

BAHRENFELDER



TURN V EREIN

VON 1898 E.V.

NACHRICHTEN

Internet:
<http://www.btv-hamburg.de/>

1. AUSGABE
2006

www.bahrenfelderforsthaus.de

Lust auf etwas
Besonderes?

Tanz/Tanztee
Samstag ab 20.30 Uhr
Sonntag ab 15.30 Uhr

Romantischer Wintergarten, Terrasse, schöner Café-Garten mit altem Baumbestand. Stilvolle Club-, Tagungs- und Gesellschaftsräume für 10-450 Personen. Kein Ruhetag. Regionale und internationale Gerichte, täglich von 12-22 Uhr, samstags bis 23 Uhr. 11 Doppelkegelbahnen. Eigener Parkplatz.

Bahrenfelder Forsthaus

Das gemütliche Restaurant im Grünen
Von-Hutten-Straße 45 - Hamburg-Bahrenfeld - Infoline: 040-89 40 21

Lichtservice Schrader



Groß- und Einzelhandel
Verkauf von Wohnraumleuchten, Büro-, Laden-, Praxen- sowie Speziallampen.

**Planung
Beratung
Verkauf**

Luruper Hauptstr. 125
22547 Hamburg
Telefon und Fax:
(040) 831 99 64

Führende Marken u.a.:
OSRAM, PHILIPS, BEGA, ERCO,
LIMBURG, STAFF, OLIGO, JUNG usw.

Jahreshauptversammlung 2006

Am **Montag, den 3. April 2006 um 19.30 Uhr** in unserem Clubraum, gemäß unserer Vereins-Satzung nach den §§ 19 und 20.

TAGESORDNUNG:



1. Einleitende Begrüßung
2. Jahresberichte: Vorstand und Abteilungen
3. Kassenbericht der Rechnungsprüfer und Entlastung für das Jahr 2005
4. Ehrungen
5. Wahlen, Bestätigungen (evtl. Ersatzwahlen)
 - a) Zweiter Vorsitzender (Gremium)
 - b) Zweiter Schatzmeister
 - c) Zweiter Schriftführer
 - d) Pressewart
 - e) Abteilungsleiter
 - f) Frauenwartin für die Morgengymnastik und für die Abendgymnastik
6. Anträge,
7. Planungen,
8. Verschiedenes

Anträge müssen bis spätestens Montag, den 20. März 2006 vorliegen.

Alle Mitglieder (ab 18 Jahre), sind stimmberechtigt und herzlich zur Jahreshauptversammlung eingeladen. Wir hoffen auf zahlreiches Erscheinen.

Der Vorstand



Regerstieg 8
22761 Hamburg

Telefon: **040/39 11 05** · Fax: 40/39 45 64
eMail: info@nielsen-construction · www.nielsen-construction.de

- **Konstruktive Balkon- und Altbausanierung**
- **Sämtliche Maurer- und Fliesenarbeiten**
- **Kleinreparaturen**

Ein Schlaganfall muss nicht das Ende sein

Auch diese Meinung vertritt Dr. Zimmermann. Ich bin ihm sehr dankbar, dass er die Rufumleitung für meine Patienten übernommen hat. Er übernimmt auch die Aufnahme der Patienten und die Voruntersuchungen damit wir im Notfall sofort reagieren können. Die Gruppe hat ei-

der Kantine vom BTV. Die Stunde beginnt ganz locker in dem die Teilnehmer sich zuerst unterhalten. Kommunikation ist ein fester Bestandteil des Unterrichts. Koordination Gleichgewicht und Konzentration müssen stabilisiert werden. Viele Bewegungen sind bei uns



nen sehr hohen Sicherheitsstandard. Die Schlaganfallgruppe im BTV geht ins zweite Jahr. Wir treffen uns jeden Dienstag von 16 bis 17 Uhr in

automatisierte und bei einem Schlaganfall ist dieser Teil des Gehirns beschädigt worden das heißt, dass fast alles neu erlernt werden muss. Mein Unterricht kann hier nur

anleiten und unterstützen. Die Patienten sind trotzdem auf Hilfe von Angehörigen angewiesen.

