

# BLINKFEUER



AUSGABE NR.1 / 2019 / H 8349



**NEUSTART BEI  
DEN LEICHT-  
ATHLETEN**

»» Seite 10+12

**20 JAHRE  
RSG IM OSC**

»» Seite 22

**NUR  
FLIEGEN IST  
SCHÖNER**

»» Seite 20

# Tolle regionale Briefmarken – *deutschlandweit* versenden!



[www.citipost-nordsee.de](http://www.citipost-nordsee.de)  
Telefon: (0471) 90 26 68 51

NORDSEE  
**CITIPOST**  
Einfach. Gut. Geschickt.



## Liebe OSCer!

Ein aufregendes Jahr liegt hinter uns. Ein Jahr, in dem uns wieder einmal deutlich geworden ist, wie schnell sich unser Verein schon durch leichte Verschlechterung der Rahmenbedingungen vor bedrohliche Probleme gestellt sieht.

Das finanzielle Problem haben wir in der Delegiertenversammlung 2018 dargestellt und mit großer Zustimmung der Versammlung erreicht, dass mit einer Beitragserhöhung zum 1. Juli 2018 und einer Umlage im Oktober das Jahr 2018 wohl mit einem ausgeglichenen Haushalt abgeschlossen werden kann.

Unser personelles Problem schien mit den erfolgten Wahlen für das Präsidium des Vereins gelöst. Es war nicht vorhersehbar, dass unser Vizepräsident Lars Hierath die Leitung der deutschen Schule in New York übernimmt und uns arbeitsmäßig seit dem Sommer 2018 nicht mehr zur Verfügung steht.

Für die Arbeit im Präsidium brauchen wir unbedingt Verstärkung. Gesucht werden „Spezialisten“ für Rechtsfragen und Öffentlichkeitsarbeit, um nur den dringendsten Bedarf aufzuzeigen. Wer an einer Mitwirkung interessiert ist darf sich gern bei uns melden. Interessante Projekte warten.

Die Kündigung unseres Pächters für die Stadiongastronomie hat uns überrascht. Wir sind ausgesprochen froh, dass ohne langen Leerstand mit Elena Bär eine Pächterin gefunden werden konnte, der wir eine erfolgreiche Bewirtschaftung unseres Restaurants zutrauen.

Es zeichnete sich seit einigen Monaten ab, dass unsere Marchingband Probleme hat. Musiker schieden aus, Ersatz war nicht zu finden. Auftritte waren nur noch mit anderen Zügen gemeinsam zu leisten. Der langjährige Bandleader resignierte und legte sein Amt nieder. In einer vom Präsidium eingeleiteten Versammlung der Abteilung wurden Möglichkeiten einer Weiterführung besprochen. Ergebnislos. Die Marchingband wurde im November aufgelöst, die bis dato genutzten Räume fristgemäß gekündigt.

Nachdem sich Anfang Oktober der Ortsverein Lehe-Nord der SPD öffentlich für eine Sanierung des Nordsee-Stadions ausgesprochen hat, bekundeten erfreulicherweise auch die CDU, die FDP und die Bürger in Wut öffentlich ihr Interesse an einer Sanierung.

Es ist vor allem dem Einsatz von Christian Bruns zu verdanken, dass unter seiner Federführung eine engagierte Arbeitsgruppe in kürzester Zeit einen Antrag zur fristgerechten Einreichung fertiggestellt hat, mit dem Bundesmittel für die Sanierung des Stadions eingeworben werden sollen.

Obwohl erst nach einer positiven Entscheidung der Jury Ende Februar und einer anschließenden Prüfung vor Ort über eine Mittelvergabe entschieden wird, steht für mich fest: Grund zum Jubel gibt es noch nicht, aber es darf uns alle froh stimmen, dass es eine breite Zustimmung für eine Sanierung „unseres“ Stadions in Bremerhaven gibt.

Wir dürfen etwas zuversichtlicher in die Zukunft blicken. Für das neue Jahr 2019 gilt eine erneute Erhöhung des Mindestlohns. Das trifft auch unseren Verein. Für unsere Mitarbeiter in der Sportplatzpflege und in der Objektaufsicht müssen wir ab sofort tiefer in die Tasche greifen. Dazu sind wir verpflichtet, da wir nur unter dieser Bedingung Zuschüsse von der Stadt erhalten können.

Sinkende Zuschüsse und steigende Personalkosten stellen für alle Sportvereine ein Problem dar. Für den OSC ist dieses Problem besonders groß, weil wir ein sehr großes Areal zu pflegen haben und als einziger Verein in Bremerhaven an sieben Tagen in der Woche Personal zur Beaufsichtigung des Objektes Nordsee-Stadion zu stellen haben. Es ist eigentlich nicht einzusehen, dass der Verein für die Beaufsichtigung einer städtischen Immobilie aufkommen soll, eine Dienstleistung, an der sich die Stadt mit abnehmenden Zuschüssen lediglich beteiligt.

Wir sind damit beschäftigt, ein tragfähiges Finanzierungskonzept für den Schwimmsport im OSC zu erarbeiten. So ist die Belastung durch weiter steigende Bahngebühren vom Verein nicht zu verkraften. Die Mitglieder des Master-Teams haben sich bereit erklärt, ihre Bahnzeiten selbst zu finanzieren. Ein erster Schritt zur Kostenreduzierung für den Gesamtverein, für den wir uns an dieser Stelle ganz herzlich bedanken! Allen Beteiligten ist allerdings klar, dass weitere Schritte folgen müssen.

Eine Hilfestellung wird auch der Fußballabteilung angeboten. Bernd Günther hat angekündigt, Sponsoren und Spenden für die Fußballabteilung im OSC einzuwerben, wenn sein Verein, der FC Bremerhaven als außerordentliches Mitglied im OSC aufgenommen worden ist. Ein entsprechender Antrag wurde bereits gestellt. Vor allem unsere 1. Herren werden sich über eine Unterstützung im Kampf um den Klassenerhalt freuen.

2019 ist Wahljahr. Wer von uns gewählt werden will, sollte sich deutlich zur großen Bedeutung des Sports für die Gesellschaft bekennen und sich tatkräftig für eine Verbesserung der Bedingungen einsetzen.

Ich wünsche uns allen ein erfolgreiches Jahr 2019.

Es gibt viel zu tun – packen wir's an!

**Gerd Gräfinig**

## Einladung

### zur 43. ordentlichen Delegiertenversammlung des Olympischen Sport-Club Bremerhaven von 1972 e. V.

am Donnerstag, 28. März 2019, 19.30 Uhr, Stadion-Gaststätte

#### Tagesordnung:

1. Begrüßung / Ehrungen
2. Wahl eines Schriftführers / einer Schriftführerin
3. Wahl eines Versammlungsleiters / einer Versammlungsleiterin
4. Feststellung der Beschlussfähigkeit
5. Genehmigung des Protokolls der 42. Delegiertenversammlung vom 29.03.2018
6. Berichte
  - 6.1 Bericht des Präsidiums
  - 6.2 Bericht des Schatzmeisters über den Rechnungsabschluss 2018
  - 6.3 Bericht der Kassenrevisoren
7. Genehmigung des Geschäftsberichts des abgelaufenen Jahres und Entlastung des Präsidiums
8. Wahlen
  - 8.1 Wahl von mindestens 1 Vizepräsidenten / Vizepräsidentin
  - 8.2 Wahl eines/r Kassenreferenten / Kassenreferentin
  - 8.3 Wahl eines/r Kassenrevisor / Kassenrevisorin
  - 8.4 Wahl eines Referenten / Referentin für Öffentlichkeitsarbeit
  - 8.5 Wahl eines Referenten / Referentin für Jugendarbeit
  - 8.6 Wahl des/der Mitglied/er des Schlichtungsrates
9. Bestätigung Mitglieder des erweiterten Präsidiums
10. Vorlage und Erläuterung des Haushaltsplans für das Rechnungsjahr 2019
11. Beschlussfassung
  - 11.1 Beschlussfassung über den Haushaltsplan für das Rechnungsjahr 2019
12. Anträge
  - 12.1 Eingereichte Anträge
13. Verschiedenes

Anträge an die Delegiertenversammlung sind dem Präsidium bis zum **18. März 2019** schriftlich mit Begründung in der Geschäftsstelle des OSC einzureichen.

**Olympischer Sport-Club Bremerhaven von 1972 e. V.**

**Das Präsidium**

## Einladung

### zur Frauen- und Senioren-Versammlung

**21. März 2019,**

**17:00 Uhr**

**OSC-Gaststätte**

#### TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Stimmberechtigten
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls der JHV 2018
4. Jahresrückblick 2018
5. Finanzbericht
6. Entlastung der Frauen- und Senioren-Ausschüsse
7. Wahl der beiden Ausschüssen
8. Vorschau 2019
9. Verschiedenes

**gez. Frauen- und Seniorenausschuss**

**Barbara Ansorge + Klaus Zisenis**



# FERIENBETREUUNG BEIM OSC BREMERHAVEN

**Sport, Spaß und gesunde Ernährung  
in den Osterferien 2019**

Sie haben Interesse? Dann melden Sie sich bitte verbindlich bis zum 4. März 2019 beim OSC Bremerhaven an.

**OSC Bremerhaven**  
Am Stadion 10  
27580 Bremerhaven  
Tel.: 0471 80097-22

E-Mail: [technik@osc-bremerhaven.de](mailto:technik@osc-bremerhaven.de)



**Die Osterferien werden sportlich!**

## GEMEINSAME SACHE FÜR MEHR FAMILIENGESUNDHEIT

Gesundheit für die ganze Familie – das ist das Anliegen des OSC Bremerhaven und der AOK Bremen/Bremerhaven. Deshalb machen wir Ihnen viele Angebote für Sport, Fitness und eine gesunde Lebensweise.

## KINDERBETREUUNG IN DEN OSTERFERIEN 2019

In den Osterferien bieten wir Ihnen eine Betreuung für Ihren Nachwuchs an.

