

# BLINKFEUER

AUSGABE NR.3 / 2016 / H 8349



## HIER IST DER SPORT ZUHAUSE



**LEITBILD DES  
OSC BREMER-  
HAVEN**

»»» Seite 06

**EIN  
VOLLER  
ERFOLG**

»»» Seite 10

**UNSERE  
SCHWIMMER  
IN LONDON**

»»» Seiten 17



**Bequem  
ist einfach.**



wespa.de

**Wenn das Konto zu den Bedürfnissen  
von heute passt. Giro X-tra mit der  
Sparkassen-App.**

Jetzt Deutschlands meistgenutzte Finanz-App testen.  
Die Sparkassen-App:



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 Krankenpflagedienst  
Dr.-Franz-Mertens-Str. 2  
27580 Bremerhaven  
Tel. 0471/83088  
eMail: meyerpflege@t-online.de



## Nachtpflagedienst

Unser Nachtpflagedienst 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 Krankenpflagedienst  
Dr.-Franz-Mertens-Str. 2  
27580 Bremerhaven  
Tel. 0471/83088  
eMail: meyerpflege@t-online.de



## Man lernt doch immer noch dazu

Auch in der Sommerpause, wenn man die Nordsee-Zeitung sorgfältig liest:

### **ES GIBT IN BREMERHAVEN KEINE FÖRDERUNG DES SPITZENSORTS – JEDENFALLS SEIT 2014 NICHT MEHR!**

Die Profisportvereine „Fischtown Penguins“ und „Eisbären Bremerhaven“, die noch 2013 mit knapp 2 Millionen Euro aus dem kommunalen Haushalt unterstützt wurden, rechnen ab 2014 über die städtische Gesellschaft für Touristik Marketing und Veranstaltungen (kurz: Erlebnis Bremerhaven) die von ihnen erbrachten und nachgewiesenen Dienstleistungen ab. Dazu zählen zum Beispiel: Seestadt Werbung auf Trikots, auf Briefpapier u. Postern, Bandenwerbung, Engagement in Zusammenarbeit mit Schulen, Förderung des Breitensports, Nachwuchsförderung durch hauptamtliche Jugendtrainer, Sportcamps und Gesundheitstour.

In diesem Jahr errechnen die „Fischtown Penguins“ für ihr Leistungsangebot 774.250 Euro, die „Eisbären Bremerhaven“ kommen auf 671.600 Euro auf der Grundlage einer Bewertung durch das Unternehmen „Repucom“, welches von der Stadt beauftragt wurde, Leistungen und deren Gegenwert zu ermitteln. („Keine Mogelpackung – Ein seriöses Geschäft“, meint G.-D. Meier,NZ)

Ich freue mich über die Erfolge der beiden Profiklubs und weiß ihre Arbeit zu schätzen. Neid und Missgunst sind mir fremd – dennoch würde mich brennend interessieren, wie „Repucom“ die Angebote des OSC bewerten würde und ob auch unser Verein über die Erlebnis

Bremerhaven abrechnen könnte? Bei allen Sparzwängen, denen Bremerhaven unterliegt, müssen wir auch in der laufenden Legislaturperiode mit einer ausreichenden finanziellen Unterstützung versorgt werden. Ein Haushalt für die Jahre 2016/2017 ist noch nicht beschlossen. Kürzungen im Sportbereich können und wollen wir nicht akzeptieren.

### **Hier nur ein Beispiel: Sportplatzpflege**

Sportplätze der Stadt wurden in der Vergangenheit vom Gartenbauamt gepflegt. Aus Wirtschaftlichkeitsgründen wurde die Pflege den nutzenden Vereinen überlassen. Die Kosten hierfür werden von der Stadt bezuschusst. Durch Kürzungen der Zuschüsse und durch steigende Kosten, vor allem durch die zu zahlenden Mindestlöhne, erhöht sich die Unterdeckung für den OSC von Jahr zu Jahr.

Für 2015 beträgt die Unterdeckung über 17.000 Euro. Bei 5% Kürzung im Haushalt würde sich die Belastung für den OSC auf über 20.000 Euro im Jahr erhöhen. Das können wir nicht leisten!

### **Wie sehen aber die Alternativen aus?**

- » Die Sportplatzpflege einschränken?
- » Personal entlassen?
- » Unkraut und Maulwurfshügel auf dem Spielfeld?
- » Den Pflegeauftrag an die Stadt zurückgeben?

Sieht es im Nordseestadion möglicherweise bald so aus wie auf dem „Zolli“(siehe Foto)? Wir erfüllen unseren satzungsgemäßen Vereinszweck weitestgehend über ein freiwilliges, ehrenamtliches Engagement unserer Mitglieder. Ein Verein unserer Größe kann aber in der heutigen Zeit anfallende Arbeiten nicht ohne professionelle Hilfe leisten. Dies gilt für die Arbeit in der Geschäftsstelle ebenso wie für die Sportplatzpflege. Die eingekaufte Dienstleistung müssen wir uns aber auch leisten können. Bei der Sportplatzpflege ist die Grenze der Belastung bereits überschritten.

Wir stehen kurz vor dem Abschluss von Verträgen mit starken Kooperationspartnern. Ein unterschriftsreifer Kooperationsvertrag mit den Elbe-Weser-Werkstätten (EWW) liegt vor.

Die AOK hat einen ersten Entwurf für eine Kooperationsvereinbarung mit dem OSC vorgelegt. Nach einer Prüfung durch das Präsidium soll es am 1. September 2016 zur Vertragsunterzeichnung kommen. Als erstes gemeinsames Projekt wird im Rahmen der Gesundheitswoche in der Stadthalle Bremerhaven im September eine „Fuß- und Ganganalyse“ für ABC-Schützen der Amerikanischen Schule, mit der wir seit Jahren gut zusammen arbeiten, durchgeführt. Ziel des Projektes ist es, Fehlstellungen der Füße bei Kindern frühzeitig zu erkennen, um mögliche Haltungsschäden zu vermeiden. Im nächsten Frühjahr werden OSC und AOK gemeinsam einen Gesundheitstag im Verein für Familien und die Zielgruppe 50+ veranstalten.

In den Osterferien 2017 will der OSC, unterstützt von der AOK, als erster Bremerhavener Sportverein eine Ferienbetreuung für Kinder von 8 – 13 Jahren anbieten. Ich freue mich auf eine fruchtbare Zusammenarbeit mit starken Partnern.

**Gerd Gräfin**

## Hallo!



### ICH BIN BARBARA ANSORGE UND SEIT KURZEM EURE NEUE FRAUENREFERENTIN.

Ich bin pensionierte Zollbeamtin und seit circa 40 Jahre im Verein.

Dieses ist im Verein meine erste ehrenamtliche Tätigkeit, deshalb freue ich mich besonders auf diese neue Aufgabe.

### ICH BIN ANNE GROSSE UND DIE STELLVERTRETENDE FRAUENREFERENTIN.

40 Jahre bin ich im Verein und 25 Jahre Übungsleiterin und Kursleiterin im OSC.

Auch bin ich im Vorstand der Turnabteilung und die Stellvertreterin von Rüdiger Henning.

Ich freue mich mit Barbara auf diese neue Aufgabe.

Wir planen auch weiterhin Fahrten und Veranstaltungen, auch in Zusammenarbeit mit den Olympischen Senioren.

Für Anregungen aus euren Reihen sind wir aufgeschlossen.

Für den Herbst ist eine Wanderung mit anschließendem Wildessen geplant.(Termin wird noch bekannt gegeben)

Bis dahin genießt den Sommer und bleibt fit.

Mit sportlichen Grüßen  
Barbara und Anne

## Eingebettet



in die Sitzung des Erweiterten Präsidiums, die bei strahlendem Sonnenschein auf der Außenterrasse unserer Vereinsgaststätte stattfand wurden auch sieben Sportkameraden für ihre langjährige Mitgliedschaft in unserem Verein geehrt und zu Ehrenmitgliedern ernannt.

Das Foto zeigt von links nach rechts: Otto Franken, Hans Richter, Guido Müller, Präsident Gerd Gräfin, Gisela Schriefer, Karin Rodenburg, die zusätzlich die Urkunde für ihren abwesenden Mann Klaus in Empfang nahm, und Anke Brandt.



