

BSU aktuell



Vereinsnachrichten des Buxtehuder Sportvereins von 1862 e.V. • Ausgabe Oktober 2019 • Ihr GRATIS-EXEMPLAR



Neue Führung für die Zukunft!

Alle Sportarten! Mit vielen Infos und allen Kontaktadressen!

Aerobic & Jazz Dance • Badminton • Boxen • Fitness • (Flag-)Football • Floorball • Fußball • Gesundheitssport • Golf
Handball • Herzsport • Judo • Ju-Jutsu • Kickboxen • Kinderturnen • Leichtathletik • Radsport • Rhönrad • Seniorensport
Schwimmen • Skat • Tanzen • Tennis • Tischtennis • Trampolin • Triathlon • Turnen • Ultimate • Volleyball • Walking

Über 1.800 Starter beim

Ein tolles Gemeinschafts-



Triathlon

Amelina Wentorp (Altersklasse W11) aus der Triathlon-Abteilung des BSV war das schnellste Mädchen im Schülerlauf über 2 Kilometer in 8:34 Minuten.



Fußball

BSV-Fußballer Farshad Karim (Altersklasse M14) belegte den 3. Platz im Jugendlauf über 5 km in 22:07 Minuten. Mehr zu dem schnellen Fußballer auf Seite 26.



Leichtathletik

Emil Keppler (Altersklasse M11) aus der Leichtathletik-Abteilung des Buxtehuder SV gewann den Schülerlauf über 2 Kilometer in der Zeit von 7:39 Minuten.



Handball

Die Handballerin Henrike Petersen (Altersklasse W10) belegte bei den Mädchen Platz 2 im Schülerlauf über 2 km in 8:37 Minuten, war in ihrem Jahrgang gar die Schnellste.



Präsidium

Peter Pünjer (Mitglied im Präsidium) beendete den Halb-Marathon in 2:04:40. Er war im Lauf der älteste Teilnehmer („aber bei weitem nicht der langsamste...“) und Sieger in der Altersklasse M70. Für Pünjer war es „ein lockerer Lauf und die ideale Vorbereitung für den Berlin-Marathon.“ Sein Marathon Nr. 105!



Skat

Wolfgang Bauer (83) war der einzige Starter aus der Skat-Abteilung des BSV – und zugleich der älteste Teilnehmer im gesamten Feld. Wolfgang Bauer lief – übrigens wie bisher jedes Jahr beim Buxtehuder Altstadtlauf – den 10 km-Lauf. Seine Zeit: 1:10:23 und damit natürlich Platz 1 in der Altersklasse M80.



Judo

Die Judo-Abteilung hatte mit einer eigenen Gruppe („BSV Judo fit“) 42 Starter gemeldet. Auf Anregung ihrer Sponsorin Dr. Wiebke Siemsen nehmen die Judoka seit Jahren als Gruppe mit einheitlichem Sponsoren-T-Shirts teil. Die Praxis von Dr. Siemsen ist die Station zum Umziehen und für Verpflegung und Getränke. Dort sitzt man auch am Streckenrand auf Bierzeltbänken und feuert die Läufer an! Eine Sonntags-Laufgruppe trainiert „ganzjährig“ für den Altstadtlauf – das Training für den Altstadtlauf 2020 hat bereits begonnen – immer sonntags 10:00 Uhr am Hundeübungsplatz an der B 73.

FOTOS (5x): Larasch.de

Täglich (außer Sonntag) ab 16 Uhr:
Unsere beste **Autowäsche**
Premiumpflege nur 9,95 Euro

→ Konrad-Adenauer-Allee 3a
21614 Buxtehude
Tel. 0 41 61/64 56 37
Fax 64 56 38

→ Apensener Straße 20
21614 Buxtehude
Tel. 0 41 61/8 48 50



ARAL-Tankstellen Klaus Kallweit Alles super.

Air Cut
frisuren manufaktur seit 1988

Zwischen den Brücken 4, 21614 Buxtehude Tel.: 04161-3858

15. Buxtehuder Altstadtlauf

Erlebnis für alle BSVer!

Der Buxtehuder Altstadtlauf im September war einmal mehr das größte Sport-Event in der Region. Wie immer war die Stimmung in der Altstadt grandios, wo die Zuschauer Start und Ziel-Einlauf verfolgten. Das vierstündige Laufspektakel verlief ohne besondere Vorkommnisse, das Wetter war ideal,

gegnet hat es erst eine Stunde nach dem Lauf. Mehr als 1.800 Teilnehmer waren bei der 15. Auflage des Altstadtlaufs gestartet, darunter viele kleine oder große BSVler. Wie viele Vereins-Mitglieder mitgelaufen sind, lässt sich nicht ermitteln, weil die meisten

Kinder für ihre Schule an den Start gehen. Für den BSV ist es ein großes und fantastisches Gemeinschaftserlebnis, nahezu alle Abteilungen sind vertreten, so wie die Judo-ka mit 42 Startern, die Triathleten mit 22 Aktiven. Die Handballer hatten allein in den Schüler- und Jugendläufen 37 Aktive.



Start zum 2-Kilometer-Lauf der Schülerinnen (oben). Neben kleinen und großen Läufern sind stets auch Walker und Rollis am Start. In diesem Jahr gab es noch eine neue Gruppe (rechts) mit dem Ziel: „3.000 Schritte machen“. Diese Senioren-Gruppe wird künftig jeden Mittwoch durch die Stadt spazieren – unter Führung vom Lions-Club „Franziska von Oldershausen“, der das Projekt „3.000 Schritte“ in Buxtehude initiiert hat.



FOTOS (2x): Jan Bröhan/TAGEBLATT

Die Buxtehuder Schulen mit den meisten Läufern

GS Harburger Straße	123
OGS Stieglitzweg	100
GS Rotkäppchenweg	95
GS Altkloster	74
GS Neukloster	42
GS Hedendorf	39
Halepaghen-Gymnasium	33
Gymnasium Buxtehude Süd	25
IGS Buxtehude	15
Realschule Süd	6
Waldorfschule Buxtehude	1

Das Innere zählt™

IntelliGel Svane® Matratzen mit IntelliGel® sind für alle ergonomisch richtig, unabhängig von Gewicht und der Körpergröße.

A&S Wasserbetten GmbH – Ostmoorweg 4, 21614 Buxtehude
Tel. 041 61-714391 – www.as-wasserbetten.de

AUS DEM INHALT

Kinder-Olympiade	4	Golf	29
Die neue Vereinsstruktur	6	Aerobic & Jazzdance	30
Die Pläne für die neue Halle	8	Badminton	32
Die BSV-Tanz-Show 2020	9	Judo	34
Das Team der Geschäftsstelle	9	Volleyball	36
Kinderturnen + Trendsport	10	Kickboxen	38
Turnen + Walking	13	Ju-Jutsu	39
Leichtathletik	14	Skat	40
Football + Flag Football	16	Boxen	41
Gesundheitssport	18	Tennis + Tischtennis	42
Herzsport + Workshops	20	Schwimmen	43
Triathlon	22	RadSPORT	44
Handball	24	Tanzen	45
Jugendfußball	26	Rhönrad	46
Fußball	28	Der BSV informiert	47
		Alle Inserenten	47
		Impressum	47

BSV-Kids erstmals bei der

Zum ersten Mal veranstaltete der Buxtehuder SV ein Spiel- und Sportfest in Kombination mit dem Vorentscheid der Hamburger Kinder-Olympiade. Über 200 sportbegeisterte Kinder, Eltern und Großeltern begaben sich in die Halle. Für alle war der Eintritt zu den Show- und Mitmachangeboten kostenlos.

Zu Beginn stimmte uns die Tanzgruppe von Claudia Hartung de Groote mit dem Lied „Treasure“ ein. Nach diesem grandiosen Begrüßungs-Act tobte die Halle.

Die Turnhalle des Schulzentrums Süd verwandelte sich in eine riesige Abenteuerlandschaft. Die Kinder konnten viele Dinge ausprobieren und an vielen Aktionen teilnehmen. Zum Programm zählten Kinderschminken, Sackhüpfen, Torwandschießen, Apfelbeissen sowie das begehrte Poolnudelkämpfen und vieles mehr.

Die Eltern hatten die Möglichkeit, bei einer Tasse Kaffee ihre Kinder tatkräftig anzufeuern. Viele Eltern hatten jedoch Turnschuhe dabei und stürzten sich begeistert mit ins Getümmel.

Im Vordergrund standen die Vorent-

scheide der Hamburger Kinder-Olympiade. Diese bestand aus einem kniffligen Parcours, in dem die Kinder ihre sportlichen Fähigkeiten einsetzen mussten. Springen, Laufen, Gleichgewicht, Koordination und Fingerspitzengefühl waren hier gefragt.

Die drei besten Mädchen und Jungen in den jeweiligen Altersklassen (2009/10, 2011/12, 2013/14) qualifizierten sich für das große Finale in der Leichtathletikhalle in Hamburg-Alsterdorf. Jedes Kind erhielt eine personalisierte Urkunde. Nach einer überragenden Leistung setzten sich folgende Kinder fürs Finale durch: Fabienne Bartels, Lina Kathenbach, Felix Lange, Jule Jordan und Alina Künzel.

Die Liste der Helfer, ohne die eine solche Veranstaltung undenkbar wäre, reichte vom engagierten BSV-Mitglied über Übungsleiter und Trainer. Wir bedanken uns ganz herzlich – ihr habt ganz tolle Arbeit geleistet! Ein großes Dankeschön geht an die Bäckerei Dammann für ihre großzügige Kuchen spende, Walter Jahnke, der uns mit frischen Äpfeln versorgte sowie Stack-



Alina Pein mit den BSV-Teilnehmerinnen an der der Endrunde der Kinder-Olympiade (von links): Alina Künzel, Lina Kathenbach, Fabienne Bartels und Jule Jordan.

mann Sport&Fitness – das Torwandschießen war ein echtes Highlight.

Eine Woche später fuhren wir mit unseren Finalisten in die Leichtathletikhalle Alsterdorf. Die Kinder waren total begeistert von der riesigen Sporthalle. Gut gelaunt und hoch motiviert ging es mit einem großen Einmarsch in der Halle los. Gleich darauf folgte ein spaßiges

Aufwärmprogramm. Tolle Aktionen und Show-Acts machten diesen Tag ganz besonders.

Am Ende setzte sich Alina Künzel durch und erreichte den 3. Platz in ihrer Altersklasse. Wir sind sehr stolz und gratulieren an dieser Stelle nochmal ganz herzlich!

Wir freuen uns auf das nächste Jahr!



Mit Vagabund lernen Sie Land und Leute kennen!

Tel. 040 55 55 85 69

Heimvorteil für BSV-Fans! Sonderzustieg am ZOB Buxtehude

Verbringen Sie mit uns einen erlebnisreichen Tag auf unseren Tagestouren! Es erwarten Sie Abwechslung, regionale Gaumenfreuden, Gastfreundschaft und Komfort gleichermaßen. Und das Beste: Unsere Reisebusse holen Sie direkt in Buxtehude am ZOB ab!

- 15.11.19 Martinsgansessen in Behringen**
inkl. Martinsgansessen, Kaffeegedeck,
Rundfahrt durch die Region
09:00 Uhr Abfahrt ZOB Buxtehude € 45,00
- 04.12.19 Weihnachtsmarkt Gut Stockseehof**
inkl. Eintritt
10:15 Uhr Abfahrt ZOB Buxtehude € 29,00
- 05.12.19 Advent an der Flensburger Förde**
inkl. Besuch Porzellanbörse, Kaffeegedeck
09:45 Uhr Abfahrt ZOB Buxtehude € 39,50

- Vagabund -
Niederlassung Rosengarten
Neubauer Touristik GmbH
Harburger Straße 20
21224 Rosengarten

www.vagabund-reisen.de

Fordern Sie
jetzt unser
Programm
an!

Eine Marke der
Neubauer Touristik



WAPA

Steuerberatung · Wirtschaftsprüfung
Stade · Buxtehude · Hamburg

Ihre Strategieschmiede für

- betriebswirtschaftliche Fragen
- steuerliche Gestaltungen
- Nachfolgegestaltung
- Wirtschaftsprüfung

Brüningstr. 6 · 21614 Buxtehude · 04161 5928-0
www.wapa-steuerberatung.de

Kinder-Olympiade dabei!



Alle Kinder hatten viel Spaß beim großen Kinderfest in der Halle Süd, sei es beim Kampf mit den Poolnudeln (oben), mit den Reifen oder wie Marie Langloh (links) auf dem Parcours der Kinder-Olympiade.



Heißer Stein

Mittagstisch ab € 7,50
von 12:00 Uhr – 16:00 Uhr

Hausgebrautes Bier

Catering

Büffets, Fingerfood, Canapés
für bis zu 300 Personen

Täglich geöffnet
durchgehend warme Küche

Feiern im Ratskeller
für bis zu 100 Personen



Seit April 2019 hat der BSV eine neue Satzung. Erstmals gibt es ein ehrenamtliches Präsidium mit sieben Mitgliedern, das strategische Entscheidungen trifft sowie den Vorstand beruft und kontrolliert. Ein Gespräch mit Präsident Wolfgang Watzulik und Vize Frank Meyer über neue Ämter, Vereinssportzentrum sowie Zukunft des BSV.

Wie fällt die erste Zwischenbilanz aus?

Frank Meyer: „Wir haben einen guten Start hingelegt. An der Kommunikation müssen wir noch arbeiten. Das Wichtigste ist, dass wir uns kontrovers auseinandersetzen und verschiedene Meinungen haben, aber trotzdem eine Grundharmonie vorherrscht.“

Auch **Wolfgang Watzulik** ist mit der Zusammenarbeit zufrieden. „Es ist eine tolle Sache entstanden. Wir sind vier junge, frische Präsidiumsmitglieder und drei Gestandene. Das Großartige, was unseren Verein auszeichnet ist, dass Menschen da sind, die sich ehrenamtlich engagieren wollen.“

Bereits vor der Satzungsänderung war Wolfgang Watzulik 28 Jahre BSV-Präsident. Das Amt ist vom Namen her identisch, hat jedoch ein ganz anderes Aufgabengebiet. Was hat sich durch die Umstrukturierung verändert?

Wolfgang Watzulik: „Sehr viel. In den 28 Jahren vorher als Präsident und geschäftsführender Vorstand hatte ich einen großen Verantwortungs- und Aufgabenbereich. Für mich persönlich heißt jetzt es zu 99 Prozent raus aus dem operativen Geschäft und zu 100 Prozent rein in die strategische Arbeit.“

Ist der Arbeitsaufwand dadurch mehr oder weniger geworden?

Wolfgang Watzulik: „Es ist weniger geworden, weil ich in vielen Prozessen der Vergangenheit sehr tief drin gewesen bin. Der neue Vorstand benötigt hier und da schon noch mal die grauen Zellen des Präsidenten. Aber es wird auch wieder mehr werden, wenn das Präsidium gemeinsam arbeitet, um die Ziele für den Verein zu erfüllen.“

Was war die größte Umstellung?

Wolfgang Watzulik: „Ich musste in den ersten Wochen und Monaten lernen, wenn meine Geschäftsführerin sagte, ‚Mensch Präsi, gute Idee. Es ist nur nicht mehr dein Job.‘“

Frank Meyer: „An dieser Mäßigung muss er bis heute arbeiten.“

Ist der BSV mit den neuen Strukturen optimal für die Zukunft aufgestellt?

Frank Meyer: „Mit der Satzung scheint es so zu sein. Personell gesehen nicht. Da haben wir festgestellt, dass der Vorstand noch aufgestockt werden muss.“ Der Vorstand darf aus bis zu fünf Personen bestehen, hat aktuell aber nur zwei. Gibt es Überlegungen, weitere Vorstandsmitglieder zu berufen?

Frank Meyer: „Der jetzige Vorstand aus — arbeitsrechtlich — 1,5 Personen kann die Arbeit nicht bewältigen. Wir hoffen,

Wolfgang Watzulik und Frank Meyer aus dem BSV-Präsidium im Gespräch

„Das Vereinssportzentrum wird den BSV sportlich extrem weiterbringen!“

den Vorstand kurz- bis mittelfristig auf vier Personen aufzustocken. Personalien und Namen haben wir noch nicht. Bisher gibt es nur Überlegungen zu neuen Aufgabefeldern, z.B. Medien und Jugend. Das sind die großen Baustellen, die wir als Präsidium unverzüglich angehen wollen.“

Bei der Satzungsänderung war angedacht, dass das Präsidium viermal im Jahr tagen soll...

Wolfgang Watzulik: „So gesehen befinden wird uns, glaube ich, schon im Jahr 2023. Die vier Treffen waren vom Satzungsteam gut gedacht, aber nur ein frommer Wunsch. Tatsächlich werden wir uns pro Jahr zehn- bis zwölfmal treffen, weil die Thematik der nächsten Jahre für den BSV sehr spannend, aufregend und intensiv sein wird.“

Sie denken an das geplante Vereinssportzentrum...

„Die Zukunft des BSV heißt ganz klar Vereinssportzentrum auf dem Gelände des Schulzentrum Nord“, betont Watzulik. „Das wird uns sportlich extrem weiterbringen. Der Bau ist für den Verein von enormer Bedeutung. Wir haben Bedarf nach zusätzlichen Sporträumen. Wir haben Kapazität an Übungsleitern, aber nicht an Sporträumen.“ Vom Vereinssportzentrum würden alle Mitglieder profitieren. „Wir sind ein Sportverein ohne eigene Anlagen und somit ohne eine richtige Heimat“, sagt Watzulik. Im Vereinssportzentrum könne der BSV schließlich Geschäftsstelle, Handball-Marketing und Sporträume unter einem Dach vereinen.

Frank Meyer: „Wir schaffen eine Heimat für jeden, für die Sportinteressierten, Mitglieder und Mitarbeiter.“ Kann sich der BSV das Vereinssportzentrum finanziell leisten?

Frank Meyer: „Das Projekt wird solide finanziert. Das geht nur, wenn der Verein vorsorgt.“

Wolfgang Watzulik über...

...das geplante Budget von vier Millionen Euro: „Die Kostenschätzung war vom Sommer 2016. Es wird eine große Herausforderung.“

...mögliche Mehrkosten: „Vier Millionen sind unser Deckel. Ich meine, wir sollten dann lieber etwas kleiner bauen.“

...über die endgültige Entscheidung: „Es wird keinen Alleingang von Präsidium oder Vorstand geben. Grund-

sätzlich entscheidet immer die Mitgliederversammlung. Vorstand und Präsidium werden gemeinsam bei den Mitgliedern um Zustimmung werben, damit das Projekt realisiert werden kann.“ ...den Eröffnungstermin: „Ich habe schon eine Wette verloren, weil ich gesagt habe, dass das Vereinssportzentrum im ersten Quartal 2021 fertig ist. Ich wette nicht mehr. Aber ich bin überzeugt, dass wir im vierten Quartal 2022 Einweihung feiern können.“

Während das Vereinssportzentrum in der Zukunft liege, müsse der Verein auch in der Gegenwart eine gute Arbeit abliefern. Mit der derzeitigen Situation beim BSV sind Präsident und Stellvertreter zufrieden. Immerhin wurde der Verein erst im September mit zwei Preisen vom Landessportbund (LSB) Niedersachsen ausgezeichnet.

Der BSV erhielt die Auszeichnung als „Engagementfreundlicher Sportverein“ in Silber. Dabei geht es um die Gewinnung und Bindung von ehrenamtlichen Helfern. Zum anderen hat der BSV den 2. Platz im Wettbewerb „Digitalisierung in Sportvereinen“ in der Kategorie Vereine ab 1.500 Mitglieder gewonnen.

Dazu kommen weitere Siegel und Auszeichnungen nationaler Sportverbände. „Der Verein legt sehr viel Wert auf Ausbildung“, sagt Wolfgang Watzulik. „Wir liefern eine erstklassige Ware Sport ab.“ Aktuell biete der BSV über 1.000 Stunden Sport in der Woche mit über 60 unterschiedlichen Angeboten. Im Kreis Stade könne nur ein weiterer Verein diese Vielfalt bieten.

Nach wie vor freut sich der BSV über steigende Mitgliederzahlen. Um die 4.300 Mitglieder zu halten und weitere potenzielle Mitglieder für den Verein zu gewinnen, müsse sich der BSV weiter entwickeln. „Der BSV ist ein Dienstleister. Je besser wir über die Dienstleistung auf den unterschiedlichen Kanälen kommunizieren, umso mehr wird der Verein wahrgenommen“, sagt Watzulik. Aktuell werde der Verein vor allem als BSV-Handball wahrgenommen. „Aber wir bestehen aus vielen faszinierenden Facetten.“

Entsprechend müsse der Verein seine Kommunikationskanäle ausbauen. **Frank Meyer** hat auch schon eine Vorstellung, wie sich der BSV besser aufstellen kann: „Es geht nicht darum, den

fünften Kanal zu besetzen, sondern die breit gefächerten Möglichkeiten intensiver zu nutzen und andere Sportarten auf diesen Kanälen anzubieten.“ Dies soll auch Aufgabe eines möglichen Vorstandsmitglieds „Medien“ sein.

Wie soll der BSV im Jahr 2030 aufgestellt sein?

„Zum Jubiläum 150 Jahre habe ich mir 4.000 Mitglieder gewünscht. Das hat funktioniert. Wir hoffen mit dem Präsidium und dem Vorstand, dass wir mit der Verwirklichung des Vereinssportzentrums 5.000 Mitglieder erreichen.“ Was würde ein Zuwachs auf 5.000 Mitglieder für den BSV bedeuten?

Frank Meyer: „Das wäre mehr als nur ein reiner Zugewinn, wenn wir die Tendenz in der Gesellschaft sehen, dass Sportvereine nicht mehr so gern aufgesucht werden. Daher sehe ich die Zahl als ambitioniert an, aber auch als große Leistung entgegen des gesellschaftlichen Trends. Der Erfolg wäre größer als die eigentliche Zahl.“

Was heißt, Vereine werden nicht mehr so gern aufgesucht?

Wolfgang Watzulik: „Vereine verändern sich. 4.300 Mitglieder sind toll, aber wir haben auch 1.200 Kursteilnehmer. 1.200 Menschen finden den BSV gut, machen aber nur Kurse. Da werden wir auch mit dem Vereinssportzentrum neue Angebote schaffen, die diese Entwicklung über alle Altersklassen berücksichtigen.“

Das heißt?

Wolfgang Watzulik: „Mit dem Vereinssportzentrum wächst das Angebot und die Kompetenz des BSV. Dadurch werden wir Mitglieder aus den Fitnessstudios in den BSV holen, da wir selbst ein Gesundheitszentrum haben.“

Was ist das Besondere beim BSV?

Frank Meyer: „Beim BSV können Leute in ehrenamtliche Tätigkeiten hineinwachsen. Da stehen immer alle Möglichkeiten offen. Ich bin vor vier Jahren als Radsportler zum BSV gekommen und inzwischen Vize-Präsident. Meine einzige Motivation war, dass ich mich einbringen wollte.“

Wolfgang Watzulik: „Die Leistung von den vielen Ehrenamtlichen, das Engagement der Trainer und Übungsleiter ist unfassbar. Dazu kann ich nur mein Schlusswort ergänzen, wie ich den Verein sehe: BSV - Besonders Sportlich Vereint.“

Das Präsidium des BSV



Wolfgang Watzulik (71)

Pensionär, einst selbstständiger Industriekaufmann („Büro und Kopiertechnik“), verheiratet, zwei Kinder, zwei Enkel. Früher: Handball, Tennis, Ski. Heute: Tennis, Laufen, Ski. War bereits nach alter Satzung 28 Jahre BSV-Präsident.

Motivation: „Leidenschaft fürs Ehrenamt, Respekt fürs unglaubliche Engagement vieler Ehrenamtlicher in diesem großartigen Verein. Ich brenne immer noch für Veränderungen, z. B. Vereinssportzentrum, Ausbau der Sportangebote für alle Altersklassen.“



Nils Rademacher (53)

Elektroinstallateur und Diplom-Betriebswirt, Geschäftsführender Gesellschafter von Rademacher Immobilien, lebt getrennt, hat drei Kinder (20, 23, 25). Als Kind sportlich viel probiert: Turnen, Judo, Karate, Schwimmen. Später Volleyball, Aerobic, Laufgruppe von Patricia. (u.a. drei Marathons).

Motivation: „Ich hatte für den BSV das Citysport 1 entwickelt, kam so in die Planungsgruppe Vereinssportzentrum. „Gemeinschaft lebt von Ehrenamt, ich habe viele Jahre davon profitiert, dass andere sich engagiert haben, jetzt habe ich Zeit, etwas zurückzugeben.“



Stefanie Melbeck (42)

Die gelernte Bankkauffrau ist kaufmännische Angestellte bei der Reederei NSB, verheiratet und hat einen Sohn Kjell (6). Steffi hat 17 Jahre professionell Handball gespielt, davon 12 Jahre beim BSV, 223 Länderspiele bestritten, an Welt- und Europameisterschaften sowie Olympia 2008 teilgenommen.

Motivation: „Ich möchte mit meinem Engagement dem BSV das wiedergeben, was der Sport mir über viele Jahre gegeben hat. Ich möchte viele junge Menschen zum Sport bewegen und schätze die pädagogische und soziale Aufgabe eines Vereins.“



Peter Pünjer (71)

50 Jahre verheiratet, 2 Söhne, 3 Enkel, Bankkaufmann und Betriebswirt – als Rentner immer noch an volks- und betriebswirtschaftlichen Abläufen interessiert. 11 Jahre Schatzmeister im BSV und immer schon sportlich aktiv: Früher Turnen, Rudern, Tischtennis. Heute noch Marathon (105x!), Ultras („so lange die Knochen halten“) und Golf (Handicap 20) mit seiner Frau in der Golf-Sparte des BSV.

Motivation: Einbringung der fachlichen und BSV-Erfahrungen in die Präsidiumsarbeit und Mitwirkung bei strategischen Entscheidungen.



Dr. Klaus Fischer (54)

Der Maschinenbau-Ingenieur arbeitet bei Airbus in Finkenwerder im Bereich der zentralen Logistik, ist aktuell Gesamt-Projektleiter zur Realisierung eines großen Logistikzentrums für Flugzeugbauteile, verheiratet, eine Tochter (14). Hat 30 Jahre Handball gespielt, heute nur noch als „Bewegungsausgleich“, Betreuer und Schiedsrichter.

Motivation: Gestaltung von strategischen Themen im BSV, Unterstützung bei der Realisierung des Vereinssportzentrums, Kennenlernen der Struktur des Gesamtvereins.



Frank Meyer (55)

Polizeibeamter, geschieden – aber gebunden, zwei erwachsene Kinder. Leidenschaftlicher Radfahrer, seit 2004 in der Radsport-Abteilung aktiv, zuletzt mit der Frau und im BSV zusammen bis zu 11.000 km im Jahr unterwegs!

Motivation: „Früher über das Amt des Rechnungsprüfers tiefer in den BSV hinein geschaut und aufgrund meiner Freude im Verein will ich diesen gerne mitgestalten.“



Ralf Kappel (59)

Pensionär und ehemaliger Berufssoldat, verheiratet, drei Kinder. Sportlich aktiv in der Tanzsport-Abteilung, Laufen und in der Golf-Sparte. War bereits Mitglied im Vorstand vor der Satzungsreform.

Motivation: Es ist mein persönlicher Wunsch, mich ehrenamtlich zu engagieren.

Generationswechsel an der Spitze des Buxtehuder Sportvereins

Der neue Vorstand des BSV

Zu Jahresbeginn hat sich der BSV mit dem Votum der Mitglieder eine neue, zeitgemäße Satzung gegeben und erstmalig auf der Jahreshauptversammlung im April ein siebenköpfiges Präsidium gewählt.

Mit der Berufung von Stefanie Teske und Stefan Hebecker als neues Vorstandsteam wurde nun die Führungsmannschaft des BSV komplettiert. Beide bilden den vertretungsberechtigten Vorstand gemäß §26 BGB, vertreten den Verein nach außen und sind nun fürs tägliche operative Geschäft zuständig.

