



**ETV
HAMBURG**

GANZ SCHÖN SPORTLICH

MAGAZIN DES ETV HAMBURG

© ETV.Hamburg

Facebook ETV.Hamburg

www.ETV-Hamburg.de



MIT TANZ INS NEUE JAHR

JAPAN-AUSTAUSCH

Judo-Reise nach Tokio,
Fukushima und Miyagi S. 18

SCHWEDEN-PAUSE

Team 55Plus bietet die
„Floorball-Fika“ an S. 32

GANZTAGS-PIONIERE

Ein Besuch in der Kiju-Grund-
schule Döhrnstraße S. 24

HEK

HANSEATISCHE KRANKENKASSE

3x



„STARTE
#LAUT. STARK. GESUND.
INS NEUE
JAHR – UND
GEWINNE!“

1x

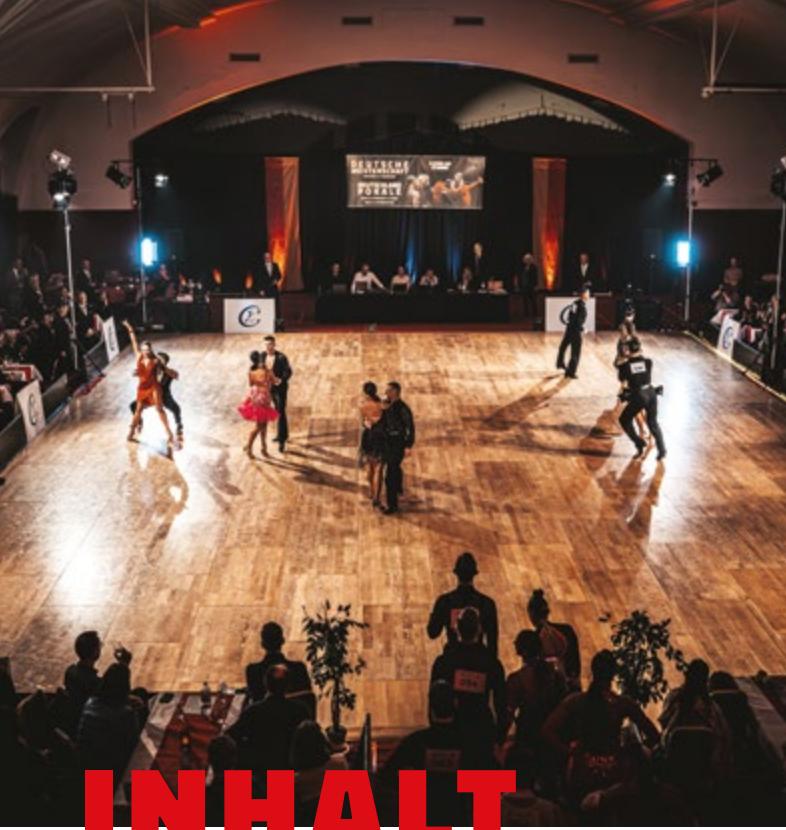
BOCK AUF EINEN
GESUNDEN KICKSTART
INS NEUE JAHR?

Gewinne EINE FITNESS-
WATCH oder einen von
DREI STANDMIXERN – perfekt
für deinen Fitness-Start.

Mitspielen
lohnt sich!

#LAUT. STARK. GESUND.





INHALT

06 KUPPELHALLE ALS BÜHNE

Deutsche Tanz-Meister-
schaften beim ETV

16 PARALYMPICS IM BLICK

Judoka Nike Hünecke will
nach Los Angeles



38 WACHSTUM UND ENTWICKLUNG

Delegierte wählen neue
Aufsichtsräte



UNSERE SPORTWELT

Silber in Kroatien	09
Tennis-Seniorin Lilo Müller sammelt Medaillen	
Geschichte in Borken	10
Volleyballerinnen feiern Bundesliga-Erfolge	
Ärger in Adelaide	12
Ehlers/Wickler schmettern an Beach-Bronze vorbei	
Malta statt Teneriffa	14
Wasserballerinnen richten Europa-Turnier aus	
Triumph in Chisinau	17
George Udsilauri wird Judo-Europameister	
Eine Jacke aus Bahrain	19
Rabea Hambach-Richter holt zwei WM-Titel	
Wir fahren nach Berlin	20
ETV-U17 misst ihre Kräfte mit St. Pauli und Union	
Mit Deutschland unterwegs	21
Trio der Lady Piranhas bei der Floorball-WM	

UNSERE KIJU

Tobewelt und Kletterspinne	24
Die GBS-Standorte (1): Grundschule Dörnstraße	
Natur und Abenteuer	27
656 Kinder nahmen 2025 an Feriencamps teil	
UNSER ETV	
Seepferdchen nach Schweizer-Modell	29
Intensivkurse an der Schwimmschule Turmweg	
Fasching ist nicht mehr weit	30
Achtes Mini Tatü-Tata am 15. Februar	
Doppelkopf mit Giacometti	32
Alte und neue Veranstaltungen vom Team 55Plus	
Gut und wichtig 2026	36
Studio-Tipps zu den Vorsätzen fürs neue Jahr	
Zeichen gegen Zweifel	37
Beate Hoefelmeyer putzt die Platte im Para-Tischtennis	

UNSER VIERTEL

Zwei Abschiede	40
Pastoren Babil und Goßmann gehen in den Ruhestand	
Dialog schafft Vertrauen	41
David Rubinstein von der Jüdischen Gemeinde im Gespräch	
SPORTPROGRAMM	
Sportangebote	47
SONSTIGES	
Fördermitgliedschaft – Aufnahmeantrag	45
Beiträge	46
Adressen und Ansprechpartner:innen	56
Impressum	57

UNSER ALLER BEITRAG

Eine repräsentative Umfrage von ARD, ZDF und Deutschlandradio zu der Frage, welche Einrichtungen welchen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt leisten, hat vor Kurzem für die Sportvereine in Deutschland mit 65 Prozent die höchsten Werte überhaupt gebracht, deutlich vor der Wissenschaft und dem Bundesverfassungs-

gericht. Das sind Werte, auf die wir stolz sein können. Ich bedanke mich bei allen für Euer Engagement im und für den Sport, für Euren großartigen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt. In Zeiten, die manchmal aus den Fugen geraten scheinen, bieten wir mit unseren Sportvereinen Halt, Bezugspunkte, Gemeinschaft und Heimat.

Bewegung und eine gesunde Lebensführung Grundlage für ein erfülltes Leben sein. Im Sportverein treffen sich alle Generationen unabhängig von Herkunft, Alter und Einkommen. Mit gegenseitigem Respekt voreinander. So leben wir die Werte des Sports und tragen zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei. Mein Wunsch für das neue Jahr: Lasst uns diese Rolle in der Gesellschaft weiter ausbauen.

Einen guten Start in das Jahr 2026 wünscht

Franz Falter



Bewegung und Sport sind elementar für die körperliche wie die psychische Gesundheit. Kinder lernen beim Sport Regeln, Leistungsbereitschaft, Teamgeist, Fairness und Verantwortung. Deren Eltern bleiben durch Sport fitter und beweglicher. Und für die Älteren unter uns sollte lebenslange

Am Sonntag, dem 16. November, fanden in der Aula des Lokstedter Corvey-Gymnasiums die diesjährigen Wintermoves mit zwei ausverkauften Vorstellungen statt. Moderiert von der Kindersport-Leitung Lea Dannenberg präsentierten sich die besten ETV-Acts aus den Bereichen Tanz, Akrobatik und Turnen. Das abwechslungsreiche Programm stimmte die Besucher:innen auf die vorweihnachtliche Zeit ein und sorgte für zahlreiche magische Momente.



WINTER





MOVES 2026





ALLE TANZEN UNTER EINEM DACH



Seit dem 1. Januar gibt es im ETV eine neue Sortierung: Alle tänzerischen Inhalte sind nun in einer starken Abteilung zusammengefasst und nicht mehr gestückelt in den Bereichen Ballett, Kindertanz, FitGym und der Abteilung Club Céronne. Damit ist beim ETV das größte Tanzsportangebot Deutschlands entstanden. Die Koordination dieses Bereichs übernahm Sandra Witt, die zuvor fünf Jahre die Bereiche Kindertanz und Ballett beim ETV verantwortet hat.

Hallo Sandra, kannst du was zu deinem Background sagen?

Als kleines Mädchen von drei Jahren habe ich im TSV Wacken mit dem Tanzen und Turnen begonnen.

Ich habe Tanz studiert, unterstützt durch ein Stipendium des Landes Schleswig-Holstein, und durfte danach auf den Bühnen der Welt tanzen. Doch bei allem, was ich erleben durfte, bin ich immer eng mit der Basis verbunden geblieben: Ich habe stets auch Tanz-, Turn- und Fitnesskurse unterrichtet.

Schon seit über 20 Jahren unterrichte ich beim ETV. 2020 habe ich mich zusätzlich in der Verwaltung engagiert, damit noch mehr Menschen im Tanzen nicht nur Bewegung, sondern auch ein Zuhause finden.

Es überrascht daher wohl niemanden, dass meine Liebe zum Tanz genau dort weitergeht, wo sie begann – im Sportverein. Wenn ich einmal in Rente gehe, kann ich sagen: Ich habe mein ganzes Leben dem Tanz gewidmet.

Welche Kurse rutschen in ETV Dance und was waren da die Gründe?

Am stärksten sichtbar ist die Veränderung bei den Angeboten, die seit vielen Jahren im Bereich „FitGym – Tanz Erwachsene“ angesiedelt waren. Bei der Auswahl, welche Kurse zu ETV Dance wechseln, war für uns entscheidend, wie stark der Tanz im Mittelpunkt steht. Wir haben diejenigen Angebote zu ETV Dance gezogen, in denen tänzerische Elemente den

Hauptbestandteil des Kurses ausmachen.

Seit der Corona-Pandemie und durch veränderte Rahmenbedingungen für Honorarkräfte – unter anderem aufgrund neuer Vorgaben der Deutschen Rentenversicherung – hat sich die Situation in der gesamten Tanzbranche deutlich verschärft.

Im Rahmen der Statusfeststellungsverfahren stuft die Deutsche Rentenversicherung immer mehr Tanztrainer:innen als scheinselbstständig ein. Das bedeutet für uns, dass wir Trainer:innen nur noch über eine Aufwandsentschädigung oder über einen Minijob beschäftigen dürfen. Für viele Tanztrainerinnen sind diese Modelle jedoch nicht attraktiv oder schlicht nicht passend. Aus diesem Grund bleibt uns letztlich nur ein Weg: eine bessere Bezahlung, um weiterhin

qualifizierte Trainer:innen gewinnen und halten zu können. Wenn nun die Dance-Abteilung startet, der Sonderbeitrag für die bestehenden Mitglieder ab 2027 in Kraft tritt und die Tanztrainer:innen in Hamburg sehen, dass wir diese Regelungen bei uns konsequent umsetzen, hoffe ich darauf, wieder mehr Bewerbungen zu erhalten. Früher haben wir im Schnitt drei Bewerbungen pro Monat bekommen, heute sind es oft nur drei innerhalb eines halben Jahres.

Was verbessert sich für die Mitglieder?

Für unsere bestehenden Mitglieder bedeutet die Umstrukturierung vor allem Sicherheit: Die Tanzkurse bleiben erhalten und wir können das aktuelle Angebot insgesamt in seiner Vielfalt stabil halten – auch dann, wenn einzelne Gruppen nicht voll ausgelastet sind.

Wenn es uns gelingt, wieder ausreichend Trainer:innen zu gewinnen, möchten wir außerdem die Kurse, die wir in der Vergangenheit aufgrund von Personalmangel einstellen mussten, nach Möglichkeit wieder ins Programm aufnehmen. Gleichzeitig entstehen durch den Zusammenschluss Synergien: Wir reduzieren Doppelverwaltungsaufwände, können unsere Übungsleitungen breiter und flexibler einsetzen und Vertretungen besser organisieren.

Für Neumitglieder wird die Orientierung deutlich leichter: Alle Tanzkurse befinden sich nun in einer gemeinsamen Abteilung und sind nicht mehr auf vier unterschiedliche Bereiche verteilt.

Worauf bist du besonders stolz?

Ich freue mich, dass es nun endlich losgeht und wir unsere Tanzkurse mit ETV Dance in eine stabile und langfristige Struktur führen können. Die Idee, alle Tanzangebote unter einem gemeinsamen Dach zu bündeln, gibt es schon seit einigen Jahren – jetzt können wir sie endlich umsetzen.

Besonders wichtig ist mir, dass wir mit dem neuen Modell die Rahmenbedingungen für unsere Trainer:innen verbessern: klare Strukturen, verlässlichere Planung und attraktive Vergütungen. In der Vergangenheit haben wir immer wieder sehr gut ausgebildete Trainer:innen an andere Studios verloren, die unter anderen Konditionen arbeiten konnten. Mit ETV Dance sind wir hier für die Zukunft deutlich besser aufgestellt.

ETV DANCE KICK-OFF

Workshops und mehr am Tag der offenen Tür am 1. Februar All Styles. One Stage. – Die ganze Welt des Tanzens an einem Tag

Taucht ein in die Vielfalt des Tanzens: Ob Hip-Hop, Ballett, Contemporary, Latin oder Rumba – der ETV bietet eines der größten und abwechslungsreichsten Tanzsportangebote der Stadt. Probiert euch aus, entdeckt neue Styles und erlebt unsere Trainer:innen hautnah in inspirierenden Workshops. Ganz gleich, ob ihr 2026 mit dem Tanzen starten möchtet, nach einer Pause zurück-

kommt oder schon seit Jahren auf dem Parkett zuhause seid:

Bei uns ist jede:r willkommen!

Am **1. Februar** öffnen wir unsere Türen für euch – **alle Workshops sind kostenfrei**.

Und das Beste: Wer an diesem Tag in den ETV und die Dance-Abteilung eintritt, spart die einmalige Aufnahmegebühr.*

Kommt vorbei, tanzt mit uns – wir freuen uns auf euch!

* Nur bei Eintritt am 1. Februar 2026 in die Abteilung ETV Dance. Gilt für die einmalige Aufnahmegebühr des ETV (24,60 Euro) sowie – für alle, die im Wettkampfsport aktiv werden wollen – die einmalige Aufnahmegebühr des Club Céronne (Kinder: 8 Euro, Erwachsene: 13 Euro).



CLUB CÉRONNE

MITREISSENDE MEISTER-SCHAFTS-ATMOSPHÄRE

Am 18. Oktober verwandelte sich die historische Kuppelhalle, die Große Halle des ETV in eine Bühne für Latein- und Standardtänze auf höchstem Niveau.

Bei den deutschen Meisterschaften und Deutschlandpokalen der Hauptgruppe II und Masters V trafen 53 der besten Tanzpaare ihrer Klassen aus ganz Deutschland aufeinander, um die Titel der Deutschen Meister 2025 zu ertanzen.

Die voll besetzten Ränge und die lautstarke Unterstützung der Fanklubs sorgten dabei für eine mitreißende Atmosphäre. Der ausrichtende Club Céronne im ETV stellte ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm auf die Beine. Zwischen den Turnier-

runden präsentierte verschiedene Gruppen aus dem ETV – von Kinderballettgruppen bis hin zu Contemporary-Angeboten für Tänzer:innen 55Plus – ein vielseitiges Showprogramm, das auch in den Pausen für beste Unterhaltung sorgte.

Besonders beeindruckend war das stimmungsvolle Lichtdesign des Club Céronne. Es setzte die Paare eindrucksvoll in Szene und trug maßgeblich zur besonderen Atmosphäre des gesamten Turniertages bei, die sowohl Tänzer:innen als auch Publikum begeisterte.



TENNIS

LILO, DIE DOPPELTE VIZEWELTMEISTERIN

Bei der Weltmeisterschaft im Oktober in Kroatien errang Lilo Müller in der Altersklasse 85 mit dem Team Deutschland die Vizemannschaftsmeisterschaft und wurde zudem Vizemeisterin im Damendoppel mit ihrer Partnerin.

Lilo ist seit 75 Jahren Mitglied des ETV, im November wurde sie für ihre 75-jährige Mitgliedschaft geehrt, zuvor erhielt sie bereits die goldene Ehrennadel des ETV. Sie begann als Kind in der Turnabteilung im Leistungskader von Julius Lüdemann. Zum Tennis kam sie erst später. Heute ist Lilo das älteste Mitglied der Tennisabteilung – und das erfolgreichste!



Lilo (2.v.l.) mit dem erfolgreichen Team Deutschland

Mehrmals in der Woche spielt sie auf einem der Plätze am Lokstedter Steindamm und mischt mit bei Punktspielen der Nordliga-Mannschaft Damen 60. Und auch bei den Deutschen Meisterschaften und Weltmeisterschaften ist sie meistens dabei.

Bei der Weltmeisterschaft im Oktober in Kroatien errang Lilo in der Altersklasse 85 mit dem Team Deutschland die Vizemannschaftsmeisterschaft und wurde zudem Vizemeisterin im Damendoppel mit ihrer Partnerin. Wir sind stolz auf Lilo und gratulieren herzlich.

Top in der Rangliste

Heike-Catalina Rühl:

Nr. 1 Hamburger Rangliste
Altersklasse 55,
Nr. 5 in Deutschland

Lilo Müller:

Nr. 1 Hamburg (AK 85),
Nr. 6 in Deutschland

Jörg Rahn:

Nr. 1 Hamburg (AK 60),
Nr. 13 in Deutschland

Stefan Ulrich:

Nr. 1 Hamburg (AK 65),
Nr. 19 in Deutschland

Herren 60: Hamburger Mannschaftsmeister

Gelistet in der Rangliste Damen:

Katharina Klein
Emma Dietrich
Kora Körber

Gelistet in der Rangliste Herren:

Thore Thomsen

ANZEIGE

WEIL *Gesundheit*
KEINE UHRZEIT KENNT

VITA
APOTHEKE
Voll das Leben

365
TAGE
8-24
UHR

Heußweg 37 | 20255 Hamburg | Tel. 040 409059 | Fax 040 496880
mail@vita-apotheke-hh.de | www.vita-apotheke-hh.de



SATZ FÜR SATZ

Der historische erste Sieg ist geschafft, die ETV Hamburger Volksbank Volleys finden sich in der Bundesliga zurecht – und lernen auch, mit Rückschlägen umzugehen.

Manchmal ist auch Enttäuschung ein gutes Zeichen. Dann zeigt sie, dass die Erwartungen dank der starken Leistungen zuvor zurecht größer waren, als sie schließlich erfüllt werden konnten. Traurig verließen die Eimsbütteler Volleyballerinnen das Parkett, als die Gästefans – vier von ihnen in Bärenkostümen gekleidet! – zur

Pippi-Langstrumpf-Melodie ihr fröhliches „Hey, Binder Blaubären ...“ anstimmten.

Mit dem 1:3 gegen die Mitaufsteiger aus der Nähe von Stuttgart setzte es Anfang Dezember eine Heimniederlage, die durchaus unerwartet kam. Denn der ETV hatte mit dem 3:1 beim dritten Bundesliga-Neuling aus Borken Anfang November seinen historischen

ersten Bundesliga-Sieg feiern können und fand sich aus dem Blockaufstiegs-Trio bislang am besten in der Eliteklasse zurecht – zumal den etablierten Teams aus Aachen, Dresden und Erfurt bei 1:3-Niederlagen jeweils ein Satz abgerungen wurde.

Das gab zwar keine Punkte, aber einiges an Selbstvertrauen – und übertraf die vorsichtige

Prognose, im ersten von drei garantierten Bundesliga-Jahren werde es für das nahezu Erstliga-unerfahrene Team zunächst darum gehen, überhaupt einmal einen Satz zu gewinnen. Von wegen! Satz für Satz kämpft sich Eimsbüttel in die neue Liga hinein – und daran wird auch der Rückschlag gegen die Blaubären nichts ändern.“





VOLLEYBALL

DRITTLIGATEAM: AN DIE SPITZE DER TABELLE?

