

Ausgabe
03/2010



AMTV Dance Happening

18.09.2010 • 14 Uhr + 17 Uhr

Magazin

Schwimmen

Viele Medaillen bei den Hamburger Meisterschaften 2010

Boxen – mehr als Draufhauen

Neue Workshops für Kinder und Jugendliche von 10-18 Jahre

Leichtathletik

C-Schülerinnen Staffelmeister

Aikido

Ambulanter Herzsport

Badminton

Ballsportoffensive

Basketball

Boule

Faustball

Fitness Studio

Freizeitspaß

Freizeitsport

Gesundheit

Psychomotorik

Gymnastik

Handball

Iaido

Judo

Karate

Lauftreff

Leichtathletik

Lungensport

Prellball

Radwandern

Schwimmen

Tae Kwon Do

Tanzsport

Tischtennis

Triathlon

Turnen

Versch. Tanzangebote

Volleyball

Wandern

Yoga

AMTV Hamburg
Rahstedter Str. 159
22143 Hamburg

Tel.: 040 / 675 95 06
Fax: 040 / 675 95 080
www.amtv.de

FACHHAUS **HERMANN MÖLLER**

... ein CENTER durch
seine vielen Fachabteilungen.

Haus- und Küchengeräte
Porzellan + Glas
Spielwaren
Hobby + Basteln
Schreibwaren
Wohnaccessoires
Eisenwaren
Waffen + Munition
Gartenmöbel

... einschl. den
Präsentations-Shops von:

WMF, Hutschenreuther,
Villeroy & Boch, Leonardo,
Lego und
Hochzeitstische, Kinder-
Geburtstagskisten,
Swarovski



Der Einkaufsspaß für die ganze Familie
in einer Erlebniswelt!
- Auf 2.000 m² Verkaufsfläche -

Fachhaus Hermann MÖLLER • 22143 Hamburg (Rahlstedt)

Rahlstedter Bahnhofstr. 29 • Tel.: 6 77 22 83 • Fax: 6 77 40 97
direkte Parkhausanbindung / durchgehend geöffnet


MARTHA HAUS
Zentrum für alte Menschen



Umsorgt, betreut, gepflegt

Eine idyllische Umgebung, in der Sie liebevoll umsorgt leben können. Eine Betreuung, bei der Sie mit Ihren Wünschen und Bedürfnissen im Mittelpunkt stehen. Und eine hochwertige Pflege nach den neuesten Erkenntnissen der medizinischen Wissenschaft. Das alles finden Sie bei uns im Martha Haus. Hier werden Sie sich wohlfühlen. Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern: **(040) 675 77-0**

Martha Haus

Am Ohlendorffturm 20–22
22149 Hamburg-Rahlstedt
Tel. (0 40) 675 77-0
www.martha-stiftung.de

Eine Einrichtung der Martha Stiftung.

Televisionen - Integral 3.

Telefone von NOLLE



BERATUNG
PLANUNG
AUSFÜHRUNG
BETREUUNG
SERVICE

NOLLE
TELEKOMMUNIKATION

BRUNNENKOPPEL 22 · 22041 HAMBURG · TEL 040 / 66 86 40-0 · FAX 040 / 66 86 40 40

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS

	Vorwort von Heinz Mattelson; 1.Vorsitzender	04
	Protokoll Mitgliederversammlung 2009 + 2010	06 - 11
	Faustball Hopfentour	12
	Boxen Mehr als Draufhauen	15
	TBB Vorstellung der neuen Racket Sportart	17
	Fitness Vorstellung Steve Lemm	19
	Dr. Schroeder - Ein offenes Ohr und kompetenter Rat	20
	Schwimmen Deutsche und Hamburger Meisterschaften	22
	Schwimmen Norddeutsche Mastersmeisterschaften	23
	Geburtstage	24
	Leichtathletik Der Lauftreff sucht Mitläufer	26
	Leichtathletik Neues von den C-Schülerinnen	27
	Leichtathletik Mit dem Fahrrad nach Ratzeburg	28
	Die Supertruppe vom Jahnplatz	29
	Aktuelles aus der Sportmedizin	30
	Beitragsstruktur	33
	Telefonnummern	34

Besuchen Sie uns auch im Internet unter: www.amtv.de

Studienkreis Rahlstedt + Glinde

Den Anschluss nicht verpassen



...lieber gleich
zum **studienkreis**
Rahlstedt + Glinde

AMTV-Mitglieder sparen die Aufnahmegebühr
Hamburgs erste TÜV-zertifizierte Nachhilfe-Schule

Tel.: 040 / 668 54 125 + 040 / 710 09 949
Fax: 040 / 668 57 886 • www.studienkreis.de

JOACHIM SCHÜTT

Rahlstedt / Rahlstedter Bahnhofstraße 7 • Glinde / Markt 9



Liebe Leser,

die Herausgabe des AMTV-Magazins ist nur dank der großzügigen Unterstützung unserer Inserenten möglich. Wir bitten Sie deshalb um Berücksichtigung dieser Firmen!

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion oder des AMTV wieder. Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Manuskripte zu kürzen oder redaktionell zu bearbeiten. Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Impressum

Herausgeber:

AMTV-Hamburg e.V.

Rahlstedter Straße 159

22143 Hamburg

Tel.: 675 95 06

Fax: 675 95 080

Redaktionsbeirat: Heinz Mattelson, Sebastian Bendler

Gestaltung: NordIMMO Verlag · Tel.: 675 841 0 · www.nordimmoverlag.com

Anzeigen: Meiendorfer Sportwerbung Torsten Offner · Mobil: 0177 / 444 25 93

Druck und Litho: SIGNET Druck & Verlag GmbH · Tel.: 608 76 10

Öffnungszeiten: Montag: 14:00 - 17:00 Uhr • Dienstag/Mittwoch: 9:00 - 12:30 & 13:30 - 17:00 • Donnerstag: 14:00 - 19:00

Redaktionsschluß der nächsten Ausgabe ist am 25.10.2010

Bitte senden Sie Ihre Artikel an bendler@amtv.de oder eine CD/Diskette an die AMTV-Geschäftsstelle

AMTV – viel mehr als Sport

Liebe Mitglieder,

über vier Jahre dauernde Verhandlungen, nicht gehaltene politische Versprechungen, unakzeptable Vertragsentwürfe und komplizierte Gespräche mit Finanzbehörde und Bezirksamt haben uns den Kauf des Grundstücks Rahlstedter Strasse 159, dem Standort unseres AMTV-Zentrums, nicht leicht gemacht.

Jetzt aber ist es endlich geglückt, das Grundstück inklusive Parkplatz zu guten Konditionen von der Freien und Hansestadt Hamburg zu erwerben. Für den AMTV bedeutet das eine erhebliche Ausweitung der finanziellen Möglichkeiten für die Zukunft und die Chance den Standort unseres AMTV-Zentrums in der Mitte Rahlstedts auf Dauer zu sichern und gegebenenfalls auszubauen. Für uns alle ist das ein großer Schritt in die Zukunft.

Das Schaffen von Rahmenbedingungen ist die eine Seite, diesen Rahmen mit attraktiven Angeboten zu füllen, macht den Hauptteil der Arbeit von Vorstand und vor allem der Geschäftsführung aus.

Das erste sportmedizinische Symposium des AMTV im MED-Dialog in der Brockdorffstrasse zeigt die Weiterentwicklung des AMTV. Interessante sportmedizinische Themen, hochqualifizierte Experten und für Sie die Möglichkeit zu direkten Gesprächen mit den Experten, bieten eine neue Qualität für unsere Mitglieder. Einzelheiten, Themen und Termine entnehmen Sie bitte unseren Ankündigungen.

Die neue **Zusammenarbeit mit den Orthopäden der ARTHRO-Klinik** in der Bahnhofstrasse ergänzt und erweitert unser Reha-Konzept. An der weiteren Entwicklung dieser Konzeption arbeitet besonders unser sportlicher Leiter, der Sportwissenschaftler Marc Sinnewe.

Das gerade erschienene **Kursheftchen bietet eine Fülle neuer Angebote** – Zumba, Orientalischer Tanz, Boxen für Kinder und Jugendliche, unser Rahlstedter Rückenkonzept, das Rahlstedter HerzKreislaufkonzept und vieles mehr.

Sie sehen, dass der AMTV neben der Pflege seiner traditionellen Sportarten seine Angebote immer weiterentwickelt.

Versuchen Sie es doch auch mal mit Boule auf unserer Anlage auf dem Minigolfplatz Swinemünder Strasse. Grillfeste und Geburtstage lassen sich dort gut feiern. Für AMTV-Mitglieder ist die Nutzung der Anlage kostenlos, fragen sie Herrn Bendler in der Geschäftsstelle.

Ohne unsere vielen ehrenamtlichen Helfer und Funktionsträger ginge dies alles nicht so umfangreich und preiswert. Den „Ehrenamtlichen“ bleibt aber ein Trost, wie ich der Presse entnommen habe:

Ehrenamtliches Engagement ist nach Ansicht des Hirnforschers Manfred Spitzer gesund und kann in manchen Fällen sogar Medizin ersetzen. "Rein rechnerisch könnte man allein durch Ehrenämter die Streichung einer ganzen Reihe von Langzeitmedikationen ausgleichen", sagte der Direktor der Psychiatrischen Uniklinik Ulm am Dienstag.

Freiwilliger Einsatz für andere beuge Krankheiten wie Bluthochdruck, erhöhter Blutzucker oder zu hohe Blutfette vor, erläuterte der Forscher. Dies spare nicht nur Gesundheitskosten, sondern führe zu einer erhöhten Lebensqualität. Wer als Ehrenamtlicher in ein Netzwerk von Menschen eingebunden sei, könne auch in schwierigen Zeiten darauf zählen.

Zu guter Letzt möchte ich noch in unser aller Namen zwei langjährige Ehrenamtliche beglückwünschen.

Unseren Ehrenmitgliedern Hermann Schlicht und Frau zur Goldenen Hochzeit und Jonny Kröger und Frau zur Diamantenen Hochzeit alles Gute und weiter viel Freude mit ihrem AMTV.

Einen schönen Herbst und viel Spaß beim Sport.

Ihr



Heinz Mattelson



AMTV-Termine



Wichtige AMTV-Termine zum Vormerken

18.09.2010	AMTV Dance Happening in der Rudolf Steiner Schule
07.11.2010	Laternenumzug
14.11.2010	Kinderturnsonntag
21.11.2010	Weihnachtsmarkt von 11:00 - 17:00 Uhr

Hamburger Männerchor ADOLPHINA

Wir suchen neue Mitglieder in jeder Stimmlage und jeden Alters.

Notenkenntnisse nicht erforderlich.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
D. Flacke (040) 832 28 91**



- Gebäudeinstallation und Modernisierung
- Sprech- und Videoanlagen
- Daten- und Kommunikationsnetze
- Prüfung, Wartung, E-Check
- Beleuchtung und Hausgeräte
- Warmwassergeräte und Wärmespeicher



ELEKTRO Peemöller GmbH Telefon: 040 - 672 58 62
Rahlstedter Straße 13-15 Telefax: 040 - 672 13 45
22149 Hamburg eMail: info@elektropeemoeller.de

Heizungs- und Klimatechnik
Öl- und Gasfeuerungen • Kundendienst



Rahlstedter Straße 12-14 • 22149 Hamburg
Telefon: 040 / 673 97 10



Bilderrahmen • Bleiverglasung • Reparaturen
Bekassinenau 35 a • 22147 Hamburg
Tel. 677 12 14 • Fax 67 58 18 75
www.glas-ossenbrueggen.de

30 Jahre Mobilex in Rahlstedt

- EU Importe und Jahreswagen
- Gebrauchtwagen mit Garantie
- Kfz Reparaturen & Karosserieinstandsetzung



www.mobilex.de
Rahlstedter Str. 40 - 44
Tel.: 040 / 672 97 97
040 / 672 67 99
Fax: 040 / 672 20 96

Hamburgs ältester SEAT-Händler

- Neuwagen
- Gebrauchtwagen
- Leasing und Finanzierung



Protokoll Mitgliederversammlung 2009

Protokoll der Mitgliederversammlung am Dienstag, 05.05.09, 19.00 Uhr im Saal des AMTV-Zentrums

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden

Der 1. Vorsitzende, Herr Mattelson, eröffnet die Sitzung um 19.00 Uhr und begrüßt alle Anwesenden, insbesondere die Ehrenmitglieder und die Ehrenvorsitzenden Dr. Schroeder und Schulze.

2. Gedenken der Verstorbenen

Herr Mattelson verliest die Namen der Verstorbenen und bittet die Anwesenden, sich von den Plätzen zu erheben, um der verstorbenen Mitglieder zu gedenken.

3. Ehrung von Mitgliedern durch den 1. Vorsitzenden

Durch den 1. Vorsitzenden Herrn Mattelson erfolgt die Ehrung der langjährigen Mitglieder, deren 40-, 50-, 60- sowie 75-jährige Zugehörigkeit zum AMTV gewürdigt wird. Herr Mattelson bedankt sich bei den zu Ehrenden für ihre Treue gegenüber dem Verein und überreicht Ehrenurkunden, Nadeln sowie Präsenten.

4. Übernahme der Versammlungsleitung durch den vom Vorstand Benannten

Herr Mattelson übergibt das Wort an Herrn Runge, der die Versammlungsleitung übernimmt. Herr Runge begrüßt die Anwesenden und bedankt sich für das ihm entgegengebrachte Vertrauen.

a. Wahl des/der Protokollführer(s)/in

Herr Runge schlägt Frau Toborg als Protokollführerin vor, die von den Anwesenden einstimmig gewählt wird.

b. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Feststellung der Beschlussfähigkeit

Herr Runge stellt fest, dass die Einladung zur Mitgliederversammlung durch Veröffentlichung im AMTV-Magazin 01/2009 durch Versand am 06.03.09 frist- und formgemäß erfolgt ist. Des Weiteren erklärt Herr Runge die Versammlung ohne Rücksicht auf die Anzahl der Anwesenden für beschlussfähig.

c. Genehmigung des Protokolls der letzten ordentlichen Mitgliederversammlung vom 20.05.08

Herr Runge erklärt, dass das Protokoll laut Satzung nicht vom Vorstand, sondern vom Versammlungsleiter sowie der Protokollführerin zu unterschreiben ist. Eine Korrektur ist bereits erfolgt. Das Protokoll wird mit einer Enthaltung mehrheitlich genehmigt.

5. Bericht des Vorstandes mit Aussprache

Bericht Herr Mattelson

Im Zusammenhang mit der Ankündigung von Herrn Mattelson, die Ernennung eines neuen Ehrenmitgliedes vorzunehmen, übernimmt Herr Runge wieder die Versammlungsleitung. Unter Hinweis auf das Ernennungsrecht der Mitgliederversammlung beantragt Herr Runge nunmehr unter Hinweis auf § 10 Ziffer 5, den Antrag des Vorstandes auf Ernennung eines Ehrenmitgliedes zusätzlich in die Tagesordnung aufzunehmen. Wortmeldungen dazu gibt es nicht. Der Antrag wird einstimmig angenommen. Daraufhin gibt Herr Runge den Antrag des Vorstandes wieder, das Mitglied Curt Zeiss zum Ehrenmitglied des AMTV zu ernennen. Eine Aussprache dazu wird nicht gewünscht. Die Mitgliederversammlung beschließt nunmehr einstimmig, das Mitglied Curt Zeiss zum weiteren Ehrenmitglied des AMTV zu ernennen. Herr Runge übergibt das Wort nunmehr wieder Herrn Mattelson, der Curt Zeiss die Ehrenurkunde sowie Ehrennadel übergibt und diesem dankt für seine jahrelangen herausragenden Leistungen sowie seinen bis heute andauernden ehrenamtlichen Einsatz in der Schwimmabteilung. Die Ehrung findet unter anhaltendem Beifall der Mitgliederversammlung statt.

Des Weiteren berichtet Herr Mattelson über die sportlichen Erfolge in den einzelnen Abteilungen und informiert gleichzeitig darüber, dass der AMTV die Basketballspielgemeinschaft SGAM zum 31.05.09 gekündigt hat, da es hier zu Ungereimtheiten gekommen ist. Der AMTV wird eine eigene Basketballabteilung aufbauen. Im Bereich Reha-Sport zeichnet sich eine gute Entwicklung ab. Es ist geplant, neue Konzepte mit Krankenkassen und Ärzten bezüglich neuer Angebote zu entwickeln. Außerdem wird eine Kooperation mit einem Ärztezentrum anvisiert.

