

ETV.Hamburg

ETV.Hamburg

ETV-Hamburg.de



FUSSBALLERS JUBELJAHR

IM AUGUST

Tag der Familien mit
Kinderflohmarkt S. 27

IM SEPTEMBER

Night of Dance im
Kuppelsaal S. 23

IM OKTOBER

Gesundheitswoche
an acht Tagen S. 36

Gute Kindheit

Gute

Gute Schule

Gute Freunde

Die kleine Grundschule
im Herzen von Eimsbüttel.
Jetzt bewerben!

www.katholische-schule-am-weiher.de



KATHOLISCHE
SCHULE AM WEIHER
ST. BONIFATIUS



06

NEUE GEGNER

Frauen und Männer in der Regionalliga, B-Jugend misst sich mit Top-Klubs

32

NEUE EHRE

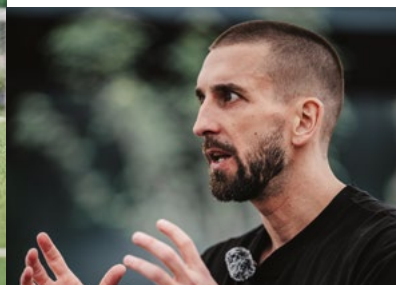
Fechterin Gesche Reimers erhält Medaille im Rathaus



12

NEUER HUNGER

Jakub Brecka will die Volleyballerinnen in der Bundesliga etablieren



INHALT

UNSERE SPORTWELT

Große Moral Faustballer trotzen den Trainingsbedingungen	09
Florett furios Fechterinnen schenken ihren Gegnern in Cognac ein	10
Mit Banditen unterwegs Baseball-Talente profitieren vom Travelball	11
Gelebter Traum Kalle Pieper bastelt an seiner Beachvolleyball-Karriere	14
Am Haubentaucher vorbei Die Kanu-Abteilung hat Spaß auf dem Wasser	16
Vizemeister beim Jubiläum Judoka holen in Duisburg zweimal Silber	19
Der nächste Schritt Golfer eröffnen Trainingsanlage in Eimsbüttel	20
Zweierlei Tanz Cadettes glänzen in Orlando, Céronne in der Liga	21

UNSERE KIJU

Bewegte Leseschule Die Grundschule Tornquiststraße stellt sich vor	24
--	----

UNSER ETV

Schminken und Schnäppchen Der Kinderflohmarkt beim Tag der Familien	27
Heiter scheitern Team 55Plus übt sich im Impro-Theater	28
Bronze oder Seepferdchen Sechs Intensivkurse in der Schwimmschule	33
Alles rund ums Baby Diana Laube über FitGym für Eltern und Kinder	35
Starke Impulse Die Gesundheitswoche im Oktober	36
Aktiv im Alter Jo Oehling über das Strongevity-Konzept	38

UNSER VIERTEL

Tiere an der Kreuzung Flora und Fauna an der Fruchttallee	41
Effiziente Energie LED-Technik in den ETV-Sportstätten	44

SPORTPROGRAMM

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

SONSTIGES

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

ETV-FANS KOMMEN RUM: AUF ZUR SAISONERÖFFNUNG ...

In fast allen Sportarten beginnt in diesen Wochen die neue Saison. Die Fußball-Herren haben mit sehr starken Aufstiegsspielen den Sprung in die Regionalliga Nord geschafft. Die Heimspiele werden im Sportpark Hinschenfelde in Wandsbek ausgetragen, da es in Eimsbüttel kein Regionalliga-taugliches Stadion gibt. Trotzdem erhoffen wir uns

natürlich guten Support für rot-weiß. Gespannt sind wir auch auf die beiden Volleyball-Teams des ETV. Die Frauen treten als ETV Hamburger Volksbank Volleys zu ihrer zweiten Bundesligasaison künftig regelmäßig in der CU Arena in Neugraben an, die Männer jetzt wieder in der 2. Bundesliga in der Sporthalle Hoheluft. Ich wünsche allen Teams des Vereins einen guten Saisonstart ...

Unglaublich erfolgreich waren die Special Olympics-Teilnehmenden des ETV bei den Nationalen Spielen im Saarland. Im Schwimmen, Judo, Golf und Tennis holten sie insgesamt 27 Medaillen, davon 13mal Gold! Herzlichen Glückwunsch zu diesen Erfolgen.

Auch im Breiten- und Gesundheitssport stehen ein paar schöne Events vor der Tür: am 29. August feiern wir den „Tag der Familien“ mit großem Kinderflohmarkt, am 3. Oktober den Gesundheitstag mit anschließender Gesundheitswoche in den Studios. An beiden Tagen kann man bei Eintritt in den Verein satt sparen. Die beste Entscheidung, um sportlich durch den Herbst zu kommen.



ETV gewinnt 27 Medaillen im Saarland – Schwimmerin Maja Lenkewitz holt dreimal Gold

Der ETV hat bei den Special Olympics Nationalen Spielen insgesamt 27 Medaillen gewonnen: 13 goldene, sieben silberne und fünfmal Bronze. Mit über 4.000 Athlet:innen sind die Nationen Spiele die größte Sportveranstaltung Deutschlands für Menschen mit geistiger Behinderung. Dieses Jahr fanden sie vom 15. bis 20. Juni im Saarland statt. Der ETV hat insgesamt 26 Athlet:innen aus den Sportarten Schwimmen, Judo, Golf und Tennis entsendet. Wir sagen herzlichen Glückwunsch an alle.

SPECIAL





OLYMPICS



AUFSTIEG! EIMSBÜTTEL SPIELT WIEDER REGIONALLIGA



Nach einer herausragenden Saison ist es geschafft: Der ETV spielt in der Saison 2026/27 wieder in der Regionalliga Nord. Die junge Mannschaft krönte eine starke Oberliga-Spielzeit mit einer perfekten Aufstiegsrunde und sicherte sich damit die Rückkehr in die vierthöchste deutsche Spielklasse.

Im Lotto-Pokal schied der ETV gegen Eintracht Norderstedt nach einem dramatischen Gegentor in der 90. Minute unglücklich aus.

In der Oberliga Hamburg sammelte der ETV dagegen 78 Punkte und beendete die Saison auf dem zweiten Tabellenplatz hinter dem ETSV Hamburg. In den beiden direkten Duellen mit dem Meister blieb der ETV ungeschlagen und holte vier von möglichen 6 Punkten. Da der Meister auf den Aufstieg verzichtete, rückte der ETV als Vizemeister in die Aufstiegsrunde zur Regionalliga

Nord nach und nutzte diese Chance eindrucksvoll.

Bereits zum Auftakt setzte sich das Team mit 4:1 gegen den

niedersächsischen Vizemeister Germania Egestorf-Langreder durch. Im zweiten Spiel folgte vor mehr als 2000 Zuschauern im Stadion Hoheluft ein echtes Fußballfest: Gegen den schleswig-holsteinischen Meister SV Todesfelde gewann der ETV nach einem spektakulären Duell mit 5:3. Im entscheidenden letzten Spiel ließ die Mannschaft nichts anbrennen und besiegte den Blumenthaler SV souverän mit 6:0.

Mit der maximalen Ausbeute von neun Punkten und einem Torverhältnis von 15:4 sicherte sich der ETV den ersten Platz in der Aufstiegsrunde und darf sich nun auf die Regionalliga Nord freuen. Dort warten traditionsreiche und attraktive Gegner wie der VfB Lübeck, der VfB Oldenburg sowie die U23-Teams des Hamburger SV und von Werder Bremen.

Die Heimspiele der neuen Regionalliga-Saison wird der ETV im Sportpark Hinschenfelde austragen. Die bisherige Regionalliga-Heimspielstätte im Sportpark Eimsbüttel wurde vor zwei Jahren abgerissen und wird derzeit noch umgebaut. Die Vorfreude auf die neue Herausforderung ist groß. Die Saison startete für den ETV mit einem Auswärtsspiel gegen Weiche Flensburg. Das erste Heimspiel in Hinschenfelde fand am Mittwoch, den 12. August um 18.30 Uhr statt.



PERSPEKTIVE DRITTE LIGA

Die vergangene Saison war für die Frauen- und Mädchenteams des ETV-Fußball erneut sehr erfolgreich. Die 1. Frauen mit dem Trainerteam Dennis Tralau Tim Pendzialek starteten nach dem knappen Klassenerhalt in der vergangenen Saison mit viel frischem Wind in die neue Spielzeit. Nach etwas Anlauf konnte das Team an seine erfolgreiche Entwicklung anknüpfen und blieb zwischenzeitlich neun Spiele in Folge ungeschlagen.

Zur Winterpause stand die Mannschaft mit 17 Punkten auf Platz 6 – so gut wie noch nie zuvor in der Regionalliga. Nachdem der Start in die Rückrunde zunächst etwas schwieriger verlief, konnte das Team von den letzten Spielen fast alle Partien für sich entscheiden und sich bereits drei Spieltage vor Saisonende den Klassenerhalt sichern. Am Ende bedeutete Platz sechs – vor den Stadtrivalinnen des FC St. Pauli und des SC Victoria – die beste Platzierung der 1. Frauen in der Regionalliga. Das Ziel aus der vergangenen Saison, sich im Mittelfeld der Liga zu etablieren, wurde damit erfolgreich erreicht.

Auch ein weiteres wichtiges Ziel konnte umgesetzt werden: Mit Sibel Oruc, Nelly Goncalves Mendes und Celine Blömer wurden Spielerinnen aus dem eigenen Nachwuchs erfolgreich in die 1. Frauen integriert. Alle drei fanden sich bereits mehrfach in der Startelf wieder und sammelten wertvolle Erfahrungen im Frauenbereich. Gleichzeitig mussten die 1. Frauen auch einige Spielerinnen verabschieden, die das Team über viele Jahre geprägt haben. Besonders schmerzlich war dabei der Abschied von Topstürmerin Hannah Paulini. Elf Jahre lang lief sie für die 1. Frauen auf und hatte großen Anteil an der erfolgreichen Entwicklung der Mannschaft. Mit beeindruckenden 58 Toren in einer Saison schoss sie das Team damals maßgeblich zum Aufstieg in die Regionalliga und sicherte sich

zudem die Torjägerkanone der 4. Liga. Nun wird sie sich den 3. Frauen anschließen und bleibt dem ETV damit glücklicherweise weiterhin erhalten.

Nun gilt es, den Blick nach vorne zu richten und das nächste große Ziel ins Auge zu fassen: den Aufstieg in die nächsthöhere Liga. Mit der Einführung der neuen dreigleisigen 3. Liga im deutschen Frauenfußball ist die Mission klar: In der kommenden Qualifikationssaison möchte das Team unter die besten acht Mannschaften der Regionalliga kommen und sich damit einen Startplatz für die neue 3. Liga in der Saison 2027/2028 sichern.

Auch die weiteren Frauenteams sollen im besten Fall nachrücken: Die U20 soll perspektivisch in der Regionalliga spie-

len, die 3. Frauen in der Oberliga Hamburg. Ein zentrales Ziel bleibt dabei, möglichst viele Spielerinnen aus der eigenen Jugend einzubinden, gezielt zu fördern und ihnen weitere Entwicklungsschritte im Leistungsfußball zu ermöglichen.

Dass der ETV hier auf dem richtigen Weg ist, zeigt unter anderem der Wechsel unserer Top-Torschützin Mila Lotte Steinhart. Mila schaffte in diesem Sommer den nächsten großen Schritt und wechselte zum FC Ingolstadt in die 2. Bundesliga.

Auch bei den Juniorinnen läuft aktuell vieles in die richtige Richtung. Die U17 spielt in der Regionalliga Nord und damit in der höchsten Liga, die es in ihrem Altersbereich gibt und messen sich erneut mit den besten Ver-

einen aus Norddeutschland. Die U15 (C-Mädchen) konnte sich die Oberliga-Meisterschaft sichern und gewann bereits im Winter die Hallenmeisterschaft. Lediglich im Pokal mussten sie sich knapp der U15 des Hamburger SV geschlagen geben.

Auch für die U13 geht eine erfolgreiche Saison zu Ende. Am Ende scheiterte das Team nur knapp aufgrund einer schlechteren Tordifferenz an der Meisterschaft.

Ein spannender Termin steht direkt nach den Sommerferien an: Der ETV richtet am 23. August das Saisonöffnungsspiel der Frauen-Oberliga aus. Gespielt wird um 15.30 Uhr gegen die 1. Frauen von SC Victoria auf dem Walter-Wächter-Platz in Eimsbüttel.





FUSSBALL

JUBEL NACH ANRUF AUS CHEMNITZ

Die U17-Fußballer erreichten Historisches, als sie sich im vergangenen Winter sportlich für einen Aufstieg in die DFB-Nachwuchsliga qualifizierte. Auslöser war eine Siegesserie von sechs aufeinanderfolgenden Partien. Damit gelang nach neun Jahren einer B-Jugend des ETV der Aufstieg in die höchste Bundesspielklasse. Fortan hießen die Gegner FC St. Pauli, Hallescher FC, Union Berlin, Viktoria Berlin, Rot-Weiß Erfurt und Chemnitzer FC.

Nach dem 3:2-Auftaktsieg zur Rückrunde in der DFB-Nachwuchsliga gegen Mitaufsteiger Viktoria Berlin, wusste die Mannschaft, dass sie für das Niveau bereit ist. Trainer Mikail Gök erinnert sich an diesen Moment: „Ich weiß noch sehr genau, wie ich vor der Mannschaft stand und ganz provokant sagte: Wieso nicht Tabellenerster werden in dieser Liga? Die Intention

war es, den Respekt vor den Nachwuchsleistungszentren (NLZ) der Gegner zu nehmen, aber auch die Qualität unserer Mannschaft zu unterstreichen.“

Es folgte ein Remis gegen den FC St. Pauli, ehe in Erfurt der nächste Sieg eingefahren wurde. Zwei Niederlagen in Folge gegen Union Berlin und Halle dämpften die Euphorie ein wenig, doch das Selbstvertrauen blieb. Zwei Siege gegen

Chemnitz brachten das Team wieder voll auf Kurs Richtung Klassenerhalt. Die Situation spitzte sich am letzten Spieltag zu: Showdown.

Ein Sieg würde definitiv zum Klassenerhalt reichen, ein Remis Schützenhilfe erfordern, eine Niederlage hätte den Abstieg bedeutet. Das kampfbetonte Spiel gegen den Halleschen FC endete 0:0. Das Trainerteam erhielt per Liveti-

cker die Info, dass Chemnitz 3:1 führt, das würde reichen. Doch bevor es keine offizielle Info gab, wollte keiner jubeln. Erst ein Anruf aus Chemnitz erlöste die Mannschaft und sorgte für einmalige Emotionen auf dem Platz.

Damit belohnt sich die Mannschaft nach monatelanger Arbeit, Auswärtsfahrten bis an die deutsch-polnische Grenze und Widerständen durch den harten Winter – und übergibt das Zepter an die neue U17. Diese tritt nun erneut in der DFB-Nachwuchsliga an.

Für die Aufstiegshelden endet die Reise in der U17. Einige von ihnen schafften den Sprung ins NLZ, beispielsweise Torjäger Alwin Norlen, Mittelfeldstrategen Mats Vogler und Innenverteidiger Degraf Davies. Andere gehen ihren Weg in der Eimsbütteler U18 oder U19 weiter. Wir sind stolz auf diese besondere Saison, die allen Beteiligten in Erinnerung bleiben wird.

130 JAHRE – UND DIE REISE GEHT WEITER

Drei Mannschaften gingen in dieser Saison an den Start – unsere U14 und unsere Frauen in der Schleswig-Holstein-Liga und die Männer in der 2. Bundesliga Nord. Die Hamburg-Liga musste leider aufgrund von Rasenregenerationszeiten und dadurch resultierenden Terminproblemen abgesagt werden.

Unserer Jugend ging in diesem Jahr das erste Mal als U14 an den Start. Ungewiss waren unsere Trainer, wie dieser Schritt vollzogen werden kann. Ist das Feld doch deutlich größer als bei der U12. Doch unsere Kids haben sich super geschlagen. Gute Spiele mit knappen Niederlagen gegen die Mannschaften aus Schleswig-Holstein sowie Spiele auf Augenhöhe gegen den ESV Schwerin machen Hoffnung für die kommende Hallensaison. Vielleicht ist auch ein Start in der Hamburg-Liga mit diesem Team möglich. Wir freuen uns auf die kommende Saison mit Euch und danken unserem Team in der Betreuung: Jule, Paddy, Camilo und Reza.

Die Frauen waren ähnlich erfolgreich wie in der Hallensaison. Acht Siege bei zwei Niederlagen war das Endresultat. An allen Spieltagen zeigten unsere Frauen Topleistungen und sicherten sich somit den zweiten Platz in der Tabelle. Auf einen Aufstieg in die 2. Bundesliga – wie in der Hallensaison – verzichtet das Team allerdings, da die Belastung mit zwei Saisons in der Bundesliga zu groß für den Kader wäre.

Die Männer gingen wieder in der 2. Bundesliga an den Start. Schlechte Trainingsbedingungen zu Saisonbeginn machten allen Teams des ETV zu schaffen, den Herren in besonderem Maße. So ging man an den ersten beiden

Spieltagen leider aus vier Spielen ohne Sieg hervor und stand damit am Ende der Tabelle – auf Platz acht, punktgleich mit dem Letzten. Doch der ETV biss sich in die Saison und startete einen Lauf von acht Siegen bei zwei Niederlagen und schob sich somit noch auf den vierten Platz der Tabelle vor. Mit dem Abstieg hatte man nach anfänglichen Problemen nichts mehr zu tun.

Eine starke Moral des Teams, das sich in die Saison gekämpft hat und von Nackenschlägen nicht hat unterkriegen lassen. Der gute Teamgeist und die Freude, die die Jungs beim Sport haben, haben sich am Ende

ausgezahlt. In der Hallensaison soll es dann von Beginn an mit Topleistungen losgehen.

Eine erfolgreiche und gelungene Saison, die der ETV im 130. Jahr der Abteilung gespielt hat. Wir hoffen, dass die Reise für die Abteilung weiter nach oben geht. Aber gerade im Jugendbereich freuen wir uns über Neuzugänge, um die Abteilung von unten wieder aufzubauen und zu erweitern.

Daher jetzt noch ein Aufruf für unsere Abteilung: **Ihr sucht eine neue Sportart, steht bei anderen Abteilungen möglicherweise auf Wartelisten?**

Unsere Jugendabteilung sucht dringend Verstärkung. Wir freuen uns über Kinder jeden Alters. Kommt gerne vorbei. Wir trainieren im Winter (ab Oktober) immer dienstags von 17 Uhr bis 18.30 Uhr in der Halle Bogenstraße 59 (Ecke Hohe Weide). Im Sommer (ab April) findet das Training ebenfalls dienstags von 17 Uhr bis 18.30 Uhr auf dem Sportplatz an der Döhrntwiete (Naturrasenplatz neben dem TV Lokstedt) statt. Meldet euch sonst gerne unter **csondern@etv-hamburg.de**.

Auch für den Erwachsenenbereich (18 bis 65 Jahre) freuen wir uns über neue Mitglieder – kommt einfach mal vorbei:

- mittwochs 20.15 bis 22.30 Uhr im Winter (ab Oktober) in der Sporthalle Hohe Weide
- im Sommer (ab April) findet das Training dienstags von 18.30 Uhr bis 20.30 Uhr auf dem Sportplatz an der Döhrntwiete (Naturrasenplatz neben dem TV Lokstedt) statt.

Unsere Senior:innen trainieren das ganze Jahr donnerstags von 14 bis 16 Uhr in der Kleinen Sporthalle in der Bundesstraße im Sportzentrum Bundesstraße.



FECHTEN

GROSSARTIGER ERFOLG IN COGNAC

Die Veteranen Team-Europameisterschaften finden alle zwei Jahre an unterschiedlichen Orten statt. Der ETV konnte als einer der aktivsten Vereine sechs Fechterinnen und Fechter in den Altersklassen über 40 Jahre entsenden. Die Qualifikation erfolgt über die Turniere der laufenden Saison. Bereits die hohe Nominierungszahl ist außergewöhnlich.

