



Feinkost Hinrichs











Wir lieben Lebensmittel!

In unserem großzügig angelegten Markt macht Einkaufen Spaß

Unsere Öffnungszeiten für Sie: Montag bis Freitag:

7:30 Uhr - 18:00 Uhr Samstag:

7:30 Uhr - 13:00 Uhr







EDEKA Feinkost Hinrichs · Brockdorffstr. 94-96 · 22149 HH Telefon: 040 / 673 91 353 · Fax: 040 / 673 91 354

Mail: hinrichs.nord@edeka.de

+++ Hinrichs hat was +++ Hinrichs hat was



Hinrichs hat was +++ Hinrichs hat was +++



RISTORANTE - PIZZERIA ITALIENISCHE - SIZILIANISCHE SPEZIALITÄTEN





Liebe Gäste! Ab sofort ist unsere Außengastronomie geöffnet!

Bitte nutzen Sie auch weiterhin unseren Abholservice:

> - Sie rufen an - Wir bereiten vor - Sie holen ab

GASTSTÄTTE BEI DINO • Rahistedter Straße 159 • 22143 Hamburg

Telefon: 040/24439963 • Mail: bei-dino@gmx.de

Öffnungszeiten: Mo. ab 17Uhr, Di.-Ruhetag, Mi.-Sa. ab 17. Uhr/ So & Feiertags ab 12 Uhr

Besuchen Sie unsere neue Homepage www.bei-dino.de

03

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS

	INTIALIOVEINZEIGIINIO	
	Vorwort	04
	Handball: Turniere sind geplant	05
	Fit & Gesund: Fitness Studio wieder geöffnet	06
	Endlich wieder Rehasport	08
	Faustball: Fridays for Faustball	11
H	Einladung Mitgliederversammlung + Satzung	12+13
	Schwimmen: Berichte aus der Abteilung	14+18
	Draussen sicher trainieren	20
#	Tennis für Alle	21
H	Geburtstage	22
	Qigong: Gunda liebt und lebt Qigong	24
H	Mitgliedsbeiträge	27
H	Pilates: Abschiedsworte von Romy	30



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 / Geschäftsstelle: Redaktionsbeirat: Jonah Born

AMTV Zentrum

Rahlstedter Straße 159

Tel.: 675 95 06

Pax: 675 95 080

Tel.: 675 95 080

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

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

Tel.: 675 95 080

Bankkonten: Commerzbank Rahlstedt: DE33200400000471111500

Hamburger Sparkasse: DE84200505501295125254

Spendenkonto

Fitness Studio: Tel.: 675 95 070 **Hamburger Sparkasse:** DE31200505501295194011

Bei Dino: Tel.: 244 399 63 Vereinsfarben: Weinrot/Weiß

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe ist am 20.08.2021

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





Ausführung zu aktuellen Themen

AMTV – viel mehr als Sport

Liebe Leser*Innen

Nachdem die vergangenen Monate von uns allen sehr viel abverlangt haben und wir zu einer "Fastenzeit" in den verschiedensten Lebensbereichen gezwungen waren, scheint es nun wieder aufwärts zu gehen. Sport in Gruppen, Außen und Innen wird wieder möglich und das Leben normalisiert sich hoffentlich bald wieder. Ich denke aber, dass uns die mittlerweile, zum Sprachgebrauch zählenden, AHA Regel und die GGG (geimpft, genesen, getestet) noch eine längere Zeit begleiten werden.

Noch ist die Pandemie zwar nicht vorbei, aber Sport im Verein wird immer mehr möglich sein und ich bin zuversichtlich, dass bald wieder alle Sportangebote im normalen Rahmen stattfinden können.

Das ist der Moment, allen unseren Mitgliedern, die dem Verein die Treue gehalten haben, ohne ihren Sport ausüben zu können, zu danken. Ohne ihre Unterstützung wäre der Verein und die damit verbundenen Arbeitsplätze in eine sehr bedrohliche Lage gekommen. Auch wenn wir durch den Hamburger Sportbund und die Behörden unterstützt wurden, hätten wir die Situation ohne unsere Mitglieder wohl nicht so überstehen können. Ich kann natürlich jeden verstehen, der in dieser Zeit seine Mitgliedschaft gekündigt hat und damit seine finanzielle Belastung reduzieren konnte, aber ganz ohne Mitglieder kann ein Verein nicht existieren.

Leider bleibt uns dafür nur der ganz herzliche Dank an die Mitglieder, dass sie den Vereinsgedanken auch in der schwierigen

Zeit weitergelebt haben und uns durch ihre Beiträge über die Krise geholfen haben.

Die Geschäftsstelle und der Vorstand haben alles dafür getan, dass über die gesamt Zeit Alternativen zur Verfügung stehen. Onlinesport, Trainingspläne über Padlet und soziale Medien wurden zum Vereinssportersatz.

Auf die ersten Öffnungsschritte haben wir mit Sport im Freien für alle Abteilungen reagiert und dafür überdachte Freiplätze auf der Tennisanlage geschaffen.

Trotz schwieriger Trainings- und Wettkampfbedingungen gibt es auch sehr Positives zu berichten.

Unsere Schwimmerin Hannah Küchler wurde für die olympischen Spiele nominiert und erreichte bei den Deutschen Meisterschaften in der offenen Klasse zwei Vizemeistertitel.

Der Schwimmer Björn Kammann wurde Deutscher Meister in der offenen Klasse über 50 Schmetterling und Vizemeister über 100 Schmetterling und nahm an den Europameisterschaften Budapest teil.

Es lohnt sich im AMTV zu sein!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Sport im Verein und vor allem Gesundheit.

Michael Schumann 2. Vorsitzender

Abteilungsbeitrag Studio

Der Vorstand hat gemeinsam mit dem Vereinsrat beschlossen, den Abteilungsbeitrag des Studios ab dem 01.07.2021 auf monatlich 19 Euro zu senken.

Für Vereinsmitglieder, die bereits eine kostenpflichtige Abteilung beim AMTV nutzen, wird der Abteilungsbeitrag des Studios sogar auf 15 Euro reduziert. Für Mitglieder der Studioabteilung Happy Hour wird der Beitrag entsprechend gesenkt.

Dies ist gerade für unsere bestehenden AMTV Mitglieder sehr interessant, da sie für einen geringen Aufpreis das Studio neben ihrem bereits bestehenden Sportangebot nutzen können. Mit der Senkung erhoffen wir uns eine Belebung des Studios und einige zusätzliche Eintritte.

Mit freundlichem Gruß aus dem schönen Rahlstedt Marcus Egin



Turniere sind geplant

Der AMTV ist seit vielen Jahren einer der erfolgreichsten Vereine im Hamburger Handball

Schon seit Jahrzehnten leistet der AMTV vor allem hervorragende Jugendarbeit: Eine Vielzahl von Hamburger-, Norddeutschen- und Deutschen Meistertiteln bestätigen dies. Höhepunkt war sicherlich der Förderpreis des Deutschen Sportbundes und "Das grüne Band für vorbildliche Talentförderung" der Dresdner Bank im Jahre 1994, nachdem unsere Schülermannschaft 1993 Deutscher Meister wurde. Aus dieser und anderen Jugendmannschaften machten viele Jugendliche ihren sportlichen Weg in die Bundesliga und auch in die Nationalmannschaft.

Diese Erfolge sind Ergebnis konsequenter, engagierter Jugendausbildung. Seit langem praktizieren wir neben externer Trainerausbildung eine interne Schulung - vor allem für jüngere Trainer - das bundesweit anerkannte AMTV Modell. Wichtig ist für uns vor allem die Ausbildung bei den Kleinsten, den Minis. Wir arbeiten seit längerem mit den umliegenden Schulen eng zusammen, die Kooperation Schule/Verein ist sehr erfolgreich.

