

 ETV.Hamburg

 ETV.Hamburg

 ETV-Hamburg.de

OLYMPIA IN DER STADT

UMBRUCH AUF TOPNIVEAU

Der ETV startet in die
Softball-Bundesliga S. 23

SPECIAL OLYMPICS

28 Eimsbütteler:innen
fahren ins Saarland S. 32

CHEFCOACH IM AMT

Bezirksamtsleiter Christian
Zierau im Interview S. 40

A group of five runners (three men and two women) are captured in motion, running along a cobblestone street in Hamburg. They are wearing athletic gear, including tank tops, shorts, and running shoes. The background shows a historic brick building with many windows. Overlaid on the right side of the image are several thick, diagonal stripes in various colors: yellow, green, blue, red, and black. The text "Sportstadt. Weltstadt. Und mit dir auch Weltsportstadt." is written in a large, white, sans-serif font across the middle of the image.

Sportstadt. Weltstadt. Und mit dir auch Weltsportstadt.

**Olympia und
Paralympics in Hamburg.
Eine Chance für alle.**



08

**VON STOCKHOLM
BIS PARIS**Die ETV-Olympiateilnehmer:innen
im Überblick

26

**SCHULSCHLOSS
MIT SCHWERPUNKT**Der Kiju-Standort
Kielortallee

35

AKTION IM APRILNeue Mitglieder
für die Studios

INHALT

UNSERE SPORTWELT

Hamburg stimmt ab Fragen und Antworten zur Olympia-Bewerbung	07
Dynamisches Design Wasserballerinnen küren Schwimmzug-Entwürfe	11
Von Ulli zu Jule Hornburg übernimmt Volleyball, Kahl bleibt Coach	13
Sieben Mal Gold Inklusions-Schwimmteam brilliert in Riesa	16
Stark an der Platte Ole Nagel wird norddeutscher U15-Meister	19
Neun Freunde müsst ihr sein Das Fußballbüro stellt sich vor	20
Basketball-Bescherung 4004 Euro für gute Zwecke beim „Sponsored Korb“	22
Mittelfristig nach oben Neue Softball-Trainer bei den ETV Knights	23

UNSERE KIJU

Furiöse Ferienwochen ETV-Camps vom Bauernhof bis zum Beatmaking	25
---	----

UNSER ETV

Reisen und reiten Am Lagerfeuer auf dem Ponyhof Naeve	29
Bundesstraße buchen 80 Stände beim Kinderflohmart im April	31
Smartphone und KI Technische Fortbildung im Team 55Plus	33
Das Valsava-Manöver Studio-Tipps zur Atmung beim Krafttraining	34
Direkt vor der Haustür Der Active City Summer in Eimsbüttel	36

UNSER VIERTEL

Per Poster zum Pol Stefanie Arndt erforscht die Antarktis	37
Spuren der Verfolgung Denk Mal am Ort erinnert an NS-Opfer	38
Torwart ohne Parteibuch Bezirksamtsleiter Christian Zierau im Gespräch	40

SPORTPROGRAMM

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

SONSTIGES

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

WIE STEHT DER ETV ZUR HAMBURGER BEWERBUNG?

Gerade sind die Olympischen und Paralympischen Winterspiele in Mailand und Cortina zu Ende gegangen. Obwohl wir im flachen Norden nicht ganz so nah am Wintersport dran sind, ist der Olympische Funke auch bei mir wieder übergesprungen. Begeisternde Leistungen der Athletinnen und Athleten, viele geglückte

Höhepunkte und manche tragischen Momente verdichteten auch diese Spiele wieder zu einem großen Sportfest bei großartigen italienischen Gastgebern.

Jetzt hat Hamburg die große Chance, sich als deutsche Bewerberstadt für Olympische und Paralympische Sommerspiele 2040 oder 2044 durchzusetzen. Das Bewerbungskonzept knüpft an Paris 2024 an und setzt auf Spiele der kurzen Wege, auf nachhaltige Mobilität. Ich freue mich sehr, dass sich die Abteilungen des ETV geschlossen für eine Unterstützung der Hamburger Bewerbung ausgesprochen haben. Jetzt seid ihr, liebe Mitglieder, am

Zug: bitte stimmt bis zum 31. Mai beim Referendum für die Hamburger Bewerbung.

Auch der neue Bezirksamtsleiter für Eimsbüttel, Christian Zierau, befürwortet die Bewerbung. Dem ETV Magazin hat er ein ausführliches Interview gegeben, zu lesen auf Seite 40. Gemeinsam wollen wir die breite Unterstützung für Olympia in Hamburg zu einem guten Ergebnis führen.

Bleibt sportlich!





EIN JAHR BUNDESLIGA

Was für eine Saison: Die ETV Hamburger Volksbank Volleys haben die Zuschauer in der 1. Volleyball Bundesliga mehr als einmal begeistert. Dass ihre Premiersaison sportlich alles andere als einfach werden würde, war im Vorhinein klar: Schließlich waren die Volleyballerinnen via Blockaufstieg in die 1. Bundesliga gekommen und mit einer Nichtabstiegsgarantie über zwei Jahre ausgestattet worden, um sich nachhaltig zu etablieren. Trotzdem konnten die ETV-Volleyballerinnen durch große Emotionen, beherzte Auftritte, überraschende Satzgewinne gegen große Favoriten und den ein oder anderen Sieg unsere Herzen erobern. Wir freuen uns jetzt schon auf den Herbst, denn dann startet die zweite Bundesligasaison.





TITELTHEMA

KINDER-OLYMPIADE 2026 – „WERDE ZUM OLYMPIONIKEN!“

In diesem Jahr weht der olympische Wind schon ein bisschen früher durch Hamburg – die Kinder-Olympiade findet Ende März statt.

Das Thema Olympia hat in diesem Jahr eine große Bedeutung, da am 31. Mai das Olympia-Referendum für die Bewerbung auf die Olympischen und Paralympischen Spiele für die Jahre 2036,

2040 oder 2044 ansteht. Die Athlet:innen, die dann an den Start gehen, sind die Kinder, die heute in die Schule gehen und vielleicht auch bei der Kinder-Olympiade mitmachen.

Aus diesem Anlass wollen wir das Thema Kinder-Olympiade bewusst früher platzieren und für den Sport begeistern. Die Veranstaltung enthält sowohl den klassischen Vorentscheid der Kinder-Olympiade (Jahrgänge 2016 bis 2021) als auch viele Mitmach-Stationen im gesamten Sportzentrum Hoheluft. Es wird außerdem

einen Übungsparcours geben, damit die Kinder vorab ein bisschen trainieren können.

Wir wollen den Kindern die Vielfältigkeit des Sports präsentieren. Sie können sich im Judo ausprobieren, beim Bouldern hoch hinausklettern oder in der ETV-Kletterwelt rutschen, toben und in die große Schnitzelgrube springen. „Der gesamte Tag wird bunt und laut. Wir wollen, dass die Kinder den Spaß am Sport entdecken. Denn Sport bedeutet mehr, als sich nur sportlich zu bewegen. Es bedeutet auch, soziale Kontakte zu knüpfen, sich auszupeinern und etwas Neues zu lernen und seine persönlichen Grenzen zu erweitern“, berichtet Lea Dannenberg, Leiterin des ETV-Kindersports.

Zum Abschluss des Tages findet um 13.30 Uhr die Siegerehrung der Kinder-Olympiade in der Einfeldhalle statt. Hier werden die schnellsten Kinder

des Parcours (siehe Abbildung unten) geehrt und können sich damit für das Finale der Kinder-Olympiade in der Sporthalle Hamburg am 19. April qualifizieren. Beim Finale treten dann aus allen Sportvereinen Hamburgs die schnellsten Kinder der verschiedenen Jahrgänge an. Die 20. Kinder-Olympiade wird unterstützt von der Behörde für Inneres und Sport, der Sport- und Innensenator Andy Grote ist Schirmherr. Wir freuen uns auf eine sportliche Veranstaltung!

WANN: Sonntag, der 29. März
WO: ETV-Sportzentrum Hoheluft

ZEITPLAN

10.30 Uhr: Öffnung des Übungsparcours

11 bis 13 Uhr: Kinder-Olympiade für die Jahrgänge 2016-2021

13.30 Uhr: Siegerehrung der Kinder-Olympiade



TITELTHEMA

FRAGEN & ANTWORTEN ZUR OLYMPIA-BEWERBUNG

Wann sollen die Spiele nach Hamburg kommen?

Der Deutsche Olympische Sportbund plant eine Bewerbung für die Spiele 2036, 2040 und 2044. 2036 gilt Ahmedabad in Indien als Favorit, 2040 oder 2044 sind die Chancen auf eine europäische Gastgeberstadt deutlich höher. Auf diese beiden Jahre liegt der Fokus der Hamburger Bewerbung.

Wann findet das Olympia-Referendum statt?

Am 31. Mai entscheiden die Hamburger darüber, ob ihre Stadt den Hut in den olympischen Ring wirft. Eine einfache Stimmenmehrheit entscheidet. Die Stimme kann auch per Briefwahl abgegeben werden, ab dem 24. April werden die entsprechenden Unterlagen verschickt. Hamburgs Partnerstadt Kiel stimmt bereits am 19. April über eine Bewerbung ab. 2015 stimmten 66 Prozent der Kieler mit Ja, aber 51,6 Prozent der Hamburger mit Nein.

Was muss dafür alles gebaut werden?

Grundsätzlich nichts, das allein für die Olympischen Spiele bestimmt wäre. Aus dem aktuellen, in zwei Jahrzehnten vermutlich sanierungsbedürftigen Volksparkstadion soll eine Multifunktionsarena werden, die danach vom Hamburger SV betrieben wird. Das Olympische Dorf wird in der bestehenden

Science City Bahrenfeld errichtet und soll nach den Spielen zu günstigem Wohnraum beitragen. Daneben gibt es temporäre Bauten wie etwa eine Beachvolleyball-Arena auf dem Heiligengeistfeld, die bereits zu anderen Großveranstaltungen errichtet worden ist.

Ist das IOC ein geeigneter Partner?

Die neue IOC-Präsidentin Kirsty Coventry eröffnete mit den Winterspielen in Norditalien gerade ihre ersten Spiele. Ihre Amtszeit ist noch kurz, doch es besteht die Hoffnung, dass sie das olympische Schiff nach den bleiernen Jahren unter ihrem Vorgänger Thomas Bach in nachhaltigeres Fahrwasser steuert. Verträge mit Ausrichterstädten werden im Sinne der Transparenz mittlerweile veröffentlicht, die jüngste olympische Agenda setzt auf Nachhaltigkeit und klimapositive Spiele. Gastgeberstädte hatten zuletzt mehr Mitspracherecht bei der Ausgestaltung der Spiele.

Welche Effekte strebt Hamburg an?

Bei einer erfolgreichen Olympiabewerbung würde Hamburg noch stärker als bisher in den (Breiten-)Sport investieren, auch die lange geforderte tägliche Schulsportstunde wäre dann wohl wieder aktuell. Durch die Ausrichtung der Paralympischen Spiele dürfte es auch

in Sachen Barrierefreiheit vorangehen. Auch für Wirtschaft und Infrastruktur verspricht die Stadt sich positive Impulse.

Wie teuer wird's und wer bezahlt?

Im Gegensatz zum Bewerbungsverfahren 2015 für die Spiele 2024 hat die aktuelle Bundesregierung ihre finanzielle Unterstützung zugesichert, ihr Ja zu einer Bewerbung ist im Koalitionsvertrag festgeschrieben. Olympische Spiele sind nie ganz billig, können aber auch finanziellen Ertrag bringen. Die Organisatoren von Paris 2024 verbuchten einen Gewinn von 76 Millionen Euro.

Wer sind die Konkurrenten?

In Deutschland haben neben Hamburg auch Berlin, München und die Rhein-Ruhr-Region Interesse an Olympia bekundet. In München fand im Herbst bereits ein Referendum statt, in dem sich 66,4 Prozent der Abstimmenden für eine Bewerbung der bayerischen Landeshauptstadt aussprachen.

Wie geht es bei einem Ja im Mai weiter?

Der DOSB entscheidet im Herbst, mit welcher Stadt oder Region er ins olympische Rennen geht. Dann geht es auf internationaler Ebene weiter. Das IOC hat eine „Future Host Summer Commission“ eingerichtet, die mit interessierten Städten einen „kontinuierlichen Dialog“ aufnimmt. Für die Austragung 2040 soll es auch Interesse aus London, Madrid, Warschau und Kapstadt geben. Da die obersten Olympier Spiele inzwischen auch gerne im Doppelpack vergeben, wäre ein zweiter Platz 2040 hinter Kapstadt eine hervorragende Ausgangsposition, um die Spiele 2044 zu bekommen.



Olympia-Infoveranstaltung am 21. April

Bereits im vergangenen Herbst hat die Stadt ihre Bewohner:innen aufgerufen, in verschiedenen Teilnehmungsformaten ihre Ideen, Gedanken zu Chancen und Erwartungen bezüglich einer möglichen Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele zu kommunizieren.

Im November wurde beispielsweise der Olympische und Paralympische Dialog in Hamburg durchgeführt, eine offene Veranstaltungsreihe für alle, die mitreden, mitgestalten oder sich informieren möchten. Die Ideen und Gedanken der Bürger:innen wurden gesammelt und werden derzeit ausgewertet.

Momentan werden viele Infoveranstaltungen zu der Bewerbung vorbereitet, auch mit aktualisierten Informationen und Erkenntnissen, die die Veranstaltungen des Herbsts und Winters hervorgebracht haben. Auch im ETV wird es am 21. April um 18.30 Uhr im Oberhaus des ETV-Sportzentrums Bundesstraße eine Infoveranstaltung geben. Neben einem Grußwort des ETV-Vorsitzenden Frank Fechner und allgemeinen Infos zur Bewerbung sowie dem anstehenden Referendum am 31. Mai wird es auch Raum für gemeinsame Diskussionen und einen informellen Austausch geben.

Infoveranstaltung Olympische und Paralympische Spiele

21. April 2026, 18.30 Uhr

Oberhaus, ETV-Sportzentrum Bundesstraße, keine Anmeldung erforderlich
Weitere Informationen:

www.hamburg-activecity.de/olympiabewerbung



Die Beachvolleyballer
Nils Ehlers und
Clemens Wickler
gewannen bei den
Olympischen Spielen
2024 in Paris Silber.



TITELTHEMA

WIE STEHT DER ETV ZUR HAMBURGER BEWERBUNG?

Der ETV hat eine reiche Olympische und Paralympische Geschichte. Der ETV-Leichtathlet Hans Liesche war 1912 in Stockholm mit Silber im Hochsprung der erste olympische Medaillengewinner des Vereins. Olympia-Teilnehmende stellte

der ETV in Berlin 1936, Helsinki 1952, Tokio 1964, München 1972, Los Angeles 1984, Sydney 2000, Peking 2008, Rio de Janeiro 2016 und Tokio 2021. Die letzten Silber-Medaillen brachten die ETV-Beachvolleyballer Clemens Wickler und Nils Ehlers 2024 aus Paris mit. Da

wundert es nicht, dass sich die Gremien des Vereins einstimmig für eine Unterstützung der Hamburger Bewerbung ausgesprochen haben.

Der Vorstand hatte mit dem Hauptausschuss im Herbst 2025 über das Hamburger Bewerbungskonzept diskutiert. Dabei wurde deutlich, dass das Selbstverständnis der Sportabteilungen im ETV das gesamte Spektrum vom Kinder-, Jugend- und Breitensport über den ambitionierten Amateursport bis zum Hochleistungssport einschließt. Von einer Hamburger Bewerbung erwarten sich die meisten Sportlerinnen und Sportler einen Ausbau von Trainings- und Wettkampfstätten, eine intensivere und systematische Förderung des Nachwuchsleistungssports in den kommenden 20 Jahren, sowie nachhaltige Investitionen in

größere Infrastrukturprojekte, die mit Bundesmitteln schneller umgesetzt werden können, z.B. die Fertigstellung der U5.

Manche der Diskussionsteilnehmer konnten auch von eigenen Erfahrungen beim Besuch Olympischer oder Paralympischer Spiele z.B. in London, Rio de Janeiro oder Paris berichten. Sie schilderten eindrücklich die besondere Atmosphäre, „den Olympischen und Paralympischen Geist“, der in den Austragungsstädten zu spüren gewesen sei und den sie Hamburg in jeder Beziehung wünschen würden.

Auch die Frage, ob der ETV seine vereinseigenen Sportanlagen als Trainingsstätten für die Olympischen oder Paralympischen Spiele 2040 oder 2044 anbieten sollte, wurde einstimmig befürwortet. Damit verbunden wäre sicherlich auch eine Modernisierung der vereinseigenen Sportanlagen, insbesondere der beiden Dreifeldhallen Hoheluft und Hohe Weide sowie der Beachvolleyball- und der Tennisanlagen.

Zusammengefasst: Olympische und Paralympische Spiele in Hamburg – der ETV ist dafür.



Mit der Olympiabewerbung will Hamburg zeigen, wie urbane Dichte, Nachhaltigkeit und sportliche Großereignisse auf einzigartige Weise zusammengebracht werden können.

TITELTHEMA

SIE WAREN SCHON DABEI! EIMSBÜTTELS OLYMPISCHE GALERIE



**JÖRG
AHMANN**

Beachvolleyball 2000
BRONZE

Zusammen mit Axel Hager holte er in Sydney Bronze. Ahmann, Spitzname „Vince“, kam aus der Halle und machte den Sport im Sand in Deutschland populär.



**ERIKA
BETHMANN**

Fechten 1972

Als Teil des Florett-Teams belegte sie in München nach einem 9:7 gegen Japan den fünften Platz. Nur die Sowjetunion erwies sich im Viertelfinale als zu stark.



**NILS
EHLERS**

Beachvolleyball 2024
SILBER

Es war der Eimsbütteler Moment in Paris, als er mit Clemens Wickler ins olympische Finale einzog. Kurz darauf erreichte das Duo auch das EM-Finale.



**AXEL
HAGER**

Beachvolleyball 2000
BRONZE

Zusammen mit Jörg Ahmann holte er in Sydney Bronze. Mit dem HSV wurde er in der Halle deutscher Pokalsieger, später im Eventmarketing aktiv.



**ERNI HERBERS-
WESTHELLE**

Schwimmen 1952

Die Rückenschwimmerin qualifizierte sich für die Spiele in Helsinki. Dort landete die mehrfache deutsche Meisterin über 100 Meter auf Platz 18.



**HANS
LIESCHE**

Leichtathletik 1912
SILBER

Eimsbüttels olympischer Pionier übersprang in Stockholm eine Höhe von 1,91 Meter, vier Zentimeter mehr als US-Superstar Jim Thorpe. Silber war der Lohn.



**PAULA
MOLLENHAUER**

Leichtathletik 1936
BRONZE

In ihrem letzten Versuch schleuderte sie den Diskus auf eine Weite von 39,80 Meter – das reichte der Nebenbei-Handballerin in Berlin für Bronze.



**SVENJA
MÜLLER**

Beachvolleyball 2024

Das Achtelfinal-Aus in Paris war eine kleine Enttäuschung – doch der Europameister-Titel 2024 mit der Düsseldorferin Cinja Tillmann war Entschädigung.



**URSULA
NIEKERKEN-SELTZ**

Turnen 1952

Reiste als Ersatzturnerin mit dem gesamtdeutschen Team nach Helsinki, kam dort aber weder im Mehrkampf noch in der Gruppengymnastik zum Zuge.

Das abgebildete Porträt ist eine mithilfe von Künstlicher Intelligenz erzeugte Rekonstruktion. Es handelt sich nicht um eine originale historische Fotografie.



**SVENJA
SCHLICHT**

Schwimmen 1988
SILBER

Schlug als Starterin der Lagenstaffel als Erste an, bereitete in Los Angeles den Weg zu Silber. Im Rücken-Einzel jeweils Sechste über 100 und 200 Meter.



**ALEXANDER
SCHOWTKA**

Schwimmen 1984
SILBER

Nur vier Hundertstel Sekunden fehlten der deutschen Freistilstaffel in Los Angeles zu Gold. Schowtka übergab dabei an Schlusschwimmer Michael Groß.



**HANS-HEINRICH
SIEVERT**

Leichtathletik 1932

Im Schlusslauf über 1500 Meter fiel der Zehnkämpfer in Los Angeles vom dritten auf den fünften Platz zurück. Später wurde er Europameister – und NSDAP-Mitglied.



**JULIUS
THOLE**

Beachvolleyball 2021

Der Vizeweltmeister von 2019 erreichte in Tokio zusammen mit Clemens Wickler das Viertelfinale. Dann zog er sein Jurastudium dem Leistungssport vor.



**MARTYNA
TRAJDOS**

Judo 2016

Schied im Achtelfinale von Rio de Janeiro umstritten gegen eine Lokalmatadorin aus. Nach ihrer ETV-Zeit gewann sie 2021 Bronze mit dem deutschen Team.



**CLEMENS
WICKLER**

Beachvolleyball 2021 und 2024
SILBER

Mit Julius Thole im Viertelfinale von Tokio, mit Nils Ehlers im Finale von Paris – Wickler ist der olympische Dauerbrenner des ETV. Los Angeles 2028 wartet!

LEICHTATHLETIK

Sportabzeichen – jetzt vorbereiten!

Die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens ist wieder fest eingeplant. Wer sich gezielt darauf vorbereiten möchte, ist herzlich eingeladen, am Erwachsenentraining der Leichtathletik teilzunehmen. Aktuell trainieren wir montags von 19.30 bis 21 Uhr in der Leichtathletikhalle. Bei Interesse einfach eine kurze Mail an leichtathletik@etv-hamburg.de – wir freuen uns auf euch!

LEICHTATHLETIK

Verstärkung gesucht

Unsere Leichtathletik-Abteilung freut sich weiterhin über engagierte Unterstützung: Gesucht werden Trainer:innen für alle Altersklassen sowie helfende Hände in der Abteilungs- und Wettkampforganisation. Wer Lust hat, sich einzubringen und Teil unseres Teams zu werden, meldet sich gern per Mail an leichtathletik@etv-hamburg.de.

LEICHTATHLETIK

Erster ETV- Pfingstlauf am 25. Mai

Die Leichtathletik-Abteilung des ETV plant ihren ersten Volkslauf durch das schöne Lokstedt. Der Lauf soll Pfingstmontag, den 25. Mai stattfinden, geplant sind ein Bambini-Lauf (9 Uhr), ein Schülerlauf (9:15 Uhr), ein Lauf über 5 km und eine Staffel (9:45 Uhr) sowie um 10 Uhr ein 10 km-Lauf. Start und Ziel werden am Grandweg (Sporthalle Hoheluft) sein. Anmeldung und Infos: etv-hamburg.de.

