

# BLINKFEUER



AUSGABE NR.4 / 2015 / H 8349



**PRUELLKES  
UND BRAT-  
HERINGE**

»»Seite 03

**40 JAHRE  
NORDSEE  
STADION**

»»Seite 12

**NEUE  
STRATEGIEN**

»»Seiten 11

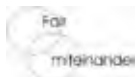


## Giro X-tra. Besser als kostenlos.

Das Girokonto, das Geld spart. Bei unseren regionalen und überregionalen Giro X-tra-Partnern sparen Sie bares Geld. Sie profitieren von bis zu 6 % Rückerstattung bei Buchungen über unseren günstigen Reise- oder Ticket-Service. Versichern Sie Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop gratis. Auch mit dabei: Giro X-tra-Magazin, Schlüsselfund-Service sowie unsere freundliche und faire Beratung. Informieren Sie sich jetzt in der nächsten Geschäftsstelle oder unter [www.wespa.de](http://www.wespa.de).

Gut für mich.

 **Weser-Elbe  
Sparkasse**

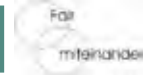


### Unser Leistungsangebot:

- ⇒ Grund- und Behandlungspflege
- ⇒ Leistungen der Pflegeversicherung
- ⇒ Haushaltshilfen für Schwangere
- ⇒ Wohnumfeldberatung
- ⇒ Hilfsmittelberatung
- ⇒ Seniorenbetreuung
- ⇒ Vermittlung von Hausnotrufmelder

#### **Ingrid Meyer**

Ambulanter Krankenpflegedienst  
Dr.-Franz-Mertens-Str. 2  
27580 Bremerhaven  
Tel. 0471/83088  
eMail: [meyerpflege@t-online.de](mailto:meyerpflege@t-online.de)



### Nachtpflegedienst

Unser Nachtpflegedienst richtet sich an alle Patienten und Angehörige, die nachts Hilfe benötigen. Sie können uns jederzeit sofort anfordern. Sie können unsere Leistungen auch dann in Anspruch nehmen, wenn wir nicht in Ihre tägliche Pflege eingebunden sind.

***Es werden keine Notfallpauschalen,  
sondern lediglich nur die getätigten  
Leistungen abgerechnet!***

#### **Ingrid Meyer**

Ambulanter Krankenpflegedienst  
Dr.-Franz-Mertens-Str. 2  
27580 Bremerhaven  
Tel. 0471/83088  
eMail: [meyerpflege@t-online.de](mailto:meyerpflege@t-online.de)

## Das Jahr 2015 in Schlagzeilen:

- » **Das Nordsee-Stadion wird 40**
- » **Delegiertenversammlung in Rekordzeit**
- » **Klausurtagung in Ritterhude**
- » **Der OSC zeigt Flagge**

### „Unser“ Nordseestadion ist im Herbst 2015 40 Jahre alt geworden.

Es „präsentiert sich als eine in die Zukunft geplante Muster-Anlage mit ungemein vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten“ wurde zur Eröffnung geschwärmt.

Ich werde mich an dieser Stelle einmal nicht über den maroden Zustand der Immobilie auslassen, sondern meine Verwunderung darüber ausdrücken, dass es bis heute nicht gelungen ist, diese geplanten und auch erkannten Verwendungsmöglichkeiten zu nutzen. Bei einer Begehung im Sommer mit dem „Event-Management“ der Seestadt war ein deutliches Interesse zu erkennen, das Stadion als Austragungsort im Veranstaltungsplan der Stadt aufzunehmen. Wir sind gespannt auf die Umsetzung.

Gefeiert haben wir das Stadion-Jubiläum mit einem „Tag der offenen Tür“ unter dem Motto:

### „DABEI SEIN IST ALLES!“ MITMACHANGEBOTE UND VORFÜHRUNGEN AUS DEN ABTEILUNGEN MACHTEN DIE VIELFALT DES SPORTANGEBOTS IM OSC DEUTLICH. ( S. BILDSERIE IN HEFTMITTE)

Vergleicht man diesen „Tag der offenen Tür“ mit der Feier zum Vereinsjubiläum des OSC vor drei Jahren, wird deutlich: Im OSC hat sich einiges verändert. Nicht einige wenige, verzweifelnde Planer waren am Werk, sondern 13 Abteilungen reagierten auf den Aufruf aus der Planungsgruppe und waren mit ihren Beiträgen im Programm. Dies ist für mich das erfreuliche Fazit: Wir sind dabei, im OSC zu einander zu finden. Über die Abteilungen hinweg ein „Wir-Gefühl“ zu entwickeln.

Ritterhude läßt grüßen! Die gut vorbereitete und engagiert von allen Teilnehmern durchgeführte Klausurtagung im April wirkt sich aus.

Dies zeigte sich auch bei unserer „Ubena“-Fahrt im September. Bei Wind und Wetter schipperte der OSC in bester Stimmung auf der Weser. Wir waren zum ersten Mal ausgebucht. Ein Termin für die Fahrt im nächsten Jahr steht schon fest. Man wird sich rechtzeitig einen Platz auf der Kogge sichern müssen.

Flagge gezeigt hat der OSC 2015 mehrfach. Unter Mitwirkung der Jugendsprecher des Vereins wurde mit der Bremerhavener Sportjugend ein Banner „Für Toleranz und Fremdenfreundlichkeit“ erstellt.

Mit großem Einsatz war der OSC auch bei der Sportmeile dabei.

Bei der Sail wehte vor dem Auswandererhaus eine in Kooperation mit der Hochschule angefertigte „Hein Mück“-Flagge mit OSC Emblem für ein „Buntes Bremerhaven“ an den Masten.

### BAULICHE VERÄNDERUNGEN SIND AUCH ZU VERMELDEN:

- » Unter der Außentreppe sind Transformatoren entfernt worden. Für die freien Räume haben wir unseren Bedarf angemeldet.
- » Der „Glaskasten“ ist saniert. Der Arbeitsraum für die Objektaufsicht ist deutlich gekennzeichnet. Das Nebeneinander von Stadtwappen und OSC-Emblem drückt die gemeinsame Verantwortung für die Sportanlage aus.
- » Der Zugang zur Sportanlage ist behindertengerecht gestaltet.
- » E-Installation und Kücheneinrichtung im Stadion-Restaurant sind saniert.

Nun müssen wir „unser Vereinslokal“ auch annehmen. Ich kann mir nicht vorstellen, dass in den Abteilungen vergessen worden ist, dass in den Sporträumen der Verzehr von mitgebrachten alkoholischen Getränken untersagt ist und dass Abteilungsveranstaltungen mit Verzehr nur in Abstimmung mit unserer Pächterin Astrid Holz möglich sind.

Die letzte Sitzung des erweiterten Präsidiums findet am 1. Dezember 2015 im Stadionrestaurant statt. Geplant ist eine umgestaltete Tagesordnung und eine Öffnung für Teilnehmer an der Klausurtagung.

### ICH WÜNSCHE ALLEN MITGLIEDERN UND FREUNDEN UNSERES VEREINS, ALLEN LESERN UND INSERENTEN EINE FROHE VORWEIHNACHTSZEIT, EIN GESEGNETES FEST UND EINEN GUTEN RUTSCH INS JAHR 2016.

Gerd Gräfinig



## Der OSC zeigt Flagge !

Die SAIL 2015 war toll: herrliches Wetter, eine friedvolle Atmosphäre und über eine Million Besucher !

Und der OSC konnte einen klitzekleinen Beitrag zu diesem Erfolg beisteuern. Jens Middendorf, Leiter unserer Freizeitsport-Abteilung, war als Paradekapitän auf der ALEXANDER von HUMBOLT II für die Einlaufparade verantwortlich, die allerdings zum Unwillen vieler Besucher aus Zeitgründen (Bundespräsident Joachim Gauck) verkürzt werden musste.

Die Marchingband unter Leitung von Holger Seemann begleitete den Marsch der Schiffsbesatzungen durch die Stadt und brachte die russischen Seeleute in Schwung.

Übungsleiterin Anne Grosse hatte für ihre Gruppen die ASTARTE gechartert. Am Mast wehte die OSC-Flagge, als das Schiff die Gäste auf eine mehrstündige Fahrt auf die Weser führte.

Nicht nur mit seinem Tischtennisschläger weiß OSC-Senior Adolf Glas gut umzugehen, auch Pinsel und Palte führt er meisterhaft. Seine maritimen Gemälde fanden viel Anerkennung, und manch ein Bild wechselte den Besitzer.

Eine gute Idee hatten Studenten der Hochschule Bremerhaven, als sie um Sponsoren für 13 große Flaggen warben, die ein Zeichen gegen Fremdenfeindlichkeit setzen sollten. Der OSC beteiligte sich spontan an dieser Aktion. Zwanzig bunte Handabdrücke zieren die vier Meter hohen Flaggen, die während der SAIL vor dem Auswandererhaus wehten. Hein Mück als sympathische Identifikationsfigur Bremerhavens transportiert diese Botschaft für Toleranz, Offenheit und gegen Fremdenfeindlichkeit mit seiner musikalischen Internationalität.