Seit Anfang Oktober läuft der Ligabetrieb für die zweite Damenmannschaft des ETV in der Dritten Liga Nord – und das ziemlich erfolgreich. Doch das ist alles andere als selbstverständlich. Noch zu Beginn der Saison stand nicht fest, wer die Mannschaft in die Saison 2025/26 führen sollte.

Headcoach Ullrich Kahl legte sein Amt als Trainer nieder und die Suche nach einem Nachfolger gestaltete sich schwierig. So entschied sich die langjährige ETV-Spielerin Sandra „Sunny“ Schneider, den Posten neben ihrer Spielerposition auszufüllen. Dass die Position „Spielertrainerin“ keine einfache sein wird, war ihr bewusst. Doch Sunny schien sich in kürzester Zeit zu einem echten Multitalent zu entwickeln. „Bei mir gibt es nur ganz oder gar nicht“, erklärte sie bereits in der ersten Mannschaftssitzung und dieses Motto machte sich die Mannschaft mit Eigeninitiative, Teamspirit und Ehrgeiz zueigen.

Neben Headcoach Sunny darf sich der ETV II zudem über eine neue Co-Trainerin freuen. Hannah Tischer, die als Spielerin in der dritten Damenmannschaft aktiv ist, bekleidet diesen Posten. Und so führen Sunny und Hannah die Mannschaft gemeinsam in jedes Spiel, in jedes Derby, in jede Herausforderung. Doch wer steckt außer Sunny hinter diesem erfolgreichen Team?

Junge Talente und alte Hasen

„Die Mischung macht's“ – so auch beim ETV II. Vor der Saison hat sich die Mannschaft einer kleinen Verjüngungskur unterzogen und durfte sich gleich über fünf Neuzugänge freuen. Libera Norah Wafdi und Außenangreiferin Lilly Faroß haben das Team bereits

in der vergangenen Saison als Trainingsgäste unterstützt.

Umso mehr freuen sich die ETVinnen, dass die beiden nun fester Bestandteil der Mannschaft sind. Die ehemalige Bremerin Bernice Andoh gilt ebenfalls als klare Verstärkung auf der Außenposition, wo sie bereits die erste goldene MVP-Medaille feiern konnte. Auch, wenn die drei Neuzugänge den Altersdurchschnitt bereits nach unten ziehen, sorgen zwei Jugendspielerinnen dafür, dass sich der ETV II an der Talentschmiede Hamburgs beteiligen kann. Amélie Leu und Josefine Wehner sind mit gerade mal fünfzehn und sechzehn Jahren die Nachwuchstalente der Mannschaft. Beide konnten bereits erste Ausrufezeichen auf dem Feld setzen.

Gleichzeitig blieben viele Spielerinnen der letzten Saison und jene Leistungsträgerinnen, die schon seit vielen Jahren für den ETV spielen. Spielerinnen, die bereits wissen, „wie der Hase läuft“. Eine von ihnen ist Mittelblockerin Nina Deepen, die

nach einer Achillessehnenruptur endlich wieder „mit ihren Mädels auf dem Feld stehen kann“.

Die Kombination aus Erfahrung und jungen Impulsen scheint gut zu funktionieren, wie der Verlauf der Saison bis dato zeigt.

Der ETV II auf dem Weg nach oben?

Mit fünf Siegen aus fünf Spielen starteten die zweiten Damen in die Saison. Knappe Tiebreaks gegen den Aufsteiger VG WiWa Hamburg und den SV Warne-münde wurden gewonnen. Hinzu kamen drei 3:0-Siege. Es wäre nicht hoch gepokert, das Team Ende der Saison im oberen Tabellendritt zu erwarten. Die zweite Damenmannschaft des ETV hat viel Potenzial und das gilt es auszuschöpfen – auch in der Zukunft.

Wer sich selbst von diesem Potenzial überzeugen will, ist herzlich zu den verbleibenden Heimspielen eingeladen. Auch in der Rückrunde gibt es einige Derbykracher sowie Dreifachspieltage mit der ersten und zweiten Herrenmannschaft.

AUF HARTEM WEG INS HALBFINALE

Platz vier war ein karger Lohn für zwei Weltklasse-Leistungen – aber Nils Ehlers und Clemens Wickler verpassten bei der Weltmeisterschaft im November den Sprung aufs Treppchen knapp. „Niemand will Vierter werden“, ärgerte sich Wickler nach dem 15:21, 15:21 im Duell um Bronze gegen die Franzosen Rotar/Gauthier-Rat: „Mich fükt es total ab, ohne Medaille nach Hause zu gehen.“

Zumal die WM ja nicht gerade umme Ecke stattfand. Das südaustralische Adelaide bewies, wie man gleich zwei Weltmeisterschaften (Frauen und Männer) mit je 48 Teams binnen zehn Tagen durchziehen kann. Ehlers/Wickler wurde einiges abverlangt, um auf Medaillenkurs zu bleiben. Erst

bezwang das ETV-Duo die norwegischen Weltranglisten-Führenden Mol/Sörum (16:14 im letzten Satz!), dann warfen sie die tschechischen Titelverteidiger Perusic/Schweiner aus dem Turnier. Härter konnte der Weg ins Halbfinale kaum sein.

Dort wartete die Nemesis im Doppelback: Das schwedische Duo Ahman/Hellvig, das den Eimsbüttelern schon im olympischen Finale von Paris 2024 keine Chance gelassen hatte, setzte sich auch auf der südlichen Erdhalbkugel klar durch – und im Kampf um Bronze fanden Ehlers/Wickler nicht recht ins Spiel. Die Heldentaten waren früher nötig und nun nicht mehr möglich.

Zumal es im Beachvolleyball extrem eng zugeht und oft Kleinig-



keiten entscheiden, manchmal sogar Zufälle. Hätten die Lokalmatadoren Burnett/Hodges in der Vorrunde den letzten Satz im letzten Spiel gegen die Brasilianer Andre/Renato gewonnen, wären die unbeteiligten Ahman/Hellvig eine Woche vor dem Endspiel als geteilte Weltmeisterschafts-Siebenunddreißigste

nach Hause gefahren. Nur weil die Australier 10:15 verloren, blieben die Olympiasieger im Turnier und wurden dann auch Weltmeister.

Die übrigen Eimsbütteler Teilnehmer:innen mussten vorzeitig nach Hause: Für Svenja Müller war wie gewohnt mit der Düsseldorferin Cinja Tillmann am Start, das Aus in der ersten K.o.-Runde gegen die Italienerinnen Gottardi/Orsi Toth war für die Europameisterinnen von 2024 eine herbe Enttäuschung. Der 23-jährige Lui Wüst verpasste mit Paul Henning nur knapp den Gruppensieg, beide mussten sich dann im ersten K.o.-Spiel den späteren Vizeweltmeistern Hölting/Nilsen/Andersson aus Schweden geschlagen geben.

ANZEIGE

MENTALTRAINER SPORT & BERUF

AUSBILDUNG MIT PROFI-ERFAHRUNG

HILFESTELLUNG ZU MEHR LEISTUNG UND LEICHTIGKEIT.

Deepvelop bildet seit über zehn Jahren dazu aus, in Menschen ihr mentales Potenzial zu entfalten – im Sport, Beruf und Alltag.

Wir bringen langjährige Erfahrung als Sport-Psychologen im Breiten- und Profisport mit – bis hoch in die Bundesliga, die Tennis-Top100 und zu Olympia-Medaillen.

Die Ausbildung (3 Module + 10 Sitzungen Supervision) richtet sich an SportlerInnen, TrainerInnen, Führungskräfte und alle, die Performance gezielt verbessern wollen.

Vermittelt werden u.a. praxisnahe Techniken für Angst- und Stressmanagement, Fokus und Selbst-Regulierung.

Nächster Start: 27. bis 29. März 2026 (Fr. bis So.) – die Module 2 und 3 finden kompakt von Mo. 20. bis Fr. 24. April 2026 statt.

HIER KOSTENLOSES INFO-GESPRÄCH VEREINBAREN >



Bernstorffstr. 174
22767 Hamburg
www.deepvelop.de



Deepvelop-Gründer und Ausbilder:
Stefan Westbroek (l.) und Dr. Christian Spreckels



BEACHVOLLEYBALL

HASPA UNTERSTÜTZT DEN NACHWUCHS

Große Freude in der Volleyball-Abteilung: Jährlich vergibt die Hamburger Sparkasse Fördermittel aus den Erlösen des Haspa LotterieSparen, nun wurde unser Beachvolleyball-Nachwuchs Ende November mit 3.000 Euro bedacht. Die Summe soll vorrangig für die Neuanschaffung von Trainingsequipment eingesetzt werden.

Der ETV hat sich als gute Adresse für Beachvolleyball-Talente entwickelt. Denn hinter den Aushängeschildern Clemens Wickler und Nils Ehlers, die bei den Olympischen Spielen 2024 Silber holten, gibt es weitere Talente, die eine Chance bekommen sollen, sich an das internationale Niveau heranzuarbeiten.

Dazu gehört zum Beispiel Kalle Pieper, der bereits am Olympia-Stützpunkt trainiert und an den Europa- und Weltmeisterschaften der Junioren teilnahm. Er steht stellvertretend für die vielen weiteren Talente, die nun von den notwendigen Erneuerungen des Materials etwa in Form von Netzen und Bällen profitieren. Denn auch die Dachverbände fordern hier schon frühzeitig einen gewissen Standard.

„Wir freuen uns sehr, die hohe Trainingsqualität weiter sichern zu können“, berichtet ETV-Jugendwart Mathis Wittneben, der die Förderung in der Haspa-Filiale in der Grindelallee entgegenahm.

KARATE

TEAM ETV/SCALA DEUTSCHER VIZEMEISTER

Die U21-Kata-Herren der Kampfgemeinschaft ETV/SCALA (Finn-Luka Schmidt, Jannik Thielke und Mattis Filipek) holten bei der deutschen Meisterschaft in Verden im September die Silbermedaille für Hamburg.

Dieser historische Erfolg markiert den Höhepunkt einer zwölfwöchigen intensiven Vorbereitung, in der Trainer Marcus Möller-Lüneburg drei Individualsportler zu einem Team formte. Trotz ihrer erstklassigen Synchronität unterlagen sie im Finale nur dem Team aus Bremen, angeführt vom amtierenden deutschen Einzel-Meister.

Mit dem Titel als deutscher Vizemeister und einer erheblichen Leistungssteigerung zum Vorjahr setzen die jungen Männer ein starkes Zeichen für die Zukunft.



Jannik Thielke, Finn-Luka Schmidt und Mattis Filipek (v.l.n.r) gewinnen Silber bei den deutschen U21-Meisterschaften.

GOLF

WINTERTRAINING DRINNEN UND DRAUSSEN

Auch in der kalten Jahreszeit ist bei ETV City Golf Hamburg viel Bewegung im Spiel! Mit wetterfesten Indoor-Kursen im ETV-Sportzentrum Hoheluft und gezielten Outdoor-Einheiten beim Golfclub An der Pinnau bleiben unsere Golfer:innen aktiv und entwickeln ihr Spiel weiter.

Go for the Olympics – Wintertraining der Golferbande

Die ETV-Golferbande bereitet sich intensiv auf ein ganz besonderes Ziel vor: Die Nationalen Spiele der Special Olympics 2026 im Saarland. Im Winter trainieren unsere Athleten regelmäßig im ETV-Sportzentrum Hoheluft und ergänzend outdoor auf dem Platz in Quickborn im Golfclub An der Pinnau – mit viel Teamgeist, Freude und Fokus auf die Weiterentwicklung jedes Einzelnen.

Besonders beliebt in diesem Winter:

- Wahrnehmungstraining für ein besseres Schwunggefühl
- Das mehrteilige Driver-Special für Länge und Kontrolle

- Athletik für Golfer:innen – Mobilität, Stabilität und Power speziell für den Golfschwung

Alle Kursangebote unter:
etv-golf.de/kurse



GOLF

Einladung zur Mitglieder- versammlung

der Golfabteilung am Freitag, den 13. Februar 2026 um 19 Uhr. Die Versammlung findet entweder in digitaler Form oder im ETV-Sportzentrum Hoheluft, Lokstedter Stein-damm 77, 22529 Hamburg (Raum wird bei Anmeldung bekannt gegeben) statt. Anmeldung und etwaige Anträge bitte bis 4. Februar per E-Mail an info@ETV-Golf.de.

Tagesordnung:

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

Thomas, Ingo & Tobias



WASSERBALL

ETV QUALIFIZIERT SICH FÜR NORDIC TROPHY

Am Wochenende 12. bis 14. Dezember fand in der Wilhelmsburger Inselpark Schwimmhalle die Qualifikationsrunde der Nordic Water Polo League im Wasserball statt.

Die ETVerinnen begrüßten an diesem Wochenende KVP Piešťany, Cheltenham und Cetus Espoo zur Vorrunde. Die drei Spiele waren allesamt auf Augenhöhe: die ETVerinnen mussten sich zweimal knapp geschlagen geben, wurden aber schlussendlich Tabellenzweite und konnten sich so zur Nordic Trophy im Sommer auf Malta qualifizieren. Gewonnen hat die Vorrunde KVP Piešťany, die sich damit für das Final Eight auf Teneriffa qualifizierten.

Nachdem die Eimsbüttelerinnen am Sonntag ihr Spiel gegen Cetus Espoo aus Finnland mit 15:11 (3:3, 2:1, 4:2, 6:5) gewonnen hatten, setzten sie den Schlusspunkt unter die Vorrunde in Hamburg so, wie sie sich das an diesem Wochenende gewünscht hatten.

Denn die beiden ersten Spiele hatten den ETV-Damen an diesem Wochenende bereits viel abverlangt, vor allem mental. Am Freitag verlor das Team um Trainerin Meis Dasdemir ihr

Spiel gegen KVP Piešťany (SLO) knapp mit 14:16. Am Samstag folgte ein 9:9 nach regulärer Spielzeit gegen Cheltenham SWBC (UK), wonach ein Fünfmeterschießen folgte, in dem der ETV durch zwei unglückliche Würfe unterlag: Ein Ball rutschte weg, ein Wurf saß zu zentral.

Auch gegen Espoo sollte das abschließende Spiel schwer werden und die beiden Teams begannen mit einem Abtasten: Espoo suchte früh den Abschluss, Hamburg hielt dagegen und blieb geduldig. Lilly Scafì brachte den ETV ins Rollen, Pauline Behrend und Emma Dietze legten nach, aber Espoo antwortete sofort. Nach acht Minuten stand es 3:3. Doch im Unterschied zu den zwei Spielen zuvor, waren die Frauen des ETV wacher und agiler in den entscheidenden Momenten.

Im zweiten Viertel legten die ETVerinnen nach: Finnja Sass traf, Pauline Behrend erhöhte, und der ETV arbeitete sich in eine Führung, die nicht groß war, aber stabil. Zur Halbzeit stand es 5:4.

Hamburg spielte konzentriert, verlor kaum einfache Bälle. Am Ende standen nur vier Turnovers.

Nach der Pause kam dann die entscheidende Phase. Mareike Busch traf, Amaia Bluhm setzte nach, Charlotte Bala vollendete einen Konter, Maren Hinz schob den nächsten Treffer hinterher. Espoo blieb aber über Martina Kiernoszova gefährlich und verkürzte immer wieder, auch per Strafwurf. Aber der ETV fand jedes Mal eine Antwort. Im Schlussviertel wurde es noch einmal spannend, weil Espoo noch mal anzug. Doch der ETV blieb im Kopf ruhig.

Pauline Behrend traf insgesamt viermal, Emma Dietze dreimal und wurde zur Spielerin des Spiels (MVP) gewählt. Am Ende standen 15 Tore auf der Anzeigetafel. Spielerin Charlotte Bala: „Die Stimmung vor dem Spiel war ein bisschen gedrückt. Dann haben wir uns aber in der Besprechung zusammengerauft und wollten das Spiel unbedingt gewinnen. Was uns auch gelungen ist.“

WASSERSPORT

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Wassersportabteilung des ETV am 25. Februar 2026 um 19.30 Uhr im ETV-Bootshaus, Bismarckstraße 57, 20259 Hamburg.

Tagesordnung:

- Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
- Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung 2025
- Berichte des Vorstands und Aussprache
- Entlastung des Vorstands

- Wahlen - Vorsitzende
 - Kassenwart
 - Bootshauswart
 - Beisitzerin Fahrtenwart
 - ETV-Delirante
- Bestätigung des gewählten Jugendwurts
- Anträge
- Verschiedenes

BASKETBALL

BEREIT FÜR HÖHERE AUFGABEN: DIE WEIBLICHE U16

Die Förderung des Nachwuchses steht beim ETV Basketball an oberster Stelle. Schließlich gilt es unter anderem, einen Unterbau für die aktuelle Damen-Zweitbundesligamannschaft zu bilden. Ein wichtiger Baustein dabei: Erfahrungen in höheren Ligen zu sammeln.

Ein Paradebeispiel dafür ist die weibliche U16, die regulär in der W16-Leistungsrunde spielt. Viele Spielerinnen im Team von Trainerin Sara Augustin spielen und trainieren „eine Stufe höher“ – oder sogar zwei. So sind fünf Mädchen in der Leistungsrunde bei der W18-1 des ETV aktiv. Dazu sind sie Teil des „Project Girlspower“ (PGP), das u.a. schon mit Nationalmann-

schaftskapitänin Marie Gülich (eine enge Freundin von W18-Trainerin und ETV-Bundesligaspielerin Miriam Sommerstedt) übt. Zwei trainieren zudem regelmäßig bei den 3. Damen (Oberliga) mit, ein Talent sogar bereits bei der Bundesligareserve in der 2. Regionalliga.

„Es geht für die Mädchen darum, Erfahrung mit Körperllichkeit und schnellem Spiel zu sammeln“, erklärt W16-Headcoach Sara Augustin. Dafür, und um möglichst viel Spielpraxis zu sammeln, sind auch die anderen 15-Jährigen in mindestens zwei Teams unterwegs, also noch zusätzlich in der W18-2, der W16-2 oder bei den 4. Damen.



Die ETV U16-Basketballerinnen spielen aktuell in der Leistungsrunde

BASKETBALL

UNIFIED BASKETBALL: INKLUSIONS-BASKETBALL BEIM ETV

Was viele nicht wissen: Im ETV gibt es auch ein Angebot für Basketballspieler:innen mit geistiger Beeinträchtigung: Unified Basketball. Immer freitags um 17 Uhr trifft sich die Inklusionsgruppe in der Stadtteilschule Altona (Recha-Ellern-Weg). Sie umfasst mehr als 20 Aktive im Alter von 15 bis 30 Jahren, zehn bis fünfzehn

von ihnen sind laut Mitgründerin Miriam „Miri“ Sommerstedt in der Regel beim Training dabei.

Geleitet wird der Kurs von den ehrenamtlichen Übungsleiter:innen Tony Krone, Lisa Hornsteiner und Enken Mahn. Dabei steht nicht der perfekte Basketball im Fokus,

sondern der Spaß und das Miteinander. Apropos: Miteinander geht es auch oft zu den Heimspielen der Ersten ETV-Damen in der 2. Bundesliga, zu deren großen Fans die Inklusionsbasketballer und -basketballerinnen inzwischen zählen.

Die Idee zur Gründung eines inklusiven Basketballteams

entstand bei den Special Olympic World Games 2023 in Berlin, an denen Miri und Tony gemeinsam als Volunteers teilnahmen. Nach den Spielen lernten sie sich kennen und fanden mithilfe von Special Olympics Hamburg die ersten drei Athleten. Seitdem trainiert das Team fleißig und hat auch schon an Turnieren teilgenommen, zuletzt im September beim 3x3-Basketball-Turnier in Wilhelmsburg, veranstaltet von den Hamburg Towers im Rahmen des Active City Festivals Hamburg. Als nächstes Highlight ist zum neuen Jahr ein interner Spieltag geplant. Gesucht werden auch immer Unified Partner ohne Behinderung, die Lust haben mitzumachen. Interesse? Dann schreibt gerne an: unifiedbasketball@gmail.com.