Die Veteranen Team-Europameisterschaften finden alle zwei Jahre an unterschied-

lichen Orten statt. Der ETV konnte als einer der aktivsten Vereine sechs Fechterinnen und Fechter in den Altersklassen



Beim Florett erfolgreich: Christiane Wagner, Barbara Lax und Christine Zoppke (v.l.n.r.)

über 40 Jahre entsenden. Die Qualifikation erfolgt über die Turniere der laufenden Saison. Bereits die hohe Nominierungszahl ist außergewöhnlich.

Unsere Florett-Damen Barbara Lax, Christine Zoppke und Christiane Wagner zeigten beim Finale im französischen Cognac eine beeindruckende Leistung, ließen ihren Gegnerinnen keine Chance und sicherten sich souverän die Goldmedaille!

Auch unsere amtierende Weltmeisterin im Säbel V40, Rabea Hambach-Richter, überzeugte gemeinsam mit ihrem Damensäbel-Team und durfte sich nach einem starken Wettkampf über die Silbermedaille freuen.

Komplettiert wurde die hervorragende ETV-Bilanz durch Sven Schulemann, der sich mit

seinem Team im Säbel einen hart umkämpften dritten Platz und damit die Bronzemedaille sicherte.

Mit Gold, Silber und Bronze war die Team-EM ein voller Erfolg für unsere ETV-Fechterinnen und -Fechter. Wir gratulieren allen Beteiligten zu diesen herausragenden Leistungen! Wir sind schon jetzt gespannt auf die Weltmeisterschaften im Herbst im georgischen Tiflis!

Unser Vereinsturniere „Weißherbst“ und „Traubensaft“ finden dieses Jahr am 31. Oktober und 1. November im Sportzentrum Bundesstraße statt. Dort können Interessierte den Fechtsport in allen drei Waffen und mehreren Altersklassen live erleben. Wir freuen uns auf Zuschauer! Der Eintritt ist frei.

ANZEIGE

LEIDEN SIE AUCH UNTER TENNIS?

ENDLICH MENTALE THEMEN MEISTERN

KONSTANT GUT STATT KONSTANT WUT.

Erwartungen, Druck und Stress können uns an unsere Grenzen und Abgründe führen. Im Sport wie im Job. Ohne professionellen Umgang bleiben wir hinter unseren Möglichkeiten zurück.

Deepvelop begleitet Erwachsene und Kinder im Breiten- bis Profisport sowie Einzelpersonen und Teams im Business-Bereich auf ihrem zutiefst individuellen Weg, Herausforderungen zu meistern und Ziele zu erreichen.

Gerade erschienen dazu ist das Buch „Tennis ist Kopfsache“ von Mitgründer Dr. Christian Spreckels, der schon mehrere deutsche Stars betreute bis hinein in die Top 50 der Welt.

Wir sind stolzer Sportpsychologie-Partner des ETV und bilden aus. Nächster Auftakt: 6.-8.11.2026.



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



Team deepvelop:
Die Gründer und Ausbilder
Christian Spreckels (o.3.v.r.)
und Stefan Westbrock (u.2.v.l.)

„Tennis ist Kopfsache“
erscheint beim Verlag Edel Sports
Preis: 22,00 Euro



HIER KOSTENLOSES INFO-GESPRÄCH VEREINBAREN >

KNIGHTS-TALENTE AUF DEM NÄCHSTEN LEVEL

Einige unserer Nachwuchsspieler sind in diesem Jahr ihrem Traum ein großes Stück näher gerückt. Gleich mehrere Talente aus unserer Baseball- und Softballsparte haben sich für Auswahl- und Leistungsteams empfohlen – und damit eindrucksvoll gezeigt, welches Potenzial in unserer Nachwuchsarbeit steckt.

Ende Juni kam für Myles Chang, Julius Johannsen, Johann Sahlmann und Jonne Schlosser die tolle Nachricht. Sie hatten den Sprung in den finalen Kader der U15 des Schleswig-Holsteinischen und Hamburger Baseballverbandes (S/HBV) geschafft. Für die vier Jungs war das ein tolles Gefühl und eine Bestätigung ihrer Arbeit. Ende August geht es zum Länderpokal nach Freising, wo sie sich mit den besten Nachwuchsspielern Deutschlands messen werden.

Konstante Teilnahme auf Leistungsniveau

In den vergangenen Monaten haben unsere Nachwuchsspieler immer wieder auf sich aufmerksam gemacht. Denn neben den Tryouts und Sichtungstrainings war ein Kreis von Nachwuchsspielern auch im überregionale Travelball-Team, den Bandits, aktiv. Das Team umfasst Spieler aus ganz Norddeutschland und soll Nachwuchstalente die Möglichkeit geben, außerhalb des regulären Spielbetriebs an Turnieren teilzunehmen und gegen andere hochkarätige Travelball-Teams anzutreten. Geleitet werden die Bandits von Kevin van Meensel, der als U12/15-Nationaltrainer und ehemaliger Nationalspieler einiges an Erfahrung mitbringt.

Mit den Bandits, zu deren Kader unsere Spieler Myles Chang, Julius Johannsen, Johann Sahlmann, Jonne Schlosser, Melvin Espinal und Cato Gätje gehören, ging es zu Turnieren nach Teneriffa oder Berlin. Bei Letzterem wurde Johann Sahlmann sogar mit dem Best Batter Award ausgezeichnet.

Erfolg auch bei den Jüngeren: Auch in den jüngeren Spielklassen haben zwei Talente aufhorchen lassen. Matti Steinhoff hat sich als fester Bestandteil in der U12-Auswahl des S/HBV etabliert und war am Pfingstwochenende beim Länderpokal dabei. Ein weiteres starkes Zeichen setzte Lexi Bründel, die an der offenen Sichtung der U13-Softball-Nationalmannschaft teilnahm. Als Sparte freuen wir uns sehr, dass bereits unsere Jüngsten solche wichtigen Erfolge in ihrer Karriere feiern können.

Nachwuchsarbeit zeigt Erfolge

Diese Erfolge kommen nicht von ungefähr. Sie sind das Ergebnis engagierter Nachwuchsarbeit, die von Trainer:innen, Verantwortlichen und Eltern getragen wird. Gemeinsam tragen sie dazu bei, junge Talente zu fördern und ihnen Perspektiven aufzuzeigen – auf und neben dem Feld.

Ein wichtiger Baustein in dieser Entwicklung sind unsere Baseballcamps, die wir seit mehreren Jahren in den Schulferien anbieten. Die Camps sind für viele Kinder eine Möglichkeit, einen ersten Zugang zu unserem Sport zu finden, aber auch ein Raum, um die eigenen Fähigkeiten zu verbessern.

Um die Weiterentwicklung zu fördern, bieten die Knights seit zwei Jahren auch spezielle Baseballreisen für erfahrene Spieler:innen an. Im vergangenen Jahr konnten wir mit einer Gruppe von 15 Kids nach Amsterdam auf eine professionelle Baseballanlage fahren. Zusätzlich zu der neuen Qualität des Trainings und Herausforderun-

gen durch neue Teams vor Ort kam der Spaßfaktor nicht zu kurz. Auch dieses Jahr haben die Knights die Amsterdam-Reise neu aufgelegt, denn das Angebot kommt gut an und die Erfolge sprechen für sich.

Die guten Nachrichten aus unserem Nachwuchs zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Denn hinter jeder persönlichen Leistung steckt ein Umfeld, dass die Leistung fördert und Ansporn gibt. Wir sind gespannt, welche Erfolge unser Nachwuchs in Zukunft vermelden kann und sagen Danke an alle Menschen, die täglich mit den Jugendlichen zusammenarbeiten und Strukturen schaffen, damit Erfolg möglich ist.



Die Knights Julius Johannsen, Johann Sahlmann, Myles Chang und Jonne Schlosser haben es in die U15-Auswahl Hamburgs und Schleswig-Holsteins geschafft.

„ICH FREUE MICH AUF DEN HUNGER DES TEAMS“



Der ETV hat zur neuen Saison Jakub Brečka als neuen Cheftrainer für die ETV Hamburger Volksbank Volleys verpflichtet, die seit der Saison 2025/26 in der 1. Volleyball-Bundesliga der Frauen spielen. Der 36-jährige Slowake war von 2024 bis 2026 Headcoach der Linz Steelvolleys in Österreich und ist seit 2026 auch Cheftrainer der slowakischen U20-Nationalmannschaft.

Brečka setzt seinen Trainerfokus seit Jahren auf die Bereiche Frauen- und Nachwuchsvolleyball und ist international erfahren. Vor seiner Station in Linz war er bereits in Bratislava (2023/24) und betreute die tschechische Nationalmannschaft als Co-Trainer (2021–24). Außerdem wurde er in der Slowakei in der Saison 2023/24 sowie in Österreich 2024/25 Meister und Pokalsieger. Das ETV-Magazin hat sich kurz nach seiner Ankunft in Hamburg mit ihm getroffen.

Ist es dein erstes Mal in Hamburg oder warst du schonmal hier? Wie findest du die Stadt? Hattest du schon etwas Zeit, sie zu erkunden?

Das ist das erste Mal – gestern und heute ... bis jetzt haben wir die Umgebung rund um den ETV gesehen, also ein bisschen die Stadt rund um das Hotel. Wir waren an einem wirklich schönen Ort essen, mittags und abends. Bisher gefällt es mir sehr gut.

Und du hast die CU Arena gesehen, die Halle, in der wir alle Spiele spielen werden. Was hältst du davon?

Es ist eine wirklich schöne Halle, sehr groß. Dort herrscht ein sehr professionelles Umfeld. Ich freue mich darauf, dort zu arbeiten.

Was hat dich überzeugt, den Job als Headcoach bei den ETV



Hamburger Volksbank Volleys anzunehmen?

Was mich am meisten begeistert hat, war das Ziel, das die ETV Volleys haben. Es ist ein langfristiges Projekt, und das ist wirklich wichtig. Die Gemeinschaft und der Verein haben ein großes Potenzial. Und als ich jetzt die Anlagen und das Umfeld mit eigenen Augen gesehen habe, hat mich das nur noch mehr überzeugt.

Worauf freust du dich bei der Arbeit mit dem Team am meisten?

Auf den Hunger, den dieses Team hat. Vorige Saison war die erste in der höchsten Liga und ich weiß, dass die Ergebnisse nicht überragend waren. Aber

dieses Team hat den Hunger, von Spiel zu Spiel besser zu werden – besonders in der kommenden Saison. Das ist wirklich spannend.

Was möchtest du als Erstes verändern oder verbessern?

Für mich sind Struktur und tägliche Arbeit sehr wichtig. Ich denke, die größte Veränderung wird die Intensität des Trainings sein – wie oft wir in der Halle und im Fitnessstudio sein werden und wie konsequent wir täglich arbeiten. Dort beginnt für mich die Entwicklung. Außerdem möchte ich eine bestimmte Atmosphäre und einen gewissen Druck im Training erzeugen und mehr Emotionen hineinbringen. Das

wird positiv sein, aber auch eine große Veränderung.

Welche Art von Volleyball möchtest du spielen lassen?

Ich mag aggressiven Volleyball, vor allem offensiv ausgerichtet. Aber dafür muss man zuerst die Grundlagen beherrschen. Der erste Schritt ist also, sich auf die Basics und den ersten Kontakt zu konzentrieren. Danach können wir schnellen und aggressiven Volleyball aufbauen. Natürlich ist auch eine systematische Verteidigung extrem wichtig – besonders im Frauenvolleyball. Außerdem ist mir der Kampfgeist im Team sehr wichtig, denn der wird uns in schwierigen Spielen helfen. Also: erst die Grundlagen, dann aggressives Spiel und Teamgeist.

Welche Werte sind dir als Trainer besonders wichtig?

Eigentlich ist es ganz einfach: Ich brauche Spielerinnen, die jeden Tag in die Halle kommen und etwas lernen wollen. Sie müssen offen sein für Neues oder andere Ansätze. Emotionen zu zeigen, ist ebenfalls wichtig. Und natürlich müssen sie bereit sein, jeden Tag hart zu arbeiten und auch mit Niederlagen umgehen zu können. Wenn diese Grundlagen vorhanden sind, ist vieles möglich.

Was wird die größte Herausforderung?

Ich muss das Niveau der Liga noch besser kennenlernen. Ich habe viele Spiele der vorigen Saison gesehen, aber die Teams verändern sich natürlich jedes Jahr. Die Herausforderung wird sein, fokussiert zu bleiben – auch wenn wir Spiele verlieren – und dem Prozess zu vertrauen, auch wenn er anders ist als das, was die Spielerinnen bisher gewohnt waren.

Wenn wir in einem Jahr wieder hier sitzen: Worauf wärest du stolz?

Vor allem auf die Entwicklung der Spielerinnen – individuell und als Team. Wenn wir den nächsten Schritt machen von dem Punkt, an dem wir jetzt stehen, zu dem Punkt, an dem wir sein können, dann wäre das für mich sehr wichtig. Und ich glaube, dass mit dieser Entwicklung auch die Siege kommen werden.

Du hast schon viel erlebt in deiner Karriere. Wie bist du überhaupt zum Volleyball gekommen?

Ich komme ursprünglich aus der Slowakei, bin aber nach der Schule als Spieler nach Tschechien gezogen. Nach einer Verletzung habe ich angefangen, in Prag zu studieren. Dort begann meine Trainerkarriere eher zufällig: Ein Professor von der Universität war gleichzeitig Trainer und fragte mich, ob ich sein

Assistent bei einem Jugendteam in Prag werden möchte. So hat alles angefangen. Danach ging es immer weiter – zuerst Jugendteams, dann Frauenmannschaften und Nationalteams in Tschechien. Ich lerne jedes Jahr unglaublich viel von Spielerinnen und Kollegen und bin immer noch hungrig nach neuen Herausforderungen.

Wer hat dich auf deinem Weg als Trainer am meisten beeinflusst?

Ich hatte das Glück, von Anfang an mit sehr erfahrenen Trainern zu arbeiten – den besten in Tschechien und der Slowakei. Ich konnte ihre Trainings beobachten und viel lernen. Deshalb gab es nicht nur eine oder zwei Personen, die mich beeinflusst haben. Ich lerne von vielen Menschen um mich herum – Kollegen und Spielerinnen.

Wie würden dich deine Spielerinnen als Trainer beschreiben?

Im positiven Sinne: hart. Ich erwarte viel und der Druck im Training ist manchmal hoch. Aber ich glaube daran, dass harte Trainings Spiele einfacher machen. Ich denke, sie würden sagen: „Mit Jakub ist es hart in der Halle, aber wir wissen warum. Wir lernen viel und werden besser.“

Was ist wichtiger: Disziplin oder Kreativität?

Kreativität entsteht aus Disziplin. Für mich kommt Disziplin an erster Stelle. Es muss Regeln im Team geben, an die sich alle halten. Innerhalb dieser Regeln kann man kreativ werden und sich weiterentwickeln.

Was war bisher dein schönster Volleyball-Moment?

Ein besonderer Moment war vor zwei Jahren in Linz nach einer schwierigen Halbfinal-Serie. Wir hatten verloren und ich war sehr enttäuscht. Dann überraschte mich meine Freundin und kam nach dem Spiel in die Halle. Damals spielten wir in verschiedenen Vereinen

und sahen uns nur selten. Das war ein wirklich wichtiger und schöner Moment für mich. Sportlich gesehen war die Saison in Bratislava mit Slavia besonders schön, als wir sowohl den Pokal als auch die Meisterschaft gewonnen haben. Aber viele meiner schönsten Momente haben gar nicht direkt mit Ergebnissen zu tun – zum Beispiel, wenn ich ehemalige Jugendspielerinnen später in der Nationalmannschaft wiedergetroffen habe.

Was hilft dir dabei, dich in einer neuen Stadt zu Hause zu fühlen?

Ich bin ein einfacher Mensch und brauche nicht viel. Wichtig ist für mich, dass ich eine Arbeit habe, die ich liebe – und die habe ich. Ich brauche gute Menschen um mich herum: Kollegen und Spielerinnen mit ähnlicher Einstellung. Zu Hause brauche ich eigentlich nur eine gute Kaffeemaschine. Das ist wirklich wichtig (lacht). Ansonsten bin ich flexibel und unkompliziert.

In welcher Weise werden – deiner Meinung nach – Trainer oft falsch verstanden?

Menschen außerhalb des Teams verstehen manchmal Entscheidungen oder Emotionen eines Trainers während oder nach einem Spiel nicht. Aber vieles hängt von Kommunikation ab. Wenn ein Trainer sich normal und respektvoll verhält, sollte vieles nachvollziehbar sein.

Vorige Saison hatten wir einen Mentalcoach im Team. Wie wichtig ist das Thema mentale Gesundheit für dich?

Sehr wichtig. Der Druck im Sport wird immer größer. Ich hatte selbst einmal einen Mentalcoach im Team, eher aus dem Businessbereich. Das hat damals nicht perfekt funktioniert, aber ich finde das Thema wichtig. Ich habe überhaupt kein Problem damit, Spezialisten einzubinden, wenn die Spielerinnen das möchten und es dem Team hilft.

VOLLEYBALL

Alle Spiele auf einen Blick

Die Saison der ETV Hamburger Volksbank Volleys startet auswärts am 10. Oktober gegen die Binder Blaubären TSV Flacht, am Dienstag darauf, den 13. Oktober folgt das erste Heimspiel in der Neugrabener CU Arena gegen Schwarz-Weiß Erfurt. Einzeltickets gibt es ab 11 Euro, Dauerkarten ab 110 Euro.

HEIMSPIELE, CU ARENA

13. Oktober 2026

18.30 Uhr, Schwarz-Weiß Erfurt

25. Oktober 2026

15.30 Uhr, USC Münster

1. November 2026

15.30 Uhr, Skurios Volleys Borken

29. November 2026

15.30 Uhr, Ladies in Black Aachen

6. Dezember 2026

15.30 Uhr, MTV Stuttgart

19. Dezember 2026

18 Uhr, Dresdner SC

3. Januar 2027

15.30 Uhr, TSV Flacht

16. Januar 2027

18 Uhr, VfB Suhle

23. Januar 2027

18.30 Uhr, VC Wiesbaden

6. Februar 2027

18 Uhr, Rote Raben Vilsbiburg

6. März 2027

18.30 Uhr, SSC Palmberg Schwerin

etv-hamburg.de/tickets



GROSS. LOCKIGE HAARE. WOLLSOCKEN. CROCS

Wer diese Geschichte hört, weiß sofort: Es geht um Kalle. Da stand er also, im September 2021. Gemeinsam mit seinem Papa aus Lüneburg angereist. 14 Jahre alt. Schon damals war klar: Kalle Pieper suchte ein Team, in dem er leistungsorientiert Volleyball trainieren konnte. Nach den ersten Ballkontakten war ebenso schnell klar: Kalle soll sich der Landesausswahl vorstellen. Kalle wird zu den Leistungsträgern der ETV-Jugendteams gehören. Kalle wird seinen Weg gehen.

Ein Jahr später folgten die Aufnahme an der Eliteschule des Sports, die Hallen-Jugendnationalmannschaft und die ersten internationalen Turniere. 2024 dann der Entschluss, die Hallenschuhe an den Nagel zu hängen und die Füße endgültig in den Sand zu stecken.

Kurz darauf: Kalle wird U18-Vizeeuropameister, Zweiter bei der deutschen U18-Meisterschaft ... und erkennt: Da geht noch mehr. Kalle verlängert seine Schulzeit auf 14 Jahre, um internationale Turniere spielen zu können. Ein Commitment, das bedeutet, kaum Zeit für Familie und Freunde zu haben. Klausuren am Flughafen von Manila zu schreiben. Präsentationen im Van in Namibia vorzubereiten. Privatleben? Wenig.

