

# WALDDÖRFER

## Sportfreund

www.walddoerfer-sv.de  
Nr. 2 | 2018



**Schule hat begonnen...**  
Der Walddorfer SV und seine  
Kooperationen. *Seite 6*

**40. Volksdorfer Stadtteilfest**  
Gelebte Vielfalt in den  
Walddörfern. *Seite 14*



## Veranstaltungen

40. Volksdorfer Stadtteilstfest	Volksdorf	31.08.-02.09.18
Internationales Schüler- & Jugendfechtturnier	Halle Ahrensburger Weg	08./09.09.18
Young Motion Team Kletterwald Event	Kletterwald Volksdorf	15.09.18
Kinder-Olympiade - Vereinsvorentscheide	Halle Ahrensburger Weg	16.09.18
Schulfußball Fest Eulencup	Allhorn Stadion	22.09.18
Salsa-Party	Sportforum	29.09.18
Demokratie Leben Wandsbek – Stadtteildialog	Sportforum	26.10.18
Hamburger Meisterschaft Rock'n'Roll	Halle Ahrensburger Weg	03.11.18
Walddörfer Herbstball	Sportforum	03.11.18
Yoga Special Studio	Sportforum	10.11.18
North Star Cup Rhythmische Sportgymnastik	Halle Berner Au	10.11.18
3. SportSchau	Halle Berner Au	11.11.18
Weihnachtsmarkt mit Weihnachtsbasteln	Sportforum	25.11.18
Weihnachtsmärchen	Sportforum	02./03.12.18
Silvesterlauf	Teichwiesen	31.12.18

Aktuelle Termine für weitere Sportwettkämpfe und -turniere finden sich auf unserer Website unter „**Veranstaltungen**“



## Liebe Sportfreunde,

unser Titelthema „Kooperationen mit Schulen und anderen Institutionen“ zeigt, wie stark der Walddorfer SV vernetzt und wie groß sein gesellschaftspolitisches Engagement im Stadtteil ist. Wir unterstützen ein aufbauendes Miteinander und alle Strukturen, die dazu beitragen, dass weniger Menschen durch das soziale Netz fallen. Der Walddorfer SV hat eine große Kompetenz und ist sehr gut und vielseitig aufgestellt. Die hohe Anzahl an verschiedensten Sportarten hilft, für jede Person das richtige Angebot zu finden.



Das Know-how der Menschen im Walddorfer SV ist sehr wertvoll und die Weitergabe ihres Wissens sichert die Zukunftsfähigkeit und Nachhaltigkeit des Vereins. Wir beschäftigen hervorragende Trainer, die aufgrund ihrer sportlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten professionell unterrichten. Auch viele Sportartenleiter und -leiterinnen transportieren ihr spezifisches Wissen an den Nachwuchs. Für das Management eines professionell geführten Non-Profit Unternehmens ist es besonders wichtig, die sehr umfangreichen Kenntnisse zu dokumentieren und weiter zu geben. Der Walddorfer SV hat für diese Aufgabe eine funktionelle, nachhaltige Struktur und die richtigen Mitarbeiter.

Neben der Vermittlung von sportartspezifischem Wissen wird die Vermittlung von Werten immer wichtiger: verantwortungsvolles Handeln, Respekt, Akzeptanz von Regeln und Gegnern, Zuversicht und Optimismus auch nach Niederlagen, Freude an der Verschiedenheit, Engagement für die Gemeinschaft. Heutzutage ist vom guten Gemeinschaftsgeist und „Gemeinnutz geht vor Eigennutz“ auf weiten Strecken leider wenig übriggeblieben. Massenmedien verbreiten weiter „Geiz ist geil“-Egoismus, statt: „Andere glücklich machen ist das höchste Glück!“ Unsere sportlichen Werte müssen einem großen Druck von feindseligem Verhalten, Zerstörung fremden Eigentums, Mobbing und zum Teil menschenverachtendem Hass in unserer Gesellschaft entgegenstehen. In einer Zeit, in der Stammtischrhetorik und Populismus scheinbar immer mehr Zuhörer findet, schützen und respektieren wir die Regeln und Werte unserer demokratischen Gesellschaft.

Der Walddorfer SV freut sich immer über neue Mitstreiter, die als „Wissens-Spender“ den gemeinnützigen Verein unterstützen, sich in diesem sozialen Bereich engagieren und Verantwortung übernehmen. Lassen Sie uns alle zusammen engagiert, positiv und menschenfreundlich bleiben.

Ihr  
Ulrich Lopatta

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>KINDER – WAS FÜR EIN SOMMER!</b> .....	S. 04
<b>TITELSTORY SCHULE UND SPORTVEREIN</b>	
SCHULE HAT BEGONNEN.....	S. 06
WENN ZUSAMMENARBEIT GELINGT .....	S. 08
EINFACH MAL ETWAS NEUES AUSPROBIEREN....	S. 10
<b>AUS DEM VEREIN</b>	
STAFFELSTABÜBERGABE FSJ.....	S. 12
TEAM HAUSTECHNIK .....	S. 12
DELEGIERTENVERSAMMLUNG 2018.....	S. 13
KINDERSCHUTZ.....	S. 13
EU DATENSCHUTZGRUNDVERORDNUNG .....	S. 13
VOLKSDORFER STADTTEILFEST 2018.....	S. 14
GELEBTE VIELFALT .....	S. 16
YOUNG MOTION TEAM.....	S. 17
<b>AUS DEM SPORT</b>	
FUSSBALL.....	S. 18
HANDBALL.....	S. 20
BASKETBALL.....	S. 22
VOLLEYBALL.....	S. 24
FECHTEN.....	S. 26
BADMINTON.....	S. 27
TISCHTENNIS.....	S. 27
WINTERREISEN MIT DER SKIABTEILUNG .....	S. 28
KARATE.....	S. 30
TANZSPORTABTEILUNG .....	S. 32
DANCE LINDY HOP, HIP HOP, ORIENT. TANZ ..	S. 32
RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK.....	S. 34
STUDIO.....	S. 36
WORKSHOP .....	S. 37
<b>DAS SPORTANGEBOT</b> .....	S. 38
<b>WORKSHOPS</b> .....	S. 60
<b>SPORTSTÄTTEN</b> .....	S. 62
<b>SPORTBEITRÄGE</b> .....	S. 63

Zum Titelbild: Sabine Preußner mit Inlinerkindern; Foto: Witters

### KONTAKT:

**Walddorfer SV, Walddorfer Sportforum**  
Halenreihe 32-34, 22359 Hamburg

**Tel.:** 040 / 64 50 62-0  
**Fax:** 040 / 64 50 62-10  
**E-Mail:** info@walddoerfer-sv.de  
**Internet:** www.walddoerfer-sv.de

### Ö nungszeiten:

Mo. - Fr. 8:00 – 22:00 Uhr  
Sa. & So. 10:00 – 18:00 Uhr  
Feiertags 10:00- 16:00



Kindersommerfest

## Kinder – was für ein Sommer!

Dieser Sommer konnte sich sehen lassen und wie die Bilder zeigen, haben wir jede Gelegenheit genutzt, das zu feiern!



Fußball-WM-Fieber



Bubblemania 2018



Teamparty





Dinner der Nationen



Summer Special –  
Tai Chi auf dem Dachgarten



Ferienalarm



Young Motion Team  
Open Air 2018



Fußball Feriencamp



„SCHULE HAT BEGONNEN...“

## Über die Zusammenarbeit von Schule und Sportverein

### Handball nach der Hausaufgabenbetreuung

Donnerstag, 14 Uhr, kleine Sporthalle Buckhorn-Schule: ein Trainer und eine FSJ-lerin vom Walddörfer SV schließen die Hallentür auf und fünf Jungen und fünf Mädchen aus verschiedenen 4. Klassen der Grundschule Buckhorn stürmen in die Umkleiden. Sie haben den Schulvormittag und das Mittagessen im Rahmen der Ganztagsbetreuung hinter sich und freuen sich darauf, sich nun austoben zu können. Angemeldet sind sie für die Teilnahme an der Schulkooperation „Handball“, in der sie für die Dauer eines halben Jahres erste Erfahrungen mit diesem Ballsport machen können.

Aber auch wenn nach dem Aufwärmspiel die kleinen Handbälle zum Einsatz kommen, stehen die Regeln des Handballs im Rahmen dieser Schulkooperation nicht im Mittelpunkt. Wichtiger ist den Trainern die Vermittlung von Regeln des Umgangs miteinander: gemeinsam anfangen und aufhören, zuhören und aufmerksam sein für einander, Freude an der Bewegung, Lust an guter Leistung und Fairness auch beim Verlieren – all das gehört zu Grundkompetenzen, die neben der Technik beim Sport vermittelt werden.

### Schule und Sport im Ganztag

Seit 2013 ist die Ganztagschule auch in den Walddörfern

gängige Praxis und wird, vor allem im Grundschul- und Unterstufenbereich, von vielen Familien genutzt. Die Träger in der schulischen Ganztagsbetreuung bieten an den Nachmittagen für die Kinder nach der Hausaufgabenbetreuung ganz unterschiedliche Aktivitäten an. Neben kreativ-handwerklichen und musischen Angeboten sind bei den Kindern vor allem die sportlichen Angebote sehr beliebt.

Der Walddörfer SV ist seit der Einführung der „Ganztägigen Bildung an Schulen“ (GBS) Partner verschiedener Schulen in der Region und hat über die Jahre einen ganzen Katalog spannender Sportangebote für Kinder entwickelt. Inzwischen ist die Zahl der kooperierenden Schulen auf 11 angewachsen und die Zahl der Sportangebote liegt für das Schuljahr 2018/19 bei 30 Kursen.

Finanziert werden die Kurse durch die Träger der Ganztagschule sowie durch Zuschüsse der Hamburger Sportjugend. Sie werden vom Walddörfer SV in Absprache mit den Trägern der jeweiligen Schulen organisiert und finden mit den Trainern des Walddörfer SV in den Schulsporthallen vor Ort statt.

Eine Sonderform stellen die sogenannten **Talentgruppen** dar, mit denen das Sportamt über den Hamburger Sportbund sport-

## Unsere Schulkooperationen 2018/19

Grundschule Ahrensburger Weg	Abenteuerturnen, Karate, Kinderyoga, Hip Hop, Break Dance, Fußball; Talentgruppe
Grundschule Bergstedt	Turnen & Tanzen, Kampfkunst; Talentgruppe
Grundschule Buckhorn	Hip Hop, Inlineskating, Ballspiele, Handball; Talentgruppe
Grundschule Eulenkrogstraße	Kinderyoga, Parkour, Zumba Kids, Psychomotorik, Kreative Sportwerkstatt, Inlineskating, Dance Mix; Talentgruppe
Schule a.d. Teichwiesen	Talentgruppe
Grundschule Bekassinenu	Hip Hop, Fußball
Grundschule Hasenweg	Break Dance, Fußball
Grundschule Islandstraße	Capoeira
Gymnasium Buckhorn	Fußball, Hip Hop
Walddorfer Gymnasium	Parkour, Hip Hop, Sportprofil (Studio*)
Stadtteilschule Walddorfer	Sportprofil (Studio*)
Irene-Sendler-Schule	Freizeit Kicker Inklusion

Stand: Juli 2018

\* Zu den Kooperationen des Gesundheits- und Fitness-Studios mit Oberstufenschülern aus den Sportprofilen s. Seite 36.

liche Talente gezielt fördert. Dazu werden in der 2. Klasse im Rahmen eines standardisierten Parkours besonders sportliche Kinder ermittelt, die ein Mal pro Woche diese spezielle Förderung mit einem zusätzlichen, breit angelegten Sporttraining erfahren.

### Wer sich bewegt kann besser rechnen...

Dass Sport schlau macht, ist längst neurophysiologisch erwiesen. Auch in der Hamburger Schulbehörde versucht man dieses Erkenntnis Rechnung zu tragen und hat sich bemüht, eine zusätzliche dritte Sportstunde pro Woche zu installieren. In der Praxis kommt dieses allerdings leider oft zu kurz. Hallenengpässe, Lehrermangel, Vorrang „akademischer“ Fächer im Kontext von G 8 führen dazu, dass in der Regel meist nur zwei Stunden pro Woche unterrichtet werden.

Gleichzeitig belegen Studien, dass die motorischen Fähigkeiten vieler Kinder über die letzten Jahrzehnte abgenommen haben. Balancieren, Handstand, Vorwärtsrolle, Rückwärtsgehen und auch Schwimmen – Fertigkeiten, die Kinder in der Grundschule beherrschen sollten, sind für manche Kinder heutzutage schon eine Herausforderung.

Gerade angesichts der zunehmenden

Digitalisierung und virtueller Lebenswelten erscheinen der körperliche Ausgleich und die gemeinsamen Erfahrungen im „Hier und Jetzt“, wie der Sport sie ermöglicht, zunehmend wichtiger für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

### Schule und Sportvereine an einem Strang

Dieses war auch Konsens einer Klausurtagung der TopSportVereine der Metropolregion Hamburg, an der am 23.05.2018 über 100 Vertreter aus Behörden, Verbänden und Vereinen teilnahmen. Im Rahmen von drei hochrangig besetzten Podiumsgesprächen

wurde dieses wichtige Thema aus ganz unterschiedlichen Richtungen beleuchtet. Auf dem Podium mit Finanzsenator Dr. Andreas Dressel stand der Aspekt der Finanzierung von Sportraum angesichts allgemeiner Hallenengpässe im Mittelpunkt. Im Gespräch mit Schulsenator Ties Rabe ging es konkreter um mögliche Synergien und der Verbesserung der Zusammenarbeit von Schulen und Sportvereinen. Sportsenator Andy Grote äußerte sich vor allem zum Konzept „Active City“ und der Bedeutung des Sports für die Gesellschaft.

Die Diskussion wird im Anfang November auf einem Symposium in der Kühne Logistics University in der Hafen City fortgesetzt.

### Schule hat begonnen...

Die Kinder aus den Schulkooperationen freuen sich, dass sie ihre Sportangebote auch nach dem Schulwechsel im Rahmen der Ganztagsbetreuung fortsetzen können.

Umso bedauerlicher die Nachricht, die den Verein kurz vor den Sommerferien erreichte: die Hamburger Sportjugend musste die Finanzierung einiger Kurse kurzfristig ablehnen, weil nicht ausreichend Mittel zur Verfügung stehen. Wir hoffen auf eine schnelle und pragmatische Lösung!

■ Claudia Conze

### KITAS AUFGEPASST!

Interessiert an einer Zusammenarbeit im Bereich Sport und Bewegung? Gerne berät unser Team Sportorganisation. Kontakt: [kooperationen@walddorfer-sv.de](mailto:kooperationen@walddorfer-sv.de)



# Wenn Zusammen- arbeit gelingt

Interview mit Eva Baier, Schulleiterin der Grundschule Eulenkrugstraße und Sabine Preußner, Koordinatorin Schulkooperationen im Walddörfer SV

**Claudia Conze (CC):** Frau Baier, Ihre Schule ist schon seit vielen Jahren in der Ganztagsbetreuung aktiv. Wie viele Kinder nutzen die Ganztagsbetreuung und was wird den Kindern am Nachmittag angeboten?

**Eva Baier (EB):** Von den 340 Kindern, die unsere Schule besuchen, nutzen 300 Kinder die Ganztagsbetreuung, die bei uns durch den Träger Hort Altonaer Straße e.V. organisiert wird. Die Betreuung umfasst im Zeitraum von 13 bis 14 Uhr zunächst die Mittagspause mit dem Mittagessen, von 14 bis 16 Uhr freie Spielzeit, Lernzeit, Förder- und Forderkurse und Sportkurse vom Walddörfer SV. Und dann gibt es für einige Kinder noch die Spätbetreuung bis 18 Uhr.

**CC: Sabine, als Koordinatorin der Schulkooperationen im Walddörfer SV bist du für die Organisation der ganzen Sportangebote mit den verschiedenen Schulen zuständig. Wie läuft da die Abstimmung?**

**Sabine Preußner (SP):** In einem ersten Schritt stimme ich mit den GBS-Trägern in den Schulen deren Bedarf, d.h. Umfang und Themen, ab. Oft gibt es dabei bereits Erfahrungswerte, welche Sportangebote besonders begehrt und gefragt sind. Und natürlich berücksichtige ich auch, zu welchen Angeboten wir als Verein qualifizierte Trainer vermitteln können. Hier in der Eulenkrugschule haben wir im Rahmen der Schulkooperation aktuell 6 Kursangebote. Außerhalb der klassischen Kooperationen gibt es darüber hinaus noch eine Talentgruppe und eine Psychomotorik-Gruppe.

**CC: Welche Angebote sind denn bei den Kindern besonders gefragt?**

**SP:** Es gibt einige „Dauerbrenner“ – z.B. Inline-Skating, Parkour oder Tanzangebote. Ansonsten gibt es scheinbar Wellen und Moden, denen wir Rechnung tragen. So war eine Zeitlang auch



Eva Baier und Sabine Preußner

Capoeira und Breakdance sehr gefragt. Das scheint aktuell etwas rückläufig zu sein, so dass wir im Moment Zumba Kids ins Programm aufgenommen haben. Aber das variiert auch von Schule zu Schule.

**CC: Und wie läuft das dann im Weiteren?**

**SP:** Zu Beginn eines Schuljahres wählen die Kinder ihr Nachmittagsangebot für jeweils ein halbes Jahr – allerdings immer mit Erst-, Zweit-, und Drittwunsch, damit die Zuordnung entsprechend koordiniert werden kann. Noch vor den Herbstferien starten die Kinder dann mit ihrem Sportkurs, der in Gruppen von 12 bis maximal 20 Kinder durch unsere Trainer, unterstützt durch FSJ-ler oder Auszubildenden, angeboten wird.

**EB:** Allerdings würden wir uns aktuell wünschen, ein zweites Zeitfenster von 14 bis 15 Uhr ebenfalls mit Angeboten zu belegen, da wir uns Lernzeit derzeit umstellen und wir dann flexibler wären. Und am liebsten würden wir gerade die Sportangebote am Nachmittag auch für alle Kinder öffnen.

**CC: Was sind Ihre Erfahrungen mit den Kooperationen im Sport?**

**EB:** Aus unserer Sicht spielen gerade Sport und Bewegungsangebote eine zentrale Rolle in der Ganztagsbetreuung und es ist uns sehr wichtig, dass die Kinder möglichst viele unterschiedliche

deuter  
immer dabei...  
Dreyer  
Haupt-Farak-Str. 7 • 22359 Hamburg  
Tel. 040-603 45 29

## Kinderschuhe

- Hochwertige Auswahl Gr. 19 - 43
- schlank bis weit
- Einlagen mit Sprialdynamik
- Orthopädische Kinderfuß-Aanalyse

**Laufgut Paulig**  
GUTE SCHUHE · GESUNDE FÜSSE  
Ihr Spezialist für gutes Laufen  
Orthopädienschuhtechnik & Komfortschuhe / Kinderschuhe  
Hagener Allee 5 · 22926 Ahrensburg · Tel 04102-2180205  
Mo-Fr 09.30-18.30 Uhr · Sa 10.00-15.00 Uhr  
[www.laufgut-paulig.de](http://www.laufgut-paulig.de)

Bewegungserfahrungen machen. Unsere Kinder brauchen die Bewegung so sehr! Nicht nur für ihre körperliche, sondern auch kognitive Entwicklung und für ihre Lernfähigkeit. Oft entdecken die Kinder hier ganz neue Talente und diese frühen positiven Bewegungserfahrungen legen die Basis für das ganze weitere Leben.

**CC: Wie ergänzt das Sportangebot den Bildungsansatz in Ihrer Schule?**

**EB:** Was aus unserer Sicht durch Sport vermittelt wird, ist vor allem das verbindende Element: Sport als gemeinschaftsstiftendes Erlebnis im Team. Das ist eine Erfahrung, die für Kinder in einer zunehmend individualisierten Welt ungeheuer wichtig ist. Sich aufeinander verlassen und sich gegenseitig zu unterstützen, als Team gemeinsam stark zu sein, sich an Regeln halten – das stärkt unsere Kinder für ihr Leben in der Gesellschaft.

**CC: Und gibt es darüber hinaus noch Felder der Zusammenarbeit?**

**EB:** Allerdings. Wir freuen uns immer über die Unterstützung im Zusammenhang mit Schul- und Sportfesten. So zum Beispiel beim jährlichen „Großen Eulen-Cup“, dem Grundschul-Fußball-Turnier, das jedes Jahr auf dem Allhornplatz ausgetragen wird. Hier sind auch unsere Eltern immer ganz engagiert und erleben zusammen mit ihren Kindern die Begeisterung und Leidenschaft für den Sport in der Gemeinschaft.

Aber worüber wir uns aktuell besonders freuen, und da geht mein ganz ausdrücklicher Dank an Ulrich und Wolfram Lopatta, ist die großartige Unterstützung bei der Bauplanung unserer neuen Gymnastikhalle. Beide haben bei unseren runden Tischen mit Schulbau Hamburg und den Architekten ihr ganzes Knowhow eingebracht und viele praktische Tipp aus ihrer langjährigen Erfahrung gegeben. Als gemeinsame Nutzer diese Gymnastikhalle konnten wir Bedarf und Synergien bereits in der Planungsphase abstimmen und bündeln und so das Beste für diese Halle dabei herausholen: effiziente Raumnutzung und eine Kletterwand, die sowohl für unsere Grundschulkinder als auch für den Verein ein echtes Highlight werden wird.

Toll, wenn Kooperation so funktioniert! ■

**Eulencup**  
in Kooperation mit dem Walddorfer SV

**Walddorfer SV Hamburg**

# Schulfußball Fest

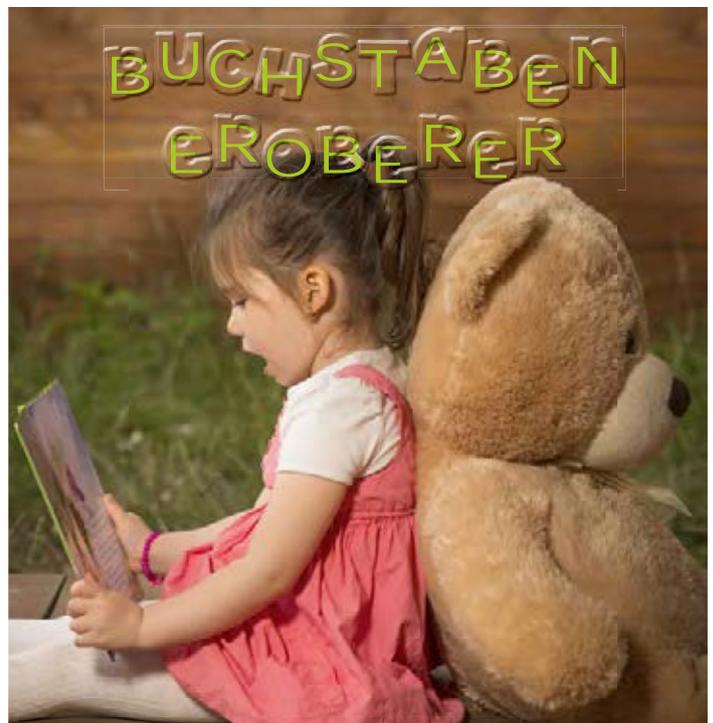
**Schauen! Mitfiebern! Anfeuern!**

**Wann?** Samstag, den 22. September 2018, 9.00 – 18.00 Uhr

**Wo?** Allhorn Stadion, Ahrensburger Weg 30, 22359 Hamburg

**Wer?** Grundschule Eulenkrußstraße und Ahrensburger Weg, ca. 50 teilnehmende Klassenteams (VSK und Klassen 1–4), Jungen- und Mädchenteams

Walddorfer SV · Halenreihe 32–34, 22359 Hamburg · 040 / 64 50 62 - 0 · [www.walddorfer-sv.de](http://www.walddorfer-sv.de)



**malschule Volksdorf**

Mitglied im Berufsverband Bildender Künstler Hamburg e.V.

- Fortlaufende Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Anfänger und Fortgeschrittene
- Kinder-Ferien-Malkurse
- Gutscheine

Grafik Design: [www.atelier-grote.de](http://www.atelier-grote.de)  
Malerei: [www.galerie-grote.de](http://www.galerie-grote.de)

Atelier Grote / Karsten Grote      Telefon: 040 - 644 7 644  
22359 Hamburg-Volkisdorf      [www.malschule-volkisdorf.de](http://www.malschule-volkisdorf.de)

**BUCHHANDLUNG**  
J. v. Behr

BÜCHER · SPIELZEUGKABINETT · E-BOOKS · FILME

Im Alten Dorfe 31 | 22359 Hamburg Volkisdorf  
040 -6 03 12 86 | Fax 040 -6 03 83 43  
[info@buecher-behr.com](mailto:info@buecher-behr.com) | [www.buecher-behr.com](http://www.buecher-behr.com)

# Einfach mal etwas Neues ausprobieren...

Viele Kinder haben nach den Sommerferien Lust, ein neues Hobby auszuprobieren. Hier freuen sich Sportteams auf Verstärkung. Ein kostenloses Schnuppertraining ist jederzeit möglich.



SPORTART	ANGEBOT	ALTER
Badminton	Badminton-Minis U10 Minis U12 Mix U12/U13/U14 Mix	4 – 7 Jahre 8 – 10 Jahre 10 – 12 Jahre 10 – 14 Jahre
Basketball	U8 Mix (Basketball-Minis) U12/U14/U16	5 – 7 Jahre 10 – 15 Jahre
Fechten	Anfänger (m/w)	ab 8 Jahre
Fussball	Mädchen-Teams	alle Altersstufen ab 6 Jahren
Handball	Piccolinos mixed Minimädchen/Minimixed E-, D-, C-Jugend (m/w)	4 – 5 Jahre 6 – 8 Jahre 9 – 15 Jahre
Inklusionssport	Inklusionssportgruppe Freizeitkicker	5 – 12 Jahre Ab 8 Jahren
Inline-Skating	Familienworkshop	Ab 6 Jahren
Kunst- und Gerätturnen	Tanzen und Turnen	5 – 7 Jahre
Leichtathletik	KINDERLEICHT-athletik alle Alterklassen (m/w)	5 – 6 Jahre 7 – 17 Jahre
Rhythmische Sportgymnastik	Breitensportgruppe	Ab 5 Jahren
Tischtennis	Anfänger Jugend	Ab 7 Jahren
Triathlon	<b>NEU:</b> Triathlon Kids	8 – 10 Jahre
Volleyball	Volleyball-Minis U 10 mixed U 12 mixed	5 – 8 Jahre 8 – 10 Jahre 10 – 12 Jahre
Yoga	Yoga für Kinder Workshop Yoga für Kinder Workshop	Ab 6 Jahren Ab 9 Jahren



Weitere Infos und Sportangebote für Kinder und Jugendliche finden sich in unserem Sportangebot ab S. 38.





## TERMIN

Do., 16:00 – 17:30 Uhr

Fr., 16:00 – 18:00 Uhr

Do., 16:00 – 17:30 Uhr

s. Sportprogramm

Fr., 16:00 – 17:00 Uhr

s. Sportprogramm

Mi., 16 – 17:30 Uhr, Fr. 17 – 18:30 Uhr

s. Sportprogramm

Di., 15:30 – 16:30 Uhr

Di., 17:00 – 18:30 Uhr

s. Sportprogramm

Di., 15:30 – 17:00 Uhr

Do., 16:00 – 17:00 Uhr

Sa., 15 Uhr (4x 90 Min. Start 08.09.)

Do., 16:00 – 17:00 Uhr

Mi., 16:00 – 17:00 Uhr

Di./Do. ab 15:45 Uhr s. Sportprogramm

Mi., 15:00 – 16:00 Uhr

Mo., 16:30 – 17:30 Uhr, auch Fr. 17:00 – 18:30 Uhr

Do., 17:00 – 18:30 Uhr

Mi., 16:30 – 18:00 Uhr

Do., 17:00 – 18:30 Uhr

Di., 17:00 – 18:30 Uhr

Do., 16:00 Uhr (8x60 Min., Start 23.08.18)

Fr., 17:30 (8x60 Min., Start 24.08.18)



## SCHON GEWUSST?

Mit der **Sportsuche** auf unserer Website lassen sich Sportangebote ganz leicht nach unterschiedlichen Kriterien (z.B. Alter, Wochentag, Uhrzeit) filtern. Da findet sich für jeden ein passendes Angebot...