Bei uns ist Breiten- und Leistungssport gleichermaßen wichtig. Alle 1. Mannschaften im Jugendbereich spielen in den höchsten Spielklassen. Daneben bieten wir aber auch in vielen Altersklassen und bei den Erwachsenen Handball für Jedermann an

In Kürze wird wieder das beliebte Leistungsturnier "AMTV Cup" und der "Piccolini Cup" stattfinden:

Liebe Handballfreunde, trotz der schwierigen Situation wollen wir unser Jugendhandballturnier für leistungsstarke Mannschaften in den Altersklassen D- bis A-Jugend sowie ein Turnier für E-Jugendteams veranstalten. Hierzu laden wir euch herzlich ein! Das Turnier findet am 28.08. und 29.08.2021 in verschiedenen Hallen in und um Hamburg-Rahlstedt herum statt.

Sa., 28.08.21 weibliche E/C-Jugend, männliche A/B/D-Jgd So., 29.08.21männliche E/C-Jugend, weibliche A/B/D-Jugend

Über den Turniermodus und Zuschauer/innen werden wir im August, angepasst an die dann geltenden Bestimmungen entscheiden. Das Ziel wird wieder sein, viel Spielzeit auf hohem Niveau zu bieten und dieses mit einem minimalen Gesundheitsrisiko. Dem entsprechend werden wir zunächst mit einem kleineren Teilnehmerfeld planen und dieses nach Machbarkeit erweitern.



Fit & Gesund

AMTV Fitness Studio wieder geöffnet



Seit kurzem hat das AMTV Fitness Studio wieder geöffnet. Unter gewissen Voraussetzungen kann nun wieder das Eisen gestemmt werden. Sobald nach dem 10.06.2021 keine neuen Lockerungen/Verschärfungen in Kraft getreten sind, gilt folgendes Anmeldeprozedere:

1. Trainingszeit Online buchen

Suche dir eine freie Trainingszeit im AMTV Buchungssystem auf der AMTV Website (www.amtv.de) aus und trage dich ein. Wenn du eine Bestätigungs-Mail erhältst, war deine Buchung erfolgreich. Trainingszeiten können nur 7 Tage im Voraus gebucht werden. Eine kleine Einleitung zum Login wird dir auf der Seite angezeigt. Sollte etwas nicht so klappen, wie du es möchtest, meld dich einfach unter login@amtv.de bei einem Mitarbeiter der Geschäftsstelle oder rufe zu den telefonischen Sprechzeiten bei uns an.

2. Coronatest durchführen

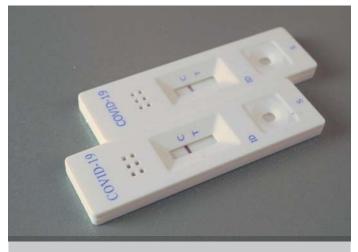
Solange von dem Bezirksamt noch nichts anderes veröffentlicht wurde, ist ein offizieller, tagesaktueller und negativer Coronatest zum AMTV-Zentrum mitzunehmen. AMTV Mitglieder informieren sich bitte auf der AMTV Website über das Testangebot auf der vereinseigenen Tennisanlage. Die Studiotrainer/innen überprüfen die Testergebnisse vor dem Einlass ins AMTV Studio.

Ohne offiziellen, tagesaktuellen und negativen Coronatest ist der Zutritt im AMTV-Zentrum nicht gestattet!

3. Trainingseinheit im AMTV Zentrum

Der/Die Übungsleiter/in holt die Trainingsgruppe vor dem AMTV Zentrum ab und überprüft die Coronatests.

Nach 1,5 Stunden Trainingszeit werden die Teilnehmer/innen wieder aus dem Gebäude begleitet. Nach einer halben Stunde zum Lüften und Desinfizieren wird dann die nächste Trainingsgruppe abgeholt.



Ein tagesaktueller negativer Coronatest ist zwingend erforderlich!

Machen Sie mit: soziale Projekte in Ihrer Region fördern, dabei sparen und gewinnen.

Das Haspa LotterieSparen.

Rahlstedter Bahnhofstr. 31 in Hamburg-Rahlstedt











AMTV

Rehasport beim AMTV Hamburg

Endlich wieder Rehasport

Hier müsst ihr euch bitte unter 040/67595084 zu folgenden Zeiten informieren bzw. anmelden oder eine Mail an reha@amtv.de schicken.

Sprechzeiten:

Mi 09:00 - 11:00 Uhr und Do 15:00 - 17:00 Uhr

Die Kurse finden wie folgt statt: Di 16:00 – 16:45 Uhr Reha Rücken Di 17:00 – 17:45 Uhr Reha untere Extremitäten

Mi 14:30 - 15:15 Uhr Reha Lunge

Mi 15:30 - 16:15 Uhr Reha Lunge

Mi 16:00 - 16:55 Uhr Herzsport

Mi 16:45 - 17:30 Uhr Reha Osteoporose

Mi 17:00 - 17:55 Uhr Herzsport

Mi 18:00 - 18:55 Uhr Herzsport

Do 9:00 – 9:45 Uhr Reha Rücken

Do 10:00 - 10:45 Uhr Reha Rücken

Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich.



REHASPORT ES GEHT WIEDER LOS - JETZT ANMELDEN!





Ambulanter Pflegedienst

Dacis Mobile Hilfe

GmbH & Co. KG



Ihr Spezialist für ambulante Pflege

Telefon: 040 843 099 90 Mobil: 0176 820 225 50

Email: info@dacis-mobile-hilfe.de

Pfefferstrasse 29 • 22143 Hamburg

www.dacis-mobile-hilfe.de

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort Pflegekräfte oder GPA Arzthelferinnen in Voll- oder Teilzeit. Sie sollten auch einen Führerschein der Klasse B besitzen. Lernen Sie uns kennen, es lohnt sich. Ihr Dacis Team

AMTV

Outdoor Trainingsflächen

Outdoor Trainingsflächen auf AMTV Tennisgelände

Liebe Mitglieder,

die Corona Pandemie hat uns weiterhin im Griff und der Hamburger Senat konnte sich bisher erst zu wenigen kleinen Öffnungsschritten entschließen.

Wir hatten uns schon zum Ende des letzten Jahres Gedanken gemacht, wie Sport in Hamburg in Zukunft aussehen könnte. Neben den bisher bekannten Sportarten und Sportstätten gingen wir schon damals davon aus, dass sich viele Sportarten nach "Draußen" verlagern werden. Angespornt durch die Erfahrungen im Sommer 2020 haben wir jetzt mit Unterstützung durch den Hamburger Sportbund den Platz 5 auf der Tennisanlage saniert und mit einem Mehrzweckboden ausgelegt, um die verschiedensten

Sportarten dort durchführen zu können. Damit bei einem eventuellen Hamburger Schietwetter keiner nass wird, stehen auf dem 640m² großen Platz noch 2 Zelte mit jeweils 80m² überdachter Fläche.

Zurzeit finden dort bereits einige Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene statt. Eine zweite Trainingsfläche neben der Tennishalle ist nun auch komplett fertig gestellt. Auf über 80m² überdachter Trainingsfläche kann nun barrierefrei und wettergeschützt Sport getrieben werden

Wir sind für den Restart gerüstet und freuen uns auf einen sportlichen Sommer mit Euch.

Euer AMTV Team





Um aktuellere Informationen zu erhalten besucht ihr bitte unsere Website:

www.amtv.de.

11

Fridays for Faustball

Endlich ist wieder Freitag

Und wieder einmal stellt sich unweigerlich die Frage: Wie soll der Start ins Wochenende erfolgen? Was liegt an? Sind Karten für einen Theater- oder Kinobesuch reserviert? Ist ein lukullisches Mahl beim Lieblingsgriechen geplant? Kommt die Familie auf einen Besuch vorbei? Sind die Nachbarn eventuell zum Kekse backen eingeladen? Oder ist wieder einfach nur relaxen vor dem Fernseher mit Chips und Erdnüssen angesagt?