Aber Hilfe bedeutet in dem Fall nicht dem Patienten alles abnehmen sondern sie fordern. Sie können alles es dauert nur viel länger. Ungeduld der Angehörigen ist also fehl am Platz. Einen Schlaganfallpatienten sollte man also nie unter Druck setzen. Sätze wie „lass mal ich mach das schon“ würde ihn entmutigen und es führt dazu das er sich untauglich fühlt. Aufmunternde Worte geben Selbstvertrauen und das sollte unser Ziel sein. Man sollte nie vergessen, dass die Betroffenen von „jetzt auf gleich“ aus dem Alltag gerissen werden, denn ein Schlaganfall kündigt sich nicht vorher durch Beschwerden an wie zum Beispiel ein Herzinfarkt. Der Krankenhausaufenthalt und die Reha hinterher sind wichtig aber sie bedeuten auch für den Patienten Trennung von der Familie. Das kann bei den Patienten zu Depressionen führen. Dazu kom-

men die Ängste wenn sie wieder nach Hause kommen was wird dann.

Hier setzt die Verantwortung der Familie ein. Behandeln Sie einen Schlaganfallpatienten nicht als einen kranken Menschen. Im Klartext geben sie ihm kleine Aufgaben fordern und fördern sie ihn. Nur so haben sie die Chance sich wieder im Alltag zurecht zu finden. Wenn der Patient in die Ecke gesetzt wird erschläft die Muskulatur und irgendwann kann er wirklich nicht mehr stehen. Je Geduldiger Sie mit dem Patienten umgehen umso größer ist seine Chance sich zu stabilisieren. Auch wenn Sie von den Patienten hören das kann ich nicht er muntern Sie ihn auf es zu versuchen jeder Erfolg ist ein kleiner Schritt zur Förderung des Selbstvertrauens. Selbstvertrauen stärkt den Patienten und das ist eine wichtige Grundlage die man nicht unterschätzen sollte.

Cornelia Kleinfeld

Berücksichtigen Sie bitte bei ihrer Urlaubsplanung unsere Inserenten



Ihr Reisebüro

Marcus Pohl
Geschäftsführer

TRAVEL Star

Reisezeit Hamburg Schulz & Pohl oHG
Bahnenfelder Chaussee 10 22761 Hamburg
Telefon: 040 / 890 44 59 (890 44 97)
Telefax: 040 / 89 19 09
info@reisezeit-hamburg.de
www.reisezeit-hamburg.de

Step-Aerobic auch für Anfänger!

Jeden Dienstag in der Zeit von 18 bis 19 Uhr eine Stunde Step-Aerobic statt. Diese Stunde richtet sich an alle Mitglieder, die Spaß haben, sich zu moderner Musik zu bewegen.