Die Flagge ist inzwischen im Besitz des OSC und kann zu besonderen Anlässen gehisst werden.

nis.



Stephanie Davis, TEAM ShapeYOU

SHAPE YOU TRAINING • NUTRITION • MOTIVATION

**REACH YOUR GOALS**

SHAPE YOU



## OSC – Termine

- 26.11.** Senioren-Klönschnack (44) 15:30 Stadion-Gaststätte
- 28.11.** LA: Adventsportfest 11:00 Gr. Halle
- 01.12.** Erweiterte Präs.-Sitzung 17:00 Stadion-Gaststätte
- 05.12.** Fußballturnier Handycaper
- 06. 12.** Senioren-Weihnachtsfeier 15:00 Stadion-Gaststätte
- 19.12.** Fußballturnier 3. Herren (?)
- 20.12.** LA: Vorsilvesterlauf 9:00 Nordsee-Stadion

- 2016:**
- 23.01.** Bossel-Turnier 15:00 Gr. Halle
- 28.01.** Senioren-Klönschnack (Grünkohl)
- 24.01.** Fußballturnier G1 Jgd.
- 06.02.** Fußballturnier E4 Jgd.
- 07.02.** Fußballturnier E2 Jgd.
- 20.02.** Fußballturnier E3 Jgd.
- 21.02.** Fußballturnier E1 Jgd.
- 27.02.** Fußballturnier D2 Jgd.
- 27.02.** JHV Triathlon 18:00 Geschäftsstelle
- 28.02.** Fußballturnier F- Mädchen / E- Mädchen
- 06.03.** Fußballturnier F1 Jgd.
- 07.03.** Fußballturnier F2 Jgd.



## Teammitglieder gesucht!



**Wir, die Olympic Girls, sind junge und junggebliebene Frauen, die sich voll und ganz auf Showtänze konzentrieren.**

Weil sich die Tanzabteilung im letzten Jahr aufgelöst hat, gehören wir seit diesem Jahr zur Abteilung Turnen. Geprobt werden unter anderem Tänze zu der Musik von Chorus Line, Rocky Horror Picture Show, Can Can, Dirty Dancing, ABBA, Fluch der Karibik, Schlager und vieles mehr. Die Choreographien dazu erstellen wir selbst. Die Kostüme werden individuell angepasst und aufgepeppt oder professionell durch Schneiderinnen gefertigt.

Jetzt möchten wir unsere Gruppe gern vergrößern und suchen neue Teammitglieder, die Lust haben, bei uns mitzumachen. Einzige Voraussetzung: genügend Motivation zur regelmäßigen Teilnahme am wöchentlichen Training und Freude am Tanzen. Im Vordergrund steht natürlich das gemeinsame Training für den einen oder anderen Auftritt, wobei der Spaß dabei aber nicht zu kurz kommen darf.

### **TRAININGSZEIT:**

Donnerstag von 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr im Nordsee-Stadion,

Tel.: 0471 80097-0.

**Kontakt: Anke Stolp,  
www.olympigirls.de**

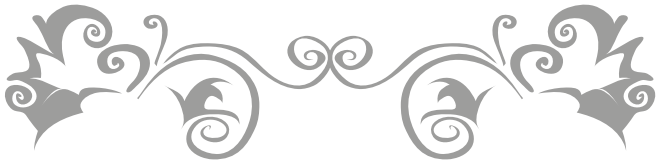
„Leidenschaftlich Sport betreiben?  
Nicht ohne jährlichen Check-up –

**DIE AOK BEZAHLT'S.**

**JETZT: 300€ PLUS**

300 Euro zusätzlich für bestimmte Gesundheitsleistungen Ihrer Wahl – pro Jahr und für jedes mitversicherte Familienmitglied!  
[www.aok.de/bremen](http://www.aok.de/bremen)

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.



## Juliane Harlep

1949 - 2015

**Optimistische Lebenseinstellung,  
Tatkraft, Fröhlichkeit, Mut,  
Soziales Engagement, Fleiß, Güte.**

**Mit diesen positiven Aussagen haben sich all ihre Freunde von unserer allseits verehrten Sportkameradin verabschiedet.**

Juliane Harlep, Motor der „Frauenbewegung“ in unserem Verein und treibende Kraft im Bereich des Mädchenfußball-Sports im OSC ist einer tückischen Krankheit erlegen, die zeitweise schon überwunden schien.

Bis zuletzt hat sie sich für die Belange der Frauengruppe eingesetzt. Erst in ihren letzten Tagen war sie bereit, die von ihr organisierte Fahrt zum Lüneburger Weihnachtsmarkt abzusagen, in der Hoffnung, dass sich doch noch alles zum Guten wenden würde.



Resolut und engagiert hat Juliane ihre Ansichten im Erweiterten Präsidium vertreten und sich dort Gehör verschafft.

Präsidium, Frauengruppe und Fußball-Abteilung sind sehr traurig, mit Juliane Harlep eine so tatkräftige und mutige Frau verloren zu haben.

**Klaus Zisenis**

**Zum  
Fischbäcker**



**Friedrich-Ebert-Straße 48  
27570 Bremerhaven  
Tel. 0471 / 2 59 90**

**An der Packhalle IV 10, Fischereihafen  
27572 Bremerhaven  
Tel. 0471 / 75 75 7**



**www.fisch-siedler.net**

## Bei Pruellkes und Bratheringen...



als „highlights“, befanden sich die OSC-Senioren wieder im sommerlichen „Reisemodus“.

Zunächst brachte der Giese-Bus vierzig „oldies“ ins nahe Worpsswede. Als tolle „location“ fand Heinrich Vogelers Barkenhoff viel Beifall – anlässlich der Ausstellung um den Jugendstil herum in seinem einstigen Domizil im heutigen Museum sowie im Garten (siehe Foto). Die Größe der Gruppe machte Aufteilung erforderlich – ein Teil wanderte schon zum Haus im Schluh. Allerdings vergeblich, denn dort war noch geschlossen. So trafen sich alle – mehr oder wenig zufällig – im „Cafe Verrückt“ zur Mittagspause wieder.

Vielen hatte das kulturelle Angebot bisher noch nicht gereicht und sie suchten weitere künstlerische Eindrücke in der großen Kunstaussstellung gleich nebenan. Gemeinsam wurde dann von allen der Weg zum Haus im Schluh zurückgelegt. Inzwischen geöffnet. Frisch renoviert sorgte das dortige Museum – einst initiiert von der ehemaligen Gattin Heinrichs, Martha Vogeler – neben der Kunst auch für Impressionen häuslicher Elemente der Vergangenheit.

Am frühen Abend ging es in Richtung Heimat zurück – indes, nicht ohne Abendessen. Das wartete bereits in der „Lindenschänke“ in der Nähe Hagens im Bremischen auf hungrige Mäuler. Doch Senioren bekommen vom Reisen nie die Nase voll, denn wenn Herr Lindhorst fährt, lässt’s sich im Bus schön „shillen“\*. Einen Monat später führen sie erneut los. Durchs Ostfriesische. Esens wurde am frühen Mittag erreicht – nach mühsamer Fahrt über verstopfte Straßen durch das Harlingerland. In der dortigen Peldemühle – heute Heimatmuseum – präsentierte sich eine überaus interessante Ausstellung „Mensch und Meer“ und weiteres aus der nicht unwichtigen Geschichte dieser Kleinstadt. Die netten Damen des Museumsvereins servierten uns anschließend zum Tee die leckeren Pruellkes – nach Eigenrezept, als eine Art eigener Schöpfung von Schmalzkuchen... Die gingen weg, wie warme Semmeln – lecker „food“!

Im äußersten Westen Ostfrieslands liegt Greetsiel, dem eigentlichem Ziel dieser Tagestour. Hier konnte jeder selbstständig seine eigenen-

Wege wählen: rund um den romantischen Sielhafen (siehe Foto: Sielhafen), zu den zwei restaurierten Mühlen oder zum Deich, der die Nähe zur Nordsee allerdings nur andeutete. Und das alles im strahlenden Sonnenschein!

Rückweg nach Bremerhaven? Noch nicht! Zunächst wurde noch „unser“ obligatorisches Diekmannshausen - unterhalb des Jadebusens gelegen - angefahren. Im dortigen „Landhaus“ lauerte bereits der begehrte und inzwischen schon berühmte Brathering auf die Tagesreisenden. Der Fisch musste immer wieder nachgelegt werden. Der „turnaround“ war dann am frühen Abend beendet - Bremerhaven „reloaded“ !



Vollgefr.(gessen) am Parkplatz an der Frühlingsstraße angekommen, teilte sich ein wunderbarer Haufen reiferer Menschen in jeweilige häusliche Umgebungen.

Fazit: Anlässlich beider Tagesfahrten herrschte wärmender Sonnenschein, nie war es „cool“\* und die „Outdoor“-Jacken konnten stets im Bus verbleiben. Tagesreisen besitzen bei den Senioren ein geiles\* „standing“ und besitzen in ihrem Lebens-„ranking“ einen hohen Stellenwert. Dank an den großartigen Organisator, der natürlich – so dünkt es mich - wieder nicht genannt werden möchte - den aber jeder im Verein kennt... (Danke Klaus !). Auf der „to-do“-Liste der Zukunft steht schon wieder einiges – und da ist manches „must have“ dabei. „Wow“!