Da haben wir für freitags eine weitaus bessere Idee, eventuell sogar einen neuen Fixtermin für euch, nämlich Faustball im AMTV. Immer nur freitags, immer ab 20:30 Uhr, immer in der Sporthalle Rahlstedter Höhe und immer nur zum Spaß. Sport ist ein breites Feld und es lohnt sich, hier auf Entdeckungsreise zu gehen. Viele gute Neujahrsvorsätze stehen ja wegen der Pandemie ohnehin noch immer auf der Warteliste. Klar, der eigene Schatten muss übersprungen und der innere Schweinehund besiegt werden. Wer dann aber noch hallentaugliche Sportschuhe sein Eigen nennt, kann bedenkenlos die Probe aufs Exempel machen, Versuch macht klug, allerdings, wie gesagt, immer nur freitags. Der Einstieg ist unvorstellbar einfach, Vorkenntnisse nicht erforderlich. Es erwartet euch eine Sparte. die nunmehr seit 45 Jahren existiert. Fast alle Aktiven gehören der Kategorie "WÜF" = Weit Über Fünfzig an! Wir sind sozusagen eine Art Spezial-Einheit. Der Faustballsport gilt als der "Urgroßvater" des Volleyballs. Eine Spielhälfte in der Halle ist 20m x 20m groß. 5 Spieler bilden ein Team und formieren sich wie die Fünf auf einem Würfel. Jeder hat standardmäßig eine feste Position, bei uns rotiert höchstens mal der Coach. Ganz vorn die Offensivkräfte, der Bereich Attacke. Sie sollen in der gegnerischen Hälfte so richtig Alarm machen und es heftig krachen lassen. Der Mittelmann ist der Spielgestalter, Regisseur, als Allrounder das Bindeglied zwischen Defensive und Offensive. Last but not least die beiden Hintermänner, das Abwehrbollwerk, sicher wie Fort Knox, das die Gegner zur Verzweiflung brin-



Die Faustball-Traveller beim Countdown zur Jahrestour

gen soll. Feinheiten und Raffinessen vermitteln wir praxisnah nach dem Motto: "Learning by doing!" "Lebt denn der alte Holzmichl noch?" Wir wissen es nicht so genau. Für Faustballer allerdings gibt es kein Verfallsdatum. Trotzdem gelten wir seit einiger Zeit als der "Rahlstedter Patient". Diagnose: Mangelerscheinung, fehlende Akteure. Per Rezept ist schnellstmöglich Personalzuwachs verordnet. Im Moment kann uns selbst ratiopharm nicht weiter helfen. Aus langjähriger Erfahrung wissen wir: zu Fünft im Team macht es einfach mehr Spaß. Alter ist eine Sache des Kopfes, man ist nur so alt, wie man sich fühlt. Und so hoffen wir, dass der Eine oder Andere aus dem 3. Lebensabschnitt, Spätzünder oder Seiteneinsteiger, den Mut findet, bei uns mitzumachen. Dafür ist es nie zu spät, Aufschieberitis, die Volkskrankheit Nr.1, ist heilbar.

Wir freuen uns schon auf die ersten Ballwechsel mit euch. Vertrauen wir doch der Lebensregel: "Und wenn Du denkst, es geht nicht mehr, kommt irgendwo ein neuer Mitstreiter her!"

G. Schmidt



Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung des AMTV am 19. August 2021, 19:00 Uhr, AMTV- Tennishalle, Stapelfelder Straße 145, 22143 Hamburg (Einlass ab 18:30 Uhr)

Tagesordnung

- 1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden
- 2. Gedenken der Verstorbenen
- 3. Ehrungen
- 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 letzten ordentlichen Mitgliederversammlung vom 22. Oktober 2020 (wurde im AMTV Magazin 4/2020 veröffentlicht)
- 5. Bericht des 1. Vorsitzenden (mit Aussprache)
- 6. Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2020 (mit Aussprache)
- 7. Bericht der Kassenprüfer für das Jahr 2020 (mit Aussprache)
- 8. Entlastungen
- 9. Wahlen
 - a) 2. Vorsitzender
 - b) 1. Schatzmeister
 - c) 2. Kassenprüfer
- 10. Haushaltsplanung 2021 (mit Aussprache)
- 11. Anträge
- 12. Verschiedenes

Hinweis: Bitte bringen Sie Ihren Mitgliedsausweis mit!

Fördermitglieder sind nicht stimmberechtigt.

Wir gehen davon aus, dass zum o.g. Zeitpunkt eine Präsenzveranstaltung wieder möglich ist. Eventuell muss zum Betreten der Tennishalle und für die Dauer der Sitzung das dann geltende Hygienekonzept für diesen Veranstaltungsort eingehalten werden! Änderungen hierzu werden zeitnah auf der AMTV Homepage unter www.amtv.de veröffentlicht.

Die Finanzunterlagen für die Hauptversammlung können, soweit es die Corona Verordnung zulässt, bei Interesse vorab ab dem 26. Juli 2021 in der Geschäftsstelle zu den dann geltenden Öffnungszeiten eingesehen werden. Auf der Mitgliederversammlung wird eine Kurzfassung der Bilanz sowie der Gewinn- und Verlustrechnung und der Darlehensstände ausgehändigt.

Der Vorstand

Anlage Anträge zur Mitgliederversammlung

Anträge des AMTV Vorstands vom 10.02.2021 zur Mitgliederversammlung am 19. August 2021 zu Punkt 11:

Antrag 1: Der Vorstand beantragt die AMTV Satzung gemäß Vorlage zu ändern. Dies ist aufgrund von rechtlichen Auflagen notwendig. Weiterhin soll die Satzung der Vereinspraxis angepasst werden. Die ausführliche Begründung wird mündlich auf der MV vorgetragen.

Antrag 2: Der Vorstand schlägt folgende Besetzungen für die zur Wahl stehenden Positionen des AMTV Vorstands vor:

Vorsitzender: Michael Schumann
 Schatzmeister: Hendrik Wehlte



Antrag 1: Satzungsänderung

§ 2

Zweck und Ziel

- Zweck des Vereins ist die F\u00f6rderung des Sports.
- 2. Dieser Zweck wird verwirklicht insbesondere durch die Förderung
- a. von Breiten-, Leistungs-, Präventions- und Rehabilitationssport, die sportliche Freizeitgestaltung und die sportliche Bewegungserziehung von Kindern und Jugendlichen. Die Förderung dieser Bereiche erfolgt durch einen regelmäßigen Trainingsbetrieb, die Teilnahme an sportlichen Wettkämpfen und anderen Sportveranstaltungen wie Turnieren und Camps.

6. Vereinsämter werden grundsätzlich ehren-

§14 Ziff. 2 bleibt unberührt. Auf Beschluss des Vorstandes können Aufwandsentschädigungen in den Grenzen des § 3 Nr.26 a) des Einkommensteuergesetzes gezahlt werden.

amtlich ausgeübt.

§ 2

Zweck und Ziel

- Zweck des Vereins ist die F\u00f6rderung des Sports, der Jugendhilfe, sowie die F\u00f6rderung der \u00f6ffentlichen Gesundheitspflege.
- 2. Dieser Zweck wird verwirklicht insbesondere durch die Förderung
- a. von Breiten-, Leistungs-, Präventions- und Rehabilitationssport, die sportliche Freizeitgestaltung und die sportliche Bewegungserziehung von Kindern und Jugendlichen. Die Förderung dieser Bereiche erfolgt durch einen regelmäßigen Trainingsbetrieb, die Teilnahme an sportlichen Wettkämpfen und anderen Sportveranstaltungen wie Turnieren und Camps.
- b. und das Betreiben von Bewegungskindergärten.
- c. und das Betreiben von Einrichtungen und Veranstaltungen der Jugendpflege.
- d. durch die Übernahme von Trägerschaften im Ganztagsschulbereich.
- e. von Maßnahmen zur Prävention von sexualisierter Gewalt.
- f. von Menschen mit Behinderung und besonderen sozialen Schwierigkeiten, sowie deren Unterstützung um Nachteile bei der Freizeitgestaltung und des Sports entgegenzuwirken.
- Vereinsämter werden grundsätzlich ehrenamtlich ausgeübt.
- a. §15 Ziff. 2 bleibt unberührt.
- b. Bei Bedarf können Vereinsämter im Rahmen der haushaltsrechtlichen Möglichkeiten entgeltlich auf der Grundlage eines Dienstvertrages oder gegen Zahlung einer Aufwandsentschädigung nach §3 Nr.26a EStG ausgeübt werden.
- c. Die Entscheidung über eine entgeltliche Vereinstätigkeit trifft der Vorstand. Gleiches gilt für die Vertragsinhalte und die Vertragsbeendigung
- d. Im Übrigen haben die Mitglieder und Mitarbeiter des Vereins einen Aufwendungsersatzanspruch nach § 670 BGB für solche Aufwendungen, die ihnen durch die Tätigkeit für den Verein entstanden sind. Hierzu gehören insbesondere Fahrtkosten, Reisekosten, Porto, Telefon etc..