## OSC – Termine 2016

<b>13.08.16</b>	D Jugend Fußball-Turnier 10:00-18:00 Nordsee-Stadion
<b>18.08.16</b>	Senioren Ausflug nach Otterndorf
<b>20.08.16</b>	Küsten-Team Cup Trampolin 10:00 - 19:00 Sporthalle Nordsee-Stadion
<b>25.08.16</b>	52. Senioren-Klönsschnack
<b>27.08.16</b>	Behindertensportfest 10:00 - 15:00 Nordsee-Stadion
<b>01.09.16</b>	Firmen und Behörden-Lauf 18:00 - 21:00 Nordsee-Stadion
<b>10.09.16</b>	Kreismeisterschaft Tischtennis Sporthalle Nordsee-Stadion
<b>11.09.16</b>	Kreismeisterschaft Tischtennis Sporthalle Nordsee-Stadion
<b>15.09.16</b>	Senioren Ausflug nach Stade / Agathenburg

## Ein wunderbarer Ausflugstag



Ein wunderbarer Ausflugstag mit viel Sonnenschein liegt hinter fünfzig Olympischen Senioren. Mit der neuen Elbfähre von Cuxhaven nach Brunsbüttel, ein Blick auf die dortigen mächtigen Schleusen, eine umständliche Suche nach der tiefsten Landstelle in Deutschland bei Neuendorf – Sachsenbande (minus 3.54 m), ein Bummel durch das hübsche Glückstadt, Fährüberfahrt nach Wischhafen und ein gemeinsames Abendbrot unterwegs waren die Etappen eines gelungenen Tages, der die Teilnehmer auch noch pünktlich zum Anpfiff des EM-Spiels der deutschen Mannschaft gegen Polen zurückbrachte.

### Bitte beachten!

Anzeigen- und Redaktionsschluss für  
die nächste Ausgabe: 10.10.2016

## Herzlichen Glückwunsch!

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

### 70 JAHRE:

Brigitte Malowanczyk, Claus Brüggemann, Rita Risser, Willy Halbfaß, Wilhelm Weber, Hans Köbe, Karin Hoppe, Wolfgang Strahl, Friedhelm Stankowski, Dagmar Pflüger

### 75 JAHRE:

Wolfgang Schwieger, Marlies Rahf, Peter Weiß, Edna Schön, Hannelore Ditsche, Waltraud Hillje, Georg Behrens

### 80 JAHRE:

Karl-Heinz Ehlers, Erwin Blust, Astrid Onken, Erika Geise, Heinz-Otto Neueroth, Hannelore Lorenz

### 85 JAHRE:

Helmut Diekert

### 90 JAHRE:

Ilse Freis, Werner Diekmann

## Janne Belgard und Ilay Eyrice in Landeskader berufen!



Janne und Ilay von der E2 wurden über die Saison mehrfach zu Auswahltrainingsterminen des Bremer Landesverbandes eingeladen und wussten dort zu überzeugen. Ihre fußballerischen Talente haben sie auch mehrfach in Ligaspielen der E2 gezeigt, zudem profitieren beide von Einsätzen in Jungenspielen, um ihren körperlichen Einsatz zu stärken. So konnten beide Ihre Landestrainer überzeugen und wurden fest für den Landeskader nominiert. (HK)

### E2 MÄDCHEN NEHMEN AN NORDDEUTSCHER MEISTERSCHAFT TEIL

Janne Belgard und Ilay Eyrice nahmen für den Bremer Verband an der in Bremen stattfindenden Norddeutschen Meisterschaft teil. Zu den Gegnern gehörten die Landesverbände von Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Hamburg. Gespielt wurde an zwei Tagen in Turnierform. Beide machten Ihre Sache gegen die erfahrenen Gegner sehr gut, hatten viel Einsatzzeit und konnten gegen die Landesauswahl Hamburgs einen 2:1 Sieg verbuchen. Im Anschluss an das Turniers erhielten Janne und Ilay die Nachricht, auch in der nächsten Saison Teil der Landesauswahl zu sein. Dazu Herzlichen Glückwunsch!

(HK)

LEITBILD DES OSC BREMERHAVEN

## HIER IST DER SPORT ZUHAUSE



## Die Marke OSC steht für Sport in Bremerhaven

- » Wir stehen für Vielfalt
- » Wir fördern das Ehrenamt
- » Wir verbinden Tradition mit Moderne
- » Wir übernehmen soziale Verantwortung
- » Wir fördern aktiv gesunden Sport für ALLE
- » Bei uns macht der Sport in der Gemeinschaft Spaß
- » Wir legen Wert auf qualifizierte Trainer/-innen
- » Wir verfügen über eine gute und kompetente Geschäftsstelle
- » Wir sind DER starke Partner für den Breiten- und Leistungssport
- » Die Marke OSC steht für Sport in Bremerhaven
- » Unsere Vision ist ein Sport- und Gesundheitspark

## E2 macht DOUBLE perfekt!



Stehend v.l.: Meico Reis, Lashan Muchuku, Leon Schwegler, Artur Volz, Marlon Reis, Tilan Sallai, Torben Schneider, Joel Kahlau, Javier Gago Cendan, Stefan Slivkin  
 Hockend v.l.: Henning Kroeger, Alex Kling, Lukas Bär, Niclas Rzesa, Noah Mandenque.  
 Es fehlen: Janne Belgard, Ilay Eyrice, Jannik Kühl, Daniel Bliedtner Eyrice

### Nach dem Gewinn der Hallenmeisterschaft machte die E2 auch die Meisterschaft der Staffel 1 perfekt.

Nachdem man im Saisonverlauf erst am vorletzten Spieltag durch ein Unentschieden bei der LTS II Punkte liegen ließ, kam es am letzten Spieltag beim Auswärtsspiel gegen Lehe Spaden zur Entscheidung. Im Fernduell hatte der SFL einen Tag zuvor vorlegt, so war ein Sieg für unsere E2 Pflicht. Die Mannschaft war heiß und wollte unbedingt den Sieg. In Bestbesetzung konnte die E2

von Beginn an ihr Spiel aufziehen und dem Gegner das Leben schwer machen. Für das 0:1 sorgte Stefan Slivkin, der in gewohnt schneller Manier zum Torabschluss kam. Kurze Zeit später folgte, nach einer tollen, scharf geschossenen Hereingabe von Artur Volz das 0:2 durch ein Eigentor bei einem Klärungsversuch des SC Lehe Spaden. Der OSC ließ nicht nach, spielte weiter auf Angriff und so fiel nach Vorarbeit von Stefan Slivkin, mit der Hacke, durch einen saten Schuß von Tilan Sallai das 0:3. Durch eine schöne Doppelpasskombination kam der SC Lehe Spaden auf 1:3 heran, so ging es in die Halbzeit.

Der SC Lehe Spaden kam besser aus der Kabine, so dass man sich Chance um Chance herausspielte,

und der Vorsprung der E2 wackelte. Durch einen Freistoß über unseren Torwart Noah Mandenque hinweg kam der SC auf 2:3 heran. Doch der OSC hielt durch Stefan Slivkins mit 2:4 dagegen und stellte den Zwei-Tore-Vorsprung wieder her. Sicherheit gab es der Mannschaft jedoch nicht, sondern durch einen weiteren Fernschuss über Noah Mandenque hinweg und einen Abwehrfehler kam der SC Lehe Spaden zum nicht unverdienten 4:4. Es waren noch zehn Minuten zu spielen und der OSC brauchte unbedingt den Sieg. Angefeuert von den mitgereisten Eltern, Geschwistern und Großeltern,

sowie von den Trainern und Ersatzspielern stemmte die Mannschaft sich gegen das drohende Verpassen der Meisterschaft. Durch das Umstellen von Leon Schwegler in die Offensive und Artur Volz in das Abwehrzentrum kam neuer Schwung nach vorne und Stabilität in die Defensive. So kam es zu einigen guten Angriffen und man fand wieder ins Spiel. Stefan Slivkin, Tilan Sallai und Leon Schwegler scheiterten mit ihren Versuchen. Es waren noch fünf Minuten zu spielen, die Spannung nicht zu übertreffen. Die Mannschaft feuerte sich gegenseitig an und so fiel vier Minuten vor Schluss nach Vorarbeit von Leon Schwegler durch Artur Volz das viel umjubelte 5:4 für uns. Spieler und Trainer, sowie die Eltern lagen sich in den Armen. Jetzt ging das große Zittern los. Der SC kam noch zu zwei guten Möglichkeiten, doch Noah Mandenque parierte souverän und die E2 durfte ihren Doppelmeisterschaft feiern.

Zur Meisterschaftsfeier ging es nach dem Besuch des Bad 1 zur OSC Gaststätte, wo am Grillbuffet ausgiebig gefeiert wurde. Die „Bierdusche“ aus dem Pokal für Ihren Trainer Meico Reis ließen sich die Jungs nicht nehmen.

Stephanie Davis, TEAM ShapeYOU

TRAINING • NUTRITION • MOTIVATION

**REACH YOUR GOALS**

SHAPE YOU

SHOP: Kurt-Schumacher-Str. 4-6, 27578 Bremerhaven, Tel.: 047192 92 124 • ONLINE BESTELLEN: [www.ShapeYOU.de](http://www.ShapeYOU.de)

## 2. Platz für Handicap Kicker

Beim 18. Marktkauf Turnier des VSK Osterholz-Scharmbeck für Fußballer mit Handicap belegte das Youngsters Team des OSC Bremerhaven am Pfingstsonntag einen unerwarteten zweiten Platz.

Es wurde in einer Fünfergruppe jeder gegen jeden gespielt.

