

Ausgabe  
01/2011



**Das neue Workshopheft:  
Jetzt überall in Rahlstedt erhältlich.**

**Magazin**

15.05.2011:  
26. Wandselauf 2011

Spendenaufruf für Louis

Neue Abteilung: Badminton

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  
Rahlstedter 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 m<sup>2</sup> Verkaufsfläche -

Fachhaus Hermann MÖLLER • 22143 Hamburg (Rahlstedt)

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

Meine Brille von Lohmann.  
Echt stark.



Gleitsichtgläser  
in Ihrer Stärke!  
Ab 99,- €

  
Lohmann optik

Rahlstedter Bahnhofstr. 10 • 22143 Hamburg • Tel. 040/67708 88

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
	Einladung Mitgliederversammlung 2011	06
	Faustball Muskulatur	08
	Sylt-Ausflug mit der Herzsport-Gruppe	11
	Prellball Neue Spieler gesucht	13
	Judo Schulmeisterschaften	14
	Fitness Jahresrückblick	15
	Gesundheitsorientierter Sport	16
	Schwimmen Großer Spaß und große Schwimmer	18
	Schwimmen 19 Medaillen für das AMTV-FTV Team	19
	Schwimmen Sportlich bis zum Jahreschluss	20
	Geburtstage	22
	Badminton Abteilungsgründungsversammlung	23
	Handball Fairness im Handball & Meisterträume bei der Jugend	24
	Mach mit, bleib fit 50 +	25
	AMTV Spendenaufruf für Louis	26- 27
	Beitragsstruktur	29
	Telefonnummern	30

## Spielen Sie mal wieder Minigolf

**Achtung! Achtung!**

Die Minigolfanlage ist ab **Mitte März 2011**  
wieder für unser Publikum geöffnet!

**Öffnungszeiten:**  
Montags bis Freitag ab 13.00 Uhr  
Samstags, Sonntags und Feiertags ab 11.00 Uhr

**Eintrittspreise:**  
Kinder bis 15 Jahre EUR 1,50  
Erwachsene EUR 3,00

**Für unsere Familien!**  
**Tageskarten: Sie spielen solange Sie wollen!**  
Erwachsene: 5,00 EUR; Kinder: 3,00 EUR  
**Wir richten Ihre Kindergeburtstagsparty aus!**  
**Telefon: 040 - 647 25 09**  
**Swinemünderstraße 29 • 22147 Hamburg**



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:** NordMEDIA Medien & Druck · Tel: 675 841 0 · www.nordmedia24.de

**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 17.05.2011

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

# AMTV – viel mehr als Sport

Liebe Mitglieder,

wenn Sie dieses Magazin in den Händen halten, ist die Wahl in Hamburg gelaufen. Vieles wird neu justiert werden müssen. Dazu gehört sicher auch der gerade für EUR 200.000,- erstellte Sportentwicklungsplan für Hamburg. Der von Prof. Wopp erstellte Plan schlägt unter anderem die Einführung einer Hallennutzungsgebühr zur Sanierung maroder Anlagen vor, die intensive Förderung von Profi-Events und das Aufwärmen der Olympiabewerbung, um Hamburg als Sportstadt glänzen zu lassen.

Alle Maßnahmen, die den normalen Sporttreibenden wenig berühren und die vorhandenen finanziellen Mittel in eine kommerzielle Richtung drängen.

Die Argumente der einberufenen Expertenrunden aus den Sportvereinen wurden im Wesentlichen überhaupt nicht berücksichtigt. Aber es gilt nun mal der Spruch: 'Wes Brot ich ess', des Lied ich sing! Die Ankündigung nach der Wahl mit den Vereinen diesen Plan nochmal zu diskutieren, verschiebt das Problem nur.

Ebenso interessant sind die Überlegungen der EU auf die Mitgliedsbeiträge Umsatzsteuer zu erheben. Zwar wurde das schon einmal vor der letzten Bundestagswahl abgeschmettert, aber die Experten der EU lassen nicht locker, zumal ein

solches Vereinswesen wie bei uns in kaum einem anderen Land existiert.

Ein Glück, dass der AMTV gut aufgestellt ist, uns keine großen finanziellen Sorgen drücken und wir fast 40 % unseres Sportangebotes in eigenen Anlagen betreiben. Was soll bloß ein Verein machen, der keine eigenen Räume hat?

Im Moment versuchen wir die Beheizung des Freibades Rahlstedt mit der Fernwärme der Müllverbrennung Stapelfeld zu erwirken. Aber die Bäderland-Verwaltung stellt sich stur, so dass wir jetzt die Politik eingeschaltet haben.

Zum Schluss möchte ich Sie auf die Mitgliederversammlung am 12. April hinweisen. Kommen Sie, fragen Sie und bestimmen Sie mit. Auch stehen wieder Vorstandswahlen an, wie Sie der Ankündigung in diesem Magazin entnehmen können.

Ihr



Heinz Mattelson



**Termin notieren und trainieren! 26. Rahlstedter Wandselauf am 15. Mai 2011**



**Auch nach einem Vierteljahrhundert geht dem Rahlstedter Wandselauf keineswegs die Puste aus. Der Start zur 26. Auflage dieses beliebten Volkslaufes für die ganze Familie fällt am Sonntag, 15. Mai 2011.**

Wie in den Vorjahren, beginnen die „Minis“ (Jahrgang 2004 und jünger) mit ihrem Rennen über 1,2 Kilometer um 9.00 Uhr. Die Teilnehmer der 15,2 Kilometer langen Rahlstedt-Runde starten um 10.30 Uhr; zum Schluss (10.45 Uhr) machen sich die Läufer über 6,2 Kilometer auf den Weg. Anmeldeschluss ist am Montag, 9. Mai. Nachmeldungen werden noch am Veranstaltungstag bis 45 Minuten vor dem jeweiligen Lauf angenommen.

Der AMTV freut sich, dass auch in diesem Jahr wieder diverse Sponsoren wesentlich zum Gelingen der Veranstaltung beitragen.

So stiftet die Haspa unter anderem Pokale für die schnellste Schule. Das Autohaus Lauße stellt ein Fahrzeug für den Lauf und das Schüler-Trainingslager in Dänemark zur Verfügung. Der Medienpartner „Wochenblatt“ wird erstmals eine Ergebnisbeilage drucken. Und auch der Gebäudeservice „WSD“ ist erneut als Förderer dabei.

**Weitere Infos und Anmeldung unter:**  
[www.wandselauf.de](http://www.wandselauf.de)



**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 Str. 23 u. 158  
22149 Hamburg

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

Heizungs- und Klimatechnik  
Öl- und Gasfeuerungen • Kundendienst

**Lairx**  
Ing.

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



**GLASEREI**  
Glas  
Spiegel  
Fenster  
OSSENBRÜGGEN

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



# Einladung Mitgliederversammlung 2011

Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung des AMTV am Dienstag, dem 12. April 2011, 19:00 Uhr, im AMTV- Zentrum, Saal (Einlass ab 18:30 Uhr)

## Tagesordnung

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden
2. Gedenken der Verstorbenen
3. Ehrung von Mitgliedern durch den 1. Vorsitzenden
4. Übernahme der Versammlungsleitung durch den vom Vorstand Benannten
  - a) Wahl des/der Protokollführer(s)/in
  - b) Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
  - c) Genehmigung des Protokolls der ordentlichen Mitgliederversammlung vom 05.05.2009, vom 08.06.2010 und vom 05.07.2010.
5. Bericht des Vorstandes (mit Aussprache)
6. Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2010 (mit Aussprache)
7. Bericht der Kassenprüfer für das Jahr 2010 (mit Aussprache)
8. Entlastungen
9. Haushaltsplanung 2011
10. Bestätigung neu gewählter Abteilungsleiter/innen
11. Anträge
12. Wahlen
  - a) 2. Vorsitzender
  - b) 1. Schatzmeister
  - c) 2. Kassenprüfer
13. Verschiedenes

## Hinweis: Bitte bringen Sie Ihren Mitgliedsausweis mit!

Der Jahresabschluss 2010 kann bei Interesse vorab ab dem 28.03.2011 in der Geschäftsstelle zu den Öffnungszeiten eingesehen werden.

Auf der Mitgliederversammlung wird eine Kurzfassung der Bilanz sowie der Gewinn- und Verlustrechnung ausgehändigt.