- Montag, 8. April bis Freitag, 12. April 2019 und/oder
- Montag, 15. April bis Donnerstag, 18. April 2019
- jeweils von 8 bis 16 Uhr
- für Kinder von 8 bis 12 Jahren
- inklusive Frühstück und Mittagessen

In den Sportanlagen des OSC erwartet Ihre Kinder das riesige Angebot von Bremerhavens größtem Sportverein. Neben Sportarten wie Schwimmen, Badminton, Fußball, Volleyball, Tischtennis und American Football sind auch kreative Workshops in der Auswahl – zum Beispiel „Smoothies selber machen“. Außerdem steht ein gemeinsamer Ausflug ins Klimahaus@ Bremerhaven auf dem Programm – der Eintrittspreis ist inklusive!

Die Teilnahmegebühr beträgt 85 Euro für die 5-Tage-Woche und 68 Euro für die 4-Tage-Woche. OSC-Mitglieder und Versicherte der AOK Bremen/Bremerhaven zahlen nur 77 bzw. 62 Euro.

## AOK-VERSICHERTE TRAINIEREN GÜNSTIGER!

Sie sind bei der AOK Bremen/Bremerhaven versichert? Dann profitieren Sie beim OSC über die Kinderferienbetreuung hinaus von weiteren Sonderkonditionen:

- keine Aufnahmegebühr, zwei Monate Beitragsfreiheit
- günstige Konditionen für Kurse und Fitnesstraining
- gemeinsame Gesundheitstage und Events

[aok.de/bremen](http://aok.de/bremen)  
[osc-bremerhaven.de](http://osc-bremerhaven.de)

# ZUSAMMEN

## SIND WIR STÄRKER

### 10 Wochen Spiel, Sport & Spaß für übergewichtige Kinder und Jugendliche

#### DICH ERWARTET:

- » Bewegung die Spaß macht, z.B verschiedene Spiele, Geräteturnen, Elemente aus der Leichtathletik, Hip Hop, Zirkeltraining, Koordinationsübungen und American Football
- » Wer Sport macht braucht auch Entspannung; somit erwartest dich nach jeder Sportstunde auch eine Entspannungseinheit
- » Mentaltraining zur Stärkung des Selbstbewusstseins
- » Gemeinsame Zubereitung von leckeren gesunden Snacks, Salaten und anderen Köstlichkeiten
- » Ausflug zum Kletterpark
- » Familientag mit Abschlussgrillen

**KOSTEN: 20 EURO**

#### WANN :

Dienstag und Donnerstag 16.00- 17:30

#### LAUFZEIT:

2. Mai- 2. Juli. 2019 ( 16 Einheiten)

#### VORAUSSETZUNG:

Du solltest zwischen 8-12 Jahre sein und Lust auf Bewegung, die Spaß macht, haben.

Ein Projekt des OSC Bremerhaven mit finanzieller Unterstützung aus WIN Mitteln



WiN Bremerhaven  
Wohnen in Nachbarschaften



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)

## Tai Chi – ein innovatives Angebot

Unter Anleitung von Tigran Ghukasyan nahmen 25 Interessierte, zum Teil OSCer, an dieser Veranstaltung teil.

Mit zusätzlicher weiblicher Unterstützung vom Wushu Team Zhao konnte Tigran, der für den OSC seit kurzem als Kurleiter aktiv ist, seine Fähigkeiten in diesem besonderen Budo-Element beweisen.

Im Tai Chi sollen Übungen mit möglichst wenig Kraftaufwand, also Gegenenergie durchgeführt werden. Ziel ist es, das der Übende möglichst konzentriert auf sich und seine Umwelt eingeht.

Neben dem sportlichen Aspekt gab es in diesem Seminar für die Teilnehmer die Möglichkeit auch einen Einblick in diese besondere Form der „Körpersprache“ zu bekommen.

Diese Lehre vom Innen und Außen fordert bei Konflikten oder Unverständnis immer wieder auf, auch den eigenen Blickwinkel zu verändern. In letzter Konsequenz geht man mehr auf seine Mitmenschen ein.

Gleichzeitig ging der Verein nicht nur mit dem inhaltlichen Aspekt auf experimentellen Wegen, es wurde sich bewusst dafür entschieden, die Veranstaltung außerhalb in den Räumlichkeiten des Stadtjugendrings stattfinden zu lassen.



Hierfür auch im Nachhinein nochmals herzlichen Dank an die Verantwortlichen des SJR Bremerhaven e.V..

Diese Veranstaltung wurde vom Bundesfamilienministerium im Rahmen des Programms: „Demokratie leben!“, durch WiN - Mittel finanziert und vom Jugendamt Bremerhaven unterstützt.

Abschließend waren sich alle, sowie Herr Ghukasyan einig, dass man hieran anknüpfen müsse. Das Credo war: „Mehr davon...!“

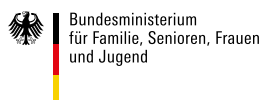
Für alle, die Tai Chi bei Tigran ausprobieren möchten, bietet der OSC in seinem Gesundheitsstudio mittwochs und donnerstags (19.00 – 20.00 Uhr) Kurse an.

# Demokratie **leben!**

***Sie haben eine Idee für Demokratie und es fehlen Mittel und Möglichkeiten?***

**Kontakt:** S. Mischer-Dinklage  
SSB Brhv. e.V. / Tel. 0152 54079533 /  
[www.demokratie-leben-bremerhaven.de](http://www.demokratie-leben-bremerhaven.de)

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



# Einladung zur Fussball - Jahreshauptversammlung

Montag, 11. März 2019, 18:30 Uhr im Restaurant Nordsee – Stadion

- |   |   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Begrüßung</li> <li>2. Feststellung der ordnungsgemäßen Ladung und der Beschlussfähigkeit</li> <li>3. Genehmigung des Protokolls 2018</li> <li>4. Wahl eines Versammlungsleiters/In</li> <li>5. Wahl eines Schriftführers/In</li> <li>6. Bericht des Abteilungsvorstandes</li> <li>7. Bericht der Kassenwartin</li> <li>8. Entlastung des Vorstandes</li> <li>9. Wahl der Delegierten und Stellvertreter zur Delegiertenversammlung 2020</li> <li>10. Aktuelle Spielserie 2018 / 2019</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Anträge</li> <li>12. Anfragen und Mitteilungen</li> <li>13. Verschiedenes</li> </ol> |
|---|---|

Anträge sind bis zum 25. Februar 2019 schriftlich in der Geschäftsstelle des OSC einzureichen.

Lt. § 1 Abs. 1.2.3. ist parallel kein Trainingsbetrieb an diesem Tag anzubieten, damit alle Mitglieder an der Versammlung teilnehmen können.

**Hans-Joachim Böhm**  
Abteilungsleiter



## DIE FUSSBALL - JUGENDABTEILUNG DES OSC BEDANKT SICH RECHT HERZLICH BEI FOLGENDEN FIRMEN UND PERSONEN FÜR EIN BALLSPONSORING 2018

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>» Praxis Dr. Hasan Chikho * Dr.-Franz-Mehrrens-Str. 8</li> <li>» AWO Bremerhaven Arbeiterwohlfahrt Bremerhaven Manfred Jabs * Bütteler Str. 1</li> <li>» Fahrschule Easy Rider * Thomas Wentzel * Nordeschweg 7 * 27607 Geestland / Langen</li> <li>» INGENIEURBÜRO SELTZ &amp; MEYER * Unfallrekonstruktion - Beweissicherung - Schaden * Schlachthofstr. 23</li> <li>» Fun Bowling * Peter Scholter * Langener Landstraße 30</li> <li>» Wohnungsgenossenschaft Bremerhaven eG * Miriam Böttcher * Friedrich-Ebert-Straße 5</li> <li>» Malereibetrieb Mönnich Nachf. GmbH &amp; Cie Kommanditgesellschaft * Heideweg 2</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>» Schnittpunkt Friseursalon * Twischlehe 13</li> <li>» Mr. Clean Autowaschcenter GmbH &amp; Co KG * Gewerbering 1 * 49393 Lohne</li> <li>» Schlüsseldienst K. Becker * Inh. H. Hochmuth * Hafestraße 98</li> <li>» Hans-Jürgen Lütjen Heizungsbau und. Sanitär * Van-Heukelum-Str. 12 d</li> <li>» Ristorante La Nuova Gondola * Hinrich-Schmalfeldt-Straße 22 - 24</li> </ul> |
|---|---|

**Bei fehlender Ortsangabe ist der Sitz jeweils Bremerhaven**



Wenn es ums Eis geht !!!

**Eiscafé Venezia**

**Columbus-Center**

**Gelateria Coccato**

im Mediterraneo und am Kirchenplatz



## Familienehrung des Bremer FV



von links: Thomas Horsch, Holger Franz, Andrea Singhal, Axel Zielinski, Uschi und Günter Hesse, Ralf Krönke, Heinrich Asmus, Doris Burdorf und Michael Grell

Seit mittlerweile achtundvierzig Jahren sind die Preisträger aus dem Kreis Bremerhaven, Uschi und Günter Hesse, in ihrem OSC aktiv. Angefangen hat alles beim TuS Bremerhaven 93, der 1974 schließlich im OSC Bremerhaven aufging. Günter Hesse ist dabei ein wahrer Tausendsassa. Trainer, Schriftführer, Schiedsrichter und Jugendleiter – es gibt fast nichts, was er nicht schon alles gemacht hat. Bekannt wurde er vor allem als „Stimme von Bremerhaven“, die er in jahrzehntelanger Tätigkeit als Stadionsprecher wurde. Zudem besitzt er auch einen Busführerschein und war damit stets ein gefragter Chauffeur für alle möglichen Teams der Bremerhavener Vereine, wenn diese zu ihren Auswärtsspielen nach Bremen mussten. Heute ist er noch immer als Jugendleiter und Stadionsprecher im Amt und kümmert sich darüber hinaus um die Passangelegenheiten und den Spielbetrieb der 23 Mannschaften, die die Fußballabteilung umfasst. Zusammen mit Ehemann Günter war auch Uschi Hesse immer dabei und hat entweder beim Grillen oder beim Getränkeverkauf auf dem legendären „Zolli“ mitgewirkt. Später wirkte sie im OSC unter andere als Kassenprüferin mit, bis sie später schließlich selbst die Kasse übernahm. Noch heute ist sie bei den Heimspielen der ersten Herren in der Stark Bremen-Liga bei Wind und Wetter als Kassiererin im Einsatz.

## Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Judo/Jiu-Jitsu-Abteilung

**Montag, den 01.04.2019, 19:00**

**Uhr, OSC-Gaststätte (Clubraum)**

### TAGESORDNUNG

1. Begrüßung
2. Wahl eines Schriftführers/einer Schriftführerin
3. Wahl eines Versammlungsleiters/einer Versammlungsleiterin
4. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Stimmberechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der ordentlichen Mitgliederversammlung vom 22.02.2018\*
6. Berichte des Vorstandes mit Aussprache
7. Bericht der Kassenrevisoren
8. Entlastung des Vorstandes
9. Wahl der Delegierten 2020
10. Ehrungen
11. Anträge
12. Verschiedenes

\*Hinweis: Das Protokoll kann in der OSC-Geschäftsstelle eingesehen werden. Auf Wunsch wird es auf der Mitgliederversammlung verlesen. **Anträge sind bis zum 15.03.2019 schriftlich in der Geschäftsstelle des OSC einzureichen.** Stimmberechtigt sind alle Mitglieder der Judo/Jiu-Jitsu-Abteilung, die das 16. Lebensjahr vollendet haben und nicht geschäftsunfähig sind (§ 13 der OSC-Vereinsatzung).

Am Versammlungstag findet ab 18:00 Uhr kein Training mehr statt.

**Christophe David**  
Abteilungsleiter

**BIER-HARLOS**  
Getränke-Dienstleister

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

Weißenstein 14 · 27574 Bremerhaven  
DURSTHOTLINE (0471) 93230-0 · Fax -60  
[www.Bier-Harlos.de](http://www.Bier-Harlos.de)



Liebe Sportkameradinnen, liebe Sportkameraden der Judo/Jiu-Jitsu-Abteilung,

ich wünsche euch ein gutes und vor allem gesundes und zufriedenes Jahr 2019. Ein neues Jahr ist angebrochen, in dem es wieder viele Herausforderungen zu meistern gilt. Daher möchte ich die Gelegenheit nutzen und einen kleinen Rückblick über das abgelaufene Jahr geben. Im Februar 2018 bin ich zum vierten Mal in Folge zum Abteilungsleiter gewählt worden. Für das mir entgegengebrachte Vertrauen möchte ich mich rechtherzlich bedanken.

Fast 100 Mitglieder nahmen an insgesamt 6 Prüfungsvorbereitungslehrgängen im Judo teil. Es freut mich, dass unsere Angebote so gut angenommen werden. Davon haben sich 26 Judokas erfolgreich einer Überprüfung ihrer Leistungen gestellt. – Herzlichen Glückwunsch. Außerdem haben wir in Kooperation mit dem Lloydgymnasium 9 Schülerinnen und Schüler zum ersten Gürtel geprüft. Wir hoffen, dass wir die Kooperation in diesem Jahr fortsetzen können.

Im Aikido fand der Sommerlehrgang unter der Leitung des saarländischen Großmeisters, Gilles de Chenerrilles, statt. Aus unvorhersehbaren Gründen mussten wir im Aikido eine Umstrukturierung vornehmen. Das Training findet jetzt jeden Mittwoch um 20:00 Uhr in der Walter-Kolb-Halle unter der Leitung von Daniel Steinhage statt. Ein großer Dank an Helmut Hoppe für seinen Einsatz und sein bisheriges Engagement.

In Kooperation mit der AOK Bremen/Bremerhaven wurden in den Räumen der kassenärztlichen Vereinigung Bremen ca. 20 Mitarbeitende der Bremer Krankenhäuser in Selbstbehauptung/Selbstverteidigung geschult. Ein Dank an die AOK und der kassenärztlichen Vereinigung Bremen für die gute Zusammenarbeit.

Zum Jahresabschluss haben wir die Judo-Matte gegen die Bowling Bahn getauscht. Knapp 2 Stunden wurde mit mehr oder weniger großem Erfolg versucht, die Pins umzustoßen. Anschließend gab es zur Stärkung einen kleinen Imbiss. In diesem Jahr werden einige Prüfungsvorbereitungslehrgänge, Jo- und Bokkenlehrgänge, Technik- und Prüfungslehrgang mit Gilles de Chenerrilles und ein Budo-Lehrgang mit den Sportarten Aikido, Jiu-Jitsu und Judo stattfinden. Folgende Termin stehen bereits fest:

- » 09.02.2019 – Grünkohltour
- » 23.02.2019 – Jo- und Bockenlehrgang
- » 09.03.2019 – Prüfungsvorbereitungslehrgang Judo
- » 16.03.2019 – Prüfungsvorbereitungslehrgang Judo mit Prüfung
- » 01.04.2019 – Abteilungsversammlung
- » 11.05. – 12.05.2019 – Bundeslehrgang Aikido

Zum Schluss möchte ich euch noch mal zum Nachdenken anregen. Der OSC Bremerhaven und somit auch unsere Abteilung lebt vom Einsatz und Engagement seiner Mitglieder. Ohne den tatkräftigen Einsatz vieler ehrenamtlicher Helfer ist der Sport, wie wir ihn als selbstverständlich wahrnehmen, nicht durchführbar. Daher meine Bitte: Wer sich vorstellen kann, zumindest einen kleinen Teil seiner kostbaren Freizeit der Abteilung zur Verfügung zu stellen, der möge sich beim Abteilungsvorstand melden. Aufgaben gibt es genug.

Damit möchte ich meinen Bericht schließen und mich bei unseren Mitgliedern für die Treue bedanken, beim Vorstand und allen Helfern für ihren tatkräftigen Einsatz bedanken ohne den viele Veranstaltungen nicht durchführbar gewesen wären.

**Mit sportlichen Grüßen  
Christophe David**

# Einladung zur Jahreshauptversammlung 2019 der Leichtathletik-Abteilung

**Donnerstag, 14. März 2019, 19.00 Uhr, Stadion-Gaststätte im Nordsee-Stadion**

## FOLGENDE TAGESORDNUNG IST VORGESEHEN:

1. Begrüßung, Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und Stimmberechtigung
2. Ehrungen
3. Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung von 2018 (kann beim Abt.leiter eingesehen werden)
4. Bericht des Abteilungsvorstandes
5. Bericht des Referenten für Finanzen
6. Bericht der Kassenprüfer
7. Entlastung des Vorstandes
8. Wahlen (Abteilungsleiter, stellv. Abt.leiter, 1 Kassenprüfer)
9. Wahl der Vertreter zur Delegiertenversammlung (3 Vertr.)
10. Termine 2019
11. Anträge
12. Verschiedenes



Anträge und Begründung sind bis spätestens zum 26. Februar 2019 an die Abteilungsleitung zu richten.

Wir weisen darauf hin, dass an diesem Tage abends kein LA-training stattfindet, damit alle Mitglieder an der Versammlung teilnehmen können

Mit freundlichen Grüßen

**Abteilungsvorstand  
B. Koppe**

## Gelungener Einstieg in die Wintersaison

Am 24.11. starteten drei Athleten beim Sprint- und Sprungcup in Hamburg in die Wintersaison. Nachdem sie sich an die beeindruckende Atmosphäre in der Leichtathletikhalle an der Krochmannstrasse, mit über 300 Teilnehmern aus dem Hamburger Raum, gewöhnt hatten, brannten die Athleten darauf, sich mit der Konkurrenz zu messen. Dabei traten Timo Agafonov in der Altersklasse M10, Ayleen Ebert in der W13 und Mia Schattling in der W14 an.

Alle Drei hatten Weitsprung und Sprint auf dem Wettkampfbzettel.

Die Resultate waren sehr vielversprechend. Mia erreichte im Weitsprung mit einer Weite von 3,86 m den Endkampf und wurde am Ende Achte. Ayleen sprang 4,15 m und blieb damit nur 2 cm unter ihrer Bestleistung aus der Freiluftsaison. Am Ende belegt sie Platz 12 von 27 Teilnehmerinnen. Timo verletzte sich beim Einspringen, biss auf die Zähne und brachte noch 2 Sprünge in die Grube. Mit 3,48 m belegte er den 16. Platz. Von 29 Teilnehmern.

Im Sprint belegten alle Drei Plätze im Mittelfeld: Timo 8:43 Sek. Platz 14, Ayleen 9:05 Sek. Platz 15 und Mia 9:12 Sek. Platz 9.

Abschließend lässt sich sagen, dass es allen viel Spaß machte und Motivation gegeben hat, an weiteren Wettkämpfen teilzunehmen und evtl. Verbesserungen der Resultate anzustreben.



v.l. Ayleen Ebert, Timo Agafonow, Mia Schattling

## 10. Hallenmeeting des Hamburger SV



v.l. Lara Hornschuh, Eric Usbeck, Mia Schattling

Nach dem vielversprechenden Auftakt in die Hallensaison Ende November in Hamburg traten nun unsere Athleten in den älteren Altersklassen beim 10.Hallenleichtathletikmeeting des Hamburger SV am 16.12. ebenfalls in Hamburg an.

Leider waren die Voraussetzungen für alle Athleten nicht optimal, da in der Halle die Heizungsanlage ausgefallen war. Den niedrigen Temperaturen zum Trotz erreichten unsere Athleten gute Leistungen.