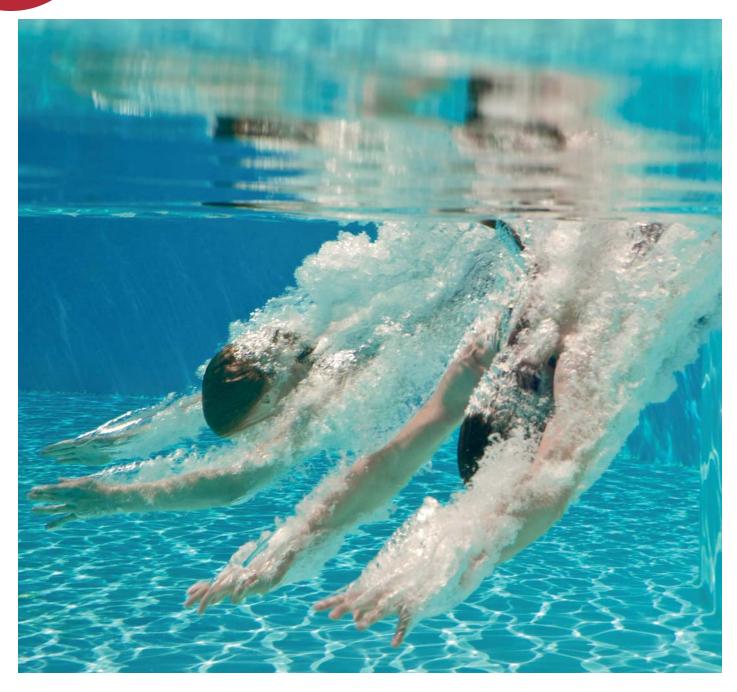
§ 13 NEU – alle folgenden § +1

- 1. Abweichend von § 32 Absatz 1 Satz 1 des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB) kann der Vorstand nach seinem Ermessen beschließen und in der Einladung mitteilen, dass die Mitglieder an der Mitgliederversammlung ohne Anwesenheit an einem Versammlungsort teilnehmen und ihre Mitgliederrechte im Wege der elektronischen Kommunikation ausüben können oder müssen (Online-Mitgliederversammlung).
- 2. Der Vorstand kann in einer "Geschäftsordnung für Online-Mitgliederversammlungen" geeignete technische und organisatorische Maßnahmen für die Durchführung einer solchen Mitgliederversammlung beschließen, die insbesondere sicherstellen sollen, dass nur Vereinsmitglieder an der Mitgliederversammlung teilnehmen und ihre Rechte wahrnehmen (z.B. mittels Zuteilung eines individuellen Logins) können.
- duellen Logins) können.
 3. Die "Geschäftsordnung für OnlineMitgliederversammlungen" ist nicht Bestandteil der Satzung. Für Erlass, Änderung und
 Aufhebung dieser Geschäftsordnung ist der
 Vorstand zuständig, der hierüber mit einfacher Mehrheit beschließt. Die jeweils aktuelle
 Fassung der Geschäftsordnung wird mit der
 Veröffentlichung auf der Homepage des Vereins für alle Mitglieder verbindlich.
- eins für alle Mitglieder verbindlich.

 4. Die Bestimmungen dieses Paragrafen gelten für Vorstandssitzungen und Vorstandsbeschlüsse, Vereinsrat und Abteilungsversammlungen entsprechend.

§§ 14 - 24

Schwimmen Das Landtraining



Sobald es wieder möglich war haben wir angefangen für die jüngeren Schwimmgruppen unseres Vereines ein Landtraining im Strandbad Farmsen zu planen

Uns allen tat es gut nach der langen Zeit des Lockdowns die ersten Lockerungen wieder zu genießen und uns wenigstens in kleinen Gruppen wieder sportlich zu betätigen. Durch kleine Spiele konnten wir langsam unsere Ausdauer ausbauen, aber auch unsere Kraftreserven füllen, damit wir wenn es soweit ist die Schwimmhallen erobern können. Außerdem konnten wir neue Einblicke in die Welt des Zumbas gewinnen, was viel Spaß gebracht hat.

Um einen sorgenfreien Sport ermöglichen zu können, wurden alle Trainer vor dem Training einmal getestet, und behielten auch während des Sportes ihre Masken auf. Zwischen den Kindern wurde sich stets um einen Abstand von 1,5 Metern bemüht.

Am letzten Tag des Landtrainings wurden die Schwimmer, die am häufigsten teilgenommen hatten, mit einer Trinkflasche geehrt.

Ab kommenden Dienstag können sich nun einige Gruppen wieder auf Training im Wasser freuen und damit einen ersten Schritt in eine hoffentlich Coronafreie Zukunft gehen.

15

Neue deutsche Rekordhalterin

Anna Elendt, neue deutsche Rekordhalterin über 100m Brust der Damen

Anna Elendt, inzwischen bei der SG Frankfurt, Urenkelin unseres ehemaligen Abteilungsleiters Walter Hesse und Enkelin aus der AMTV-Schwimmer-Ehe von Charles Elendt und Hannelore Hesse – wir berichteten in der Ausgabe 03/2019 davon – wurde am 04. Juni 2021 deutsche Meisterin über 100m Brust in 1:06,50!

Dabei verbesserte sie den 12 Jahre alten Rekord von Sarah Poewe, geschwommen bei der WM in Rom 2009, um 51/100 Sekunden.

Ihr Rennen war sogar jeweils der Sportauftakt in den beiden Hauptnachrichtensendungen an 06.06.2021 um 19 Uhr beim ZDF und um 20 Uhr bei der ARD, beide Male mit der Aufzeichnung des Zieleinlaufes.

Ende 2019 war sie schon für Tokio als Brustschwimmerin der deutschen 4 x 100m Lagenstaffel gesetzt.

Nun dürfte wohl auch eine Meldung für das Brust-Einzelrennen folgen...







Folgende Tätigkeitsfelder decken wir ab:

- Elektroinstallationen und Kundendienst
- Datennetze
- Video-Überwachungen
- Antennen- und Satellitenanlagen
- Signal / Schwestern-Rufanlagen
- Audio- und Video-Sprechanlagen

- KNX-Gebäudetechnik
- Alarmanlagen
- IP-Telefonie
- Brandmeldeanlagen
- PV-Anlagen

Unsere beste Werbung sind unsere Kunden, die sich auf konstante Qualität verlassen können. Nehmen Sie sich die Chance, uns zu fordern!

So erreichen Sie uns:

Schöning Elektro- und Kommunikationstechnik GmbH

Hamburger Straße 32 · 22941 Bargteheide

Telefon: +49 4102 821355 und +49 4532 9793960 Telefax: +49 4102 821354 und +49 4532 9793962

E-Mail: info(at)elektro-schoening.de

Schwimmen

Riesige Erfolge der Schwimmabteilung

Die Corona-Pandemie bestimmt weite Strecken des Sportjahres 2020 und 2021. Sportkurse fallen aus, Übungsleiter/innen leiten vor der Kamera ihre Sporteinheiten und Mitglieder/innen suchen sich Möglichkeite, um zu Hause ihre Gesundheit zu erhalten

Ganz andere Herausforderungen stellen sich den beiden Top-Talenten Hannah und Björn aus der Schwimmabteilung. Die Beiden wollen sich nicht nur fit halten, sondern ihre sportlichen Ziele erreichen.