Herr Mattelson macht noch einmal deutlich, dass es im AMTV keinen bezahlten Spitzensport geben wird, da dies nicht nur finanziell nicht machbar wäre, sondern auch die Gemeinnützigkeit gefährden würde.

Als größter Etat-Posten stellen sich lt. Herrn Mattelson die Übungsleitergehälter dar. Die Zahlungen klaffen allerdings sehr weit auseinander, da sich einige UL für ihr Ehrenamt wirklich aufopfern, andere wiederum den AMTV lediglich als Geldquelle sehen.

Laufend durchgeführte Hallenkontrollen ergeben immer wieder erhebliche Mängel beim Führen der Anwesenheitslisten bzw. es stellt sich heraus, dass teilweise zwischen 25 und 50% Nichtmitglieder präsent sind.

Dies und die Tatsache, dass es auch andere Gedankenlosigkeiten wie geschlossene Gruppen etc. gibt, die die Gemeinnützigkeit gefährden können, hat den Vorstand veranlasst, sämtliche Übungsleiter-Verträge überprüfen zu lassen. Herr Mattelson betont, dass die Übungsleiter künftig nur noch die definitiv geleisteten Stunden und keine Pauschale mehr bezahlt bekommen sollen und Fortbildungskosten nur noch begrenzt erstattet werden. Der neuesten HSB-Statistik ist zu entnehmen, dass der AMTV im Vergleich zu den anderen Vereinen einen höheren Anteil im Bereich Übungsleitergehälter aufweist.

Des Weiteren informiert Herr Mattelson über die in der Sporthalle Nienhagener Straße sowie im Fitness-Studio installierte Video-Überwachung. Diese musste aufgrund zahlreicher Fälle von Vandalismus bzw. Diebstahl in Betrieb genommen werden und hat bereits zur Täterermittlung beigetragen.

Herr Mattelson teilt weiter mit, dass das Geschäftsstellen-Personal so weit ausgedünnt ist, dass für Veranstaltungen stundenweise Event-Teams zum Einsatz kommen bzw. Hilfe aus den jeweiligen Abteilungen bereit steht.

Für die nächste Mitgliederversammlung sind laut Herrn Mattelson gravierende Satzungsänderungen – insbesondere im Hinblick auf die Gemeinnützigkeit – vonnöten, die von einer Satzungskommission ausgearbeitet und dann zur Abstimmung vorgelegt werden sollen. Hinsichtlich der Vereinsgastronomie kann Herr Mattelson erfreulicherweise mitteilen, dass sich eine positive Entwicklung abzeichnet und diese wieder zu einem beliebten Treffpunkt geworden ist.

Zum Thema Grundstückskauf gibt es leider noch keine Fortschritte. Die politische Entscheidung durch die Kommission für Bodenordnung ist schon zu Gunsten des AMTV gefallen. Es finden aber immer noch Gespräche statt, konkrete Aussagen gibt es nicht. Auch hinsichtlich Bau einer Mehrzweckhalle liegt noch keine öffentlich bekanntgemachte Entscheidung vor. Voraussichtlich wird im Herbst beim Gymnasium Rahlstedt gebaut.

Protokoll Mitgliederversammlung 2009

Bericht Herr Hack

Herr Hack informiert darüber, dass die Erneuerung des Hallenbodens in der Nienhagener Straße doch komplizierter und langwieriger ist als ursprünglich angenommen. Nach intensiven Beratungsgesprächen und Einholung diverser Angebote musste festgestellt werden, dass es sich hier um einen relativ hohen Kostenfaktor handelt und vor Umsetzung dieser Maßnahme unbedingt versucht werden musste, entsprechende Zuschüsse einzuholen. Im Zuge der Umbaumaßnahmen ist angedacht, eine Fußbodenheizung sowie vier Fenster zu installieren und dafür die sehr kostenintensive Umluftanlage zu entfernen. Trotz zugesagter Zuschüsse sowie eines zinslosen Darlehens wird der AMTV Kosten in Höhe von € 80.000,- selbst tragen müssen. Auch im Fitness-Studio müssen ca. € 10.000,- zum Austausch des Fußbodens investiert werden. Bezüglich des Aktiv-Zentrums kann Herr Hack vermelden, dass der Mietvertrag der Räumlichkeiten ausläuft und bereits Verhandlungen hinsichtlich Absenkung der Miete geführt wurden. Sollte man auf einen Nenner kommen, wird der AMTV den Vertrag für zwei weitere Jahre verlängern. Abschließend bedankt sich Herr Hack für die nette und effektive Zusammenarbeit mit der Geschäftsstelle sowie seinen Vorstandskollegen.

Bericht Herr Wehlte

Herr Wehlte erläutert die Bilanz und kann mitteilen, dass sich das Anlagevermögen gegenüber dem Vorjahr nur unwesentlich verändert hat. Die Bankverbindlichkeiten konnten in erheblichem Maße verringert werden, so dass der AMTV bald schuldenfrei sein wird. Die ausstehenden Beiträge von Mitgliedern liegen bei ca. € 15.000,-. Zum Teil können diese durch das Inkasso-Unternehmen Creditreform eingefordert werden, einige Beiträge werden aber aus Kostengründen direkt ausgebucht. Anhand der Gewinn- und Verlustrechnung ist zu ersehen, dass sich die Einnahmen gegenüber dem Vorjahr um ca. € 44.300,- erhöht haben. Dies ist auf mehr Beitragseinnahmen zurückzuführen. Die Personalkosten sind um ca. € 20.000,- gestiegen, ebenso die Ausgaben für Startgelder und Versicherungen. Insgesamt sind ca. € 70.000,- Mehrkosten gegenüber dem Vorjahr zu verzeichnen. Die Ausgaben für Veranstaltungen, Zinsen und Abschreibungen sind gesunken, so dass die Mehreinnahmen kompensiert wurden. Das Jahresergebnis ist in etwa mit dem des Vorjahres zu vergleichen. Herr Wehlte führt weiter aus, dass der AMTV gegenüber den Banken kreditwürdig geworden ist, obwohl eine Grundstücksübernahme noch nicht erfolgt ist.

Aussprache

Herr Runge bittet um Gesamtaussprache zu den vorgebrachten Berichten. Es kommt die Anmerkung aus dem Publikum, dass die vorliegenden Zahlen für jemanden, dem diese Materie fremd ist, verwirrend und schwer verständlich sind. Dies wird als Anregung an den Vorstand weitergegeben. Des Weiteren kommen Nachfragen zum Thema Kursteilnehmerkontrollen. Es wird bemängelt, dass die Anwesenheitslisten von einigen Übungsleiter nicht sorgfältig genug geführt werden bzw. diese ihre Teilnehmer nicht einmal namentlich kennen. Hier wird seitens des Vorstandes noch einmal deutlich gemacht, dass die Übungsleiter regelmäßig kontrolliert und künftig nur noch nach tatsächlich geleisteten Stunden bezahlt werden. Weiterhin werden Detailfragen bezüglich des Haushaltsvoranschlags 2009 gestellt, die durch den Vorstand in ausreichendem Maße erläutert werden. Die Frage nach dem Stand der Mitgliederentwicklung wird ebenfalls anhand der vorliegenden Statistik des HSB dargelegt. Es wird außerdem seitens eines Mitgliedes der Wunsch geäußert, die sportlichen Leistungen des AMTV mehr in der örtlichen Presse publik zu machen. Hier ist der Vorstand bereits in entsprechende Verhandlungen mit dem Rahlstedter Wochenblatt sowie dem Rundblick getreten. Der Tagesordnungspunkt wird geschlossen.

6. Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2008 (mit Aussprache)

Bereits unter Tagesordnungspunkt 5 erfolgt.

7. Bericht der Kassenprüfer für das Jahr 2008 (mit Aussprache)

Herr Regener berichtet über die an zwei Terminen vorgenommenen Prüfungen von diversem Zahlenmaterial. Eine durchgeführte Kassenbestandsaufnahme war ohne Beanstandung. Die vierteljährlichen betriebswirtschaftlichen Auswertungen werden fortlaufend geführt. Beim Haushaltsvoranschlag des Vorjahres gibt es kaum Abweichungen zu dem tatsächlich erzielten Endergebnis. Bei den Kosten hingegen gab es in Teilbereichen erhebliche Unterschiede, saldiert jedoch nur eine geringe Überschreitung der Planzahl. Die Mitgliederentwicklung zeigt sich positiv, laut HSB-Statistik zählt der AMTV zu den 10 größten Vereinen in Hamburg. Die Kassenprüfer geben zu bedenken, dass die Ansparung einer monatlich getätigten Rücklage in Höhe von € 1.500,- zu überdenken sei. Das Spendenverfahren wurde ebenfalls überprüft und es konnte festgestellt werden, dass hier nach Anweisung des Vorstandes verfahren wird. Stichprobenartig durchgeführte Kontrollen der Abteilungsabrechnungen ergaben ebenfalls keine nennenswerten Beanstandungen. Sämtliche Übungsleiterverträge werden zur Zeit überarbeitet, so dass festgestellte Unstimmigkeiten in diesem Zuge geklärt werden. Das Jahresergebnis konnte gegenüber dem Vorjahr geringfügig verbessert werden. Das Eigenkapital wurde erhöht und die langfristigen Verbindlichkeiten konnten durch Tilgungen stark reduziert werden. Hinsichtlich der finanziellen Situation befindet sich der AMTV in einer stabilen Lage und die Kassenprüfer stehen einer geplanten Beitragserhöhung positiv gegenüber. Die Kassenprüfer empfehlen, den Vorstand zu entlasten.

3. Entlastungen

Herr Runge nimmt die Empfehlung der Kassenprüfer an und schlägt vor, den Vorstand gesamt zu entlasten. Der Vorstand wird einstimmig entlastet.

9. Beitragsänderung

Herr Mattelson erläutert den Anwesenden, warum eine Beitragserhöhung aus seiner Sicht unumgänglich ist. Der AMTV weist laut HSB-Statistik die niedrigsten durchschnittlichen Beiträge im Vergleich mit den anderen Vereinen auf. Außerdem wurden die Beiträge in den letzten drei Jahren – trotz der Mehrwertsteuer-Erhöhung - nicht angehoben. Um sicherzugehen, dass die zurzeit vorhandene Stabilität des Vereins bestehen bleibt, ist eine Beitragsänderung dringend erforderlich. Deshalb stellt der Vorstand den Antrag, die monatlichen Grundbeiträge ab 01.07.09 zu erhöhen. Es kommt zu diversen Wortmeldungen. Das Thema wird kontrovers diskutiert mit dem Hinweis des Versammlungsleiters, sich um Sachlichkeit zu bemühen. Seitens der Anwesenden wird darum gebeten, Möglichkeiten von Einsparungen zu finden, um eine Erhöhung abzuwenden bzw. hinauszuzögern. Laut Stellungnahme des Vorstandes kann der AMTV die Qualität seiner Angebote und Übungsleiter nur dann beibehalten, wenn die Grundbeiträge moderat erhöht werden. Außerdem sieht der AMTV ferner seine Verpflichtung im sozialen Bereich, den andere Vereine – bei scheinbar geringeren Beiträgen – nicht vorweisen. Es wird abschließend noch einmal darauf hingewiesen, dass die Mitgliedschaft im Verein eine freiwillige Angelegenheit ist und der Großteil der Mitglieder mit der jetzigen Situation wohl einverstanden sei. Die Aussprache wird geschlossen und es wird festgestellt, dass 99 stimmberechtigte Mitglieder anwesend sind. Die überwiegende Mehrheit der Anwesenden stimmt dem Antrag mit 5 Nein-Stimmen und einigen Enthaltungen zu.

Protokoll Mitgliederversammlung 2009

10. Haushaltsplanung 2009

Herr Wehlte erläutert die einzelnen Positionen und teilt mit, dass im Etatvoranschlag auch die Beitragserhöhung berücksichtigt wurde und der Zinsaufwand korrekt €10.000,- lautet. Bezüglich der Personalausgaben ergibt sich eine leichte Erhöhung. Ebenso im Bereich Bewirtschaftung bzw. Grundstücksaufwendungen. Dies lässt sich mit der geplanten Renovierung der Halle Nienhagener Straße erklären. Leichte Einsparungen sind bei Reparaturen, Beiträgen für Versicherungen sowie Abschreibungen festzustellen. Laut Herr Wehlte ist für 2009 mit einem Überschuss zu rechnen und die Liquidität ist gegeben. Der Haushaltsvoranschlag wird mit einer Enthaltung gebilligt.

11. Bestätigung neu gewählter Abteilungsleiter/innen

Der Tagesordnungspunkt wird übersprungen, da keine neuen Abteilungsleiter/innen in ihrem Amt bestätigt werden müssen.

12. Bestätigung veränderter Abteilungszusatzbeiträge gem. § 8 Nr. 3.a) der Satzung

Der Tagesordnungspunkt wird übersprungen, da keine Abteilungszusatzbeiträge genehmigt werden müssen.

13. Wahlen

a. 2. Vorsitzender

Herr Hack wird für das Amt des 2. Vorsitzenden vorgeschlagen. Er ist bereit, wieder anzutreten und stellt sich kurz vor. Herr Hack wird bei 1 Enthaltung einstimmig gewählt und nimmt die Wahl an.

b. 1. Schatzmeister

Als 1. Schatzmeister wird Herr Wehlte vorgeschlagen. Herr Wehlte ist bereit zu kandidieren und stellt sich ebenfalls noch einmal vor. Er wird bei 2 Enthaltungen einstimmig gewählt. Herr Wehlte nimmt die Wahl an.

c. 2. Kassenprüfer

Peter Tiede stellt sich noch einmal als Kassenprüfer zur Verfügung. Er wird bei einigen Enthaltungen einstimmig für zwei weitere Jahre zum Kassenprüfer gewählt und nimmt die Wahl an.

14. Vorliegende Anträge

Der Punkt ist bereits erledigt.

15. Verschiedenes

Herr Mattelson bittet aus den Reihen des Publikums um Helfer für das am 13. September 2009 geplante Kinderfest. Helfer werden gebeten, sich direkt mit Herrn Egin in Verbindung zu setzen. Herr Runge schließt die Sitzung um 21.20 Uhr.

Herr Runge, 14.05.09
 Vorsitzender

U. Toborg
 Protokollführerin

Protokoll Mitgliederversammlung 2010

Protokoll der Mitgliederversammlung am Dienstag, 08.06.2010, um 19.00 Uhr im Saal des AMTV-Zentrums

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden

Der 1. Vorsitzende, Herr Mattelson, eröffnet die Sitzung um 19.10 Uhr und begrüßt alle Anwesenden insbesondere die Ehrenmitglieder und die Ehrenvorsitzenden Herrn Dr. Schroeder und Herrn Schulze.

2. Gedenken der Verstorbenen

Herr Mattelson verliest die Namen der Verstorbenen und bittet die Anwesenden, sich von den Plätzen zu erheben, um der verstorbenen Mitglieder zu gedenken.

3. Ehrung von Mitgliedern durch den 1. Vorsitzenden

Durch den 1. Vorsitzenden Herrn Mattelson erfolgt die Ehrung der langjährigen Mitglieder, deren 40-, 50-, 60-, 70- sowie 75-jährige Zugehörigkeit zum AMTV gewürdigt wird. Herr Mattelson bedankt sich bei den zu Ehrenden für ihre Treue gegenüber dem Verein und überreicht die Ehrenurkunden, Nadeln sowie Präsente.

4. Übernahme der Versammlungsleitung durch den vom Vorstand Benannten

Herr Mattelson übergibt das Wort an Herrn Runge, der die Versammlungsleitung übernimmt. Herr Runge begrüßt die Anwesenden und bedankt sich für das ihm entgegengebrachte Vertrauen.

a. Wahl des/der Protokollführer(s)/in

Herr Runge schlägt Frau Toborg als Protokollführerin vor, die von den Anwesenden einstimmig gewählt wird. Gegen die Anwesenheit eines Gastes gibt es keine Bedenken, so dass dieser an der nicht öffentlichen Mitgliederversammlung teilnehmen kann.

b. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Feststellung der Beschlussfähigkeit

Herr Runge stellt fest, dass die Einladung zur Mitgliederversammlung durch Veröffentlichung im AMTV-Magazin 01/2010 durch Versand am 11.03.10 frist- und formgemäß erfolgt ist. Des Weiteren erklärt Herr Runge die Versammlung ohne Rücksicht auf die Anzahl der Anwesenden für beschlussfähig.

c. Genehmigung des Protokolls der letzten ordentlichen Mitgliederversammlung vom 05.05.09

Herr Runge verdeutlicht, dass die Satzung es vorsieht, das Protokoll zu veröffentlichen. Dies ist nicht geschehen, sondern es wurde zur Kenntnisnahme in der Geschäftsstelle ausgelegt. Herr Runge unterbreitet deshalb den Vorschlag, dass Protokoll aus dem Jahr 2009 mit dem aktuellen Protokoll gemeinsam zu veröffentlichen. Dies wird einstimmig genehmigt.