Gleichzeitig hat Kalle immer gesagt: „Ich lebe einen Traum. Ich bin noch so jung, gehe meinem Hobby nach und sehe dabei die ganze Welt.“

August 2026: Kalle ist gerade 19 Jahre alt geworden und im Oberhaus des deutschen Beachvolleyballs angekommen. Trainingseinheiten mit den Profis am Olympiastützpunkt sind inzwischen keine Ausnahme mehr, sondern die Regel. Sein aktueller Partner, Max Just, gehört als Perspektivkader



„Ich lebe einen Traum. Ich bin noch so jung, gehe meinem Hobby nach und sehe dabei die ganze Welt.“

bereits zum Kreis der Nationalspieler.

In dieser Saison spielt Kalle erstmals auf der Deutschen Beach Tour und startete bereits

mehrfach direkt im Hauptfeld. Anfang Juli erreichte er erstmals das Halbfinale eines Turniers der Deutschen Tour, musste sich dort jedoch knapp den späteren Turniersiegern geschlagen geben.

Am letzten Juliwochenende folgte schließlich sein erstes Challenger-Turnier in China. Nach den Elite16-Turnieren ist dies die zweithöchste Turnierkategorie im internationalen Beachvolleyball. Für einen Sieg reichte es zwar noch nicht, doch eine knappe 1:2-Niederlage gegen starke internationale Konkurrenz kann sich absolut sehen lassen.

Nach seinem Abitur im kommenden Jahr möchte Kalle den nächsten Schritt machen und sich als Nationalspieler etablieren. Bis dahin liegt allerdings noch ein anspruchsvoller Weg vor ihm. Eine der größten Herausforderungen wird sein, den hohen organisatorischen und finanziellen Aufwand zu stemmen.

An dieser Stelle geht ein riesiges Shoutout an Kalles Familie. Ohne das liebevoll genannte „Reisebüro Pieper“ wäre Kalle heute ganz sicher nicht dort, wo er steht.

Und glaubt man dem einen oder anderen, dürfte es nicht mehr allzu lange dauern, bis Kalle das Team Deutschland als Nationalspieler repräsentiert. Wir freuen uns sehr, ihn auf diesem Weg begleiten zu dürfen. Sein größter Traum war Olympia in Hamburg. Der Austragungsort wird ein anderer sein – der Traum ist geblieben.

HANDBALL

PURE FREUDE BEIM MINISPIELFEST

Am 3. Mai begrüßte die Handballabteilung des ETV 110 Handballminis und Superminis aus umliegenden Vereinen beim alljährlichen Minispielfest. 16 Teams aus sieben Vereinen kamen mit Freunden und Familie zum ETV in die Sporthalle Hohe Weide und warfen in 45 Spielen auf dem Kleinfeld mehr als 500 Tore.



Am 3. Mai veranstaltete der ETV das alljährliche Minispielfest.

Mit der fleißigen Unterstützung von Helfer:innen aus der Handballabteilung, von Jugendspieler:innen und Eltern sowie Sponsoren konnte der ETV den Besucher:innen des Minispielfests ein rundum gelungenes Sporterlebnis bieten, bei dem auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kam: Eis von dito Café bot bei bestem Sonnenschein in richtigen Momenten angenehme Abkühlung und der Fasan stellte Saftschorlen und Wasser bereit. Franzbrötchen vom Marriott Hotel und selbstgebackene Kuchen gaben Kindern und ihren Begleitungen nach vollem sportlichem Einsatz wieder Energie und Naschütten ließen Herzen ebenso



höher schlagen wie schon vor dreißig Jahren.

Nach knapp vier Stunden voller sportlicher Highlights, Torjubel und Teamgefühl wurden alle Teilnehmer:innen geehrt, erhielten eine personalisierte Urkunde und konnten mit

strahlenden Augen und ganz viel Handballliebe im Bauch nach Hause gehen.

Handball-Minispielfeste sind turnierähnliche Sportveranstaltungen, die von Vereinen in Absprache mit dem Hamburger Handballverband ausgerichtet werden. Sie sollen ein Ort sein, an dem Handballminis und Superminis erste spielerische Erfahrungen machen und glückliche Erinnerungen sammeln können. Einzelne Sieger gibt es keine, es wird jedes Tor und jedes Kind gleichermaßen gefeiert.

Die Handballabteilung des ETV bedankt sich bei allen Teilnehmer:innen, ihren Begleitpersonen, den Trainer:innen und allen Helfer:innen und Sponsoren. Ihr habt den Tag zu etwas ganz Besonderem gemacht. Wir freuen uns bereits jetzt auf das nächste Jahr!

ANZEIGE

VOLLGEPACKT SIEHT ER AM BESTEN AUS.

Bereit für alles, was mitmuss:
Opel Astra Sports Tourer GS.

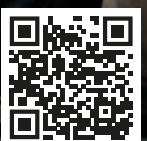


Jetzt im
Auto Abo für mtl.
479 €
OPEL ASTRA ST

DEIN AUTO. DEIN ABO.
Athletic Sport Sponsoring

SCAN MICH

www.abo.auto



KANU

SPASS AUF DEM WASSER

Was ist das Beste am Paddeln? Auf dem Wasser zu sein, strahlen Paul und Piet.
Das sei mega. Und gleich geht's los.



ANZEIGE

H E I N S E N R e c h t s a n w ä l t e



LARS NIEDOPYTALSKI

- Arbeitsrecht
- Vertragsrecht
- Mietrecht
- Gewerblicher Rechtsschutz



ULRIKE HAFER-DRINKUTH

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



THEIß HENNIG

- Medizin-/Arzt Haftungsrecht
- Schadensersatzrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Versicherungsrecht
- Wirtschaftsrecht



**CHRISTIAN-ALBRECHT
HIMSTEDT**

- Strafrecht
- Arbeitsrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht
- Vertragsrecht

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

Es ist Montag, gerade werden die Boote aus dem Bootshaus auf den Steg getragen. Jugendtraining der Kanusport-Abteilung: Vier Mädchen und drei Jungen sind heute dabei. Fabian und Felix, die das Training leiten, machen die Ansagen. Beim „Mango-Jet“ müssen erst mal die Fußrasten eingestellt werden. Das ist wichtig – nur wenn man richtig sitzt im Boot, fährt es sich gut.

Kids ab zehn Jahren können mitmachen. Am Tag zuvor ist der zweite Anfänger:innenkurs gestartet. Erst mal das Bootshaus kennenlernen, einen Eindruck von den Booten bekommen. Dann die ersten eigenen Versuche. Die Trainer zeigen, worauf es ankommt: Wie halte ich das Paddel richtig? Wie komme ich ins Boot, ohne dass ich gleich im Wasser liege? Und: Wie komme ich auch wieder trocken raus?

Der Anteil von Mädchen und Jungen ist etwa ausgeglichen, sagt Fabian Schönefuß, der Jugendwart. Ziel sei es, den

jungen Leuten das Paddeln beizubringen, aber auch, dass sie sich auf die Natur einstellen, die Umwelt bewusster wahrnehmen. Das ETV-Bootshaus liegt am Isebekkanal, ziemlich weit hinten. Direkt neben dem Steg brütet ein Haubentaucher. Jede Menge Bäume und Büsche. Wenn man rauspaddelt in Richtung Alster, fühlt man sich gar nicht wie mitten in der Stadt.

Jugendtraining ist jeden Montag- und Donnerstagabend, vom Frühjahr bis in den Oktober. Es geht darum, Technik und Ausdauer zu lernen, aber im Mittelpunkt steht der Spaß, nicht Hochleistung. Im Winter geht's in die Halle, da gibt's eine eigene Gruppe für Ausdauersport und Spiele.

So, die Boote sind jetzt fertig, los geht's! Felix macht die Ansage: Heute fahren wir zum Rondeelteich. Nette kleine Runde. Das wird cool.

**Kontakt zum Jugendbereich
der ETV-Paddler:innen:**
Kanujugend@etv-hamburg.de

ERSTE NORDDEUTSCHE TEILNAHMEN

Erstmalig seit über 15 Jahren gab es in diesem Jahr gleich zwei Nominierungen von ETV-Leichtathleten für die Norddeutschen Meisterschaften.

Nachdem Leonard S. bereits Anfang Mai die geforderte Norm über die 100m gelaufen ist, konnte die Landesmeisterschaft in Lübeck (06.06.26) für einen letzten Formtest genutzt werden. Nach einem Vorlauf mit starkem Gegenwind konnte er sich im Finale noch einmal deutlich steigern und belohnte sich mit dem Meisterschaftstitel der Altersklasse M15. Zwei Wochen später ging es für den Saisonhöhepunkt, die Norddeutschen Meisterschaften der U16, erneut nach Lübeck (20.06.2026). Bereits im Vorlauf unterbot er seine aktuelle PB, die er im Halbfinale nochmal auf 12.03s steigern konnte und so auf Rang 18 von 48 lief.

Auch Ella K. konnte sich für die Norddeutschen Meisterschaften qualifizieren. Bereits Anfang Juni war sie bei den gemeinsamen U20-Landesmeisterschaften von Schleswig-Holstein und Hamburg in Lübeck über die 800m am Start. Obwohl sie als U18-Athletin im langsameren ersten Zeitlauf gesetzt war und das Rennen fast alleine gestalten musste, gewann sie ihren Lauf in starken 2:25,91

Minuten. Mit einer beeindruckenden Steigerung ihrer persönlichen Bestleistung um rund sechs Sekunden behauptete sie sich erfolgreich gegen die ältere Konkurrenz und belegte in der Gesamtwertung einen hervorragenden 5. Platz – ein Ergebnis, das zugleich die Qualifikation für die Norddeutschen Meisterschaften bedeutete.

Bei den Norddeutschen Meisterschaften stellte sich Ella als einzige Hamburger Starterin über die 800 m der starken Konkurrenz aus den sieben norddeutschen Landesverbänden. Trotz sommerlich heißer Temperaturen zeigte sie ein engagiertes und couragiertes Rennen, hielt das hohe Tempo lange mit und präsentierte sich auf diesem Leistungsniveau konkurrenzfähig. Dies unterstreicht ihre positive Entwicklung in dieser Saison. An dieser Stelle nochmal herzlichen Glückwunsch an beide Athlet:innen!

Weitere Wettkämpfe im ersten Halbjahr:

Auch unsere jüngeren Athlet:innen überzeugten im ersten Halbjahr mit starken Leistun-

gen. So konnten Anfang Mai in Bergedorf sowie Buxtehude bereits mehrere Medaillenplätze belegt werden (2x 1. Platz; 1x 2. Platz; 1x 3. Platz; sowie vier weitere Top 8-Platzierungen).

Auch bei den Hamburger Meisterschaften im 3- und 4-Kampf (Sprint, Weitsprung, Wurf + Hochsprung) Anfang Juli zeigten unsere Athlet:innen was in ihnen steckt. Besonders erfolgreich war Karl L., der sich in der Altersklasse M10 den 1. Platz sicherte. Knapp an einem Podestplatz vorbei belegten Emily S. (W12) und Oreoluwa D. (M10) jeweils einen hervorragenden 4. Platz. Ebenfalls in den Top 8 landeten Lennart S. mit Rang 6 in der M13 sowie Tim W. mit dem 7. Platz in der M11. Abgerundet wurde das starke Mannschaftsergebnis durch weitere gute Platzierungen von Jan Fiete K. (10. Platz, M13), Lennox L. (11. Platz, M11), Maja W. (13. Platz, W11) und Julian G. (15. Platz, M10). Besonders erfreulich war zudem der 2. Platz in der Teamwertung MU12, der die geschlossene Leistung des Nachwuchsteams unterstrich.

Mit dem HSV-Kindersportfest auf der Jahnkampfbahn ging der Kinderleichtathletik-Cup in diesem Jahr in seine dritte Runde. Selbstverständlich war unsere Abteilung auch diesmal wieder mit mehreren Teams vertreten. Die U8-Mannschaft erreichte einen starken 2. Platz, die U10 belegte Rang 4 und die beiden U12-Teams kamen auf den 5. beziehungsweise 11. Platz.

Natürlich durfte auch in diesem Jahr die Teilnahme am berühm-

ten Zehntel nicht fehlen. Mit rund 40 Athlet:innen aus der Vorschule bis zur 12. Klasse ging es am 25.04.26 an den Start. Auch in diesem Jahr durften wir uns wieder über eine Platzierung in der Vereinswertung freuen – der 3. Platz brachte uns 300 Euro für die Vereinskasse ein.

Ausblick: Wir bieten mittwochs, den 26.08. und 16.09. sowie am Freitag, den 04.09. erneut die Möglichkeit, die Abnahme des Sportabzeichens mit uns durchzuführen.

Helferaufruf: Gemeinsam mit unserem Partnerverein Hamburg Running betreuen wir beim Hella Halbmarathon am 25. Oktober einen Verpflegungsstand. Hierfür suchen wir noch freiwillige Helfer! Du hast Interesse? Dann melde dich direkt bei uns unter leichtathletik@etv-hamburg.de.

Einladung zur Mitgliederversammlung

der Leichtathletik-Abteilung am 07. September 2026 um 19.30 Uhr im Oberhaus des Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg.

Tagesordnung:

1. Begrüßung & Feststellung der Anwesenheit
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Bericht des Vorstands
4. Genehmigung der Jahresrechnung
5. Entlastung des Vorstands
6. Wahlen (1. & 2. Vorsitz, Jugendwart:in, Kassenwart:in, Gerätewart:in)
7. Beschlussfassung über einen Zusatzbeitrag innerhalb der Abteilung
8. Behandlung von Anträgen
9. Wahl der Vertreter:innen zur Delegiertenversammlung einschließlich Ersatzvertreter:innen
10. Verschiedenes



ARMWRESTLING

DEUTSCHE MEISTER BEI DEN NEWCOMERN UND PROFIS



ETV-Newcomerin Emmely Grasmeyer wurde Deutsche Meisterin in der Kategorie Newcomer, linker Arm 75 Kilo.

Die 37. deutsche Meisterschaft im Armwrestling fand am 28. und 29. März an einem außergewöhnlichen Veranstaltungsort statt: mitten im Terminal des Flughafens Dresden. Der Dresdner Armwrestling Club richtete das zweitägige Großevent aus, das Spitzenathleten und Newcomer aus der gesamten Bundesrepublik anzog. Der ETV war dieses Mal mit sieben Teilnehmenden bei den Profis und Newcomern am Start und holte am Ende acht Pokale nach Hamburg.

Unsere Newcomer um Emmely, Liam, Alexander, Tom und Nikita

waren die erfolgreichsten Newcomer Deutschlands an diesem Tag und belegten den ersten Platz im Medaillenspiegel. Dabei holte Liam zweimal Gold, Emmely einmal Gold und einmal Silber, Alexander einmal Gold und Tom einmal Silber für den ETV. Damian holte bei den Profis jeweils Gold und Silber. Damit war die Meisterschaft 2026 die erfolgreichste für unsere Armwrestler seit der Gründung vor 20 Jahren.

Wir wünschen der wachsenden Abteilung Armwrestling weiterhin gutes Training und viele Erfolge in den nächsten Jahren!

ANZEIGE

WEIL ES OFT
ERST ABENDS
dringend wird



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



JUDO

ERFOLGREICH IM JUBILÄUMSJAHR

Ein besonderes Highlight im nationalen Judokalender war in diesem Jahr die 100. Deutsche Einzelmeisterschaft, die in Duisburg ausgetragen wurde. Allein dieses Jubiläum machte die Veranstaltung zu einem besonderen Ereignis. Für den ETV gingen mit Georgy Yakhnin (bis 90 Kilo), George Udsilauri (bis 100 Kilo) und Daniel Udsilauri

(über 100 Kilo) gleich drei Athleten mit Medaillenambitionen an den Start.

In der Gewichtsklasse bis 90 Kilogramm zeigte Georgy Yakhnin ein überzeugendes Turnier und kämpfte sich bis in den Kampf um die Bronzemedaille vor. Dort kam es zu einem Hamburger Duell gegen Lasse Schriever.

Die beiden Athleten aus der Hansestadt lieferten sich einen engen Kampf. Trotz eines engagierten Auftritts musste sich Georgy knapp geschlagen geben und belegte einen respektablen fünften Platz.

Für ein echtes sportliches Highlight sorgte George Udsilauri in der Klasse bis 100 Kilogramm. Mit starken Kämpfen erreichte er souverän das Finale, das Judo auf höchstem Niveau bot. Beide Finalisten begegneten sich auf Augenhöhe und lieferten den Zuschauern einen

technisch wie taktisch hochklassigen Kampf. Am Ende durfte sich George über die Silbermedaille und den Titel des deutschen Vizemeisters freuen.

Auch Daniel Udsilauri überzeugte in der Schwergewichtsklasse mit einer beeindruckenden Turnierleistung und zog ebenfalls ins Finale ein. Dort wurde sein Kampf jedoch von einer Schulterverletzung überschattet, die ihn frühzeitig zur Aufgabe zwang. Das starke Ergebnis wurde durch die Verletzung zwar etwas getrübt, dennoch ist der Titel des deutschen Vizemeisters ebenfalls ein großer Erfolg.

Mit zwei Silbermedaillen und einem fünften Platz bei der 100. Deutschen Einzelmeisterschaft kann der ETV auf ein äußerst erfolgreiches Wochenende zurückblicken. Wir gratulieren Georgy, George und Daniel herzlich zu ihren Erfolgen und wünschen Daniel eine schnelle und vollständige Genesung.



Für den ETV erfolgreich bei den Deutschen Meisterschaften: Daniel Udsilauri, George Udsilauri und Georgy Yakhnin (v.l.n.r.)

ULTIMATE FRISBEE

MEHR MÄDCHEN AUFS FELD!

Die Ultimate-Frisbee-Abteilung des ETV wächst – und die Fischbees (U17 und U20) suchen dringend neue Spielerinnen! Warum? Damit sie bei Turnieren als Mixed-Team antreten können. Aber nicht nur! Rebekka (15), seit drei Jahren dabei und Co-Kapitänin der U17, verrät, was Ultimate Frisbee so besonders macht und was neue Spielerinnen erwartet.

Was ist Ultimate Frisbee?

Ein fairer Teamsport mit einer Wurfscheibe: Ziel ist es, die Scheibe in der Endzone zu fangen und Punkte zu machen. Schnell, dynamisch und es macht richtig Spaß! Eine Besonderheit: Es gibt keine Schiedsrichter – auch nicht auf internationalem Niveau.

Wir regeln alles selbst unter Spieler:innen. Das sorgt für Fairness, Verantwortung und viel Kommunikation im Team.

Warum sucht ihr gerade Spielerinnen?

Aktuell bin ich fast die einzige Spielerin in meiner Altersklas-

se und spiele meist mit Jungs. Das klappt gut, aber es wäre noch schöner, mehr Mädchen im Team zu haben. Außerdem brauchen wir für Turniere Mixed-Teams mit mindestens vier Spielerinnen.

Muss man super sportlich sein, um anzufangen?

Nein, gar nicht! Jeder kann jederzeit einsteigen und alles lernen. Wichtig ist vor allem Lust auf Bewegung und Teamgeist. Aber: Wer Ambitionen hat, kann mit Ultimate auch den Weg in den Nationalkader schaffen. Ich war selbst bei Sichtungstagen dabei – eine tolle Erfahrung, bei der man viel lernt und andere Spielerinnen kennenlernt. Also: Wir freuen uns über jede neue Spielerin!



GOLF. NÄHER ALS DU DENKST

Fünf Jahre ETV-Golf. Und wir fangen gerade erst an

Golf war lange ein Sport, für den man raus aus der Stadt musste. Mit viel Zeit, eigener Ausrüstung und manchmal auch mit einer kleinen Portion Mut, überhaupt anzufangen. Bei ETV-Golf wollen wir genau das verändern. Golf soll näher an den Alltag der Menschen in Eimsbüttel rücken: einfacher, verständlicher und ohne Schwellenangst.

2026 ist dafür ein besonderes Jahr. Seit fünf Jahren gibt es ETV-Golf. Aus einer jungen Idee ist eine wachsende Golfabteilung geworden – mit Kursen, Trainingsangeboten, Familienformaten, der Golferbande, einer Kooperation mit Spielangeboten und immer mehr Menschen, die Golf beim ETV ausprobieren oder neu für sich entdecken.