NIKE HÜNECKE WECHSELT ZUM ETV

Die Para-Judo-Athletin Nike Hünecke wechselte im Herbst 2025 zum ETV, um sich hier bestmöglich auf die kommenden Paralympischen Spiele in Los Angeles 2028 – oder auch Brisbane 2032 – vorzubereiten. Sascha Costa, Sportlicher Leiter der ETV-Judoabteilung, traf sich mit ihr zum Gespräch.

Hallo Nike, kannst du dich kurz vorstellen? Was machst du beim ETV?

Ich bin 20 Jahre alt und komme aus der Nähe von Lüneburg. Ich habe vor Kurzem mein Abitur abgeschlossen und beginne im Frühling eine Ausbildung zur Ergotherapeutin. Seit diesem Herbst trainiere ich beim ETV als Athletin im Judo beziehungsweise Para-Judo – und fühle mich dort unglaublich willkommen.

Du bist eine erfolgreiche Para-Athletin. Kannst du kurz erklären, was das bedeutet?

2022 hat sich mein Leben komplett verändert: Durch einen Schicksalsschlag habe ich eine hochgradige Sehbehinderung erlitten. Doch statt aufzugeben, habe ich beschlossen, meinen Weg weiterzugehen – nur eben anders. Seitdem bin ich Para-Athletin, also Sportlerin mit Behinderung. 2024 startete ich erstmals international für Deutschland im Para-Ju-Jutsu – und es lief besser, als ich es mir je hätte vorstellen können: Ich gewann alle Turniere,

darunter die Weltmeisterschaft, die World Games und den Grand Prix. Diese Erfolge haben mir gezeigt, dass selbst aus einer schweren Krise etwas Großes entstehen kann.

Du stammst ursprünglich aus dem Ju-Jutsu und startest nun im Judo. Wie kam es zu diesem Wechsel?

Nach meinem Sieg bei den World Games in China hatte ich im Ju-Jutsu alles erreicht, was man erreichen kann. Nach 13 Jahren in derselben Sportart spürte ich, dass es Zeit für eine neue Herausforderung ist. Über einen Kontakt kam ich direkt zur Para-Judo-Bundestrainerin – und wurde spontan zu den German Open eingeladen. Ohne jede Judo-Erfahrung stand ich dort plötzlich auf der Matte. Die Bundestrainerin sah Potenzial in mir, und ich spürte sofort, dass dies ein neuer Weg sein könnte.

Also begann ich beim ETV mit dem Para-Judo-Training. Der Verein ist unglaublich offen und herzlich, besonders im Bereich Inklusion. Für dieses Training



NIKE HÜNECKE



Nike Hünecke (20) gilt als Top-Talent im Para-Judo.

fahre ich jedes Mal 90 Minuten – aber jeder Kilometer lohnt sich.

Was sind deine sportlichen Ziele?

Mein großer Traum ist der Einzug ins Para-Judo-Nationalteam – und damit die Teilnahme an den Paralympischen Spielen. Ob nun 2028 in Los Angeles oder 2032 in Brisbane: Ich will dort stehen. Und ich werde alles dafür geben.

Wie gehst du mit Herausforderungen und Rückschlägen um?

Für mich bedeutet jeder Rückschlag eine Chance, stärker zurückzukommen. Meine Sehbehinderung war ein tiefer Einschnitt, aber niemals ein Grund aufzuhören. Ich sage immer: Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg. Man muss den Mut haben, den ersten Schritt zu machen – selbst wenn er klein ist. Denn genau diese kleinen Schritte bringen einen irgendwann viel weiter, als man glaubt. Wenn man bereit ist, etwas einfach auszuprobieren, kann selbst das größte Hindernis zu einer neuen Stärke

führen. Wichtig ist: Man muss an seine Träume glauben – bevor es andere tun.

Welche Etappen liegen als nächstes auf deinem sportlichen Weg?

Im Para-Judo steht als nächstes die Deutsche Meisterschaft im Februar an. Im Para-Ju-Jutsu startet die Saison im Frühjahr. Es bleibt also spannend – und ich freue mich auf alles, was kommt.

Was möchtest du jüngeren Athletinnen und Athleten – mit und ohne Behinderung – mit auf den Weg geben?

Ich möchte euch eines sagen: Gebt niemals auf und habt Mut! Seid nicht schüchtern – traut euch, den ersten Schritt zu gehen. Niemand muss zu Beginn alles können, und das ist völlig okay. Sport ist ein Weg voller kleiner Schritte, und ihr müsst ihn nicht allein gehen. Es gibt immer Menschen, die unterstützen, auffangen und helfen wollen. Fragt nach Hilfe – genau dafür sind Trainerinnen und Trainer da.

JUDO

GEORGE UDSILAUERI KRÖNT SICH ZUM U23-EUROPAMEISTER

Der ETV darf jubeln: George Udsilauri hat bei der U23-Europameisterschaft im moldauischen Chisinau seinen bislang größten sportlichen Erfolg gefeiert und sich den Titel in der Klasse bis 100 Kilogramm im international stark besetzten Teilnehmerfeld gesichert. Für den jungen Athleten wie auch für den ETV bedeutet dieser Triumph einen historischen Moment.

Schon im Vorfeld galt Udsilauri als vielversprechendes Talent. Doch wie souverän und fokussiert er sich in einem hochklassigen Teilnehmerfeld durchsetzte, begeisterte nicht nur die Trainer und Betreuer, sondern sorgte europaweit für Anerkennung. Mit explosiver Technik, taktischer Reife und



beeindruckender mentaler Stärke zeigte er eindrucksvoll, dass seine bisherigen Erfolge nur der Anfang waren.

Von der ersten Begegnung an präsentierte sich George Udsilauri in Bestform – technisch präzise, taktisch clever und mental beeindruckend stabil. Dabei war der Weg ins Finale

alles andere als einfach: Schritt für Schritt setzte er sich gegen starke Konkurrenz durch.

Zunächst bezwang er mit Mate Lakos einen Gegner aus Ungarn, bevor er im Viertelfinale den Rumänen Rares Arsenie hinter sich ließ. Auch im Halbfinale blieb er unaufhaltsam und dominierte Maksims Duinov, den Vertreter

aus Lettland. Im abschließenden Goldkampf wartete schließlich mit Fares Mekhouk ein hochmotivierter Finalist aus Frankreich – doch Udsilauri behielt die Nerven, bestimmte den Kampf und holte sich mit einem Ippon nach fünf Minuten und 58 Sekunden verdient den Titel.

„Ich bin unglaublich stolz und dankbar – für mich, für meinen Verein und für alle, die mich auf diesem Weg begleitet haben“, sagte Udsilauri nach seinem Finalsieg. Auch ETV-Trainer Sascha Costa freut sich über den Sieg Udsilauris: „Ich wusste, dass George ganz oben landen kann. Mit dem Sieg belohnt er sich für eine harte Arbeit im Training.“

Ebenfalls eine starke Leistung zeigte Georges Zwillingsbruder Daniel Udsilauri in Chisinau, der einen beachtlichen fünften Platz im Superschwergewicht erkämpfte.

ANZEIGE

Gemeinsam ans Ziel Wir bilden aus und setzen auf dich

Starte deine Zukunft bei Funk. Wir sind ein internationaler Versicherungsmakler und Risk Consultant und suchen zum 1. August 2026:

- › Kaufleute für Versicherungen und Finanzanlagen (w/m/d)
- › Kaufleute für Büromanagement (w/m/d)
- › Dual Studierende Business Administration und Business Informatics (w/m/d)
- › Fachinformatiker/Fachinformatikerinnen (w/m/d)
- Fachrichtung Systemintegration und Anwendungsentwicklung

Dich erwartet ein Team, das dein Know-how fördert, sowie attraktive Benefits:



Weiterbildungs-
möglichkeiten



Urlaubs- und
Weihnachtsgeld



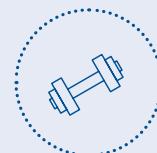
Deutschland-
ticket



Flexible
Arbeitszeiten



Gesundheits-
budget



Urban Sports



Jetzt
bewerben!

Hast du Fragen?

Dann melde dich gern bei unserem Ausbildungsteam unter
Tel. 040/35914650 oder schreibe eine Mail an: ausbildung@funk-gruppe.de.
Verena und Jennifer geben dir gern weitere Infos!

funk_azubis
 company/funk-group





Julius Witte (unten links), Jugendwart der ETV-Judoka, war Teil einer zehnköpfigen deutschen Delegation beim deutsch-japanischen Fachkräfteaustausch

JUDO

BEIM FACHKRÄFTE-AUSTAUSCH IN JAPAN

Wenn ich, Julius Witte, Jugendreferent der Judoabteilung, auf die vergangenen Jahre zurückschau, fühlt es sich fast ein bisschen surreal an: 2018/19 durfte ich Teil des deutsch-japanischen Simultanaustauschs sein. Damals kamen im ersten Jahr die japanischen Jugendlichen zu uns in die ETV-Judoabteilung und 2019 durften wir dann als Judogruppe nach Japan reisen.

Dass ich nun einige Jahre später erneut die Chance hatte, in einem ganz anderen Rahmen – nämlich beim Fachkräfteaustausch – nach Japan zu fahren, bedeutet mir unglaublich viel. Es war eine besondere Möglichkeit, für die ich wirklich dankbar bin. Unsere zehnköpfige Delegation aus Deutschland reiste mit dem Ziel nach Japan, den Jugendaustausch voranzubringen und die

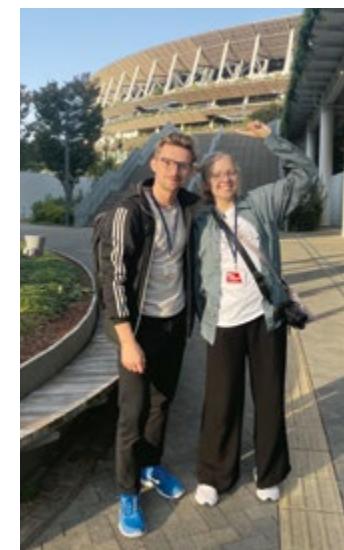
Sportstrukturen vor Ort besser kennenzulernen.

Der Austausch war eine perfekte Mischung aus Kultur, Begegnungen und persönlichem Lernen. Wir haben so viele Facetten Japans erleben dürfen und waren vor Ort in ein sehr abwechslungsreiches Programm eingebunden. Dabei erhielten wir spannende Einblicke in die japanischen Strukturen – sowohl im Sport als auch im Bildungssystem. Und natürlich durfte das leckere Essen nicht fehlen. Unsere Reise führte uns in die Präfekturen Tokio, Fukushima und Miyagi.

Gerade in Fukushima und Miyagi haben wir viel über die Naturkatastrophen von 2011 erfahren, was uns emotional stark berührt hat. Obwohl in Fukushima beeindruckende Aufräumarbeiten geleistet wurden, leidet die Region weiterhin unter dem Ruf,

ausschließlich mit dem AKW-Unfall verbunden zu sein. Umso schöner war es zu spüren, wie sehr sich die Präfektur darüber freute, sich von ihrer besten Seite zu zeigen – unabhängig von den Ereignissen damals. Miyagi liegt direkt am Pazifik. Dort besuchten wir Schulen, die bereits dreimal durch Tsunamis zerstört und immer wieder neu aufgebaut wurden. Das alles direkt vor Ort zu sehen, war äußerst eindrucksvoll.

Ein Highlight war für mich, dass ich noch einmal in Japan Judo ausüben konnte – meine Sportart, die mich schon seit Kindheitstagen begleitet. Dort hat jede:r mit jeder:m trainiert – egal wie alt, groß, erfahren oder schwer. Diese Offenheit hat mich, wieder einmal, beeindruckt und war einer der Momente, die ich sicher nicht vergessen werde.



Julius Witte (links) vor einer japanischen Sehenswürdigkeit

Genauso wertvoll waren die Begegnungen. Wir hatten intensiven Austausch mit Jugendlichen, aber auch mit Sportfunktionär:innen, Lehrkräften und Verantwortlichen aus verschiedenen Institutionen. Ich habe nicht nur das Land noch besser kennen-, sondern auch viel über mich selbst gelernt. Diese Erfahrung hat mich persönlich weitergebracht – und das nehme ich voller Dankbarkeit mit nach Hause.

Das Programm war rundum abwechslungsreich, liebevoll organisiert und voller kleiner Momente, die mir sicher noch lange in Erinnerung bleiben – und das alles bei wunderschönem spätsommerlichen Wetter. Ich bin froh und dankbar, dass ich diese Erfahrung noch einmal machen durfte.

FECHTEN

DREI WM-MEDAILLEN FÜR DEN ETV

2 025 fanden die Weltmeisterschaften der Veteranen-Fechter:innen in Manama, Bahrain statt. Sechs ETV-Fechterinnen und -Fechter konnten sich während der Saison qualifizieren und traten die lange Reise nach Fernost an. Diese Qualifikationen spiegeln die hohe Präsenz und Stärke des ETV im Fechtesport in den Alterskategorien ab 40 Jahren in Deutschland wider.

In zehn spannenden Wettkampftagen durften wir drei Medaillen feiern! Rabea Hambach-Richter gewinnt unglaubliches Einzel- und Mannschaftsgold im Damensäbel. In einem spannenden



Finalgefecht besiegte sie Elizalde Giselle Martínez aus Mexiko mit 10:9 Treffern.

Außerdem belohnt sich der ETVer Helmar Burkhardt nach einem knappen Halbfinale mit der Einzel-Bronzemedaille im Herrensäbel.

Da eine amtierende Weltmeisterin ihren Namen und die Länderkennung in roter Schrift auf der Fechtjacke tragen darf, ließ der ETV es sich nicht nehmen, Rabea für ihren Doppel-Erfolg eine entsprechende Fechtjacke anzufertigen. Sie wurde am 13. Dezember im Zuge des Biergießer-Turniers überreicht.“

Die weiteren Ergebnisse

- Barbara Lax, Säbel, V60, 11.
 - Barbara Lax, Florett, V60, 14.
 - Margit Budde, Säbel, V70, 10.
 - Gesche Reimers, Säbel, V50, 10.
 - Markus Vossenberg, Florett, V50, 37.

Wir sind sehr stolz auf unsere sehr erfolgreichen und aktiven Veteranen! Wir freuen uns schon auf die WM 2026 im georgischen Tiflis.



Rabea Hambach-Richter kam mit zwei Goldmedaillen aus Bahrain zurück – und erhielt in Eimsbüttel eine Lacke.



Das ETV-Sextett bei der Ü40-WM in Manama

ANZEIGE

U17 STEIGT IN DFB-NACHWUCHSLIGA AUF

Bereits einen Spieltag vor dem Ende der Hinrunde in der Regionalliga Nord durfte die Mannschaft um das Trainerteam von Mikail Gök, Jonathan Dieckmann, Arne Hantusch, Azad Karamac, Hamajak Bojadjan und Miguel Becker den Aufstieg in die DFB-Nachwuchsliga (ehemals Bundesliga) feiern.

Dank einer Siegesserie konnte der Aufstieg noch gesichert werden. Der Saisonstart war enorm holprig: Auftaktniederlage beim Aufsteiger Hemmingen-Westerfeld, drei Unentschieden gegen die U16-Teams vom HSV, Werder Bremen und Holstein Kiel. Das Team stand nach sechs Spieltagen mit sechs Punkten auf dem neunten Platz. Der Abstand auf einen der Aufstiegsplätze betrug bereits neun Punkte.

Doch dann folgten sechs aufeinanderfolgende Siege gegen SV Eichede, Niendorfer TSV, Blumenthaler SV, VfB Lübeck, Hannover 96 II und zuletzt Curslack-Neuengamme. Insbesondere die hervorragende Defensivleistungen und der mutige Ansatz in der Offensive führten zum Erfolg.



Cheftrainer Mikail Gök lobt das Team und den Umgang mit Widerständen: „Wir wussten, dass wir das Zeug dazu haben jeden Gegner in der Liga zu schlagen

und es eine Frage der Zeit war, bis die ersten Siege eingefahren werden. Wir sind auch nach dem verkorksten Saisonstart ruhig geblieben und haben uns auf den Prozess konzentriert. Hier möchte ich ein großes Lob an die Mannschaft und das Trainerteam aussprechen. Jeder hat mitgezogen und an die gemeinsame Idee geglaubt. Dass wir die beste Defensivmannschaft der Liga stellen, ist kein Zufall.“

Neben seiner Tätigkeit als U17-Trainer leitet Gök gemeinsam mit seinem Kollegen Jon Pauli die Fußballabteilung. Der Vorgänger, Jasper Hölscher, wechselte im Sommer zum HSV, wo er als Co-Trainer der U21 tätig ist.

Am letzten Spieltag traf die Mannschaft auf die ebenfalls

bereits feststehenden Aufsteiger USC Paloma. Auch wenn die Mannschaft nach 2:0-Führung noch den Sieg aus der Hand gab und sich mit einem 2:2 zufriedengeben musste: Sie geht mit einer Serie aus neun ungeschlagenen Spielen in Folge, davon sechs Siege in die DFB-Nachwuchsliga. „Wir sind stolz auf die Entwicklung und freuen uns auf hinreißende Duelle an unserem heimischen Loki“, sagt Gök.

Neun Jahre ist es her, dass eines der U17-Teams im Juniorenbereich in der Nachwuchsliga vertreten war. Zuletzt gelang das dem Jahrgang 2000 – angeführt von Headcoach Loic Favé, der aktuell als Co-Trainer der Profis und Leitung Sport NLZ für den HSV arbeitet.

HOCKEY

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Hockeyabteilung am 28. Januar 2026 um 19 Uhr im Oberhaus des ETV-Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Bericht des Vorstands
4. Genehmigung der Jahresrechnung
5. Entlastung des Vorstands
6. Wahlen
7. Behandlung von Anträgen
8. Verschiedenes

Weitere Anträge zur Tagesordnung können gerne an die stellvertretende Vorsitzende Anja Fischer (afischer@etv-hamburg.de) herangetragen werden.

SO LÄUFT'S – DIE HALBZEITBILANZ

ERSTE HERREN

Auch im zweiten Jahr nach dem Abstieg aus der Regionalliga mischen unsere 1. Herren wieder ganz oben in der Oberliga mit. In einem engen Duell mit ETSV und Dassendorf kämpft das Team von Can Timo Schultz um die Tabellenspitze. Aus 17 Spielen holte die Mannschaft 13 Siege und ging mit einer Serie von fünf Erfolgen in die Winterpause – darunter die Highlights gegen Spitzenreiter ETSV und Nachbar SC Victoria. Eine wichtige Rolle spielen junge Kräfte wie Torjäger Merlin Sinanovic (20+ Tore), Gabriel Balde sowie ehemalige ETV-Eigengewächse wie Tom Politz und Farid Maboa Dibamba, die bereits in der Vergangenheit für den ETV spielten und jetzt wieder Teil der Mannschaft sind.

U23

Die U23 überzeugt als Aufsteiger in die Landesliga mit ungewöhnlicher Stabilität. Viele Spieler befinden sich in ihrer ersten Herrensaison, was das junge Durchschnittsalter von 19 Jahren zeigt. Die Hinrunde wird das Team voraussichtlich

im oberen Tabellenmittelfeld beenden und in der Winterpause neue Kräfte tanken. Die Mannschaft von Tjorben Becker beweist, dass sich auch die U23 des ETV nicht zu verstecken braucht.

ERSTE FRAUEN

In ihrer zweiten Regionalliga-Saison nach dem Wiederaufstieg starteten die 1. Frauen holprig mit nur zwei Punkten aus vier Spielen, fanden aber über ein 4:3 in Bremen zurück in die Spur. Acht Spiele in Folge blieb das Team ungeschlagen und arbeitete sich stetig nach oben. Trainer Dennis Tralau betont das große Entwicklungspotenzial des jungen Kaders. Zusammen mit Cheftrainer-Kollege Tim Pendzialek will er nach der Winterpause an die gute Form anknüpfen und das Ziel verfolgen, auch nächste Saison in der Regionalliga zu bestehen.

U20-Frauen

Die U20-Frauen des ETV spielen ihr zweites Jahr in der Oberliga und haben sich mit einer Mischung aus jungen Talenten und erfahrenen Kräften

direkt hinter der Tabellenspitze etabliert. Nach der Pokal-Halbfinalniederlage steht das Team unter dem neuen Trainerteam um Cedric Beck aktuell in der Top 3 und blickt optimistisch auf die kommenden Aufgaben.