Protokoll Mitgliederversammlung 2010

5. Bericht des Vorstandes (mit Aussprache)

Bericht Herr Mattelson

Herr Mattelson beginnt seinen Bericht mit den sportlichen Erfolgen, die die einzelnen Abteilungen im letzten Jahr aufweisen konnten. Hervorzuheben ist hier insbesondere der Schwimmweltrekord und der DM-Titel der erwachsenen Schwimmer sowie die Auszeichnung mit dem Werner-Groth-Pokal für die beste Nachwuchsarbeit. Auch die Abteilung Iaido konnte einen 3. Platz bei den Deutschen Meisterschaften sowie einen 3. Platz bei den Europameisterschaften verzeichnen. Im Bereich Turnen gab es Silber und Bronze bei den Geräteeinzelmeisterschaften.

Die Leichtathleten konnten mehrere Hamburger Meistertitel sowie den 3. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften erringen.

Die Abteilung Basketball hat eine Nachwuchs-Prämie für die hohen Mitgliederzuwächse im Mini-Bereich erhalten.

Herr Mattelson nimmt noch einmal Stellung zu den Hallensperrungen aufgrund von Asbestbelastungsprüfungen im letzten Jahr und den dadurch entstandenen Unwegbarkeiten. Dies hatte eine leicht rückläufige Mitgliederentwicklung zur Folge, da es vermehrt zu Kündigungen gekommen ist.

Hier zeichnet sich mittlerweile wieder ein Vorwärtstrend ab. Herr Mattelson erläutert kurz die getätigten Investitionen in der Sporthalle Nienhagener Straße.

Die installierte Fußbodenheizung im Zuge der Erneuerung des Hallenbodens hat bereits jetzt den Energieverbrauch erheblich minimiert. Des Weiteren erklärt Herr Mattelson, dass die „stillen“ Sportangebote im MedDialog so gut angenommen werden, dass die Teilnehmerzahl innerhalb der Kurse eigentlich schon zu hoch ist. Die Angebotspalette wird stetig weiterentwickelt, als nächstes ist ein Sport-Symposium in Planung. Die Talentschule, die zum wettkampforientierten Sport hinführen soll, ist vom DTB anerkannt und wird ausschließlich über den HSB finanziert. Hier haben Kinder – auch die anderer Vereine – die Möglichkeit, an den wettkampforientierten Sport herangeführt zu werden. Hochleistungssport im AMTV ist aus finanziellen Gründen – auch aufgrund der hohen Trainer-Bezüge nicht möglich. Herr Mattelson informiert, dass sich die Beitragsstruktur des AMTV im unteren Viertel aller Hamburger Großvereine bewegt. Des Weiteren erläutert er, dass die Abteilungen im Rahmen ihres Budgets autonom handeln und eine steuerliche und rechtliche Prüfung durch Geschäftsführung und Vorstand erfolgt. Gleichzeitig gibt er zu bedenken, dass es sich bei der Übungsleiter-Bezahlung um den größten Etat-Posten handelt. Hier macht Herr Mattelson noch einmal deutlich, dass der AMTV Wert auf qualifizierte und zuverlässige Übungsleiter legt, sich aber bei der Bezahlung keineswegs erpressbar machen wird. Ein weiteres Thema sind die Ganztagschulen. Es ist wichtig, die Entwicklung im Auge zu behalten, um entsprechende Kooperationen starten zu können. Der angedachte Bau der Mehrzweckhalle auf dem Gelände des Gymnasiums Rahlstedt entbindet den AMTV von der Aufgabe, ein große Halle bauen zu müssen. Insbesondere der Erwerb des Grundstücks AMTV-Zentrum rückt immer näher. Es liegt bereits ein für den AMTV günstiges Angebot vor. Nach Kauf ist daran gedacht, aufzustocken, so dass weitere 500 qm im eigenen Hause zur Verfügung stehen würden.

Herr Mattelson berichtet von den Verhandlungen mit der Kirchengemeinde bezüglich der Neuregelung der Miete. Hier konnte erfreulicherweise eine Mietminderung um ein Drittel erreicht werden, so dass hier Gelder für die Kooperation MedDialog frei geworden sind. Die durchgeführte Datenschutzprüfung ist laut Herrn Mattelson zur vollen Zufriedenheit verlaufen. Strittig ist zur Zeit noch das Thema „Videoüberwachung“. Eine ebenfalls vorgenommene Lohnsteuerprüfung in den Räumen unseres Steuerberaters ist ohne große Mängel vonstatten gegangen. Herr Mattelson erläutert kurz die Zusammenarbeit mit den Sponsoren Lauße, Schütt und Hinrichs. Leider muss Herr Mattelson vermelden, dass die Gastronomie zur Zeit nicht rentabel bewirtschaftet werden kann und bittet gleichzeitig dringend um die Unterstützung aller Mitglieder. Die notwendigen Satzungsänderungen sind seitens der Finanzbehörde dringend erforderlich, da der AMTV sonst seine Gemeinnützigkeit verlieren könnte. Bezüglich des Rahlstedter Bündnisses kann Herr Mattelson vermelden, dass sich hieraus eine schlagkräftige Institution entwickelt hat, die den Politikern „Dampf unter dem Hintern“ machen soll.

Bericht Herr Hack

Herr Hack berichtet über den ausgelaufenen Mietvertrag der Räumlichkeiten der Kirchengemeinde und den zähen Verhandlungen, die schließlich zu einer Reduzierung der Miete von ursprünglich €2.300 auf €1.400 geführt haben. Die hierdurch erreichte Einsparung von €10.000 im Jahr kann somit in die neuen Sporträume in der Brockdorffstraße investiert werden. Bezüglich des AMTV-Zentrums muss Herr Hack vermelden, dass die Gastronomie leider zur Zeit nicht besonders gut läuft und verstärkt Werbemaßnahmen zum Zuge kommen sollen. Im Bereich des Fitness-Studios sind diverse Reparaturen, Renovierungen sowie die Anschaffung neuer Sportgeräte zu vermelden. Herr Hack berichtet weiter, dass der Kostenschwerpunkt im Bereich der Halle Nienhagener Straße liegt, in der der Hallenboden komplett erneuert und gleichzeitig eine Fußbodenheizung installiert wurde. Zusätzlich wurden Basketballkörbe angebracht. Durch die neue Heizung und den Wegfall der Lüftungsanlage konnten schon jetzt immense Kosten im Bereich Bewirtschaftung eingespart werden. Die Sanierung hat ca. €150.000 verschlungen, wobei der AMTV aus Bezirkssondermitteln Zuschüsse sowie vom HSB einen zinslosen Kredit erhalten hat. Trotzdem musste ein zusätzliches Darlehen bei der HASPA von €90.000 in Anspruch genommen werden. Zwischenzeitlich sind aber bereits einige Kredite ausgelaufen, so dass Herr Hack zu dem Schluss kommt, dass sich die Ausgaben relativ schnell amortisieren werden. Abschließend teilt Herr Hack mit, dass die Handballer eine Behindertensportgruppe eingerichtet haben, die samstags in der Halle Nienhagener Straße trainiert. Hier gilt sein besonderer Dank Max Rode, der diese Initiative ins Leben gerufen hat.

6. Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2009 (mit Aussprache)

Herr Wehlte erläutert die Einnahmen-Überschussrechnung 2009 und erklärt, dass die Mitgliedsbeiträge um ca. € 40.000 geringer ausgefallen sind als vermutet. Dies liegt unter anderem daran, dass der AMTV weniger Mitglieder zu verzeichnen hat. Die Zuschüsse lagen mit ca. €171.000 um € 91.000 höher als geplant. Dies liegt – wie bereits ausführlich erläutert – an der Renovierung der Halle Nienhagener Straße/Fitness-Studio. Laut Herrn Wehlte sind erfreulicherweise mehr Spendengelder als erwartet eingegangen. Im Bereich Vermögensverwaltung und wirtschaftlicher Geschäftsbetrieb sind keine großen Veränderungen festzustellen. Im Bereich der Ausgaben konnte das Budget eingehalten werden. Beim Posten Personalkosten hat eine Erhöhung durch € 400-Mini-Jobs stattgefunden. Bei den Verwaltungskosten sowie Mieten gibt es nur unwesentliche Änderungen. Herr Wehlte teilt mit, dass die Reparaturen nach oben geschneit sind. Dies liegt allerdings an den vorgenommenen Instandsetzungen. Der Zinsaufwand hat sich nicht wesentlich verändert, Altschulden wurden durch Tilgung von Darlehen abgebaut. Die Kosten für Reinigung sind unverändert zum Vorjahr. Die Bewirtschaftungskosten sind erheblich niedriger, dieser Trend wird beibehalten bzw. verbessert. Die Repräsentations- und Werbekosten haben sich durch Einkauf von Marketingartikeln leicht erhöht. Hier gibt es einen Warenbestand von €10.000, so dass keine Neuanschaffungen getätigt werden müssen. Die Verbandsbeiträge sind leicht erhöht, was daran liegt, dass diverse Verbandsbeiträge sowie Start- und Meldegelder gestiegen sind. Die Ausbildungs- und Lehrkosten sind ungefähr gleich geblieben, der Zinsaufwand hingegen etwas gesunken. Das Gesamtjahresergebnis liegt bei € -34.157,75. Herr Wehlte gibt zu bedenken, dass der AMTV ohne durchgeführte Modernisierungsmaßnahmen einen Gewinn von € 50.000 erwirtschaftet hätte. Aus dem Publikum kommt die Anregung, das Vorjahr sichtbar zu machen.

7. Bericht der Kassenprüfer für das Jahr 2009 (mit Aussprache)

Herr Regener verliest den Bericht der Kassenprüfer und erläutert, in welchen Bereichen Kontrollen vorgenommen wurden. Es wurde festgestellt, dass laut Planzahlen ein Überschuss von EUR 2.500 erwirtschaftet werden sollte. Nach der GuV-Rechnung allerdings wurde das Geschäftsjahr 2009 mit einer Unterdeckung von EUR 34.158 abgeschlossen. Laut Herrn Regener ist diese erhebliche Diskrepanz der Plan- und Ist-Zahlen hauptsächlich auf die bereits mehrfach erwähnten Investitionen und Reparaturen zurückzuführen. Außerdem ist der durch die vorgenommene Beitragserhöhung ab 01.07.09 erwartete Zuwachs von EUR 30.000 nicht erreicht worden, sondern die Beiträge sind um ca. EUR 5.000 geringer als zum Vorjahr ausgefallen. Saldenbestätigungen seitens der Banken und des HSB sind vorhanden. Spenden werden ordnungsgemäß bearbeitet. Hier handelt es sich überwiegend um Geldspenden. Bei zwei Sachspenden besteht Klärungsbedarf. Bei der Überprüfung der Abteilungsabrechnung Schwimmen gab es keine wesentlichen Beanstandungen. Es wird seitens der Kassenprüfer empfohlen, eine Vereinheitlichung der Abrechnungen aller Abteilungen anzustreben. Die Durchsicht diverser Übungsleiterakten ergab nur kleinere Unstimmigkeiten. Es wird angeregt, bei der Umstellung von DM- auf EUR-Verträge die sich ergebenden Cent-Beiträge auf ganze Euro aufzurunden. Weiterhin wird angeraten, die Abrechnung der Stundenprotokolle künftig zu vereinfachen. Die Überprüfung der Bauakte „Sporthalle Nienhagener Straße“ blieb ohne Beanstandungen. Unklarheiten einzelner Positionen der GuV-Rechnung konnten durch den Geschäftsführer zufriedenstellend geklärt werden. Das Vereinsvermögen ist zu 70% frei von Belastungen, so dass hier eine absolut positive Vermögens- und Kapitalstruktur vorliegt. Durch die laufende Verbesserung und Erweiterung des Sportprogramms sollen zusätzliche Mitglieder – insbesondere im Jugendbereich – gewonnen werden. Die Kassenprüfer stellen abschließend fest, dass der Vorstand den AMTV mit großer Verantwortung und persönlichem Engagement führt und empfiehlt, den Vorstand für das Geschäftsjahr 2009 zu entlasten.

8. Entlastungen

Dr. Schroeder stellt den Antrag, den Vorstand zu entlasten und bedankt für die geleistete Arbeit.

Herr Runge empfiehlt die Entlastung en bloc. Der Vorstand wird bei 2 Enthaltungen einstimmig entlastet.

9. Haushaltsplanung 2010

Herr Wehlte erläutert den Haushaltsvoranschlag 2010 im Vergleich zu den Ist-Zahlen 2009. Bei den Mitgliedsbeiträgen sind Mehreinnahmen von ca. EUR 28.000 geplant. Hier ist bereits im 1. HJ eine Steigerung erkennbar. Die Zuschüsse sind gegenüber dem Vorjahr wesentlich geringer aufgrund der Baumaßnahmen in 2009. Im übrigen Bereich der Einnahmen sind keine besonderen Einschnitte absehbar. Aus der Gesamtsumme lässt sich ersehen, dass der AMTV vermutlich EUR 70.000 weniger an Einnahmen verzeichnen wird. Bei den Ausgaben liegen die Personalkosten etwas höher. Im Bereich Miete lassen sich keine großen Änderungen erkennen. Reparaturen und Grundstücksaufwendungen sind dagegen erheblich geringer. Bei der Bewirtschaftung werden ebenfalls weniger Kosten anfallen. Dafür sind die Verbandsbeiträge gestiegen, so dass hier mit Mehrausgaben gerechnet werden muss. Ebenso sieht es im Bereich Veranstaltungen aus. Abschließend kann Herr Wehlte mitteilen, dass zum Ende des Jahres mit einem Überschuss von EUR 20.000 zu rechnen ist. Nach einigen Rückfragen seitens der Mitglieder und entsprechender Stellungnahme des Vorstandes wird der Haushaltsvoranschlag einstimmig genehmigt.

10. Bestätigung neu gewählter Abteilungsleiter/innen

Herr Sven Bruse, Abteilungsleiter Handball (seit 01.07.09) und Frau Christa Muus, Abteilungsleiterin Wandern (seit 10.01.10), werden einstimmig mit einer Enthaltung in ihrem Amt bestätigt.

11. Vorliegender Antrag: Satzungsänderung

Herr Runge gibt bekannt, dass insgesamt 68 stimmberechtigte Mitglieder anwesend sind, zur Herstellung der erforderlichen 2/3-Mehrheit 46 Ja-Stimmen erforderlich sind. Herr Runge gibt zur Kenntnis, dass dem vorliegenden Antrag zur Änderung des Vereinszwecks gemäß § 16 Nr. 2 von mindestens 2/3 aller stimmberechtigten Mitglieder (in diesem Falle 2257) zugestimmt werden muss. Da nicht so viele Mitglieder anwesend sind (nur 68), muss laut Satzung innerhalb von 6 Wochen eine außerordentliche Mitgliederversammlung einberufen werden, die dem vorliegenden Antrag durch 2/3 der anwesenden stimmberechtigten Mitglieder zustimmen muss. Diese außerordentliche Mitgliederversammlung wird am 05.07.10 stattfinden.

§ 2 Zweck und Ziel – Ziffer 2-6

Es wird erläutert, dass aufgrund der Änderungen im Gemeinnützigkeitsrecht die Vereine seitens der Finanzbehörde aufgefordert werden, die verbindlichen Formulierungen der Mustersatzung für Vereine zu übernehmen, da ansonsten ein Verlust der Gemeinnützigkeit droht. Hierzu ergeben sich einige Fragen, die vom Vorstand hinreichend beantwortet werden. Die Neufassung des § 2, Ziffer 2-6, wird einstimmig angenommen.

§ 4 Vereinsordnungen

Dieser zusätzliche Paragraph wird aufgrund von Bürokratieabbau erforderlich. Er wird bei 2 Enthaltungen einstimmig angenommen.

§ 5 Ehrungen

Der Paragraph wird einstimmig genehmigt.