„Nach mehr als 28 Jahren erfolgreicher Arbeit für den BSV freut es mich nun, die Führung der Geschäfte an ein engagiertes Team weiterzugeben“, erklärt Präsident Wolfgang Watzulik. „Mit Stefanie Teske und Stefan Hebecker ist die Geschäftsführung in den besten Händen, um unsere anstehenden Projekte wie das Sportvereinszentrum, die Weiterentwicklung unserer Sportangebote und letztendlich auch die Digitalisierung im Verein voranzutreiben.“

Mit der Berufung von Stefanie Teske in den Vorstand geht der Verein einen weiteren Schritt beim „Generationswechsel“ seit ihrer Einstellung als Geschäftsführerin im August 2015. Nach Ausbildung und



BSV-Vorstand: Stefanie Teske und Stefan Hebecker

Studium beim Großsportverein SV Henstedt-Ulzburg kam Teske nach Buxtehude, um die Sportentwicklung im BSV voranzutreiben. Seit ihrer Einstellung hat der BSV sein Angebot in vielen Bereichen kontinuierlich erweitert und die Kooperationen ausgebaut. So ist der BSV anerkannter Stützpunktverein für Integration durch Sport und erhält dadurch auch eine große finanzielle Unterstützung durch den Landessportbund.

Gemeinsam mit Stefan Hebecker will Stefanie Teske, die seit Mai 2019 auch im Vorstand des „TopSport Vereine Metropolregion Hamburg e.V.“ ist, den Kinder- und Jugendsport weiterentwickeln.

Stefan Hebecker übernimmt den Bereich Finanzen. Das notwendige Rüstzeug dafür hat sich der Diplom-Wirtschaftsmathe-

matiker in seiner 30-jährigen Berufstätigkeit zunächst als Unternehmensberater und zuletzt als Personalchef für die BP Gruppe in Deutschland geholt. Heute ist er als selbstständiger Personalberater tätig und sportlich als Triathlet im BSV aktiv. „Ich freue mich, meine vielfältigen Erfahrungen aus meiner langjährigen Tätigkeit in einem internationalen Konzern in den BSV einbringen zu können“, sagt Stefan Hebecker.

Kontakt:

Stefanie Teske
stefanie.teske@bsv-buxtehude.de

Stefan Hebecker
stefan.hebecker@bsv-buxtehude.de

Außerordentliche Mitglieder-Versammlung

Der BSV lädt – versorglich – für den 21. November zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung ein. Auf der Tagesordnung steht erneut eine Satzungsänderung. Hintergrund: Es könnte sein, dass ein Passus neu gefasst werden muss, denn Verein und Finanzamt sind sich mit einer Formulierung in der neuen Satzung nicht einig. Falls sich beide Seiten doch noch ohne Satzungsänderung verständigen, würde die Mitgliederversammlung abgesagt werden.

Grünes Licht für die große Halle!

Die sanierungsbedürftige Halle Nord in Buxtehude wird nicht nur durch einen Neubau ersetzt, sondern bekommt auch eine zusätzliche Sportfläche. Diese Entscheidung gilt seit dem 19. September 2019 als sicher.

An diesem Tag sprachen sich in einer gemeinsamen Sitzung die Fachausschüsse des Rates für Bau sowie für Schulen und Sport mit großer Mehrheit für die sogenannte „große Lösung 3+2“ aus. Damit gilt eine entsprechende Mehrheit auch im Rat der Stadt Buxtehude als sicher.

Was bedeutet die sogenannte „große Lösung 3+2“ konkret?

Anders als die heutige Halle Nord soll der Neubau nicht nur vier, sondern fünf Hallenteile haben. Und zwar nicht wie heute direkt nebeneinander, sondern in zwei getrennten, aber direkt nebeneinander liegenden Gebäuden:

- Die Haupthalle als Drei-Feld-Halle.
- Direkt daneben eine Zwei-Feld-Halle mit einem Maß von 45 x 22 Metern.

Damit bekommen Schule und Vereine in Buxtehude weiteren Hallenraum. Es ist die erste Verbesserung des Sporthallen-Angebotes seit 2004 – damals wurde die neue Halle der Halepaghenschule eingeweiht (s. Übersicht rechts).

Bereits der Sportentwicklungsplan

der Stadt Buxtehude aus dem Jahr 2016 hatte eindrucksvoll aufgezeigt, dass weitere Sportflächen dringend benötigt werden. Von der zusätzlichen Hallenfläche werden Schul- und Vereinssport gleichermaßen profitieren. Entsprechend positiv ist die Resonanz auf die sogenannte „große Lösung“.

Die neue Halle wird auch mehr Zuschauer aufnehmen können. Geplant sind 1.500 Sitzplätze. Zum Vergleich: Die heutige Halle Nord hat 1.070 Sitzplätze. Die Tribünen werden auf beiden

Längsseiten des Spielfeldes angeordnet und bieten den Zuschauern eine bessere Sicht als die heutige Kopf-Tribüne hinter dem Tor.

Mit der „großen Lösung“ können auch alle Anforderungen erfüllt werden, die von der Handball-Bundesliga der Frauen (HBF) in Zukunft an alle Spielstätten der 1. Liga gestellt werden.

Wann könnte die neue Halle stehen? Bürgermeisterin Katja Oldenburg-Schmidt sprach jüngst auf dem Sponsorenabend der Handball-Bundesliga von „30 Monaten“. Das hieße nach den Sommerferien 2022.

Voraussetzung dafür ist allerdings, dass das jetzt angelaufene Verfahren zur Änderung des Bebauungsplanes ohne größere Probleme und Verzögerungen über die Bühne geht.

Die Stadt Buxtehude rechnet für den Bau der neuen Halle – nach heutigem Stand – mit Kosten von knapp 15 Millionen Euro. Dazu kämen weitere Aufwendungen für die Neugestaltung des gesamten Geländes, für Parkplätze und neue Sportanlagen.

Direkt neben der neuen Halle plant der Buxtehuder SV sein Vereinssportzentrum – mehr zu diesem Projekt im Interview mit dem neuen Präsidium auf Seite 6 dieser BSU-Aktuell.

Entwicklung der Sporthallen

1873	Halle Harburger Straße
1909	Halle Albert-Schweitzer-Schule
1911	Sporthalle GS Altkloster
1931	Neubau Halle Harburger Str.
1963	Sporthallen Halepaghenschule
1966	Sporthalle Stieglitzweg
1966	Neue Sporthalle Altkloster
1971	Halle Rotkäppchen-Schule
1972	Sporthalle Immenbeck
1978	Sporthalle Schulzentrum Nord
1980	Sporthalle Schulzentrum Sud
1981	Sporthalle Hedendorf
1981	Halle BBS Konopkastraße
1991	4. Hallenteil SZ Sud
1994	4. Hallenteil SZ Nord
2004	Neue Halepagh-Halle



Bis 2022 soll der Neubau als Ersatz für die heutige Halle Nord in Buxtehude errichtet werden.

Die Geschichte der Halle Nord

1978

Einweihung der Halle Nord – damals mit 498 Sitzplätzen.

1993

Erweiterung um ein 4. Hallenteil mit der heutigen Stadtwerke-Tribüne. Damit gesamt 1.070 Sitzplätze.

Dezember 2013

Die Initiatoren erklären das Arena-Projekt an der Apensener Straße für gescheitert.

April 2014

Bürgermeister-Kandidatin Katja Oldenburg-Schmidt erklärt: Für die Halle Nord müsse „so schnell wie möglich“ ein Sanierungsplan erarbeitet werden, damit der „beste nationale Werbeträger“, die BSV-Handball Damen, eine vorzeigbare „HABUX-Halle“ bekomme.

Dezember 2014

Die Stadt Buxtehude sieht in der Halle Nord einen Sanierungsbedarf von bis zu 3 Millionen Euro.

November 2015

Die Stadt diskutiert: Sanierung oder Neubau an der Nord?

November 2016

Stadt stellt Pläne vor: 2018 sollen die Halle Nord saniert und das Vereinssportzentrum gebaut werden.

17. Dezember 2018

Weil die Kostenschätzung auf über 10 Millionen gestiegen ist, beschließt der Rat einstimmig: Keine Sanierung der Halle Nord, sondern ein Neubau.

19. September 2019

In der gemeinsamen Sitzung von Bauausschuss sowie Schul- und Sportausschuss spricht sich eine große Mehrheit für die sogenannte „große Lösung 3+2“ aus, das heißt: Die neue Halle soll gemäß den künftigen Anforderungen der Frauen-Bundesliga gebaut werden und fünf Hallenteile statt bisher vier haben.

Ausflugsziel für Vereine, Betriebe und Freunde: gemeinsam den Obstbau erleben

Das Allländer Original!

Wer das Alte Land und den Obstbau naturnah entdecken möchte, ist auf dem Herzapfelhof genau richtig! Herzapfel, Herz-Apfel-Garten, Bio-Obst selbst pflücken, Führungen – Der Bio-Obsthof lädt zum Verweilen im Grünen ein.

Herzapfelhof
ALTES LAND

Herzapfelhof Lühs · Osterjork 102 · 21635 Jork
Tel.: 04162 254820-0 · www.herzapfelhof.de · Hofladen & Hofcafé täglich geöffnet

Rademacher Immobilien GmbH
Fair und kompetent

- Bei uns ist Ihre Immobilie in allerbesten Händen
- Vermietung von Häusern und Wohnungen
- Verkauf von Häusern, Grundstücken, Wohnungen
- Verkauf und Vermietung von gewerblichen Räumlichkeiten
- Baulandentwicklung und Erschließung

Telefon: 04161-83051

Rademacher Immobilien GmbH
Hauptstraße 15 – 21614 Buxtehude
www.rademacher-immobilien.de

Das Team der Geschäftsstelle

Friederike Gubernatis

Viele kennen Fredda nur im Handball-Trikot. Aber nebenbei arbeitet sie – schon seit 2013 – auch 20 Stunden beim BSV als Sportkoordinatorin in der Geschäftsstelle. Aufgaben: Planung neuer Kurs- und Sportangebote, Sportstättenverwaltung, Kooperationen mit Grundschulen, Betreuung FSJler und BFDler und vieles mehr.

Maleen Gerken

Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau, Bachelor in Sportökonomie. Seit August im BSV – in der Geschäftsstelle für Mitgliederbetreuung sowie in diversen Sportkursen.

Iris Wenzel

Ist bereits seit über 20 Jahren Übungsleiterin im BSV. Seit Februar 2018 arbeitet sie zusätzlich für ein paar Stunden in der Geschäftsstelle, betreut die Mitgliederverwaltung und macht das Mahnwesen.

Sven Niebergall

Seit 2017 hauptamtlicher Mitarbeiter. Aufgabengebiete: Mitgliederverwaltung, Lizenzwesen, Sportunfälle und Rehasport-Abrechnungen. Sven besitzt die Übungsleiter-Lizenzen im Rehasport für die Bereiche Orthopädie, Innere Medizin sowie den Übungsleiter Inklusion.

Alexander Mirkens

Seit Mai hauptamtlicher Trainer in der Leichtathletik und im Gesundheits- und Kindersport des BSV – nebenbei mit organisatorischen Aufgaben in der Geschäftsstelle.

Andrea Scheffer

Seit 1999 Übungsleiterin im Baby-, Kinder- und Rhönradturnen, außerdem Betreuerin der Herzsport-Gruppen und dort auch Abteilungsleiterin. Zudem sitzt die hauptamtliche Trainerin einen Vormittag pro Woche in der Geschäftsstelle zur Beratung und Koordination für den Herzsport.

Anne Hübenet

Seit 2010 im Triathlon – aktuell sogar in der 2. Bundesliga. Nach dem Abitur jetzt im Freiwilligen Sozialen Jahr im BSV. Aufgaben: Schwimmstunden, Schul-AGs und Unterstützung der Geschäftsstelle.

Julia Deke (nicht im Bild)

Julia ist seit April 2018 „Verantwortungsbürgerin“ und kümmert sich um alle Arbeiten im Zusammenhang mit dem Projekt „Integration durch Sport“.

Ina Gorgs

Kümmert sich seit Oktober 2018 um Organisation wie Neueintritte und Kurs-Anmeldungen und als langjährige Sparkassen-Frau auch um die Finanzen. Mitglied im Verein ist sie schon länger: Mit ihrem Mann ist Ina im Tanzsport aktiv, der jüngste Sohn macht Judo.

Alina Pein

Hat ihre Leidenschaft zum Sport zum Beruf gemacht. Seit Juli 2018 im BSV angestellt. Ihr findet sie im Sportbetrieb und in der Geschäftsstelle – u. a. für Mitgliederverwaltung und Events.

Paul Hadler (nicht im Bild)

Seit 2012 im BSV als Triathlet. Seit August im freiwilligen Sozialen Jahr auf der BSV-Geschäftsstelle und im Sportbetrieb. Sein Projekt: „Integration durch Sport“.

Im Februar 2020 kommt eine neue Tanzshow:

Around the World

„BSV-Tanzshow“ – dieser Name bürgt für Qualität! Nach zwei Jahren Pause bringt der BSV seine inzwischen schon 7. Tanzshow auf die große Halepaghen-Bühne!

Bei der BSV-Tanzshow 2020 wird es international. Kleine und große Tänzerinnen und Tänzer der Sparten Jazz Dance, Aerobic und Zumba zeigen ihre mitreißenden und bewegenden Choreografien zum Thema „Around the World“. So wird zu Musik aus Deutsch-

land, Spanien, Italien, aber auch aus Indien, den USA oder auch China getanzt.

Anzusehen ist diese aufwendig inszenierte Show am 22. und 23. Februar 2020 um jeweils 15.30 Uhr in der Aula der Halepaghen-Schule. Karten für die BSV-Tanzshow 2020 können ab 4. Dezember 2019 in der BSV-Geschäftsstelle (Lange Straße 16) für je 10 Euro (Erwachsene) bzw. 6 Euro (Kinder bis 14 Jahre) erworben werden.



Die 7. BSV-Tanzshow wird wieder ein buntes und sehr unterhaltsames Spektakel – hier eine Impression von der 6. Ausgabe im Februar 2018.

BSV
BUXTEHUDER SPORTVEREIN
VON 1862

Around the World
BSV-Tanzshow

22. Februar 2020 • 15:30
23. Februar 2020 • 15:30
Halepaghen-Bühne

Karten: BSV • Lange Str. 16 • 21614 Buxtehude



Turnen für Kinder von 3 bis 6 Jahren

An diversen Nachmittagen können Kinder im Alter von 3-6 Jahren die Turnhalle ohne Eltern erleben. Wir singen kurz zur Begrüßung im Kreis, dann geht es los mit einem altersgerechten Spiel, um nach einer kurzen gemeinsamen Trinkpause die aufgebauten Geräte auszuprobieren. Unsere qualifizierten Übungsleiter bauen unterschiedlich auf: Es gibt Turnen nach Themen, Stationturnen und freies Turnen mit einfachen Regeln. Für jeden ist somit etwas dabei und alle motorischen Fähigkeiten wie Training des Gleichgewichts, Koordination, Kraft und Ausdauer werden in der Stunde geschult. Zum Abschluss singen wir ein Abschiedslied, und die Eltern holen ihre Kleinen durchgeschwitzt und mit leuchtenden Augen wieder ab. Wer gerne dabei sein möchte, einfach mal vorbeischaun und mitmachen.



Kids in Action

Jedes Kind im Alter zwischen 8 und 12 Jahren ist bei „Kids in Action“ herzlich eingeladen. Gemeinsam wollen wir vor allem Spaß an der Bewegung haben. Wir wollen den Umgang mit diversen Sportgeräten näher bringen. Auch klassische Ballspiele wie Fußball, Handball oder Basketball werden Bestandteil der Sportstunde sein. Besonders aber ist die Nachhaltigkeit. Das Ziel ist es, dass Ihr Kind ein Leben lang Freude an Bewegung hat.

Kids in Action
Kinder von 6 bis 12 Jahren
mit Maleen Gerkens
Dienstag 16 bis 17 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule

Eltern und Kinder turnen gemeinsam



Ab in die Halle und los! Kleinkinder von 1 bis 3 Jahren haben vormittags und nachmittags die Möglichkeit, sich in der Turnhalle auszuprobieren und die Turngeräte kennenzulernen.

Mit einem Gesang im Kreis beginnt die Stunde, und dann kann es losgehen: Es wird durch Tunnel gekrabbelt, es geht hoch und runter, manchmal kann man an den Ringen hängen oder eine Bank hinunterrutschen.

Immer was Neues erwartet die Kleinen, und neugierig kann die Turnhalle erforscht werden. Mit einem Abschiedslied wird die Stunde beendet.

Wer Lust hat, mit seinem Nachwuchs eine abwechslungsreiche Stunde zu erleben, kann gerne einmal in den Gruppen vorbeikommen und reinschnuppern.

Viel Spaß dabei!



Physio

TRAINING



Physiotherapie

Lasarzik & Lohmann

Mit dem Team hinter dem Team zum Erfolg



Bahnhofstr.40 • 21614 Buxtehude
Tel.: 04161 55950
www.physiotraining-buxtehude.de



Neue Kurse: Babys in Bewegung!

Bei „Babys in Bewegung“ haben die jüngsten Aktiven im BSV so richtig Spaß!



Angebot KINDER-TURNEN

KINDERTURNEN – ELTERN UND KIND

Montag	9.45–10.45	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	HPS II	Andrea Scheffer
Dienstag	16.00–17.00	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	SZ Nord I	Alina Pein
Mittwoch	9.30–10.30	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	HPS II	Birgit Witt
Mittwoch	10.30–11.30	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	HPS II	Birgit Witt
Mittwoch	16.30–17.30	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	Rotkäppchen	Maleen Gerkens
Donnerstag	15.30–16.30	Eltern & Kind 6 bis 18 Monate	Stieglitzweg	Sabrina Ruge
Donnerstag	16.30–17.15	Eltern & Kind 1 bis 3 Jahre	Harburger Str.	Birgit Witt

KINDERTURNEN – KLEINKINDER

Dienstag	15.30–16.30	Kinderturnen 3 bis 6 Jahre	Harburger Str.	Marita Augustin
Dienstag	16.00–17.00	Trampolin 3 bis 6 Jahre	SZ Nord	Birgit Witt
Mittwoch	15.30–16.30	Kinderturnen 3 bis 6 Jahre	Rotkäppchen	Marleen Witt
Mittwoch	16.00–17.00	Gerätturnen 3 bis 6 Jahre	Altkloster	Iris Wenzel
Donnerstag	15.45–16.30	Kinderturnen 3 bis 6 Jahre	Harburger Str.	Birgit Witt
Donnerstag	16.30–17.30	Bewegungswelten 3 bis 6 Jahre	Stieglitzweg	Sabrina Ruge

KINDERTURNEN – SCHULKINDER

Dienstag	16.00–17.00	Kids in Aktion 6 bis 12 Jahre	ASS	Maleen Gerkens
Dienstag	16.30–17.30	Kinderturnen 6 bis 8 Jahre	Harburger Str.	Marita Augustin
Dienstag	17.00–18.00	Trampolin ab 7 Jahre	SZ Nord	Birgit Witt
Dienstag	17.30–18.30	Kinderturnen ab 8 Jahre	Harburger Str.	Marita Augustin
Dienstag	17.00–18.00	Jazz Dance 10 bis 13 Jahre	Stieglitzweg	Michelle Wolter/A. Wilkens
Dienstag	18.00–19.00	Turnen und Bewegung ab 11 Jahre	Stieglitzweg	Michelle Wenzel
Mittwoch	17.00–18.00	Gerätturnen ab 6 Jahre	Altkloster	Iris Wenzel
Mittwoch	17.00–18.00	Einrad-Fahren ab 7 Jahre	ASS	Nicola Jolitz
Donnerstag	15.30–17.00	Rope Skipping	SZ Süd I	Linda Schweitzer
Donnerstag	17.15–18.00	Power for Kids 6 bis 12 Jahre	Harburger Str.	Birgit Witt

RHÖNRAD

Montag	18.00–20.00	Jungen und Mädchen ab 11 Jahre	SZ Nord IV	Andrea Scheffer
Freitag	14.45–16.15	Jungen und Mädchen 6–11 Jahre	SZ Nord IV	Andrea Scheffer
Freitag	16.00–18.15	Leistungstraining	SZ Nord IV	Andrea Scheffer/B. Völkner

KUNSTTURNEN

Montag	15.00–16.30	Techniktraining Mädchen	ASS	Nadine Tolasch
Montag	17.00–19.00	Techniktraining Mädchen + Jungen Fortgeschrittene	Harburger Str.	Nadine Tolasch/L. Breyer
Mittwoch	16.00–18.00	Talentförderung	Rotkäppchen	Birgit Witt
Freitag	15.00–16.30	Anfänger Mädchen	SZ Nord	Nadine Tolasch
Freitag	15.00–16.30	Mädchen Pflicht	SZ Nord B	Birgit Witt
Freitag	15.00–17.00	Jungen Anfänger + Mittelstufe	SZ Nord A/B	Yan Barda
Freitag	16.00–18.00	Mädchen Kür 1 + 2	SZ Nord A/B	Nadine Tolasch/Birgit Witt

Liebevolle Förderung von Anfang an!
„Babys in Bewegung – mit allen Sinnen“ ist ein Bewegungskonzept für Babys im Alter von 3 bis 12 Monaten.

Babys erobern über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Die Babys in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie zu unterstützen, ist das Ziel.

In diesem Kurs genießen die Kleinen es, im warmen Raum ihre Umgebung mit allen Sinnen zu entdecken. Hierbei sind die Babys nackt oder nur mit Windel und Body bekleidet, weil sie sich so freier bewegen können.

Der Kurs unterteilt sich in drei Module:

- BiB 1: 3 bis 6 Monate**
- BiB 2: 6 bis 9 Monate**
- BiB 3: 9 bis 12 Monate**

Kursinhalte: Lieder, Fingerspiele, Sinnesanregungen, Bewegungsparcour, Babymassage und Austausch der Eltern.
Kursleitung: Andrea Scheffer, DTB-Kursleiterin „Babys in Bewegung – mit allen Sinnen“

Kursdauer: 10 x 75 Minuten

Wo: BSV CitySport – Poststr. 7–9,
Eingang auf der Rückseite von Penny
Maximale Teilnehmerzahl: 10
Kosten: € 90 (BSV-Mitglieder € 50)
Bitte Decke oder Handtuch mitbringen!

BiB-Kurse 2020 (jeweils 10 x):

1. Quartal – Kurs BiB 1A
Für Babys geboren zwischen 26.07.19 und 19.10.19
Dienstag 8:45–10:00 Uhr
07.01. – 17.03.20 (nicht am 04.02.)

2. Quartal – Kurs BiB 1B
Für Babys geboren zwischen 20.10.19 und 14.01.20
Freitag 8:45–10:00 Uhr
20.03. – 19.06.20
(nicht am 03.04., 10.04., 01.05., 22.05.)

3. Quartal – Kurs BiB 1C
Für Babys geboren zwischen 15.01.20 und 25.04.20
Dienstag 10:00–11:15 Uhr
07.07. – 06.10.20 (nicht am 21.07., 28.07., 04.08. und 11.08.)

4. Quartal – Kurs BiB 1D
Für Babys geboren zwischen 26.04.20 und 31.07.20
Dienstag 8:45–10:00 Uhr
20.10. – 22.12.20



INFOBOX

Kinder-Turnen

Größe: 683 Mitglieder

Abteilungsleiterin: Eike Röschmann

Telefon: (04161) 85525

E-Mail: turnen@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Interessierte können jedes Angebot unverbindlich und kostenlos „testen“.

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

TRENDSPORT-Angebote

FLOORBALL (Unihockey)

Montag	17.30–19.00	Freizeitsport (12–20 Jahre)	SZ Süd III	Marc Rochow
Dienstag	16.00–17.00	Kinder 6–12 Jahre	GS Stieglitzweg	Marc Rochow
Dienstag	16.30–18.00	Jugendliche 15–20 Jahre	SZ Nord I	Jonathan Tietböhl
Dienstag	19.30–21.45	Erwachsene (Fortgeschritten)	SZ Süd III	Torben Göbel
Mittwoch	16.30–18.00	Jugendliche U17	HPS neu	Marc Rochow
Mittwoch	16.30–18.00	Jugendliche 12–20 Jahre	HPS neu	Jonathan Tietböhl
Mittwoch	16.30–18.30	Kinder 6–12 Jahre	HPS neu	Tobias Trzoska
Donnerstag	19.30–20.30	Erwachsene (Anfänger)	SZ Nord IV	Torben Göbel

PARKOUR (ab 10 Jahren)

Die Gruppen sind z.Zt. voll. Bei Interesse melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle!

Montag	17.00–18.30	Fortgeschrittene	SZ Süd I	Marc Anionwu
Mittwoch	16.00–17.00	Anfänger	GS Harburger Str.	Marc Anionwu
Mittwoch	17.00–18.00	Fortgeschrittene	GS Harburger Str.	Marc Anionwu
Donnerstag	17.30–18.30	Trakour Anfänger ¹	SZ Nord IV	Marc Anionwu

¹ nach Absprache und Probetraining mit Marc Anionwu hier ist ein Einstieg ab 6 Jahren möglich!

STREETBALL (Basketball)

Dienstag	15.00–16.00	Kinder + Jugend	ASS	Marcel Stelling
Mittwoch	18.00–19.00	Erw. bzw. Familiensport	Rotkäppchenweg	Marcel Stelling

FRISBEE-SPORT

Donnerstag	18.30–20.00	Jugend (ab 14 Jahren)	SZ Nord IV	Lars Lemke
------------	-------------	-----------------------	------------	------------



Gerättturnen macht den Kindern Spaß!

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren findet immer mittwochs von 16 bis 17 Uhr in der großen Turnhalle Altkloster das Gerättturnen statt. Die etwas größeren Kinder von 6 bis 11 Jahren turnen dann von 17 bis 18 Uhr.

Wir turnen an allen Geräten, die die Turnhalle zur Verfügung hat und beginnen mit einer lockeren Erwärmung mal mit, mal ohne Handgeräte.

Dann geht es meistens auf den großen Bodenläufer. Hier wird gehüpft und gesprungen, gerollt und getobt. Eine Kerze darf dabei nie fehlen.

Im Anschluss wird an den unterschiedlichsten Geräten geturnt. Jedes Gerät kommt immer im Wochenwechsel zum Einsatz.

Am meisten lieben die Kinder die Ringe, das Mini-Tramp und die größeren Kinder den Bock.

Frauke: Turnen macht einfach Spaß!

Hallo, ich bin die neue Assistentin beim Gerättturnen in der Gruppe von Iris Wenzel in Altkloster. Ich heiße Frauke und bin 14 Jahre jung.

Wenn man mich fragt, wie ich als Handballerin dazu komme, beim Kinderturnen zu helfen, antworte ich, dass ich selbst von klein an am Turnen teilgenommen habe.

Also bin ich quasi im BSV groß geworden: Als Krabbelkind in einer Mutter-Kindgruppe, mit drei Jahren beim Kinderturnen, und als ich 9 Jahre alt war, hat mich meine Freundin mit zum Handball genommen.

Wenn ich bei den Kleinen helfe und sehe, wie viel Spaß sie daran haben, über sich hinaus zu wachsen und zu zeigen, was sie schon können, dann finde ich es schön, dass ich so etwas mitgeben kann.

Reck und Barren sind okay, aber nicht ihr Favorit. Über Bänke und Kästen wird geturnt und gesprungen, und so gestaltet sich das Training immer interessant und vielseitig für die Kinder.

Auch mit Akrobatik kann man sie aus ihrer Reserve locken, und sie kommen auf die tollsten Ideen.

Bewegung macht Spaß und das besonders in einer gemischten Kindergruppe. Am Ende einer jeden Stunde darf das beliebte Abschlusspiel auf keinen Fall fehlen.

Wenn ihr Lust auf abwechslungsreiche Bewegung habt, kommt doch einfach einmal vorbei und macht mit.



Das beste Foto-Motiv für die kleinen Turner? Keine Frage: Das ist die große Sprossenwand! Frauke (Foto links) und Mareike helfen Iris Wenzel bei den beiden Kindergruppen fürs Gerättturnen am Mittwoch in Altkloster.



Mareike: Turnen macht einfach Spaß!

Hallo, ich heiße Mareike und bin seit vier Jahren eine Assistentin beim Gerättturnen in Altkloster. Ich finde, dass Kinderturnen ein toller Sport ist. Man lernt dort viel mit Balance, alle Gelenke werden gefordert und viele Muskeln benötigt und aufgebaut.

Ich liebe es, Kindern beim Turnen zu helfen. Es ist immer wieder eine Freude zu sehen, wenn ihnen etwas besonders gelingt, was lange geübt wurde. Es ist einfach toll, die Kinder von klein auf an zu betreuen.

Ich habe selber mit dem Kinderturnen bei Iris Wenzel angefangen und bin dadurch zu meiner Leidenschaft Kunstturnen gekommen. Ich habe viele Freundschaften beim Kinderturnen geknüpft und hier die Grundlage fürs Kunstturnen erlernt.

Turnen macht einfach Spaß!!!