Erik Usbeck sprang in der Altersklasse M15 im Weitsprung erstmals über 5 Meter und verpasste mit seinen 5,02 m knapp den Endkampf. Zum Schluss belegte er den 11. Platz von 20 Teilnehmern. Im 60 m Sprint erreichte er das B-Finale mit 8:10 Sek.

Mia Schattling sprang mit 3,86 m auf den 16. Platz. Im 60m-Lauf spielten ihr die Nerven einen Streich. Sie wurde nach einem Fehlstart disqualifiziert.

Lara-Marleen Hornschuh trat in der Altersklasse U18 gleich in 3 Disziplinen an. Mit 9:20 Sek. über 60 m landete sie im Mittelfeld. Im Weitsprung haderte sie mit dem Anlauf und erreichte mit 3,28 m den 16. Platz. Als letzte Disziplin stand der 200 m Lauf an. Mit 31:26 Sek. kam am Ende Platz 32 heraus.

Trotz der widrigen Bedingungen waren sich am Ende des Tages alle einig, dass es viel Spaß gemacht hat, in Hamburg anzutreten, und dass bei weiteren Wettkämpfen mit wärmeren Temperaturen und zusätzlichem Trainingsfleiß auch Leistungssteigerungen möglich sind.

**Wir sind auch bei Facebook!**

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





- ▲ Grabmale
- ▲ Einfassungen
- ▲ Nachbeschriftungen
- ▲ Auf allen Friedhöfen
- ▲ Standsicherheitsprüfung

Spadener Str. 126 · 27578 Bremerhaven  
 ☎ 04 71 / 80 61 65 0  
[www.natursteine-burmeister.de](http://www.natursteine-burmeister.de)



**Manfred Burmeister**  
Geschäftsführer

## Manfred Zietz

### Radio- und Fernsehservice



... denn auf den Service kommt es an!

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

Bei den internationalen Bestenkämpfen 2018 gab es 27 Medaillen bei 45 Einzelstarts

## Medaillenregen für das Grundlagenteam

Im Oktober starteten sieben Schwimmer des Grundlagenteams der SGS Bremerhaven bei den diesjährigen internationalen Bestenkämpfen im Bremer Unibad. Geladen waren zu diesem Wettkampf Vereine aus ganz Deutschland. Dabei zeigten die Schwimmer, dass sich das zweiwöchige Trainingslager ausgezahlt hatte. Die Schwimmer erzielten eine persönliche Bestzeit nach der anderen.

Oliver Vollmannshäuser (2008) bewies seine gute Form. In einer beachtlichen Zeit von 37,49 siegte Oliver auf der 50m-Freistilstrecke. Auf der Rückenstrecke steigerte er sich sogar um über 20 Prozent und schlug nach 50m in nur 48,98 als Zweiter an. Zwei weitere Silbermedaillen gewann er sowohl auf der 100m Rücken-Strecke (1:43,05) als auch auf der 50m Delphinstrecke (51,78).



Leni Rohlf, Mayra Mahnken, Oliver Vollmannshäuser, Laura Arnold, Lamin Barry, Lia-Marleen Herzfeldt, Djibril Barry (von links)

Lia Marleen Herzfeldt (2010) überzeugte bei diesem Wettkampf mit fünf Medaillen. Sie gewann auf der 100 m-Freistilstrecke in einer beachtlichen Zeit von 1,40,65 und auf der 50m-Rückenstrecke in 51,50. Auf der 50m Freistil-Strecke sicherte sie sich in einer Zeit von 43,77 Silber und auf der erstmals gemeldeten 100m –Lagenstrecke und auf der 100m Rückenstrecke erschwamm sich Lia Marleen jeweils die Bronzemedaille. Sie steht mit diesen Leistungen auf Platz 9 (100 m Rücken), Platz 12 (100m Lagen), Platz 13 (100m Freistil) sowie auf Platz 19 (50m Freistil) in der Norddeutschen Bestenliste.

Auch Lamin Barry (2010) stand Lia nichts nach und erkämpfte sich bei dieser Veranstaltung vier Medaillen. Auf den Strecken 50m Freistil gewann er mit einer Zeit von 43,27 und auf der 50 m Bruststrecke mit 52,28 jeweils Gold. Mit dem Ergebnis aus dem Brustwettkampf erreichte Lamin Platz 15 in der norddeutschen Bestenliste. Auch Lamin musste sich auf der 100m-Freistil-Strecke in 1:37,27 und auf der 50m Rücken-Strecke in 57,03 starker Konkurrenz geschlagen geben und sicherte sich mit diesen Bestzeiten jeweils die Silbermedaille.

Sein Bruder Djibril Barry (2010) stand nach den fünf Einzelstarts jedes Mal auf dem Siegerpodium. Djibril gewann die 100m-Lagen in einer Zeit 1:53,68 und wurde über 50m-Bruststrecke in einer Zeit von 55,35 Zweiter. Eine Bronzemedaille erkämpfte er sich über 50m-Freistil in 45,82, 100-m Freistil in 1:45,80 sowie auf der 50m-Rückenstrecke in 59,10

Auch Laura Arnold (2010) steigerte sich, wie die anderen Schwimmer, auf allen Wettkampfstrecken und schwamm eine persönliche Bestzeit nach der anderen. So erkämpfte sich Laura die Bronzemedaille auf der 50m-Bruststrecke in nur 57,57 und war damit für die

Landesmeisterschaft qualifiziert. Nach einer Zeit von 2:05,29 gewann Laura auf der 100m-Freistilstrecke die Silbermedaille und musste sich der nur Lia Herzfeldt geschlagen geben. Auf der 50m-Rückenstrecke verpasste Laura mit 59,88 knapp die Bronzemedaille. Mit dem Ergebnis aus dem 100m Lagenrennen (2:04,43), steht Laura auf Platz 23 der Norddeutschen Bestenliste.

Leni Rohlf (2008) erkämpfte sich in einer starken Zeit von 51,86 auf der 50 m-Bruststrecke die Silbermedaille. Auf den Strecken 50m- und 100m-Rücken in jeweils einer Zeit von 56,86 und 2:07,77 verpasste Leni knapp die Bronzemedaille. Leni steigerte sich auch auf der 100m-Lagen- und Freistilstrecke und schwamm damit neue persönliche Bestzeiten.

Auch bei Mayra Mahnken (2009) hat sich das zweiwöchige Trainingslager bezahlt gemacht. Mayra schlug in einer Zeit von nur 49,94 als erste auf der 50m-Bruststrecke an und gewann die Goldmedaille. Auf der 50m-Rückenstrecke gewann Mayra in 52,32 die Silbermedaille. Auf der erstmal gemeldeten 100m-Lagenstrecke erschwamm sie sich in 1:47,51 und auf der 100m-Freistilstrecke jeweils einen guten dritten Platz.

Als neuestes Teammitglied stellte sich Arthur Nowikow (2010) den 50 m Strecken Freistil, Brust, Rücken und den 100m Strecken Freistil und Rücken. Auf der 50m Bruststrecke in 1:03,45 und auf der 100m Rückenstrecke in 2:02,38 erkämpfte er sich jeweils einen guten dritten Platz. Auf den anderen Strecken schwamm er knapp am Siegerpodest vorbei.

## Melanie Schilling ist Bremer Masters-Meisterin über 200m Freistil



Bei den Landesmeisterschaften auf der Kurzbahn im Unibad Bremen gewann Melanie Schilling vom OSC, gefördert mit einem Stipendium der Weser-Elbe Sparkasse, die 200m Freistil in einer Zeit von 2:27,61 Minuten. Über 100m und 200m Lagen sowie 400m Freistil holte sie jeweils die Silbermedaille.

**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



**Christiane Veit-Koop**  
 Rechtsanwältin

Telefon (0471) 503 124  
 Telefax (0471) 503 125

Keilstraße 12  
 27568 Bremerhaven

**Tätigkeitsschwerpunkte:**  
 Erbrecht  
 Verwaltungsrecht  
 Steuerrecht

[RAin.veit-koop@email.de](mailto:RAin.veit-koop@email.de)

### Bitte beachten!

Anzeigen- und  
 Redaktionsschluss  
 für die nächste  
 Ausgabe: 19.04.2019

**Sanitätshaus**  
**dohse**  
 GmbH

Lange Straße 58 · 27580 Bremerhaven  
 Telefon (0471) 98398-0 · Telefon (0471) 98398-16

- 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!**

## 4. internationales Winter-Meeting 2018



Am ersten Novemberwochenende fanden die diesjährigen Landesmeisterschaften auf der Kurzbahn im gerade noch rechtzeitig reparierten Unibad statt. Mit am Start drei Bremerhavener Schwimmvereine: neben der SGS Bremerhaven (31 Teilnehmer) auch die Leher Turnerschaft 1898 (3 Teilnehmerinnen) und der OSC Bremerhaven (1 Teilnehmerin). Die Bremerhavener waren sowohl in den Masters-Meisterschaften, in den Jahrgangsmesterschaften wie auch in der Bremer Meisterschaft (offene Wertung) erfolgreich in der Medaillen-jagd.

Von den zehn der vierzehn Landesmeistertitel bei den weiblichen Teilnehmerinnen gingen allein fünf an die 17-jährige Oberstufenschülerin Tjale Schütz (50m u. 100m Freistil, 200m Rücken, 100m Schmetterling und 100m Lagen, Bremer Vizemeisterin über 50m Schmetterling und 200m Lagen), die 15-jährige Sabrina Wessalowski holte sich vier Bremer Meistertitel über 50m und 100m Rücken, 50m Schmetterling und 200m Lagen. Dazu wurde sie Vizemeisterin über 50m und 100m Freistil und Dritte über 200m Rücken. Zum Abschluss ihrer Schwimmkarriere gelang es dann noch Kyra Boxberger sich den Bremer Meistertitel über 200m Schmetterling zu erschnappen (100m Schmetterling Vizemeisterin und Vierte über 400m Freistil). Der Abiturient Lasse Reichstein schaffte über 100m Rücken in 1:01,01 den Sprung aufs Treppchen und wurde damit Bremer Vizemeister (200m Lagen Vierter, 200m Freistil Fünfter und 50m Freistil Siebter in Bremen).