Der ETVer Luis Wildi
(M15, li.) gewinnt
Silber im 60-Meter-
Hürdenlauf.



LEICHTATHLETIK

EIN SPITZENSTART INS NEUE JAHR

Bei den Hamburger Landes-hallenmeisterschaften Ende Januar konnten sich gleich zwei U16-Athleten des ETV in den Medaillenträngen platzieren: Leonard Simon sprintete über 60 Meter der M15 auf einen starken dritten Platz, während Luis Wildi im 60-Meter-Hürdenlauf der M14 mit Silber überzeugte. Herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen Leistungen!

Auch der Qualifikationswettkampf des Hamburger Leicht-

athletik-Verbands für die U12/ U14 brachte erfreuliche Nachrichten: Mit 15 Athlet:innen im Alter von 10 bis 13 Jahren war der ETV in diesem Jahr deutlich zahlreicher vertreten als in den vergangenen Jahren.

Die größten Erfolge konnten unsere Jungs der M10 erzielen. Im 50-Meter-Sprint lief Karl L. ein starkes Rennen und wurde mit 8,33 Sekunden zweit-schnellster in einem Feld von 49 Startern. Im Weitsprung war

es sein Team-Kollege Friedrich H., der eine super Serie sprang (3,73; 3,69 und 3,71 Meter) und sich damit über den zweiten Platz von 47 Startern freuen konnte. Insgesamt schafften es noch vier weitere Athlet:innen, eine Top-10 Platzierung zu erzielen. Mit zahlreichen weiteren Qualifikationen für die Hamburger Meisterschaften U14 und Hamburgs Beste U12 sind wir schon jetzt sehr auf diesen Wettkampf gespannt.

WASSERBALL

DESIGN-FINALE: WASSERBALLERINNEN BEKENNEN FARBE



Hier zeigen wir endlich das Ergebnis des neuen Designs der selbst entwickelten Wasserball-Anzüge – und präsentieren stolz die Köpfe dahinter.

Die Qualität der Einreichungen war enorm und die Entscheidung fiel uns wirklich schwer, weshalb wir die Stärken zweier Talente würdigen und zwei Sieger küren.

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?



v.l.n.r.: Jakob Witt (AMD), Claudio Sambito (KASA), Lars Fiëck (ETV), Simon Derks (AMD)

Jakob Witt sicherte sich den Titel für das beste Design-Konzept. Der Produktdesigner hat den Anzug nicht nur gestaltet, sondern „durchdacht“. Sein Fokus lag auf der funktionalen Architektur: Wie führt man den Blick? Wie lässt sich das Konzept auf Sportswear-Ergänzungen wie Jacken übertragen? Jakob lieferte ein Gesamtpaket mit enormer analytischer Tiefe.

Simon Derks ist der Gewinner für das finale Anzug-Design. Der Modedesigner näherte sich dem Thema intuitiver. Inspiriert von internationalen Trends und organischen Formen entwarf er eine Ästhetik, die sofort verding. Seine ursprüngliche Idee hat er dabei konsequent weiterentwickelt: Aus den organischen Motiven entstand ein klarer, moderner Look, der genau das Gefühl trifft, das wir im Wasser verkörpern wollen. Rot, dynamisch, selbstbewusst.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen – und zwar deutlich auffälliger als zuvor. Nach langen Jahren in Schwarz wird der neue Anzug klar vom ETV-Rot dominiert. Die Linienführung des Dekors strahlt Dynamik aus und akzentuiert die Körperform, besonders wenn sich die Spielerinnen zum Wurf aus dem Wasser drücken. Ein emotionales Highlight prangt auf dem Rücken: Das Wasserball-/Venus-Symbol transportiert unseren gemeinsamen Geist „Unser Spiel – unser Weg“, unsere Haltung und ist das, was wir sehen, wenn wir uns gegenseitig den Reißverschluss schließen.

Ein Abendessen unter Freunden

Um diesen Meilenstein zu feiern, luden wir die beiden ins Restaurant KASA in der Bellealliancestraße ein. Gastgeber war Claudio Sambito. Als Inhaber und ehemaliger Wasserballer weiß er genau, wie man Erfolge feiert. Er kreierte ein exklusives Vier-Gänge-Menü für unsere Sieger und ihre Begleitung. Claudio hat mit dem KASA einen Raum geschaffen, der so klar und stilvoll ist wie seine Küche: modern, ohne Klischees und mit höchstem Anspruch an die Produkte. Es war der perfekte Rahmen, um auf die Zukunft im neuen Look anzustoßen.

GENUSS-TIPP: KASA HAMBURG

Wer den Siegerabend kulinarisch nachempfinden möchte, ist bei Claudio Sambito genau richtig.

Das Ambiente: Die moderne Architektur und der „Chef's Table“ an der offenen Küche schaffen eine Atmosphäre, die urban und herzlich zugleich ist. Die Küche: Sizilianisch – aber neu gedacht. Claudio verzichtet auf „Mama-Klischees“ und serviert überraschende Kombinationen. Die Karte ist klein, wechselt regelmäßig und setzt kompromisslos auf Qualität.

**Bellealliancestraße 32
20259 Hamburg
Reservierung:
+49 (0)40 - 41927144
kasahamburg.de**

VOLLEYBALL

ULRICH KAHL ÜBERGIBT DIE KOORDINATION AN JULE HORNEBURG



Ulli Kahl (li.), hier zusammen mit Holger Schlawitz, bleibt dem ETV erhalten: Wie hier als Volleyball-Experte für den Bundesliga-Stream.

Zum Ende März wird Ulrich Kahl, der schon in verschiedensten Positionen für die Volleyballabteilung beim ETV tätig war, seine Aufgaben als Koordinator, die er für rund zweieinhalb Jahren übernommen hatte, niederlegen und in den wohlverdienten Ruhestand gehen.

Ganz verloren geht er uns aber nicht. Wir können uns glücklich schätzen, ihn weiterhin als ehrenamtlichen Trainer im Jugendbereich an unserer Seite zu behalten. Und auch bei den 1. Damen in der Bundesliga möchte er sich weiterhin einbringen.

Im April wird Jule Horneburg die Stelle als Koordinatorin übernehmen. Jule hat bereits 2020 ihr Freiwilliges Soziales Jahr in der Volleyball-Abteilung verbracht und ist seitdem ehrenamtlich als Trainerin, und seit einem Jahr auch als Jugendwartin, in der Abteilung aktiv.

„Ich freue mich auf die kommende Zeit. Seit ich selbst Volleyball spiele, begeistert mich der Zusammenhalt in der Volleyball-Community und ich möchte neben der Organisation rund um Training und Wettkampf auch diesen Zusammenhalt weiter fördern.“



Jule Horneburg wird ab April Jugend-Koordinatorin der Volleyballabteilung.

ANZEIGE

PUR PUR
WOLLE & NATURTEXTILIEN

**Alle häkeln!
Alle stricken!**

Mit den aktuellen Garnen, mit Anleitungen für Sommeraccessoires und mehr...

Gibt's alles bei uns!

Foto: Rowan

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

SPIELERTRAINERIN MIT WEITBLICK

Sunny Schneider über Verantwortung, Entwicklung und eine herausfordernde Saison in Doppelfunktion.

Nach der starken Hinrunde und dem aktuell dritten Platz in der Spitzengruppe der 3. Liga Nord richtet sich der Blick bei den 2. Volleyball-Damen des ETV nicht nur auf Ergebnisse, sondern vor allem auf Entwicklung. Seit dieser Saison steht Sunny Schneider als Spielertrainerin in doppelter Verantwortung auf und neben dem Feld. Nina Deepen, seit 2017 beim ETV und selbst eine der erfahrenen Säulen der Mannschaft, hat mit Sunny über ihren Weg in die neue Rolle, Herausforderungen im Alltag und die Ziele für diese besondere Saison gesprochen.

Sunny, nachdem feststand, dass Ullrich Kahl sein Traineramt nach der Saison niederlegen würde, wurde schnell klar, dass du als Spielertrainerin übernehmen könntest. Was hat dich an dieser Aufgabe besonders gereizt?

Das Team ist auf mich zugekommen, weil wir keine:n passende:n Trainer:in fanden. Da ich die nötige Trainerlizenz mitbringe und seit vielen Jahren in der 3. Liga spiele, traute ich mir zu, diesen Schritt zu gehen. In der vergangenen Saison habe ich bereits gemeinsam mit Juliane Namneck, die ebenfalls eine Trainerlizenz besitzt, einzelne Trainingseinheiten und Spieltagscoachings übernommen, wenn Ulli verhindert war.

Wie sehr hat sich dein Alltag seitdem verändert – und was war die größte Umstellung für dich?

Der organisatorische und kommunikative Aufwand ist deutlich gestiegen, genauso wie die inhaltliche Vorbereitung der Trainings. Die größte

Herausforderung war anfangs die Doppelrolle im Training: Übungen anleiten, beobachten und korrigieren – und gleichzeitig selbst voll leistungsfähig zu sein. An Spieltagen wird das noch komplexer. Während ich selbst auf dem Feld stehe, treffe ich personelle und taktische Entscheidungen – nicht nur für den aktuellen Moment, sondern auch mit Blick auf den nächsten Satz. Neu ist für mich auch der Umgang mit Konflikten: Unterschiedliche Auffassungen mit einzelnen Spielerinnen gehören dazu und als Spielertrainerin ist das anspruchsvoller, als wenn man nur eine der beiden Rollen innehat.

Sportlich läuft es hervorragend. Wie zufrieden bist du mit dem bisherigen Saisonverlauf?

Mit der Hinrunde bin ich größtenteils sehr zufrieden. Fünf Siege aus sieben Spielen und Platz 3 in der Tabelle – das ist die beste Hinrunde dieser Mannschaft seit dem Aufstieg in die 3. Liga vor vier Jahren. Darauf kann das gesamte Team wirklich stolz sein.

Wie schaffst du es, auf dem Feld Spielerin zu sein und trotzdem den Blick der Trainerin zu behalten?

Das gelingt vor allem dank der erfahrenen Spielerinnen im Team. Wir haben ein stabiles Gerüst, in dem jede weiß, was sie zu tun hat, und in dem auch die jüngeren Spielerinnen wachsen können. Das verschafft mir den Raum, beide Rollen auszufüllen. Schwieriger wird es, wenn dieses Gerüst ins Wanken gerät – etwa an Tagen, an denen das ganze Team nicht zu seinem Spiel findet. Dann gibt es mehrere Baustellen



gleichzeitig, auf die ich reagieren muss, während ich selbst noch präsent bleiben soll. Das ist herausfordernd.

Wie leicht oder schwer fällt es dir, dich selbst auch einmal kritisch zu bewerten oder rauszunehmen?

Das fällt mir nicht schwer. Als Libera mit vielen Jahren Ligaerfahrung kenne ich mein Spiel sehr gut. Ich weiß, wann es läuft – und wann ein Wechsel sinnvoll ist. Ich nehme mich auch bewusst selbst vom Feld, um unserer jungen Libera Norah Wafdi Spielzeit zu geben und um das Spiel von außen zu analysieren. Das hilft mir, bessere taktische Entscheidungen zu treffen.

Welche Ziele hast du persönlich als Trainerin – und welche habt ihr euch als Team gesteckt?

Mein Ziel ist es, die Leistungen der Hinrunde zu bestätigen und zu stabilisieren. Als Team wäre ein Platz unter den Top 3 ein großer Erfolg. Wir wollen zeigen, dass diese Hinrunde kein Zufall war.

Wenn wir „alten Häsinnen“ am Ende der Saison noch einmal sprechen würden – was müsste passiert sein, damit du sagst: Diese Saison war ein voller Erfolg?

Sportlich wäre Platz 3 ein echtes Ausrufezeichen. Genau so wichtig ist mir aber, dass wir uns als Team weiterentwickelt haben. Besonders die Integration und Entwicklung unserer jüngeren Spielerinnen spielt dabei eine große Rolle. Als 2. Damen haben wir auch die Aufgabe, Perspektivspielerinnen zu fördern. Mit Lilly Faroß, die inzwischen zu den 1. Damen gewechselt ist, und Josefine Wehner, die dort trainiert und bereits Spieleinsätze hatte, sehen wir, dass dieser Weg funktioniert.

Fazit: Die 2. Damen des ETV stehen für mehr als Tabellenplätze. Mit Sunny Schneider an der Seitenlinie – und auf dem Feld – verbindet das Team Erfahrung, Verantwortung und Nachwuchsförderung. Die bisherige Saison zeigt: Dieses Modell funktioniert.

NEUES GESICHT IN DER HANDBALL-ABTEILUNG: JONA BRÜGGMANN ÜBERNIMMT DIE KOORDINATION

JONA BRÜGGMANN

Seit Februar ist Jona Brüggmann Teil der Handball-Abteilung des ETV Hamburg und übernimmt die Koordination. Mit viel Leidenschaft für den Sport und einem klaren Blick für Organisation und Zusammenarbeit möchte er die Abteilung aktiv weiterentwickeln.

Geboren 2001 in Pinneberg, bringt er langjährige Erfahrung aus dem Leistungshandball mit. Seine Ausbildung absolvierte er beim Handball Sportverein

Hamburg, wo er von der E-Jugend bis zur A-Jugendbundesliga spielte. Als Torwart wechselte er anschließend in die 3. Liga zum Stralsunder HV, für den er drei Jahre aktiv war. Parallel dazu schloss er seine Ausbildung zum Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement ab.

Den Ball legt Jona nun bewusst zur Seite, um sich auf die Arbeit hinter den Kulissen zu konzentrieren. Schon früh begeisterten ihn Organisation, Zusammen-

arbeit und der Aufbau langfristiger Strukturen im Vereinshandball. In seiner neuen Rolle möchte er vor allem ein verlässlicher und vertrauensvoller Ansprechpartner für Trainer und Verantwortliche sein und gemeinsam mit dem Trainerteam klare Strukturen weiterentwickeln.

„Mich begeistert beim ETV vor allem das Miteinander. Hier zie-

hen viele Menschen an einem Strang und haben richtig Lust, etwas zu bewegen. Genau das motiviert mich. Ich freue mich darauf, die Trainer bestmöglich zu unterstützen, gemeinsam Ideen umzusetzen und die Handball-Abteilung Schritt für Schritt weiterzuentwickeln.“

ANZEIGE

29 JAHRE UND IMMER NOCH FLEXIBEL!

Kurzfristig verfügbare Autos?
Haben wir für dich.

Das alles ist im Auto Abo enthalten:

- ✓ Versicherung, Steuern, Wartung und wintertaugliche Bereifung
- ✓ Überführungs- und Zulassungskosten
- ✓ 0 € Anzahlung, 0 € Schlussrate
- ✓ Top ausgestattete Neuwagen
- ✓ Bis zu 30.000 Freikilometer im Jahr
- ✓ Faire Rückgabe: transparent, ehrlich & unabhängig geprüft



FAUSTBALL

AUFSTIEGSSPIELE STATT WUNDERTÜTE

Mit sechs Teams hat der ETV in diesem Jahr am Spielbetrieb teilgenommen. Die Männer sind in der 2. Bundesliga Nord an den Start gegangen, die Frauen und die Jugend in der Schleswig-Holstein-Liga. In der Hamburg-Liga haben ebenfalls zwei Teams vom ETV teilgenommen und die Senioren sind direkt bei den Regionalmeisterschaften gestartet.

Bei den Männern ging die Saison erfolgsversprechend los. Konnte man sich zu Beginn der Saison direkt zwei Siege sichern. Gute Leistungen über die folgenden Spieltage brachten schnell die Gewissheit, dass man mit dem Abstieg eigentlich nichts zu tun haben sollte. Zum Ende der Saison stand Platz 4 mit 18:14 Punkten zu Buche – die beste Bundesligasaison seit dem Wiederaufstieg. Gerade die Heimspieltage sind eine gute



Werbung für den Faustballsport in der Hansestadt. Im Sommer stehen wieder zwei Heimspieltage an – am 20. Juni und 04. Juli spielt der ETV am Sportplatz Königskinderweg jeweils ab 13 Uhr.

Die Frauen waren immer eine Wundertüte beim ETV. Das sollte sich in dieser Saison aber legen. Mit voller Motivation und verstärkt im Angriff ging es in

die Saison und man setzte sich direkt an der Tabellenspitze fest. Lediglich das Team vom ESV Schwerin konnte mithalten und so sicherte sich der ETV am Ende den 2. Platz. Das Team hat für die Aufstiegsspiele zur 2. Bundesliga-Nord gemeldet. Diese finden am 07. und 08. März 2026 in Hamburg statt. Wir freuen uns riesig über diese Leistungssteigerung.

Unsere Jugend spielt diese Saison in der U12 in Schleswig-Holstein mit. Vom Alter her bunt gemischt und auch daher außer Konkurrenz. Es geht hier aber gerade darum, dass die Kids Spielpraxis sammeln und das taten sie bislang sehr erfolgreich. Die Leistungssteigerung ist sehr erfreulich. Wir sind wirklich stolz auf euch. Im Sommer soll es dann in der U14 an den Start gehen. Wir hoffen, dass wir dann auch für die kommende Hallensaison eine größere Halle für die Kids bekommen, damit sie auch auf Wettkampfanforderung trainieren können.

Die Faustballabteilung freut sich in allen Teams über Verstärkung, im Gegensatz zu vielen anderen Abteilungen des ETV gibt es hier keine Wartelisten, meldet euch gerne: faustball@etv-hamburg.de.

GOLF

SAISONSTART, KURSANGEBOTE UND 5 JAHRE GOLFPARTeilUNG

Der Frühling steht vor der Tür – und mit ihm der Start in die Golfsaison. Für die Golfabteilung des ETV ist 2026 ein besonderes Jahr: Seit fünf Jahren bringen wir Menschen aller Altersklassen den Golfsport näher. Unter dem Motto „Wir machen Golfer“ sind in dieser Zeit viele neue Golferinnen und Golfer entstanden – vom ersten Probeschwung bis zur festen sportlichen Heimat im Verein.

Diesen Weg möchten wir weitergehen. Unser Ziel ist es, eine noch lebendigere Golfabteilung zu werden und das Golfangebot in der Stadt weiter auszubauen. Dafür arbeiten wir mit Nachdruck an unserer geplanten Golfübungsanlage, um dem Golfsport auch in Eimsbüttel

langfristig ein Zuhause zu geben. Über die weiteren Schritte und Entwicklungen werden wir regelmäßig berichten.

Mit viel Vorfreude starten wir nun in die neue Saison und laden alle ein, Golf beim ETV kennenzulernen oder neu zu entdecken.

Einfach einsteigen – Golf für jedes Zeitmodell

Der Einstieg in den Golfsport ist beim ETV bewusst unkompliziert gestaltet. Ab dem Frühjahr beginnen wieder Schnupper- und Platzreifekurse, die sich gut mit Beruf, Familie und Freizeit verbinden lassen. Unterschiedliche Kursformate ermöglichen einen flexiblen Einstieg – ganz ohne Vorkenntnisse. Ergänzt wird das Programm durch Grup-

penkurse für Anfängerinnen, Anfänger und Fortgeschrittene mit abwechslungsreichen Trainingsschwerpunkten.

Golf für Familien, Kinder und Jugendliche

Ein fester Bestandteil unseres Angebots ist das Eltern-Kind-Golf. Hier entdecken Kinder gemeinsam mit ihren Eltern spielerisch den Golfsport. Bewegung, Koordination und Spaß stehen im Vordergrund – ganz ohne Leistungsdruck. Auch das Kinder- und Jugendtraining gehört fest zur Golfabteilung. In altersgerechten Gruppen vom Grundschulalter bis ins junge Erwachsenenalter stehen Freude an Bewegung, Gemeinschaft und eine langfristige sportliche Entwicklung im Mittelpunkt.

Engagement, das verbindet. Besonders stolz sind wir auf die Golferbande, unser inklusives Golfprojekt. Aktuell bereiten sich mehrere Athleten auf die Special Olympics Nationalen Spiele vor. Zusätzlich wurde die Golferbande für den Nachwuchspreis des Deutschen Golfverbands nominiert – eine schöne Anerkennung für dieses Engagement.

Gemeinsam in die Golfsaison 2026

Alle Kurse und Trainingsangebote finden in Zusammenarbeit mit unserem Kooperationspartner, dem Golf-Club an der Pinnau, auf dessen Anlage statt. Aktuelle Informationen, Termine und Entwicklungen gibt es online unter: www.etv-golf.de.

SCHWIMMEN

SIEBEN EIMSBÜTTLELER:INNEN IN RIESA

Zum vierten Mal machte sich unser inklusives Schwimmteam am 30. Januar auf den Weg nach Riesa in Sachsen. Mit sieben Sportler:innen (Leo, Morten, Anton, Menja, Max, Simon und Louis), Trainer Krister und Hauke als Begleiter, fuhren wir im Neunsitzer bestens vorbereitet für den anstehenden Schwimmwettkampf gen Südosten. Vor Ort wurde wieder die Turnhalle der Förderschule Lichtblick unser Basiscamp.

Der Wettkampf lief ausgesprochen gut: Unsere Athlet:innen konnten sich insgesamt sieben Goldmedaillen, vier Silberme-

daillen und acht Bronzemedailen erschwimmen. Und auch um den Wettkampf herum erwies sich unsere Reise als sehr wertvoll zum Teambuilding im Jahr der Nationalen Spiele im Sommer.

Am Sonntagmorgen ging es zu früher Stunde zurück nach Hause, denn der eine oder andere wollte gerne das Finale der Handball-Europameisterschaft verfolgen. Wir freuen uns schon auf das nächste Aufeinandertreffen im Herbst, wenn die Schwimmer:innen des SC Riesa zu unserem Wettkampf nach Hamburg kommen.



VEREIN

WIR SUCHEN EINEN INTEGRATIONS- BEAUFTRAGTEN (M/W/D)

Der ETV versteht Sport als Raum für Teilhabe, Gemeinschaft und Vielfalt. Unabhängig von körperlichen, geistigen oder sozialen Voraussetzungen sollen alle Menschen die Möglichkeit haben, aktiv am Vereinsleben teilzunehmen. Zur Stärkung und Weiterentwicklung unserer inklusiven Vereinsarbeit suchen wir eine engagierte ehrenamtliche Unterstützung in einem Umfang von circa zehn Stunden im Monat als Inklusionsbeauftragter.