Der Vorstand

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

**Online unter: [www.amtv.de](http://www.amtv.de)**

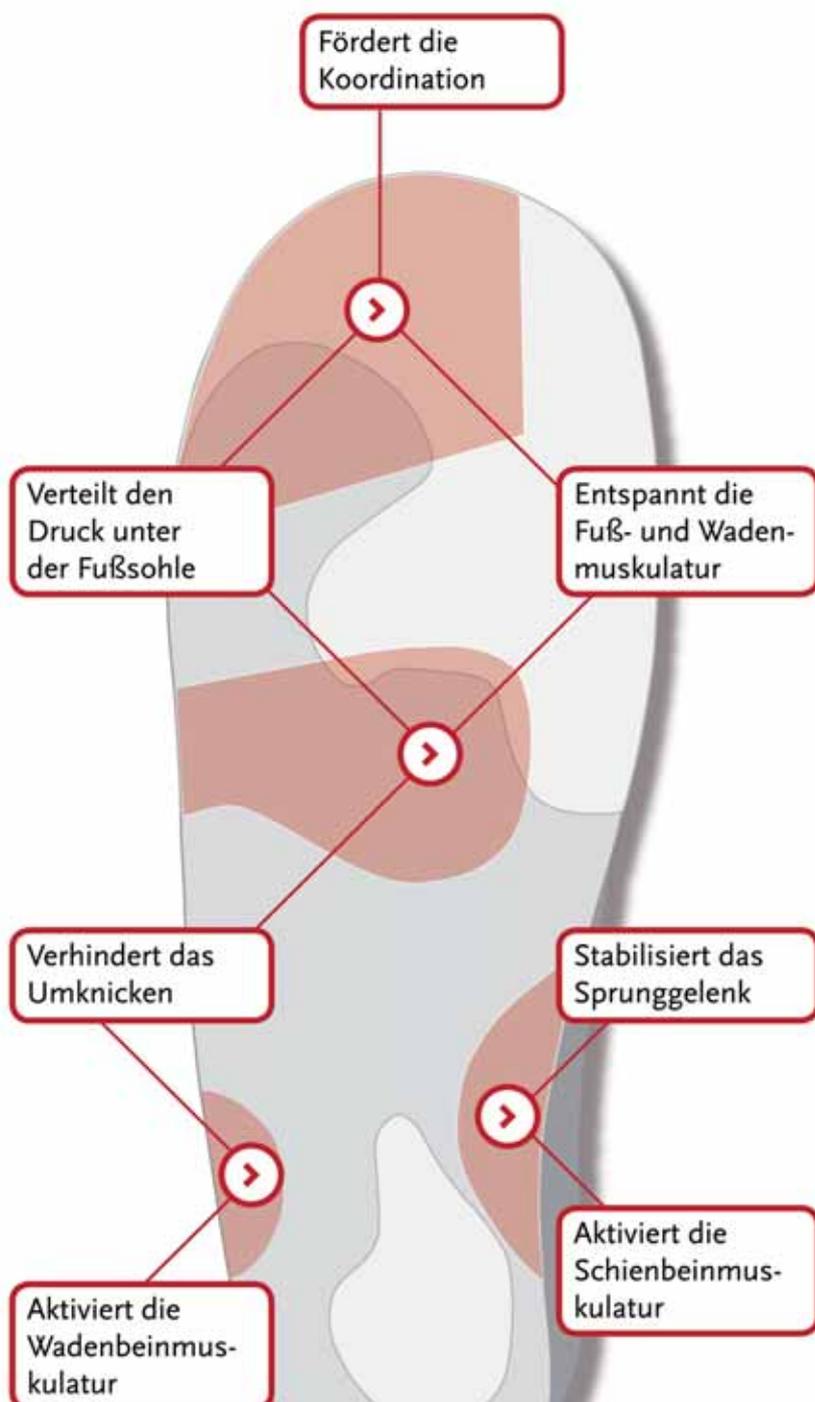
# Fitness für die Füße!

Diese sensomotorische Einlage wirkt nach dem Prinzip der Tiefensensibilität. Gezielt aktiviert sie über Propriozeptoren verschiedene Muskelgruppen an der Fußsohle und **trainiert** bzw. schult mit jedem Schritt automatisch **richtige Bewegungsabläufe**.

Wissenschaftlich erwiesen verbessert DIE AKTIVEINLAGE Muskelreaktionen. Die effizientere Muskelarbeit hat höhere Bewegungssicherheit, ein entspannteres Laufgefühl und ein besseres Ballgefühl zur Folge. Das heißt: Sie bringen mehr Leistung und reduzieren Ihr Verletzungsrisiko.

**Ausgehend vom Fuß ist die PROPRIO®- EINLAGE ein maßgefertigtes Trainingsgerät für Ihren gesamten Körper - genauso wichtig wie gutes Schuhwerk oder erstklassige Schläger.**

  
**SPRINGER**



Sanitätshaus Drucklieb GmbH  
Schweriner Straße 13  
22143 Hamburg-Rahlstedt  
Tel.: 040 6 77 71 71  
Email: [info@sh-drucklieb.de](mailto:info@sh-drucklieb.de)  
[www.sh-drucklieb.de](http://www.sh-drucklieb.de)

Ein Auszug unserer Leistungen im Sanitätshaus Drucklieb:

- Sensomotorische Einlagen
- Orthopädische Maßeinlagen
- Diabetische Maßeinlagen
- Sporeinlagen
- Carbon - Einlagen
- Fußdruckmessung
- Ganganalyse

# Muskulatur

**Radfahren ist neben dem zu Fuß gehen die gesündeste, preiswerteste und umweltfreundlichste Art, sich fortzubewegen. Auch bei den Altrahlstedter Faustballern ist die Lust am Strampeln ungebrochen. Man hatte sich für die holsteinischen Elemente im Leben entschieden, genauer gesagt für eine Tour nach Ratzeburg mit vollem Kalorienausgleich.**

Fahrradtouren finden ja bekanntlich im Freien statt. Denkt man an herausragende Kundschafter und Fährtenucher, fallen dem gewieften Szenekenner sofort Old Surehand und Old Firehand ein. Bei uns ist Old Siegi für diesen Bereich zuständig. Und nicht nur das. Vor dem Start steht die Logistik. Es gilt die alte Handwerkerregel: erst grübeln, dann dübeln! Die Strecke wurde abgefahren, Einkehrmöglichkeiten, auf das leibliche Wohl legen wir allergrößten Wert, ausgespäht. Die Wahl des Nachtasyls ist allerdings Chefsache und klappt Jahr für Jahr hervorragend. Bevor der Scout den Jungs Beine macht, muntert er sie mit letzten geografischen Details auf und sorgt für die Einhaltung der Streckenprophylaxe, eine besondere Art der Schluckimpfung gegen Skorbut, Land unter, Erdbeben und Plattfuß.

Auch in Sachen Celsius pflegt er einen guten Draht nach oben. Der menschliche Körper hat 639 Muskeln, die im Zusammenspiel mit den Knochen und Gelenken jede Bewegung erst möglich machen. Bein-, Gesäß- und Lachmuskeln waren von nun an besonders gefragt. Es ging bergauf und bergab, statistisch gesehen also eine völlig ebene Strecke. Beim Essen am Abend die erste Feuertaufe. Wenn einige unserer Aktiven tieftraurig aussahen, den Tränen hemmungslos ihren Lauf ließen, war nicht Heimweh die Ursache, sondern die 3 C- Komponente der mexikanischen Kochkunst (Chili, Cayenne, Curry) zeigte übermächtige Wirkung.

Am nächsten Tag war alles vergessen und drei außergewöhnliche muskelkraftbetriebene Fortbewegungsmittel zu Wasser, zu Land und auf der Schiene forderten die Faustballer heraus. Es ging auf einen Rundparcours durch die wunderschöne Landschaft des Naturparks Lauenburgische Seen. Der Rudertörn mit dem Drachenboot über den Küchensee zur Farchauer Mühle sorgte sehr schnell für lahme Arme, während die anschließende Disziplin mit dem



Michi war einfach nicht zu bremsen!

Konferenzfahrrad (6 Mann auf einem Rad) schon gestresste Muskulatur abermals strapazierte. Etwas Entspannung hatten wir uns von der Handhebeldraisine versprochen. Aber das war ein Trugschluss. Wer nicht gerade mit der Absicherung der Straße beschäftigt war, musste voll Stoff geben, um ein Auffahren des nachfolgenden Fahrzeuges auf der eingleisigen Strecke zu verhindern. Überholen geht nicht. Was war also zu tun? Man tauschte kurzerhand die Draisine. Es war eben alles nur ein Spaß. Nach diesem Triathlon setzte sich der Fahrradtreck am Sonntag wieder in Richtung Rahlstedt in Bewegung. Das Risiko, sich mit unserem Scout zu verfahren, tendiert dabei gegen Null. Und wer den „Kleinen“ und den „Grossen Bösen“ Wolf bisher nur aus dem Micky-Maus-Heft gekannt hat, hat sie auf unserer „Muckis á gogo“ – Tour bestimmt auch anderweitig kennen gelernt.

Der nächste Fahrradausflug ist so sicher wie Ebbe und Flut. Wenn die Sattelallergie (Paviansyndrom) erst einmal auskuriert ist, wird der nächste Törn nach dem Motto: „wieder Schweiß und Muskeln spüren!“ in Angriff genommen. Faustballer auf Achse, von Rahlstedt nach Egalwohin, für das Abstellgleis sind wir noch viel zu jung.  
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



## Hauslieferung !



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 - 672 02 49  
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



Reparaturen aller Fahrzeuge

# die werkstatt

[www.automobilemoeller.de](http://www.automobilemoeller.de) • Seit 36 Jahren in Rahlstedt  
Meiendorfer Straße 168 • 22145 Hamburg • Tel.: 040 678 30 71

## 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



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

# Sylt-Ausflug mit der Herzsportgruppe

**Die Herzsportgruppe mit der engagierten Trainerin Petra Körlin hat das lange Wochenende vom 10. bis 12. Sept. für einen Ausflug nach Sylt genutzt.**

Die Fahrt startete am Bahnhof Rahlstedt und ging mit der Nordsee-Bahn von Altona nach Sylt und weiter per Bus nach Puan Klent.

Nach der Zimmerzuweisung im Jugenderholungsheim brach eine Gruppe zur Wanderung über den Strand nach Hörnum auf, während eine weitere Gruppe den Bus nach Hörnum bevorzugt oder sich die Zeit mit Spielen vertrieb. Am Ziel wollten sich beide Gruppen – die Wanderer mit den runden Füßen und die Busfahrer treffen, klappte leider nicht, da Hörnum größer als gedacht. Die Fischbrötchen schmeckten trotzdem gut.

Das Tagesprogramm wurde mit einem Besuch in der Sansibar offensichtlich auch ein abendlicher Mückentreff- abgerundet. Der Fußweg dorthin, geschätzte 400 m, war wohl 3 mal so lang, gab dafür um so mehr Gelegenheit zum Klönen. Der Rückweg durch die unbeleuchteten Dünen hat dann Seh- und Tastsinne gefordert.

