aushänge, ausgenommen die an offiziellen ETV-Mitteilungsbrettern oder die der ETV-Abteilungen, bedürfen einer Genehmigung der Geschäftsstelle.
17. Das Abstellen von Fahrrädern, Rollern, Kinderwagen ist nur an dafür vorgesehenen Plätzen erlaubt.

Beschlossen im ETV-Hauptausschuss am 18.02.2025

BEITRÄGE

Erwachsene	Grundbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Erwachsene ab 18 Jahre	29,50 €	24,60 €
Ab 18 Jahren: Schüler:in, Azubi, studierend, Freiwilligendienstleister:in, arbeitssuchend, Inhaber:in eines Schwerbehindertenausweises ab 50 Prozent	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 Abteilungssonderbeiträge/Sonderaufnahmegebühren, die Sie nachstehend finden.

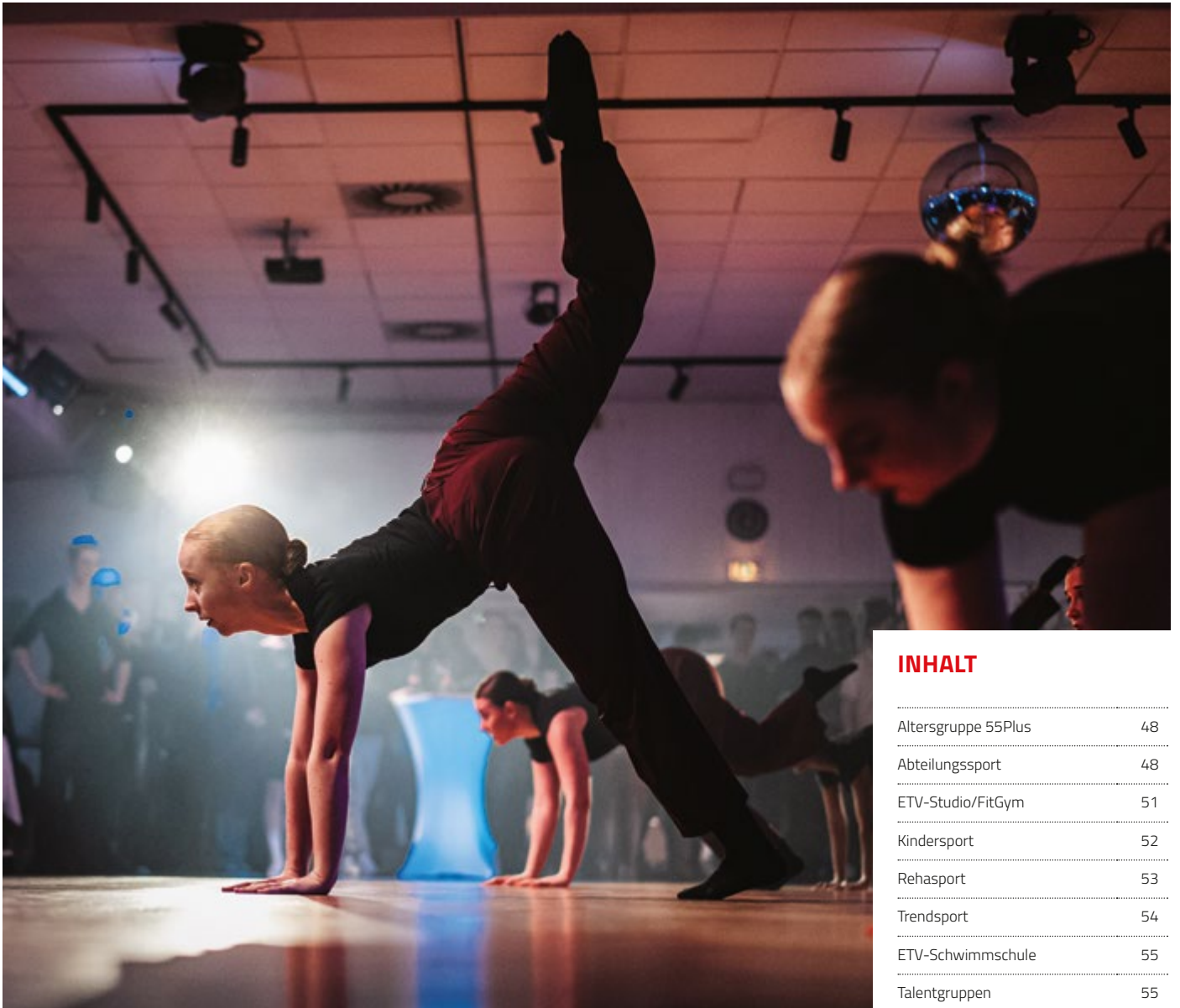
Sonderbeiträge für Sportarten	Sonderbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Aikido Kinder/Erwachsene	10,00 €	10,00 €/15,00 €
Badminton Kinder/Erwachsene	5,00 €	6,00 €/8,00 €
Ballett	8,00 €	–
Baseball/Softball Kinder/Erwachsene	8,50 €/11,50 €	–
Basketball Kinder/Erwachsene	8,50 €	–
Bogensport Kinder/Erwachsene	10,00 €/15,00 €	–
Bouldern bis 12 Jahre/Erwachsene	20,00 €/26,00 €	–
Capoeira bis 18 Jahre/Erwachsene	17,50 €/26,00 €	–
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 €	–
Geräturnen/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:in, studierend, Azubi, arbeitssuchend	11,00 €	58,25 €
Tennis 1. Kind	7,50 €	35,80 €
Tennis 2. Kind	4,50 €	35,80 €
Tischtennis	2,50 €	–
Volleyball Kinder/Erw. Wettkampf	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