Hannah Küchler ist 19 Jahre alt (Jahrgang 2002) und seit Anfang 2020 Mitglied im AMTV, bei den Deutschen Olympia-Ausscheidungen in Berlin am 18. April 2021 schwamm sie mit 54,88 Sek. im 100-Meter Freistilwettbewerb nicht nur einen neuen Altersklassenrekord, sondern qualifizierte sich mit der viertschnellsten Zeit außerdem für die Olympischen Spiele 2021 in Tokio. Die Spiele starten planmäßig am 23. Juli 2021.

Uns sagte Hannah folgendes über ihre Gefühlslage kurz nach der erfolgreichen Qualifikation: "Ich bin einfach überwältigt. Ich habe es im ersten Moment gar nicht glauben können. Jetzt bin ich überglücklich, dass mein Traum schon so früh wahr wird." Der Leistungsschwimmerin fielen die letzten Wochen und Monate jedoch nicht leicht. Nach ihrem Wechsel im Jahr 2017 von Potsdam nach Hamburg, weg von ihrer Familie, musste Hannah sich erstmal durch ein Leistungstief kämpfen. Ihre Schwimmgruppe und ihre Mentaltrainerin stärkten ihr folglich den Rücken und halfen ihr, sich optimal auf diese Qualifikation vorzubereiten und sie zu bestehen. Gerade die Wettkampfspause während des Corona-Lockdowns wurde dann noch einmal zu einer Nervenprobe. Ganze 15 Monate wurden keine Wettkämpfe geschwommen. Eine Situation, in der auch Schwimmtalent Björn Kammann an seine Grenzen stieß.

Björn Kammann ist bereits seit 2012 Mitglied im AMTV Hamburg e.V. und hat über die Jahre einige Erfolge feiern können. Er erreichte mehrfach den 1. Platz bei deutschlandweiten Jahrgangsmeisterschaften, schwamm bei Junior-Europameisterschaften und im Jahr 2017 sogar bei dem "European Youth Olympic Festival", den inoffiziellen Olympischen Spielen für Nachwuchs-Leistungssportler/innen.

In diesem Jahr qualifizierte er sich für die Europameisterschaft der Erwachsenen in Glasgow und erreichte mit seiner Freistilstaffel den 8. Platz. Beim Einzelwettkampf erreichte Björn eine neue persönliche Bestzeit im Rückenschwimmen. Das internationale Turnier soll ihm nun die nötige Wettkampfhärte und Erfahrung für die Qualifikation zu den Olympischen Spielen in Paris (2024) bringen, welche kurz vor den Spielen stattfindet.

Wir wünschen beiden Athleten viel Spaß und Erfolg bei den kommenden sportlichen Herausforderungen.



Ihr Laufschuhexperte in Rahlstedt Wir beraten Sie rund um das Thema Laufen



Ein Auszug unserer Leistungen im Sanitätshaus Drucklieb:

- Sensomotorische Einlagen
- Radsport Carbon Einlagen
- Orthopädische Maßeinla
- Fußdruckmessung
- Diabetische Maßeinlagen
 Sporteinlagen
- Lauf- und Walkingschuhe



Sanitätshaus Drucklieb GmbH & Co. KG → Schweriner Straße 13 → 22143 Hamburg-Rahlstedt Tel.: 040 6 77 71 71 → Email: info@sh-drucklieb.de → www.drucklieb-shop.de

Qualität ist unser Anspruch



Der besondere Markt in der Rahlstedter Bahnhofstrasse









Mittwoch und Sonnabend von 8.00 bis 13.00 Uhr



Schöne Aussichten!

TISCHLEREI SCHMEKAL

Familien-Meisterbetrieb seit 1920

Ihr Partner für

- ✓ Fenster, Türen
- ✓ Reparaturen
- ✓ Einbruchschutz und mehr...

VELUX®

Saseler Str. 59 22145 Hamburg Tel. 678 44 44

Deutsche Meisterschaften offene Klasse

AMTV bei Deutschen Meisterschaften 2021 im Schwimmen vertreten

In der Zeit vom 03.06. bis 06.06.2021 wurden in Berlin die Deutschen Meisterschaften 2021 im Schwimmen, offene Klasse, ausgerichtet.

Der AMTV- FTV war durch Hannah Küchler, Björn Kamman und David Erbes vertreten, die wieder sehr gute Leistungen erbrachten.

Im Einzelnen erreichten:

Hanna Küchler: 2. Platz, Vizemeisterin 2021 über 100

Freistil (55.25) und 2. Platz Vizemeisterschaft über 50 m Freistil (25.31)

Björn Kammann: 1. Platz, Deutscher Meister über 100 m Schmetterling (23.98), 2. Platz, Vizemeister über 100 m Schmetterling (52.97) sowie Platz 4 über 100m Rücken und Platz 5 über 100 m Freistil

David Erbes verpaßte als Vorlauf 10. knapp das A- Finale über 50 m Schmetterling (24.89) und wurde 10. über 50 m Freistil (23:13)

Der AMTV gratuliert herzlich zu den guten Ergebnissen! Michael Schumann

Besuchen Sie unsere Website: www.amtv.de.



Was das Shettyherz begehrt!

Schweifriemen ab € 15,00 Abschwitzdecken ab € 20,00 Trense, Strass ab € 29,99 Gebisse ab € 19,90 Regendecken ab € 40,00 Thermodecken ab € 39,99 ab € 89,90 Ponysattel SET Longiergurt ab € 39.00 Longen 5/10 M. ab € 10,00



Ihr zuverlässiger Partner für hochwertige Reitsport- und Hundeartikel!









Tysons Breeches · Beate Paulsen · August-Krogmann Str. 89 · 22159 Hamburg
Telefon: 040-643 99 68 · Mobil 0178 467 12 83 · Fax: 040-644 30 539 · Beatyson@aol.com
Lager (nach Terminabsprache):

Brockdorffstr. 92 -94 · 22147 Hamburg- Rahlstedt



Besuchen Sie uns auf www.tysons-breeches.de

- dort finden Sie weitere tolle Artikel für das Minipony!



Seit 1923 Ihr zuverlässiger Begleiter im Trauerfall

- Erd-, Feuer-, See-, Baum-, Natur-, Diamant- und Anonym-Bestattung
- Moderne und traditionelle
 Abschiedsfeiern und Floristik
- Überführungen mit eigenen Berufsfahrzeugen
- Hygienische und ästhetische Versorgung von Verstorbenen
- Eigener Trauerdruck mit Lieferung innerhalb 1Stunde möglich
- Bestattungsvorsorgeberatung
- Kostenloser Bestattungsvorsorgevertrag mit der Bestattungsvorsorge Treuhand AG
- Erledigung aller Formalitäten
- Trauergespräch und Beratung auf Wunsch mit Hausbesuch

Wir unterstützen Sie mit unserer langjährigen Erfahrung, bewahren Traditionen und gehen neue Wege mit Ihnen.

Wir sind Tag und Nacht für Sie erreichbar Telefon: (040) 6 72 20 11

Rahlstedter Straße 23 Hamburg-Rahlstedt

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





Nico Feldmann Malereibetrieb Aprikosenweg 24 • 22175 Hamburg Mobil: 0172 - 54 62 717 www.malereibetrieb-feldmann.de

Heizungs-, Sanitärund Klimatechnik



Öl- und Gasfeuerung Wartungsdienst Solartechnik

Für geregelte Wärme und kontrollierte Lüftung.

Ingenieurmäßig geplante Anlagen von erfahrenen Monteuren installiert und gewartet, geben unseren Kunden Sicherheit

Laux Heizungsbau GmbH · Rahlstedter Straße 12-14 · 22149 Hamburg Telefon 040 - 673 97 10 · Telefax 040 - 672 92 69



Um aktuellere Informationen zu erhalten besucht ihr bitte unsere Website:

www.amtv.de.



AMTV

Endlich wieder Sport



Ab sofort findet wieder Sport statt

Die Regeln besagen momentan, dass der Sport nur für 20 Personen erlaubt ist. Eine Testpflicht besteht nicht!