## Wir begrüßen Finja Wendt

Wie im Flug ist das freiwillige soziale Jahr unserer beiden FSJ-ler Lena Herold und Luis Vorbau vergangen. Es war angefüllt mit abwechslungsreichen Aufgaben: von der Mitarbeit bei den Schulkooperationen und eigenen Trainingsgruppen in der Hand- bzw. Volleyballabteilung, über Schichten im Studio und Service bis hin zur Mitarbeit bei Veranstaltungen wie dem Stadtteilstfest und der Sportschau. Und natürlich haben beide auch bei den Veranstaltungen des Young Motion Teams ordentlich mitgemischt. Ihr Fazit: „Es war ein tolles Jahr und hat uns super viel Spaß gemacht!“



Lena & Luis  
übergeben an Finja

Am 1. August hat Finja Wendt ihr FSJ beim Walddörfer SV begonnen. Sie ist neugierig und freut sich auf die neuen Erfahrungen. Der Rat unserer „alten Hasen“ bei der Staffstabübergabe: einfach offen sein und mitmachen. In dem Sinne wünschen wir Lena und Luis alles Gute für ihren weiteren Weg und Finja einen guten Start im Walddörfer SV!

## TEAM HAUSTECHNIK

## Ein Fall für das Siegertreppchen

Dieses Team spielt in seiner eigenen Liga! Während die Volkssdorfer in den Sommerurlaub fahren, ist das Reinigungsteam des Walddörfer SV noch voll im Einsatz. Auch wenn sie für viele Mitglieder oft nicht sichtbar sind, sind unsere 9 Reinigungskräfte unverzichtbarer Teil unseres Teams. Meistens endet ihre Arbeitszeit, wenn der Sport beginnt. Dann haben sie für unsere Mitglieder die Flure, Umkleieräume und Gyms im Sportforum schon gereinigt und geputzt. Neu ist ein Pilotversuch, einige der Räume bereits abends zu reinigen, und wenn der Winter naht und mehr Schmutz ins Haus getragen wird, dann gibt es oftmals sogar noch eine 2. Tagschicht. Nicht zu vergessen die Pflege der Außenanlage und das winterliche Schneeschippen. Und nicht nur das Sportforum ist ihr Revier: auch die Außenstelle Berner Au wird vom Team täglich gereinigt. Damit unsere Abteilungen sich bereits in den Ferien auf die neue Wettkampf-Saison vorbereiten können, rückt unser Reinigungsteam in dieser Zeit zusätzlich auch noch in den für dieses Training genutzten Schulhallen an. Und hat für diese Reinigungsleistung im vergangenen Jahr ein großes Lob vom Schulhausmeister erhalten.

Wir danken unseren Ferienzeit-Reinigungs-Held/innen: Katarzyna Opat, Margarita Arroyave, Birigt Keup, Malgorzata Maliki, Hendrik Podlawski, Malgorzata Porst, Stephan Schröder, Fadia Stifi und Anita Wahle

Und natürlich auch unseren Helden der Haustechnik: Holger Luzius und Horst Bräuer, die fast alles reparieren können, was kaputt gegangen ist und das Team wunderbar ergänzen.



Unser tolles  
Team Haustechnik

## Der Walddörfer SV hat einen neuen Aufsichtsrat

Am 25.3.2018 fand die alljährliche Delegiertenversammlung des Walddörfer Sportvereins statt. Aufsichtsrat und Vorstand berichteten den Delegierten von den Entwicklungen des Vereins im vergangenen Jahr, der mit 8.030 Mitgliedern (Stand Januar 2018) einen neuen Mitgliederhöchststand verzeichnete und finanziell und organisatorisch sehr gut aufgestellt ist. Beide Gremien wurden von der Versammlung entlastet.



Der neue Aufsichtsrat: Andreas Hänschen, Arne Zwirlein-Potyka, Maryam Blumenthal, Jürgen Sparr (v.l.n.r)



Die Delegierten stimmten über verschiedene Anträge zur Änderung der Satzung ab. So wurde unter anderem ein Verfahren zum Antrag auf Beitragsermäßigung für Bedürftige beschlossen. Die aktualisierte Fassung steht im Download-Bereich der Website zur Verfügung.

Außerdem wurde auf der Versammlung ein neuer Aufsichtsrat gewählt: Andreas Hänschen wurde als Vorsitzender für eine weitere Amtsperiode wiedergewählt. Neu in dem Gremium sind Arne Zwirlein-Potyka, Maryam Blumenthal und Dr. Jürgen Sparr. Alle Mitglieder sind dem Walddörfer SV schon seit einigen Jahren eng verbunden und sind bereit, den Vorstand in seiner Arbeit zu beraten und zu unterstützen. Wir danken für ihr Engagement und wünschen alles Gute für die gemeinsame Arbeit!

## KINDERSCHUTZ

### Wir passen auf...

Bereits zum zweiten Mal fand vor einigen Monaten im Walddörfer SV eine Schulung zum Thema „Prävention sexualisierte Gewalt“ (PSG) statt, an der Mitarbeiter/innen und Trainer/innen aus verschiedenen Bereichen des Vereins teilgenommen haben. Die Veranstaltung wurde durch die Organisation Zündfunke e.V. durchgeführt, die den Verein zu diesem wichtigen Thema schult, berät und begleitet. Mit einem Vortrag und Austausch

zu fiktiven Fallbeispielen in kleinen Gruppen wurden die Teilnehmer sensibilisiert.



Dem Walddörfer SV ist es wichtig, zu diesem Thema aufmerksam zu sein. Auälligkeiten und Hinweise werden sehr ernst genommen und auf jeden Fall vertraulich behandelt. Betroene können sich jederzeit an unsere Trainer/innen, unsere PSG-Beauftragte **Lara Hahn (Mail: [psg@walddoerfer-sv.de](mailto:psg@walddoerfer-sv.de))** oder unseren Vorstand wenden.

## EU DATENSCHUTZGRUNDVERORDNUNG

### Wir schützen Ihre Daten



Seit dem 25.Mai 2018 ist die neue EU-Datenschutzgrundverordnung in Kraft getreten. Der Schutz persönlicher Daten war dem Walddörfer Sportverein bereits vor diesem Termin ein wichtiges Anliegen. Der Walddörfer SV erhebt, speichert und verarbeitet persönliche Daten nur in dem Umfang, wie dieses zur Durchführung seiner vereinsbezo-

genen Prozesse notwendig ist. Im Zuge der neuen Verordnung haben wir im Mai unsere Datenschutzerklärung überarbeitet und aktualisiert. Diese ist auf der Website abzurufen und steht dort auch als Download zur Verfügung.

Darüber hinaus wurde Herr Rechtsanwalt Sven Nauke als externer Datenschutzbeauftragter benannt, der den Verein im Weiteren zu allen Fragen des Datenschutzes berät. Für weitere Fragen zu diesem Thema steht unser Vorstand unter [vorstand@walddoerfer-sv.de](mailto:vorstand@walddoerfer-sv.de) gerne zur Verfügung.



**VOLKSDORFER STADTTEILFEST 2018**

# Hier trifft sich Volksdorf!

Auch in diesem Jahr ist der Walddörfer Sportverein mit seinem großen Angebot wieder auf dem Stadtteilfest vertreten, welches vom 31.08. bis 02.09.2018 im Volksdorfer Ortskern stattfindet.

Am 01.09. erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Programm auf der zentralen WELCOME-Bühne des Walddörfer Sportvereins. Neben sportlichen und musikalischen Darbietungen gibt es Gespräche zu Themen, die den Stadtteil bewegen.



**An diesen Standorten findet ihr uns auf dem Stadtteilfest**





Walddörfer Inline-Runde

Darüber hinaus sind an verschiedenen Stellen im Dorf Mitmach-Angebote von Fechten über Ballsportarten bis hin zu Leichtathletik. Natürlich ist auch das Kistenklettern und die Hüpfburg wieder in der Weißen Rose. Bei so einem tollen Event wird es sich auch unser Maskottchen Flip nicht nehmen lassen, dabei zu sein!

Aufgrund der großen Nachfrage findet am 02.09.2018 die 2. Walddörfer Inline-Runde statt. Für das Jedermannrennen für fortgeschrittene Skater ab 10 Jahren ist eine Anmeldung erforderlich. Wir freuen uns auf viele Läufer und begeisterte Zuschauer! ■ Claudia Conze



Sportstationen zum Mitmachen



Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



## Der Frischemarkt in Ihrer Nähe!

Besuchen Sie uns in der neu eröffneten und großzügig gestalteten Obst- und Gemüseabteilung. Die umfangreiche Salatbar mit einer großen Auswahl an saisonal wechselnden Köstlichkeiten wird täglich erntefrisch für Sie zubereitet. Auch unser Liefer- und Partyservice freut sich auf Ihren Anruf!

### Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 8:00 – 19:00 Uhr · Sa. 8:00 – 16:00 Uhr

Weißerose 1 • 22359 Hamburg • Tel.: 040 / 24 18 99 - 0 • Fax.: 040 / 24 18 99 - 10 • [www.simon-frischemarkt.de](http://www.simon-frischemarkt.de)

# Stützpunktarbeit und Integration im Walddorfer SV

Der Walddorfer SV fördert Toleranz und Akzeptanz zwischen verschiedenen Nationalitäten und Kulturen durch maßgeschneiderte Sportangebote und gesellschaftliches Engagement.

Viele unserer Sportangebote sind bereits seit Jahrzehnten international ausgerichtet. Wir pflegen einen regelmäßigen sportlichen Austausch weltweit: von Fußball- und Handballturnieren in Skandinavien über ein internationales Team unserer rhythmischen Sportgymnastinnen bis zu Lehrgängen mit japanischen und italienischen Karatemeistern. Außerdem sind wir seit der Eröffnung der Unterkunft Waldweg vor 30 Jahren dort für die Menschen mit unserem Sportangebot aktiv.

Auch auf der WELCOME-Bühne des Vereins beim Volksdorfer Stadtteilstadtteilfest 2017 und beim diesjährigen Neujahrsempfang im Walddorfer Sportforum zeigte sich eindrucksvoll die internationale Ausrichtung des Walddorfer SV – wie auch bei unserem ersten „Dinner der Nationen“ im Ohlendorff'schen Park Anfang Juni, an dem mehr als 100 Menschen aus verschiedenen Ländern teilgenommen haben.



Gemeinsam beim Dinner der Nationen

© Margret Pantelmann

## Rückblick auf ein Jahr Stützpunktarbeit

Seit der Walddorfer SV im Jahr 2017 Stützpunktverein wurde, haben wir unser Engagement zur Integration von geflüchteten Menschen und Migranten verstärkt. So sind wir in den Unterkünften Richard-Remé-Haus und Waldweg aktiv und werden ab Herbst auch in der neuen Unterkunft an der Eulenkrogstraße mit Sportangeboten vertreten sein. Unser Gymnastikangebot für muslimische Frauen ist inzwischen unter dem Titel „Fitness der Kulturen“ in unser Regelsportangebot aufgenommen worden und lädt alle Frauen zu Sport und Begegnung ein. Seit Juni bieten wir im Rahmen der Stützpunktförderung einen Schwimmkurs für Frauen an, der sehr gut angenommen wird. Inzwischen werden viele Geflüchtete und Migranten reguläre Mitglieder im Walddorfer SV. Unser Ziel ist das gleichberechtigte Miteinander auf allen Ebenen der Organisationsstruktur unseres Vereins - von den Sportlern über die Trainer und Leiter bis zum Vorstand, unabhängig von Herkunft, Kultur und religiöser Überzeugung. Der Lohn dieses Engagements ist die kulturelle Bereicherung für alle Mitglieder. ■ *Torsten Schubert*

**NEU:** Seit Juni gibt es unser Beitrittsformular auch in den Sprachen Englisch, Arabisch und Farsi.

Die Villa

IHR WIENER KAFFEEHAUS



Ihr Wiener Kaffeehaus  
in der Ohlendorff'schen Villa  
Im Alten Dorfe 28,  
22359 Hamburg  
Tel. 040- 603 25 58  
[www.villa-volksdorf.de](http://www.villa-volksdorf.de)

## Unser Veranstaltungskalender für das zweite Halbjahr 2018

### Lunchbuffet am Einschulungstag

21.08.2018 von 12.00 - 14.00 Uhr  
Herzlich Willkommen alle 1. Klässler.  
Es erwarten Sie drei verschiedene Gerichte und Salat vom Buffet.  
13,50 € p.P. (Kinder bis 12 J. 9,90 €)  
Das Angebot gilt auch für unsere Mittagstisch-Gäste.

### 03.10. Tag der deutschen Einheit

Großes Brunchbuffet 10.00 - 14.00 Uhr  
25 € p.P. inkl. Filterkaffee, Tee & Säfte

### Weinabend mit Rindchens Weinkontor

Freitag 09. Nov. 2018  
19.30 Sektempfang  
20.00 Uhr Beginn- 4 Gänge Menü (Menüauswahl folgt)  
Karten 59 € p.P. inkl. begleitende Weine & Wasser

### Tanz in der Villa- Motto Oktoberfest

Samstag 22.09. O-Zapft wird um 20.00 Uhr  
Eintritt: 19 € inkl. 1 Oktoberfestbier  
Zünftige Musik mit DJ  
Weiß- blaue Oktoberfest Atmosphäre  
Leckere Jausenbretter  
Karten ab sofort in der Villa  
Dirndl & Lederhosen sind herzlich Willkommen

### Frühstücksaktion in den Herbstferien

01.- 02.10 und 04.-05.10. 2018  
Beginn 09.00 oder 12.00 Uhr  
**2 Frühstücken, einer bezahlt!**  
Genießen Sie unsere Komplett-Frühstücke inkl. Kaffee, Tee und wir laden Sie zum zweiten Frühstück ein.  
(gilt für Morgenstarter, Gesund in den Tag, Fiaker und Käsevariation)

### 31.10. Reformationstag

Frühstücksbuffet 10.00 - 14.00 Uhr  
14,90 € p.P. inkl. Säfte & Wasser

### Tanz in der Villa

Samstag, 24. Nov. Beginn 20.00 Uhr  
Eintritt: 19 € p.P. inkl. Sektempfang  
Es werden kleine Speisen angeboten.  
Karten ab sofort in der Villa

### Wussten Sie schon?

Für Ihre Geburtstags- oder Familienfeier können Sie einzelne Räume im Café reservieren oder abends ab 40 Personen exklusiv die Villa buchen.  
Bitte sprechen Sie uns an, wir freuen uns!

# Dieser Sommer war heiß – und unsere Events cool!

Bubblemania 2018 - Young Motion Team Open Air 2018



Unsere nächsten Events:  
Kletterwald und Midnight Bowling – Sei dabei!

ymt@walddoerfer-sv.de  
www.walddoerfer-sv.de



Young Motion Team



Hamburg



Siegreiche 1. Frauen

## FUSSBALL

## Fußball-Frauen auf Erfolgskurs

Niemand wusste vor der Saison 17/18 so recht, wo die Reise der Frauenteams im Walddorfer SV hingehen würde. Die **1. Frauen** startete als Aufsteiger in der starken Regionalliga Nord und durfte sich mit großen Vereinen wie Holstein Kiel, Werder Bremen oder dem FC St. Pauli messen. Beim Blick auf die Tabelle der Regionalliga Nord dürfen alle Beteiligten rund um die 1. Frauen nun mächtig stolz sein. Mit dem Saisonziel „Klassenerhalt“ gestartet, belegt die junge Mannschaft zum Saisonabschluss den 2. Platz und darf sich auf eine weitere Spielzeit in der dritthöchsten Spielklasse des deutschen Frauenfußballs freuen.

Dass die **2. Frauen** eine Rolle im Kampf um den Aufstieg in die Landesliga spielen würde, ließ sich anhand der vielen jungen Talente bereits vor der Saison erahnen. Dass die Saison mit abschließend 52 Punkten aus 20 Spielen und 110:12 Toren so erfolgreich sein würde, hätte wohl kaum jemand erwartet. Nach diesem tollen Ergebnis muss der Weg der sehr jungen 2. Frauen auch in der Landesliga noch nicht zu Ende sein.



### Ausbau des Trainerteams

Um auch weiterhin so erfolgreich zu sein, wurden bereits jetzt erste Weichenstellungen für die neue Saison vorgenommen. Neben der talentierten Nachwuchsspielerin Mirella Tizia Pleqi (FTSV Lorbeer) konnten vom diesjährigen Regionalligameister Bramfelder SV gleich drei Spielerinnen gewonnen werden, Safia Hassam, Dalina Saalmüller und Juliana-Justin Siever. Die Abteilung verspricht sich durch diese neuen Spielerinnen nicht nur eine wesentliche sportliche Verstärkung, sondern auch eine Verstärkung seines Trainerteams für die nachrückenden B-Juniorinnen gewinnen zu können. Saalmüller und Siever, die zum Teil sportliche Erfahrung aus der 2.



Trainer Niklas Wilkowski  
und Niels Quantemit dem  
Hamburger FUTSAL-Pokal

Frauenbundesliga mitbringen, werden diese in vorbildlicher Weise an die jungen Sportlerinnen weitergeben können und somit das zwischen Jugend und Frauenleistungsbereich eng verzahnte Konzept der Abteilung unterstützen.

Wir danken an dieser Stelle den bisherigen Trainern Matthias Bauer und Janina Pfullmann für die mehrjährige erfolgreiche Tätigkeit.

Für die jüngeren Altersstufen freut sich das Team, dass Thorsten Ortmann, der in den zurückliegenden elf Jahren mit verschiedenen Mädchenmannschaften des Walddörfer SV mehrere Hamburger Meisterschaften gewinnen konnte, jetzt nach kurzer Pause in den Trainerstab zurückgekehrt ist. Herzlich willkommen!

#### VERSTÄRKUNG GESUCHT!

Der Walddörfer SV hat sich im Frauen- und Mädchenfußball inzwischen eine breite Basis mit insgesamt elf Mannschaften geschaffen. Aktuell sucht die Abteilung noch Spielerinnen für das Team der **B-Mädchen** (Jahrgang 2002/03), welches erneut in der Verbandsliga antreten wird. Auch die **C-Juniorinnen** (Jahrgang 04/05) suchen derzeit noch Verstärkung. Grundsätzlich sind alle fußballinteressierten Mädchen ab 6 Jahren willkommen!

■ Heinrich Färber/Niels Quante

Der Walddörfer SV dankt



# Hamburg Airport

für seine Unterstützung des

## Mädchen- und Frauenfußballs



## HANDBALL

# Erfolgsmeldungen der mA Jugend

... denn die Jungs des 2000er/01er Jahrgangs holten sich erneut (wie letztes Jahr als mB-Jugend) den Hamburger Meistertitel! Eine lange Saison hindurch zeigten die erfolgsverwöhnten Jungs, dass sie auch als jüngerer Jahrgang in der männlichen A-Jugend hervorragend mithalten können. Es gingen insgesamt nur drei Punkte verloren und der Meistertitel war schon einige Spieltage vor Saisonende unter Dach und Fach! So war es klar, dass frühzeitig mit den Planungen für die nächste Saison 18/19 begonnen wurde, um das ganz große Ziel, endlich die Qualifikation für die Oberliga Hamburg/Schleswig-Holstein zu sehen, auch zu erreichen. Das hauchdünne Scheitern im letzten Jahr hatten noch alle vor Augen.

Die Weiterentwicklung der Jungs im Blick, entschloss sich deshalb der Walddorfer SV im Bereich mA mit anderen Vereinen in einer Spielgemeinschaft zu kooperieren. Noch während die letzte Saison lief, begannen gemeinsame Trainings und das Kennenlernen, denn schließlich sollte aus Gegnern bis zur Qualifikation im Juni ein Team, vielleicht sogar „Freunde“ werden.

Der 5. Platz im stark besetzten Ulzburg-Cup an Pfingsten setzte dann bereits das erste Ausrufezeichen. Die Jungs hatten sich in diversen Trainings, mehreren Trainingslagern, mentalen Einheiten und nach viel, viel schweißtreibenden Runden auf dem Sportplatz und an den Langhanteln eine tolle Form erarbeitet. In der Qualifikation am 03. und 10. Juni zeigten sie dann, dass sie zu einem Team zusammengewachsen sind, das begeistern den Handball spielen kann. Was das Team dort hochkonzentriert und motiviert mit Siegen über HSV/Hamm 02, Esingen, Ellerbek und einem Unentschieden gegen HSV Hamburg dem jubelnden Publikum zeigten, war Handball mit Leidenschaft, einfach vom Feinsten. Der Lohn: der Gesamtsieg, gleichbedeutend mit dem Oberliga Platz in der Hamburg/Schleswig-Holstein Liga für die kommende Saison.

Als Spielgemeinschaft Hamburg-Nord gemeldet, mit Trikots vom Walddorfer SV und vielen, vielen Fans aus beiden Vereinen, die ihre Jungs sensationell feierten, demonstrierten sie, mit wie viel Herz man Handball spielen kann und auch wie schnell vermeintliche Grenzen überwunden werden können für ein gemeinsames Ziel. Ermöglicht auch dadurch, dass die Entscheider die Vision unterstützten und Rückendeckung gaben. Danke dafür! Ohne euch hätten wir am Wochenende nicht so jubeln können. Ein Supererfolg, der Lust auf mehr macht. Freuen wir uns auf eine tolle Oberliga Saison! ■ Martina Kadenbach



Unsere E-Mädchen am Ball

### Trainerwechsel bei den Handball-Herren

Auch die Handball-Herren blicken auf eine erfolgreiche Saison zurück. Die **1. Herren** sicherten sich durch einen starken Endspurt in der Rückrunde den Klassenerhalt in der Bezirksliga, den **2. Herren** gelang der Aufstieg in die Kreisliga.

Für die neue Saison hat die Abteilung Marc Testorf als Trainer für die 1. Herren verpflichtet. Er ist 46 Jahre alt, lebt in Halstenbek und hat einige Jahre erfolgreich die Handballer der HSG Rissen/Wedel trainiert. Gemeinsam mit Madlen Pachali, die in der letzten Saison die 2. Herren in die Kreisliga führen konnte, und Simone von Boltstern, die das Team als Physiotherapeutin unterstützt, sind unsere Handballer nun für die neue Saison gut aufgestellt. Wir freuen uns auf spannende Spiele und wünschen viel Erfolg!

### Weibliche E-Jugend in der Saison 2018/2019

Im Mai 2018 hat Katharina Kammerer gemeinsam mit Mailin Petersen und Lisa Weißenborn (beide Spielerinnen der wC) die

weibliche E-Jugend mit den Jahrgängen 2008 & 2009 als Trainerinnen übernommen. Im Fokus der Vorbereitung stehen neben Grundtechniken wie der Koordination und Ballsicherheit spezifische Techniken wie die Umsetzung der Manndeckung. Zudem legt das Trainer-Trio großen Wert auf Teamgeist. Dieser wird im Training und Spiel eingefordert und soll durch gemeinsame Aktivitäten während der Sommerferien gefördert werden. Vor Beginn der Punktspiele steht neben einem Trainingsspiel noch Anfang September das Hallen-Turnier in Harburg an.

Die Trainingszeit ist mittwochs von 17.00 – 18.30 Uhr in der grünen Halle, Ahrensburger Weg 28 – parallel zu unseren Mini-Mädels der Jahrgänge 2010 & 2011

■ Katharina Kammerer

### Aus dem Verband

Dr. Knuth Lange, Abteilungsleiter Handball beim Walddorfer SV, wurde auf dem Verbandstag am 19. April 2018 zum neuen Präsidenten des Hamburger Handball-Verbands gewählt. Wir gratulieren! ■



## Das schönste Spiel? Teamplay!

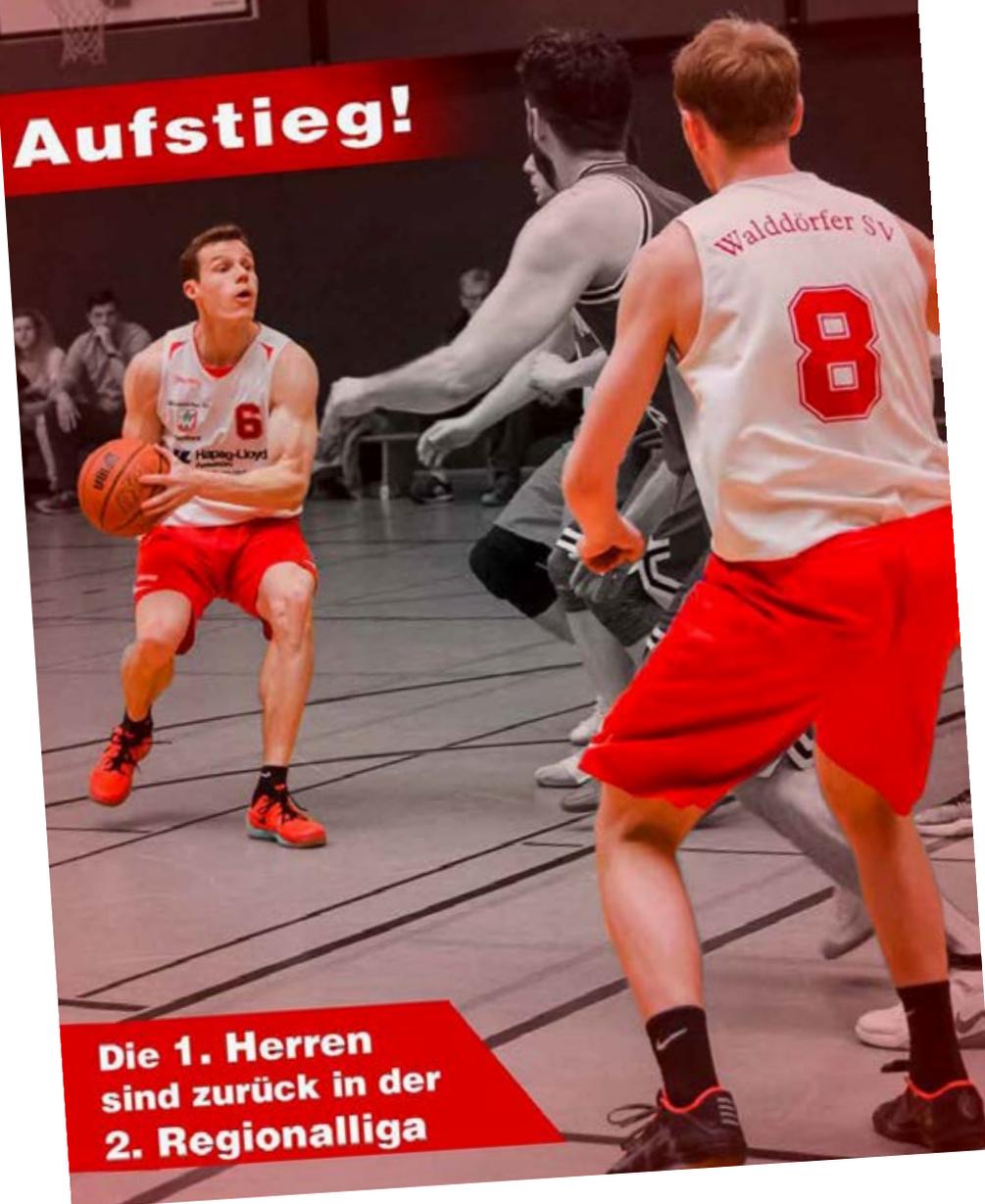
**LOTTO Hamburg fördert die TopSportVereine.**





**Und der Sport gewinnt.**

Mehr Informationen erhalten Sie unter: [www.lotto-hh.de/sportfoerderung](http://www.lotto-hh.de/sportfoerderung)



Alle weiteren Herrenmannschaften – **die 2. wie auch die 3. Herren** – haben ebenfalls den Sprung in die jeweils nächste Liga souverän hingelegt und werden somit in der Bezirksliga bzw. in der Stadtliga zielgerichtet dem nächsten Aufstieg entgegendribbeln.

Auch die **1. Damen** können sich freuen, denn sie haben ihren Patz in der Oberliga im komfortablen Mittelfeld der Tabelle souverän für sich gesichert. Glückwunsch, liebe Damen! Nun feilen die Mädels natürlich am Aufstieg und ihre Trainer Oliver Friedrich und Sebastian Lieseberg bereiten sie schon intensiv darauf vor.