Altersgruppe 55Plus	48
Abteilungssport	48
ETV-Studio/FitGym	51
Kindersport	52
Rehasport	53
Trendsport	54
ETV-Schwimmschule	55
Talentgruppen	55

ALTERSGRUPPE 55PLUS

Team 55Plus

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Wir sind ein ehrenamtliches Gremium des ETV, das für interessierte Mitglieder, die 55 Jahre und älter sind, ein abwechslungsreiches Programm zur Freizeitgestaltung rund um die Themen „Gemeinschaft, Bewegung, Kultur und Gesundheit“ organisiert. Unsere Themen und Angebote stehen unter dem Fokus des Miteinanders und der Geselligkeit mit dem Ziel, über die Sportangebote hinaus, neue Freundschaften zu knüpfen und eine aktive Gemeinschaft zu erleben. Die Angebote umfassen wiederkehrende und einmalige Aktivitäten wie Wanderungen, Tagesausflüge, Dinner-Tastings, Lesekreise, Firmenbesichtigungen, Stadtspaziergänge, Ausstellungsbesuche oder Kinoabende. Wir greifen gerne Wünsche oder Anregungen wie Treffen zum Spielen, Handarbeiten oder Kochen auf und prüfen deren Realisierung, auch durch die Ideengeberenden.

Die Veranstaltungen werden über die ETV-Medien (Homepage, App, Magazin, Aushang, Newsletter) kommuniziert. Die Anmeldung erfolgt via ETV-App oder der verantwortlichen Person der Veranstaltung. ETV-Mitglieder – auch unter 55 Jahre, wenn nicht anders festgelegt – haben Vorrang, Familienmitglieder und Freunde können mit angemeldet werden. Unser Newsletter kann via Mail abonniert werden: 55plus@etv-hamburg.de, dort informieren wir neben unseren Angeboten auch über besondere kulturelle Veranstaltungen für individuelle Planungen.

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

Aquaball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Aquaball ist ein inklusives Sportangebot im ETV, bei dem Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam in hüfttiefem Wasser spielen. Zwei Teams mit je vier Spielern treten gegeneinander an – die einfachen Regeln und die Grundmaxime des Fairplays ermöglichen allen, unabhängig von Schwimmfähigkeiten, mit Spaß dabei zu sein. Im gemeinsamen Spiel lernen alle mit- und voneinander. Probetrainings können unter adrian-schlueter@gmx.net vereinbart werden.

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, sondern auch der Freizeit- und Breitensport. Zurzeit gilt für alle Trainingsgruppen leider ein Aufnahme-stopp! Kontakt für Anfragen: 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-basketball.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: mjenkins@etv-hamburg.de

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 Tagesticket 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 / Conterporania 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 (mit Anfängertraining) 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 größten Abteilungen Hamburgs. Wir unterteilen in Leistungsteams und Aufbauteams. Die Trainingszeiten und Kontakte der Aufbauteams entnehmen Sie bitte der unten stehenden Auflistung. Wir bitten darum, bei Interesse die Trainer direkt zu kontaktieren und nicht einfach am Platz zu erscheinen. Alle Infos zu den Leistungsteams finden Sie auf unserer Website etv-fussball.de/mannschaften/

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

Die Minikicker sind der Start des Fußballspiels beim ETV. Hier gibt es ein altersgerechtes Angebot für die Jüngsten. Bei diesem Angebot fällt zum Mitgliedsbeitrag der Fußballabteilung ein Zusatzbeitrag an. Weitere Infos finden Sie unter etv-fussball.de/minikicker

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. Für beide Angebote fällt zum Mitgliedsbeitrag ein Zusatzbeitrag an.