Einige junge Talente der SGS Bremerhaven schafften es mit ihren Leistungen in der offenen Wertung unter die ersten acht: Ann-Katrin Krägelin (2004) (Bremer Vizemeisterin über alle drei Bruststrecken sowie über 100m u. 200m Freistil und 100m u. 200m Lagen unter den ersten acht), Monia Mahnken (2004) (Dritte über 50m Brust, Vierte über 100m Schmetterling und Siebte über 50m Schmetterling und 100m Brust), Malin Wickmann (2006)(Vierte 200m Rücken, Fünfte 100m Rücken, Sechste 50m Rücken u. 400m Freistil sowie Achte 200m Lagen) Loris Betke (2003) (über 200m Rücken Platz sieben, über 50m u. 100m Rücken Platz acht), Roman By-

kovec (2005) (200m Brust Siebter, 100m Brust Achter), David Joshua Waespy (2003) (Fünfter über 400m Freistil).

Bremer Mastermeisterin wurde Svea Salewsky (SGS) über 50m u. 100m Rücken sowie Melanie Schilling (OSC) über 200m Freistil. Melanie wurde Bremer Vizemeisterin über 400m Freistil, 100m u. 200m Lagen.

Besonders spannend waren wieder die Staffelwettbewerbe. Hier traten in den Jahrgängen 2007- 2009 Marijam Barry, Marie-Sophie Krägelin, Sarah Wessalowski und Maryella Monsees über 4x 50m Lagen und 4x50m Freistil gegen die Konkurrenz aus Bremen an. Souverän verwiesen sie den Bremer Sportclub und die SG Augmund Vegesack auf die Plätze zwei und drei. Die 4x50m Freistilstaffel der SGS mit Sabrina Wessalowski, Monia Mahnken, Cindy Waespy und der Schlusschwimmerin Tjale Schütz schlug in einem packenden Endspurt mit 11/100 Sekunden vor der TSG Huchting/ Blumenthal und dem Dritten, dem SV Bremen, an und sicherten sich damit überraschenderweise den Bremer Landesmeistertitel. Die Mixedstaffel über 4x50m Lagen mit Sabrina, Tjale, Roman Bykovec und Lasse Reichstein wurde äußerst knapp hinter der SG Augmund-Vegesack Dritter.

Insgesamt holten die Schwimmer der SGS Bremerhaven 124 Medaillen auf der Jahrgangsebene: 59 Landesjahrgangsmeister-, 37 Jahrgangsvizetitel und 28 Jahrgangsdritte war die stolze Ausbeute. Neben Sabrina Wessalowski und Tjale Schütz holten Malin Wickmann (200m/400m Freistil, die drei Rückenstrecken sowie 100m/200m Lagen), Sarah Wessalowski (100m/200m Rücken, die drei Schmetterlingsstrecken, 100m u. 200m Lagen), Maryella Monsees (100m Freistil/Rücken, 50m/100m Schmetterling, 100m/200m Lagen), Marijam Barry (die vier Freistilstrecken), Ann-Katrin Krägelin (drei Bruststrecken), Marie-Sophie Krägelin (200m/ 400m Freistil), Roman Bykovec (50m/100m Freistil, drei Bruststrecken, 100m Lagen), Loris Betke (50m Freistil, 50/100m Rücken), Oliver Vollmannshäuser (50m/200m Freistil, 50m Brust), Lasse Reichstein (100m Rücken, 200m Lagen), Mayra Mahnken (50m Brust), David Waespy (400m Freistil) Gold in ihrem Jahrgang.

Weiteres Edelmetall ging u.a. auch an Ethan Betke, Steffen Degen, Lars Heckel, Lennox Jagel, Timon Keim, Titus von Marcard, Merle Kühn, Monia Mahnken, Leni Rohlf's und Cindy Waespy.

An Medaillen vorbei schlitterten Justin Fürstenhaupt, Paul Ole Jansen, Giovanni Luca Marques Soares, Emma Janssen, Ann-Katrin Krakow.

Trainer und Mannschaften waren mit ihren Leistungen bei der diesjährigen Landeskurzbahnmeisterschaft äußerst zufrieden. Fazit: auch nach Trainerwechsel bleibt die Dominanz der SGS Bremerhaven im Bundesland Bremen bestehen.

Komplettes Terzett bei der LKM 2018: Meister, Master, Staffel

## Bremerhavener Mädchen an der Bremer Landesspitze

Am ersten Novemberwochenende fanden die diesjährigen Landesmeisterschaften auf der Kurzbahn im gerade noch rechtzeitig reparierten Unibad statt. Mit am Start drei Bremerhavener Schwimmvereine: neben der SGS Bremerhaven (31 Teilnehmer) auch die Leher Turnerschaft 1898 (3 Teilnehmerinnen) und der OSC Bremerhaven (1 Teilnehmerin). Die Bremerhavener waren sowohl in den Masters-Meisterschaften, in den Jahrgangsmesterschaften wie auch in der Bremer Meisterschaft (offene Wertung) erfolgreich in der Medaillenjagd.

Von den zehn der vierzehn Landesmeistertitel bei den weiblichen Teilnehmerinnen gingen allein fünf an die 17-jährige Oberstufenschülerin Tjale Schütz (50m u. 100m Freistil, 200m Rücken, 100m Schmetterling und 100m Lagen, Bremer Vizemeisterin über 50m Schmetterling und 200m Lagen), die 15-jährige Sabrina Wessalowski holte sich vier Bremer Meistertitel über 50m und 100m Rücken, 50m Schmetterling und 200m Lagen. Dazu wurde sie Vizemeisterin über 50m und 100m Freistil und Dritte über 200m Rücken. Zum Abschluss ihrer Schwimmkarriere gelang es dann noch Kyra Boxberger sich den Bremer Meistertitel über 200m Schmetterling zu erschnappen (100m Schmetterling Vizemeisterin und Vierte über 400m Freistil). Der Abiturient Lasse Reichstein schaffte über 100m Rücken in 1:01,01 den Sprung aufs Treppchen und wurde damit Bremer Vizemeister (200m Lagen Vierter, 200m Freistil Fünfter und 50m Freistil Siebter in Bremen).

Einige junge Talente der SGS Bremerhaven schafften es mit ihren Leistungen in der offenen Wertung unter die ersten acht: Ann- Katrin Krägelin (2004) (Bremer Vizemeisterin über alle drei Bruststrecken sowie über 100m u. 200m Freistil und 100m u. 200m Lagen unter den ersten acht), Monia Mahnken (2004) (Dritte über 50m Brust, Vierte über 100m Schmetterling und Siebte über 50m Schmetterling und 100m Brust), Malin Wickmann (2006) (Vierte 200m Rücken, Fünfte 100m Rücken, Sechste 50m Rücken u. 400m Freistil sowie Achte 200m Lagen) Loris Betke (2003) (über 200m Rücken Platz sieben, über 50m u. 100m Rücken Platz acht), Roman Bykovec (2005) (200m Brust siebter, 100m Brust achter), David Joshua Waespy (2003) (Fünfter über 400m Freistil).

Bremer Mastermeisterin wurde Svea Salewsky (SGS) über 50m u. 100m Rücken sowie Melanie Schilling (OSC) über 200m Freistil. Melanie wurde Bremer Vizemeisterin über 400m Freistil, 100m u. 200m Lagen.

Besonders spannend waren wieder die Staffeltwettbewerbe. Hier traten in den Jahrgängen 2007-

2009 Marijam Barry, Marie-Sophie Krägelin, Sarah Wessalowski und Maryella Monsees über 4x 50m Lagen und 4x50m Freistil gegen die Konkurrenz aus Bremen an. Souverän verwiesen sie den Bremer Sportclub und die SG Augmund Vegesack auf die Plätze zwei und drei. Die 4x50m Freistilstaffel der SGS mit Sabrina Wessalowski, Monia Mahnken, Cindy Waespy und der Schlussschwimmerin Tjale Schütz schlug in einem packenden Endspurt mit 11/100 Sekunden vor der TSG Huchting/ Blumenthal und dem Dritten, dem SV Bremen, an und sicherten sich damit überraschenderweise den Bremer Landesmeistertitel. Die Mixedstaffel über 4x50m Lagen mit Sabrina, Tjale, Roman Bykovec und Lasse Reichstein wurde äußerst knapp hinter der SG Augmund-Vegesack Dritter.

Insgesamt holten die Schwimmer der SGS Bremerhaven 124 Medaillen auf der Jahrgangsebene: 59 Landesjahrgangsmeister-, 37 Jahrgangszweititel und 28 Jahrgangsdritte war die stolze Ausbeute. Neben

CONCORDIA VERSICHERUNGEN

Mit uns bleiben Sie  
finanziell am Ball.

Von der fairen Beratung bis zur schnellen Hilfe im Schadenfall bieten wir Ihnen einen gut trainierten Service in allen Fragen Ihrer Sicherheit und Vorsorge.

**Service-Büro Benecken**

**Büro Bremerhaven:** Lange Str.109 · 27580 Bremerhaven

**Büro Surheide:** Carsten-Lücken-Str.116 · 27574 Bremerhaven

Tel. 04 71 / 3 91 26 66 · Mobil 01 74 / 6 48 96 20

CONCORDIA.  
EIN GUTER GRUND.