**Wolfgang Strahl**

\* Entschuldigung! – Normalerweise entsagt sich der Verfasser der primitiven Sprache der „kids“ und der jungen Generation, der sich leider neuerdings auch gestandenerer Jahrgänge immer mehr bedienen.



24. Bremerhavener Gesundheitswoche

## OSC Fuß- und Ganganalyse

Unser Fitness-Studieleiter und Physiotherapeut Wolfram Batz analysierte in der Stadthalle Bremerhaven für eine ganze Grundschulklasse, sowie zahlreiche Schüler und Lehrer deren Ganghaltung und Fußstellung. Ob über Normal-, Platt-, Hohl-, Spreiz- oder Senkfuß - hier konnte man jede Menge Wissenswertes über seine eigenen Füße erfahren und wie man Disbalancen ausgleichen kann.

Wer selber einmal Interesse an der Fuß- und Ganganalyse hat, kann jederzeit in unserer Geschäftsstelle oder im Fitness-Studio einen Termin mit Wolfram vereinbaren.



## Herzlichen Glückwunsch!

In den Monaten August, September, Oktober und November haben nachstehende Mitglieder einen „runden“ Geburtstag feiern können. Wir gratulieren ganz herzlich !

### 70 JAHRE:

Roswitha Weidemann, Heidi Rakau, Wolfgang Grube, Peter Münch, Peter Sauer, Karl Richter, Annelie Schmonsees

### 75 JAHRE:

Hannelore Fox, Hans-Friedrich Kühlken, Edith Kuller, Peter Zimmermann, Anke Brandt, Uwe Rath, Wilhelm Dicke, Björn Hilck, Uwe Rademacher, Sigrid Woydack, Karin Müller

### 80 JAHRE:

Werner Bolz, Walter Keßling, Engeline Carstensen, Wolfgang Voigts, Waltraud Tjaden, Werner Graef

### 85 JAHRE:

Ilse Plutat, Günter Thurau

### 90 JAHRE:

Herbert Fabisch

### GUTES SEHEN KOSTET KEIN VERMÖGEN!

Schlechtes Sehen kann Sie jedoch ein Vermögen kosten.

Lassen Sie deshalb Ihr Sehvermögen bei uns prüfen.



Ihr Fachmann für gutes Sehen & Verstehen  
**GRIENIG**  
Optik & Akustik

Inhaber B. Meyer | Augenoptiker-Hörakustikermeister  
Debstedter Weg 8 | 27578 Bremerhaven | 0471-8 42 82

Foto: © istockphoto / 118

Sanitätshaus  
**dohse**  
GmbH

Lange Straße 58 · 27580 Bremerhaven  
Telefon (04 71) 983 98-0 · Telefon (04 71) 983 98-16

- Alltagshilfsmittel
- Rollstühle
- elektrisch betriebene Scooter und Rollstühle
- Gehhilfen
- Badehilfen
- Senioren- und Pflegebetten
- Lagerungshilfen
- Decubitus-Systeme
- Wohnraumberatung
- Sauerstoff-Therapie
- Fußpflege
- Prothesen
- Bandagen
- Leibbinden
- Kompressions-Strümpfe
- Brustprothesen
- Bademode für die Frau
- Miederwaren
- Stillhilfen
- Maß-Einlagen
- aktuelles Schuhsortiment
- Stoma-Versorgungen
- Inkontinenz-Bedarf



Ihr Sanitätshaus mit Herz!

Der OSC Bremerhaven erhält erneut Auszeichnung durch den DTB

## SportPro Gesundheit 2015



v. links: DTB Vizepräsidentin Doris Schubert, Annika Buchholz, Wolfram Batz, Ilka Ponitka-Graw, Anne Grosse

Der OSC Bremerhaven ist mit seinem umfangreichen Sport- und Kursangebot eine der Anlaufstellen für Gesundheit und Bewegung.

Besondere Highlights sind bei diesem Angebot die Kurse, die mit dem Qualitätsmerkmal „Pluspunkt Gesundheit“ und „Sport pro Gesundheit“ zertifiziert wurden. Dadurch können sich die Teilnehmer solcher Kurse sicher sein, dass sie mit ihren Übungsleitern besonders wertvollen Bewegungssport betreiben.

Doris Schubert (Vizepräsidentin Gesundheitssport des DTB) verlieh in diesem Jahr den OSC-Übungsleitern Annika Buchholz, Anne Grosse, Ilka Ponitka-Graw und Wolfram Batz die Zertifikate für insgesamt 23

Kursangebote zu Land und im Wasser. Frau Schubert freute sich über die Vielfalt und Qualität der angebotenen Kurse und die motivierten Übungsleiter.

Informationen zu den ausgezeichneten Kursen unter [www.osc-bremerhaven.de](http://www.osc-bremerhaven.de), oder in der OSC Geschäftsstelle Tel. 0471/800 97-0

**Susanne Plate**

**BURMEISTER** GmbH  
Grabmal- & Natursteinfachbetrieb



**Manfred Burmeister**  
Geschäftsführer



- ▲ Grabmale
- ▲ Nachbeschriftungen
- ▲ Außeneingänge
- ▲ Natursteinobjekte für Haus und Garten
- ▲ Einfassungen
- ▲ Fensterbänke
- ▲ Fußböden

[burmeister.natursteine@gmx.de](mailto:burmeister.natursteine@gmx.de)

**Spadener Str. 126**  
**27578 Bremerhaven**  
☎ **80 61 650**

Feldstraße 10b  
27574 Bremerhaven  
☎ **95 84 90 37**

Weserstraße 173  
27572 Bremerhaven  
☎ **95 84 90 34**

Loxstedt:  
Ausstellung  
direkt am Friedhof

## Strategiesitzungen im Bereich Öffentlichkeitsarbeit

**Mittlerweile zum zweiten Termin trafen sich Vertreter der Abteilungen an einem Donnerstagabend, um über die Themen „Außenwerbung“, „Unser Verein als Marke“ und den „Internetauftritt des OSC“ zu sprechen.**

An beiden Terminen konnte Vizepräsident Christian Pufke jeweils über 10 Personen begrüßen, die sich mit diesen Themen beschäftigen wollen. Das zeigt, dass es im Verein durchaus Interesse an diesem wichtigen Thema gibt.

Unabhängig von erweiterten Präsidiumssitzungen kann hier speziell auf das Thema eingegangen werden. Und nicht nur das, alle teilnehmenden Abteilungen haben die Möglichkeit über das weitere Vorgehen im Plenum selbst zu bestimmen. Dies ist bereits schon auf der ersten Sitzung geschehen, als sich die Anwesenden einig darüber waren, „untätige“ Abteilungen nach einer gesetzten Frist zwar nicht komplett von der OSC-Internetseite zu nehmen, aber lediglich eine kurze Info auf die Seite zu setzen.

Denn die Internetseite des OSC lebt von der Aktualität aller Abteilungen. Auch dies wurde in den Runden immer wieder deutlich. Denn die präsentierten Besucherzahlen setzten so manchen Vertreter in Staunen, wie viele Menschen heutzutage das Medium Internet als Basis für die Suche von Informationen nutzen.

Ein weiteres Thema, das auf der Klausurtagung im April beschlossen wurde, ist, den Verein als Marke voranzubringen. Erste Entwürfe wurden den Beteiligten vorgestellt und darüber diskutiert.

Auf der aktuellen Sitzung wurde ebenfalls über einen Termin für eine Schulung im Bereich Internetseitenpflege gesprochen. Auch dies ist ein Punkt aus dem Aktionsplan als Ergebnis der Klausurtagung. Hier wurde ein Termin im November festgehalten. Mehr dazu im Artikel Seminarangebot des OSC.

Da die nächste Sitzung im November im Rahmen des Schulungsangebots sich ausschließlich mit dem Thema „Gestalten und Bearbei-

ten der OSC-Abteilungsseiten“ beschäftigte, wird die nächste regelmäßige Sitzung Mittwoch, 10. Februar 2016 um 18.30 Uhr im OSC stattfinden. Zu diesem Termin werden alle Abteilungen im neuen Jahr per Mail angeschrieben, um zu diesem Termin mit eventuellen Wunschpunkten aus den Abteilungen einzuladen.

### NEU! SCHULUNGS- UND FORTBILDUNGSKALENDER

Fachliche Qualifikation wird im OSC gefordert und gefördert. Ein weiterer Baustein zum Erfolg soll der Fortbildungskalender des Vereins werden. Hier können Funktionsträger wie Abteilungsleiter, Mitglieder der einzelnen Vorstände der Abteilungen, Übungsleiter und andere Funktionäre wertvolle Informationen rund um „Ihren“ Sport sammeln. Uns ist es gelungen, für die Seminare mehrere Referenten zu finden, die Interessierten Fachthemen näher bringen. Eine jeweilige vorherige Anmeldung ist zwingend notwendig, da die Plätze begrenzt sind.