Gleich im ersten Spiel gegen den SV Werder Bremen waren die OSC Kicker um Mannschaftsführer Oliver Schwenneker hellwach und ließen dem Gegner keine Chance. Nach vergebenen Chancen von Moritz Töllner und Mikko Griep gelang kurz vor Schluss der verdiente 1:0 Siegtreffer durch Justin Evermann. Das zweite Spiel ging gegen den VSK II. Anthony Machner und Leonie Hopmeier sorgten mit klugem Spiel im Mittelfeld zwar für eine klare Überlegenheit der Bremerhavener, der erfolgreiche Abschluss gelang aber nicht. So endete die Partie 0:0.

Der nächste Gegner war der Favorit TSV Achim. OSC Torwart Dennis Busch zeigte gute Paraden und die Verteidiger Torge Bullmann und Ricardo Barbosa hatten die gegnerischen Stürmer gut im Griff. Durch eine Unachtsamkeit fiel aber fast mit dem Schlusspfiff der Siegtreffer für die Achimer.

Mit einem Sieg im letzte Gruppenspiel gegen den VSK I konnten die OSC Handicap Kicker sich den zweiten Platz sichern. Nach schönem Zuspiel von Lea-Lena Hopmeier gelang schnell die 1:0 Führung durch Philip Hochmuth. Der Druck der Osterholzer nahm nun zu und es gelang der Ausgleich zum 1:1. Mit dem Willen zum Sieg warfen die Bremerhavener nochmals alles nach vorne. Fast mit dem Schlusspfiff versenkte Moritz Töllner den Ball im Tor des Gegners. Die Freude über den zweiten Platz war anschließend riesig.

**Torschützen:** Philip Hochmuth(1), Justin Evermann(1), Moritz Töllner(1)

**Aufgebot:** Dennis Busch, Torge Bullmann, Oliver Schwenneker, Philip Hochmuth, Moritz Töllner, Justin Evermann, Anthony Machner, Leonie Hopmeier, Lea-Lena Hopmeier, Ricardo Barbosa, Mikko Griep.

## Handicap Kicker erneut erfolgreich

Die Handicap Kicker des OSC Bremerhaven spielten am Wochenende Turniere beim Handicap-Cup des SV Werder Bremen und beim 3. Merentis Cup des TSV Achim.

Beim Werder Cup am Samstag wurden die „Youngster“ des OSC Bremerhaven in die leistungsstärkere Gruppe gesetzt. Durch Tore von Leonie Hopmeier zeigte die Mannschaft zwar ihr Können und kam gegen den SV Werder I zu einem 0:0. Gegen die körperlich überlegenen Mannschaften aus Edeweicht, VSK Osterholz-Scharmbeck und den späteren Turniersieger vom Martinsclub hatten die Bremerhavener aber das Nachsehen. Im Platzierungsspiel gegen den SV Werder II lief der Ball gut und die „Youngster“ kamen durch Tore von Walid Awad und Anthony Machner zu einem verdienten 2:0 Sieg und auf Platz 7.

Am Sonntag führen unsere Handicaper mit zwei Mannschaften zum 3. Merentis Cup des TSV Achim. Die Youngster zeigten sich noch etwas erschöpft vom Vortag und mussten gegen den VFL Edeweicht und SV Werder Niederlagen einstecken. Gegen den TSV Achim gelang in der Gruppenphase ein 1:0 Sieg durch ein schönes Tor von Moritz Töllner. Das Spiel um Platz drei konnte erneut durch ein Tor von Moritz Töllner zugunsten der Bremerhavener entschieden werden.

Das „Team“ der OSC Handicap Kicker setzte sich in der Gruppe klar gegen die Mannschaften von TSV Achim I, SV Eiche und TSV Achim II durch. Im Endspiel gegen den SV Eiche waren beide Mannschaften gleichwertig, und alles sah bereits nach einem Elfmeterschießen aus. Kurz vor dem Schlusspfiff aber ergab ein feiner Pass von Selim Gashi auf Oliver Schwenneker den Turniersieg.

**Wir sind auch bei Facebook!**

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



**Wenn es ums Eis geht !!!**

**Eiscafé Venezia**

**Columbus-Center**

**Gelateria Coccato**

**im Mediterraneo und am Kirchenplatz**



## OSC Handicap Kicker sammeln internationale Erfahrung

Mit einer Ferien Rumpelfuhr fuhr das „Youngster“ Team der Handicap Kicker des OSC Bremerhaven am letzten Freitag zum 3. Internationalen Turnier des BV Weckhoven.

Nach einer Übernachtung in der Jugendherberge ging es am Samstag um 10.00 Uhr los. Gegner der Bremerhavener waren die Mannschaften von BV Weckhoven, SSV Buer-Gelsenkirchen, TSV Achim, SV Oppum, Franz-Sales-Haus Essen, FC Oda (NL) und FC Bournemouth (GB).

Für die etwas übernachtigten OSC „Youngster“ galt es gegen die in der Regel körperlich überlegenen Gegner die Defensive um Torhüter Dennis Busch zu stärken und mit geschickten Konterspielen zum Torerfolg zu gelangen. Mit dieser Taktik kamen die Bremerhavener durch Tore von Larissa und Leonie Hoppmeier gegen den SSV Buer zu einem 2:2. Nur knapp verpassten Oliver Schwenneker und Can Gündüz gute Torchancen gegen den SV Weckhoven, sodass das Spiel knapp mit 1:0 verloren ging. Ergänzt durch Otis Herzog, Leon und Lea Hoppmeier, konnte die junge Mannschaft in den weiteren Spielen viel Erfahrung sammeln, musste dabei aber klare Niederlagen einstecken.

Zwischen den Spielen gab es reichlich Zeit für alle, um das internationale Flair (es waren noch Mannschaften aus der Schweiz und Österreich anwesend) des Turniers zu genießen und viele Kontakte zu knüpfen unabhängig der jeweiligen Sprache. Mit diesem internationalen Erlebnis ging es zurück nach Bremerhaven und in die Sommerpause.

## Sommerturnier des SV Eichede

**Mit einem Sieg und einem fünften Platz kehrten die Handicap Kicker vom Sommerturnier des SV Eichede zurück.**

Obwohl die „Youngsters“ gute Leistungen in ihren Spielen gegen SV Eidelstedt, Grün-Weiß Eimsbüttel, TSV Achim und SV Eichede zeigten, gab es gegen die robusteren Gegner jeweils knappe Niederlagen und somit den fünften Platz.

Das „Team“ des OSC spielte erstmalig in der Ü18 Gruppe mit und konnte sich überraschend durchsetzen. Zum Auftakt gab es noch ein torloses Unentschieden gegen die Norderstedter Werkstätten. Im zweiten Spiel gaben die Bremerhavener um Torwart Dennis Busch richtig Gas und kamen durch Tore von Schadi Awad, Welat Cirit und zwei Mal Selim Gashi zu einem klaren 4:0 Sieg. Das „Team“ hatte sich jetzt warm gespielt und gewann die folgenden Spiele gegen SV Eichede A 3:0 (Gashi 2, Cirit), TSV Achim 3:0 (Walid Awad 2, Gashi) und SV Eichede B 4:0 (Gashi, Schwenniker 2, Bullmann). Im letzten Gruppenspiel kam es gegen die Husumer Werkstätten zu einem Endspiel, da die Mannschaft aus Nordfriesland bis dahin alle Spiele gewonnen hatte und somit zwei Punkte vor unserem „Team“ lag. In einer spannenden Partie zeigten beide Mannschaften ansprechenden Fußball auf Augenhöhe. Den Handicap Kickern des OSC gelang kurz vor Schluss nach schöner Kombination durch Walid Awad das „Goldene Tor“ zum Turniersieg.

### Werben im Blinkfeuer

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



**Zur Unterstützung werden weiterhin besonders Mädchen und Jungen im Alter von ca. 6 bis 16 Jahren mit einer körperlichen und/oder geistigen Behinderung gesucht.**

Trainiert wird ab montags und mittwochs von 17.45 – 19.00 Uhr auf den Nebenplätzen des OSC Stadions.

Betreut werden die Spieler/innen von Dirk Tumpach (Reha-Trainer) 0152-53880295 und Olaf Karsten (Förderschullehrer, Dipl.-Motologe) 0171-7527345.

## Der erste Juliane Harlep Gedächtnis Cup war ein voller Erfolg



Am Sonntag, dem 19. Juni 2016 fand unter strahlendem Sonnenschein der erste Juliane Harlep Gedächtnis Cup für Fußball E- & F-Juniorinnen im Nordsee-Stadion Bremerhaven statt.

Insgesamt 140 Mädchen und zehn Teams aus dem gesamten norddeutschen Raum (SV Eintracht Oldenburg, SV Brake, TUS Eversten, RW Cuxhaven, JFV Unterweser, SC Ellerau, SG FC Mahndorf/TV Arbergen, TSV Abbehausen und OSC Bremerhaven) nahmen an dem spannenden Turnier teil. Dabei brachten die Mädchen aller Mannschaften trotz ihres jungen Alters bereits volles Engagement auf dem Platz. Jeder Ball wurde bei zahlreichen Zweikämpfen, Ecken und Torchancen hart umkämpft und es wurde sich untereinander

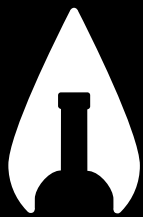
nichts geschenkt. Am Ende konnten sich unsere E-Juniorinnen gegen den SV Eintracht Oldenburg zu Null durchsetzen und holten den Sieger-Pokal nach Bremerhaven. Besonders gefreut hat uns das positive Feedback der Gastmannschaften, die sich für die Tolle Organisation bedankten und sich bereits jetzt auf das nächste Mal freuen.