Unsere **2. Damen**, die in der vorletzten Saison in die Stadtliga aufgestiegen waren, haben leider die Liga nicht halten können, aber umso mehr an Erfahrung und Souveränität gewonnen. Aktuell trainieren sie unverdrossen und positiv gestimmt auf den erneuten Sprung in die Stadtliga zu.

Im **Jugendbereich** waren wir wieder in jeder Jahrgangsstufe – sowohl im männlichen als auch im weiblichen Jugendbereich – mit mindestens einer Mannschaft im Spielbetrieb des Hamburger Basketballverbandes vertreten.

Unsere Jugendmannschaften spielten zum Teil in den Leistungsrunden ihrer Altersklasse, wo sie gegen die Besten aus ganz Hamburg und Umgebung antreten konnten. Aber auch Anfänger hatten die Möglichkeit, am Spielbetrieb der o e-

## BASKETBALL

# Was für eine Saison!

Die Basketballer des Walddorfer SV können die vergangene Saison mit Fug und Recht als äußerst erfolgreich für sich verbuchen. So haben die **1. Herren** zum ersten Mal seit acht Jahren wieder den Aufstieg in die 2. Regionalliga gemeistert und haben die O -Season bereits für intensives Training genutzt. Das Coaching hat Helmut Richter übernommen, der das hochmotivierte Team mit modernsten Trainingsmethoden und –zielen auf die Herausforderungen der kommenden Regionalliga-Saison vorbereitet. Dazu gehören nicht nur erhöhte Anforderungen an die taktischen wie auch körperlichen Voraussetzungen, sondern es muss auch ein Sponsor gefunden werden. Denn im nächsten Jahr stehen lange Fahrtstrecken zu Auswärtsspielen, höhere Schiedsrichterkosten, Warm-Up-Shirts, eine ausreichende Anzahl an Team-Bällen, Werbematerial (Spielankündigungen, Werbeposter in der Heimhalle) und vieles mehr auf dem Zettel. Insgesamt muss die Mannschaft für die Saison 2018/2019 etwa 5.000 Euro zusätzlich kalkulieren, um den reibungslosen Spielbetrieb in der Regionalliga zu ermöglichen.



nen Runden teilzunehmen. Genau so wird es auch in der kommenden Saison sein. So haben sich die Mädchen der W12, der W14 und der W16 beim Jugend-Qualifikationsturnier ihren Platz in der Leistungsrunde, der höchsten Jugendliga, erobert. Die Jungs der M18 werden ebenfalls dort mitmischen.

Aber auch über den eigentlichen Spielbetrieb hinaus war das Jahr wieder bunt: Angefangen bei unserem **Neujahrsturnier** über das begeisternde **Jugendcamp** mit Hamburg-Towers-Spieler René Kindzeka bis hin zu einer wieder einmal breiten Teilnahme am traditionellen **Pingstturnier** in Berlin haben unsere Mannschaften keine Gelegenheit ausgelassen, auf dem Spielfeld Spaß zu haben.

Last but not least lassen wir es uns nicht nehmen, unseren **Sponsoren** zu danken, die mit ihrer Unterstützung den Spielbetrieb erneut gesichert haben. Dank der Beiträge unserer Sponsoren konnten wir in die Trainer- und Schiedsrichterausbildung investieren sowie viele unserer Mannschaften mit einheitlichen Trikots ausstatten oder auf unseren Spielankündigungsplakaten unsere Heimspiele der 1. Damen- und 1. Herren bewerben. Ganz aktuell gilt unser Dank der Firma **TSL Textil-Service & Logistik**, die den Mädchen der W16/1 neue Trikots ermöglicht hat. Ein großes Dankeschön sprechen wir auch der Firma **Reschke Immobilien** aus, die in unserer Hobbygruppe für einen Trikotsatz gesorgt

hat. Denn den brauchen unsere „Hobbits“ demnächst, weil sie ab September in der Betriebs-sportliga spielen. - Wir freuen uns auf eine aufregende, neue Saison!

■ Silke Seibel



Unsere W16/1 in ihren neuen Trikots



Jugendcamp mit Hamburg-Towers-Spieler René Kindzeka als prominentem Coach  
Ein Mega-Highlight für die Kids!

(Fotocredit: Britta Glömminger / BG Photography)

# SICHER UNTERWEGS

YOUTH CARD

Sicher unterwegs: T. (040) 211 211 - Web: taxi211211.de - App: taxi.eu

Mit der **YOUTH CARD** sind Kinder und Jugendliche immer sicher unterwegs. Und Eltern müssen sich keine Sorgen mehr machen. So einfach kommt man an das neue Angebot von Hansa-Taxi: Ein Erwachsener beantragt die Karte. Die Kinder nutzen die YOUTH CARD, mit der sie bargeldlos die Taxifahrt bezahlen können. Einmal monatlich kommt eine Abrechnung über die durchgeführten Fahrten. Weitere Infos und der Kartenantrag unter: [www.taxi211211.de](http://www.taxi211211.de)

**HANSA-TAXI**  
**211211**  
HAMBURGS GUTER RUF



Hansepokalfinale 2018

## VOLLEYBALL

# Highlights aus der letzten Saison

### Neue Trikots für die 2. Herren

Einen neuen Trikotsatz zu gewinnen gelingt nicht jedem Sportteam. Unsere 2. Herren haben sich bei einer Aktion der Sparkasse Holstein beworben, die insgesamt 120 Trikotsätze für Jugendteams gesponsert hat. Im Zeitraum vom 06.06.18 bis 11.06.2018 musste für die Bewerber-Teams online abgestimmt werden. Mit 169 abgegebenen Stimmen kam das Team unter die Top 120 und freute sich über 15 Trikots inkl. Beflockung. Herzlichen Dank an Imke Schuldt (Co. Trainerin 2. Herren), die unsere Teilnahme organisiert hat und an alle Fans, die uns unterstützt haben!

### Hansepokal finale

Am 23. und 24.06.2018 war der Walddörfer SV Ausrichter des Hansepokalfinals in der Mehrzweckhalle im Ahrensburger Weg 30. Nach drei vorgeschalteten Qualifikationsrunden traten in der **Finalrunde Herren** am Samstag die Teams Walddörfer SV 1 (WSV1), Walddörfer SV 3 (WSV3) und Ariana gegeneinander an. Nach drei spektakulär-spannenden Spielen errang am Ende Ariana den 1. Platz, WSV 1 den 2. Platz und WSV 3 den Platz 3. Wir gratulieren!

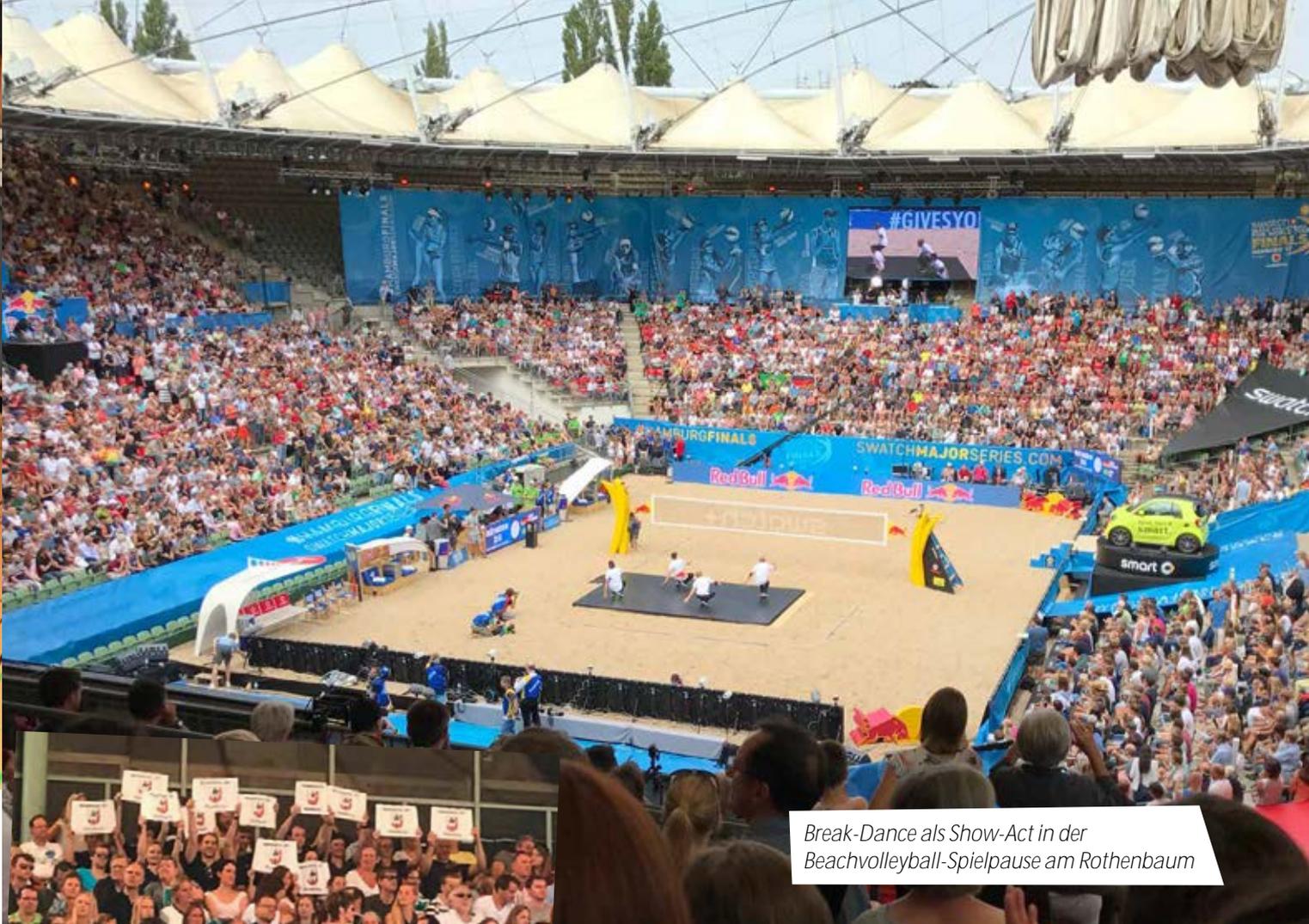
Am Sonntag wurde die **Finalrunde Mixed Hobby und Mixed Aktiv** gespielt, bei denen die Teams aus 1. Herren, 2. Herren und 2. Damen bestanden. Auf zwei Feldern spielten insgesamt 8 Teams. Die Volleyballer des Walddörfer SV spielten im Mixed Aktiv und kämpften sich ins Finale. In einem Kopf-an-Kopf-Rennen trug schließlich jedoch das Team „Süper Seks“ vom SV Rellingen den Sieg davon.



Die 2. Herren



Hobby Mixed Aktiv



Break-Dance als Show-Act in der Beachvolleyball-Spielpause am Rothenbaum



Fanblock Walddorfer SV

**Sommerzeit ist Beach-Volleyball-Zeit**

Wie schon im vergangenen Jahr wird es auch in diesem Jahr eine gemeinsame Tour zu den Beach Volleyball FIVB World Tour Finals geben, die vom 15.08.2018 bis 19.08.2018 am Rothenbaum stattfinden. Geplant ist ein gemeinsamer Besuch der Finalsplele am 18.08.2018. Das Damenfinale 2017 mit Kira Walkenhorst und Laura Ludwig ist allen Fans noch in bester Erinnerung und hat in diesem Sommer viele unserer Volleyballer zur Nachahmung auf dem Beachvolleyball-Feld beim Walddorfer Sportforum inspiriert. ■ *Torben Tank*

**Dein Leben.  
Deine Freunde.  
Dein Konto.  
Nichts liegt näher  
als die Haspa.**

Mit dem HaspaJoker intro Girokonto nutzen Schüler und Azubis sicheres Banking, Handy-Schutz und über 200 weitere Vorteile.

Auch in deiner Nähe:  
Filiale Im Alten Dorfe 41,  
Volkisdorf



Zur Nachahmung empfohlen!



Turnierreifepfung in der Berner Au



## FECHTEN

# Starker Nachwuchs für die Fechtsparte

Am 8. April 2018 haben 17 Fechter des Walddörfer SV aus der Anfängergruppe von Ana Schmid, Johanne Sophie Beer und Justus Wollenhaupt die Turnierreifepfung des Hamburger Fechtverbands bestanden. Herzlichen Glückwunsch!

1 ½ Jahre haben sie durchgehalten, seit Herbst 2016, und fleißig zwei Mal pro Woche trainiert und Theorie gepaukt. Sie haben die korrekte Fechthaltung und Ausfallschritte gelernt, Angri stechniken, Paraden und die Regeln auf der Fechtbahn. Mittlerweile sind die Nachwuchsfechter ins Haupttraining aufgerückt und viele haben bereits erste Turniererfahrungen gesammelt, z.B. beim Drachenturnier in Munster oder bei den Hamburger Meisterschaften. Fechttraining ist mit großem Zeitaufwand verbunden: Trainiert wird mindestens zwei Mal pro Woche, jeweils 2,5 oder 3 Stunden lang. Die Anforderungen an die Fechter sind hoch: Muskelkraft, Technik und Taktik werden genauso geschult wie eine gesunde Mischung aus Fairplay und Kampfgeist. Wir freuen uns über die neuen Talente und wünschen ihnen für die kommenden Gefechte viel Erfolg!

### Die Fechtsparte auf großer Fahrt – auch zu den Deutschen Meisterschaften

Der Norden ist keine Hochburg des Fechtsports. Zum Glück gibt es dennoch ausreichend Turniere in Hamburg und Umgebung: Die Walddörfer Fechter fahren u.a. regelmäßig nach Lübeck, Schwerin Bremen oder Bad Segeberg. Die großen Events finden allerdings nach wie vor überwiegend in Süddeutschland statt. Auch in diesem Jahr haben sich Fechter des Walddörfer SV für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert, die im April und Mai diesen Jahres stattfanden: Maïke Mosa, Hendrik Bodewig, Lennard Meyer, Andreas Schmid, Victoria Ratz, Dorian Weimann, Johann Wustrau und Luca Schuch. Den größten Erfolg konnte - wie schon im Vorjahr - Victoria Ratz verbuchen: Bei den Deutschen B-Jugend-Meisterschaften in Haueneberstein hat sie nach starken Gefechten in einem herausfordernden Starterfeld den 9. Platz errungen. Das Viertelfinale verpasste sie nur durch eine denkbar knappe 9:10 Niederlage. Trainer Henrik Wolf bringt es auf den Punkt: „Eine großartige Leistung!“ Auch bei den Deutschen Meisterschaften der A-Jugend in

München und der Junioren in Bonn haben unsere Fechter gegen harte Konkurrenz Achtungserfolge erzielt und viele neue Erfahrungen gewonnen. Begleitet wurden die Fechter von den Trainern Henrik Wolf und Karsten Filter. Ihr Fazit nach drei DM-Wochenenden: Bis zu 10 Stunden pro Wettkampftag in der Fechthalle, starke Gegner und große Herausforderungen, aber die Teilnahme an den deutschen Meisterschaften war auf jeden Fall ein Gewinn.

Wir freuen uns, dass wir für unsere Fahrten den Vereinsbus des Walddörfer SV nutzen können und danken für diese Unterstützung unserer Wettkampfreisen. ■ *Susanne Amrhein*



**INTERNATIONALES  
SCHÜLER- & JUGEND-  
FECHTTURNIER 2018**



**Eintritt  
frei**

**Kaffee, Kuchen und Snacks in der Cafeteria**

**8./9. Sep. 2018**

10:00 - ca. 15:00 Uhr, Mehrzweckhalle,  
Ahrensburger Weg 30, 22359 Hamburg

**Walddörfer SV**



**Hamburg**

## BADMINTON

# NEU: Badminton für die Kleinsten!

Seit März 2018 gibt es in der Badmintonabteilung auch eine Gruppe für die **Badminton-Minis**. Im Alter von 4-7 Jahren machen die Kinder erste Erfahrungen mit diesem tollen Sport. Spielerisch lernen die Kinder mit ihrem Trainer Nils Lemke den Umgang mit Schläger und Ball, ohne bereits am Punktspielbetrieb teilzunehmen. Mit Musik und turnerischen Elementen wird das Angebot erweitert. Auch Luftballons sind häufig zu sehen.

Es gibt noch freie Plätze. Wer Lust hat, kann gerne vorbeikommen. Wir trainieren jeden Donnerstag von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Mehrzweckhalle Ahrensburger Weg.



Badminton Minis

### Bereit für die neue Saison

Für unsere Jugend- und Erwachsenenteams stehen ab September die ersten Spiele der neuen Saison an. In einer Wettkampfgemeinschaft mit dem SV Bergstedt treten wir als SG Hamburg Nord

aktuell mit vier Erwachsenenmannschaften im Wettkampfbetrieb an und spielen dort sowohl in der Landesliga, der Verbandsliga und der Bezirksliga. Unsere beiden Jugendmannschaften starten in der Jugend U19 C und der Jugend U19 E. Aktuelle Spieltermine gibt es unter [www.walddoerfer-sv.de](http://www.walddoerfer-sv.de). Wir freuen uns auf Fans und Zuschauer bei unseren Spielen!

■ Nils Lemke/Stephan Graul

## TISCHTENNIS

# Ein tolles Turnier

Über 140 Teilnehmer aus ganz Deutschland nahmen am diesjährigen Vereinsturnier teil, welches die Tischtennisabteilung des Walddorfer SV am 16./17. Juni in der Halle Berner Au ausrichtete. Gespielt wurde in allen Herrenklassen (A,B,C,D,E) mit jeweils 30 bis 40 Teilnehmern und die Damen haben zu sechst in einer Gruppe ihre Siegerin ausgespielt.

Der Turnierablauf in der zeitweise mit 90 Teilnehmern gut gefüllten Halle verlief reibungslos und ohne größere Pausen, so dass die Spieler sich gut auf ihre Spiele konzentrieren konnten. Am Ende des Turniers konnten sich die Sieger über T-Shirts, Medaillen und weitere Sachpreise freuen, die vom Tischtennis-Ausrüster Xiom gesponsert waren.

Bei herrlichem Wetter sorgten Grill und ein leckeres Büfett, welches die Vereinsmitglieder organisiert hatten, sowie die Übertragung der Fußball-WM-Spiele im Seezimmer für beste Stimmung.



Sieger Herren A

Wir freuen uns auf eine Wiederholung im nächsten Jahr und danken Olli, Felix und Leon für die Turnierleitung sowie dem Gastro-Team um Astrid und Lukas für die tolle Organisation!

■ Jörg Sander



# Leandros!

[www.restaurant-leandros.de](http://www.restaurant-leandros.de)



## Nach dem Sport zum Leandros!

Mittagstisch (Mo-Fr) - 2 Terrassen - tägl. 12-23 Uhr

Meiendorfer Mühlenweg 35 (Sasel) Tel.: 040 - 4920 7616 kontakt@restaurant-leandros.de



Der Berg ruft...

## WINTERREISEN MIT DER SKIABTEILUNG

# Ab in den Schnee!

Seit vielen Jahren wissen es die Teilnehmer zu schätzen: die Winterreisen der Skiabteilung des Walddörfer SV sind zwar nicht „all-inclusive“, aber an sehr vieles ist bereits vor der Abfahrt in Hamburg gedacht!

Auf unseren Reisen für Familien und Erwachsene suchen die Reiseleiter gute Unterkünfte aus, planen die gemeinsame An- und Abreise und machen Vorschläge für gemeinsame Aktivitäten für die Tage und die Abende. Und natürlich ist bei allen Reisen der Skipass enthalten. Auf den Familienreisen erhalten die Kinder in jedem Fall den Skiunterricht von ausgebildeten Übungsleitern der DSV-Skischule im Walddörfer SV, Erwachsene fahren in Gruppen oder bei Verfügbarkeit auch mit einem Übungsleiter.

In der Gemeinschaft haben wir viel Spaß beim Skifahren, mittags auf der Hütte, beim Abendessen im Hotel und bei den Aktivitäten am Abend – aber natürlich ist auch eine individuelle Tages- und Abendgestaltung möglich.

In der Saison 2018/19 gibt es zwei Reisen für Familien, eine für Erwachsene und das Hamburger Wintersportwochenende.

Das seit Jahren bewährte Reiseziel **Bad Gastein** trumpft mit einer sehr schönen Unterkunft und einem großen, sehr für Familien geeigneten Skigebiet auf.

Neu in diesem Jahr ist die Reise für Familien über Silvester nach **Lenzerheide**. Hier wohnt man mitten im Skigebiet in einer etwas einfacheren Unterkunft.

Die Reise für Erwachsene führt diese Saison ins sehr schneesi-



chere **Heiligenblut** (Kärnten),

und zwar in ein Hotel mitten im Skigebiet.

Das Hamburger Wintersportwochenende in **Matrei** Anfang Februar besticht durch eine Vielzahl an Aktivitäten im Schnee. So besteht u.a. die Möglichkeit, am Samstag an zwei Skirennen (SL/RS) teilzunehmen.

Details zu allen Reisen können ab Anfang September unserer Homepage <http://ski.walddoerfer-sv.de/> und den Reiseflyern entnommen werden.

Übrigens: Die Teilnahme an unseren vorbereitenden Kursen **Fit4Snow** (ab November) ist für alle Teilnehmer der Reisen inklusive.

Du bist guter Skifahrer und möchtest entweder auch mal als Übungsleiter bei uns mitfahren oder das Fahren in Stangen trainieren? Dann empfehlen wir die Fahrt des Hamburger Skiverbandes in den Hamburger Herbstferien – <http://www.vhsv.de/>.

**Bad Gastein / Salzburger Land (A)**  
**02. – 10.03.2019**  
**An- und Abreise mit der Bahn**  
**8 Übernachtungen HP**  
**7 Tage Skipass Amadé**  
**Skiunterricht**

**Lenzerheide / Chur (CH)**  
**30.12.18 – 05.01.19**  
**Individuelle Anreise,**  
**optional buchbar**  
**6 Übernachtungen HP**  
**5 Tage Skipass Arosa/Lenzerheide**  
**Skiunterricht**

**Heiligenblut / (A)**  
**03. – 14.03.2019**  
**An- und Abreise mit Bahn und Bus**  
**11 Übernachtungen HP**  
**10 Tage Skipass Heiligenblut**  
**Sauna, Rodeln, Schneeschuhwandern**

**Matrei / Tirol (A)**  
**01. – 03.02.2019**  
**Individuelle Anreise,**  
**optional buchbar**  
**2 Übernachtungen HP**  
**3 Tage Skipass**  
**Aktivitäten u.a. Skirennen**



**WEITERE TERMINE DER SKIABTEILUNG:**  
**Fit4Snow** ab 3.11.18 Samstag u. Sonntag  
**Skibasar** – 12.01.19



#### ZUSCHÜSSE

Für Familien mit geringem Einkommen besteht jederzeit die Möglichkeit über die Aktion „Kids in die Clubs“, eine Mitgliedschaft für Kinder bis zum 18. Lebensjahr beim Walddörfer SV beitragsfrei zu stellen. Zusätzlich können diese Kinder einen Zuschuss bei der Hamburger Sportjugend beantragen um ihnen die Teilnahme an einer Ferienfahrt zu ermöglichen.

Förderung/Zuschuss wird gewährt, wenn das Familieneinkommen unterhalb einer festgelegten Einkommensgrenze liegt (z.B. Alleinerziehende mit einem Kind im Alter von 10 Jahren EUR 1.602,-). Der Antrag auf Förderung/Zuschuss ist direkt beim Walddörfer SV zu stellen.

Nähere Auskünfte erteilt Ihnen gerne: Roswitha Brockmann, 040 - 64 50 62 24 oder auf der Homepage des Walddörfer SV – Stichwort „Kids in die Clubs“.

## WANDERWOCHE IN ANDORRA

### In der höchstgelegenen Hauptstadt Europas

Ein echter Geheimtipp und tolles Wandergebiet mit unberührter Berglandschaft in den Pyrenäen

**Termin:** 10.06.–17.06.19

- ✓ Flug mit Lufthansa nach Barcelona
- ✓ 7 Übernachtungen mit Halbpension in einem \*\*\*\* Hotel mit DU/WC
- ✓ Eintritt Museum Areny-Plandolit
- ✓ Deutschsprachige, qualifizierte Wikinger-Reiseleitung

Preis pro Person: **€ 1.325,-** (Einzelzimmerzuschlag € 175,-)

Es gelten die Reisebedingungen von Wikinger Reisen GmbH, Kölner Str. 20, 58135 Hagen.  
Vorbehaltlich Zwischenverkauf und Druckfehler.



**Ihre Reiseexperten vom DER Reisebüro · Groten Hoff 1 · 22359 Hamburg**

t: 040/6091710 · [hamburg2@der.com](mailto:hamburg2@der.com) · [www.der.com/hamburg2](http://www.der.com/hamburg2)

**DER**



Karate-Lehrgang mit Meister aus Italien

KARATE

# Karate auf Italienisch

Am 9. Juni 2018 empfingen die „Karateschüler“ von Martin Kröckel gleich zwei Meister zu einem Karatelehrgang: Alessandro Azenari, 5. Dan Karate aus Italien und André Busche 6. Dan Ju-Jutsu und Aiki-Jutsu aus Kiel.

Die Verbindung nach Italien war über einen persönlichen Kontakt von Martin Kröckel entstanden, aus dem sich im vergangenen Jahr bereits ein erster Lehrgang in Ligurien entwickelt hatte. Schnell kam die Idee einer Gegeneinladung auf und so wurde ein fünftägiger Lehr-Besuch in Hamburg vereinbart. Alessandro wurde von seinem Vater Franco und seinem Dolmetscher Johannes begleitet.



Natürlich stand für die Gruppe auch ein umfangreiches Sightseeing in Hamburg - mit Besuch des Hafens, der Elbphilharmonie und der Alster - auf dem Programm. Mittelpunkt jedoch war der Karatelehrgang mit Alessandro im Walddorfer SV, an dem insgesamt 50 Erwachsene und Jugendliche teilgenommen haben.

Der zweite Instruktor auf dem Lehrgang war André Busche, der als Ausbilder für Eigensicherung im behördlichen Bereich und Lehrbeauftragter an der Fachhochschule, Fachbereich Polizei, tätig ist. Sein Unterrichtsschwerpunkt war „realistische Selbstverteidigungstechniken“.

Der Lehrgang hat erneut gezeigt, wie Sport Menschen ganz unterschiedlicher Kulturen und Sprachen zusammenführt und verbindet. Alle Teilnehmer waren sich einig, dass beide Trainer auf jeden Fall wieder eingeladen werden sollen!

■ Susanne Teichmann

wir laden Sie ein    we invite you  
 sizı davet ediyoruz    Serdecznie zapraszamy  
 ما شمارة دعوت می کنیم  
 بكم مرحبا    Nous vous invitons

26. Oktober 2018 18.00-21.00 Uhr

# StadtTeiL DiaLoG

Mit Imbiss und Musik

Walddorfer Sportforum  
 Halenreihe 32-34  
 22359 Hamburg

Vielfältiges Zusammenleben in VOLKSDORF

- Toleranz
- Skepsis
- Respekt

Initiiert vom Begleitausschuss der Lokalen Partnerschaften für Demokratie in Wandsbek  
 Kontakt: Demokratie-Leben-Wandsbek@lawaetz.de, Tel.: 040/39 99 36- 63



# 1234: **Günstig ist gut, garantiert günstig ist besser.**

**Fielmann gibt Ihnen die Geld-zurück-Garantie.** Sehen Sie das gleiche Produkt innerhalb von 6 Wochen nach Kauf anderswo günstiger, nimmt Fielmann den Artikel zurück und erstattet den Kaufpreis. Dazu bekommen Sie eine Flasche Champagner gratis.

**Zufriedenheitsgarantie:** Falls Sie mit Ihrer neuen Brille nicht zufrieden sind, tauschen wir sie um oder nehmen sie zurück und erstatten Ihnen den Kaufpreis. Jederzeit.