Samstag radelten 2 Gruppen mit Rückenwind in nördliche Richtung, die eine bis Kampen, die andere mutigere bis List. Es hat sich wieder gezeigt, dass Radfahren gegen den Wind anstrengend sein und ggf. auch Spuren am Allerwertesten hinterlassen kann.

Ein Strandspaziergang mit anschließendem verdienten Besuch in der Kupferkanne in Kampen, bekannt für guten Kaffee und große Stücke Torte, mobilisierte die Kräfte wieder. Unser Friedrich Karl hat auf der Fahrradtour nach Kampen immerhin nach 30 Jahren Fahrradabstinenz den virtuellen Fahrradorden wegen außerordentlich gute Leistungen erhalten.

Am Montag verdrückten wir in Westerland schnell noch das obligatorische Fischbrötchen, um dann mit der Nordseebahn wieder nach Hause zu fahren.

Fazit: Wir stärkten die Gesundheit und haben dabei noch Spaß gehabt. Die Mitglieder der Herzsportgruppen danken Petra für die gute Organisation. Wir freuen uns schon auf die nächste, im Mai stattfindende, Woche auf Sylt.



Gruppenfoto vom Sylt-Ausflug der AMTV Herzsportgruppe

**MEIENDORFER SPORTWERBUNG  
& DRUCKSACHEN ALLER ART**

**TORSTEN OFFNER**

Rahlstedter Stieg 11  
22147 Hamburg  
Telefon: 040 - 678 37 46

Fax: 040 - 678 37 46  
Mobil: 040 - 678 37 46  
torsten.offner@arcor.de



Schöne Aussichten

**TISCHLEREI  
SCHMEKAL GmbH**

**Ihr Partner für  
Fenster, Türen,  
Innenausbau,  
Einbruchschutz  
und mehr...**

**VELUX®**

Saseler Str. 59  
22145 Hamburg  
Tel. 678 44 44

**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**

# Neue Spieler gesucht

**Wir sind eine Gruppe begeisterter Prellballspieler (Herren) und treffen uns - außer in den Schulferien - jeden**

**Montag von 20:15 - 21:30 Uhr  
Turnhalle Schule Brockdorffstraße  
(Brockdorffstraße 64).**

Altersbedingt ist unsere Gruppe nach und nach immer kleiner geworden, wir brauchen deshalb neue Mitspieler.

Prellball hat im AMTV eine jahrzehntelange Tradition. Er ist ein Mannschaftssport ohne gegnerischen Körperkontakt, also mit minimaler Verletzungsgefahr. Das Spiel macht viel Spaß; hält beweglich, ist reaktionsschnell und unterstützt so ideal die körperliche und geistige Fitness. Es überfordert auch niemanden. Jeder kann sein eigenes Tempo einbringen! Es geht bei uns nicht um Leistungssport und wir spielen keine Turniere! Gegeneinander gewinnen und ordentlich ins Schwitzen kommen wollen wir aber schon.

Eine Besonderheit unserer Gruppe ist: Wir spielen auf halbem Feld. Dies mit Rücksicht auf Spieler, die gesundheitliche Einschränkungen hinter sich haben oder solche, für die das Spiel über die ganze Halle aus Altersgründen zu anstrengend geworden ist. Ideal ist unsere Prellballgruppe deshalb z. B. auch als nächste Stufe nach dem Herzsport, wenn man sich wieder mehr zutrauen kann und der Arzt erlaubt hat, sich wieder stärker zu fordern.

Wer aber lieber über die gesamte Halle spielen möchte, für den bietet sich die weitere Prellballgruppe des AMTV an

**Mittwoch von 19:00 – 21.00 Uhr  
Turnhalle Schule Neurahlstedt  
(Rahlstedter Straße 190).**

Auch hier werden noch einige Mitspieler als Verstärkung gebraucht. Es wäre schön, wenn neue Spieler bei den genannten Gruppen mitmachen würden. Wir alle sind ältere Teilnehmer (über 60), aber Prellball ist ein Sport für jedes Alter. Auch jüngere Spieler sind deshalb willkommen.

Mitgebracht werden sollte nur etwas Ballgefühl. Die Prellballregeln sind kinderleicht. Sie lassen sich am besten im Spiel selbst schnell einüben. Selbstverständlich helfen wir dabei. Es fallen die üblichen Mitgliedsbeiträge für den AMTV an, die Prellballangebote darüber hinaus sind kostenfrei.

Wenn Sie Interesse haben, rufen Sie uns an und probieren Sie das Prellballspielen einige Male unverbindlich aus.

Ihre Ansprechpartner sind: Für die Montagsgruppe: Hilmer Werdermann, Telefon: 677 622 3; E-Mail: hilwer@aol.com.

Für die Mittwochsgruppe: Erich Kühl, Obmann Prellball des AMTV, Telefon: 677 773 3.



**UMZUG VOM FACHMANN**

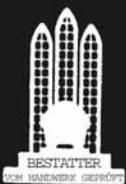
**Rudolf Bayer GmbH**



**Umzug Nah + Fern + Ausland**

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

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



*Schmidt-Peil* OHG

Beerdigungsinstitut

**Seit über 90 Jahren Ihr Berater und Helfer im Trauerfall**

**Rahlstedt – Brockdorffstraße 14**

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

**Tag- und Nachruf: 672 20 23**

**Prellball**



Erich Kühl  
Telefon 677 773 3

# Schulmeisterschaften

Die diesjährigen Hamburger Schulmeisterschaften im Judo wurden am Dienstag, 30.11.2010, im Landesleistungszentrum in Hamburg-Wandsbek vom Fachausschuss Judo durchgeführt. Insgesamt waren 22 Mannschaften mit 107 Kämpfern und 102 Einzelkämpfer aus insgesamt 12 Schulen am Start.

Die Kämpfe fanden in einer sehr angenehmen Atmosphäre in der Halle statt und alle Kämpfer gingen fair miteinander um.

Bereits zum 2. Mal wurden neben den Mannschaftswettbewerben in den Wettkampfklassen (WK) III und IV auch Einzelwettbewerbe in den Wettkampfklassen II und I/O durchgeführt. Dadurch konnten auch Schulen mit wenigen Judoka Kämpfer melden sowie ältere Schüler teilnehmen (Oberstufe). Genutzt

wurde dies vor allem von der Otto-Hahn-Schule mit 57 Einzelkämpfern. Gekämpft wurde in gewichtsnahen Pools mit 3-5 Kämpfern. Die Sieger erhielten eine Medaille, alle Teilnehmer erhielten Urkunden.

Beim Mannschaftsturnier konnte die Otto-Hahn-Schule in der Wettkampfklasse IV insgesamt drei 3. Plätze erzielen. In der WK IV erzielte die Otto-Hahn-Schule nur zwei 3. Plätze, wurde mit einer Mädchen-Mannschaft aber auch Hamburger Vizemeister.

Beim Einzelturnier gab es erste Plätze für die Otto-Hahn-Schule (12x) (im Vergleich dazu: STS Alter Teichweg (8x), Johannes-Brahms-Gymnasium (2x), STS Horn/ Abt. Querkamp (2x), Fritz-Schumacher-Schule (1x), Gymnasium Grootmoor (1x) und das Carl-von-Ossietzky-Gymnasium (1x)).

## Online unter: [www.amtv.de](http://www.amtv.de)

Feiern Sie  
*schön...*



*...in unseren Räumlichkeiten in Rahlstedt*

- **eigene Räume von 15 bis 300 Personen**
- **Event - Catering**
- **Zelte und Ausstattung**
- **Service-Personal**
- **Bistro - Frühstück & täglich wechselnder Mittagstisch für jedermann**

Fordern Sie unser Informationsmaterial an!

Dwenger Catering & Events · Merkurring 38 - 40 · 22143 Hamburg

Tel. (040) 67 59 86 - 0 · Fax (040) 67 59 86 - 66 · [party-service@dwenger.de](mailto:party-service@dwenger.de) · [www.dwenger.de](http://www.dwenger.de)



# Jahresrückblick 2010

**Eines vorweg: Wir können auf ein wirklich erfolgreiches 2010 zurückblicken. Die Mitgliederzahlen haben sich positiv entwickelt und auch die Begeisterung unter den Teilnehmern scheint ungetrübt.**

Aber der Reihe nach:

Nachdem Steve Lemm die Studioleitung übernommen hatte, veranstaltete er für die Studiomitglieder ein „kleines“ Grillfest, das in einer großen Geselligkeit endete. Während wir bei schönem Wetter vor dem Gebäude begannen, fanden sich im Laufe des Abends immer mehr Mitglieder ein. Auf so einen Zuspruch waren wir nicht gefasst. Dank an alle, die gekommen sind und mit uns gemeinsam eine fröhliche Feier erleben konnten.

Im Sommer wurde der hintere Teil der Damenumkleide komplett neu renoviert, so dass jetzt schöne neue Fliesen die Wände zieren. Zusätzlich wurde ein Fenster installiert, um die Licht- und Luftzufuhr zu verbessern. Es ist geplant, auch der Herrendusche ein neues Antlitz zu verleihen.

Der im Herbst durchgeführte Kursmarathon war der Erfolg schlechthin. Hier hatten alle Mitglieder und Nichtmitglieder die Möglichkeit rund um die Uhr – also 24 Stunden nonstop – die verschiedensten Angebote kennen zu lernen. Aufgrund der großen Nachfrage steht einer Wiederholung in diesem Jahr nichts im Wege.

Zudem wurde der Saunabereich komplett renoviert und das Ergebnis kann sich wirklich sehen lassen.

Ende letzten Jahres haben wir dann im Saal eine Weihnachtsfeier ausgerichtet, auch hier war zahlreiches Erscheinen angesagt. Euer Verlangen ist unser Anspruch, es 2011 noch besser zu machen. Pünktlich zu den Festtagen lag dann außerdem unser Studio-Kalender für das neue Jahr vor. Alle 100 Exemplare waren aufgrund der großen Nachfrage schon nach kurzer Zeit vergriffen.