Parallel dazu fand der **Tag des Mädchen-Fußballs** mit Unterstützung des DFB statt. Daran nahmen 30 aktive und nicht aktive Fußballerinnen ab vier Jahren teil und informierten sich über den Fußball-Sport beim OSC oder bewiesen u.a. bei einem Ballparcour oder beim Testen ihrer Schussgeschwindigkeit ihr Talent am Ball. Durch solche Kampagnen möchten wir so früh wie möglich den Nachwuchs bei der sportlichen Entwicklung mitnehmen und starke Spielerinnen für die Zukunft aufbauen. Gleichzeitig bot das Rahmenprogramm mit Torschussanlage, Schätzspiel, Tombola, Getränke-, Eis-, und Würstchenstand auch Familienmitgliedern und anderen Fans viele Möglichkeiten, das Turnier auch vom Spielfeldrand aus zu genießen. Das Angebot wurde von den ca. 200 Besuchern so gut angenommen, dass es zeitweise zu Engpässen am Würstchenstand kam.



Das Turnier war der Auftakt einer Erfolgsgeschichte und wurde in Andenken an unser im letzten Jahr verstorbene Mitglied Juliane Harlep durchgeführt und soll ihr Engagement (und das vieler anderer ehrenamtlichen Helfer des Vereins) ehren. Juliane hat sich über Jahrzehnte hinweg für den Juniorinnen-Fußball im Verein engagiert und das Interesse zahlreicher Mädchen für den Ballsport gefördert. Daher ist dieses Turnier für unsere Fußballabteilung eine Herzensangelegenheit.



**Wein Mobil Ahlfeld**

**Öffnungszeiten**

**Mi., Do. & Fr.**

**10-13 Uhr & 15-18 Uhr**

**[www.ahlfeldwein.de](http://www.ahlfeldwein.de)**

Mithilfe des Engagements von Helfern wie Juliane und Sponsoren wie dem Allianz Girls Cup oder MERENTIS können wir regelmäßig unterschiedliche Turniere durchführen, wie z.B. das jährlich stattfindende Kindergartenturnier, um bereits die Kleinsten für den Fußball-Sport zu begeistern. Bei diesen Veranstaltungen können sich die Bambini spielerisch am Ballsport ausprobieren und Ihren Spaß am Fußball entdecken. Initiator und Ehemann Gustav Harlep betont immer wieder die Relevanz der Nachwuchsförderung für die Zukunft des Fußballs: „Solche Aktionen sind wichtig, um den Fußball-Nachwuchs von Anfang an bei ihrer sportlichen Entwicklung zu begleiten und den Spaß an Bewegung bei den Kindern zu fördern.“



Der Juliane Harlep Gedächtnis Cup soll ein fester Bestandteil im Jahreskalender des Mädchenfußballs beim OSC werden und die Planung für 2017 hat bereits begonnen. Alle Interessierten können sich bereits das zweite Juniwochenende 2017 vormerken und die Fußballschuhe bereitstellen.



**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

# BERUFLICH WEITER DURCH BILDUNG

in Bremerhaven

Finanzbuchhalter/in  
 Lohn- und Gehalts-sachbearbeiter/in  
 Hygiene-beauftragte/r  
 Suchtkrankenhelfer/in  
 Personalsachbearbeiter/in  
 Wohnbereichsleitung  
 Betreuungskraft  
 Praxisanleitung  
 Zollmanager/in  
 Geprüfte/r  
 Handels-fachwirt/in  
 Geprüfte/r  
 Wirtschaftsfachwirt/in  
 Pflegedienstleiter/in



Wirtschafts- und Sozialakademie der  
 Arbeitnehmerkammer Bremen gGmbH  
 Barkhausenstraße 16  
 27568 Bremerhaven  
 Telefon 0471-595-0  
[info-bhv@wisoak.de](mailto:info-bhv@wisoak.de)

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

**wisoak**  
 KOMPETENZENTRUM  
 GESUNDHEIT  
 Wirtschafts- und Sozialakademie  
 der Arbeitnehmerkammer Bremen gGmbH

**wisoak**  
 Wirtschafts- und Sozialakademie  
 der Arbeitnehmerkammer Bremen

## Maurice Lapuse ist Deutscher-Judo-Polizeimeister 2016!



Im Juni fanden die 32. Dt. Polizeimeisterschaften im Judo in Berlin statt.

Aus allen Bundesländern waren über 170 Aktive angereist, um ihre Deutschen Meister zu küren. Am Start waren auch herausragende Athleten des Bundeskaders und Nominierte für die Olympischen Spiele in Brasilien. Die Bremer Polizeiauswahl kehrte mit einem erfreulichem Ergebnis zurück.

Maurice Lapuse, Polizeistudent in Bremen seit Oktober 2015, ließ seinen Gegnern nicht den Hauch einer Chance und zeigte sich topfit. Seine Kämpfe konnte er jeweils vorzeitig vor Ablauf der regulären Kampfzeit von fünf Minuten oder, wenn es über die Zeit ging, mit deutlichem Punktevorsprung gewinnen.

Damit hat die Bremer Polizeiauswahl nach 22 Jahren und diversen Silber- und Bronzemedailles wieder einen Deutschen Polizeimeister in ihren Reihen.

### Bitte beachten!

Anzeigen- und Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 10.10.2016

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

JETZT APP LADEN UND BIS ZU 130€ SICHERN!

Du hast eine Belohnung verdient

# #HELDEN BONUS

Für alle zwischen 15 und 30: Mit unserer AOK-Bonus-App\* geben wir dir Geld, wenn du dir oder anderen etwas Gutes tust - z. B. für Jogging, Arztbesuch, Kochkurs, Blutspende. Schon für die erste Aktivität bekommst du 50 Euro!

heldenbonus.de

## 16 Judokas erklimmen nächste Stufe



Unsere Judokas stellten sich nach intensiver Vorbereitung ihrer nächsthöheren Gürtelprüfung. Für einige war es ihre erste. Dementsprechend war die Aufregung groß. In drei langen Stunden wurden Würfe, Haltegriffe, Hebel und Würger demonstriert. Am Ende zeigten die Prüflinge in Form von Übungskämpfen, ob sie die Techniken anwenden konnten.

Die Prüfer Norbert Guzek und Christophe David beglückwünschten alle zur bestandenen Prüfung:

### zum 8. Kyu (weiß-gelber Gürtel)

- » Nick Beier, Amir Sayfullah Haracoeva, Moritz Popall, Robert Root, Mohammed Saidov, Devin Sasse, Malte Tristan Monetha

### zum 7. Kyu (gelber Gürtel)

- » Christian Luis Wittke, Denise Bockelmann, Leandro Harders, Jana Kade, Timo Mattheißen, Anmolpreet Singh

### zum 5. Kyu (oranger Gürtel)

- » David Laqueur

### zum 4. Kyu (orange-grüner Gürtel)

- » Lena Heinz, Nils Thomas Huen

## Selbstverteidigung bei der AOK

Im Rahmen der Kooperation zwischen dem OSC Bremerhaven und der AOK Bremen/Bremerhaven fand ein sechswöchiger Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskursus für AOK-Mitglieder statt. Engagiert und motiviert übten die Teilnehmer fleißig Abwehren gegen unterschiedliche Angriffe, wie z.B. das Würgen.

Verhaltensstrategien in Belästigungssituationen sowie die „Notwehr“ und „Nothilfe“ wurden ebenso ausführlich behandelt. Wie darf ich mich rechtlich zur Wehr setzen und welche Mittel dürfen eingesetzt werden? Hier ist die Abgrenzung nicht immer eindeutig.

**Ein großer Dank geht an die AOK für die Unterstützung.**

**Hinweis:** Der nächste Selbstverteidigungskursus für Ältere beginnt im August. Anmeldungen per E-Mail: OSC@Christophe-David.de oder per Telefon: 04743-303527



Anke Stolp rechts und Monika Trede, beide Mitarbeiterinnen der AOK, üben Fußtritte.

## Höchste Schülergrad- prüfung in Bremen



Am Samstag den 04. Juni fuhren Steffen Hoffmann und Oliver Buß, zwei Prüfungsanwärter aus der Ju-Jutsu Abteilung, nach Bremen, um dort an der höchsten Schülergradprüfung teilzunehmen. Der Braungurt, auch 1. Kyu, ist die letzte Hürde vor dem Meistergrad. Beide haben vor der Prüfungskommission mit Erfolg bestanden. Bei solch höherer Prüfung muss immer ein auswärtiger Prüfer mitwerten, deshalb konnten unsere Anwärtler diese nicht in unserem Verein ablegen.