Neu ist auch, dass alle Anmeldungen online erfolgen. Die jeweiligen Links werden auf der Internetseite des OSC unter [www.osc-bremerhaven.de](http://www.osc-bremerhaven.de) bekannt gegeben. Dies macht allen Beteiligten die Arbeit leichter und vereinfacht die Prozesse. Ein Ausbau der Themen und des Umfangs ist im nächsten Jahr geplant.

**Bei Themenwünschen steht Christian Pufke unter [pressearbeit@osc-bremerhaven.de](mailto:pressearbeit@osc-bremerhaven.de) oder die Geschäftsstelle gern zur Verfügung.**

| Datum      | Thema  | Ort    | Dauer           |
|------------|--|--------|-----------------|
| 25.11.2015 | Schulung<br>Internetseite Einsteiger                   | Langen | 18.30-20.30 Uhr |
| 28.11.2015 | Schulung<br>Internetseite Einsteiger                   | Langen | 15.15-17.30 Uhr |
| 28.11.2015 | Schulung<br>Internetseite Aufbaukurs                   | Langen | 17.30-20.00 Uhr |
| 01.12.2015 | Meilensteine der<br>Klausurtagung /<br>Ziele erreicht? | OSC    | 19.00-20.00 Uhr |

### Ausblick auf weitere Themen im Jahr 2016:

|                                       |     |                   |
|---------------------------------------|-----|-------------------|
| Inklusion-Willkommenskultur im Dialog | OSC | ca. 2,5 Stunden   |
| Projektmanagement (LSB)               | OSC | ca. 2 x 3 Stunden |
| Kommunikation 1                       | OSC | 10.00-16.00 Uhr   |
| Kommunikation 2                       | OSC | 10.00-16.00 Uhr   |
| AED-Schulung (Defi-Schulung)          | OSC | ca. 2 Stunden     |
| Konfliktmanagement & Teambuilding 1   | OSC | 3 Stunden         |
| Konfliktmanagement & Teambuilding 2   | OSC | 3 Stunden         |

CPu

### Wir sind Ihre Ansprechpartner!



**Andree Hilgeland** Gas- u. Wasserinstallateurmeister  
[www.hilgeland-sanitaer.de](http://www.hilgeland-sanitaer.de) · [info@hilgeland-sanitaer.de](mailto:info@hilgeland-sanitaer.de)

Alter Postweg 24  
27578 Bremerhaven

Telefon (0471) 80 11 65

Fax (0471) 8 84 33

Notruf (0471) 8939266

DABEI SEIN ist ALLES !!!

## Vierzig Jahre NORDSEE\_STADION Ein bunter Bilderbogen





## Rückblick 2015

Es gab nicht viel zu bejubeln für die Teams der Basketballabteilung in der vergangenen Saison. Der Grund dafür liegt nicht an mangelnden Voraussetzungen in Bremerhaven, sondern vielmehr an der überdurchschnittlichen Klasse aller Mannschaften aus dem regionalen Raum. Jährlich wiederkehrende Meisterschaften für unsere Teams sind mittlerweile keine Selbstgänger mehr. Daran können auch hauptamtliche Trainer und die Nähe zu den Eisbären nichts ändern. Die Ausbildungsziele stehen daher im Vordergrund und da können wir allen Mannschaften gute Noten attestieren.

Den Grundstock der Abteilung bildet die Altersklasse der U8 bis U12. Erst danach entwickeln sich die Leistungsmannschaften von der Landesliga bis hin zur Bundesligapunktrunde der U16 und der U19. Spieler aus den beiden letztgenannten Mannschaften bilden gleichzeitig das Gerüst im Herrenbereich in der Regionalliga. Und gerade in dieser Spielklasse haben die Trainer und die Spieler diese vielen kleinen Ausbildungsschritte umgesetzt und damit den optimalen Erfolg erzielt.

### AUFSTIEG IN DIE 1. REGIONALLIGA

Die Trainer Jan Lipke und Nils Ruttman sowie Sören Hachmann als Physio haben gemeinsam mit den Spielern gezeigt, dass Geduld die wichtigste Tugend in diesem Geschäft ist. Nach Abschluss der Hinrunde stand das BSG-Team schon fast als Absteiger fest, würde die Rückrunde in ähnlicher Verfassung beendet werden. Doch von Spiel zu Spiel steigerte sich die Mannschaft und kletterte bis auf den dritten Tabellenplatz mit 13 Siegen und neun Niederlagen.

Den Lohn der Arbeit präsentierte der Verband der Regionalliga Nord der Mannschaft dann zum Meldeschluss für die Saison 2015/16. Nach dem Verzicht vom Meister Bramfelder SV und dem TSV Krons- hagen stieg das Lipke-Team in die 1. Regionalliga auf. Damit folgt jetzt der nächste Ausbildungsschritt für die jungen Spieler. Der Klaskenerhalt.

### ZWEI MEISTERTITEL

... für die Spielgemeinschaft der Basketballabteilungen des OSC und SFL gab es dann doch noch. Verantwortlich waren dafür allerdings die „alten“ Herren. Obwohl es mit Platz 5 in der Bezirksoberliga Bremen/Lüneburg nicht ganz so nach Plan verlief, trumpschte das Team um Holger Zeilinger in der Pokalrunde auf. Über die Bremen Fire-Basketz (62:53) und den TSV Wulsdorf (82:60) qualifizierte sich die Mannschaft für das Finale und holte sich dort gegen die BTS Neustadt aus Bremen mit 66:52 in der heimischen Bogenstraßen-Halle den Meistertitel. Die Punkte erzielten: Dennis Dastan (23 Punkte/1 Dreier), Cengiz Dastan (12/2), Sven Kujovic (16/1), Marvin Schomburg (5/1), Andre Arndt (3), Andreas Sonnefeld (2), Semin Kocan (4), Sven Regul (1), Michael Fittje, Kenny Patillo, Efan Kitay

### BSG POKALTEAM 2015



Hintere Reihe: Dennis Dastan, Andre Arndt, Thomas Becker, Sven Regul, Andreas Sonnefeld, Semin Kocan, Efan Kitay, Kenny Patillo, Marc Schlichting, Jürgen Bohne

Mitte: Kapitän Michael Fittje

Vordere Reihe: Trainer Holger Zeilinger, Cengiz Dastan, Marvin Schomburg, Co-Trainer Jan Martin Mittelstädt, Jannis Sonnefeld, Sven Kujovic

Auch die Oldies in der Spielklasse Ü45 waren erfolgreich. Nach einem spannenden Endspiel gegen Bremen 1860 (60:59) holten sich die Senioren erneut den Meistertitel des Bremer Basketball Verbandes. Dieser Sieg war verbunden mit der Teilnahme an der Norddeutschen Meisterschaft, die in diesem Jahr in der Bremerhavener Sporthalle der Gaußschule ausgetragen wurde. Dort belegte die BSG-Vertretung den zweiten Platz in der Vorrunde und musste dann aber im Halbfinale gegen den Berliner Vertreter, DBV Charlottenburg, die Segel streichen (52:71).

Wir sind auch bei Facebook!

[facebook.de/osc-bremerhaven](https://facebook.de/osc-bremerhaven)



## EISBÄREN E.V. NIMMT SEINE ARBEIT AUF

gemeinsam und partnerschaftlich gehen die Profis der Eisbären und die Spielgemeinschaft neue Wege in der Jugendförderung. Ziel ist eine engere Verzahnung des Spielbetriebs mit den Schulen im Land Bremen und Niedersachsen. Sechs Schulen haben bereits ihr Interesse dafür angemeldet.

Schon in der vergangenen Saison war jeweils ein Team der Johann-Gutenberg-Schule und dem Schulzentrum Carl von Ossietzky bereit für eine Teilnahme am U12-Punktspielbetrieb im Namen der BSG. Doch Spielbetrieb und Mitgliedschaften der Schulkinder stellten die beiden Großvereine der Spielgemeinschaft vor eine kaum lösbare Aufgabe. Eine Kursgebühr beim OSC für eine Saison half den Beteiligten kurzfristig aus dieser Misere.

Der Eisbären Bremerhaven e.V. dagegen kann sich über den Profibe-



trieb der Eisbären Bremerhaven Marketing GmbH um die Kids kümmern und den Spielbetrieb garantieren. Am 1. Juli 2015 wechselten daher alle Spielerinnen und Spieler der BSG von der Altersklasse

U8 bis zur U14.2 (Bezirksliga) von der BSG zum Eisbären Bremerhaven e.V. über. Einen großen Unterschied werden die Jungen und Mädchen nicht feststellen, denn die Trainer und die Trainingsmöglichkeiten bleiben auch unter dem neuen Namen erhalten.

Die Landesligateams, die älteren Jugendlichen in der Altersklasse U16 und U18 sowie die Senioren spielen dagegen auch nach dem Stichtag unter dem Dach der Spielgemeinschaft des SFL und OSC. Das Leistungsniveau und der Einsatz der Spieler in mehreren Teams bleiben, wie in den Vorjahren, gewährleistet. Auch die Ausstattung der Spieler mit einer Doppellizenz für den Bundesligaspielbetrieb der Eisbären in der JBBL und NBBL wird in gewohnter Form fortgeführt.