U19

Mit neu formiertem Trainerteam um Jon Pauli startete die U19 stark in diese Saison, musste dann aber drei Niederlagen in Folge gegen gute Gegner verkraften. Eine Serie

von fünf ungeschlagenen Spielen brachte das Team wieder auf Platz vier mit 22 Punkten. Der erste Winterwechsel ins Nachwuchsleistungszentrum steht mit Jannis Georgiadi fest. Ziel bleibt es, oben mitzuspielen und die Entwicklung der Spieler auch mit Ausblick auf den Herrenbereich weiter zu fördern.

U17-MÄDCHEN

Die U17 präsentiert sich unter dem Coach Dennis Ghadimi stark in der neuen Regionalliga. Trotz vieler neuer Spielerinnen etablierte sich das Team in der oberen Tabellenhälfte. Die Top 3 wurden nur knapp verpasst. Im DFB-Pokal schied man nach einem knappen 0:1 gegen Borussia Mönchengladbach aus.

ANZEIGE

HEINSEN

Rechtsanwälte



LARS NIEDOPYTALSKI

- Arbeitsrecht
- Vertragsrecht
- Mietrecht
- Gewerblicher Rechtsschutz



ULRIKE HAFER-DRINKUTH

- Fachanwältin für Familienrecht
- Familienrecht
 - Scheidungen
 - Unterhaltsrecht
 - Eheverträge
 - Mediation
 - CLP-Anwältin



THEISS HENNIG

- Medizin-/Arzthaftungsrecht
- Schadensersatzrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Versicherungsrecht
- Wirtschaftsrecht

CHRISTIAN-ALBRECHT
HIMSTEDT

- Strafrecht
- Arbeitsrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht
- Vertragsrecht



HEINSEN Rechtsanwälte
Jungfernstr. 41 · 20351 Hamburg
Tel: (040) 354747 und (040) 69 6583-0
E-Mail: info@kanzlei-heinsen.de
www.kanzlei-heinsen.de

DAMEN-WM 2025 IN BRNO UND OSTRAVA – PLATZ 10 NACH INTENSIVEN TURNIERTAGEN

Vom 6. bis 14. Dezember 2025 war Tschechien Austragungsort der Floorball-Weltmeisterschaft der Damen. In den beiden Spielstätten Ostrava und Brno trafen die besten Nationalteams der Welt aufeinander und boten hochklassigen Floorballsport. Mit dabei war auch das deutsche Team mit unseren Lady Piranhhas Randi Kleerbaum, Ina Jensen und Julia Noël.

Die Gruppenphase begann vielversprechend. Im Auftaktspiel gegen Estland zeigte die Mannschaft eine konzentrierte Leistung und setzte sich verdient mit 9:4 durch. Besonders das variable Offensivspiel und die Effizienz vor dem Tor gaben früh Selbstvertrauen. Auch im zweiten Gruppenspiel gegen die USA präsentierte sich das Team in starker Form. Mit einem deutlichen 13:2-Erfolg gelang einer der überzeugendsten Auftritte des Turniers, bei dem sowohl die

Defensive als auch das schnelle Umschaltspiel überzeugten.

Den Abschluss der Gruppenphase bildete die Partie gegen Singapur. Hier ließ die Mannschaft keinerlei Zweifel aufkommen und dominierte das Spielgeschehen über die gesamte Distanz. Der klare 19:0-Sieg spiegelte die Überlegenheit wider und sorgte für einen gelungenen Abschluss der Vorrunde.

In der Zwischenrunde wartete mit Lettland ein physisch starker

und taktisch disziplinierter Gegner. In einem spannenden und bis zum Ende offenen Spiel musste sich das Team knapp mit 3:4 geschlagen geben. Trotz großem Einsatz und mehrerer Ausgleichschancen reichte es am Ende nicht zum Einzug in die Top 8, sodass der Fokus nun auf den Platzierungsspielen lag.

Im ersten Platzierungsspiel gegen die Niederlande zeigte die Mannschaft nach anfänglichen Unsicherheiten dann doch noch ihre Qualitäten. Mit einer

geschlossenen Teamleistung und hoher Laufbereitschaft gelang am Ende ein 5:3-Erfolg, der neue Motivation für das abschließende Spiel brachte. Im letzten Turnierspiel traf das Team auf Polen. Trotz engagiertem Beginn und großem Kampfgeist musste man sich einem effizienten polnischen Team mit 1:5 geschlagen geben.

Am Ende der Weltmeisterschaft stand Platz 10 in der Gesamtwertung. Ein Ergebnis, mit dem das Team insgesamt nicht zufrieden ist, wurde doch der Aufstieg in die Top 8 verpasst.

Besonders emotional war das Turnier für Randi Kleerbaum und Ina Jensen, für die diese Weltmeisterschaft die letzte ihrer Karrieren war. Beide prägten das Team über Jahre hinweg mit Erfahrung, Einsatz und Führungsstärke. Gemeinsam mit Julia Noël gehörten sie auch in Ostrava und Brno zum festen Bestandteil der Mannschaft und trugen wesentlich zum Auftreten des Teams bei.

Die Damen-Floorball-WM 2025 bleibt damit als intensives, sportlich wertvolles Turnier in Erinnerung – mit starken Siegen, bitteren Niederlagen und einem Abschied zweier Spielerinnen von der Weltbühne.



ZURÜCK IN DER 2. BUNDESLIGA



Die ETV Hamburg Knights sind nach einem Jahr in der Verbandsliga wieder zurück in der 2. Bundesliga.

Nach einer dominanten Saison in der Verbandsliga 2025 feiern die Hamburg Knights den verdienten Wiederaufstieg. Mit klarer Vision und harter Arbeit will das Team 2026 in der 2. Bundesliga antreten und den einen oder anderen Gegner ärgern.

Bereits am vorletzten Spieltag konnten die Baseballer der Hamburg Knights den Titel in der Verbandsliga festmachen. Vor heimischem Publikum holten die Knights einen Doppelsieg gegen die Gäste aus Holm. Die Freude nach dem Spieltag war groß. Denn durch die beiden Siege hatte sich das Team um Headcoach Marcus Neumann nicht nur mit einem Meisterschaftstitel für die eigene harte Arbeit belohnt, sondern auch das Ticket für den Wiederaufstieg in die 2. Bundesliga gelöst.

Dass die Knights nach mehreren Jahren in der 2. Bundesliga 2025 überhaupt in der Verbandsliga angetreten waren, war ein bitterer, aber notwendiger Schritt. Denn das Team befand sich im Generationswechsel: Viele ältere Leistungsträger hatten das Team verlassen oder näherten sich ihrem

Karriereende, und die jüngeren Spieler brauchten noch mehr Spielpraxis, um sich auf Bundesliga-Niveau zu behaupten. Für den Neustart brauchte es also ein Umfeld, in dem jüngere Spieler zwar gefordert wurden, aber gleichzeitig einen Rahmen für Entwicklung hatten.

„Unser Ziel war es, nicht allzu viel Zeit in der Verbandsliga zu verbringen und schon 2025 die Weichen für eine Bundesliga-Saison 2026 zu stellen“, erklärt Coach Marcus Neumann. So war diese Saison ein Prüfstein für den Neubeginn des Teams: junge Talente fördern, Teamgeist stärken und gleichzeitig den sportlichen Erfolg nicht aus den Augen verlieren. Das Ziel war klar – die Meisterschaft in der Verbandsliga und der direkte Wiederaufstieg.

Gesagt, getan. Beide Ziele erreichten die Knights und haben jetzt ihre Augen auf die 2. Bundesliga gerichtet. Für das Team eine neue Herausforderung, doch Coach Neumann ist zuversichtlich. „Einige Spieler haben große Schritte nach vorne gemacht“, betont er. „Sie haben die Chance genutzt, Verantwortung zu übernehmen und sich auf einem

hohen Niveau zu beweisen. Diese Entwicklung macht uns stark für das nächste Level.“

Mit dem Meistertitel in der Tasche und einer eingespielten Mannschaft bereiten sich die Hamburg Knights nun auf die neue Saison vor. Die Erwartungen sind hoch, aber das Team ist bereit. Um den Ansprüchen der Bundesliga gerecht zu werden, setzten die Knights bereits im vergangenen Jahr auf mehr Trainingsmöglichkeiten und einen stärkeren Fokus auf Fitness und Agilität. Auf diesem Ansatz wird nun aufgebaut, um auch in der nächsthöheren Liga mitzuhalten. „Wir wollen den anderen Teams zeigen, dass wir nicht der Neuling in der Liga sind, sondern ein ernst zu nehmender Gegner“, sagt

Neumann entschlossen. „Denn wir waren lange Teil dieser Liga und wollen untermauern, dass wir in die 2. Bundesliga gehören.“

Kleine Baseballer ganz groß

In unseren beliebten Ferien-camps lernen Mädchen und Jungs den trendigen US-Sport kennen. Sicher dir jetzt schon deinen Platz in einem unserer Camps 2026.

- 9.-13. März
- 13.-17. Juli
- 10.-14. August
- 17.-19. August
- 19.-23. Oktober

Weitere Informationen gibt es auf unserer Website: www.hamburg-knights.de.

ANZEIGE

Beim Schlump 5 & 9 - Mo-Fr 11 bis 19 - Sa 11 bis 17

starte mit uns ins neue Jahr:
Winter-Event im Januar
Dr. Hauschka Special im Februar
weitere Highlights folgen

SCAN ME

Du möchtest zu unseren Events und Angeboten eingeladen oder informiert werden?
abonniere unseren Newsletter

Marlowe
organic - fair - pretty
marlowe-nature.de

VORSTELLUNG DER GBS-STANDORTE: GRUNDSCHULE DÖHRNSTRASSE

Während in vielen Teilen des Bundesgebiets momentan die Einführung der Ganztagschule vorangetrieben wird (ab Sommer 2026 gibt es einen bundesweiten Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung für alle Grundschulkinder), existiert die ETV Kinder- und Jugendförderung, kurz ETV Kiju, bereits seit 2012. Seit dem Schuljahr 2012/13 übernimmt sie die Nachmittags- und Ferienbetreuung an verschiedenen Standorten.

In diesem Schuljahr betreut die ETV Kiju an elf Grundschulen, dreizehn Gymnasien und einer Stadtteilschule mit über 200 Mitarbeiter:innen mehr als 3500 Schüler:innen. Jetzt wollen wir im ETV-Magazin unsere GBS-Standorte detaillierter vorstellen und mit der Schule anfangen, mit der am 1. August 2012 alles begann: Dem ersten Kooperationsstandort, der Grundschule Döhrnstraße in Lokstedt.

Wann genau die Schule in Lokstedt gegründet wurde, ist

nicht überliefert. 1729 wurde sie erstmals aktenkundig, damals noch an einem anderen Standort, seit Ende des 18. Jahrhunderts wurde die Geschichte genauer dokumentiert. Am 5. Juni 1884 wurde die Schule im Döhrn eingeweiht. Zu Beginn bestand die Schule aus fünf Klassen, damals noch nach Jungen und Mädchen getrennt. 1920 wurde die Lokstedter Schule neu organisiert und als voll ausgebaute achtstufige Hauptschule mit Angliederung einer dreiklassigen Förderschule für Schwachbegabte umgestaltet. 1929 wurde

nach Beschluss des Elternrats der Schulverein gegründet.

Im zweiten Weltkrieg wurde die Schule stark beschädigt, ab Ostern 1946 wurde das Schulhaus im Döhrn aufgeräumt, gesäubert und notdürftig von Lehrern, Schülern und Eltern instandgesetzt. Zwischen der Nachkriegszeit und Mitte der 1970er-Jahre entstanden Mittelflügel, Turnhalle und Aulaflügel, sowie der heutige Neubau- trakt. Anfang der 1990er-Jahre wurde mit dem schrittweisen Abbau der Sekundarstufe I

begonnen, bis 1997 aus der Grund-, Haupt- und Realschule an der Döhrnstraße eine reine Grundschule wurde, so wie wir sie heute kennen.

Heute verfügt die Grundschule über einen deutsch-italienischen Zweig. Jeder Jahrgang hat neben vier Regelklassen eine bilinguale Klasse. Dazu kommen zwei Vorschulklassen. Die ETV Kiju kooperiert am Nachmittag mit dem angrenzenden Deutschen Alpenverein: Dort können die Kinder des 4. Jahrgangs regelmäßig klettern und bouldern. Zudem wird das Sportzentrum Hoheluft regelmäßig für den sogenannten „Tobewelt“-Kurs genutzt.

Neben dem „Tobewelt“-Kurs finden am Nachmittag noch viele andere Kurse aus den verschiedensten Bildungsberufen statt, die den Kindern die Möglichkeiten bieten ihre Interessen zu entdecken oder weiterzuentwickeln.

Auch baulich befindet sich die Grundschule weiter im Wandel: 2026 wird ein neues Schulgebäude inklusive einer Einfeld-Sporthalle in Betrieb genommen. Auch die ETV Kiju zieht mit der Verwaltung zur Eröffnung vorübergehend in das neue Gebäude. Ab Som-



Die Grundschule Döhrnstraße liegt mitten in Lokstedt an der Emil-Andresen-Straße



Die Grundschulkinder lieben ganz besonders den Kiju-Garten hinter der Schule.



mer 2026 wird unter anderem die Mensa im Hauptgebäude erweitert.

Seit 2016 ist der ETV-Kiju-Garten ein fester Bestandteil des Schullebens an der Grundschule Dörnstraße, im nächsten Jahr soll deshalb der zehnte Geburtstag gebührend gefeiert werden. Er liegt direkt neben dem Schulgelände an der Dörnstraße und ist für viele Kinder zu einem Lieblingsort geworden – zum Gärtnern, Forschen, Entspannen und Staunen.

Die Kinder erleben hier, wie Natur Bildung lebendig macht. Beim Gärtnern, Beobachten und Ernten entdecken sie ökologische Zusammenhänge – und lernen dabei spielerisch Verantwortung zu übernehmen.

Der Garten ist so vielfältig wie die Schule: Hier wachsen Gemüse, Apfel- und Birnbäume, Himbeersträucher und Erdbeeren. Bunte Blumenbeete locken Insekten an, das Bienenhotel summt fröhlich, und am kleinen Teich lassen sich Libellen und Frösche beobachten. Ein besonderes Highlight ist der Barfußparcours, bei dem die Kinder die Natur ganz unmittelbar mit den Füßen spüren können – mal weich, mal pieksig, mal kühl.

Im Jahr 2025 wurde deshalb die Schule beim Wettbewerb „Blühende Schulen“ der Loki-Schmidt-Stiftung ausgezeichnet. Der Schwerpunkt lag auf dem Thema Wildkräuter, und die kleinen Gartenprofis konnten zeigen, wie wichtig diese Pflanzen für die Artenvielfalt sind.

Auch der Schulhof erfährt aktuell ein kleines Makeover. Die neue Klettererspinne steht kurz davor, endlich von den fast 500 Schülerinnen und Schülern erobert zu werden.



NEUE IMPULSE, NEUE THEMEN – DAS BILDUNGSPROGRAMM 2026

Der Campus für Bildung und Sport Hamburg (CBS) bleibt auch 2026 ein fester Bestandteil der ETV-Familie und entwickelt sein Angebot für pädagogische Fach- und Leitungskräfte sowie Trainer:innen kontinuierlich weiter. Neben bewährten Fortbildungen und Qualifizierungsreihen greifen wir in diesem Jahr mehrere neue Themenfelder auf.

Neu im Programm sind unter anderem Seminare zu Resilienz im pädagogischen Alltag, Teamkultur und Teamkommunikation, Feedbackprozessen, Zeit- und Selbstmanagement, Diversity Management sowie Medienbildung im Ganztag. Damit reagieren wir auf aktuelle Herausforderungen und bieten Fachkräften wie auch Trainer:innen wertvolle

Impulse für ihren beruflichen Alltag.

Gleichzeitig bleibt das Altbewährte selbstverständlich erhalten: praxisorientierte Fortbildungen, persönliche Begleitung und eine starke Verbindung von pädagogischer Expertise und sportlicher Leidenschaft. Neu ist jedoch, dass alle Angebote des CBS ab sofort ein gemeinsames digitales Zuhause auf der ETV-

Website haben – übersichtlich gestaltet, aktuell und direkt erreichbar.

Ob ihr euch als pädagogische Fachkraft weiterentwickeln,

**Alle Angebote
ab sofort auf
der Website
des ETV!**

euer Team stärken oder euren sportlichen Werkzeugkoffer erweitern möchtet: Beim CBS findet ihr das passende Angebot – auf Wunsch auch als Inhouse-Format direkt in eurem beruflichen Umfeld. Lasst uns gemeinsam lernen, wachsen und gestalten!

Weitere Informationen zum gesamten Bildungsprogramm findet ihr direkt online auf der ETV-Website.



SPORT, NATUR UND ABENTEUER

Auch im Jahr 2025 fanden in den Frühjahrs-, Sommer- und Herbstferien die ETV Kiju Feriencamps statt. Insgesamt wurden 56 Camps mit 656 Kindern durchgeführt. Als Sportverein bieten wir viele spannende Feriencamps im Sportbereich für Kinder und Jugendliche an. Von Floorball über Tanzen bis hin zu Kung Fu, Parkour, Klettern und vielen weiteren Aktivitäten: Für jeden Geschmack ist etwas dabei! Wer Lust auf Action hat, ist in unseren Camps genau richtig.

Doch Sport ist nicht unser einziges Steckenpferd. Wir hatten auch viele andere spannende Feriencamps im Programm! Im Feriencamp „Rund um den Bauernhof“ waren wir zu Besuch auf dem Wilkenshoff in Hollenstedt. Dort lernten wir nicht nur viel über die Tiere und versorgten sie, sondern kochten und backten auch mit saisonalen Lebensmitteln, die dort angebaut werden.

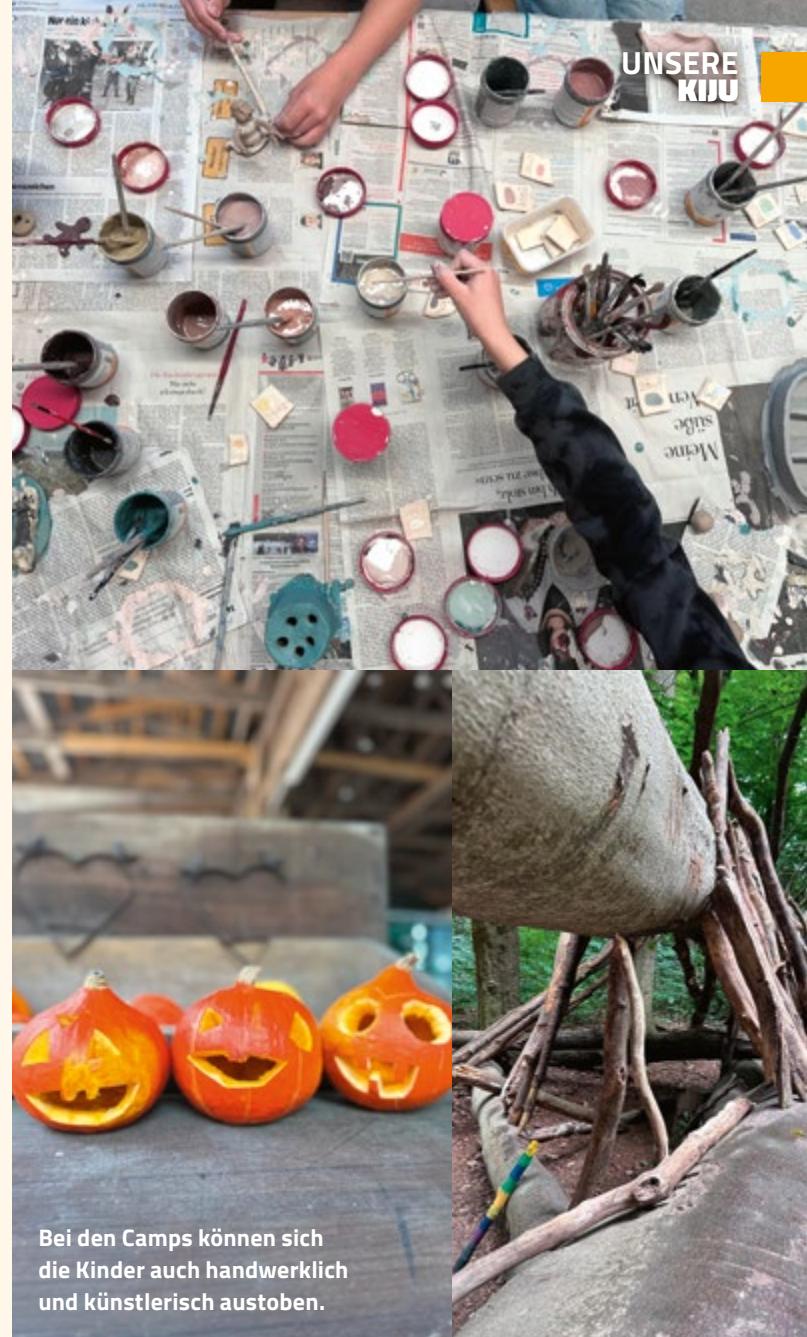
Im Feriencamp „Naturerlebniswoche“ waren wir auf dem Gut Karlshöhe und erlebten ein buntes Programm: Wir wurden für einen Tag zu Schäfern, lernten, ob das Huhn oder das Ei zuerst da war (und was Hühner gern mögen), kescherten am Teich und sammelten Kräuter, um daraus Salat zu machen und Seife herzustellen.