Der Neukloster Forst ist ein wunderschöner Sportplatz für die Walking-Gruppen des BSV



Kooperation Verein mit „Die Brücke“

Seit April dieses Jahres haben bedürftige Buxtehuder die Möglichkeit, über den Verein „Die Brücke“ kostenlos an einem Sportangebot des Buxtehuder SV teilzunehmen.

Durch ein auf die jeweiligen Bedürfnisse abgestimmtes Ganzkörpertraining sollen ein besseres Wohlbefinden und ein Stressabbau bewirkt werden. Es treffen sich zur Zeit jeden Montag um 12.00 Uhr im City Sport ca. 10 Teilnehmer, die eine abwechslungsreiche Sportstunde absolvieren.

Ob mit Theraband, Bällen, Stäben oder auf den Pezzibällen, alle Geräte kommen zum Einsatz, sodass möglichst vielfältig rückengerecht trainiert werden kann. Auch Bewegungsspiele zur Schulung von Koordination und Gedächtnis fehlen nicht.

Wer längere Zeit keinen Sport gemacht hat, erhält hier neue Ideen und Motivation für ein neues und besseres Körpergefühl. Wer gerne mal mitmachen will, ist willkommen!

Trainerin: Birgit Witt, Übungsleiterin Reha Orthopädie

BSV **INFOBOX**
Turnen

Größe: 788 Mitglieder

Abteilungsleiterin: Eike Röschmann

Telefon: (04161) 855 25

E-Mail: turnen@bsv-buxtehude.de

Geschichte: Bei Vereinsgründung 1862 war Turnen die einzige Abteilung. Turnen ist immer noch die größte Abteilung des BSV mit über 25 Übungsleitern!

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Interessierte können jedes Angebot unverbindlich und kostenlos „testen“.

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

20 Jahre Nordic Walking

Als vor etwa 20 Jahren das Nordic Walking als Trendsport Einzug in die Sportwelt hielt, war Sabine Neumann diejenige, die diese Sportart im BSV etablierte. 2019 sind tatsächlich 20 Jahre vergangen, und die Gruppen gibt es noch heute, teilweise mit den selben Teilnehmern von damals!

Das ist schon eine tolle Leistung und soll hiermit einmal erwähnt werden. Vielen Dank, liebe Sabine.

Im November war es mir möglich, diese Gruppen zu übernehmen, und ich muss sagen, das war eine meiner besten Entscheidungen. Dienstags und freitags

treffen wir uns 9.30 Uhr am Wettlooppweg mit wettergerechter Kleidung und laufen 90 Minuten quer durch den Neukloster Forst.

Wunderbar frische Luft, der ruhige Wald und ganz entspannte, gut gelaunte Teilnehmer machen jedes Mal wieder den Lauf zu einem Vergnügen. Ganz nebenbei werden 5 bis 8 Kilometer gewalkt, zwischendurch gedehnt. Die Kommunikation untereinander kommt ebenfalls nicht zu kurz. Leider werden wir aus Altersgründen immer weniger, sodass ich mir einige neue Teilnehmer wünschen würde.

Wer Nordic Walking einmal ausprobieren möchte, einfach mal vorbeikommen und mitmachen.

Birgit Witt

WALKING/LAUFEN ALS GESUNDHEITSSPORT			
Montag	18.30–19.45	Lauftreff Just for Fun	Jahnstadion/ Wettlooppweg** Viola Bruch
Dienstag	09.30–11.00	Nordic-/Stickwalking	Wettlooppweg* Birgit Witt
Mittwoch	18.30–20.00	Lauftreff Just for fun	Jahnstadion/ Wettlooppweg** Patricia Klindworth
Mittwoch	18.30–20.00	Walking	Jahnstadion/ Wettlooppweg** Sven Abraham
Freitag	09.30–11.00	Nordic-/Stickwalking	Wettlooppweg* Birgit Witt

*am Wald, **Winterzeit Jahnstadion, Sommerzeit Wettlooppweg

Functional Training

Functional Training ist eine alltagsrelevante und sportartübergreifende Trainingsform zur Stabilisierung und Kräftigung des Bewegungsapparates. Der Sportler lernt seinen Körper durch komplexe Bewegungsabläufe zu stabilisieren, auszubalancieren und somit reaktionsbereit zu bleiben. Das Training wird als Zirkel- bzw. Stationstraining durchgeführt.

ning durchgeführt.

Kurs-Nr. 3140 mit Birgit Noack
Mittwoch 19 bis 20 Uhr
Dauer: 8. Januar bis 18. März 2020
Preis: € 85 (Mitglieder € 30)

[Weitere Infos in der Geschäftsstelle](#)



NEU! CompleteBodyWorkout

Du willst deinem Alltagsstress entkommen und dich körperlich so richtig auspowern. Dann ist Tabata genau dein Training. In kurzen Intervallen bringst du deinen Körper zu Höchstleistungen. Mit ganzheitlichen Kraft- und Ausdauerübungen steigerst du deine Ausdauer, stärkst deine Muskulatur und förderst deine Fettverbrennung. Zum Abschluss der Stunde und für den Start in ein schönes Wochenende folgt ein ausgiebiges Dehn- und Entspannungsprogramm – eventuell

auch Outdoor.

Kurs-Nr. 3441 mit Maleen Gerkens
Samstag 10 bis 11 Uhr
Dauer: 19. Oktober bis 14. Dezember 2019
Preis: € 76,50 (Mitglieder € 27)

Kurs-Nr. 3141 mit Maleen Gerkens
Samstag 10 bis 11 Uhr
Dauer: 11. Januar bis 29. Februar 2020
Preis: € 68 (Mitglieder € 24)



BSV-TURNEN – FRAUEN-GRUPPEN			
Dienstag	19.00–20.00	Fit in jedem Alter	Stieglitzweg Maike Schiffer
Mittwoch	15.00–16.00	Seniorengymnastik	HPS II Emmi Peter
Mittwoch	18.00–19.00	Bodyfit	Harburger Str. Maike Schiffer
Mittwoch	19.00–20.00	Bodyfit	Harburger Str. Maike Schiffer
Mittwoch	19.00–20.00	Fit durchs Jahr	Altkloster Alina Pein
Mittwoch	20.00–21.00	Ballspiele	Altkloster Emmi Peter

BSV-TURNEN – MÄNNER-GRUPPEN			
Dienstag	20.00–21.45	Fitnessstraining & Ballspiele	ASS Wolfgang Eggers
Mittwoch	20.00–21.45	Fitnessstraining & Ballspiele	Harburger Str. Hartmut Hormann

BSV-TURNEN – GEMISCHTE GRUPPEN			
Montag	12.00–13.00	Anti-Stress-Fitness	CitySport Birgit Witt
Montag	18.00–19.00	Fitnessgymnastik	Rotkäppchen Patricia Klindworth
Montag	19.00–20.00	Seniorengymnastik	Rotkäppchen Patricia Klindworth
Montag	19.00–20.00	STRONG	CitySport Sandra Breckling
Montag	19.15–20.15	Fitnessstraining	SZ Süd I–III Birgit Noack
Montag	20.00–21.45	Ballspiel	Rotkäppchen Christian Töpel
Montag	20.30–21.45	Spielgruppe Indiac	HPS II Emmi Peter
Mittwoch	18.00–19.00	Step-Fit	ASS Nicola Jolitz
Mittwoch	19.00–20.00	Tabata	ASS Maleen Gerkens
Mittwoch	19.00–20.00	Ballspielgruppe Ü30	Nord IV Thomas Scheffer
Mittwoch	20.00–21.00	Functional n' Relax	ASS Maleen Gerkens
Donnerstag	15.00–16.00	Senioren bleiben in Schwung (65+)	CitySport Iris Wenzel
Donnerstag	16.00–17.00	Muskelaufbautraining	SZ Süd III Emmi Peter
Donnerstag	18.00–19.00	Seniorengymnastik 50 plus	Stieglitzweg Gym.-H. Lisa Beyer
Donnerstag	19.00–20.00	Bodyfit 60 plus	Stieglitzweg Maike Schiffer
Donnerstag	20.00–21.15	BBP-Fit and fun	Stieglitzweg Maike Schiffer
Freitag	19.00–20.30	Er & Sie – Fit durchs ganze Jahr	HPS II Zhu Sun

Neues ausprobieren, Ungewöhnliches erleben!

Neuer Schwung in der Leichtathletik-Abteilung

Welch ein Trubel im Buxtehuder Jahnstadion beim Schülermehrkampf zum Ende des Sommers. Über 120 Kinder aus fünf Vereinen trafen sich zum Laufen, Springen und Werfen – und viele Familienangehörige und Freunde unterstützten, klatschten und feuerten an.

Gut 40 Kids vom BSV waren mit am Start des 2. Durchgangs des diesjährigen „Dante-Geest-Pokals“, einer Serie von drei Mehrkämpfen (Dreikampf für die Jüngeren, Vierkampf für die Älteren) beim TuS Harsefeld im Mai, dem Durchgang in Buxtehude und zum Abschluss beim VfL Horneburg.

Für viele BSV-Kids waren es die ersten eigenen Schritte im Wettkampfbereich. Im Vordergrund für die Altersklassen U 10 und jünger (also 9 Jahre und jünger) stand, sich einmal zeigen zu dürfen und unter Beweis zu stellen, dass man schnell rennen, weit springen und den 80-Gramm-Schlagball beim Werfen

ins Feld bringen kann. Für die älteren Schülerklassen U 14 und U 12 kam der Hochsprung hinzu, eine Disziplin, die schon Mut, Beweglichkeit und auch Körperbeherrschung abverlangt.

Das Tolle: Alle konnten ihren Mehrkampf beenden und in jeder Disziplin Punkte ergattern, denn die persönlichen Leistungen werden mit einer Punktetabelle des DLV (Deutscher Leichtathletik-Verband) umgerechnet, um die Sieger im Mehrkampf festzustellen.

Logischerweise gab es bei so einer großen Teilnehmerzahl viele eigene Bestleistungen, und die Freude über gelungene weite Sätze und schnelle Läufe war allen anzumerken. Doch zählte nicht nur die eigene Leistung. Auch die guten Leistungen der anderen BSVer zählten, denn der „Dante-Geest-Pokal“ ist auch ein Mannschaftswettbewerb, sodass man nur erfolgreich sein kann, wenn möglichst viele aus der

eigenen Mannschaft im Wettkampf gut unterwegs sind.

Bei den Jüngsten zeigten insbesondere Frida Kadow, Martha Schumann, Lina Kathenbach, Laura Tibke und Mathilda Kadow, wie man schon in jungen Jahren schnell unterwegs sein kann. Schnellste war hier Laura Tibke mit 9,97 sec. über die 50-m-Strecke, und sie sprang mit 2,81 m schon eine beachtliche Weite. Martha Schumann war in der Relation der Altersklassen bei den jüngeren Jahrgängen die beste Werferin. Bei den älteren Jahrgängen zeigten Elisa Kemp in der Klasse W8 und Frieda Stark in der Klasse W11 die besten Leistungen vom BSV in ihren Mehrkämpfen. Beide verbesserten ihre eigenen Bestmarken zum Teil deutlich.

Prima Leistungen zeigten auch Finja Lühmann, Rosa Liv Richter und Ida Wunder in der Klasse W 13. Finja Lühmann überzeugte mit 11,70 sec. über 75 m und 3,93 m im Weitsprung, Rosa Liv Richter sprang gute 1,24 m hoch und Ida Wunder zeigte ihre Stärke beim Ballwurf (200 Gramm Ball) mit genau 31,00 m. Zusammen mit Charlotte Röper, Mia und Zoe Grund werden sie auch bei den Hamburger Meisterschaften antreten.

Tolle Leistungen zeigten natürlich auch die Jungen in ihren Altersklassen. Paul Ockelmann, Jayden Grote und Emil Keppler glänzten durch schnelle Sprints und gute Sprünge, aber auch zusammen mit Mads Schumann und Fabian Mikolaiczkyk durch weite Würfe. Die größte Weite schaffte dabei Emil Keppler mit beachtlichen 38,00 m.

Die Freude aller bei der Siegerehrung mit dem Überreichen von Medaillen

und Urkunden war groß und der finale Höhepunkt eines gelungenen Sportfestes im Jahnstadion. Fazit: Viele BSVer haben bei ihren ersten Wettkämpfen Neues ausprobiert und erfahren, wie sich ein richtiger Wettkampf „anfühlt“. Die Bewegungsabläufe und Techniken in den unterschiedlichen Disziplinen sorgten für eine Vielzahl von Erfolgserlebnissen, die sich schon bald wiederholen können.

Alle, die auch Spaß und Freude an der Bewegung haben und Neues ausprobieren und vielleicht sogar Ungewöhnliches erleben wollen, sind herzlich zum Training bei Alexander Mirkens, Martin Kleine und Anika Au eingeladen. Denn wer kann schon von sich behaupten, mal einen Stabhochsprungstab in den Händen gehabt und sich an so einer „exotischen“ Disziplin versucht zu haben. Beim BSV geht das!

Jörg Tobaben

Abteilungsleiter Leichtathletik



Der Trubel und Begeisterung beim Sportfest im Jahnstadion erinnerten an die glorreichen Zeiten der Buxtehuder Leichtathletik im BSV. Nur allzu gern würden die Verantwortlichen an diese guten alten Zeiten anknüpfen...

Der „Neue“ in der Leichtathletik

„Hallo liebe BSV-Familie,

mein Name ist Alexander Mirkens und ich bin seit Mai hauptamtlicher Trainer in der Leichtathletik und im Gesundheits- und Kindersport des BSV. Ich möchte meine Begeisterung für Sport und Bewegung an möglichst viele Kinder und Jugendliche weitergeben. Zudem freue ich mich darauf, auch bei Erwachsenen den Spaß am Sport zu erhalten oder dafür zu sorgen, dass die Freude an der Bewegung neu entdeckt wird.

Nach der Ausbildung zum Sportkaufmann arbeitete ich in einem Fitnessstudio und engagierte mich in verschiedenen Vereinen als ehrenamtlicher Übungsleiter. Auch während meines Studiums in Lüneburg habe ich parallel in einem Sportverein gearbeitet. So konnte ich viel Erfahrung sammeln und freue mich nun, diese beim BSV einbringen zu können.“



DAS ANGEBOT DER LEICHTATHLETIK-ABTEILUNG

Tag	Uhrzeit	Angebot/Alter	Ort	Trainer
Montag	15.15 – 16.15	M/W Spiel und Spaß (3-5 Jahre)	SZ Süd	Alex Mirkens
Montag	15.00 – 16.15	M/W U 8	SZ Süd	Martin Kleine
Montag	16.15 – 17.30	M/W U 10	SZ Süd	Alex Mirkens
Montag	17.30 – 19.00	M/W U 12-14	SZ Süd	Alex Mirkens
Montag	18.30 – 20.00	Jugend/Erwachsene	Stadion	Alex Mirkens
Montag	18.30 – 19.45	Laufgruppe „Just for fun“	Stadion	Silke Kappel-Koch
Montag	18.30 – 20.00	Fitnessgruppe*	HPS neu	Christin Becking
Dienstag	13.34 – 15.15	Kinder/Jugend**	SZ Süd	Martin Kleine
Mittwoch	17.45 – 19.30	Jugend/Erwachsene (nach Absprache)	Stadion	Alex Mirkens
Mittwoch	18.30 – 20.00	Laufgruppe „Just for fun“	Stadion	Patricia Klindworth
Donnerstag	06.15 – 07.45	Kinder/Jugend**	SZ Süd	Martin Kleine
Donnerstag	18.00 – 19.30	Sportabzeichengruppe***	Stadion	Sven Abraham
Freitag	15.00 – 16.00	M/W U 8	BBS	Alex Mirkens
Freitag	16.00 – 17.30	M/W U 10-12	BBS	Alex Mirkens u.a.
Freitag	17.15 – 19.00	M/W U 14, Jugend, Erwachsene	BBS	Alex Mirkens
Freitag	19.00 – 20.00	Leichtathletik-Senioren	BBS	Uwe Sczeponik

* Die Fitnessgruppe startet jeweils im September und ist bis Ende April aktiv

** Teilnahme nur nach Sichtung, bzw. Absprache mit Martin Kleine möglich: m.kleine@buxweb.de

*** jeweils nur in der Zeit von April bis Anfang Oktober

BSV **INFOBOX**

Leichtathletik

Größe: 310 Mitglieder
Abteilungsleiter: Jörg Tobaben
Telefon: 0170-6016687
E-Mail: Leichtathletik@bsv-buxtehude.de
Stellv. Abteilungsleiter: Martin Kleine
Wo kann ich mal reinschnuppern?
 Interessierte sind in jeder Gruppe zum kostenlosen „Probe-Training“ willkommen. Die genauen Trainingszeiten finden Sie im Internet unter www.bsv-buxtehude.de
Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de



Oben: Start 50m-Lauf W 8 mit Elisa Kemp (97) und Kristin Stark (94).
Ganz links: Finja Lühmann (91), Rosa Liv Richter (105) und Ida Wunder (107) vor der Siegerehrung W 13.
Links: Selina Langhoff mit ihrer Riege W 9.

Die neue KEMPA Hallenschuh-Kollektion ist eingetroffen

Kempa



Hallenschuh
Attack Contender

79.99



stackmann
SPORT & FITNESS

Ernst Stackmann GmbH & Co. KG
Lange Straße 39 – 45 · 21614 Buxtehude
Telefon 0 41 61 - 50 66 0
www.stackmann.de

Footballer sind angekommen im BSV!

Flagfootball-Team wird Dritter

Es ist geschafft. Nachdem die Ostholstein Flag Vikings ihre Anmeldung zurückgezogen hatten, durften die Flag Jackrabbits noch gegen drei weitere Mannschaften antreten. Die Gegner waren die Hamburg Flag Devils, die Allermöhe Flag Swans und die Hamburg Pio Kids. Alle Mannschaften kommen aus dem Hamburger Raum und waren somit schnell und einfach zu erreichen.

Die Flag Jackrabbits erlangten in diesem Jahr den 3. Platz in der Gruppe. Durch den Verlust vieler älterer Spieler, die zur neu gegründeten Jugend aufgestiegen waren, musste man an den Basics anknüpfen und vieles neugestalten. Durch die positiven Ergebnisse bei den Spielen gegen die Swans war das Team motiviert und startete begeistert nach den Sommerferien in den zweiten Teil der Saison, wo etwas härtere Gegner auf die Jaxx warteten. Bis zum Schluss der Saison zeigten die Kinder und Jugendlichen zwischen 8 und 15 Jahren alles, was sie konnten und machten dabei viele Fortschritte.

Nach den Herbstferien beginnt die Wintervorbereitung auf die nächste Saison. Trainieren werden die Flag Jackrabbits zu den gewohnten Zeiten in der Halle.

Jugend Tackle-Team im Aufbau

Die Jugendtackle Mannschaft der Jackrabbits trainiert zusammen mit ihren beiden Coaches Ole Schuster und Kim Müller. Anfang des Jahres gründeten die beiden Trainer die Jugendmannschaft und erhoffen sich im nächsten Jahr mit genug Erfahrung und Spielern in den Spielbetrieb zu gehen.

Beim Tackle Football in der Jugend startet man mit 15 Jahren und kann zu den Herren im Alter von 18 Jahren auf-

steigen. So entwickelt man sich von Jahr zu Jahr weiter und sammelt genug Erfahrung und Wissen, um später in der Herren-Mannschaft mit guten Voraussetzungen durchzustarten.

Herren Jackrabbits wollen aufsteigen

Die Herren der Jackrabbits haben in diesem Jahr trotz aller Höhen und Tiefen den 1. Platz in ihrer Gruppe erreicht. Die Saison ist damit noch lange nicht vorbei, da die Jaxx derzeit im Halbfinale stehen.

Schnell fiel auf, dass sich die Arbeit von Spielern, Trainern und Betreuern schon nach den kurzen zwei Jahren beginnt, auszuzahlen. Die Jackrabbits sind bereit, einen weiteren Schritt zu wagen und aufzusteigen. Wenn dies gelingt, stehen im nächsten Jahr noch größere und stärkere Gegner vor den Jaxx.

Trotz des Halbfinals stehen die Buxtehuder schon in den Vorbereitungen auf die nächste Saison und brauchen weitere Unterstützung in Form von Spielern und Helfern.

Wenn auch du ein Teil der Jaxx Familie werden willst, kontaktiere uns über Facebook, Instagram oder nutze die Kontaktdaten auf unserer Homepage.

Cheerleaders suchen Verstärkung!

Anfang 2019 haben sich im BSV innerhalb der Sparte „American Football“ die Jackbunnys Cheerleader gegründet. Ihr Hauptaugenmerk liegt auf der Unterstützung der Footballer an der Seitenlinie, wozu sie Tänze, Stunts (wie zum Beispiel Pyramiden) und Tumbling (Elemente des Bodenturnens) trainieren. Im Laufe der Football-Saison sind bereits einige Male auf dem Feld unter Beweis stellen. Das Team besteht aus Frauen ab 16 Jahren, aber auch männliche Mitglieder werden gesucht. Schau doch mal vorbei!



Flag-Football: Der Ballträger erzielt hier einen Raumgewinn.



Die Jackbunnys beim Anfeuern! Trainiert wird Mittwoch und Freitag jeweils 19.30 bis 21.30 Uhr in der Rotkäppchen-Schule.

BSV VON 1962 LEIBENBERG SPORTEIN INFOBOX American Football

Größe: 107 Mitglieder

Abteilungsleiter:

Alexander Kliem (Stellvertreter)

Telefon: (0152) 08981037

Ansprechpartner Flag-Football:

Lisa Osterloh, Telefon: (0173) 6159822

Ansprechpartnerin Cheerleader:

Johanna Wirbeleit,
cheerlaeding@jackrabbits.de

Wo kann ich reinschnuppern

Interessierte sind beim Training willkommen!

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?

Heimspiele werden auf unserem Homefield beim Jahnstadion ausgetragen.

Weitere Infos im Internet:

www.jackrabbits.de

TRAININGSZEITEN TACKLE-HERREN + JUGEND WINTER (NOVEMBER- MÄRZ)

Mi	20.00 – 21.45 Uhr	Sporthalle SZ Süd (Berliner Straße 127)
Fr	20.00 – 21.45 Uhr	Sporthalle der BBS (Konopkastraße 7)

TRAININGSZEITEN FLAG-JUGEND WINTER (November – März)

Di	17.30 – 19.00 Uhr	Neue Sporthalle Halepaghen-Schule
Fr	16.00 – 17.30 Uhr	Gymnastikhalle Halepaghen-Schule

TRAININGSZEITEN CHEERLEADING

Mi	19.30 – 21.30 Uhr	Rotkäppchen
Fr	19.30 – 21.30 Uhr	Rotkäppchen



Mehr Infos auf:
keimling.de

35 Jahre Leidenschaft für Naturkost



FIT MIT VEGAN- & ROHKOST

Keimling Naturkost GmbH, Zum Fruchthof 7a, 21614 Buxtehude, www.keimling.de

FITNESSLOFT

FITNESS NEU ERLEBEN



EIN STARKES TEAM!

**FITNESSLOFT BUXTEHUDE
und der
BUXTEHUDER SV**

**Jetzt zum exklusiven
Vereinsvorteil trainieren!**

Rudolf-Diesel-Straße 12 • 21614 Buxtehude
☎ 04161 9939838 • www.FITNESSLOFT.de

Auf dieser Seite: Angebote mit Verordnung (KV 56) oder für Selbstzahler

Reha-Kurse auf einen Blick

„Orthopädie“ REHA

Es ist sinnvoll, nach krankengymnastischer bzw. physiotherapeutischer Behandlung den bisherigen Behandlungserfolg durch gezieltes Training zu stabilisieren und auszubauen. Hierfür eignet sich der Rehabilitationssport „Orthopädie“. Durch gezieltes Training wird eine Stärkung der Muskulatur erreicht und die Koordination und Flexibilität verbessert. Das regelmäßige Training in der Gruppe stärkt das Selbstvertrauen und vermittelt eine positive Lebenseinstellung.

In folgenden REHA – Kursen sind noch freie Plätze vorhanden. (Eventuell sind auch in anderen Kursen Plätze frei. Weitere Infos bekommen Sie in der BSV-Geschäftsstelle).

NIEDRIGES LEVEL:

Kurs-Nr. 5006 mit Birgit Witt
Mittwoch 12 bis 13 Uhr

Kurs-Nr. 5008 mit Maïke Schiffer
Freitag 10.30 bis 11.30 Uhr



NORMALES LEVEL:

Kurs-Nr. 5014 mit Birgit Witt
Montag 17 bis 18 Uhr

Kurs-Nr. 5003 mit Maïke Schiffer
Donnerstag 11 bis 12 Uhr

Kurs-Nr. 5008 mit Maïke Schiffer
Freitag 11.30 bis 12.30 Uhr



Mitzubringen sind:

bequeme Kleidung, Wolldecke, Kissen

Rehasport-Wassergymnastik

(Lehrschwimmbad Neukloster/Estebad Kayser)

Ziel ist es, Menschen mit dem nassen Element vertraut zu machen, Spaß, Freude, Bewegung im Wasser zu vermitteln. Die sanfte Kraft des warmen Wassers lässt sich gezielt für das physische und psychische Wohlbefinden des Körpers einsetzen. Durch das Training wird eine Entlastung der Gelenke, eine Kräftigung der Muskulatur und eine Verbesserung der Durchblutung erreicht. Gleichzeitig wird die Beweglichkeit und Kondition geschult.

Montag 14 Uhr mit Alina Pein
Lehrschwimmbaden Neukloster

Montag 14 + 15 + 16 Uhr mit Lisa Beyer
Estebad Kayser

Mittwoch 18 Uhr mit Lisa Beyer
Lehrschwimmbaden Neukloster

Hinweis: bitte in der Geschäftsstelle nachfragen, da die Gruppen z. Zt. voll sind.



Bei entsprechender Verordnung (KV 56) können die Krankenkassen die Kosten übernehmen.

Hierfür ist eine entsprechende Indikation und regelmäßige Teilnahme erforderlich.

Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

In den REHA-Gruppen können Sie auch als Selbstzahler teilnehmen.

Weitere Infos zu den Kosten erhalten Sie in der BSV Geschäftsstelle.

NEU! OrthoFit und RückenFit

Die Kurse OrthoFit und RückenFit sind vor allem für Teilnehmer, die im Verein, im Spielbetrieb oder allgemein im ambitionierteren Breitensport aktiv sind und verletzt waren oder sind bzw. einfache Probleme mit Schulter-Rücken-Knie haben. Das Level ist höher als in unseren „normalen“ Orthopädiegruppen und es kann natürlich auch jeder als Selbstzahler an den Kursen teilnehmen.

Kurs-Nr. 5015 mit Alexander Mirkens
Dienstag 18 bis 19 Uhr

Kurs-Nr. 5016 mit Alexander Mirkens
Dienstag 19 bis 20 Uhr



Sport bei Diabetes

Ganzheitliche Therapie, um die Insulinempfindlichkeit zu verbessern, Übergewicht abzubauen und Bluthochdruck entgegen zu wirken. Teilnahme auch mit einer Rehasport-Verordnung möglich.

Kurs-Nr. 5005 mit Maïke Schiffer

Donnerstag 12 bis 13 Uhr

Einstieg jederzeit möglich!



Osteoporose-Rehabilitation

Ziele der sportlichen Übungen sind das Aufhalten der Osteoporose, Geweberegeneration, Schmerzlinderung und Durchblutungsförderung, Verbesserung der Funktion des Bewegungsapparates. Durchgeführt werden Koordinationsübungen, Übungen zur Kräftigung der Muskulatur, Alltagsübungen, Ausdauerübungen, Reaktionsfähigkeit und Gleichgewichtsübungen. Teilnehmer der Gruppen sind Mitglieder des Sportvereins und Teilnehmer mit ärztlicher Verordnung nach Genehmigung der Krankenkassen.

mit Patricia Klindworth

Mittwoch 9 bis 10 Uhr

BSV CitySport

Für Mitglieder mit Zusatzbeitrag € 3

Hinweis: bitte in der Geschäftsstelle nachfragen, da die Gruppe z. Zt. voll ist.



Fit Kids

Ganzheitliche Entwicklungsförderung für Vor- und Grundschulkin-

der mit Andrea Scheffer

• Kleine Gruppen

(max. 10 Kinder)

• Speziell ausgebildete Trainerin

• Ansätze der Psychomotorik

• Stärkung des Selbstvertrauens

• Schulung der Ausdauer, Haltung, Koordination und Wahrnehmung

• Erlebnisorientiertes Turnen

Infos gibt es bei Andrea Scheffer, Tel. (04161) 75 95 59



Sport bei Krebs

Da der Körper ebenso wie die Seele Stärkung nach dieser Odyssee benötigt, beginnt man mit einem Training, welches alle Aspekte anspricht. Es ist nachgewiesen, dass ein leichtes Training einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden und die körperliche Rehabilitation bei Krebspatienten hat. Regelmäßiges Training vermeidet Muskel- und Sehnenverletzungen, fördert die Beweglichkeit, verbessert oder beugt Lymphödemen vor, stärkt das Immunsystem, stimuliert das Herz- Kreislaufsystem.