## ABSCHIED VON FRANK ACHEAMPONG UND CHRISTIAN „STEINI“ STEINBERG

Zwei Jahre lang haben sie das Bild des Bremerhavener Basketballs für die Eisbären und der BSG erfolgreich geprägt. Frank als Organisator



für den Spielbetrieb sowie als Coach der JBBL und verantwortlich im U12 bis U16 Jugendbereich. Steini ebenfalls als Coach (Regionalliga, Oberliga und Schulteam), aber viel mehr im organisatorischen Bereich als Jugendkoordinator und Organisator zur Verbesserung von Strukturen. Nun gehen beide in eine neue Zukunft. Foto: Steini

Seit August 2015 arbeitet Frank als JBBL-Coach beim Zweitligisten rent4office Nürnberg und beim Nürnberger Basketball Club e.V. im unteren Jugendbereich. Steini hat eine Stelle bei der BEKO BBL (Basketball Bundesliga) angenommen und wird sich von Köln aus um den Nachwuchsbereich kümmern.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Frank und Steini für ihren unermüdlichen Einsatz für die BSG Bremerhaven und den Eisbären Bremerhaven und wünschen beiden viel Erfolg an ihrem neuen Arbeitsplatz.

**Jürgen Bohne**

### Bitte beachten!

Anzeigen- und Redaktionschluss für die nächste Ausgabe:  
10.01.2016

OSC-Fußballer

## Flugeinlagen sorgten für viel Spaß



Ein positives Medien-Feedback für unser Event: Saisonauftakt der Fußballabteilung des OSC Bremerhaven. Über den ganzen Tag konnten wir ca. 600 Menschen in unserer Sportstätte begrüßen.

Wir möchten uns bei allen Akteuren auf, sowie hinter den Kulissen bedanken. Alle Anwesenden haben einen richtig tollen Job gemacht und dafür Sorge getragen, dass jeder unser Stadion mit einem freudigen Lächeln verlassen hat. Dies lag nicht nur an dem tollen Heiß-Catering des Partyservice Rehbein oder der Abkühlung durch das Kalt-Catering von Salvatore Marvelli mit seinem Eismobil. Auch die SWB Bremerhaven mit ihrer Trinkwasserbar und das Sportamt, die einen perfekten Rahmen ermöglicht haben, trugen zum Erfolg unserer Veranstaltung bei.

### ZU DEN SICHTBAREN AKTEUREN:

Angefangen bei unseren Kleinsten, die in einer Turnierform gezeigt haben, was Ehrgeiz und sportlicher Einsatz in Verbindung mit viel Spaß bewirken können.

Oder auch das Team unserer C-Junioren, das neben einem kleinen „Showtraining“ natürlich auch in die Bumper-Bälle schlüpfen konnten, um sich gegenseitig mal die Meinung zu „bumpen“.

Wir glauben, dass sich jeder gut betreut fühlte, denn alle Stations- und Aufbauhelfer, ob nun 1. oder 2. Damen- sowie 1. oder 2. Herrenmannschaft waren aus unserer Sicht immer bemüht. Unsere Gäste von den Fischtown Pinguins haben sich ebenso wohlgefühlt und durch ihre absolut professionelle Einstellung das Bumper-Ball-Spiel ohne Zweifel zu einem sportlichen Highlight auf dem Rasen des Nordsee-Stadions gemacht.

Wir denken, dass mit diesem sehr ereignisreichen Tag bei schönstem Wetter ein etwas anderer Saisonauftakt gelungen ist. Es ist Ermutigung und Herausforderung zugleich, diesen, unseren Verein aus dem Schattendasein des Bremerhavener Sports herauszuheben.

Auf jeden Fall können wir stolz sein.

**Beste Grüße**  
**Das orgaTEAM**

## Die Kleinsten lernen Judo



Von links: Eva Linn, Tobias, Georg, Lion und Trainer Christoph

Unter der Leitung von Christophe David fand ein Judo-Kurs für Kinder im Alter von 5-10 Jahren statt. Sichtlich mit viel Spaß wurden die Kleinen an den Judosport herangeführt.

Vier der Teilnehmer wagten sogar schon den Schritt zur ersten Gürtelprüfung. Sie demonstrierten mit guten Leistungen ihre Lernfortschritte und wurden am Ende mit dem weiß-gelben Gürtel belohnt.

## Grüngurt für Martin Müller und Sören Stelow



Sören und Martin hatten sich entschlossen die Prüfung zum Grüngurt zu machen. Für beide Jiu-Jitsukas war es eine Aufgabe, die Sie ohne Probleme absolvierten. Nach ca. 1,5 Stunden war das Prüfungsprogramm souverän vorgeführt und die Prüfer Klaus Lange 5.Dan und Heiner Planthaber 3.Dan haben nach sehr guter Leistung Martin und Sören zum 3.Kyu gratuliert.



## Prüfung bestanden



Auf dem Foto von links nach rechts:  
Justin, Leandro und Anmolpreet

Drei Judokas haben nach intensiver Vorbereitung ihre Judo-Prüfung zum nächst höheren Kyu-Grad bestanden. Nach der Fallschule erfolgte eine Demonstration der Wurftechniken sowie der Haltegriffe. Am Ende mussten noch Randoris (Übungskämpfe) absolviert werden. Prüfer Christophe David lobte die Leistungen, als er das Prüfungsergebnis kundtat und die neuen Gürtel überreichte.

Es haben bestanden:

- » 8. Kyu (weiß-gelber Gürtel): Leandro Harders Anmolpreet Singh
- » 6. Kyu (gelb-orangener Gürtel): Justin Larm

## Blaugurtprüfung beim Nachbarverein



links: Karl-Joachim Scheel (Prüfer), 3. v. links Oliver Buß,  
4. v. links Steffen Hoffmann

Unser Vereinsnachbar der SV-Hemelingen in Bremen führte im Sommer eine Landes-Kyu-Prüfung durch, an dem zwei von unseren OSC Ju-Jutsukas teilnahmen. Oliver Buß stellte sich einer Überprüfung und Anerkennung seines Jiu-Jitsu-Blaugurtes. Steffen Hoffmann legte die Prüfung vom Grüngurt zum Blaugurt ab. Nach 3 ½ Stunden konnten alle Teilnehmer die Urkunde für den 2. Kyu-JJ (Blaugurt) in Empfang nehmen.

### BILD ZU ARTIKEL SEITE 3



Der „Glaskasten“ ist saniert. Der Arbeitsraum für die Objektaufsicht ist deutlich gekennzeichnet. Das Nebeneinander von Stadtwappen und OSC-Emblem drückt die gemeinsame Verantwortung für die Sportanlage aus.



### Bärbel Barbe-Becker

Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht

Tätigkeitsschwerpunkte:  
Arbeitsrecht · Sozialrecht

### Christiane Veit-Koop

Rechtsanwältin

Tätigkeitsschwerpunkte:  
Erbrecht · Verwaltungsrecht · Steuerrecht

Dr.-Franz-Mertens-Straße 10 · 27580 Bremerhaven  
Tel: (0471) 98 18 96 16 · Fax: (0471) 98 18 96 12

## Escrima Großmeister beim OSC



Am Wochenende fand unter der Leitung von Großmeister Uwe Claussen ein Escrima Lehrgang statt. Uwe praktiziert das „Cacoy“ Doces Pares Escrima, er trägt den Rang eines Großmeisters unter Cacoy Canete dem Begründer des Cacoy Doce Pares Eskrima auf den Philippinen. Bei diesem System, das seinen Schwerpunkt auf die kurze Distanz legt, wird zusätzlich zum Stock auch mit leeren Händen auf den Angreifer eingewirkt.

Eingeladen wurde der Großmeister (GM) Claussen von Lars Müller, dem 1. Vorsitzenden der Ju-Jutsu Abteilung. Der GM zeigte eine breite Palette von Verteidigungstechniken mit Gegenständen und auch ohne. Ein weiteres Thema behandelte die Variationen und Anwendungen des philippinischen Sensibilisierungs-Drills. Diese Übung wird mit dem Partner als immer wiederkehrendes Bewegungsmuster geübt. Bei der Vielfalt der Techniken und vor allem wegen der bemerkenswerten Bewegungspräzision, mit der Uwe sie zeigte, konnte jeder der Anwesenden, gleich welcher Graduierung, neue Anregungen mit in ihre Vereine nehmen.

Ein besonderer Höhepunkt aber war, dass unserem Sportskameraden Lars Müller zum Abschluss des Lehrganges die Urkunde zum 1. Dan Doces Pares Escrima überreicht wurde.

**Herzlichen Glückwunsch Lars**

JHS

## Karateprüfung bei der 40-Jahr-Feier



Am „Tag der Offenen Tür“ anlässlich des 40 jährigen Bestehens des Nordsee-Stadions fand eine Karateprüfung statt. Diese beinhaltete Schlag- sowie Tritttechniken, gefolgt von Partnerübungen. Angetreten waren zum 8. Kyu (Gelbgurt) Stefan Wagner und David Flöbikowski, zum 7. Kyu (Orangegurt) Jianxiong Steffen-Li und Daniel Gousanthier, sowie zum 3. Kyu (Braungurt) Vanessa Hümmer und Eric Wagner zum 2. Kyu (Braungurt). Alle Prüflinge bereiteten sich intensiv auf die Prüfung vor, dieses spiegelt sich auch im positiven Ergebnis wider. Nach einem abschließenden Gespräch mit dem Prüfer konnte das Urteil „bestanden“ verkündet werden.