**Brille: Fielmann.** Mehr als 700x in Europa. Auch in Ihrer Nähe:  
**Volkisdorf, Weiße Rose 10.**

[www.fielmann.com](http://www.fielmann.com)

**fielmann**

## 32. Norddeutsches Senioren Wochenende

Die Turniere um die Walddörper Pokale am 14./15.04.2018 im großen Saal des Walddörper Sportforums waren wieder ein voller Erfolg. Viele Zuschauer unterstützten am Sonnabend die Paare der D und C-Klassen Standard und Latein. Hervorheben sind die zwei Siege von Hanne und Kristian Jankovic vom Walddörper SV in den Lateinklassen I und II C-Klassen.

Auch Rainer und Antje Wunderlich haben wieder erfolgreich getanzt und in der Senioren III D-Klasse den 4. Platz und in der Senioren II D-Klasse den 5. Platz erreicht.

Ebenfalls gut gefüllt war das Parkett am Sonntag bei den S-Klassen. Das größte Turnier an diesem Wochenende war das Senioren IV S Turnier mit 20 Paaren, in dem sich Henny und Werner Becker in der Endrunde den sechsten Platz ertanzten.

### Zweimal 2. Platz im Creativ Norderstedt

Am Sonnabend dem 26.05.18 wurden wieder die Sommerpokalturniere im Creativ Norderstedt ausgetragen und Rainer und Antje Wunderlich vom Walddörper SV waren dabei.

In der Senioren III D-Klasse ertanzten sie sich souverän den 2. Platz von 8 Paaren und da in den D-Klassen nur drei Tänze

getanzt werden, konnten die beiden locker auch das nächste Turnier die Senioren II D-Klasse mittanzen. Auch hier ein Feld von 8 Paaren, in dem sie die Endrunde erreichten und auch den zweiten Platz belegten. (Werner Becker)



Hanne und Kristian Jankovic auf der Landesmeisterschaft

## LINDY HOP

### Festes Kursangebot

Ein Tanz, der seinesgleichen sucht: Diesem Stil, in dem nichts verboten ist, liegt die anspruchsvolle Technik des Lead und Follow zu Grunde. Durch seine vielseitigen Spielereien, wie die ungewöhnlichen Positionswechsel, Sprünge und dem Partnerraub, wird er unverwechselbar.

In den Kursen tanzen wir Lindy Hop zur ursprünglichen Musikrichtung Swing, doch kann dieser Stil auch zu RnB, Rock and Roll und Pop getanzt werden.

**Ab 20. August 2018 startet dieser Kurs jeweils montags von 19:30 bis 20:30 Uhr im Gym 4. ■**

Walddörper  
**HERBST-BALL**

Mit Musik vom DJ und leckerem Buffet  
Um festliche Kleidung wird gebeten

Karten/Tischreservierungen im Sportforum oder unter Tel. 645 06 20

**Sa., 3. Nov. 2018**

Einlass 18:30, Beginn 19:00 Uhr, Saal 1  
Eintritt 25,-€ / ermäßigt 22,-€, keine Abendkasse!  
Walddörper Sportforum, Halenreihe 32 - 34  
www.walddoerfer-sv.de

**Walddörper SV**  
Hamburg

### Zwei Hamburger Meistertitel für den Walddörper SV

Eine großartige Leistung von Kristian und Hanne Jankovic vom Walddörper SV: Bei Temperaturen um die 30 Grad starteten Kristian und Hanne am 09.06.2018 für den Walddörper SV auf der gemeinsamen Landesmeisterschaft des HATV / TSH / NTV / TMV und Bremen im Tanzzentrum Gold und Silber Bremen in der Senioren I C-Klasse Latein mit 8 Paaren. Sie ertanzten sich den 3. Platz im Turnier und wurden damit Hamburger Meister. Im nachfolgenden Turnier der Senioren II C-Klasse Latein starteten die beiden in einem Feld von 9 Paaren. Sie belegten auch hier den dritten Platz im Turnier und gewannen damit aber wieder den Hamburger Meistertitel.

Wir gratulieren ganz herzlich zu diesem großartigen Erfolg.

■ Henny Becker



## HipHop Crew „Real Illusion“ gewinnt beim DAK Dance Contest

Diese tolle Nachricht erreichte uns von unserer Hip Hop Trainerin Lara Hahn: Ihre Hip Hop Crew „Real Illusion“ hat im Juni am DAK Dance Contest 2018 teilgenommen und in der Leistungsklasse pre-champs den 2. Platz ertanzt. Nach einer Bewerbung mit einem Video hat sich die Gruppe für die Teilnahme qualifiziert und konnte die Jury überzeugen. Der Preis ist die Teilnahme an einem Dance-Workshop bei Lorenzo Pignataro



HipHop Crew „Real Illusion“

(Coach, Choreograf und Tänzer)! Und ein gratis Tre en mit Luca Hänni, Gewinner DSDS 2012, gibt es noch oben drauf. Wir gratulieren!



Übrigens: **Die Hip Hop Crew freut sich über neue, tanzbegeisterte Mädchen und Jungen ab 14 Jahre!** Die Gruppe trainiert zwei Mal pro Woche, tritt auf vereinsinternen Veranstaltungen auf und geht auf Streetdance-Wettbewerbe. Du solltest Spaß am Tanzen haben, Hip Hop oder Breakdance Erfahrung mitbringen und und Zeit für unser gemeinsames Training haben. Unsere Trainingszeiten sind:

Dienstag: 17:00 bis 18:00 Uhr (Training, Fortgeschrittene)

Donnerstag: 16:30 bis 18:00 Uhr (Training, Crew Training)

■ *Susanne Teichmann*

## ORIENTALISCHER TANZ

### Live und in Farbe

Neben ihrem wöchentlichen Training freut sich die orientalische Tanzgruppe des Walddorfer Sportvereins über Engagements und Auftrittsmöglichkeiten. So tanzten unsere Tänzerinnen im Juni unter anderem beim Sommerfest des Max Kramp Hauses in Duvenstedt, auch den Afrikanischen Kulturabend der Emmausgemeinde in Norderstedt konnten sie mit mehreren Tanzstücken aktiv mitgestalten. Viel Applaus erhielt Julia Erhardt, die ihren ersten Soloauftritt hatte.

Zukünftig sind weitere Unternehmungen dieser Art geplant, um dem orientalischen Tanz eine Bühne zu geben. Aber auch



Auftritt unserer Tänzerinnen beim Sommerfest im Max-Kramp-Haus

für unsere regelmäßigen Trainings jeden Montag um 18 Uhr im Sportforum freuen wir uns auf weitere Mittänzerinnen. Schaut gerne vorbei! ■ *Christine Brenneisen*

Sponsored by: **Papito Chango** Hamburg, **Waldorfer SV**, **Hamburg**, **Latin Dance Education**

CESAR SANCHEZ PRESENTS

# Latino Gala HAMBURG

28-29-30 September, 2018

WORKSHOPS • MASTER CLASS • SHOWS • LIVE MUSIC • PARTIES • CULTURE CHOREOGRAPHY BOOTCAMP • THE BEST OF SALSA, MAMBO, CUBAN & BACHATA

LIVE MUSIC WITH PAPI TO CHANGO AND INTERNATIONAL ARTISTS

DJ RAUDEL, DJ ELOELACLAVES, DJ TABLU, DJ MISS MAYA

Location: Waldorfer SV Hallesche 32-34 • 22559 Hamburg 5 min from U1 Volkssdorf train Station

For more information: latin\_dance\_education@yahoo.de +49 176 84353651

www.LATINOGALAHAMBURG.COM



Unser Team RSG beim Deutschland-Cup



## RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

# Stationen einer erfolgreichen Wettkampfsaison

Was dabei raus kommt, wenn zwei leidenschaftliche und qualifizierte Trainerinnen mit 28 begeisterten Gymnastinnen und einer Supportgruppe von ca. 50 Eltern und Geschwistern gemeinsam eine Wettkampfsaison durchleben? Treppchenplätze, Medaillen und super viel Spaß!

Drei Mal pro Woche trainieren Sylvia Lopatta und Jessica Krüger in der Leistungsgruppe der rhythmischen Sportgymnastik 28 Mädchen in fünf Altersstufen. In jeder Altersstufe gilt es Choreografien mit bestimmten Handgeräten (z.B. Band, Keule, Seil oder Ball) zu erarbeiten, die von den beiden - speziell auf die Stärken und Fähigkeiten der Gymnastinnen abgestimmt - entwickelt wurden – und die natürlich auch festgelegte Pflichtelemente enthalten.

Monatlang trainieren die Gymnastinnen, um dann auf den Wettkämpfen ihr Können unter Beweis zu stellen. Während die jüngeren Mädchen jedes Jahr im September auf den **Hamburger Bestenkämpfen** antreten und alle Altersklassen im November im NorthStarCup im Walddörfer SV turnen, steht für die älteren Mädchen ab Februar mit der **Hamburger**



Unsere Siegerinnen in der K8:  
Luna Pagnossin und Anna Forchner

**Meisterschaft** eine Serie von Wettkämpfen an, bei der die besten Gymnastinnen sich über den **Regio-Cup Nordwest** bis zu den **Deutschen Meisterschaften** qualifizieren.

### Höchstleistungen in Höchst beim Deutschland Cup 2018

Beim diesjährigen **Deutschland Cup Gymnastik** vom 15. bis 17. Juni in Höchst war der Walddörfer SV mit insgesamt 12 Gymnastinnen in den Altersstufen K8, K9 und K10 sowohl im Bereich Kür-Einzel als auch Gruppe beeindruckend stark vertreten.

Und auch die Ergebnisse können sich sehen lassen: von 36 erreichbaren Plätzen auf dem Treppchen belegten Walddörfer Gymnastinnen acht Mal den 1., 2. oder 3. Platz. und damit über 22 Prozent der Treppchenplätze!

Besonderen Glückwunsch an dieser Stelle an Luna Pagnossin (1. Platz K8) sowie an die Gruppe Walddörfer SV 12–15 Jahre für ihren 1. Platz bei der Gruppenübung.

Und ein besonderer Dank der begeisterten Supporter-Gruppe von Eltern, Geschwistern und Freunden geht an die beiden Trainerinnen Sylvia Lopatta und Jessica Krüger für ihre tolle Arbeit und ein erlebnisreiches und besonderes Wochenende mit Höchstleistungen in Höchst. ■ Claudia Conze

### DIE HAMBURGER BESTENKÄMPFE 2018 ...

... finden am 22. September statt.  
Zuschauer sind herzlich willkommen.



... immer auf dem Teppich bleiben!  
Unsere Gymnastinnen beim Training in der Halle

---

**ES IST EIN  
VORWERK!**



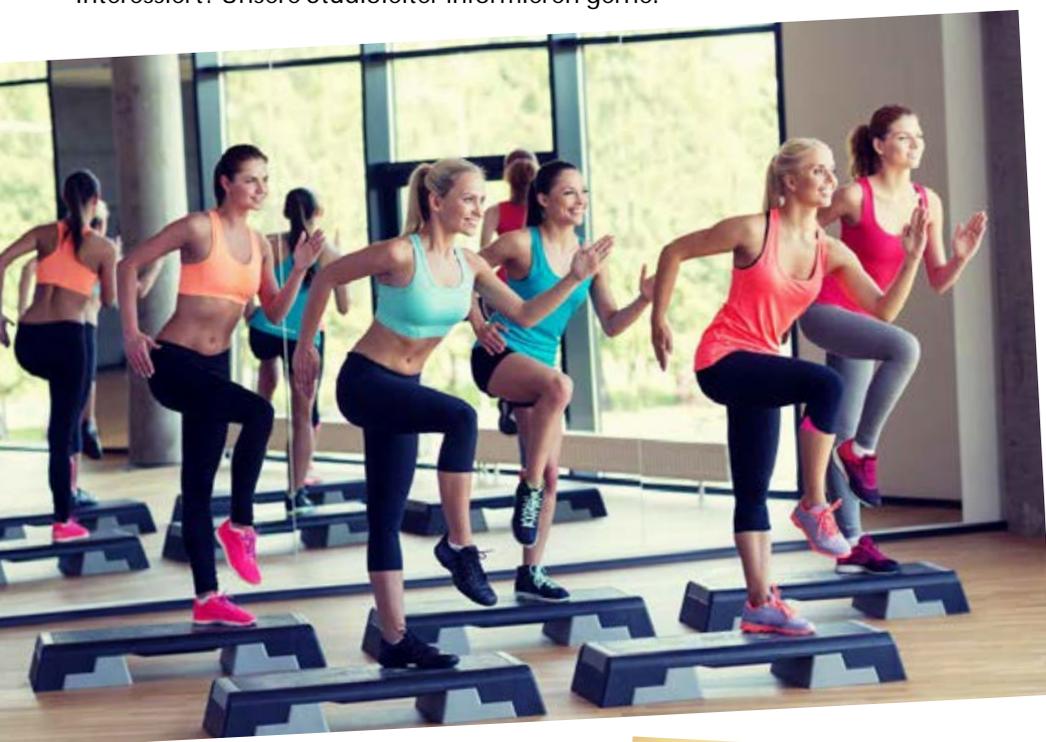
**WENN EIN PREIS-  
GEKRÖNTER TEPPICH  
JUNGE SPORTLER DABEI  
UNTERSTÜTZT SELBST  
PREISE ZU GEWINNEN.**



EINZIGARTIGE BODENBELÄGE *seit 1883.*  
UNIQUE FLOOR COVERINGS *since 1883.*

## Schule im Studio

Sportunterricht im Gesundheits- und Fitness-Studio des Walddörfer SV? Das gibt es bereits seit über 10 Jahren im Rahmen von Kooperationen des Studios mit einigen umliegenden Schulen, wie zum Beispiel dem Walddörfer Gymnasium oder der Stadtteilschule Walddörfer. In der Regel sind es Oberstufenschüler aus Sportprofilen, die gemeinsam mit ihrem Lehrer für jeweils ein halbes Jahr eine Unterrichtseinheit zu Fitness im Studio durchführen. Hier wird der Lehrer zum Trainer und die Schüler haben die Gelegenheit, die verschiedenen Fitnessgeräte des Studios kennenzulernen und an ihnen zu trainieren. Auch Hospitationen sind möglich. Interessiert? Unsere Studioleiter informieren gerne!



## Summer Special 3.0

Bereits zum dritten Mal fand am 23. Juni 2018 das Summer Special statt. Ab 08:00 Uhr boten diverse Trainer des Vereins mitreißende Kursklassiker wie beispielsweise Zumba, Indoor Cycling oder BOKWA. Außerdem waren mit Yoga, Qi Gong oder Feldenkrais auch ruhigere Angebote vertreten.

Die Teilnahme war auch in diesem Jahr wieder kostenlos und mit über 150 Teilnehmern war auch dieses Summer Special wieder ein großartiger Erfolg.

## Yoga Special 2018

Yoga für alle - Ein Tag zum Wohlfühlen

Nach dem großen Erfolg des ersten Yoga-Specials im November 2017 wird es am 10. November wieder ein Yoga-Special im Walddörfer Sportforum geben. Es wird ein Tag zum Wohlfühlen mit unterschiedlichen Yoga-Angeboten zum Kennenlernen und Vertiefen der Yoga-Praxis sein sowie mit Raum für Begegnung und Austausch bei Tee und Fingerfood in unserem Foyer.

Das Programm wird rechtzeitig auf unserer Website bekanntgegeben. Die Teilnahme ist – auch für Nichtmitglieder - kostenfrei.



# Progressive Muskelrelaxation Einfache Technik - tiefe Entspannung

Die ausgeschöpfte Teilnehmerzahl und an-schwellende Warteliste hatte schon schnell gezeigt: Ein von den Krankenkassen be-zuschusster PMR- Workshop hat den Walddör-fern gefehlt! Vom 22.03. bis 22.05.2018 fand im Walddörfer SV unter der Leitung von Andreas Fischer der erste Workshop Pro-gressive Muskelrelaxation statt und war ein voller Erfolg!

Die ursprüngliche Form dieser Methode wurde von dem amer-ikanischen Arzt und Psychologen Edmund Jacobson (1885-1976) entwickelt. Er hatte beobachtet, dass Anspannungen der Muskulatur häufig im Zusammenhang mit innerer Unruhe, Spannungszuständen, Stress, Schlafstörungen und Angstzu-ständen auftraten. Da unsere Psyche zweifelsfrei Einfluss auf unseren Körper hat, vermutete Jacobson, dass dies auch um-gekehrt funktionieren müsse, d.h. dass gezielte körperliche Veränderungen auch positive Änderungen im psychischen Befinden hervorrufen müssten, und entwickelte das Verfahren der Progressiven Muskelrelaxation.

Bei dieser Technik spannt der Übende nacheinander verschie-dene Muskelgruppen deutlich spürbar an und entspannt sie danach wieder. Er konzentriert sich auf den Kontrast zwischen Anspannungs- und Entspannungsempfindungen. Dadurch wird die Aufmerksamkeit gebunden, auf die innere Wahrneh-men gelenkt und der Übende kann die Alltagsgedanken hinter sich lassen. Auf die muskuläre Anspannung folgt die körperliche Entspannung und - damit einhergehend – auch die men-tale Entspannung.



Progressive Muskelrelaxation mit Andreas Fischer



Ziel der Methode ist es, letzt-lich bereits durch die reine Vorstellung des muskulären Entspannungsgefühls zu jedem Zeitpunkt, in jeder Situation und in kürzester Zeit dieses tiefgreifende, mentale Ruhegefühl herstellen zu können. Die Progressive Muskelrelaxation eignet sich damit besonders für Menschen, denen es leichter fällt, über die Körperarbeit einen Zugang zur mentalen Entspan-nung zu finden.

Den Teilnehmern unseres ersten Workshops ist es mit diesem Kurs gelungen, ihren ganz individuellen Zugang zu dieser Ent-spannungsmethode zu finden, die Übungen in den Alltag ein-zubauen und ihren eigenen Weg zu finden, mit der Methode weiterzuarbeiten. Alle waren so begeistert von der Methode und diesem ersten Workshop Progressive Muskelrelaxation, dass sie um eine Fortsetzung des Seminars mit Andreas Fi-scher baten – eine Bitte, der wir gerne nachkommen.

**Die nächsten Workshops starten am 16.10.2018 und 2.4.2019.** ■ Barbara Vielhauer



**EHRIG**  
ZWEIRADHAUS GMBH

Ihr Fahrrad-Experte in Hamburg-Volksdorf



Claus-Ferck-Straße 39 • 22359 Hamburg  
Tel. 603 45 01 • [www.ehrig24.de](http://www.ehrig24.de)



**Museumsdorf Volksdorf**

Bei uns kann man altes Handwerk erleben - oder ausprobieren bei einem unserer Kurse.

[www.museumsdorf-volksdorf.de](http://www.museumsdorf-volksdorf.de)

**Krafttraining sieht bei uns etwas anders aus**



# Schnuppern Sie mal vorbei: kostenlose Probestunde!

Der Walddörfer SV bietet Sport, Spaß, Gesundheit und Fitness in über 50 verschiedenen Sportarten und bei mehr als 600 Trainingsangeboten in der Woche. Dabei erstreckt sich das Sportangebot von A, wie Aikido, bis Z, wie Zumba. Alle einzelnen Angebote mit Trainingszeiten, Trainingsort und Trainer finden Sie in diesem Heft. Dabei sind bei den Sportangeboten die jeweiligen Beitragsstufen angegeben, sowie die Telefonnummern der Ansprechpartner. Sollten keine Ansprechpartner angegeben sein, können Sie bei unserem Service im Walddörfer Sportforum persönlich oder telefonisch unter 040 / 64 50 62-0 oder per Mail unter [info@walddoerfer-sv.de](mailto:info@walddoerfer-sv.de) Kontakt aufnehmen. Entdecken Sie unser Sportangebot hautnah bei einer kostenlosen Probestunde. Wir freuen uns auf Sie!

**Hinweis:** Ganz aktuelle Informationen zu unseren Trainingsangeboten finden Sie immer auf unserer Website [www.walddoerfer-sv.de](http://www.walddoerfer-sv.de)

B = Bonusangebot: Einige Krankenkassen übernehmen einen Teil der Gebühr  
 G = Gesundheitssportangebot: Spezielles Angebot bei spez. Beschwerden  
 N = Neues Angebot: Diese Gruppe ist neu gestartet.

W = Warteliste: Dieses Angebot ist z. Zt. sehr gut besucht und hat deshalb eine Warteliste  
 WS= Workshop, Angebot läuft nur über bestimmten Zeitraum

Stand: 01.08.2018

Beitragsstufe 2



## AEROBIC UND WORKOUT

In diesem Bereich finden Sie Kurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Kondition und Koordination.

Bodystyling		Mo. 09:30-10:15	Sportforum Gym 1	Anna Waclawek
Fit Mix		Mo. 11:00-12:00	Sportforum Saal 1	Claudia Olm
Fit Mix		Mo. 16:30-17:30	Sportforum Saal 1	Karin Klebs
BBRP		Mo. 18:30-19:30	Sportforum Saal 1	Claudia Olm
Fatburner		Mo. 19:30-20:30	Sportforum Saal 1	Karoline Thevis
Fatburner		Di. 11:00-12:00	Sportforum Gym 4	Claudia Olm
BBRP		Di. 19:30-20:30	Sportforum Gym 4	Kerstin Sudrow De Oliveira
Rückenfit		Mi. 09:00-10:00	Sportforum Gym 2	Carmen Fürst
Langhantel		Mi. 11:15-12:15	Sportforum Gym 1	Claudia Olm
BBRP		Mi. 17:15-18:00	Sportforum Gym 2	Michela Paiano-Stein
Fatburner		Mi. 18:30-19:30	Sportforum Gym 1	Claudia Olm
Bodystyling		Mi. 19:30-20:30	Sportforum Gym 4	Carmen Fürst
Yoganetics		Do. 08:45-09:45	Sportforum Gym 2	Carmen Fürst
Rückenfit		Do. 09:45-10:45	Sportforum Gym 2	Ingrid Lißner
Bodystyling		Do. 09:45-10:45	Sportforum Gym 1	Jennifer Adam
Fatburner		Do. 10:45-11:45	Sportforum Gym 1	Jennifer Adam
Fit Mix		Do. 17:00-18:00	Sportforum Saal 1	Anna Waclawek
Yoganetics		Do. 18:00-19:00	Sportforum Saal 1	Anna Waclawek
BBRP		Do. 19:00-20:00	Sportforum Gym 4	Carmen Fürst
BBRP		Fr. 08:30-09:30	Sportforum Saal 1	Anja Englert
BBRP		Fr. 10:30-11:30	Sportforum Saal 1	Carmen Fürst
Fit Mix		Fr. 10:30-11:30	Sportforum Gym 2	Ingrid Lißner
Mama Fit/ Baby mit - Start: 17.8.2018	WS	Fr. 10:30-11:30	Sportforum Gym 3	Birte Prager
BBRP		Fr. 17:00-18:00	Sportforum Saal 1	Dagmar Widegreen
Bodystyling		Sa. 13:00-14:00	Sportforum Gym 1	Dagmar Widegreen
Bodystyling		So. 15:00-15:45	Sportforum Gym 1	Dagmar Widegreen
Rückenfit		So. 15:45-16:30	Sportforum Gym 1	Dagmar Widegreen

Beitragsstufe 3



## AIKIDO

Aikido ist eine moderne japanische Kampfkunst, deren Ziel es ist, die Kraft eines gegnerischen Angriffs abzuleiten und diese zu nutzen, um den Gegner angriunfähig zu machen, ohne ihn dabei schwer zu verletzen. Dies geschieht in der Regel durch Würfe und Hebel, welche den Großteil der Aikido-Technik ausmachen.

**Fachliche Leitung: Joachim Eiselen**

Aikido		Di. 20:00-21:45	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Joachim Eiselen
Aikido		Do. 18:30-20:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Joachim Eiselen



## BADMINTON

Badminton ist eine der schnellsten Racketsportarten, die sehr hohe Ansprüche an Reflexe, Grundschnelligkeit und Kondition stellt. Konzentrationsfähigkeit, Spielwitz und taktisches Geschick sind ebenfalls Grundvoraussetzungen für einen guten Spieler. Badminton im Walddorfer SV ist Freizeitspaß, Wettkampf und Fitness für Jugendliche und Erwachsene in allen Leistungsklassen!

**Abteilungsleiter: Stephan Grauel, Mailkontakt: badminton@walddorfer-sv.de**

U14 (Anfänger und Fortgeschrittene)	Mo. 17:00-18:30	Bezirkssporthalle Bergstedt (mitte)	Valentin Bellingen
Erwachsene	Mo. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte)	Wolf Müller
Wettkampftraining Erwachsene	Di. 19:45-22:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Wolf Müller
Erwachsene	Mi. 20:00-22:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Wolf Müller
Badminton Minis (4-7 Jahre)	Do. 16:00-17:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Nils Lemke
U 12 Mix	Do. 16:00-17:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte, rechts)	Yannic Rotta
U13 Mix	Do. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links, mitte, rechts)	Yannic Rotta
Wettkampftraining Jugend / Erwachsene	Do. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte, rechts)	
U10 Minis	Fr. 16:00-18:00	Schule Eulenkrugstraße	Niklas Dunkel
Erwachsene	Fr. 18:00-19:45	Schule Eulenkrugstraße	Anja Lüdtker
Wettkampftraining Erwachsene	Fr. 19:45-22:00	Schule Eulenkrugstraße	Wolf Müller



## BALLETT

Ballett ist Spitze! Dreijährige sind zurzeit die jüngsten Mini-Ballerinnen. Spielerisch lernen sie die ersten Schritte. Wichtig ist die Liebe zum Tanz und zur Musik. Beweglichkeit, Körperbeherrschung, Ausdruckskraft und Disziplin fördern das Selbstbewusstsein und eine gute Haltung.

Ballett - Petit (3 - 5 Jahre)	W	Mo. 15:00-16:00	Sportforum Gym 1	Ruby Doo
Ballett - Jeune (6 - 9 Jahre)		Mo. 16:00-17:00	Sportforum Gym 1	Ruby Doo
Ballett - Ensemble (Leistungsgruppe, Aufnahme nur nach Absprache)		Mo. 17:00-18:00	Sportforum Gym 1	Ruby Doo
Ballett - Früherziehung (3 - 4 Jahre)	W	Di. 14:45-15:30	Sportforum Gym 3	Jan van Hamme
Ballett - Früherziehung (5 - 6 Jahre)		Di. 15:30-16:30	Sportforum Gym 3	Jan van Hamme
Ballett - Unterstufe (7 - 10 Jahre)	W	Di. 16:30-17:30	Sportforum Saal 1	Jan van Hamme
Ballett, Jugendliche und Erwachsene, Wiedereinsteiger und Fortgeschritten		Di. 17:30-18:30	Sportforum Saal 1	Jan van Hamme



Katrin Gläsner  
gepr. Immobilienfachwirtin

Ihre „Maklerin mit Herz und Verstand“



### Individueller Service für Ihre Immobilie:

- Verkauf
- Vermietung
- Energieausweis
- Immobilienbewertung
- Beratung

Jetzt auch  
in Volksdorf!



**Katrin Gläsner Immobilien**

Vörn Barkholt 45 · 22359 Hamburg

Telefon: 040 / 554 334 75 · Mobil: 0173 / 947 14 23

info@glaesner-immobilien.de · www.glaesner-immobilien.de

Ballett - Jeune ( 5 - 7 Jahre )	W	Mi. 15:00-16:00	Sportforum Gym 3	Ruby Doo
Ballett - Jeune ( 5 - 7 Jahre )	W	Mi. 16:00-17:00	Sportforum Gym 3	Ruby Doo
Ballett - Grande ( ab 7 Jahre )	W	Mi. 17:00-18:00	Sportforum Gym 3	Ruby Doo
Ballett - Petit ( 3 - 5 Jahre )		Do. 15:00-16:00	Sportforum Gym 3	Ruby Doo
Ballett - Jeune ( 5 - 7 Jahre )		Do. 16:00-17:00	Sportforum Gym 3	Ruby Doo
Ballett - Früherziehung ( 4 - 6 Jahre )	W	Fr. 16:30-17:30	Sportforum Gym 3	Hanna-Luisa Schadow

## Abteilungsbeitrag

### BASKETBALL



Schon seit Jahrzehnten ist Basketball nicht nur in den USA, sondern auch in der ganzen Welt eine der beliebtesten Ballsportarten. Unsere Basketballabteilung bietet allen Altersstufen von 6 bis 99 Jahren die Möglichkeit, sich in diesem schnellen und kombinationsreichen Sport auszuprobieren und auszutoben. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht unter dem Korb!