Kurs-Nr. 5006 mit Maïke Schiffer

Mittwoch 11 bis 12 Uhr

Einstieg jederzeit möglich!



Lungensport

Spezielle Sport- und Bewegungstherapie für Menschen mit COPD oder Asthma, die sich der jeweiligen Leistungsfähigkeit anpasst. An unserer Lungensportgruppe können Sie auch mit einer Verordnung vom Arzt teilnehmen.

Kurs-Nr. 5011 mit Birgit Witt

Montag 14.30 bis 15.30 Uhr

Kurs-Nr. 5001 mit Maïke Schiffer

Montag 14.30 bis 15.30 Uhr

Kurs-Nr. 5007 mit Maïke Schiffer

Freitag 12.30 bis 13.30 Uhr

Hinweis: bitte in der Geschäftsstelle nachfragen, da die Gruppen z. Zt. voll sind.

Freie Plätze noch in folgender Gruppe:

Kurs-Nr. 5212 mit Maïke Schiffer

Dienstag 13 bis 14 Uhr



Auf dieser Seite: Kostenpflichtige Angebote für Mitglieder und Nicht-Mitglieder

Mehr Kurse für Ihre Gesundheit



Rückengymnastik mit Patricia Klindworth.

Pilates

Kurs-Nr. 3002 mit Birgit Noack
Donnerstag 18 bis 19 Uhr
oder 19 bis 20 Uhr

Bitte fragen Sie in der Geschäftsstelle nach freien Plätzen



Starker/Entspannter Rücken

Das Kursangebot Starker Rücken beinhaltet neben Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen Hinweise zu rückengerechtem Alltagsverhalten, sowie verschiedene Entspannungstechniken im Sinne von „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Kurs-Nr. 1415 mit Birgit Witt
Montag 18 bis 19 Uhr
Dauer: 7. Oktober bis 16. Dezember 2019
Preis: € 96,50 (Mitglieder € 33)

Kurs-Nr. 1115 mit Birgit Witt
Montag 18 bis 19 Uhr

Dauer: 6. Januar bis 30. März 2020
Preis: € 59,50 (Mitglieder € 24)

Bitte fragen Sie in der Geschäftsstelle nach, ob es noch freie Plätze gibt!

XXL-Fitness mit Spaß

Sport auch für Personen, bei denen die Waage nicht das Wunschgewicht anzeigt. Du möchtest sportlich aktiv sein, aber du denkst, dein Übergewicht hindert dich daran? Du bist schnell aus der Puste? Das ändern wir! Funktionelle Übungen und Kräftigung und Stärkung des Körpers, sowie Förderung der Koordination und der Ausdauer. Das Ganze im gut gelaunten Kreis von Gleichgesinnten (inklusive Übungsleiter).

Kurs-Nr. 3223 mit Sven Abraham
Freitag 20 bis 21.30 Uhr
Dauer: 6. September bis 6. Dezember 2019
Preis: € 85 (Mitglieder € 30)

Kurs-Nr. 3123 mit Sven Abraham
Freitag 20 bis 21.30 Uhr
Dauer: 10. Januar bis 13. März 2020
Preis: € 85 (Mitglieder € 30)



Aroha

Ist ein effektives Ganzkörpertraining im ¼ Takt. Inspiriert vom Tai Chi, Kung Fu und dem Haka-Kriegstanz der Maori ist dies ein Kurs, an dem jede(r) ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter teilnehmen kann. Hier wird Stress abgebaut und der Seele ein Wohlbefinden bereitet.

Kurs-Nr. 3403 mit Anja Nöhmer
Mittwoch 20 bis 21.15 Uhr
Dauer: 23. Oktober bis 18. Dezember 2019
Preis: € 76,50 (Mitglieder € 27)

Kurs-Nr. 3103 mit Anja Nöhmer
Mittwoch 20 bis 21.15 Uhr
Dauer: 8. Januar bis 25. März 2020
Preis: € 102 (Mitglieder € 36)

Kurs-Nr. 3203 mit Anja Nöhmer
Mittwoch 20 bis 21.15 Uhr
Dauer: 22. April bis 15. Juli 2020 (ohne 20.05.20)
Preis: € 102 (Mitglieder € 36)



Fit nach der Geburt (Outdoor)

Durch das gemeinsame Training mit Kind im Kinderwagen an der frischen Luft wieder fit werden. Zum Inhalt gehören ein Warm-Up, Kräftigungsübungen, ein Ausdaueranteil und das Cool-Down. Besonders die Beckenboden- und Bauchmuskulatur, der Rücken und die Schultern, sowie das Gesäß und die Beine stehen im Fokus der Übungen.

Kurs-Nr. 3126 mit Alina Pein
Donnerstag 10.30 bis 11.30 Uhr
Dauer: ab dem 16. April 2020

Achtung: genauere Infos folgen Anfang 2020



Mama fit – Baby mit

Ein Kurs für Mütter, die auch mit Baby (max. 1 Jahr alt) gerne wieder Sport machen möchten.

- Ganzkörpertraining für die Mamas
- Erholung, spielen und teilweise auch Übungen für und mit den Babies

- Optimal auf die Bedürfnisse junger Mütter abgestimmt
- Im Anschluss an die Rückbildung
- Der ideale Einstieg in das Fitnessstraining

Kurs-Nr. 3410 mit Alina Pein
Donnerstag 9 bis 10 Uhr
Dauer: 7. November bis 19. Dezember 2019
Preis: € 59,50 (Mitglieder € 21)

Kurs-Nr. 3110 mit Alina Pein
Donnerstag 9 bis 10 Uhr
Dauer: 9. Januar bis 26. März 2020
Preis: € 102 (Mitglieder € 36)



Yoga – Kooperation mit dem Yogazentrum Buxtehude

Mit Yoga geben Sie Ihrem Körper als Ganzes und seinen Körperteilen im Einzelnen ein harmonisches Training, bei dem Sie fokussiert das gesamte physische Bewegungspotenzial ausschöpfen. Dabei verbinden Sie jede Bewegung Ihres Körpers mit dem Fluss Ihres Atems und bekommen Atemzug für Atemzug ein tieferes Gefühl und eine bewusster Wahrnehmung für Ihren Körper. So können Sie in jeder Yogastunde „etwas Gutes für Ihren Körper tun“, währenddessen sich auf sich selbst besinnen und körperlich wie geistig entspannen.

Zu unseren Kooperationspartnern gehört das Yogazentrum Buxtehude. Sie haben dort die Möglichkeit an einer Vielzahl von Angeboten auszuwählen und so genau das richtige für Sie zu finden. Das Yogazentrum Buxtehude bietet Ihnen zu allen wichtigen Tageszeiten entsprechende Angebote, so dass Sie selbstbestimmt Ihre Yogatermine planen können. Eine detaillierte Übersicht finden Sie im Anhang und auf <http://yogazentrum-buxtehude.de>. Mitglieder des BSV erhalten auf alle Kurs-Tarife 40% Rabatt, eine Kostenerstattung der Krankenkassen ist möglich!

BSV VON 1862 INFORMATIONSSPOT Gesundheitssport

Größe: 211 Mitglieder
Abteilungsleiterin: Patricia Klindworth
E-Mail: patricia.klindworth@web.de
Weitere Infos:
www.bsv-buxtehude.de
und unter 0 41 61-34 82



Das Qualitätssiegel „Sport der Gesundheit“ von DTB und Bundesärztekammer legt einen einheitlichen Qualitätsstandard für gesundheitsfördernde Angebote in den Sportvereinen fest.



Der BSV ist für seine Sportangebote zur Gesundheitsförderung mehrfach vom Deutschen Turnverband (DTB) mit dem Gütesiegel „Pluspunkt Gesundheit“ ausgezeichnet worden.

Inzwischen gibt es neun Gruppen mit unterschiedlichem Leistungsniveau

Über 200 Aktive beim Herzsport!

Die Herzsport-Abteilung des Buxtehuder SV erlebt weiterhin einen starken Zulauf von neuen Mitgliedern. Mit Stand September 2019 nehmen über 200 Herzsportler am Herzsport teil.

Schon 2018 wurde eine neue zusätzliche Herzsport-Gruppe gegründet. Somit nehmen inzwischen neun Herzsport-Gruppen am Herzsport teil.

Ein herzlicher Dank geht an betreuende Ärzte: Frau Dr. Massold, Dr. Schlag, Dr. Beckmann, Dr. Bravos, Dr. Hornung, Dr. Klapp, Dr. Lippitz, Dr. Wiemann.

Wir begrüßen eine neue Ärztin in unserem Team: Frau Dr. Massold begleitet ab sofort den BSV-Herzsport.

Unsere Übungsleiter/innen:

Sven Abraham, Birgit Noack, Anja Nöhmer, Nadine Tolasch, Martine Moritz, Andrea Scheffer, Samira Ritt-hoff, Birgit Witt, Kerstin Niemeyer, Maike Schiffer, Ina Oltmanns, Heike Fetz, Sven Niebergall, Alexander Mirkens, Maren Sommerfeld.

Der Herzsport findet jeden Samstag

von 9 bis 11 Uhr unter ärztlicher Begleitung mit lizenzierten Übungsleitern/innen in den Hallen der Halepaghen-Schule in Buxtehude (Konopkastraße) statt. Es gibt zurzeit innerhalb der Abteilung neun Herzsport-Gruppen mit unterschiedlichem Leistungsniveau.

Teilnehmen können alle, die eine Erkrankung des Herzens haben nach ärztlicher Verordnung oder als BSV-Mitglied. Aus Sicherheitsgründen stehen neben einem Arzt beim Herzsport stets ein Defibrillator, ein Arzt-Notfallkoffer und ein Medikamenten-Koffer bereit.



Auch bei kalten Temperaturen machen die Herzsportler ihre Übungen am liebsten an der frischen Luft. Bei wirklich schlechtem Wetter stehen die dann die Sporthallen der Halepaghen-Schule bereit.

INFOBOX
Herzsport

Größe: 53 Mitglieder

Abteilungsleiterin: Andrea Scheffer

Telefon: (04161) 3482 (BSV-GS)

E-Mail: andrea.scheffer@bsv-buxtehude.de

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

Samstag, 09.11.19: Mehr Beweglichkeit dank Faszientraining

Kannst Du noch beim Stand deine Füße berühren? Einseitige körperliche Belastungen und psychischer Stress sind oft Gründe dafür, dass Deine Hände nur noch zum Knie reichen. Daher zielen wir in dieser Stunde auf das Lösen dieser Verspannungen und das Aufdehnen der betroffenen Bereiche, sowie auf ein Entfliehen des Alltagsstresses ab.

Samstag, 07.12.19: Alltagsstress adieu – stressfrei durch Sport

Ständiges Denken an den nächsten Termin? Im Alltag prasseln immer

Neu! Workshops mit Maleen Gerkens

Tipp: Wer zwei Workshops bucht, bekommt einen dritten gratis!

mehr Dinge gleichzeitig auf uns ein. Sport ist daher umso wichtiger um Stress abzubauen und einen Ausgleich zu schaffen. In diesem Workshop erfährst Du sportliche Methoden um mit Stress positiv umzugehen.

Samstag, 04.01.20: Fit durchs Jahr – Sport nicht nur für die Vorsätze

Hast Du dir wieder mal vorgenommen, deine sportliche Aktivität zu steigern? Hier erhältst du Motivation und Tipps, um dein Vorhaben nicht nur am Anfang

des Jahres durchzuziehen, sondern dauerhaft dabei zu bleiben.

Samstag, 01.02.20: Starker Rücken, starker Körper

Mal hier ein Zwickeln oder Ziehen? Unser Rücken ist täglich vielen Lasten ausgesetzt. Sei es im Alltag oder beruflich. Zusammen machen wir deinen Rücken STARK. Damit dieser Workshop für dich auch nachhaltig ist, erarbeiten wir Übungen, die Du auch Zuhause durchführen kannst.

Samstag, 07.03.20: BodyComplete

Hier geht's zur Sache! Lasst uns gemeinsam schwitzen. Den letzten Weihnachtsnaschereien sagen wir den Kampf an. Mit Ganzkörpertraining erleben wir ein wunderbares Herzkreislauf- und Muskelaufbau-Training. Perfekte Kombi für deine Fitness.

Alle Workshops jeweils 9 bis 10 Uhr im BSV CitySport
Nicht-Mitglieder: € 10 je Workshop
Mitglieder: € 5 je Workshop
Anmeldung und weitere Infos:
BSV-Geschäftsstelle,
Telefon: (04161) 34 82
E-Mail: info@bsv-buxtehude.de

Wir wünschen der Handball-Bundesliga eine erfolgreiche Saison!



B K S

Binnenschiffahrtskontor
Sommerfeld

In Buxtehude
seit 1991



Die Sport-Stars
von morgen
unterstützen?

Natürlich mit uns.

Jetzt BSV-Tarif abschließen und profitieren:

- ▶ 1 kWh Strom bzw. 5 kWh Gas geschenkt pro gewonnenem BSV-Ligaspiel
- ▶ Verlosung von 2 x 2 VIP-Karten je Liga-Heimspiel
- ▶ 1 x pro Saison: Verlosung von Handball und Trikot mit Unterschriften der BSV-Damen



Bonus: 1 Euro je Kunde und gewonnenem Ligaspiel gehen von den Stadtwerken direkt an die BSV-Jugendförderung.

Weitere Infos finden Sie unter:
www.stadtwerke-buxtehude.de



STADTWERKE
BUXTEHUDE



Lebensglück durch Triathlon

Dem Volksmund nach schreibt das Leben die schönsten Geschichten. Auch in dieser Saison gab es wieder große Höhepunkte im Triathlon Team Buxtehude. Exemplarisch erzählen hier zwei Teammitglieder – Peter Uhl und Axel Kreusemann – Ihre Geschichten und vermitteln einen Eindruck von Ihrem Erlebten.

Peter Uhl: Das beste zum Schluss!

Peter Uhl begann erst im Alter von 44 Jahren mit dem Triathlon und hat seitdem an unzähligen Wettkämpfen teilgenommen. In dieser Zeit konnte er in seiner Altersklasse viele Erfolge erzielen, darunter auch die Teilnahme am legendären Ironman Hawaii.

„Als ich 2004 auf Wunsch meiner Frau mit Fitness-Training begann, hätte weder sie noch ich im Entferntesten geahnt, wie das alles einmal enden würde. Im Jahre 2006 hatte ich meinen ersten Triathlon – ein privat organisierter Wettkampf über die Sprintdistanz – absolviert und mich dabei dann von diesem Sport infizieren lassen. Im selben Jahr bin ich dann in den BSV eingetreten und trainiere seitdem im Verein.“

Nach erfolgreichen Wettkämpfen über die Mitteldistanz in 2018 mit dem 5. Platz bei der EM und 9. Platz bei der WM war klar, dass diese Wettkampfstrecke über 1,9 km Schwimmen, 90 km Rad und 21,1 km Laufen (Halbmarathon) mir besonders liegt. So wollte ich auch in 2019 meinen Schwerpunkt auf diese Distanz legen.

Die Saison begann nach einigen kürzeren Vorbereitungs-Wettkämpfen erneut mit einem Start bei der EM in Dänemark. Hier konnte ich den 2. Platz erringen und bekam damit auch zum zweiten Mal die Möglichkeit, an der WM teilzunehmen.

Der Austragungsort für die WM über die Mitteldistanz wechselt jedes Jahr den Kontinent. Nach Afrika im letzten Jahr war nun Europa mit Nizza an der Reihe. 2020 wird die WM dann in Neuseeland ausgetragen – dieses Ziel stand schon immer ganz weit oben auf der persönlichen Reiseliste von meiner Frau und mir.

Insofern war die Teilnahme an der

WM 2020 ein Fernziel. Da die EM nun so gut für mich gelaufen war und ich mich in Topform befand, wollte ich einen der ersten Qualifikationswettkämpfe für 2020 nutzen, um noch im laufenden Jahr einen der begehrten Startplätze zu erringen. So kam es dann Anfang August zum Start beim Qualifikations-Wettkampf in Gdynia (Polen). Hier gab es insgesamt 40 Startplätze – für meine Altersklasse war nur ein WM-Startplatz vorgesehen.

Glücklicherweise konnte ich im Wettkampf insbesondere beim Radfahren und Laufen meine gute Form bestätigen und die Altersklasse gewinnen. Damit war das Ticket für den WM-Start am Lake Taupo in Neuseeland gelöst.

Vier Wochen später stand dann das Saison-Highlight mit der Teilnahme an der WM in Nizza an. Dieser Wettkampf war schon vom Papier her ein ganz anderes Kaliber. Schwimmen im Mittelmeer ohne Neoprenanzug, eine alpine Radstrecke mit 1.400 Höhenmetern und ein Halbmarathon in der Mittagshitze auf der Promenade!

Aufgrund des Austragungsortes waren Anzahl der Starter und Qualität der Athleten erwartungsgemäß deutlich höher als 2018 in Südafrika. Insofern brauchte ich mir keine Hoffnungen über eine gute Platzierung zu machen und konnte das internationale Flair mit Startern aus 120 Nationen genießen.

Um 7 Uhr begannen die Starts der Profis und kurz

danach wurden in getrennten Zeitfenstern die Altersklassen ins Rennen geschickt. Um 8.18 Uhr war die AK 55 mit über 260 Startern an der Reihe. Das Schwimmen, der Wechsel aufs Rad und die ersten zehn eher flachen Radkilometer verliefen planmäßig.

Danach ging es in die französischen Seealpen. Den Auftakt machten zwei Steigungen mit bis zu 18%, dicht gefolgt vom Aufstieg zum Col de Vence, ein etwa 7 km langer Anstieg mit fast 600 Metern Höhenunterschied. Nach einer kurzen Abfahrt erfolgte der zweite grö-

ßere Anstieg und danach ging es mit vielen Kurven und Serpentinaen technisch anspruchsvoll wieder zurück nach Nizza. Die hohe Belastung, die Wärme und der damit verbundene Flüssigkeits- und Salzverlust führten zu Krämpfen, die ich aber durch Dehnen und Salzaufnahme in den Griff bekam.

Der Wechsel vom Rad zum Laufen verlief sehr zügig und unproblematisch. Die Laufstrecke führte von der Altstadt Nizzas entlang der Mittelmeer-Promenade bis zum etwa 5 km entfernten Flughafen. Diese Runde musste ich zweimal laufen und durfte dann in den Zielkanal einbiegen.

Während auf der Radstrecke nur in den kleinen Dörfern einige wenige Zuschauer waren, säumten hier an der Promenade viele Menschen die gesamte Laufstrecke. Insbesondere die Athleten, die mit sich zu kämpfen hatten, wurden frenetisch angefeuert und motiviert. Bei den hohen Temperaturen war es ein Segen, dass etwa alle 1,5 km Wasser, Isogetränke, Cola und Nahrung ausgegeben wurden.

Glücklicherweise konnte ich trotz der hohen Vorbelastung vom Rad noch gut und flüssig laufen und den 66. Platz von 237 Athleten erzielen. Nun werde ich mich im September von der Wettkampfsaison erholen und im Spätherbst wieder in das Training für die Saison 2020 mit dem Höhepunkt der Teilnahme an der WM am 29.11.2020 in Lake Taupo, Neuseeland einsteigen.



Glücklicher Peter Uhl im Ziel bei der WM in Nizza – das nächste große Ziel heißt Neuseeland 2020!

65 Stader und Buxtehuder unterstützen Aktive beim Ironman in Hamburg:

Auch helfen macht Spaß!

Axel Kreusemann ist seit vier Jahren leidenschaftlicher Triathlet und startet an bis zu sechs Wettkämpfen pro Saison, wobei Spaß an der Freude im Vordergrund steht. Ein besonderes Highlight muss immer dabei sein. In dieser Saison startete er unter anderem beim Bonner Triathlon, bei dem die Athleten von einer Fähre auf die 3,8km lange Schwimmstrecke im Rhein geschickt wurden. Aber auch als Helfer für den Ironman Hamburg ist er aktiv und hat unter der Gesamtorganisation des VfL Stade das Helferteam aus Buxtehude koordiniert.

„Wir haben dieses Jahr zum zweiten Mal gemeinsam mit dem Team vom VfL Stade den Verpflegungsstand beim Marathon auf dem Jungfernstieg betreut. Bestes Wetter für die Helferinnen und Helfer, nicht ganz so heiß wie im letzten Jahr für die Athletinnen und Athleten, tolle Atmosphäre, fantastische Kulisse, super Laune und ganz nah dran an den Läuferinnen und Läufern – mehr geht nicht.“

In drei Schichten haben über 30 Mitglieder (und auch einige Nichtmitglieder) unserer Triathlon-Abteilung den



Axel Kreusemann organisierte den Einsatz der freiwilligen Helfer aus Stade und Buxtehude beim Ironman in Hamburg auf dem Jungfernstieg.



Stand betreut. Gemeinsam mit den Stadern waren ca. 65 Helferinnen und Helfer im Einsatz.

Die Frühschicht mit Aufbau des Standes, die Mittagsschicht mit der Hauptanzahl der Athletinnen und Athleten, die beinahe im Sekundentakt ihre Verpflegung gereicht bekamen und die Spätschicht mit Abbau. Jede Schicht hat ihren Reiz, und man kann nicht sagen, welche am meisten Spaß bringt. Einige von uns sind erst beim Silbersee Triathlon in Stuhr gestartet und haben dann noch in Hamburg ausgeholfen, also Doppelschicht!

Alle waren rundum zufrieden. Das große Lob vom Veranstalter und das

positive Feedback vieler Athleten haben uns in unserer Arbeit bestätigt. Für uns alle steht schon fest, dass wir im nächsten Jahr wieder dabei sein werden.“

Vielfältige Angebote

Wer Teil dieses Teamgeistes werden will und den Triathlon Sport kennenlernen möchte, ist herzlich dazu eingeladen. Die Triathlon-Sparte des Buxtehuder Sportvereins bietet Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ein breites Angebot an Trainingszeiten zum Schwimmen, Radfahren, Laufen und zum Athletiktraining. Vertreten sind die

Buxtehuder Triathleten gleich in mehreren Ligen, der Schülerserie Nord, der Verbands- sowie der Landes- und Regionalliga. Da erfahrungsgemäß viele Triathlon Anfänger Schwierigkeiten mit dem Kraulschwimmen haben, bietet die Triathlon Sparte des BSV in den Wintermonaten spezielle Kraullernkurse im Aquarella an. Interessierte sind herzlich eingeladen, freitagabends zum Probetraining ins Aquarella zu kommen. Die genauen Trainingszeiten für Erwachsene und Kinder entnehmen Sie bitte unserer Webseite im Internet unter

www.triathlon-buxtehude.de

BSU **INFOBOX**
von 1962 **Triathlon**

Größe: 251 Mitglieder
Abteilungsleiter: Olaf Voß
Telefon: (04161) 74 95 00
E-Mail: triathlon@bsv-buxtehude.de
Wo kann ich mal reinschnuppern?
 Interessierte können gerne freitagabends zum Probetraining ins Aquarella kommen (Trainingszeiten stehen im Internet).
Weitere Infos im Internet:
www.triathlon-buxtehude.de

Bei uns bleiben keine Wünsche offen!



Am Pfingstmarkt • 21614 Buxtehude-Neukloster • Tel.: 0 41 61 / 78 953 • www.party-service-hoef.de



Hanna Lawes beim Sprungwurf,
im Hintergrund Carl Wipper.



Am 7. Dezember lädt der BSV-Handball wieder ein in der Halle Nord:

Schuppertag für Anfänger!

Am Samstag, 7. Dezember ist mal wieder Highlife in der Halle Nord – dann laden die BSV-Handballer alle Kinder von 6 bis 10 Jahren wieder zum traditionellen „Schnuppertag“ ein. Das Spielfest ist eine ideale Gelegenheit für alle Jungen und Mädchen, den Handball-Sport für sich zu entdecken.

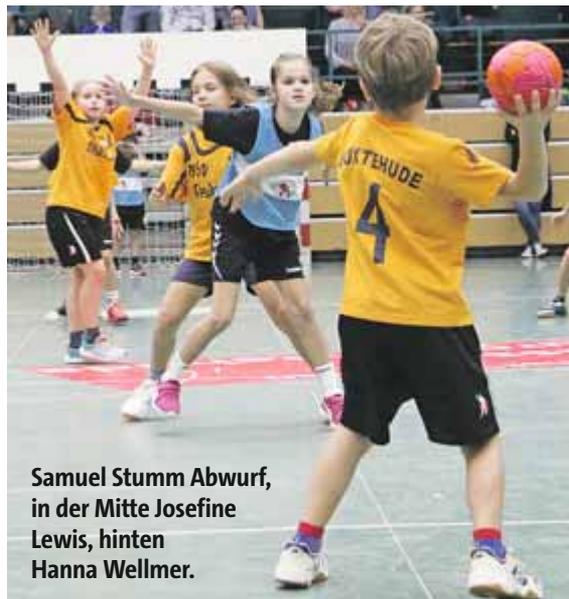
In den Wochen vor dem Spielfest besuchen BSV-Handball-Trainer traditionell alle 1., 2. und 3. Klassen im Sportunterricht und spielen dort schon mal ein bisschen Handball.

Beim Schnuppertag können die Kinder dann ihren Eltern zeigen, was sie im Sportunterricht

alles gemacht haben. Es werden verschiedene Stationen aufgebaut, beim Zielwerfen kann jeder seine Treffsicherheit unter Beweis stellen und ein Geschwindigkeitsmessgerät misst die Wurfstärke! Natürlich wird auch gemeinsam Handball gespielt.

Wer zwischendurch mal eine Pause braucht, kann sich in der Mal-Ecke ausruhen oder sich am Büffet stärken. Für die Eltern steht natürlich immer frischer Kaffee bereit.

**Schnuppertag am 7. Dezember:
10 Uhr bis 12 Uhr
in der Halle Nord, (Zufahrt
Kurt-Schumacher-Straße).**



Samuel Stumm Abwurf,
in der Mitte Josefine
Lewis, hinten
Hanna Wellmer.



INFOBOX
Handball

Größe: 491 Mitglieder

Geschäftsstelle: BSV-Shop, Viverstraße 2,
Tel. (04161) 99 461-0

Abteilungsleiter: Peter Prior

Telefon: (0171) 83 84 892

E-Mail: info@bsv-live.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Selbstverständlich in allen Gruppen.
Mehr Infos unter (04161) 99 461-0

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?
z. B. Bundesliga-Heimspiele

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-live.de

Top-Sport live (wie) im Fernsehen

• Jedes Handball-Bundesliga-Spiel der Frauen wird live übertragen • Auch 2. Liga Männer • Alles gratis

www.sportdeutschland.tv

Diese Web-Site ist ein Muss für alle Sportfreunde, vor allem für Handball-Fans! Hier wird jedes Spiel der 1. Bundesliga Frauen live übertragen. Und man kann sich jedes Spiel auch später noch (On Demand*) anschauen.

Dazu gibt auch Zusammenschnitte mit den Highlights einzelner Spiele oder besondere Tore. Auf sportdeutschland.tv gibt es auch alle Spiele der 2. Bundesliga-Männer (z. B. mit HSV Handball).

Während im TV immer mehr Fußball

zu sehen ist, gibt es auf „sportdeutschland.tv“ viele olympische Sportarten – live und on demand! Etwa Hockey, Volleyball, Basketball, Tischtennis und eben ganz viel Handball! Wer nur Handball sehen will, der sucht gleich auf „www.handball-deutschland.tv“.

Bereits in der dritten Saison werden alle Spiele der 1. Bundesliga Frauen live im Internet übertragen. Das bedeutet: Die Fans sind – bequem im eigenen Wohnzimmer oder wo auch immer – selbst bei allen Auswärtsspielen ihrer Mannschaft live dabei!



SPORTDEUTSCHLAND.TV



Beim großen Mini-Spielfest Ende September war mal wieder mächtig was los in der Halle Nord, insgesamt 13 Mannschaften aus sieben verschiedenen Vereinen waren am Start. Der Ablauf ist ähnlich wie beim Schnuppertag. Im Foto links spielt Samir Schewetzky den Ball gerade zu Mika Olivier. Im Bild rechts jagen (von links) Mika Olivier, Bjarne Kühnel und Tamme Ohm dem Ball hinterher.