GolfIm Internet: www.etv-golf.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-hockey.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

Die Hockeyabteilung des Eimsbütteler Turnverband ist ein Club mit einer langjährigen Tradition, Gründungsdatum der Hockey-Abteilung war der 4. September 1932. Geselligkeit, Kameradschaft sowie orientiertes Engagement an der Gemeinschaft schaffen ein Klima, in dem sich Jung und Alt, Aktive und Passive jederzeit gut aufgehoben und wohl fühlen. Der Spaß außerhalb des Platzes ist mindestens so wichtig wie der sportliche Erfolg. Derzeit sind wir mit knapp 250 Nachwuchsspielern einer der am schnellsten wachsenden Hockeyvereine der Stadt. Wir bieten für Kinder regelmäßige Feriencamps an und sind mit unseren Mannschaften bei diversen Turnieren vertreten. Alle Informationen zu den Mannschaften sind auf www.etv-hockey.de zu finden. Anfragen zu Probetrainings können dort über das Kontaktformular gestellt werden.

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 Beitragsmarke des Deutschen Judo-Bundes zu bezahlen. Die Abbuchung erfolgt zum 01. Januar eines jeden Jahres oder der Beantragung des Judopasses. 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-kanusport.de

Im Sommer findet das Kanuttraining 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: kanujugend@etv-hamburg.de. Im Internet: www.etv-kanusport.de

KarateIm Internet: www.etv-karate.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. Die Verletzungsgefahr ist gering! – Wer Karate kennenlernen möchte, ist zum Probetraining jederzeit herzlich willkommen: Wir trainieren in den Budoräumen im 2. Stock der ETV Dreifeldhalle Hohe Weide 17a, in der Sporthalle Altonaer Straße und im Kursraum 1 im Sportzentrum Hoheluft. – Bei Kindern (ab 6 Jahre) und Jugendlichen bitten wir um vorherige E-Mail an: karate@etv-hamburg.de Ansprechpartner: Andreas Salomon-Prym, Joyce Gäer: karate@etv-hamburg.de – aktuelle Trainingszeiten immer auf der Webseite: etv-karate.de. Zeiten können sich kurzfristig ändern! – Freies Training nach Absprache!

Kung FuIm Internet: www.etv-kungfupapuya.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. Du bist an der Leichtathletik interessiert? Dann fülle unseren Wartelistenantrag (<https://forms.office.com/e/D7bDL6c1Ti>) aus und wir melden uns, sobald wir einen freien Platz haben. Du hast Fragen zur Abteilung? Dann wende Dich per Mail an uns: 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, Trittschlägen 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 Ertüchtigung 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. Wettkampfpas 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.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.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 Hirsack 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.

WasserballIm 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, Ansprechpersonen: Paula Riehn, Jan O'Swald, Kontakt: wasserball@etv-hamburg.de. 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

Ballbinis

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bei den Ballbinis 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. 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. Boxen für Jugendliche ist ein dynamischer Sport für Jugendliche im Alter von 14-18 Jahren, der darauf abzielt, Fitness, Selbstbewusstsein und Disziplin zu fördern. 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

Kinderkampfsport

Im 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.

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

KinderyogaIm Internet: www.etv-hamburg.de

Entdecke die Magie von Yoga, wo jedes Alter willkommen ist, um Körper und Geist zu stärken, die innere Ruhe zu finden und eine tiefe Verbindung zu sich selbst und anderen zu erleben. 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: <https://etv-hamburg.de/sportprogramme/kiss-kinder-sport-schule/> 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 Weekend Pampers richtet sich an Kinder ab 10 Monaten 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, mittwochs 15:00-17:00 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, mittwochs 15:00-17:00 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, mittwochs 15:00-17:00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de
Der Rehabilitationssport in der Krebsnachsorge richtet sich speziell an Frauen mit einem austherapierten 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, mittwochs 15:00-17:00 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.