## Olympia-Camp 2016 !

Vom 10.06-12.06.2016 startet die Karate-Abteilung das OSC Olympia-Camp. Die Übernachtung findet im Nordsee-Stadion statt. Es können alle Altersstufen von 5-18 Jahren teilnehmen. Weitere Informationen bekommt ihr beim Karate-Training (Freitags 16:00 - 18:00 Uhr) oder unter [osc.karate.daniel@gmail.com](mailto:osc.karate.daniel@gmail.com) Ansprechpartner ist Daniel Steffen.

**BIER-HARLOS**  
Getränke-Dienstleister

& *Weine*  
*und Spirituosen*  
*aus Deutschland und der Welt*

Weissenstein 14 · 27574 Bremerhaven  
DURSTHOTLINE (0471) 9 32 30-0 · Fax -60  
[www.Bier-Harlos.de](http://www.Bier-Harlos.de)

## Ergebnisbericht



Bei Temperaturen um 16°C und sonnigem Himmel lässt es sich gut laufen. Aufgrund des Fußball-Länderspiels kam es durch die Vorverlegung des Termins zwar zu Einbrüchen in der Teilnehmerzahl der Laufgemeinde, aber gute Ergebnisse sorgten für ein Trostpflaster. Die durch das neue Brückenbauwerk (Hanna-Wolff-Brücke) neu vermessene Strecke zeichnet sich als schnell und bestleistungsträchtig aus. Die Veranstalter hoffen, dass zum Vorsilvesterlauf am 20. Dezember wieder große Teilnehmerzahlen zu vermelden sind.

Deshalb meldeten sich nur knapp 50 Läufer beim Lauf des OSC an und konnten teilweise ihre Jahresbestleistung nochmals unterbieten. Gute Zeiten waren zum Abschluss der Wettkampfsaison nicht unbedingt zu erwarten. Aber die letzte Chance, in den Wertungslisten der Landesverbände mitzureden, verlieh einigen Teilnehmern Flügel.

Besonders erfreulich war, dass die sympathische OSC-Langstreckenläuferin Ute Tobias in ihrer Altersklasse W70 ihren erst vor vier Wochen in Debstedt aufgestellten Landesrekord über 10 Kilometer nochmals deutlich verbessern konnte. In einer Zeit von 50:58 min. traf sie im Ziel ein.

Etlliche auswärtige Läuferinnen und Läufer meldeten sich über 5 und 10 km und waren voll des Lobes über Organisation und Wettkampfstrecke. Sie appellierten eindringlich an die Veranstalter Roland und Bernd Koppe, dieses Laufereignis beizubehalten und nicht aufgrund der mäßigen Teilnehmerzahlen aufzugeben.

Gesamtergebnisliste unter [www.bremerhaven-lauf.de](http://www.bremerhaven-lauf.de)

## Schützenfest der Schiesssportabteilung



Am Sonntag, dem 20. September, fand das alljährliche Schützenfest unserer Abteilung am Höllenhammsweg statt. Zu Beginn der Veranstaltung wurden die Schützen und Schützinnen von den noch amtierenden Majestäten Gerold Weide und Gervin Stenzel zum gemeinsamen Mittagessen eingeladen.

Im Anschluss daran wurde mit dem Königsschießen begonnen, anders als bei den bisherigen Veranstaltungen, wurde nicht auf einen Holzadler, sondern auf eine 50 Meter entfernte elektronische Wertungsscheibe geschossen.

Nach zweieinhalb Stunden standen die neuen Majestäten für das noch alte und neue Jahr 2016 fest. Der Schützenkönig der OSC Schiesssportabteilung ist Christian Weyer, sein Vizekönig Ernst Mainking. Ein Jahr lang repräsentieren jetzt die neuen Könige unsere Abteilung.

Viel Glück und gut Schuss.

JHS

# Manfred Zietz

**Radio- und Fernsehservice**

... denn auf den Service kommt es an!

**Wurster Straße 31  
27580 Bremerhaven  
Telefon 0471/8 14 25**

Vorsorge  
entspannt

**ELLERMANN**  
BESTATTUNGEN

**NEU BEI UNS!**  
Die Bestattungs-  
finanzierung

**FACHKUNDIG · PREISGÜNSTIG · PERSÖNLICH**

Hafenstraße 108 · Bremerhaven · 24h erreichbar

☎(0471) 43124 · [www.ellermann-bestattungen.de](http://www.ellermann-bestattungen.de)

## Hurra , wir sind „Deutscher Meister“!

Die tollen Nachrichten vorweg: Anke ist Deutsche Meisterin in Altersklasse TW 40, und Pizza macht fixer !

Aber nun mal langsam der Reihe nach. Insgesamt stellten sich acht OSC Athleten den Titelnkämpfen. Hinzu kam noch Merle, die auf der Volksdistanz antrat. Saskia, die auch gemeldet war, konnte leider aus gesundheitlichen Gründen nicht starten. Die meisten waren schon am Tag zuvor angereist, um es sich entweder auf dem OSC-eigenen Campingplatz (den Sören vorab organisiert hatte) bequem zu machen, oder im Hotel zu nächtigen. So konnten wir uns am Abend zuvor schon mächtig nervös machen. Einige besuchten die tolle Pasta Party. Drei nicht näher benannte Herren allerdings betrieben „Irgendwas-Loading „ in dem sie fettige, mediterrane Teiglinge vertilgten.

Am nächsten Morgen, bei endlich mal guten Bedingungen (Wasser 18,5°C , Luft ca. 19°C, wenig Wind, teils bewölkt) , musste zunächst Merle in der Sprintdistanz ran. In Peine ist es quasi ausgeschlossen, Windschatten zu fahren, da die Startgruppen stark auseinander gezogen sind. So fing Anke an, gefolgt von Swantje und Britta. Dann die Männer, beginnend mit Dirk, dann Frank und danach erst Mirco, Remo und Jörg. Die guten Bedingungen schienen alle zu beflügeln! Anke war von Anfang an sehr gut im Rennen und hatte nach dem Schwimmen nur einen sehr kleinen Rückstand auf ihre ärgste Konkurrentin in dieser Altersklasse. Ankes Stärken kamen aber ja erst , so dass sie noch auf der ersten Radrunde in Führung ging, um mit sicherem Abstand ihre AK zu gewinnen. Wow!

Die anderen „Mädels“ machten auch ein wirklich tolles Rennen, wobei wohl alle von Swantjes Leistung überrascht waren. Schließlich konnte sie nach ihrer Krankheit wenig trainieren. Nachdem sie aber realisiert hatte, dass sie dank hervorragender Laufzeit ihre persönliche Bestzeit aufgestellt hatte, wollte das Grinsen aus ihrem Gesicht gar nicht mehr verschwinden. Dirk der Wechselkönig (also bis Sissi mal fertig ist!) und ich lieferten ebenfalls ein starkes Rennen ab. Für mich war es sogar Peine-Bestzeit! Dann die drei Pizza getunten Herren: Mirko super stark, die Wade hielt. Remo ganz starke Zeit, ich glaube da geht noch mehr, so locker wie er beim Laufen war. Jörg legte den Grundstein für seine gute Leistung auf dem Rad.

Am Ende gab es viel zu feiern, lauter glückliche Gesichter und ganz viel Spaß.

### ERGEBNISSE:

- » **TW40:** 1. Anke Schmitz-Elvenich 2:12.41 Std., 17. Swantje Steudte 2:50.35, 18. Britta Staschen 3:07.27
- » **TM35:** 10. Remo Fulle 2:19.00
- » **TM40:** 8. Mirco Strüber 2:08.59, 25. Jörg Mannott 2:30.19
- » **TM50:** 36. Dirk Brettschneider 2:24.42
- » **TM 55:** 16. Frank Gaida 2:26.00
- » **Volkstriathlon TW16:** 4. Merle Staschen 1:24.50.

## Einladung zur jährlichen Abteilungsversamm- lung der Triathleten

Liebe Triathletinnen und Triathleten !

Am Samstag , dem 27.02.2016 , findet unsere jährliche Abteilungsversammlung in der OSC - Geschäftsstelle statt.

Beginn ist um 18.00 Uhr. Die Versammlung wird etwa bis 20.30 Uhr dauern

Wir bitten um zahlreiches Erscheinen.