Du willst auch Handball spielen?



Samir Schewetzky spielt den Ball gleich zu Linus Griep.

Hier sind Anfänger herzlich willkommen!

GRUPPE	JAHRGÄNGE	TAG	UHRZEIT	SPORTHALLE
Little Buxis	2013 bis 2015	Freitag	15.00 bis 16.15 Uhr	Rotkäppchen-Schule
Minis weibl.	2011 und 2012	Montag	15.30 bis 16.45 Uhr	Rotkäppchen-Schule
wE-Jugend	2009 und 2010	Montag	16.45 bis 18.00 Uhr	Rotkäppchen-Schule
		Mittwoch	16.00 bis 18.00 Uhr	Halle Nord
Minis männl.	2011 und 2012	Donnerstag	16.00 bis 17.30 Uhr	Halle Nord 4
mE-Jugend	2009 und 2010	Dienstag	15.30 bis 16.45 Uhr	Rotkäppchen-Schule
		Freitag	16.15 bis 18.30 Uhr	Rotkäppchen-Schule

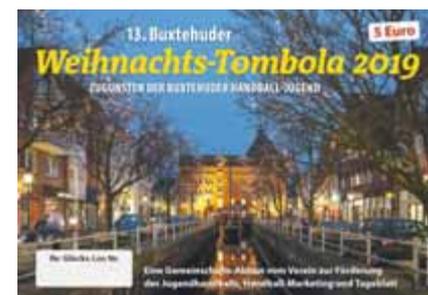
Weihnachts-Tombola 2019

Am 10. November startet die 13. Buxtehuder Weihnachts-Tombola zugunsten der BSV-Handball-Jugend! Es gibt wieder rund 600 tolle Preise zu gewinnen!

Die Lose kosten wie immer 5 Euro und sind an folgenden Vorverkaufsstellen erhältlich: BSV-Shop Viverstraße 2, Sparkasse Harburg Buxtehude (Bahnhofstraße und Hauptstraße), bei Marktkauf, Stackmann Sport & Fitness sowie bei Pröhl Tabak & Whisky in der Langen Straße.

Die Auslosung der Gewinn-Nummern erfolgt – unter notarieller Aufsicht

– auf der öffentlichen Tombola-Party am 29. Dezember ab 18 Uhr in der Halle Nord (nach dem Bundesliga-Spiel gegen Blomberg-Lippe).



Handball-Ferenschulen

Drei Mal im Jahr veranstaltet der BSV seine beliebten Handball-Camps. Mitmachen können alle Kinder von 8–13 Jahren (Jahrgang 2006–2011), die Lust am Handballspielen haben, mal mit den Bundesliga-Spielerinnen des BSV trainieren und jede Menge Spaß und Action erleben möchten!

Die Kosten für die Teilnahme an der Handball-Ferenschule beträgt 170 Euro. Mitglieder eines Clubs der Sparkasse Harburg-Buxtehude, z.B. Knax-Club, sparen 10 Euro. Und das sind die Termine der nächsten Handball-Ferenschulen in 2020 – präsentiert von dem dm Drogeriemarkt und der Sparkasse

Harburg-Buxtehude:

- Handball-Ferenschule Ostern: Montag, 30. März bis Freitag 3. April 2020
 - Handball-Ferenschule Sommer: Montag, 20. bis Freitag 24. Juli 2020
 - Handball-Ferenschule Herbst: Montag, 12. bis Freitag 16. Oktober 2020
- Mehr Infos und Anmeldung unter www.bsv-live.de

Die Partner der Buxtehuder Handball-Ferenschule



EINE AUSWAHL VON HEIMSPIELEN

Samstag, 26. Oktober 2019:		
16.00	wA-Jugend Oberliga	BSV - HSG Marne/Brunsbüttel
Sonntag, 27. Oktober 2019:		
13.00	wE-Jugend HH-Liga	BSV - HL Buchholz 08/Roseng.
14.00	wD-Jugend HH-Liga	BSV - SG Hamburg-Nord
17.00	mB-Jugend HH-Liga	BSV - HSV/Hamm 02
Samstag, 2. November 2019:		
19.00	wA-Jugend Oberliga	BSV - VfL Bad Schwartau
Samstag, 9. November 2019:		
13.30	wB-Jugend Oberliga	BSV - TSV Nord Harrislee
16.00	2. Frauen 3. Liga	BSV 2 - HG OKT
19.15	1. Männer	BSV - TSV Wandsetal

Sonntag, 10. November 2019:		
11.30	mD-Jugend HH-Liga	BSV - VfL Bad Schwartau
12.30	wE-Jugend HH-Liga	BSV - HT Norderstedt
15.00	BUNDESLIGA	BSV - Neckarsulmer SU
Samstag, 16. November 2019:		
16.00	BUNDESLIGA	BSV - Borussia Dortmund
Sonntag, 17. November 2019:		
12.00	mE-Jugend HH-Liga	BSV - TSC Wellingsbüttel
13.30	mB-Jugend HH-Liga	BSV - Elmshorner HT
15.00	mC-Jugend HH-Liga	BSV - SG Hamburg-Nord
18.00	1. Männer	BSV - THB Hamburg 03 3.

Samstag, 23. November 2019:		
15.00	wD-Jugend HH-Liga	BSV - Rellinger TV
18.00	mA-Jugend HH-Liga	BSV - TuS Esingen
Sonntag, 24. November 2019:		
10.30	mE-Jugend HH-Liga	BSV - AMTV Hamburg
11.30	mD-Jugend HH-Liga	BSV - Walddörfer SV
13.30	wE-Jugend HH-Liga	BSV - AMTV Hamburg
15.00	wB-Jugend Oberliga	BSV - HSG Schü/We/Re
Samstag, 30. November 2019:		
16.00	2. Frauen 3. Liga	BSV 2 - HSG Jörl DE Viöl

Alle Spiele Halle Nord Buxtehude (Zufahrt über Kurt-Schumacher-Straße)

Über die Integration von Kindern und Jugendlichen im BSV-Fußball

Die Geschichte vom schnellen Farshad (13) aus Afghanistan

Liebe Leser,

wir wollen Euch heute einmal einen Spieler aus der Fußball-Jugend genauer vorstellen. Wie Sie schon in einigen vorangegangenen Ausgaben lesen konnten, haben wir in den Mannschaften der Fußball-Kinder eine hohe Diversität, so dass wir an dieser Stelle über viele Kinder aus den verschiedensten Ländern viele Geschichten erzählen könnten. Da in dieser Ausgabe auch das Thema Altstadtlauf 2019 eine besondere Beachtung findet, haben wir uns heute für Farshad entschieden. Zum Altstadtlauf später mehr.

Farshad kam über Freunde im Sommer 2017 zu uns in den Verein. Er wurde im Frühjahr 2006 in Kabul (Afghanistan) geboren und kam zusammen mit seiner Familie nach Deutschland.

Schnell zeigte sich, dass der Fußball für ihn einen besonderen Platz in seinem Leben hatte. Die ersten Wochen bei uns waren für ihn eine große Herausforderung, wie für viele Kinder, wenn sie anfangen Deutsch zu lernen.

Der Sport im Allgemeinen und der Fußball im Speziellen gaben ihm hier einen wichtigen Halt in diesem sehr spannenden Alter. Wenn man ihn heute reden hört, erkennt man in ihm auch aufgrund seines norddeutschen Dialektes einen waschechten Buxtehuder.

Als Farshad in unsere heutige C-Jugend kam, war er unglaublich lebendig. Wie in dem Alter üblich, konnte sein Kopf im Training bei irgendwelchen Flausen sein, oder superkonzentriert beim Training. Vom ersten Tag an zeigte er ein tolles Ballgefühl und sehr viel Interesse an diesem Sport.

Fußball ist auf und neben dem Platz



Gute Schusstechnik: Farshad spielt aktuell in der Fußball-C-Jugend des Buxtehuder SV.

ein wichtiger Teil seines Lebens. Hat man eine Frage zu Ergebnissen und Tabellen der europäischen Fußball-Ligen, hat Farshad immer den aktuellen Stand parat.

Über die Jahre sind wir natürlich als Trainer und Spieler auch mal unterschiedlicher Meinung gewesen, mal mussten wir auch als Trainer disziplinarisch eingreifen. So weit, so normal. Was aber bei Farshad in einem besonders hohen Maß gegeben ist, ist sein Ehrgeiz. So kann man als Trainer immer auch besondere Anforderungen an ihn stellen, da er immer bereit ist, an sich zu arbeiten und sich zu verbessern. Er kann sich mit seinem Temperament gleichermaßen unbändig ärgern und überschwänglich freuen.

Fußball ist ein Sport mit einem hohen Laufpensum. So ist auch der athletische Teil dieses Sports für die Spieler in Farshads Mannschaft besonders wichtig und Teil des intensiven Trai-

nings zum Aufbau von Muskulatur und körperlicher Fitness, das die Trainer der C-Jugend ab dieser Saison erstmals besonders in die Vorbereitung integriert haben. Für Farshad stellte dies keine besondere Herausforderung dar, da er von sich aus sehr schnell ist und den Ehrgeiz hat, immer an seine Grenzen zu gehen.

Am Sonntag des Altstadtlaufes war ich am Abend bereits mit den Vorbereitungen der kommenden Arbeitswoche beschäftigt, als mich auf meinem Telefon eine Urkunde erreichte. Farshad war beim Altstadtlauf ohne besonderes Lauftraining einfach zum Spaß mitgelaufen – und die Urkunde zeigte unglaubliche 22,07 Minuten für die 5km Jugend-Strecke an. Mit seinen heute 13 Jahren bedeutete diese Zeit Platz 1 für die Altersklasse U14.

Im ersten Moment etwas überrascht, bestätigte der Lauf insgesamt aber doch nur den Farshad, den wir kennen. Auch durch seine älteren Brüder, die wie er beim BSV spielen, und durch die Anpassungsleistungen, die er in seinen jungen Jahren schon erbringen musste, kennen wir ihn als willens- und durchsetzungsstark – im Fußball besonders wichtige Eigenschaften.

Und so sind wir in unserer Abteilung, die wir das Glück haben, ihn zu erleben, sehr stolz auf ihn und seine tolle Entwicklung in den letzten Jahren.

Im Team der Trainer wissen wir natürlich um die besondere Stellung des Fußballs für die Integration von Kindern, die nicht in Deutschland geboren sind. Es ist für uns immer wieder schön zu erleben, wie unsere jungen Nachwuchs-Fußballer völlig ungezwungen

mit Kindern unterschiedlichster Herkunft gemeinsam wachsen, kämpfen, verlieren und siegen, Freundschaften schließen und dabei jedes Kind seine eigene beeindruckende Persönlichkeit entwickelt.

Wir sind in unserem Bereich mittlerweile eine reine Jugendabteilung und haben in den vergangenen Monaten angefangen, unser neues Konzept umzusetzen und mit Leben zu füllen. Daher danken wir an dieser Stelle auch besonders unseren Partnern:

– Stackmann Sport und Freizeit, die mit uns den eingeschlagenen Weg gehen und uns bereits tolle Events wie die „Manni Kaltz Fussballschule“ oder das Kinderfest ermöglicht haben

– Eiscafe Solemio (hinterm Zwinger), wo sich der Inhaber Fortunato entschlossen hat, unsere Arbeit zu unterstützen und natürlich die Kinder nach den Spielen gerne mit handgemachtem traditionellen Eis verwöhnt.

Robert Kayser
Jugendleiter Buxtehuder SV



INFOBOX

Jugend-Fußball

Größe: 144 Mitglieder

Abteilungsleiter:

Robert Kayser, Tel. (01520) 897 70 71

E-Mail:

jugendfussball@bsv-buxtehude.de

Schiedsrichter-Obmann:

Basri Gad Farah, Tel. (04161) 892 27

Mehr Infos:

www.bsv-buxtehude.de



Volkswagen



Audi Service



Nutzfahrzeuge

Autohaus Eberstein

offizieller Förderer des BSV

und zuverlässiger Partner, wenn es um Ihr Auto geht.

Bei uns erhalten Sie sämtliche Serviceleistungen rund um Ihr Fahrzeug.

Mit unserem speziellen Unfall- und Schadenmanagement werden Sie komplett betreut.

Alles aus einer Hand, auch für nicht bei uns gekaufte Fahrzeuge.

EBERSTEIN Gruppe ✓



www.autohaus-eberstein.de

Autohaus Eberstein GmbH

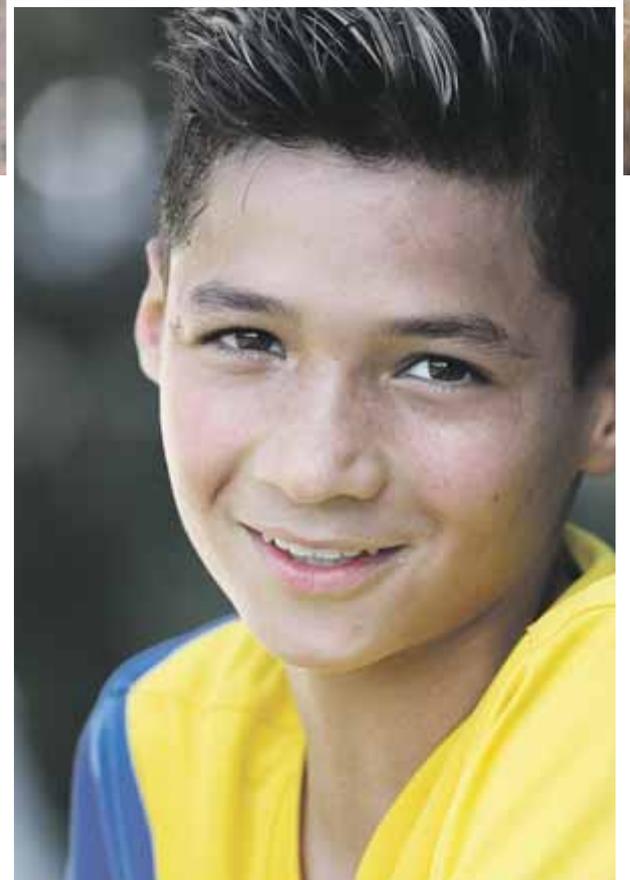
21614 Buxtehude • Zum Fruchthof 3

Tel. 0 41 61/70 87 - 0 • Fax 0 41 61/8 20 86





Farshad (13) beim Fußball-Spiel und beim Start vom 5-Kilometer-Schülerlauf beim Buxtehuder Altstadtlauf (vorne rechts mit Startnummer 1012). Farshad lief ohne besonderes Lauftraining eine tolle Zeit; 22,07 Minuten für die 5 km Jugend-Strecke. Am Ende war der Dritter. Doch mit seinen 13 Jahren bedeutete diese Zeit Platz 1 für die Altersklasse U14.



Ihr Partner für
Neu- und Umbauten,
Fliesenarbeiten
Reparaturen und
Sanierungsarbeiten
(im Wohnungs-
und Industriebau)

Buxtehude · Bollweg 19
Telefon 0 41 61 / 6 13 78 · Fax 6 13 25
Qualität am Bau seit 1930



MALEREIBETRIEB
Tobaben
GMBH

Felix-Wankel-Str. 45
21614 Buxtehude
Telefon 0 41 61/23 27

*Wir bringen Farbe ins Spiel...
und fördern den BSV!*



Stehend von links: Marcus Lühje, Günter Salzwedel, Jakov Bilonic, Felix Stoetzel, Christoph Hoddow, Thomas Klindworth, Bozo Celko, Bernd Lawes. Vorne von links: Babak Hassunizadeh, Danuth Popilar, Lars Döring, Ralf Anton, Christian Sander, Matthias Baldeweg.

FOTO: DIETER PANSCH

Celko bringt dann mit zwei verwandelten Strafstoßen die Truppe endgültig auf die Siegerstraße. Mit einem schönen Alleingang legt er das 3. Tor nach, macht damit den Hattrick perfekt.

Nach guter Vorarbeit von Danuth Popilar erhöht Lars Döring auf den Endstand von 7:0. Souveräner Schiedsrichter ist Joachim Pieplow, der besser unter dem Namen Audi bekannt ist. Mit Bier und Bockwurst wird der Sieg gebührend gefeiert.

Die BSV Ü 40 würde sich freuen, wenn zu den Heimspielen sonntags 10.30 Uhr auf dem Konopkaplatz interessierte Zuschauer kommen, um einige Gesichter aus erfolgreichen, teilweise ruhmreichen BSV-Fußball-Zeiten zu sehen.

Der Übungsabend liegt seit Jahrzehnten traditionell auf Dienstag 18 Uhr auf dem Konopkaplatz oder in der dunklen Jahreszeit in der alten Halepaghnhalle.

Bernd Lawes

Es gibt noch Männer-Fußball im BSV!

Nach dem unrühmlichen Abgang der Liga-Mannschaft und der Reserve gibt es nur noch eine Erwachsenen-Mannschaft im BSV-Fußball – ein Besuch bei den „Alten Herren“:

Saisonaufakt bei Superwetter auf dem gepflegten Sportplatz Konopkastraße gegen den Aufsteiger Dorn-

busch/Wischhafen. Etliche Zuschauer haben sich um 10.30 Uhr, dem Standardtermin der BSV-Heimspiele, eingefunden und werden nicht enttäuscht. Interimcoach Bernd Lawes – Chefcoach Viktor Gerschau ist in Urlaub – hat eine gute Truppe zusammen.

Nach einer gefälligen Kombination

markiert Lars Döring den ersten Saisontreffer. Babak Hassunizadeh mit einem Standard und Christian Sander mit einem verdeckten Fernschuss sorgen für die verdiente 3:0 – Pausenführung.

Nach der Pause werden zunächst einige Großchancen ausgelassen. Bozo

Grundstücke in Buxtehude gesucht – mit und ohne Bebauung!

Haus- und Grund-Eigentümer in Buxtehude aufgepasst: Sie wissen nicht, ob sich eine Sanierung Ihrer Immobilie lohnt, wie Sie Ihr Grundstück effizient nutzen können oder ob Sie es veräußern sollten?

Als erfahrener Generalübernehmer vor Ort bietet Ihnen die HBI – Hausbau-Immobilien-gesellschaft mbH seit 17 Jahren als Partner eine seriöse und vertrauliche Wertbeurteilung Ihrer Immobilie oder Ihres Grundstücks an – egal, ob Sie veräußern möchten oder auf der Suche nach einer soliden Kapitalanlage mit einem sanierten Objekt oder einem hochwertigen Neubau sind. **Sprechen Sie uns an!**

Ihr persönlicher Kontakt:

HBI Hausbau-Immobilien-gesellschaft mbH
Schäferstieg 12 | 21640 Nottensdorf

Sven Geertz, Geschäftsführer

Tel.: **04163 / 86 880 10** | Fax: 04163 / 86 880 49

E-Mail: s.geertz@hbi-immo-gmbh.de

Dierk Heins, Geschäftsführer

Tel.: **04163 / 86 880 0** | Fax: 04163 / 86 880 49

E-Mail: info@hbi-immo-gmbh.de



Hausbau-Immobilien-gesellschaft mbH

www.hbi-immo-gmbh.de



Die Golf-Sportler verstehen zu feiern...

240 Lebensjahre und 70 Jahre BSV



Die Sieger der 8. Golf-Meisterschaft

21 BSVer kämpften um die Titel beim Höhepunkt der Golf-Saison 2019. Bei gutem Wetter starteten die Flights im 10 Minuten Rhythmus.

Um ca. 17.00 Uhr war die 8. BSV Meisterschaft entschieden. Sibylle Klapp und Andreas Danzsch konnten die Meisterpokale in Empfang nehmen.

Elke Schley hatte für die große Preisverleihung (alle bekamen einen Preis) tolle Preise eingekauft.

Mit einem schönen gemeinsamen Essen und einem gemütlichen Meisterschaftsschnack endete dieser Tag.

In der Golf-Abteilung des Buxtehuder SV wurden in diesem Sommer mal keine Netto bzw. Brutto Verbesserungen gefeiert, sondern unsere Jubilare! Bei einem Essen im Golf-Club und in der sogenannten „Donnerstagsrunde“ des BSV gab es viel Anerkennung für dieses Ereignis. Abteilungsleiter Hartmut Schley führte mit den Dreien ein Gespräch mit viel Vergangenheit:

Bärbel Leu wurde bereits als Kind von ihren Eltern beim BSV angemeldet. Die Historie sagt – am 1. Januar 1948. Also 70 Jahre BSV Mitglied!

Bärbel Leu war eine sehr erfolgreiche Sportlerin: Geräteturnen, Gymnastik und Leichtathletik waren die bevorzugten BSV-Sportarten. Diverse Male wurde während der langen Mitgliedschaft auch das Sportabzeichen erworben.

Besonders gern erinnert sich Bärbel an ihre Zeit als „Vorturnerin“ in der Turngruppe. Dafür hat sie in jungen Jahren Lehrgänge in Hamburg besucht, die seinerzeit für ein Mädchen aus einer Kleinstadt doch etwas Besonderes waren.

Später kam das Tennis-Spielen dazu. Bei Gründung der BSV-Golf-Sparte zum 1. Januar 2011 war Bärbel sofort dabei und ebenfalls unsere beiden anderen Jubilare: Rita und Dr. Winfried Karsten.

Rita und Bärbel sind Freundinnen bereits seit dem 5. Lebensjahr und spielen immer noch gerne Golf zusammen. Rita und Winfried sind seit 1951 Mitglied des BSV. Also auch schon 68 Jahre im Verein!

Rita hat sich für die Sportarten Turnen und Gymnastik interessiert, Winfried mehr für Geräteturnen und Turnen. Hier wurde er sogar Hamburger Mehrkampfmeister.

Während Bärbel ihr ganzes Leben immer in Buxtehude blieb, war das Ehepaar Karsten beruflich weltweit unter-



Die Jubilare (von links) Rita und Winfried Karsten sowie Bärbel Leu sind zusammen 240 Jahre alt und über 200 Jahre Mitglied im BSV.

wegs. Trotzdem blieb die Freundschaft unserer Jubilare bestehen.

Ehepaar Karsten kam 1973 wieder nach Deutschland zurück und wohnte erst in Hamburg, bevor sie dann 1997 wieder nach Buxtehude zogen. Seitdem sind sie wieder im BSV aktiv.

Wir von der Golf-Gruppe wünschen uns, dass alle drei noch lange bei uns aktiv sind.

BSV **INFOBOX**
VON 1942
LEU
BUXTEHUNDER SPORTCLUB
Golf

Größe: 70 Mitglieder

Abteilungsleiter: Hartmut Schley

Telefon: (04161) 87854, (0172) 6734941

E-Mail: golf@bsv-buxtehude.de, hartmut.schley@t-online.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Bitte den Abteilungsleiter Hartmut Schley kontaktieren.

Winter-Indoor-Training für Golfer

mit Maïke Schiffer (Kurs-Nr. 3013)

Spezielles Trainingsprogramm für Golfer aller Spielstärken und jeden Alters als optimale Fitnessvorbereitung für Ihre Spielsaison 2020. Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit, bleiben Sie beweglich und beugen Sportverletzungen vor.

Trainieren Sie alle Anforderungen des Golfspiels aus den Bereichen Koordination, Kondition und Beweglichkeit.

Donnerstags 13 bis 14 Uhr

Dauer: 09.01. bis 26.03.2020 (12 x)

Gäste: € 120

Golfclub-Mitglieder: € 72

BSV-Mitglieder: € 36

Anmeldung und weitere Infos:

BSV-Geschäftsstelle: Lange Straße 16, 21614 Buxtehude

Telefon: (04161) 34 82

E-Mail: info@bsv-buxtehude.de

WWW.WATZULIK.DE



WIR GEBEN MEHR ... und das konstant!

Rudolf-Diesel-Straße 1 · Buxtehude
Tel. 0 41 61 / 8 10 12
Fax 0 41 61 / 8 48 42

**DRUCKER · PLOTTER
SCANNER · KOPIERER**



Inhaber Jan Feindt e.K.

BÜRO- UND KOPIERTECHNIK

Gemeinsam bewegen – gemeinsam zur Höchstform!

Alle Kurse für deine Fitness!

Für alle, die gern in lockerer Atmosphäre etwas für ihre Fitness tun wollen – egal ob Männlein oder Weiblein, dick oder dünn, jung oder jung geblieben, stehen unsere Fitnessstunden – AUCH OHNE VEREINSMITGLIEDSCHAFT – zur Verfügung. Mit flotter Musik und guter Laune wollen wir euch unser vielseitiges Angebot vorstellen. Lasst euch überraschen und testet es aus!!!

ZUMBA

Das schweißtreibende Tanz-Workout ist ein Mix aus Tanz- und Intervalltraining. Es macht nicht nur Spaß, sondern bringt auch deine Figur in Topform.



Der Mega-Fitness-Trend sorgt für eine extra Portion gute Laune und bringt dich lächelnd zum Schwitzen.

Der Einstieg ist einfach. Dynamische Bewegungen zu südamerikanischen

Sounds stehen im Vordergrund des Trainings. Stress und überflüssige Pfunde werden einfach weggetanzt.

Durch die ständige Bewegung und wechselnde Geschwindigkeiten wird deine Ausdauer verbessert und zugleich dein Herz-Kreislaufsystem gestärkt. Auch die Koordination und Beweglichkeit wird sich durch ZUMBA verbessern!

Die Fettverbrennung wird angeregt, deine Muskeln setzen mehr Energie um und der Körper wird gestrafft. Bist du bereit dich fit zu feiern?

Dann ist ZUMBA genau das Richtige!

Dienstag 19 bis 20 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Sandra Breckling

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 29.10. bis 26.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

BBP-Fit & Fun

Die Powergymnastik, die es in sich hat. Fetziges Musik bringt den Körper in Wallung. Anschließend wird den „Problemzonen“ gezielt eingeheizt. Auch hier kommt der Spaß nicht zu kurz!



Donnerstag 20 bis 21 Uhr
Grundschule Stieglitzweg
mit Maïke Schiffer

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 07.11. bis 28.11.2019 (4 x)

Preis: € 20



Neu im BSV:
Maleen Gerkens

Tabata

Du willst deinem Alltagsstress entkommen und dich körperlich so richtig auspowern.

Dann ist Tabata genau dein Training! In kurzen Intervallen bringst du deinen Körper zu Höchstleistungen. Mit ganzheitlichen Kraft- und Ausdauerübungen steigert du deine Ausdauer, stärkst deine Muskulatur und förderst die Fettverbrennung.

Mittwoch 19 bis 20 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Maleen Gerkens

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 30.10. bis 27.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

Faszienrelease

Aufgrund von einseitiger körperlicher Belastung und psychischem Stress machen sich im Laufe der Zeit motorische Bewegungseinschränkungen bemerkbar. Daher zielen wir in dieser Stunde auf das Lösen dieser Verspannungen und das Aufdehnen der betroffenen Bereiche sowie auf ein Entfliehen des Alltagsstresses ab.

Dienstag 17 bis 18 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Maleen Gerkens

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 29.10. bis 26.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

NEU! Fun Workout

Die intensive Ausdauer- und Kräftigungsstunde für den ganzen Körper. Zur Intensitätssteigerung können auch Trommel-Sticks und Tubes zum Einsatz kommen, oder es wird mit dem eigenen Körpergewicht trainiert. Hier kannst du gerne Dampf ablassen!

Freitag 18 bis 19 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule mit Salina Claußen

Step-Fit

Step it up and down! Ein tolles Herz-Kreislauftraining mit dem Step-Brett zu flotter Musik. Damit nicht nur der Körper trainiert, werden kleine Schrittkombinationen step by step aufgebaut. Anschließend werden Bauch-, Rücken- und Gesäßmuskulatur gekräftigt.

Mittwoch 18 bis 19 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Nicola Jolitz



Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 30.10. bis 27.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

Bodystyling

Eine effektive Kombination von Ausdauertraining und Kräftigungsübungen heizen deinem Körper so richtig ein, um die „Problemzonen“ zum Schmelzen zu bringen. Ein abwechslungsreiches Training für alle Muskelgruppen. Du wirst staunen, wo du überall welche hast!

Dienstag 18 bis 19 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Salina Claußen



Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 29.10. bis 26.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

NEU im BSV

Hey liebe Sportsfreunde, mein Name ist Maleen Gerkens (26). Ich bin seit August Teil deines BSV-Teams. Der Sport begleitet mich schon mein ganzes Leben. Seit der Kindheit spiele ich leidenschaftlich Fußball. Mein beruflicher Werdegang: Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau, Bachelor in Sportökonomie – so habe ich mein Hobby zum Beruf gemacht. Ich freue mich auf die neuen Herausforderungen. Du findest mich in der Geschäftsstelle sowie in diversen Sportkursen. Ich freue mich auf dich.