Diese spannenden Aufgaben warten auf dich:

- Förderung von Inklusion und

gleichberechtigter Teilhabe im Vereinsalltag

- Ansprechperson für Mitglieder mit Behinderungen sowie deren Angehörige
- Unterstützung bei der barrierearmen Gestaltung von Sportangeboten und Vereinsstrukturen
- Sensibilisierung von Trainer:innen, Übungsleiter:innen und Ehrenamtlichen für Inklusionsthemen
- Mitwirkung bei der Entwicklung und Umsetzung inklusiver Konzepte, Angebote und Projekte
- Beratung des Vorstands in Fragen der Inklusion

- Vernetzung mit externen Stellen (Behindertenverbände, Inklusionsnetzwerke, Kommunen)
- Förder- und Zuschussmittelakquise für Inklusionsprojekte

Darauf kannst du dich freuen:

- Kreatives Vereinsumfeld mit viel Gestaltungsspielraum
- Netzwerkmöglichkeiten im Verein und darüber hinaus
- Möglichkeit der vergünstigten ETV-Mitgliedschaft – für deinen sportlichen Ausgleich

Was wir uns von dir wünschen:

- Interesse an Inklusionsarbeit, Vielfalt und sozialem Engagement

- Offenheit, Empathie und interkulturelle Sensibilität
- Kommunikationsfähigkeit und Freude am Umgang mit Menschen
- Idealerweise Erfahrung im Vereinsleben oder in ehrenamtlicher Arbeit (kein Muss)
- Selbstständige und zuverlässige Arbeitsweise

Kontakt:

Mathis Wittneben

040-401769-930

mwittneben@etv-hamburg.de

SPECIAL OLYMPICS

AUF DEM WEG INS SAARLAND

Vom 15. bis 20. Juni 2026 finden die Special Olympics Nationalen Spiele Saarland 2026 statt – die deutschlandweit größte inklusive Sommersportveranstaltung für Menschen mit geistiger Behinderung.

Bei den Nationalen Spielen werden über 4.500 Athlet:innen sowie Unified Partner:innen in 27 Sportarten und dem wettbewerbsfreien Angebot an den Start gehen. Erwartet werden im Veranstaltungszeitraum bis zu 100.000 Zuschauer:innen und das gesamte Saarland wird zum Ort der Wettbewerbe, des Rahmenprogramms und inklusiver Begegnungen.

Zu unserer großen Freude haben sich vom ETV 28 Athlet:innen für die besondere Veranstaltung qualifiziert. Sie kommen aus den Abteilungen Golf, Judo, Schwimmen und Tennis. Das große Ziel bei diesen Meisterschaften ist eine Qualifikation für die World Games 2027 in Santiago de Chile. Zurzeit trainieren die Athlet:innen intensiv mit ihren Trainer:innen. Zum Teil wird das Trainingspensum erweitert.

Die Tennisspieler haben gerade ein Fortbildungswochenende zum Thema Unified genutzt, denn sie gehen als Unified-Doppel an den Start. Ein Unified-Doppel besteht aus einem Athleten mit geistiger Behinderung und einem Athleten ohne geistige Behinderung. Außerdem werden für Trainingszwecke noch Doppel gesucht. Wer also Interesse hat, meldet sich bitte bei Cornelia Hampel.

Die Golfer bereiten sich intensiv auf die Nationalen Spiele vor und nehmen ergänzend an ver-

schiedenen Turnieren teil. Ziel ist es, Sicherheit im Wettkampf zu gewinnen und Sicherheit bei besonderen Rahmenbedingungen eines inklusiven Großereignisses zu bekommen.

Das Schwimmteam, bestehend aus neun Schwimmer:innen, wird sich im Mai zehn Tage in Paguera/Mallorca in einem Trainingslager intensiv vorbereiten. Außerdem erhöhen einige Athlet:innen ihr Trainingspensum von zwei auf drei Einheiten pro Woche.

Insgesamt zwölf Judoka des ETV haben sich für die Nationalen Spiele qualifiziert. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren: Die Trainingseinheiten sind intensiv und zielgerichtet, um bestmöglich auf den bevorstehenden Wettkampf vorbereitet zu sein.

Besonders bemerkenswert ist der hohe Einsatz vieler Athletinnen und Athleten. Zahlreiche Athlet:innen haben ihre Trainingshäufigkeit deutlich erhöht, um Technik, Kondition und Wettkampfhärte weiter zu verbessern. Die Motivation im Team ist entsprechend hoch – alle blicken mit Spannung und Ehrgeiz auf die kommenden Herausforderungen.

Neben der sportlichen Vorbereitung steht auch der Teamgeist im Mittelpunkt. Die Athlet:innen unterstützen sich gegenseitig, arbeiten konzentriert an



28 Athlet:innen werden den ETV vertreten.

individuellen Schwerpunkten und profitieren vom gemeinsamen Training. Trainerteam und Athlet:innen ziehen dabei an einem Strang und verfolgen ein klares Ziel: bei den Nationalen Spielen ihr Leistungsvermögen abzurufen und den ETV bestmöglich zu vertreten.

Die Qualifikation für diesen Wettbewerb ist bereits ein großer Erfolg – nun gilt es,

diesen mit engagierten Auftritten und starken Leistungen auf der Matte zu bestätigen. Alle Athleten, auch Trainer und Betreuer, sind schon sehr aufgeregt, denn neben ihrem Sport kommt auch vieles Neues auf sie zu. Neben dem sportlichen Wettkampf steht die Gemeinschaft im Mittelpunkt: Begegnungen, soziale Kontakte und das Miteinander sollen gezielt gefördert werden.

ANZEIGE



Hier findest du
unsere neuen
Kollektionen
marlowe-nature.de



Beim Schlump 5 & 9
Mo - Fr 11 - 19 / Sa 11 - 17
Bahrenfelder Str. 176
Mo - Fr 11 - 19 / Sa 11 - 16

VEREIN

WIR SUCHEN EINEN INTEGRATIONS- BEAUFTRAGTEN (M/W/D)

Der ETV sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen Integrationsbeauftragten (m/w/d) auf ehrenamtlicher Basis mit einem Aufwand von circa zehn Stunden im Monat. Der Sport im ETV verbindet Menschen unabhängig von Herkunft, Sprache, Religion oder sozialem Hintergrund. Um dieses Miteinander aktiv zu fördern, suchen wir eine engagierte Persönlichkeit für die kommenden Aufgaben.

Diese spannenden Aufgaben warten auf dich:

- Förderung von Integration und interkulturellem Austausch im Verein

- Erarbeitung von Informationen zum Thema für die Öffentlichkeitsarbeit
- Ansprechperson für Mitglieder mit Migrations- oder Fluchthintergrund
- Unterstützung bei der Aufnahme und Begleitung neuer Vereinsmitglieder
- Initiierung und Begleitung von integrativen Projekten, Aktionen oder Veranstaltungen
- Zusammenarbeit mit dem Vorstand sowie gegebenenfalls mit externen Partnern (Kommunen, Schulen, Initiativen)
- Mitwirkung an der Weiterentwicklung eines offenen und diskriminierungsfreien Vereinsklimas

Darauf kannst du dich freuen:

- Kreatives Vereinsumfeld mit viel Gestaltungsspielraum
- Netzwerkmöglichkeiten im Verein und darüber hinaus
- Möglichkeit der vergünstigten ETV-Mitgliedschaft – für Deinen sportlichen Ausgleich

- Vereinsleben oder in ehrenamtlicher Arbeit (kein Muss)
- Selbstständige und zuverlässige Arbeitsweise

Kontakt:

Mathis Wittneben

040-401769-930

mwittneben@etv-hamburg.de

Was wir uns von dir wünschen:

- Interesse an Integrationsarbeit, Vielfalt und sozialem Engagement
- Offenheit, Empathie und interkulturelle Sensibilität
- Kommunikationsfähigkeit und Freude am Umgang mit Menschen
- Idealerweise Erfahrung im

ANZEIGE

KÜSTENRAD E-BIKE STORES

Moin, ETV Hamburg!

**Rauf auf's Rad, rein in die
Vereinskasse!**



50 €
Cashback
für deinen Verein

100 €

Zubehörgutschein
für dich als Vereinsmitglied

Bei Kauf/Leasing eines
Bikes in einem Küstenrad
E-Bike Store!

So funktioniert's:

1. Termin buchen unter: kuestenrad.de
2. Beraten lassen, probefahren & Traumbike finden
3. An der Kasse Aktionscode (KüstenradVereinsantrieb) und Verein nennen
4. Zubehör im Wert von 100 € aussuchen
5. 50 € für deinen Verein!*



3 x in Hamburg
12 x in SH

Jetzt Termin buchen!
www.kuestenrad.de



*Die Cashback-Summe wird gesammelt & einmal im Jahr als Spende ausgelöst.



EURE EXPERTEN FÜR E-BIKES & CARGOBIKES.

In Hamburg Barmbek, Bahrenfeld
& in der Hafencity: überall mit
zertifiziertem Werkstattservice.

Termine unter: kuestenrad.de

TISCHTENNIS

ERFOLGREICHES WOCHENENDE IN DOBERLUG-KIRCHHAIN

Die Norddeutsche Meisterschaft der Altersklasse U15 in Doberlug-Kirchhain am letzten Januar-Wochenende wurde für den ETV zu einem besonderen Wochenende. Mit starken Leistungen auf norddeutscher Bühne sammelten Lina Dahlke und Ole Nagel wertvolle Erfahrungen – und sorgten für große sportliche Erfolge.

Als Hamburger Meisterin der Altersklasse U15 ging Lina Dahlke bei der norddeutschen Meisterschaft an den Start. In einem anspruchsvollen Teilnehmerfeld zeigte sie vor allem zu Beginn des Turniers ihre große kämpferische Stärke. Im ersten Gruppenspiel gewann sie verdient mit 3:2 – ein starker Auftakt und ein wichtiges Erfolgserlebnis. In den darauffolgenden Gruppenspielen konnte Lina ihr volles Leistungsvermögen jedoch nicht vollständig abrufen. Insbesondere im letzten Spiel war sie gesundheitlich eingeschränkt. Trotz dieser Umstände stellte sie sich der Herausforderung, kämpfte bis zum letzten Ballwechsel und sammelte



Ole Nagel (Mitte) ist Norddeutscher Meister U15.

wertvolle Erfahrungen auf hohem überregionalem Niveau.

Den krönenden Abschluss aus ETV-Sicht lieferte der erst zwölfjährige Ole Nagel mit einem sensationellen Erfolg: Er sicherte sich den Titel des Norddeutschen Meisters in der Altersklasse U15. Bereits in der Gruppenphase präsentierte sich Ole in starker Form und belegte souverän den ersten Platz. Besonders das Duell gegen Samuel Grandy aus Berlin hatte

es in sich: In einem umkämpften Fünf-Satz-Spiel behielt Ole die Oberhand – eine Begegnung, die im Turnierverlauf noch einmal an Bedeutung gewinnen sollte.

Mit dem Einzug ins Halbfinale sicherte er sich gleichzeitig das Ticket zur Deutschen Meisterschaft U15 im Juni – ein großer Erfolg. Doch Ole wollte mehr. Im Halbfinale wartete mit Hannes Schubert (14 Jahre) aus Schleswig-Holstein der an Position 1 gesetzte Spieler des Turniers. In einem hochklassigen Fünf-Satz-Krimi bewies Ole erneut Nervenstärke und setzte sich durch – der Finaleinzug war perfekt. Im Finale kam es zur Neuauflage des Gruppenspiels gegen Samuel Grandy. Wieder entwickelte sich ein packendes Match über fünf Sätze. Ole übernahm im entscheidenden Durchgang die Kontrolle, spielte fokussiert und entschlossen und gewann den fünften Satz mit 11:6. Auch im Doppel zeigte Ole seine Klasse. Gemeinsam mit Felix Vietze (TuS Schnelsen) erspielte er sich die Bronzemedaille.



Dirk Hagemann (re.) und Thomas Seyer vom ETV.

TISCHTENNIS

ETV-Senioren geben Gas

In der Seniorenklasse 60 der Hamburger Tischtennismeisterschaften am letzten Januar-Wochenende konnte der ETV beachtliche Erfolge feiern. Mit Thomas Seyer und Dirk Hagemann war der Verein gleich doppelt vertreten – und beide überzeugten mit starken Leistungen. Sowohl Thomas als auch Dirk erreichten die Hauptrunde im Einzel. Dort mussten sie sich zwar jeweils spielstarken Gegnern geschlagen geben, präsentierten sich jedoch auf hohem Niveau und bestätigten ihre gute Form.

Im Doppel lief es dafür umso erfolgreicher: Gemeinsam spielten sich Thomas Seyer und Dirk Hagemann mit überzeugenden Siegen bis ins Finale vor. Erst dort unterlagen sie dem erfahrenen Duo Bernd Schiller / Lutz Mocker (TTSG Urania Bramfeld) und sicherten sich damit den Titel des Hamburger Vizemeisters – ein toller Erfolg für das ETV-Doppel.

Noch erfolgreicher verlief das Turnier für Dirk Hagemann im Mixed-Doppel. An der Seite von Sabine Weichel (Niendorfer TSV) zeigte er konstant starke Leistungen. Das eingespielte Duo gab im gesamten Wettbewerb lediglich drei Sätze ab und krönte sich verdient zum Hamburger Meister.

Der ETV gratuliert allen Teilnehmern herzlich zu diesen großartigen Erfolgen bei den Hamburger Meisterschaften!

PICKLEBALL

PACKENDER PREMIERENTAG

Am 1. Februar richtete der ETV seinen ersten Heimspieltag in der Pickleball-Nordliga aus – und die Zuschauer bekamen gleich ein echtes Spitzenspiel zu sehen. Zu Gast war der MTV Gifhorn, der als Tabellenführer nach Hamburg reiste. Der ETV empfing die Gäste als Tabellenzweiter, sodass sich ein Duell auf Augenhöhe ankündigte.

Für den ETV gingen Giuseppe Petaroscia, André Boeder, Kamil Kasimov, Karin Hilgenberg und Anastasiia Ocheretna an die Netze – und sie enttäuschten nicht. In den sechs Partien,



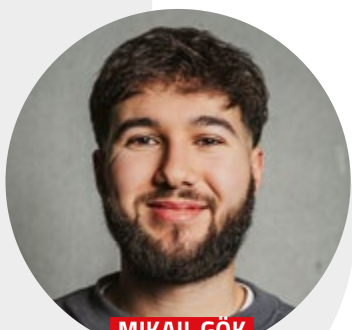
die jeweils im Modus „Best of Three“ mit Sätzen bis elf Punkte ausgetragen wurden, schenkten sich beide Teams nichts. Spiel für Spiel lieferten sich die Akteure packende Ballwechsel und kämpften um jeden Punkt. Am Ende stand es drei zu drei – ein Unentschieden nach Spielen, das die Ausgeglichen-

heit dieses Spitzenduels perfekt widerspiegelte. Immerhin: Bei der Punktdifferenz hatte der ETV die Nase vorn – ein Detail, das im weiteren Ligaverlauf bei Gleichstand in der Tabelle noch wertvoll werden könnte. Ein gelungener Heimspieltag-Auftakt und ein starkes Signal an die Konkurrenz in der Nordliga.

FUSSBALL

DAS FUSSBALLBÜRO STELLT SICH VOR

Als im Sommer vergangenen Jahres Jasper Höscher als Koordinator der Fußballabteilung den Verein Richtung HSV verließ, nutzte die Abteilung diesen Abgang, um sich neu zu strukturieren und Verantwortlichkeiten neu zu verteilen. Dies bietet nun die Gelegenheit, einen Einblick in das Leben im Fußballbüro zu gewähren. Das neunköpfige Team arbeitet gemeinsam für die Abteilung und dient als Säule, um den Fußballbetrieb zu ermöglichen und den ehrenamtlichen Trainerinnen und Trainern Arbeit abzunehmen und für ihre Angelegenheiten ansprechbar zu sein. Wir stellen die Personen und ihre Tätigkeiten vor:



MIKAIL GÖK
HAUPTAMT

Mikail ist von klein auf beim ETV. Erst als Spieler, dann als Trainer. Nun leitet er gemeinsam mit Jon Pauli die Fußballjugend und ist gleichzeitig Trainer der U17-Junioren, die aktuell in der DFB-Nachwuchsliga vertreten sind. Neben seiner koordinativen Aufgabe ist Mikail für die Nimmerschein ETV-Fußballschule und die Vermarktung der Fußballabteilung verantwortlich.



MANUEL SUHR
HAUPTAMT

Manuel ist seit Sommer Teil des Büros, jedoch alles andere als ein Unbekannter. Neben seiner bereits vorhandenen Beschäftigung als stellvertretende Studioleitung an der Bundesstraße ist Manuel seit diesem Sommer als Koordinator Fußballbetrieb in der Fußballabteilung eingestellt. Er kümmert sich vorrangig um administrative Aufgaben und sorgt innerhalb der Abteilung für Prozessoptimierungen. Zusätzlich kümmert er sich als Ligaobmann um die Ersten Herren.



JON PAULI
HAUPTAMT

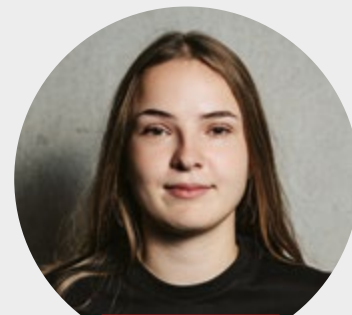
Jon ist ebenfalls ein Ur-ETVer. Gemeinsam mit Mikail koordiniert er die Fußballjugend, ist Trainer der U19 und spielt selbst aktiv bei den Ersten Herren. Jon kümmert sich darüber hinaus um die Mini-Kicker, die allerjüngsten Fußballerinnen und Fußballer. Zusätzlich kümmert er sich um Kooperationen, insbesondere in Richtung athletischer und physiotherapeutischer Versorgung.


FELIX KEMPF
DUALER STUDENT

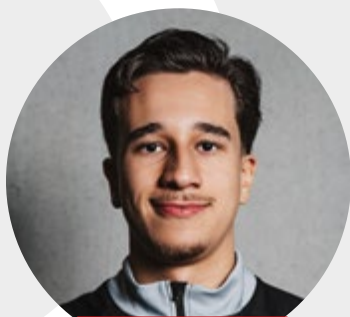
Felix ist einer von drei dualen Studierenden des Fußballbüros. Die Vermarktung, Sponsoringakquise und -pflege gehören zu Felix' Themenfeldern. Hierzu gehört auch der Supporters-Club 1Up!. Auch im Bereich Kommunikation ist Felix tätig und sorgt für einen wirksamen Auftritt nach außen.


LUIS BROCKMEYER
FREIWILLIGENDIENST

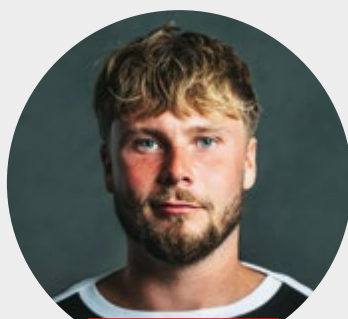
Luis absolviert aktuell ein Freiwilligendienst. Er kümmert sich hauptverantwortlich um das Passwesen und Spielansetzungen. Zusätzlich ist er als Trainer bei den Mini-Kickern aktiv und kümmert sich um die Organisation rund um die Heimspieltage der Ersten Herren.


ROSA STECKER
DUALE STUDENTIN

Als duale Studentin ist Rosa Ansprechpartnerin innerhalb des Büros für Themen zur weiblichen Fußballjugend, in der sie wie Oskar als Trainerin aktiv ist. Zu ihren weiteren Aufgaben gehört die Kommunikation, beispielsweise die Websitepflege, sowie Inklusionsarbeit. Sie agiert als Schnittstelle zwischen den Trainerinnen und Trainern der weiblichen Fußballjugend und dem Fußballbüro.


TOM REUSCHLING
FREIWILLIGENDIENST

Tom ist ebenfalls im Freiwilligendienst. Zu seinen Aufgaben gehört die Kommunikation, vorrangig die Arbeit mit Social Media und das Erstellen von Designs. Zusätzlich ist Tom Trainer im Jahrgang 2018 und bei den Mini-Kickern.


MIGUEL BECKER
FREIWILLIGENDIENST

Miguel war bereits vor seinem FSJ Teil der Fußballabteilung. Er ist seit zwei Jahren Trainer im Jahrgang 2015. Seit Sommer ist er Teil des Büros und kümmert sich um die Fußball-Kindergeburtstage. Darüber hinaus organisiert er Eventtage innerhalb der Abteilung, zuletzt das interne Turnier „Eimsbüttel League“. Auch er ist Trainer bei den Mini-Kickern.


OSKAR SAHNER
DUALER STUDENT

Unser Neuling unter den dualen Studierenden. Nach seinem Freiwilligendienst im Fußballbüro ist Oskar uns als Student erhalten geblieben. Er kümmert sich um koordinative Aufgaben innerhalb der weiblichen Fußballjugend und ist dort selbst als Trainer aktiv. Zusätzlich übernimmt er organisatorische Aufgaben für die Niemerszei ETV-Fußballschule.

BASKETBALL

SPÄTE BESCHERUNG: 4004 EURO FÜR GUTEN ZWECK

Es ist fast schon eine gute alte Tradition: Rund einen Monat nach Weihnachten gibt es aus der Basketball-Abteilung des Eimsbütteler TV eine frohe Botschaft. Denn dann wird das Ergebnis der alljährlichen Charity Aktion „Sponsored Korb“ verkündet. Ergebnis diesmal: Exakt 4004 Euro, die zu gleichen Teilen an die Stiftung Basketball Aid zugunsten krebserkrankter Kinder und an die ETV-Basketballjugend gehen.

„Vielen Dank im Namen von Basketball Aid! Das ist ein tolles Ergebnis, über das wir uns sehr freuen. Das Geld hilft, dass im Kinderkrebs-Zentrum am UKE ein Sport- und Begegnungsraum ausgebaut werden kann“, sagt Vorstandsmitglied Per Günther, der kürzlich aus den Händen von ETV-Basketball-Jugendkoordinatorin Julia Schäper



und Jugendwart Christian Lübcke einen symbolischen Scheck über 2002 Euro entgegennahm. Der ehemalige Basketball-Nationalspieler (65 Länderspiele) ist seit Jahren für Basketball Aid aktiv und hat selbst zwei Kinder, die im ETV auf Korbjagd gehen.

Bei Sponsored Korb suchen jedes Jahr die Kinder und Jugendlichen im ETV-Basketball im privaten Bereich Sponsoren, die für jeden Treffer in einem vorher ausgewählten Spiel einen geringen Geldbetrag spenden. Alle Beiträge werden

gesammelt und kommen in einen großen Topf. Dazu können Erwachsenenteams mit Patenschaften einzelner Mannschaften die Aktion unterstützen. Höhepunkt der vorweihnachtlichen Spendensammlung ist ein Main Event mit vielen Spielen in der Sporthalle Hohe Weide, bei dem die Erlöse einer Cafeteria und einer großen Tombola ins Gesamtergebnis mit einfließen.