§ 6 B. Erwerb der Mitgliedschaft

Herr Runge regt an, unter 3. den Satz „Die Ablehnung bedarf einer Begründung“ zu ändern in „Die Ablehnung von Mitgliedsanträgen ist nicht zu begründen“. Es wird sich darauf geeinigt, den geänderten Antrag auf Streichung des Satzes zur Abstimmung zu bringen. Bei einer Nein-Stimme und drei Enthaltungen wird der Antrag mit 64 Stimmen genehmigt.

§ 7A. Rechte der Mitglieder

Die Änderung ist erforderlich, um fristlose Kündigungen aufgrund von Auflösungen spezieller Übungsangebote zu vermeiden. Mit einer Gegenstimme wird der geänderte Paragraph genehmigt.

§ 7B. Pflichten der Mitglieder

Es wird kontrovers über die Formulierung „Die Mitwirkung in Angeboten, für die Abteilungs- und/oder Zusatzbeiträge erhoben werden, sind von dem Mitglied vor der Mitwirkung dem Verein (Geschäftsstelle) mitzuteilen. Die Anwesenden kommen zu dem Schluss, den Verein in dem Satz zu streichen. Herr Runge bringt den geänderten Antrag zur Abstimmung. Dieser wird mit 1 Gegenstimme und 1 Enthaltung mit 66 Stimmen genehmigt.

Protokoll Mitgliederversammlung 2010

§ 8 Beendigung der Mitgliedschaft

Herr Runge erläutert, dass es für den Verein einfacher ist, bei rückständigen Beiträgen ein Mitglied auszuschließen, als das Geld einzutreiben. Die Änderung wird mit 1 Gegenstimme beschlossen.

§ 9 Haftung

Bei diesem neuen Paragraphen wird die Formulierung „schuldhaft“ als zu hart angesehen. Änderungsvorschlag „schuldhaft (vorsätzlich oder grob fahrlässig)“. Die Änderung wird mit einer 1 Gegenstimme und 1 Enthaltung beschlossen.

§ 10 Beiträge, Umlagen und Gebühren

Auch hier kommt es zu diversen Wortmeldungen. Es wird festgestellt, dass im §7b das Lastschriftverfahren vorgeschrieben ist. Deshalb wird der Antrag gestellt, den bereits beschlossenen § 7 erneut zur Diskussion aufzurufen. Vorerst soll jedoch der aktuelle Paragraph zur Abstimmung gelangen. Der Vorstand schlägt vor, den letzten Satz „Dem geschäftsführenden Vorstand bleibt es überlassen, einen für den Verein Kosten sparenden Zahlungsmodus festzulegen“ ersatzlos zu streichen. Der geänderte Antrag wird einstimmig genehmigt.

§ 7b) – Dringlichkeitsantrag

Im Zusammenhang mit der Diskussion zu der Änderung zu § 10 wird aus der Mitte der Versammlung heraus beantragt, den bereits beschlossenen Abänderungsantrag zu § 7b) nochmals zu diskutieren und neu abzustimmen. Herr Runge weist darauf hin, dass ein solches Verfahren nur bei Annahme einer Dringlichkeits-Beschlussfassung der Versammlung möglich und zulässig ist. In der nachfolgenden Abstimmung dazu wird mit überwiegender Mehrheit eine Dringlichkeit verneint, so dass der Antrag als abgelehnt gilt.

§ 12 Mitgliederversammlung

Die Anwesenden erörtern die unterschiedlichen Möglichkeiten, den Mitgliedern die Niederschrift der Mitgliederversammlung zugänglich zu machen. Es wird mit 2 Gegenstimmen beschlossen, folgende Formulierung zu verwenden „Die Niederschrift kann von den Mitgliedern entweder in der Geschäftsstelle abgeholt oder von dort abgefordert werden.“ Aus der Mitte der Versammlung heraus erfolgt der Hinweis, dass in der vorgesehenen Änderung zu § 12 Ziffer 8 g. das Wort Umlagen fehlt. Da zuvor bereits über die gesamte Änderung des § 12 – wie beantragt – abgestimmt worden war, beantragt Herr Runge, nach vorheriger positiver Beschlussfassung zur Dringlichkeit, eine Neuabstimmung zu § 12 Ziffer 8 g. einschließlich des Wortes: Umlagen. Der Dringlichkeitsantrag wird einstimmig angenommen; der um das Wort: Umlagen ergänzte Antrag wird sodann ebenfalls einstimmig angenommen.

§ 14 Aufgaben des Vorstandes

Der Antrag wird mit 1 Gegenstimme und 4 Enthaltungen beschlossen.

§ 15 Hauptgeschäftsführer

Herr Runge erläutert, dass es sich bei einem Hauptgeschäftsführer um ein besonderes Organ mit Kompetenzen handelt und dieser kein Angestellter des Vereins ist. Der Vorstand hat in diesem Falle nur überwachende Funktion. Der Antrag wird mit 2 Gegenstimmen und 2 Enthaltungen beschlossen.

§ 19 Ausschüsse

Der Antrag wird mit 1 Enthaltung beschlossen.

§ 20 Änderung der Satzung

1. Wie bereits vorab erklärt, kann dieser Paragraph nicht zur Abstimmung gelangen, da keine 2/3 stimmberechtigten Mitglieder (2/3 Mehrheit) anwesend sind.
2. Dieser Punkt wird einstimmig beschlossen.

§ 21 Auflösung

Herr Runge erklärt hierzu, dass sich diese Formulierung in vielen Satzungen der Vereine findet, da es sich um eine Auflage des Finanzamtes handelt. Die Änderung wird mit 2 Enthaltungen beschlossen.

§ 22 Datenschutz

Herr Runge bemerkt, dass der Antrag nicht sorgfältig genug artikuliert wurde und empfiehlt, dieses nachzuholen und eine Abstimmung darüber auf der außerordentlichen Mitgliederversammlung erfolgen zu lassen. Die Mitgliederversammlung ist mit dieser Verfahrensweise einverstanden. Herr Runge kündigt an, dass die Wortlaute der beschlossenen Satzungsänderungs-Bestimmungen dem zu erstellenden Protokoll als Anlagen beigefügt werden.

12. Wahlen

- a. **1. Vorsitzender** Herr Mattelson wird als 1. Vorsitzender vorgeschlagen. Er ist bereit anzutreten und wird bei 3 Enthaltungen mit überwiegender Mehrheit zum 1. Vorsitzenden gewählt. Herr Mattelson nimmt die Wahl an.
- b. **3. Vorsitzender** Es wird der Vorschlag unterbreitet, Herrn Slama zum 3. Vorsitzenden zu wählen. Auch Herr Slama ist bereit, erneut anzutreten. Er wird bei 2 Enthaltungen einstimmig gewählt. Herr Slama nimmt die Wahl an und bedankt sich für das entgegengebrachte Vertrauen.
- c. **2. Schatzmeister** Herr Beckmann beendet sein Amt und tritt nicht mehr zur Wahl an. Herr Michael Junker wird vorgeschlagen. Er stellt sich kurz vor und wird bei 1 Enthaltung einstimmig gewählt. Herr Junker nimmt die Wahl an.
- d. **1. Kassenprüfer** Herr Regener ist bereit, erneut für das Amt des Kassenprüfers zu kandidieren. Er wird bei 2 Enthaltungen einstimmig gewählt und nimmt die Wahl an.

Zum Abschluss des Tagesordnungspunktes 12 bedankt sich Herr Runge für die Aufmerksamkeit der Mitgliederversammlung, insbesondere zu den Satzungsänderungsanträgen und übergibt die Versammlungsleitung nunmehr an den neu gewählten 1. Vorsitzenden Herrn Mattelson.

13. Verschiedenes

Es kommt zu verschiedenen Wortmeldungen und Anregungen seitens der Anwesenden. Herr Mattelson schließt die Sitzung um 22.15 Uhr.

Herr Runge, 17.06.10
 Vorsitzender

U. Falgout
 Protokollführerin

Hopfentour

Mittwoch, 14. Juli 2010. Es war Hochsommer in und um Hamburg. Temperaturmäßig gab es keinen Unterschied zwischen der Westsahara und hier. Außerdem waren Schulferien, d.h., die Sportanlagen in der schönsten Jahreszeit gesperrt, für uns, 6 Wochen kein Faustballtraining mangels Möglichkeit.

Um nicht einzurosten, wurde das Fahrrad aus dem Keller geholt, denn Sommerzeit ist bekanntlich Radelzeit. Nur einfach in der Gegend rumzudüsen, erschien uns zu öde und einfallslos. Also musste etwas Kulinarisches her, denn Essen und Trinken gehören zu den 3 schönsten Dingen im Leben. Aus einschlägigem deutschen Liedgut haben wir gelernt: Es gibt kein Bier auf Hawaii. Was war zu tun? Wir befragten das Orakel von Stellau. Die Antwort ließ nicht lange auf sich warten und im Nu verkündete Scout Siegfried den fertigen Tourenplan. Sein Motto: „Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah liegt?“ Im Visier „Büttenwarder“, die TV-Gemeinde im Stormarner Dreieck Lütjensee- Trittau –Grönwohld, in der Brakelmann, Adsche, Shorty, Kuno und Bürgermeister Dr. Schönbiehl ihr Unwesen treiben.

Doch mit diesen Herren waren wir nicht verabredet, sondern mit Torsten Schumacher, dem dortigen Brauereichef. Kenner wissen bereits: in Grönwohld steht ein (Hof)bräuhaus, genauer gesagt in der Poststr. 21. Im Mittelalter brachten Klosterbrüder das Bier vornehmlich an den Mann. In einigen Landstrichen galt es seinerzeit wegen seines hohen Kaloriengehaltes als Grundnahrungsmittel und war durch das Kochen der Bierwürze oftmals keimfreier als das gängige Trinkwasser. Cerveza, Bira, Ale, Öl: Bier ist international und Bierbrauen ein Handwerk mit langer Tradition. Pils, Bock, Kölsch, Alt, Weizen usw., die Liste ist lang. Ein unbekannter Verfasser brachte es auf den Punkt: Auch Wasser wird zum edlen Tropfen, mischt man es mit Malz und Hopfen. Am 23.04.1516 wurde das viel zitierte deutsche Reinheitsgebot verkündet. Dieser Qualitätsmaßstab gilt noch heute und der 23. 04. ist inzwischen der „Tag des deutschen Bieres“. Das Gebot gilt allerdings nicht für die Gläser, wie von Besuchern des Oktoberfestes zu erfahren ist. Uns stand bei dieser Backofenhitze der Sinn nach einem kühlen Blondem und so waren wir sehr neugierig auf das Grönwohld-



Die „grauen“ Panther der Faustballsparte

der Spezial und das Grönwohlder Pils. Bei einer Führung stellte der Chef die kleine Hausbrauerei vor, erläuterte das Konzept und erklärte uns ziemlich Ahnungslosen den Brauvorgang. Da noch viel in traditioneller Handarbeit geschieht, gab es auch viel zu sehen.

Natürlich darf nach so einem Anlass die obligatorische Verkostung nicht fehlen. Wir können resümieren: Hopfen und Malz sind noch lange nicht verloren. Schroten, Maischen, Läutern- nach einer Brauereibesichtigung sind einem diese Begriffe geläufig. Es muss nicht immer Warsteiner, Köpi oder Krombacher sein. Die Grönwohlder können der Konkurrenz mit Sicherheit das (Brau)Wasser reichen. Auf's Gerade(!)wohl verließen wir das liebenswerte Provinznest und nahmen Kurs auf Grossensee.

Unser Scout konnte am Ende des Tages resümieren: Anti-Rost-Programm durchgeführt, keiner auf dem Holzweg, Flüssigkeitszufuhr nach den Empfehlungen der Apothekenumschau okay, Trainingsrückstand geringfügig aufgeholt. Fazit: Inaktiv werden wir später!
G. Schmidt

Jegotka

Obst und Gemüse



Preiswert, frisch und vielfältig seit 1965

City-Rahlstedt • 22143 Hamburg • Boizenburger Weg 11 • Tel. 677 76 34





Feinkost Hinrichs



Wir lieben Lebensmittel !

In unserem großzügig angelegten Markt macht Einkaufen Spaß.



Unsere Öffnungszeiten für Sie:

Montag bis Freitag:
7:30 Uhr - 19:00 Uhr



Samstag:
7:30 Uhr - 13:00 Uhr



EDEKA Feinkost Hinrichs • Brockdorffstraße 94-96 • 22149 Hamburg
Telefon: 040 / 673 91 353 • Fax: 040 / 673 91 354 • Mail: Edeka-Hinrichs@t-online.de



MANFRED MÜHLE BESTATTUNGEN

Ihr Partner im Trauerfall für alle Bestattungsformen.
Erfahren. Preiswert. Zuverlässig.

Tonndorfer Hauptstraße 174 a • 22045 Hamburg

Telefon 66 33 34 • Tag und Nacht

Sanitärtechnik
Bauklempnerei
Wasser
Gas
Dach
Heizung
Komplettbäder



Johannes Steen GmbH & Co.
Telefon: 040 - 672 30 16/17
Fax: 040 - 6720249
Email: johannes.steen@t-online.de

Vermessung

Wir übernehmen für Sie:

- Grundstücksteilungen
- Absteckungen
- Einmessungen
- amtliche Gebäudeeinmessungen



KALLICH & PARTNER
INGENIEURBÜRO
INGENIEURVERMESSUNG
STRASSENPLANUNG
WANDSBEKER ZOLLSTRASSE 5
22041 HAMBURG
TEL. 040-65 87 01 - 0



Mit Vertrauen in die Zukunft

Ambulante Senioren- und Krankenpflege
Alter Zollweg 17, 22147 Hamburg
Telefon: 040/678 25 39



Unsere Schwerpunkte:

- Medizinische Versorgung
- Alle Leistungen aus der Pflegeversicherung (Stufe 1-3)
- Familienpflege: Kostenübernahme durch die Krankenkassen
- Serviceleistungen: z.B. Hilfe im Haushalt, Einkauf, Spaziergänge,
- Gesprächs-, Vorlese-, Spielstunden
- Seniorenkreis: jeden 3. Mittwoch im Monat bei Kaffee und Kuchen

Der sich uns anvertrauende Kunde steht im Mittelpunkt unseres Unternehmens. Wir beraten Sie gern in unseren Räumlichkeiten, auf Wunsch bei Ihnen zu Hause oder einfach telefonisch.

Ralph Unterborn

Entsorgungsfachbetrieb eK

Containergestellung 3 - 24 cbm

Gartenabfälle - Bauschutt
Baustellenabfälle - Müllabfälle

Niendorfer Weg 11 - 22453 Hamburg

Tel.: (040) 690 69 61 + 690 26 06 - Fax: (040) 69 70 37 01

premio Reifen+Autoservice



Rahlstedt



Ahrensburg

- **Freundliche Fachberatung**
- **Neureifen aller Fabrikate**
- **RunOnFlat-Reifen**
Damit bleiben Sie auch im Pannfall mobil
- **Motorradreifenservice**
inkl. Räder Aus- und Einbau
- **Leichtmetallfelgen**
- **Sommer- u. Winter-Komplettträder**
- **Einlagerung Ihrer Sommer- und Winterräder**
- **Elektronisches Auswuchten**
- **modernste Computer-Achsvermessung**
- **Ölwechsel**
- **Saison- und Urlaubsscheck**
- **Batterie- und Lichttest**
- **„ATE“ Bremsen-Center**
- **Auspuff- und Stoßdämpferservice**
- **Inspektion (KFZ und Motorrad)**
- **HU/AU jeden Mo, Mi und Fr**
nach § 29 StVZO, Prüfung durch externe Prüflingenieure der amtlich anerkannten Überwachungsorganisationen.
- **Reifengasfüllung (Safety-Fill)**
- **Klimaanlagen-Service**
- **Fahrzeug-Tieferlegung**
- **Feinstaubplakette**
- **Finanzierung möglich**

Reifenhaus BUCH GmbH Ihr freundliches Reifenhaus seit 1963

RAHLSTEDT Bargteheider Str. 107
22143 Hamburg-Rahlstedt
Tel. 040-648 99 70
Fax 040-647 00 05
mail@reifenhausbuch.de

AHRENSBURG Gänseberg 1
22926 Ahrensburg
Tel. 04102-42 333
Fax 04102-12 899
info@reifenhausbuch.de

ÖFFNUNGSZEITEN
Mo-Do: 8.00 - 18.00 Uhr
Fr: 8.00 - 17.00 Uhr
Sa: 9.00 - 13.00 Uhr
www.reifenhausbuch.de

Schumacher + Ankes Modehaus in Linau + Trachtengalerie

Braut- und Abendmode
Damenkleidung von Größe 36-60
Herrenkleidung über 90 Größen

Landhaus- und Trachtenmode
größte Auswahl Norddeutschlands
Barbour-Jagdkleidung

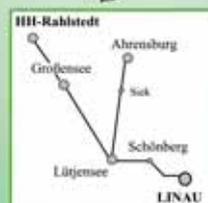
Das Haus mit den guten Markenwaren!
Das Haus mit den niedrigen Dorfpreisen!
Die neue Herbstware wird Sie begeistern!