Immer mehr Menschen entdecken Golf

Dass das Interesse groß ist, zeigt die laufende Saison: Bereits 13 Platzreifekurse mit rund 100 Teilnehmenden, die wir gemeinsam mit unserem Kooperationspartner durchgeführt haben, sowie gut gebuchte Schnupperkurse zeigen, dass Golf längst nicht mehr nur etwas für klassische Golfclubs ist. Viele wollen einfach wissen: Wie fühlt sich das an? Kann ich das auch? Und passt Golf vielleicht doch besser in meinen Alltag, als ich dachte?

Golf bekommt ein Zuhause in Eimsbüttel

Nach den Sommerferien folgt der nächste große Schritt. Un-

sere neue ETV-Golf Trainingsanlage in Eimsbüttel geht an den Start. Damit bekommt Golf mitten in der Stadt einen Ort zum Trainieren, Ausprobieren und Ankommen. Am Tag der Familien am 29. August wollen wir die Anlage gemeinsam eröffnen. Dann kann ausprobiert, gefragt, geschaut und natürlich auch geschlagen werden.

Golf einfacher machen

Gleichzeitig entwickelt sich ETV-Golf auch in der Kommunikation weiter. Neue Flyer, eine neue Website und eine klarere Sprache sollen helfen, Golf einfacher zu verstehen. Denn gerade am Anfang gibt es viele Fragen: Was ist ein Schnupperkurs? Was bedeutet Platzreife? Wo trainiere ich? Wo spiele ich? Und welcher Einstieg passt zu mir?

Unsere Antwort darauf soll künftig noch einfacher werden: Du musst nicht alles wissen. Du kannst einfach anfangen.

Golf gemeinsam entdecken.

Golf beim ETV ist Sport, Gemeinschaft und Entwicklung. Das zeigt auch unsere Golfer-



bande, die den inklusiven Gedanken des ETV auf besondere Weise lebt und den Verein bei den Special Olympics vertritt.

Fünf Jahre ETV-Golf sind deshalb kein Blick zurück, sondern vor allem ein Blick nach vorn. Golf wird in Eimsbüttel sichtbarer, verständlicher und näher.

Oder kurz gesagt:
Golf. Näher als du denkst.

Mehr erfahren

Du möchtest Golf ausprobieren oder wissen, welches Angebot zu dir passt? Aktuelle Infos zu Schnupperkursen, Platzreifekursen, Trainingsangeboten, Mitgliedschaft und der neuen ETV-Golf Trainingsanlage findest du unter:
etv-golf.de

Am 29. August sind wir außerdem beim Tag der Familien dabei und eröffnen unsere Trainingsanlage in Eimsbüttel. Komm vorbei, probier es aus und lerne ETV-Golf kennen.

Unsere Frage an euch

Wie stellst du dir Golf mitten in Eimsbüttel vor?

Schick uns ein Bild oder eine Skizze von deinem Golf-Ort in der Stadt. Es muss nicht perfekt sein. Uns interessiert, was du damit verbindest: Nähe, Familie, Feierabend, Training, Gemeinschaft, Ruhe, Bewegung oder etwas ganz anderes.

Die schönsten Einsendungen möchten wir in einer der nächsten Ausgaben des ETV-Magazins und auf unseren Kanälen zeigen. Als kleines Dankeschön verlosen wir unter allen Einsendungen eine exklusive Trainerstunde auf unserer neuen ETV-Golf Trainingsanlage.

Einsendungen an:
magazin@etv-golf.de



Teamplayer gesucht –

weil unser Business ein
Mannschaftssport ist.

➔ reyher-karriere.de

Komm ins

#teamREYHER

Top 2026
Company



Wir bieten spannende Aufgaben und einen einmaligen Zusammenhalt.
Von Einkauf bis Logistik: Komm in eines der führenden europäischen
Handelsunternehmen für Verbindungselemente und Befestigungstechnik.



CHEERDANCE

CADETTES DRITTE IN ORLANDO

Große Anerkennung für die inklusive Nachwuchsarbeit der ETV-Golferbande: Beim DGV-Nachwuchspreis 2025 wurde Golftrainer Martin Korn mit dem zweiten Platz in der Kategorie „Amateurtrainer – Jugendtrainerin/Nachwuchstrainer“ ausgezeichnet.

Dieses Jahr standen die Junior Cheerdancer des ETV auf der großen internationalen Bühne: Vom 28. April bis 4. Mai 2026 nahm das Team in Orlando (Florida) am Dance Summit teil. Die Veranstaltung zählt zu den weltweit größten Competitions im Performance Cheer und richtet sich speziell an Kinder- und Jugendteams. Austragungsort war das Walt Disney Resort.

Der Reise vorausgegangen waren die Qualifikation bei einer Meisterschaft in Hamburg im Mai 2025 sowie viele Monate intensiver Vorbereitung. Der Einsatz zahlte sich aus: Mit ihrer Choreografie aus Tanz und technischen Elementen wie Sprüngen, Drehungen und Akrobatik sicherten sich die Cadettes den dritten Platz.

Neben zwei intensiven Wettkampftagen blieb auch Zeit, Orlando gemeinsam zu erleben. Zusammen mit ihren Coaches und einem engagierten Betreuungsteam aus Eltern verbrachte das Team mehrere Tage vor Ort. Auf dem Programm standen unter anderem zwei Tage in Disney World, Shopping, Schwimmen und gemeinsame Freizeit. Untergebracht war die gesamte Mannschaft in einem großen Haus.

Eine Reise, die viele möglich gemacht haben

Damit die Teilnahme überhaupt realisiert werden konnte, waren die Cadettes auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Zuschüsse der Hamburger Sportjugend sowie aus dem Verein „Radio-Hamburg-Hörer helfen Kindern“ bildeten dafür eine wichtige Grundlage. Darüber hinaus organisierte das

Team einige Spendenaktionen, darunter Kuchenverkäufe und Auftritte bei Veranstaltungen. So kam am Ende eine vierstellige Summe zusammen, die direkt in die Orlando-Kasse der Cadettes floss.

Zum Hintergrund: Das Juniorteam wurde im Oktober 2022 gegründet und besteht heute aus 20 Tänzerinnen im Alter von elf bis 16 Jahren. Nach einer Aufbauphase gingen die Cadettes im Februar 2024 erstmals bei einer Meisterschaft an den Start. Dass sie nur dreieinhalb Jahre nach ihrer Gründung bereits bei einer großen internationalen Meisterschaft antraten, unterstreicht die Entwicklung des Teams. „Wir sind sehr stolz auf unsere Athletinnen, die mit viel Motivation und Einsatz auf diese Reise und ihre Platzierung hingearbeitet haben“,

Senior Cheerdancer bieten Probetraining an

Die Sailorettes vergeben wieder Plätze an motivierte Tänzerinnen. Das Team besteht derzeit aus zehn Athletinnen und trainiert immer dienstags und mittwochs. Für die Teilnahme an einem Probetraining musst du mindestens 16 Jahre alt sein und gerne schon erste Tanzerfahrungen mitbringen. Davon abgesehen sind uns Zuverlässigkeit und Einsatzbereitschaft wichtig. Als Highlight für die kommende Saison ist die Teilnahme an einer Meisterschaft im Disneyland Paris geplant. Das Probetraining kann jederzeit absolviert werden, eine Anmeldung erfolgt per E-Mail an Coach Nina Wahn, nina.wahn@gmx.de.

Junior Cheerdancer suchen Coaches

Die Cadettes suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt weitere Coaches. Das Team besteht aus 20 Athletinnen im Alter von elf bis 16 Jahren und trainiert immer montags und dienstags. Voraussetzungen für eine Trainiertätigkeit sind Tanzerfahrungen im Cheerdance, Cheerleading, Jazz oder ähnlichem sowie hohe Einsatzbereitschaft, Zuverlässigkeit und Freude an der Arbeit mit Jugendlichen. Zu den Aufgaben gehören die Gestaltung von Trainingseinheiten, das Choreografieren von Tänzen, die Teilnahme an Trainer-Meetings und die Saisonplanung inklusive internationaler Meisterschaften. Bei Fragen und Interesse schick gerne eine Mail an Coach Sophia Fiedler, scw@gmail.com.

sagt Coach Sophia Fiedler: „Mein Dank gilt außerdem meinen Kolleginnen Nina und Neele sowie den Eltern und allen weiteren Supportern, ohne die diese Reise nicht möglich gewesen wäre.“

CLUB CÉRONNE

SOLOFORMATIONEN IN DER 2. BUNDESLIGA

Eine spannende Saison in der 2. Bundesliga Nord Solo Latein haben die zwei Soloformationen des Club Céronne im ETV hinter sich. Nachdem Trainerin Annaleena Eggeling in der vergangenen Saison am Pilotprojekt Soloformationen mit einem frisch gegründeten Team teilgenommen

hatte, präsentierte sich der Club Céronne 2025/26 in doppelter Stärke. Das A-Team, bestehend hauptsächlich aus den Tänzerinnen der letzten Saison, ging mit dem Programm „Rhythm in Motion“ ins Rennen, das B-Team präsentierte die Show „Welcome to Hollywood“, die



schon im Jahr zuvor aufs Parkett gebracht wurde.

Das B-Team konnte beim letzten Turnier erstmals das kleine Finale für sich entscheiden und ein bisher ungeschlagenes Team hinter sich lassen. Die Tänzerinnen blicken voller Stolz auf eine Zeit zurück, die für vielen von ihnen der Einstieg in den Tanzsport war und freuen sich auf die nächste Saison als etablierte Mannschaft. Sie beendeten die Saison 2025/26 auf dem fünften Platz.

Das A-Team feierte mit fünf von sechs gewonnenen Turnieren auch in der Gesamtwertung den ersten Platz. Damit qualifizierte es sich für die Teilnahme am Aufstiegsturnier in die 1. Bundesliga Solo, das am 2. Mai in Kiel stattfand. Dort verpasste das Team knapp den Aufstieg und wird in der nächsten Saison gemeinsam mit dem B-Team wieder in der 2. Bundesliga an den Start gehen.



DANCE

BEI DER TRIENNALE

Am 14. Juni war ETV Dance mit großer Begeisterung bei der City Parade der ersten Tanztriennale Hamburg vertreten. Um 14 Uhr startete die Parade am Museum der Arbeit in Barmbek. Von dort führte die Strecke durch die Stadt bis zum stimmungsvollen Finale im Hamburger Stadtpark. Unterwegs verwandelten die zahlreichen Mitwirkenden die Straßen in eine bewegte Bühne voller Musik, Rhythmus und Lebensfreude. Die City Parade ist weit mehr als eine Tanzveranstaltung. Sie ist ein Ort der Begegnung und des gemeinsamen Erlebens, an dem Menschen unabhängig von Alter, Herkunft oder Tanzerfahrung zusammenkommen. Gleichzeitig setzt sie ein starkes Zeichen für Demokratie, Vielfalt, Diversität, Gemeinschaft und kulturellen Ausdruck. Für ETV Dance war die Teilnahme ein besonderes Erlebnis. Gemeinsam konnten wir zeigen, wie Tanz Menschen verbindet, Freude schenkt und Grenzen überwindet. Wir sind stolz, Teil der ersten Tanztriennale Hamburg gewesen zu sein und freuen uns schon jetzt auf viele weitere gemeinsame Tanzmomente. Ein besonderes Highlight war die Begeisterung unserer Trainerinnen und Trainer für dieses außergewöhnliche Event. Trainerin Malena Ortiz Pizarro brachte es treffend auf den Punkt: „Ich finde es schön, Tanz in den öffentlichen Raum zu bringen.“ Genau das machte die City Parade aus: Tanz wurde für alle sichtbar und erlebbar, man konnte zuschauen, mitmachen und erleben, wie Bewegung verbindet und Gemeinschaft schafft.

CLUB CÉRONNE

GROSSE TANZ-GALA „NIGHT OF DANCE“

Am 19. September 2026 verwandelt sich der historische Kuppelsaal des ETV Hamburg in eine glanzvolle Bühne für den Tanzsport. Die Große Halle von 1910 bietet insgesamt knapp 250 Gästen eine einzigartige Bühne für Publikumstanz in

festlicher Abendgarderobe auf einem nationalen Meisterschaftsparkett zu Musik des Musikproduzenten und früheren deutschen Meisters in den Standardtänzen Thomas Heitmann. Alles da für einen unvergesslichen Abend im Herzen Hamburg-Eimsbüttels. Das Highlight des Abends: Zwei exklusive Einladungsturniere der höchsten Leistungsklasse (Hauptgruppe S Standard und Latein), auf denen nationale Top-Paare um den begehrten Céronnepokal tanzen.

Zur Ballnacht öffnen unsere Türen um 20 Uhr, Beginn des Balls ist um 20.30 Uhr, getanzt wird bis zwei Uhr am nächsten Morgen. Insgesamt erwartet die Gäste im Gala-Ambiente ein

Night of Dance

Samstag, 19. September

Einlass: 20 Uhr

Beginn: 20.30 Uhr
(bis circa 02 Uhr)

Wo: Große Halle, Sportzentrum Bundesstraße

Tickets: Der Vorverkauf läuft seit dem 1. Juni

Dresscode: festliche Abendgarderobe

Achtung: Es gibt ausschließlich Sitzplätze und das Kontingent ist streng limitiert. Eine Abendkasse gibt es nur für eventuelle Restkarten.

Abend voller Erinnerungen an wunderschöne Darbietungen, spannender Kontakte, Getränke und Speisen an unserer Bar und Anekdoten aus den vergangenen 20 Jahren der TanzBar.

Infos: ceronne.de

Tickets: ticket.ceronne.de



DIE „TORNI“ – BEWEGUNG UND GEMEINSCHAFT IM HERZEN EIMSBÜTTELS

Mitten in Eimsbüttel, zwischen Osterstraße, Emilienstraße, Heußweg und Fruchtallee, liegt die Grundschule Tornquiststraße, die bewegte Leseschule in Eimsbüttel. Für Kinder, Eltern und das Kollegium ist sie einfach die „Torni“.

Derzeit lernen hier rund 360 Kinder in 14 Grundschulklassen sowie zwei Vorschulklassen. Sie werden von 28 Lehrkräften unterrichtet. Seit der Einführung des Hamburger Ganztags im Jahr 2013 gestaltet die ETV Kiju den Nachmittag – die Tornquiststraße gehört damit zu den GBS-Schulen unseres Trägers.

Das Schulgebäude wurde ab 1959 errichtet und 1963 eingeweiht. Neben hellen Klassen- und Gruppenräumen verfügt die Schule über ein großes Atelier, eine Schulbücherei, eine Aula, eine Sporthalle und ein großzügiges Außengelände mit vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten.



Gegründet wurde die Schule als Ableger der damals überlappenden Schule Eduardstraße. Zum Schulstart im Jahr 1963 lernten hier bereits 624 Kinder, begleitet von 21 Lehrkräften unter der Leitung des ersten Schulleiters Hans Dethleff. Die Schule umfasste damals neun

Jahrgänge mit Klassen von durchschnittlich 35 Schülerinnen und Schülern.

Ihren Höchststand erreichte die Torni 1971 mit 732 Kindern. In den folgenden Jahren veränderte sich die Schülerschaft deutlich: Die Klassen wurden

kleiner und erstmals wurden Vorschulklassen eingerichtet, um insbesondere Kinder mit Migrationsgeschichte beim Schuleinstieg zu unterstützen.

Bis heute spielt Bewegung an der Tornquiststraße eine zentrale Rolle. Als „Bewegte Schule“ und Partnerschule des Talentsports verfolgt sie das Ziel, die natürliche Freude an Bewegung zu erhalten und zu fördern. Auf ihrer Homepage beschreibt die Schule ihre Leitidee so: Kinder sollen den Grundstein für ein Leben legen, in dem Bewegung selbstverständlich dazugehört.

Dieses Profil setzt sich im Ganztagskonzept konsequent fort. Fast alle Kinder nehmen am GBS-Angebot teil – eine Anmeldequote von nahezu 100 Prozent, über die sich Schule und ETV Kiju gleichermaßen freuen. Neben zahlreichen Sport- und Bewegungsangeboten können die Kinder am Nachmittag auch Kurse aus den Bereichen Sprache und Medien, Kunst und Forschen, Musik und Theater sowie Ernährung und Gesundheit besuchen. Ein besonderes Highlight ist die Kooperation mit der Musikstation Eimsbüttel: Hier können die Kinder Gitarren-, Klavier- und Schlagzeugunterricht wahrnehmen. Außerdem findet vor den Sommerferien ein übergeordnetes Sommerfest sowie im Winter ein großes Adventssingen statt.





Die Grundschule Tornquiststraße, die „Torni“ liegt im Herzen Eimsbüttels und besticht durch ihr buntes Design.

Gleichzeitig entwickelt die Schule ihren Ganzttag kontinuierlich weiter. Aktuell wird mit dem sogenannten „Free Flow“ ein neues Essenskonzept erprobt. Beim „Freaky Friday“ entscheiden die Kinder selbst, wann sie innerhalb eines festgelegten Zeitfensters das warme oder kalte Buffet im Kinderrestaurant besuchen. Ziel ist es, Selbstständigkeit und Eigenverantwortung auch im Bereich Ernährung zu fördern.

Auch der Nachmittag wird bewusst flexibler gestaltet. Offene Bewegungsangebote, Disco, Kreativangebote oder Entspannung – die Kinder können ihren Nachmittag stärker nach ihren Interessen gestalten. „Ziel ist es, den Kindern an den langen Tagen unter anderem mehr Raum und Freiheit sowie mehr Möglichkeiten zur Mit- und Selbstbestimmung zu geben“, berichtet



Sebastian Schäfer, Standortleiter GBS der Grundschule Tornquiststraße.

Im Zuge dieser Weiterentwicklung wurde zudem beschlossen, die bisher verpflichtende tägliche Lernzeit weitgehend abzuschaffen. Stattdessen steht den Kindern mehr Zeit für individuelle Interessen, Erholung und selbstbestimmtes Lernen zur Verfügung.

Ein wichtiger Baustein der erfolgreichen Zusammenarbeit ist der enge Austausch zwischen Vormittag und Ganzttag. In einer gemeinsamen wöchentlichen Modellstunde arbeiten Lehrkräfte und das pädagogische Team der ETV Kiju zusammen, tauschen sich über die Kinder aus und planen gemeinsame pädagogische Ziele. Diese enge Verzahnung stärkt die Zusammenarbeit – und kommt vor allem den Kindern zugute.

ANZEIGE

DEINE EXPERTEN FÜR E-BIKES, SERVICE UND LEASING

In Barmbek, Bahrenfeld & der Hafencity!

Wir nehmen uns Zeit für dich!

- Ergonomieberatung inklusive Hand-, Körper- und Sitzknochenvermessung
- Ausgiebige Probefahrt

Profitiert bei Kauf oder Leasing
eines E-Bikes von vielen Vorteilen:

100 €

Zubehörgutschein
für dich als
Vereinsmitglied

50 €

Cashback
für den ETV

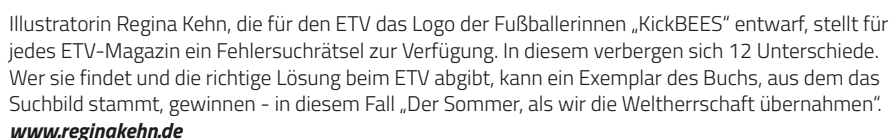
KÜSTENRAD
E-BIKE STORES

**3x in Hamburg
13x in S.-H.**



Jetzt
kostenlosen
Beratungstermin
sichern:
kuestenrad.de





26 FTV-HAMBURG.DE

VEREIN

TAG DER FAMILIEN MIT KINDERFLOHMARKT

Am 29. August lädt der ETV alle Familien, Mitglieder und Gäste herzlich zum Tag der Familien mit Kinderflohmarkt ein. Von 10 bis 15 Uhr erwartet die Besucherinnen und Besucher auf dem Softballplatz und im ETV-Sportzentrum Bundesstraße ein abwechslungsreiches Programm voller Spaß, Bewegung und gemeinsamer Erlebnisse. Parallel dazu findet der beliebte Kinderflohmarkt statt. Auf dem gesamten Gelände gibt es zahlreiche Attraktionen und Mitmach-Aktionen für Groß und Klein. Ob sportlich aktiv oder kreativ, für jeden ist etwas dabei: Freut euch auf eine Hüpfburg, eine Mal- und Bastelstation, Kinderschminken sowie viele weitere Angebote der verschiedenen ETV-Abteilungen! Darüber hinaus präsentieren sich zahlreiche Partner des ETV mit spannenden Aktionen und Informationen. Auch



für das leibliche Wohl ist mit verschiedenen Verkaufsständen bestens gesorgt.