Functional n' Relax

Wenn dir „normales“ Krafttraining zu monoton ist, dann ist Functional Training das Richtige für dich!

Die Funktionalität, im Sinne einer alltagsnahen und natürlichen Belastung des Körpers, wird durch die Beanspruchung mehrerer Muskeln und durch Einsatz komplexer Bewegungsabläufe erreicht. Die klassischen Übungen wie Kniebeuge oder Liegestütze werden durch Hilfsmittel wie Kettlebell, Langhantel oder Sling-Training ergänzt und erzeugen so ein rundes Trainingsprogramm.

Mittwoch 20 bis 21.30 Uhr
Albert-Schweitzer-Schule
mit Maleen Gerkens

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 30.10. bis 27.11.2019 (5 x)

Preis: € 25

STRONG auch für Männer

Kombiniert ein hochintensives Intervalltraining mit motivierenden Musikeinsatz.

Trainiere jeden Muskel: Mit Hilfe deines Eigengewichts verbesserst du die Ausdauer, den Tonus und die Definition der Muskeln.

Nachbrenntest steigern: Die schweißtreibenden Intervalle bringen deinen Körper dazu, noch lange nach dem Workout Kalorien zu verbrennen.

Schneller stärker werden: Indem du härter trainierst, machen sich die Ergebnisse schneller bemerkbar.

So erreichst auch du deine Fitnessziele!

Montag 19 bis 20 Uhr
BSV-CitySport
mit Sandra Breckling

Als **Schnupperkurs:**

- Termin: 28.10. bis 25.11.2019 (5 x)

Preis: € 25



Neue Übungsleiterinnen stellen sich vor

Wir trainieren schon für die Tanzshow



Die Gruppe „Colorful“ hatte im September einen umjubelten Auftritt auf dem großen BSV-Sport- + Spielfest in der Halle Süd.



Kathleen, Svea und Michèle (von links)

Ich trainiere die Jazz-Dance-Gruppe „Next One“

BSV **INFOBOX**
Aerobic & Jazz Dance

Größe: 370 Mitglieder

Ansprechpartnerin Aerobic: Nicola Jolitz

E-Mail: familiejolitz@t-online.de

Ansprechpartnerin Jazz Dance: Claudia Hartung de Groot

E-Mail: jazzdance@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
 Interessierte können jedes Angebot unverbindlich „testen“ oder einen Kurs buchen.

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?
 Die Abteilung bestreitet keine Wettkämpfe, kann aber für Show-Auftritte gebucht werden. Bitte fragen Sie nach!

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

Mein Name ist Kim Jessica Ohmes und ich unterrichte seit September 2019 die Jazz Dance Gruppe „Next One“, freitags von 16 Uhr bis 17 Uhr. Ich bin 25 Jahre alt und lebe mit meiner Familie in Buxtehude. Ich bin verheiratet und Mama einer dreijährigen Tochter. Bereits als Kind habe ich angefangen Tanzunterricht zu nehmen, und schon im Teenager-Alter begann ich selbst Jazz Dance Unterricht zu geben, natürlich im BSV. Durch meine Erfahrung, die ich bereits im Verein sammeln durfte, fühle ich mich bestens vorbereitet, um wieder zu starten und freue mich auf neue kreative Tanzsessions.



Wir sind die drei neuen Trainerinnen von den Lollipopps

Hi! Mein Name ist Michèle. Ich bin 17 Jahre alt und tanze schon seit 14 Jahren im BSV. Angefangen habe ich mit 3 Jahren bei den Tanzminis. Mittlerweile bin ich in diversen Tanzgruppen u.a. auch im Zumba. Tanz bedeutet mir sehr viel. Im Tanz drücke ich meine Gefühle aus und man erfindet sich ständig neu. Ich habe mich sehr gefreut, als ich hörte, dass ich die Lollipopps leiten darf, um mit ihnen neue Bewegungswege zu gehen.

Hi! Mein Name ist Svea. Ich bin 16 Jahre alt und tanze schon seit 13 Jahren im BSV. Angefangen habe ich auch bei den Tanzminis. Hier lernte ich auch Michèle kennen und seitdem tanzen wir zusammen. Kein Tanz ist wie der andere, und das möchte ich auch den Lollipopps beibringen.

Hi! Mein Name ist Kathleen. Ich bin auch 16 Jahre alt und habe vor 4 Jahren mit dem Tanzen beim BSV begonnen und dort Michèle und Svea als Freundinnen gewonnen. Beim Tanzen bin ich glücklich. Hier werden Körper, Geist und Seele eins.

Wir drei tanzen in den Gruppen Art Collection und Colourful zusammen. Im Februar 2020 wird der BSV seine 7. Tanzshow veranstalten. Michèle und Svea sind das 7. Mal mit dabei und Kathleen das 3. Mal. Wir alle zusammen freuen uns sehr, dass wir dieses Mal auch als Trainerinnen mit dabei sein dürfen. Damit wir die Lollipopps bestens betreuen können, haben wir alle einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert.

Unsere Übungsleiterinnen:



Michèle Junge



Svea Stahmann



Kathleen Heins



Michelle Wolter



Claudia Hartung de Groot



Alina Wilkens



Zhu Sun



Iris Wenzel



Yvonne Voigt



Alina Pein

Unser Angebot im BSV

Jazz Dance für Kinder

Di	17.00–18.00*	10–13 Jahre	GS Stieglitzweg	Alina Wilkens/M. Wolter
Mi	15.00–16.00	5–7 Jahre	BSV-CitySport	Alina Pein
Do	16.30–17.30*	7–9 Jahre	BSV-CitySport	Yvonne Voigt
Fr	15.00–16.00*	9–11 Jahre	ASS	K. Heins, M. Junge, S. Stahmann
Fr	16.00–17.00*	12–14 Jahre	ASS	Kim Jessica Ohmes

Jazz Dance für Jugendliche

Mo	20.00–21.15*	ab 18 Jahren	BSV-CitySport	Claudia Hartung de Groot
Do	16.00–17.00*	ab 12 Jahren	ASS	Claudia Hartung de Groot
Do	17.00–18.30	ab 14 Jahren	ASS	Claudia Hartung de Groot
Fr	17.30–19.00*	ab 16 Jahren	BSV-CitySport	Claudia Hartung de Groot

Jazz Dance für Erwachsene

Di	20.15–21.45	ab 30 Jahren	BSV-CitySport	Zhu Sun
Do	15.00–16.00	ab 65 Jahren	BSV-CitySport	Iris Wenzel
Fr	19.00–20.00*	ab 20 Jahren	BSV-CitySport	Claudia Hartung de Groot

*zur Zeit nur mit Warteliste

Die Geschichte des Badminton ist wohl schon 2.000 Jahre alt –

Unterschied zum Federball? Wir



Werden wir gefragt, welchen Sport wir betreiben, dann hören wir recht häufig, dass Badminton nichts anderes sei als Federball – und dass dies ja eigentlich gar nicht so viel mit Sport zu tun hätte. Falsch, aber dazu gleich mehr...

Die Geschichte vom Badminton ist laut Wikipedia mittlerweile über 2.000 Jahre alt. Höhlen-Malereien, die in Indien entdeckt worden sind, zeigen, dass bereits damals kleine, mit Hühnerfedern bespickte Holzbälle mit Hilfe abgeflachter Hölzer hin und her geschlagen worden sind.

Ab dem 17. Jahrhundert entwickelte sich daraus auch in Europa ein Federballspiel, bei dem sich zwei Spieler mit einfachen Holzschlägern einen Federball möglichst oft zuspielten. Rekord sollen dabei 2.117 Schläge gewesen sein. Diese Art der Freizeitbeschäftigung war allerdings hauptsächlich dem höfischen Adel vorbehalten. Gut, dass sich in den letzten 300 Jahren so einiges getan hat!

Denn hier kommen wir auch schon zu den beiden wesentlichen Unterschieden zwischen dem, was die meisten als Federball kennen, und der Sportart Badminton:

Zum einen ist bei uns jeder herzlich willkommen! Zum anderen ist es beim Badminton eben nicht Ziel, möglichst lange Ballwechsel zu erzeugen, sondern wir wollen punkten!

Wir spielen den Ball also möglichst so über das Netz, dass er nicht regelkonform wieder zurückgebracht werden kann. Vor dem Hintergrund, dass wir dafür ziemlich viel und auch noch ziemlich schnell laufen müssen, ist es uns daher lieb, wenn der Punkt recht schnell fällt.

Neben Ausdauer – wer nur wenig mitbringt, der trainiert sich diese garantiert schnell an – stellt Badminton hohe Ansprüche an die Reflexe, die Grund-



schnelligkeit und die Konzentrationsfähigkeit.

Badminton im BSV gibt es seit 1973, das 50. Jubiläum steht also demnächst an. Wir bieten sowohl denjenigen Spielern, die auf Leistungsniveau spielen wollen (unsere 1. Mannschaft tritt in der niedersächsischen Landesliga an) und denjenigen, die sich eher auf Bezirks- oder Kreisebene engagieren wollen, als auch allen Hobbysportlern, die sich ohne Punktspielbetrieb auspowern möchten, mit umfangreichen Trainingszeiten in den Buxtehuder Sporthallen gute Möglichkeiten an.

Unser sportliches Aushängeschild ist sicherlich Tim Haller, der mit enormem Nachdruck an seiner Teilnahme an den Paralympics 2020 in Tokio arbeitet. Und seine Chancen stehen gut!

Tim Haller ist das sportliche Aushängeschild der Badminton-Abteilung. Sein großes Ziel ist die Teilnahme an den Paralympischen Spielen 2020 in Tokio. Dafür trainiert Tim – und ist auf der ganzen Welt unterwegs, um für dieses Ziel wichtige Ranglistenpunkte zu sammeln.

BSV **INFOBOX**

Badminton

Größe: 193 Mitglieder

Abteilungsleiter: Florian Steup

E-Mail: BSV.federn@gmx.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Anfragen bitte per E-Mail

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?
Pro Saison sieben Spieltage sowie ein bis zwei Turniere. Termine zu erfragen bei Florian Steup

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

Offizieller Partner des BSV

INCORT

Lassen Sie sich versorgen wie ein Profi.

Wir unterstützen den Sport in unserer Region mit Produkten zur Prävention, Versorgungen von Verletzungen sowie zur Leistungssteigerung.

Ihr Spezialist für:

- Sportkompression
- Einlagerversorgung (CAD-Technik)
- Sportbandagen
- Produkte zur Regeneration
- u.v.m.

2x für Sie in Buxtehude.

Filiale Buxtehude Mitte
Bahnhofstraße 21-25
21614 Buxtehude

Filiale Elbe-Klinikum Buxtehude
Am Krankenhaus 1
21614 Buxtehude

im BSV gibt es auch bald ein Jubiläum!

wollen keine langen Ballwechsel!



Für die Teilnehmer am Buxte-Cup gab es auch in diesem Jahr wieder viele Urkunden und Pokale.

Das ist das Besondere am Buxte-Cup

Um dem Badminton-Nachwuchs die Möglichkeit zu geben, bereits als Anfängerschon Wettkampfluft zu schnuppern, erste Turniererfahrungen und vor allem auch -erfolge zu sammeln, fand auch in diesem Jahr wieder unser Buxte-Cup statt.

Das Besondere an diesem Turnier? Es richtet sich ausschließlich an Kinder, Jugendliche und Jungerwachsene bis einschließlich 21 Jahre aus Buxtehude und Umgebung. Und es wird ganz überwiegend von unserer Badminton-Jugend organisiert und ausgerichtet.

In den Leistungsklassen „Anfänger“

und „kein Anfänger mehr“ traten in der Halle am Schulzentrum Süd 78 Teilnehmer/innen zum Turnier an. Gespielt wurde Einzel. Die drei Besten der jeweiligen Altersklasse bekamen tolle Pokale. Teilnahme-Urkunden gab es für alle. Darüber hinaus wurde unter allen Teilnehmern/innen in jeder Altersklasse ein Badmintonschläger verlost.

Für das leibliche Wohl war natürlich auch gesorgt. So luden in der Cafeteria selbstgemachte Salate und Kuchen zum Schlemmen ein. Ein großer Dank gilt dabei den großzügigen Spendern!

Mit diesem Turnier ist es uns auch in

diesem Jahr wieder gelungen, unseren Kleinsten Badminton auf ganz spielerische Art und Weise vorzustellen und sie für diesen Sport auch langfristig zu begeistern.

Zu lernen gab es natürlich auch etwas: Der faire Umgang in einem sport-

lichen Wettstreit sowie die Erkenntnis, dass Bewegung nicht nur gesund ist, sondern auch Spaß macht, standen wieder einmal im Mittelpunkt.

Vielen Dank an die Organisatoren und Veranstalter! Bis zum nächsten Mal...

DAS ANGEBOT DER BADMINTON-ABTEILUNG

Montag	18.30 – 20.00	Schüler/Jugendliche 8–18 J.	BBS	Jaqueline Lobscheid
Montag	20.00 – 21.45	Mannschaftstraining	HPS neu	
Mittwoch	20.00 – 21.45	Freizeitsport/Erwachsene	SZ Süd IV	Heike Koch
Donnerstag	20.00 – 21.45	Freizeitsport/Erwachsene	ASS	
Donnerstag	20.00 – 21.45	Freizeitsport/Erwachsene	SZ Süd	
Freitag	15.15 – 16.30	Schüler/Jugendliche 8–15 J.	SZ Süd IV	Björn Warmuth
Freitag	16.30 – 18.00	Schüler/Jugendliche 8–15 J.	SZ Süd IV	Björn Warmuth
Freitag	18.00 – 20.00	Schüler/Jugendliche 15–18 J.	SZ Süd IV	Heike Koch
Freitag	20.00 – 21.45	Mannschaften/Freizeitsport/Erwachsene	SZ Süd IV	



Seit 1853 eine saubere Sache

Bei uns reinigt der BSV-Handball!

im Marktkauf Buxtehude
Telefon: 04161-52852

Öffnungszeiten:
Mo-Sa: 8.00-20.00 Uhr



NSB KANTINE



Knackfrische Salate und täglich wechselnde Gerichte, von Fisch über Fleisch bis Vegetarisch.

Mittagstisch ab 4,50 €.
3-Gang-Menü Ihrer Wahl für 8,00 €.
Getränke immer inklusive.



Öffnungszeiten
Montag bis Donnerstag
jeweils von 11.30 bis
14.00 Uhr.

Adresse
Harburger Straße 47-51
21614 Buxtehude
+49 4161 645 174
mweise@reederei-nsb.com

www.kantine-nsb.de

50 Jahre Judo im BSV –

2019 wird nun schon seit 50 Jahren Judo im Buxtehuder Sportverein trainiert. Dies haben wir zum Anlass genommen für eine „Geburtstagsparty“. Nach wochenlanger Vorbereitung stand das Programm für die große Jubiläumsfeier der Abteilung im Dorfgemeinschaftshaus Dammhausen.

Morgens wurde die Feier offiziell mit einem Sektempfang eröffnet, zu dem viele große Namen aus der Abteilung, aber auch aus dem Verein und der Stadt Buxtehude geladen waren. Unter den Gästen befanden sich neben Judo-Trainern und Helfern auch die Vorstandsvorsitzende des BSV, Stefanie Teske, Mitglieder des BSV-Präsidiums, sowie Sponsoren. Auch Vertreter des Judo-Verbandes und benachbarter Judo-Vereine waren anwesend. Besonders gefreut haben wir uns auch über den Besuch der Bürgermeisterin Katja Oldenburg-Schmidt.

Abteilungsleiter Hans-Heinrich Cohrs stellte in seiner Festrede kurz die wechselvolle Geschichte der Judo-Abteilung dar und bedankte sich vor allem bei dem Team der Helfer, die alle Aktionen der Judo-Abteilung organisiert und unterstützt haben. Mit dieser Unterstützung macht ihm die Arbeit im



Sektempfang zum Auftakt der Jubiläumsfeier mit (von links) BSV-Vorstandsvorsitzende Stefanie Teske, Judo-Abteilungsleiter Hans-Heinrich Cohrs, BSV-Präsident Wolfgang Watzulik sowie Buxtehudes Bürgermeisterin Katja Oldenburg-Schmidt.

und für den Sportverein noch immer viel Spaß.

Von seinem Team bekam Herr Cohrs die Sonderbriefmarken 50 Jahre Judo in Buxtehude sowie 25 Jahre Abteilungsleiter geschenkt.

Stefanie Teske sowie Präsident Wolfgang Watzulik gratulierten im Anschluss der Judo-Abteilung und hoben ein weiteres Jubiläum hervor: Seit 25 Jahren ist Hans-Heinrich Cohrs erfolgreich Abteilungsleiter der Judo-Abtei-

lung. Für seine Tätigkeit und für die gute Zusammenarbeit dankten sie ihm ausdrücklich. Darüber hinaus hatten die beiden aber auch ein besonderes Geschenk in Form eines Gutscheins im Gepäck:

Nach den Olympischen Sommerspielen 2020 bekommt die Judo-Abteilung ein Judo-Training mit Bundestrainer Richard Trautmann geschenkt, quasi dem Jogi Löw des Judo!

Bürgermeisterin Katja Oldenburg-

Schmidt bedankte sich für die Einladung und hob besonders das ehrenamtliche Engagement von Hans-Heinrich Cohrs und seinem Team hervor.

Am Nachmittag wurde dann weniger förmlich gefeiert. Auf dem Parkplatz des Dorfgemeinschaftshauses wurde allen ehemaligen, aktiven und potenziellen Mitgliedern der Abteilung Spaß für die ganze Familie geboten. Bei schönstem Wetter konnten die Besucher bei Kaffee und Kuchen Einblicke in das Abteilungsleben werfen. Mit einem breiten Angebot selbst für die Kleinsten, Kinderschminken, Hüpfburg und Spielmobil, war das Fest ein voller Erfolg. Auf extra bereitgestellten Matten konnten alle Kinder einmal ins Judotraining reinschnuppern oder einfach ihre Kräfte an den Trainern messen.

Als Erinnerung konnte jeder von sich ein Foto in der extra von den Stadtwerken bereitgestellten Fotobox machen.

Insgesamt war es wie immer eine Spitzen-Zusammenarbeit aller Helfer und ein Erfolg für die Abteilung, der wieder mal belegt, dass Judo einen Zusammenhalt schafft, der weit über die Trainingseinheiten hinausgeht.

Ab 4 Jahren spielend Judoka werden

Der Trend der letzten Jahre hin zu einer statisch verbrachten Freizeit ist besonders bei Kindern besorgniserregend. Moderne Medien, Computer, Fernsehen und vor allem das Handy beanspruchen immer mehr Raum im Leben der Kinder und Jugendlichen. Dies führt zu einer motorischen Fehl- bzw. Unterbelastung des Körpers mit Folgen, die den Alltag in der Schule und auch im Familienleben teils schwer belasten können.

Ein perfekter Weg, dem vorzubeugen

ist, die Kinder von klein auf mit viel Spaß an den Sport heranzuführen. Hier bietet sich gerade für den Rangel- und Raufdrang der Kleinen Judo für Kinder an.

Judo bietet nicht nur den körperlichen Ausgleich, sondern fördert auch den bereits vorhandenen Bewegungsdrang der Kinder. Durch die Disziplin des Kampfsportes lernen bereits die Kleinsten einen respektvollen Umgang beim gemeinsamen Raufen.

Durch das spielerische Rangeln erfahren sie von klein auf, dass Bewe-

gung Spaß macht und sich auf allen Ebenen positiv auf die Entwicklung des Kindes auswirkt. Judo fördert die motorischen Abläufe des Körpers, stärkt den Bewegungsapparat und fördert die Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit. Dies macht sich auch später im schulischen Bereich und sozialen Umgang bemerkbar.

Neugierig geworden? Wir freuen uns über jeden, der den Weg zu unserem Judo-Training findet! Gerne können Kinder zwischen 4 und 6 Jahren bei

unserem Training „Spielend Judoka werden“ jederzeit reinschnuppern. Das Training findet jeden Freitag von 16.45 bis 17.45 in der kleinen Sporthalle der Halepaghen-Schule statt.

Weitere Infos gibt es bei Hans Cohrs unter der Telefonnummer (04161) 301320, in der kleinen Sporthalle der Halepaghen-Schule oder auch bei der Trainerin Jasmin Grießler (0175) 340 22 05.



Auch während der großen Jubiläumsfeier hatten die jüngsten Aktiven viel Spaß auf den Matten.

DAS ANGEBOT DER JUDO-ABTEILUNG

alle Trainingsstunden in der kleinen Sporthalle der Halepaghen-Schule

Montag	16.00 – 17.30	Fortgeschrittene U12	Hans-Heinrich Cohrs
Montag	17.30 – 19.00	Wettkampfgruppe U12/U15	Hans-Heinrich Cohrs
Montag	19.00 – 20.30	Anfänger Erwachsene Judo Grundlagen	Eric Dittmann
Dienstag	17.45 – 19.15	Anfänger ab 6 Jahre (nach Sommerferien)	Birgit Mizera
Dienstag	19.30 – 21.30	Senioren und U 17	Hans-Heinrich Cohrs
Mittwoch	17.00 – 18.30	Anfänger ab 6 Jahre (nach Osterferien)	Joachim Reichardt
Mittwoch	18.30 – 20.00	Wettkampfgruppe U14 / U 17	Joachim Reichardt
Mittwoch	20.00 – 21.30	Anfänger und Wiedereinsteiger Senioren	Joachim Reichardt
Donnerstag	17.00 – 19.00	Fortgeschrittene U11 / U14	MarleenVölz/Malte Hoppe
Freitag	15.30 – 16.45	Eltern & Kind	Birgit Mizera
Freitag	16.45 – 17.45	Spielend Judoka werden	Jasmin Grießler
Freitag	18.00 – 19.30	Wettkampfgruppe U14 / U17	Michael Bube
Freitag	19.30 – 21.30	Senioren und U 17	Michael Bube

INFOBOX Judo

Größe: 273 Mitglieder

Abteilungsleiter: Hans-Heinrich Cohrs

Telefon: (04161) 301320

E-Mail: judo@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?

In jeder Trainingsgruppe (siehe Trainingsplan rechts) kann man sich den Judo-Sport mal aus der Nähe ansehen.

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?

Die aktuellen Termine findet Ihr auf unserer Homepage

Weitere Infos im Internet:

www.judobsv.de

das muss gefeiert werden!



Diese Judokas des BSV waren bei der Heraklidschlacht 2019 dabei!

Viel mehr als ein Kampfsport

Judo bietet so viel mehr als nur das Kämpfen auf den Matten. Durch seine Vereins-Struktur verbindet der Sport die Judokas auch außerhalb der Matten.

So hat sich eine kleine Gruppe der Judo-Abteilung unter dem Team-Namen „Hajime Hasen“ mutig einem der tauffsten Hindernisläufe der Region gestellt, der Heraklidschlacht in Uelzen.

Als Heloten, mit dem Heraklidengebete im Herz und dem Schlachtruf der Spartaner auf den Lippen, starteten die „Hajime Hasen“ um sich auf einer Strecke von 11 Kilometern zahlreichen Hindernissen zu stellen.

Ob kriechen, klettern, klammern oder laufen, ganz auf den Spuren der

Aufgaben des Herakles, mussten bis zu 100 Hindernisse überwunden werden. Bereits nach den ersten paar Metern war das Team bis auf die Knochen durchnässt. Erstmals kam da die Frage auf, wer die Idee hatte, sich anzumelden...

Diese Frage begleitete uns über diverse Mauern hinweg, die erklettert werden mussten, durch die Uelzener Kanalisation (einmal Uelzen von unten bewundern...) bis hin in den umliegenden Wald, wo von den Teilnehmern Sandsäcke und Autoreifen über etliche Kilometer umgeschichtet wurden. Trotz Schlamm, Erde und kleinerer Schürfwunden wurde viel gelacht und nach dem Zieleinlauf stand fest, Uelzen 2020 wir sind wieder dabei!

Eine neue Meisterin: Der Weg zum 1. DAN

Jasmin Grießler (39) hat ein Jahr lang trainiert, um endlich den Schwarzgurt zu erlangen.



Von Jasmin Grießler (39)

Ich mach dann mal eben den Schwarzgurt. Gesagt getan, aber mal eben war es nicht.

Bereits im letzten Jahr bei der Ausbildung zum Trainer C kam mir und meinem Trainingspartner der Gedanke, dass es mit der Ausbildung nicht aufhören konnte. Noch während die Euphorie des neu erworbenen Trainer-Scheins anhielt, schrieben wir uns kurzerhand für die DAN Prüfung im folgenden Jahr bei der Sommerschule des NJV ein.

Somit begann ein Jahr, das sicherlich sehr viel entspannter gelaufen wäre ohne Prüfung, und das einem viel Schweiß, Zeit, Arbeit und Schmerzen abverlangt hat. Eine Woche wurden

neben diverser Trainingseinheiten Wissen und Techniken zum Schwarzgurt abgefragt. Dazu gehörten verschiedene Standtechniken und Übergänge Stand/Boden sowie Konter und Kombinationen beim Stand Randori.

Auch am Boden wurden unterschiedliche Haltegriffe aus der Bewegung heraus und etliche Hebel und Würger abgefragt. Als krönender Abschluss kam die Kata, ein genau vorgegebener Bewegungsablauf zur Demonstration verschiedener Wurfgruppen.

Im Nachhinein betrachtet hat es viel Durchhaltevermögen und Disziplin gebraucht, die man dank des Sportes entwickelt hat, um zum DAN zu gelangen. Aber auch wenn der Weg dorthin anstrengend war, hat es sich doch gelohnt. Sowohl mein Partner als auch ich würden es immer wieder machen.



GROTE
einfach echt gut **Immobilien.de**

- Vermietung
- Verkauf
- Gutachten
- Wertermittlung

KONOPKASTRASSE 2 - 21614 BUXTEHUDE
04161-9978 0 - info@grote-immobilien.de

 **LA CANTINA**
ITALIANA

KOMPETENZ IN SACHEN WEIN

IHR ABHOLMARKT IN BUXTEHUDE!

Rudolf Diesel Str. 10
21614 Buxtehude
Telefon: +49 4161 70440
Web: www.la-cantina-italiana.de
E-Mail: info@la-cantina-italiana.de

Öffnungszeiten
Mo.-Fr. 10:00-18:00 Uhr
Sa. 10:00-14:00 Uhr

Auch die Volleyballsparte hat

Allen Jugendlichen eine



Jugendliche Flüchtlinge wie Arash (links) und Erfan haben viele Träume. Ihnen sportliche Chancen zu bieten, ist im Volleyball eine große Herausforderung für die hiesigen Vereine.

„That’s how you do it!“ ruft Arash und macht die Übung vor, die der Trainer gerade angesagt hat. Der 17jährige Iraner versteht schon ordentlich Deutsch, verständigt sich aber lieber noch auf Englisch. Arash hat eine gute Auffassungsgabe und bringt bereits ein wenig Volleyball-Vorkenntnis aus seinem Heimatland mit, das er mit seiner Familie vor einem Jahr verlassen musste.

Zusammen mit ihm und seinem etwas älteren Kumpel Erfan, mit dem er das Flüchtlingsschicksal teilt, nehmen zwei, drei weitere Jungen am von Sven Kleeblatt geleiteten Training für den Volleyball-Nachwuchs teil.

Eigentlich wollte man hier schwerpunktmäßig weibliche Anfängerinnen zu Fortgeschrittenen heranbilden, doch in Buxtehude und der näheren Umgebung sind die Möglichkeiten für Jungen beschränkt, Volleyball zu erlernen.

Um ihnen eine Chance zu geben, hatte die Abteilungsleitung schon frühzeitig beschlossen, auch volleyballinteressierte Jungs am Training teilnehmen zu lassen. Gemeinsam mit Mäd-

chen zu trainieren, ist für beide Seiten kein Problem – im Gegenteil: Alle sind umso motivierter dabei und beflügeln sich gegenseitig.



INFOBOX Volleyball

Größe: 68 Mitglieder

Abteilungsleiter: Sven Kleeblatt

Telefon: (0176) 306 461 31

E-Mail: sven.kleeblatt@t-online.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Interessierte sind in jeder Trainingsgruppe willkommen – kostenlos und unverbindlich zum Ausprobieren. Trainingszeiten siehe Abteilungs-Angebot.

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?
Termine Jugendlichen:
www.volleyball-rotenburg-stade.de

Weitere Infos im Internet:
www.perfundant.de
www.bsv-buxtehude.de



Verlässlicher Förderer des BSV und des Sports in Buxtehude!