50
Freitag 15. Oktober 10
Samstag 16. Oktober 10
Laden wir Sie und Ihre Freunde zu unserem traditionellen **OKTOBERFEST** ein.
Orig. Spezialitäten aus Bayern: **LECKER**

Verkaufsoffener SONNTAG
24. Oktober von 12 - 17 Uhr
anlässlich des
Linauer Landmarktes!

Eigene Änderungs-schneiderei

Der Kaffee ist bei uns immer heiß und frisch



Anke und Erwin Schumacher • Linau • Hauptstraße 22 • Tel. 0 41 54 / 52 22
Geöffnet: Mo.- Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-16 Uhr • www.ankes-trachtengalerie.de

Boxen - mehr als Draufhauen

Neue Workshops für Kinder und Jugendliche von 10-18 Jahre

Jeder kennt die Bilder aus dem Fernsehen – vom geschwellenen Auge, der blutigen Nase und dem blutigen Cut über dem Auge. Wenn die Kämpfer in der Ringecke sitzen, nach Luft schnappen und das Publikum einem KO-Schlag in der letzten Runde entgegenfiebert. Ja, das ist ein Teil des Profi-Boxens – aber es ist ein langer Weg dorthin.

Und jetzt wird es interessant: Wie trainiert eigentlich ein Boxer oder eine Boxerin?

Zunächst ein paar Fakten: Boxen ist ein effektives Ganzkörpertraining, bei dem Körperkoordination, Konzentration, Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit des gesamten Körpers gleichermaßen gefordert werden. Boxer preisen die positive Wirkung auf die mentalen Kräfte und es ist eine wirkungsvolle Sportart, um Stress und Aggressionen abzubauen.

Und genau das bieten wir in unseren Workshops an: Die Powerhungrigen werden von unserer Boxtrainerin in die richtige Technik von Führhand und Schlaghand eingewiesen.

In entschärften Partnerübungen wird das Gelernte umgesetzt und mit Schlagkombinationen erweitert.

Außerdem ist es ein tolles Gefühl während einer Ausdauerinheit etwas für seinen Aggressionsabbau zu tun - und ganz nebenbei – noch ein bisschen die Technik auszubauen. Die schweißtreibenden Trainingseinheiten sorgen dafür, dass jede Menge Kalorien verbrannt werden – und ein bisschen mehr Selbstvertrauen gewonnen wird.

Eines steht ganz am Anfang jeden Trainings: Der Respekt und die Fairness gegenüber seinem Trainer, seinem Partner und seiner Gruppe. Das heißt: Wir trainieren wie die Großen – aber ohne zu kämpfen.

Termin: **Kurs 1:** 10-13 Jahre/gemischte Gruppe
ab 30.10.2010 (8 Einheiten)

Samstags von 9:45-11:15 Uhr

Kurs 2: 14-18 Jahre für Mädchen

ab 18.10.2010 (8 Einheiten)

mo und do von 16:00-17:30 Uhr

Kurs 3: 14-18 Jahre für Jungen

ab 18.10.2010 (8 Einheiten)

mo und do von 17:30-19:00 Uhr

Kosten: AMTV-Mitglied EUR 30,00

Kurzzeitmitglied EUR 45,00

Ort: AMTV-Zentrum/Rahlstedter Straße 159



THOMAS DAHL
Krankengymnastik Termine nach Vereinbarung
Sportphysiotherapie Tel. 675 61 688
Med. Aufbautraining Schweriner Straße 10
private Leistungen 22143 Hamburg
Therapieberatung Im Rahlstedt-Center



Schrank- und Regalfertigteile
 Individueller Innenausbau

SMF Vertriebs-GmbH
 Bültbek 38
 22962 Siek
 Fon 04107.9847
 mobil 0172.4070851
 Fax 04107.7459
 j.schmidt@smf-vario32.de
 www.smf-vario32.de

Jürgen Schmidt
 Geschäftsführer



HDS
 Griepentrog & Kittel GmbH
 Wir machen das!

Garten- und Landschaftsbau

- Grund-/Dauerpflege
- Hecken-/Gehölzschnitt
- Baumfäll-/schnittarbeiten
- Neuanpflanzung und Umgestaltung
- Platten- und Pflasterarbeiten
- Zaunbau, Erdarbeiten
- Kellerwandabdichtung u.v.m.



Rahlstedter Str. 173
 22143 Hamburg
 Fax 66 85 15 20
 info@hdshamburg.de
 www.hdshamburg.de

040/66 85 15-0

Qualität ist unser Anspruch

WOCHENMARKT



Rahlstedt



Der besondere Markt in der Rahlstedter Bahnhofstrasse



Mittwoch und Sonnabend von 8.00 bis 13.00 Uhr

Wir sind Mitglied der IGOR und bieten für unsere Kunden 2 Stunden kostenfreies Parken

Vorstellung der Racket Sportart TBB

Energie, Fit und Entspannung - Taiji Bailong Ball ist die neue Trendsportart aus China

Das Bild ist allvertraut: In den Parkanlagen Chinas üben Menschen in den Morgenstunden die traditionellen Bewegungskünste wie Taijiquan oder Qigong. Zu diesen klassischen Bewegungsphilosophien gesellt sich nun eine neue: Sie wird mit Schläger und Ball gespielt, mischt sich aber mit weichen, flüssigen Bewegungen. Dies ist die neue Trendsportart Taiji Bailong Ball.

Taiji Bailong Ball vereint östliche und westliche Charakteristika: Bei den westlichen Sportarten steht oft das Objekt „der Ball im Mittelpunkt“. Wir müssen uns bewegen, weil wir den Ball bewegen wollen“, lautet oft die These. Bei traditionellen Bewegungsformen aus Fernost steht der Mensch im Zentrum, die Bewegung an sich und das optimale Zusammenspiel mit dem Körper, ohne ihn zu überlasten.

Taiji Bailong Ball ist ein Sport, der in unterschiedlichen Varianten gespielt werden kann - sowohl alleine, zu zweit oder mit mehreren Spielern. Im Soloplay gibt es zahlreiche Techniken, die miteinander verbunden wie ein Tanz wirken. Beim Multiplay geht es um die Flexibilität in den Bewegungen und im Kopf. Von den vielen Schwung- und Drehtechniken gibt es immer nur eine Lösung, die optimal an das Problem des anfliegenden Balles angepasst ist. Das unüberlegte, bloße Schlagen gehört nicht zu den Lösungsansätzen.

Der Schläger ist mit einer Gummifläche bespannt, der Ball ist teils mit Sand gefüllt und kann nicht springen. Beim Spielen sind Ähnlichkeiten mit Tennis oder Badminton zu erkennen. Es unterscheidet sich jedoch in einem wesentlichen Punkt von den bekannten Rückschlag-Ballsportarten: Der Ball wird nicht durch lineares Schlagen zum Mitspieler gespielt, sondern indem man ihn mit dem Racket in seiner Flugbahn begleitend aufnimmt. Anschließend wird der Schwung genutzt, um den Ball in einer dynamischen, kreisförmigen Bewegung zurück in die Richtung des Mitspielers zu dirigieren.

Mit weichen, eleganten Bewegungen wird der Schläger und Ball um den Körper gewirbelt. Die Folge: Man fühlt sich fit, entspannt und bis oben voll mit Energie. Durch die unterschiedlichen Rotationen und Beugungen werden große wie kleine Muskelgruppen angesprochen. Man lernt es spielend leicht und trainiert dabei seine Koordinationsfähigkeit und die Geschicklichkeit.

Allein in China gab es 2005 mehr als zwei Millionen Spieler. Inzwischen ist es in China ein Volkssport geworden. In Deutschland spielen inzwischen mehr als 3000 Menschen Taiji Bailong Ball. Gute Gründe für den Erfolg sind die leichte Lernbarkeit, geringe Anforderungen an Ausrüstung und Platz. Das chinesische Erziehungs- und Sportministerium hat bereits im Jahr 1994 den besonderen Wert zur Gesundheitsprävention“ festgestellt. (Auszug/Zitat: „Taiji Bailong Ball - Kraft und Entspannung mit der Trendsportart aus China“, Autor: Xiaofei Sui).



Schmidt-Peil OHG
B e e r d i g u n g s i n s t i t u t

Seit über 90 Jahren Ihr Berater und Helfer im Trauerfall
Rahlstedt – Brockdorffstraße 14

- Bestattungen auf allen Hamburger Friedhöfen und Umgebung
- Erledigung aller Formalitäten
- Fachkundige und individuelle Beratung
- Auf Wunsch auch Hausbesuche

Tag- und Nachruf: 672 20 23

Mit uns treffsicher ins Ziel!

Zeitschriften / Magazine

Drucksachen aller Art

Layout / Satzarbeiten

Werbemittel

Homepagegestaltung

Beschilderung

Fahnen & Banner

NordIMMO
Druck & Verlag

NordIMMO Verlag GbR
Bei der Neuen Münze 6
22145 Hamburg

Email: info@nordimmoverlag.com
Internet: www.nordimmoverlag.com

Telefon / Fax: 040 675 841 -0 / -29

Gesund und lecker



Schlemmer-Frühstück
Samstag 9.00 - 12.00 Uhr

Große Auswahl: Braten,
Aufschnitt, Käse, Fisch, Rührei
und Bacon, frische Brötchen,
Kaffee, Tee und dazu ein
Glas Prosecco

Ab dem 04.09. wieder da: Unser beliebtes Schlemmer-Frühstück am Samstag!



Frühstücksbuffet von 8.00 bis 11.00 Uhr
Mittagstisch von 11.00 bis 14.00 Uhr

Unsere aktuelle Wochenkarte finden Sie unter www.dwenger.de

Party-Service Dwenger · Merkurring 38-40 · 22143 Hamburg · Telefon: 040-67 59 86-0

Steve Lemm

Karfreitag, 02.04.2010, „High Noon“ in Rahlstedt

Zunächst dachten Bianca Been, die gerade Dienst im Studio hatte, Sebastian Bandler, unser Geschäftsstellenleiter und ich, der zufällig gerade vorbeikam an einen verspäteten Aprilscherz. Was war passiert? Steffi Müller, seit Dezember 2009 Studioleiterin, hatte frist- und für uns alle grundlos gekündigt. Die Schichten über die Ostertage waren gesichert, aber wer ist für unsere Mitglieder ab Dienstag, 7:00 Uhr, Steffis Schicht, da?

Steve Lemm! Steve wird 24 Jahre alt, ist seit Dezember 2007 Trainer bei uns und war sofort bereit, den Posten des Studioleiters zu übernehmen.

Ursprünglich hatte er schon überlegt, sich auch für das Amt im Dezember 2009 zu bewerben, hat sich aber nach Motto „ich bin jung, ich kann warten“, anders entschieden. Es war uns allen aber klar, dass es keinen besseren Leiter für unser Studio gäbe, hatte er doch bereits in den kalten Wintermonaten unschätzbare Dienste für das Studio geleistet.

Ich will hier gar nicht auf all seine Qualifikationen (Fitnesspädagoge, Ausbildung der Ausbilder, Sportanimateur bei Aldiana) eingehen, die er mitbringt, denn nichts ist so geduldig wie Papier. Das Entscheidende ist, dass sein Engagement nicht zu übersehen war und bis heute ist. Unser Fitness-Studio hat sich unter seiner Leitung schon jetzt im Positiven entwickelt. Steve hat die Zeit und Lust, eure Anregungen aufzunehmen und sie umzusetzen, wenn es reali-

stisch ist. So ist es einer seiner Pläne, den Geräten frische Farbe zu verpassen und unseren Räumen mehr Gefühl einzuhauchen, damit ihr euch noch wohler fühlt. Steve hat bereits jetzt viele undankbare Themen verbessert, die euch und damit uns Trainern nach vorn bringen. Kurz nach seiner Amtsübernahme hat er ganz nebenher einen Grillabend auf die Beine gestellt.

Unter seiner Regie findet auch am 22.10.2010 erstmalig in Hamburg und nur bei uns ein 24 Stunden Fitness Marathon statt. Damit kommen wir zwar nicht ins Guinness Buch der Rekorde, aber das ist auch nicht sein Ziel. Oder doch??? Dann müssten es 25 Stunden sein! Kommen Sie doch einfach vorbei und machen mit.

Falls Ihr Steve aus unserem Kursangebot kennt, ahnt Ihr, dass er im Studio nicht weniger Gas gibt. Was? Sie kennen Steve, unser Studio und den Rest des Trainerteams nicht? Macht nichts. Kommt zu uns, bevor wir in Eure Abteilungen kommen, und das werden wir!

Wir machen Euch neugierig, wettet?

Ich habe das wirklich gute Gefühl, solch einen Artikel nicht so schnell wieder schreiben zu müssen.
Euer Oli



Steve Lemm in Aktion



BESTATTER
VOM HANDWERK GEPRÜFT

Ruge

BESTATTUNGEN
G M B H

Seit 1923 Ihr zuverlässiger Begleiter im Trauerfall

Wir nehmen uns die Zeit für alle Ihre Fragen und Wünsche, um Ihnen eine würdevolle Bestattung zu ermöglichen.

- Erdbestattung
- Feuerbestattung
- Seebestattung
- Baumbestattung
- Anonymbestattung

Tag und Nacht für Sie erreichbar

040-672 20 11

Eigene individuelle Trauerfloristik
Moderne Trauerdekorationen
Eigener Trauerdruck mit großer Auswahl an Trauerpapieren

Bestattungsvorsorgeberatung
Sterbegeldversicherung
Erledigung aller Formalitäten
Auf Wunsch jederzeit Hausbesuch

Rahlstedter Straße 23
22149 Hamburg

info@ruge-bestattungen.de
www.ruge-bestattungen.de

Busreisen

Bösche Reisen

Bei der Neuen Münze 3 Rahlstedt

678 20 11

SAISON-ABSCHLUSS

in der Festhalle KUTENHOLZ!

großes bayrisches Büffet, Musik, Tanz, Tombola, Kaffee + Kuchen

30.10.2010 € 42,-

Weihnachten + Silvester 2010

Strandhotel Plau am See	Hotel HP € 579,-
Termin: 23.12. - 27.12.10	
Aparthotel Panoramic Bad Lauterberg	HP ab € 559,-
Termine: 23.12. - 27.12., 23.12. - 01.01.11	

Tagesfahrten

Wakenitz Schifffahrt + Ratzeburg	22.09. € 29,50
Büsum/Nordseebad, ca. 5 Std.	27.09. € 24,00
Celle Hengstparade	02.10. € 51,00
inkl. überdachter Tribünenplatz	
Warnemünde	10.10. € 27,00
Ratzeburg	17.10. € 22,00
Scharbeutz Gänsebratenessen	je € 38,00
Termine: 06.11. + 14.11.10	
Buxtehude Karpfenessen	20.11. € 36,00
im Hotel Seeburg	
Kartoffelfest in Kutenholz	23.11. € 39,50
inkl. Büffet, Überraschungsgast	

Weihnachtsmärkte + unsere beliebten Lichterfahrten

SILVESTERPARTY ALL INCLUSIVE 31.12. € 89,50

Festhalle Kutenholz, k/w Büffet, Eisbüffet, Mitternachtsuppe, Berliner, inkl. Getränke und Spirituosen, Musik und Stimmung mit DJ Sascha.



Ein offenes Ohr und kompetenter Rat

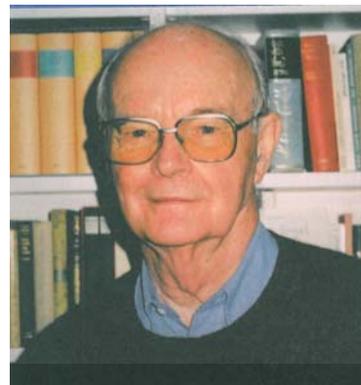
Als 1990 beim Altrahlstedter Männerturnverein (AMTV) die Gründung einer Herzsportgruppe bevorstand, erübrigte sich die oft mühsame Suche nach einem betreuenden Arzt.