Wassergymnastik (Rehasport)Im Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54, mittwochs 15:00-17:00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de. Rehasport-Wassergymnastik nach Verordnung ist ein ärztlich verordnetes Bewegungstraining im Wasser zur Verbesserung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination, insbesondere bei orthopädischen Beschwerden.

TRENDSPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUFT**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

BogensportIm 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 Bogenarten Visierbogen, Blankbogen und traditioneller Bogen fachgerecht vermittelt. Die Bogensportanlage ist für fortgeschrittene BogensportlerInnen ganztags nutzbar, 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 (65,- 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.

BouleIm Internet: www.etv-hamburg.de

Wir spielen die am weitesten verbreitete Version: Pétanque. Unser Kurs richtet sich an Einsteiger:innen sowie Fortgeschrittene. Einführungen und Übungen finden unter fachlicher Leitung eines Trainers statt; Boule-Sets können vor Ort gestellt werden. Ein Mitspielen ist am selben Tag möglich, denn neben regelmäßigem Training stehen das gemeinsame Spielen und Zusammenkommen im Vordergrund. Wer sich für Boule interessiert, ist herzlich eingeladen am Spiel- und Übungsbetrieb teilzunehmen oder sich bei Fragen vorab per Mail an boule@etv-hamburg.de wenden. Eine Teilnahme ist ohne Voranmeldung möglich. Der Treffpunkt der Gruppe befindet sich auf dem Bogensportplatz im ETV-Sportzentrum Bundesstraße.

Chor STARTupIm 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

ParkourIm 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

PickleballIm 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

TamburelloIm 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 FrisbeeIm Internet: www.etv-hamburg.de

Schneller als Fußball, spannender als Völkerball und mit einer Frisbee, die durch die Luft saust wie bei einem Zaubertrick! Beim Ultimate Frisbee lernst du fliegen wie ein Fußballtorwart, coole Würfe, rasante Sprints und spektakuläre Fänge – und das alles in einem Teamsport, der ohne Schiedsrichter auskommt. Hier zählt Fairness, Spaß und Action! Komm vorbei – egal ob du 7 oder 16 Jahre alt bist – und erlebe es selbst! 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 Schwebgefühl 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 Schwimmernkurse 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 vorderstes 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.

GREMIEN

Vorstand	Frank Fechner (Vorsitzender), Florian Schorpp (Finanzen), Beate Ulisch (Verbundene Unternehmungen), Mathis Wittneben (Jugendwart) Kontakt: vorstand@etv-hamburg.de
Aufsichtsrat	Vorsitzender: Dieter Schütt, aufsichtsrat@etv-hamburg.de
Ehrenausschuss	Sabine Wilcken, 040-4604325, ehrenausschuss@etv-hamburg.de

WEITERE ANSPRECHPARTNER:INNEN

ETV Hamburger Volksbank Volleys	Martika Marin, 040-401769-923, mmarin@etv-hamburg.de
CBS – Campus für Bildung und Sport	Marc Swoboda, 040-401769-27, info@cbs-hamburg.de
ETV Kita Hoheluft	Johanna Meidlein, 040-401769-970, jmeidlein@etv-hamburg.de
ETV KiJu	Jonas Lüdecke, 0151-74540745, jluedecke@etv-hamburg.de
Hallenmanagement	Johan Nilsson, 040-401769-32, jnilsson@etv-hamburg.de
Kinderschutz	Karen Nakamura, knakamura@etv-hamburg.de
Liegenschaften & Technik	Michael Kakoschke, mkakoschke@etv-hamburg.de
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	Friederike van der Laan, 040-401769-960, pressestelle@etv-hamburg.de
Sponsoring & Kooperationen	Jannis Bergmann, 040-401769-923, jbergmann@etv-hamburg.de
Team 55Plus	Vorsitzender: Guido Pankau, 55plus@etv-hamburg.de
Veranstaltungen, Events, Vermietungen	Lena Herold, 040-401769-963, lherold@etv-hamburg.de
Kursanmelde-Hotline	040-401769-0 / -990
Homepage	www.etv-hamburg.de
Shop	www.etv-shop.de