Besonders freut es unser Team immer wieder, dass es unter unseren Mitgliedern sehr freundschaftlich zugeht und sich auch Neuankömmlinge stets schnell zu Hause fühlen.

Wir freuen uns gemeinsam mit Euch auf ein erfolgreiches Jahr 2011!



Im Jahr 2010 wurde im Fitness-Studio des AMTV viel bewegt

## AMTV-Aktion:

**Treten Sie bis zum 01.04. ins Fitness-Studio ein und Sie erhalten eine Cardio Scan Messung gratis**

## MAKLER LAMBERT OHG

- Ihr Partner in Rahlstedt

**Wir suchen Häuser und Wohnungen**  
zum Verkauf, für unsere Kunden.

Keine Kosten für den Verkäufer!



**60 90 47 00**



Kösliner Str. 37a, 22147 Hamburg, Fax: 60 90 47 11,  
**www.makler-lambert.de, email: info@makler-lambert.de**



## Erfolge unserer Sportler



Hamburger Meister stehen immer im "Rampenlicht" doch die zweiten, dritten und nachfolgenden Plätze werden auch "hart erkämpft". Deshalb stellen wir unsere Sportler und ihre Erfolge 2010 einmal persönlich vor.

**Lysje-Neele Stelling:**

Hamburger Kinder Meisterschaft, 2. Platz Kata

**Famke Jasker:**

Hamburger Kinder Meisterschaft, 3. Platz Kata

**Eva Oldenburg (2.v.l.):**

Hamburger Kinder Meisterschaft, 3. Platz Kata

**Stephanie Grabsch:**

Hamburger Schüler Meisterschaft, 3. Platz Kata;

Internationaler Kyu Cup, 2. Platz Kata

**Jana Oldenburg:**

Hamburger Schüler Meisterschaft, 3. Platz Kata;

Internationaler Kyu Cup, 3. Platz Kata

**Svante Jasker:**

Hamburger Schüler Meisterschaft, 3. Platz Kumite

**Sam Nguyen (4.v.l.):**

Hamburger Schüler Meisterschaft, 1. Platz Kumite; 2. Platz Kata

**Kilian Stelling:**

Hamburger Schüler Meisterschaft, 2. Platz Kumite; 3. Platz

Kata; Internationaler Kyu Cup, 2. Platz Kata

**David Dobroussine (1.v.l.):**

Hamburger Jugend Meisterschaft, 1. Platz Kata;

2. Platz Kumite

**Madline Oppelt (3.v.l.):**

Hamburger Jugend Meisterschaft, 2. Platz Kata;

Internationaler Kyu Cup, 3. Platz Kata

Meisterschaft, 1. Platz

**Merle Stelling:**

Hamburger Jugend Meisterschaft, 1. Platz Kata;

Internationaler Kyu Cup, 1. Platz Kata

**Jutta Heinrich:**

Deutscher Meisterschaft Masterklasse,

3. Platz Kata

Gegen den Schmerz mit Wärme & Herz

kurbad Wandsbek

Wohlfühl-  
Tipp

♥ 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 hauchzarten Frühling!

„Frühlings-Hauch“

1 Massage mit  
Salbei-Melisse-  
Aroma-Öl  
+ 1 Rotlicht-Dusche  
+ 1 Vitamin-Drink

= 19,90 €

Dieses Angebot ist gültig  
bis zum 20. Juni 2011

Mo + Do 6.30 - 20.00 Uhr  
Di 6.30 - 19.00 Uhr  
Mi + Fr 6.30 - 13.00 Uhr

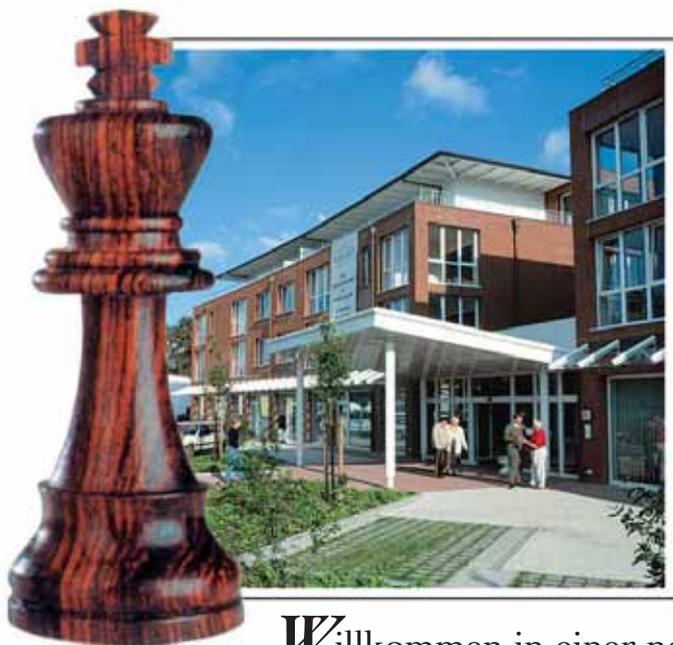
kurbad Wandsbek

Busch & Partner

Luetkensallee 9 • 22041 HH

Tel.: 040 / 656 42 91

# EINZUG IN EIN KÖNIGLICHES LEBEN



**W**illkommen 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](mailto:parkresidenz.rahlstedt@t-online.de)  
[www.parkresidenz-rahlstedt.de](http://www.parkresidenz-rahlstedt.de)

# Großer Spaß und große Schwimmer

## Großer Spaß und große Schwimmer beim Weihnachtsschwimmen des HSC

Am ersten Dezemberwochenende war es bibberkalt in Hamburg, aber umso wärmer in der Schwimmhalle Ohlsdorf, wo elf Aktive der FG 3 am 04.12.2010 beim Weihnachtsschwimmfest des HSC antraten und fest entschlossen waren zum Jahresabschluss noch einmal ihr Bestes zu geben. Die Jungen und Mädchen der Jahrgänge 1999 bis 2001 gingen jeweils in drei Lagen über 50m oder 100m an den Start. Zum Start der Veranstaltung war jedoch erst mal zuschauen angesagt: Marcus Deibler (leider ohne den erkrankten Steffen Deibler) zeigte den jüngeren Aktiven wie schön man schwimmen kann, wenn man fleißig weiter übt und wie weit man mit einem einzigen Brusttauchzug kommen kann. Seine Darbietung regte einige verblüffte und halbempörte Ausrufe an: „Der schwimmt ja kaum, der taucht ja nur!“ Für einige war es hoffentlich ein Ansporn weiter zu trainieren und fleißig an sich zu arbeiten. Die Autogrammwunde im Vorraum der Halle haben jedenfalls viele begeistert wahrgenommen.

Dann wurde es aber ernst und die ersten unserer Aktiven gingen an den Start. Hervorragende Leistungen zeigten unsere Jungs: Daniel Tajik (2000) wurde für eine Zeit von 1:22,46 über 100m Freistil mit einem ersten Platz belohnt und erreichte Platz 2 in der Mehrkampfwertung seines Jahrgangs. Felix Kirschstein (2000) schlug über 50m Rücken in 0:44,33 und Robin Juppe (2000) ebenfalls über 50m Rücken in 0:48,80 an, womit die beiden sich Platz 1 und 2 über diese Strecke sichern konnten. Pawel Stelter (2000) schwamm über 50m Schmetterling eine respektable Zeit von 0:58,40. Felix Nahrstedt (2001) belegte in 0:35,72 über 50m Freistil Platz 1 und erreichte am Ende Platz 1 in der Mehrkampfwertung seines Jahrgangs.

Dahinter konnten und wollten die Mädels nicht zurückstehen und schlugen so manche ihrer Bestzeiten: Henrike Vogel (2000) bezwang in 0:49,27 über 50m Brust erstmals die 50-Sekunden-Marke und erkämpfte sich Platz 2 der Mehrkampfwertung ihres Jahrgangs. Melina Dose (2000) blieb über 100m Rücken in 1:43,38 knapp unter ihrer erst im November aufgestellten Best-

zeit und schaffte es so ihre selbst gesetzte Vorgabe zu erfüllen noch einmal schneller zu schwimmen. Miriam Follmann (2000) verbesserte sich auf den 50m Rücken auf eine Zeit von 0:48,29 und Julia Hillmann (2000) schaffte es mit 1:51,44 über 100m Brust auf einen tollen 4. Platz. Julia Nast (1999) schwamm die 100m Freistil in 1:37,93 und war damit noch einmal mehr als drei Sekunden schneller als beim diesjährigen Rahlstedter Herbstpokal. Alina Ehrenberg schlug über 50m Brust als Dritte an, in einer Zeit von 0:54,13 min.

Allen Aktiven einen herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen sportlichen Leistungen!



Alle Teilnehmer hatten viel Spaß beim Weihnachtsschwimmen

Auch der Spaß kam an diesem Tag aber nicht zu kurz: Auf halbem Weg durch das Wettkampfprogramm gingen die Lampen aus und das Schwimmbecken war erfüllt von einem Kerzenmeer. Alle Aktiven, die zuvor um die Wette geschwommen waren, erhielten eine Kerze und schwammen damit einträchtig zu weihnachtlicher Musik durchs Becken. Sicherlich einer der Höhepunkte dieses Tages, der uns allen sehr viel Spaß gemacht. Vielleicht werden wir das ja auch in 2011 wieder erleben dürfen.