Vorgesehene Tagesordnung :

1. Begrüßung und Feststellung der ordnungsgemäßen Ladung
2. Wahl einer Schriftführerin/ eines Schriftführers
3. Genehmigung des Protokolls der Abteilungsitzung vom 21.02.2015
4. Bericht des Abteilungsvorstands Saison 2015
5. Bericht der Schatzmeisterin Saskia Fischer
6. Bericht der Kassenprüfer Swantje Steudte und Claudia Barg
7. Entlastung des Vorstandes
8. Wahl der Delegierten für das Jahr 2016
9. Schwimmbetrieb ( Aufsicht, Trainercard , versch. )
10. Startpässe 2016
11. Startgeldabrechnung 2016
12. Termine und Aussichten auf 2016
13. Anträge an den Abteilungsvorstand
14. Verschiedenes / Aussprache

Anträge sind bitte schriftlich mit Begründung bis zum 31.12.2015 an den Abteilungsvorstand zu stellen.

gez. Frank Gaida (Abteilungsleiter)  
gez. Nils Schmidt (stellvertr. Abteilungsleiter)

## Übungsleiterfortbildung bei der Tischtennisabteilung



**Kürzlich fand in unserer Gaußturnhalle eine gemeinsame Tischtennis-Fortbildung für Lehrer/innen und Übungsleiter/innen statt.**

Bei der Veranstaltung handelte es sich um einen sog. Lokalen Qualitätszirkel (LQZ) des Kreissportbundes Cuxhaven in Kooperation mit dem niedersächsischen Kultusministerium. Inhaltlich werden bei diesen speziellen Schulungen Tipps und Anregungen für eine tägliche Bewegungszeit in Schule und Verein gegeben. Mit gut ausgebildeten Referenten werden mal sportartenübergreifend, manchmal aber auch fachspezifisch, die neuesten Trends für den Schul- und Vereinssport vorgestellt.

Ziel dieser Veranstaltung war es, Methoden des Tischtennistrainings kennen zu lernen, die eine frühe allgemeine Spielfähigkeit beim Anfänger gewährleisten. Für die Veranstaltung konnte mit Dörte Hedemann eine fachkundige Lehrbeauftragte der Universität Oldenburg gewonnen werden. Zur Übungsleiterlizenzverlängerung wurden 4 Lerneinheiten anerkannt.

Bedingt durch die großzügigen Platzverhältnisse der neuen Gaußturnhalle, konnte die Lehrveranstaltung parallel zum Trainingsbetrieb der Tischtennis-Jugendabteilung stattfinden.

**Michael Vathke**

### Werben im Blinkfeuer

Wenn Sie in unserer Zeitschrift werben möchten, dann sprechen Sie uns an!

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

Tel: 0471/962920

Werbung, die ankommt!

**Werbefolien WEIERS UG**

26. und 27.09, sowie am 03. und 04.10.2015

## Tischtenniskreismeisterschaften der Jugendlichen aus dem Bereich Bremerhaven und Cuxhaven

Dieses Jahr konnten die Kreismeisterschaften der Jugend, Schüler/innen A, B und C nicht wie geplant in Loxstedt stattfinden. Die Jugendabteilung Tischtennis des OSC hat sich für die Ausrichtung beim OSC eingesetzt und nach Sichtung der Turnhalle den Zuschlag vom Kreisverband Cuxhaven erhalten. Da der OSC nicht genügend Tischtennisplatten zur Verfügung stellen konnte, musste dieses Turnier an zwei Wochenenden stattfinden.

Es fanden sich 230 Kinder von 22 Vereinen zu den Turniertagen ein, die größte Teilnehmerzahl eines Vereines stellte der OSC mit 24 Kindern. Die Trainer, Eltern und Kinder haben die Vorbereitung, Versorgung und Durchführung dieser Veranstaltung übernommen. Die anwesende Turnierleitung, bestehend aus Mitgliedern des Kreisverbandes, haben die Vorbereitung und Durchführung ausgiebig gelobt.

Es beteiligten sich einerseits Spieler, die Ihre erste Kreismeisterschaft erlebten, bis hin zu erfahrenen Spielern, die in Landesligen antreten. In den Hauptrunden entwickelten sich hochklassige Spiele, welche man in Bremerhaven nicht alle Tage erlebt.

Vom OSC überzeugten spielerisch Fynn Mangels, Marcel Andernacht, Jan Luca Bartau, Eric Root und Magnus Hitrez, die es bis in die jeweiligen Hauptrunden geschafft haben.

Besonders in Erscheinung ist Emma Mangels für den OSC getreten, die es bis ins Finale schaffte. Leider unterlag sie im Endspiel der weiblichen Jugend, wurde mit Ihrem 2. Platz jedoch Vize Kreismeisterin. Herzlichen Glückwunsch !

Mit einem vielfältigen Angebot konnte für das leibliche Wohl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen gesorgt werden. Vielen Dank allen Beteiligten dafür!

Dem Organisator Ralph Harms sei an dieser Stelle besonderen Dank zu sagen, der hier viel Zeit und Energie für ein gelungenes Turnier investiert hat.

**Autor: Heiko Biederbick**



### Werben im Blinkfeuer

Wenn Sie in unserer Zeitschrift werben möchten, dann sprechen Sie uns an!

Die Anzeigen des BLINKFEUER sind kostengünstig und haben eine große Akzeptanz.

Tel: 0471/800 97-0

[blinkfeuer@osc-bremerhaven.de](mailto:blinkfeuer@osc-bremerhaven.de)

SCHÖNHEIT IST FÜR UNS,  
WENN SIE ERFOLG HABEN.

- » Logos / CI
- » Geschäftsausstattung
- » Flyer / Broschüren
- » Messeauftritte
- » Websites

 **eyecatcher**  
Visuelle Kommunikation  
[www.eyecatcher-design.info](http://www.eyecatcher-design.info)



# Unser Sportangebot in den Abteilungen



**Diese Vielfalt gibt es nur im OSC!**

|                          |                   |                    |   |                          |                         |
|--------------------------|-------------------|--------------------|---|--------------------------|-------------------------|
| American Football:       | Michael Steinke   | 04742 - 25 48 38   | Leichtathletik:   | Bernd Koppe              | 0471 - 840 46           |
| Badminton:               | Ralf Böttger      | 0471 - 418 79 57   | Marching Band:  | Holger Seemann           | 0173 - 94 04 385        |
| Basketball:              | André Arndt       | 0151 - 26 20 26 95 | Schießen:   | Taisto Weyer             | 0471 - 80 53 70         |
| Billard:                 | Ronny Schriefer   |                    | Schwimmen:  | Walter Rentzel           | 04743 - 78 17           |
| Eisbären- Danceteam:     | Petra Schwanicke  | 0176 - 622 386 96  | Tennis:   | Sandra Renz              | 0151 - 50 52 01 49      |
| Faustball:               | Dieter Weirich    | 0471 - 80 23 33    | Tischtennis:  | Waldemar Werner          | 0471 - 825 14           |
| Fitness:                 | Wolfram Batz      | 0471 - 800 97 25   | Triathlon:  | Frank Gaida              | 0471 - 926 67 62        |
| Freizeitsport:           | Jens Middendorf   | 0471 - 6 08 00     | Turnen,<br>Cheerleading,<br>Gymnastik,<br>Rhythmische<br>Sport Gymnastik,<br>Tanzsport, |                          |                         |
| Fußball:                 | Hans-Joachim Böhm | 0471 - 3 46 81     | Trampolinturnen:  | Rüdiger Henning          | ruediger.henning@gmx.de |
| Handball:                | Holger Lehn       | 0471 - 80 34 10    | Volleyball:   | Michael Kernchen (komm.) | 0471 - 229 62           |
| Judo, Aikido, Jiu-Jitsu: | Christophe David  | 04743 - 30 35 27   |   |                          |                         |
| Ju-Jutsu:                | Lars Müller       | 0471 - 929 25 41   |   |                          |                         |
| Karate:                  | Frank Steffen     | 0471 - 501 00 79   |   |                          |                         |
| Koronarsport:            | Wolfram Batz      | 0471 - 800 97 25   |   |                          |                         |

**Alle Informationen zu unserem Sportangebot finden Sie auch im Internet, [www.osc-bremerhaven.de](http://www.osc-bremerhaven.de) oder in der Geschäftsstelle, Tel.: 0471-80097-0.**

## DAS PRÄSIDIUM DES OSC BREMERHAVEN

- » **Präsident:** Gerd Gräfin
- » **Schatzmeister:** Hans-Peter Pflüger
- » **Vizepräsidenten:** Friedhelm Erlach, Wolfgang Gräber, Christian Pufke

## ERWEITERTES PRÄSIDIUM

- » **Sportlicher Leiter:** Jens Petersen
- » **Frauenreferentin:** Irmtraut Wagner (komm.)
- » **Jugendreferent:** N.N.
- » **Sprecher des Schlichtungsrates:** Alfred Bultmann
- » **Referent für Öffentlichkeitsarbeit:** Günther Flißkowski

## Impressum

### BLINKFEUER

Offizielles Organ des OSC  
Redaktion BLINKFEUER: [blinkfeuer@osc-bremerhaven.de](mailto:blinkfeuer@osc-bremerhaven.de)

### ANZEIGEN- UND REDAKTIONSSCHLUSS FÜR DIE NÄCHSTE AUSGABE: 10. 01. 2016

### HERAUSGEBER:

Olympischer Sport-Club Bremerhaven von 1972 e.V.