Im Abenteuercamp wurden wir echte Pfadfinder. Wir lernten, wie man Spuren liest, Tipps aus Geäst baut, Lagerfeuer macht und Löffel, Gabeln und andere Dinge schnitzt. Beim Beatmaking schrieben die

Kinder ihren eigenen Song und nahmen ihn im Tonstudio auf. In der Trickfilmwerkstatt im Museum der Arbeit konnten die Kinder ihren eigenen kleinen Film erstellen, der am Ende der Woche allen Eltern, Großeltern und Freunden in einer Premiere vorgestellt wurde.

Im Golfcamp in Quickborn wurde geputtet, was das Zeug hielte, und im Segelcamp segelten wir schon nach kurzer Zeit mit den kleinen Optimisten über das große Alstermeer.

Auch für das Jahr 2026 haben wir wieder viele spannende Feriencamps geplant. Es wird Camps für kleine Kinder, für große Kinder und auch für Jugendliche geben. Wir haben uns verschiedenen Themenbereichen verschrieben. Natürlich wird es wieder zahlreiche Sportcamps geben, aber auch kreative Köpfe und Naturfreunde sowie Tierliebhaber:innen kommen nicht zu kurz. Einige Camps kennt ihr bereits, aber wir haben eure Wünsche gehört und freuen uns, auch neue Camps anzubieten!



Bei den Camps können sich die Kinder auch handwerklich und künstlerisch austoben.

ANZEIGE

PURPUR
WOLLE & NATURTEXTILIEN

Alle häkeln!
Alle stricken!

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

Heuweg 41b • 20255 Hamburg • Mo-Fr 10-19 Uhr • Sa 10-16 Uhr
Tel.: (040) 490 4579 • Fax 4912656 • E-Mail: info@purpurwolle.de

GEWINNSPIEL

Finde die 12 Unterschiede und gewinne das Buch
„Rocky Winterfeld ziemlich neben der Spur“ von Marie Hüttner



Marie Hüttner
Rocky Winterfeld ziemlich neben der Spur
Thienemanns Verlag



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 „Rocky Winterfeld ziemlich neben der Spur“. www.reginakehn.de

UND SO GEHT'S:

Finde die 12 Unterschiede und gib die richtige Lösung, deinen Namen und deine Adresse bis zum **15. März 2026** bei den ETV-Informationen ab oder sende alles an: Eimsbütteler Turnverband e.V., Bundesstraße 96, 20144 Hamburg

SCHWIMMSCHULE TURMWEG

INTENSIV-KURSE IN DEN FRÜHJAHRSGERIEN



Die ETV-Schwimmschule Turmweg bietet in den Frühjahrsferien sechs Intensiv-Schwimmkurse an, in denen an je zehn Terminen für das Seepferdchen- beziehungsweise Bronze-Abzeichen trainiert werden kann. Die erfahrenen Schwimmtrainer:innen achten insbesondere auf die richtige Wasserlage der Kinder und erarbeiten eine gute Schwimmtechnik. Neben ersten Zügen in Bauchlage (Brustarme und Kraulbeine) beginnen wir unsere Grundlagenausbildung

in Rückenlage, orientiert an der Idee des Schweizer-Modells.

Die Kurse der ETV-Schwimmschule Turmweg könnt ihr ab dem **26. Januar 2026** über die App buchen. Eine ausführliche Beschreibung der Kursinhalte findet ihr beim jeweiligen Angebot.

Kontakt:
ETV-Schwimmschule
Turmweg, 040 401769-22,
schwimmschule@etv-hamburg.de

FRÜHJAHRSGERIEN

2. BIS 13. MÄRZ

SEEPFERDCHENKURSE

Kurs 1 Montag bis Freitag, 9 bis 9.45 Uhr

Kurs 2 Montag bis Freitag, 10 bis 10.45 Uhr

Kurs 3 Montag bis Freitag, 11 bis 11.45 Uhr

Kurs 4 Montag bis Freitag, 12 bis 12.45 Uhr

Kurs 5 Montag bis Freitag, 16 bis 16.45 Uhr

FLIPPERKURS IN DEN FRÜHJAHRSGERIEN

Kurs 6 Montag bis Freitag, 17 bis 17.45 Uhr

Für: Kinder ab 5 Jahren
Wo: ETV-Schwimmschule Turmweg, Turmweg 33, 20148 Hamburg
Gebühr: 150/190 Euro (ETV/Gast)

SCHWIMMSCHULE TURMWEG

KOORDINATOR DANIEL KALKS STELLT SICH VOR

Ich bin Daniel Kalks, 37 Jahre alt und freue mich sehr, seit Januar 2026 ein Teil der ETV-Familie zu sein. Sport und explizit das Schwimmen sind seit jeher ein fester Bestandteil meines Lebens – sowohl privat als auch beruflich.

Ursprünglich komme ich aus dem Leistungsbe- reich Schwimmen und Triathlon, probiere mich aber gerne in vielen verschiedenen Sportarten aus und bin offen für alle Formen von Bewe- gung. Mit meiner sportfachlichen schulischen Ausbildung und meinem Studium im Sportma- nagement habe ich meinen Grundstein für den späteren beruflichen Weg gelegt.

Bei meiner folgenden beruflichen Laufbahn in und außerhalb der Sportbranche kristallisierten

sich meine Fähigkeiten im Bereich der Orga- nisation von Sportan- geboten, aber auch die Kommunikation mit Mitmenschen als meine Spezialgebiete heraus.

Genau das möchte ich in der Schwimmschule bestmöglich einsetzen. Jeder Mensch soll schwimmen können – das ist mir ein persönliches Anliegen. Beim ETV möchte ich nun dazu beitragen, genau das für möglichst viele Menschen wahr wer- den zu lassen – und freue mich daher riesig, nun direkt dort anpacken zu können!



DANIEL KALKS



KINDERSPORT

MINI TATÜ-TATA AM 15. FEBRUAR

Die Faschingssaison ist in vollem Gange und wir wollen mit euch am Sonntag, den 15. Februar unser achtes Mini Tatü-Tata gebührend feiern. Die Veranstaltung findet an beiden Standorten Hoheluft und Bundesstraße statt.

Dafür laden wir alle Kinder von 0 bis 12 Jahren zu uns in die Große Halle im ETV-Sportzentrum Bundesstraße und in die Einfeldhalle im ETV-Sportzentrum Hoheluft ein. Wir feiern mit allen kleinen und großen Jecken von 15 bis 17 Uhr, kommt gerne in kreativen und fantasievollen Kostümen vorbei und feiert mit uns ein großartiges Faschings-

fest! Unsere berühmte Polonaise sowie der Bonbonregen zum Abschluss der Veranstaltung werden selbstverständlich nicht fehlen.

Lauffähige Kinder zahlen eine Eintrittsgebühr von zwei Euro. Alle Eltern dürfen frei mitfeiern. Wir bitten alle Hallenschuhe oder Socken mitzubringen. Bitte habt Verständnis, dass ihr ohne vorherige Anmeldung nicht teilnehmen könnt. Die Buchung ist bis eine Stunde vor Beginn über unsere App möglich. Feiert mit uns ein sensationelles Fest! Wir freuen uns schon jetzt auf euch und eure Kostüme.

KINDERSPORT

Werde Trainer:in für Eltern-Kind-Yoga und Kinderyoga

Kleine Yogis, große Momente – auch unsere kleinsten Mitglieder im ETV wollen zur Ruhe kommen und einen Ausgleich zum Alltag finden. Wir bieten im Kindersport Kurse mit klassischen Yogaelementen und Entspannungsübungen an. Die Eltern-Kind-Yoga-Kurse finden in Begleitung eines Elternteils statt, während die Kinderyoga-Kurse vom Kind allein besucht werden. Für diese beiden Kursformate suchen wir Trainer:innen. Wenn du gerne mit Kindern arbeitest und uns bei der sportlichen Entwicklung unterstützen möchtest, freuen wir uns auf deine Bewerbung, egal, ob du bereits Erfahrung hast, oder dich weiterentwickeln möchtest.

Kontakt:
Lea Dannenberg
040-401 769-23
kindersport@etv-hamburg.de

KINDERSPORT

JANA STEINFURTH ÜBERGIBT AN LEA DANNENBERG

Staffelstabübergabe im Kindersport aufgrund von Elternzeit – unsere liebe Kollegin Jana Steinfurth verabschiedet sich in die Elternzeit. Wir freuen uns mit ihr über die kommende Zeit voller neuer Erlebnisse und wünschen ihr alles Gute für diesen besonderen Lebensabschnitt.

Gleichzeitig begrüßen wir Lea Dannenberg. Sie übernimmt künftig die Leitung des Kindersports und der Kinder- und Jugendreisen. „Ich freue mich nach drei Jahren Unterbrechung auf meine neuen Aufgaben im ETV. Es fühlt sich an wie Nach-Hause-Kommen!“

Wir freuen uns, dass Jana nach ihrer Elternzeit wieder Teil des Teams wird. Bis dahin wünschen wir ihr alles Liebe – und Lea einen guten Start!



REISEN

VERSCHENKT EINE WOCHE VOLLER SURF-ABENTEUER

Unsere Kinder- und Jugendfreizeiten bieten den perfekten Austausch mit Gleichaltrigen in den Hamburger Ferien. Die ETV-Kinder- und Jugendreisen sind ein besonderes Erlebnis für alle Kinder. Ohne Eltern etwas Neues zu erkunden und zu entdecken, fördert die Entwicklung der Kinder. Unsere Betreuer:innen sorgen dabei für ein ereignisreiches Programm.

Auch in diesem Jahr fahren wir an die Mecklenburger Bucht vom 12. bis 17. Juli 2026. Wir sind untergebracht im Feriendorf San Pepelow, wobei Windsurfen auf dem täglichen Programm steht. Die positiven Erlebnisse aus den Unterrichtsstunden nehmen wir mit in den restlichen Tagesablauf.

Wir spielen gemeinsam Beachvolleyball oder Fußball und verbringen zusammen eine großartige Zeit. Die Surf- und Wassersportfreizeit bieten wir für Mädchen und Jungen im Alter von 10 bis 14 Jahre an.

Preise: 535/615 Euro (ETV- und Kiju-Kinder/Gäste)

Im Reisejahr 2026 finden ebenfalls eine Ski- & Snowboardfreizeit sowie zwei Reiterfreizeiten statt. Alle Informationen dazu entnehmt ihr unserer Homepage.

Kontakt:

**Lea Dannenberg,
040-401 769-23,
kindersport@etv-hamburg.de**



ANZEIGE

Wirkung braucht *Freiheit*.

Wofür wir stehen:
*ungebundene Beratung für nachhaltig
 effiziente Marketinginvestitionen.*

jom-group.com

Hamburg | Düsseldorf | Frankfurt a. M. | München | Philadelphia

jom

Hybrid Marketing
Communication

NEUE IDEEN UND TERMINE

Ein weiteres Jahr mit vielen interessanten Veranstaltungen liegt hinter uns. Wir sind kilometerweit gewandert, haben zahlreiche Lokale besucht, verschiedene Kunst- und Kulturführungen mitgemacht, diverse Kino- und Theater-Vor-

stellungen genossen, zaubern gelernt, technische Highlights im Hamburger Stadtgebiet bewundert und einige Stadtteile erobert.

Ansporn für unsere Aktivitäten ist euer Zuspruch und der kleine



Das Team 55Plus hat viele neue Ideen entwickelt.

silberne Stern des Sports, den wir im November 2024 in Empfang nehmen durften. Es war uns eine Freude, mit euch diese Erlebnisse zu teilen. Für 2026 haben wir uns wieder viel vorgenommen.

Dazu trafen wir uns am 11. November 2025 mit interessierten Mitgliedern zum „erweiterten Team 55Plus“. Neben dem Austausch, wie sich bisher die Treffen des Lesekreises, der Kinogruppe, Theater/Kultur entwickelt haben, kamen viele Ideen zu neuen Veranstaltungen:

- Der kulturelle Bereich wird weiter verstärkt, so fahren wir am 11. Januar gemeinsam nach Bremen in die Giacometti-Ausstellung
- Ganz nah mit vielfältigen kulturellen Veranstaltungen ist der TONALI-SAAL, mehr in einem unserer kommenden Newsletter
- Gemeinsam Gesellschaftsspiele spielen. Die Gruppe nimmt Gestalt an, ihr findet sie zur Buchung bald in der App

▪ Habt ihr Interesse an einer Doppelkopf-Runde – einmal monatlich? Auch dazu mehr im kommenden Newsletter und in der App. Start im Februar. Interessiert? Schreibt uns gerne an: 55plus@etv-hamburg.de

▪ Lust, mit anderen zusammen an einem Samstag im Monat zu frühstücken? Los geht's im Februar. Info wie immer im Newsletter und der App

- Wie wäre es mit einem Wein-tasting im ersten Halbjahr? Ute ist in der Planung
- Rund um Gesundheitsthemen – da sind wir noch am Basteln
- Der Umgang mit Handy, Tablet und Computer: monatlich ein bis zwei Vormittage mit drei bis vier Einzelberatungsstunden. Start am 20. Januar, zu finden in der App

Wollt ihr von uns regelmäßig informiert werden oder mitplanen? Unseren Newsletter könnt ihr abonnieren unter: 55plus@etv-hamburg.de.

Allen Mitgliedern des ETV wünschen wir ein sportliches und gesundes Jahr 2026.

FLOORBALL-FIKA – SPORT UND BEGEGNUNG

Sport und soziale Begegnung miteinander verbinden – das ist das Ziel von „Floorball Fika“, dem neuen Angebot der Floorball-Abteilung in Kooperation mit dem Team 55Plus. Das Konzept ist einfach: Zunächst wird zusammen locker eine Runde Floorball (ähnlich dem Hallenhockey und Eishockey, beschreibbar als „Eishockey ohne Eis“), anschließend treffen sich die Teilnehmenden zu einer traditionellen schwedischen „Fika“ – einer gemütlichen Pause bei Kaffee und Gebäck, die den Austausch untereinander fördert.

„Die Floorball-Abteilung bietet bereits Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Aber für die etwas Älteren fehlte uns bisher ein passendes Angebot“, erklärt Abteilungsleiter Johan: „Es ist uns deshalb ein großes Anliegen, dieses neue Angebot fest zu etablieren.“

Im Sommer fand ein Schnupperkurs statt, um das Konzept zu testen. Die Rückmeldungen waren durchweg positiv, sodass im Herbst fünf weitere Kurse organisiert wurden.

So läuft ein Kurs ab: Zunächst steht eine Stunde voller Bewegungsspaß und Floorball auf dem Programm, danach treffen sich die Teilnehmenden bei Fika. „Sport und Soziales passen gut zusammen, aber beim Sport hat man nicht immer die Ruhe, sich kennenzulernen oder über spannende Dinge zu sprechen. Das wollten wir mit der Fika im Anschluss ermöglichen“, sagt Johan, der selbst aus Schweden kommt und sich freut, die schwedische Institution „Fika“ in den ETV zu bringen. „Wir hoffen, weitere Termine anbieten zu können und vielleicht sogar eine regelmäßige Trainingsgruppe zu etablieren.“

Für alle, die Lust auf Bewegung, neue Bekanntschaften und eine entspannte Tasse Kaffee haben, ist Floorball-Fika die perfekte Mischung aus Sport und Geselligkeit. Und keine Angst: Für Neueinsteiger:innen ist Floorball die perfekte Sportart. Leichte Regeln und niedrigschwellige technische Anforderungen erleichtern den Einstieg, auch wenn man noch nie Floorball gespielt hat.

25 JAHRE MITGLIED – ODER AUCH 75

Parallel zum Kinderturn-Sonntag, an dem einige Kinder ihre ersten Schritte im Verein machten, wurden im Oberhaus des Sportzentrum Bundesstraße die langjährigen Mitglieder des Vereins geehrt.

Neben zahlreichen 25-jährigen Jubiläen wurden auch viele 40-jährige Mitgliedschaften, bis hin zu 50-, 60- und sogar 75-jährige Mitgliedschaften mit einer Ehrung bedacht.

Einzelnen Mitgliedern wurde die Verbundenheit zum ETV bereits in die Wiege gelegt, wie etwa der ehemaligen Wasserball-Bundesligaspielerin Stefanie Ahlf (40 Jahre alt, 40 Jahre Mitgliedschaft). Andere waren neben dem Sporttreiben auch ehrenamtlich aktiv.



Friedrich „Fiete“ Großmann (2.v.l.) wurde für seine 75-jährige Mitgliedschaft geehrt.

So gehörten zu den Geehrten auch Gudrun Bischoff-Kümmel, Anke Lepthien-Schütt (beide Beirat, 40 Jahre) und Margret Bülow-Schramm (ehemals im Aufsichtsrat, 40 Jahre). Geleitet

wurde der Nachmittag vom Ehrenausschuss, hier konnte sich die langjährige Vorsitzende Sabine Wilcken selbst über die Ehrung zur 50-jährigen Mitgliedschaft freuen.

Ganze 75 Jahre ist der ehemalige Vorsitzende Friedrich Großmann im Verein, der beim anschließenden Kaffee und Kuchen spannende Anekdoten aus den vergangenen Jahrzehnten berichten konnte.

ANZEIGE

Das Auto Abo für den Sport.

Besser als kaufen oder leasen- alles in einer monatlichen Rate.



- ✓ Neuwagen schon für mtl. 399 €
- ✓ Versicherung, Steuern, Wartung und wintertaugliche Bereifung
- ✓ Keine Anzahlung, keine Schlussrate
- ✓ Kurze Laufzeiten ab 12 Monaten
- ✓ Faire Rückgabe: transparent, ehrlich & unabhängig geprüft



„BREATHWORK HAT MEIN LEBEN VERÄNDERT“

Das Zitat in der Überschrift stammt von Sabine, die eigentlich anders heißt, und die beim ETV regelmäßig Kurse aus dem FitGym-Bereich „Body & Mind“ besucht. Insbesondere hat es ihr der Kurs „Breathwork“, frei übersetzt mit „Atemarbeit“, angetan.

Breathwork wird von Sina Weigeldt, die die FitGym leitet und den Kurs zum ETV gebracht hat, als die Kunst beschrieben, die Kraft unserer Atmung bewusst zu nutzen, um damit einen bestimmten Effekt auf Körper und Geist zu haben. „Mit jedem Atemzug

nehmen wir Sauerstoff auf und geben Kohlendioxid ab, was Energie in unseren Zellen erzeugt, und unser Nervensystem beeinflusst.

Breathwork ist eine effektive Methode, um mit bewusster Atmung mehr Achtsamkeit, innere Ruhe und Zufriedenheit zu erlangen“, so Weigeldt.