Der Kinderflohmarkt bietet in diesem Jahr 60 Verkaufsstände und lädt von 10 bis 15 Uhr zum Stöbern, Entdecken und Schnäppchenjagen ein. Angeboten werden zahlreiche Artikel

rund ums Kind, von Spielzeug über Bücher bis hin zu Kinderbekleidung und vielem mehr.

Ein Besuch lohnt sich auch für alle, die den ETV neu kennenlernen möchten: Wer sich am Veranstaltungstag für eine Mitgliedschaft entscheidet, spart die einmalige Aufnahme-

gebühr von bis zu 24,60 Euro. Beim Eintritt in das ETV-Studio entfällt zusätzlich die einmalige Studio-Aufnahmegebühr in Höhe von 74,40 Euro.

Wir freuen uns auf einen erlebnisreichen Tag mit vielen Familien, tollen Aktionen und einer fröhlichen Atmosphäre!

KINDERSPORT

DREIMAL PODEST AUF DER KINDEROLYMPIADE

Am 19. April fand das Finale der Kinder-Olympiade in der Sporthalle Hamburg statt. Nach einem erfolgreichen Vorentscheid im ETV-Sportzentrum Hoheluft mit rund 160 Kindern hatten sich 18 Kinder aus den verschiedenen Jahrgängen (2016/2017, 2018/2019 und 2020/2021) für das Finale qualifiziert. Die Altersklassen sind nach Jungen und Mädchen unterteilt. Der Parcours in der Sporthalle Hamburg war derselbe wie beim Vorentscheid. Somit kannten die Final-Kinder die Strecke und konnten von

Anfang an Vollgas geben. Zwei Jungen und ein Mädchen, die für den ETV Hamburg gestartet waren, schafften es auf das Podest.

Felix (1. Platz, Jahrgang 2016): 34,003 Sekunden

Moritz (2. Platz, Jahrgang 2016): 34,060 Sekunden

Marie (3. Platz, Jahrgang 2016): 36,016 Sekunden

Wir sagen herzlichen Glückwunsch an die Kinder, die es auf das Podest geschafft haben. Wir freuen uns schon auf das kommende Jahr!



IMPROTHEATER IM OBERHAUS

„Ja, genau, und dann ...?“ – mit dieser positiven Aufforderung begann eine Übung beim Improtheater-Workshop, der im Mai für ETV-Mitglieder 55Plus im Oberhaus stattfand. Acht Teilnehmerinnen fanden sich ein, um mit Kerstin und Andreas von „Afterwork Impro“ spielerisch die Grundideen des Improtheaters zu erleben.

Die ersten Hemmungen verschwanden sofort, als wir Schritt für Schritt durch einfache und lustige kleine Übungen mit Improvisation vertraut gemacht wurden. So fiel es leicht, kleine spontane Stücke zu zweit, dritt oder auch viert zu improvisieren. Die positiven Rückmeldungen der Teilnehmerinnen spiegeln die fröhliche, entspannt-kreative Stimmung wider, die den kurzweiligen Workshop prägte:

„Es war wunderbar und hat allen sehr viel Spaß und Freude gemacht, aktiv mitzumachen. Es war ein schönes Miteinander, eine belebende Zeit!“

„Es kostet vielleicht hier und da ein wenig Überwindung, aber dann macht es Spaß, ist lustig und inspirierend zugleich. Und es gibt Hilfestellungen für die Kommunikation miteinander – ein: ‚Ja genau, und dann ...‘ belebt das Gespräch und ist weit aus besser als ein ‚Ja, aber ...‘, vielleicht auch grundsätzlich ein guter Tipp!“

„Mir machte es einfach Spaß, wir haben viel zusammen gelacht.“

„Ich bin beseelt und mit einem breiten Grinsen im Gesicht nach Hause gegangen.“



Mitglieder des Team 55Plus beim „Afterwork Impro“

Wir haben viel gelacht, denn ein Aspekt des Improtheaters: „Scheiter heiter“ ist ein guter Impuls, mit Leichtigkeit, spielerischer Unbefangenheit, Spontaneität und kindlicher Spielfreude angstfrei kleine improvisierte Sketche auf die Bühne zu bringen.

Auch wesentliche Erfahrungen kamen nicht zu kurz, wie eine Teilnehmerin berichtet: „Ein gewisser Stolz ist bei mir später entstanden, auf der kleinen markierten Bühne etwas spontan geredet und dargestellt zu haben.“ Wer mal richtig abschalten und gedankenlos die Zeit verbringen, neue Erfahrungen sammeln und mit anderen in fröhlicher Runde unbeschwert improvisieren möchte, kann es bald ausprobieren:

Wir freuen uns sehr auf den **nächsten Workshop am Mittwoch, 7. Oktober von 18**

bis 19.30 Uhr im Oberhaus im Sportzentrum Bundesstraße.

Alle acht Teilnehmerinnen finden es gut, auch mit jüngeren ETVer:innen gemeinsam Improtheater zu spielen, also werden wir das Angebot entsprechend öffnen. Buchen könnt ihr ab dem 1. September über die App. Wir informieren euch davor noch einmal über unseren Newsletter.

Katrin Bätje – eine Mitspielerin – hat das Wesentliche in einem kleinen Leistengedicht fokussiert:

I inspirierend
M mutmachend
P phantasiefördernd
R respektvoll
O originell
T teamorientiert
H herzlich
E empathiebetont
A achtsam
T toll / toleranzreich
E erfrischend
R richtig gut

TEAM 55PLUS

Interessant und abwechslungsreich, das ist unser Anspruch

Für das zweite Halbjahr haben wir einige Highlights im Programm: So fahren wir am 23. August gemeinsam zur NordArt nach Büdelsdorf, einer der größten Kunstausstellungen Nordeuropas. Am 7. Oktober freuen wir uns auf eineinhalb Stunden Improtheater (siehe Bericht auf dieser Seite), auch unter 55-Jährige sind herzlich eingeladen. Noch nicht terminiert sind eine Führung in der Elbphilharmonie, ein weiteres „Handverlesen“ bei der Buchhandlung „stories!“ sowie ein dritter Rundgang: „Kunst liegt auf der Straße“. Außerdem planen wir einen Besuch der Helme-Heine-Ausstellung im Günter-Grass-Haus in Lübeck. Habt ihr Ideen, die ihr gerne mit uns verwirklichen wollt? Schreibt uns gerne und abonniert unseren Newsletter (55plus@etv-hamburg.de).

UNSER CBS-BILDUNGSPROGRAMM FÜRS ZWEITE HALBJAHR

Auch im zweiten Halbjahr 2026 bietet der Campus für Bildung und Sport Hamburg (CBS) für pädagogische Fach- und Leitungskräfte, Trainer:innen sowie Interessierte ein vielseitiges Fortbildungsprogramm an. Im Mittelpunkt stehen erneut Themen, die den Berufsalltag nachhaltig stärken und alltägliche Herausforderungen praxisnah aufgreifen.

Ein besonderer Fokus liegt dabei auf gelingender Kommunikation und erfolgreicher Zusammenarbeit. Neue Seminare vermitteln, wie Teams wertschätzend kommunizieren, konstruktiv Feedback geben und eine starke

Teamkultur entwickeln können. Gleichzeitig erhalten Teilnehmende wertvolle Impulse, um Konflikte souverän anzusprechen, zu meistern und auch in sehr sensiblen und herausfordernden Situationen sicher zu handeln – beispielsweise im Bereich Kinderschutz.

Darüber hinaus widmet sich das Programm der persönlichen Gesundheit und fachlichen Weiterentwicklung. So zeigt ein Angebot, warum Selbstfürsorge im Berufsalltag oft an der Umsetzung scheitert und wie sich Stress-Management nachhaltig gestalten lässt. Weitere Seminare beschäftigen sich mit

dem professionellen Einsatz der eigenen Stimme, dem Umgang mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen (ADHS) sowie Bewegungs- und Entspannungsangeboten für Kinder. Wissen, das sich unmittelbar im Arbeitsalltag anwenden lässt.

Ob neue Perspektiven, praktische Methoden oder fachlicher Austausch – der CBS unterstützt nicht nur ETV-Mitarbeitende, ihre Kompetenzen gezielt weiterzuentwickeln und ihre tägliche Arbeit mit frischen Impulsen zu bereichern. Auch ETV-externe Personen und Bildungseinrichtungen sind

herzlich eingeladen, das Bildungsprogramm zu nutzen.

Alle Bildungsangebote sowie weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung findet ihr auf der CBS-Website unter www.cbs-hamburg.de.

OLYMPIA

ALEXANDER OTTO SPORTSTIFTUNG FÖRdert DREI ETV-PROJEKTE

Im Zuge der Olympia-Bewerbung hat die Alexander Otto Sportstiftung Vereine und Schulen, die mit ihrem Engagement den olympischen Gedanken in die Stadt trugen, mit bis zu 20.000 Euro unterstützt. Insgesamt vergab die Sportstiftung 1,1 Millionen Euro für insgesamt 124 Projekte in 93 Stadtteilen.

Sport bewegt Menschen nicht nur körperlich, sondern auch im Miteinander. Dafür tragen in den Hamburger Vereinen und Schulen unzählige Engagierte täglich und oft ehrenamtlich bei. Dieses Engagement stärkt die Stiftung. Zudem sollte die Förderung insbesondere die nächste olympische Genera-

tion – Kinder und Jugendliche – motivieren, Gemeinschaft zu erleben, ihre Talente zu entdecken und sich zu entwickeln.

Auch der ETV erhielt für mehrere Projekte Unterstützungen. Die Inklusionsschwimmer:innen konnten sich beispielsweise über eine Unterstützung für ihr im Frühling abgehaltenes Trainingslager auf Mallorca freuen. Auch aufgrund dieser Woche konnten die Schwimmerinnen und Schwimmer so gut bei den Nationalen Spielen der Special Olympics im Juni (siehe auch Seiten 4 und 5) abschneiden.

Die C-Jugend-Fußballerinnen bekamen für ein Mental-Coaching-Projekt eine Unterstützung, außerdem die Tennisabteilung für ein internationales Jugendturnier.

Wir bedanken uns für die Unterstützung. Auch wenn das Referendum bekannterweise negativ ausgefallen ist, konnte der Sport an dieser Stelle doch profitieren.



Die Alexander Otto Sportstiftung unterstützte das Mental Coaching-Programm der C-Jugend Fußballerinnen des ETV.

Einladung zur ETV-Jugendversammlung

am Montag, den 07.09.2026 um 18.00 Uhr im Sitzungszimmer des ETV-Sportzentrums Bundesstraße, Bundesstraße 96, 20144 Hamburg

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Bericht des Jugendausschusses
3. Jahresrechnung (Jugendplan und Qualifizierungsfonds)
4. Genehmigung der Jahresrechnung
5. Entlastung des Jugendausschusses
6. Antrag zur Änderung der Jugendordnung
7. Wahl der Jugendvertreter für die Delegiertenversammlung
8. Berichte aus den Abteilungen
9. Sonstiges

Auch in diesem Jahr gilt, dass Abteilungen, die nicht vertreten sind, für das kommende Jahr keinen Anspruch auf einen Zuschuss aus dem ETV-Jugendplan haben.

Mit freundlichen Grüßen
Mathis Wittneben
ETV Jugendwart

NEUE FSJLERIN LUCIE ANDERSON IM KINDERSPORT UND IN DER SCHWIMMSCHULE

Herzlich willkommen, Lucie!
Wir freuen uns über Zuwachs
in dem Team des Kindersports
und der Schwimmschule. Am
1. August hat Lucie ihr FSJ
im ETV Hamburg gestartet.
Der Sport ist ihr bekannt, sie
startet im frühen Alter mit
dem Schwimmen und macht
dies bis zum 11. Lebensjahr.
Anschließend wechselt sie
zum Hockey. Ein sportlicher

Alltag ist für Lucie nichts
neues, nun möchte sie in ihrem
Freiwilligendienst mehr über
die Sportorganisation in einem
Sportverein lernen. Neben den
allgemeinen Büro-Aufgaben
wird Lucie natürlich auch in
den Hallen am Nachmittag
unterwegs sein.

Wir freuen uns auf ein span-
nendes Jahr mit dir, Lucie!



**Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams im
Sportzentrum Bundesstraße und Sportzentrum Hoheluft ab sofort**

EMPFANGSMITARBEITENDE AN DER ETV-INFORMATION (M/W/D) AUF MINIJOB-BASIS

Wir bieten:

- Ein befristetes Arbeitsverhältnis auf 1 Jahr (verlängerbar)
- Anteiliger Urlaub auf Basis 30 Tage bei 5-Tage-Woche (feste Einsätze)
- Abwechslungsreiche Tätigkeit in einem ambitionierten Breitensportverein
- Vergünstigungen im Sportbetrieb
- Attraktives Arbeitsumfeld

Aufgabenbereich:

- Beratung von Mitgliedern und Sportinteressierten
- Überprüfung der Mitgliedschaft
- Telefonannahme, Beratung und Weiterleitung an die entsprechenden Fachbereiche
- Ausgabe von Mitgliedsanträgen und Beratung
- Annahme von Beschwerden sowie Abklärung dieser

- Basis-Telefonannahme und Mailkommunikation und Weiterleitung an zuständige Ansprechpartner
- Unterstützung bei Kursbuchungen und dem Umgang mit der ETV-App
- Unterstützung bei der Durchführung von Online-Anmeldungen
- Beschwerdeannahmen sowie Weiterleitung an entsprechende Abteilungen oder Ansprechpartnern der Tochterunternehmen
- Gewissenhafte Übergabe vorbereiteter Fahrzeugschlüssel nach Vorgabe
- Für einen sauberen Empfangsbereich sorgen
- Tragen von Dienstkleidung

Qualifikationen:

- Verantwortungsvolle, selbständige, gut strukturierte sowie organisierte Arbeitsweise
- Kontakt-, Kommunikations-, Konflikt- und Kritikfähigkeit
- Freundliche Umgangsformen, Serviceorientiert
- Zuverlässigkeit, Vertrauenswürdigkeit und Diskretion sind unerlässlich
- Hohes Maß an Flexibilität und Belastbarkeit
- Sie agieren problemlösungsorientiert

Bewerbungen senden Sie bitte mit Angabe des frühestmöglichen Eintrittstermins an
Steffen Baum, Personalreferent Recruiting, unter Bewerbungen@etv-hamburg.de

REISEN

PACKT DIE REITERSTIEFEL EIN!

In den Herbstferien geht es eine Woche rund um Pferde, Ausritte, Reitunterricht und ganz viel Natur. In diesem Jahr geht es auf den Ponyhof Naeve am Wittensee.

Der Reiterhof befindet sich in toller Lage an einem See mit vielen Aktivitäten, die man neben dem Reitunterricht ausprobieren kann. Es gibt einen Spielplatz, einen Fußballplatz und vor allem einen Badesteg direkt am See. Die perfekte Möglichkeit also, um eine schöne Ferienwoche mit Kindern im selben Alter zu verbringen.

Wann: 18. bis 24. Oktober
Preise: 525/590 Euro (ETV- und Kiju-Kinder/ Gäste)

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



ANZEIGE

HAMBURG AIRPORT. BEWEGT.

Nachbarschafts-
Preis
2026

Jetzt bewerben.

Es ist wieder so weit: Der „Hamburg Airport. Bewegt. Nachbarschaftspreis“ geht in die achte Runde! Euer Verein oder eure Organisation hat ein tolles, ehrenamtliches Projekt am Laufen? Dann bewerbt euch jetzt – alle Infos unter: hamburg-airport-bewegt.de



AVIALLIANCE

Hamburg Airport

MEDAILLEN UND NADELN FÜR VERDIENSTE

In diesem Frühjahr und Frühsommer wurden wieder viele ETVer bei unterschiedlichen Ehrungen gewürdigt.

Fechterin Gesche Reimers wurde am 28. April im Rathaus die Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes vom Senat der Freien und Hansestadt Hamburg verliehen. Die Stadt würdigt mit diesem Preis Persönlichkeiten, die sich durch langjährige, herausragende Leistungen in besonderer Weise um das Gemeinwesen verdient gemacht haben. Gesche ist seit Jahren ehrenamtlich in der Fechtabteilung aktiv und Teil des ETV-Ehrenausschusses. Am 24. April wurden im frisch renovierten

Hamburg-Haus die erfolgreichsten Sportler:innen des Bezirks Eimsbüttel vom Bezirksamt geehrt. Auch der ETV war mit vielen Sportler:innen sowie Ehrenamtlichen vor Ort. Die Jury hat folgende Personen/Teams für die Ehrung ausgewählt:

- Team Wasserball U14, weiblich – 3. Platz Deutsche Meisterschaften
- Emma Dietze – U20-Nationalspielerin, 1. Platz Nations Cup
- George Udsilauri – U23 Europameister, deutscher Meister im Judo



Gesche Reimers vom ETV erhielt im Hamburg Rathaus die Treuemedaille im Dienste des Volkes für ihr ehrenamtliches Engagement.



Der Bezirk Eimsbüttel ehrte viele ETV-Sportler:innen und Ehrenamtliche.

- Philipp Huster/Max Just – Studentenweltmeister Beachvolleyball
- Birgit Veyhle, Herausragendes ehrenamtliches Engagement im Team 55Plus
- Till Eicker, Golf, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Anton Schrieber, Schwimmen, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Jannik Ahsen, Schwimmen, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Maja Lenkewitz, Schwimmen, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Isabel Gambke, Schwimmen, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Aquaball-Mannschaft U14, deutscher Meister (Spencer Spiel, Jon Stinsmeier, Janne Bödewadt, Nelsen Ussher)
- Damian Falk, Armwrestling, deutscher Meister
- Emmely Grasmeyer, Armwrestling, deutsche Meisterin
- Oleksandr Polishchuk, Armwrestling, deutscher Meister
- Liam Lopez, Armwrestling, deutscher Meister
- Dennis Tralau, Fußball, Ehrenamt

Beim Sommerempfang des ETV, den der Verein am 26. Juni bei hochsommerlichen Temperaturen im Garten des Sportzentrums feierte, wurden ebenfalls die erfolgreichsten Sportler:innen und Sportler sowie Menschen ausgezeichnet, die sich herausragend für den Verein ehrenamtlich engagiert haben. Tennisspielerin Ute Schneider wurde zum Ehrenmitglied ernannt. Außerdem wurde folgenden Personen die Silberne Ehrennadel verliehen:

- Sven Siemsen, Club Céronne, Ehrenamt
- Nicole Siebler, Faustball, Ehrenamt
- Michaela Lux, Faustball, Ehrenamt
- Christian Sondern, Faustball, Ehrenamt
- Lea Balzerowski, Judo, Deutsche Meisterin
- Josefin Karlovic, Judo, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics
- Mario Grotheer, Golf, 1. Platz Nationale Spiele Special Olympics

In Abwesenheit wurden außerdem zwei Goldene Ehrennadeln an George Udsilauri (Judo, U23-Europameister) und an Helmar Burkhardt (Fechten, 3. Platz Veteranen-WM) verliehen. Wir sagen Herzlichen Glückwunsch an alle!



SCHWIMMSCHULE TURMWEG

INTENSIVKURSE IN DEN HERBSTFERIEN

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

Buchung der Schwimmkurse

Die Kurse der ETV-Schwimmschule Turmweg können Sie ab dem 14. September 2026, 12 Uhr über das Buchungssystem des ETV, „Clubity“ buchen. Eine ausführliche Beschreibung der Kursinhalte finden Sie beim jeweiligen Angebot.