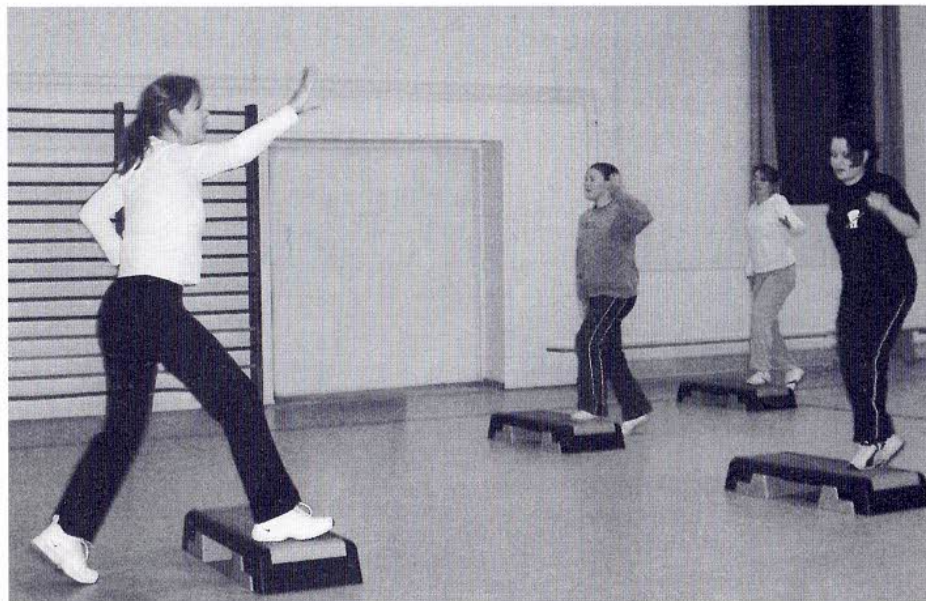
Dabei kommt das Herz-Kreislauf-System in Schwung und so manch einer Teilnehmerin treiben sogar Schweißperlen auf die Stirn. Aber nicht nur körperlich wird bei der Step-Aerobic gearbeitet. Auch das Köpfchen wird gefordert, denn innerhalb einer Stunde werden einfache Step-Aerobic-Schritte miteinander kombiniert, die am Ende der Stunde als Choreographie oder „Tanz“ wieder abgerufen werden.

Ein Cool-Down sowie ein Stretching runden die Stunde ab.

Gern heißen wir auch neue Interessenten in unserem Kreise herzlich willkommen. Ihr könnt auch ohne Vorkenntnisse einfach vorbeischauen und mitmachen, denn die einzelnen Schritte werden langsam miteinander geübt. Auch wenn „noch kein Meister vom Himmel gefallen ist“, und „aller Anfang schwer fällt“ **Übung macht tatsächlich den Meister**, das können wir alle bestätigen.

Also auf geht's: Dienstags 18 bis 19 Uhr bei Marion Block: **Step-Aerobic**

Die Step-Aerobic-Gruppe



Kundalini-Yoga!

Das Kundalini-Yoga (Lebensenergie) ist nur eines von circa 7 Yoga-Arten. Die Körperübungen der Übungsreihen (Sets) sind im Allgemeinen sehr dynamisch. Sie sprechen immer ein Körperteil Oder die Seele an (Nervosität, Abwehrkräfte und vieles Anderes mehr). Yoga stärkt die Nerven und verteilt die Energie im ganzen Körper. Nach dem 1 1/4-stündigen Set gehört als Fortsetzung eine 10-Minuten-Entspannungsphase dazu. Eine Meditationsübung beendet unsere

Yogastunde. Hier spielen Mantras (spezielle Wörter), Mutras (Finger- und Armhaltungen) sowie innere oder äußere Konzentrationspunkte eine zentrale Rolle.

Extreme Beugungen, Dehnungen und Spreizungen sowie Kopfstand und Übungen mit Hilfsmitteln gehören nicht zum Kundalini-Yoga.

Unsere Gruppe besteht aus circa 15 Yogis. Es sind alle herzlich willkommen. Alter und Geschlecht spielen keine Rolle.

Petra Lietke

Erweiterte Vorstandssitzung vom 16. Januar 2006

Wie jedes Jahr fand mit den Abteilungsleiter die erweiterte Vorstandssitzung statt. Zunächst konnten sich alle an dem liebevoll zubereiteten Bufett stärken.

Dann folgten die Berichte aus den Abteilungen. Es wurde berichtet von den Nachwuchssorgen, z. B. beim Tanzsport, jedoch auch über gutem Zulauf wie bei den Bogenschützen. Notwendige Anschaffungen wurde besprochen (Holger Loges) sowie über die Neugründung der Skatgruppe. (Ingo Fischer).