Sabine ist – wie auch zu einem Yoga- und Meditationskurs mit Trainerin Yatti – vor gut einem Jahr zu dem Kurs gekommen. Nach einer schwerwiegenden Lungenentzündung, die sie, fast 70 Jahre alt, „ziemlich aus der

Bahn geworfen hatte“. Jetzt kann sie die Luft bis zu einer Minute und 42 Sekunden anhalten. Das sei ihre Spitzenleistung gewesen, erzählt sie: Die Kombination aus drei Kursen und Breathwork im Speziellen sei ihre Entdeckung der vergangenen Jahre und habe sie sehr gestärkt. Nach der Lungenentzündung war sie kurzatmig und schnell aus der Puste. Durch die Kurse hat sie gelernt, ihre Atmung zu reflektieren und bewusst die Weite ihres Brustkorbs wahrzunehmen.

Die Übungen, angefangen mit der Lockerung des Kiefers,

übertragen sich in den Alltag und ihre Gefühlswelt. Wenn Sabine mal einen Kurs nicht wahrnehmen kann, dann fehlt ihr etwas, denn die Atemübungen, die für mehr Sauerstoff im System führen, klären auch immens viel im Kopf: „Man lernt über die bewusste Atmung auch, seinen kompletten Körper wahrzunehmen. Ich bin nun auch in schwierigen, emotionalen Situationen sehr viel gelassener und kann über die Atmung meine Reaktion steuern. Die Kurse mit Yatti haben, so kann man sagen, mein Leben verändert. Deshalb bin ich sehr dankbar.“

Breathwork beim ETV

Donnerstags, 11 bis 12 Uhr, Sportzentrum Bundesstraße, Gym II

Freitags, 13 bis 14.15 Uhr, Sportzentrum Hoheluft, KR 2

TEAM- VORSTELLUNG: DAS IST DIE FITGYM

Die FitGym, der gesamte Kurs-Fitness- und Gymnastikbereich des ETV, wird seit 2023 von Sina Weigelt geleitet, sie und ihr Team stellen sich nun in diesem Heft vor und verraten das ein oder andere Überraschende.



1. SINA WEIGELDT

im Team seit: Januar 2023
Funktion: Leitung FitGym & Prävention
Aufgaben: Auf- und Ausbau des Kurprogramms & Personal
Lieblingskurs: Fitness Complete
So beschreibt mich mein Team: progressiv, Positivity @its best, Sonnenschein

2. STEFFI MROS

im Team seit: Dezember 2022
Funktion: Koordination FitGym & Betreuung von Lernenden
Aufgaben: Personalverwaltung, -einsatzplanung & -abrechnung
Lieblingskurs: Bodyworkout
So beschreibt mich mein Team: Innovationsgeist, Ruhepol, Organisationstalent, schlagfertig, Multi-Tasking-Begabung

3. ARNE HANTUSCH

im Team seit: Sommer 2024
Funktion: Mitarbeiter
Aufgaben: Medien- & Öffentlichkeitsarbeit
Lieblingskurs: Z4P
So beschreibt mich mein Team: Innovationsgeist, Ruhepol, zielstrebig

4. MARLEEN BRÜSER

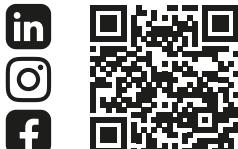
im Team seit: Herbst 2025
Funktion: Duale Studentin
Aufgaben: Vertretungssuche, Inventur, Statistiken
Lieblingskurs: Z4P
So beschreibt mich mein Team: Kreativkopf, Energiebündel, Ballsport-Multitalent

REYHER



DEIN
LIEBLINGSSPIEL
AUCH OHNE
TETRIS-MELODIE.

Bring das modernste Hochregallager unter Kontrolle –
 mit Deinem Sportsgeist in der Logistik.



Keiner macht's wie **WIR**.
reyher-karriere.de



DIE GUTEN VORSÄTZE IM NEUEN JAHR – WAS WIRKLICH GUT UND WICHTIG IST!

Oje, denken Sie: wieder ein Ratgeber über die Dinge, welche man im neuen Jahr mehr oder neu machen soll. Also die klassischen Neujahrvorsätze – die uns zu besseren Menschen machen. Nein, falsch gedacht: hier gibt es keine Top 5 der Dinge, welche uns helfen sollen, fitter, gesünder und glücklicher durch das Leben zu gehen. Es geht um etwas ganz anderes ...

Sein nunmehr über 25 Jahren beschäftige ich mich als Sportwissenschaftler sowie

als Therapeut und Trainer mit dem Thema „Gesundheit durch Training & Sport“. Dabei habe ich nicht nur viele Erkenntnisse

gewonnen, sondern auch den einen und anderen Trend im Fitnessbereich kommen und gehen gesehen. Ausgelöst durch viel mehr Wissen und die mediale Verbreitung ist ein stetig steigendes Interesse zu allen Sportthemen, auch in der breiten Öffentlichkeit, zu beobachten. Und das ist auch gut so, weil man durch Sport und Bewegung viele positive Effekte für uns Menschen erreichen kann. Und doch, trotz der ganzen Erkenntnisse für einen gesunden Lebensstil, ist durch die gravierenden Veränderungen unserer Lebens- und

Arbeitsbedingungen dabei ein Thema immer mehr in den Vordergrund getreten – Stress!

So sieht sich eine Mehrheit der Deutschen in der Stressfalle. In einer 2025 veröffentlichten Umfrage für die Kaufmännische Krankenkasse gaben 82 Prozent der Befragten an, zumindest gelegentlich großen Anspannungen und Belastungen ausgesetzt zu sein. Mehr als zwei Drittel der Menschen (68 Prozent) wünschten sich für das neue Jahr weniger Stress. Das geht aus einer weiteren repräsentativen Umfrage zu Neu-



Jahrvorsätzen im Auftrag der Krankenkasse DAK-Gesundheit hervor. Arbeitsmediziner beobachten schon seit langem einen stetigen Anstieg der Arbeitsunfähigkeit durch psychische Erkrankungen. „In den letzten zehn Jahren sind die Ausfalltage wegen psychischer Erkrankungen um 43 Prozent gestiegen“, so der AOK-Gesamtverband im Oktober 2025.

In der Stressforschung weiß man seit Langem: Das Stressempfinden bei Menschen mit sehr hohem „Gebrauch“ digitalen Medien ist signifikant höher als im Durchschnitt der Bevölkerung. Es gibt zwar keine eindeutige Korrelation zwischen Social-Media-Nutzung und psychischen Erkrankungen, aber schon 2020 belegten Forscher der Uni Augsburg, dass man genau schauen muss, welche Technik einen positiven Effekt hat und uns wirklich weiterhilft. Und dass es wichtig

ist, die digitalen Gewohnheiten aufzuspüren, die potenziell Stress auslösen, beispielsweise das Lesen von E-Mails und Nachrichten noch vor dem Aufstehen oder am Abend kurz vor dem Schlaf.

Wichtig ist, die digitalen Gewohnheiten aufzuspüren, die potenziell Stress aus- lösen.

Und wir alle wissen: Instagram und TikTok sind schlecht für die Psyche. Egal ob Laufen, Wandern oder Yoga – die Social-Media-Welt hat für alles Tipps und Tricks, wie man bei jeder Sportart und dem Leben das Beste aus sich herausholt! Dazu gehören überzogene „Körper-

bilder“, ständige Selbstoptimierung und gleichzeitig natürlich Ernährungstipps sowie alles aus dem Topf der „self-caring-Abteilung“ gleich noch dazu.

Zusätzlich wird auch das Sporttreiben immer mehr mit digitaler Nutzung verknüpft. Das kann der digitale Trainingsplan sein oder aber auch das Smartphone als Pausenfüller beim Training. Und es ist erstaunlich, wie viele Menschen ständig auf den Bildschirm schauen: in der Pause am Ende der Serie beim Krafttraining schnell mal bei WhatsApp gucken, was die Kindergartengruppe so mitgeteilt hat, der Check des Regenrads für den Heimweg oder bei Insta Videos schauen, während man eigentlich beim Stretching ist! Und dabei hat der Arzt doch gesagt: Machen sie Sport zum Stressabbau!

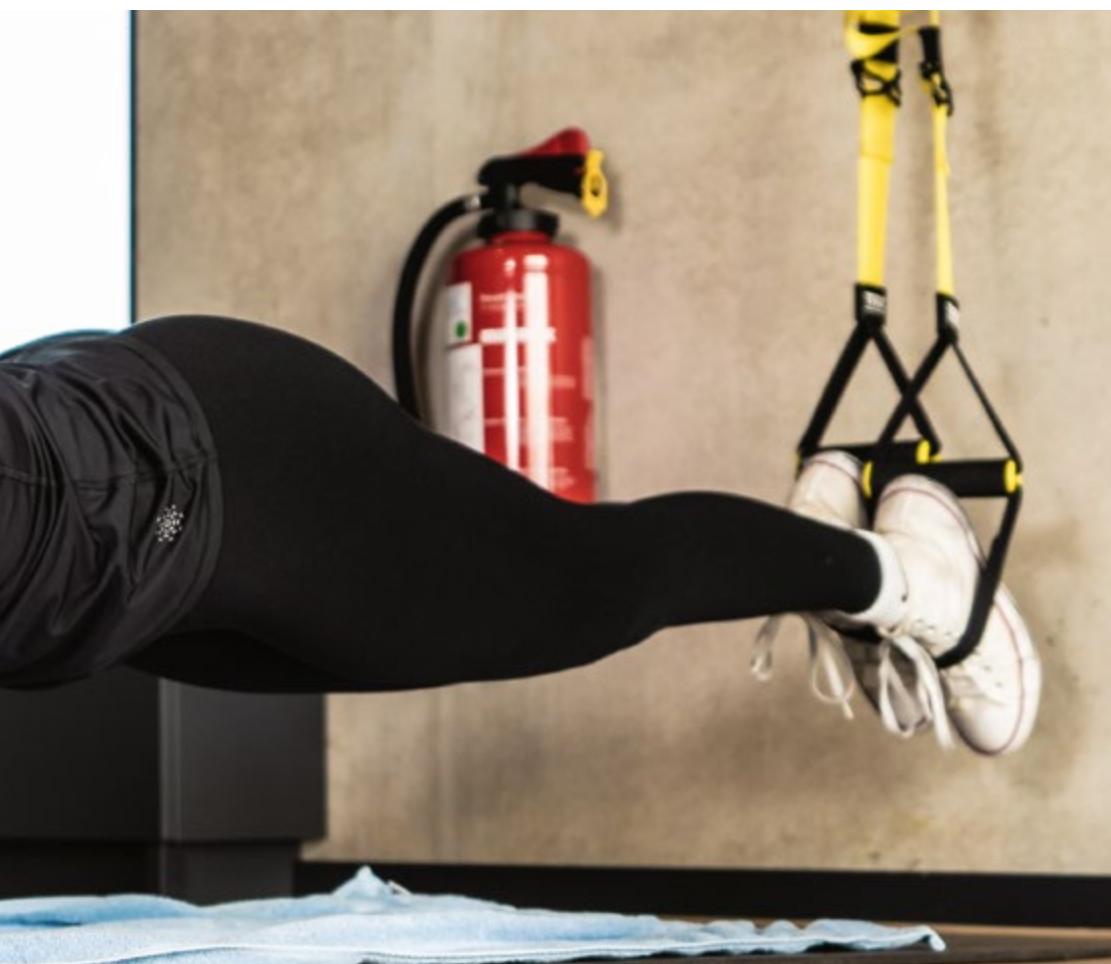
Wenn man weiß, welche negativen Folgen Stress für

die Gesundheit hat, fragt man sich, warum Menschen diesen einen potenziellen Stressfaktor – digitale Nutzung – nicht einfach beim Sport weglassen können. Der wohl wichtigste Vorsatz fürs neue Jahr ist deshalb, im „Hier und Jetzt“ zu sein. Den einzelnen Moment wahrzunehmen.

Das ist nicht neu und heißt ganz einfach Achtsamkeit. Und das geht auch beim Sport: spüren, wie sich das anfühlt, die Muskeln zu trainieren. Bewusstes Wahrnehmen der Ein- und Ausatmung. Volle Konzentration auf die Übung. Nicht mehr und nicht weniger... mal ohne Handy!

Probieren Sie einfach mal Achtsamkeit aus, beim Sport, im Alltag – auf ein gutes neues und stressfreies Jahr 2026!

Ihr **Jo Oehling**
Trainer im ETV-Studio Hoheluft



**DELEGIERTENVERSAMMLUNG**

ETV WÄCHST WEITER UND MELDET PROFITEAM

Bei der Delegiertenversammlung des ETV, die am 20. November im Haus des Sports stattfand, genehmigten 111 Delegierte den vom Vorstand vorgelegten Jahresabschluss für 2024, die Hochrechnung für 2025 und den Haushaltsplan für 2026. Katharina von Kodolitsch, die Präsidentin des Hamburger Sportbunds, sprach ein Grußwort.

2024 verzeichnete der ETV bei einem Gesamterlös von 11,4 Millionen Euro ein Defizit von 98.000 Euro. Insgesamt hat sich der Verein im Geschäftsjahr 2024 deutlich besser entwickelt, als im Geschäftsjahr 2023 geplant. Für das Jahr 2025 wird ein leichter Überschuss erwartet. „Nach fünf defizitären Jahren werden wir für das laufende Jahr voraussichtlich wieder ein positives Ergebnis präsentieren können. Die Auswirkungen der Corona-Pandemie haben wir

nun endgültig überwunden“, ordnete Finanzvorstand Florian Schorpp die Zahlen ein.

Die Konsolidierung des Vereins und die Weiterentwicklung der Organisation nach der Expansion durch den Neubau des Sportzentrums Hoheluft konnte erfolgreich fortgesetzt werden. Die Verluste durch die Corona-Pandemie und die erhöhten Baukosten des neuen Sportzentrums, die seit 2020 zu negativen Jahresergebnissen geführt hatten, konnten in diesem Jahr ausgeglichen werden.

Der Vorstand und alle weiteren Gremien des Vereins wurden einstimmig entlastet.

Zum 1. Oktober 2025 meldete der ETV gegenüber dem Hamburger Sportbund einen neuen Mitgliederhöchststand: In diesem Jahr sind durchschnittlich 21.900 Vereinsmitglieder registriert, das entspricht einem Wachstum von 6,8 Prozent zum Vorjahr. Der ETV bleibt damit der größte Hamburger Universalsportverein und der zweitgrößte bundesweit.

In diesem Jahr wurden vier Positionen im siebenköpfigen Aufsichtsrat des Vereins gewählt, wobei Detlef Müller (Wasserball) für vier Jahre wiedergewählt wurde und drei Positionen mit Andreas Hardt (Tennis und Golf, vier Jahre), Rolf-Peter Kaßner (Fechten, vier Jahre) und Til Bernstein (FitGym und Kindersport, zwei Jahre) nachbesetzt wurden, da Arp Kreßin aus Altersgründen sowie Christian Vettin und Nina Willenbrock aus beruflichen Gründen ausschieden waren. Wir danken den langjährigen AR-Mitgliedern für ihr Engagement.

Katharina von Kodolisch würdigte in ihrem Grußwort die positive Entwicklung des ETV und lobte die Rolle des Vereins in der Gesellschaft. Zudem warb sie für die Bewerbung um die Olympischen und Paralympischen Spiele für die Jahre 2036, 2040 oder 2044. Hier hat sich der ETV früh „positiv und offensiv“ zu der Bewerbung geäußert und seine Unterstützung zugesagt.

VEREINSZIELE UND MEILENSTEINE

Der ETV hat sich in den vergangenen Jahren von einem Standteilverein zu einem mittelständischen Unternehmen entwickelt – insbesondere durch den Neubau des Sportzentrums Hoheluft, der ein Entwicklungsbooster für den Verein war und noch immer ist. Der ETV verfügt über zwei Tochterunternehmen (ETV Kiju und ETV Kita) und nunmehr zwei zentrale Standorte. Nach der Umstellung der Organisationsstruktur und der Einführung einer zweiten Führungsebene im Jahr 2023 war es wichtig, auch die strategischen Ziele neu zu definieren. Diese entwickelt der Verein seit Anfang 2025 mit der agilen Managementmethode „OKRs“, die für Objectives und Key Results stehen und Unternehmen hilft, ihre Ziele festzulegen und deren Fortschritt transparent zu kommunizieren. Florian Schorpp, Finanzvorstand des ETV, erklärt die neue Organisation.

Warum war es notwendig diese Ziele einzuführen? Was bringt es dem Verein?

Der Verein hatte in den vergangenen Jahren große infrastrukturelle Projekte, auf die unternehmensweit hingearbeitet wurde. Das war 2014 der Masterplan zur Renovierung und Erweiterung des Sportzentrums Bundesstraße und danach der Neubau des Sportzentrums Hoheluft 2021. Nach der Fertigstellung und durch das Wachstum nach der Eröffnung des zweiten Standorts war es notwendig, einen roten Faden für kommende Projekte aufzubauen. Zusätzlich möchten wir auch die Tochtergesellschaften Kiju und Kita zusammen mit dem Verein in einer Systematik steuern.

Wir haben fünf übergeordnete Unternehmensziele – Objectives – aus den Bereichen Angebot, Infrastruktur, Mitarbeitende, Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit entwickelt, die mit einer Laufzeit bis Ende 2027 festgelegt wurden. Anhand dieser Säulen wurden Schwerpunkte für die nächsten Jahre geschaffen. Die Meilensteine – Key Results – zur Erreichung der Unternehmensziele wurden ebenfalls mittelfristig angelegt. Sie sind aber deutlich dynamischer und können sich im Laufe der Zeit auch verändern. Aus diesen mittelfristigen Unternehmens-OKRs wurden dann mit den Bereichsleitenden Ziele und Meilensteine entwickelt, die sich an den fünf Oberzielen orientieren und positiv auf diese einzahlen.

Wie hat sich das Arbeiten durch die OKRs auf der operativen Ebene verändert?

Der Verein und die Tochterunternehmen sind enorm gewachsen. Da wir ein übergreifendes Management-System für die gesamte Unternehmensgruppe erarbeiten wollten, war es naheliegend, mit einem System in mehreren Zielbereichen zu arbeiten. Durch unser transparentes System können alle Mitarbeitenden jederzeit überblicken, wer an welchem Projekt arbeitet und wie der Bearbeitungsstand aktuell ist. Durch das Offenlegen der Ziele sieht auch jeder einzelne Mitarbeitende sein Mitwirken am gemeinsamen Unternehmenserfolg. Neue Mitarbeiter können sich schnell orientieren, gepaart mit unserem Intranet ist das eine sehr gute Basis für die Interne Kommunikation.

Welche Kernziele hatte sich der ETV im vergangenen Jahr gesteckt? Was wurde erreicht, was nicht?

Für uns ist das Jahr 2025 das erste Geschäftsjahr mit OKRs. Vor allem anderen ist es daher wichtig, dass die Systematik bekannt gemacht wurde und wir unseren Kolleginnen und Kollegen das transparente Ziel-System zugänglich machen.

Wir hatten im Laufe des Jahres die übergeordneten OKRs auf Ziele für das Jahr 2025 heruntergebrochen und mit eigenen Meilensteinen versehen. Wesentliche Ziele standen allerdings auch schon vor Einführung der Methode fest. So wurde beispielsweise der Fußballplatz am Lokstedter Steindamm saniert. Neu war nun allerdings, dass wir den Projektfortschritt über das OKR transparent und nachvollziehbar umgesetzt haben.

Wer entscheidet, was als Ziel identifiziert wird?

Wir sind in einem dynamischen Umfeld und können mit der Ziel-Systematik auch immer kurzfristig auf Chancen und Risiken reagieren. Neue Projekte, die eine Auswirkung auf übergreifende Geschäftsfelder haben, werden im Vorstand besprochen und abgestimmt. Projekte und Maßnahmen, die einzelne Bereiche betreffen, werden kurz- und mittelfristig aber eben auch von der Bereichsleitung formuliert und weiterverfolgt. Wir sind ein mitgliedergeführter Verein, somit haben natürlich auch die Mitglieder über diverse Gremien oder auch über die jährliche Mitgliederbefragung einfache Möglichkeiten, ihre Wünsche und Ziele zu formulieren und diese somit in die OKR-Systematik einfließen zu lassen.