 **CONCORDIA**  
Versicherungen



Sabrina Wessalowski und Tjale Schütz holten Malin Wickmann (200m/400m Freistil, die drei Rückenstrecken sowie 100m/200m Lagen), Sarah Wessalowski (100m/200m Rücken, die drei Schmetterlingsstrecken, 100m u. 200m Lagen), Maryella Monsees (100m Freistil/Rücken, 50m/100m Schmetterling, 100m/200m Lagen), Marijam Barry (die vier Freistilstrecken), Ann-Katrin Krägelin (drei Bruststrecken), Marie-Sophie Krägelin (200m/ 400m Freistil), Roman Bykovec (50m/100m Freistil, drei Bruststrecken, 100m Lagen), Loris Betke (50m Freistil, 50/100m Rücken), Oliver Vollmannshauer (50m/200m Freistil, 50m Brust), Lasse Reichstein (100m Rücken, 200m Lagen), Mayra Mahnken (50m Brust), David Waespy (400m Freistil) Gold in ihrem Jahrgang.

Weiteres Edelmetall ging u.a. auch an Ethan Betke, Steffen Degen, Lars Heckel, Lennox Jagel, Timon Keim, Titus von Marcard, Merle Kühn, Monia Mahnken, Leni Rohlfis und Cindy Waespy.

An Medaillen vorbei schlitterten Justin Fürstehaupt, Paul Ole Janssen, Giovanni Luca Marques Soares, Emma Janssen, Ann-Katrin Krakow.

Trainer und Mannschaften waren mit ihren Leistungen bei der diesjährigen Landeskurzbahnmeisterschaft äußerst zufrieden. Fazit: auch nach Trainerwechsel bleibt die Dominanz der SGS Bremerhaven im Bundesland Bremen bestehen.



## 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**

## Gläserner Medaillenregen in Bremen-Vegesack für die SGS Trainingswettkampf bestätigt gute Form der Bremerhavener

Am ersten Oktoberwochenende starteten 31 Schwimmer und Schwimmerinnen der SGS Bremerhaven beim 48. Internationalem Maru Schwimmfest im Fritz-Platkowski-Bad in Bremen-Vegesack. Wieder einmal waren auch Danziger Schwimmvereine am Start. Auf den sechs 25m-Kurzbahnen waren die Medaillen, ob offen (50m Strecken), im Jahrgang, offenem Finale (100m Strecken) und Jugendfinale (50m Strecken) heiß umkämpft. Stark präsentierten sich die Aktiven des Wettkampf- und Leistungsteams, unterstützt von ihren Trainern Andreas Rybszleger, Susanne und Markus Meyer.

In der offenen Wertung über 50m Rücken weiblich schwammen Sabrina Wessalowski (Gold) und Janne Baden (Silber) der Konkurrenz davon. Über 50m Schmetterling siegte Janne Baden in 29,63, Tjale Schütz und Sabrina Wessalowski belegten die Plätze vier und fünf von 33 Schwimmerinnen. Janne setzte sich über 50m Brust in neuer persönlicher Bestzeit von 35,21 durch, gefolgt von Ann-Kathrin Krägelin auf Platz fünf (von 41 Schwimmerinnen). Lasse Reichstein wurde von 55 Startern über 50m Freistil Fünfter bzw. bekam Silber für seine Zeit über 50m Rücken, Lasse Reichstein und Roman Bykovec wurden über 50m Schmetterling bzw. Brust offen Sechste (Roman in neuer Bestzeit von 34,51). Offen wurde auch 50m Freistil gewertet, spannend waren hier die letzten Meter: Janne Baden siegte in 27,51 vor Tjale Schütz und Mara Anders, die zeitgleich in 27,81 anschlügen, Sabrina Wessalowski wurde sechste. Offen mit Pokal und Preisgeld wurden auch 200m Lagen gewertet. Tjale Schütz ging das Rennen beherzt an und siegte vor Sabrina Wessalowski, die mit weiterem Silber belohnt wurde.

In den weiteren Finalen über die 100m Strecken waren Ann-Kathrin Krägelin, Janne Baden, Lasse Reichstein, Sabrina Wessalowski, Tjale Schütz, Kyra Boxberger vertreten. Im ersten Finale der Veranstaltung schlugen innerhalb von 2/10 Sekunden Mara Anders (Delmenhorster SV) und Tjale Schütz (59,67) an. Janne Baden holte Bronze, Sabrina Wessalowski wurde - wie auch Lasse Reichstein im folgenden Finale über 100m Schmetterling- Fünfte. Über 100m Brust waren zwei Schwimmerinnen der SGS Bremerhaven vertreten: Janne Baden sprintete von Beginn an durch und schlug in 1:16,12 als Erste an, Ann-Kathrin Krägelin wurde Sechste. Lasse Reichstein ließ nur die fünf bzw. elf Jahre ältere Konkurrenz über 100m Rücken an sich vorbei und kam in sehr schnellen 1:02,84 ins Ziel. Packend war auch das Finale 100m Lagen: innerhalb von 25/100 Sekunden schlugen nacheinander Carolin Karré, Mara Anders und Tjale Schütz (1:08,66) an. Über 100m Freistil wurde Lasse Reichstein Dritter, im 100m Lagen-Finale belegte er Platz sechs. Im anschließenden Finale über 100m Schmetterling ließ Janne Baden sich den Sieg nicht nehmen, Silber ging an Tjale Schütz, die Plätze 5 und 6 belegten Sabrina Wessalowski und Kyra Boxberger. Dafür holte Sabrina in ihrem letzten Finale über 100m Rücken Silber.

Für das Jugendfinale über 50m Brust und 50m Freistil konnte sich Roman Bykovec qualifizieren und schaffte es, über 50m Brust Gold, einen Pokal und Preisgeld zu holen. Über 50m Freistil reichte es für ihn zu Silber. Im Jugendfinale über 50m Freistil waren Cindy Waespy und Malin Wickmann am Start. Wieder konnten sich beide steigern,



am Ende war es Platz vier bzw. sechs. Im Jugendfinale 50m Brust konnte Cindy Waespy eine weitere Bestzeit erschwimmen. Die SGS Bremerhaven stellte die 4x50m Lagen Staffel mit Sabrina Wessalowski, Janne Baden, Ann-Kathrin Krägelin und Tjale Schütz. Bahn um Bahn schwammen sie der Konkurrenz davon.

Auch in den Jahrgangswertungen konnte die SGS mitreden: Emma Janssen (2008) verfehlte über 100m Freistil (1:32,33) knapp die Bronzemedaille. Paul Ole Janssen (2005) sprintete sich zu Platz drei über 400m Freistil. Roman Bykovec (2005) behauptete sich mit Gold

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

**KÖNNT IHR DAS, AOK?**

**Können wir – 2019 gibt's noch mehr Leistung\* für noch weniger Beitrag. Versprochen.**

\*Im Rahmen unseres Programms 750 € PLUS. Infos unter [aok.de/bremen](http://aok.de/bremen)

über 100m Rücken (1:13,64), Silber über 100m Freistil und 100m Brust. Ann-Kathrin Krägelin (2004) holte Gold über 100m Brust, Bronze gab es über 100m Schmetterling, 100m Lagen. Steffen Degen(2004) erreichte Bronze über 100m Freistil. Hannah Sophia Meyer (2004) verpasste knapp Bronze über 100m Schmetterling. Sabrina Wessalowski (2003) erreichte Silber über 100m Freistil und 100m Schmetterling, über 100m Rücken wurde sie mit Gold belohnt. David Joshua Waespy (2003) schwamm Bestzeit über 400m Freistil und holte Bronze. Loris Betke (2003) lag über 100m Brust mit Silber vorne. Merle Kühn (2001) verpasste knapp über 400m Freistil, 200m Lagen und 100m Lagen Bronze. Tjale Schütz (2001) erkämpfte sich in der Jahrgangswertung über 100m Freistil, 100m Schmetterling und 100m Lagen Gold. Lasse Reichstein (2001) stand ganz oben über 100m Schmetterling mit neuer Bestzeit von 1:02,98 und 100m Brust, über 100m (Bestzeit mit 1:03,99) und 200m Lagen reichte es für Silber, auf 100m Freistil war es Bronze. Janne Baden siegte sowohl über 100m Freistil als auch über 100m Schmetterling in der AK 20+ überzeugend. Bronze holte sich über 100m Schmetterling Kyra Boxberger. Kyra verpasste knapp eine Medaille über 200m Lagen, Janne Reichstein wurde hier Sechste.

Am zweiten Wettkampftag waren auch die Schwimmer und Schwimmerinnen der ABTs dabei. Für ihren Trainer Daniel Siegel war es der letzte Wettkampf. Ab dem 15. Oktober werden diese weiterhin durch Susanne und Markus Meyer betreut. Im Jahrgang 2005 über 100m Freistil folgten auf Silber von Roman Bykovec, auf den Plätzen vier bis neun Lars Heckel, Titus von Marcard, Liam Zerbst, Timon Keim, Paul Ole Janssen und Justin Fürstenhaupt. Ähnlich sah es über 100m Lagen aus- auch hier holte Roman Silber, gefolgt von weiteren SGS Schwimmern. Marie Sophie Krägelin (2008) rutschte trotz Bestzeit über 100m Schmetterling an einer Medaille vorbei. Malin Wickmann (2006) und Sarah Wessalowski (2007) schmetterten über 100m Schmetterling zu Silber bzw. Bronze, Fünfte wurde Marijam Barry. Sarah überraschte anschließend mit Silber über 200m Lagen. Monia Mahnken (2004) musste sich über 100m Schmetterling mit Platz drei zufrieden geben, gefolgt auf Platz vier von Hannah Sophia Meyer. Über 100m Rücken war Maryella Monsees mit Bronze vor Marie-Sophie Krägelin und Emma Janssen erfolgreich. Cindy Waespy (2005) und Malin Wickmann konnten Silber mit nach Hause nehmen. Maryella Monsees trumpfte über 200m Lagen mit Gold vor Marie Sophie Krägelin auf. Auch Lino und Luis Roehl, Giovanni Luca Marques Soares und Ann-Kathrin Krakow konnten sich steigern.