Ein großes Dankeschön geht in diesem Zusammenhang an die vielen Förderer und Supporters von Sponsored Korb (EPI-Zentrum Physiotherapie, DBB, Hamburger Basketballverband, Tibarg Center, Kellogg's, Hamburg Towers, SC Rist Wedel, St. Pauli Office sowie diverse ETV-Abteilungen), die mit zahlreichen Gutscheinen und Sachspenden die Tombola unterstützt haben!

BASKETBALL

VIEL TRUBEL BEIM GRUNDSCHULTURNIER IN DER KIELORTALLEE

Die Grundschul-Turnierserie des ETV-Basketball hat ihren dritten Stopp absolviert: Diesmal trafen sich die jungen Nachwuchs-Korbjäger und -Korbjägerinnen in der Schule Kielortallee, um gemeinsam ihrem Lieblingssport nachzugehen.

Am Start waren erneut die GS Tornquiststraße, die GS An der Isebek sowie zwei Teams der Gastgeberschule. Im Modus Jeder gegen Jeden wurden die Kräfte gemessen, fast jeder Korb wurde frenetisch gefei-

ert – auch von den zahlreich anwesenden Eltern in der Halle. Am Ende gab es viele strahlende Gesichter, mehr als 30 müde Kinder – und erstmals sogar einen Pokal für den Gewinner. Der hieß diesmal Grundschule Tornquiststraße, doch das war eher nebensächlich. Denn im Mittelpunkt standen Spaß, Fairness, Kennenlernen und Begeisterung für den tollen Sport, in dem Deutschland derzeit so viele Erfolge feiert (Weltmeister, Europameister, 3x3-Olympiasiegerinnen).

Der ETV-Basketball ist in Eimsbüttel und Umgebung mittlerweile an sieben Standorten mit Schul-AGs präsent, die meisten davon an Grundschulen. Weitere sollen hinzukommen, um die Verknüpfung zwischen Schul- und Vereinsangebot voranzutreiben und das Interesse an der Korbjagd gerade im Minibereich weiter zu wecken. Der nächste Termin für die ETV-Turnierserie steht noch nicht fest – eine Fortsetzung soll aber schon bald folgen.





SOFTBALL

SAISONSTART UNTER NEUEN VORZEICHEN

Die Softball-Bundesligamannschaft der Knights startet in das Jahr 2026 mit einem klaren Umbruch: Ein neues Trainerteam steht an der Seitenlinie und im Kader finden sich zahlreiche junge Spielerinnen, die erstmals auf höchstem Niveau antreten werden. Für die Verantwortlichen ist diese Saison damit vor allem eines: ein Neuanfang mit Perspektive.

Als im Herbst vergangenen Jahres der Softball-Bundesligatrainer Andreas Ollendorff seinen Rücktritt verkündete und in das Amt des Nationaltrainers der deutschen Coed-Slowpitch-Nationalmannschaft wechselte, standen die Knights vor der Frage, wer seine Nachfolge antreten könnte.

Nach mehreren Vorgesprächen fiel die Entscheidung des Abteilungs- und Vorstandsvorsitzenden auf eine interne

Lösung. Jan Kirchner, der das Team bereits in der Vergangenheit trainiert hatte, übernahm die Bundesligamannschaft zusammen mit den U19-Coaches Andreas Olschmike und Michelle Hille. Die Aufgaben im Trainerteam wurden daraufhin auf die verschiedenen Schultern verteilt und es gab klare Zuständigkeiten. Während Andreas die Defence anleitet, übernimmt Michelle das Athletiktraining. „Dank dieser Aufteilung kann ich mich komplett auf die Offence konzentrieren,

während Andi und Michelle sehr autark arbeiten“, betont Jan.

Ein extrem junges Team mit klaren Zielen

Der Winter diente vor allem dazu, den neu geformten Kader zusammenzuführen. Neben athletischen Grundlagen – etwa Lauftechnik, Kondition, Koordination und individuelles Core-Training – lag ein Schwerpunkt auf technischer Basisarbeit. Erst in der zweiten Hälfte des Winters folgten Spielzüge, Absprachen und taktische Elemente. Entscheidend sei jedoch der soziale Zusammenhalt: eine Mannschaft zu formen, die miteinander wächst.

Denn hier liegt auch eine Herausforderung, die das Team meistern muss. Der Kader ist sehr jung und teilweise auf Bundesliganiveau noch unerfahren. Einige erfahrene Spielerinnen haben in den vergangenen Jahren ihre Karriere beendet, eine neue Generation an Knightsspielerinnen wächst heran. Der übrige Kern an Veteraninnen hat nun die Aufgabe, dem Team Stabilität zu geben und ihre Erfahrung mit den jüngeren Spielerinnen zu teilen.

Die sportlichen Erwartungen ordnet Jan deshalb realistisch

ein: „Das entscheidende Ziel ist, dass wir als Team zusammenfinden.“ Doch mittelfristig wollen er und sein Team wieder ganz oben mitspielen – denn das Talent ist da.

Harter Gegner zum Saisonstart

Zum Auftakt wartet am 12. April mit den Wesseling Vermin ein besonders schwerer Gegner. Aber trotz der Neuausrichtung des Kaders sind die Spielerinnen heiß auf die neue Saison. Vor allem die jüngeren Spielerinnen freuen sich, ihre ersten Sporen in der Bundesliga zu verdienen.

Bundesliga beim ETV

Am 25. April findet das erste Heimspiel der Bundesliga-Softballmannschaft statt. Wir freuen uns auf zahlreiche Unterstützer:innen, die gemeinsam mit uns den Home Opener am Softballplatz Hohe Weide (Bundesstraße 96) feiern. Kommt vorbei und erlebt packende Bundesliga-Action, leckeres Essen und frische Getränke!

Spiel 1 um 13 Uhr
Spiel 2 um 15.30 Uhr

BEWEGUNG, DIE WIRKT

Im September 2025 hat der ETV sein Angebot um ein besonderes Trainingsformat erweitert: Therapeutisches Kickboxen für Menschen mit Parkinson, Multipler Sklerose (MS) und anderen neurologischen Erkrankungen mit Bewegungsstörungen. Im Mittelpunkt steht dabei nicht der Wettkampf, sondern die gezielte, ganzheitliche Bewegung.

Kickboxen fordert den ganzen Körper. Arme und Beine arbeiten gemeinsam, Bewegungen werden bewusst geführt und wiederholt. Genau das kann helfen, Balance, Koordination und Rhythmusgefühl zu verbessern – Fähigkeiten, die es bei neurologischen Erkrankungen zu erhalten gilt. Die positiven



Effekte dieser Trainingsform, vor allem bei Parkinson, werden seit Jahren immer wieder bestätigt.

Das Training verbindet Elemente aus dem Kampfsport mit therapeutischen Übungen und zielt auf bessere Beweglichkeit, sicheres Gleichgewicht, bessere

Koordination, mehr Rhythmusgefühl sowie gesteigerte allgemeine Fitness. Nicht zuletzt haben die sportlichen Aktivitäten eine positive Auswirkung auf die Psyche.

Entwickelt wurde der Kurs in enger Zusammenarbeit mit

der Parkinson-Tagesklinik im Universitätsklinikum Eppendorf. Er ist so aufgebaut, dass Menschen mit ganz unterschiedlichen Voraussetzungen teilnehmen können – vom vorsichtigen Einstieg bis zur sportlichen Herausforderung.

Dazu sagt Trainer Frederik: „Wer Lust auf Bewegung hat, die fordert, Spaß macht und gleichzeitig die Motorik gezielt unterstützt, ist bei uns genau richtig. Eine Probestunde lohnt sich – der Einstieg ist jederzeit möglich.“

Trainingszeit

Dienstags, 12-13 Uhr
Kursraum 3, Sportzentrum
Hoheluft
Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Kontakt:

trendsport@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



Das Skateboard-Camp ist eines der beliebtesten.

FERIENCAMPS

WIR STARTEN WIEDER MIT EUCH DURCH

Wir möchten – zusammen mit allen teilnehmenden Kindern – die Ferienwochen zu etwas ganz Besonderem machen: mit jeder Menge Spaß, neuen Erfahrungen und unvergesslichen Momenten.

Im vergangenen Jahr haben wir für Kinder des ETV, der Kiju sowie für Gastkinder fast 60 Ferien camps zu ganz unterschiedlichen Themen angeboten. Das Programm war so vielfältig wie die Interessen unserer Teilnehmenden: Von Skateboarden über Beatmaking, vom Bauernhof bis zum Reiten, vom Schmuckcamp bis hin zu Floorball, Kung Fu und Parkour – für jede und jeden war etwas dabei. Ein echtes Highlight war außerdem unser Camp mit den Pfadfinder:innen im Niendorfer Gehege: Dort wurde Feuer gemacht, Hütten aus Ästen gebaut, geschnitzt und natürlich durften auch

Marshmallows über dem Feuer rösten nicht fehlen.

Auch in den Frühjahrs-, Sommer- und Herbstferien 2026 erwartet alle Kinder wieder eine große Auswahl an abwechslungsreichen Camps. Viele bewährte Klassiker sind erneut im Programm: unser All-Time-Favourite **Skateboard** mit Campleiter Marschii von Marschii's Skateschool, **Kung Fu** mit Mo und Dunja, **Beatmaking** mit Alex oder **Segeln** in der Segelschule Käpt'n Prüsse – ihr müsst also auf keines eurer Lieblingscamps verzichten.

Gleichzeitig dürfen sich alle Teilnehmenden auf spannende

neue Angebote freuen: Mit dabei ist ein **Content-Creator-Camp** für Jugendliche ab 13 Jahren, geleitet vom erfolgreichen Creator und Fotografen Stanley Kröger. Außerdem neu im Programm sind „**Ping Pong Power**“ – ein Camp für echte Tischtennisfans und alle, die es werden wollen – sowie die „**Action Games**“ für jüngere Kinder, bei denen lustige Bewegungs- und Ballspiele im Mittelpunkt stehen.

Der erste Buchungsstart liegt bereits hinter uns und unsere Erfahrung zeigt: Die Plätze in den beliebten Camps sind schnell vergeben. Der Bu-

chungsstart für die Sommercamps ist für Anfang Mai geplant, die Herbstcamps folgen Ende August. Die genauen Termine veröffentlichen wir rechtzeitig auf unserer Homepage sowie auf unserem Instagram-Account [@etv.kiju_ferien camps](https://www.instagram.com/etv.kiju_ferien camps) – hier lohnt es sich also, regelmäßig vorbeizuschauen.



[instagram.com/
etv.kiju_ferien camps](https://www.instagram.com/etv.kiju_ferien camps)

Wir freuen uns schon jetzt auf erlebnisreiche, sportliche und kreative Ferien 2026 mit euch!



Fragt man den eine:n Grundschüler oder Grundschülerin nach der ursprünglichen Funktion des Gebäudes der Schule Kielortallee, so hört man recht häufig die Antwort „es muss wohl ein Schloss gewesen sein“ oder aber auch „oben im Turm wohnte bestimmt eine Prinzessin“. Das stimmt leider nicht, aber die Fassaden, Sprossenfenster, Türmchen und der Zierrat regen schon zur Fantasie an. Der wachsende Stadtteil und die heranrückenden Gebäude haben „Schlossgarten“ und „Burggraben“ mit der Zeit vertrieben, das Gebäude jedoch ist geblieben.



Seit 1905 dient es als Schule. In dieser Funktion nur kurz unterbrochen, als 1947 bis 1948 ein Lazarett eingerichtet werden musste. Bis in die 1960er-Jahre waren Jungs und Mädchen noch streng getrennt, dies änderte sich dann aber doch glücklicherweise. Seit 1986 gibt es in jedem Jahrgang eine Klasse, in denen Kinder mit und ohne Inklusionsstatus gemeinsam unterrichtet werden. Heute ist die Schule Schwerpunkt-schule Inklusion mit mehr als 30 Kindern mit Förderbedarfen unterschiedlichster Art. Dies wurde auch beim Umbau der Schule von 2015 bis 2017 berücksichtigt und entsprechend sind alle Bereiche der Schule barrierefrei. Der Altbau wurde liebevoll saniert und durch einen funktionalen Neubau inklusive Aula und Sporthalle ergänzt.

Die Grundschule Kielortallee ist generell vierzünftig, jeweils

zwei Klassen pro Jahrgang sind inzwischen inklusiv. Der jetzige 1. Jahrgang ist sogar fünfzünftig mit drei Inklusionsklassen. In diesen Klassen sind am Vormittag Sozialpädagogen, Erzieher:innen und Schulbegleitungen für Kinder mit speziellem Förderbedarf involviert. Die Schule hat zudem zwei Vorschulklassen.

Die ETV Kiju ist seit 2013 fest mit der Kielortallee verbunden. Ab 13 Uhr übernehmen die Erzieher:innen die Kinder und führen Sie durch die Lernzeit, das Mittagessen und dem freien Spielen. Auch am Nachmittag verändert die Inklusion viele Prozesse und Abläufe und sorgt für einen erhöhten Personaleinsatz. Neben den Gruppenleitungen, den Schulbegleitungen und FSJler:innen arbeitet noch jeweils eine Unterstützungskraft in den Inklusionsklassen. Auch das umfangreiche Kursprogramm mit mehr als 30 Kursen aus den

Bereichen Sport und Bewegung, Sprache und Medien, Kreativ und Entspannung oder auch Natur muss für jede:n Schüler:in gleichermaßen nutzbar und zugänglich sein. Eine riesige Herausforderung, die aber auch viele Chancen bietet und Berührungspunkte schafft.

Sehr gelungen ist auch das Raumkonzept, welches während der Umbauphase umgesetzt wurde. Flure und Gänge sucht man an der Grundschule Kielortallee vergebens. Jede Ecke und jede Quadratmeter Platz wird hier optimal benutzt. So lernen die Kinder nicht nur in ihren Klassenzimmern, sondern auch auf den vielen Multifunktionsflächen in Kleingruppen oder aber auch mal allein, wenn es denn gewünscht ist. Überall findet man Lernhäuser oder Sitzmöglichkeiten, die zum Verweilen oder Lernen einladen. Schon vor einigen Jahren wurde daher auch das SEGELN (SELbständiges, GEmeinsames LerneN) eingeführt. Ein pädagogisches Konzept, welches die Kinder zum selbständigen, gemeinsamen Lernen führen soll.

Ab März beginnen die Schüler:innen auch wieder mit dem forschenden Lernen. Jedes Kind beantwortet dabei eine Frage, welche es sich selbst ausgesucht hat. „Warum sind Krokodile nicht ausgestorben?“,

„Haben auch Tiere Diabetes?“ oder auch „Was ist Mut?“ Am Ende des Schuljahres stellen die Kinder dann ihre Ergebnisse in einer Werkschau aus und nutzen dabei digitale, wie auch klassische Medien zur Präsentation.

Schon seit vielen Jahren wird auch KISOMI (Kinder Sozial Miteinander) als soziales Training am Nachmittag in den 1. Klassen unterrichtet. Der Erfolg für die Kinder hat dazu geführt, dass nun auch in den 2. Jahrgängen KISOMI weiter genutzt wird, um die Klassengemeinschaft zu stärken und den Kindern ein positives, gemeinsames Miteinander zu ermöglichen.

Die Schule kooperiert mit vielen Partnern und ermöglicht den Kindern ein breites außerschulisches Angebot. So können Kinder in der Musikkiste ein Musikinstrument erlernen oder aber in den Sporthallen Vereinsangebote wie Kinderturnen, Basketball oder auch Tischtennis, wahrnehmen. An der Kielortallee sieht man noch bis spät am Abend fröhliche Kinder von ihren Aktivitäten kommen. Hier fühlt sich in einer positiven, fröhlichen Atmosphäre einfach jeder wohl: Kinder, Erzieher:innen, Lehrer:innen und auch die Eltern, die gerne auf dem Schulhof schnacken und sich heimlich denken: „in diesem Schloss wäre ich auch gerne zur Schule gegangen.“



WASSER ALS BILDUNGSMISSION

In unserer ETV Kita wird Bewegung großgeschrieben – und das nicht nur in der Kletterwelt oder der Einfeldhalle im Sportzentrum Hoheluft.

Ganz besonders wichtig wird Bewegung dort, wo es spritzt, blubbert und manchmal auch ordentlich platscht: im Wasser. Denn Bewegung ist Leben – und Schwimmen zu können, lebensnotwendig. Genau deshalb hat die ETV Kita Hoheluft gemeinsam mit der ETV Schwimmschule Turmweg eine Kooperation gestartet, die ordentlich Wellen schlägt. Und zwar die guten.

Schwimmen ist nämlich viel mehr als nasse Haare und schrumpelige Finger. Es ist eine Fähigkeit, die Kinder ein Leben

lang begleitet. Wer sich sicher im Wasser bewegt, stärkt nicht nur Muskeln und Koordination, sondern sammelt auch eine große Portion Selbstvertrauen. Der Weg dorthin beginnt ganz entspannt: erst fröhlich planschen, dann gleiten, später mutig abtauchen – und irgendwann ganz selbstverständlich die ersten Bahnen ziehen.

In unserer Kooperation werden die Kinder Schritt für Schritt an das Element Wasser herangeführt – ohne Leistungsdruck, dafür mit umso mehr Freude. Die spielerische Wassergewöhnung bildet die Basis, bevor es



Schwimmen zu können ist eine lebenswichtige Grundfertigkeit, die Sicherheit im Wasser bietet, Ertrinken verhindert und die Gesundheit durch Ganzkörpertraining fördert.

weiter Richtung Seepferdchen geht. Und ist das erste Abzeichen erst einmal geschafft, ist die Begeisterung oft so groß, dass der Flipperkurs schon sehnsüchtig erwartet wird.

Erfahrene Trainer:innen begleiten die Kinder dabei mit viel Fachwissen, Geduld und einer guten Portion Humor. Sie sorgen nicht nur für die richtige Technik, sondern auch für eine entspannte, fröhliche Atmosphäre im Becken. Denn wer lacht, lernt leichter – und

schwimmt am Ende meist auch mutiger.

Mit der Kooperation zwischen der ETV Kita und der ETV Schwimmschule Turmweg möchten wir allen Kindern die Chance geben, das Schwimmen sicher und mit Freude zu erlernen. So wird aus dem ersten vorsichtigen Planschen Schritt für Schritt eine wichtige Lebenskompetenz – und aus kleinen Wasserratten selbstbewusste Schwimmerinnen und Schwimmer.

Der Weg zum Seepferdchen

Das Angebot richtet sich an alle Kinder der ETV Kita, welche im Kita-Brückenjahr sind (Vorschule) und die älteren Elementarkinder (im Folgejahr Vorschule). Die Kinder fahren jeden Freitag mit zwei pädagogischen Fachkräften mit den öffentlichen Verkehrsmitteln von der Kita in Lokstedt zur Schwimmschule Turmweg. Den Schwimmunterricht übernehmen die Trainer:innen der ETV Schwimmschule. Das Angebot kostet 30 Euro monatlich und wird immer pro Schuljahr von den Eltern gebucht. Insgesamt können bis zu 30 Kinder das Schwimmangebot wahrnehmen, diese werden in drei Zehner-Gruppen je nach aktuellem Können eingeteilt, am Ende des Jahres kann das Seepferdchen- oder Bronzeabzeichen gemacht werden, die Wasserzeit beträgt pro Gruppe 45 bis 60 Minuten.

ANZEIGE

SCHULE FERTIG UND JETZT?

BERUFSBERATUNG ZUR
POTENTIAL-ENTFALTUNG



Institut für Sport & Psychologie
Bernstorffstr. 174
22767 Hamburg
www.deepvelop.de

**Wissen Sie gerade nicht weiter –
und Ihr Kind schon gar nicht?**

Wenn Jugendliche mit Schul-Ende stagnieren, entsteht bei Eltern enormer Verantwortungsdruck. Zusammen führt das auf beiden Seiten oft zu Frustration und Streit.

Mit unserem Team aus (Kinder-)Psychologen und Mentaltrainern und unserem Ansatz aus dem Profisport stärken wir Ihre Kinder in ihrer Eigenheit und nehmen diese als Basis.

Über den Kontakt mit ihren inneren Antreibern lassen wir sie spüren, was sie brauchen und was nicht. Im Leben und auf ihrem Berufsweg – jenseits von Noten und Erwartungen.

Das Ergebnis ist Entlastung auf beiden Seiten: Ihre Kinder gewinnen Selbstwert und Entscheidungsfähigkeit. Und Sie die Sicherheit, sie passgenau zu unterstützen.

ANGEBOTS-PAKET:

- Seminar in Gruppe & 1:1
- Testzugang ViQ & Explorix
- Einzel-Coaching Kind/Eltern

HIER ANMELDEN ODER INFO-GESPRÄCH VEREINBAREN >



REITERFREIZEIT MIT LAGERFEUER UND VIEL NATUR

Die Reiterfreizeit Wittensee ist ein Klassiker bei unseren Kinder- und Jugendreisen. In den Herbstferien fahren wir für eine Woche auf den Ponyhof Naeve am Wittensee mit einer traumhaften Landschaft mit Seegrundstück, Freizeitmöglichkeiten wie einem Spielplatz und einem Streichelzoo.

Die Tage sind mit einem abwechslungsreichen Programm gefüllt und neben dem theoretischen und praktischen Reitunterricht kommt der Spaß nicht zu kurz. Und wer wollte nicht schon immer mal abends am

Lagerfeuer sitzen und sich Witze erzählen? Die Freizeit vom 18. bis 24. Oktober ist für alle Kinder im Alter von 7 bis 14 Jahren.



Im Reisejahr 2026 finden ebenfalls eine Reiterfreizeit in den Maiferien sowie eine Surf- und Wassersportfreizeit statt. Alle Informationen dazu entnehmt ihr unserer Homepage.

Preise: 525/590 Euro (ETV- und Kiju-Kinder/Gäste)

Kontakt:
Lea Dannenberg
040-40176923
reisen@etv-hamburg.de



KINDERSPORT

Kommt mit auf eine turbulente Reise!