Prüfungsinhalte waren zum Beispiel Bewegungsformen, Falltechniken, Abwehrtechniken, Schläge, Tritte, Stöße, Würfe, Hebel, Festhalte-, Aufhebe-, Transport- und Nothilfetechniken, Abwehr von verschiedenen Waffenangriffen sowie Freikampfsequenzen.

Daniel Steinhage (2. Dan JJ sowie Aikido Danträger), Prüfer vom OSC, nahm mit einem Prüfer vom ATS Buntentor die Landes-Kyu-Prüfung ab.

Die Ju-Jutsu Abteilung gratuliert Oliver Buß und Steffen Hoffmann zum 1. Kyu JJ.

## Danprüfung im Nachbarverein



Am 18. Juni fuhren vier Prüflinge aus der Ju-Jutsu Abteilung nach Bremen zu unserem Nachbarverein, dem ATS Buntentor, um sich dort der nächsthöheren Dan-Prüfung zu stellen. Diese unterschied sich von der normalen Prüfungsvorgehensweise, danach befinden sich nicht mehr nur der Prüfling und sein Partner auf der Matte. Nach dem neuen Konzept sind immer vier Anwärtler gleichzeitig aktiv. Der Prüfling ist in der Mitte und hat die Techniken im schnellen Durchlauf an die drei Außenstehenden zu zeigen. Dadurch kommt kein Prüfling zur Ruhe, und es wird immer ein schneller und fortwährender Partnerwechsel durchgeführt.

Diese Prüfungspraxis war für alle Beteiligten ein Erfolg und wird in den nächsten Landesprüfungen im JJ-Verband Bremen weiter fortgeführt.

Wir gratulieren Peter Petarus, Martin Bock und Daniel Steinhage zum 3. Dan, und Carsten Harms zum 2. Dan Ju-Jutsu. Des Weiteren möchten wir uns bei Uwe Claussen, 7. Dan JJ bedanken, der den weiten Weg nach Bremen gemacht hatte, um diese Prüfung gemeinsam mit Charly Scheel, 6. Dan JJ und Lars Müller, 5. Dan JJ abzunehmen.

JHS



# BURMEISTER

Grabmal- & Natursteinfachbetrieb







**Manfred Burmeister**  
Geschäftsführer



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

**Spadener Str. 126 • 27578 Bremerhaven • ☎ 0471/80 61 65 0**  
Weserstraße 173 • 27572 Bremerhaven • ☎ 0471/95 84 90 34

**www.natursteine-burmeister.de**

Loxstedt: Ausstellung  
direkt am Friedhof

## Vom Leichtathletik-Talent zum „Tatort“-Regisseur



Sebastian mit seinem Südkoreanischen Opa

Wer Sebastian Ko mit dem fast gleichnamigen einstigen britischen Weltklassemittelstreckler assoziieren will, liegt nicht ganz falsch. Klingt auch gut. Der heutige Präsident des Internationalen Leichtathletik Weltverbandes Sebastian Coe, von 1978 bis 1986 vielfacher Weltrekordler, Olympiasieger usw. über 800 m und 1500 m, könnte für `unseren` Sebastian durchaus einst als Vorbild für sein Interesse an der olympischen Grundsportart gegolten haben.

Der Statistiker erfasst den zehnjährigen Sebastian erstmals 1981 als Dreikämpfer (50m-Lauf, Weitsprung und Schlagballwurf). In der Trainingsgruppe um Paul Pätzelt und Karl-Otto „Boy“ Sauer entwickelte er sich Jahr für Jahr, verzeichnete kontinuierliche Leistungssteigerungen in sämtlichen Mehrkampfarten und somit auch in den Einzeldisziplinen bis 1989. Seine persönlichen Bestleistungen standen schließlich bis zum Abschluß seiner Leichtathletiklaufbahn als A-Jugendlicher (18jährig) z.B. bei: 11,49 (1988) über 100 m, 6,41 m (1989) im Weitsprung, 1,62 m Hochsprung (1987/88) sowie 52,22 m im Speerwerfen.

Das deutet auch auf seine Vielseitigkeit hin. In den genannten Disziplinen errang er zudem diverse Bremer Landestitel. Als Sprinter unterstützte er zahlreiche Sportkameraden in den Staffelläufen.

Anlaß zu diesem sportlichen Rückblick war allerdings die Berichterstattung in lokalen Medien, als Sebastian plötzlich als Regisseur der Fernseh-Krimiserie „Tatort“ kommuniziert wurde. Seine erste Folge lief am 28. Februar dieses Jahres. Die Dreharbeiten für die nächste Folge der beliebten Krimiserie der ARD unter seiner Leitung laufen bereits.

Der in Speckenbüttel Aufgewachsene entdeckte erst nach seinem Abitur, das er im Jahre 1991 am Schulzentrum Mitte absolvierte, seine Leidenschaft für Film und Kino. Somit studierte er zunächst Theater-, Film- und Fernsehwissenschaft in Köln. Kleine Jobs erbrachten ein Zubrot: Mitarbeit an Filmproduktionen, auch als Beleuchter und schließlich als Regieassistent.

Doch letztlich erlernte er sein „Handwerk“ in Potsdam-Babelsberg an der Eliteschule für den Filmmachwuchs, der Film-Universität Konrad Wolf. Von 600 Anmeldungen an der dortigen Schule wurden seinerzeit lediglich zehn junge Leute angenommen, Sebastian war dabei!

Doch auch das dann bestandene Examen bedeutete noch nicht automatisch eine erfolgreiche Karriere. Lediglich kleine Filmproduktionen kamen zustande. Er kehrte dann nach Köln zurück, verdingte sich als Filmjournalist- und kritiker beim Westdeutschen Rundfunk. Der Durchbruch kam schließlich mit der Produktion von „Wir Monster“, mit der große Beachtung auf deutschen und internationalen Filmfestivals verbunden war.

Sebastian lebt jetzt mit seiner Familie in Köln, doch eines wird er sich nicht nehmen lassen: Anfang September wird er wieder in seiner Heimatstadt Bremerhaven weilen, um mit seiner Mutter Sigrid ihren runden Geburtstag zu feiern...

Übrigens, Sebastians Schwester ist Judy Bruns, unsere charmante, liebenswürdige Mitarbeiterin in der OSC-Geschäftsstelle.

**Wolfgang Strahl**

**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)

## OSC Vereinsmeisterschaften 2016



**Wie in jedem Jahr fand 2016 am Samstag den 18.06. wieder die Vereinsmeisterschaft der Schwimmabteilung des OSC Bremerhaven statt.**

53 Aktive aus sechs Gruppen kämpften von der Anfängergruppe über das Aufbau Team und das Junior Team bis hin zum Swim Team um den begehrten ersten Platz in ihrem Jahrgang.

Tjale Schütz unterbrach ihre Vorbereitungen zu den Deutschen Jahrgangs-Meisterschaften und konnte sich gleich die beste weibliche Leistung über die 50 m Freistil in einer Zeit von 28,73sec sichern. Die beste männliche Leistung konnte sich Roman Bykovec, ebenfalls über die Freistilstrecke, in einer Zeit von 32,54 sec erschwimmen. An beide Aktive aus dem Swim Team herzlichen Glückwunsch!

Aber auch die ganz Kleinen können sehr stolz sein auf ihre Leistungen, die sie auf dem Wettkampf gezeigt haben.

Wir bedanken uns bei allen Aktiven, Trainern und Helfern, und wünschen allen schöne Ferien und einen erholsamen Urlaub. Kommt alle gesund wieder zurück.

**Mit sportlichen Grüßen  
Schwimmabteilung OSC Bremerhaven**

## Sprint- und Mittelstreckentag 2016

Beim diesjährigen Sprint- und Mittelstreckentag 2016 des SV Bremen 10 im Stadionbad ging aufgrund der vielen Meldungen (ca.1600) der Wettkampf von morgens 8 Uhr bis abends 19 Uhr. Der OSC war mit seinem Swim- und Junior-Team dabei, um gegen Teilnehmer aus Norddeutschland, Thüringen, Nordrhein-Westfalen und Brandenburg zu starten. Die Jahrgänge 2005 und jünger wurden jahrgangsweise gewertet, 2004-1999 wurden in JugendC- JugendA unterteilt, 1998 und älter wurden zusammengefasst. Für die 22 OSC-Schwimmer war es nach ihrem Trainingslager über Ostern in Bremerhaven und Madeira der erste Test vor den Saisonhöhepunkten Bremer Meisterschaft, der Norddt. Meisterschaft bis hin zur Deutschen Jahrgangsmeisterschaften in Berlin im Juni.

Die OSC-Teams überzeugten mit vielen persönlichen Bestzeiten, vielen guten Platzierungen und vielen Medaillenrängen. Fast alle Teilnehmer des OSC konnten sich für die Langbahn-Landesmeisterschaften im Mai qualifizieren.

Aus dem Swim-Team überzeugten mit Gold die Schwimmer Tjale Schütz (50m Freistil/200m Lagen), Roman Bykovec (50m/200m Brust) und Steffen Degen (50m Brust) und Marcel

Bullinger (50m/100m Rücken,50m Brust). Im Junior -Team ging Gold an Giovanni Luca

Marques Soares (200m Rücken) und Mattis Luca Homeyer (50m/200m Freistil,100m Rücken und 100m Brust ). Daneben war Tjale Schütz auf ihren vier gemeldeten 100 bzw. 200m-Strecken jeweils Veranstaltungsdritte.