Die Stickwalkgruppe von Uta Rogge ist zur Zeit 34 Frau/Mann stark.

Walter Friel berichtet, dass die Kasernenprüfung für 2004 noch aussteht. Ekkehard Ristow berichtet über die Alterstruktur und den dadurch bedingten Mitgliederschwund. Ein po-

sitives Erlebnis war die Teilnahme am Sportfest in Berlin, wo der 22. Platz von 48 erkämpft wurde.

Uwe Höpcke strebt mehr Berichte aus den Abteilungen an.

Hanny Breuning ist mit der Wandergruppe vollauf zufrieden.

Joachim Fritz hat die Leitung der Herzsportgruppe an Peter Feddersen übergeben.

Günter Becker berichtet von den Aktivitäten der Männerturnabteilung.

Der BTV ist ein Verein mit Mitgliedern von 3 Generationen; von 4 bis 85 Jahren, diese Bandbreite an Turnerinnen und Turner zeigt die Vielseitigkeit unseres Vereins.

Das ist unsere Stärke, daran sollten wir weiter arbeiten.

Uwe Höpcke

EHRUNGEN

Am 26. Dezember 2005 konnte „Gerti“, **Gertrude Koch** bei guter Gesundheit ihren 85. Geburtstag feiern. Gerti nimmt immer noch aktiv am Volkstanz teil. Nach dem Ende der Ferien – am Montagmorgen, dem 9. Januar 2006 – haben die Tänzerinnen Gerti mit einer Kaffeetafel und einer schönen Blume überrascht. Der Vorstand gratulierte mit einem Blumenstrauß und wünschte weitere schöne Jahre im Verein. Mit einem Lied wurde die gemütliche Runde beendet. Gerti ist seit 55 Jahren Vereinsmitglied und ist seit 12 Jahren im Ältestenrat.

Im Jahre 2005 haben 23 langjährige Mitglieder einen besonderen Geburtstag feiern können. Es waren: fünf 65-jährige; sieben 70-jährige; vier 75-jährige; vier 80-jährige und drei 85-jährige

Im Namen des Vorstandes habe ich Glückwünsche, Blumen und einen



guten Tropfen überreicht. Sport in unserem Verein ist nicht nur gesundheitsfördernd und lebensverlängernd, sondern auch noch gesellig und macht Spaß.

Irmtraud Böhring



Unsere **Karin Schulz** soll an dieser Stelle unser besonderes Augenmerk gelten. Zunächst freuen wir uns, dass sie nach den Folgen eines überstandenen Schlaganfalls wieder aktiv mitmachen kann; wenn auch noch nicht in ihrer geliebten Morgenabteilung der Damen, deren gute Seele sie für viele Jahre galt. Sie war immer zur Stelle, wenn es darauf ankam, irgendetwas für die Abteilung zu organisieren oder zu regeln. Auch hin-

EHRUNGEN / BERICHT

ter dem Tresen stand sie manche Stunde, um Conny oder Michael zu vertreten. Ihre manchmal etwas raue Art verstand jeder; wusste man doch, dass sich hierin ein ehrlicher und herzlicher Ton verbarg. Alles Gute Karin und vielen, vielen Dank.

Ingo Fischer

Danken möchten wir *Irmgard Simon*, die sich bereit erklärte, die Führung der Abteilung wieder zu übernehmen, die sie vorübergehend an Karin abtrat.