Kontakt:
Daniel Kalks,
040 401769-22
schwimmschule@
etv-hamburg.de

Seepferdchenkurse in den Herbstferien

Wann: 19. bis 30. Oktober

Montag bis Freitag,
9 bis 9.45 Uhr

Montag bis Freitag,
10 bis 10.45 Uhr

Montag bis Freitag,
11 bis 11.45 Uhr

Montag bis Freitag,
16 bis 16.45 Uhr

Für: Kinder ab 5 Jahren

Wo: ETV Schwimmschule
Turmweg, Turmweg 33,
20148 Hamburg

Gebühr: 170 / 230 Euro (ETV-
Kinder / Gastkinder)

Flipperkurse in den Herbstferien

Wann: 19. bis 30. Oktober

Montag bis Freitag,
12 bis 12.45 Uhr

Montag bis Freitag,
17 bis 17.45 Uhr

Für: Kinder ab 5 Jahren mit
Seepferdchen-Abzeichen

Wo: ETV Schwimmschule
Turmweg, Turmweg 33,
20148 Hamburg

Gebühr: 170 / 230 Euro (ETV-
Kinder / Gastkinder)

SCHWIMMSCHULE TURMWEG

UMSTIEG AUF „CLUBITY“

Unter dem Motto „Alles auf einen Blick“ stellt die Schwimmschule Turmweg zum neuen Schuljahr 2026/2027 auch die regulären Kursstellen auf das vereinsweit genutzte Buchungsportal „Clubity“ um.

Bisher konnten über „Clubity“ ausschließlich die Intensivkurse in den Ferien gebucht werden. Gemeinsam mit dem

Softwareanbieter wurden inzwischen auch die letzten Funktionen umgesetzt, die für die besonderen Anforderungen der Schwimmschulkurse erforderlich sind. Damit steht der vollständigen Umstellung nun nichts mehr im Wege.

Die Vorteile für Interessentinnen und Interessenten im Überblick:

- Alle Kurse in einem Portal
- Ein Account für sämtliche Buchungen
- Übersicht über Buchungen, Rechnungen und persönliche Daten im eigenen Account
- Buchung für Mitgliederinnen und Mitglieder auch in der App möglich



ANZEIGE

**Die neuen Styles
sind da!**

**Hier geht's direkt
zum Online Shop**

marlowe-nature.de

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

Foto: reolution

FITGYM

TRAUER UM ARNO WEILERT

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von unserem langjährigen Mitglied und geschätzten Übungsleiter Arno Weilert, der nun im Alter von 78 Jahren verstorben ist.

Seit seinem Eintritt in den ETV im Jahr 1979 war Arno Weilert über Jahrzehnte hinweg eng mit unserem Verein verbunden. Bereits seit 1981 leitete er mit außerordentlichem Engagement die Gruppen in den Bereichen Fitness, Krafttraining und Skigymnastik. Unzählige Mitglieder haben von seinem Fachwissen, seiner Erfahrung und seiner motivierenden Art profitiert.

Arno war stets zur Stelle, wenn Unterstützung gebraucht wurde. Ob als Vertretung für andere Übungsgruppen, bei der Betreuung der Marathonläuferinnen und Marathonläufer des ETV oder während des Deutschen Turnfests, als er die Fitnessangebote für Mitglieder und Gäste in der Bundesstraße



übernahm – auf seinen Einsatz war jederzeit Verlass.

Besonders hervorzuheben ist sein jahrzehntelanges Wirken für den ETV sowie für die Turn- und Gymnastikabteilung. Für seine herausragenden Verdienste wurde ihm im Novem-

ber 1996 die Silberne Ehrennadel des ETV verliehen.

Sein Pflichtbewusstsein, seine Verlässlichkeit und sein unermüdlicher Einsatz waren beispielhaft. Vor allem aber war es seine menschliche Art, die ihn auszeichnete. Er pflegte ei-

nen engen und vertrauensvollen Kontakt zu den Mitgliedern, denen er stets mit Rat, Zeit und Aufmerksamkeit begegnete.

Der Kraftraum im ETV-Sportzentrum Bundesstraße war für viele Jahre sein zweites Zuhause. Woche für Woche kamen die Mitglieder in seine Kurse, um gemeinsam mit ihm zu trainieren, sich auszutauschen und von seiner Begeisterung für den Sport anstecken zu lassen.

Wir werden Arno Weilert als treuen Wegbegleiter in den verschiedenen Entwicklungsphasen von TuG und FitGym, als verlässlichen Kollegen in herausfordernden Zeiten – insbesondere während der Corona-Pandemie – und vor allem als einen Menschen in Erinnerung behalten, der den ETV mit Herz, Leidenschaft und großer Hingabe geprägt hat.

Unser Mitgefühl gilt seiner Familie und allen Angehörigen. Der ETV wird Arno Weilert ein ehrendes Andenken bewahren.

FITGYM

TRAUER UM MARTIN EGGERT

Mit großer Betroffenheit nehmen wir Abschied von unserem langjährigen Mitglied Martin Eggert, der am 5. Juni 2024 im Alter von 60 Jahren während eines Outdoortrainings der ETV FitGym auf dem Softballplatz des Sportzentrums Bundesstraße plötzlich und unerwartet verstarb.

Martin gehörte seit 2005 der Sparte FitGym an und war über viele Jahre Teil unserer Gemeinschaft. Sein Tod wurde offenbar durch eine innere

Erkrankung verursacht. Trotz des sofortigen Einsatzes der anwesenden Ersthelfenden und des Rettungsdienstes konnte sein Leben nicht gerettet werden.

Mit Martin verlieren wir ein geschätztes Mitglied. Unsere Gedanken und unser tiefes Mitgefühl gelten seiner Familie und allen Angehörigen.

Wir werden Martin ein ehrendes Andenken bewahren.



RUND UMS BABY – INTERVIEW MIT DIANA LAUBE

Die ETV FitGym bietet wöchentlich elf Kurse „Rund ums Baby“ an, dies beinhaltet Kurse in der Schwangerschaft, Rückbildungsgymnastik sowie Aktiv-Kurse mit Baby oder auch Sensorik für Babys.



Die FitGym bietet damit einen erholsamen Ausgleich in der Schwangerschaft, das richtige Anschlussstraining, einen Austausch mit anderen Teilnehmerinnen und ein gemeinsames Sportangebot für Eltern und Kinder! Alle Rund-ums-Baby-Kurse sind bereits in der FitGym-Mitgliedschaft enthalten und ohne zusätzliche Kosten buchbar. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Wir haben uns mit Trainerin Diana Laube getroffen und ganz genau nachgefragt.

Zum Einstieg ein paar Worte zu dir: Wer bist du, was machst du beruflich und welche Kurse unterrichtest du beim ETV?

Mein Name ist Diana und ich unterrichte im ETV Yoga und Pilates für Schwangere. Meine Yogalehrer-Ausbildung habe ich vor 22 Jahren absolviert und mit der eigenen ersten Schwangerschaft wuchs mein Interesse an diesen spezifischen Themen für Mütter und werdende Mütter, sodass ich mich in diesem Bereich weitergebildet habe. Jetzt, wo meine Kinder fast erwachsen sind, entwickle ich mich beruflich noch mal weiter und stecke im zweiten Ausbildungsjahr zur Physiotherapeutin. Derzeit

betreue ich als Auszubildende Frauen auf einer Wochenbettstation sowie Frühchen, Kinder und Jugendliche.

Welche Vorteile siehst du in der körperlichen Aktivität während und nach der Schwangerschaft und wie können unsere Kurse dazu beitragen?

Im Optimalfall startet die körperliche Aktivität schon vor der Schwangerschaft und wird in der Schwangerschaft in angepasster Form fortgesetzt. Aber auch für Frauen, die zuvor nicht sportlich aktiv waren, ist es keinesfalls zu spät zu beginnen. Sport steigert das Wohlbefinden in allen Lebenslagen, somit auch in der Schwangerschaft. Zudem schützt Sport vor möglichen Schwangerschaftskomplikationen. Regelmäßige körperliche Aktivität senkt zum Beispiel das Risiko einer Schwangerschaftsdiabetes, schützt vor Bluthochdruck, hilft gegen oft auftretende Wassereinlagerungen, beugt Rückenschmerzen vor oder kann diese lindern und wirkt sich positiv auf den Geburtsverlauf und die Erholung danach aus.

Welche unterschiedlichen Angebote gibt es im Bereich Rund ums Baby und für wen sind diese geeignet?

Im ETV gibt es Yoga und Pilates für Schwangere. Rückbildungsgymnastik und Mama Fit sowie angepasste postnatale Bauch-Beine-Po und Yogilates-Kurse, in denen die Babys mitgenommen werden können.

In deiner täglichen Arbeit und auch unseren Kursen begleitest du werdende und frisch gebackene Mütter durch Schwangerschaft, Rückbildung und das passende Anschlussstraining. Welche typischen Fragen oder Unsicherheiten kommen dabei auf?

Eine häufige Frage ist, wann nach der Entbindung wieder Sportkurse besucht werden dürfen. Darauf gibt es keine pauschale Antwort, denn jeder Körper ist anders und die Belastung in den verschiedenen Kursformaten ist sehr unterschiedlich. Ich empfehle nach dem Wochenbett einen Rückbildungskurs zu besuchen, achtsam mit sich umzugehen und die Belastung langsam zu steigern. Ein postnataler Yogilates, Bauch-Beine-Po oder ein Mama-Fit-Kurs ist speziell auf die Bedürfnisse nach der Schwangerschaft abgestimmt. So wie Bewegung durch die Schwangerschaft hindurch hilfreich ist, ist es auch gut einen körperlichen Ausgleich und Zeitinseln für sich im Alltag mit

dem Kind zu haben. Manchmal ist es wichtiger, Schlaf nachzuholen statt sich auszupowern, andererseits schläft es sich nach Sport besser. Auf sein eigenes Gefühl zu hören ist immer der beste Weg. Oft fällt der Satz „Das ist doch normal in der Schwangerschaft oder im Wochenbett“. Irgendwie scheinen Frauen in dieser Phase vieles hinzunehmen. Rückenschmerzen, Wassereinlagerungen, Sodbrennen, versehentlicher Abgang von Urin beim Lachen, Niesen oder Husten sind sehr verbreitet und mit den körperlichen Veränderungen zu erklären. Als „normal“ müssen diese Dinge aber nicht hingenommen werden. Es gibt Möglichkeiten, diese Beschwerden zu lindern und vorzubeugen.

Welcher Moment oder welche Situation aus deiner Arbeit im Rund-ums-Baby-Bereich ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

Eine Kursteilnehmerin ist mir im Kopf geblieben. Der errechnete Termin stand circa zwei Wochen bevor und das eigentlich schon mit dem Kopf im Becken positionierte Baby hat sich noch einmal gedreht, sodass es mit dem Steiß unten lag. Wir haben dann im Kurs Haltungen trainiert, die ein Zurückdrehen erleichtern können. Es hat geklappt!



ETV-STUDIOS

IMPULSE FÜR EIN STARKES LEBEN

die Gesundheitswoche vom 3.-10. Oktober

Auch 2026 werden wir beliebten Gesundheitstag der ETV-Studios durchführen – allerdings erweitert auf eine Gesundheitswoche! Und das Beste: Wer in dieser Woche Mitglied in einem oder beiden Studios wird, zahlt keine Aufnahmegebühr für die Studios und den Verein. So können bis zu 99 Euro gespart werden!

Unter dem Motto „Impulse für ein STARKes Leben“ erwartet euch am 3. Oktober von 10 bis 16 Uhr ein abwechslungsreiches Sport- und Aktiv-

programm. Zusätzlich könnt ihr die vielfältigen FitGym-Kurse sowie unsere Fachvorträge an diesem Tag und der folgenden Woche kostenlos besuchen. Bitte meldet euch rechtzeitig

per Mail (fitgym@etv-hamburg.de) für den Kurs eurer Wahl an.

Wer sich über die vielfältigen Angebote der ETV-Studios

informieren möchte, kann sich kostenfrei von den qualifizierten Trainer:innen und Mitarbeiter:innen beraten lassen.

Zusätzlich bieten wir einen kostenlosen Fitness-Check mit einer Körperanalysewaage, die nicht nur das Körpergewicht, sondern ebenfalls die Verteilung des Gewichts auf Körperfett, Muskelmasse und Körperwasser aufzeigt. Für Mitglieder ist dieser Check immer kostenlos – mit der dazugehörigen Software werden alle Messergebnisse gespeichert; so kann eine individuelle Entwicklung über einen längeren Zeitraum dokumentiert werden. Die Ziele eines Abnehm- oder Fitnessprogramms können so überprüft und Erfolge aufgezeigt werden.

UNSER PROGRAMM VOM 3.-10. OKTOBER

SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE UND HOHELUF

WOCHE, 3.-10. OKTOBER, ganztägig

Kurse der FitGym

Entdecke unsere Kursvielfalt und probiere Dich unverbindlich aus.

Bitte melde dich für die Kurse per Mail (fitgym@etv-hamburg.de) an.

SAMSTAG, 3. OKTOBER 10:00-16:00 Uhr, Studio

- **Offene Tür**
- **CheckUp v. Technogym**
Die smarte Körperanalyse – lerne Deinen Fitnessstatus kennen
- **Glücksrad:** Drehen, gewinnen und überraschen lassen – mit tollen Preisen

SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE

**SAMSTAG, 3. OKTOBER
13:30-14:15 Uhr, Oberhaus**
Vortrag: Protein-Hype: Wieviel Protein brauchen wir wirklich?

**SONNTAG, 4. OKTOBER
16:00-20:00 Uhr, Sauna**
Saunaspecial: Entspannung erleben – mit wohltuenden Aufgüssen

**MONTAG, 5. OKTOBER
12:00-21:00 Uhr, Studio**
Shake-Verkostung: Entdecke leckere Proteinshakes – probieren ausdrücklich erwünscht.
Dienstag, 06. Oktober

**FREITAG, 9. OKTOBER
07:00-21:00 Uhr, Studio**
Frisches Obst für alle – die perfekte Stärkung für zwischendurch

SPORTZENTRUM HOHELUF

**SAMSTAG, 3. OKTOBER
10:00-16:00 Uhr, Athletikraum**
Freies Training: Mehr Körpergefühl – funktionelles Training mit freien Gewichten

11:00-11:45 Uhr, Kursraum 4
Vortrag: Protein-Hype: Wieviel Protein brauchen wir wirklich?

12:30-13:15 Uhr, Kursraum 4
Vortrag: Strongevity: Warum Krafttraining das Fundament zur Langlebigkeit ist

**SONNTAG, 4. OKTOBER
10:00-20:00 Uhr, Studio**
Frisches Obst für alle – die perfekte Stärkung für zwischendurch

**MONTAG, 5. OKTOBER
17:00-19:00 Uhr, Athletikraum**
Kettlebells: Dynamische Ganzkörperübungen für Kraft, Ausdauer und Koordination

**DIENSTAG, 6. OKTOBER
17:00 - 21:00 Uhr, Sauna**
Saunaspecial: Entspannung erleben – mit wohltuenden Aufgüssen

**MITTWOCH, 7. OKTOBER
19:00-21:00 Uhr, Athletikraum**
Medical Ball: Functional Training für Rumpfstabilität und Beweglichkeit

**DONNERSTAG, 8. OKTOBER
09:00-20:00 Uhr, Studio**
Liegestütz-Challenge: Teste Deine Kraft, stelle Dich der Herausforderung und knacke den Tagesrekord

**FREITAG, 9. OKTOBER
12:30-13:15 Uhr, Kursraum 4**
Vortrag: Strongevity: Warum Krafttraining das Fundament zur Langlebigkeit ist

17:00-20:00 Uhr, Athletikraum
Langhantelspecial: Die Grundlagen der Langhanteltechnik – sicher, effektiv und kraftvoll

POWERED BY:



SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE

**MONTAG, 5. OKTOBER
17:30-18:30 Uhr, Oberhaus**
HEK Gesundheitsimpuls: Gesundheit in der Lebensmitte – warum Hormone auch im Training eine Rolle spielen

**MITTWOCH, 7. OKTOBER
15:30-16:30 Uhr, Oberhaus**
HEK Gesundheitsimpuls: Zyklus verstehen – was Sportlerinnen über Hormone, Energie und Regeneration wissen sollten

**DONNERSTAG, 8. OKTOBER
17:00-18:00 Uhr, Sitzungszimmer**
HEK Gesundheitsimpuls: Wechseljahre: Leistungsfähig durch die Wechseljahre – Wissen statt Mythen

ANZEIGE

Über 865 Mio. €

für den Sport seit 1970.

LOTTO® Guter Tipp.
lotto-hh.de

Teilnahme ab 18 · Spielen kann süchtig machen
Hilfe unter check-dein-spiel.de · Whitelisted/GlStV 2021

GlücksSpirale

Partner der
GlücksSpirale

STRONGEVITY: WARUM KRAFT-TRAINING EIN FUNDAMENT FÜR LANGLEBIGKEIT IST.

Was bedeutet es eigentlich, wirklich gesund alt zu werden? Nicht nur lang zu leben, sondern dieses Leben auch voller Energie, Aktivität und Gesundheit zu genießen – ein Wunsch, der mit dem Begriff der „Longevity“ zusammengefasst wird. Mit unserem Trainer Jo Oehling sprechen wir genau über dieses Ziel – und warum wir es ohne Krafttraining kaum erreichen werden. Denn Kraft ist kein netter Nebeneffekt eines Muskeltrainings, sondern ein zentraler Bestandteil, um ein hohes Maß an Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten.

Was kann man für ein langes, gesundes Leben tun? Für eine gesunde Langlebigkeit (Longevity) genügt es auf folgende vier Punkte zu achten: gesunde Ernährung, Stressreduktion sowie Ausdauer- und Krafttraining. Während (auch auf Grund der hohen Anzahl der Herz-Kreislaufkrankungen) dem Ausdauersport lange eine vorrangige Stellung zugesprochen wurde, weiß man seit Jahren, dass ein Krafttraining im Alterungsprozess des Menschen genauso wichtig ist. Wer keine Kraft mehr für Alltagsbelastungen wie Treppensteigen oder Wasserkästen tragen hat, verliert schleichend auch Freiheit und Unabhängigkeit – und damit Lebensqualität.

Denn schon ab Mitte 40 beschleunigt sich der Prozess des altersbedingten Muskelabbaus (Sarkopenie) pro Dekade auf circa das Doppelte, sofern Krafttraining nicht zur regelmäßigen Gewohnheit wird. Und es erscheint logisch, dass – je länger wir leben – ein schleichender Kraftverlust sich auf unsere Belastbarkeit auswirkt. Denn stärkere Muskeln stabilisieren den Körper im Rumpfbe-

reich, geben unseren Knie- und Schultergelenken halt und lassen uns weniger angestrengt Alltagslasten bewältigen. Wobei Kraft mehr als Muskelmasse ist. Die Sportwissenschaft beschreibt Kraft als die Fähigkeit des Nerv-Muskelsystems, Widerstände über einen (oder mehrere) Kraftstöße zu überwinden. Zum Beispiel einen schweren Gegenstand anzuheben, die Schwerkraft beim Aufstehen aus dem Kniestand zu überwinden oder auch 100 Meter den Berg hochzurennen.

Wir benötigen ein lebenslanges Krafttraining unter dem Begriff der „Strongevity“ – Muskeltraining zum Erhalt aller Kraftfähigkeiten angepasst an die „Altersklasse“. Es geht darum, den Körper funktional (für den Alltag oder die Sportart) stark zu machen. Neben den generellen Krafttrainingsprinzipien sind für ein Muskeltraining mit dem Ziel der „Strongevity“ folgende Punkte zu beachten:

Ein Warm-Up ist absolut sinnvoll

Beim allgemeinen Aufwärmen steigt die Körper- und Muskeltemperatur an. Dies bewirkt, dass Muskeln, Sehnen und Bänder elastischer werden, die

Stoffwechselprozesse werden beschleunigt und das Zusammenspiel zwischen Nerven und Muskeln funktioniert besser.