Weitere Medaillen holten für den OSC Cindy Waespy (50m und 200m Brust), Giovanni Luca Marques Soares (100m Freistil), Jella Belgardt (100m Rücken, 50m/100m Brust), Lisann Knust (50m Rücken), Malin Wickmann (50m Rücken, 100m Freistil), Max Naumann (50m Rücken und 50m Brust), Paul Ole Janssen (50m Freistil), Phil Ringelmann (50m Freistil), Roman Bykovec (100m Brust, 200m Lagen bzw. Freistil), Svea Salewsky (50m bzw. 200m Rücken) und Tjale Schütz (100m bzw. 200m Rücken und 200m Freistil). Da Vanessa Müller und Steffen Degen jeweils aus dem jüngeren Jahrgang der Jugend B bzw. C starteten, reichte es nicht zu weiteren Medaillen für die zwei, sie konnten aber wie auch Henrik Sudmann, Phil Ringelmann und Jasper Rieck in den stark besetzten Rennen mit ihren guten Platzierungen sehr zufrieden sein.

Sehr erfreut waren die beiden Trainer Daniel Siegel und Andreas Rybszleger auch über weitere Qualifikationen für die im Mai stattfindende Bremer Meisterschaft in Bremerhaven von David Joshua Waespy, David Runkler, Leon Bullinger und Merle Lina Homeyer.

Zehn Tage nach Ende des Trainingslagers über Ostern auf Madeira/Bremerhaven zeichnen sich schon die gute Vorbereitungen der Schwimmer als Fazit für die zukünftigen Starts und Wettkämpfe ab.

**Wir sind auch bei Facebook!**

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





## Master-Schwimmer mit Europas Besten in London

Bereits in Londons Straßen machte sich das internationale Flair für die vier Schwimmer aus Bremerhaven bemerkbar. Da saß zum Beispiel neben Anke Scharps, Sina Kittlaus, Daniel Siegel und Rik Pienski eine französische Gruppe, die stolz die Farben ihrer Trikolore auf ihre Fingernägel gemalt hatten, nicht weit davon entfernt saß eine Gruppe froher Italiener. Alle waren gemeinsam auf dem Weg zum Queen Elizabeth Olympic Parc, dem Austragungsort der Olympischen Sommerspiele von 2012, in dem die diesjährigen Schwimm-Europameisterschaften der Masters (ehemals Senioren) stattfanden. Das war eine großartige Veranstaltung mit über zehntausend Schwimmern im Alter zwischen 25 und 90 Jahren aus ganz Europa. An fünf Wettkampftagen verbuchte der Ausrichter 25000 Starts im London Aquatics Center. Wir Bremerhavener Schwimmer gingen insgesamt sieben Mal an den Start.

Die erste Erfahrung durfte Jungseniorin Sina Kittlaus (Jahrgang 90) sammeln. Sie ging über 100 m Rücken an den Start und sorgte trotz großer Aufregung mit einer Zeit von 1:26,0 Min. für einen gelungenen Start in das bevorstehende Wettkampfwochenende. Dank dieses positiven Eindrucks erkundeten alle vier olympischen Schwimmer bei bestem Wetter die Olympiastadt von 2012, versetzten sich in olympische Stimmung, denn auch der olympische Gedanke war ja zweifellos schon vorhanden.

Am dritten Wettkampftag wurde es dann für Anke Scharps und Daniel Siegel ernst. Beide entschieden sich für jeweils eine Strecke. Anke (Jahrgang 89) schwamm über die 50 m Freistil 31,7 Sek. und erreichte den 81. Platz, somit einen Rang unter den besten hundert ihrer Altersklasse. Daniel (Jahrgang 85) konnte bei seinem Start über 50 m Schmetterling überzeugen und verpasste mit einer Zeit von 29,16 Sek. nur knapp eine Platzierung unter den 50 schnellsten Schwimmern Europas auf dieser Strecke.

Übrigens, für die Athleten stellte sich das Einschwimmen teilweise als zusätzliche Herausforderung dar, da etwa bis zu dreihundert Schwimmer gleichzeitig versuchten, in einer kurzen Einschwimmphase von nur jeweils zehn Minuten das richtige Wassergefühl zu bekommen. Das gelang den Bremerhavener Schwimmern aber so gut, dass auch am vierten Tag gute Zeiten erreicht wurden.

An diesem langen Wettkampftag startete Daniel Siegel über 50 m Freistil mit 27,44 Sek.. Anke Scharps musste ihren Start über 100 m Freistil in einem anderen Becken absolvieren. Dieses Rennen, per Videostream in die Haupthalle übertragen, beendete sie in einer tollen Zeit von 1:11,0 Min.

Den letzten Start des Tages hatte Rik Pienski (Jahrgang 85) vor sich. Nach großartiger Zwischenzeit beendete er sein Rennen über 100 m Freistil in 1:13,0 Min. Nach den Wettkämpfen genossen alle den Abend mit dem Besuch eines Musicals und ließen den Tag entspannt ausklingen.

Am letzten Wettkampftag konnte Sina Kittlaus mit einer tollen Leistung überzeugen: 50 m Rücken in 38,61 Sek. Beeindruckt von der tollen Kulisse und den sehenswerten Leistungen der älteren Schwimmer waren sich vier OSCer einig: Das war nicht die letzte Teilnahme an einer derartigen Meisterschaft. Vielleicht starten sie noch fünfzig Jahre lang - dann weltweit unter der Bezeichnung „SG Treibholz“.

Unterstützung erfuhren die vier Jungsenioren vom 'Profischwimmshop', 'SwissLifeSelect' und der 'Nordsee, Bremerhaven'.

**Danke sagt  
Rik Pienski**

**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/11

**Sanitätshaus**  
**dohse**  
GmbH

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

**Ihr Sanitätshaus mit Herz!**

- 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



## Bremer Landesmeisterschaft 2016



Vorne: Jella, Mathis, Emily, - Mitte: Roman, Steffen, Vanessa, Tjale, Hinten: Melanie, Hendrik, Phil. Es fehlt: Mathis Baum

Für die Schwimmer des OSC Bremerhaven verliefen die Bremer LM auf der Langbahn im Schwimmen sehr erfolgreich. Die 12 Schwimmer und 8 Schwimmerinnen erkämpften 17 Jahrgangstiteln, 11 Vizejahrgangstiteln und 11 -mal Bronze in heimischer Kulisse. Dazu wurde Tjale Schütz (2001) Bremer Landesmeisterin über 200m Lagen und 100m Rücken, Bremer Vize in der offenen LM über 100m Freistil, 100m Schmetterling, 200m Freistil, 200m Rücken und Bremer Dritte über 50m Schmetterling.

Gleich siebenmal wurde Roman Bykovec Landesmeister im Jahrgang 2005. Auf allen drei Bruststrecken, allen drei Freistilstrecken sowie über 200m Lagen war er von der Konkurrenz nicht zu toppen und verbesserte sich fast immer wie um mehr als 10 Sekunden über 200m Lagen auf 3:17,46. Tjale Schütz folgte mit fünf Jahrgangstiteln über 50m (0:30,62) und 100m (1:06,84) Schmetterling, 200m Lagen, 200m Freistil(2:13,73) und 100m Rücken und drei Silbermedaillen im Jahrgang über 50m und 200m Rücken und 100m Freistil (1:00,63). Die Sport-Stipendiantin Melanie Schilling (1998) wurde auf ihren gemeldeten Strecken 50m, 100m Freistil und 200m Lagen dreifache Bremer Juniorenmeisterin.

Alleine fünfmal Bronze und einmal Silber holte sich Steffen Degen (2004), dabei knackte er wie am letzten Wochenende die Qualifikation über 200m Lagen für den Norddeutschen Mehrkampf, der Ende der Woche in Hannover stattfindet.

Die fast vierzehnjährige Vanessa Müller schwamm über 100m Freistil ein beherztes Rennen und wurde Vizejahrgangsmeisterin im Jahrgang 2002. Weitere Bronzemedailien gab es über 50m und 400m



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

Tel: 0471/962920

Werbung, die ankommt!

Werbefolien WEIERS UG

## Tjale schwimmt zum NDM-Jahrgangsmeistertitel



Freistil. Leon Bullinger schwamm persönlichen Rekord über 100m Freistil.

Die Jungen im Jahrgang 2001 erkämpften jede Menge persönliche Bestzeiten, verfehlten aber knapp Podestplätze (Henrik Sudmann über 50m Schmetterling und 200m Lagen, Jasper Rieck über 400m Freistil und Phil Ringelmann über 200m Brust und 100m Freistil). Umso größer war die Freude für Henrik Sudmann, als er mit 1:11,57 über 100m Schmetterling Bronze in den Händen hielt. Phil Ringelmann schlug als zweiter seines Jahrgangs in 4:50,48 und als dritter über 200m Freistil an. Mathis Baum, David Joshua Waespy (beide 2003) und David Runkler (2004) freuten sich über ihre Bestzeiten, Mathis konnte dabei noch Vizejahrgangsmeister (200m Rücken) werden, während David Runkler knapp über 100m und 200m Rücken eine Medaille verfehlte.