Seit über 35 Jahren bauen wir Reihenhäuser, Doppelhäuser und attraktive Eigentumswohnungen in Hamburg und Umgebung.

Unternehmensgruppe
GESABau

Liliencronstraße 25
21629 Neu Wulmstorf
Tel. 040/700 192-0
www.gesabau.de

Integrationsaufgaben

Perspektive bieten

Auch Arash und Erfan helfen ihren Trainingskameradinnen gern und bringen sich voll in die Übungen ein. Ihr Traum ist es, einmal in den besten Mannschaften Deutschlands Volleyball zu spielen.

Diesen Traum zu verwirklichen, könnte schwierig werden, wenn es ihnen nicht gelingt, sich rasch die sportlichen Grundlagen anzueignen und den Sprung in ein Erwachsenen-Team zu schaffen. Die Kooperation des Buxtehuder SV mit dem Nachbarverein TSV Altkloster bietet zumindest für Fortgeschrittene die Möglichkeit, ein gezieltes Technik-Training zu bekommen und eine zusätzliche Trainingseinheit bei den Erwachsenen.

Spielpraxis vermittelt die Teilnahme

einer gemeinsamen Mixed-Mannschaft an der Jugend-Punktspielrunde der Volleyball-Region Rotenburg / Stade.

Die Herausforderung wird für beide Vereine sein, den Jugendlichen eine Perspektive zu bieten, wenn sie den Nachwuchsbereich verlassen. Für eine eigene Frauen- oder gar Männer-Mannschaft, die in der untersten Liga starten kann, fehlen derzeit noch hinreichend Spielerinnen bzw. Spieler mit entsprechendem Ausbildungsstand. Hier haben die beiden Jugendtrainer Sven Kleeblatt (BSV) und Stefan Weber (TSV) noch eine Menge Arbeit vor sich. Ein einzelner Verein allein wird die strukturellen Probleme in der Buxtehuder Volleyball-Landschaft nicht lösen können.

DAS ANGEBOT DER VOLLEYBALL-ABTEILUNG

Mannschaft	Wochentag	Zeit	Ort	Trainer
Jugend	Mittwoch	18.00-20.00	HPS II	Hr. Kleeblatt
	Donnerstag	18.00-20.00	SZ Süd IV	Hr. Kleeblatt
Leistungsmixed	Donnerstag	20.00-21.45	SZ Süd III	Fr. Gramkow
„Jedermann“ ab 40	Donnerstag	20.00-21.45	SZ Süd I+II	Fr. Gerlach



Volleyball Leistungsmixed

Wir sind eine sympathische Truppe aus Männern und Frauen und treffen uns jeden Donnerstag von 20 bis 22 Uhr in der Halle Schulzentrum Süd zum Volleyballspielen.

Nach dem Aufwärmen und einer Trainingseinheit mit verschiedenen Schwerpunkten wird natürlich auch gespielt. Während wir in der Hallensaison an Punktspielen der Hamburger Mixed Runde teilnehmen, findet man uns in den Sommermonaten

auf dem Beachplatz. Zu jeder Jahreszeit jedoch sitzen wir nach dem Training oft in geselliger Runde zusammen.

Über neue Mitspieler, die bereits ein wenig Erfahrung in Sachen Volleyball gesammelt haben, freuen wir uns sehr!

Kommt einfach vorbei oder meldet euch bei Stefanie:

stefanie.gramkow@web.de
oder (0152) 24 38 39 51



Das sieht gut aus: Marlene verwandelt im Training perfekt den von Vanessa gestellten Ball.



BSVerin Marlene (16) kann schon ganz gut mit dem Volleyball umgehen. Sie hat bereits in der Vorsaison Punktspiele in der Jugendrunde bestritten.



Arash (links) zeigt Sabrina, wie die Übung geht.

Für dieses Training braucht man nicht mal Turnschuhe...

Du suchst den Ausgleich zu Job, Schule oder Studium, möchtest vielleicht eine außergewöhnliche Sportart betreiben oder dich einfach nur mal wieder richtig ausgepowert ins Bett werfen, mit dem Wissen, dass du dir und deinem Körper etwas Gutes getan hast? Dann bist du bei der Kickbox-Abteilung des Buxtehuder Sportvereins definitiv an der richtigen Adresse!

Ob Fitness-Kickboxen oder Wettkampf-Vorbereitung mit Sparring – wir bieten dir ein Training im familiären Umfeld, mit ausgezeichneten Trainern und aufgeschlossenen Trainingspartnern. Hier lernst du als Neueinsteiger die Grundtechniken und baust eine solide Fitnessbasis auf oder kannst dich

als bereits erfahrener Sportler weiter verbessern und über dich hinauswachsen.

Du möchtest ein wenig an deiner Figur arbeiten und weißt nicht, ob Kickboxen dafür das Richtige ist?

Bei den 90 minütigen Trainingseinheiten verbrennst du je nach Körpergewicht und Geschlecht zwischen 700 und 1.400 Kilokalorien und nimmst so in kürzester Zeit spürbar ab. Gleichzeitig wirst du schnell Muskeln aufbauen und dich insgesamt fitter und gesünder fühlen.

Dies kommt in erster Linie daher, dass Kickboxen ein sehr cardio-intensiver Sport ist. Zu klassischen Aufwärmübungen wie Laufen oder

Seilspringen gesellen sich zum Beispiel High-Intensity-Intervall-Trainingseinheiten (HIIT), die deinen Puls bei mäßigen bis langen Belastungsintervallen und nur kurzen Pausen ständig rauf- und runtertreiben, dich so an deine Grenzen bringen und die Kilos schwinden lassen.

Du willst kämpfen oder es lernen und bist unsicher, ob du hier auf deine Kosten kommst?

Unser Wettkampf-Trainer Jens Uhlmann ermöglicht dir jeden Donnerstag, dich mit anderen Sportlern im Sparring zu messen und dich dabei weiter zu verbessern. Im Vordergrund steht auch hier der Spaß und der Respekt vor der körperlichen Unversehrtheit unserer Mitglieder.

Wer sich nur prügeln möchte, ist hier nicht willkommen. Wenn du dich jedoch weiterentwickeln und ein Training auf Augenhöhe suchst, dann wird es dir hier garantiert gefallen!

Zu lasch? Ein bisschen Kraft dahinter darf nach Absprache mit dem Partner natürlich auch sein, solange alle Beteiligten am Abend zufrieden nach Hause gehen.

Diese Mentalität scheint sich bewährt zu haben, denn unsere Wettkämpfer fahren in regelmäßigen Abständen auf Turniere und kommen selten ohne Pokale nach Hause. So konnte etwa unser Trainer selbst im letzten Jahr 2018 seine Fähigkeiten unter Beweis stellen und sicherte sich in Athen den Weltmeistertitel für Veteranen im Leichtkontakt und Kicklight.

Du bist interessiert und möchtest wissen, was du für ein erfolgreiches erstes Training mitbringen musst?

An oberster Stelle steht natürlich der



Wettkampftrainer Jens Uhlmann mit unserer Mannschaft nach dem Donnerstags-Training.

BSU **INFOBOX**
Kickboxen

Größe: 56 Mitglieder

Abteilungsleiter: Ahmed Ibrahim

Mail: a.ibrahim@gmx.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Interessierte können bis zu drei Trainingseinheiten unverbindlich besuchen.

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

Spaß und das Interesse daran, etwas Neues auszuprobieren. Dicht gefolgt wird dies von einer Sporthose und einem T-Shirt, eine wirkliche Kleiderordnung gibt es jedoch nicht mehr. Da unser Training barfuß stattfindet, benötigst du keine Sportschuhe. Außerdem wäre es von Vorteil, wenn du bereits vorhandene Ausrüstung, wie etwa Boxhandschuhe oder Mundschutz, direkt mitbringst.

Falls du diese noch nicht besitzt, findet sich meist jemand, der dir zumindest ein paar Handschuhe ausleihen kann. Verpflichtend ist mindestens ein Mundschutz sowie Boxhandschuhe dann, wenn du am Sparring interessiert bist und zum Donnerstagstraining erscheinen möchtest.

Unsere Trainingszeiten:

Mittwoch
20.00 bis 21.30 Uhr
Sporthalle
Halepaghen-Schule

Donnerstag und Freitag
20.00 bis 21.30 Uhr
Sporthalle
Harburger Straße

Das gibt's nur in Buxtehude:

Fix, höher, mopsfidel.
Wi makt joo fit dorför!

[Schneller, höher, gesünder. Wir machen
Euch fit dafür!]

Bahnhofstraße 19 • 21614 Buxtehude
Telefon 04161-512611 • www.gofapo.de
www.facebook.com/gofapo

PUSCH
Design+Druck

IHRE MANUFAKTUR IN BUXTEHUDE

Offset- & Digitaldruck

... für Firmen- und Privatkunden

Haben Sie Wünsche?
Melden Sie sich bei uns

Lüneburger Schanze 28 - 21614 Buxtehude - Tel.: 04161 / 71 98 0
info@puschdruck.de - www.puschdruck.de



Von links: Hergen Schwarting und Steffan Büch zu Beginn eines klassischen Bodenkampfes sowie im Vordergrund Robert Bochkankiewicz, der gerade dabei ist, seinen Partner in die Guard zu ziehen – das ist eine der Basis-Positionen im BJJ.

Ju Jutsu und Gracie Ju Jitsu

Kampfkünste erobern Buxtehude

Nun ist es fast zwei Jahre her, dass sich im Kreise des BSV eine neue Abteilung gebildet hat.

Sei es, dass Kampfsportler aus den vorhandenen Kampfkünsten wie Boxen, Judo oder Kickboxen den Weg zu uns gefunden haben. Oder auch die vielen Neuzugänge, die sich dem Thema Selbstverteidigung widmen wollen. Für den einen ist es die Sportart schlechthin, für den anderen ist es eine perfekte Ergänzung zu seinen bisherigen Sportaktivitäten.

Für jede Altersklasse ist etwas dabei. Freitags sind es die Kinder, die mit ihren Eltern auf der Ju Jutsu Matte in Altkloster stehen. Hier darf das Kind auch mal technisch „handgreiflich“ werden und seine Eltern zu Boden bringen.

Samstags finden sich die kleinen zwischen 6 und 10 Jahren beim spielerischen Erlernen des Gracie Jiu Jitsu,

wo bekanntlich hauptsächlich am Boden gekämpft wird. Hier powern sich die Kids dann noch mal richtig aus.

Auch mit unseren neuen Trainingszeiten finden am Montag die Jiu Jitsukas der höheren Altersklasse ihre Zeit, um zu schwitzen und neue Techniken zu erlernen. Dinge wie Guard-Passing und Double Leg Takedown gehören da zum Standard-Repertoire eines jeden BJJler.

Dienstags starten dann unsere Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen durch, wo mal für die nächste Gurt-Prüfung trainiert wird oder für die nächste sportliche Herausforderung.

Ein Donnerstag-Training für beide Sportgruppen findet sich beim Grappling, wo Schlagen, Treten, Werfen, Würgen, Hebeln und Festhalte-Techniken gefragt sind.

Unsere freien Trainings am Wochen-

ende werden auch gerne besucht, wo man noch mal das ein oder andere üben kann oder vom Trainer noch die eine oder andere Technik vermittelt bekommt.

Wie bisher jedes Jahr gab es auch 2019 den einen oder anderen selbst organisierten Lehrgang mit Top Referenten und einer Menge Spaß.

Natürlich sind unsere Sportler auch zu vielen externen Lehrgängen in ganz Deutschland gefahren. Unsere Trainer machen teilweise gleich eine ganze Woche Weiterbildungen mit, um immer top-informiert zu sein, was aktuell die Techniken der Stunde sind.

Neue Ideen sammeln wir und unsere Gäste auch quartalsweise bei unseren kostenfreien Sparrings-Treffen. Gäste aus Hamburg, Lüneburg, Tostedt oder anderen Örtlichkeiten waren schon dabei und man stellt fest, dass man doch

noch nicht alles gesehen hat.

Wer auch mal dabei sein will und sich in JuJutsu oder Gracie Jiu Jitsu ausprobieren will, findet alle Informationen auf der Homepage des BSV oder unter www.budosport-buxtehude.de



INFOBOX

Ju-Jutsu

Größe: 76 Mitglieder

Abteilungsleiter: Fabian Honnef

Telefon: (0160) 93 13 99 31

Mail: fabian@budosport-buxtehude.de

Wo kann man reinschnuppern:

Ju-Jutsu: Freitag 17:15 bis 19:00

Grundschule Altkloster

Brazilian Jiu-Jitsu: Samstag

13.00 bis 16.00 Uhr BSV-CitySport

Weitere Infos im Internet:

www.budosport-buxtehude.de



SOFTWARE- UND SYSTEMHAUS

IT-Lösungen von den Profis

Offizieller IT-Partner
der Handball-
Bundesliga Frauen
des Buxtehuder SV

Lassen auch Sie sich von uns beraten!

Telefon: 0 41 41 / 77 90 - 0 • E-Mail: info@hk-computer.de
Teichstr. 4 • 21680 Stade • Fax 0 41 41 / 77 90 - 77 • Web: <http://www.hk-computer.de>



- Netzwerke
- Kommunikation
- Service
- IT-Security
- IT-Consulting
- IT-Training
- Hardware
- Software
- Programmierung
- Webhosting
- Webdesign
- u.v.m.



Als langjähriger Förderer
wünschen wir dem
BSV-Handball
eine erfolgreiche Saison!

emerell GmbH

Alter Postweg 19-21, 21614 Buxtehude

www.emerell.com



BSV-Skatfreunde zurück in der Verbandsliga

Gleich in der ersten Saison nach dem Abstieg in die Bezirksliga hat das Team 1 der BSV-Skat-Abteilung den Wiederaufstieg in die Verbandsliga geschafft! Am letzten Doppelspieltag wurden noch einmal 7:1 Wertungspunkte eingefahren, so dass die kurz zuvor noch bis auf einen Wertungspunkt herangerückte Mannschaft der Harburger Skatfreunde 3 klar auf Abstand gehalten werden konnte.

Da das Einzugsgebiet von Bezirksliga und Verbandsliga identisch und auf das Gebiet der Skat-Verbandsgruppe 03.34 beschränkt ist, werden auch im kommenden Jahr die Ligaspiele für den BSV im Raum zwischen Harburg und Cuxhaven stattfinden.

Ob wie in den vergangenen beiden Jahren auch 2020 wieder ein zweites Team der BSV-Skatfreunde gemeldet werden kann, ist noch nicht ganz sicher. In dieser Saison belegte die zweite BSV-Mannschaft Platz 4 in der Bezirksliga, war aber personell zuletzt so dünn besetzt, dass so einige Wertungspunkte verloren gegangen sind.

Der Liga-Spielbetrieb und die Meisterschafts- und Ranglistenturniere sind für die Mitglieder der BSV-

Skat-Abteilung aber nicht der vorrangige Antrieb, im Verein Skat zu spielen. Das eigentliche Leben findet nämlich an den wöchentlichen Übungsabenden (jeweils mittwochs ab 19.15 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus Dammhausen) und bei den gemeinsamen Veranstaltungen der Skat-Abteilung statt, zu der auch eine Ausfahrt gehört. In diesem Jahr waren wir in Hameln. Ein Bericht dazu folgt in der nächsten BSV-aktuell.

Eine weitere Veranstaltung, die schon eine lange Tradition hat, ist das BSV-Weihnachts-Skatturnier „just for fun“ (siehe Kasten). Der diesjährige Termin dafür steht mit Freitag, 22. November 2019, schon fest. Hier haben insbesondere auch nicht in Vereinen organisierte Freizeitspieler/innen eine gute Gelegenheit, einen schönen Skatabend in lockerer Atmosphäre zu verbringen.

Melden Sie sich gleich in der BSV-Geschäftsstelle oder beim Abteilungsleiter dazu an und schauen Sie auch gerne vorher zum Üben noch einmal beim wöchentlichen Training vorbei. Sie sind herzlich willkommen!

BSV **INFOBOX**
Skat

Größe: 24 Mitglieder
Abteilungsleiter: Wolfgang Oldenburg
Telefon: (04161) 542 18
Mail: wolfgang.oldenburg@ewetel.net
Wo kann ich mal reinschnuppern?
 Mittwochs ab 19.15 Uhr im
 Dorfgemeinschaftshaus Dammhausen

BSV

Preisskat
-Just for fun-



am
um
im

22.11.2019

19.00 Uhr

DGH Dammhausen,
 Dammhauser Straße 61,
 21614 Buxtehude

Startgeld

€ 10,00

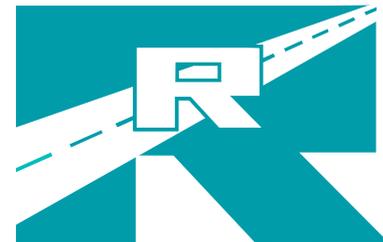
Anmeldung bitte bis zum 19.11.2019 in der BSV-Geschäftsstelle oder bei der BSV-Skat-Abteilung,
 Wolfgang Oldenburg, 04161/54218,
wolfgang.oldenburg63@gmail.com

... Ihr zuverlässiger Partner,
 wenn es um
 Endoprothetik geht!

ACS®
 Kniesystem



ic
implantcast
 Hergestellt in Deutschland



RISCHKAU
 Entsorgung · Container

- Abbrucharbeiten
- Bauschuttannahme
- Baustoffrecycling
- Containerdienst
- Entsorgung
- Erdbau
- Materialverkauf:



Grube Eilendorf
 Moisburger Landstraße 61

**Aktuelle Angebote finden Sie
 auf unserer Homepage**

(04161) 503 5 503
container@rischkau.com
www.containerdienst-buxtehude.de

Interview mit Anton Schuller, Sponsor der Abteilung

„Boxen sorgt für einen klaren Kopf“

Anton, Du als Geschäftsführer der Schuller Dachdeckerei GbR hast uns einen Satz Trikots zur Verfügung gestellt. Vielen Dank hierfür nochmal! Was sind Deine Beweggründe, den Buxtehuder SV zu unterstützen?

Anton Schuller: Ich habe früher selbst hier geboxt. Deshalb habe ich den Leiter der Sparte Boxen angesprochen, ob und wie ich unterstützen kann. Daher habe ich den Satz Trikots zur Verfügung gestellt.

Du hast es eben erwähnt: Du hast selbst in Buxtehude trainiert, kommst jedoch aus Scheeßel. Warum der weite Weg nach Buxtehude zum BSV?

Anton Schuller: In Scheeßel gibt es keinen Box-Verein. Über einen alten Bekannten bin ich deshalb nach Buxtehude gekommen und habe hier eine Super-Zeit erlebt!

Was meinst Du, ist das Besondere am Boxen?

Anton Schuller: Beim Boxen trainiert man vollumfänglich den Körper und die Ausdauer. Beim Training und im Kampf ist man auf sich gestellt mit dem Trainer im Rücken. Dieses Workout sorgt gerade nach stressigen Tagen für einen freien und klaren Kopf.

Warum hast Du aufgehört zu boxen und wie hältst Du Dich fit?

Anton Schuller: Ich hatte leider vor einiger Zeit einen schweren Arbeitsunfall und musste daher aufhören. Aktuell trainiere ich ab und zu für mich selbst und halte mich ansonsten durch meine Arbeit fit.

Kennst Du „Managerboxen“? Ein Angebot für Angestellte, um mehr Selbstvertrauen und Selbstsicherheit zu bekommen und dadurch in stressigen Situationen einen kühlen und klaren Kopf zu behalten.

Anton Schuller: Nein, ich kenne es noch nicht, finde das aber eine gute Sache! Vor allem für Berufe mit vorwiegender Bürotätigkeit. Ich selbst unterstütze meine Mitarbeiter hinsichtlich ihrer Trainingsbeiträge, weil ich eine gesunde Grundfitness als absolut wichtig erachte!

In diesem Jahr überbrücken wir die trainingsfreie Zeit mit dem Training bei der Scheune k.e.V., einem privat genutzten Trainingsraum mit Boxing in Buxtehude. Was hältst Du von dieser Möglichkeit und der Location?

Anton Schuller: Finde ich echt super! Vor allem für die Wettkämpfer eine gute Möglichkeit, ihr Training unter guten Bedingungen und in der Gruppe adäquat fortzusetzen.

Wir werden demnächst wieder eine Boxveranstaltung in Buxtehude organisieren. Bist Du dabei?

Anton Schuller: Auf jeden Fall! Wenn ihr etwas benötigt, bin auch gerne wieder bereit, etwas dazu beizusteuern!

Anton. Danke für das Gespräch!



Von links: Die Aktiven Kilian und Cassian Bürke, Trainer Stephan Walcker-Meyer, Sponsor Anton Schuller, Boxer Martin Lühmann.

BSV **INFOBOX**

Boxen

Größe: 107 Mitglieder

Abteilungsleiter: Frank Pahl

Telefon: (04161) 78 127

E-Mail: frank-pahl@t-online.de

Wo kann ich mal reinschnuppern? Bei jedem Training – Trainingszeiten s. u.

Alle Informationen bekommen Sie über die Homepage www.bsv-buxtehude.de



Der Himmel auf Erden. Und auf Asphalt.

Die X-Klasse: First of a new kind.



Mercedes-Benz

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart

hans tesmer

Hans Tesmer AG & Co. KG, Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf und Service

Ritscherstr. 32, 21244 Buchholz, Tel.: 04186 88828-0, Lüneburger Schanze 14, 21614 Buxtehude, Tel.: 04161 738-0

Gottlieb-Daimler-Str. 1, 21745 Hemmoor, Tel.: 04771 8884-0, Stader Str. 9, 27419 Sittensen, Tel.: 04282 2061-0

Carl-Benz-Str. 10, 21684 Stade, Tel.: 04141 6063-0, Luhdorfer Str. 130, 21423 Winsen, Tel.: 04171 8828-0

Südring 36, 27404 Zeven, Tel.: 04281 9314-0, www.tesmer.de

DAS ANGEBOT DER BOX-SPORT-ABTEILUNG

Dienstag	18.30–21.30	Erwachsene + Jugendliche
Donnerstag	18.00–20.00	Erwachsene + Jugendliche
Freitag	16.15–18.00	Kinder + Jugendliche 6–14 Jahre
Alle Trainingsstunden GS Harburger Str.		



Die BSVer Kristine und Oliver Anschütz spielen seit drei Jahren im Rahmen der Kooperation im Tennisverein Altkloster Tennis – und schätzen die tolle Gemeinschaft im Club.



Bestes Beispiel einer gelungenen Kooperation

Mit den letzten Spielen unter freiem Himmel und einem Grillfest haben wir die diesjährige Tennissaison Ende September gemütlich ausklingen lassen. Zeit, auf die vergangene Saison zurückzublicken.

Der TV Buxtehude-Altkloster hat mit 5 Herrenmannschaften bis zur Altersklasse 60 und vier Jugendmannschaften erfolgreich an den Punktspielen des Tennisverbandes Niedersachsen-Bremen e.V. teilgenommen.

Aus der Kooperation mit dem BSV waren insgesamt 8 Spieler an den Punktspielen beteiligt. Kristine Anschütz in einer Spielgemeinschaft des TV Buxtehude-Altkloster mit dem MTV Moisburg e.V., Malte Pribnow und Gunnar Hansen bei den Herren 30; Colin Bujko, Jarne Fluhr und Mats Ole Pribnow bei den Junioren B; Theo Schwarz bei den Junioren C und Tobias Ebling bei den Allerjüngsten in der Talentino-Runde.

Ein großer Teil unserer Mitglieder spielt allerdings im Freizeitbereich in den diversen Hobbyrunden auf unserer Tennisanlage am Heuweg 2 auf insgesamt 6 Tennisplätzen.

So auch Kristine und Oliver Anschütz, die – wie weitere 22 Mitglieder – ebenfalls über die Kooperation mit dem BSV im Tennisverein Buxtehude-Altkloster aktiv sind. Ihr Beispiel zeigt,

dass man durchaus auch noch als Erwachsener den Tennissport erlernen kann. Die sportlichen Voraussetzungen bei Kristine Anschütz und ihrem Mann Oliver waren allerdings von Anfang an sehr gut, da beide vom Badminton kommen und ihnen das Spiel mit Ball und Schläger sozusagen im Blut liegt. Beide sind inzwischen sehr gut in die wöchentlichen Trainingsgruppen und

die Mixed-Runde am Donnerstag integriert, wo auf 4 Plätzen quer durch alle Altersklassen im Mixed-Modus gespielt wird. Kristine Anschütz hat in dieser Saison sogar erstmals bei Punktspielen in der Bezirksliga der Damen 40 aufgeschlagen.

Kristine und Oliver, ein paar Fragen an Euch:

Wie seid ihr zum Tennis gekommen?

Ball sport hat uns schon immer sehr viel Spaß gemacht. Wir haben beide über 30 Jahre Badminton im Verein gespielt und auch an Punktspielen und Turnieren teilgenommen. Im Sommerurlaub haben wir gern auch mal Tennis ausprobiert.

Als der BSV 2016 die Kooperation mit dem Tennisverein Buxtehude-Altkloster angeboten hat, haben wir die Gelegenheit genutzt, um regelmäßig hier in Buxtehude zu spielen. Außerdem haben uns die schöne Anlage und der kurze Weg sehr gefallen.

Wie habt ihr angefangen/Wie seid ihr integriert worden?

Zu Beginn haben wir eigentlich nur zu zweit gespielt, später auch regelmäßig Trainerstunden genommen. Relativ bald wurden wir angesprochen und gefragt, ob wir in der Mixed-Runde am Donnerstag mitmachen möchten. Das Angebot haben wir gern angenommen und dadurch viele Spieler kennengelernt. Inzwischen spielen wir in weiteren Trainingsgruppen bzw. Spielrunden mit.

Was gefällt euch am Tennissport?

Da wir jahrelang Badminton in Sporthallen gespielt haben, gefällt uns natürlich das Spielen unter freiem Himmel, am liebsten bei schönem Wetter. Aber auch in der Halle im Winter macht uns das Tennisspielen viel Spaß.

ANGEBOTE FÜR BSV-MITGLIEDER

Um unseren Mitgliedern ein weitreichendes Angebot zu bieten, kooperieren wir für das Angebot Tennis mit dem Tennisverein Buxtehude-Altkloster und dem TSV Eintracht Immenbeck. BSV-Mitglieder können zu günstigen Bedingungen auf den schönsten Tennisanlagen im Kreis Stade Tennis spielen.

TV Buxtehude-Altkloster

- Tennisanlage: Heuweg 2, Buxtehude
- 95 € Jahresgebühr Erwachsene, bei Eintritt nach dem 15. Juli nur 50 €
- für Schüler und Jugendliche 65 €, bei Eintritt nach dem 15. Juli nur 35 €
- Im Eintrittsjahr ist kein Arbeitsdienst zu entrichten, in den folgenden Jahren umfasst der Arbeitsdienst 6 Stunden. Wird der Arbeitsdienst nicht oder nicht voll erfüllt, ist für jede nicht geleistete Arbeitsstunde ein Betrag von 12 € fällig.
- Anmeldung und weitere Infos in der BSV Geschäftsstelle.

TSV Eintracht Immenbeck

- Tennisanlage: Inne Beek 33, Buxtehude
- 80 € Jahresgebühr Erwachsene, bei Eintritt nach dem 15. Juli nur 40 €
- für Schüler und Jugendliche 40 €, bei Eintritt nach dem 15. Juli nur 25 €
- Im Eintrittsjahr ist kein Arbeitsdienst zu entrichten, in den folgenden Jahren umfasst der Arbeitsdienst 6 Stunden. Wird der Arbeitsdienst nicht oder nicht voll erfüllt, ist für jede nicht geleistete Arbeitsstunde ein Betrag von 10 € fällig.
- Anmeldung und weitere Infos in der BSV Geschäftsstelle.

Lust auf Tischtennis?

INFOBOX Tischtennis

Größe: 51 Mitglieder

Abteilungsleiter: Wolfgang Schön taube

Telefon: (04161) 61966

E-Mail: schoene-taube@gmx.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?

Interessierte können zu den Trainingszeiten vorbeikommen oder Herrn Schön taube kontaktieren.

Weitere Infos im Internet:

www.bsv-buxtehude.de

Tischtennis ist ein Sport für jedes Alter. Der BSV hat Trainingsgruppen für Kinder ebenso wie für Erwachsene (siehe unten). Interessierte Kinder können gerne mal zu einem unverbindlichen Probe-Training vorbeischauchen. Kontakt zur Abteilung siehe Info-Box!