Viele unserer Teams befinden sich aktuell im laufenden Wettkampfbetrieb. Für die Vereinbarung eines Probetrainings bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme per Email.

Für Erwachsene an Judith Wagner ([erwachsene@basketball.walddoerfer-sv.de](mailto:erwachsene@basketball.walddoerfer-sv.de)), für Jugendliche an Annika Seemann ([jugend@basketball.walddoerfer-sv.de](mailto:jugend@basketball.walddoerfer-sv.de)) und Kinder bis 12 J. an Jana Thiele ([mini@basketball.walddoerfer-sv.de](mailto:mini@basketball.walddoerfer-sv.de)).

**Abteilungsleiterin: Verena Niezgodka-Seemann, Mailkontakt: [basketball@walddoerfer-sv.de](mailto:basketball@walddoerfer-sv.de)**

U12/1 weiblich		Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Stanja Müller-Wolf
U12/2 weiblich		Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Jana Thiele
U14/1 männlich		Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)	Helmut Richter
U18 weiblich		Mo. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Antonia Arnhold
Hobby Mixed mit Spielerfahrung		Mo. 18:30-20:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Silke Seibel
U16/2 weiblich		Mo. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Eseosa Igbinosun
1.+ 2. Damen		Mo. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links, mitte, rechts)	Sebastian Lieseberg
U14/1 weiblich		Di. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Verena Niezgodka-Seemann
U16/2 männlich		Di. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Sebastian Seibel
U14/2 weiblich		Di. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Verena Niezgodka-Seemann
2. Damen		Di. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Andreas Nahrgang
Senioren ab 60 Jahren		Di. 18:30-20:00	Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt	Hans Joachim Schnabel
2. Damen / U18weiblich		Di. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Verena Niezgodka-Seemann
U18 männlich		Di. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Achim Richter
1. Herren		Di. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links, mitte)	Achim Richter
2. Herren		Di. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Stefan Beckmann
U10/1 Mix	W	Mi. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	
U12/1+2 weiblich	W	Mi. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Jule Mertens
U12/1 männlich		Mi. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Silke Seibel
U14/2 männlich		Mi. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)	Carlo Raschke, Tom Luca Schütz
U16/1 männlich		Mi. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte, rechts)	Carlo Raschke
Mix Low weiblich		Mi. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Alke Kelling
1.Damen		Mi. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte, rechts)	Oliver Friedrich, Sebastian Lieseberg
2. Herren		Mi. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)	Stefan Beckmann
U16/1 weiblich		Do. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Annika Seemann
U18/1 männlich		Do. 18:30-20:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Laurens Butin
1. Herren		Do. 20:00-22:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Achim Richter
3. Herren		Do. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Oliver Friedrich
U8 Mix		Fr. 16:00-17:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Jana Thiele
U 14 Mix männlich		Fr. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Helmut Richter
U12/1 und U12/2 männlich		Fr. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Helmut Richter, Linus Rothstein
Mix High weiblich		Fr. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Annika Seemann
U16 Mix high		Fr. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (rechts)	Carlo Raschke
Senioren/ Erwachsenen Mix		Fr. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (rechts)	Hans Joachim Schnabel



## BEACHVOLLEYBALL

Das Beachvolleyballfeld am Walddorfer Sportforum steht innerhalb der Öffnungszeiten allen Mitgliedern zur Verfügung. Wer also Lust hat, sich mal so richtig auszutoben und schon lange nicht mehr in der Sandkiste gespielt hat, der reserviert sich das Beachvolleyballfeld durch einen kurzen Anruf im Walddorfer Sportforum.

**Stephan Malkowski, Mailkontakt: beachvolleyball@walddorfer-sv.de**

An jedem schönen Tag kann gespielt werden!

Mo. 08:00-22:00

Sportforum Beachvolleyballfeld

### Beitragstufe 3



## BREAKDANCE

Lerne Tricks, Sprünge und Moves! Breakdance ist eine in den 70ern auf den Straßen New Yorks entstandene Mischung aus Akrobatik und Tanz.

Break Dance für Kids, 6 - 11 Jahre	Mo. 16:15-17:15	Schule Eulenkrugstraße	Ali Reza Zarif
Break Dance ab 12 Jahren	Mo. 17:15-18:30	Schule Eulenkrugstraße	Ali Reza Zarif
Break Dance für Kinder und Jugendliche	Fr. 16:00-17:00	Sportforum Gym 4	Ali Reza Zarif
Break Dance für Kinder und Jugendliche	Fr. 17:00-18:00	Sportforum Gym 4	Ali Reza Zarif
Break Dance für Kinder und Jugendliche (dieser Kurs findet 14 tägig statt in jeder geraden KW)	Sa. 14:00-15:30	Sportforum Gym 4	Ali Reza Zarif

### Beitragstufe 3



## DANCE

Dieses Angebot ist für alle, die auf der Suche nach professionellen Tanzkursen sind im Bereich Hip Hop, Modern Dance und Dance for Fitness. Alle unsere Kurse werden von professionellen Tanzlehrern und Trainern unterrichtet. Fairness, Gleichheit, Loyalität sind im Tanzen selbstverständlich ebenso wie das harmonische Einfügen in die Gruppe und natürlich der Spaß und die Freude am Tanzen.

BOKWA	Mo. 17:00-18:00	Sportforum Gym 4	Carlos Roberto da Silva Costa
Zumba	Mo. 20:30-21:30	Sportforum Saal 1	Jana Kownatzki
Hip Hop - Anfänger (6 - 8 Jahre)	Di. 15:30-16:30	Sportforum Gym 4	Rika Marie Gerke
Hip Hop - Anfänger (12 - 17 Jahre)	Di. 16:00-17:00	Sportforum Gym 1	Lara Hahn
Capoeira - Kindertraining (8 - 12 Jahre)	Di. 16:30-17:30	Sportforum Gym 4	Marcelo Candido
Hip Hop - Basics (Anfänger und Fortgeschrittenen)	Di. 17:00-18:00	Sportforum Gym 1	Lara Hahn
Capoeira (Jugendliche und Erwachsene)	Di. 17:30-18:30	Sportforum Gym 4	Marcelo Candido
Zumba	Di. 19:00-20:00	Sportforum Gym 1	Patricia Kochanek
BOKWA (Punch and Strike)	Di. 20:00-21:00	Sportforum Gym 1	Patricia Kochanek
Hip Funky Jazz, Anfänger (6 - 10 Jahre)	Mi. 15:00-16:00	Sportforum Gym 4	Chantal Janine Wüst
Hip Hop, Anfänger (10 - 14 Jahre)	Mi. 16:00-17:00	Sportforum Gym 4	Chantal Janine Wüst
Hip Hop, Anfänger (8 - 10 Jahre)	W Mi. 16:15-17:15	Sportforum Gym 1	Rika Marie Gerke
Hip Hop - Fortgeschritten	Do. 16:30-18:00	Sportforum Gym 1	Lara Hahn
Zumba	Do. 17:00-18:00	Sportforum Gym 2	Mariana Sales Fernandez Dominguez
Zumba	Do. 20:30-21:30	Sportforum Gym 2	Susanne Weitzel
Hip Hop, Mittelstufe (10 - 14 Jahre)	W Fr. 15:00-16:00	Sportforum Gym 1	Chantal Janine Wüst
Zumba Kids (7 - 11 Jahre)	Fr. 15:30-16:30	Sportforum Gym 3	Susanne Weitzel
Modern Jazz for Kids (8 - 14 Jahre)	W Fr. 16:00-17:00	Sportforum Gym 1	Chantal Janine Wüst
Modern Jazz (14 - 17 Jahre)	Fr. 17:00-18:00	Sportforum Gym 1	Chantal Janine Wüst
Zumba	Fr. 18:00-19:00	Sportforum Gym 1	Cesar Sanchez
BOKWA	Sa. 11:00-12:00	Sportforum Gym 1	Patricia Kochanek

### Beitragstufe 1



## FAUSTBALL

Faustball ist ein Rückschlagspiel, bei dem sich zwei Mannschaften auf jeweils einem Halbfeld gegenüberstehen. Ähnlich wie beim Volleyball versucht jede Mannschaft den Ball mit dem Arm oder mit der Faust über die Leine zu schlagen. Alter spielt hierbei keine Rolle, also kommt vorbei.

Jugendl./ Erwachsene (Winter)	So. 10:00-12:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Helmut Peters
Erwachsene (Sommer)	So. 10:00-12:00	Volksdorfer Damm, Rasenfläche	Helmut Peters

## FECHTEN



Fechten - die Kunst zu treuen, ohne getroffen zu werden... Fechten ist ein attraktiver, moderner Sport für Jung und Alt, der durch seine Vielseitigkeit fasziniert. Konzentration und Reaktion, Schnelligkeit, Körperbeherrschung, Disziplin, Sportlichkeit und Eleganz machen die Faszination des Fechtens aus. Neben der körperlichen Herausforderung spielt die taktische Komponente beim Fechten eine entscheidende Rolle.

**Abteilungsleiterin: Kathrin Mosa, Mailkontakt: fechten@walddoerfer-sv.de;**

**Sportwart: Karsten Filter Tel: 0176 245 16 700**

Anfänger (Start:2017)	Mo. 17:00-18:30	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Karsten Filter, Justus Friedrich Wollenhaupt, Henrik Wolf
Leistungstraining / Einzellektionen	Di. 18:00-20:00	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Karsten Filter, Henrik Wolf
Leistungstraining / Erwachsene	Di. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Karsten Filter
Anfänger (Start:2017)	Mi. 16:00-17:30	Ahrens. Weg, li. Halle	Karsten Filter, Justus Friedrich Wollenhaupt, Henrik Wolf
Anfänger (Start:2016)	Mi. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Maiken Baumberger, Paul Louis Dahlkamp, Johanne-Sophie Beer, Ana Schmid
Haupttraining	Mi. 17:30-20:00	Ahrens. Weg, li. Halle	Karsten Filter
Anfänger (Start:2016)	Fr. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Maiken Baumberger, Johanne-Sophie Beer, Ana Schmid
Haupttraining	Fr. 17:00-20:00	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)	Karsten Filter
Fechten	Fr. 17:00-18:30	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Maiken Baumberger, Johanne-Sophie Beer, Ana Schmid

## FELDENKRAIS



Die Feldenkrais-Methode verbindet auf einzigartige Weise Bewegung und innere Sinneswahrnehmung. In der Bewegung wird die Aufmerksamkeit auf Gelenke, Muskeln, Empfindungen gelenkt und so Bewusstheit entwickelt. Verfestigte Bewegungsmuster können sich auflösen und umgewandelt werden.

Feldenkrais	Di. 16:30-17:30	Sportforum Gym 3	Anita Brüning
-------------	-----------------	------------------	---------------

## FLAMENCO



Flamenco ist ein stolzer Tanz, der unter anderem das Selbstbewusstsein, die Koordinationsfähigkeiten, das Rhythmusgefühl fördert. Was ist mitzubringen?! Gute Laune, Schuhe mit festem Absatz (kein Pfennigabsatz) und für Frauen, wenn möglich, einen langen und weiten Rock.

Flamenco (Mittelstufe und Fortgeschrittene)	Do. 11:00-12:30	Sportforum Gym 4	Maren El Masri
---	-----------------	------------------	----------------

## FOLKLORE



"Halt dich fit - Tanz mit!"

Zu schöner Musik werden verschiedene Tänze einstudiert, mal wird im Kreis getanzt, mal ähnelt es dem Line Dance, mal tanzt man für sich, aber egal was getanzt wird – es ist einfach zu erlernen und man benötigt keine Vorkenntnisse.

Gesellschaftstanz ab 50+	Di. 14:00-15:30	Sportforum Saal 1	Jan van Hamme
--------------------------	-----------------	-------------------	---------------

Lokalsport immer auf der Rückseite im

Das Beste kommt  
zum Schluss

HEIMAT ECHO

www.heimatecho.de

WOCHENZEITUNG FÜR HAMBURGS NORDOSTEN

## FUSSBALL



Bei uns spielen "Jung und Alt", Mädchen wie Jungen in allen Altersklassen! Unsere Teams befinden sich aktuell im laufenden Wettkampfbetrieb. Für die Vereinbarung eines Probetrainings bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme.

Unsere Fußball - Sprechzeit im Walddorfer Sportforum: montags von 19:00 - 20:00 Uhr Tel.: 64 50 62 - 0

Abteilungsleiter: Thorsten Kock (kock@fussball.walddoerfer-sv.de)

Stellv. Abteilungsleiter u. Frauen- und Mädchenfußball Koordinator: Heinrich Färber 0172 413 46 26 oder per Mail: faerber@fussball.walddoerfer-sv.de.

G-Junioren Leitung: Kathrin Böge Tel. 0176 4947 40 27 oder per Mail boege@fussball.walddoerfer-sv.de.

**Abteilungsleiter: Thorsten Kock (kock@fussball.walddoerfer-sv.de)**

2. E männlich 2007	Mo. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Philipp Borkers, Jannis Laurens Schuhardt
3. D männlich 2006	Mo. 16:30-18:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Lenard Goedeke, Anton Hein, Elia Chryssos, Tobias Renz
5.C männlich 2004	Mo. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Frank Nolte, Fritz Krüttgen
1. D weiblich 2005	Mo. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Johanne Wandersleb, Victor Koopmann
2. D männlich 2005	Mo. 17:00-18:30	Saseler Weg, Sportplatz	Katharina Autenrieth, Alexander Autenrieth
2. D weiblich 2006	Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Christian Rohlo , Thao-Vy Nguyen, Thao-Quyen Nguyen
4. E männlich 2008	Mo. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Olaf Hofmann, Ante Grabovac
1. E männlich 2007	Mo. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Lasse Herm, Philipp Medicus
1. E weiblich 2007/2008	Mo. 17:50-19:10	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Iliana Lilibeth Martinez Estrada
1. C männlich 2003	Mo. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Malte Nikolaus, Carsten Peters
1. B männlich 2002	Mo. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Dirk Schossig, Simon Anger
2. A männlich 99/2000	Mo. 18:00-19:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Holger Rosenfeld, Andreas Wittorf
4. B männlich 2002	Mo. 18:00-19:30	Saseler Weg, Sportplatz	Oskar Reichmann, Matthias Böhme
3. C männlich 2003	Mo. 19:00-20:30	Saseler Weg, Sportplatz	Finn Braatz, Tom Beiermeister
2. B männlich 2001	Mo. 19:00-20:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Halil Akin
1. Frauen	Mo. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante
1. A männlich 99/2000	Mo. 19:30-21:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Torsten Schuhardt
2. Frauen	Mo. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante
2. F männlich 2009	Di. 16:30-18:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Henry Joe Körner, Leon Köpcke
3. F männlich 2010	Di. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Mika Wettstaedt, Tim Nötzold
5. E männlich 2008	Di. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	David Evers, Paul Coburger
1. D männlich 2005	Di. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Thomas Jöhnk, Marten Dürre, Kenneth Rost
4. F männlich 2010	Di. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Santiago Rodriguez Manrique
6. D männlich 2006	Di. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Karsten Kaiser
4. D männlich 2005	Di. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Karsten Kaiser
1. B weiblich 2002/2003	Di. 18:00-19:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Janina Pfullmann, Mathias Bauer
3. D männlich 2006	Di. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Lenard Goedeke, Anton Hein, Elia Chryssos, Tobias Renz
4. C männlich 2003	Di. 18:00-19:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Jan Köpcke, Christoph Wettstaedt
2. B männlich 2001	Di. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Halil Akin
2. C männlich 2004	Di. 18:30-20:00	Saseler Weg, Sportplatz	Jörg Laarmann
3. Frauen	Di. 19:30-21:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Heiko Blohm
1. Herren	Di. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Artur Post, Marcel Gottschalk
2. Herren	Di. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Jan Erdmann
2. E weiblich 2008/2009	Mi. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Tim Fahleisch, Celine Migoda
1. G/ 1. F weiblich 2009 bis 2012 +	Mi. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Dunja Gabriel, Hannah Bluhm
1. F männlich 2009	Mi. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Johann Kaminski, Henry Klindworth
4. E männlich 2008	Mi. 16:30-18:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Olaf Hofmann, Ante Grabovac
5. C männlich 2004	Mi. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Frank Nolte, Fritz Krüttgen
3. E männlich 2007	Mi. 16:30-18:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	David Vorbau
6. E männlich 2008	Mi. 16:30-18:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Stephan Pflueg, Melchior Posumski
1. C weiblich 2004	Mi. 17:00-18:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Janina Pfullmann, Henrik Schilling
1. C männlich 2003	Mi. 18:00-19:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Malte Nikolaus, Carsten Peters
1. B männlich 2002	Mi. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Dirk Schossig, Simon Anger
2. Senioren Ü60	Mi. 18:00-19:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Horst Lövenfrost
4. B männlich 2002	Mi. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Oskar Reichmann, Matthias Böhme
3. B männlich 2001	Mi. 18:30-20:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Mathias Schröder, Marcus Griephan

3. C männlich 2003	Mi. 19:00-20:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Finn Braatz, Tom Beiermeister
2. Frauen	Mi. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante
1. Senioren Ü40	Mi. 19:30-21:30	Saseler Weg, Sportplatz/ Kunstrasenplatz	Thomas Weihe
1. AH Herren Ü32	Mi. 19:30-21:30	Saseler Weg, Sportplatz/ Kunstrasenplatz	Uwe Beeck
1. Frauen	Mi. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante
2. D weiblich 2006	Do. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Christian Rohlo
4. D männlich 2005	Do. 16:30-18:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Karsten Kaiser
2. D männlich 2005	Do. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Katharina Autenrieth, Alexander Autenrieth
1. D männlich 2005	Do. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Thomas Jöhnk, Marten Dürre, Kenneth Rost
1. E weiblich 2007/2008	Do. 17:30-19:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Iliana Lilibeth Martinez Estrada
5. E männlich 2008	Do. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	David Evers, Paul Coburger
2. E männlich 2007	Do. 17:30-19:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Philipp Borkers, Jannis Laurens Schuhardt
1. B weiblich 2002/2003	Do. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Janina Pfullmann, Mathias Bauer
1. E männlich 2007	Do. 18:00-19:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Lasse Herm, Philipp Medicus
2. B männlich 2001	Do. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Halil Akin
4. C männlich 2003	Do. 18:30-20:00	Saseler Weg, Sportplatz	Jan Köpcke, Christoph Wettstaedt
2. C männlich 2004	Do. 19:00-20:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Jörg Laarmann
2. A männlich 99/2000	Do. 19:30-21:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Holger Rosenfeld, Andreas Wittorf
1. A männlich 99/2000	Do. 19:30-21:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Torsten Schuhardt
1. Herren	Do. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Artur Post, Marcel Gottschalk
2. Herren	Do. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Jan Erdmann
3. G + 4. G männlich 2012	Fr. 15:30-16:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Böge
3. E männlich 2007	Fr. 15:30-17:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	David Vorbau
4. F männlich 2010	Fr. 15:30-17:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Santiago Rodriguez Manrique
2. F männlich 2009	Fr. 15:30-17:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Henry Joe Körner, Leon Köpcke
3. F männlich 2010	Fr. 16:00-17:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Mika Wettstaedt, Tim Nötzold
1. G/ 1. F weiblich 2009 bis 2012 +	Fr. 16:00-17:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Dunja Gabriel, Hannah Bluhm
2. E weiblich 2008/2009	Fr. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Tim Fahleisch, Celine Migoda
1. F männlich 2009	Fr. 16:30-18:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Johann Kaminski, Henry Klindworth
1. G + 2. G männlich 2011	Fr. 16:30-17:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Hendrik Paas, Magnus Beck, Johann Schossig, Mattes Daube
4. E männlich 2008	Fr. 17:00-18:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Olaf Hofmann, Ante Grabovac
4. B männlich 2002	Fr. 17:00-18:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Oskar Reichmann, Matthias Böhme
6. E männlich 2008	Fr. 17:00-18:30	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Stephan Pflueg, Melchior Posumski
3. B männlich 2001	Fr. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Mathias Schröder, Marcus Griephan
1. C weiblich 2004	Fr. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Janina Pfullmann, Henrik Schilling
5. D männlich 2006	Fr. 18:00-19:30	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Anton Hein, Elia Chryssos, Tobias Renz
1. D weiblich 2005	Fr. 18:00-19:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Johanne Wandersleb, Victor Koopmann
3. C männlich 2003	Fr. 18:30-20:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Finn Braatz, Tom Beiermeister
1. C männlich 2003	Fr. 18:30-20:00	Saseler Weg, Kunstrasenplatz	Malte Nikolaus, Carsten Peters
1. B männlich 2002	Fr. 18:30-20:00	Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Dirk Schossig, Simon Anger
2. Frauen	Fr. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante
1. Frauen	Fr. 19:30-21:30	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Niklas Wilkowski, Niels Quante

#### Beitragsstufe 5



### GESUNDHEITS- UND FITNESS-STUDIO

Neben der Nutzung des Geräteparks im Sportforum und der Kursangebote der Beitragsstufen 1– 4 stehen den Mitgliedern des Gesundheits- und Fitness-Studios folgende Sportangebote der Beitragsstufe 5 zur Verfügung (Mindestalter: 17 Jahre)

Yoga	Mo. 08:30-09:30	Sportforum Gym 1	Anna Waclawek
BBRP	Mo. 10:15-11:00	Sportforum Gym 1	Anna Waclawek
Langhantel	Mo. 18:00-19:00	Sportforum Gym 1	Andrea Bank
Indoor Cycling	Mo. 19:00-20:00	Sportforum Gym 1	Andrea Bank
Wirbelsäulengymnastik	Di. 10:00-10:45	Sportforum Gym 1	Ute Hiesener-Sprick
Yoga	Di. 18:00-19:00	Sportforum Gym 1	Ilka Schneider
Indoor Cycling	Mi. 08:15-09:15	Sportforum Gym 1	Helga Struwe

Wirbelsäulengymnastik	Mi. 09:15-10:15	Sportforum Gym 1	Katharina Wiltmann
Pilates	Mi. 10:15-11:15	Sportforum Gym 1	Katharina Wiltmann
Indoor Cycling	Mi. 19:30-20:30	Sportforum Gym 1	Marcus Ganster
Langhantel	Do. 18:00-19:00	Sportforum Gym 1	Freya Wollenhaupt
Indoor Cycling	Do. 19:00-20:00	Sportforum Gym 1	Freya Wollenhaupt
Fatburner	Fr. 09:15-10:00	Sportforum Gym 1	Kristiane Schulz
BBRP	Fr. 10:00-10:45	Sportforum Gym 1	Kristiane Schulz
Balance Motion	Fr. 10:45-11:30	Sportforum Gym 1	Kristiane Schulz
Indoor Cycling	Fr. 19:00-20:00	Sportforum Gym 1	Janita Fischer
Fit Mix	So. 10:30-11:15	Sportforum Gym 1	Anja Englert
Balance Motion	So. 11:15-12:00	Sportforum Gym 1	Anja Englert

Beitragsstufe 4

## GESUNDHEITSSPORT



Sport in Gemeinschaft zu erleben hilft Menschen mit gesundheitlichen und körperlichen Einschränkungen, sich wohler zu fühlen und lindert in vielen Fällen auch körperliche Beschwerden. Unser Gesundheitssport umfasst Angebote im Bereich Rückenschule, Beckenbodentraining und Orthopädie-Rehasport. Angepasst auf das jeweilige Niveau der Teilnehmer leiten unsere qualifizierten Trainer diese Kurse an und tragen damit zur Steigerung des Wohlbefindens und der Leistungsfähigkeit bei. Bei unseren Angeboten Rückenschule können die Kosten anteilig von Krankenkassen übernommen werden.

Orthopädie - Rehasport (geschlossene Gruppe)	W B G	Mo. 13:00-14:00	Sportforum Gym 3	Silke Hänsel
Beckenbodenfitness für Anfänger	G	Mo. 16:00-17:15	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Di. 17:30-18:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Di. 18:30-19:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Di. 19:30-20:30	Sportforum Gym 3	Gabriele Fiebig
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Di. 20:30-21:30	Sportforum Gym 3	Gabriele Fiebig
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Mi. 09:15-10:15	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Mi. 10:15-11:15	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Sport mit Diabetes Mellitus Typ II- Start: 22.8.2018	WS G	Mi. 11:30-12:45	Sportforum Gym 3	Christiane Andrews
Orthopädie - Rehasport	B G	Do. 08:15-09:15	Sportforum Gym 4	Maren Höfermann
Beckenbodenfitness für Frauen	G	Do. 11:00-12:15	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Bewegungsgruppe für Menschen mit Demenz	G	Do. 12:30-13:30	Sportforum Gym 3	Ute Grunwald
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Do. 17:30-18:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Do. 18:30-19:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Do. 19:30-20:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer
Rückenschule Trainingsgruppe	G	Do. 20:30-21:30	Sportforum Gym 3	Andreas Fischer

*Meine Stadt, mein Dorf, meine Apotheke.*



Im Alten Dorfe 38 · 22359 Hamburg · Telefon: 040/603 44 16 · [www.alteapothekevolksdorf.de](http://www.alteapothekevolksdorf.de)



## GYMNASTIK UND TURNEN

Beitragsstufe 1

Hier finden Sie vielfältige Gymnastikkurse zur Verbesserung der Haltung und der Beweglichkeit.

Wirbelsäulengymnastik	Mo. 10:00-11:00	Sportforum Saal 1	Jennifer Adam
Fitnessstraining	Mo. 17:30-18:30	Sportforum Saal 1	Marion Dannhauer
Mobilisation	Di. 09:00-10:00	Sportforum Gym 3	Maren Höfermann
Fitnessstraining (Frauen)	Di. 10:00-11:00	Sportforum Gym 2	Barbara Joeres
Fitnessstraining (Frauen)	Di. 11:00-12:00	Sportforum Saal 1	Anja Englert
Fitnessstraining (Frauen)	Di. 18:30-19:30	Sportforum Saal 1	Barbara Joeres
Wirbelsäulengymnastik	Di. 18:30-19:30	Sportforum Gym 4	Kerstin Sudrow De Oliveira
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 10:30-11:30	Sportforum Saal 1	Helga Struwe
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 16:00-17:00	Sportforum Gym 2	Susanne Nawo
Fitnessstraining	Mi. 18:30-19:30	Sportforum Gym 4	Nicola Westphal
Fitnessstraining	Mi. 20:30-21:30	Sportforum Gym 4	Antje Gipp
Gymnastik (Arthrose/Rheuma)	Do. 09:00-10:00	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Fitnessstraining (Frauen)	Do. 10:15-11:15	Sportforum Saal 1	Barbara Joeres
Fitnessstraining (Männer)	Do. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, li. Halle	Jens Holst
Fitnessstraining	Do. 20:30-22:00	Sportforum Gym 4	Marion Dannhauer
Fitnessstraining (Frauen)	Fr. 08:30-09:30	Sportforum Gym 3	Birgit Chmielewski
Fitness der Kulturen	Fr. 10:45-11:45	Sportforum Gym 4	Christiane Andrews
Wirbelsäulengymnastik	Sa. 12:00-13:00	Sportforum Gym 2	Dagmar Widgreen

Abteilungsbeitrag

## HANDBALL



In keinem anderem Land ist die Mannschaftssportart Handball so beliebt wie in Deutschland. Gerade in den letzten Jahren erfuhr der Handball einen großen Schub. Seien auch Sie dabei und erleben Sie die Faszination dieser Sportart.

Hinweis: Unsere Teams befinden sich aktuell im laufenden Wettkampfbetrieb. Für die Vereinbarung eines Probetrainings bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme per Email.