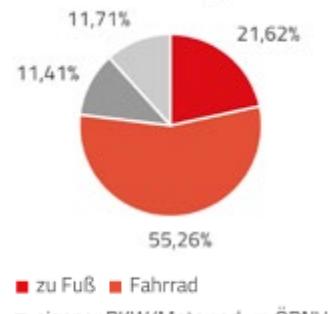
Deine Meinung zählt – Mitgliederumfrage 2025

Auch in diesem Herbst haben wir die jährliche Mitgliederumfrage durchgeführt. Aufgrund der zahlreichen Teilnahme von euch können wir das Feedback detailliert auswerten und die Ergebnisse zur stetigen Verbesserung nutzen.

Deshalb möchten wir uns bei allen Teilnehmenden zunächst bedanken: Aufgrund eures Feedbacks können wir konzentrierter daran arbeiten, euch ein verbessertes Sporterlebnis zu ermöglichen. Unsere Mitgliederumfrage soll nämlich nicht ins Leere laufen, sondern konstruktiv Ergebnisse bringen. Ihr bringt eure Ideen, Wünsche oder auch Kritik ein, so dass wir darauf schnell und effektiv reagieren können. Sei es Rückmeldungen zu den Themen Sauberkeit in den Umkleiden, die Hallenzeiten verschiedener Sportarten oder die Kursbuchung in der ETV-App – all eure Punkte haben wir wahrgenommen und werden darauf bestmöglich reagieren.

Hier ein kleiner Einblick: Mehr als die Hälfte der Befragten kommt mit dem Fahrrad zum Sport. Das macht uns stolz: So wird Eimsbüttel nachhaltiger – als Mitglied, als Verein.

Mobilität der Mitglieder



Falls ihr ein Anliegen habt, welches nicht bis zur nächsten Umfrage warten kann, wendet euch jederzeit gerne an feedback@etv-hamburg.de.

ZWEI PASTOREN SAGEN TSCHÜS

Mit Michael Babiels und Hans-Christoph Goßmann verabschiedeten sich zur Adventszeit zwei Pastoren, die in Eimsbüttel lange Jahre gewirkt und mit ihrem Engagement den Stadtteil geprägt haben. Das ETV-Magazin wünscht beiden einen aktiven und erfüllten Ruhestand!

34 Jahre ... als Michael Babiels in der Christuskirche sein Pastorenamt antrat, war von der HafenCity noch keine Rede, vom brandneuen ICE dafür umso mehr – und Deutschland gerade Fußball-Weltmeister. Auch eine lange Zeit geht einmal vorbei. Am Ersten Advent wurde er mit dem Segen von Propst Martin Vetter festlich verabschiedet.

„Voll Dankbarkeit blicken wir auf dein Wirken zurück, werden sicher in Zukunft immer wieder einiges erinnern, darauf aufbauen und weiterbauen“, erklärte Nina Schumann aus dem Gemeinderat und erinnerte an die vielfältigen Aufgaben Babiels während der

dreieinhalb Jahrzehnte im neugotischen Gotteshaus: „Taufen, Trauungen, Beerdigungen, Konfi-Zeit, Öffentlichkeitsarbeit, Finanzen, Personal, Gemeindefusion, Kirchenentwidmungen ... eigentlich fehlt nichts, das zu einem Pastoren-Dasein in einer Großstadtgemeinde dazu gehört.“

Eine Woche danach wurde auch Diakonin Karin Kluck nach zehn Jahren Zuständigkeit für den Bereich „Leben im Alter“ verabschiedet. Sie trat ihren Dienst an, als die „Entwidmung“ von St. Stephanus und der Bethlehemkirche die Zahl der Gemeindekirchen bereits von vier auf zwei halbiert hatte.

In der Jerusalem-Kirche wurde ebenfalls tschüs gesagt.



PASTOR MICHAEL BABIEL

Eigentlich fehlt nichts, das zu einem Pastoren-Dasein in einer Großstadtgemeinde gehört.



PASTOR HANS-CHRISTOPH GOßMANN

Hans-Christoph Goßmann kam im Oktober 2008 aus Tellingstedt in Dithmarschen in den neuromanischen Backsteinbau und beendete damit eine dreijährige Vakanz. Nun ging er nach 17 Jahren in den Ruhestand.

Der 66-jährige Pastoralpsychologe und Gestalttherapeut hat sich in besonderer Weise dem interreligiösen Dialog

mit Judentum und Islam gewidmet, Religionswissenschaft an der Hamburger Universität gelehrt und die Jerusalem-Akademie aufgebaut. In der Reihe „Jerusalemer Texte“ hat Goßmann auch zahlreiche Bücher herausgegeben, unter anderem den Band „Geschichte des Christentums“. Zuletzt erschien sein Werk „Jerusalemer Impulse“.

„DIALOG IST KEIN BEGLEITPROGRAMM“

David Rubinstein ist Geschäftsführer der Jüdischen Gemeinde Hamburg. Er kümmert sich unter anderem um das Joseph-Carlebach-Bildungshaus, bestehend aus Kita und Stadtteilschule, im Grindel – hier hat auch die Jüdische Gemeinde ihren Sitz.

Zuerst erschienen bei den:  EIMSBÜTTELER NACHRICHTEN

Was oft nicht bekannt ist: Nicht nur jüdische Kinder besuchen die Joseph-Carlebach-Schule. Der Anteil liege etwa bei 50 Prozent, sagt Rubinstein. Über die Schule im Grindel hinaus sei Rubinstein wichtig, dass jeder Schüler und jede Schülerin einmal eine Synagoge besucht habe. Um das entsprechend zu begleiten, arbeitet die Gemeinde an Schulungsmaßnahmen. Wir haben Rubinstein im Grindel getroffen und mit ihm über die aktuellen Entwicklungen rund um das jüdische Leben in Hamburg gesprochen.

Im Rahmen der Jüdischen Kulturtage fand am 9. November auf dem Joseph-Carlebach-Platz eine Gedenkveranstaltung statt, zu der über 500 Menschen kamen. Wie haben Sie diesen Abend erlebt?

Der Abend war für mich sehr bewegend. Zu sehen, wie mehr als 500 Menschen zusammen-

kamen, um der Opfer der Novemberpogrome zu gedenken, hat mich tief berührt. Die Anteilnahme und die vielen persönlichen Gespräche haben gezeigt, wie wichtig es ist, dass wir im ständigen Austausch bleiben und gemeinsam Haltung zeigen. Gerade mit den gezeigten Biografien haben viele Namen die dazugehörigen Gesichter bekommen, was die Menschen deutlich nähergebracht hat.

Info: Während der Novemberpogrome 1938 attackierten Nationalsozialisten das jüdische Leben – Juden und Jüdinnen wurden angegriffen, Synagogen brannten, Läden wurden geplündert. Auch die Bornplatzsynagoge im Grindel wurde geplündert und geschändet.

Bei den Jüdischen Kulturtagen steht der Dialog im Mittelpunkt. Warum ist dieser so wichtig – und an welchen Stellen bräuchten wir ihn noch viel stärker?

Der Dialog ist deshalb so wichtig, weil er Vertrauen schafft – und

Vertrauen ist die Grundlage jeder offenen, demokratischen Gesellschaft. Die Jüdischen Kulturtage zeigen, wie viel Nähe entstehen kann, wenn wir einander nicht nur zuhören, sondern tatsächlich miteinander ins Gespräch kommen: über Kunst, Geschichte, Alltags erfahrungen und Lebensrealitäten. Begegnung nimmt Vorurteile den Boden, sie macht Komplexität verständlich und gibt Menschen ein Gesicht, die sonst oft nur als abstrakte Gruppe wahrgenommen werden. Kurz gesagt: Dialog ist kein Begleitprogramm, sondern ein Grundpfeiler unseres Zusammenlebens – und wir sollten ihn konsequenter nutzen, als wir es bisher tun.

Im Grindel soll eine neue Bornplatzsynagoge entstehen – mit Café und Bibliothek. Welche Rolle können solche Orte der Begegnung spielen?

Café und Bibliothek können in der neuen Bornplatzsynagoge

zu echten Brückenräumen werden. Sie schaffen niedrigschwellige Zugänge, bei denen Menschen ohne Berührungsängste ins Gespräch kommen können – ganz unabhängig davon, ob sie bereits Erfahrungen mit jüdischem Leben haben oder nicht. Ein Café lädt dazu ein, einfach vorbeizuschauen, Fragen zu stellen, Veranstaltungen zu besuchen oder persönliche Kontakte zu knüpfen. Eine Bibliothek wiederum ermöglicht es, Wissen und Geschichte unmittelbar erfahrbar zu machen. Sie bietet Raum für Bildung, Austausch und kritische Auseinandersetzung – und damit auch für ein differenziertes Verständnis jüdischer Kultur und Identität. Zusammen stärken solche Orte die Offenheit des Gesamtprojekts. Sie zeigen, dass jüdisches Leben ein lebendiger, zugänglicher Teil der Stadtgesellschaft ist, und fördern Begegnungen, die im Alltag sonst kaum zustande kommen würden.

ANZEIGE

#eimsbüttelliebe verschenken



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



**EIMSBÜTTELER
NACHRICHTEN**

Hinweis: In einem früheren Artikel hieß es, die Bornplatzsynagoge im Grindel wurde während des Zweiten Weltkriegs zerstört. Der Zweite Weltkrieg begann jedoch im September 1939, also mehrere Monate nach den Novemberpogromen.



Das ganze Interview gibt's online:



ÄNDERUNG DER BEITRAGSORDNUNG

Zum 1. Januar 2026 ändert sich die Beitragsordnung des ETV. Diese Änderung wurde in der Sitzung des ETV-Hauptausschusses am 09. Dezember 2025 beschlossen. Die Anpassung bezieht sich auf die Gruppe der Menschen, die einen ermäßigten Beitrag bezahlen: dies sind Schüler:innen, Auszubildende, Studierende, Freiwilligendienstler:in, arbeitsuchend, Inhaber:innen eines Schwerbehindertenausweises ab 50 Prozent.

Die Änderung betrifft Studierende und Schüler:innen, die das 30. Lebensjahr vollendet haben: diese Gruppe hat nun keinen Anspruch mehr auf den ermäßigten Beitrag. In sozialen Härtefällen kann ein Antrag

auf Änderung der Beitragshöhe und der Zahlungsmodalitäten gestellt werden.

Darüber hinaus sind alle Mitglieder verpflichtet, regelmäßig nachzuweisen, dass die Vergünstigung weiter besteht. Ohne entsprechenden Nachweis kann der normale Erwachsenenbeitrag eingezogen werden.

Neu ist auch, dass Mitglieder, die nicht am SEPA-Einzugsverfahren teilnehmen, eine Bearbeitungsgebühr von 5 Euro im Quartal berechnet wird, die in Härtefällen erlassen werden kann. Im Jahr 2026 erfolgt die Umstellung, die Gebühr wird ab dem 01. Januar 2027 durchgesetzt werden.



ANZEIGE

WEIL *Selbstfürsorge* IM UMGANG MIT GESUNDHEIT BEGINNT

Gesundheit ist kein Projekt für ein paar Wochen, sondern ein Thema, das dauerhaft Aufmerksamkeit verdient. Für viele Menschen mit chronischen Erkrankungen zeigt sich das ganz konkret im Alltag. Beschwerden begleiten sie über längere Zeit. Termine, Arbeit und private Pläne müssen daran angepasst werden, und die eigene Energie reicht nicht jeden Tag gleich gut aus. Sich bewusst damit auseinanderzusetzen, ist ein wichtiger Teil von Selbstfürsorge.

Gerade für Menschen, die regelmäßig mehrere Medikamente einnehmen, wird der Überblick schnell zur Herausforderung. Dosierungen ändern sich, neue Präparate von verschiedenen Fachärzten kommen hinzu, andere geraten in den Hintergrund. Ob alles zusammenpasst, welche Mittel sich beeinflussen oder ob es sinnvollere Alternativen gibt, kann man als Laie kaum zuverlässig einschätzen.

Eine Medikationsanalyse kann hier Ordnung schaffen. In der VITA Apotheke nehmen wir uns dafür bewusst Zeit. Im persönlichen Gespräch werden alle eingenommenen Arzneimittel durchgesehen, mögliche Wechselwirkungen geprüft und Einnahmen verständlich erklärt. Ziel ist es, Klarheit zu schaffen, das Potenzial der Therapie voll auszuschöpfen und Sicherheit im Umgang mit Medikamenten zu geben.

Sich auf diese Weise um die eigene Gesundheit zu kümmern, ist eine sinnvolle Entscheidung. Sie schafft Übersicht und Lebensqualität, entlastet im Alltag und gibt das gute Gefühl, verlässlich begleitet zu sein.

Tun Sie sich und Ihrer Gesundheit etwas Gutes und vereinbaren Sie einen Termin zum Medikamenten-Check mit unseren Apotheker:innen.

Jetzt Termin*
für einen
Medikamenten-Check
vereinbaren



*Die Kosten für diesen Service übernimmt unter bestimmten Voraussetzungen Ihre Krankenkasse. Sprechen Sie uns an, wir prüfen Ihren Anspruch.

VITA
APOTHEKE
Voll das Leben

Heußweg 37 | 20255 Hamburg | Tel. 040 409059 | Fax 040 496880
mail@vita-apotheke-hh.de | www.vita-apotheke-hh.de

KOOPERATIONEN & VORTEILE

für ETV-Mitglieder



MITSING-KONZERT

Eimsbütteler Adventssingen mit neuem Besucherrekord

Am Sonntag, den 14. Dezember fand das vierte Eimsbütteler Adventssingen statt – und feierte mit über 2.500 Besucher:innen einen neuen Besucherrekord.

Nach der Premiere 2022 und drei erfolgreichen Jahren ist das Eimsbütteler Adventssingen als vorweihnachtliche Institution im Eimsbütteler Veranstaltungskalender fest etabliert. Immer am 3. Advent laden die ökumenische Gemeinschaft der Kirchen in Eimsbüttel, das Agaplesion Diakonieklinikum Hamburg sowie der Eimsbütteler Turnverband e. V. (ETV) zum gemeinsamen, adventlichen Singen und einer Stunde voller weihnachtlicher Atmosphäre und adventlicher Klänge ein.

Das Eimsbütteler Adventssingen ist ein Geschenk für den Stadtteil und ganz Hamburg: Eine Stunde Adventsliedersingen unter Flutlicht mit Band, Chor und Stadtfestbühne, aufgebaut auf dem Kunstrasensportplatz des ETV an der Bundesstraße. Waren es in den ersten Jahren um die 1.000 Besucher:innen, kamen in diesem Jahr bei perfektem Adventswetter mehr als doppelt so viele, nämlich über 2.500 Personen – darunter viele Familien, Menschen aus dem Stadtteil, Vereinsmitglieder des ETV und Kirchengänger:innen.

Das gemeinsame Singen erzeugte einen Moment der Gemeinschaft und der vorweihnachtlichen Besinnung. Unterstützt wurde das Mitmach-Konzert, unter der musikalischen Leitung von Robin Zabel, von verschiedenen Chören und Bands, wie zum Beispiel „Music on Tour“ vom Gemeindejugendwerk Norddeutschland dirigiert von Maria Jahn, Florian Scholz und Ruth Will.

Aus dem Stadtteil kam der Kinderchor „Die Weiherpatzen“ unter Leitung von Solveig Wezel von der Katholischen Schule Am Weiher Sankt Bonifatius. Begleitet wurden sie und das Publikum von der „Music on Tour“-Band geleitet von Timo Muelbredt. Damit alle Besucher:innen lautstark oder nur für sich mitsingen konnten, wurden Liedtexte ausgeteilt.

Die Organisator:innen bedanken sich bei der Hamburger Sparkasse

und der Bezirksversammlung Eimsbüttel sowie weiteren Spendern – auch am Sonntag vor Ort – für die Unterstützung.

Durchgeführt wurde die Veranstaltung vom Sportverein ETV und der ökumenischen Gemeinschaft der Kirchen in Eimsbüttel. Dazu zählen die evangelisch-lutherischen, katholischen, baptistischen und methodistischen Gemeinden des Bezirks und zu guter Letzt die Krankenhausseelsorge des Agaplesion Diakonieklinikums.

**SAVE THE DATE:
EIMSBÜTTEL
ADVENTSSINGEN 2026**



5. Eimsbütteler Adventssingen, 3. Adventssonntag, 13. Dezember 2026, 17 Uhr



1. VOLLEYBALL BUNDESLIGA **HEIMSPIELE** 2025 / 2026

SAMSTAG, 11. OKTOBER 25, 19:30 UHR

vs. ALLIANZ MTV STUTTGART
CU ARENA

MITTWOCH, 29. OKTOBER 25, 20 UHR

vs. LADIES IN BLACK AACHEN
ETV SPORTHALLE HOHELUFT

SAMSTAG, 15. NOVEMBER 25, 19:30 UHR

vs. DRESDNER SC
CU ARENA

SAMSTAG, 6. DEZEMBER 25, 19 UHR

vs. BINDER BLAUBÄREN FLACHT
ETV SPORTHALLE HOHELUFT

SAMSTAG, 17. JANUAR 26, 17:15 UHR

vs. SSC PALMBERG SCHWERIN
CU ARENA

MITTWOCH, 21. JANUAR 26, 20 UHR

vs. USC MÜNSTER
ETV SPORTHALLE HOHELUFT

SAMSTAG, 31. JANUAR 26, 19:30 UHR

vs. SKURIOS VOLLEYS BORKEN
CU ARENA

SONNTAG, 15. FEBRUAR 26, 15:30 UHR

vs. SCHWARZ-WEISS ERFURT
ETV SPORTHALLE HOHELUFT



**Hamburger
Volksbank**

VOLLEYS





FÖRDERMITGLIEDSCHAFT – AUFNAHMEANTRAG

Ein Anmeldebogen pro Person. Bitte in Druckgroßbuchstaben ausfüllen.

Wer den ETV unterstützen möchte, kann ab sofort förderndes Mitglied werden. Zum Beispiel, um das Team der Tochter, des Sohns oder des Enkelkindes zu unterstützen, ohne selbst Sport treiben zu wollen. Fördermitglieder zahlen mindestens 10 Euro Beitrag monatlich und können über die zu fördernde Abteilung selbst entscheiden. Wer freiwillig mehr als 10 Euro als zusätzliche Spende leistet, kann diese steuerlich geltend machen. Auch wer bereits ETV-Mitglied ist, kann förderndes Mitglied für eine andere Abteilung werden. Wir freuen uns auf viele fördernde Mitglieder, die Sportlerinnen und Sportler werden es danken. **Wer den Gesamtverein ETV Hamburg unterstützen möchte, muss keine der nebenstehenden Abteilungen auswählen. Mehrfachnennung nicht möglich.**

Vorname											
Name											
Geburtsdatum											
											Geschlecht
Straße, Haus-Nr.											
Postleitzahl											Ort
Telefon											
E-Mail-Adresse											

Grundbeitrag FÖRDERMITGLIEDSCHAFT:

10 € monatlich zugunsten der ausgewählten Abteilung

Die Fördermitgliedschaft berechtigt nicht zur Teilnahme am Sportbetrieb des Vereins. Für die Kündigung der Fördermitgliedschaft gelten die in der Satzung festgelegten Fristen.

Freiwilliger zusätzlicher FÖRDERBEITRAG:

Ich erkläre mich zusätzlich bereit, den ETV e. V. monatlich freiwillig mit folgendem Förderbeitrag zu unterstützen: Bankeinzugsermächtigung Hiermit ermächtige ich den Eimsbütteler Turnverband e.V., die Förderbeiträge vom unten stehenden Konto einzuziehen.

5 € 10 € 15 € 20 € 25 € 50 € 100 €

Eigener Betrag (mindestens 5 €):

Hiermit beantrage ich die Aufnahme als Fördermitglied des Eimsbütteler Turnverband e.V. und akzeptiere die Vereinssatzung in ihrer aktuellen Fassung, jederzeit einsehbar unter www.etv-hamburg.de/etvsatzung.pdf sowie auf Anfrage erhältlich im Sportbüro. Der Austritt aus dem ETV e.V. ist nur zum 30.6. und 31.12. jeden Jahres möglich und muss spätestens einen Monat vorher bei der Geschäftsstelle des ETV schriftlich erklärt sein.