Für Paul Ole Janssen, Lisann Knust, Cindy Waespy (alle 2005), Malin Wickmann, Giovanni Luca Marques Soares und Max Naumann (alle 2006) waren es wie für Emily Thielbar, Mathis Luca Homeyer und Jella Belgardt aus dem Juniorteam die ersten Bremer Jahrgangsmeisterschaften. Dementsprechend aufgeregt waren sie. Die Jüngste im Team Emily Thielbar (2008) überzeugte mit Gold über 100m Rücken und 100m Freistil sowie Silber über die drei 50m-Strecken Brust, Freistil und Rücken. Auch die beiden Youngster Jella Belgardt und Mattis Luca Homeyer - beide 2007 - schlugen sich wacker. Mattis wurde Jahrgangsmeister über 50m und 100m Rücken und belegte zweimal Silber über die gleichlangen Freistilstrecken. Mit Bronze über 100m Rücken und Brust wurde Jella belohnt. Für Paul Ole, Lisann, Cindy, Malin, Giovanni und Max gab es jede Menge Bestzeiten und Plätze zwischen vier und acht.

Die am letzten Wochenende stattfindende Norddeutsche Meisterschaft in Braunschweig war mit 750 Teilnehmern aus 130 Vereinen gut besucht. Mit dabei auch zwei Teilnehmer aus dem Swim-Team des OSC Bremerhaven: Henrik Sudmann und Tjale Schütz.

Im Vorfeld konnte sich Tjale Schütz (2001) für zehn Strecken qualifizieren, ging dann für den OSC mit sieben Strecken an den Start. Sie überzeugte direkt vom ersten Start an mit Bronze über 100m Freistil, verfehlte es knapp über 50m Schmetterling und holte in packenden Zweikämpfen über 200m Lagen und 200m Freistil Gold und damit den norddeutschen Jahrgangsmeistertitel 2001 vor Eileen Schulze (Wolfsburg) und Jana Heise (Oldenburg) nach Bremerhaven. Am zweiten Wettkampftag gab es nochmals Bronze über 100m Schmetterling, Platz vier über 200m Rücken und Platz fünf über 200m Schmetterling. Nach Bestzeit am ersten Tag über 200m Lagen (2:28,48) gab es nochmals eine Leistungssteigerung mit 2:32,47 zum Abschluss über 200m Schmetterling. Damit war sie erfolgreichste Teilnehmerin aus Bremerhaven. Für die ab dem 21. Juni stattfindende Deutsche Jahrgangsmeisterschaft in Berlin konnte sich Tjale hiermit für sechs Strecken qualifizieren.

Für ihren Teamkollegen Henrik Sudmann (auch 2001) war es die erste Teilnahme bei der Norddeutschen Meisterschaft. Bei seinem Start über 50m Schmetterling schlug er sich wacker und sammelte wichtige Erfahrungen für weitere Starts in der Zukunft.

Ein weiterer OSCer - Steffen Degen (2004) war eine Woche vorher bei der Norddeutschen Meisterschaft im Schwimmerischen Mehrkampf in Hannover angetreten. Auch er ließ sich nicht unterkriegen, schloss mit 1288 Punkten ab und geht nun motiviert in die neue Saison.

Der Trainer Andreas Rybszleger war äußerst zufrieden mit den Leistungen seiner Schwimmer und freut sich mit Tjale Schütz über die vielen Starts bei der DJM, dem Höhepunkt der gesamten Saison, Ende Juni in Berlin.

Wir sind auch bei Facebook!

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



**Bärbel Barbe-Becker**  
Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht  
Tätigkeitsschwerpunkt  
Arbeitsrecht · Sozialrecht

**Christiane Veit-Koop**  
Rechtsanwältin  
Tätigkeitsschwerpunkt  
Erbrecht · Verwaltungsrecht · Steuerrecht

**Denise Wendt**  
Rechtsanwältin  
Tätigkeitsschwerpunkt  
Familienrecht

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

## Tischtennis – Vereinsmeisterschaft



Am 4. Juni fand die diesjährige Vereinsmeisterschaft in der Gaußhalle statt und 31 Kinder und Jugendliche hatten sich dazu angemeldet. Die Trainer haben für einen reibungslosen Ablauf gesorgt und Ralph Harms für tolle Preise. Die Eltern haben sich wieder gut eingebracht, in dem sie mit für das „Catering“ sorgten und die Kinder anfeuerten. Es war wieder ein gelungener Tag für die Spieler.

Es wurde in zwei Gruppen gespielt - Anfänger und Fortgeschrittene. Nach der Vorrunde teilte sich letztere in eine End- und Trostrunde auf. Jeder Teilnehmer bekam eine Urkunde und einen Preis.

Es gab viele spannende Partien und ein sehenswertes dramatisches Endspiel, in dem die Finalisten im Doppel-KO System zweimal gegeneinander antreten mussten. In diesem Spiel hat sich dann Torge Biederbick gegenüber Fynn Mangels durchsetzen können.

### Manfred Zietz

Radio- und Fernsehservice

... denn auf den Service  
kommt es an!

Wurster Straße 31  
27580 Bremerhaven  
Telefon 0471/8 14 25

#### ERSTPLATZIERTE GRUPPE A HAUPTRUNDE:

- » 1.Torge Biederbick
- » 2. Fynn Mangels
- » 3.Eric Root
- » 4.Fynn Bode
- » 5.Emma Mangels
- » 6.Marcel Andernach

#### ERSTPLATZIERTE GRUPPE A TROSTRUNDE:

- » 1.Jan Luca Bartau
- » 2.Cedric Sündermann
- » 3.Akin Noah Baden
- » 4.Jasmin Liu
- » 5.Malte Hustedede
- » 6.Niklas Hand

#### ERSTPLATZIERTE GRUPPE B:

- » 1.Martin Wagner
- » 2.Jana Klein
- » 3.Tarik Rothmann
- » 4.Fiona Kemper
- » 5.Janne Belgardt
- » 6.Jannis Vathke

Heiko Biederbick

## „Mag doch einfach Tischtennis, mein Kind, schau wie gut Chinesen darin sind“



Beim OSC mögen viele Kinder Tischtennis spielen und das tun sie mit Leidenschaft, Spaß und Ehrgeiz!

Dreimal in der Woche bieten wir in der Gaußhalle dazu das Training an. Der Zulauf im letzten Jahr war sehr gut, und regelmäßig trainieren im Durchschnitt 30 Kinder und Jugendliche.

Und auch die Suche nach Trainern war erfolgreich, so dass das tolle engagierte Trainerteam sich auf sieben Personen erweitert hat, das die Kinder unterstützt, fördert und fordert.

Die gute Seele in diesem Trainerteam für die Kinder ist Adolf Glas, der seit 14 Jahren eine kontinuierliche Bezugsperson für die Kinder ist!

Trainer von links: Michael Vathke, Jürgen Donath, Heiko Biederbick, Adolf Glas, Svenja Belgardt, Pascal Cassellius, Ralph Harms

**Heiko Biederbick**

## Wir suchen interessierte Kinder und Jugendliche !!!

Mit Leidenschaft, Spaß und Ehrgeiz kommen die Kinder und trainieren dreimal in der Woche in der Turnhalle der Gaußschule.

Doch was immer wieder ganz besonders auffällt, ist das Zusammengehörigkeitsgefühl der Kinder und Jugendlichen. Im Training und in den Serienspielen sind sie für einander da, coachen und beraten sich gegenseitig, bauen sich auf, oder trösten sich auch mal.

Das macht dieses Zusammengehörigkeitsgefühl aus. Und im Training auch mal den Trainer zu besiegen, macht besonders stolz.

**Unser Training findet an folgenden Tagen statt:**

Montags von 18.30 bis 20.00 Uhr und Mittwochs und freitags von 17.30 bis 19.30 Uhr.

**Wir suchen Dich!**

Bist Du im Alter von 6 bis 18 Jahren und möchtest Tischtennis kennenlernen und ausprobieren, freuen wir uns, Dich kennen zu lernen.

## Fahrradtour nach Bad Zwischenahn



Monika hat bei der Auswahl der Pension das richtige Händchen gehabt und wir fühlen uns alle sehr wohl. Das tägliche Frühstücksbuffet lässt uns immer gut gestärkt auf Erkundungstour gehen – mit und ohne Fahrrad. Die Rundfahrt über das „Meer“, die Shopping-Tour und der Besuch im „Spieker“ dürfen auch nicht fehlen.

Besonders erwähnenswert sind natürlich auch die gemütlichen Spiel- und Weinabende, bei denen wir das Erlebte noch einmal Revue passieren lassen. Nach fünf Tagen haben wir Bremerhaven wieder gesund erreicht – mit dem Zug!!