**Abteilungsleiter: Knuth Lange, Mailkontakt: [handball@walddoerfer-sv.de](mailto:handball@walddoerfer-sv.de)**

1. C männlich	Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte, rechts)	Hauke Reumann
1. D männlich	Mo. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links)	Hagen Ploog
1. A männlich	Mo. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte, rechts)	Kevin Ehrenberg
2. Herren	Mo. 19:00-20:30	Dreifeldhalle Gymnasium Ohlstedt	Madlen Pachali
Piccolinos mixed 4-5 Jahre	Di. 15:30-16:30	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Andrea Dettmer
Piccolinos mixed 4-5 Jahre (Kopie)	Di. 15:30-16:30	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Andrea Dettmer
Minimixed (2010 und jünger)	Di. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte, rechts)	Andrea Dettmer
Minimädchen (2010 und jünger)	Di. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (rechts)	Andrea Dettmer
1. C weiblich	Di. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte, rechts)	Michael Repky, Noah Forchner
1. Herren	Di. 20:00-21:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte)	Thomas Preußner
1. E männlich	Mi. 17:00-18:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte, rechts)	Kai Seela
1. E weiblich	Mi. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (rechts)	Katharina Kammerer
1. D weiblich	Mi. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte)	Laurin Mende, Torge Saatho
1. A männlich	Mi. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte, rechts)	Kevin Ehrenberg
1. C weiblich	Mi. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte)	Michael Repky, Noah Forchner
1. Frauen	Mi. 20:00-21:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte, rechts)	Hauke Reumann, Knuth Lange
1. B männlich	Mi. 20:00-21:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (mitte, rechts)	Hauke Zielke
1. C männlich	Do. 17:00-18:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte, rechts)	Hauke Reumann
1. B männlich	Do. 18:30-20:00	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte, rechts)	Hauke Reumann, Hauke Zielke
1. D männlich	Do. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte, rechts)	Hagen Ploog
1. Herren	Do. 20:00-21:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte, rechts)	Thomas Preußner
2. Herren	Do. 20:00-21:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (mitte)	Madlen Pachali

1. D weiblich	Fr. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links)	Laurin Mende, Torge Saatho
1. C männlich	Fr. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte,rechts)	Hauke Reumann
1. Frauen	Fr. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links, mitte)	Knuth Lange
1. A männlich	Fr. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (rechts)	Kevin Ehrenberg

Beitragsstufe 4



## HERZSPORT

Alle Betro denen wissen, welcher Einschnitt ein Herzinfarkt in ihrem Leben bedeutet hat. Bei uns lernen Sie Ihren Körper neu kennen und lernen, ihn mit schonenden Übungen richtig zu belasten. Die ambulanten Herzsportgruppen stehen unter ärztlicher Aufsicht. Um Anmeldung unter [info@walddoerfer-sv.de](mailto:info@walddoerfer-sv.de) wird gebeten, da ein Aufnahmegespräch (Anamnese) vor Zuteilung in eine der Herzsportgruppen geführt wird.

Herzsport - Trainingsgruppe 75 Watt	W B G	Mo. 08:15-09:45	Sportforum Gym 2	Antje Surenbrock
Herzsport - Übungsgruppe ab 50 Watt	B G	Mo. 09:45-10:45	Sportforum Gym 2	Antje Surenbrock
Herzsport - Übungsgruppe ab 50 Watt	W B G	Mo. 10:45-11:45	Sportforum Gym 3	Antje Surenbrock
Herzsport - Übungsgruppe ab 50 Watt	B G	Mo. 19:00-20:00	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Kerstin Hönigschmidt
Herzsport - Trainingsgruppe ab 75 Watt	B G	Mo. 20:00-21:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links)	Kerstin Hönigschmidt
Herzsport - Übungsgruppe ab 50 Watt	W B G	Di. 09:00-10:00	Sportforum Saal 1	Antje Surenbrock
Herzsport - Übungsgruppe ab 50 Watt	B G	Di. 10:00-11:00	Sportforum Saal 1	Antje Surenbrock
Herzsport - Hockergruppe ab 30 Watt	B G	Di. 11:00-12:00	Sportforum Gym 3	Antje Surenbrock
Trainingsgruppe Herzsport mit Nordic Walking	B G	Fr. 18:30-20:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Kerstin Hönigschmidt

Beitragsstufe 1



## INKLUSIONSSPORT

Ziel ist es behinderten Menschen ihren Weg in die gesellschaftliche Integration zu ermöglichen und zu begleiten. Durch die Möglichkeit, Sport und Bewegungsangebote über eine Mitgliedschaft in einem regulären Sportverein zu nutzen, möchten wir somit zum einen das körperliche und seelische Wohlbefinden steigern und zum anderen einen Schritt aus der sozialen Isolation, hin zum integrierten Miteinander, gehen.

Inklusionssportgruppe 5 - 12 Jahre	Di. 15:30-17:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Ute Jekubik, Carina Meyer
Freizeitkicker (Mädchen und Jungen ab 8 Jahren)	Do. 16:00-17:00	Irena-Sendler-Schule - Zweifeldhalle (links)	Yannick ABmann
Inklusionssportgruppe ab 13 Jahre	Do. 17:00-18:30	Ahrens. Weg, Grüne Halle (links)	Monika Formica, Stefanie Cremer

# 25 Jahre



**Wohnpark am Wiesenkamp**  
gemeinnützige GmbH  
Ein Unternehmen der Albertinen-Gruppe  
22359 Hamburg · Wiesenkamp 16  
Telefon: 0 40 644 16 - 0  
[info@residenz-wiesenkamp.de](mailto:info@residenz-wiesenkamp.de)  
[www.residenz-wiesenkamp.de](http://www.residenz-wiesenkamp.de)

In direkter Umgebung des Ev. Amalie-Sieveling-Krankenhauses sowie der U-Bahn-Station Meiendorfer Weg

### Residenz am Wiesenkamp

## albertinen<sup>+</sup>

in besten Händen

# Apotheke am Volksdorf

– Marlis Krampf –



ALLOPATHIE  
HOMÖOPATHIE  
NATURHEILKUNDE



Marlis Krampf • Farmsener Landstr. 189  
Tel. 040 / 603 42 45 • Fax 040 / 609 11 294  
Mo.–Fr. 8.30–19.00 Uhr • Sa. 8.00–13.30 Uhr



## INLINE - HOCKEY

Das »Inline-Hockey« ist die ursprünglichste Art des Inline-Skatings und wird mittlerweile als Teamsport mit eigenen Turnieren und Ligen professionell betrieben. Hierbei sind gemischte Teams (weiblich/männlich) zugelassen. Wichtigster Unterschied zum Eishockey ist dabei die »non-contact«-Regel, die einen übertrieben harten Körpereinsatz verbietet, um Verletzungen zu vermeiden.

Inline-Hockey Frauen	Mi. 20:15-22:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Janet Adam
Inline-Hockey Jugend u. Herren (Hobby)	Fr. 20:00-21:45	Ahrensbr. Weg, Mehrzweckhalle (links, mitte, rechts)	Guido Klenner



## INLINE - SKATING

Inline-Skating ist eine weltweit stark wachsende Freizeitsportart. Die Begeisterung für das Fortbewegen auf den »in-einer-Linie« angeordneten Rollen wuchs zu Beginn der neunziger Jahre besonders in den USA. In den letzten Jahren stieg die Zahl der Aktiven jedoch auch in Deutschland deutlich an, so dass mittlerweile über 8 Mio. Menschen diesen Sport betreiben. Für Workshops ist eine vorherige Anmeldung im Sportforum erforderlich.

**Fachliche Leitung: Sabine Preußner, Mailkontakt: inline@walddoerfer-sv.de**

Inlineskaten, Fortgeschrittene (5 - 14 Jahre)	Mi. 16:00-17:30	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Sabine Preußner
Inlineskaten, Leistungsgruppe (8 - 17 Jahre)	Mi. 17:30-19:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Sabine Preußner
Inlineskaten, Anfänger (5 - 12 Jahre)	W Do. 15:30-16:30	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Christiane Loch
Inlineskaten, Leistungsgruppe (nach Absprache, i.d.R. 14-tägig)	Sa. 11:30-13:30	Ahrensbr. Weg, Grüne Halle (links, mitte, rechts)	Sabine Preußner



## JUDO

Judo - der sanfte Weg des Nachgebens dient als Teil der japanischen Budosportarten nicht nur dem Training des Körpers, sondern auch der Vervollkommnung des Geistes. Über die Beherrschung des Körpers soll man zu geistiger Reife gelangen. Der Walddorfer SV bietet seit dem 01.06.67 Judo als Selbstverteidigung, Breitensport und Wettkampfsport an.

**Fachliche Leitung: Robert Röber; Mailkontakt: judo@walddoerfer-sv.de**

Judo - Fortgeschrittene ab 7 Jahre	Mo. 17:00-18:30	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Robert Röber
Judo - Anfänger ab 11 Jahre	Mo. 17:00-18:30	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Robert Röber
Judo - Fortgeschrittene ab 7 Jahre	Di. 17:00-18:30	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Niclas Blessin, Tobias Hartz
Judo - Anfänger ab 11 Jahre	Di. 17:00-18:30	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Niclas Blessin, Tobias Hartz
Judo - Fortgeschrittene, Jugendliche bis 17 Jahre	Di. 18:30-20:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Maik Mandelkow, Thomas von Appen
Judo - Erwachsene, Anfänger und Fortgeschrittene	Di. 20:00-21:45	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Robert Röber
Judo - Anfänger ab 7 Jahre	Do. 17:00-18:30	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Thomas von Appen, Katharina Siebert
Judo - Erwachsene, Anfänger und Fortgeschrittene	Do. 20:00-21:45	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Robert Röber
Judo - freies Training	So. 15:00-18:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Niclas Blessin



## KARATE - DO

Karate-Do ist eine Kunst. Eine Körper- und Kampfkunst und eine Methode der Selbstverteidigung. Sie ist auch ein Weg zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit und zur Festigung des Charakters, der schließlich zu einem inneren Wachstum führt. Karate-Do ist somit nicht nur eine Disziplin der Körperbeherrschung, sondern auch eine Schule der Geistesbildung, die einen das ganze Leben lang begleiten sollte.

**Fachliche Leitung: Martin Kröckel, Mailkontakt: karate-do@walddoerfer-sv.de**

Karate - Freies Training	Di. 07:00-08:00	Sportforum Gym 2	Peter Knothe
Karate - Kinder Anfänger 9-14 J.	Mi. 17:30-18:30	Schule Eulenkugstraße	Martin Kröckel
Karate - Jap. Kampfk. / Selbstvert. Fortg. 12-16 J.	Mi. 18:30-19:30	Schule Eulenkugstraße	Martin Kröckel
Karate - Jap. Kampfk. / Selbstvert. Erwachsene	Mi. 20:00-21:30	Schule Eulenkugstraße	Martin Kröckel, Marie-Christine Giering
Karate - Kinder Anfänger 9-12 J.	Fr. 15:30-16:30	Sportforum Gym 2	Martin Kröckel
Karate - Fortgeschrittene 12-16 J.	Fr. 16:30-17:30	Sportforum Gym 2	Martin Kröckel

Karate - Erwachsene Anfänger	Fr. 18:00-19:30	Sportforum Gym 2	Martin Kröckel, Marie-Christine Giering
Karate - Erwachsene Fortgeschrittene	Fr. 19:30-21:00	Sportforum Gym 2	Martin Kröckel
Karate - Wettkampftraining	So. 14:00-15:30	Sportforum Gym 2	Martin Kröckel

Beitragsstufe 4



## KLETTERN

Für die Kurse ist eine Anmeldung im Sportforum erforderlich. Lernen Sie klettern an einer 8 Meter hohen Kletterwand. Erleben Sie das Gefühl, an einer senkrechten Wand empor zu steigen, oder perfektionieren Sie Ihr Können als Fortgeschrittener.

**Fachliche Leitung: Tobias Kähler, Mailkontakt: klettern@walddoerfer-sv.de**

Klettern - Kinder Fortgeschrittene	W	Mo. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Tobias Kähler
Klettern Fortschrittene 2 / freies Klettern		Mo. 18:00-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Tobias Kähler
Klettern- Jgdl. ab 14 J. & Erw. - Start: 12.9.2018	WS	Mi. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Peter Berger
Klettern - Kinder Anf./ Do.- Start: 1.11.2018	WS	Do. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Janet Adam, Vincent Kohn
Klettern Fortgeschrittene 1 (ab 8 Jahren)	W	Fr. 16:30-18:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Tobias Kähler
Klettern Fortschrittene 2 / freies Klettern	W	Fr. 18:00-20:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Tobias Kähler

Beitragsstufe 3



## KUNST- UND GERÄTTURNEN

Kunst- und Gerätturnen sind Individualsportarten. Kunstturnen schließt vielfältige Bewegungs- und Spielformen sowie Gymnastik und zum Teil auch Tanz ein. Im Gerätturnen werden vor allem koordinative und konditionelle Fähigkeiten entwickelt, aber auch Mut, Willensqualitäten und Selbstbeherrschung. Beide Sportarten sind eine sehr gute Grundlage, um weitere Sportarten zu erlernen wie zum Beispiel Trampolinspringen, Turmspringen, Rhönrad, Voltigieren u.v.m.

Kunstturnen Breitensportgruppe für Mädchen ab 9 J.		Mo. 18:15-19:30	Ahrens. Weg, li. Halle	Nina Günter
Gerätturnen 6 - 9 Jahre		Di. 17:00-18:00	Schule Eulenkrogstraße	Hanna Waesermann
Gerätturnen 9 - 12 Jahre	W	Di. 18:00-19:30	Schule Eulenkrogstraße	Hanna Waesermann
Tanzen und Turnen (Kinder 5 - 7 Jahre)		Do. 16:00-17:00	Sportforum Saal 1	Ste Franzen, Rika Marie Gerke
Kunstturnen Breitensportgruppe für Mädchen ab 10 J.		Do. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)	Nina Günter

Beitragsstufe 4



## LATIN DANCE

Peruanische Lebensfreude pur erlebt ihr bei unserem Latin Dance Kurs mit Cesar Sanchez und seiner Tanzpartnerin Sandra Cucak. Cesar ist Salsa-Showtänzer und Tanzlehrer aus und in Hamburg. Salsa, Merengue, Bachata...! Willkommen sind alle Teens, Erwachsene, Paare und Singles.

Latin Dance (Fortgeschritten)		Fr. 19:00-20:30	Sportforum Saal 1	Cesar Sanchez, Sandra Cucak
-------------------------------	--	-----------------	-------------------	-----------------------------

Abteilungsbeitrag



## LEICHTATHLETIK

Das Allhorn-Stadion ist die Heimat unserer Leichtathleten und bietet hervorragende Trainingsbedingungen. Das Training umfasst verschiedene Lauf-, Sprung- und Wurf-Disziplinen und jede davon ist faszinierend! Die Trainingsgruppen sind nach Jahrgängen getrennt. Innerhalb der Jahrgänge trainieren Jungs und Mädchen gemeinsam. Kommen Sie vorbei und erleben Sie die ursprünglichste aller Sportarten.

**Abteilungsleitung: Sylvia Berger, Mailkontakt: leichtathletik@walddoerfer-sv.de**

Grundschule- Jahrgang 2009		Di. 15:45-16:45	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Jakob Peters, Eric Hofmann
Jahrgang 2008 - 2006		Di. 16:45-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Freerik Haskamp, Jakob Peters
Jahrgang 2005 - 2002		Di. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Sylvia Berger
Jahrgang 2001 und älter		Di. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Sylvia Berger, Freerik Haskamp
Senioren		Di. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, re. Halle (WdG)/Allhorn Stadion	Gerd Jessen, Marion Dannhauer
KINDERLEICHTathletik, Jg. 2012 und jünger		Mi. 16:15-17:15	Ahrens. Weg, Gymn.saal/Allhorn Stadion	Antonia Farr, Eric Hofmann
Grundschule- Jahrgang 2009		Do. 15:45-16:45	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Kaja Ondruch, Antonia Farr
Jahrgang 2008 - 2006		Do. 16:45-18:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Freerik Haskamp, Kaja Ondruch
Jahrgang 2005 - 2002		Do. 17:30-19:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Sylvia Berger
Jahrgang 2001 und älter		Do. 18:30-20:00	Ahrens. Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Sylvia Berger, Freerik Haskamp

Jedermann/Jederfrau Erwachsene	Do. 20:00-21:30	Ahrensbl. Weg, re. Halle (WdG)/ Allhorn Stadion	Svenja Matzke
Fördertraining	Fr. 18:00-20:00		Sylvia Berger

Beitragsstufe 2



**LINE DANCE**

Line Dance ist ein Tanz-Trend, der aus Amerika kommt und Europa im Sturm erobert hat. Beim Line Dance muss keiner führen und niemand braucht Angst zu haben, dem anderen auf die Füße zu treten. Jeder tanzt für sich allein - und doch wieder gemeinsam mit den anderen. Wer einmal seine Reihe und den Rhythmus verliert, reiht sich einfach wieder ein und tanzt weiter.

Country Line Dance (Anfänger)	Mi. 17:00-18:00	Sportforum Saal 1	Doris Prieß
Country Line Dance (Fortgeschrittene)	Mi. 18:00-19:30	Sportforum Saal 1	Doris Prieß
Line Dance (Fortgeschrittene)	Fr. 18:00-19:30	Sportforum Gym 4	Heike Wilkens
Line Dance - Catalan Style für Fortg. (nur am 1. Freitag eines jeden Monats), ab August 2018	WS Fr. 19:30-21:00	Sportforum Gym 4	Simone Kruse

Beitragsstufe 4



**LUNGENSport**

Lungensport verhilft nachweislich zu leichterem Atmen. Die Lungensportgruppen, die sich auf das Training mit Lungensportpatienten spezialisiert haben (COPD, Asthma, etc.), werden von speziell ausgebildeten Übungsleitern betreut. Gezielte gymnastische Übungen können insbesondere die Atemmuskulatur unterstützen und dadurch deutliche Erleichterung im Alltag mit sich bringen. Beim Lungensport wird jeder auf seinem persönlichen Leistungsniveau abgeholt. Es geht nicht darum, Leistungsgrenzen zu überschreiten. Ziel ist der langsame Aufbau von Muskulatur, Kondition und Belastbarkeit.

Lungensport (Asthma und COPD)	B G	Mo. 12:00-13:00	Sportforum Gym 3	Silke Hänsel
Lungensport (COPD)	B G	Di. 12:00-13:00	Sportforum Gym 3	Antje Surenbrock
Lungensport (Asthma und COPD)	B G	Do. 09:15-10:15	Sportforum Saal 1	Maren Höfermann
Lungensport (COPD)	B G	Fr. 09:30-10:30	Sportforum Gym 3	Kerstin Hönigschmidt

Beitragsstufe 2



**NORDIC WALKING**

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das schnelle Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird.

Nordic Walking		Mo. 11:15-12:15	Sportforum	Raya Hauschild
Nordic Walking		Mi. 11:00-12:00	Sportforum	Christiane Matiebel

Beitragsstufe 4



**ORIENTALISCHER TANZ**

Der Orientalische Tanz ist der älteste Tanz der Welt, der vorrangig von Frauen getanzt wird. Er bietet gesundes Training für Muskeln und Wirbelsäule sowie tolle Bewegungen und Körperbeherrschung.

Orientalischer Tanz (Mittelstufe)		Mo. 18:00-19:30	Sportforum Gym 4	Christine Brenneisen
-----------------------------------	--	-----------------	------------------	----------------------

Beitragsstufe 3



**PARKOUR**

Parkour vereint Le Parcours, Freerunning und Tricking. Die verschiedenen Trainingsformen bauen aufeinander auf. Zunächst erlernt man Hindernisse mit verschiedenen Techniken zu überwinden, bevor diese im Freerunning, in das Laufen, eingebunden werden. Tricking ist die Königsdisziplin im Parkour. Hier werden komplett isoliert spektakuläre Stunts geübt.

Parkour für Kids 9-13 J. (Basic)	W	Mo. 18:30-19:30	Schule Eulenkrugstraße	Simon Pouly, Jakob in't Veld
Parkour für Jugendliche ab 14 (Fortgeschritten)		Mo. 19:30-20:30	Schule Eulenkrugstraße	Simon Pouly, Jakob in't Veld
Parkour für Kids 5-8 J. (Basic)	W	Di. 15:00-16:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Simon Pouly
Parkour für Kids 8-10 J. (Basic)	W	Di. 16:00-17:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Simon Pouly

Parkour für Kids 11-13 J. (Basic und Fortgeschritten)		Di. 17:00-18:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Simon Pouly
Parkour für Kids 8-10 J. (Basic)	W	Mi. 17:00-18:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Matthias Hirsch
Parkour für Kids 11-13 J. (Basic und Fortgeschritten)	W	Mi. 18:00-19:00	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Matthias Hirsch
Parkour für Jugendliche und Erwachsene (Fortge.)	W	Mi. 19:00-20:15	Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Matthias Hirsch

Beitragsstufe 4



### PILATES

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden. Pilatesstraining sorgt für ein besseres Körpergefühl und für eine gesunde Haltung.

Pilates		Mo. 18:45-19:30	Sportforum Gym 2	Carmen Fürst
Pilates		Di. 16:00-17:00	Sportforum Gym 2	Ingrid Lißner
Pilates (Fortgeschrittene)		Di. 17:00-18:00	Sportforum Gym 2	Ingrid Lißner
Pilates (Fortgeschrittene)		Mi. 10:00-11:00	Sportforum Gym 2	Carmen Fürst
Pilates		Mi. 18:00-18:45	Sportforum Gym 2	Michela Paiano-Stein
Pilates		Do. 10:00-11:00	Sportforum Gym 3	Susanne Nawo
Pilates		Do. 10:45-11:45	Sportforum Gym 2	Ingrid Lißner
Pilates		Do. 20:00-21:00	Sportforum Gym 1	Carmen Fürst
Pilates		Fr. 09:30-10:30	Sportforum Gym 2	Carmen Fürst
Pilates		Fr. 18:00-19:00	Sportforum Saal 1	Dagmar Widegreen
Pilates		So. 16:30-17:30	Sportforum Gym 1	Dagmar Widegreen

Beitragsstufe 1



### PRELLBALL

Beim Prellball wird der Ball durch das Herunterschlagen mit der geschlossenen Faust oder dem Unterarm gespielt. Jede Mannschaft hat die Aufgabe, den Ball so auf den Boden des Eigenfeldes zu prellen, dass er über das Netz ins Gegenfeld gelangt. Dabei ist jeder Spieler bemüht, den Ball so gekonnt zu spielen, dass dem Gegner die Annahme erschwert wird. Eine Sportart für Jung und Alt.

Herren		Di. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, li. Halle	Klaus-Dieter Heine
--------	--	-----------------	------------------------	--------------------

Beitragsstufe 4



### QI GONG

Qi Gong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist, die auch Teil der traditionellen Chinesischen Medizin ist. Auch Kampfsport-Übungen werden darunter verstanden. Zur Praxis gehören Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen, Konzentrationsübungen und Meditationsübungen der inneren Stille. Die Übungen dienen zur Anreicherung und Harmonisierung des Qi.

Qi Gong		Mo. 11:00-12:15	Sportforum Gym 1	Ute Hiesener-Sprick
Qi Gong		Mo. 19:30-20:30	Sportforum Gym 2	Wenting Liang-Chyba
Qi Gong		Di. 10:45-12:00	Sportforum Gym 1	Ute Hiesener-Sprick
Qi Gong		Mi. 08:15-09:15	Sportforum Gym 3	Martina Awe-Bubenheim
Qi Gong		Do. 11:15-12:30	Sportforum Saal 1	Martina Awe-Bubenheim
Qi Gong (Fortgeschrittene)		Do. 18:00-19:00	Sportforum Gym 2	Regina Bondzio, Wenting Liang-Chyba

Beitragsstufe 1



### RADSPORT

Das Radsport-Team fährt mit Rennrädern in Gruppen ab 25 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit von April bis September in der Regel dreimal wöchentlich. In den anderen Monaten wird nur am Wochenende gefahren, wenn die Straßenverhältnisse es zulassen. Weitere Trainingsfahrten und Teilnahmen an RTF's nach Absprache.

**Fachliche Leitung: Rolf Ebert, Mailkontakt: rst@walddoerfer-sv.de**

Trainingsgruppe 27-33 km/h		Mo. 18:30-21:00	Sportforum	Rolf Ebert
Trainingsgruppe 27-33 km/h		Di. 18:30-21:00	Sportforum	N. N.
Trainingsgruppe 25-30 km/h		Mi. 18:30-21:00	Sportforum	Rolf Ebert, Norbert Kübart
Trainingsgruppe 27-33 km/h		Do. 18:30-21:00	Sportforum	N. N.



## RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

Die Rhythmische Sportgymnastik wird mit musikalischer Begleitung durchgeführt, ist vor allem durch gymnastische und tänzerische Elemente gekennzeichnet und erfordert in hohem Maß Körperbeherrschung.

**Fachliche Leitung: Sylvia Lopatta und Jessica Krüger, Mailkontakt: rsg@walddoerfer-sv.de**

Breitensportgruppe ab 5 J.		Mo. 17:00-18:15	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (mitte, rechts)	Alina Levitskaya, Kaja Luisa Goebel, Widijana Sutardi
Leistungsgruppe 5-11 J.		Mo. 17:00-18:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links)	Sylvia Lopatta
Leistungsgruppe ab 12 J.		Mo. 18:30-21:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links)	Sylvia Lopatta, Jessica Krüger
Breitensportgruppe ab 5 J.		Mi. 15:00-16:00	Berner Au Sporthalle (hinten)	Elisabeth Conze
Leistungsgruppe 5-11 J.		Do. 16:30-18:00	Berner Au Sporthalle (hinten)	Sylvia Lopatta, Jessica Krüger
Breitensportgruppe ab 5 J.	W	Do. 17:00-18:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Alina Levitskaya, Alicia Michelle Ladwig, Widijana Sutardi
Leistungsgruppe ab 12 J.		Do. 18:00-20:30	Berner Au Sporthalle (hinten)	Sylvia Lopatta, Jessica Krüger
Leistungsgruppen 5-11 J.		Sa. 09:00-11:00	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte)	Sylvia Lopatta, Jessica Krüger
Leistungsgruppe ab 12 J.		Sa. 11:00-13:30	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (links, mitte)	Sylvia Lopatta, Jessica Krüger



## ROCK'N'ROLL UND LINDY HOP

Rock'n'Roll ist ein dynamischer, kraftvoller, aber auch ein eleganter Tanz, geprägt durch verschiedene Tanzstile wie Hip Hop, Jazz, Showtanz.

Lindy Hop ist ein Tanzstil aus den 1930er Jahren, der als Vorläufer der Tänze Jive, Boogie-Woogie und des akrobatischen Rock 'n' Roll gilt.

**Fachliche Leitung: Rika Gerke und Tanja Heckroth, Mailkontakt: rnr@walddoerfer-sv.de**

Lindy Hop		Mo. 19:30-20:30	Sportforum Gym 4	Ruby Doo
Rock'n'Roll - Anfänger ab 14 Jahre		Di. 19:30-21:00	Schule Eulenkugstraße	Ulrich Lopatta, Thomas Fischer
Rock'n'Roll - Fortgeschrittene ab 14 Jahre		Di. 19:30-22:00	Schule Eulenkugstraße	Ulrich Lopatta, Thomas Fischer
Rock'n'Roll - Ladies Formation ab 12 Jahren		Do. 19:00-20:00	Schule Eulenkugstraße	Rika Marie Gerke
Rock'n'Roll - Anfänger ab 14 Jahre		Do. 19:30-21:00	Schule Eulenkugstraße	Thomas Fischer
Rock'n'Roll - Fortgeschrittene ab 14 Jahre		Do. 19:30-22:00	Schule Eulenkugstraße	Thomas Fischer
Rock'n'Roll (freies Training nach Absprache)		So. 10:00-14:00	Schule Eulenkugstraße	Ste Franzen, Thomas Fischer



## SCHWIMMEN

Aktuell sind die meisten Schwimmgruppen geschlossen. Schwimmer, die das Goldzeichen haben, älter als 12 Jahre sind und drei Lagen beherrschen oder bereits Wettkampferfahrungen besitzen, können - nach Absprache - zu einem Probeschwimmen nach Farmsen kommen. Für alle weiteren werden Wartelisten geführt. Interessenten senden hier bitte eine Mail mit Angabe von Namen|Geburtsjahr|Leistungsstand|Abzeichen an [schwimmen@walddoerfer-sv.de](mailto:schwimmen@walddoerfer-sv.de).