Sofort stellte sich Herr Dr. Klaus Schroeder, ehrenamtlicher Vorsitzender und derzeitiger Ehrenvorsitzender des Vereins, zur Verfügung. Gleich bei der ersten Werbeveranstaltung für die Herzgruppen im Rahlstedter Einkaufszentrum informierte und beriet Herr Dr. Schroeder, ein erfahrener Sportmediziner, die interessierten Passanten.

Nachdem die Herzgruppen beim AMTV durch regen Zulauf stetig wuchsen, gelang es Herrn Dr. Schroeder, weitere Kollegen als betreuende Ärzte zu gewinnen und auch den Einsatz aller Ärzte zu koordinieren. Herr Dr. Schroeder war im Laufe seiner Tätigkeit als verantwortlicher Arzt für die Herzgruppen beim AMTV immer auch bei Aktionstagen des Vereins, wie z.B. dem „Tag des Herzens“ beratend präsent, ebenso nahm er für „Herz Inform“ Aufgaben im Rahmen der Qualitätssicherung in Form von Vereinsbesuchen wahr. Auch für die Vertretung in benachbarten Vereinen stand er gerne zur Verfügung, wenn „Not am Arzt“ war.

Für die Anliegen der Herzgruppenteilnehmer in seinem Verein hatte er jederzeit ein offenes Ohr und half mit kompetentem Rat weiter. Auch gehörte er zu den Ärzten, die selbst aktiv am Bewegungsprogramm teilnahmen.

Besonders bei von der Herzsport-Abteilung organisierten Ausflügen und Besichtigungen, u.a. Radtouren, war er immer ein gerngesehener Begleiter. Nicht nur mit dem Erste-Hilfe-Kasten sondern auch mit dem schweren Defi auf dem Rad, was für alle Teilnehmer größte Sicherheit bedeutete. Als sich Herr Dr. Schroeder dann aus der aktiven Herzgruppenbetreuung zurückzog, hatte er Herzsport innerhalb des Vereins nicht zuletzt durch dessen stetiges Engagement eine stabile Verankerung, auch für die Zukunft, gefunden.



Dr. Schroeder steht mit kompetentem Rat zur Verfügung

WERKZEUG PROFI GmbH

Aktionsverkauf Info - Blatt
August - September 2009

Beratung - Handel - Service
für Elektrowerkzeuge u. Maschinen zur

Neusurenland 4
22159 Hamburg
Tel.: 040 / 20 98 11 10
Fax: 040 / 20 98 22 15
Email: info_werkzeugprofi@arcor.de

Akku-Bohrschrauber

- ✓ Sehr handlicher Akku-Bohrschrauber mit 2-Gang-Getriebe.
- ✓ Sehr kompakt und leicht für Bohr- und Schraubarbeiten auf engem Raum.
- ✓ 18-fache Drehmomenteinstellung plus Bohrstufe. Rechts-/Links-Lauf.
- ✓ Elektronisch regelbare Drehzahl in zwei Gängen.
- ✓ Motorbremse.
- ✓ Mit LED zur optimalen Ausleuchtung des Arbeitsbereiches.
- ✓ Handgriff mit Gummipolster für sicheren Halt und komfortables Arbeiten.

Leerlaufdrehzahl	1. Gang:	0 - 350 min-1
	2. Gang:	0 - 1.300 min-1
Bohrleistung	in Stahl:	10 mm
	in Holz:	21 mm
Max. Drehmoment	weich:	14 Nm
	hart:	24 Nm
Schnellspannbohrfutter:		0,8 - 10 mm
Akkuspannung/-kapazität:		10,8 V/1,3 Ah
Gewicht:		0,98 kg



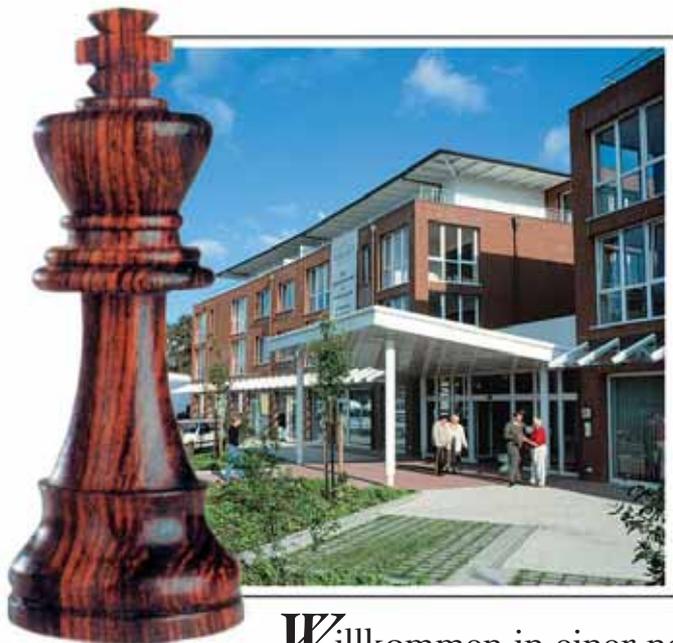
für kurze Zeit - jetzt nur noch:

EUR 159,00

incl. MwSt



EINZUG IN EIN KÖNIGLICHES LEBEN



Willkommen in einer neuen Zeit, in der die Freiräume Ihres Lebens größer sind als die Pflichten: In unseren Parkresidenzen Alstertal und Rahlstedt halten Ihre Ansprüche an Lebensqualität auf hohem Niveau sorglosen Einzug. Das Leben in unseren Senioren-Residenzen, die schönes Wohnen und umfassende Betreuung ideal verbinden, ist für Sie garantiert der richtige Schachzug:

-  Appartements mit Loggia, großen Dachterrassen oder Wintergärten
-  Restaurant, Café, Bar, Bibliothek, Musikzimmer
-  Gymnastikraum, Hallenschwimmbad
-  Parkartige Gartenanlagen mit Teichen und Spazierwegen
-  Amphitheater für Konzerte, Vorträge, Hausmusik
-  Spiel- und Arbeitskreise, Fremdsprachenkurse
-  Pflegestation und ambulante Hauspflege
-  Tiefgarage
-  Keine Kautions-, Keine Mietvorauszahlung

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und beraten Sie gerne persönlich bei einem Besichtigungstermin

PARKRESIDENZ RAHLSTEDT
Rahlstedter Str. 29 · 22149 Hamburg-Rahlstedt
Telefon: 040 - 6 73 73-0 · Fax: 040 - 6 73 73-500

parkresidenz.rahlstedt@t-online.de
www.parkresidenz-rahlstedt.de

Deutsche Jahrgangsmesterschaften

Bei den Deutschen Jahrgangsmesterschaften, vom 2. bis 6. Juni 2010 in Berlin, absolvierten Schwimmerinnen und Schwimmer aus 259 Vereinen fast 3900 Starts

Der AMTV-FTV war mit 11 Aktiven aus den Verbandsgruppen vertreten, die mit vielen persönlichen Bestzeiten so manches Finale bestritten, aber leider keinen Medaillenplatz gegen die starke Konkurrenz erzielen konnten.

Die beste Platzierung erzielte Rebecca Regel (Jg.94) mit dem 5. Platz über 1500m Freistil in 17:59,58 min., gefolgt von Janine Kley

im gleichen Jahrgang mit Platz 6 im 200m Rückenfinale in 2:23,80 min. Über einen 7. Platz im 50m Freistilfinale konnte sich Kim-Merle Fürstenwerth (Jg.95) freuen. Ihr 400m Lagenfinale beendete Lisa Dettmann (Jg.97) nach 5:24,46 min. als Zehnte. Maya Schaub schlug im 400m Lagen-Vorlauf als Elfte an und Mike Baumgärtner kam über 100m Freistil auf den 19. Platz.

Auch unsere vier Jugendmehrkämpferinnen (Jg.98) Celine Bokalarsky, Leonie Isabel Burckhardt, Hanna Burmester und Stine Menk brachten so manche persönliche Bestzeit. Mit Platz 30 erzielte Stine hier die beste Gesamtwertung. pv

42. Deutsche Mastersmeisterschaften

42. Deutsche Mastersmeisterschaften „Kurze Strecke“

Mit 322 Vereinen mit 3.681 Einzel- und 631 Staffelstarts konnte der Hamburger Schwimmverband als Ausrichter eine sehr gute Beteiligung vermelden. Auf den zehn 50m-Bahnen der Alsterschwimmhalle gab es von Freitag 11. bis Sonntag, den 13. Juni 2010, spannende Wettkämpfe und ein kulturelles Rahmenprogramm zu sehen.

Der AMTV-FTV und WTB war mit 26 Aktiven vor Ort, die in 52 Einzelrennen und 13 Staffeln gegen eine starke Konkurrenz antraten. Mit zwei Silber- und vier Bronzeplatzierungen sowie vielen guten Leistungen war die Mannschaft erfolgreich.

Allen voran Marie-Luise Stolte, die in der Altersklasse 70 über 100m Schmetterling in 2:04,91 min. Vizemeisterin wurde. Mit Bronze wurden ausgezeichnet: Ottfried Boeck (AK55) 100m Schmetterling in 1:24,79min. sowie Bernt Matthes (AK60) 100m Schmetterling in 1:31,21min. und Hans-Peter Wedler (AK70) 50m Rücken in 0:41,39 min. Eine weitere Bronzeplatzierung erreichte die 4*50m Lagenstaffel (280 Jahre) mit

Hans-Peter Wedler, Ewald Vagt, Rüdiger Bähr und Karl-Ludwig Rehn. Die 4*50m Bruststaffel (280 Jahre) mit Klaus-Dieter Schilling, Hermann Schlicht, Ewald Vagt und Michael Grebenstein schlug als Zweite an und wurde mit Silber geehrt. pv



Trainerin Marie-Luise Stolte mit einem Teil der Mannschaft

Hamburger Meisterschaften 2010

Jahrgangsmesterschaften, Junioren, offene Klasse und Jugendmehrkampf

Vom 18. bis 20. Juni 2010 gingen 11 Hamburger Vereine im Dulsbergbad an den Start, um die Hamburger Meister in den verschiedenen Schwimm-Disziplinen zu ermitteln. Die Gemeinschaft AMTV-FTV startete mit 33 Schwimmerinnen und Schwimmern recht erfolgreich. 37 Meistertitel, 38 Silber- und 38 Bronzeplatzierungen waren die Ausbeute. Leider fehlten einige Aktive, so dass am Ende die Punkte für den Werner Groth Pokal nicht reichten und der Pokal diesmal an die SGS-Hamburg ging.

In den Einzelwertungen glänzte Kim Merle Fürstenwerth, die sich im Jahrgang 95 fünf und in der offenen Wertung vier Goldmedaillen erkämpfte (z.B. 50m Rücken in 0:31,80 min. / 658 Pkt.). Im gleichen Jahrgang stand Tom Simmeth ebenfalls fünfmal auf dem Siegertreppchen (z. B. 50m Brust in 0:34,78 min. / 477 Pkt.). Über

je drei Siege in ihren Jahrgängen konnten sich Lisa Dettmann (97) und Stine Menk (98) freuen. Rebecca Regel (94) erzielte 2 Jahrgangssiege (z.B. 50m Freistil in 0:27,97 min. / 629 Pkt.), die auch mit zwei Goldmedaillen in der offenen Wertung geehrt wurde.

Je einen Meistertitel in ihrem Jahrgang erzielten: Manya Schaub (95), Tamara Boerner (96), Hanna Burmester (98), Till Boerner (97), Florian Grunert (96), Benjamin Goj (98), Janine Kley (94), Merle Menk (94), Svea Lübbert (99) und Leon Ehrenberg, ebenfalls Jahrgang 99. Bei den Junioren wurde Marcel Luck (89) dreimal und sein Teamkamerad Markus Sievers (88) einmal mit Gold in der offenen Klasse geehrt.

Im Jugendmehrkampf belegte im Jahrgang 99 Lisa Schleiweis den 3. Platz, Henry Capelle ebenfalls den 3. Platz und Leon Ehrenberg den 4. Platz. Im Jahrgang 98 wurde Benjamin Goj mit Bronze geehrt. pv

Norddeutsche Mastersmeisterschaften

11 Meistertitel und 5 Vizemeister für den AMTV-FTV

Eine Woche nach den Deutschen Mastersmeisterschaften in der Hamburger Alsterschwimmhalle machten sich fünf unermüdliche AMTV-Schwimmer und zwei „Fans“ auf den Weg zu den Norddeutschen Mastersmeisterschaften in Goslar.

Vom 19. bis 20. Juni waren 75 Vereine mit 678 Einzel- und 33 Staffelstarts im Freibad Aquantic Schwimmpark angetreten, um auf der 50m Bahn ihre Meister zu finden. Das Wasser im Becken war gut geheizt, aber das wechselhafte und kühle Wetter ließ uns trotz warmer Kleidung und Wollmützen nicht schwitzen. Die kleine Truppe schlug sich dennoch wacker und erkämpfte sich 10 Meistertitel sowie 5 Vizemeister und einen Staffeln Gewinn.

Mit 5 Goldmedaillen (z.B. 100m Freistil 1:16,90) führte Rüdiger Bähr (66) die erfolgreiche Mannschaft an, gefolgt von Karl-Ludwig Rehn (70) mit 3 Meistertiteln und einer Silbermedaille.

Mit je einer Gold- und einer Silbermedaille wurden Bernt Matthes (59) sowie Martin Kaufmann (42) geehrt. Und Peter Voß (65) konnte sich über 2 Vizemeistertitel freuen.



von links: Karl-Ludwig Rehn, Bernt Matthes, Martin Kaufmann, Rüdiger Bähr und Peter Voß

Einen weiteren Meistertitel holte sich das Quartett Martin Kaufmann, Peter Voß, Bernt Matthes und Karl-Ludwig Rehn mit ihrer 4x50m Lagenstaffel.



AMTV-FTV-WTB Meisterschaften mit anschließendes Grillfest zum Saisonende. Allen Helfern ein großes Dankeschön!

Wesentlich ausführlichere Informationen über die Schwimmabteilung erhalten Sie über unsere Abteilungszeitung „AMTV Schwimmer“, die Sie auch von unserer Internetseite <http://amtv-schwimmen.de> abrufen können. Weiter gibt es interessantes bei <http://www.hamburger-schwimmverband.de> oder Sie besuchen einmal unseren Schaukasten in der Schwimmhalle Rahlstedt, im Gang hinter der Kasse.



Gerne drucken wir auch für Sie!
Fragen Sie bitte nach!
schnell · unkompliziert · preiswert
z.B. Visitenkarten, Briefbogen,
Flyer, Broschüren, etc.

SIGNET
D R U C K

Schierenberg 72
22145 Hamburg
Tel.: 040 / 608 761-0
Fax: 040 / 608 761-15
signetgmbh@aol.com





Handwerkskammer Meisterbetrieb

Elektro - TV - Küchen
Rahlstedter Bahnhofstrasse 57

JENS REDÖHL

... der Service macht den Unterschied

677 55 22

Online unter: www.amtv.de

MAKLER LAMBERT OHG
-Ihr Partner in Rahlstedt

unabhängig
sachkundig
RDM-geprüft

RDM

- Verkauf
- Verwaltung
- Vermietung

Lutz-B. Lambert, Immobilienwirt

Carola Lambert, Dipl. Immobilienwirtin

Kösliner Str. 37a, 22147 Hamburg, Tel. 040-60 90 47 00, Fax: 040-60 90 47 11

Internet: www.makler-lambert.de, e-Mail: info@makler-lambert.de



Meine Brille von Lohmann.
Gut sehen - Toll Aussehen.



Sonnenbrillen

**Gläser in Ihrer
Sehstärke**

Einstärken ab 25,- €

Zweistärken ab 76,- €

Gleitsichtgläser ab 99,- €



Lohmann optik

Rahlstedter Bahnhofstr. 10 · 22143 Hamburg · Tel. 040/677 08 88

Lauftreff sucht

Der AMTV-Lauftreff bietet Laufen für Anfänger und Fortgeschrittene!

Laufen macht schlank, schön und stark. Zumindest aber gesünder, als Sie jetzt sind. Der Umfang dieser Zeitung würde nicht ausreichen, um die positiven Effekte des Laufens auf Körper und Geist zu beschreiben. Also kommen Sie vorbei und probieren Sie es selbst.

Das ultimative Fitnessprogramm in angenehmer Gesellschaft gibt es jeden Montag um 18.30 Uhr, Start Sportplatz Scharbeutzer Strasse, hinter der Polizeiwache, wenn man auf den Platz kommt, gleich rechts an der Hütte.