Zum Schluss: Vielen lieben Dank an Monika und Margit für die Organisation und die Wegführung. Bis zum nächsten Mal!

**Rita Risser**

Die Sonne lacht vom Himmel, als sich sechs Frauen der Montags-Gymnastikgruppe am im Juni auf den Weg machen. Elke, Margit, Margot, Monika, Renate und Rita treten in die Pedale, um das Etappenziel Brake zu erreichen. Nun mag manch sportlicher Mensch darüber lächeln, dass das ja wohl nur ein Katzensprung ist, aber die Wärme bringt uns ganz schön ins Schwitzen. Wir besuchen dort das kleine Stadtfest – natürlich mussten Kalorien ersetzt und Eis gegessen werden! - und laben uns gegen Abend im „Weserblick“.

Der nächste Tag bringt nach anfänglicher morgendlicher Kühle die Herausforderung für uns. 60 km über Oldenburg zur Endstation müssen wir bei viel Sonne und Wärme schaffen. Da Wolfram Batz ja ständig für unsere Kondition sorgt, ist das aber auch kein großes Problem. Nach einer ordentlichen Stärkung in einem Gartenlokal an der Hunte radeln wir locker das letzte Stück bis Bad Zwischenahn.



### ELLERMANN

BESTATTUNGEN



Wir besprechen Ihre individuellen Wünsche und legen gemeinsam den Kostenrahmen fest.

PERSÖNLICH · FACHKUNDIG · PREISGÜNSTIG

Hafenstraße 108 · 27576 Bremerhaven · ☎ (0471) 43124  
[www.ellermann-bestattungen.de](http://www.ellermann-bestattungen.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, Cheerleading, Gymnastik, Rhythmische Sport Gymnastik, Tanzsport, Trampolinturnen:	Rüdiger Henning	ruediger.henning@gmx.de
Fußball:	Hans-Joachim Böhm	0471 - 3 46 81			
Handball:	Holger Lehn	0471 - 80 34 10			
Judo, Aikido, Jiu-Jitsu:	Christophe David	04743 - 30 35 27			
Ju-Jutsu:	Lars Müller	0471 - 929 25 41	Volleyball:	Michael Kernchen (komm.)	0471 - 229 62
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, Claudia und Björn Barthel, Christian Pufke

## ERWEITERTES PRÄSIDIUM

- » **Sportlicher Leiter:** Jens Petersen
- » **Frauenreferentin:** Barbara Ansorge / Anne Grosse
- » **Jugendreferent:** N.N.
- » **Sprecher des Schlichtungsrates:** Alfred Bultmann
- » **Referent für Öffentlichkeitsarbeit:** Günther Fließkowski

## 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. 10. 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

**08.08. - 26.09.2016**

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 14.00-14.45 Uhr  
(Gesundheits-Studio OSC), 8x 40,00 €

### BODYSTYLING 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 17.30 - 18.30 Uhr Mixed  
(Gesundheits-Studio OSC), 8x 40,00 €

### PILATES 01.08. - 26.09.2016

Leitung: Anne Grosse (Gesundheits-Studio OSC)  
Montags, 18.30-19.30 Uhr, 8x, 40,00 €

### REHA-GYMNASTIK 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Dirk Tumpach (Nordsee-Stadion)  
Dienstags, 16.45-17.30 Uhr, 8x, 40,00 €  
Freitags, 16.45-17.30 Uhr, 8x, 40,00 €

### PILATES/SOFTFIT 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Anja Iden  
Dienstags (Gesundheits-Studio OSC),  
18.00-19.00 Uhr und 19.00-20.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### HATHA-YOGA 11.08. - 29.09.2016

Leitung: Adidevi Antje Harms-Köster (Gesundheits-  
studio), Donnerstags, 09.00-10.30 Uhr, 8x, 64,00 €

### GESUNDHEITSORIENTIERTE SENIORINNEGYMNASTIK 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Wolfram Batz (Gymnastikhalle)  
Mittwochs von 9.00 - 10.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### REHA-GYMNASTIK 11.08. - 29.09.2016

Leitung: Ilka Ponitka-Graw  
Donnerstags von 10.45-11.30 Uhr, 8x 40,00 €

### REHA-GYMNASTIK 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Dirk Tumpach  
Montags von 16.45 - 17.30 Uhr, 8x 40,00 €  
Dienstag von 16.45 - 17.30 Uhr, 8x 40,00 €  
Freitags von 16.45 - 17.30 Uhr, 8x 40,00 €

### RÜCKEN-AKTIV - WIRBELSÄULENGYMNASTIK 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Anne Grosse  
Freitags (Gesundheits-Studio OSC), je 40,00 €  
10.00-11.00 Uhr und 11.10-12.10 Uhr, je 8x

### PRÄVENTIONSKURS „RÜCKEN-AKTIV“ 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Anne Grosse (Gymnastikhalle)  
Freitags von 09.00-10.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### GESUNDHEITSORIENTIERTE FRAUEN- GYMNASTIK 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
(Gymnastikhalle)  
Montags von 10.15-11.15 Uhr, 8x, 40,00 €

### FITMIX „YOUNG GENERATION“ 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)  
Montags von 19.00-20.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### FITMIX „50+“ 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)  
Montags von 20.00-21.30 Uhr, 8x, 40,00 €

### 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 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
(Gymnastikhalle)  
Dienstags von 10.15-11.15 Uhr, 8x, 40,00 €

### AROHA 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Lutherschule)  
Dienstags von 20.00-21.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### ZUMBA GOLD 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Lutherschule)  
Dienstags von 18.00-19.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### ZUMBA 11.08. - 29.09.2016

Leitung: Kevin James (Lutherschule)  
Donnerstags von 19.00-20.00 Uhr, 8x, 40,00 €

### NORDIC WALKING 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Anne Grosse  
Dienstags von 09.00-10.30 Uhr, 14x 70,00 €

### BABYSCHWIMMEN / WASSERGEWÖHNUNG 06.08. - 01.10.2016

Leitung: Susanne Plate  
Aqua Baby (3 bis 12 Monate)  
Samstags, 09.30 - 10.00 Uhr, 8x 64,00 €  
Aqua Baby (12 bis 24 Monate)  
Samstags, 10.00 - 10.30 Uhr, 8x 64,00 €  
Quietsche-Ente (2-3 Jahre)  
Samstags, 09.00-10.00 Uhr, 8x 64,00 €  
Wasserfrosch (3-4 Jahre)  
Samstags, 11.30-11.00 Uhr, 8x 64,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE 09.08. - 27.09.2016

Leitung: Michael Reyer  
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 8x, 64,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Susanne Meyer  
Freitags, 15.45-16.30 Uhr „Goldfisch“ (Ziel Bronze)  
Freitags, 16.30-17.15 Uhr „Seepferdchen“ (Anfänger)  
je 8x, 64,00 €

### SCHWIMMKURSE FÜR KINDER 06.08. - 01.10.2016

Leitung: Walter Rentzel, Michael Reyer  
Samstags, 08.45-09.30 Uhr „Aqua-Star“ Fortge-  
schrittene  
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 8x, 64,00 €

### RÜCKENFIT IM WASSER 08.08. - 26.09.2016

Leitung: Annika Buchholz  
Montags von 19.30 - 20.15 Uhr + 20.15 - 21.00 Uhr  
je 8x 64,00 €

### AQUA-FITNESS 11.08. - 29.09.2016

Leitung: Kay Schlutow  
Donnerstags, 20.00-20.45 Uhr, 8x 64,00 €

### FORTYFIVE AQUA SPORTS 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Kay Schlutow  
Freitags, 18.45-19.30 Uhr, 8x 64,00 €

### „ALLESAQUA“ 05.08. - 30.09.2016

Leitung: Brigitte Machirus  
Freitags, 20.00-20.45 Uhr, 8x 64,00 €

### BEWEGUNGSTHERAPIE IM WARMEN WASSER

Leitung: Nathaly Redd, Wolfram Batz, Ilka Ponitka-Graw  
Montags, 08.08. - 26.09.2016, je 64,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 8x,  
Dienstags, 09.08. - 27.09.2016, je 64,00 €  
16.30-17.15 Uhr, 18.00-18.45 Uhr,  
18.45-19.30 Uhr, je 8x,  
Mittwochs, 10.08. - 28.09.2016, je 64,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 19.30-20.15 Uhr, je 8x  
Donnerstags, 11.08. - 29.09.2016, je 64,00 €  
18.00-18.45 Uhr, 18.45-19.30 Uhr, je 8x,  
Freitags, 05.08. - 30.09.2016, je 64,00 €  
15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 8x

### SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE 06.08. - 01.10.2016

Leitung: Walter Rentzel  
Samstags, 11.45-12.30 Uhr, 8x 64,00 €

### SCHWIMMTECHNIK FÜR ERWACHSENE 06.08. - 01.10.2016

Leitung: Michael Reyer  
Samstags, 12.00-13.00 Uhr, 8x 50,00 €



# BLINKFEUER



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND

IN ZUSAMMENARBEIT  
**SPORT PRO  
GESUNDHEIT**  
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER

GEPRÜFT & EMPFOHLEN