**Barbara Vielhauer, Lars Brotzki; Mailkontakt: schwimmen@walddoerfer-sv.de**

Trainingsgruppe LG 1/ LG 2 (geschlossene Gruppe)	W	Mo. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Jens Richter
Trainingsgruppe LG 3 (geschlossene Gruppe)	W	Mo. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Carlotta Corleis, Jens Richter
Erwachsene 2 (geschlossene Gruppe), mind. 3 Lagen		Mo. 21:00-22:00	Berufsförderungswerk	N. N.
Erwachsene 1 (geschlossene Gruppe), freies Schwimmen		Mo. 21:00-22:00	Berufsförderungswerk	N. N.
Trainingsgruppe LG 2 (geschlossene Gruppe)	W	Di. 17:00-18:00	Schwimmhalle Volksdorf	Nikita Chygrynets, Carolin Müller
Trainingsgruppe TG 5 (geschlossene Gruppe)	W	Di. 17:00-18:00	Schwimmhalle Volksdorf	Beate Kuhlwein, Chiara Corleis, Martina Corleis
Trainingsgruppe TG 4 (geschlossene Gruppe)	W	Di. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Beate Kuhlwein, Vincent Wälken
Trainingsgruppe TG 3 (geschlossene Gruppe)	W	Di. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Benedikt Rogosch, Carolin Müller
Trainingsgruppe Farmsen	W	Di. 20:00-21:00	Berufsförderungswerk	Henry Rolf
Trainingsgruppe TG 6 (geschlossene Gruppe)	W	Mi. 17:00-18:00	Schwimmhalle Volksdorf	Maya Mertens, Jens Richter
Trainingsgruppe LG 3/4/TG 3 (geschlossene Gruppe)	W	Mi. 17:00-18:00	Schwimmhalle Volksdorf	Vincent Klatt, Niklas Issem
Trainingsgruppe LG 1/ LG 2 (geschlossene Gruppe)	W	Mi. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Jens Richter
Erwachsene 1 (geschlossene Gruppe), freies Schwimmen		Mi. 21:00-22:00	Berufsförderungswerk	N. N.
Erwachsene 2 (geschlossene Gruppe), mind. 3 Lagen		Mi. 21:00-22:00	Berufsförderungswerk	N. N.
Trainingsgruppe LG 2 (geschlossene Gruppe)	W	Do. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Kira Schröder

Trainingsgruppe LG 1 (geschlossene Gruppe)	W	Do. 18:00-19:00	Schwimmhalle Volksdorf	Jens Richter
Trainingsgruppe BFW1 (geschlossene Gruppe)		Fr. 15:00-15:45	Berufsförderungswerk	Andreas Fechner
Trainingsgruppe BFW2 (geschlossene Gruppe)		Fr. 15:45-16:30	Berufsförderungswerk	Andreas Fechner

Workshopbeitrag



## SCHWIMMSCHULE

Im Mittelpunkt des Schwimmkurses stehen die Freude am Wasser und das Üben von vielfältigen Bewegungs- und Spielformen. Die Kinder üben schweben, gleiten, tauchen, schwimmen und springen. Durch den sparsamen Einsatz von Schwimmhilfen lernen die Kinder den Auftrieb und die Fortbewegung im Wasser schon früh kennen. So lernt Ihr Kind sich sicher im Wasser zu bewegen. Teilnahme an allen Kursen nur nach Anmeldung.

Schwimmschule/ Kinder Anf.- Gr. A - Start: 15.10.2018	WS	Mo. 14:45-15:45	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Anf.- Gr. B - Start: 15.10.2018	WS	Mo. 15:45-16:45	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Fortg.- Gr. C - Seit Juni	WS	Mi. 14:00-15:00	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Anf.- Gr. C - Seit Juni	WS	Mi. 15:00-16:00	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Anf.- Gr. E - Seit Juni	WS	Do. 16:00-17:00	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Anf.- Gr. F - Seit Juni	WS	Do. 17:00-18:00	Schwimmhalle Neusurenland	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Fortg.- Gr. A - Start: 19.10.2018	WS	Fr. 15:00-15:45	Berufsförderungswerk	Beate Kuhlwein
Schwimmschule/ Kinder Fortg.- Gr. B - Start: 19.10.2018	WS	Fr. 15:45-16:30	Berufsförderungswerk	Beate Kuhlwein

Abteilungsbeitrag



## SKI

Die Ski-Abteilung bietet Ski- und Snowboardreisen für Familien und Erwachsene an. Die Skireisen-Flyer sowie die Anmeldungen für die Skigymnastik-Kurse erhalten Sie im Sportforum und bei den Übungsleitern.

**Abteilungsleitung: Arne Bestmann, Mailkontakt: [ski@walddoerfer-sv.de](mailto:ski@walddoerfer-sv.de)**

Skigymnastik ganzjährig		Mo. 20:00-21:30	Ahrensberg Weg, li. Halle	Andreas Hänschen
Skigymnastik ganzjährig		Mi. 20:00-21:30	Ahrensberg Weg, li. Halle	Armin Meyer

Beitragsstufe 1



## SPORT 50+

Dieses Angebot richtet sich vorwiegend an Teilnehmer, die über 50 Jahre alt sind und durch körperliche Betätigung gesund und vital bleiben wollen.

Fitnessstraining (Frauen)		Mo. 09:00-10:00	Sportforum Saal 1	Jennifer Adam
Fitnessstraining (Männer)		Mo. 15:00-16:00	Sportforum Gym 2	Norbert Hauschild
Fitnessstraining (Männer)		Mo. 20:30-22:00	Sportforum Gym 4	Jens Holst
Fitnessstraining (Männer)		Di. 08:45-09:45	Sportforum Gym 2	Norbert Hauschild
Fitnessstraining		Di. 09:00-10:00	Sportforum Gym 1	Ute Hiesener-Sprick
Gymnastik auf dem Hocker		Di. 10:00-11:00	Sportforum Gym 3	Maren Höfermann
Fitnessstraining (Frauen)		Mi. 08:30-09:30	Sportforum Saal 1	Birgit Chmielewski
Gymnastik auf dem Hocker		Mi. 09:30-10:30	Sportforum Saal 1	Helga Struwe
Fit Mix		Mi. 11:00-12:00	Sportforum Gym 2	Karin Klebs
Fitnessstraining (Männer)		Do. 08:45-09:45	Sportforum Gym 1	Jennifer Adam
Fitnessstraining (Männer)		Do. 17:30-19:00	Sportforum Gym 4	Jennifer Adam
Fitnessstraining		Fr. 09:30-10:30	Sportforum Saal 1	Anja Englert



## SPORTABZEICHEN

Dein persönlicher Leistungs-Check. Stelle dich der Prüfung in Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination. Die Sportabzeichenabnahme findet von Mai bis Oktober auf dem Sportplatz am Walddörfer Gymnasium, Ahrensburger Weg 28, statt. Terminvereinbarung und Kontakt: [sport@walddoerfer-sv.de](mailto:sport@walddoerfer-sv.de).

**[sport@walddoerfer-sv.de](mailto:sport@walddoerfer-sv.de)**



## TAI CHI

Tai Chi Chuan sind chinesische Gesundheitsübungen, die im Zeitlupentempo ausgeführt werden. In unseren Gruppen wird die traditionelle Langform im Yang-Stil unterrichtet. Tai Chi Chuan ist wohltuend für Körper, Geist und Seele! Qi Gong ist in China ein Sammelbegriff für verschiedene Übungen, die mit der Lebensenergie »Qi« arbeiten, sie entwickeln und fördern.

Tai Chi - Fortgeschrittene	Mo. 16:30-17:45	Sportforum Gym 2	Renate Kolk
Tai Chi - Anfänger	Mo. 17:45-18:45	Sportforum Gym 2	Renate Kolk
Tai Chi - Freies Training für Anfänger und Fortge.	Mo. 20:30-22:00	Sportforum Gym 2	Wenting Liang-Chyba
Tai Chi - Hand- und Wa enformen (Fortgeschrittene)	Do. 19:00-20:30	Sportforum Gym 2	Wenting Liang-Chyba



## TANZSPORT

Tanzsport ist sowohl im Breiten-, wie auch im Turnier- und Leistungssport beliebt. Dabei ist der Übergang vom Hobbytänzer über den ambitionierten Breitensportler bis hin zum Einsteiger in die Turnierszene im Idealfall fließend. Turniere gibt es sowohl für den Breitensport-, wie auch für den Leistungssportbereich.

**Abteilungsleiter: Heino Nuppau, Mailkontakt: [tanzsport@walddoerfer-sv.de](mailto:tanzsport@walddoerfer-sv.de)**

Tanzkreis für Paare	Mo. 20:15-22:00	Sportforum Gym 3	Bernd Heinze
Turnierpaare	Di. 12:15-14:15	Sportforum Saal 1	N. N.
Freies Training Turnierpaare	Di. 17:30-21:45	Schule Charlottenb. Str.	N. N.
Tanzkreis für Paare	Di. 19:30-21:00	Sportforum Saal 1	Waltraud Heinze
Tanzkreis für Paare	Di. 21:00-22:30	Sportforum Saal 1	Waltraud Heinze
Freies Training Senioren	Mi. 13:00-15:00	Sportforum Saal 1	N. N.
Tanzkreis für Paare	Mi. 19:30-21:00	Sportforum Saal 1	Bernd Kohlen
Tanzkreis für Paare	Mi. 21:00-22:30	Sportforum Saal 1	Hiltrud Kohlen
Freies Training Turnierpaare	Do. 18:30-21:45	Schule Charlottenb. Str.	N. N.
Turnierpaare Standard I	Do. 19:00-20:30	Sportforum Saal 1	Thomas Fürmeyer
Turnierpaare Standard II	Do. 20:30-22:00	Sportforum Saal 1	Tanja Larissa Fürmeyer
Freies Training	Fr. 14:00-16:30	Sportforum Saal 1	N. N.
Freies Training Turnierpaare	Fr. 18:30-21:45	Schule Charlottenb. Str.	N. N.
Vorturniergruppe	So. 16:45-17:15	Sportforum Saal 1	Gabi Rzondkowski
Tanzkreis für Paare	So. 17:15-18:45	Sportforum Saal 1	Gabi Rzondkowski
Freies Training Turnierpaare	So. 19:00-22:00	Sportforum Saal 1	N. N.

## TENNIS



Tennis ist ein Rückschlagspiel, das als Einzel oder Doppel gespielt werden kann. Von den Spielern wird Ballgefühl, Schnelligkeit und Taktik verlangt. In den Workshops werden Grundschnitte erlernt und Ballgefühl, Koordination und Schnelligkeit verbessert. Als Anfänger in den Schnupperworkshops lernen Sie mit Spiel und Spaß die Sportart Tennis kennen. Diese starten immer im Mai jeden Jahres. Fortgeschrittene Mitglieder bauen ihre Fähigkeiten aus und trainieren das gemeinsame Einzel- und Doppelspiel. Das Training findet hier in Gruppen von 3-4 Spielern statt und läuft ab Mai draußen auf der Anlage Berner Au am Meiendorfer Mühlenweg. Von Oktober bis Mitte April spielen unsere Mitglieder in den Tennishallen am Eichenhof in Duvenstedt. Für das Saisontraining wird eine Mitgliedschaft in der Stufe 4/Tennis vorausgesetzt.

**Barbara Vielhauer, Marco Gehrke; Mailkontakt: [tennis@walddoerfer-sv.de](mailto:tennis@walddoerfer-sv.de)**

Tennis Schnuppertraining für Kinder 9-12 J. / Gr. F	WS	Mo. 16:00-17:00	Tennisplatz 1	Luis Vorbau
Tennis Schnuppertraining für Kinder ab 13 J. / Gr. K	WS	Mo. 17:00-18:00	Tennisplatz 1	Luis Vorbau
KIDS 13 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2008/2009		Di. 16:00-17:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 5/ JUG. Saisontraining Fortg. Jg. 1999-2001		Di. 17:00-18:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 3 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Di. 18:00-19:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 6 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Di. 19:00-20:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 7 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Di. 20:00-21:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 13 -W-Saisontraining Erwachsene Fortg.		Mi. 10:00-11:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 7 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2009-2010		Mi. 15:00-16:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 3 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2009-2011		Mi. 16:00-17:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 14 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2003-2005		Mi. 17:00-18:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke

KIDS 17 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2004-2006		Mi. 17:00-18:00	Tennisplatz 2	Florian Strohwald
KIDS 2 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2005-2007		Mi. 18:00-19:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 4 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2006-2008		Mi. 18:00-19:00	Tennisplatz 2	Florian Strohwald
ERW 2 Saisontraining Erwachsene Fortgeschr.		Mi. 19:00-20:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale
ERW 10 Saisontraining Erwachsene Fortg		Mi. 19:00-20:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 19 Saisontraining Erwachsene Fortg		Mi. 20:00-21:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale
ERW 21 Saisontraining Erwachsene Fortg		Mi. 21:00-22:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale
ERW 20 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Do. 10:00-11:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 1 Saisontraining für Kinder Fortg Jg. 2001-2012		Do. 15:00-16:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
Tennis Schnuppertraining für Kinder 6-8 J. / Gr. C	WS	Do. 15:00-16:00	Tennisplatz 2	Sonja Gehrke
KIDS 8 Saisontraining für Kinder Jg. 2003-2005		Do. 16:00-17:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
Tennis Schnuppertraining für Kinder 6-8 J. / Gr. D	WS	Do. 16:00-17:00	Tennisplatz 2	Sonja Gehrke
KIDS 9 Saisontraining für Kinder Jg. 2004/2005		Do. 17:00-18:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
Tennis Schnuppertraining für Kinder 9-12 J. / Gr. G	WS	Do. 17:00-18:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale, Peet Heichen
Tennis Schnuppertraining für Kinder 6-8 J. / Gr. B	WS	Do. 17:00-18:00	Tennisplatz 5	Sonja Gehrke
KIDS 11 Saisontraining für Kinder Jg. 2005-2007		Do. 18:00-19:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 18/ JUG Saisontraining Fortg. Jg.1997-2002		Do. 18:00-19:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale, Peet Heichen
ERW 23 Saisontraining Erwachsene Fortg		Do. 19:00-20:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
Tennis Schnuppertraining für Erwachsene / Gr. N	WS	Do. 19:00-20:00	Tennisplatz 2	Jure Kutschale, Peet Heichen
ERW 9 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Do. 20:00-21:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
ERW 16 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Fr. 11:00-12:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 20 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2006-2008		Fr. 15:00-16:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 16 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2006-2008		Fr. 16:00-17:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 6 Saisontraining Kinder Fortg. Jg. 2009-2011		Fr. 17:00-18:00	Tennisplatz 2	Florian Strohwald
KIDS 15 Saisontraining Jg. 2002-2004		Fr. 17:00-18:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
KIDS 5 Saisontraining für Kinder Fortg. Jg. 2005-2006		Fr. 18:00-19:00	Tennisplatz 2	Florian Strohwald
ERW 1 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Fr. 18:00-19:00	Tennisplatz 1	Marco Gehrke
Tennis Schnuppertraining für Kinder 9-12 J. / Gr.H	WS	Fr. 18:00-19:00	Tennisplatz 5	Jure Kutschale, Peet Heichen
ERW 4 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Fr. 19:00-20:00	Tennisplatz 2	Florian Strohwald
Tennis Schnuppertraining für Erwachsene / Gr.P	WS	Fr. 19:00-20:00	Tennisplatz 5	Jure Kutschale, Peet Heichen
ERW 12 - Saisontraining Erwachsene Fortg.		Sa. 10:00-11:00	Tennisplatz 1	Florian Strohwald
ERW 21 Saisontraining Erwachsene Fortg.		Sa. 11:00-12:00	Tennisplatz 1	Florian Strohwald



### THAI BOXEN

Das Siamesische Boxen, auch Muay Thai genannt, entstand im 13. Jahrhundert als Selbstverteidigungsform. Wer Interesse an einer körperbetonten Kampfkunst hat, ist beim Thai Boxen genau richtig. Jede Trainingseinheit beginnt mit Aufwärmen und Dehnung. Die wichtigen weiteren Bestandteile des Trainings sind Schattenboxen, Schlag- und Kicktraining an Sandsäcken und Polstern sowie das Frei- und Nahkampftraining.

**Fachliche Leitung: Kolja Kröckel**

Kindertraining - Thai Boxen (Anfänger, 9 - 13 Jahre)		Di. 18:00-19:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Anfänger ab 14 Jahre)		Di. 19:00-20:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Fortgeschritten ab 14 Jahre)		Di. 20:00-21:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Anfänger und Fortgeschrittene)		Mi. 20:30-22:00	Sportforum Gym 2	Dmitry Martynov
Kindertraining - Thai Boxen (Anfänger, 9 - 13 Jahre)		Do. 17:45-18:45	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Anfänger, ab 14 Jahre)		Do. 18:45-20:15	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Fortgeschrittene)		Do. 20:15-21:45	Ahrens. Weg, Gymn.saal	Kolja Kröckel
Kindertraining - Thai Boxen (Anfänger, 9 - 13 Jahre)		Sa. 17:00-18:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Anfänger, ab 14 Jahre)		Sa. 18:00-19:30	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Fortgeschrittene)		Sa. 19:30-21:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Kindertraining - Thai Boxen (Anfänger, 9 - 13 Jahre)		So. 17:00-18:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Anfänger, ab 14 Jahre)		So. 18:00-19:30	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel
Thai Boxen (Fortgeschrittene)		So. 19:30-21:00	Sportforum Gym 2	Kolja Kröckel

## TISCHTENNIS



Tischtennis spielen und lernen: dies bieten unsere Anfängergruppen für Kids und unsere Freizeitgruppen für Erwachsene und Ältere. Wenn der Zelluloidball häufiger und schneller über das Netz fliegt, wartet ein umfangreiches Wettkampfangebot an Punktspielen und Turnieren.

**Abteilungsleitung: Jörg Sander, Mailkontakt: tischtennis@walddoerfer-sv.de**

Freies Training Senioren	Mo. 15:00-17:00	Berner Au Sporthalle (hinten)	Eberhard Schmidt
Anfänger Jugend	Mo. 16:30-17:30	Berner Au Sporthalle (hinten)	Felix Garbe, Dennis Hartmann
Fortgeschritten Jugend	Mo. 17:30-18:30	Berner Au Sporthalle (hinten)	Dennis Hartmann, Rajkamal Singh Chana
Leistungstraining Jugend	Mo. 18:00-20:00	Berner Au Sporthalle (hinten)	Jörg Sander
Leistungsgruppe Damen	Mo. 19:00-21:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Astrid Kleinke
Leistungsgruppe Herren	Mo. 19:30-22:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Jörg Sander
Freies Training/Punktspiele Senioren	Di. 18:30-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Eberhard Schmidt
Leistungsgruppe Jugend	Mi. 17:00-19:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Jörg Sander, Rajkamal Singh Chana
Leistungsgruppe Herren	Mi. 19:00-22:00	Berner Au Sporthalle (hinten)	Jörg Sander
Freies Training Senioren	Mi. 20:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Eberhard Schmidt
Training Senioren/Punktspiel Damen	Do. 19:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Astrid Kleinke
Anfänger und Fortgeschritten gemischt (Jugend)	Fr. 17:00-18:30	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Jörg Sander, Felix Garbe
Leistungsgruppe Herren (ab 19:00 Punktspiele)	Fr. 18:30-22:30	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Jörg Sander
Freies Training Senioren	So. 10:00-13:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Eberhard Schmidt



## TRAMPOLIN

Trampolinturnen ist eine ausgezeichnete Körperschule und somit eine hervorragende Grundlage für weitere sportliche Aktivitäten.

Trampolin, 6 - 9 Jahre	W	Mo. 15:00-16:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Ste Aussum
Trampolin, 6 - 9 Jahre	W	Mo. 16:00-17:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Ste Aussum
Trampolin (Wettkampfgruppe, Aufnahme nach Absprache)	W	Mo. 17:00-19:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Ste Aussum
Trampolin ab 10 Jahren	W	Mo. 19:00-20:00	Berner Au Sporthalle (vorne)	Ste Aussum



## TRIATHLON

Triathlon ist eine Ausdauersportart, bestehend aus einem Mehrkampf der Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen, die nacheinander und in genau dieser Reihenfolge zu absolvieren sind. Der Reiz des Triathlons liegt im unmittelbaren Aufeinanderfolgen dreier unterschiedlichen Disziplinen und der damit verbundenen Umstellung der Muskulatur auf die jeweilige Disziplin.

**Fachliche Leitung: Penka Lehne, Mailkontakt: triathlon@walddoerfer-sv.de**

Trainingsgruppe (zusammen mit dem Radsport)	Mo. 18:30-20:30	Sportforum	N. N.
Schwimmen (mit Zuzahlung, 10er Karte für Mitglieder € 40,00)	Di. 06:15-07:45	Berufsförderungswerk	N. N.
Trainingsgruppe (zusammen mit dem Radsport)	Di. 18:30-21:00	Sportforum	N. N.
Schwimmen (ohne Zuzahlung)	Di. 20:00-21:00	Berufsförderungswerk	Uwe Karp
Trainingsgruppe (zusammen mit dem Radsport)	Mi. 18:30-20:30	Sportforum	N. N.
Schwimmen (mit Zuzahlung, 10er Karte für Mitglieder € 40,00)	Do. 06:15-07:45	Berufsförderungswerk	N. N.
Triathlon - Anfänger 8 - 10 Jahre ab dem 16.08.2018	Do. 17:00-18:30	Ahrensberg Weg, re. Halle (WdG)/ Allhorn Stadion	Penka Lehne
Triathlon - Lauftraining/Krafttraining	Do. 18:45-21:15	Ahrensberg Weg, Allhorn Stadion/li. Halle	Penka Lehne
Schwimmen (ohne Zuzahlung)	Fr. 15:00-16:30	Berufsförderungswerk	N. N.
Schwimmen (mit Zuzahlung, 10er Karte für Mitglieder € 40,00)	So. 18:30-20:30	Berufsförderungswerk	N. N.

## TURNEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



Kinderturnen ist die motorische Grundlagenausbildung.

Wie keine andere Sportart fördert es vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten, wie Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen. Im Kinderturnen werden die Kinder altersgerecht und ihren motorischen Fähigkeiten entsprechend gefordert und gefördert. Im gemeinsamen Spielen und Bewegen mit Gleichaltrigen lernen sie das Einfügen in eine Gruppe, Regeln und den fairen Umgang im Sport.

Bewegungslandschaften 10 Mon. - 2 J. (mit Eltern)		Mo. 10:00-11:00	Sportforum Gym 4	Raya Hauschild
Bewegungslandschaften 1,5 - 3 J. (mit Eltern)		Mo. 15:00-16:00	Sportforum Gym 4	Roswitha Brockmann
Bewegungslandschaften für 2 u. 3 Jährige (mit Eltern)	W	Mo. 16:00-17:00	Sportforum Gym 4	Roswitha Brockmann
Turnen 4 - 6 J. (ohne Eltern)	W	Mo. 16:15-17:15	Ahrens. Weg, li. Halle	Susanne Teichmann
Turnen 7 - 9 J.	W	Mo. 17:15-18:15	Ahrens. Weg, li. Halle	Susanne Teichmann
Ones Kleinkinderturnen ab 10 Mon - 2 J. (mit Eltern)		Di. 09:00-10:30	Sportforum Gym 4	Roswitha Brockmann
Gerätelandschaften, 3 - 4 Jahre	W	Di. 16:00-17:00	Schule Eulenkugstraße	Saskia Kappler
Turnen 5 - 8 J. (ohne Eltern)		Di. 17:00-18:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Susanne Teichmann
Ones Kleinkinderturnen ab 12 Mon. - 2 J. (mit Eltern)		Mi. 09:30-11:00	Sportforum Gym 4	Christiane Andrews
Turnen für Kinder 4 - 6 J. (ohne Eltern)		Mi. 16:15-17:15	Schule Eulenkugstraße	Filip R., Hannah K., Emma Lotte S.
Ones Kleinkinderturnen ab 12 Mon. - 2 J. (mit Eltern)		Do. 09:30-11:00	Sportforum Gym 4	Christiane Andrews
Bewegungslandschaften 1-3 J. (mit Eltern)	W	Do. 15:15-16:15	Sportforum Gym 4	Britta Marcks
Bewegungslandschaften 2-4 J. (mit Eltern)		Do. 16:00-17:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Raya Hauschild, Greta Burmeister
Bewegungslandschaften 1-3 J. (mit Eltern)		Do. 16:15-17:15	Sportforum Gym 4	Britta Marcks
Gerätelandschaften, 3 - 4 Jahre	W	Do. 16:15-17:15	Schule Eulenkugstraße	Macy Halbleib
Turnen 4 - 6 J. (ohne Eltern)		Do. 17:00-18:00	Schule a. d. Teichwiesen, Gymn.halle	Raya Hauschild
Ones Kleinkinderturnen ab 10 Mon - 2 J. (mit Eltern)		Fr. 09:00-10:30	Sportforum Gym 4	Christiane Andrews
Gerätelandschaften 3-5 J. (mit Eltern)		Fr. 15:00-16:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Raya Hauschild
Turnen und Ballspiele für Kinder 4-6 J. (ohne Eltern)		Fr. 16:00-17:00	Ahrens. Weg, li. Halle	Britta Marcks
Gerätelandschaften 3-5 J. (mit Eltern)		Fr. 16:00-17:00	Berner Au Sporthalle (vorne, hinten)	Raya Hauschild



# FÜR KINDERGEBURTSTAGE DIE NR. 1!

[www.indoo.de](http://www.indoo.de)





# DIE CHALLENGE IM GRÜNEN!



• Kindergeburtstage • Betriebsfeiern • Spaß mit Freunden und Familie

[www.kletterwald-hamburg.com](http://www.kletterwald-hamburg.com)

## VOLLEYBALL



Volleyball ist eine bekannte Sportart und dazu noch super beliebt! Die Schnelligkeit, die taktische Finesse und das faire Miteinander sind drei der vielen Eigenschaften, welche an der Sportart Volleyball – ob als Spieler oder Zuschauer – so reizvoll sind. Wir sind im stetigen Wachstum und konnten uns in den letzten Jahren mit unseren Frauen und Herren in den obersten Ligen innerhalb Hamburgs etablieren. Ebenfalls sind wir in den unteren Ligen vertreten. Dies bedeutet, dass für jede Spielerin oder jeden Spieler bei uns, unabhängig vom Alter oder Leistungsniveau, ein Team zu finden ist. Besonderen Fokus legen wir auf unsere Jugendarbeit, da Volleyball vor allem auch für die Kleinsten viel zu bieten hat. Viele unserer Teams befinden sich aktuell im laufenden Wettkampfbetrieb. Für die Vereinbarung eines Probetrainings bitten wir daher um vorherige Kontaktaufnahme per Email an [volleyball@walddoerfer-sv.de](mailto:volleyball@walddoerfer-sv.de).

**Abteilungsleitung: Stephan Malkowski; Mailkontakt: [volleyball@walddoerfer-sv.de](mailto:volleyball@walddoerfer-sv.de)**

U 20 weiblich	Mo. 18:30-20:00	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (rechts)	Philip Kahl
Senioren (über. 59, Wettkampftraining)	Mo. 18:30-20:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Günter Ploß
1. Damen	Mo. 20:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Reiner Mucker
2. Herren	Mo. 20:00-22:00	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (mitte)	Hubert Daume
Hobby Mixed Ü 35	Mo. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Grüne Halle (rechts)	Irene Meybohm
2. Damen	Mo. 20:00-22:00	Gymn. Buckhorn, Bezirkshalle (rechts)	Mohamad Farahani
U12 mixed	Di. 17:00-18:30	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Ole Wunstorf, Calvin Scheck
U20 männlich	Di. 18:30-20:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Henning Holst
1. Herren	Di. 20:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Stephan von Boltenstern, Stefan Anschütz
Volleyball Minis 5-8 Jahre	Mi. 16:30-18:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Elter Akay, Malte Siebeneck
2. Damen	Mi. 18:00-20:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Mohamad Farahani
1. Damen	Mi. 20:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Reiner Mucker
U 10/2	Do. 17:00-18:30	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Luis Vorbau
1. Herren	Do. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links)	Stephan von Boltenstern, Stefan Anschütz
2. Herren	Do. 20:00-22:00	Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (mitte)	Hubert Daume, Imke Schuldt
U 10/1 mixed	Fr. 17:00-18:30	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Anton Lorenz, Jakob Albers
U16 mixed	Fr. 18:30-20:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Peter Berger
Hobby Mixed	Fr. 20:00-22:00	Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Hiltrud Wagner-Zielke



## WALKING

Unter Walking versteht man zügiges Gehen mit Einsatz der Arme. Diese gelenkschonende Form der Bewegung ist sowohl für Einsteiger als auch Fortgeschrittene geeignet.