Für **Fit & Gesund Kurse** gibt es ein online Buchungstool. Es werden immer nur Kurse eine Woche im Voraus buchbar sein. Ihr müsst euch dazu mit eurer Mitgliedsnummer und eurem Nachnamen anmelden, erst dann seht ihr die Kurse. Die Mitgliedsnummer findet ihr, wenn nicht vorhanden, auf eurem Kontoauszug. Ggf. müsst ihr die Nummer mit "Nullen" vorweg auffüllen. Es müssen 7 Ziffern sein.

Der Nachname fängt immer mit einem großen Buchstaben an.

Beispiel:

Mitgliedsnummer: 0001234

Name: Mustermann

Sollte es beim Login Probleme oder Fragen geben, dann schreibt bitte eine Mail an login@amtv.de oder ruft zu unseren telefonischen Sprechzeiten an.

Für alle anderen Sportangebote bitten wir euch, euch bei euren Trainerinnen und Trainern zu informieren.



Tennis für Alle

Seit dem 01.06.2021 ist es wieder für alle Mitglieder möglich die Tennisanlage zu nutzen

Schläger und Bälle sind vorhanden. Es darf nur mit richtigem Schuhwerk (flache/glatte Sohle) gespielt werden.

Es stehen 2 Plätze zu folgenden Zeiten zur Verfügung: Platz 3 und 4

Mo: 13:00 – 18:00 Uhr Di: 12:00 – 14:00 Uhr Do: 12:00 – 14:00 Uhr Fr: 10:00 – 18:00 Uhr

Anmeldungen bitte unter: 0151/40069318

Wir wünschen euch viel Spaß beim Sport!





Dipl.-Ing. A. Müller Öffentlich bestellter Vermessungsingenieur

Ihr unabhängiger und zuverlässiger Partner für Vermessung

Wir unterstützen Sie bei:

- Grundstücksteilungen
- Gebäudeeinmessungen
- Grenzfeststellungen

Telefon 040 - 67 39 14 57

vermessung@geodaten-hh.de

Wir beraten Sie gerne in allen Fragen der Vermessung.



kosmetik-slama.de · Tel: 040 - 668 50 862 Oldenfelder Stieg 15 · 22143 Hamburg



THOMAS DAHL

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

Termine nach Vereinbarung Tel. 675 61 688 Schweriner Straße 10 22143 Hamburg

Im Rahlstedt-Center

Reifen+Autoservice



- · Freundliche Fachberatung
- · Neureifen aller Fabrikate
- · RunOnFlat-Reifen Damit bleiben Sie auch im Pannenfall mobil
- Motorradreifenservice inkl. Räder Aus- und Einbau
- · Leichtmetallfelgen
- · Sommer- u. Winter-Kompletträder
- · Einlagerung Ihrer Sommerund Winterräder
- · Elektronisches Auswuchten
- · modernste Computer-Achsvermessung
- · Saison- und Urlaubscheck



- · 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 Prüfingenieure der amtlich anerkannten Überwachungsorganisationen.
- · Reifengasfüllung (Safety-Fill)
- · Klimaanlagen-Service
- · Fahrzeug-Tieferlegung
- · Feinstaubplakette
- · Finanzierung möglich

Ihr freundliches

Reifenhaus



Reifenhaus seit 1963

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

Gänseberg 1 22926 Ahrensburg Tel. 04102-42 333 Fax 04102-12 899

Mo-Do: 8.00 - 18.00 Uhr 8.00 - 17.00 Uhr

Sa: 9.00 - 13.00 Uhr info@reifenhausbuch.de www.reifenhausbuch.de **MEIENDORFER SPORTWERBUNG TORSTEN OFFNER**



Ahrenshooper Str. 23 22147 Hamburg

Mobil: 0177 444 2593 Mail: torsten.offner@icloud.com



Qigong

Gunda liebt und lebt Qigong

Zum 78. Geburtstag von Gunda Lepthien am 22. April 2021

Frühes Aufstehen ist ihr ein Bedürfnis. Warum? Weil nur dann der Tag lang genug ist. Denn, der frühe Spatz fängt den Wurm und Gunda fängt ihn täglich. Frische Luft ist für sie lebenswichtig, schlechtes Wetter unbekannt. Schon frühmorgens heißt es Laufen durch den Wald. Im Winter hat sie dabei ihre eigene kleine Laterne auf dem Kopf. Da singen in der Früh' die Vögel gerade erst ihr Wecklied. Bewegung heißt ihr Lebensmotto. Qigong ist ihr Motor. Daneben schätzt sie Radfahren und Wandern, Tai Chi Ball, Leichtathletik, Skilaufen...

Gunda liebt und belebt die Natur. Nebenbei bedient sie doch gleich mal die Müll-Entsorgungs-App auf ihrem Smartphone. Das ist ihr ganz wichtig. Ihre Energie überträgt sie auf andere, nimmt alle mit, selbst die Unentschlossenen. Das tut sie mit ihren blitzenden Augen, mit ihrer Stimme und mit ihrem Lächeln.

Gunda ist ein Schöngeist, ein Leben ohne Kunst und Kultur wäre einfach undenkbar für sie. Sie lauscht Konzerten genauso wie Hörspielen oder Literaturvorstellungen. Kein Buch ist vor ihr sicher, unverbindliche Weiterempfehlungen inclusive. Aber, was zeichnet Gunda eigentlich wirklich aus? Sie interessiert sich für Menschen und alles mit ihnen und um sie herum. Gunda kann und will zuhören und weiß Rat in allen Lebenslagen. Stets aufnahme- und sendebereit spürt sie immer, was andere brauchen. Sie will Gutes tun und tut uns allen so gut, ihrer Familie und ihren Freunden. Dabei stehen Sport und Bewegung immer im Mittelpunkt. Da reißt sie alle mit, mit ihrer positiven Einstellung, Freude und Aktivität.

Gunda hat aber auch ein Herz für Tiere, unter anderem für einen jungen schlappohrigen Hund und neuerlich auch für Pferde. Ihre Reitstunden sind ein voller Erfolg. Da strahlt sie wie ein Honigkuchenpferd. Denn, für Neues ist sie nie zu alt. Ihr Enthusiasmus ist ansteckend. Man kann gar nicht anders als mitmachen. Besonders beliebt sind ihre kleinen Übungsvideos und Qigong im Wald. So tritt sie, beispielgebend für



uns alle, gegen Corona an. Und, sie hält uns AMTV-Mitglieder zusammen. Das ist sie, wie sie leibt und lebt.

Liebe Gunda,

herzlichen Glückwunsch zu Deinem 78. Geburtstag. Wir möchten Dir für Deinen immerwährenden Einsatz "Danke" sagen. Bleib so, wie Du bist und bleib vor allem gesund.

Stellvertretend für alle Deine Sportfreunde. Dr. Sybille Hufenbach



Elektroinstallation • Beleuchtung • Sicherheit • Notdienst • Modernisierung • Datennetze Barriere freie Installationen • Multimedia • Hauskommunikation • Energiesparen

www.biedemann.de • Tel.: 040 / 66 90 90 90 • Rahlstedter Straße 209 • 22143 Hamburg

Summer Barbecue



vom Grill

- · Rindersteak in pikanter Pfeffermarinade
- · Würzige Grill-Currywurst mit herzhafter Currysauce
- · Putensteaks mit einer fruchtigen Chili-Mango-Marinade

· Lachsfilet in einer Zitronen-Pfeffer-Marinade (in Folie)

Dip's

- · Senf und Ketchup, Onion-BBQ-Sauce
- · Cremige Cocktailsauce

vom Buffet

- · Gemischter Blattsalat mit Tomaten, Gurken und Frühlingszwiebeln mit leichtem Dressing
- · Couscous-Salat mit Paprika, Tomate & Minze
- · Kartoffelsalat aus Rosmarinkartoffeln mit Bacon
- · eine gemischte Brotauswahl mit Grillbutter

25,50 € p.P. inkl. MwSt (Ab 10 Personen)

Infos unter www.dwenger.de • Tel: 040 67 59 86 0

Wir bereiten vor, Sie feuern den Grill an

Kleine Feierlichkeiten in der Familie oder mit den Kollegen

Unser schmackhaftes Summer BBQ liefern wir Ihnen komplett mit allen raffinierten Zutaten, Sie müssen nur noch den Grill anfeuern und dann genießen.