Infos bei Hans Dannehl, Tel. 040/647 66 86, email: hansdannehl@arcor.de oder in der AMTV-Geschäftsstelle

Weihnachtlicher Markt

Kaffee, Kuchen und Punsch
am 21.11.2010
von 11:00 bis 17:00 Uhr

AMTV-Zentrum,
Rahlstedter Straße 159



UMZUG VOM FACHMANN

Rudolf Bauer GmbH



Umzug Nah + Fern + Ausland

Privat und Büroumzüge · Klavier-, Flügel- und Antiquitätentransporte · Lagerung

Tonndorfer Weg 21 - 23 · 22149 Hamburg · Tel.: 677 14 69 u. 66 23 91 · Fax: 66 21 81

Gasthaus Oldenfelde

Anno 1996

Dienstag Ruhetag

Öffnungszeiten: **Mi. - Mo.**
10⁰⁰ - 7⁰⁰

Rummelsburger Straße 94
22147 Hamburg

Telefon (040) 643 17 86
Fax (040) 644 30 680



Neues von den C-Schülerinnen

C-Schülerinnen erneut Hamburger Staffelman am heißesten Tag des Jahres

Am 3. Juni begann mit dem Deutschland-Spiel gegen Argentinien in Südafrika gerade die heißeste Phase der Fußball-Weltmeisterschaft, als in Hamburg die Stadtmeisterschaften für die C- und B-SchülerInnen auf dem Plan standen. Wolkenloser Himmel und 37°C lautete für diesen Tag die Wetterprognose und so machten sich Trainer, Eltern und Sportler mit Sonnenschirmen, Wassereimern, Schwämmen und Waschlappen bewaffnet und reichlich Sonnencreme im Gepäck morgens auf den Weg zur Jahnkampfbahn in den Stadtpark.

Ich will an dieser Stelle gar nicht ausführlich auf alle Ergebnisse eingehen, aber nach 7 Stunden Wettkampf in praller Sonne und extremer Hitze stand wieder eine sehr ansehnliche Bilanz zu Buche. Allen voran konnte unsere 4 x 50m-Staffel das zweite Mal in Folge ihren Hamburger Meister-Titel erfolgreich und sehr eindrucksvoll verteidigen.

Die Besetzung **Emelie Blake, Franziska Linn, Fenja Zehender und Malin Scheidig** hatte am Ende fast eine Sekunde Vorsprung auf die Zweitplatzierten. Einen tollen vierten Platz erlief in diesem Wettbewerb sogar noch unsere zweite Staffel mit **Esther Jung, Ragna Lorenzen, Melina Dose und Feline Tils**. Malin verpasste zudem den Sieg im 50m-Endlauf nur um Hundertstelsekunden, kann sich aber nun Hamburger Vizemeisterin nennen.



Die erfolgreichen C-Schülerinnen des AMTV beim Gruppenfoto

Pech hatte **Emelie**, die in ihrem 50m-Vorlauf zu Unrecht einen Fehlstart angelastet bekam und wegen irreführender Anweisungen des Kampfrichters nicht mehr in den Wettkampf eingreifen konnte. Sie hätte sonst sicher den Endlauf erreicht.

Weitere Ergebnisse im Überblick:

W10 50m A-Finale: Malin Scheidig 8,00sec. 2. Platz	W11 Fenja Zehender 7,75sec. 6. Platz
Melina Dose 8,39sec. 5. Platz	
50m B-Finale: Ragna Lorenzen 8,49sec. 3. Platz	Franziska Linn 8,08sec. 5. Platz
Weitsprung: Malin Scheidig 3,65 m 5. Platz	Emelie Blake 4,06 m 7. Platz
Hochsprung:	Fenja Zehender 1,25 m 5. Platz
	Feline Tils 1,20 m 7. Platz

Ein Dank geht an alle Eltern, die tatkräftig geholfen und angefeuert haben, und das alles trotz besagtem parallellaufenden Viertelfinalspiels der Deutschen gegen Argentinien.

Herzlichen Glückwunsch an alle Aktiven, die diesen Tag wieder zu einem sehr schönen Erlebnis gemacht haben. Nach den Ferien geht's munter weiter mit der Verteidigung des HLV-Pokals und den Vierkampfmeisterschaften.

Auf das Training freut sich wie immer
Eure Anke



Malin Scheidig präsentiert stolz Ihre Urkunde

Blumenfreuden

Fachgeschäft für zeitgemäße Floristik
Inh. Petra Krasowka
Schweriner Str. 27
22143 Hamburg
Tel.: 677 48 04
Fax: 675 82 961

Kompetente Beratung
Ideenreiche Gestaltung
Zuverlässiger Service

Mitglied im
Fachverband
Deutscher
Floristen e.V.

Mit dem Fahrrad nach Ratzeburg

Mit dem Fahrrad nach Ratzeburg ... und zurück!

An einem grauen Sonnabendmorgen Mitte Mai fanden sich pünktlich um 8.00 Uhr zehn ältere Herrn – Durchschnittsalter 71,5 Jahre - mit Fahrrädern vor dem AMTV-Vereinshaus ein. Die für diese Jahreszeit eigentlich untypische Temperatur von 6°C, sowie nächtliche Regenschauer und ein Wolken verhangener Himmel schienen wettermäßig nicht gerade die idealen Voraussetzungen für eine genussvolle Wochenend- Fahrradtour zu sein. Aber keinem der 10 Unentwegten kam der Gedanke, einfach liegen zu bleiben und weiter zu schlafen. Immerhin war es die 34. Veranstaltung dieser Art seit 1977, und Tradition verpflichtet.

Der organisatorische Rahmen ist seit Jahren immer der gleiche, nach Abschluss der Tour im Vorjahr werden zwei Mann ausgeguckt, die die Tour im folgenden Jahr ausrichten. Die Planung erfolgt wie immer unter strengster Geheimhaltung. Das Ziel muss zu Beginn der Fahrt geraten werden. Rituale sind wichtig.

Am Tourende große Heiterkeit, hat man Lüneburg auf seinem Zettel stehen, und es geht nach Norden in die Gegend um Segeberg. Ja, ja, die Jungs um 70++. Aber immer noch sehr sportlich ist unsere Gruppe der Leichtathletik Altersklasse. Die Zeit der Wettkämpfe mit dem entsprechend intensiven Training und den Ausscheidungsläufen um die begehrten Plätze in der Alsterstaffel liegt für die meisten schon 20 Jahre zurück. Dennoch kann man sich mit zwei regelmäßigen Trainingstagen pro Woche noch so weit fit halten, dass die jährlichen Radtouren über zwei Tage und die regelmäßig im Herbst stattfindende Radtour über eine Woche gut zu bewältigen sind.

In diesem Jahr zeigte unsere Strecke in östliche Richtung. Das hat den Vorteil, man ist sofort, wenn man Rahlstedt und Stapelfeld hinter sich gelassen hat, mitten in der Holsteinischen Knicklandschaft des Kreises Stormarn. So ganz zügig ging es dann doch nicht voran. Ab und zu zwang uns ein Regenschauer zu einer unfreiwilligen Pause, und wir hatten schnell die Vorzüge ausladender Dächer an landwirtschaftlichen Gebäuden schätzen gelernt. Irgendwann hatten wir dann den Elbe-Lübeck-Kanal erreicht, und allen war klar, das Ziel für die Mittagspause konnte nur das uns allen bekannte und bereits in früheren Jahren bevorzugte Restaurant Meyer's Gasthaus sein.

Überhaupt werden von den Ausrichtern eine perfekte Streckenführung, Restaurants mit vorzüglichen Menüs zu erschwinglichen Preisen und für die Nachtruhe ein komfortables Hotel erwartet. Gut gestärkt ging es weiter durch die schöne Landschaft des Kreisherzogtums Lauenburg. Nach wenigen Kilometern kam die Frage nach dem Ziel: Mölln oder Ratzeburg? Die Organisatoren hatten sich als Tourende Ratzeburg auserkoren, das wir nach etwas mehr als 60 km erreichten. Ein reichliches Abendessen und ein komfortables Nachtquartier erwartete uns im Landgasthof Farchau. Farchau liegt am Rande Ratzeburgs am Küchensee an der Einmündung des Schaalseekanals. In den 60er Jahren war der Küchensee Trainingsrevier des Deutschlandachters der Ruderakademie Ratzeburg unter der Leitung des Erfolgstrainers Karl Adam. Den jüngeren Lesern wird der Name Karl Adam wohl weitgehend unbekannt sein. Seinerzeit war der Deutschlandachter siegreich auf allen Regattastrecken einschließlich der Olympischen Spiele 1960 und 1968. Zu der Zeit trainierte Helmut Schön



Die Reisegruppe bei einer gemütlichen Pause

die deutsche Fußballnationalmannschaft. Wenige Kilometer östlich verlief derzeit noch quer durch den Schaalsee eine unselige Grenze. Erinnerungen ... Erinnerungen!

Nach einem reichlichen Frühstück ging es zurück wiederum auf schönen Wegen Richtung Hamburg-Rahlstedt. Das Wetter hatte sich am Sonntag gegenüber dem Vortag stark gebessert und natürlich auch die allgemeine Stimmung um einige Grade.

In der Mittagszeit erreichten wir das bekannte Gasthaus Stahmer im Forsthaus Hahnheide. Zu unserer Freude fanden sich wieder zwei Mann bereit, im nächsten Jahr die Organisation zu übernehmen. Welches Ziel werden die Beiden wohl ansteuern? Und wer kann im nächsten Jahr noch wieder mitfahren? Halten die Knochen auch noch ein weiteres Jahr durch? Vielleicht muss bis dahin noch ein Kunst-Knie her. Immerhin ist einer unserer Mitfahrer nach einer so umfangreichen Knieoperation, der er sich vor gerade mal sechs Monaten unterziehen musste, die gesamte Strecke tapfer mitgefahren.

Am Schluss der Veranstaltung gab es dann wie immer bei einem der beiden Organisatoren auf dessen Gartenterrasse den Absacker mit entsprechenden Speisen und Getränken. Viel blieb davon nicht übrig nach so anstrengenden Tagen. Also dann bis zum nächsten Jahr (hoffentlich!).

Erwin Jarchow

Schlüsselnotdienst
Tag & Nacht

24-h C.W. Service

Mobil: 0179/223 98 72
Zentrale: 040/386 716 35

24 Std. auch Sonn- & Feiertage

SCHLÜSSELDIENST - HAMBURG
Tag & Nacht - 24 Std. - 365 Tage im Jahr
In Hamburg und Umgebung für Sie Unterwegs.

Türöffnung Tag & Nacht
zum Festpreis

C.W. Service - Hamburg
Schließanlagen · Beratung · Verkauf · Montage

www.schluesseldienst-hamburg-24h.de



Die Supertruppe vom Jahnplatz

Ein Trainer und 22 Athleten

Hier soll die Rede sein von unserer Leichtathletikseniorengruppe, die im Raum Hamburg, vielleicht auch ausserhalb der Landesgrenze, wohl ihresgleichen sucht. Die Idee zu dieser Story kam mir nach meinem 150. Laufwettbewerb im AMTV-Trikot.

Für mich hat alles angefangen zu Beginn der 80er Jahre, als ich eher durch Zufall zu den Sportlern um Trainer Siegfried Hoffmann kam. Die Gruppe war da schon fast 10 Jahre zusammen. Die "Jung's", seinerzeit zwischen 36 und 51 Jahre alt, hatten mich freundlich, offen und mit viel Humor aufgenommen. Ich hab' mich in dieser Gemeinschaft gleich wohlfühlt und kurze Zeit später Spikes und das altmodische AMTV-Trikot gekauft und ab ging's mit mit neuen Sportfreunden zu den Seniorenwettkämpfen.

Nun muss man wissen, dass die Gruppe von Siegfried keine Schönwetterathleten waren. Bereits in den 70er Jahren gehörten die Weinroten zu gefürchteten Gegnern. Wenn der AMTV in den Meldelisten auftauchte, bekamen die Konkurrenten aus den anderen Vereinen Bauchgrummeln; manch einer musste vorzeitig auf die Toilette.....

Kein Wunder bei den Leistungen. Hier mal einige Kostproben aus der "Blütezeit" unserer Senioren:

M40: 100 m 11,1 Sek. (Hans-Kurt Dill); **M45:** 200 m 24,8 Sek. (Michael Landgraeber); **M40:** 400 m 55,1 Sek. (Klaus Nolle); **M45:** 3.000 m 10:35,2 Min. (Helmut Bein); **M45:** 5.000 m 18:28,2 Min. (Peter Stricker); **M50:** Weitsprung 5,50 m (Siegfried Hoffmann); **M40:** Kugel (7,25 kg) 11,37 m (Hans-Kurt Dill); **M40:** Diskus (2 kg) 33,74 m (Siegfried Hoffmann); **M50:** Speer (800 g) 40,68 m (Gerd Winnemöller); **M45:** Hoch-

sprung 1,61 m (Eberhard Güssow). Diese Zahlen einmal stellvertretend für viele weitere Superleistungen. Noch erwähnenswert ist, dass unser amtierender 1. Vorsitzender des AMTV, Heinz Mattelson, den Vereinsrekord in der **M35** über 100 m mit 11,4 Sek. hält.

Unvergessen auch die häufige Teilnahme an der Alsterstaffel. Wir hatten so viele gute Läufer, dass man sich in Ausscheidungsrennen qualifizieren musste. Die Alsterstaffel war allerdings auch die Schattenseite unseres "Dreamteams".

Wir wurden in all den Jahren nie Erste, sondern mussten uns bis zuletzt mit Platz 2 rumärgern.

Jahrzehnte sind seither vergangen. Die Wettkampfteilnahme ist für die meisten lange vorbei. Die biologische Uhr tickt. Einige Sportfreunde haben gegenüber früher ihre Silhouette stark verändert..... Aber wir sind immer noch zusammen, mittwochs auf dem Jahnplatz und seit einiger Zeit freitags auf dem Bouleplatz des AMTV. Und jetzt darf geraten werden, wer der aktuelle Trainer unserer "Schwerathleten" ist.

Genau: seit mehr als 30 Jahren ununterbrochen Siegfried Hoffmann. Da kann man nur die (Sport)mütze ziehen.

Eine Hand voll Oldies hat sich mit Erfolg auf Radfahren/Radrennen konzentriert. Und nicht zu vergessen die jährlichen Wochenend- und Wochenradtouren, die inzwischen die Zahl 30 überschritten haben. Eins gefällt mir allerdings am allerbesten: das Bier nach dem Training und die gegenseitigen Einladungen zu den Geburtstagen. Da kann man immer so schön schwadronieren. Wir brauchen keinen Psychiater, sondern therapieren uns selbst. In Kürze steht schon wieder eine Einladung an. Ich freu' mich drauf!
Michael

Gegen den Schmerz mit Wärme & Herz

kurbad Wandsbek

Seit über 50 Jahren sorgen wir für Ihr Wohlbefinden!

- ♥ Krankengymnastik
- ♥ Sport-Physiotherapie
- ♥ Rückenschule
- ♥ Bewegungstherapie
- ♥ Massage
- ♥ Lymphdrainage
- ♥ Manuelle Therapie
- ♥ Fußreflexzonen-Therapie
- ♥ Dolo-Taping
- ♥ Aroma-Öl-Massage
- ♥ Kräuter-Öl-Massage
- ♥ Heiße Steine

Wir wünschen Ihnen einen traumhaften Sommer!

Mo + Do	6.30 - 20.00 Uhr
Di + Mi	6.30 - 19.00 Uhr
Fr	6.30 - 17.00 Uhr

„Herbst-Zauber“

1 Massage mit Lavendel-Rosenholz-Aroma-Öl
+ 1 Wärme-Dusche mit Rotlicht
+ 1 Apfel
= 19,90 €

Dieses Angebot ist gültig bis zum 21. Dezember 2010

kurbad Wandsbek
Busch & Partner
Luetskensallee 9 • 22041 HH
Tel.: 040 / 656 42 91

Prävention von Kniegelenksverletzungen/Kniegelenkschmerzen bei jungen Sportlerinnen

Kniegelenksverletzungen bei jungen Sportlern sind häufig. Oftmals handelt es sich um leichtere Prellungen und Distorsionen (Verrenkungen), die nach kurzer Zeit - verbunden mit einer Zeit der Schonung - heilen. Selten resultieren aber auch höhergradige Verletzungen des Kniegelenkes wie z.B. ligamentäre Verletzungen (Bandverletzungen). Die äußeren Stabilisatoren des Kniegelenkes sind die Außenbänder, die inneren Stabilisatoren die Kreuzbänder (vorderes und hinteres Kreuzband) sowie der Innen- und Außenmeniskus.