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.

Beitritt zum											Unterschrift	
--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------------------	--

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	<input type="radio"/> vierteljährlich	<input type="radio"/> halbjährlich	<input type="radio"/> 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.



Eimsbütteler Turnverband e.V.
Bundesstr. 96
20144 Hamburg
www.etv-hamburg.de

Öffnungszeiten Sportbüro:
Mo-Fr 8:30-22:30 Uhr,
Sa-So: 9:00-19:30 Uhr

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

Füllt den
**ETV-AUFNAHME-
ANTRAG ganz
einfach online aus.**



ABTEILUNGSSPORT

- Aikido
- 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 wird 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

- 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.
- Bei wiederholten Störungen ist der Vorstand berechtigt, ein Hausverbot zu erteilen.
- Während und außerhalb der Trainingszeiten ist Unbefugten der Aufenthalt in den Trainingsräumen nur mit ausdrücklicher Zustimmung des/r aufsichtsführenden Übungsleiter:in oder durch das Personal der Informationen bzw. durch die Platzwarte/Platzwärterinnen gestattet. Diese ist vor Trainingsbeginn einzuholen.
- Mit den baulichen Einrichtungen ist pflichtig umzugehen. Für mutwillige Beschädigungen werden die Verursacher:innen in allen Fällen haftbar gemacht.
- Das Rennen, Toben oder Springen in Treppenbereichen ist verboten.
- Alle Flucht- und Rettungswege sind jederzeit freizuhalten. Das ETV-Personal ist befugt, jederzeit die Fluchtwiege freizuhalten und unsachgemäße Gegenstände aus den Flucht- und Rettungswegen zu entfernen. Das Umziehen ist ausschließlich in den Umkleideräumen gestattet.
- In den Hallen und Sporträumen sind grundsätzlich Hallensportschuhe mit heller Sohle zu tragen. Auf den Kunstrasenplätzen sind nur Sportschuhe mit glatter Sohle, Multinoppen- oder Nockensohlen erlaubt. Schraubstollen sind dort verboten.
- Sporthallen, Übungsräume, Umkleideräume und Trainingsplätze etc. sind sauber zu halten. Abfälle sind in die vorhandenen Müllimer zu werfen.
- Im gesamten ETV-Sportzentrum Bundesstraße, im ETV-Sportzentrum Hoheluft, in allen Sporthallen und auf den Kunstrasen anlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft ist das Rauchen nicht gestattet. In den Sporthallen und Umkleideräumen ist der Alkoholkonsum nicht gestattet. Ferner ist es untersagt, in die Übungs-, Wasch- und Umkleideräume Geschirr zu bringen oder zu benutzen.
- 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.
- 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 Kinderspielplätzen 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.
- In den ETV-Sportzentren und in den ETV-Sporthallen ist die Live-Datenweitergabe durch externe Datendienstleister über Spiereignisse oder -Ergebnisse (sog. „Datenscouting“) nur durch von den Sportverbänden lizenzierte Datenscouts erlaubt. Das Datenscouting bei Jugendspielen oder Jugendwettkämpfen ist grundsätzlich verboten. Datenscouts können bei Zuwidderhandlung von den Hausrechthabern von der Sportanlage bzw. aus der Sporthalle verwiesen werden. Vom Verein selbst produzierte Streaming- oder Liveticker-Angebote sind erlaubt.
- Kurse und Sportangebote, für deren Teilnahme eine Anmeldung oder digitale Buchung notwendig ist, können von den Mitgliedern nicht ohne Anmeldung oder Buchung besucht werden.
- 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.
- 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.
- Aushänge, ausgenommen die an offiziellen ETV-Mitteilungsbrettern oder die der ETV-Abteilungen, bedürfen einer Genehmigung der Geschäftsstelle.
- Das Abstellen von Fahrrädern, Rollern, Kinderwagen ist nur an dafür vorgesehenen Plätzen erlaubt.

Beschlossen im ETV-Hauptausschuss am 18.02.2025

BEITRÄGE

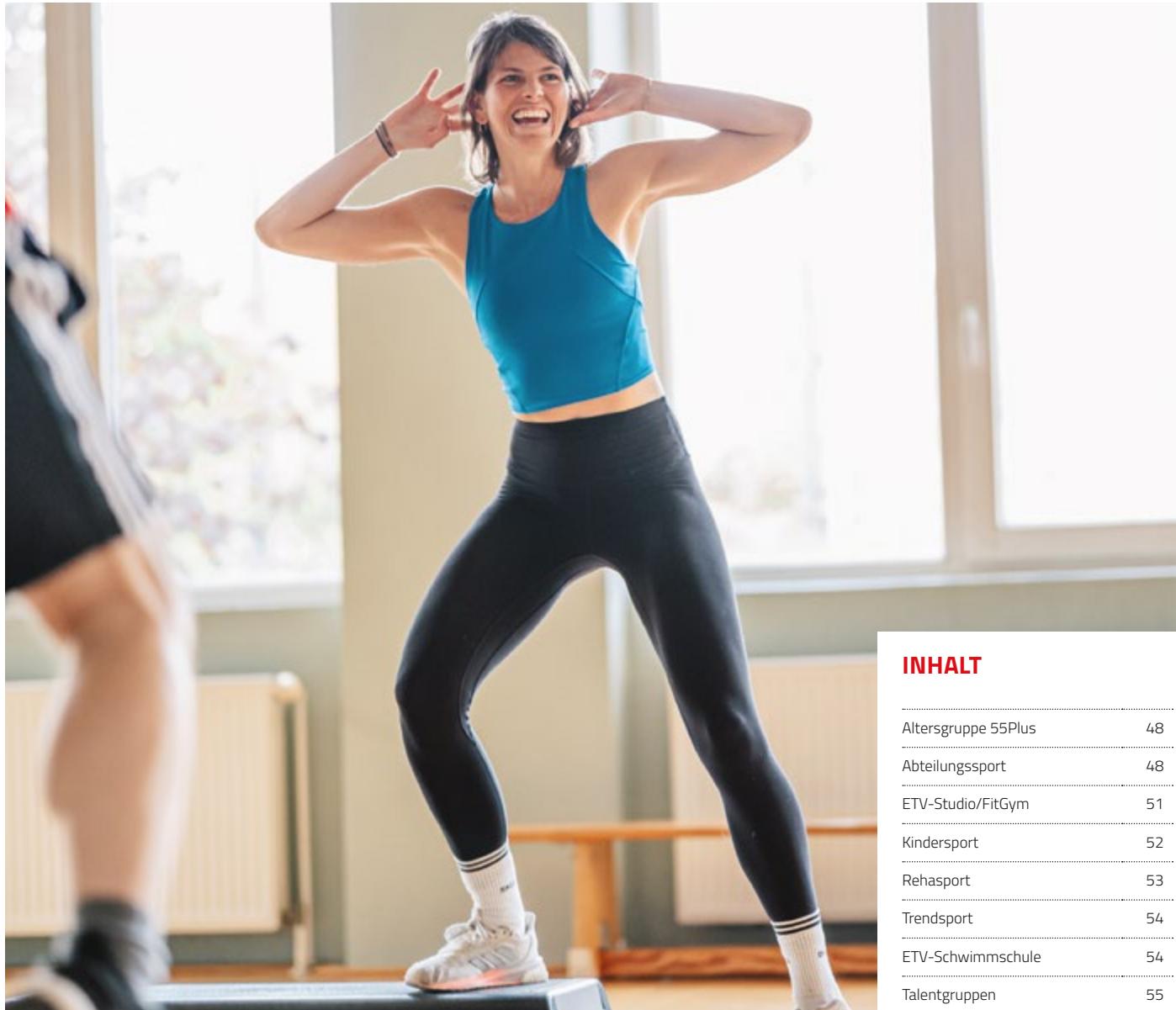
Erwachsene	Grundbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Erwachsene ab 18 Jahre	29,50 €	24,60 €
Ab 18 Jahren: Schüler:in, Azubi, studierend, Freiwilligendienstleister:in, arbeitssuchend, Inhaber:in eines Schwerbehindertenausweises ab 50 Prozent	21,00 €	18,75 €
<i>Für alle HEK-Mitglieder entfällt die einmalige Vereins-Aufnahmegebühr in Höhe von maximal 24,60 Euro.</i>		
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
<i>Die Grundbeiträge/Aufnahmegebühren verstehen sich exklusive der eventuellen Abteilungs-sonderbeiträge/Sonderaufnahmegebühren, die Sie nachstehend finden.</i>		
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 Dance	8,00 €	–
ETV-Studio Bundesstraße	38,00 €	74,40 €
ETV-Studio Hoheluft	38,00 €	74,40 €
ETV-Studio Bundesstr. & Hoheluft	48,00 €	74,40 €
Fechten Kinder/Erwachsene	4,00 €/5,50 €	–
Floorball	6,00 €	–
Fußball Kinder/Erwachsene	7,00 €/3,00 €	–
Gerätturnen/Leistungsturnen	8,00 €/12,00 €	–
Handball Kinder/Erwachsene	2,00 €/3,00 €	–
Hockey	19,00 €	–
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/2. Kind	7,50 €/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 SPORTABTEILUNGEN

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	54
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 Miteinander 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 Ideengebenden. 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 (AIKIJO, 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 Aufnahmestopp! 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

Brazilian Jiu-Jitsu

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Brazilian Jiu-Jitsu ist eine aus dem japanischen Judo und Jiu-Jitsu abgeleitete Kampfsportart aus Brasilien. Das Ziel ist es mittels Hebel- und Würgegriffe den Partner zur Aufgabe zu zwingen. Hierfür werden die Hebelgesetze geschickt genutzt, um auch gegen körperlich stärkere Gegner wehrhaft zu sein. Neben effektiven Techniken zur Selbstverteidigung und der Förderung der mentalen Stärke, schult Brazilian Jiu-Jitsu die allgemeine Körperkraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Agilität und steigert so das körperliche Wohlbefinden. Anmeldungen für Probestunden und weitere Informationen bekommst du über das Judobüro unter judobuero@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 / Conterporanía 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-Kunstoffschlägern 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

GerätturnenIm Internet: www.etv-hamburg.de

Beim Gerätturnen wird an Sprung, Stufenbarren/Reck, Schwebebalken und Boden geturnt. Das Angebot Gerätturnen 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: geraettturnen@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-Kinistik-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 regelmäßig 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 Kanustraining unter der Woche auf den Alsterkanälen statt, auf Wochenendtouren kann das Gelernte dann im Seekajak, Wildwasser- oder Kleinflussboot weiter vertieft werden. Im Frühjahr starten regelmäßig 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 Erwachsenenkurse: 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.de>

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, Technikschulung, 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, Trittechniken aus den klassischen Budosportarten und Bodenkampftechniken aus dem Grappling. Neben den Techniktrainings bieten wir euch auch drei Fitnesseinheiten 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 Kraftraum 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: Union Eimsbüttel im ETVIm 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 Einzelturieren und der Teilnahme an Mannschaftswettbewerben des Hamburger Schachverbands. Kontakt: schach@etv-hamburg.de

SchwimmenIm Internet: www.etv-hamburg.de

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

Tischtennis mit ParkinsonIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die Trainingsgruppen Tischtennis mit Parkinson richten sich an Menschen mit der Diagnose Parkinson. Gespielt wird nach dem Konzept von PingPong Parkinson, nachdem durch spielerische Übungen mit dem Tischtennisball, die Beweglichkeit, Koordination und Reaktionsfähigkeit gefördert wird. Dies soll dazu beitragen Muskelsteifheit und Bewegungsarmut vorzubeugen und weitere Symptome der Erkrankung zu verlangsamen. Die Gruppen richten sich an alle Spielniveaus und laden auch Familienangehörige und Begleitpersonen ein mitzuspielen. Neben der sportlichen Aktivität stehen der gesellschaftliche Austausch und die gegenseitige Unterstützung im Vordergrund. Interessierte sind willkommen und können sich vorab gerne per Mail über tischtennis@etv-hamburg.de anmelden.

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, Ansprechpartner: 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-StudioIm Internet: www.etv-studio.de

Die ETV-Studios Bundesstraße und Hoheluft betrachten Gesundheit und Fitness als eine Einheit. Sie bieten einen Eingangscheck 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 & HOHELUFT

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 Ballbinis-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

Eimsbüttelinis

Im 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.

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 auszupowern 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.

Kinderyoga

Im 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.

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 Kłodzinski, Tel: 0179-2256608, E-Mail: joerg.kłodzinski@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 & HOHELUFT

Unter professioneller Anleitung durch einen Fachübungsleiter Rehasport werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination gesteigert. Unser Angebot umfasst orthopädische Gruppen, Herzsport, Beckenbodentraining, Krebsnachsorge für Frauen und Wassergymnastik. Ziel ist es, die Menschen für ein langfristiges und eigenverantwortliches Bewegungstraining zu motivieren und die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit zu stärken. Um die Gruppendynamik zu fördern, findet der Rehasport in einer festen Gruppe statt (Trainingszeiten ein- bis zweimal pro Woche). Melden Sie sich vor ihrem ersten Termin bitte per Email (rehasport@etv-hamburg.de) oder telefonisch (040-401769-54) für Ihren ersten Termin bei uns an.

BeckenbodentrainingIm 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 erktiller 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 Termin Vereinbarung 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

Bogensport

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bogenschießen erfordert Konzentration, innere Ruhe und die Fähigkeit zur genauen Beobachtung eigener Bewegungsabläufe während des kleinen Moments, in dem die Sehne mit eigener Kraft zieht und den Pfeil löst. Interessierten Jugendlichen und Erwachsenen wird mit diesem Angebot das Schießen mit den drei Bogen-typen Visierbogen, Blankbogen und traditioneller Bogen fachgerecht vermittelt. Die Bogensportanlage ist für fortgeschrittene BogensportlerInnen ganztags 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.

Boule

Im 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 regelmäßigm 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 zu wenden. Eine Teilnahme ist ohne Voranmeldung möglich. Der Treffpunkt der Gruppe befindet sich auf dem Bogensportplatz im ETV-Sportzentrum Bundesstraße.

Chor STARTUp

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Parkour

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Pickleball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Tamburello

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Ultimate Frisbee

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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 schwimmschule@etv-hamburg.de oder 040-40176922. Weitere Informationen können Sie zudem unserer Internetseite www.schwimmschule-turmweg.de entnehmen.

Erwachsene - Aqua-Aerobic

Im Internet: www.schwimmschule-turmweg.de

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Der Seepferdchen-Schwimmkurs bereitet seine Teilnehmer*innen auf das Seepferdchen-Abzeichen vor. Er eignet sich besonders für Kinder, die schon gerne im Wasser spielen und denen Wasserspritzer wenig ausmachen. In unseren Seepferdchenkursen legen wir den Fokus zu Anfang auf das Rückenschwimmen, da das Schwimmen auf dem Bauch vergleichsweise koordinativ sehr anspruchsvoll ist. Am Ende des Kurses hat jedes Kind die Möglichkeit die Prüfung für das Seepferdchen-Abzeichen zu absolvieren. Der Kurs richtet sich an Kinder ab einem Alter von fünf Jahren und findet ohne Eltern über 22 Termine statt und wird von zwei Übungsleiter*innen betreut. Die Trainer*innen vergeben Schwimmabzeichen dann, wenn ein Kind sicher alle Bedingungen erfüllt, gegebenenfalls empfiehlt das Team den Folgekurs „Seepferdchen II“ zu besuchen. Mit der Erreichung des Seepferdchens ist noch nicht die komplette Sicherheit im Wasser erlangt. Neben den regulären Seepferdchenkursen bietet die Schwimmschule auch einen inklusiven Seepferdchenkurs 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 Technikkurse 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 Witneben (Jugendwart) Kontakt: vorstand@etv-hamburg.de
Aufsichtsrat	Vorsitzende: Nicole Mente, 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, jluedcke@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, So./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: Jana Steinfurth, 040-401769-22, schwimmschule@etv-hamburg.de
ETV-Bootshaus der Kanusport-Abteilung	Bismarckstr. 57, 20259 Hamburg, Kontakt: 040-40 42 44

SPORTABTEILUNGEN

Aikido	Volker Platz, 0160-4441234, aikido@etv-hamburg.de
Badminton	René Schramowski, badminton@etv-hamburg.de
Base-/Softball	Ruben Resech, 0177-3362830, baseballsoftball@etv-hamburg.de
Basketball	Davide Arlotto, basketball@etv-hamburg.de
Bouldern	Petra Jehnichen, 040-401769-934, pjehnichen@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	
Jugend (U15-U19)	Jon Pauli, 040-401769-940, jpauli@etv-hamburg.de
Kinder (U8-U14)	Mikail Gök, 040-401769-945, mgoek@etv-hamburg.de
Mini-Kicker	Jon Pauli, 040-401769-940, jpauli@etv-hamburg.de
Fußballschule	Mikail Gök, 040-401769-945, mgoek@etv-hamburg.de
Fußballgeburtstage	Miguel Becker, mbecker@etv-hamburg.de
Gerätturnen	Florian Schmid, geraettturnen@etv-hamburg.de
Golf	Thomas Becker, golf@etv-hamburg.de
Handball	Maximilian Nasse, handball@etv-hamburg.de
Hockey	Andreas Hübbecke, sportwart.hockey@etv-hamburg.de
Inklusionssport	Mathis Wittneben, 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	Lea Dannenberg, 040-401769-23, ldannenberg@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
Ferienamps	Christina Berg, 0151-22707477, ferienamps@etv-hamburg.de
Reisen	Lea Dannenberg, 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	Daniel Kalks, 040-401769-22, schwimmschule@etv-hamburg.de
Tanzen im Club Céronne	Fynn Rumberg, 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
Armwrestling	Damian Falk, armwrestling@etv-hamburg.de
Bogensport	Marc Hackelbörger, bogensport@etv-hamburg.de
Boule	Frank Purwin, boule@etv-hamburg.de
Capoeira	Astrid Köstner, capeira@etv-hamburg.de
Chor STARTUp	Guido Rammelkamp, townhouse@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

REDAKTIONSLITUNG

Folke Havekost

FOTOREDAKTION

Justus Stegemann

AUTOREN DIESER AUSGABE:

Isabelle Adler, Christina Berg,
Sascha Costa, Lea Dannenberg,
Frank Fechner, Lars Fieck, Mikail Gök,
Julia Haas – Eimsbütteler Nachrichten,
Maurice Hann, Arne Hantsch,
Carlotta Hensel, Günter Hörmann,
Ina Jensen, Christian Jeß, Daniel Kalks,
Dennis Klobedanz, Martin Korn,
Friederike van der Laan, Pat Tessa
Mannes, Johan Lars Nilsson, Jo
Oehling, Finn-Luka Schmidt, Jana
Steinfurth, Andrea Sviridova, Marc
Swoboda, Florian Unterfrauner, Birgit
Veyle, Sina Weigeldt, Sabine Wilcken,
Sandra Witt, Julius Witte, Mathis
Wittneben
Namentlich gekennzeichnete Bei-
träge geben nicht die Meinung der
Redaktion oder des ETV wieder.

Die Redaktion behält sich vor, einge-
sandte 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

Christina Berg, Claus Ehlbeck, Frank
Fechner, fie, IFF, ITTF, manningeaux,
Marcus Neumann, Andreas Salomon-
Prym, Felix Schlikis / Der Sportfo-
tograf, Justus Stegemann, Andrea
Sviridova Volleyballworld, Mathis
Wittneben

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 **10. März 2026**.

Redaktionsschluss: **23. Januar 2026**.

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 Antragung 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: talpera@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.de, 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 Schlanckreys 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

Möchtest 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.



Infoabende für Schwangere
Termine finden Sie auf unserer Homepage



SPRINGER

BIO-BÄCKEREI



Die fluffigen Kardamuffins mit Marzipan.

 [springer.bio](https://www.instagram.com/springer.bio)