Selbstverständlich haben wir noch andere Auswahlmöglichkeiten

Lassen sie sich auf www.dwenger.de inspirieren

Telefon 040/ 675 98 60 www.dwenger.de

WERKZEUG PROFI GmbH

Ihr Fachhändler für Elektrowerkzeuge zur Holzbearbeitung







online - shop: www.niggeldon-werkzeuge.de

Neusurenland 4 22159 Hamburg Tel.: 040/20 98 11 10 Email: info@hamburg-werkzeugprofi.de



COKING HAMBURGER KITA

Eltern-Kind-Zentrum

Das Eltern-Kind-Zentrum (EKiZ) unserer Kita Spitzbergenweg steht allen Familien offen, die noch keinen Kita-Platz für ihr Kind haben. Hier tauschen sich Meiendorfer Eltern aus, singen und spielen mit ihren Kindern. Außer-

dem gibt es regelmäßige Beratungsangebote und Aktivitäten für Eltern und Kinder von Musik bis Bewegung.

Kommen Sie einfach vorbei! Wir freuen uns auf Ihr Kind und Sie!

Unsere Angebote

In regelmäßigen Abständen finden Themenvormittage mit Experten im EKiZ statt. ALLE Angebote können mit Kind besucht werden und sind kostenfrei.

BRAUCHEN KINDER GRENZEN?

Montag, den 09.08.2021 von 9.30 bis 11 Uhr

Anmeldung erforderlich! Tel. 0151 27674827

SPRACHENTWICKLUNG VON KINDERN

Donnerstag, den 09.09.2021 von 9.30 bis 11 Uhr

Anmeldung erforderlich! Tel. 0151 27674827

ANONYMES SORGEN- UND BERATUNGSTELEFON Tel. 0151 27674827 (zu den EKiZ-Öffnungszeiten)

Aufgrund der aktuellen Lage bieten wir bei Problemen und Sorgen eine telefonische und anonyme Beratung an.

Baby-Club (für Kinder bis zum 1. Geburtstag)

Montag von 10 bis 11.30 Uhr

Gemeinsam mit Ihnen und Ihrem Kind singen und spielen wir. Sie können sich mit anderen Eltern austauschen und wir beantworten Ihre Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes.

Eltern-Kind-Club (offener Vormittag)

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 9 bis 13 Uhr

An diesen Tagen können Kinder kostenlos Mittag essen. Die Eltern zahlen 2 € für das Mittagessen.

Angebote von 10 bis 11 Uhr

Dienstag Singen und Tanzen

Mittwoch 1. und 3. Mittwoch im Monat gemeinsames

Kochen mit Kindern und Eltern

Donnerstag gemeinsames Basteln mit Kindern und Eltern

Gesprächsrunde auf Deutsch für Zuwanderer

So finden Sie uns

Spitzbergenweg 40 22145 Hamburg

Telefon 040/67 92 92 96

kita-spitzbergenweg@elbkinder-kitas.de www.elbkinder-kitas.de

EKiZ in der Kita Spitzbergenweg

Eingang über den Fußweg abgehend vom Nordlandweg

Öffnungszeiten

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag

von 9 bis 13 Uhr

Montags für Kinder bis zum 1. Geburtstag

10 bis 11.30 Uhr







Beitragsordnung AMTV ab 01.07.2021

Der monatliche Mitgliedsbeitrag setzt sich zusammen aus dem Grundbeitrag und den Abteilungsbeiträgen je genutzter Abteilung und ggf. dem Liegenschaftszuschlag, der auf 3,5 Jahre befristet ist. Der monatliche Mitgliedsbeitrag ist ein Jahresdurchschnittsbeitrag, der ganzjährig zu entrichten ist.

Beitragsgruppen	Einmalige Aufnahmegebühr (AG)	Monatliche Grundbeiträge (V0)	Liegenschaftszuschlag (V1)
Erwachsene (10)	20,00 EUR	17,00 EUR	3,30 EUR
Kinder (Kindergeldbezieher) (20)	12,00 EUR	12,00 EUR	1,60 EUR
2 und mehr Kinder (21)	20,00 EUR	18,00 EUR	2,20 EUR
Ehepaare (30)	40,00 EUR	30,00 EUR	3,80 EUR
Familien (40)	40,00 EUR	32,00 EUR	3,80 EUR
1 Erwachsener / 1 Kind (15)	20,00 EUR	25,00 EUR	3,30 EUR
Fördernde Mitglieder (Fö)	20,00 EUR	halber Grundbeitrag	S.O.
Einmalige Zusatzgebühr für Schwimmausbildung	25,00 EUR	(Erreichen des Seepferdchens)	

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

Monatliche Abteilungsbeiträge	Erwachsene	Kinder und Jugendliche (bis einschl. 17 Jahre)
Faustball (0002), Freizeitspaß (0037), Prellball (0007), Radwandern (0016), Wandern mit Stickwalking (0009)	0,00 EUR	0,00 EUR
Freizeitsport (inkl. Ballsportoffensive) (0023), laido (0048), Badminton (0001)	4,00 EUR	2,00 EUR
Leichtathletik (0006)	6,00 EUR	3,00 EUR
Gymnastik (0013), Tischtennis (0011)	5,00 EUR	3,50 EUR
Turnangebote (0012)	5,00 EUR	5,00 EUR
Schwimmen (0008)	6,50 EUR	5,00 EUR
Judo (0004), Ju Jutsu (0031)	7,00 EUR	5,50 EUR
Karate (0005), Volleyball (0014)	7,00 EUR	3,50 EUR
Basketball (0017)	8,00 EUR	5,00 EUR
Tanzangebote (0021), Tanzsport (Standard/Latein) (0000)	9,00 EUR	8,00 EUR
Trendsport (0049)	9,00 EUR	8,00 EUR
Gerätezirkel	16,00 EUR	16,00 EUR
Fit & Gesund (0020)	11,00 EUR	5,50 EUR
Aikido (0054)	10,00 EUR	5,00 EUR
Handball (0003)	10,00 EUR	8,50 EUR
Taekwondo (0032)	12,00 EUR	7,00 EUR
Tennis (0038) nur in der Zeit vom 01.04. bis 30.09.*	20,00 EUR	10,00 EUR
Fitness-Studio (inkl. Fit & Gesund, Gymnastik) (0019)	19,00 EUR	19,00 EUR
Fitness-Studio (inkl. Fit & Gesund, Gymnastik) mit einer zusätzlichen kostenpflichtigen Abteilung	15,00 EUR	15,00 EUR
Happy Hour Fitness-Studio (Mo-Fr 12 – 17 Uhr) (0018)	9,50 EUR	9,50 EUR
Happy Hour Fitness-Studio (Mo-Fr 12 – 17 Uhr) mit einer zusätzlichen kostenpflichtigen Abteilung	7,50 EUR	7,50 EUR

Rehasportangebote	Mit ärztlicher Verordnung	AMTV-Mitglied
Ambulanter Herzsport (0027)	nach Rücksprache**	33,30 EUR
Krebsnachsorge (020), Lungensport (0026)	nach Rücksprache**	29,30 EUR
Kniestabilisation (0024), Osteoporosesport (0025), Wirbelsäulen-Reha-Sport (0028)	nach Rücksprache**	31,30 EUR

^{*}Genaue Regelungen zu den Beiträgen und den Nutzungsbedingungen entnehmen Sie bitte der Tennisordnung. ** AE= Anmeldung erforderlich

Erläuterungen

Minderjährige Mitglieder werden mit Eintritt der Volljährigkeit automatisch als erwachsene Mitglieder im Verein weitergeführt und beitragsmäßig veranlagt. Das betroffene Mitglied wird darüber rechtzeitig vom Verein informiert. Ermäßigungen auf den Grundbeitrag werden für Kindergeldbezieher nur nach Vorlage eines Nachweises gewährt. Rückwirkende Erstattungen sind nicht möglich. Beitritte in eine Abteilung und/oder des Mitgliedsstatus sind der Geschäftsstelle umgehend schriftlich mitzuteilen, da sich daraus der jeweils aktuelle Beitrag ergibt. Rückwirkende Erstattungen sind nicht möglich. Bitte denken Sie auch daran, Änderungen der Anschrift oder der Bankverbindung der Geschäftsstelle schriftlich mitzuteilen! Rechnungszahler zahlen je Rechnung 3,00 € zusätzlich. Bei der Rücknahme einer Kündigung nach der Bestätigung durch den AMTV entsteht eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 7,50 Euro je Vorgang.