DAS ANGEBOT DER TISCHTENNIS-ABTEILUNG

Montag	16.30–18.00 ab 18 Uhr	Alter 9–17 alle Altersklassen freies Erwachsenentraining	Albert-Schweitzer-Schule Albert-Schweitzer-Schule
Mittwoch	18.00–20.00	(alle Altersklassen)	GS Rotkäppchenweg
Mittwoch	19.00–21.45	freies Training	GS Rotkäppchenweg
Freitag	18.30–21.45	(alle Altersklassen)	GS Rotkäppchenweg
Trainer: Mohamad Chamouni, Niklas Lieder, Wolfgang Schön taube			



Die Tischtennisspieler trainieren in der Albert-Schweitzer-Halle und in der Sporthalle Rotkäppchenweg.

Wasser-Spaß für Babys bei 33 Grad

Für Kinder von ¼ Jahr bis 2 Jahre bietet der BSV Babyschwimmen an. Unter fachkundiger Anleitung lernen die Eltern, ihre Kinder in spielerischer Form und zuwendungsreicher Atmosphäre an das Element Wasser zu gewöhnen und sie mit ihm vertraut zu machen. Die intensive körperliche Beschäftigung mit dem Kind wirkt sich positiv auf das Erziehungsverhalten aus.

Wasserspaß für Säuglinge und Kleinkinder fördert das soziale Kontaktverhalten der Kinder untereinander. Beim Babyschwimmen verstehen wir das gemeinsame Spielen, planschen, tauchen und Singen im Wasser.

So werden die Kleinen mit dem „nasen Element“ spielerisch vertraut gemacht, sodass sie später mühelos den Weg zum natürlichen Schwimmenlernen beschreiten können.

Bewegungs- und Berührungsfreude entsteht durch die motorische Förderung aller Fortbewegungen wie Krabbeln, Laufen, Springen und Klettern.



Das Planschen im warmen Wasser macht Babys und den Eltern gleichermaßen Spaß.

Zum Spielen im Wasser kommen auch „Aqua-Spielzeuge“ zum Einsatz (altersgerecht).

Auch Lochmatten haben ihre Reize. Die Babys liegen darauf, krabbeln und sind trotzdem im Wasser. Spaß und

Freude an der Bewegung im Wasser stehen im Mittelpunkt.

Eltern und Babys sind immer wieder begeistert und freuen sich auf die nächste Planschstunde. Mit einem Abschiedslied beenden wir die Baby-

Aqua-Stunde. Unsere Babys werden die „Wasserratten“ von morgen sein...

Bei einer Wassertemperatur 33 Grad und in Kleingruppen finden die Babykurse vom BSV jeden Samstag im Bewegungsbad Kayser statt.

Aquafitness

Kräftigung, Fitness und Training durch Aquafitness. Aquafitness fällt nicht schwer, denn im Wasser bewegt man sich fast schwerelos. Geräte, die beim Aquafit eingesetzt werden, müssen nicht immer toll aussehen und viel kosten. Das Fitnessgerät „Pool-Nudel“ kommt hier zum Einsatz. Schlauchförmig ist sie 1,60 Meter lang und ist flexibel fürs Training einsetzbar.



Kurs-Nr. 2103 mit Lisa Beyer
Montag 19.30 oder 20.15 Uhr im Aquarella
Dauer: 6. Januar bis 24. Februar 2020
Preis € 80 (Mitglieder € 41,60)

Kurs-Nr. 2203 mit Lisa Beyer
Montag 19.30 oder 20.15 Uhr im Aquarella
Dauer: 2. März bis 12. Mai 2020
Preis € 100 (Mitglieder € 52)

Kurs-Nr. 2106 mit Lisa Beyer
Samstag 9 Uhr im Aquarella
Dauer: 11. Januar bis 29. Februar 2020
Preis: € 80 (Mitglieder € 41,60)

Kurs-Nr. 2206 mit Lisa Beyer
Samstag 9 Uhr im Aquarella
Dauer: 14. März bis 16. Mai 2020
Preis: € 90 (Mitglieder € 46,80)

Bitte Socken oder Aquaschuhe mitbringen!

Alle Angaben ohne Gewähr.
Änderungen vorbehalten!
Für alle Kurse gilt: Bitte erkundigen Sie sich nach freien Plätzen.

Infos und Anmeldung in der BSV-Geschäftsstelle, Tel. (04161) 34 82

Kinderschwimmen

Seit September laufen wieder Kinderschwimmkurse im Aquarella und Estebad Kayser. Über 250 Kinder lernen im BSV schwimmen oder erweitern ihre Schwimmfähigkeiten und erwerben dabei auch neue Schwimmabzeichen.

Zur Zeit bietet der BSV folgende Kurse an:

- 3 – 4 jährige mit Eltern
- 4 – 5 jährige
- Seepferdchen-Kurse
- Bronze-Kurse ● Silber-Kurse ● Gold-Kurse

Infos über freie Plätze in den Kursen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des BSV (Lange Straße 16, Tel. 04161-3482).

Wir freuen uns auf alle neuen Schwimmkinder!

Bitte beachten Sie: Es gibt keine Warteliste. Babyschwimmkurse laufen extra. Für diese Kurse (siehe Auflistung) ist eine Anmeldung jederzeit möglich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Baby-Schwimmen (ab 6 Monate)

Im Estebad Kayser werden die Jüngsten – zusammen mit ihren Eltern – mit dem nassen Element vertraut gemacht: Mit planschen, rutschen, tauchen, springen, schwimmen, singen und „Boot fahren“.



Bitte erkundigen Sie sich in der Geschäftsstelle, ob es noch freie Plätze gibt.

Kurs-Nr. 2110 mit Lisa Beyer
Samstag 11 bis 12 Uhr
Dauer: 11. Januar bis 29. Februar 2020
Preis: € 80 (Mitglieder € 41,60)

Kurs-Nr. 2210 mit Lisa Beyer
Samstag 11 bis 12 Uhr
Dauer: 7. März bis 25. April 2020
Preis: € 70 (Mitglieder € 36,40)

Aquajogging

Zum Training werden Aqua-Joggingleurte getragen und Aqua-Hanteln kommen zum Einsatz. Somit kann sich der Trainierende frei und intensiv bewegen. Arme und Beine führen dabei die Bewegung des Laufens aus. Es handelt sich hierbei um ein Kraft- und Ausdauertraining. Bei fließenden Bewegungen bleiben die Teilnehmer ständig aktiv, die Herzfrequenz steigt und der Stoffwechsel wird aktiviert. Aquajogging ist gelenkschonend und bietet sich für Jeden, ob jung oder alt, an.



Kurs-Nr. 2107 mit Lisa Beyer im Aquarella
Dienstag 19.30 Uhr oder 20.15 Uhr
Dauer: 7. Januar bis 25. Februar 2020
Preis: € 80 (Mitglieder € 41,60)

Kurs-Nr. 2207 mit Lisa Beyer im Aquarella
Dienstag 19.30 Uhr oder 20.15 Uhr
Dauer: 3. März bis 12. Mai 2020
Preis: € 110 (Mitglieder € 57,20)



INFOBOX Schwimmen

Größe: 148 Mitglieder

Abteilungsleiterin: Anke Oldenburg

Telefon: (04161) 54218

E-Mail: schwimmen@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?

Nach telef. Absprache ist ein unverbindliches Kennenlernen möglich.

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?

Die Schwimm-Abteilung bestreitet keine Wettkämpfe. Wettkämpfe bestreiten nur die Triathleten.

Weitere Infos im Internet: www.bsv-buxtehude.de



Die Jungen und Mädchen der Radsport-Jugendgruppe sind auch bei Wind und Wetter unterwegs. Hier am Treffpunkt Grüner Wald.

Immer mehr Jugendliche finden Spaß am Mountainbiken und Rennradfahren im BSV

Radsport verbindet Generationen

Seit Oktober 2018 betreibt die Radsportabteilung erfolgreich aktive Jugendarbeit und kann mit derzeit über 20 Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 8 und 25 Jahren auf eine tolle Saison 2019 zurückschauen.

Die MTB-Touren und Fahrten erstrecken sich neben dem Neuklosterforst auch auf die Fischbeker Heide, die Harburger Berge und den Rosengarten.

Die Gruppen werden immer von einem Trainer geführt und einem Co-Trainer begleitet. Uns ist es wichtig, dass neben dem sportlichen Gedanken und Spaß am Cruisen oder über Wurzeln fahren ein Miteinander stattfindet. Das MTB-Fahren verstehen wir auch als eine integrative Maßnahme, Mädchen und Jungen, egal welcher Herkunft oder sportlichem Hintergrund, sind willkommen. Für den Einstieg bieten wir Leihräder.

Das Rennradfahren verbindet bei uns die Generationen. Unabhängig vom Alter fahren wir gemeinsam in verschiedenen Gruppen und legen einen großen Fokus auf das Gruppengefühl. Kids, Jugendliche und Erwachsene verschmelzen so zu einer Einheit, die alle die Leidenschaft zum Radfahren verbindet. Durch unterschiedliche Übungen und Angebote schaffen wir dabei gleichzeitig den Spagat des individuellen Trainings in Kombination mit dem Ziel der persönlichen Leistungssteigerung. Dabei profitieren alle von dem Miteinander und den damit verbundenen Erfahrungen.

Das dazu benötigte breite Angebot

ermöglichen die Guides Harald, Burkhard, Stefan, Bernd, Bianca, Svenja und Jens. Euch gilt ein besonders großer Dank. An vier Wochentagen und immer wieder auch an den Wochenenden zeigt ihr mit und durch euer Ehrenamt begeisterten Radfahrer in und um Buxtehude die Vielseitigkeit unseres Sports, und

dass Radfahren in der Gruppe am schönsten ist – egal, ob im Wald oder auf der Straße.

Lust bekommen? Wir haben auch für dich das richtige Angebot. Begleite uns auf unserem Weg und lass dir zeigen, warum wir für diesen Sport brennen.

BSV **INFOBOX**
Radsport

Größe: 95 Mitglieder

Abteilungsleiter: Jens Klöver

Telefon: (04161) 64 90 23

E-Mail: radsport@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?
Interessierte sind bei jedem Training willkommen und können das Angebot unverbindlich „testen“.

Wo kann ich Wettkämpfe sehen?
RTF, 3. Mai 2020, 9.00 Uhr SZ Süd

Weitere Infos im Internet:
www.bsv-buxtehude.de

MOUNTAINBIKE JUGEND

**INTERESSIERT?
BSV-ANSPRECHPARTNER
JENS KLÖVER
BSVRADSPORT@GMAIL.COM**

SEIT ÜBER 100 JAHREN
MIT LIEBE GEBACKEN

BSV Energie - Bündel®

BSV Brot
mit 30 Cent Spende für die BSV Jugendgruppe

Backhandwerk Hillert
QUALITÄT, DIE SCHMECKT

baeckerei-hillert.de

Schönecke
– seit 1914 –

Genießen Sie ausgewählte Spezialitäten aus der Welt und aus der Region, z.B. Rumpsteak und Entrecôte von der Pommerschen Fäse, Kronen vom Iberico-Schwein, Label Rouge Freilandgeflügel, Holsteiner Pute, Deutsches Kikok-Hähnchen, Strauß aus Südafrika und vieles mehr!

Jetzt unser neues Sortiment entdecken!

Samstags
8-12 Uhr
auf dem Wochenmarkt
in Altkloster

Natürlich Qualität genießen!

www.schoenecke.de

Tänzer in ungewohntem Schuhwerk

Jede Woche treffen wir uns dienstags um 18.45 Uhr zum Tanzen in der Pausenhalle der Grundschule Altkloster. Vom langsamen Walzer über Tango bis zu Cha-Cha-Cha und Salsa ist alles dabei. Jede Woche lernen wir etwas Neues bzw. versuchen, uns irgendwie an die Schritte vom letzten Mal zu erinnern. In der kurzen Halbzeitpause ist dann Zeit für einen großen Schluck Wasser, die eine oder andere Süßigkeit – und natürlich für die Neuigkeiten der letzten Woche.

So kamen wir auf die Idee, gemeinsam einmal nicht die Tanzschuhe zu schnüren, sondern die Wanderschuhe. Die Wahl fiel auf ein Teilstück des Heidschnuckenweges, und so marschierten im Sommer fünf Tanzpaare in ungewohntem Schuhwerk, nicht formvollendeter Haltung und mit jeder Menge guter Laune los. Bei optimalem Wanderwetter (18° C und leichter Nieselregen) ging es in Neu Wulmstorf los in Richtung Rosengarten.

Heidschnucken sind uns auf dem Weg leider nicht begegnet, nur die Wollbüschel an einigen Ästen verrieten ihre Anwesenheit. Dafür fanden wir an einigen Stellen Blaubeersträucher, und dank unseres ortskundigen Organisations kam auch die Heimatkunde nicht zu kurz. So standen wir auf einmal mit-



Gruppenbild am historischen Ort: Die Buxtehuder Tanzsportler während ihrer sommerlichen Wandertour auf und vor dem Karlstein.

ten im Wald in einer kleinen Siedlung. Einige Häuser, viele Briefkästen an zentralen Stellen und Schotterwege: Das ist Tempelberg und gehört zu Neu Wulmstorf. Wieder etwas gelernt.

Es wurde viel geklönt und gelacht, am Karlstein legten wir eine Pause ein – und konnten mithilfe unserer Smartphones auch gleich lernen, dass der

Sage nach Karl der Große persönlich die tiefe Kerbe in den Fels geschlagen hat. Zwei besonders sportliche Tänzer erklimmen den Findling – die perfekte Vorlage für ein Gruppenbild.

Auch das letzte Teilstück zum Ziel, die Waldschänke in Rosengarten, haben wir nach einer Querfeldein-Abkürzung, die sich als Umweg entpuppte, schließ-

lich noch gemeistert und kamen pünktlich vor dem großen Regenguss an – perfekt. Nach rund zwölf Kilometern schmeckte das Essen natürlich besonders gut.

Seit dem Ende der Sommerferien treffen wir uns wieder jeden Dienstag zum Tanzen, und im nächsten Jahr wird es bestimmt wieder einen Ausflug geben. Vorher steht aber erstmal das Herbstfest der Tanzabteilung an, auf das wir uns schon alle sehr freuen. „Oktoberfest“ lautet das Motto am 25. Oktober 2019 in der Pausenhalle der Grundschule Altkloster. Alle Tänzerinnen und Tänzer sind herzlich willkommen!

Haben Sie auch Freude am Tanzen? Dann kommen Sie doch einfach mal vorbei und schnuppern Sie bis zu drei Mal unverbindlich in eine unserer Tanzgruppen hinein.

Wir freuen uns auf Sie!

INFOBOX Tanzen

Größe: 119 Mitglieder

Abteilungsleiter: Silke Kappel-Koch

Telefon: (0178) 936 76 96

E-Mail: tanzen@bsv-buxtehude.de

Wo kann ich mal reinschnuppern?

Interessierte können gerne in jeder Tanzgruppe vorbeischaun und das Angebot kostenlos testen.

Weitere Infos im Internet:

www.bsv-buxtehude.de

DAS ANGEBOT DER TANZSPORT-ABTEILUNG

Tag	Uhrzeit			Ort
Montag	18.30	Line Dance Fortgeschrittene	besteht seit 2012	GS Altkloster
Montag	20.00	Line Dance Anfänger	Einsteiger	GS Altkloster
Dienstag	18.45	Standard & Latein	besteht seit 2017	GS Altkloster
Dienstag	20.15	Standard & Latein	Einsteiger seit 08/2018	GS Altkloster
Mittwoch	20.00	Standard & Latein	Kooperation Post SV	GS Altkloster
Donnerstag	18.45	Standard & Latein I	besteht seit 2014	GS Altkloster
Donnerstag	20.15	Salsa für Anfänger & Fortgeschrittene	Einstieg möglich	GS Altkloster
Freitag	18.00	Standard & Latein	besteht seit 2012	GS Stieglitzweg
Freitag	19.00	Freies Training	Auf Anfrage	IGS



BSV
» **Starke Leistung**
...das TAGEBLATT: Aktuell, analysierend, hintergründig.
Die Nr. 1 der Sportberichterstattung im Landkreis.

MittwochsJOURNAL WOCHENENDJOURNAL TAGEBLATT TV TAGEBLATT.de

STADT
BUXTEHÜDER
AITLÄNDER

TAGEBLATT

www.tageblatt.de

besser in den Tag

Rhönrad-Turnen ist ein attraktiver Sport – rechts ein Foto von der letzten BSV-Sportschau. Unten: Die erfolgreichen Rhönrad-Turnerinnen von Hamburg (von links): Merle Lange, Noemi Karl, Emilia Scheffer, Pia Delz, Mia Antonczak, Jolina Schmidt.

Trainingszeiten Rhönrad im BSV – siehe Seite 10!



Rhönradturnerinnen erfolgreich in Hamburg

Beim Norddeutschen Pokal- und Vergleichswettkampf in Hamburg traten Vereine aus ganz Norddeutschland einschließlich Berlin gegeneinander an. Insgesamt gingen über 170 Turner und Turnerinnen an den Start.

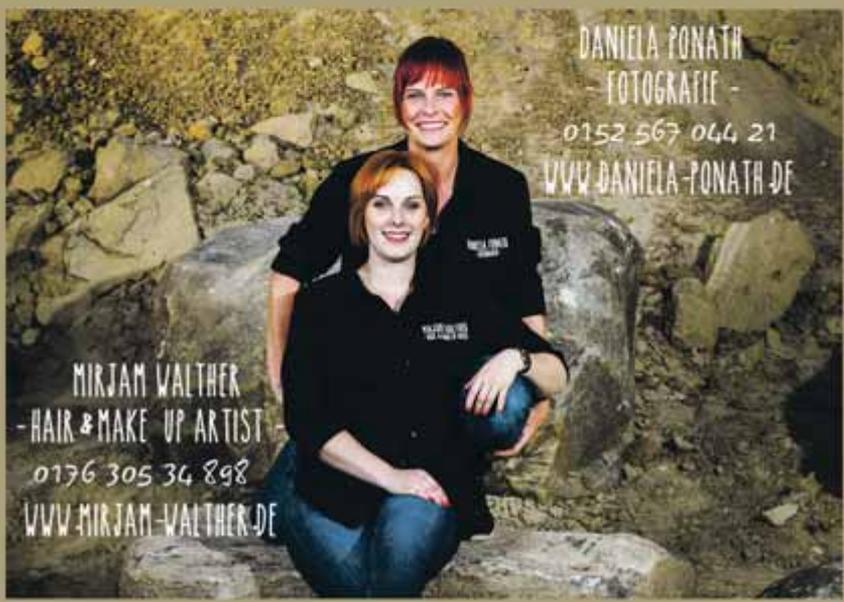
Der BSV war mit sechs Mädchen im

Alter von 9 bis 19 Jahren vertreten. Jede von ihnen muss eine Kür aus acht bis zehn Teilen vorturnen. Dabei geht es um die saubere Ausführung und um die Schwierigkeit der Teile.

Bei den jüngsten Turnerinnen AK9/10 erreichten Emilia Scheffer den 4. und

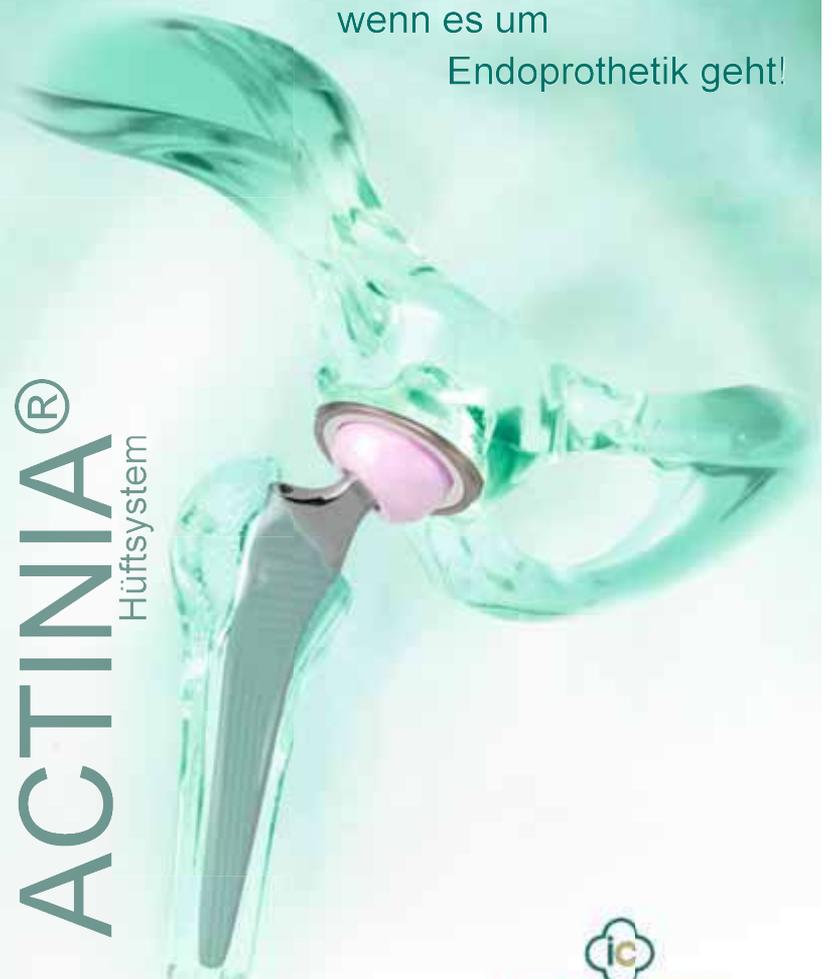
Pia Delz den 7. Platz von 32 Mädchen. In der Altersklasse 13/14 mussten Jolina Schmidt und Mia Antonczak sich starker Konkurrenz stellen und landeten auf dem 19. und 23. Platz. Für beide war es erst der zweite Wettkampf. Noemi Karl turnte als einzige in der

AK15/16 und schaffte mit einer super durchgeturnten Kür den 6. Platz. Genauso sicherte sich auch unsere älteste Turnerin Merle Lange in der AK19+ ohne große Patzer den 7. Platz. Insgesamt ein erfolgreicher Wettkampftag für die BSV-Turnerinnen.



... Ihr zuverlässiger Partner,
wenn es um
Endoprothetik geht!

ACTINIA®
Hüftsystem



ic
implantcast
Hergestellt in Deutschland



So erreichen Sie uns:

Buxtehuder Sportverein
von 1862 e. V. – Geschäftsstelle
WIR SIND UMGEZOGEN!

Adresse Lange Straße 16
21614 Buxtehude

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Mittwoch 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr
15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Freitag 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Monats-Beiträge im BSV

Erwachsene 15,00 €
Familien 32,00 €
Kinder bis 18 Jahre 10,00 €
Studenten, Azubis 10,00 €
Passiv 5,00 €

Folgende Abteilungen erheben einen Zusatzbeitrag: Judo, Boxen, Tanzen, Badminton, Herzsport/ Osteoporose, American Football und Fit Kids.

KONTAKT:

Telefon (04161) 34 82
Fax (04161) 46 38
Internet: www.bsv-buxtehude.de
Mail: gs@bsv-buxtehude.de

Alle Inserenten auf einen Blick

Alle Inserenten und Werbepartner in diesem Sonderheft helfen uns, diese Ausgabe der „BSV aktuell“ zu finanzieren. Wir bedanken uns dafür und bitten um freundliche Beachtung.

ARAL-Tankstellen Kallweit.....	2	Keimling Naturkost.....	16
A & S Wasserbetten.....	3	LaCantina.....	35
Autohaus Eberstein.....	26	Metz Hoch- und Tiefbau.....	27
BKS Sommerfeld.....	20	NSB-Kantine.....	33
Daniela Ponath Fotografie.....	46	Physiopraxis Lasarzik & Lohmann.....	10
Druckerei Pusch.....	38	Rademacher Immobilien.....	8
Emerell.....	39	Ratskeller Buxtehude.....	5
FitnessLoft.....	17	Rischkau Sand- und Fuhrbetrieb.....	40
GESA-Bau.....	36	Schönecke Geflügelhof.....	44
Gorch-Fock-Apotheke.....	38	Schulenburg Architekten.....	47
Grote Immobilien.....	35	Sparkasse Harburg-Buxtehude.....	48
HairCut.....	2	Sportdeutschland.tv.....	24
Hans Tesmer AG.....	41	Stackmann Sport & Fitness.....	15
HBI.....	28	Stadtwerke Buxtehude GmbH.....	21
Herzappelhof.....	8	Stichweh Reinigung.....	33
Hillert Bäckerei Konditorei.....	44	Tobaben Malereibetrieb.....	27
HK Computer.....	39	Vagabundreisen.....	4
Höft Party-Service.....	23	Watzulik Büro- und Kopiertechnik.....	29
Incort GmbH.....	32	WAPA Steuerberatungs GmbH.....	4
implantcast GmbH.....	40 + 46	Zeitungsverlag Krause.....	45

**Weihnachtsmärchen
Schneewittchen**

**8.12.2019
14.30 Uhr**

Halepaghen-Bühne

Kinder: 5 €
Erwachsene: 8 €

Aufführung durch Tournee Theater Hamburg
Eintrittskarten und weitere Infos in der BSV-Geschäftsstelle
Lange Straße 16 (1. Stock) · Telefon: 04161-3482
oder auf www.bsv-buxtehude.de
Öffnungszeiten: Mo. 10 - 13 Uhr, Mi. 10 - 13 Uhr + 15 - 19 Uhr, Fr. 10 - 13 Uhr

Aus dem BSV-Kalender 2019/20

8. November 2019	Stackmann-Teamabend	Stackmann
21. November 2019	außerordentliche Mitgliederversammlung (19.00 Uhr)	Zur Gilde
6. Dezember 2019	Nikolaus-Kindersporttag (15 bis 17 Uhr)	Halle Nord
8. Dezember 2019	BSV-Weihnachtsmärchen (14.30 Uhr)	Halepaghen-Aula
12. Januar 2020	DANKE-Brunch	Ovelgöner Hof
22. Februar 2020	BSV Tanzshow (15.30 Uhr)	Halepaghen-Aula
23. Februar 2020	BSV Tanzshow (15.30 Uhr)	Halepaghen-Aula
26. März 2020	Mitgliederversammlung (19.00 Uhr)	Zur Gilde

NEU: Mitglieder werben Mitglieder

Jetzt neue Mitglieder werben und von exklusiven Vorteilen profitieren!
So geht es: Du brauchst nur jedes von Dir geworbene Mitglied bitten, Deine eigene Mitgliedsnummer auf dem Mitgliedsantrag einzutragen und schon erhältst Du eine Gutschrift in Höhe des Monatsbeitrages des geworbenen Neumitgliedes. Diese wird mit Deinem Folgeinzug verrechnet.
Unter den teilnehmenden Mitgliedern verlosen wir drei Stackmann-Gutscheine in Höhe von 25 €, 50 € bzw. 75 €. Der erfolgreichste Werber erhält am Ende der Aktion einen Stackmann-Gutschein in Höhe von 100 €.
Aktionszeitraum: 1. Oktober bis 31. März 2020. Von der Aktion ausgenommen sind Helfer, Übungsleiter, Abteilungsleiter, Mitarbeiter, Vorstand und Präsidium.

IMPRESSUM

Dieses Sonderheft „BSV-AKTUELL“ erscheint am 23. Oktober 2019 und wird mit dem Mittwochs-Journal vom TAGEBLATT kostenlos verteilt an über 50.000 Haushalte in Buxtehude und Umgebung. Es ist auch kostenlos erhältlich in der BSV-Geschäftsstelle am Stavenort und im BSV-Shop (Viverstraße 2).

Redaktion: Peter Prior, Christin Becking, Lukas Reineke und Ruth Petersson-Jesch unter Mitwirkung der Abteilungsleiter im BSV und Friederike Gubernatis (BSV-Geschäftsstelle)

Fotos: Ruth Petersson-Jesch, Jan Bröhan (TAGEBLATT), Larasch.de

Satz/Gestaltung: Ulrich Heinsen, info@uh-medien.de

Druck: Zeitungsverlag Krause GmbH & Co. KG, Glückstädter Straße 10, Stade

Herausgeber (und verantwortlich für den Inhalt): Handball-Marketing, Viverstr. 2, 21614 Buxtehude, Tel. (04161) 99 46 1-0, Fax (04161) 99 46 129

Geschäftsführer: Michael Schmidt, Peter Prior · **Internet:** www.bsv-live.de

E-Mail: info@bsv-live.de · **Druck-Auflage:** 51.000

Der BSV im Internet: www.bsv-buxtehude.de





Unabhängig ist einfach.

175
Jahre

spkhb.de/alter

Jetzt beraten lassen,
damit Frau später
finanziell abgesichert ist.

Aus Nähe wächst Vertrauen



Sparkasse
Harburg-Buxtehude