Der ETV-Kindersport lebt davon, dass er bunt und laut ist. Die Kinder dürfen sich bei den Kinderturn-Kursen austoben, sie dürfen beim Inline-Skating ganz schnell sein und beim Kinderyoga etwas zur Ruhe kommen. So vielfältig das Programm an den Tagen von Montag bis Sonntag ist, so vielfältig sind wir auch. Um euch einen kleinen Einblick in unseren Arbeitsalltag zu geben und euch natürlich mit den neuesten News rund um den Kindersport auf dem Laufenden zu halten, nehmen wir euch auf unseren Instagram-Account (etv.kindersport) mit. In dem Format daily.kindersport zeigen euch Alissa Linde-Maziej und Lea Dannenberg alles rund um Büroalltag, Events und Daily News. Es lohnt sich zu folgen und alles rund um den Kindersport zu erfahren.

KINDERSPORT

GUT VORBEREITET IN DIE SPORTSTUNDE

Es braucht nur ein paar Kleinigkeiten, um bestens vorbereitet unsere Kindersportkurse zu besuchen. Uns ist es besonders wichtig, dass die Kinder mit Freude und Sicherheit an unseren Angeboten teilnehmen. Hierfür haben wir einen kleinen Guide erstellt.



1. SPORTKLEIDUNG

Sportkleidung gibt Bewegungsfreiheit zum Sport treiben. Bestens ausgerüstet ist man mit einer Sporthose und einem Sportshirt.



2. TURNSCHUHE

Hallenschuhe mit einer sauberen Sohle sorgen für sicheren Halt und schützen davor, dass man ausrutscht. Hier empfiehlt sich eine helle Sohle.



3. HAARGUMMI

Lange Haaren werden zusammengebunden. So stören sie nicht, wenn die Kinder aktiv in der Halle toben.



4. TRINKFLASCHE

Bewegung macht durstig! Wasser stillt den Durst, bringt die Konzentration zurück und hält einen fit.

KINDERSPORT

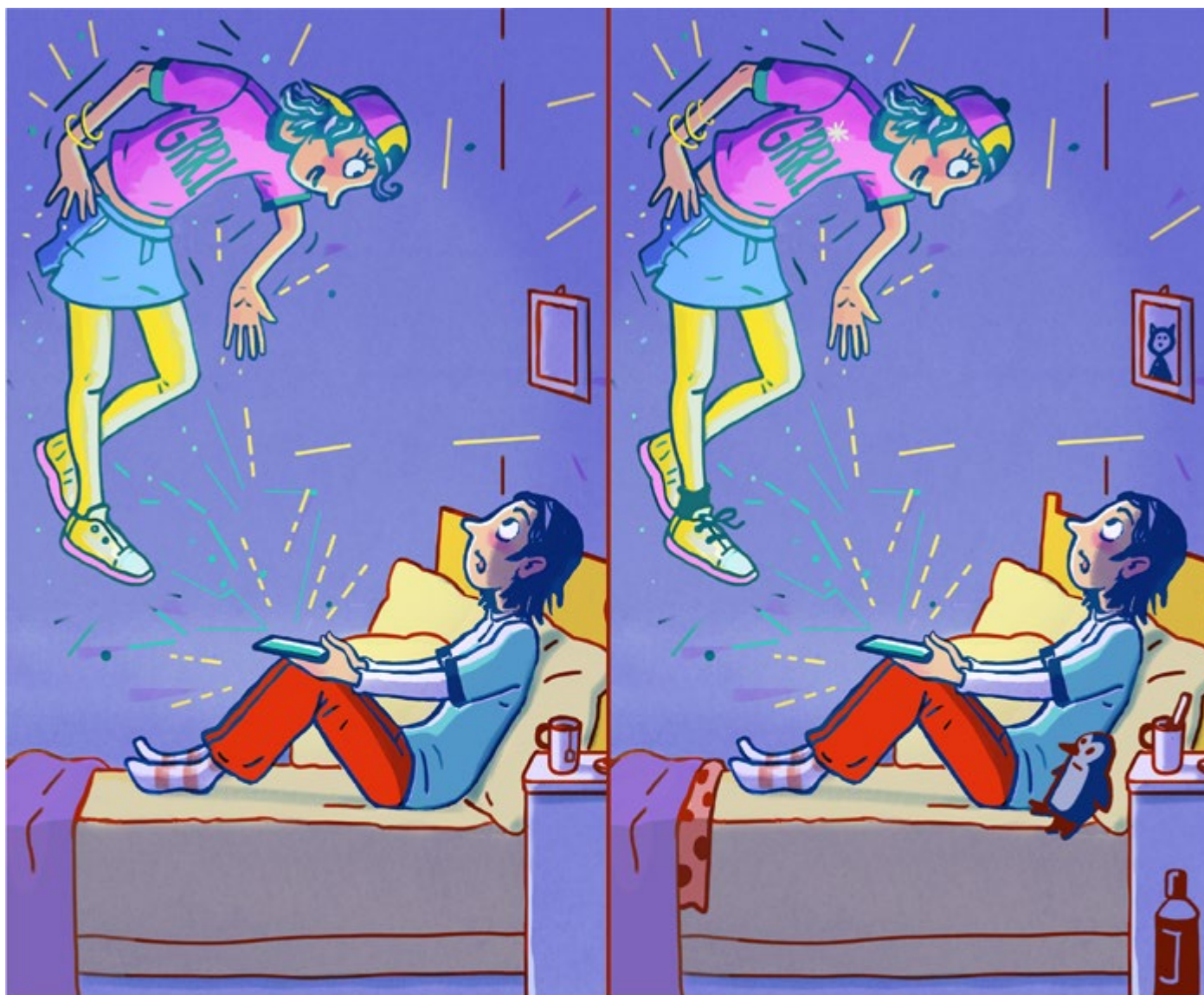
Übungsleitung gesucht

Das Kindersport-Team sucht Verstärkung: Das vielfältige Kindersport-Programm lebt von einer qualifizierten und motivierenden Anleitung durch die Übungsleitung. Das Kursangebot ist breit gefächert und reicht von klassischem Kinderturnen, über Hobby Horsing, Ballsportgruppen bis hin zu Fit for Teens und Inline-Skating. Eine Lizenz ist erforderlich.

Kontakt: Lea Dannenberg,
kindersport@etv-hamburg.de

GEWINNSPIEL

Finde die 12 Unterschiede und gewinne das Buch
„Holly und das Hollygramm“ von Ariane Grundies und Regina Kehn



Holly und das Hollygramm
von Ariane Grundies und Regina Kehn
erschienen bei Rotfuchs

Finde **12** Unterschiede
und gewinne dieses Buch.



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 „Holly und das Hollygramm“.

www.reginakehrn.de

UND SO GEHT'S:

Finde die 12 Unterschiede und gib die richtige Lösung, deinen Namen und deine Adresse bis zum **31. Juli 2026** bei den ETV-Informationen ab oder sende alles an:
Eimsbütteler Turnverband e.V.,
Bundesstraße 96,
20144 Hamburg

KINDERFLOHMARKT AM 12. APRIL MIT 80 STÄNDEN

Der Kinderflohmarkt öffnet im Frühling wieder seine Türen und bietet Platz für 80 Verkaufsstände. Am Sonntag, den 12. April laden wir von 10 bis 14 Uhr in die Große Halle des ETV-Sportzentrums Bundesstraße ein. Besucherinnen und Besucher können sich auf eine bunte Auswahl an Spielzeug, Kinderkleidung und vielen weiteren Artikeln rund ums Kind freuen. Für eine kleine Pause zwischendurch sorgt die Gastronomie „Lál Pera“ mit Snacks und Getränken.

Jeder Stand ist drei Meter breit und kann gegen eine Gebühr von 35 Euro gebucht werden. Die Anmeldung erfolgt online über die ETV-Homepage oder über Clubity. Die Standbuchung star-

tet am 16. März 2026 um 10 Uhr. Zusätzlich vergeben wir wie in jedem Jahr zehn kostenfreie Kinderstände über das Sportbüro Bundesstraße. Wir freuen uns auf viele Teilnehmende und einen gelungenen Flohmarkttag.

Neu in diesem Jahr: Alle Verkäufer:innen, die auf dem Flohmarkt ihre Bücher nicht verkaufen konnten und keine Verwendung mehr für diese haben, können sie dem ETV und der ETV Kita spenden. Der ETV wird am Eingang der Großen Halle für diesen Zweck große Sammelboxen aufstellen.

Kontakt:

Lena Herold, kinderflohmarkt@etv-hamburg.de



ANZEIGE

Verwurzelt im Norden. Verbunden im Team.

Was haben leistungsstarker Volleyball und intelligente Software gemeinsam?

Beides lebt von Teamarbeit, Präzision und dem Willen, sich jeden Tag ein Stück weiterzuentwickeln.

TOPMOTIVE ist hier im Norden zu Hause. Von unserem Hauptsitz in Bargteheide aus entwickeln wir seit über 30 Jahren Softwarelösungen für den Automotive-Markt – heute mit mehr als 350 Mitarbeitenden und Standorten in ganz Europa. Was 1994 als kleines Familienunternehmen begann, ist heute das größte IT-Unternehmen im Kreis Stormarn. Geblieben ist, was uns ausmacht: kurze Wege, echtes Miteinander und eine starke Verbundenheit zur Region.

Unsere Software sorgt dafür, dass Fahrzeuge zuverlässig repariert werden können – von Autoteileherstellern über den Großhandel bis hin zur freien

Werkstatt. Auch Autofahrerinnen und Autofahrer profitieren inzwischen von unseren digitalen Lösungen. Kurz gesagt: Wir bringen Ordnung, Struktur und Transparenz in eine hochkomplexe Branche – oft im Hintergrund, aber für unseren Alltag essenziell.

**„Leistungssport hat mich geprägt:
Verantwortung für das Team zu
übernehmen, Rückschläge ein-
zuordnen und gemeinsam
besser zu werden. Genau
diese Werte leben wir
auch bei TOPMOTIVE –
jeden Tag.“**



Anja Pleus, CEO TOPMOTIVE Gruppe & ehemalige Volleyball-Leistungssportlerin

Diese Haltung teilen wir mit dem ETV. Teamgeist, Einsatzbereitschaft und Leidenschaft sind keine Schlagworte, sondern gelebter Alltag – auf dem Spielfeld wie bei uns im Unternehmen. Deshalb unterstützen wir den ETV aus Überzeugung und mit echter Begeisterung.

TOPMOTIVE

**MEHR FLEXIBILITÄT.
MEHR TEAM.**

MEHR DU!

BEWIRB DICH JETZT

Mit unserer Software dreht sich die Automobilbranche weiter.



topmotive.eu/karriere

ANMELDUNGEN FÜRS NEUE SCHULJAHR AB 6. JUNI

Nach den Sommerferien 2026 startet das nächste Kindersportschule-Schuljahr. Die Kindersportschule „KiSS“ bietet eine umfassende sportübergreifende Grundausbildung für Kinder zwischen vier und neun Jahren (Jahrgang 2022 bis 2018). Unter dem Motto „wachsende Bewegung“ erleben die Kinder in festen Gruppen vielfältige Sportformen kennen.

In den ersten Jahren lernen die Kinder an Bewegungslandschaften und Bewegungsspielen, später dann durch das Kennenlernen neuer Sportarten vom Turnen übers Schwimmen bis hin zum Basketball. Dabei sind die

pädagogischen Inhalte stets altersgerecht angepasst. Die KiSS legt großen Wert darauf, dass die Kinder im Laufe der Ausbildung ihre eigenen Stärken und Interessen entdecken. Die Freude an der Bewegung steht in der KiSS immer im Mittelpunkt.

Die Anmeldung für die neue Schulklasse erfolgt online via App oder Homepage zwischen dem 6. Juni, 10 Uhr und dem 8. Juni, 12 Uhr. Nähere Infos zur Anmeldung folgen dort ab 1. Mai.

Die Nachfrage auf die Plätze übersteigt jährlich unser mögliches Angebot, deshalb werden

alle Plätze und Wartelistenplätze für die Mini-KiSS-Klassen im Anschluss der Anmeldephase verlost. Die Registrierung für mehrere Klassen ist dabei auch möglich.

Kinder, die einen Platz erhalten, werden vom ETV kontaktiert. Wir bitten um Verständnis, dass nur begrenzte Kapazitäten zur Verfügung stehen und deshalb in den fortlaufenden Klassen zurzeit lediglich Wartelistenplätze verlost werden.

Kontakt:

Vinh Tat
040-401769-932
kiss@etv-hamburg.de

ETV MINI KISS JAHRGANG 2022

Start: ab 31. August

Sportzentrum Hoheluft

Lokstedter Steindamm 77

Mini A, montags, 15 bis 16 Uhr

Mini B, dienstags, 15 bis 16 Uhr

Mini C, mittwochs, 15 bis 16 Uhr

Sportzentrum Bundesstraße

Bundesstraße 96

Mini D, dienstags, 15 bis 16 Uhr

Mini E, freitags, 15 bis 16 Uhr

ETV JUNIOR KISS JAHRGANG 2021

Start: ab 24. August

Sportzentrum Hoheluft

Lokstedter Steindamm 77

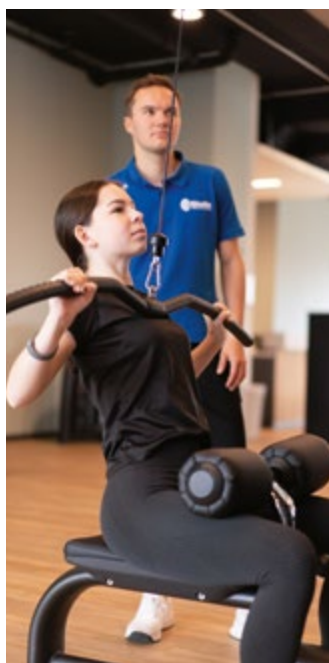
Junior A, montags, 16 bis 17 Uhr

Junior B, dienstags, 16 bis 17 Uhr

Junior C, mittwochs, 16 bis 17 Uhr

STUDIO

KRAFTTRAINING FÜR JUGENDLICHE – SICHER, SINNVOLL UND NACHHALTIG



Bewährt und beliebt: Die ETV-Studios bieten ein speziell entwickeltes Workshop-Format für Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren an. Ziel ist es, junge Sportlerinnen und Sportler strukturiert, altersgerecht und verantwortungsvoll an das Krafttraining heranzuführen.

Der Workshop „Krafttraining für Jugendliche“ wird von Martin Damme, studiertem Sportwissenschaftler, geleitet. Trainiert wird bewusst in kleinen Gruppen mit maximal sechs Teilnehmenden, sodass individuell gearbeitet und insbesondere Haltungs- und Bewegungsfehler frühzeitig korrigiert werden können.

Im Fokus steht nicht der schnelle optische Effekt, sondern ein fundiertes Verständnis für Training. Die Jugendlichen lernen, wie Muskelaufbau funktioniert, welche Rolle die Tiefenmuskulatur spielt und wie sich saubere Bewegungen anfühlen. Ein zentraler Bestandteil ist dabei die Schulung der Körperwahrnehmung (Propriozeption) – eine wichtige Grundlage für sicheres und effektives Training.

Das vielseitige Programm reicht von den Grundlagen des Kraftausdauertrainings über Freihantelübungen bis hin zum Training an geführten Stationen. Zusätzlich werden

Bezüge zu anderen Sportarten hergestellt, etwa zu werfen, zu springen oder zu sprinten, um den Transfer in den sportlichen Alltag zu erleichtern.

Am Ende des Workshops sind die Jugendlichen in der Lage, ihr Training eigenständig, sinnvoll und verantwortungsvoll zu planen. Die Kurse sind regelmäßig ausgebucht und werden sehr gut angenommen.

Buchung: Via App oder Homepage

Termine:

18. März bis 06. Mai:

mittwochs, 15 Uhr

20. Mai bis 08. Juli:

mittwochs, 15 Uhr

TEAM 55PLUS

WISSEN STÄRKT

Aus unserem täglichen Leben ist der Umgang mit Smartphone, Tablet und PC kaum noch wegzudenken. Soziale Kontakte über WhatsApp und Signal pflegen, Fahrpläne finden bei hvv und Bahn, Neuigkeiten zum täglichen Geschehen in diversen Zeitschriften oder bei Sendern lesen oder hören, gehört mittlerweile auch bei der älteren Generation zur Normalität.

Auch der ETV lässt uns Kurse über eine App buchen und informiert durch Newsletter und Social Media über Wichtiges und Neues aus dem Verein. Viele Mitglieder der Generation 55Plus scheuen aber den Umgang oder haben viele spezifische Fragen zur Nutzung vom Smartphone. Wir haben deshalb bereits die individuellen 1:1-Schulungen mit

Frank Mausch ins Programm aufgenommen, die bisher gut gebucht wurden.

Immer mehr werden wir darüber hinaus auch mit Künstlicher Intelligenz konfrontiert. Was ist das eigentlich? Woran erkenne ich mit KI generierte Informationen, wie kann ich diese Technik für mich nutzen oder nutze sie vielleicht bereits? Aber vor allem: Was sind die Risiken? Wir stehen zurzeit mit dem Chaos Computer Club in Kontakt und hoffen, spätestens im 2. Quartal eine interessante, aber auch launige Veranstaltung zu dem Thema anbieten zu können. Informationen dazu gibt es rechtzeitig über den Newsletter, den ihr jederzeit über 55plus@etv-hamburg.de oder auch unserer Seite auf der ETV-Homepage buchen könnt.

+ optional ein wöchentlicher Schwimmkurs (montags, dienstags oder freitags)

Sportzentrum Bundesstraße

Bundesstraße 96

Junior D, dienstags, 16 bis 17 Uhr

Junior E, freitags, 16 bis 17 Uhr

+ optional ein wöchentlicher Schwimmkurs (montags, dienstags oder freitags)

ETV KISS KLASSE 1 JAHRGANG 2020

Start: ab 24. August

Sportzentrum Hoheluft

Lokstedter Steindamm 77

1 A, montags, 17 bis 18 Uhr,

mittwochs, 16 bis 17 Uhr (März bis Juli 2027 von 17 bis 18 Uhr)

1 B, dienstags, 17 bis 18 Uhr,

mittwochs, 16 bis 17 Uhr

1 C, montags, 16 bis 17 Uhr,

mittwochs, 17 bis 18 Uhr

Sportzentrum Bundesstraße

Bundesstraße 96

1 D, dienstags, 17 bis 18 Uhr,

freitags, 17 bis 18 Uhr

ETV KISS KLASSE 2 JAHRGANG 2019

Start: ab 24. August

Sportzentrum Hoheluft

Lokstedter Steindamm 77 & 52

2 A, montags, 16 bis 17 Uhr,

mittwochs, 17 bis 18 Uhr

2 B, montags, 17 bis 18 Uhr,

mittwochs, 17 bis 18 Uhr

Sportzentrum Bundesstraße

Bundesstraße 96

2 C, montags, 16.30 bis 17.30 Uhr,

donnerstags, 16.30 bis 17.30 Uhr

ETV KISS KLASSE 3 JAHRGANG 2018

Sportzentrum Hoheluft

Lokstedter Steindamm 77 & 52

3 A, montags, 17 bis 18 Uhr,

mittwochs, 17 bis 18 Uhr (März bis Juli 2027 von 16 bis 17 Uhr)

Sportzentrum Bundesstraße

Bundesstraße 96

3 B, montags, 17.30 bis 18.30 Uhr,

donnerstags, 17.30 bis 18.30 Uhr

ANZEIGE

WEIL ES HILFT, WENN die Abwehr MITSPIELT

Holen Sie sich Ihren
Immunbooster mit
Vitaminen und Mineral-
stoffen!

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



ATMEN UND KRAFTTRAINING – WIE SOLL ES SEIN?

Das Leben beginnt und endet mit dem Atem. Atmen ist und bleibt das Allerwichtigste, was wir tun. Bei jedem Atemzug diffundieren Sauerstoffmoleküle in den Lungenbläschen in den Blutkreislauf und versorgen alle Zellen mit diesem lebensnotwendigen Substrat. All das erfolgt „vollautomatisch“: Wir müssen nicht darüber nachdenken. Und dennoch kann man „schlechter“ oder „besser“ atmen, gerade wenn es darum geht, geistige oder körperliche Leistungen zu vollbringen. Denn so wie der physische und mentale Zustand unsere Atmung beeinflusst, beeinflusst auch unsere Atmung den körperlichen und geistigen Zustand.

Vorab einige Fakten zur Atmung: Erwachsene atmen in der Regel zwischen 12 und 18 Mal in der Minute und die wenigsten Menschen beobachten dabei, wie sie atmen. Das entspricht circa 20.000 Atemzügen, die ein gesunder Mensch pro Tag absolviert. Gesteuert wird dies vom Atemzentrum in der Medulla oblongata (verlängertes Rückenmark) im Gehirn. Dort sitzen Sensoren (spezialisierte Zellen) welche fortwährend den Gehalt von Sauerstoff und Kohlendioxid (CO_2) im Blut messen. Registrieren die Sensoren eine erhöhte CO_2 -Konzentration (ausgelöst durch Muskelarbeit), signalisiert das Atemzentrum der Atemmuskulatur, schneller zu arbeiten und lässt den Herzschlag schneller werden.

Im Alltag und Sport wiederum merken viele ihren Atem erst dann, wenn die Luft knapp wird und man salopp gesagt, „aus der Puste kommt“. In Ruhe tauschen wir circa acht Liter Atemluft pro Minute beim Ein- und Ausatmen aus, beim moderaten Radfahren werden schon 44 und bei Höchstleistungen bis zu 100 Liter Atemluft pro Minute verstoffwechselt.

Dabei ist es aber nicht egal, wie ich atme. Funktionell wird zwischen Nasen- und Mundatmung unterschieden: Die Erstere



hat bei vielen Aspekten die Nase vorn. So wird die Atemluft vorgewärmt, befeuchtet und gereinigt, nur bei Nasenatmung erfolgt eine Stickstoffmonoxid (NO) Produktion in den Nebenhöhlen. Diese wirkt gefäßerweiternd und verbessert dadurch die Sauerstoffaufnahme. Zusätzlich dominiert bei der Nasenatmung eine höhere Zwerchfellaktivität, welche zusammen mit harmonischer Beckenbodeninnervation zu einer gleichmäßigen intraabdominalen Druckverteilung führt. Das ergibt eine effizientere Core-Stabilität (Stabilität der Wirbelsäule). Die Nasenatmung wirkt sich auch positiv aus für Prozesse des vegetativen Nervensystems und Aktivierung des Vagusnervs (etwa zur Stressreduzierung, Senkung von Herzfrequenz und Blutdruck).

Trotzdem dominiert in unserem Kulturkreis die Brustkorbatmung;

Ein flacher Bauch gilt als attraktiv, weshalb Frauen und Männer dazu tendieren, generell beim Atmen den Bauch einzuziehen.

Jetzt aber zum Krafttraining!