Swantje Böttcher



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



# 19 Medaillen für das AMTV-FTV Team

## 19 Medaillen für das AMTV-FTV Team bei den 1. Deutschen Masters Kurzbahn-Meisterschaften

Zu dieser neuen Meisterschaftsveranstaltung am 27. und 28. November 2010, auf der 25m Bahn im Bremer Unibad, waren über 250 Vereine aus 17 Landesverbänden angetreten und absolvierten 2.831 Einzelstarts und 289 Staffelstarts.

Mit 21 Aktiven stellte die AMTV-FTV Mannschaft, zu der auch der WTB gehört, das größte von neun Hamburger Teams. Und mit 5 Gold-, 5 Silber- sowie 9 Bronzeplatzierungen kam die Mannschaft im Medaillenspiegel auf den 16. Rang!

In den Einzelrennen über 100m Brust in 2:02,70 min., 100m Schmetterling und 50m Schmetterling wurde Marie-Luise Stolte (AK70) mit je einer Gold-, Silber und Bronzemedaille geehrt. Hans-Peter Wedler ebenfalls Altersklasse 70 siegte über 50m Rücken in 0:40,23 min. und wurde Deutscher Vizemeister über 100m Rücken in seiner Altersklasse. Je eine Silbermedaille über 100m Lagen und 50m Schmetterling konnte Sigrid Boeder (AK60) in Empfang nehmen. Michael Grebenstein (AK 65) beendete die 100m Rücken als Vizemeister und wurde über 50m Freistil Dritter. Zwei Bronzeplätze erzielte Bernt Matthes (AK60) über 100m Schmetterling und 100m Freistil. Rüdiger Bähr (AK65) schlug im Rennen über 50m Schmetterling als Dritter an. Ebenfalls Bronze erreichten Klaus-Dieter Schilling (AK70) über 50m Brust sowie Karl-Ludwig Rehn (AK70) über 50m Rücken.

An den 3 Gold- und 2 Bronzeplatzierungen der Staffeln in den Altersklassen 280 und 240-Jahre waren folgende Schwimmer beteiligt: Hans-Peter Wedler, Werner Mahn, Rüdiger Bähr, Karl-Ludwig Rehn, Michael Grebenstein, Klaus-Dieter Schilling, Bernt Matthes, Gerhard Wohlers, Hermann Schlicht und Uwe Griem.



Ein Teil der erfolgreichen AMTV-FTV Mannschaft

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.

# HEIZÖL



Shell Partner

## Raiffeisen Mineralölhandel GmbH

Søren Haase • Harry Meier

**Büro Rahlstedt**

Tel. 040/672 33 06

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

**Büro Ahrensburg**

Tel. 04102/410 04

Fax 04102/410 06



# Sportlich bis zum Jahresschluss

Traditionell endet das Sportlerjahr mit dem Silvesterlauf. Und so machte sich eine kleine Gruppe unserer Startgemeinschaft der Schwimmer am 31.12.2010 auf nach Volksdorf, um die Teichwiesen zu umrunden.

Wahlweise kann die 2,6 km lange Runde ein- bis viermal gelaufen werden, wobei jeder Läufer während des Rennens spontan entscheiden kann, ob er die jeweilige Runde Richtung Ziel beendet oder einbiegt, um eine weitere Runde zu laufen.

Die Witterungsbedingungen waren läuferfreundlich, sogar die Sonne ließ sich ab und zu blicken und die Strecke war mit einer fest getretenen Schneedecke gut präpariert und zum Glück nicht allzu glatt.

Angefeuert von unseren Fans, u. a. Rita Drewes und Anjas Mama und von den zahlreichen Zuschauern am Wegesrand, absolvierten Anja Burmeister, Vera Griem, Marion Hummel und Sabine Schumann jeweils eine Laufrunde. Stefan Griem, Uwe Griem, Martin Müller und Michael Schumann liefen zwei Runden und Maren Drewes meisterte sogar drei Runden. Außerhalb der Wertung waren vom AMTV außerdem Florian Grunert und Tom Simmeth mit von der Partie.

Stefan Griem war der schnellste Läufer des Gesamtfeldes über die Distanz von zwei Runden und wurde mit einem schönen Pokal ausgezeichnet. Für alle Aktiven gab es abschließend noch eine Erinnerungsurkunde.



Foto von links stehend: Michael Schumann, Sabine Schumann, Uwe Griem, Stefan Griem, Anja Burmeister, Maren Drewes, Marion Hummel, unten: Vera Griem, Martin Müller

Die Sonderpreise für die schönsten Kostümierungen haben wir anderen überlassen, die sich auch in diesem Jahr wieder kreativ und ideenreich präsentierten und zur allgemeinen Unterhaltung aller beitrugen.

Gestärkt mit Berlinern, warmen Getränken und dem guten Gefühl des sportlichen Jahresausklanges traten wir am frühen Nachmittag den Heimweg an. Und auch in 2011 werden wir wieder dabei sein! Marion



**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](mailto: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



**THOMAS DAHL**

**Krankengymnastik**  
**Sportphysiotherapie**  
**Med. Aufbautraining**  
**private Leistungen**  
**Therapieberatung**

Termine nach Vereinbarung  
Tel. 675 61 688  
Schweriner Straße 10  
22143 Hamburg  
Im Rahlstedt-Center

Euro Point

...alles für 1,- Euro



**über 25 x im Norden**  
[www.ein-euro-point.de](http://www.ein-euro-point.de)

- Haushaltswaren – Schreibwaren – Spielwaren
- Süßwaren – Geschenkartikel – Glas-Porzellan
- Heimwerkerbedarf - Tierbedarf – Schmuck
- Textilien – Saisonartikel und.....





# Handwerkskammer Meisterbetrieb

## Elektro - TV - Küchen

Rahlstedter Bahnhofstrasse 57

# JENS REDÖHL

... der Service macht den Unterschied

677 55 22

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

## Busreisen

### Bösche Reisen

Bei der  
Neuen Münze 3  
Rahlstedt

Beratung  
und  
Anmeldung  
unter:

Telefon  
678 20 11

Bitte fordern  
Sie unseren  
NEUEN  
Reisekatalog  
2011 an!

### Reisen 2011

- Amsterdam** 26.04. - 29.04. Ü/F € 399,00  
inkl. 1x Abendessen, Grachtenfahrt, Eintr. Keukenhof
- Masuren Rundfahrt** 03.06. - 11.06. € 798,00  
4 Sterne Hotels, Restplätze !!!
- Schweiz Rundfahrt** 24.06. - 30.06. € 699,00  
inkl. Montreux-/Mont-Blanc-/Glacier-/Bernina
- Fahrt ins Blaue** 22.07. - 24.07. HP € 222,00  
4 Sterne Hotel, 2 x Stadtführung, Schifffahrt, Bus-Rundfahrt

### Tagesfahrten

- Backtheater Walsrode** 10.03. + 17.04. € 52,00  
inkl. Mittag, Aufführung, Kaffee + Kuchen
- Karpfenessen satt/Hotel Seeburg** 13.03. € 36,00
- Harzrundfahrt** 18.03. € 33,00
- Bingoshow in Holvede** 24.03. € 51,00  
inkl. Mittag, Bingo, Tanztee mit DJ
- Husum Krokusblütenfest** 26.03. € 24,00
- Wiedersehensfeier in Kutenholz** 09.04. € 42,00  
inkl. Büffet, Musik, Tanz, Gratis-Tombola, Kaffee + Kuchen
- Karfreitag: Wismar und Insel Poel** 22.04. € 26,00
- Ostern: Büsum** 23.4. + 21.5. + 17.6. je € 24,00
- Boltenhagen** 24.4. + 24.5. + 04.7. je € 24,00
- Ostern: Grömitz** 25.4. + 25.7. je € 23,00

# Abteilungsgründungsversammlung

## Abteilungsgründungsversammlung gut besucht

In den letzten Jahren hatte sich die Sportart Badminton so stark entwickelt, dass der Vorstand die Ausgliederung aus der Freizeitsportabteilung zu einer eigenen Sparte angeregt hat.

Ende Oktober 2010 wurde bei ca. 20 anwesenden Mitgliedern die Sparte Badminton im AMTV-Zentrum gegründet. Unter Leitung unseres 1. Vorsitzenden Heinz Mattelson und Geschäftsführer Marcus Egin wurde den Mitgliedern die Unterstützung der Vereinsführung in der Gründungsphase zugesichert. Nach den Wahlen des Abteilungsleiters und seines Stellvertreters wurde noch die Position einer Jugendwartin erfolgreich besetzt. Auch einige verdiente Ehrenamtler wurden symbolisch mit nagelneuen Leihschlägern geehrt und so die Sportart in die Vereinskultur direkt eingeführt.

## Neue Talente bei den Kindern

Im letzten Herbst hat sich die Kindergruppe erheblich verjüngt. Nachdem erste Teenager in den Jugendclub geschnuppert hatten, setzte gleich eine ganze Gruppe sich in diese Richtung ab. Ein Grund waren viele neue Kinder, denen zum Teil nach einem Talententwicklungsprogramm, an dem der AMTV in Kooperation mit dem Hamburger Sportbund teilnimmt, die Sportart aufgrund eines Eignungstests empfohlen worden war. So haben wir jetzt einige Kinder im Grundschulalter, die z.B. perfekt auf einem Bein springen und Koordinationsleiter austanzen können. Denn Laufbereitschaft, Sprungtechniken und Fußarbeit sind bei den häufigen Vor- und Rückwärtsbewegung auf dem Badmintonfeld von großem Nutzen.

## Erster Pokal bei den Jugendlichen

Der Badminton Jugendclub ist zur Zeit das teilnehmerstärkste Angebot in der Sportart mit bis zu 30 Teilnehmern. Im letzten

Jahr haben wir erstmals mit Erfolg an einem Turnier teilgenommen. Mit zwei Startern, Anna als Betreuerin und mir u.a. als Fahrer, ging es auf eine Halbtagestour nach Bad Bramstedt. Ein umfangreiches warming up in der fremden Halle bildete eine gute Grundlage. Marcel Studt, gestärkt auch durch die konditionellen Grundlagen aus der Handballabteilung, wurde unangefochten Sieger in der Altersklasse U17 und gewann den ersten Pokal für die Sportart in der Vereinsgeschichte. Glückwunsch.