Insbesondere die Verletzungen der Kreuzbänder können erhebliche Folgen haben. Unbehandelt führen sie zu einer (Mikro-) Instabilität des Kniegelenkes, die zu einer verfrühten Arthrose (Gelenkverschleiß) führen kann.

Aktuelle Studien belegen, dass bei den beschriebenen Knieproblematiken junge Sportlerinnen (aus Ballsport- und Individualsportarten), ein vielfach erhöhtes Risiko gegenüber jungen Männern haben. Gründe hierfür sind anatomische, hormonelle, biochemische und neuromuskuläre Unterschiede. Ebenfalls häufig leiden junge Sportlerinnen unter einem nicht verletzungsbedingten vorderen Kniegelenksschmerz.

Wenngleich die therapeutischen Möglichkeiten gerade auch aus dem operativen Bereich (Arthroskopien - Schlüssellochchirurgie) in der letzten Zeit erheblich besser geworden sind, so muss doch das Schwergewicht in der Prävention derartiger Verletzungen liegen.

Durch physiotherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten in Verbindung mit sportwissenschaftlichen Erkenntnissen haben sich Trainingsprogramme etabliert, die durch spezifische Übungen helfen können, diese Verletzungen zu vermeiden.

Durch Schulung der Körperwahrnehmung, der Kraft und der Koordination sowie das Einwirken auf bestimmte ungünstige Bewegungsmuster, kann das Verletzungsrisiko herabgesetzt

werden und die in diesem Alter häufig auftretenden Kniegelenksbeschwerden verhindert bzw. behoben werden.

Ein solches Trainingsprogramm wird vom AMTV im Rahmen des Workshops "Athletik-Knie" angeboten. Der Workshop richtet sich insbesondere an jugendliche Sportlerinnen.

Im Rahmen des Workshops erfolgt zunächst eine Einführung in die Anatomie und Physiologie des Kniegelenkes. Danach wird der Focus auf spezielle Übungsformen gerichtet, die in die tägliche Trainingsarbeit eingebaut werden können (Aufwärmprogramme, Kräftigung, Balance-Übungen).

Sinnvoll ist es das Trainingsprogramm außerhalb der Saison 2x wöchentlich, während der Saison 1 x wöchentlich, durchzuführen.

Wir freuen uns, Ihnen als Mitglieder in Zusammenarbeit mit dem MED-DIALOG einen derartigen Workshop anbieten zu können.

Dr. Andrea Schäfer
Sportmedizinische Beraterin des AMTV

Karate • Gymnastik • Reiten • Boxen • Judo • Fußball • Snowboard • Basketball • Ski

Leichtathletik • Volleyball • Handball • Ballett • Inline-Skating



OF COURSE

Secondhand für Sport • Reiten • Golf

Ich nehme gebrauchte Sportartikel in Kommission!

Inhaberin: Heidrun Haas-Nottrott
Volksdorfer Damm 253
22395 Hamburg-Bergstedt

Tel.: 040 / 357 06 810
Fax: 040 / 357 06 811
Öffnungszeiten:
Mo-Fr. 10 - 18 Uhr
Sa 10 - 13 Uhr

Leichtathletik • Volleyball • Handball • Ballett • Inline-Skating

Karate • Gymnastik • Reiten • Boxen • Judo • Fußball • Snowboard • Basketball • Ski

HEIZÖL



Shell Partner

Raiffeisen Mineralölhandel GmbH

Søren Haase • Harry Meier

Büro Rahlstedt

Tel. 040/672 33 06
Fax 040/672 61 40

- Thermo Heizöl
- Thermo Heizöl Premium
- Thermo Heizöl Eco-Ultra

Büro Ahrensburg

Tel. 04102/410 04
Fax 04102/410 06

Neue Technik, neue Wege, Innovation

STENGLEIN

SCHÄDLINGSBEKÄMPFUNG GMBH

erfahren, kompetent und persönlich

Unser Tätigkeitsfeld umfaßt:

- Vorratsschutz - Service nach GMP/HACCP
- Gesundheitsschutz
- Taubenabwehr
- Holzschutz
- Begasungen
- Kontrollmessungenliste

Auch Ihre persönlichen Vorstellungen und Wünsche sind bei uns sehr gut aufgehoben. Wir erstellen Ihnen gerne eine kostenlose Betriebsanalyse.



Zu unserem Kundenkreis gehören:

- private Haushalte
- Bäckereien
- Großküchen und Restaurants
- Hotels
- Hausverwaltungen
- Spediteure
- Lagerhalter
- Lebensmittelverarbeitende Industrie
- Fernsehanstalten
- Importeure
- Einkaufszentren
- Großfilialebetriebe
- Behörden

Umwelt

Das Interesse an Umweltthemen hat sehr stark zugenommen. Immer mehr unserer Kunden fragen nach umweltverträglichen Methoden der Schädlingsbekämpfung. Wir arbeiten mit Produkten, die sowohl für den Menschen, als auch für die Umwelt verträglicher sind.

Das wichtigste Instrument der Schädlingsprophylaxe ist die Inspektion mit Hilfe von Indikatoren. Diese gezielte Behandlung ermöglicht die Minimierung des Einsatzes von Schädlingsbekämpfungsmitteln.

Persönlich

Es ist unser Bestreben, die Kunden ganzheitlich zu beraten und langfristig zu betreuen. Wir legen großen Wert auf hohe Qualität in Verbindung mit wirtschaftlichem Denken und Handeln. Unsere innovativen Ideen, hohe Effektivität und die Motivation unseres Fachpersonals haben uns erfolgreich auf dem Dienstleistungsmarkt positioniert.

Ewige Weide 2 a • 22926 Ahrensburg

Telefon: 04102/ 4 66 66 • Telefax: 04102/ 4 66 67

Freecall: 0800 7 80 71 99

Reisezeit

NOVA APOTHEKE
Rahlstedt
Wir helfen weiter!

Sommerzeit

Unsere Leistungen:

- Fundierte Beratung bei allen Arzneimittelfragen
- Prüfung auf Wechselwirkungen Ihrer Arzneimittel
- Herstellung individuell angefertigter Rezepturen
- Anfertigung von Teemischungen
- Reise- und Impfberatung
- Verleih von Inhalationsgeräten
- Verleih von Milchpumpen
- Anmessung von Kompressionsstrümpfen
- Lange Öffnungszeiten
- Botendienstlieferung
- Kinderfreundliche Apotheke
- Erstellung von Zuzahlungsbescheinigungen
- Messung von Blutdruck- und Blutzuckerwerten
- Cholesterincheck (detailliertes Cholesterinprofil)



NOVA APOTHEKE
Rahlstedt
Wir helfen weiter!

Nova Apotheke Rahlstedt
Inh. Ralf Splittstoeßer
Schweriner Str. 8-12, RAHLSTEDT ARCADEN
22143 Hamburg
Tel.: 040 - 677 40 94 oder 040 - 669 990 60

Mo-Fr 8.00 bis 20.00 Uhr
Sa 9.00 bis 20.00 Uhr

Mitgliedsbeiträge

Beitragsstruktur

Der monatliche Mitgliedsbeitrag setzt sich zusammen aus dem Grundbeitrag und den Spartenbeiträgen je genutzter Abteilung und ggf. dem Liegenschaftszuschlag, der auf 3,5 Jahre befristet ist. (Stand: 30.08.2010)

Beitragsgruppen	Einmalige Aufnahmegebühr	Monatliche Grundbeiträge	Liegenschaftszuschlag
Erwachsene	€ 20,00	€ 13,00	€ 3,30
Kinder (Kindergeldbezieher)	€ 12,00	€ 8,00	€ 1,60
2 und mehr Kinder	€ 20,00	€ 11,00	€ 2,20
Familien/Ehepaare	€ 40,00	€ 22,00	€ 3,80
1 Erw./ 1 Kind	€ 20,00	€ 18,00	€ 3,30
Förd. Mitglieder	€ 20,00	halber Grundbeitrag	s.o.

Einmalige Zusatzgebühr für Schwimmausbildung (Erreichen des Seepferdchens) € 25,00

Achtung: Für jede genutzte Abteilung ist der jeweilige Spartenbeitrag zu zahlen.

Monatliche Spartenbeiträge	Erwachsene	Kinder und Jug. bis einschl. 17J.
Faustball (0002), Freizeitspaß (0037) Prellball (0007), Radwandern (0016) Wandern (0009)	€ 0,00	€ 0,00
Freizeitsport (inkl. Badminton, Ballsportoffensive, Inline, Stickwalk.) (0023), Leichtathletik (0006), Iaido (0048)	€ 2,00	€ 1,00
Handball (0003)	€ 5,00	€ 3,50

Monatliche Spartenbeiträge	Erwachs.	Kinder und Jug. bis einschl. 17J.
Gymnastik (0013), Judo (0004) Schwimmen (0008), (inkl. Aquajogging und Triathlon) Tischtennis (0011), Turnen (0012)	€ 3,00	€ 1,50
Karate (0005), Volleyball (0014)	€ 5,00	€ 2,50
Basketball (0017)	€ 6,00	€ 3,00
Tanzangebote (0021), (inkl. Ballett, HipHop, Jazz, Kindertanz Modern Dance, etc.), Tanzsport (0000) (Standard/Latein)	€ 7,00	€ 7,00
Gesundheit (0020)	€ 9,00	€ 4,50
Aikido (0054)	€ 10,00	€ 5,00
TaeKwonDo (0032)	€ 12,00	€ 7,00
Ambulanter Herzsport (0027)	€ 13,00	€ 13,00
Fitness-Studio (0019) (inkl. Gesundheit und Gymnastik)	€ 25,00	€ 25,00
Happy-Hour Fitness Studio (0018) (Mo. bis Fr. von 13.00 – 17.00 Uhr)	€ 12,50	€ 12,50
Rehasportangebote	mit ärztl. Verordnung	AMTV Mitglied
Ambulanter Herzsport (0027)	nach	€ 29,30
Kniestabilisation (0024) Osteoporosesport (0025) Wirbelsäulen-Reha-Sport (0028)	Rücksprache Anmeldung erforderlich	€ 27,30
Krebsnachsorge (0020) Asthmasport (0026)		€ 25,30

Bitte beachten Sie, dass auch für die Kündigung der Sparten die allgemeine satzungsgemäße Kündigungsfrist besteht. Zeitlich befristete Workshops: Diese werden gegebenenfalls gesondert berechnet. Bitte beachten Sie die Ankündigungen. **Info:** Damit Sie die Abbuchungen auf Ihrem Konto besser nachvollziehen können, sind hier die Kürzel der Beitragsarten in den Klammern aufgeführt, z.B. Gymnastik (0013).



COMMERZBANK

Weil Sie sich Kontogebühren einfach sparen möchten.

Das kostenlose Girokonto* mit Konto-Umzugsservice.

Kostenloses Girokonto
**mit 50 €
Startguthaben**

*Kostenlose Kontoführung, nur für private Nutzung bei einem monatlichen Geldeingang ab 1.200 Euro. Startguthaben von 50 Euro einmalig für alle Neukunden, die noch kein Zahlungsverkehrskonto bei der Commerzbank AG führen. Auszahlung Startguthaben 3 Monate nach Kontoeröffnung.

In Ihrer Commerzbank Filiale:
Rahlstedter Bahnhofstr. 8, 22143 Hamburg
Telefon 040 6750050

Gemeinsam mehr erreichen



Britta Grobelny



*Gelernte Gärtnerin
aus Hamburg-Rahlstedt.*

Gartenpflege aus einer Hand, hier arbeitet die Chefin.

Mobil: 0160 / 376 05 78
E-mail: b.gartenpflege@yahoo.de

Meine Tätigkeiten: • Rasenpflege • Heckenschnitt • Bepflanzung von Kübel, Schalen und Balkonkästen • Gartenpflege während Ihrer Urlaubszeit • Fachgerechte Beratung • sämtliche anfallende Gartenarbeiten • auch Kleinaufträge • teilweise steuerlich abzugsfähig

MEIENDORFER SPORTWERBUNG & DRUCKSACHEN ALLER ART

TORSTEN OFFNER

Telefon: 040 - 678 37 46
Fax: 040 - 679 983 12
Mobil: 0177 - 444 25 93
torsten.offner@arcor.de

Rahlstedter Stieg 11
22147 Hamburg

Kai Harbolla & Team feiert Jubiläum 20 Jahre in Hamburg Rahlstedt



Am 1. September 1990 eröffnete Kai Harbolla sein erstes Geschäft im Nordlandweg in HH-Meiendorf unter dem Namen „Haircut & Long“. Nach 15 erfolgreichen Jahren verlegte er in 2005 den Standort seines Geschäfts in die Sieker Landstraße 33. Durch diesen Umzug ermöglicht Kai Harbolla seinen Kunden neben dem Friseurbesuch auch noch die Einkäufe bei Aldi, Edeka und der Haspa erledigen zu können.



Für die Mitarbeiter von Kai Harbolla sind handwerkliche Fähigkeiten, kommunikative Kompetenz und Spaß an der Arbeit ganz selbstverständlich.

Qualifizierte Aus- und Weiterbildungen sowie 30 Jahre Erfahrung, machen es möglich, mit individuellem Schnitt, Farbe, Dauerwelle oder Echthaar Haarverlängerungen/Verdichtungen und dem Einsatz von Naturfarben sie überzeugend schön und natürlich aussehen zu lassen.



Das Jubiläums-Angebot im September

20% Rabatt auf alle Dienstleistungen

Öffnungszeiten:

MO-MI 8.30 Uhr bis 18.00 Uhr

DO+Fr 8.30 Uhr bis 19.00 Uhr

SA 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Tel. 040/6792200

Sieker Landstraße 33

22143 Hamburg

Um jederman eine gute Qualität in Sachen Haar zu ermöglichen, gibt es feste "Angebots- Tage":

- **Montags: Senioren-Tag**, 15% Ermäßigung auf alle Dienstleistungen.
- **Dienstags: Mutter-Kinder-Tag**, nur die Mutter bezahlt (für Kinder bis 10 Jahre).
- **Mittwoch: Färbe- und Strähnen-Tag**, alles inklusive für Nur 58,- Euro.
- **Donnerstag: Dauerwelle** alles inklusive für Nur 58,- Euro.

Außerdem bekommt jeder Besucher eine Kunden-Karte, die sparen hilft.
Ihr Vorteil: In einem Jahr 8 mal kommen und nur 7 mal bezahlen !!

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin, wir freuen uns auf Sie !



Abbl. zeigen Sonderausstattungen.

Geiz ist wirklich geil.



Wir leben Autos.

Sprit sparen hat bei Opel einen Namen: ecoFLEX. Wählen Sie aus 35 verschiedenen ecoFLEX-Modellen Ihr Lieblings-Spritsparmodell aus. Wie wäre es z. B. mit dem Opel Corsa 1.3 CDTI ecoFLEX mit 55 kW oder mit 70 kW? Er glänzt mit

- einem kombinierten Kraftstoffverbrauch von nur 4,3 l/100 km (55 kW) und 3,7 l/100 km (70 kW)
- einer CO₂-Emission von nur 144 g/km (55 kW) bzw. 98 g/km (70 kW)

Machen Sie jetzt eine Probefahrt und überzeugen Sie sich von der Opel Kompetenz in Sachen Spritsparen.

Unser Barpreis

für den Opel Corsa Selection, 3-türig mit 1.2 TWINPORT® ecoFLEX, 51 kW	schon ab 10.050,- €
--	----------------------------

Kraftstoffverbrauch in l/100 km Opel Corsa Selection, 3-türig 1.2 TWINPORT® ecoFLEX, 51 kW, innerorts: 6,9, außerorts: 4,4, kombiniert: 5,3; CO₂-Emissionen, kombiniert: 124,0 g/km (gemäß 1999/100/EG).

Kraftstoffverbrauch in l/100 km Opel Corsa 1.3 CDTI ecoFLEX, innerorts: 5,4-4,6; außerorts: 3,7-3,2; kombiniert: 4,3-3,7; CO₂-Emission, kombiniert: 114-98 g/km (gemäß 1999/100/EG)

Ihr Opel Partner *Wir bewegen was*

Laube.

Rahlstedter Straße 34 Schiffbeker Weg 307
☎ 040 / 673 70 70 ☎ 040 / 654 96 50

www.lausse.de - info@lausse.de