Wie soll ich bei der Übung ein- und ausatmen? Prinzipiell kann man sagen: Hauptsache Du atmest und hältst nicht die Luft an, während Du Deine Gewichte bewegst.

Einzelne Studien weisen darauf hin, dass man mit Atemtechniken einen positiven Einfluss auf die maximale Intensität eines Trainings haben kann, zum Beispiel wenn man mit der ARV-Atmung trainiert. ARV bedeutet „abdominal rhythmic breathing“ und damit nichts anderes als eine gleichmäßige Bauchatmung (angepasst an die Trainingsübung) in einem festgelegten Rhythmus, etwa zwei Sekunden Ausatmen bei der konzentrischen Belastung und zwei bis

drei Sekunden Einatmen bei der exzentrischen Belastung.

Eine zweite Atemtechnik, welche bei sehr hohen Intensitäten im Training eingesetzt wird, ist das Valsalva-Manöver (das Anhalten der Luft während der maximalen Anstrengung). Dies kann die intraabdominale Druckfestigkeit erhöhen und so die Stabilität des Rumpfes verbessern, was bei sehr schweren Übungen die Kraftübertragung unterstützt. Allerdings steigt der Blutdruck dabei deutlich an; bei Personen mit Bluthochdruck oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist Vorsicht geboten. Eine ARV-Atmung ist generell sicherer, besonders für Anfänger sowie bei Bluthochdruck und Vorerkrankungen des Herzens.

Für die meisten Freizeitsportler gilt: Eine gute Grundtechnik bei einer Übung ist wichtiger als komplexe Atemtechniken: Konzentriere dich auf eine saubere Ausführung, halte den Rumpf stabil und kontrolliere deine Bewegungen hinsichtlich des Tempos. Und nach dem Training gilt: Entspannt liegen oder Sitzen und drei Minuten Nasenatmung in den Bauchraum im Fünfer- oder Sechser-Rhythmus (das heißt: fünf Sekunden einatmen, fünf Sekunden ausatmen) – das senkt die Herzfrequenz und führt zu Entspannung.

„BRING A FRIEND“ IM APRIL 2026

Die ETV-Studios Bundesstraße und Hoheluft starten im April wieder ihre beliebte Mitgliederwerben-Mitglieder-Aktion „Bring a Friend“, die perfekte Gelegenheit also, Freund:innen, Bekannte oder Kolleg:innen für die Studios des ETV zu begeistern, dabei ordentlich zu sparen und mit etwas Glück tolle Prämien zu gewinnen.

Interessierte können sich gerne auch vorab durch das Studio-Personal – unverbindlich und ohne Termin – die Studios, die Kursräume und die Saunen zeigen lassen, sie können einfach zu den Öffnungszeiten in den Studios vorbeikommen.

Jedes Studio-Mitglied spart pro geworbenes Studio-Mitglied einen kompletten Studio-Monatsbeitrag und profitiert so von jeder Empfehlung. Das Neumitglied spart einmalig, für den ersten zu zahlenden Monat den Studio-Sonderbeitrag (38 Euro) sowie die Studio-Aufnahmegebühr (74,40 Euro). Es zahlt allerdings den ETV-Grundbeitrag (29,50 Euro) und die ETV-Aufnahmegebühr (24,60 Euro).

Anmeldung:



etv-hamburg.de/de/mitgliedschaft/mitglied-werden

Neumitglieder tragen einfach in der Onlineanmeldung im Feld „Zusätzliche Informationen“ den Vor- und Nachnamen des Werbenden ein.

Prämie: Unter allen Teilnehmenden, die im Aktionszeitraum vom 1. bis zum 30. April 2026 erfolgreich mindestens ein Mitglied geworben haben, werden zehn Gewinner:innen per Zufallsprinzip ermittelt. Die Gewinner:innen können sich auf attraktive Preise freuen und werden im Mai 2026 per E-Mail benachrichtigt.



1. PLATZ

Ein Küstenrad-Gutschein im Wert von 500 Euro sowie ein Herzbach Home-Handtuch-Set im Wert von 24,90 Euro.

2. PLATZ

Blackroll-Set (Kopfkissen, Faszienrolle, Faszienball, Haltungstrainer), bereitgestellt von KüblerSport im Wert von 190 Euro sowie ein Herzbach Home-Handtuch-Set im Wert von 24,90 Euro.

3. PLATZ

Wertgutschein für den ETV-Shop im Gesamtwert von insgesamt 100 Euro sowie ein Herzbach Home-Handtuch-Set im Wert von 24,90 Euro.

4.–10. PLATZ

Jeweils ein Herzbach Home-Handtuch-Set im Wert von 24,90 Euro.

Aktionszeitraum: 1. bis 30. April 2026

www.etv-studio.de

ETV-Studio Bundesstraße

ETV-Sportzentrum
Bundesstraße
Bundesstraße 96, 20144 Hamburg
Tel.: 040/401769-51

ETV-Studio Hoheluft

ETV-Sportzentrum Hoheluft
Lokstedter Steindamm 77,
22529 Hamburg
Tel.: 040/401769-912

ANZEIGE

GLÜCK IST:
„WENN FAIRNESS
WIRKLICH ZÄHLT.“

Jeden Samstag die Chance auf
10.000 €
monatlich, 20 Jahre lang.*

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

LOTTO® Guter Tipp.
Hamburg
lotto-hh.de

FITGYM

Sportlich durch die Feiertage

Auch in den nächsten Monaten erwarten uns einige Feiertage – und damit wieder ein speziell zusammengestelltes Feiertagsprogramm der FitGym. An Ostern (Karfreitag, 3. April und Ostermontag, 6. April), am Tag der Arbeit (1. Mai) sowie an Christi Himmelfahrt (14. Mai) findet das reguläre Kursprogramm nicht statt.

Wer an diesen Tagen dennoch sportlich aktiv bleiben möchte, darf sich auf ein abwechslungsreiches Angebot freuen. Geplant sind verschiedene Formate aus den Bereichen Fitness, Haltung & Stabilität und Body & Mind, ergänzt durch ausgewählte Kurs-Specials.



Weitere Informationen

zu allen Themen findet ihr in der ETV-App, unserer Homepage, dem FitGym-Newsletter und Social Media (etv.fitgym).



FITGYM

OUTDOORKURSE AB MAI

Frische Luft, Bewegung und neue Energie: Ab Mai startet die Outdoor-Saison in der FitGym. Trainiert unter freiem Himmel auf dem Softballplatz des ETV-Sportzentrums Bundesstraße, auf der Dach-

terrasse im ETV-Sportzentrum Hoheluft oder in Form von Laufkursen durch Hamburg. Auf dem Kursplan stehen abwechslungsreiche Formate wie Athletic Workout, Fitness Complete, Rückengymnastik,

Pilates oder Lauftraining. Mitglieder können ihre Kurse wie gewohnt über die App oder Clubity buchen. Gäste können für 15 Euro pro Kurs teilnehmen.

FITGYM

ACTIVE CITY SUMMER – SPORT FÜR ALLE

Sport ausprobieren, Neues entdecken und gemeinsam aktiv sein: Der Active City Summer bringt auch 2026 wieder Bewegung nach Hamburg und in den ETV. In Kooperation mit zahlreichen Hamburger Sportvereinen entsteht ein vielseitiges

Kursprogramm, das Einblicke in unterschiedlichste Sportarten und Trainingsformate bietet.

Ob indoor oder unter freiem Himmel – die Kurse finden in ganz Hamburg statt und oft direkt vor eurer Haustür.

Vom 1. Juli bis 30. September könnt ihr alle Angebote des Programms kostenfrei nutzen. Der ETV ist mit ausgewählten FitGym- und Kindersportkursen Teil der Aktion und freut sich auf eure Teilnahme.



EINE EIMSBÜTTELERIN ERFORSCHT DIE ANTARKTIS

Zur Arbeit zu gehen, bedeutet für Stefanie Arndt an manchen Tagen, sich auf einer Eisscholle in der Antarktis absetzen zu lassen.

Zuerst erschienen bei den:  EIMSBÜTTELER
NACHRICHTEN

Wenn die Landmassen verschwinden, ist da nur noch das Blau des Ozeans – und unendliche Weite. Irgendwann tauchen die ersten Eisberge auf, der blaue Ozean färbt sich weiß. Es sind Eindrücke, die für Stefanie Arndt nie zur Routine werden. Im Februar trat sie zum 16. Mal eine Expedition in die Kälte an. Mit einem Forschungsteam reiste die Meereisphysikerin aus Eimsbüttel in die Antarktis.

Ihr Job ist es, den Schnee und seine Strukturen in den Polarregionen zu untersuchen. Das Wissen darüber ist essenziell, um die Auswirkungen des Klimawandels zu verstehen – und darauf reagieren zu können. „Die Polarregionen verändern sich, ob wir wollen oder nicht“, sagt Arndt. Ihre Aufgabe ist es, diese Veränderungen zu erfassen – und zu ergründen. Auf ihren Expeditionen untersucht sie, wie dick das Meereis und die Schneedecke sind und wie



Die Meereis-physikerin Stefanie Arndt aus Eimsbüttel erforscht Veränderungen in den Polarregionen.

sich ihre Struktur im Laufe der Jahre verändert hat. Daten, die später helfen können, Klimamodelle zu präzisieren.

Verständnis für den Klimawandel schaffen

Zur Arbeit zu gehen, bedeutet für Arndt an manchen Tagen, sich auf einer Eisscholle absetzen zu lassen. Dort in absoluter Stille zu stehen, während neben ihr ein Wal auftaucht, mache ihr immer wieder die Besonderheit des Planeten bewusst. Die Faszination für

die Natur treibe sie an, stets wiederzukommen und weiterzuforschen.

Ihre Eindrücke will Arndt nicht nur in Fachkreisen teilen. Ihr sei es wichtig, all das nach draußen, in die Gesellschaft, zu tragen. Denn: „Der Klimawandel ist real, wir können nicht wegschauen.“ Sie wolle in diesem Kontext nicht über Verbote sprechen, sondern Verständnis schaffen.

Arndt ist überzeugt, dass das funktioniert. Wenn sie vor Men-

schen auftritt oder in Schulen geht, habe sie das Gefühl, dass die Gesellschaft bereit sei, das Thema anzugehen. Manchmal sei sie überrascht, wie viel Schülerinnen und Schüler über die Polargebiete und den Klimawandel wüssten. In ihrer eigenen Schulzeit sei das kaum Thema gewesen. „Das zeigt, es ändern sich Dinge, und es bringt etwas, sich einzusetzen“, sagt sie.

Dass die Politik aktuell viele Rückschritte mit Blick auf den Klimawandel mache, frustriere sie. Dennoch sei sie überzeugt, dass die Gesellschaft gemeinsam so laut werden könne, dass die Politik nicht mehr wegschauen könne.

Fernab des Alltags

Ihr eigener Weg in die Polarforschung begann eher beiläufig. Ein Poster beim Tag der offenen Tür der Universität Hamburg machte sie neugierig. Wenige Jahre später stand sie im Rahmen ihres Bachelorstudiums zum ersten Mal in der Antarktis – und kehrte immer wieder zurück.

Mehrere Wochen oder sogar Monate fern von Eimsbüttel zu sein, sei eine Herausforderung. Wenn zu Hause etwas passiert, gibt es keinen schnellen Rückweg. Umso wichtiger sei der Rückhalt durch ihren Mann, ihre Familie und Freunde. Obwohl jede Expedition auch eine Trennung auf Zeit bedeutet, würden sie sie nie aufhalten, ins Eis am anderen Ende der Welt aufzubrechen.

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**

SPUREN DER VERFOLGUNG MITTEN UNTER UNS

In diesem Jahr engagieren sich Ehrenamtliche in Hamburg zum fünften Mal für die Initiative DENK MAL AM ORT (DMAO). Die Hamburger:innen, an deren Schicksal am früheren Wohnort oder Arbeitsplatz erinnert wird, kamen aus ganz unterschiedlichen Lebensbereichen und passten nicht in das Bild des „arischen Deutschen“. Gemeinsam ist ihnen, dass sie aus rassistischen, religiösen oder politischen Gründen durch das NS-Regime verfolgt wurden und Unrecht erlitten oder sogar ermordet wurden.

Ausgrenzung, Bedrohung und Verhöre sowie Misshandlungen wirkten nach 1945 in den Verfolgten weiter. Oft erzwang die NS-Herrschaft Einfluss auf die Ehe und das Erziehungsrecht, worunter auch die Kinder litten. Bis heute ist es schwer, darüber mit der nächsten Generation zu sprechen. Dazu wollen wir beitragen.

An unserer Initiative beteiligen sich Nachkommen von Verfolgten, Mitglieder von Geschichtswerkstätten und des Stolpersteinprojekts sowie professionell Berichtende. Mit Vorträgen, Dokumenten und teils Erinnerungen von eingeladenen Nachkommen vermittelt DMAO detailliertes Wissen über familiäre Schicksale. Es ist ein versöhnliches Gedenken an die „Spuren der Vergangenheit“, das sensibilisiert für heutiges Ausgrenzen. Wir wollen Bewohner- und Nachbar:innen motivieren, sich

für die Geschichte des Hauses oder Viertels zu interessieren und selbst zu recherchieren.

DENK MAL AM ORT findet am 30. und 31. Mai an 17 Orten in Hamburg statt. Das gesamte Programm findet sich auf www.denkmalamort.de



DENK
MAL
AM
ORT

Folgende Erinnerungen von Nachfahren sind Beispiele:

WALTHER LÜDERS

„Was macht die Welt, in der wir zuhause sind?“

Walther wurde 1896 als zweiter Sohn von Maria Lüders in St. Georg geboren. Der Vater ließ die Familie im Stich. Eine weiterführende Schule konnten sie sich nicht leisten, sodass Walther Maschinenbauer wurde.

Nach dem Tod des älteren Bruders im Ersten Weltkrieg

WALTHER LÜDERS



engagierte sich Walther im Spartakusbund. Bei einer politischen Schulung lernte er seine Frau Karoline, genannt Lina, kennen; 1919 wurde ihr Sohn Axel geboren. Walther bildete sich weiter in Rundfunktechnik und fand Arbeit bis zur Weltwirtschaftskrise.

1933 schloss er sich der KPD an, verteilte Flugblätter, wurde verhaftet und im KZ-Fuhlsbüttel gefoltert. Er blieb standhaft und wurde zu zweieinhalb Jahren Gefängnis verurteilt. Lina hielt Kontakt zu ihrem

Mann. Nach der Haft war es ein Glück für die Familie, dass Walther als Radiotechniker bei der Firma Sonnenberg Arbeit fand. Doch kam er 1942 wieder ins KZ-Fuhlsbüttel und nach Neuengamme, wo er technische Aufgaben ausführte.

Lina wurde 1943 ausgebombt und zog in eine Schilfhütte an der Elbe. Axel wurde Buchhändler und musste als Fernmelder an die Ostfront.

Bis 1945 blieb die Familie durch Briefe verbunden. Mit Schilde-



EMIL DECHANT

Adelheid Dechant war Lehrerin nach einer Ausbildung in Frankreich und erhielt eine Stellung als Erzieherin in Istanbul beim Palast Yildiz, wo sie dem Kind des Sultans Französisch-Unterricht gab. Ihren eigenen Sohn Emil konnte sie nicht bei sich behalten und brachte ihn 1905 zu ihrer Familie nach Bayern, wo er im Kinderheim aufwuchs. Seine Familie versorgte ihn dort mit, später wurde er Konditor. Mit 25 Jahren schloss er sich den Zeugen Jehovas an und arbeitete als Fahrer für die Vereinigung der Internationalen Bibelforscher.

Deren christliche Überzeugung setzt sich ein für Gewaltlosigkeit und Nächstenliebe, lehnt Antisemitismus und Wehrdienst ab, später auch den Hitlergruß.

1927 kam Emil nach Hamburg und heiratete Katharina Meyer. Sie bekamen ihre Tochter Inge. Weil Emil an Versammlungen der Zeugen Jehovas teilnahm, war er 1936 für zwei Monate im KZ Fuhlsbüttel inhaftiert. Danach beteiligte sich Emil aktiver im Widerstand. Er leitete Zusammenkünfte einer Gemeinde, stellte Matrizen für Flugblätter

her mit Schilderungen von brutalen Verhören der Gestapo und brachte die Zeitschrift „Wachturm“ in den Umlauf. Auch bei der Luzerner Resolution war er dabei: am 12. Dezember 1936 um 17 Uhr wurden 20.000 Flugblätter gleichzeitig in private Briefkästen geworfen, die die grausamen Misshandlungen von Regimegegnern anprangerten. Das löste eine große Verhaftungswelle der Zeugen Jehovas aus, sodass 1937 über 50 Prozent der Inhaftierten im KZ Fuhlsbüttel ihre Mitglieder waren.

Auch Emil wurde verhaftet in seiner Wohnung Hufnerstraße 119 und zu fast drei Jahren verurteilt. Er kam bis 1940 nach Fuhlsbüttel, dann ins Gefängnis Wolfenbüttel. Katharina, die an den politischen Aktionen unbeteiligt war, wurde unter Druck gesetzt, sich scheiden zu lassen oder Inge zu verlieren. Die Ehe wurde schuldlos geschieden und Emil verlor das Sorgerecht.

Aus späterer Ehe ging Sohn Michael hervor: das Schicksal seines Vaters stellte er 2025 in der Barmbeker Hufnerstraße vor.

rungen ihres extremen Alltags gaben sie sich Zuversicht im Glauben an eine gemeinsame Zukunft nach dem Krieg. Dieser Wunsch erfüllte sich nicht: im November 1944 wurden Walther und andere Internierte in eine SS-Sondereinheit zum Kampf gegen Partisanen in den Karpaten versetzt. Beim Versuch überzulaufen, wurden sie von sowjetischen Truppen in ein Kriegsgefangenenlager bei Donezk gebracht. Dort verliert sich im August 1945 Walthers Spur als Arbeiter im Bergwerk.

Axel gründete nach der Befreiung die Buchhandlung Lüders am Heußweg 33. Die Briefe sind als Buch veröffentlicht: „Was macht die Welt, in der wir zuhause sind?“ Der Enkel von Walther, Marc Lüders liest am 30. Mai in St. Georg aus dem Buch.

EMIL DECHANT

standhaft und zuversichtlich

Emil wurde 1899 in Konstantinopel geboren. Seine Mutter



DENK MAL AM ORT findet am 30. und 31. Mai an 17 Orten in Hamburg statt.



BEZIRKSAMTSLEITER

„WENN DER BEZIRK GUT FUNKTIONIERT, NIMMT MAN DEN MENSCHEN SORGEN AB“

Seit Anfang des Jahres ist er Eimsbüttels neuer „Bürgermeister“: Christian Zierau übernahm nach der Wahl durch die Bezirksversammlung die Leitung des Bezirksamts.

Mit der Berufung des Kieler Stadtkämmerers, der zuvor bereits in Hamburg, Herford und Bremen tätig war, endete eine dreijährige Phase ohne einen Bezirkschef mit parlamentarischer Mehrheit. Der gebürtige Berliner und dreifache Familienvater soll für eine „dringend benötigte Stabilität im Bezirk“ sorgen, wie es die Grünen als stärkste Fraktion in Eimsbüttel formulierten. Wie er dies erreichen will und welche Rolle der Sport dabei spielen könnte, verrät Zierau im Gespräch mit dem ETV-Magazin.

Was macht die Wohnungssuche?

Das ist ein hartes Geschäft in Hamburg. Vor Kurzem habe ich aber einen Mietvertrag unterschrieben. Mein Zuhause wird demnächst in Eidelstedt sein. Das ist eine prima Distanz, um mit dem Rad ins Bezirksamt zu fahren.

In einem Interview haben Sie gesagt, das Grün kollidiere immer wieder mit dem Wohnungsbau. Wie lässt sich das in Eimsbüttel lösen?

Das ist eine Interessenabwägung vor Ort. Der Senat hat seine Strategien für zeitgemäße Mobilität, Klimaschutz

und bezahlbaren Wohnraum. Man muss immer die konkrete Situation vor Ort abwägen: Was war da, was soll da sein, wie ist das Umfeld? Ist da viel Gewerbe oder nur Wohnen? Ist es Schule, ist es Sport? Wie sind Räume verdichtet? Wo kann Grün erhalten oder angelegt werden? Es geht um möglichst konkrete Lösungen, nicht nur für den Stadtteil, sondern für jeden einzelnen Straßenzug.

Sport präge Sie sehr, lautet eine Ihrer Äußerungen. Inwiefern?

Ich bin mit Fußball groß geworden, habe bei Schwarz-Weiß

Spandau begonnen, dem Verein vor meiner Haustür. In der B-Jugend bin ich zum Spandauer BC gegangen, später zum BFC Preußen. Fußball als Team-Sport hat mich geprägt. Was ich heute als Führungsperson mache, habe ich in einem hohen Maße durch den Sport gelernt.

Was lässt sich denn vom Sport für Politik und Verwaltung lernen?

Dass man Ergebnisse braucht. Dass man das Spielsystem, also die Organisation, immer wieder anpassen muss. Und auch, dass Wechsel sinnvoll sein können, ja... auch in der Verwaltung.

Die Transfersummen waren wahrscheinlich nicht ganz so hoch ...

Nein, das macht man mehr mit sich selbst aus. Aber im Ernst: Ein Stück weit habe ich das, was ich im Fußball erleben wollte, dann vielleicht in meinem Beruf verwirklicht. Als ich in der Ober- und Verbandsliga gespielt habe, waren viele Mitspieler bei der Polizei oder im öffentlichen Dienst, weil sie dort die Arbeitszeit reduzieren oder auch mal eine Beurlaubung für ein, zwei Jahre möglich war. Nach dem Abi war das in der Tat mein Grund in den öffentlichen Dienst zu gehen.

Ist Ihr Schritt vom Kieler Stadtkämmerer zum Bezirksamtsleiter von Eimsbüttel mit dem Schritt vom Co-Trainer zum Cheftrainer vergleichbar?

Ja, mit diesem Vergleich habe ich im September versucht, meinen Kollegen in Kiel meine Entscheidung für Hamburg verständlich zu machen. Nach zwei Co-Trainer-Stationen in Herford und in Kiel passte das jetzt mit Eimsbüttel. Mich hat Hamburg nie ganz losgelassen, eine schöne Stadt und eine meiner drei Töchter wohnt auch hier um die Ecke, sie bouldert beim ETV.

Ein Co-Trainer wirkt im Hintergrund, ein Cheftrainer steht in der Öffentlichkeit und kriegt im Zweifelsfall den Ärger ab. Schon Erfahrungen gesammelt?