ETV-SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE

Bundesstr. 96 20144 Hamburg	Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.30-23.30 Uhr, Sa./So. 9-20 Uhr An den Feiertagen gelten geänderte Öffnungszeiten. Diese finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage und auf Aushängen in unseren Häusern.
Information	Kontakt: 040-401769-0, info.bundesstrasse@etv-hamburg.de Telefonzeiten: Mo.-Fr. 09:00-22:30 Uhr, Sa./So. 09-19:30 Uhr
Mitgliederverwaltung	Kontakt: 040-401769-21, mitgliederverwaltung@etv-hamburg.de Öffnungszeiten: Mo.-Do. 11-16 Uhr, Fr. 11-14 Uhr
ETV-Studio Bundesstraße	Kontakt: 040-401769-51, studio.bundesstrasse@etv-hamburg.de Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. 9-22:30 Uhr, Mi./Fr. 7-22:30 Uhr, Sa./So. 10-20 Uhr
Gastronomie Pera	Kontakt: T. Pek / Ö. Taptik, 040-75692519, lalpera@hamburg.de

ETV-SPORTZENTRUM HOHELUFT

Lokstedter Steindamm 77 22529 Hamburg	Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-22.30 Uhr, Sa./So. 9-20 Uhr An den Feiertagen gelten geänderte Öffnungszeiten. Diese finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage und auf Aushängen in unseren Häusern.
Information	Kontakt: 040-401769-990, info.hoheluft@etv-hamburg.de Telefonzeiten: Mo.-Fr. 09:00-19:30 Uhr, Sa./So. 09:00-19:30 Uhr
Mitgliederverwaltung/ Buchung Tennishalle & Beachvolleyballplätze	Kontakt: 040-401769-950, igerste@etv-hamburg.de Öffnungszeiten: Mo.-Do. 11-16 Uhr, Fr. 11-14 Uhr
ETV-Studio Hoheluft	Kontakt: 040-401769-912, studio.hoheluft@etv-hamburg.de Öffnungszeiten: Mo./Do. 7-22:30 Uhr, Di./Mi./Fr., 8:30-22:30 Uhr, Sa./So. 10-20 Uhr
Gastronomie ELIMAR Restaurant	Kontakt: 040-32908377, veranstaltung@elimar.hamburg, www.elimar-hamburg.de

EXTERNE ETV-SPORTSTÄTTEN

ETV-Sporthalle Hoheluft Beachvolleyballplätze, Leichtathletikanlage	Lokstedter Steindamm 52, 22529 Hamburg
ETV-Tennishalle	Lokstedter Steindamm 75, 22529 Hamburg
ETV-Sporthalle Hohe Weide	Hohe Weide 17a, 20259 Hamburg
ETV-Beachvolleyballplätze und Fußballplätze Bundesstraße	Bundesstraße 103, 20144 Hamburg
ETV-Schwimmschule Turmweg	Turmweg 33, 20148 Hamburg, Kontakt: Nadia Fraatz, 040-401769-22, info@schwimmschule-turmweg.de
ETV-Bootshaus der Kanusport-Abteilung	Bismarckstr. 57, 20259 Hamburg, Kontakt: 040-40 42 44