Weltklasseakrobatik, Zirkus, Tanz, Comedy

Europas erfolgreichste Turnshow, **Feuerwerk der Turnkunst**, fand in diesem Jahr zum wiederholten Male am 14. Januar 2006 in der Sporthalle Hamburg statt. Alle, die die Turnkunst miterlebt haben waren wieder voll des Lobes. Ein dreistündiges Programm mit spektakulären und geradezu verrückten Ideen

wurde zum reinsten Feuerwerk. Im Tournee-Ensemble waren wieder junge Turnerinnen und Turner mit rhythmischer Sportgymnastik im Hula-Hopp-Reifen, Rhönradturnen auf Chinesisch, Spitzentanz und Rockturnen. Man kann behaupten, dass „Die Überflieger“ Deutschlands spektakulärste Reckshow waren. Wer dachte, die jungen Akrobatinnen und Akrobaten der Hamburger Turnerschaft von 1816 und des Turnclubs Wilhelmsburg würden bei der gewaltigen internationalen Konkurrenz einfach so untergehen, hatte sich gewaltig getäuscht. Sie überzeugten mit einer großen Bodenkür. Zwischen den einzelnen Darbietungen sorgte ein Bewegungs- und Comedy-Künstler aus Komik, Pantomime, Yoga und Braekdance für wahrhaft verrückte Übergänge. Am Schluss wurden alle Akteure mit viel Beifall verabschiedet. Wir freuen uns schon auf die nächste Show am 30. 12. 2006.

Manfred und Margrit Mischke

Denken Sie bitte beim Einkaufen an unsere Inserenten



Haydnstr. 13

Tel. 040 / 890 700 40

www.ArcheryDirect.de

Pfeil und Bogen für Freizeit und Sport

Grünkohlessen

Grünkohlessen im Restaurant „Zum Bootssteg“ am Rantzauer See, am 19. November 2005

Nun was soll es zu berichten geben? Der Grünkohl war gut, die Wurst, das Fleisch, der Bauch-

Ich fand das herrlich! Es ist so schön verlässlich! Deshalb weil ich teilhaben darf, wie eine Gruppe von Menschen Gemeinschaft pflegt und wie viele darüber gemeinsam alt werden!



speck. Der Ort war gut gewählt. Es kam wer kommen konnte und ich durfte dabei sein. Also eigentlich völlig unspektakulär. Seit nunmehr vier Jahren spielt es sich fast genauso ab.
Herrlich!!!

Eine Geschichte: Meine Großtante hatte bis zu Ihrem Tod, immerhin ist sie 88 Jahre alt geworden, einmal im Jahr ein Treffen mit ihren Kameradinnen aus der Lehrzeit! Dieses Treffen fand ohne Unterbrechung jedes Jahr statt! Einige kamen aus

dem Ausland angereist und eine extra aus den Staaten. Und nur wer aus Krankheitsgründen nicht reisefähig war, kam nicht. Ich hab das ja immer bewundert.

Ähnlich fühlt es sich an wenn ich von euch, „meinen Männern“ zum Grünkohl in eure Runde eingeladen werde!

Jetzt aber mal Ernst beiseite: Ich esse verdammt gerne Grünkohl, dass ich fast bis zum Platzen davon esse. Dieses Mal war es wieder besonders schlimm:

Es saßen sich gegenüber:

INGO und INGO

- Beide aßen einen Teller
- Der eine mit viel Bauchspeck
- Der andere den Teller voll
- Beide aßen einen zweiten
- Beide aßen einen dritten
- Der eine mittlerweile gemächlich
- Der andere bereits ein halben Teller mehr.

Schluss! Feierabend! 3½ Teller reichen!

Der gemächliche bestellte heißen Grünkohl nach.

Der andere entdeckte noch den Appetit auf ein Stück Fleisch.

Serviette vom Teller; Serviette wieder rauf – Feierabend.

Mehr ging nicht!? ... Oder ...

Dem gemächlichen mit etwas Grünkohl noch Gesellschaft geleistet ...

Herrlich!!!

Zwei Teller Nachtisch hinterher ...

Oder waren es bei dem anderen drei?