Fristen

Der freiwillige **Vereinsaustritt und/oder die Abteilungskündigung** muss schriftlich zum **30.06**. oder zum **31.12**. eines jeden Jahres mit **vierteljährlicher Frist** (für Erwachsene), bei Minderjährigen mit einer Frist von **sechs Wochen**, erklärt werden. Austrittserklärungen Minderjähriger bedürfen der Zustimmung eines gesetzlichen Vertreters. Im Falle korporativer Mitgliedschaft gilt die vierteljährliche Kündigungsfrist zum Schluss des Kalenderhalbjahres, wenn in der jeweiligen Aufnahmevereinbarung mit diesem nichts anderes geregelt ist. Stand: 07/2021





Anzeige

Ihr Laufschuhexperte in Rahlstedt

Lauf- und Walkingschuhe

Leidenschaft für das Laufen, umfassendes Fachwissen, kompetente und individuelle Beratung sowie Top-Produkte: Das macht uns LEX Laufexperten aus. Dafür steht unsere Marke LEX Laufexperten, die wir 2017 neu positioniert haben. Wir führen ein gut ausgewähltes Programm an Lauf- und Walking Schuhe. Zu einer guten Beratung gehört für uns auch die Analyse ihres Fußes und auf Wunsch auch eine kleine oder große Laufanalyse.

Bauerfeind Sports Compression Socks

- Laufsocken mit medizinisch wirksamer Kompression
- Größere Ausdauer und kürzeren Regenerationszeiten
- Kompression stabilisiert und reduziert Muskelvibrationen
- Temperatur- und feuchtigkeitsregulierender Effekt
- Ultradünne, leichte und luftige Mikrofaser
- Polsterung an Fußsohle und Spann für erhöhten Laufkomfort
- Aussparung an der Achillessehne verhindert Druck/Reibung

Sporteinlagen

Ganz besonders im Sport braucht der Fuss und der Körper einen speziellen Support. Sporteinlagen helfen dabei den Körper so zu entlasten, dass man sich ganz auf den Spaß beim Sport einlassen kann. Unser besonderes Augenmerk richten wir dabei auf die sensomotorischen Sporteinlagen wie zum Beispiel www.fisch-im-schuh.de



Ein Auszug unserer Leistungen im Sanitätshaus Drucklieb:

- Orthopädische Maßeinlagen
 Fußdruckmessung
 - · Lauf- und Ganganalyse
- Diabetische Maßeinlagen
- Drucklieb a

Sanitätshaus Drucklieb GmbH & Co. KG · Schweriner Straße 13 · 22143 Hamburg-Rahlstedt Tel.: 040 6 77 71 71 · Email: info@sh-drucklieb.de · www.drucklieb-shop.de

Fachleistungen aus einer Hand

- Bauschlosserei
- Edelstahlverarbeitung
- Sonderteilbau





Thomas Wilhelmi





mit Sicherheit in eine sorglose Zukunft...

... der Geheimfavorit im Norden für anspruchsvolles selbstständiges Wohnen und Leben bei exzellentem Service und Komfort sowie umfassender Pflege im Bedarfsfall!



- Amphitheater
- Bibliothek
- Café
- Fitnessraum
- Restaurant
- Musikzimmer
- Bar
- Internetcafé
- parkartige Gartenanlage
- komfortable Appartements
- Hallenschwimmbad
- Gymnastikraum, u.v.m



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

PARKRESIDENZ GREVE & CO. • PARKRESIDENZ RAHLSTEDT

Rahlstedter Straße 29 • 22149 Hamburg • Telefon: 040 – 6 73 73-0 info@parkresidenz-rahlstedt.de• www.parkresidenz-rahlstedt.de



Pilates

Abschiedsworte von Romy

An die Mitglieder der Pilatesgruppe dienstags 8:00 Uhr im Saal des AMTV-Zentrum

Liebe Teilnehmerinnen und Peter!

Eigentlich hatte ich vor, mich persönlich von Euch zu verabschieden, aber Corona hat es vereitelt! Ich hätte auch gerne einen persönlicheren Weg gefunden, als einen Text im Mitgliederheft, aber der Datenschutz hat es vereitelt!

Außerdem hätte ich gerne einen ausführlicheren Text geschrieben, der Abgabetermin und meine bevorstehende Prüfung haben es vereitelt. Trotz aller Widrigkeiten möchte ich Euch zum Abschied ganz herzlich danken, für die jahrelange Treue und das Vertrauen, das Ihr mir entgegengebracht habt.

Es war eine Freude, Euch jeden Dienstag in aller Frühe getroffen zu haben. Danach konnte ich wach, durchbewegt und zufrieden in den noch kommenden Tag starten.

Viele anregende Gespräche am Rande der Stunde und liebevolle Geschenke zu Weihnachten waren eine Motivation für mich, jeden Dienstag um 8:00 Uhr zu erscheinen, vorbereitet auf eine abwechslungsreiche Pilatesstunde mit und für Euch.



Jetzt hat das Leben am Dienstag Vormittag eine neue Aufgabe für mich. Das heißt, daß ihr eine neue Trainerin bekommen werdet.

Ich werde weiterhin in Rahlstedt präsent sein, vielleicht treffen wir uns an anderer Stelle wieder.

Euch allen wünsche ich alles Gute für die Zukunft, vor allem, daß Ihr bald geimpft seid und wieder in der Gruppe beim AMTV Eurer körperlichen Gesunderhaltung nachgehen könnt.

Bleibt gesund und bis dann Eure Romy



Rahlstedt GmbH | www.lohmann-optik.com | Tel: 040 6770888

Rahlstedter Bahnhofstraße 10 | 22143 Hamburg



Britta Grobelny



Gelernte Gärtnerin aus HH-Rahlstedt.

Gartenpflege aus einer Hand.

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

Hier arbeitet die Chefin selbst.

Meine Tätigkeiten:

- Rasenpflege
- · Heckenschnitt
- · Bepflanzung von Kübel, Schalen und Balkonkästen
- · Gartenpflege während Ihrer Urlaubszeit
- Fachgerechte Beratung
- sämtliche anfallende Gartenarbeiten
- · gerne auch Kleinaufträge
- meine Tätigkeiten sind teilweise steuerlich abzugsfähig (fragen Sie Ihren Steuerberater)

Für größere Gehölzschnitte kooperiere ich mit einer Firma zusammen.





Wir befreien Sie von unerwünschten und lästigen Insekten und Schädlingen in Garten, Haus, Keller oder Wohnung









Sie benötigen mehr Informationen, brauchen schnelle und kompetente Hilfe, oder möchten effektiv vorbeugen?

Dann rufen Sie uns an.

Tel. 040-88 30 67 60

Ellerholzdamm 38 | 20457 Hamburg Tel. +49 (0)40 883 067 60 | Fax +49 (0)40 883 067 623 | info@vsh24gmbh.de



www.vsh24gmbh.de



Schädlingsbekämpfung • Begasung • Taubenabwehr • Desinfektion • Holzschutz • Produkte • Privathaushalte • Gastronomie • Hotels • Industrie

Altrahlstedter Männerturnverein von 1893 e.V. Rahlstedter Straße 159 22143 Hamburg

- 7181 -

Deutsche Post, Postvertriebsstück

Individuell und würde voll Abschied nehmen!





Einfühlsame Begleitung im Trauerfall | Tag + Nacht:

TELEFON: 040 / 672 20 23

Schmidt-Peil OHG | Brockdorffstraße 14 | 22149 Hamburg/Rahlstedt www.beerdigungsinstitut-schmidt-peil.de