SPORTABTEILUNGEN

Aikido	Volker Platz, 0160-444 1234, 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, 0177-4306249, faustballprellball@etv-hamburg.de
Fechten	Florian Vandenberk, fechten@etv-hamburg.de
FitGym/Prävention	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	
Jugendfußball (U15-U19)	Jon Pauli, 040-401769-941, jpauli@etv-hamburg.de
Kinderfußball (U 8-U14)	Mikail Gök, 040-401769-945, mgoek@etv-hamburg.de
Gerätturnen	Florian Schmid, geraetturnen@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
Inklusionssport	Vanessa Harloff, inklusion@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
Kindersport	Jana Steinfurth, 040-401769-23, jsteinfurth@etv-hamburg.de
Ballett und Kindertanz	Sandra Witt, 040-401769-34, switt@etv-hamburg.de
Kindergeburtstage	Mitja Rose, 040-401769-941, kindergeburtstage@etv-hamburg.de
Ferien camps	Christina Berg, 0151-22707477, ferien camps@etv-hamburg.de
Reisen	Jana Steinfurth, 040-401769-23, reisen@etv-hamburg.de
KiSS – Kindersportschule	Vinh Tat, 040-401769-932, kiss@etv-hamburg.de
Leichtathletik	Caroline Bewig, leichtathletik@etv-hamburg.de
Moderner Kampfsport	Robert Wagner, 0176-81353903, modernerkampfsport@etv-hamburg.de
Rehasport	Anke Wolf, 040-401769-54, rehasport@etv-hamburg.de
Schach: Union Eimsbüttel im ETV	Philipp Roselius, schach@etv-hamburg.de
Schwimmen	Andreas Franz, 0162-4349208, schwimmen@etv-hamburg.de
Schwimmschule Turmweg	Nadia Fraatz, 040-401769-22, info@schwimmschule-turmweg.de
Tanzen „Club Céronne“	Sven Siemen, tanzen@etv-hamburg.de
Tennis	Patrick Przeworski, 0172-4037657, vorsitz1@etvtennis.de
Tischtennis	Stefan Herkenhoff, 040-38651984, tischtennis@etv-hamburg.de
Trendsport	Mathis Wittneben, 040-401769-930, mwittneben@etv-hamburg.de
Arm Wrestling	Damian Falk, armwrestling@etv-hamburg.de
Bogensport	Marc Hackelbröger, bogensport@etv-hamburg.de
Boule	Frank Purwin, boule@etv-hamburg.de
Capoeira	Astrid Köstner, capeira@etv-hamburg.de
Chor STARTUP	Guido Rammelkamp, townhousem@gmail.com
Kung Fu	Mohsen Emkani & Dunja Glasmeyer, kungfu@etv-hamburg.de
Parkour	Aljoscha Liebe, parkour@etv-hamburg.de
Pickleball	Mathis Wittneben, 040-401769-930, pickleball@etv-hamburg.de
Tamburello	Mathis Wittneben, 040-401769-930, trendsport@etv-hamburg.de
Volleyball	Wolf Einfalt-Rieger, volleyball@etv-hamburg.de
Wasserball	Andreas Franz, 0162-4349208, wasserball@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:

Caroline Bewig, Eimsbütteler Nachrichten, Frank Fechner, Lars Fieck, Sophia Fiedler, Oliver Gieth, Folke Havekost, Lena Herold, Christian Jess, Martin Korn, Flemming Kühl, Friederike van der Laan, Pat Tessa Mannes, Johanna Meidlein, Joachim Oehling, Krister und Kaissa Ottenberg, Hannah Prohl, Fynn Mago Rumberg, Andreas Salomon-Prym, Ute Schlemmer, Martin Schmelzer, Christian Sondern, Rosa Stecker, Jana Steinfurth, Florian Unterfrauer, Birgit Veyhle, Sina Weigeldt, Mathis Wittneben
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion oder des ETV wieder.

Die Redaktion behält sich vor, eingesandte 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

Agaplesion, Lars Fieck, Maren Hinz, @beikokos, Christine Krüger, Tom Lorenz, manningeaux, Jonas Melcher, Ulla Müller, Kaissa Ottenberg, Justus Stegemann, B. Straubel, Andrea Sviridova, Rainer Wiemers

DRUCK

hey+hoffmann verlagsgruppe

Verkaufspreis durch
Mitgliedsbeitrag abgegolten.

KONTO

Hamburger Volksbank
IBAN DE94 2019 0003 0019 5696 10
BIC GENODEF1HH2

SPENDENKONTO

Hamburger Volksbank
IBAN DE19 2019 0003 0019 5696 02
BIC GENODEF1HH2

NEUES MAGAZIN

Das nächste Magazin
erscheint am **28. Oktober 2025**.

Redaktionsschluss: **12. September 2025**.

FRAGEN & ANTWORTEN

ÄNDERUNG DER PERSÖNLICHEN DATEN

Sollte sich eure Adresse oder E-Mail ändern, könnt ihr diese einfach selbst in eurem Mitgliederbereich in der ETV-App von Clubity ändern. Falls sich beispielsweise eure Bankverbindung ändert, könnt ihr uns gerne eine Mail an mitgliederverwaltung@etv-hamburg.de schreiben.

BARGELDLOSES BEZAHLEN

Der ETV ist bargeldlos, ihr könnt in unseren Sportzentren bequem mit eurer Debit- oder Kreditkarte bzw. dem Smartphone bezahlen.

BEACHVOLLEYBALL

Von April bis Oktober vermietet der ETV an der Bundesstraße und am Lokstedter Steindamm (dort nur an Festbucher:innen) Beachvolleyballcourts. Die Plätze können über Inga Gerste (igerste@etv-hamburg.de, 040-401769-950) oder online gebucht werden.