Unsere 2. Starterin Janina Kranert stand bei U15 auch auf dem Siegerpodest. Ein hart erkämpfter 2. Platz in einem Teilnehmerfeld mit 4 gleichstarken Spielerinnen in der Spitze. Erste wurde eine Starterin des 2. Bundesligisten Rot-Weiß Wittorf, die Janina in ihrem letzten Spiel sogar nach 3 Sätzen niedergelassen hatte. Ein einziger Satz fehlte so am Ende im Schweizer Gruppenspielsystem zum Turniersieg. Viel Motivation für Training mit Spielspaß am Montagnachmittag für unseren starken Nachwuchs in der Gruppe.

## Erwachsenengruppen spielen in der Birrenkovenallee

Seit Sommer sind wir mit den Erwachsenen in die Birrenkovenallee umgezogen. Damit haben sich die Spielmöglichkeiten in der Halle des Gymnasiums Oldenfelde insbesondere durch die Hallendeckenhöhe verbessert. Die Einsteigergruppe mittwochs von 18:30-20:00 Uhr hat ihr Angebot von 3 auf 4 Plätze vergrößert. Die Fortgeschrittenen spielen im Anschluss auf bis zu 6 Feldern bis 21:45 Uhr. In beiden Gruppen legen wir Wert auf wechselnde Spielpaarungen im Einzel oder Doppel, so dass der Neueinstieg auch für Einzelspieler jederzeit möglich ist. Interessierte seien hiermit aufgefordert, die neuen Spielmöglichkeiten vor Ort zu testen. Mit Hallenschuhen und Sportsachen ausgestattet, kann mit unseren Leihschlägern direkt in den Frühling aufgeschlagen werden.

Josef Engelbertz

# KAI HARBOLLA & TEAM

Sieker Landstr. 33 Tel: 6792200

## Unser Frühlingsangebot

# 2 FÜR 1

zu zweit kommen -  
einmal zahlen

- Mindestalter 16 Jahre
- Einer darf noch kein Kunde sein
- Der höhere Preis gilt

**Öffnungszeiten:**  
 Mo-Mi 8.30 Uhr - 18.00 Uhr  
 Do+Fr 8.30 Uhr - 19.00 Uhr  
 Sa 8.00 Uhr - 18.00 Uhr

# Fairness im Handball

**Nach einem Spiel unserer 1. Herren in der Hamburg-Liga gegen den TSV Ellerbek wurde vom Spielpartner folgender Artikel veröffentlicht:**

Wir vom TSV Ellerbek wollen hiermit den Fairness-Pokal an den AMTV übergeben. In einer Ellerbeker Abwehr-Szene, in der sowohl der AMTV-Angreifer als auch Ellerbeker Abwehrspieler ausrutschten, hing der Arm des Ellerbeker Spielers durchaus am Hals des AMTV-Akteurs.

Die Schiedsrichter wollten daraufhin die rote Karte gegen den Ellerbeker Spieler ziehen. Nun gingen jedoch gleich mehrere

AMTVer zu den Unparteiischen. Sie teilten ihnen mit, hier keine Absicht und schon gar kein Schlagen gesehen zu haben. Die Schiedsrichter verzichteten daraufhin auf entsprechende Maßnahmen.

Dies zeugt vom großen Sportsgeist und toller Fairness. Vielen Dank und weiterhin eine erfolgreiche, verletzungsfreie und faire Rückserie. TSV Ellerbek

Ein bemerkenswerter Bericht – besonders in der heutigen Zeit.

P. Tiede

## Meisterträume bei den Jugendmannschaften

**Wir freuen uns!! Die konsequente Neuausrichtung auf unsere jungen Nachwuchsmannschaften trägt erste Früchte. Durch den gezielten Einsatz von fachlich und pädagogisch erstklassig qualifizierten Trainern bieten unsere Kleinsten hervorragende Leistungen im Hamburger Handball und sind in aller Munde.**

Trotz stärkster Konkurrenz – vor allem aus dem Umland Hamburgs – sind mehrere Jugendmannschaften des AMTV auf Meisterschaftskurs.

Es herrscht große Begeisterung, denn 4 Teams kämpfen noch um die die begehrten Meistertitel.

Dies sind im einzelnen die weibliche D- und E-Jugend sowie die männliche D- und E- Jugend!

Es ist eine Freude und Werbung für unseren schönen Sport diesen Talenten bei ihren Spielen zuzuschauen. Die Rückrunde um die besonders für Kinder so wertvollen und begehrten Meisterschüsseln hat gerade begonnen und sollte viele Fans anlocken.

Also –falls unbekannt- Termine besorgen und nichts wie hin und die Kids auf ihrem Weg zum Meister unterstützen.

Es lohnt sich!!

P. Tiede

*Gasthaus Oldenfelde*

Anno 1996

**Dienstag Ruhetag**

**Öffnungszeiten:** Mi. - Mo.  
10<sup>00</sup> - 2<sup>00</sup>

**Rummelsburger Straße 94**  
22147 Hamburg

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



# Mach mit, bleib fit 50 +

## Schöne Tage mit „Mach mit, bleib fit 50 +“ an der Müritz

Eigentlich hatten wir uns dieses Wochenende ganz anders vorgestellt. Es sollte ein angenehmer Sonntag sein und wir wollten in aller Ruhe bei schönem Wetter durch Mecklenburg fahren – allerdings mit dem Auto, denn per Rad wäre es in der kurzen Zeit kaum möglich gewesen. Aber es war eben nicht so. Als wir in Hamburg abfuhren, regnete es. Wir, das waren 12 Sportfreunde aus der Sportgruppe von Monika Kreft „Mach mit, bleib fit 50+“.



Aber wir waren erwartungsvoll und das Wetter konnte die Stimmung nicht verderben. Deswegen wurde der Regen auch immer weniger. Als wir in Klink an der Müritz ankamen, schien sogar hin und wieder die Sonne. Das Müritzhof, direkt am Wasser schön gelegen, mit eigenem Hafen, Schwimmbad, Bowlingbahnen, Fahrradverleih und hübschen Außenanlagen wurde für 3 Tage unsere Unterkunft. Ein Spaziergang durch die nähere Umgebung zum Hotel Schloss Müritz brachte erste Eindrücke und rundete das Nachmittagsprogramm ab. Nach dem Abendbrot hatten wir für zwei Stunden 2 Bowlingbahnen gemietet und haben einen unterhaltsamen und lustigen Abend genossen.

Der zweite Tag brachte uns bei Sonnenschein, aber merklichem Gegenwind, auf gemieteten Fahrrädern in das gut 20 km entfernte Röbel an der Müritz.



Nach einem schmackhaften Mittagessen frischte der Wind deutlich auf und der Zufall wollte es, dass wider alle Erwartungen doch noch ein Boot zurück nach Klink fuhr. Wir nahmen die Gelegenheit wahr und unternahmen eine eindrucksvolle Bootsfahrt auf der Müritz. Die Fahrräder reisten als Gepäck mit. Trotz Sonnenschein wurde der Wind immer stärker und der Kapitän konnte erst mit großem Geschick an unserem Zielhafen anlegen.

Weil wir eine Sportgruppe sind, hatten sich Susanne und Ralf Reimer noch vor dem Abendessen ein abwechslungsreiches, andert-halbstündiges Gymnastikprogramm überlegt. Nach dem Abendessen trafen wir uns in einem gesonderten Raum zu einem gemütlichen Beisammensein, um bei einem Glas Wein oder Bier und lustigen Spielen den Abend ausklingen zu lassen.

Am nächsten Tag stand noch einmal eine Fahrt mit dem Schiff auf dem Programm. Der Anleger war nicht weit und pünktlich saßen alle Sportsfreunde erwartungsvoll auf ihren Plätzen. Der Wind hatte noch zugelegt. Schon das Betreten des Schiffes verlangte eine gewisse Geschicklichkeit und der eine oder andere hatte im Stillen sicherlich schon vorsichtige Bedenken ob der Seetüchtigkeit des Schiffes. Dieses Problem löste der Schiffsführer ganz unspektakulär. Er teilte uns kurz und bündig mit, dass er bei diesem Wetter aus Gründen der Sicherheit leider nicht fahren könne.

Also packten wir unsere Sachen und machten uns etwas früher als vorgesehen, aber guten Mutes, wieder auf den Heimweg. Als wir nach 2 ½ Stunden Hamburg erreichten, schien bereits wieder die Sonne.

In einem Punkt waren wir uns alle einig:

Es war insgesamt gesehen ein schönes gemeinsames Wochenende und wir sind Susanne und Ralf für die Organisation sehr dankbar.



## Iaido News: Bronze für Angela von der Geest

Bei den 17. Europameisterschaften in der japanischen Schwertkampfkunst Iaido gewann Angela von der Geest (AMTV Hamburg) die Bronzemedaille in der höchsten Kategorie (6. Dan).

Die 44-jährige Schwertkämpferin trat ausschließlich gegen Männer an und sicherte sich zum dritten Mal in Folge EM-Bronze. Insgesamt nahmen an den Titelkämpfen in Paris 200 Iaidoka aus 24 Nationen teil.