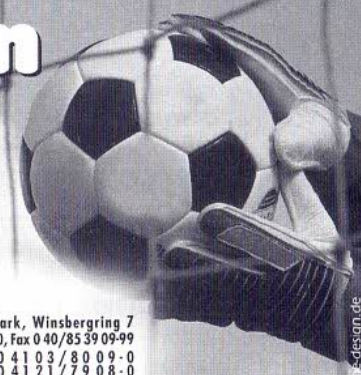
Doppelter Fernet bei dem Einen und Linie Aquavit bei dem Anderen druff!!

Das war's. DANKE, herrlich.

Ingo, Anleiter der „Männersportgruppe“

Denken Sie bitte beim Einkaufen an unsere Inserenten

...immer ein Gewinn:



Wenn's um Bauen, Renovieren und Verschönern geht.

Alles aus einer Hand:



Luechau
BAUZENTRUM

22525 HH-Volkspark, Winsberggring 7
☎ 040/85 39 09-0, Fax 040/85 39 09-99
Wedel ☎ 0 41 03 / 80 09-0
Elmsborn ☎ 0 41 21 / 79 08-0
Halstenbek ☎ 0 41 01 / 47 61-0
HH-Wandsbek ☎ 0 40 / 48 50 98 30

...EINE IDEE BESSER!

www.luechau.de • info@luechau.de

Turnkinder-Weihnachtsfeier

Viel Spaß hatten am 8. Dezember 2005 die vier bis siebenjährigen Turnkinder bei ihrer diejährigen-Weihnachtsfeier im Rabatzz in Stellingen.

Eingeladen vom BTV wurde getobt bis die Socken qualmten und vom

Essen blieb dann auch nichts übrig. Vielen Dank an Helga Brandt und Joachim Christoph für die Betreuung und das tolle Training überhaupt. Ein Dankeschön auch an die einsatzfreudigen Muttis.

Oliver Broda



Die Zahnarztpraxis Ralf Sölter wünscht allen Beteiligten ein glückliches Jahr 2006 ohne Zahnschmerzen!

Hamburg-Bahrenfeld · August-Kirch-Straße 2a · Telefon 89 16 15

Am Freitag vor Weihnachten trafen sich die Männer der Männersportriege am Jahresende zum gemütlichem Beisammensein.

In lockerer Stimmung wurde geschmaust was der reichlich gedeckte Tisch hergab – das ein- oder andere frisch gezapfte Bierchen war auch dabei –, es wurde reichlich geklönt und gelacht; und auch einige Döntjes liefen hin und her.

Fazit: Mal wieder gute Stimmung in der Männersportgruppe.

Uwe Höpcke



Die Kegler beim Knobel-Kegel-Spaß

Am Donnerstag, den 29. Dezember 05 war es wieder so weit. Zum Jahresausklang trafen sich traditionsgemäß die Männerturner um 19 Uhr beim „Jugoslawen“ zum Kegeln und anschließenden gemeinsamen Essen. Bei Eis und Schnee auf den Straßen hatten sich viele dann auch zu Fuß nach Altona in die Behringstraße aufgemacht. Das gute Gelingen der letzten Kegelabende war wohl bei manchem Teilnehmer noch in Erinnerung. Auch diesmal hatte sich Uwe wieder eine Menge launiger Wettspiele für das Kegeln ausgedacht. Viele kleine gewonnene Preise beim Kegeln, ein gutes Essen, nette Gespräche – wieder ein schöner Abend zum Jahresausklang. Danke Uwe

Die Männerturner

KURZNACHRICHTEN



Große Ereignisse werfen ihren Schatten voraus. Dieses Sprichwort gilt auch für die bevorstehende Großveranstaltung in der Zeit vom **8. bis 17. September 2006**.

Das 750-Jahresfest beginnt mit einer feierlichen Eröffnungsfeier in der Aula der Gesamtschule Regerstraße, es folgen zahlreiche Aktionen von den verschiedenen Bahrenfelder Mitveranstaltern, wobei auch der Bahrenpark auf dem ehemaligen Gaswerkgelände einbezogen wird. Ein großes Familienfest ist auf dem Gelände der Schule Regerstraße geplant.