***Ihr Familienunternehmen.  
Seit 1989.***

**Immer für Sie unterwegs.  
24 Stunden am Tag.  
Ohne Nachzuschläge.**

**Ambulanter Krankenpflagedienst Ingrid Meyer**

Dr.-Franz-Mertens-Str. 2 - 27580 Bremerhaven

**Tel.: 0471 / 8 30 88**



[.com/MeyerPflege](https://www.facebook.com/MeyerPflege) | [www.MeyerPflege.de](http://www.MeyerPflege.de)



## Helmut Prigge gestorben



Unser Ehrenmitglied Helmut Prigge ist nach einer Vereinszugehörigkeit von 85 Jahren im November 2018 im Alter von 95 Jahren gestorben.

In den 1950er Jahren gehörte er zu den sehr erfolgreichen Tischtennispielern des ATSB, die in Norddeutschland Furore machten.

**WIR WERDEN UNS GERNE AN IHN ERINNERN.**

Anspruchsvolles zweites Halbjahr  
für die Trampoliner:

## Deutsche Meisterschaften und Deutschland-Pokal

Am Wochenende 29./30.09. machten wir uns mit einer kleinen Gruppe auf den Weg nach Hamburg: Hier fanden am Samstag die Deutschen Meisterschaften, am Sonntag der Deutschland-Pokal im Trampolinturnen statt.

Rüdiger Henning war am Samstag als Haltungs-Kampfrichter eingesetzt, am Sonntag sogar als Wettkampfleiter, Tine Söhl am Sonntag als Haltungs-kampfrichterin.

Die doch recht hohe Hürde der Qualifikation für die Deutschen hatte Mirja mehrfach bewiesen. Doch zu den Meisterschaften wurden die Erwartungen schwerer: Mirja gehört zu den jüngsten Teilnehmerinnen in der Klasse, es lagen 26 Meldungen vor – da war die Zielvorgabe „Mittelfeld“ doch schon recht anspruchsvoll. Mirja turnte Pflicht verhalten und zeigte eine saubere Kürübung. Nachdem alle Gruppen durch waren, war sicher: auf Rang acht zog Mirja ins Finale! Mehr als die Zielvorgabe – und nun konnte sie im Finale befreit aufturnen: sie hatte „Spaß“ am Fliegen, zeigte eine saubere Übung, steigerte sich gegenüber dem Vorkampf um einen Punkt und am Ende freuten wir uns über den sechsten Rang!! Vor ihr waren lediglich Turnerinnen aus dem Jahrgang 2004, also ein Jahr älter als Mirja! Mit diesem tollen Ergebnis hatten wir nicht gerechnet!

Beim Deutschland-Pokal am Sonntag ging Thorsten Söhl für uns an den Start. Aus beruflichen Gründen waren die Trainingsmöglichkeiten für Thorsten sehr eingeschränkt. Trotzdem erreichte er nach einem ordentlichen Vorkampf als Viertplatzierte das Finale! Thorsten hatte noch Chancen auf Treppchen, leider zeigte er eine Unsicherheit im ersten Sprung und landete nach einer sonst ordentlichen Übung sehr knapp auf dem undankbaren vierten Rang.

### DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN SYNCHRON UND MANNSCHAFT

Nach Hamburg gönnten wir uns anderthalb Wochen leichtes Training, um dann am Wochenende 12.-15. Oktober ein sehr kompaktes Trainingslager durchzuführen. Mirjas Partnerin aus Unterbach und die Partnerin von Nele (GTV) aus Willich waren dabei, sowie alle Athletinnen, die für die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften vorgesehen waren. Da wir vom OSC keine eigene Mannschaft stellten, hatten wir für Mirja ein Zweitstartrecht für den GTV in der Altersklasse 14-16 eingetragen.

Es war ein super Wochenende: 5 Trainingseinheiten, gemeinsame Übernachtungen in der Allmerschule, zusammen Pause machen, gemeinsam Toben und Freundschaften schließen.

Und nur 4 Tage später ging es wieder los, nach Worms zu den Deutschen Meisterschaften im Synchron und in der Mannschaftswertung.



**BURMEISTER** GmbH  
Grabmal- & Natursteinfachbetrieb

Wir sanieren und restaurieren,  
z. B. Fußbodenbeläge, Treppen,  
Terrassen, Außeneingänge  
und vieles mehr aus:

- ▲ Marmor ▲ Terrazzo
- ▲ Betonwerkstein ▲ Sandstein ▲ Granit

für den Innen- und Außenbereich.

Spadener Str. 126 · 27578 Bremerhaven  
☎ 04 71 / 80 61 65 0  
www.natursteine-burmeister.de

Manfred Burmeister  
Geschäftsführer

Am Samstag wurden die Deutschen Meisterschaften im Synchronturnen ausgetragen, Mirja mit neuer Partnerin aus Unterbach. Nach dem gemeinsamen Wochenende freuten sich die Mädchen auf den Wettkampf. Im Vorkampf machen Mirja und Fiona es sehr spannend: die drittschlechteste Pflicht und der höchste Kürwert sicherten den Beiden doch noch die Final-Teilnahme. Am Ende standen sie auf dem vierten Rang – 0,02 Punkte hinter dem Podest! Traurig, das Podest verpasst zu haben oder glücklich, so nah dran zu sein? Die Freude überwog!

Am Sonntag wurden die Deutschen Mannschafts-Meisterschaften ausgetragen. Hier ging Mirja über das Zweitstartrecht für den GTV an den Start und mit einer geschlossenen Mannschaftsleistung erreichte die Mannschaft den dritten Platz!



### STADT-POKAL

Am 18. November fand der Stadt-Pokal in Bremerhaven statt, hier gingen erstmals unsere „Neuen“ an den Start! Vormittags waren von uns zehn Athleten/innen am Start – und für mich echt was ganz Neues: acht Mädels in derselben Altersklasse – AK9/10 weiblich! Und zwei Jungs in AK 8 und jünger.

Die Mädels waren gut vorbereitet und zeigten souveräne Leistungen – das Ergebnis lässt für die Zukunft hoffen! Von 15 Teilnehmerinnen erreichten unsere Mädels Stella, Lotta, Leonie, Noemi, Sara und Aylina die Ränge 1, 3 4, 6, 9 und 10! Und ganz knapp verpassten das Finale auf den Rängen 11 und 12 Novalie und Leni! Bei den „kleinen Jungs“ erreichten Gleb den 2. und Lukas den 4. Rang!

Solch eine Mannschaft, jahrgangsmässig so passend, hatte ich noch nie – und die Ergebnisse waren hervorragend!!!

Nachmittags fand der eigentliche Pokal-Wettkampf statt. Für uns starteten in der Klasse Mini weiblich Mirja Carina Radfelder-Henning, in der Pokal-Klasse weiblich Deborah Muth und Tabea Janice Unruh, männlich Thorsten Söhl.

Mirja holte sich souverän den Titel, Debbie und Tabea erreichten die Ränge 5 und 6. Und Thorsten musste sich aufgrund einer Unsicherheit in der Kür mit dem 2. Rang zufriedengeben.

Insgesamt war ich mit dem Wettkampf mehr als zufrieden: eine tolle Nachwuchsmannschaft, tolle Übungen, super Zusammenhalt...

### ANTON-WINKLER-POKAL

Wie immer zum Jahresabschluss fand auf Kreis-/Landesebene der Anton-Winkler-Pokal, unser Synchron-Wettkampf, statt. Hier waren für uns zwei halbe Paare am Start: Thorsten mit Steve vom GTV und erstmals Mirja mit Nele (ebenfalls GTV). Im Vorfeld kommentierte Rüdiger (als Landesfachwart): „Haltung gegen Schwierigkeit, mal sehen, wer gewinnt“: Thorsten und Steve zeigten die Übungen mit den höchsten Schwierigkeiten, Mirja und Nele turnten „relativ“ einfach, aber mit gewohnt sauberer Haltung. Leider kam es zu einem Patzer bei den Mädchen, und sie fielen zunächst ganz ans Ende! Thorsten und Steve lagen nach der Pflicht auf dem zweiten Rang, mit zwei ordentlichen Kürübungen arbeiteten sie sich auf den ersten Rang vor. Mirja und Nele turnten die höchsten Kürwerte und konnten sich so von ganz hinten noch auf den dritten Rang vorarbeiten.

### Ein gelungener Saisonabschluss!



## 20 Jahre RSG im OSC

Am 20. Oktober 2018 feierte die Rhythmische Sportgymnastik des OSC ihr 20. jähriges Jubiläum.

Die Eltern der Gymnastinnen und die Trainerin Tamara Amendt organisierten eine tolle Jubiläumsfeier mit aktiven und ehemaligen Gymnastinnen.

Als besondere Gratulanten waren OSC - Präsident Gerd Gräfining und seine Ehefrau dabei.

Die jüngste Gymnastin ist gerade mal 4 Jahre jung, die in zweiter Generation bei Tamara Amendt turnt. Rundherum ein gelungenes Fest, wie die Bilder eindrucksvoll beweisen.





**ELLERMANN**  
BESTATTUNGEN

**Bestattungsvorsorge:**  
Das gute Gefühl, an alles  
gedacht zu haben.

**PERSÖNLICH · FACHKUNDIG · PREISGÜNSTIG**

Hafenstr. 108 · Bremerhaven · 24h ☎ (0471) 43124  
[www.ellermann-bestattungen.de](http://www.ellermann-bestattungen.de)

## Weihnachtsturnier in Bremen



Am 01.12.2018 fand im Bremer Bundesstützpunkt das Weihnachtsturnier TK Bremen-Stadt der Rhythmischen Sportgymnastinnen statt. Insgesamt 64 Teilnehmer traten im Bundesstützpunkt Bremen an und zeigten je zwei Übungen. Für den OSC gingen 11 Gymnastinnen an den Start. Die Bilanz kann sich sehen lassen! Erste, Zweite und Dritte Plätze wurden von unseren Gymnastinnen erturnt.