Walking	Di. 09:25-09:55	Sportforum	Barbara Joeres
Walking	Do. 09:30-10:00	Sportforum	Barbara Joeres



## YOGA

Dem Alltagsstress entfliehen, den Körper spüren, entspannen und Energie tanken: Yoga hilft Ihnen, durch eine Kombination von Körper- und Atemübungen zu sich selbst zu finden. Zugleich werden die Muskeln gestärkt und die Wirbelsäule und Gelenke geschmeidig gehalten. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Yoga (Hatha Yoga)	Mo. 09:00-10:30	Sportforum Gym 3	Kristiane Schulz
Yoga (Kundalini Yoga)	Mo. 10:45-12:15	Sportforum Gym 2	Andrea Sellmer
Yoga (Hatha Yoga)	Mo. 17:15-18:45	Sportforum Gym 3	Dagmar Martens
Yoga (Hatha Yoga, Fortgeschrittene)	Mo. 18:45-20:15	Sportforum Gym 3	Dagmar Martens
Yoga (Hatha Yoga, Fortgeschrittene)	Di. 11:00-12:30	Sportforum Gym 2	Gabriele Slomka
Yoga (Hatha Yoga)	Di. 12:30-14:00	Sportforum Gym 2	Gabriele Slomka
Yoga (Morning Flow)	Mi. 08:30-09:30	Sportforum Gym 4	Gudrun Junge
Yoga (Kundalini Yoga)	Mi. 18:30-20:00	Sportforum Gym 3	Andrea Sellmer
Yoga (Hatha Yoga, Fortgeschrittene)	Mi. 19:00-20:30	Sportforum Gym 2	Monika Kuhrau-Pfundner
Yoga (Kundalini Yoga)	Mi. 20:00-21:30	Sportforum Gym 3	Hannelene Fleitmann
Yoga (Faszien- und Yin Yoga)	Do. 12:15-13:45	Sportforum Gym 2	Kristiane Schulz
Yoga für Kinder ab 6 Jahre- Einsteiger - Start 23.8.2018	WS Do. 16:00-17:00	Sportforum Gym 2	Andreas Krakau-Blunk

Yoga (Intensive)		Fr. 08:30-09:30	Sportforum Gym 2	Caroline Neurath
Yoga (Yoga Flow)		Fr. 11:30-13:00	Sportforum Gym 2	Esther Klare
Yoga für Kinder ab 9 Jahre- Einsteiger - Start 24.8.2018	WS	Fr. 17:30-18:30	Sportforum Gym 3	Britta Luger
After-Work-Yoga für Männer- Start: 24.8.2018	WS	Fr. 18:30-20:00	Sportforum Gym 3	Andreas Krakau-Blunk

## IMPRESSUM

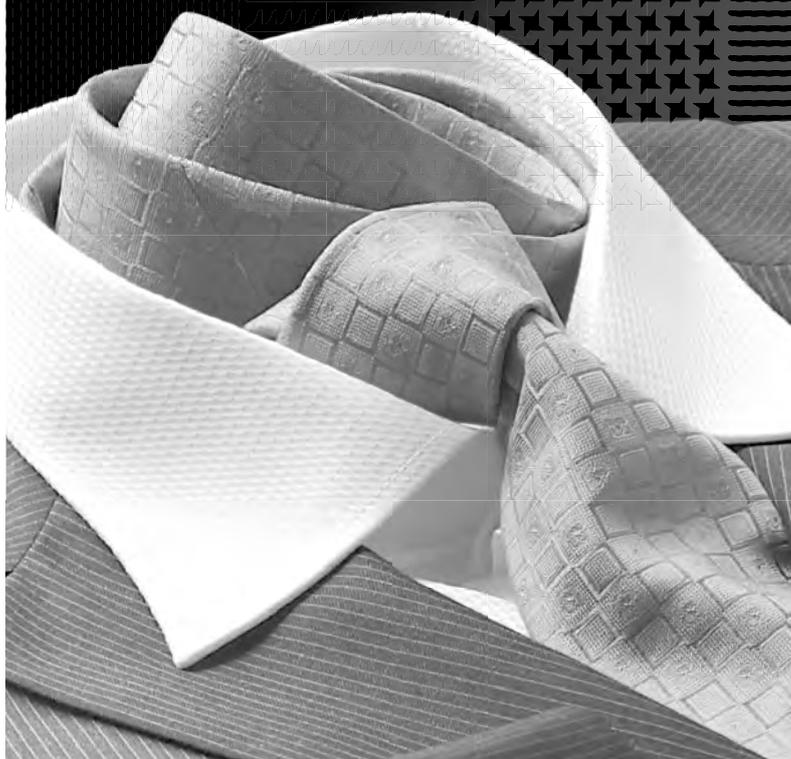
**Herausgeber:** Walddorfer Sportverein v. 1924 e.V.  
 Amtsgericht Hamburg VR 5096  
 Ulrich Lopatta (V.i.S.d.P.)  
 Halenreihe 32-34, 22359 Hamburg  
 Tel.: 040 / 64 50 62-0, [medien@walddoerfer-sv.de](mailto:medien@walddoerfer-sv.de)  
**Redaktion:** Claudia Conze

**Grafische Umsetzung:**  
 Svenja Glischinski, [www.glischinski.com](http://www.glischinski.com)  
**Druck:** Flyeralarm  
**Auflage:** 10.000 Exemplare  
**Anzeigenpreise:** Preisliste Dezember 2017

Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Texte zu kürzen und redaktionell zu bearbeiten.  
 Namentlich gekennzeichnete Texte geben nicht die Meinung der Redaktion oder des Walddorfer Sportvereins wieder.

# POLICKE

## HERRENKLEIDUNG



**Traumhaft  
 günstig  
 für Hamburgs  
 Männer.**

Anzug, Hemd & Krawatte auf  
 über 700 qm. Freizeitmode,  
 Underwear, Schuhe und  
 natürlich Trendmode im  
 neuen Trendshop "P2".

POLICKE Herrenkleidung  
 Böckmannstraße 1a  
 20099 Hamburg  
 Telefon: 040 - 28 40 95 90  
[www.policke-herrenkleidung.de](http://www.policke-herrenkleidung.de)

## NEUE WORKSHOPS HERBST/ WINTER 2018/19

**Achtung:** Workshop-Anmeldungen **bitte online** auf [www.walddoerfer-sv.de/workshops](http://www.walddoerfer-sv.de/workshops) oder mit entsprechendem Formular „Anmeldung Workshop“ an die Adresse des Walddörfer SV, Halenreihe 32-34, 22359 Hamburg, per Mail an [info@walddoerfer-sv.de](mailto:info@walddoerfer-sv.de) oder per Fax 645062-10 schicken.

**B:** : Mögliche Bezuschussung der Krankenkassen nach § 20 SGB V

Stand 25.6.2018 - Änderungen vorbehalten

Workshop Angebot Kursnr. / Zielgruppe	Beschreibung	Wochentag/ Uhrzeit	Ort / Kursleiter/-in	Kosten Mitglieder/ Workshopteiln.
<b>SPORT FÜR MENSCHEN MIT DIABETES MELLITUS II</b> Erwachsene	Dieses neue Angebot ist ein vielseitiger Mix aus Ernährungstipps bei Diabetes Mellitus Typ II und einem sportlichen Programm- bestehend aus moderatem Herz-Kreislauf-Training, Kräftigung und einem Beweglichkeitstraining. Diabetes ist die Volkskrankheit unserer Tage, jeder kann aber viel dagegen tun. Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Netzhaut- oder Nervenschädigungen lassen sich verhindern. Eine Mischung aus Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitstraining kann dem entgegenwirken. Dieser Workshop ist begrenzt auf 15 Teilnehmer.	Mittwoch 11:30-12:45 Uhr  <b>Beginn: 22.8.2018 Neu in Planung: 9.1.2019</b>	Sportforum Gym 3  Christiane Andrews	80,-/ 95,-€ 10 x 90 Min.
<b>ENGLISCH</b> Erwachsene Fortg. II	Wenn Sie Lust haben, in fröhlicher Runde Englisch zu lernen oder Ihre Sprachkenntnisse aufpolieren möchten, sind Sie bei uns genau richtig. Mithilfe eines Lehrbuches erarbeiten Sie das Englisch, das Sie für Alltagssituationen benötigen. Wir bieten drei verschiedene Kurse in unterschiedlichen Levels an. Eine kostenlose Probestunde ist möglich.	Dienstag 11:00-12:30 Uhr <b>Quereinstieg jederzeit möglich</b>	Sportforum Clubraum 2  Barbara Ronnebaum	62,- / 82,- € 10 x 90 Min.
<b>ENGLISCH</b> Erwachsene Fortg. II	siehe Kursbeschreibung oben	Donnerstag 9:15-10:45 Uhr <b>Quereinstieg jederzeit möglich</b>	Sportforum Clubraum 2  Barbara Ronnebaum	62,- / 82,- € 10 x 90 Min.
<b>ENGLISCH</b> Erwachsene Conversation	Lesen, Verstehen und Diskussion authentischer englischer Texte (Zeitungsartikel, Kurzgeschichten, etc.) stehen hier im Mittelpunkt, um viel frei zu sprechen. Jedoch werden auch grammatikalische Probleme angesprochen und wiederholt. Fortlaufende Kurse, ein Einstieg mit kostenloser Probestunde ist jederzeit möglich.	Donnerstag 10:45-12:15 Uhr <b>Quereinstieg jederzeit möglich</b>	Sportforum Clubraum 2  Barbara Ronnebaum	62,- / 82,- € 10 x 90 Min.
<b>INLINESKATING</b> Kinder & Familien Anfänger (ab 6 Jahre)	Inlineskating ist ein rasanter Sport, der immer mehr Menschen begeistert. In diesem Workshop könnt ihr das Fahren, Kurven-, Bremstechniken und auch richtiges Hinfallen erlernen, um die Unfallgefahr zu mindern und sicher zu fahren. Alle Teilnehmer benötigen Inlineskates, Turnschuhe, Helm-, Hand-, Ellenbogen und Knieschützer. Kinder unterliegen der Helmpflicht.	Samstag 15:00-16:30 Uhr <b>Beginn: 8.9.2018 Neu in Planung: 3.11.2018</b>	Sporthalle Bernier Au  Stefanie Cremer	45,-/ 55,-€ 4 x 90 Min.
<b>KLETTERN</b> Kinder - Anfänger (ab 8 Jahre)	Indoor- Klettern ist eine gute Möglichkeit, sein Selbstbewusstsein zu stärken, eventuelle Ängste zu überwinden, Kraft und Ausdauer zu entwickeln und Vertrauen zum Partner aufzubauen. Hier erhaltet ihr das erste „know how“, um euch an einer 8 Meter hohen Kletterwand sicher zu bewegen. In einer Gruppe von 12 Teilnehmern lernt ihr mithilfe zweier erfahrener, ausgebildeter Trainer/ -innen mit viel Spaß die Technik des Kletterns. Die Sicherheit steht dabei an erster Stelle. Die Ausrüstung wird gestellt.	Donnerstag 17:30 – 19:00 Uhr  <b>Start: 1.11.2018</b>	Ahrensburger Weg Mehrzweckhalle  Janet Adam & Vincent Kohn	70,- / 85,- € 8 x 90 Min.
<b>KLETTERN KOMPAKT-WORKSHOP</b> Jugendl. ab 14 J. & Erwachsene Anf. + Fortg.	Sicher Topropen, Abseilen aus der Wand oder einen eigenen Vorstieg durchführen. Klingt spannend? Bei uns können Sie all das erlernen. Im Kompaktkurs Klettern erlernt der Kursteilnehmer, angeleitet von einem erfahrenen Klettertrainer, alle notwendigen Techniken zum sicheren und selbstständigen Klettern an künstlichen Kletterwänden. Für die Teilnahme sind keinerlei Grundkenntnisse erforderlich. Vom Anfänger zum Experten in nur 10 Doppelstunden. Wir haben in der Gruppe immer jede Menge Spaß und trainieren in einer angenehmen, entspannten Atmosphäre.	Mittwoch 20:00 – 22:00 Uhr  <b>Beginn: 12.9.2018 Neu in Planung: 9.1.2019</b>	Ahrensburger Weg Mehrzweckhalle  Peter Berger	110,- / 150,- € 10 x 120 Min.

<b>MAMA FIT/ BABY MIT</b> Mütter & Babys 3 – 24 Monate	Mama Fit ist ein Fitnesstraining für Frauen mit Babys zwischen drei und zwölf Monaten. Die Kurse für sportliche Fitness und Kräftigung sind den besonderen Bedürfnissen von Müttern angepasst. Übungen für Beckenboden, Bauch und Rücken sind feste Bestandteile des Programms. Das Training ist schweißtreibend und spaßfördernd, man braucht keine Vorkenntnisse. Ideal im Anschluss an die Rückbildung. Die Babys können immer dabei sein, gelegentlich werden sie auch bei geeigneten Kraftübungen miteinbezogen und freuen sich über die besondere körperliche Nähe zu ihren Müttern. Die meisten Übungen lassen den Babys Raum, miteinander Kontakt aufzunehmen, zu spielen oder ihre Umgebung zu erkunden. Aber auch schreien oder das Stillen während des Kurses ist normal, auf die Kleinen wird selbstverständlich Rücksicht genommen. Aber eines ist klar: Die Hauptsache bei MamaFit ist die Mama!	Freitag 10:30-11:30 Uhr	Sportforum Gym 3	48,- / 60,- € 10 x 60 Min.
<b>PROGRESSIVE MUSKEL- ENTSPANNUNG</b> Erwachsene Einsteiger <b>B</b>	Fühlst du dich angespannt und gestresst, weil der Alltag dir immer wieder alles abverlangt? Dann könnte das Kursangebot Progressive Muskelrelaxation genau das Richtige für dich sein! In acht aufeinander aufbauenden Kurseinheiten à 90 Minuten erlernst du in diesem Entspannungsverfahren Schritt für Schritt, wie dir die Anspannung und fortschreitende Entspannung verschiedener Muskelgruppen dabei helfen kann, dich immer wieder in einen Zustand tiefergreifender Ruhe und mentaler Gelassenheit zurückzubringen, körperliche und seelische Spannungen auszugleichen und die eigene Stresskompetenz zu verbessern.	Dienstag 20:30 – 22:00 Uhr	Sportforum Gym 4	75,- / 95,- € 8 x 90 Min.
<b>NEUE RÜCKENSCHULE NACH KDDR</b> Erwachsene Anfänger <b>B</b>	Das Ziel ist die kritische Überprüfung des eigenen Bewegungsverhaltens, das Erlernen von Strategien zur Vermeidung verschleißfördernder Haltungs- und Bewegungsfehler im Alltag, die Vermittlung geeigneter Techniken zum Aufbau eines schützenden Muskelkorsetts und die Aufarbeitung bereits vorhandener Muskelungleichgewichte. Jede Unterrichtsstunde besteht aus der theoretischen Behandlung eines ausgesuchten Schwerpunktthemas und praktischer „Rückenarbeit“. Die Vermittlung der Lerninhalte wird durch ein umfangreiches Kurscript ergänzt. Die Kosten werden bei regelmäßiger Teilnahme von den Krankenkassen stark bezuschusst.	Dienstag 20:30 – 22:00 Uhr	Sportforum Gym 4  Andreas Fischer	75,-/ 95,- € 10 x 90 Min.
<b>SCHWIMMSCHULE ANFÄNGER ZUM SEEPFERDCHEN / GR. A</b> Kinder ab 5 Jahre	Bekanntlich können Qietscheentchen sich gut über Wasser halten. Kleine Erdenbürger können das auch – eine gute Schwimmschule hilft dabei! Spielerisch lernen die Kinder das Schwimmen bis zum „Seepferdchen“ in einer Kleingruppe von 6 Kindern in einem kleinen Lehrschwimmbecken. Im Mittelpunkt stehen die Freude am Wasser und das Üben von vielfältigen Bewegungs- und Spielformen. Die Kinder üben das Schweben, Gleiten, Tauchen, Schwimmen und Springen. Durch den immer sparsameren Einsatz von Schwimmhilfen lernen die Kinder den Auftrieb und die Fortbewegung im Wasser schon früh kennen.	Montag 14:45- 15:45 Uhr	Lehrschwimmbecken Neusurenland	250,-€ 18 Wochen
<b>SCHWIMMSCHULE ANFÄNGER ZUM SEEPFERDCHEN/ GR. B</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Montag 15:45- 16:45 Uhr	Lehrschwimmbecken Neusurenland	250,-€ 18 Wochen
<b>SCHWIMMSCHULE ANFÄNGER ZUM SEEPFERDCHEN/ GR. C</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Mittwoch 15:00- 16:00 Uhr	Lehrschwimmbecken Neusurenland	250,-€ 18 Wochen
<b>SCHWIMMSCHULE ANFÄNGER ZUM SEEPFERDCHEN/ GR. E</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Donnerstag 16:00- 17:00 Uhr	Lehrschwimmbecken Neusurenland	250,-€ 18 Wochen
<b>SCHWIMMSCHULE ANFÄNGER ZUM SEEPFERDCHEN/ GR. F</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Donnerstag 17:00- 18:00 Uhr	Lehrschwimmbecken Neusurenland	250,-€ 18 Wochen
<b>SCHWIMMSCHULE FORTGESCHRITTENE/ GR. A</b> Kinder ab 5 Jahre	Fortsetzungskurs zur Schwimmschule für Kinder – Anfänger in Kleingruppen von ca. 8 Kindern. Wer sein Seepferdchen noch nicht geschafft hat, darf es hier nachholen. Hier könnt ihr eure Schwimmkünste vertiefen! Kurse am Freitag: Von der kleinen geht es nun in die große Schwimmhalle.	Freitag A: 15:00 – 15:45 Uhr	Berufsförderungs- werk	130,-€ 10 Wochen
		<b>Start: 19.10.2018</b>	Beate Kuhlwein	10 x 45 Minuten

<b>SCHWIMMSCHULE FORTGESCHRITTENE/ GR. B</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Freitag 15:45- 16:30 Uhr  <b>Start: 19.10.2018</b>	Lehrschwimmbecken Neusurenland  Beate Kuhlwein	130,-€ 10 Wochen  10 x 45 Minuten
<b>SCHWIMMSCHULE FORTGESCHRITTENE/ GR. C</b> Kinder ab 5 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben Die Eltern dürfen in der Halle bleiben!	Mittwoch 14:00 -15:00 Uhr  <b>Start: 17.10.2018</b>	Lehrschwimmbecken Neusurenland  Beate Kuhlwein	145,-€ 10 Wochen  10 x 60 Minuten
<b>YOGA „AFTER WORK YOGA“ FÜR MÄNNER</b> Erwachsene Anfänger	Hier könnt ihr Ausgleich zum beruflichen Alltag finden! Mehr Ruhe, Konzentration und Gelassenheit im Umgang mit sich selbst und anderen: Den Weg dahin eröffnet uns der Yoga durch zahlreiche ‚Werkzeuge‘, die er uns bietet. Mithilfe einfacher Körper- aber auch Atem- und Meditationsübungen gelingt es uns leichter, die Alltagsmuster hinter uns zu lassen und wieder mehr in unsere ‚Mitte‘ zu kommen. In diesem Workshop für Männer sind keine Vorkenntnisse erforderlich.	Freitag 18:30 – 20:00 Uhr  <b>Start: 24.8.2018</b> <b>Neu in Planung: 9.11.2018</b>	Sportforum Gym 3  Andreas Krakau-Blunk	85,-/ 95,- € 8 x 90 Min.
<b>YOGA FÜR KINDER</b> Kinder 6 – 8 Jahre	Wir steigen ein in die Welt des Yoga. Für Kinder ein spannendes, ganz neues Erleben! Durch Körperstellungen (Asanas), Fantasiereisen und Meditation wird die Körper- und Sinneswahrnehmung der Kinder verbessert, Ängste und Aggressionen werden abgebaut. Yoga bringt ihnen gute Entspannung sowie körperliches und seelisches Gleichgewicht.	Donnerstag 16:00 - 17:00 Uhr  <b>Start: 23.8.2018</b> <b>Neu in Planung: 8.11.2018</b>	Sportforum Gym 2  Andreas Krakau-Blunk	60,-/ 70,-€ 8 x 60 Min.
<b>YOGA FÜR KINDER</b> Kinder 9 – 12 Jahre	siehe Kursbeschreibung oben	Freitag 17:30 – 18:30 Uhr  <b>Start: 24.8.2018</b> <b>Neu in Planung: 9.11.2018</b>	Sportforum Gym 3  Britta Luger	60,-/ 70,-€ 8 x 60 Min.

## Sportstätten

Ahrens. Weg, Allhorn Stadion	Ahrensburger Weg 28	22359 Hamburg
Ahrens. Weg, Gymn.saal	Ahrensburger Weg 28	22359 Hamburg
Ahrens. Weg, Mehrzweckhalle (links, Mitte, rechts)	Ahrensburger Weg 30	22359 Hamburg
Ahrens. Weg, li. Halle	Ahrensburger Weg 28	22359 Hamburg
Ahrens. Weg, re. Halle	Ahrensburger Weg 28	22359 Hamburg
Ahrens. Weg, Spielhalle Grüne Halle	Ahrensburger Weg 28	22359 Hamburg
Berner Au Sporthalle (hinten, vorne, Seezimmer)	Meiendorfer Mühlenweg 35	22393 Hamburg
Berufsförderungswerk	August Krogmann Str. 52	22159 Hamburg
Grundschule Buckhorn, Sporthalle	Volksdorfer Damm 74	22359 Hamburg
Gymnasium Buckhorn, Bezirkssporthalle (links, mitte, rechts)	Volksdorfer Damm 74	22359 Hamburg
Leichtathletik Trainingshalle Hamburg	Krochmannstraße 55	22297 Hamburg
Olympiastützpunkt Dulsberg	Am Dulsbergbad 1	22049 Hamburg
Rudolf-Steiner-Schule Bergstedt	Bergstedter Chaussee 207	22395 Hamburg
Saseler Weg, Kunstrasenplatz / Sportplatz	Saseler Weg 6	22359 Hamburg
Schule Charlottenb. Str.	Charlottenburger Straße 84	22045 Hamburg
Schule Eulenkrogstraße	Eulenkrogstraße 166	22359 Hamburg
Schule a. d. Teichwiesen, Sporthalle	Saseler Weg 30	22359 Hamburg
Schule a.d.Teichwiesen, Gymnastikhalle	Saseler Weg 30	22359 Hamburg
Schwimmhalle Neusurenland	Bramfelder Weg 121	22159 Hamburg
Sportforum (Clubraum 1, 2; Gym 1, 2, 3, 4; Saal 1; Gesundheits- und Fitness-Studio, Beachvolleyballfeld, Konferenzräume)	Halenreihe 32 – 34	22359 Hamburg
Sportpark Oldenfelde	Berner Heerweg 190	22159 Hamburg
Tennisanlage Berner Au (Platz 1 - 8)	Meiendorfer Mühlenweg 35	22393 Hamburg
Volksdorfer Damm, Kunstrasenplatz	Volksdorfer Damm 96a	22359 Hamburg

# Beiträge

Der Walddorfer SV hat Sportabteilungen mit eigenen Beiträgen und ein Beitragsstufensystem für die Allgemeinen Angebote. Wer ein Angebot einer Beitragsstufe bezahlt, kann alle Angebote der gleichen und die der niedrigeren Stufen ohne zusätzliche Kosten nutzen soweit in den jeweiligen Gruppen Plätze verfügbar sind. Für den Eintritt in den Verein, ins Gesundheits- und Fitness-Studio und in das Tennisangebot wird eine einmalige Gebühr erhoben. Die Mitgliedsbeiträge werden vierteljährlich im Voraus per SEPA Lastschrift abgebucht. Im Folgenden die Monatsbeiträge der jeweiligen Sportangebote in Euro.

## Allgemeine Angebote

Stufe	Sportangebot	Regulär €/Monat	Ermäßigt €/Monat
1	Faustball, Folklore, Gymnastik und Turnen, Inklusionssport, Prellball, Radsport, Sport 50+, Turnen für Kinder und Jugendliche, Walking Sportangebote in Kooperation mit Schulen	16,50	13,00
2	Aerobic und Workout (BBRP, Bodystyling, Fatburner, Fit-Mix...), Inline Hockey, Inline Skating, Nordic Walking, Line Dance	19,50	16,00
3	Aikido, Dance (Bokwa, Break Dance, Capoeira, Hiphop, Modern Jazz, Rock'n'Roll, Zumba...), Judo, Karate-Do, Kindertheater, Kunstturnen, Parkour, Schwimmen, Thai Boxen, Trampolin	22,50	18,00
4	Ballett, Feldenkrais, Flamenco, Gesundheitssport, Klettern, Latin Dance, Lungensport, Orientalischer Tanz, Pilates, Qi Gong, Rhythmische Sportgymnastik, Sport für Menschen mit Demenz, Tai Chi, Tennis, Triathlon, Yoga, Herzsport (+ 2,50/2,00 €)	25,50	21,00
5	Gesundheits- und Fitness-Studio (ab 17 Jahren)	56,00	51,00

## Ermäßigungen

### Mehrfache Mitgliedschaft

Mitglieder, die mehreren Abteilungen angehören, zahlen in der zweiten und jeder weiteren Abteilung 8,70 €, bzw. bei ermäßigtem Beitrag 6,00 € monatlich weniger.

### Familien

Auf Antrag ist das vierte und jedes weitere aktive Familienmitglied beitragsfrei. Familien in diesem Sinne sind: Ein oder zwei Elternteile, die mit eigenen Kindern, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen in einem Haushalt leben und die Beiträge von einem Konto einziehen lassen. Die Reihenfolge der Familienmitglieder bestimmt sich ausgehend von dem ältesten Familienmitglied nach dem absteigenden Alter. Gilt nicht für das Studio. Für Familien mit geringem Einkommen besteht die Möglichkeit, über die Aktion „Kids in die Clubs“ Kinder bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres beitragsfrei zu stellen.

### Schüler, Studenten, Azubis

Der ermäßigte Beitrag wird allen Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren automatisch eingeräumt. Schülern, Studenten und Azubis, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, wird der ermäßigte Beitrag gewährt, wenn sie eine entsprechende Bescheinigung vorlegen. Liegt diese Bescheinigung nicht rechtzeitig vor, wird bei der Beitragsberechnung für das laufende Quartal der reguläre Beitrag erhoben. Bei nicht rechtzeitiger Vorlage der Bescheinigung wird der Differenzbetrag nicht zurückerstattet.

### Inklusionssport

Bei Teilnahme am Inklusionssport wird nur der jeweilige Sportbeitrag ohne Grundbeitrag fällig und die Beitrittsgebühr entfällt.

## Abteilungen

Badminton	19,20	15,60
Basketball	19,90	17,50
Fechten	28,50	28,50
Fußball	19,90	17,50
Handball	19,90	17,50
Leichtathletik	16,50	14,00
Ski	11,70	8,00
Tanzsport	24,50	13,20
Tischtennis	19,50	14,50
Volleyball	20,00	17,00

## Fördernde Mitgliedschaft

Monatsbeitrag	5,40	3,60
---------------	------	------

## Sonstige Gebühren

Beitrittsgebühr	24,00	12,00
Beitrittsgebühr Studio		60,00
bei jedem Wiedereintritt		30,00
Aufnahmegebühr-Tennis (einmalig)		40,00
Rechnungszahler monatl. zusätzlich		1,50

Änderungen vorbehalten! - Stand: 01.12.2017

Für alle Kinder Jahrgang 2008 bis 2013



# 13. Hamburger Kinder-Olympiade

[www.topsportvereine.de](http://www.topsportvereine.de)

Walddorfer SV



Hamburg

**16. September 2018, 11 – 14 Uhr**

Sporthallen beim Allhornstadion, Ahrensburger Weg 28, Hamburg  
Walddorfer SV Hamburg, Tel. (040) 645 06 20

Hamburger  
Sportjugend

HAMBURGER  
WochenBlatt

barclaycard

Hamburger Sportbund

STIFTUNG LEISTUNGSSPORT  
HAMBURG

HAMBURG  
ACTIVE  
CITY

OLYMPIASTÜTZPUNKT  
HAMBURG/SCHLESWIG-HOLSTEIN