Na klar, aber das gehört dazu. In Eimsbüttel gab es drei Jahre lang keine gewählte Bezirksamtsleitung. Da sind Erwartungen jetzt da. Aber wenn man ein bisschen weiter guckt, was in unserer Gesellschaft passiert, was die Herausforderungen in der Welt und hier sind, dann braucht es jetzt möglichst viele, die Brücken bauen, Dinge ausprobieren, verbindlich kommunizieren und Lösungen finden. Für Eimsbüttel ist das jetzt eine gute Chance. Ein Koalitionsvertrag wurde geschlossen, ich bin mit breiter Mehrheit gewählt worden. Das ist ein gutes Mandat.

Was wollen Sie in Ihrem ersten Jahr erreichen?

Die erste Zeit wird vom Zuhören geprägt sein. Die Akteure, die Stadtteile in ihrer Verschiedenheit, die Herausforderungen kennenlernen. Wichtig ist, dass die Verwaltung funktioniert. Elterngeld, Wohngeld, Kita-Berechtigungsscheine – das sind aktuelle Schmerzpunkte, wo es nicht gut ist, wenn es Wochen dauert und man keine verbindliche Rückmeldung erhält. Da

„Die erste Zeit wird vom Zuhören geprägt sein. Die Akteure, die Stadtteile in ihrer Verschiedenheit kennenlernen.“

können unsere Mitarbeitenden am wenigsten dafür. Hier arbeiten wir mit Hochdruck an Lösungen. In Kiel war ich auch Ordnungsdezernent. Wenn du mit den Menschen über Sicherheit und Ordnung redest, muss der Staat auch bei den Basics liefern, was etwa Sauberkeit in Grünanlagen oder Parks angeht. Für mich ist klar: Dafür brauchen wir in Hamburg starke Bezirke.

Und inhaltlich?

Wohnraum ist in den stark verdichteten Stadtteilen die Herausforderung. Hamburg baut Wohnungen, so gut und so schnell es geht, damit die Menschen sich in dieser schönen Stadt wohlfühlen. Das Ziel von 1050 genehmigten Wohneinheiten haben wir 2025 in Eimsbüttel erreicht. Diese Zahl haben wir uns auch für 2026 vorgenommen – und wollen gleichzeitig gut aushandeln, dass der Naherholungswert in den Wohnquartieren hoch bleibt. Wenn Politik als Streit ohne Ergebnis wahrgenommen wird, ist das für eine Demokratie nicht gut. Ich will dazu beitragen, dass die grün-rote Koalition ihre Ziele bestmöglich umsetzen kann. Die Weltlage, aber auch die Preise, wenn man einkauft oder essen geht, drückt die Menschen. Wenn der Bezirk

vor Ort gut funktioniert, nimmt man den Menschen ein bisschen die Sorgen ab.

Welche Rolle kann der Sport, können Vereine dabei spielen?

Vereine und ehrenamtliches Engagement in seiner ganzen Breite sind überragend wichtig. Gerade der Sport ist prädestiniert, weil er Bewegung und Gesundheit fördert, auch Integration. Mein ganzes Teamverständnis habe ich aus

es teilweise durch die Familien: Der Papa HSV, die Mama St. Pauli oder umgekehrt. Es scheint hier sehr bunt zu sein, aber ich bleibe erstmal bei Dortmund.

Sie haben sich persönlich für eine Hamburger Bewerbung um die Olympischen Spiele ausgesprochen. Warum?

Ich glaube, dass dies eine große Chance ist. Ich fand schon das Konzept bei der Bewerbung 2015 sympathisch, weil es nicht so gigantisch war. Aus dem negativen Volksentscheid damals hat man gute Rückschlüsse gezogen, etwa in ganz hohem Maße bestehende Infrastruktur zu nutzen. Es gibt ja nicht nur die Eröffnungsfeier und die Wettkämpfe, wir müssen ja auch die Athleten unterbringen und ihnen Trainingsflächen bieten. Dazu braucht es Möglichkeiten in den Vereinen. Das könnte auch einen Schub für die Infrastruktur geben, von dem auch der Breitensport profitiert. In Kiel wird immer erzählt, ohne die olympischen Segelwettkämpfe 1972 hätte es keine Autobahn und sehr vieles anderes nicht gegeben.

Können Sie die Kritik an einer Olympiabewerbung nachvollziehen?

Es gibt eine Seite am globalen Spitzensport, der ich kritisch gegenüberstehe, aber das geht wohl vielen so. Die Auslosung der FIFA-Fußballweltmeisterschaft war zum Fremdschämen, wie dort – warum auch immer – plötzlich ein Friedenspreis verliehen wurde. Was in der Vergangenheit mit dem IOC in Verbindung stand, mangelnde Transparenz, Bestechungsvorwürfe, das empfinde ich auch als schwierig. Es braucht verständliche Regeln, wie etwas entschieden wird. Wie das Konzept in Hamburg angelegt ist, finde ich es sehr sympathisch. Die Stadt hat viel vor. Aber mit Olympia ist es ein bisschen gewisser, dass die Vorhaben wirklich und vielleicht sogar etwas schneller kommen.

Haben Sie einen Lieblingsverein?

Beim Fußball ist es Borussia Dortmund. Als West-Berliner hat man nicht diese klassische Bindung gehabt. Als Kind hatte ich Sympathien für Gladbach, später in Bremen durfte ich 2004 aufgrund meiner Aufgabe damals bei Werders Meisterfeier mit auf dem Balkon stehen – aber schließlich hat mich Dortmund als Arbeiterverein und einem Stadion mit Mega-Atmosphäre gewonnen. Fußball ist immer auch in der Politik ein dankbares Thema.

Wie sind denn die fußballerischen Mehrheitsverhältnisse in Bezirksamt und Bezirksversammlung?

Gefühlt fifty-fifty zwischen den beiden Hamburger Profiklubs. Hier in der Nähe der Büros geht

KOOPERATIONEN & VORTEILE

für ETV-Mitglieder

KOOPERATION

Sprung für Sprung leistungsfähig – Physiotherapie als Teil der Bundesliga-Betreuung

Warum Prävention, Regeneration und datenbasierte Entscheidungen im Frauen-Bundesliga-Volleyball eine zentrale Rolle spielen und wie die Zusammenarbeit zwischen dem ETV und dem Herakles Therapiezentrum aussieht.

Volleyball auf Bundesliga-Niveau stellt hohe Anforderungen an den Körper. Wiederholte Sprungbelastungen, schnelle Richtungswechsel und intensive Trainings- und Spielphasen wirken vor allem auf Knie, Sprunggelenke, Schulter und Rumpf. Über eine lange Saison hinweg summieren sich diese Belastungen. Selbst kleine

Dysbalancen oder Überlastungen können sich langfristig auf die Leistungsfähigkeit auswirken.

Moderne Physiotherapie im Leistungssport setzt daher nicht erst bei Beschwerden an. Vielmehr geht es darum, Belastungen frühzeitig zu erkennen, gezielt zu steuern und Athletinnen dabei zu unterstützen, dauerhaft leistungsfähig zu bleiben. Neben der klassischen physiotherapeutischen Behandlung spielen präventive Maßnahmen, Regenerationsstrategien und eine enge Abstimmung mit dem Trainerteam eine zentrale Rolle.

Im Rahmen der Betreuung der Frauen-Bundesliga-Mannschaft des ETV arbeitet das Herakles Therapiezentrum eng mit Spielerinnen und Verantwortlichen zusammen. Ziel ist es, Therapie,

Im leistungsorientierten Teamsport ist es entscheidend, Belastungen nicht nur zu behandeln, sondern sie zu verstehen. Nur so lassen sich Training und Regeneration sinnvoll steuern.“

Daniel Wieland,
Geschäftsführer & Physiotherapeut



Training und Regeneration sinnvoll miteinander zu verzahnen. Kurze Kommunikationswege und ein gemeinsames Verständnis für Belastungsanforderungen ermöglichen eine individuelle und alltagstaugliche Betreuung – angepasst an Trainingsphasen, Spieltage und persönliche Voraussetzungen der Athletinnen.

Ein wichtiger Bestandteil dieses Ansatzes sind leistungsdiagnostische Verfahren. Mithilfe objektiver Messungen lassen sich unter anderem Kraftverhältnisse, Asymmetrien und Belastbarkeit erfassen. Diese Daten ergänzen die physiotherapeutische Einschätzung und helfen dabei, Trainings- und Regenerationsmaßnahmen gezielt auszurichten. So können potenzielle Überlastungen frühzeitig erkannt und präventiv berücksichtigt werden – immer mit dem Ziel, die Spielerinnen bestmöglich durch die Saison zu begleiten.

Leistungsfähigkeit im Volleyball entsteht nicht isoliert. Sie ist das Ergebnis aus Training, Regeneration, medizinischer Betreuung und dem bewussten Umgang mit Belastung. Die Zusammenarbeit zwischen dem ETV und dem Herakles Therapiezentrum zeigt, wie wichtig ein ganzheitlicher Blick auf die Athletinnen ist – für nachhaltige Gesundheit und stabile Leistung auf dem Feld.



HERAKLES THERAPIEZENTRUM

- Sportphysiotherapie · Prävention · Regeneration
- Betreuung von Leistungs- und Teamsport
- 3 Standorte in Hamburg

Weitere Informationen zur sportphysiotherapeutischen Betreuung unter:

herakles-
therapiezentrum.de

KOOPERATION

Spaghetti am Strand und Highland Games

Ein einzigartiger Glücks-Reiseführer widmet sich 80 besonderen Orten in Schottland

Mit Papageientauchern entlang spektakulärer Klippen wandern, Fußspuren an einsamen Inselstränden hinterlassen oder den eigenen Gin kreieren: Kathi Kamleitner und die Eimsbütteler Autorin Dörte Nohrden zeigen in „Glücksorte in Schottland“, wo es von den rauen Shetlandinseln bis in die sanften Borders am schönsten ist. Sie führen zu lebendiger Geschichte, überwältigender Natur und kulinarischen Genüssen, in die Großstädte und in abgelegene Täler und Buchten. Und stellten fest, dass manchmal schon ein Blick auf ein wuscheliges Hochlandrinds reicht, um das Herz zu wärmen. „Schottland bringt nicht nur Glück, es macht auch glücklich.“

Davon sind wir felsenfest überzeugt“, sagen die beiden Autorinnen. Für die Glückssuche waren sie zwar getrennt unterwegs, inspirierten einander jedoch gegenseitig, um die schönsten Fleckchen und wohlthuendsten Geschichten vom Heiratsparadies Gretna Green bis zu den Klippen von Hermaness zu entdecken. Und standen sich plötzlich überraschend an einem der schönsten Aussichtspunkte Schottlands gegenüber: „Hier verliebte sich einst der Schriftsteller Sir Walter Scott in die grüne Landschaft Südschottlands. Und da wir einander hier unvorhergesehen über den Weg liefen, war klar – das ist ein echter Glücksort.“



VERLOSUNG!

„Glücksorte in Schottland“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,00 Euro. Das ETV-Magazin verlost drei Exemplare, an alle, die bis zum **31. Juli 2026** eine Mail mit dem **Betreff: Schottland** an **pressestelle@etv-hamburg.de** schicken.

ANZEIGE

WEIL ES HilFT, WENN die Abwehr MITSPIELT

Wenn in der Kita die Nasen laufen, wird der Familienkalender schnell zum Domino-spiel. Man funktioniert. Und ausgerechnet das, was helfen würde, fällt zuerst weg. Schlaf. Pausen. Regelmäßiges Essen.

Was funktioniert, sind kleine, wiederholbare Dinge. Morgens stoßlüften. Genug Trinken. Regelmäßig Hände waschen. Licht tanken, auch wenn es nur der Weg zur Kita oder zur Schule ist. Wenn das einigermaßen sitzt, ist schon viel gewonnen.

Bei uns fällt in Bezug auf die Abwehr oft das Wort „Immunbooster“. Meist steckt dahinter kein Wunsch nach Wundermitteln, sondern nach kleiner Unterstützung in herausfordernden Zeiten.

Doch dafür gibt es keine Lösung von der Stange, denn nicht jedem hilft das Gleiche. Und nicht jeder braucht ein Nahrungsergänzungsmittel - manchmal sogar im Gegenteil, etwa bei bestimmten Erkrankungen oder Begleitmedikationen.

Wir beraten Sie passend zu Ihrer Lebenssituation und Ihrem Gesundheitszustand und sorgen dafür, dass alles zueinander passt.

Kommen Sie einfach vorbei, wann es für Sie passt. Wir sind 365 Tage im Jahr von 8 bis 24 Uhr für Sie da.

Holen Sie sich Ihren
Immunbooster mit
Vitaminen und Mineral-
stoffen!



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

MITGLIEDER- VERSAMMLUNGEN

TISCHTENNIS

Einladung zur Mitgliederversammlung

des Bereichs Freizeitsport (alle Mitglieder der ETV FitGym, der ETV-Studios, des Kindersports, ETV Dance, der Schwimmschule Turmweg, des Rehasports sowie des Trendsports) am 15. April 2026 um 19 Uhr im Oberhaus des ETV Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Wahl einer/s Versammlungsleiter:in
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung vom 09. April 2025
5. Berichte aus den Fachbereichen (FitGym, ETV-Studios, Kindersport, ETV Dance, Schwimmschule Turmweg, Rehasport, Trendsport)
6. Bericht aus dem Mitgliederbeirat Freizeitsport
7. Wahl der Beiratsmitglieder Freizeitsport
8. Wahl der Delegierten zur Delegiertenversammlung
9. Verschiedenes

Wir freuen uns über viele Interessierte Mitglieder. Wer Interesse an dem Protokoll der Mitgliederversammlung von 2025 hat, meldet sich bitte per Mail bei Martin Schmelzer:

mschmelzer@etv-hamburg.de

Sportliche Grüße

Martin Schmelzer, Bereichsleitung Freizeitsport

TISCHTENNIS

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Tischtennis-Abteilung am 27. Mai 2026, 19 Uhr im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung durch den Vorstand und Feststellung der Anwesenheit
2. Berichte
 - Bericht des Vorstands über die Situation im Gesamtverein und über die Hauptsatzungssitzung
 - Bericht vom Verbandstag
 - Bericht über die Saison
 - Bericht des Kassenwarts
 - Bericht des Jugendwarts
3. Entlastung des Vorstands
4. Wahlen
5. Wahl der Delegierten
6. Anträge
7. Verschiedenes

SCHWIMMEN

Einladung zur Jugendversammlung

der Schwimmabteilung am Dienstag, den 14. April 2026, um 19 Uhr im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Protokoll der Mitgliederversammlung vom 16. April 2025
3. Entgegennahme der Vorstandsberichte
4. Genehmigung der Jahresabrechnung 2025
5. Entlastung
 - a. des Referenten für Finanzen
 - b. des übrigen Vorstands
6. Bestätigung Jugendwart:in und stellv. Jugendwart:in / Jugendausschuss
7. Wahlen
8. Ergänzungswahlen
 - a. Referent:in für außersportliche Aktivitäten (1 Jahr)
9. Anträge ./.
(Anträge zur Tagesordnung müssen dem Vorstand mindestens 14 Tage vor der Mitgliederversammlung in schriftlicher Form vorliegen.)
10. Verschiedenes

Auch alle Eltern unserer jüngeren Aktiven sind als Gäste herzlich eingeladen!

Der Vorstand der Schwimmabteilung

FUSSBALL

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Fußballabteilung am 18. Mai 2026 um 19 Uhr im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit sowie der Tagesordnung
2. Bericht des Vorsitzenden der Abteilung
3. Bericht der Kassenwartin
4. Entlastung des Vorstands und der Ausschüsse
5. Wahlen des Vorstands
6. Bestätigung der Jugendvertreter:innen
7. Wahl der Vertreter für die Delegiertenversammlung des ETV, einschließlich der Ersatzdelegierten
8. Verschiedenes

Albrecht Gundermann,
1. Vorsitzender der Fußballabteilung

TEAM 55PLUS

Einladung zur Mitgliederversammlung

des Team 55Plus für alle Mitglieder des ETV ab der Altersgruppe ab 55 Jahren am Dienstag, den 12. Mai 2026 um 18:00 Uhr ins Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, bitten wir um eure Anmeldung bis 04. Mai per E-Mail an: 55plus@etv-hamburg.de.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Anträge zur Tagesordnung
3. Genehmigung der Niederschrift der letzten 55Plus-Versammlung
4. Bericht des Team 55Plus
5. Entlastung des Team 55Plus
6. Wahlen
7. Behandlung von Anträgen

Anträge an die 55Plus-Versammlung müssen bis spätestens 14 Tage vor der 55Plus-Versammlung schriftlich bei 55plus@etv-hamburg.de eingereicht werden.

Das Protokoll der 55Plus-Versammlung vom 29. April 2025 kann auf der Homepage eingesehen werden.

Im Anschluss an den formellen Teil wollen wir und die Mitglieder des „erweiterten Team 55Plus“ uns mit euch über Ideen für zukünftige Formate und Veranstaltungen und deren Umsetzung austauschen und freuen uns schon darauf.

Mit sportlichem Gruß
Team 55Plus

FUSSBALL

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Fußballabteilung am 18. Mai 2026 um 18 Uhr im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit sowie der Tagesordnung
2. Berichte des Jugendvorstands
3. Entlastung des Vorstands und der Ausschüsse
4. Neuwahlen des Vorstands
5. Verschiedenes

Dennis Tralau,
Obmann der Fußballjugendabteilung

Ein Anmeldebogen pro Person. Bitte in Druckgroßbuchstaben ausfüllen.

Mehrfachnennung nicht möglich.

[illegible]**Eigener Betrag (mindestens 5 €):**

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

[illegible]

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

BANKEINZUGSERMÄCHTIGUNG:

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

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

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



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



ABTEILUNGSSPORT

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

○ TRENDSPORT

○ KINDERSPORT

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

Hausordnung für die vereins-eigenen Sportanlagen des ETV

1. Die Mitglieder des Vorstands und des Aufsichtsrats des ETV, die verantwortlichen Abteilungsvorstände sowie die beauftragten Mitarbeiter:innen einschließlich der Hausmeister:innen haben das Hausrecht. Dieses berechtigt, bei Störungen einzuschreiten, die Namen der Störer festzustellen und – wenn nötig – aus dem Haus zu weisen. Die gleichen Befugnisse haben die Übungsleiter:innen und Trainer:innen im Rahmen ihrer Übungsstunden sowie die Pächter:innen für ihre jeweilige Gastronomie in und auf den Sportanlagen.
2. Bei wiederholten Störungen ist der Vorstand berechtigt, ein Hausverbot zu erteilen.
3. Während und außerhalb der Trainingszeiten ist Unbefugten der Aufenthalt in den Trainingsräumen nur mit ausdrücklicher Zustimmung des/r aufsichtführenden Übungsleiter:in oder durch das Personal der Informationen bzw. durch die Platzwarte/Platzwärtinnen gestattet. Diese ist vor Trainingsbeginn einzuholen.
4. Mit den baulichen Einrichtungen ist pfleglich umzugehen. Für mutwillige Beschädigungen werden die Verursacher:innen in allen Fällen haftbar gemacht.
5. Das Rennen, Toben oder Springen in Treppengebieten ist verboten.
6. Alle Flucht- und Rettungswege sind jederzeit freizuhalten. Das ETV-Personal ist befugt, jederzeit die Fluchtwege freizuhalten und unsachgemäße Gegenstände aus den Flucht- und Rettungswegen zu entfernen. Das Umziehen ist ausschließlich in den Umkleieräumen gestattet.
7. In den Hallen und Sporträumen sind grundsätzlich Hallensportschuhe mit heller Sohle zu tragen. Auf den Kunstrasenplätzen sind nur Sportschuhe mit glatter Sohle, Multinoppen- oder Nockensohlen erlaubt. Schraubstollen sind dort verboten.
8. Sporthallen, Übungsräume, Umkleieräume und Trainingsplätze etc. sind sauber zu halten. Abfälle sind in die vorhandenen Mülleimer zu werfen.
9. Im gesamten ETV-Sportzentrum Bundesstraße, im ETV-Sportzentrum Hoheluft, in allen Sporthallen und auf den Kunstrasenanlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft ist das Rauchen nicht gestattet. In den Sporthallen und Umkleieräumen ist der Alkoholkonsum nicht gestattet. Ferner ist es untersagt, in die Übungs-, Wasch- und Umkleieräume Geschirre zu bringen oder zu benutzen.
10. Mit den Flutlichtanlagen des ETV ist angemessen und sparsam umzugehen. Für den Trainingsbetrieb ist die Trainingsbeleuchtung zu nutzen. Nur für den Spielbetrieb ist die Matchbeleuchtung zulässig. Nach dem Training bzw. nach Spielende ist das Flutlicht umgehend auszuschalten.
11. In den ETV-Sportzentren und auf allen Sportanlagen ist der öffentliche Konsum von Cannabis verboten: kein Konsum in unmittelbarer Nähe von Personen unter 18 Jahren; kein Konsum in Schulen, Kinder- und Jugendeinrichtungen, auf Kinderspielflächen sowie in öffentlich zugänglichen Sportstätten und in deren Sichtweite. Eine Sichtweite ist bei einem Abstand von mehr als 100 Metern von dem Eingangsbereich der genannten Einrichtungen nicht mehr gegeben.
12. In den ETV-Sportzentren und in den ETV-Sporthallen ist die Live-Datenweitergabe durch externe Datendienstleister über Spielereignisse oder -Ergebnisse (sog. „Datenscouting“) nur durch von den Sportverbänden lizenzierte Datenscouts erlaubt. Das Datenscouting bei Jugendspielen oder Jugendwettkämpfen ist grundsätzlich verboten. Datenscouts können bei Zuwiderhandlung von den Hausrechtinhabern von der Sportanlage bzw. aus der Sporthalle verwiesen werden. Vom Verein selbst produzierte Streaming- oder Liveticker-Angebote sind erlaubt.
13. Kurse und Sportangebote, für deren Teilnahme eine Anmeldung oder digitale Buchung notwendig ist, können von den Mitgliedern nicht ohne Anmeldung oder Buchung besucht werden.
14. In den ETV-Sportzentren und in allen vom ETV betriebenen Sporthallen sind Hunde verboten. Hunde sind vor dem Gebäude anzuleinen. Auf allen Außensportanlagen an der Bundesstraße und an der Hoheluft sowie in den Gastronomieeinrichtungen sind Hunde an die Leine zu nehmen.
15. Besucher:innen und Mitglieder müssen die Übungsräume unmittelbar nach den Übungsstunden, die anderen Räume bis spätestens 23.00 Uhr bzw. bei Beendigung der Veranstaltungen in den Gastronomiebetrieben verlassen.
16. Aushänge, ausgenommen die an offiziellen ETV-Mitteilungsbrettern oder die der ETV-Abteilungen, bedürfen einer Genehmigung der Geschäftsstelle.
17. Das Abstellen von Fahrrädern, Rollern, Kinderwagen ist nur an dafür vorgesehenen Plätzen erlaubt.
- Beschlossen im ETV-Hauptausschuss am 18.02.2025

BEITRÄGE

Erwachsene	Grundbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Erwachsene ab 18 Jahre	29,50 €	24,60 €
Ab 18 Jahren: Schüler:in, Azubi, studierend, Freiwilligendienstleister:in, arbeitssuchend, Inhaber:in eines Schwerbehindertenausweises ab 50 Prozent	21,00 €	18,75 €

Für alle HEK-Mitglieder entfällt die einmalige Vereins-Aufnahmegebühr in Höhe von maximal 24,60 Euro.