Unser BTV ist natürlich auch dabei: am 9. September findet eine Wanderung durch Bahrenfeld statt, organisiert von unseren Wanderdamen, am 10. September gibt es einen Frühschoppen mit musikalischer Untermalung in der Halle; am 12. September abends ist ein großer Preisskat vorgesehen.

Weitere Einzelheiten und der genaue Festablauf erscheinen in der nächsten Ausgabe.

Osterfeuer

Das inzwischen in ganz Hamburg bekannte Bahrenfelder Osterfeuer findet natürlich auch in diesem Jahr statt. *Oster-sonnabend, den 15. April tobt das Leben auf dem Gelände der Schule Regerstraße.*

Unsere Aufgabe wird es wieder sein, für das flüssige Wohl der Gäste zu sorgen. Der Vorstand und einige Helfer mit hinreichend Erfahrung werde sich dieses Mal besonders ins Zeug legen um den Umsatz anzutreiben; zumal der Reingewinn für die 750-Jahrfeier vorgesehen ist: Unser Geschenk an das Geburtstagskind Bahrenfeld.

Verstorben

Wir haben die traurige Aufgabe, vom Ableben eines lang-jährigen Turners zu berichten.

Es handelt sich um Hermann Totzke, der am 28. 8. 2005 verstarb. Unser tiefes Mitgefühl gilt den Angehörigen. Wir werden Hermann stets in guter Erinnerung behalten.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist Sonntag, der 30. April

KURZNACHRICHTEN

Feiern

Aus gegebenen Anlass weisen wir nochmals darauf hin, dass beim Feiern in der Kantine oder in der Halle *keine* eigenen Getränke mitgebracht werden dürfen.

Die Genehmigung für die Nutzung der Räumlichkeiten obliegt dem Vorstand, auch die Reinigungs- sowie Energiekosten bedürfen vorherige Absprache mit dem Vorstand. Mündliche Kündigung bei den Abteilungsleitern, Trainern etc. ist rechtsunwirksam. Jedes Mitglied kann seinen Austritt nur schriftlich dem Vorstand mit einer Frist von 6 Wochen zum 31. März, 30. Juni, 30. September oder 31. Dezember erklären.

Kündigung

Skat 2006

Skat und Kniffel-Turnier am Sonntag, den **5. März 2006**, im Clubraum des BTV. Beginn: 11 Uhr, Einsatz: 8 Euro

Tischtennis

2 Tischtennisplatten für den Innenbereich sind günstig abzugeben. Interessenten melden sich bitte beim Vorstand.

Halle 1

Die viel diskutierte Hallennutzungsgebühr von 3,5 Mio Euro per anno, mit welcher die Sportvereine belastet werden sollten, ist endgültig vom Tisch. Die Forderung der Vereine „Null Cent“ wurde umgesetzt.

Halle 2

Die *Wassergymnastik* in der Mendelsohnstraße findet im Moment nicht statt. Die Halle soll auch geschlossen werden. Die Entscheidung fällt in den nächsten Wochen. Ilse Ahrens bemüht sich um eine neue Schwimmhalle.

Halle 3

Unser Hallenboden sollte geschont werden. Bitte nicht mit Turnschuhe, die schwarze Striche erzeugen, den Hallenboden verschmutzen. Gegenstände nicht ziehen, sondern tragen, um Kratzer oder weitergehende Beschädigungen zu vermeiden.

Yoga

Im Sommer findet Yoga in der kleinen Halle in der Regerstraße statt, im Winter in unserer Halle (s. Sportprogramm).

OTTO KUHLMANN

Erd-, Feuer-
und Seebestattungen
Vorsorgeberatung



Bestattungswesen seit 1911
Inhaber: Frank Kuhlmann

22761 Hamburg-Bahrenfeld
Bahrenfelder Chaussee 105
Telefon (040) 89 17 82