Die Gelenkgesundheit rückt in den Vordergrund

Gelenke werden gefühlt steifer oder gar schmerzhaft, insbesondere im Schulterbereich, den Knien und Hüften. Jahrelange einseitige Belastungen oder Inaktivität haben eventuell zu vorzeitigem Verschleiß und Schmerzen geführt. Krafttraining fördert die Gelenkbelastbarkeit von Knorpel, Bändern und Kapseln und trägt zu deren Gesundheit bei.

Die Regeneration dauert länger. Eines der ersten Dinge, die Menschen nach dem 45. Lebensjahr bemerken, ist, wie viel länger es dauert, sich von anstrengenden Trainingseinheiten zu erholen. Ausreichende Tiefschlafphasen sind notwendig für eine hormonelle Regeneration und die Muskelreparatur. Weiterhin sind echte Ruhetage mit einer leichten Aktivität wie Spazierengehen oder Saunagänge wichtig für eine Erholung. Ein intensives Ausdauertraining am Folgetag einer Krafttrainingseinheit verzögert dagegen die Regeneration deutlich.

Kürzere Trainingseinheiten, da das Nerv-Muskelsystem schneller ermüdet

Für den Muskelerhalt sind zwei Trainingseinheiten pro Woche mit 45 Minuten Belastung ausreichend. Wobei isolierte Kraftübungen, wie zum Beispiel Tautziehen für den Trizeps, zwar für eine straffere Oberarmrückseite sorgen, uns aber wenig für unsere Alltagsbelastungen bringen. Der Körper braucht bei fast allen Kraftstößen Anspannung aus einer Muskelkette. Deshalb sind Grundübungen (wie Pulldown, Kniebeugen, Ausfallschritte, Rudern oder Bankdrücken), die viele Muskeln gleichzeitig fordern, sinnvoller als isolierte Übungen. Idealerweise versucht man hohe Kraftstöße mit funktionalen Bewegungen zu kombinieren.

Fazit: Ohne Strongevity keine Longevity

Krafttraining ist nicht nur eine Option – es ist die Grundlage für ein langes, gesundes und unabhängiges Leben. Kraft schützt vor Stürzen, sichert Mobilität und steigert die Alltagsbelastung. Stark sein bedeutet, besser zu leben, nicht besser auszusehen. Wer heute mit dem Training beginnt, legt das Fundament für eine gesunde Zukunft.



SERVICE

DER ALLTAG AM INFO-TRESEN

Unser Team am Empfang im Sportzentrum Bundesstraße – bestehend aus 18 Personen verschiedenen Alters – steht euch montags bis freitags von 8.30 bis 23.30 Uhr und am Wochenende von 9 bis 20 Uhr für Fragen und Anliegen aller Art zur Verfügung. Ihr werdet freundlich begrüßt und verabschiedet, ihr erhaltet Auskünfte, Hilfe bei der Nutzung der Mitglieder-App, Kühlpacks, Pflaster und vieles mehr.

Manchmal wird es zu den Stoßzeiten etwas hektisch, weil mehrere Mitglieder zeitgleich Fragen haben, einen neuen Mitgliedsausweis benötigen, in einen Kurs gebucht werden möchten oder einen Raum suchen. Wir erteilen Auskünfte zu Probestunden, Schnupper-

mitgliedschaften, Anmeldekonditionen oder auch nur, wo sich die Toiletten befinden. Parallel klingelt das Telefon Sturm, um zu signalisieren: Vernachlässigt mich bitte auch nicht!

In diesen Minuten ist von allen Beteiligten Geduld gefragt. Die Trainerinnen und Trainer erhalten die Hallenschlüssel

und für die Kinderkurse Listen der Teilnehmenden. E-Mails müssen dann auch mal ein, zwei Stunden warten, bis sie beantwortet werden. Zu anderen Zeiten ist Raum für einen Schnack mit den Mitgliedern, für den einen oder anderen privaten Austausch. Wir hören uns Sorgen und Nöte an, erfahren von Hochzeiten oder Geburtstagsfeiern. Viele Mitglieder kennen wir mit Namen und uns macht es Spaß, auch einmal über den sportlichen Tellerrand gucken zu können.

Es gibt aber auch die kleinen nervigen und ungeliebten Aufgaben wie rumfliegende Flyer und Bonbonpapier einzusammeln, die Kids vom wilden Inlineskaten im Flur abzuhalten, Eltern zu bitten, die Treppen nur so weit zu belegen, dass noch jemand hoch oder runter gehen kann. Zu den unbeliebtesten Aufgaben gehört es, in der Spätschicht bei der Hallenkontrolle die vergessenen verschwitzten Shirts oder Socken einzusammeln. Trinkflaschen, Isomatten, Jacken, Mützen, Schals, Helme, Schirme, Schmuck und anderes mehr lagern wir gerne für gut einen Monat. Danach wird der Platz knapp und wir müssen das eine oder andere Fundstück entsorgen, weil es nicht vermisst und abgeholt wurde. Bei uns geht nichts verloren, auch kein Kind, nicht einmal ein Gebiss.

Wir arbeiten in drei Schichten und jeder Dienst hat seine Besonderheiten.

Besonders viel Freude haben wir an den Schulklassen und Kindergartengruppen, die vormittags kommen: Alle sind gut gelaunt und die Kleinen grüßen immer so allerliebste, dass einem das Herz aufgeht. Auch die Reha-Sporttreibenden machen Spaß. Zu Beginn sind sie manchmal unsicher, aber schon bald kommen sie mit ihrem Pfand in der Hand zu uns, um ein Einlassband zu erhalten.

Nachmittags bestimmen die Kinderkurse unseren Job, fröhliches Johlen und Kinderlachen, allerdings auch die eine oder andere Unmutsbekundung der Kinder hallt durch die Flure. Diese werden gerne als Umkleide oder fürs Picknick nach getaner Betätigung genutzt. Dabei bieten sich unsere geräumigen Umkleideräume deutlich besser zum Wechseln der Kleidung an, zumal sich die Kinder in der Regel sehr freuen, wenn sie ihre eigene Mitgliedskarte erhalten und damit Zugang zu den Räumen und Schränken haben.

Abends wird es ruhiger, fast nur noch Erwachsene besuchen die Kurse oder spielen Badminton, fechten, tanzen, machen Judo und anderes mehr. Das Telefon ist dann auch zur Ruhe gekommen und die Mailflut ebbt ab. Die Schlüssel für die verschiedenen Hallen und Kursräume finden ihren Weg zurück an ihre Plätze. Dass das so gut klappt, begeistert mich jedes Mal aufs Neue.

Meine Spätschicht kann ich immer mit einem Schmunzeln abschließen, da es mich freut, dass jedes Mal aus der Herrenumkleide viel Gelächter der Badminton-Herren schallt. Da kann ich auch gut drüber hinwegsehen, dass sie darüber die Schließzeit vergessen.

Hatte ich schon erwähnt, dass es neben der Sportbegeisterung auch Beschwerden gibt, über schmutzige Hallenböden, fehlendes Toilettenpapier, stehengebliebene Uhren, kaputte Föhne ...? Wir legen das Toilettenpapier oder die Handtücher möglichst sofort nach oder bitten unsere Hausmeister, die Mängel zu beheben. Der Reinigungsdienst arbeitet zuverlässig gegen Staub, Straßenschmutz und Kekskrümel an. Mein Fazit: Bei über 20.000 Mitgliedern überwiegen die Menschen, die auch mal über die eine oder andere Unzulänglichkeit hinwegsehen – und es macht uns Freude, für sie zu arbeiten.

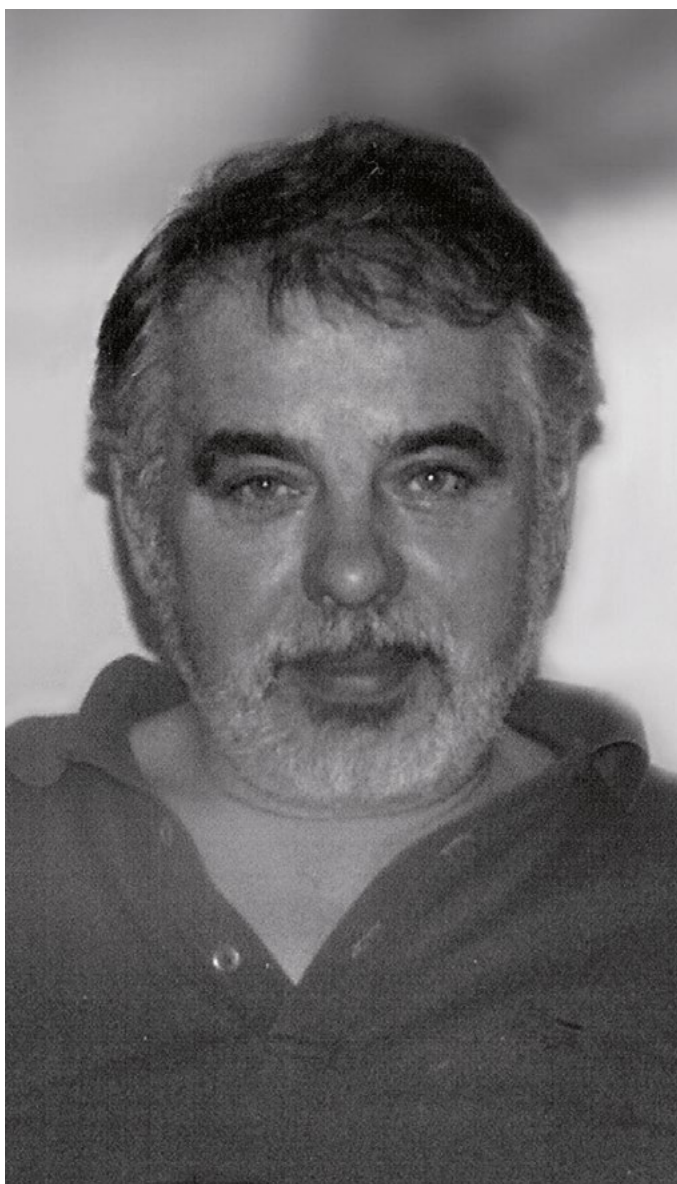
TRAUER UM KLAUS SCHWEDA

Klaus ist im Alter von 83 Jahren von uns gegangen. Er hat sein Leben lang Tischtennis gespielt, der Sport war ihm mehr als nur eine Betätigung, er war ein Lebensinhalt. Ein Kämpfer war er an der Platte, aber nun hat ihm das Leben einen Gegner gegenübergestellt, den er nicht besiegen konnte.

Klaus begann mit Tischtennis zu einer Zeit, als das Spielmaterial noch von einer heute kaum mehr vorstellbaren Einfachheit bestimmt war und die spielerischen Möglichkeiten entsprechend begrenzt waren. Aber er hat sich schnell eine hervorragende Technik angeeignet, basierend auf einer gründlichen Ausbildung, und sich in den 1960er-Jahren mit viel Trainingsfleiß und seinem ausgeprägten Willen zu einem der besten Hamburger Spieler entwickelt. In der höchsten Hamburger Spielklasse wurde er eine feste Größe. Er konnte jeden Ball spielen, offensiv wie defensiv, weich wie hart. Legendar war sein Rückhand-„Schuss“, den auch heute kaum einer so spielen kann. Besonders liebte er Doppel und Mixed.

Seit dieser Zeit waren wir mit ihm in Verbindung, einige von uns seit fast sieben Jahrzehnten. Seine Beliebtheit und Bekanntheit ging schnell weit über den ETV hinaus, er hat sie sich neben guten Leistungen mit viel Fairness und Anstand verdient. Und mit einer gelegentlichen Leichtigkeit, die ihn davor schützte, das Spiel zu ernst, zu verbissen zu nehmen. Auch in Momenten des härtesten Kampfs hat er sich das nicht nehmen lassen.

1986 wechselte er in die 4. Herren in der Bezirksliga, wo er bis vor wenigen Jahren aktiv spielte. Und bis ins für einen Sportler hohe Alter hat Klaus regelmäßig an Senioren-



Wettbewerben teilgenommen, es bis zu den norddeutschen Meisterschaften gebracht. In diesem Kreis von Spielern und Spielerinnen, mit denen er „gemeinsam alt“ geworden ist, erlebte er eine Erfüllung, nicht nur eine sportliche.

Für uns „Jungen“ war es eine stille Form von Respekt und

Anerkennung, wenn wir ihn von seinen Turnieren und den dortigen Erlebnissen erzählen hörten. Seine Bindung an den Sport war kaum stärker zu spüren als hier. So wie damals, in den 1960er- und 1970er-Jahren, der sportlich anspruchsvollsten Zeit, als er mit der 1. Mannschaft des ETV in Hamburgs höchster

Spielklasse weit vorn um Bälle und Punkte kämpfte; oder wie er 1973 mit zwei Mitspielern nach Sarajevo fuhr, mit seinem VW Käfer, als begeisterter Zuschauer zu den damaligen Weltmeisterschaften.

Ein wenig war er aber auch ein „Grantler“. Was hat er nicht alles an Veränderungen miterlebt in seinem langen Sportlerleben, und wahrlich nicht alle haben ihm zugesagt; dass die höchste Hamburger Spielklasse zum Beispiel schon seit Jahrzehnten Hamburg-Liga heißt, hat ihn nicht beeindruckt, für ihn blieb es die Stadtliga. So war er gern, wenn ihm etwas nicht gefiel. Und was ihm nicht gefiel, konnte er mit gnadenloser Nüchternheit geradezu abstrafen! Solche Erlebnisse haben wir alle mit ihm gehabt.

Auf unseren späteren Reisen im dann etwas gesetzteren „Bezirksliga-Alter“ ist er jedes Mal aufgelebt und hat sich mit viel Herz eingebracht; zu gern hat er erzählt von den vielen Touren. Und gab es ein Thema, das gerade auf Reisen mehr und öfter kultiviert wurde als seine Abneigung gegenüber Tomaten?

Er fehlt uns, er ist nicht zu ersetzen. Typen seiner Art gibt es kaum noch. Tragisch, dass ihm in seinem letzten Kampf keiner helfen konnte. Tröstlich, dass es für ihn so besser ist. Ruhe in Frieden, Klausemann. Unsere Gedanken sind bei seiner Frau und seiner Familie.

Die Vierte

UNSICHTBARE TIERWELT IN EIMSBÜTTEL

Zwischen vielbefahrenen Straßen und Hochhäusern versteckt sich in Eimsbüttel eine erstaunliche Tiervielfalt.

Zuerst erschienen bei den:  EIMSBÜTTELER
NACHRICHTEN

Franziska Schultz bleibt mit der Grabegabel über der Schulter stehen und schaut auf den Boden.

Im Beet schwirrt eine kleine Biene dicht über der Erde. „Das ist eine Sandbiene, wahrscheinlich ein Weibchen“, sagt sie. „Die fliegen tief am Boden entlang und suchen Nistplätze.“

Nur wenige Meter entfernt rauscht der Verkehr über den Eimsbütteler Marktplatz und die Fruchtallee. Doch rund um das Spielhaus, zwischen Bäumen, Wiesen und Beeten, lebt eine Vielzahl von Tierarten, die sonst im Stadtteil kaum auffallen. „Der Eimsbütteler Marktplatz ist eigentlich als riesige Autokreuzung bekannt“, sagt Schultz. „Aber wer hier ein bisschen nach innen geht, merkt: Das ist ein richtig guter Lebensraum.“

Pflanzen locken Insekten an. Die Mathe- und Physiklehrerin ist Initiatorin des Projekts „Buntes Band Eimsbüttel“. Während sie durch das von ihr angelegte

Schnupperbeet am Spielhaus geht – eine Fläche, die Spaziergänger dazu einladen soll, im wahrsten Sinne des Wortes an den Pflanzen zu schnuppern –, bleibt sie immer wieder stehen. Sie zeigt auf Pflanzen und beschreibt Zusammenhänge. „Hier, das gefleckte Lungenkraut – das ist eine der ersten Blühpflanzen im Jahr“, sagt sie. Kurz darauf fliegt eine Frühlingspelzbiene um das Kraut. „Wenn man die richtige Pflanze hat, kommen die Tiere von selbst.“

Das Beet wirkt zunächst ungeordnet. Zwischen Minze, Süßdole und pfirsichblättriger Glockenblume wachsen auch Giersch, Gundermann, Gänseblümchen und Scharbockskraut. Für Schultz ist das kein Problem: „Viele dieser Pflanzen kommen von selbst. Und genau das macht sie wertvoll, weil sie unterschiedliche Insektenarten anlocken.“ Zwischen den Blüten sind diese zahlreich unterwegs: Sandbienen, Wespenbienen, Frühlingspelzbienen, verschie-

dene Hummelarten und Honigbienen. Ein Aurorafalter flattert über die Fläche. Doch viele dieser Tiere bewegen sich nur über kurze Distanzen. „Wildbienen fliegen oft nur wenige hundert Meter“, erklärt Schultz. „Wenn die nächste geeignete Fläche zu weit weg ist, kommen sie da nicht hin.“

Mehr Verbindungen schaffen

Dass die Hamburger Grünflächen zum Teil weit auseinanderliegen, steht derzeit auch im Fokus der Politik. Die Fraktionen von SPD und Grünen in der Bürgerschaft wollen die Grünflächen der Stadt künftig besser miteinander vernetzen. Der sogenannte Biotopverbund soll ausgebaut werden, damit die Tiere sich zwischen den Lebensräumen bewegen

können. Lisa Maria Otte, umweltpolitische Sprecherin der Grünenfraktion Hamburg, sagt: „Tiere und Pflanzen sind auf verbundene Grünflächen angewiesen.“ In dicht bebauten Stadtteilen wie Eimsbüttel seien viele dieser Verbindungen jedoch unterbrochen. Die Folge: „Die Genpools schrumpfen, und die Populationen werden anfälliger für Krankheiten.“ Langfristig könne das dazu führen, dass Arten vollständig verschwinden, sagt Otte.

Der umwelt- und klimapolitische Sprecher der SPD-Fraktion, Alexander Mohrenberg, betont, dass es künftig nicht nur um die Größe von Grünflächen gehe, sondern auch um deren Qualität. Die Bürgerschaft hat dazu einen entsprechenden Antrag mehrheitlich beschlossen. Laut Otte solle der Senat analysieren, an welchen Stellen Verbindungen zwischen Grünflächen fehlen und wo Maßnahmen die größte Wirkung entfalten können.

Mehr über die vielfältige Tierwelt im Bezirk Eimsbüttel liest du online:

[eimsbuetteler-nachrichten.de/](https://eimsbuetteler-nachrichten.de/tierwelt-insekten-pflanzen-artenvielfalt-magazin-43)



tierwelt-insekten-pflanzen-artenvielfalt-magazin-43



ANZEIGE

**Sie suchen den direkten Draht zur
Nachbarschaft?**

**Wir haben da eine
gute Leitung!**

Jetzt Werbung schalten:



Mit einer Anzeige bei den Eimsbütteler Nachrichten erreichen Sie Menschen aus dem Viertel – direkt und ohne Streuverlust.

EIMSBÜTTELER  NACHRICHTEN

KOOPERATIONEN & VORTEILE

für ETV-Mitglieder

SWAPFIETS

Fahr Rad ohne Sorgen

Schon die zweite Saison hält uns Swapfiets im Alltag mobil. Unsere 1. Volleyball-Herren fahren gerne das coole Deluxe 7 oder das Power 7 E-Bike und sind absolut begeistert.

„Der Service ist erstklassig und die Mitarbeiter sind immer super freundlich und hilfsbereit. Egal ob bei der Abholung oder wenn mal eine kleine Reparatur ansteht: Der Umgang war bisher immer professionell und herzlich. Man fühlt sich als Kunde wirklich gut aufgehoben. Wer ein stress-freies Fahrraderlebnis sucht, ist hier genau richtig!“, erzählt Justus Baehr, der Kapitän der 1. Herren.