# Der AMTV bittet um Ihre Unterstützung

**Der AMTV ist mit 375 Trainerinnen und Trainern einer der größten Sportvereine der Region. Die Unterstützung, die wir unseren Trainerinnen und Trainern geben, endet nicht am Ausgang der Sporthalle. Daher möchte ich Sie bitten, sich den nachfolgenden Text unserer Trainerin Sonja anzusehen und diese mit einer Spende zu unterstützen. Vielen Dank Marcus Egin**

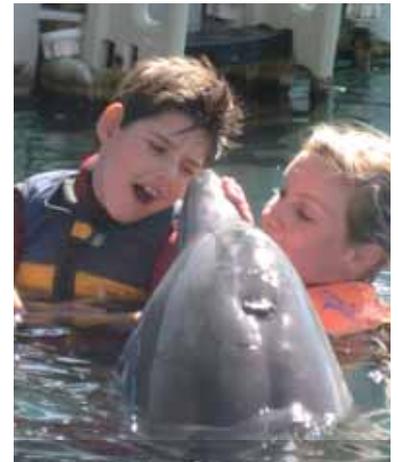
Als ich vor sieben Jahren endlich mit meinem zweiten Kind schwanger wurde, hätte ich im Traum nicht daran gedacht, daß dieser kleine Junge unser Leben komplett neu gestalten würde. Louis kam nach einer unkomplizierten Schwangerschaft pünktlich am Stichtag, kerngesund zur Welt. Ich hatte bis zum siebten Monat noch fröhlich meine Stunden hier beim AMTV gegeben und hatte geplant, nach der Geburt von Louis auch schnellstmöglich wieder zu unterrichten. 2001 hatte ich bereits 8 Wochen nach der Geburt von Aliena den Kurs 'Mama fit Baby mit' übernommen und ähnliches stellte ich mir auch diesmal vor.

8 Stunden nach der Geburt von Louis begann unser neues Leben. Louis wurde mit dem Verdacht auf einen Herzfehler in eine andere Klinik verlegt. Nach einigen Untersuchungen konnte sich dieser Verdacht zum Glück nicht bestätigen. Man habe noch verfärbtes Fruchtwasser in seiner Lunge gefunden und diese jetzt gründlich abgesaugt..... 2 mal wurde unser Sohn in dieser Nacht reanimiert! Einmal 3 Minuten und einmal über 30!, denn es fehlte an fachlichem Personal. .... Die ersten Wochen und Monate ging es bei uns ums nackte Überleben. Louis schrie 25 Std. am Tag!

Sämtliche Nahrung wurde im hohen Bogen wieder erbrochen und ich schaufelte ihm die Milch Teelöffelweise ein, weil wir unser Kind auf keinen Fall künstlich ernähren lassen wollten. Statt Babykrabbelgruppen und Multi-Kaffeeklatsch standen bei uns Physiotherapie mit 4 mal täglich Vojta und Frühförderung auf dem Programm. Hinzu kamen die ständigen ärztlichen Untersuchungen mit so herrlichen einfühlsamen Aussagen, wie: 'Das ihr Kind einen Hirnschaden hat, sieht man ihm ja schon an den Augen an'. 'Bei dem bisschen Gehirn, was noch übrig ist, können Sie froh sein, das Louis überhaupt seine Temperatur halten kann. Mehr sollten sie aber nicht erwarten.'

Solche Aussagen hauen einem dann doch schon mal den Boden unter den Füßen weg. Vielleicht habe ich es meinem sportlichem Ehrgeiz zu verdanken, das ich nicht zerbrochen bin. Auf jedem Fall aber meinem Mann, meinen Eltern und meiner Tante, die immer für uns da sind und helfen, wo sie können. Dank dieses tollen Teams war es mir auch möglich nach 3 ½ Jahren zum AMTV zurück zu kehren. Gerlinde rief mich eines Tages an und bat mich dringend Donnerstag Vormittag 2 Stunden zu vertreten, die Woche darauf hatte ich die Stunden fest im Plan! Endlich wieder etwas nur für mich! Ich war so glücklich! Mittlerweile habe ich hier beim AMTV auch noch am Sonntag Nachmittag und Dienstag Abend jeweils 2 Stunden im Saal, die hervorragend laufen und mir sehr, sehr viel Spaß machen. Hier schöpfe ich die Kraft, für den alltäglichen Wahnsinn zu Hause und dem täglichen Therapiemathon. Natürlich haben wir uns nicht damit abgefunden, dass

unser Kind maximal seine Temperatur halten können wird, das lässt schon meine sportliche Einstellung und Disziplin nicht zu. Und der Erfolg gibt uns recht! Wir machen von Anfang an mit Louis Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Frühförderung, Sehförderung, Hippotherapie (therapeutisches reiten). Früher alles in den Praxen, heute zum Teil in der Schule. Zusätzlich zu den von den Krankenkassen gezahlten Therapien machen wir regelmäßig in den Ferien die Petötherapie und waren jetzt im Herbst zum zweiten Mal zur Delfintherapie mit unserem Sohn.



Louis bei der Delphintherapie

Bericht über Louis Delfintherapie in Marmaris vom 2.- 18.10.2010 Mit einem behinderten Kind schlägt es einen ja an die abenteuerlichsten Orte dieser Welt. Man lernt Dinge, Orte und Menschen kennen, denen man in einem 'normalen' Leben niemals begegnet wäre. So hat es uns nach langem Planen und Sparen in den letzten Herbstferien in die Türkei nach Marmaris zur Delfintherapie verschlagen. Es gibt verschiedene Orte auf der ganzen Welt, wo mittlerweile für schwer kranke oder behinderte Kinder die Delfintherapie angeboten wird. Wir haben uns bewusst für Marmaris entschieden, da der Flug nicht ganz so lang ist, die Kosten für die Therapie einigermaßen überschaubar sind und in erster Linie die Delfine artgerecht im Meer in sehr großen Delfinarien leben.

Durch einen technischen Defekt am Flieger wurde unsere Anreise dann doch leider etwas sehr viel länger als erhofft, doch als ehemalige Stewardess kann mich so etwas natürlich nicht erschüttern und auch der Rest der Familie war zum Glück sehr geduldsam. Kurz nach Mitternacht bezogen wir endlich unser Hotel, welches sehr behindertenfreundlich angelegt und eingerichtet war. Am nächsten Tag hatten wir um 14:00 Uhr unser Aufnahmegespräch mit 5 verschiedenen Therapeutinnen. Hier blieb wirklich keine Frage offen und wir fühlten uns sofort in guten Händen. Louis sollte täglich 45 Minuten Delfintherapie und am Nachmittag noch alternative Therapien, wie Physio, Cranio- oder Hippotherapie im Wechsel erhalten. Wir und auch unsere große, gesunde Tochter Aliena durften überall selbstverständlich direkt dabei sein. Aliena bekam eigene Aufgaben um bei den Therapien zu unterstützen und nicht immer nur das zweite Kind am Rand zu bleiben.

Dies hat uns ganz besonders gefreut, denn auch wenn man sich noch so sehr bemüht und anstrengt, man hat immer ein schlechtes Gewissen seinem gesunden Kind gegenüber. Hier konnten wir also auch diesmal für einige Augenblicke vergessen und gleich zwei glückliche Kinder beieinander beobachten.

# Spenden Sie für Louis

Die Therapiestunde lief im Grunde jeden Tag identisch ab. Die ersten 10-15 Minuten saß Louis mit seiner Therapeutin Fleur auf der Plattform und wurde von Daisy (seinem Therapedelfin) feucht fröhlich mit einem Flossenklatschen begrüßt. Louis bekam die Aufgaben Daisy zu streicheln, das Delfinmaul festzuhalten, mit dem Fuß gegen das Maul zu drücken, einen Ball oder einen Ring für Daisy ins Wasser zu werfen und anschließend wieder anzunehmen. Auf Daisys Schwanzflosse wurde geklatscht und Aramsam gesungen. Dies hat Louis von den Plattformaufgaben am meisten geliebt und jedes Mal lauthals 'mitgesungen', denn Aah sagen kann er bereits wunderbar! Da Louis weder wasserscheu noch ängstlich ist, ging es für ihn immer schnell ins Wasser, wo er mit Daisy tanzte, sich mit den Beinen über ihren Rücken legte, sie am Bauch kitzelte und sich zum Abschluß immer mit Fleur zusammen wie von einem Taxi durchs Wasser ziehen oder schieben ließ. Louis schien schnell zu begreifen, was für eine Aufgabe kommt, denn bei seinen Lieblingsaufgaben, dem Kitzeln und dem Taxifahren hat er schon vorher besonders doll gelacht und gestrahlt, wenn es nur angekündigt wurde. Alles in allem war unser Aufenthalt bei der Delfintherapie in Marmaris ein voller Erfolg. Louis war bei allen Therapieeinheiten extrem wach und aufmerksam. Er hat nicht nur 'mit sich machen lassen', sondern deutlich versucht nach bestem Können selbst mitzumachen. Bei den alternativen Therapien hat besonders die Craniosacrale Therapie dazu beigetragen, das Louis extrem weich und entspannt in sei-

nen Gelenken wurde. Zum ersten Mal hat er nachts vermehrt mit den Armen locker über dem Kopf geschlafen. Da wir ja selber ständig direkt mit unserem Sohn zusammen sind, ist es natürlich schwer zu beurteilen, was sich evtl. wie verändert hat. Um so gespannter waren wir natürlich bei unserer Rückkehr auf die Reaktionen aus unserem Umfeld, Familie, Freunde, Klassenteam, Therapeuten, etc.

Natürlich ist Louis nicht von heute auf morgen ein neues und komplett anderes Kind, das wäre ja auch furchtbar, aber die Resonanz ist durchaus erfreulich. Louis scheint nach wie vor merklich weicher von seinem stark spastischem Gesamttonus zu sein. Seine Arme gehen in Rückenlage häufiger über den Kopf, besonders wenn er etwas sieht, das ihn interessiert. Er ist merklich wacher, aufmerksamer und verfolgt auch schon mal bewegliche Dinge mit den Augen, die nicht in direkter Nähe zu ihm sind. Er ist auffallend leichter ansprechbar und scheint sprachlich grundlegende Dinge vereinzelt zu erkennen.