BILDUNGSPAKET

Der ETV bietet das sogenannte Bildungspaket an. Förderberechtigt sind Kinder und Jugendliche vom 4. bis zum 18. Lebensjahr aus einkommensschwachen Familien. Alle Unterlagen für einen Antrag findet ihr online unter Mitgliedschaft/Fördermöglichkeiten.

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.

FERIENREISEN

Der ETV bietet für Kinder und Jugendliche Reisen an. Ihr findet alle Infos und Buchungsmöglichkeiten online.

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.

GASTRONOMIE

Sportzentrum Bundesstraße: Das Pera versorgt alle Sportler: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. Kontakt: lalpera@hamburg.de, 040-75692519.

Sportzentrum Hoheluft: Das ELIMAR bietet eine moderne norddeutsche Küche mit levantinischen Einflüssen. Dabei legt das Restaurant Wert auf eine nachhaltige Wertschöpfungskette. Neben einem wechselnden und gesunden Mittagstisch gibt es auch Salate, Bowls und vitale Snacks und am Abend eine kreative Karte. Kontakt: veranstaltungen@elimar.hamburg, 040-32908377.

KÜNDIGUNGSFRISTEN

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

NEWSLETTER

Der ETV verschickt einen monatlichen Newsletter, zu dem man sich bei Eintritt oder auf unserer Homepage anmelden kann. Außerdem verschickt unsere FitGym einen monatlichen Service-Newsletter.

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, 30, 600 (Gärtnerstraße), außerdem

halten direkt vor der Haustür die Buslinien 5, 281 und 604 (Veilchenweg). Die nächste Stadtrad-Station befindet sich Veilchenweg/Ecke Grandweg, die nächste U-Bahn-Station ist Hoheluftbrücke (U3).

PARKPLÄTZE

Sportzentrum Bundesstraße: Der Bereich „Kaifu“ gilt als Bewohnerpark-Gebiet, alternativ kann in der Tiefgarage des Diakonieklinikums geparkt werden.

Sportzentrum Hoheluft: Der Bereich um den Lokstedter Steindamm ist Bewohnerpark-Gebiet, das Sportzentrum verfügt über ein Parkhaus mit 79 Stellplätzen, drei davon sind behindertengerecht, zwei Parkplätze verfügen über E-Ladesäulen.

PROBESTUNDEN

In der Regel sind Probestunden möglich, klärt Termine bitte direkt mit dem/der jeweiligen Trainer:in. In der FitGym wird neben einer Probestunde auch eine Schnuppermitgliedschaft angeboten.

SAUNA

Unsere Studio-Saunen in den Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft sind textilfrei und können – neben Studio-Mitgliedern – sowohl von anderen ETV-Mitgliedern als auch externen Gästen besucht werden. Eine Einzelkarte kostet 10/15 Euro (Mitglied/Gast), eine 5er-Karte 40/60 Euro. Die Karten gibt es an den Studiotresen oder im etv-shop.de.

SCHNUPPERMITGLIEDSCHAFT

Die ETV-FitGym bietet die Möglichkeit, das Kursangebot ohne Mitgliedschaft zu testen und eine einmalige, einen Monat gültige Schnupperkarte zu erwerben. Die Karte kann für 49 Euro an beiden ETV-Informationen oder im etv-shop.de erworben werden und kann direkt am gleichen Tag oder zum jeweiligen Wunschdatum starten.

SPENDENKONTO

Möchtet ihr den ETV anderweitig unterstützen? Für diese Fälle haben wir ein Spendenkonto eingerichtet:

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

UMKLEIDERÄUME

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

WERTSACHEN

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

WORKSHOPS

Der ETV bietet eine Vielzahl an Workshops auch für Nicht-Mitglieder an, wie zum Beispiel Boxen für Frauen, Pickleball für Einsteiger:innen, Ballett für Erwachsene, Modern Dance – 55Plus, Inline-Skating für Kinder oder unterschiedliche Schwimmangebote. Alle Angebote sind online buchbar.

Deine Frage ist nicht dabei?

Falls du noch eine Frage
an uns hast, hilft dir unser
Sportbüro unter
info@etv-hamburg.de
gerne weiter.



AGAPLESION
DIAKONIEKLINIKUM HAMBURG

ANZEIGE



Infoabende für Schwangere
Termine finden Sie auf unserer Homepage



www.d-k-h.de



SPRINGER

BIO-BACKWERK

AUFGeweckt

AUS DER TEIGRUHE

Bioland