### REDAKTION:

Christophe David, Wolfgang Strahl, Klaus Zisenis

### HERSTELLUNG:

eyecatcher mediendesign, [www.eyecatcher-design.info](http://www.eyecatcher-design.info)

**Dieses Heft wurde produziert mit Unterstützung der GEWOBA**

### OSC-GESCHÄFTSSTELLE

Am Stadion 10 · 27580 Bremerhaven  
Tel. (0471) 800 97-0 · Fax (0471) 800 97-29  
E-Mail: [info@osc-bremerhaven.de](mailto:info@osc-bremerhaven.de)  
Internet: [www.osc-bremerhaven.de](http://www.osc-bremerhaven.de)

### ÖFFNUNGSZEITEN DER GESCHÄFTSSTELLE:

Montag und Donnerstag: 11 - 13 und 14 - 18 Uhr  
Dienstag: 11 - 13 und 14 - 19.00 Uhr

**Beitragskonto: IBAN: DE 07 2925 0000 0002 1055 00**  
**Spendenkonto: IBAN: DE 88 2925 0000 0002 0104 37**  
**WeSpa Bremerhaven**

Das Bezugsgeld ist durch den Vereinsbeitrag abgegolten.

# Unser Kursangebot:

Änderungen, Irrtum und Druckfehler vorbehalten.

## ANMELDUNG FÜR ALLE KURSE, INFORMATIONEN UND VERGÜNSTIGUNGEN FÜR AKTIVE MITGLIEDER DES OSC:

Geschäftsstelle OSC Bremerhaven, Telefon 0471 / 800 97-0 oder [www.osc-bremerhaven.de](http://www.osc-bremerhaven.de).

### REHA UND OSTEOPOROSEGYMNASTIK

02.11. - 14.12.2015

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 14.00-14.45 Uhr  
(Gesundheits-Studio OSC), 7x 35,00 €

### BODYSTYLING 02.11. - 14.12.2015

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 17.30 - 18.30 Uhr Mixed  
(Gesundheits-Studio OSC), 7x 35,00 €

### PILATES 02.11. - 14.12.2015

Leitung: Anne Grosse (Gesundheits-Studio OSC)  
Montags, 18.30-19.30 Uhr, 7x, 42,00 €

### REHA-GYMNASTIK 03.11. - 15.12.2015

Leitung: Dirk Tumpach (Nordsee-Stadion)  
Dienstags, 16.45-17.30 Uhr, 7x, 35,00 €  
Freitags, 16.45-17.30 Uhr, 7x, 35,00 €

### SOFTFIT (EHEMALS PILATES)

03.11. - 15.12.2015

Leitung: Anja Iden  
Dienstags (Gesundheits-Studio OSC),  
18.00-19.00 Uhr und 19.00-20.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### TAI-CHI (TAIJI-QUAN) 04.11. - 16.12.2015

Leitung: Adidevi Antje Harms-Köster  
(Gesundheits-Studio OSC)  
Mittwochs, 16.00-17.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### HATHA-YOGA 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Frank Steffen (Gesundheits-Studio OSC)  
Mittwochs, 16.00-17.00 Uhr, 7x, 56,00 €

### GESUNDHEITSORIENTIERTE

SENIORINNENGYMNASTIK

04.11. - 16.12.2015

Leitung: Wolfram Batz (Gymnastikhalle)  
Mittwochs von 9.00 - 10.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### REHA-GYMNASTIK 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Ilka Ponitka-Graw  
Donnerstags von 10.45-11.30 Uhr, 7x 35,00 €

### RÜCKEN-AKTIV - WIRBELSÄULENGYMNASTIK

06.11. - 18.12.2015  
Leitung: Anne Grosse  
Freitags (Gesundheits-Studio OSC), je 35,00 €  
10.00-11.00 Uhr und 11.10-12.10 Uhr, je 7x

### PRÄVENTIONSKURS „RÜCKEN-AKTIV“

06.11. - 18.12.2015  
Leitung: Anne Grosse (Gymnastikhalle)  
Freitags von 09.00-10.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### GESUNDHEITSORIENTIERTE FRAUEN- GYMNASTIK 02.11. - 14.12.2015

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz (Gymnastikh.)  
Montags von 10.15-11.15 Uhr, 7x, 35,00 €

### FITMIX „YOUNG GENERATION“

02.11. - 14.12.2015  
Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)  
Montags von 19.00-20.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### FITMIX „50+“ 02.11. - 14.12.2015

Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)  
Montags von 20.00-21.30 Uhr, 7x, 35,00 €

### KORONARSPORT

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags (Turnhalle Gaußschule)  
18.45-19.45 Uhr und 19.45-20.45 Uhr 66,00 €

### HERZSPORTGRUPPE

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Mittwochs (Gymnastikhalle)  
10.30-11.30 Uhr 66,00 €

### RÜCKENFUNKTIONS-GYMNASTIK

03.11. - 15.12.2015  
Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
(Gymnastikhalle)  
Dienstags von 10.15-11.15 Uhr, 7x, 35,00 €

### AROHA 03.11. - 15.12.2015

Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Lutherschule)  
Dienstags von 20.00-21.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### ZUMBA GOLD 03.11. - 15.12.2015

Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Lutherschule)  
Dienstags von 20.00-21.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### ZUMBA 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Kevin James (Lutherschule)  
Donnerstags von 19.00-20.00 Uhr, 7x, 35,00 €

### NORDIC WALKING 03.11. - 15.12.2015

Leitung: Anne Grosse (Treffp. Speckenbütteler Park)  
Dienstags von 09.00-10.30 Uhr, 7x 35,00 €

### BABYSCHWIMMEN / WASSERGEWÖHNUNG

07.11. - 19.12.2015

Leitung: Susanne Plate  
Samstags, 09.30 - 10.00 Uhr  
Aqua Baby, 3 - 12 Monate, 6x 48,00 €  
Samstags, 10.00 - 10.30 Uhr  
Aqua Baby, 12 - 24 Monate, 6x 48,00 €  
Samstags, 09.00-10.00 Uhr  
Quietsche-Ente, 2-3 Jahre, 6x 48,00 €  
Samstags, 11.30-11.00 Uhr  
Wasserfrosch, 3-4 Jahre, 6x 48,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE

03.11. - 15.12.2015  
Leitung: Thomas Reyer von Namendorff  
Dienstags, 15.00-15.45 Uhr „Seepferdchen“ (Anfänger)  
Dienstags, 15.45-16.30 Uhr „Goldfisch“ Fortgeschrittene  
Dienstags, 16.00-17.00 Uhr OSC-Schwimmclub (ab Bronze) je 7x, 56,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE

06.11. - 18.12.2015  
Leitung: Susanne Meyer  
Freitags, 15.45-16.30 Uhr „Goldfisch“ (Ziel Bronze)  
Freitags, 16.30-17.15 Uhr „Seepferdchen“ (Anfänger)  
Je 7x, 56,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER

07.11. - 19.12.2015  
Leitung: Walter Rentzel, Thomas Reyer von Namendorff  
Samstags, 08.45-09.30 Uhr  
Schwimmkurs „Schwim-Star“ Fortgeschrittene  
Samstags, 09.30-10.15 Uhr „Goldfisch“ (Ziel Bronze)  
Samstags, 10.15-11.00 Uhr „Seepferdchen“ (ab 6 J.)  
Samstags, 11.00-11.45 Uhr „MiniSeepferdchen“ (ab 4 J.)  
Samstags, 11.45-12.30 Uhr OSC-Schwimmclub (ab Bronze), je 6x, 48,00 €

### RÜCKENFIT IM WASSER

02.11. - 14.12.2015  
Leitung: Annika Buchholz  
Montags von 19.30 - 20.15 Uhr + 20.15 - 21.00 Uhr  
je 7x 56,00 €

### AQUA-FITNESS 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Kay Schlutow  
Donnerstags, 20.00-20.45 Uhr, 7x 56,00 €

### AQUA-POWER 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Kay Schlutow  
Donnerstags, 18.45-19.30 Uhr, 7x 35,00 €

### „ALLESQUA“ 05.11. - 17.12.2015

Leitung: Brigitte Machirus  
Freitags, 20.00-20.45 Uhr, 7x 56,00 €

### BEWEGUNGSTHERAPIE IM WARMEN WASSER

Leitung: Nathaly Redd, Wolfram Batz, Ilka Ponitka-Graw  
Montags, 02.11. - 14.12.2015, je 56,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 7x,  
Dienstags, 03.11. - 15.12.2015, je 56,00 €  
16.30-17.15 Uhr, 18.00-18.45 Uhr,  
18.45-19.30 Uhr, je 7x,  
Mittwochs, 04.11. - 16.12.2015, je 56,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 19.30-20.15 Uhr, je 7x  
Donnerstags, 05.11. - 17.12.2015, je 56,00 €  
18.00-18.45 Uhr, 18.45-19.30 Uhr, je 7x  
Freitags, 06.11. - 18.12.2015, je 56,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 7x

### SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE

07.11. - 19.12.2015  
Leitung: Walter Rentzel  
Samstags, 11.45-12.30 Uhr, 6x 48,00 €

### SCHWIMMTECHNIK FÜR ERWACHSENE

07.11. - 19.12.2015  
Leitung: Michael Reyer  
Samstags, 12.00-13.00 Uhr, 6x 24,00 €



# BLINKFEUER