Und nach diesem kalten Winter können wir bestätigen: Swapfiets ist zuverlässig und winterfest! „Selbst im tiefsten Winter bei Minustemperaturen lässt mich der Motor nicht im Stich. Das Bike zieht ordentlich durch und der Akku zeigt sich von der Kälte unbeeindruckt. Für Pendler, die auch bei Eis und Schnee auf zwei Rädern unterwegs sein wollen, ist dieses kraftvolle Power 1 die perfekte Wahl.“



ANZEIGE

WEIL ES OFT ERST ABENDS *dringend* wird

Nicht alles lässt sich tagsüber erledigen. Schon gar nicht, wenn der Kalender voll ist. Arbeit, Kinder, Termine, Einkaufen, Abendessen. Und irgendwann fällt auf, dass noch ein Rezept eingelöst werden muss. Dass die Kopfschmerzen nicht weggehen. Dass das Kind fiebert. Oder dass zu Hause genau das fehlt, was jetzt gebraucht wird.

Für solche Momente ist die VITA Apotheke da. An 365 Tagen im Jahr, von 8 bis 24 Uhr. Auch sonntags, auch an Feiertagen. Direkt hier in Eimsbüttel.

Sie können nach der Arbeit vorbeikommen. Nach dem Arzttermin. Nach dem Besuch in der Notfallpraxis. Oder einfach später am Abend, wenn es in Ihren

Alltag passt. Wir lösen Rezepte ein, prüfen Medikamente, beraten persönlich und helfen bei Fragen zur Einnahme. Ruhig, verständlich und so, dass Sie mit einem sicheren Gefühl nach Hause gehen können.

Denn krank sein richtet sich nicht nach Öffnungszeiten. Und Gesundheit passt nicht immer in den Tagesplan. Deshalb halten wir die Wege kurz und unsere Tür lange offen.

Kommen Sie gern vorbei. Wir sind für Sie da.

ENTDECKEN SIE
UNSERE SERVICES AUF
UNSERER NEUEN WEBSITE:



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

KOOPERATION

Fit für den Herbst-Raceday: Wie sich Athlet:innen sinnvoll vorbereiten können

Warum Belastungssteuerung, Regeneration und objektive Leistungsdiagnostik bei der Vorbereitung auf HYROX-Wettkämpfe eine zentrale Rolle spielen.

Die Zahl der Menschen, die sich für HYROX-Wettkämpfe begeistern, wächst stetig. Das Format kombiniert Laufen mit funktionellen Kraft- & Ausdauerübungen & stellt damit hohe Anforderungen an den gesamten Bewegungsapparat. Über Wochen & Monate summieren sich Trainingsumfän-

ge & Belastungen. Gerade in der intensiven Vorbereitungsphase können bereits kleine Defizite oder Überlastungen die Leistungsfähigkeit beeinträchtigen & das Verletzungsrisiko erhöhen.

Eine erfolgreiche Vorbereitung beginnt deshalb nicht erst am Wettkampftag. Vielmehr geht es darum, den Körper frühzeitig auf die spezifischen Anforderungen vorzubereiten, Belastungen sinnvoll zu steuern & ausreichend Zeit für Regeneration einzuplanen. Neben einem strukturierten Training spielen dabei Prävention, Bewegungsqualität & individuelle Belastbarkeit eine entscheidende Rolle.

Im Herakles Therapiezentrum begleiten wir regelmäßig Athlet:innen, die sich auf Ausdauer- & Fitnesswettkämpfe wie HYROX vorbereiten. Ziel ist es, Training, Regeneration & physiotherapeutische Betreuung sinnvoll miteinander zu verbinden. Dabei steht vor allem die Frage im Fokus, wie Leistungsfähigkeit langfristig erhalten & weiterentwickelt werden kann.

Ein wichtiger Bestandteil dieses Ansatzes sind leistungsdiagnostische Verfahren. Mithilfe objektiver Messungen lassen sich unter anderem Kraftverhältnisse, Asymmetrien & Belastbarkeit erfassen. Diese Daten ergänzen die physiotherapeutische Einschätzung & helfen dabei, Trainingsinhalte gezielter zu steuern sowie potenzielle Schwachstellen frühzeitig zu erkennen.

Gerade bei Wettkampfformaten, die Kraft, Ausdauer & Koordination gleichzeitig fordern, ist eine ausgewogene Belastungssteue-



„Eine erfolgreiche Wettkampfvorbereitung bedeutet nicht nur, möglichst viel zu trainieren. Entscheidend ist, die Belastungen des Körpers zu verstehen & Training sowie Regeneration sinnvoll aufeinander abzustimmen.“

Daniel Wieland, Geschäftsführer & Physiotherapeut

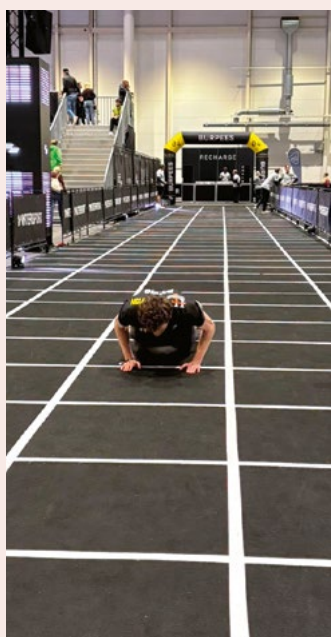
rung entscheidend. Beschwerden entstehen häufig bereits in der Vorbereitungsphase durch zu schnelle Belastungssteigerungen oder unzureichende Regeneration. Eine frühzeitige physiotherapeutische Begleitung kann helfen, Risiken zu erkennen & Training sowie Erholung besser aufeinander abzustimmen.

Leistungsfähigkeit entsteht nicht allein durch harte Trainingseinheiten. Sie ist das Ergebnis aus Training, Regeneration, objektiver Analyse & einem bewussten Umgang mit Belastung. Wer diese Faktoren berücksichtigt, schafft die Grundlage für eine erfolgreiche Wettkampfvorbereitung & geht mit einem guten Gefühl ins Race.

HERAKLES THERAPIEZENTRUM

- Sportphysiotherapie · Leistungsdiagnostik · Prävention · Regeneration
- Betreuung von Freizeit-, Leistungssportler:innen und Teamsport
- 3 Standorte in Hamburg

Weitere Informationen zur sportphysiotherapeutischen Betreuung unter: www.herakles-therapiezentrum.de



VORTRAG VON CHRISTOPH RAMCKE – 40 PLÄTZE FÜR ETV-MITGLIEDER

Wie gelingt es, gesunde Gewohnheiten dauerhaft in den Alltag zu integrieren – auch wenn die Zeit knapp ist? Antworten darauf gibt Dr. Christoph Ramcke in seiner inspirierenden Keynote „Du hast doch keine Zeit?! Wie man den inneren Schweinehund an die Leine nimmt!“ Der Gesundheitscoach und bekannte „Schweinehund-anleiner“ vermittelt mit viel Humor und praktischen Beispielen,



wie Bewegung, gesunde Ernährung und mehr Wohlbefinden nachhaltig gelingen können.

Der Vortrag ist Teil der Gesundheitsmesse des ETV, die am 26. August im Sportzentrum Bundesstraße und am 27. August im Sportzentrum Hoheluft stattfindet. Im Rahmen unseres Betrieblichen Gesundheitsmanagements werden dort zwar in erster Linie Angebote für

Mitarbeitende vorgestellt – den inspirierenden Vortrag möchten wir jedoch auch mit unseren Mitgliedern teilen.

Deshalb stellen wir an beiden Tagen jeweils 20 kostenfreie Plätze für ETV-Mitglieder zur Verfügung. Beginn ist jeweils um 13 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich, schreibt einfach eine Mail an pressestelle@etv-hamburg.de.

VEREIN

NACHHALTIGE INVESTITION IN DIE ZUKUNFT: ETV RÜSTET SPORTSTÄTTEN AUF LED-TECHNIK UM



Der ETV hat einen weiteren wichtigen Schritt hin zu einer nachhaltigen und zukunfts-fähigen Vereinsinfrastruktur gemacht: Die Umrüstung der Beleuchtung auf moderne LED-Technik in der Sporthalle Hoheluft sowie in der Schwimmschule Turmweg wurde erfolgreich abgeschlossen.

Mit der neuen energieeffizienten Beleuchtung reduziert der ETV seinen Stromverbrauch deutlich und senkt gleichzeitig die CO₂-Emissionen. Die Maßnahme ist Teil der langfristigen Nachhaltigkeitsstrategie des Vereins und trägt dazu bei, Ressourcen verantwortungsvoll einzusetzen sowie Betriebskosten dauerhaft zu senken.

Neben den ökologischen Vorteilen profitieren auch die Nutzerinnen und Nutzer der Sportstätten. Die neue Beleuchtung sorgt für eine gleichmäßige und

hochwertige Ausleuchtung der Sportflächen, Zuschauerbereiche, Zuwegungen und Umkleiden. Dadurch verbessern sich die Sichtverhältnisse und die Aufenthaltsqualität in den Einrichtungen.

Sporthalle Hoheluft: Moderne Lichttechnik für optimale Bedingungen

In der Sporthalle Hoheluft wurden insgesamt 87 Leuchten durch moderne LED-Systeme ersetzt. Auf Spielfeld und Tribüne erfolgte die Installation von 63 LED-Einbauleuchten. Weitere 24 LED-Leuchten mit Bewegungsmeldern wurden in den Laufgängen und im Eingangsbereich eingebaut. Ein besonderer Vorteil der neuen Anlage ist die Möglichkeit, die drei Hallenbereiche unabhängig voneinander zu beleuchten. So kann die Lichtsteuerung flexibel an die tatsächliche Nutzung angepasst

und zusätzlicher Energieverbrauch vermieden werden.

Schwimmschule Turmweg: Energieeffiziente Modernisierung im Schwimmbereich

Auch in der Schwimmschule Turmweg wurde die Beleuchtung umfassend modernisiert. Im Beckenbereich wurden 16 LED-Einbauleuchten installiert. Zusätzlich wurden sieben Feuchtraumleuchten in den Umkleidebereichen durch moderne LED-Technik ersetzt.

Nachhaltigkeit mit langfristigem Nutzen

Die Umrüstung auf LED-Technik bringt zahlreiche Vorteile mit sich. Durch den deutlich geringeren Energieverbrauch werden Betriebskosten reduziert und CO₂-Emissionen eingespart. Gleichzeitig zeichnen sich LED-Leuchten durch ihre lange Lebensdauer und den geringeren Wartungsaufwand aus. Darüber

hinaus verbessert die moderne Lichttechnik die Ausleuchtung und schafft optimale Bedingungen für Sporttreibende, Zuschauerinnen und Zuschauer sowie Mitarbeitende.

„Mit der erfolgreichen Umsetzung beider Projekte investieren wir gezielt in eine moderne, energieeffiziente und nachhaltige Infrastruktur. Die Umrüstung zeigt, wie ökologische Verantwortung, wirtschaftliches Handeln und attraktive Sportstätten sinnvoll miteinander verbunden werden können“, sagt Michael Kakoschke, Bereichsleitung Liegenschaften und Technik des ETV.

Der ETV bedankt sich beim Sportamt Hamburg sowie beim Hamburger Sportbund und seinem Förderprogramm „HSB Sportklima 2.0“, die mit ihrem Engagement maßgeblich zum Erfolg dieser wichtigen Projekte beigetragen haben.

Ein Anmeldebogen pro Person. Bitte in Druckgroßbuchstaben ausfüllen.

Mehrfachnennung nicht möglich.

[illegible]

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

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

☐ 5 € ☐ 10 € ☐ 15 € ☐ 20 € ☐ 25 € ☐ 50 € ☐ 100 €

Eigener Betrag (mindestens 5 €):

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

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

[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.



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

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

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

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



ABTEILUNGSSPORT

- ☐ 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-Mittelungsbrettern 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 Abteilungs-sonderbeiträge/Sonderaufnahmegebühren, die Sie nachstehend finden.		

Sonderbeiträge für Sportarten

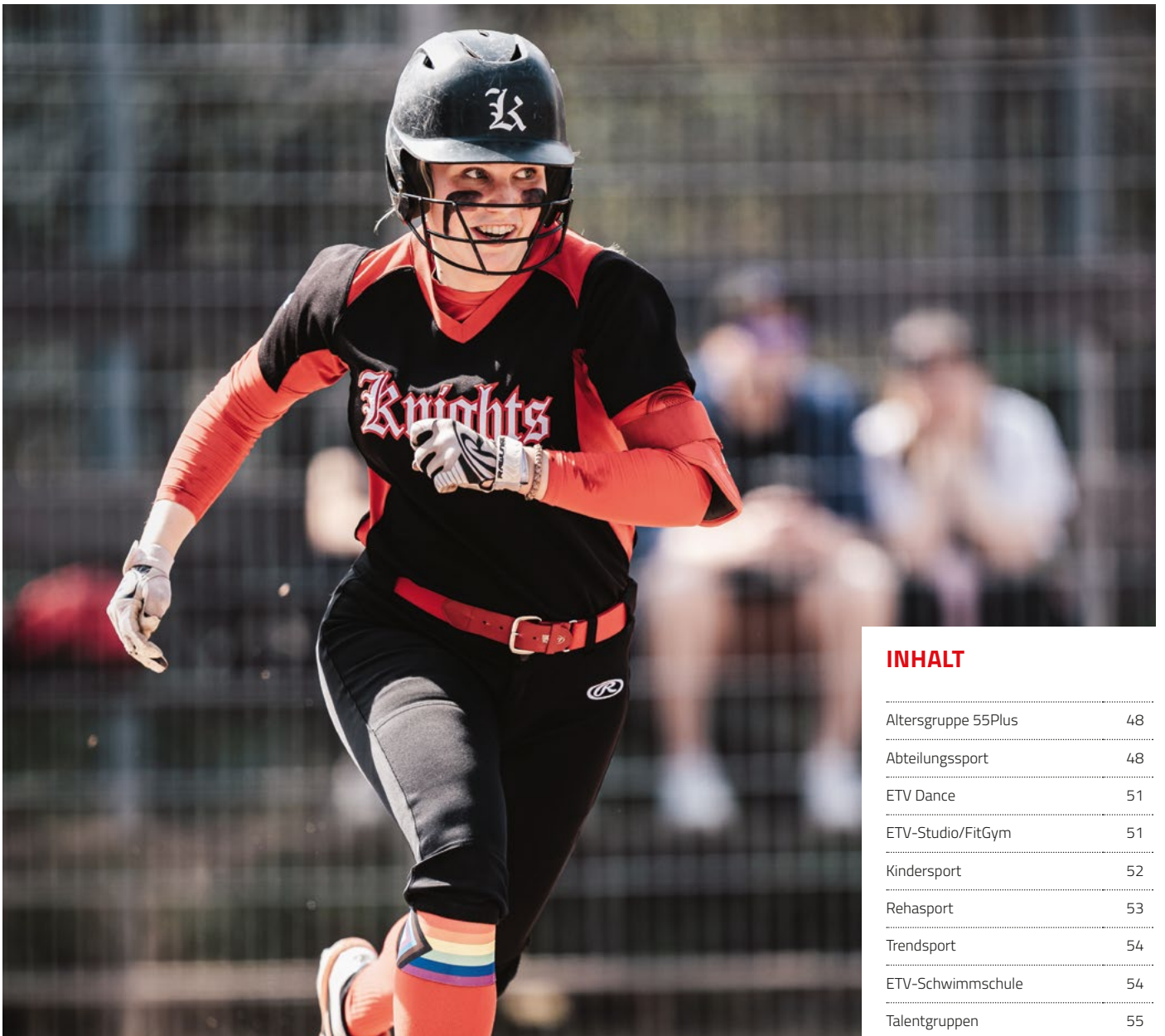
Sonderbeitrag (mtl.)	Aufnahmegebühr (einmalig)
Aikido Kinder/Erwachsene	10,00 € / 10,00 € / 15,00 €
Badminton Kinder/Erwachsene	5,00 € / 6,00 € / 8,00 €
Baseball/Softball Kinder/Erwachsene	8,50 € / 11,50 € / –
Basketball Kinder/Erwachsene	8,50 € / –
Bogensport Kinder/Erwachsene	10,00 € / 15,00 € / –
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	29,00 € / 22,00 € / 12,00 €
Mini-KiSS 1./2./3. Kind	10,00 € / 6,00 € / frei / –
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

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

Aquaball

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 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

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

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

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 77 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

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

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

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

Fechten

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)

Floorball

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

Fußball

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-Kicker

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

Geräturnen

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

Golf

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

Handball

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.

Hockey

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.

Judo

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.

Kanusport

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

Karate

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 Fu

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>

Leichtathletik

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 Kampfsport

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 Budoarten 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 Kraftraum statt. Du kannst jederzeit nach Absprache zu einem Probetraining vorbeikommen. Wir freuen uns auf Dich! Für alle Termine gilt: Keine Teilnahme ohne vorherige Absprache! Kontakt: Robert Wagner, Tel: 0176-81353903 oder E-Mail: modernerKampfsport@etv-hamburg.de

Prellball

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 ETV

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

Schwimmen

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 Céronne

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

Tennis

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.

Tischtennis

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 Parkinson

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.

Volleyball

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 Mixed

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

Wasserball

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

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

ETV-FITGYM IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUFT

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

KINDERSPORT IN DEN SPORTZENTREN BUNDESSTRASSE & HOHELUF

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

Ballbinis

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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)

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, Werfen

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.

Skateboard

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/Rugby

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-Kids

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.

Beckenbodentraining

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.

Herzsport

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.

Krebsnachsorge

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 Trainingsgruppe

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)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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-Gymnastik

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 lernen

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 - Technik

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 - Flipper

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 - Seepferdchen

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 - Technik

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 - Wassergewöhnung

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 Ulich (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	Florian Schorpp, 040-401769-921, fschorpp@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: Daniel Kalks, 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	Oskar Sahner, 040-401769-943, osahner@etv-hamburg.de
Gerätturnen	Florian Schmid, geraettturnen@etv-hamburg.de
Golf	Thomas Becker, golf@etv-hamburg.de
Handball	Maximilian Nasse, handball@etv-hamburg.de
Hockey	Andreas 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	Christina Berg, 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
Armwrestling	Damian Falk, armwrestling@etv-hamburg.de
Bogensport	Marc Hackelbörger, bogensport@etv-hamburg.de
Boule	Frank Purwin, boule@etv-hamburg.de
Capoeira	Astrid Köster, capoeira@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:

Isabelle Adler, Caroline Bewig, Martin Conrad, Sascha Costa, Lea Dannenberg, Lisa Engel, Frank Fechner, Sophia Fiedler, Mikail Gök, Bastian Günther, Julius Haas / Eimsbütteler Nachrichten, Angela Hansen, Arne Hantusch, Folke Havekost, Isabel Jaß, Michael Kakoschke, Daniel Kalks, Martin Korn, Friederike van der Laan, Jo Oehling, Jürgen Petersen, Jutta Priebe, Ute Rogge, Fynn Rumberg, Sebastian Schäfer, Ralf Schmeckel, Christian Sondern, Rosa Stecker, Marc Swoboda, Andrea Sviridova, 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 verlagsgruppe

FOTOS

Stephan Bülig, Karl Chang, Eimsbütteler Nachrichten, Cornelia Hampel, Klaus Martin Langnese, Christoph Ramcke, Fabian Schönefuß, Andrea Sviridova, Justus Stegemann, Birgit Veyhle, Nina Wahn, Petra Woehe

DRUCK

hey+hoffmann verlagsgruppe

Verkaufspreis durch
Mitgliedsbeitrag abgegolten.

KONTO

Hamburger Volksbank
IBAN DE94 2019 0003 0019 5696 10
BIC GENODEF1HH2

SPENDENKONTO

Hamburger Volksbank
IBAN DE19 2019 0003 0019 5696 02
BIC GENODEF1HH2

NEUES MAGAZIN

Das nächste Magazin
erscheint am **27. Oktober 2026**.
Redaktionsschluss: **10. September 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.