Dies sind für uns sehr schöne Perspektiven und wir hoffen, dass wir weiterhin daran anknüpfen können.

**Spendenkonto: Leben mit Behinderung**  
**Bank für Sozialwirtschaft BLZ 251 205 10 Konto 74 64 300**  
**Verwendungszweck: Louis Kuhn**

**Mit uns treffsicher ins Ziel!**

Zeitschriften / Magazine  
 Drucksachen aller Art  
 Layout / Satzarbeiten  
 Werbemittel  
 Homepagegestaltung  
 Beschilderung  
 Fahnen & Banner

**NordMEDIA**  
 Agentur für Medien & Druck

NordMEDIA GbR  
 Bei der Neuen Münze 6  
 22145 Hamburg

Email: [info@nordmedia24.de](mailto:info@nordmedia24.de)  
 Internet: [www.nordmedia24.de](http://www.nordmedia24.de)

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



**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**

## 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: 31.01.2011)

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. Ballsportoffensive, Inline, Stickwalk.) (0023) Badminton (0001), Leichtathletik (0006), Iaido (0048)	€ 2,00	€ 1,00
Handball (0003)	€ 5,00	€ 3,50

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).

Monatliche Spartenbeiträge	Erwachs.	Kinder und Jug. bis einschl. 17J.
Gymnastik (0013), Judo (0004), Tischtennis (0011) Schwimmen (0008), (inkl. Aquajogging u. Triathlon), Turnen (0012)	€ 3,00	€ 1,50
Ju Jutsu (0031)	€ 0,00	€ 3,50
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
<b>Rehasportangebote</b>	<b>mit ärztl. Verordnung</b>	<b>AMTV Mitglied</b>
Ambulanter Herzsport (0027)	nach	€ 29,30
Kniestabilisation (0024) Osteoporosesport (0025) Wirbelsäulen-Reha-Sport (0028)	Rücksprache Anmeldung	€ 27,30
Krebsnachsorge (0020) Asthmasport (0026)	erforderlich	€ 25,30



**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**

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



## 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 • Ballett • Handball • Fußball • Basketball • Ski

## 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.



# Schumacher

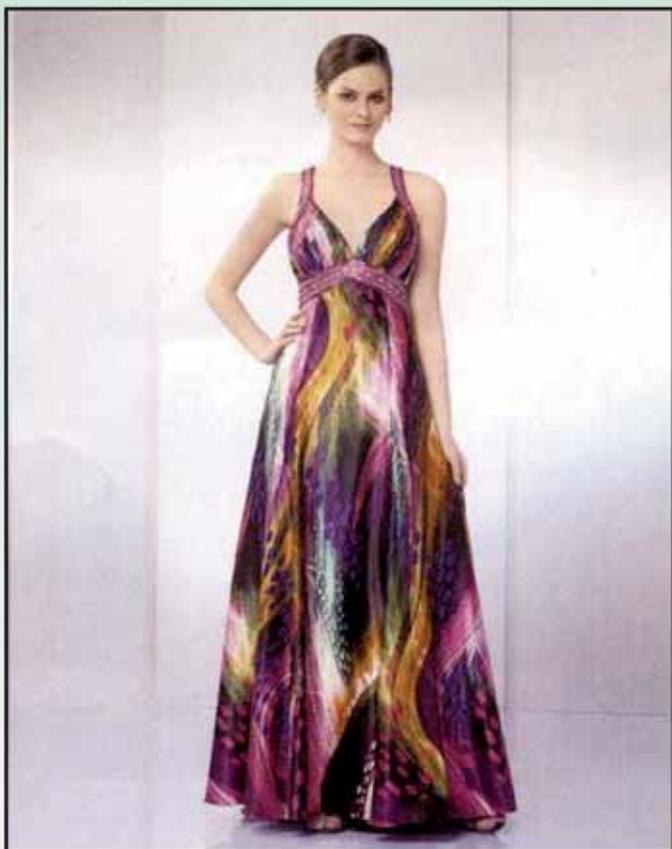
## Modehaus in Linau

Damenkleidung von Gr. 36-58  
Herrenkleidung über 90 Größen  
Braut- und Abendmode Gr. 34-56

**Das Haus mit den guten Markenwaren und niedrigen Dorfpreisen!**



Festliches für  
jeden Anlass

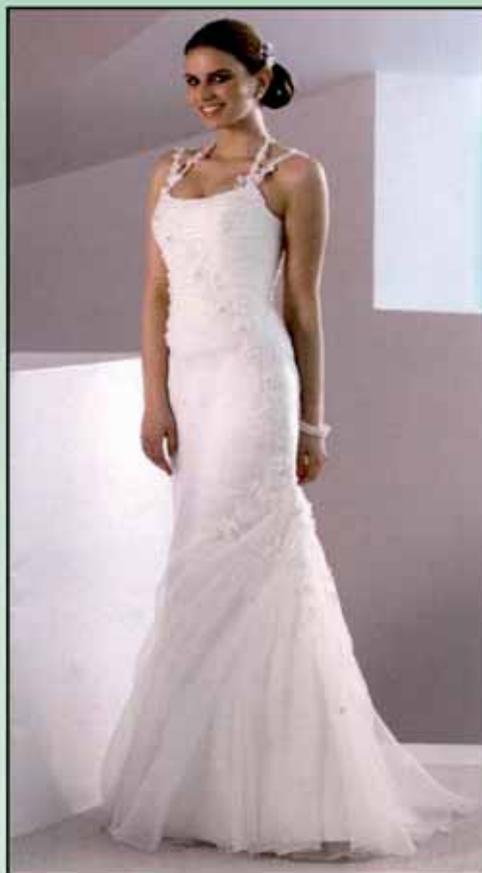


Bei Kauf eines Brautkleides gewähren wir dem Bräutigam 50,- € Preisnachlass auf den Hochzeitsanzug.

# Ankes

## Trachtengalerie

Landhaus- und Trachtenmode 36-56  
Jagdkleidung-Barbour



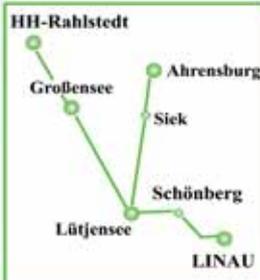
Am Samstag, 19. März 2011

**"Züricher Geschnetzelttes"**

und am Samstag, 23. April 2011,  
das traditionelle

**"Osterfrühstück"**

bis 16:00 Uhr



22959 Linau bei Trittau  
Hauptstraße 22  
Tel. 0 41 54 / 5255  
Geöffnet: Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr,  
Sa. 9 - 16 Uhr  
[www.ankes-trachtengalerie.de](http://www.ankes-trachtengalerie.de)



Auto zeigt Sonderausstattungen

## Der neue Opel Corsa Satellite: Lenas Nr. 1



Wir leben Autos.



Die PKW Anschlussgarantie für Ersthalter nach den Bedingungen der CG Car-Garantie Versicherungs-AG bis max. 160.000 km. Der Garantiespruch ist auf den Zeitwert des Fahrzeuges zum Eintritt des Garantiefalles begrenzt. Bei allen teilnehmenden Opel Partnern. Mehr Informationen auf [www.opel-garantie.de](http://www.opel-garantie.de)

**Was für ein Auftritt!** Der neue Opel Corsa Satellite, das persönlich von Lena zusammengestellte Sondermodell mit extraschicken Designmerkmalen und umfangreicher Komfortausstattung:

- Sonderfarbe Guacamole
- 15<sup>n</sup>-Leichtmetallräder
- Infotainment-System mit MP3-Funktion
- Lederlenkrad mit Fernbedienung

**! Preisvorteil  
bis zu  
2.320,- €<sup>1</sup>**

**Sie sparen bis zu 2.320,- €<sup>1</sup> gegenüber einem gleichwertig ausgestatteten Serienmodell.**

Auf Wunsch können Sie Ihren Auftritt noch exklusiver gestalten: mit dem Navigationssystem TOUCH & CONNECT mit USB-Schnittstelle, Aux-In-Anschluss, Bluetooth™-Schnittstelle und Lenkradsteuerung sowie Lenas Top-3-Innovationen FlexFix®-Fahrradträgersystem, Halogen Kurven- und Abbiegelicht AFL und Lenkradheizung.

Vereinbaren Sie eine der ersten Probefahrten und lassen Sie sich auch von dem frischen Design und dem Plus an Dynamik des neuen Opel Corsa begeistern.

**Wir freuen uns auf Sie!**

### Unser Barpreis

für den Opel Corsa Satellite, 3-Türer mit  
1.2 ecoFLEX, 51 kW

**schon ab 13.990,- €**

Kraftstoffverbrauch in l/100 km Opel Corsa Satellite, 3-Türer 1.2 ecoFLEX, 51 kW, innerorts: 6,9, außerorts: 4,4, kombiniert: 5,3; CO<sub>2</sub>-Emissionen, kombiniert: 124 g/km (gemäß 1999/100/EG).

<sup>1</sup> Das Sondermodell Satellite des neuen Opel Corsa enthält einen Preisvorteil von bis zu 2.320,- € gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Adam Opel AG für ein entsprechend ausgestattetes Basismodell. Stand 01.01.2011. Weitere Informationen bei Ihrem teilnehmenden Opel Partner.

Ihr Opel Partner

Wir bewegen was

# Laube.

Rahlstedter Straße 34

☎ 040 / 673 70 70

Schiffbeker Weg 307

☎ 040 / 654 96 50

[www.lausse.de](http://www.lausse.de) - [info@lausse.de](mailto:info@lausse.de)