Kinder unter 18 Jahre

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

Familien-Kombis

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

Spezialangebote

Passive Mitglieder	10,00 €	bereits Mitglied
Fördernde Mitglieder (ohne Teilnahme am Sportbetrieb)	10,00 €	keine
Die Grundbeiträge/Aufnahmegebühren verstehen sich exklusive der eventuellen Abteilungsbeiträge/Sonderaufnahmegebühren, die Sie nachstehend finden.		

Sonderbeiträge für Sportarten

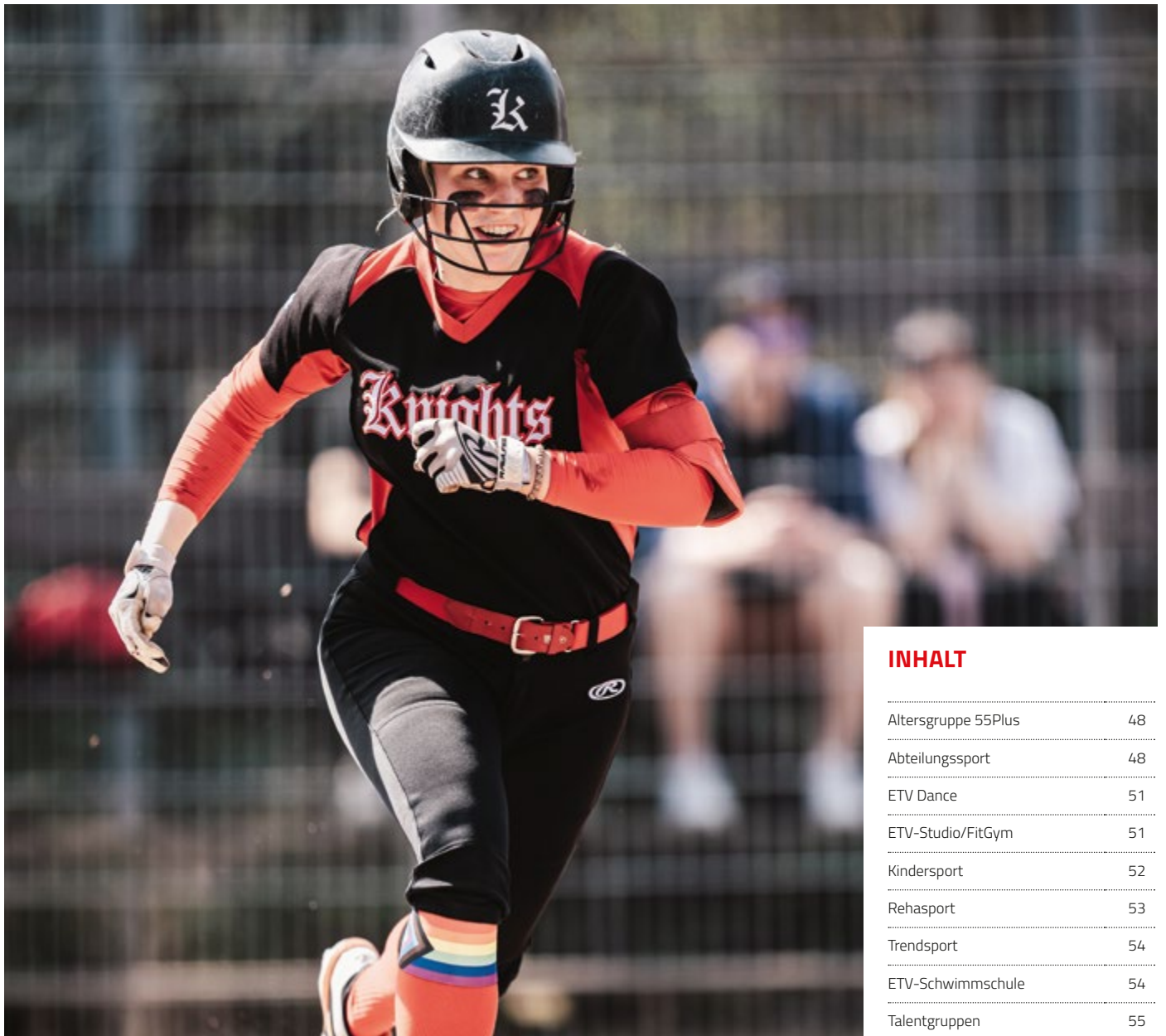
Sonderbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Aikido Kinder/Erwachsene	10,00 € / 10,00 € / 15,00 €
Badminton Kinder/Erwachsene	5,00 € / 6,00 € / 8,00 €
Ballett	8,00 € / –
Baseball/Softball Kinder/Erwachsene	8,50 € / 11,50 € / –
Basketball Kinder/Erwachsene	8,50 € / –
Bogensport Kinder/Erwachsene	10,00 € / 15,00 € / –
Bouldern bis 12 Jahre/Erwachsene	20,00 € / 26,00 € / –
Capoeira bis 18 Jahre/Erwachsene	17,50 € / 26,00 € / –
Chor STARTup	10,00 € / –
Club Céronne Kinder/Erwachsene	8,00 € / 13,00 € / 8,00 € / 15,00 €
Club Céronne Fördernd	3,00 € / bereits Mitglied
ETV 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 SPORT ABTEILUNGEN

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



INHALT

Altersgruppe 55Plus	48
Abteilungssport	48
ETV Dance	51
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 Miteinanders und der Geselligkeit mit dem Ziel, über die Sportangebote hinaus, neue Freundschaften zu knüpfen und eine aktive Gemeinschaft zu erleben. Die Angebote umfassen wiederkehrende und einmalige Aktivitäten wie Wanderungen, Tagesausflüge, Dinner-Tastings, Lesekreise, Firmenbesichtigungen, Stadtspaziergänge, Ausstellungsbesuche oder Kinoabende. Wir greifen gerne Wünsche oder Anregungen wie Treffen zum Spielen, Handarbeiten oder Kochen auf und prüfen deren Realisierung, auch durch die 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 (AIKIJÖ, AIKIKEN) gelehrt. Ansprechpartner: Erwachsene, Ronald Kügler, Tel. 0152-53767943, Kinder: Kai Allermann, Tel. 0151-23610770. Im Internet: www.aikido-hh-eimsbuettel.homepage.t-online.de

Aquaball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Badminton

Im Internet: www.etv-badminton.de

Im ETV finden Sie eine der größten Badmintongruppierungen in ganz Hamburg. Aktiv spielen zur Zeit sechs Senioren- sowie vier Jugend- und Schülermannschaften. Doch nicht nur Leistung wird bei uns großgeschrieben, sondern auch der Freizeit- und Breitensport. Zurzeit gilt für alle Trainingsgruppen leider ein Aufnahme-stopp! Kontakt für Anfragen: badminton@etv-hamburg.de

Baseball/Softball

Im Internet: www.hamburgknights.com

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

Basketball

Im Internet: www.etv-basketball.de

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

Bouldern

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

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

Faustball

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

FechtenIm Internet: www.etv-hamburg.de

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

FloorballIm Internet: www.etv-hamburg.de

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

FußballIm Internet: www.etv-fussball.de

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

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

Die Minikicker sind der Start des Fußballspielens 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, Schwebbalken 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: geraetturnen@etv-hamburg.de. Eine regelmäßige Teilnahme an zwei Trainingseinheiten pro Woche wird vorausgesetzt. Für beide Angebote fällt zum Mitgliedsbeitrag ein Zusatzbeitrag an.

GolfIm Internet: www.etv-golf.de

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

HandballIm Internet: www.etv-hockey.de

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

HockeyIm Internet: www.etv-hamburg.de

Die Hockeyabteilung des Eimsbütteler Turnverband ist ein Club mit einer langjährigen Tradition, Gründungsdatum der Hockey-Abteilung war der 4. September 1932. Geselligkeit, Kameradschaft sowie orientiertes Engagement an der Gemeinschaft schaffen ein Klima, in dem sich Jung und Alt, Aktive und Passive jederzeit gut aufgehoben und wohl fühlen. Der Spaß außerhalb des Platzes ist mindestens so wichtig wie der sportliche Erfolg. Derzeit sind wir mit knapp 250 Nachwuchsspielern einer der am schnellsten wachsenden Hockeyvereine der Stadt. Wir bieten für Kinder 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 Kanuttraining unter der Woche auf den Alsterkanälen statt, auf Wochenendtouren kann das Gelernte dann im Seekajak, Wildwasser- oder Kleinflussboot weiter vertieft werden. Im Frühjahr starten 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 Erwachsenenurse: Mohsen Emkani, Tel: 0152-36652492 (Mo-Fr, 10:30-12:00 Uhr). Ansprechpartner Mädchen- und Frauenkurse: Dunja Glasmeyer, unter kungfu@etv-hamburg.de. Bitte Anmeldung nach Vereinbarung! Evtl. kann es eine Warteliste bei einzelnen Kursen geben. Im Internet: <https://www.etv-kungfupapuya.com>

LeichtathletikIm Internet: www.etv-hamburg.de

Das Leichtathletik-Training ist sehr vielseitig und kann den individuellen Stärken des einzelnen Sportlers angepasst werden. Zum Training gehören Elemente wie Laufschulung, Koordination, allgemeine Kräftigung, Technischschulung, 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, Tritttechniken aus den klassischen Budoportarten und Bodenkampftechniken aus dem Grappling. Neben den Techniktrainings bieten wir euch auch drei Finesseinheiten pro Woche an, in denen Du Dich richtig auspowern kannst. Am Mittwoch vereinen wir Elemente der Laufschule aus der Leichtathletik und Übungen zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Sonntags findet ein angeleitetes Krafttraining im Krafraum statt. Du kannst jederzeit nach Absprache zu einem Probetraining vorbeikommen. Wir freuen uns auf Dich! Für alle Termine gilt: Keine Teilnahme ohne vorherige Absprache! Kontakt: Robert Wagner, Tel: 0176-81353903 oder E-Mail: modernerKampfsport@etv-hamburg.de

PrellballIm Internet: www.etv-hamburg.de

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

Schach: 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 Einzelturnieren und der Teilnahme an Mannschaftswettbewerben des Hamburger Schachverbands. Kontakt: schach@etv-hamburg.de

SchwimmenIm Internet: www.etv-hamburg.de

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

Tanzen im Club CéronneIm Internet: www.ceronne.de

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

TennisIm Internet: www.etv-hamburg.de

Der ETV unterhält am Lokstedter Steindamm 75 eine der schönsten Tennisanlagen Hamburgs. Die Tennisabteilung bietet ein großes Spektrum an Trainingsmöglichkeiten vom Jugendtraining (derzeit rund 200 Jugendliche), Mannschaftstraining (Damen und Herren) sowie das so genannte Breitensporttraining (Gruppentraining für Freizeitsportler). Wenn Sie Fragen zu Trainingsmöglichkeiten und zur Mitgliedschaft haben, wenden Sie sich gerne via Mail an das Tennisbüro: office@etvtennis.de (nicht besetzt in den Hamburger Schulfreien). 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, Ansprechpersonen: Paula Riehn, Jan O'Swald, Kontakt: wasserball@etv-hamburg.de. Die Angebote der Schwimmabteilung und der ETV Schwimmschule finden Sie ebenfalls im Inhaltsverzeichnis dieses Heftes.

ETV DANCE

ETV Dance bündelt alle Tanzangebote des ETV – vom Kindertanz und Ballett über Fitness-Tanz bis hin zu Workshops sowie den wettkampf- und turnierorientierten Angeboten des Club Céronne – unter einem Dach. Kinder, Jugendliche und Erwachsene finden hier ihren Platz, um sich kreativ zu bewegen, Technik zu lernen und – wer möchte – den Schritt in den Wettkampfsport zu gehen. Wir freuen uns, wenn wir euch bald auf einer unserer Tanzflächen begrüßen dürfen.

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

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

ETV-FITGYM IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUFT

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

KINDERSPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF

In unserem breiten Angebot findet jede sportbegeisterte Familie genau das Richtige. Unser Angebot reicht von Sport für die ganz Kleinen, die zusammen mit ihren Eltern ihre ersten sportlichen Erfahrungen bei der Pampersgymnastik oder beim Eltern-Kind-Turnen sammeln, bis zum Angebot für Teens, die sich für Hip-Hop, Inlinehockey oder anderes begeistern. Ob Turnen, Ballett, Yoga oder Ballsport für jeden ist etwas dabei. Für unsere Kindersport-Angebote ist weiterhin eine Anmeldung notwendig. Die Kursanmeldung wird immer 48 Stunden vor Beginn der Stunde freigeschaltet. Fragen beantwortet gerne unser Kindersport-Team unter kindersport@etv-hamburg.de oder 040 401769-23

Ballbinis

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

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 auszupeinern und einfach mal dem Schulstress zu entfliehen. Die Stunden beinhalten Elemente aus leichtem Kraft- und Ausdauertraining sowie spielerische Elemente aus dem Abteilungssport. Boxen für Jugendliche ist ein dynamischer Sport für Jugendliche im Alter von 14-18 Jahren, der darauf abzielt, Fitness, Selbstbewusstsein und Disziplin zu fördern. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an kindersport@etv-hamburg.de.

Hobby Horsing

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Inline-Skating

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Kinderkampfsport

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Kindertanz

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

Kinderturnen

Im Internet: www.etv-hamburg.de

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

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 Klodzinski, Tel: 0179-2256608, E-Mail: joerg.klodzinski@gmx.de

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

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

REHASPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF

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 erektiler Dysfunktion im Fokus.

HerzsportIm Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54, mittwochs 15:00-17:00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de
Herzsport dient als Ziel zur allgemeinen Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit beim Sport, im Alltag und Beruf für Menschen mit Herzerkrankungen.

KrebsnachsorgeIm Internet: www.etv-hamburg.de

Telefonische Kontaktaufnahme, Auskunft und Terminvereinbarung unter: (040) 401769-54, mittwochs 15:00-17:00 Uhr. E-Mail: rehasport@etv-hamburg.de
Der Rehabilitationssport in der Krebsnachsorge richtet sich speziell an Frauen mit einem austerapierten 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 & HOHELUF

Armrestling

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: armrestling@etv-hamburg.de

Bogensport

Im Internet: www.etv-hamburg.de

Bogenschießen erfordert Konzentration, innere Ruhe und die Fähigkeit zur genauen Beobachtung eigener Bewegungsabläufe während des kleinen Moments, in dem die Sehne mit eigener Kraft zieht und den Pfeil löst. Interessierten Jugendlichen und Erwachsenen wird mit diesem Angebot das Schießen mit den drei Bogen-typen Visierbogen, Blankbogen und traditioneller Bogen fachgerecht vermittelt. Die Bogensportanlage ist für fortgeschrittene BogensportlerInnen ganztags nutz-bar, bis auf donnerstags ab 18.30 Uhr! Die Bögen werden für Anfänger zum Kennenlernen komplett gestellt, es kann jeder sofort mitmachen (Anfänger nur nach Absprache). Sie haben die Möglichkeit, den Bogensport über den Kauf einer 5er Karte (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 regelmäßigem Training stehen das gemeinsame Spielen und Zusammenkommen im Vordergrund. Wer sich für Boule interessiert, ist herzlich eingeladen am Spiel- und Übungsbetrieb teilzunehmen oder sich bei Fragen vorab per Mail an boule@etv-hamburg.de wenden. Eine Teilnahme ist ohne Voranmeldung möglich. Der Treffpunkt der Gruppe befindet sich auf dem Bogensportplatz im ETV-Sportzentrum Bundesstraße.

Chor 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 Schwebgefühl und die geschmeidigen Bewegungen entspannen und hinterlassen ein wohliges Körpergefühl. Der Kurs geht über eine Laufzeit von 12 Terminen bei einer Gruppengröße von ca. 12 Personen.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Unser Technikkurs richtet sich an alle Kinder, die das Bronze-Abzeichen bereits geschafft haben und ihre Schwimmtechnik verfeinern sowie ihre Wassersicherheit verbessern wollen. Während des Kurses werden den Kindern die Schwimmtechniken zu den verschiedenen Schwimmarten Brust, Kraul und Rücken beigebracht und bestehende Schwimmfähigkeiten ausgebaut. Unsere 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 Ullsch (Verbundene Unternehmungen), Mathis Wittneben (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, jluedecke@etv-hamburg.de
Hallenmanagement	Johan Nilsson, 040-401769-32, jnilsson@etv-hamburg.de
Kinderschutz	Karen Nakamura, knakamura@etv-hamburg.de
Liegenschaften & Technik	Michael Kakoschke, mkakoschke@etv-hamburg.de
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	Friederike van der Laan, 040-401769-960, pressestelle@etv-hamburg.de
Sponsoring & Kooperationen	Jannis Bergmann, 040-401769-923, jbergmann@etv-hamburg.de
Team 55Plus	Vorsitzender: Guido Pankau, 55plus@etv-hamburg.de
Veranstaltungen, Events, Vermietungen	Lena Herold, 040-401769-963, lherold@etv-hamburg.de
Kursanmelde-Hotline	040-401769-0 / -990
Homepage	www.etv-hamburg.de
Shop	www.etv-shop.de

ETV-SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE

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

ETV-SPORTZENTRUM HOHELUFT

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

EXTERNE ETV-SPORTSTÄTTEN

ETV-Sporthalle Hoheluft Beachvolleyballplätze, Leichtathletikanlage	Lokstedter Steindamm 52, 22529 Hamburg
ETV-Tennishalle	Lokstedter Steindamm 75, 22529 Hamburg
ETV-Sporthalle Hohe Weide	Hohe Weide 17a, 20259 Hamburg
ETV-Beachvolleyballplätze und Fußballplätze Bundesstraße	Bundesstraße 103, 20144 Hamburg
ETV-Schwimmschule Turmweg	Turmweg 33, 20148 Hamburg, Kontakt: 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, pjehnicen@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
Geräturnen	Florian Schmid, geraetturnen@etv-hamburg.de
Golf	Thomas Becker, golf@etv-hamburg.de
Handball	Maximilian Nasse, handball@etv-hamburg.de
Hockey	Andreas Hübbe, sportwart.hockey@etv-hamburg.de
Inklusionssport	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	Florian Rieger, 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
Ferien camps	Eva Dymke, 0151-22707477, ferien camps@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
Arm Wrestling	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, townhousem@gmail.com
Kung Fu	Mohsen Emkani & Dunja Glasmeier, kungfu@etv-hamburg.de
Parkour	Aljoscha Liebe, parkour@etv-hamburg.de
Pickleball	Mathis Wittneben, 040-401769-930, pickleball@etv-hamburg.de
Tamburello	Mathis Wittneben, 040-401769-930, trendsport@etv-hamburg.de
Volleyball	Wolf Einfalt-Rieger, volleyball@etv-hamburg.de
Wasserball	Andreas Franz, 0162-4349208, wasserball@etv-hamburg.de

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

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

CHEFIN VOM DIENST

Friederike van der Laan
fvanderlaan@etv-hamburg.de

REDAKTIONSLEITUNG

Folke Havekost

FOTOREDAKTION

Justus Stegemann

AUTOREN DIESER AUSGABE:

Egin Altenmüller, Christina Berg, Caroline Bewig, Max Böhm, Lea Dannenberg, Nina Deepen, Eimsbütteler Nachrichten, Lars Fieck, Mikail Gök, Jacob Hallhuber, Maurice Hann, Arne Hantusch, Folke Havekost, Lena Herold, Jule Horneburg, Christian Jeß, Dr. Margret Klockmann, Kerstin Lehmann, Johanna Meidlein, Ulla Müller, Joachim Oehling, Krister Ottenberg, Christian Sondern, Manuel Suhr, Vinh Tat, Birgit Veyhle, Florian Unterfrauner, Mathis Wittneben
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion oder des ETV wieder.

Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Manuskripte zu kürzen und redaktionell zu bearbeiten.

KONZEPT UND GESTALTUNG

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

ART DIRECTION

hey+hoffmann verlagsguppe

FOTOS

Egin Altenmüller, CFE, Eimsbütteler Nachrichten, Cornelia Hampel, Christian Jeß, Jan Kirchner, moka-studio 2025, Andreas Salomon-Prym, Justus Stegemann, G. Wendt, Rainer C. Wimers, Archiv Stefanie Arndt

DRUCK

hey+hoffmann verlagsguppe

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 **18. August 2026**.
Redaktionsschluss: **3. Juli 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 Antrag findet ihr online unter Mitgliedschaft/Fördermöglichkeiten.

ETV-MITGLIEDSAUSWEIS

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

FERIENREISEN

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

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

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

GASTRONOMIE

Sportzentrum Bundesstraße: Das Pera versorgt alle Sportler:innen mit einem vielfältigen Angebot, das von Espresso-Spezialitäten, hausgemachtem Kuchen über leckere Salate und Quiches bis hin zu Tapas und orientalischer Mezze reicht. Egal ob Vegetarier:in, Veganer:in oder Fleischliebhaber:in: Das Pera ist für alle da. Kontakt: lalpera@hamburg.de, 040-75692519.

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

KÜNDIGUNGSFRISTEN

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

NEWSLETTER

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

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

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

Sportzentrum Hoheluft: Du erreichst uns am besten mit den Buslinien 20, 25, 30, 600 (Gärtnerstraße), außerdem

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

PARKPLÄTZE

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

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

PROBESTUNDEN

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

SAUNA

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

SCHNUPPERMITGLIEDSCHAFT

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

SPENDENKONTO

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

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

UMKLEIDERÄUME

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

WERTSACHEN

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

WORKSHOPS

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

Deine Frage ist nicht dabei?

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



AGAPLESION
DIAKONIEKLINIKUM HAMBURG

ANZEIGE



Menschlich. Exzellent.

Seit 1875.



www.d-k-h.de

SPRINGER

BIO-BÄCKEREI



Die fluffigen Kardamuffins mit Marzipan.