Dabei waren: vordere Reihe von links: Marianna Babikova, Eva Schadjun, Eva Krivolapova, Melania Teljukina und Liliana Kistner. Hintere Reihe von links: Angelina Schwegler, Alexandra Belov, Josefine Steinke, Chantal Behrje. Auf dem Foto fehlen Emilia Teljukina und Jo-Emma Reppenhagen.

Im Bundesstützpunkt Bremen werden zur Zeit 5 Gymnastinnen des OSC trainiert.

Die Rhythmische Sportgymnastik im OSC unter Tamara Armendt leistet wertvolle Arbeit für die Kaderentwicklung des Bundeslandes Bremen.

Hierfür einen großen Dank dem OSC, der Trainerin und auch den Eltern der Gymnastinnen!

### Bitte beachten!

Anzeigen- und Redaktionsschluss für  
die nächste Ausgabe: 10.04.2019

# Unser Sportangebot in den Abteilungen



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

American Football:	Alexander Holtermann	0171 - 885 78 43	Koronarsport:	Wolfram Batz	0471 - 800 97 25
Badminton:	Ralf Böttger	0471 - 418 79 57	Leichtathletik:	Bernd Koppe	0471 - 840 46
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:	Miriam Mammen	ammenmiriam_ebd@outlook.de	Tennis:	Sandra Renz	0151 - 50 52 01 49
Faustball:	Dieter Weirich	0471 - 80 23 33	Tischtennis:	Nils Hoppe	0171 - 175 77 07
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	Volleyball:	Kevin Niewöhner	0176 - 71 60 24 03
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			
Karate:	Frank Steffen	0471 - 501 00 79			

**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:** Dr. Klaus Reichstein
- » **Vizepräsidenten:** Beate Driemel, Lars Hierath, Christian Pufke
- » **Protokollführer:** Wolfgang Strahl

## ERWEITERTES PRÄSIDIUM

- » **Sportlicher Leiter:** Jens Petersen
- » **Referent für Öffentlichkeitsarbeit:** n. b.
- » **Frauenreferentin:** Barbara Ansoerge / Anne Grosse
- » **Seniorenreferent:** Klaus Zisenis
- » **Sprecher des Schlichtungsrates:** Alfred Bultmann

## 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. 04. 2019

### 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:

## REHA UND OSTEOPOROSEGYMNASTIK

**29.04. - 01.07.2019**

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 14.00-14.45 Uhr  
(Gesundheits-Studio OSC), 9x 54,00 €

## BODYSTYLING 29.04. - 01.07.2019

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
Montags von 17.30 - 18.30 Uhr Mixed  
(Gesundheits-Studio OSC), 9x 54,00 €

## PILATES 29.04. - 01.07.2019

Leitung: Anne Grosse (Gesundheits-Studio OSC)  
Montags, 18.30-19.30 Uhr, 9x, 63,00 €

## PILATES/SOFTFIT 30.04. - 02.07.2019

Leitung: Anja Iden  
Dienstags (Gesundheits-Studio OSC),  
18.00-19.00 Uhr und 19.00-20.00 Uhr, 10x, 60,00 €

## HATHA-YOGA 02.05. - 27.06.2019

Leitung: Anne Parvati Wohlers-Krebs  
(Gesundheitsstudio),  
Donnerstags, 09.00-10.30 Uhr, 8x, 64,00 €

## FIT BIS INS HOHE ALTER 24.04. - 03.07.2019

Leitung: Wolfram Batz (Gymnastikhalle)  
Mittwochs von 9.00 - 10.00 Uhr, 10x, 60,00 €

## TAI CHI 25.04. - 27.06.2019

Leitung: Tigran Ghukasyan  
Donnerstags von 19.00 - 20.00 Uhr, 9x, 54,00 €

## REHA-GYMNASTIK 25.04. - 02.07.2019

Leitung: Ilka Ponitka-Graw, Dirk Tumpach, Kevin Niewöhner

Montags von 16.45 - 17.30 Uhr, 10x 60,00 €

Dienstags (Amerikanische Schule)  
von 19.00 - 20.00 Uhr, 10x 60,00 €

Donnerstags von 10.45-11.30 Uhr, 9x 54,00 €

Donnerstags von 16.45 - 17.30 Uhr, 9x 54,00 €

Freitags von 09.00 - 09.45 Uhr, 10x 60,00 €

## BEWEGEN STATT SCHONEN - WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK 26.04. - 28.06.2019

Leitung: Anne Grosse  
Freitags (Gesundheits-Studio OSC), 10x je 60,00 €

09.00-10.00, 10.00-11.00 Uhr und 11.10-12.10 Uhr

## FIT & GESUND 29.04. - 01.07.2019

Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
(Gymnastikhalle)

Montags von 10.15-11.15 Uhr, 9x, 54,00 €

## FITMIX „YOUNG GENERATION“

**29.04. - 01.07.2019**  
Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)

Montags von 19.00-20.00 Uhr, 9x, 54,00 €

## CROSSFIT 29.04. - 01.07.2019

Leitung: Kevin Niewöhner (Amerikanische Schule)  
Montags von 19.00 - 20.00 Uhr, 10er, 120,00 €

## FASZIEN TRAINING 25.04. - 27.06.2019

Leitung: Kevin Niewöhner (Gymnastikhalle)  
Donnerstags von 10.15 - 11.00 Uhr, 9x, 63,00 €

## FITMIX „50+“ 29.04. - 01.07.2019

Leitung: Anja Iden (Gymnastikhalle)  
Montags von 20.00-21.30 Uhr, 9x, 54,00 €

## KAHA - ENTSPANNUNGSKURS

**24.04. - 03.07.2019**  
Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Gesundheits-Studio OSC)

Mittwochs von 18.00-19.00 Uhr, 10x, 60,00 €

## RÜCKENTRAINING - SANFT & EFFEKTIV

**30.04. - 02.07.2019**  
Leitung: Physiotherapeut Wolfram Batz  
(Gymnastikhalle)

Dienstags von 10.15-11.15 Uhr, 10x, 60,00 €

## ZUMBA GOLD FÜR DIE JUNGGEBLIEBENEN

**30.04. - 02.07.2019**  
Leitung: Ilka Ponitka-Graw (Lutherschule)

Dienstags von 18.00-19.00 Uhr, 10x, 60,00 €

## TABATA 25.04. - 27.06.2019

Leitung: Kevin James (Lutherschule)  
Donnerstags von 19.00-20.00 Uhr, 9x, 54,00 €

## NORDIC WALKING

**05.03. - 02.04. + 07.05. - 25.06.2019**  
Leitung: Anne Grosse

Dienstags von 09.00-10.30 Uhr, 12x 72,00 €

## BABYSCHWIMMEN/SCHWIMMVORBEREITUNG

**27.04. - 22.06.2019**

Leitung: Susanne Plate  
Aqua Baby (3 bis 16 Monate)

Samstags, 09.30 - 10.00 Uhr, 7x 56,00 €

Quietsche-Ente (1,5-3 Jahre) 56,00 €

Samstags, 09.00-10.00 Uhr, 7x 56,00 €

Wasserfrosch (3-4 Jahre, Anfänger) 56,00 €

Samstags, 10.00-10.30 Uhr, 7x 56,00 €

Wasserfrosch (3-4 Jahre, Fortgeschrittene) 56,00 €

Samstags, 11.30-11.00 Uhr, 7x 56,00 €

## SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE

**30.04. - 02.07.2019**

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 10x, 80,00 €

## SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB 4 JAHRE

**26.04. - 28.06.2019**

Leitung: Susanne Meyer  
Freitags, 15.45-16.30 Uhr „Goldfisch“ (Ziel Bronze)

Freitags, 16.30-17.15 Uhr „Seepferdchen“ (Anfänger)

je 10x, 80,00 €

## SCHWIMMKURSE FÜR KINDER

**27.04. - 22.06.2019**

Leitung: Walter Rentzel  
Samstags, 08.45-09.30 Uhr „Aqua-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 7x, 56,00 €

## RÜCKENFIT IM WASSER

**29.04. - 01.07.2019**

Leitung: Annika Buchholz  
Montags von 19.30 - 20.15 Uhr + 20.15 - 21.00 Uhr

je 9x 81,00 €

## AQUA-FITNESS 25.04. - 27.06.2019

Leitung: Kay Schlutow  
Donnerstags, 20.00-20.45 Uhr, 9x 81,00 €

## FORTYFIVE AQUA SPORTS

**26.04. - 28.06.2019**

Leitung: Kay Schlutow  
Freitags, 18.45-19.30 Uhr, 10er 60,00 €

## „ALLES AQUA“ 26.04. - 28.06.2019

Leitung: Brigitte Niklasch  
Freitags, 20.00-20.45 Uhr, 10x 90,00 €

## WASSERGYMNASTIK

Leitung: Nathaly Redd, Wolfram Batz, Ilka Ponitka-Graw,  
Kevin Niewöhner

Montags, 29.04. - 01.07.2019, je 81,00 €

15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 9x,

Dienstags, 30.04. - 02.07.2019, je 90,00 €

16.30-17.15 Uhr, 18.00-18.45 Uhr,

18.45-19.30 Uhr, je 10x,

Mittwochs, 24.04. - 03.07.2019, je 90,00 €

15.00-15.45 Uhr, 19.30-20.15 Uhr, je 10x

Donnerstags, 25.04. - 27.06.2019, je 81,00 €

18.00-18.45 Uhr, 18.45-19.30 Uhr, je 9x,

Freitags, 26.04. - 28.06.2019, je 90,00 €

15.00-15.45 Uhr, 15.45-16.30 Uhr, je 10x

## SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE

**27.04. - 22.06.2019**

Leitung: Walter Rentzel  
Samstags, 11.45-12.30 Uhr, 7x 63,00 €

## SCHWIMMTECHNIK FÜR ERWACHSENE

**27.04. - 22.06.2019**

Leitung: Michael Reyer/Torben Fiedler  
Samstags, 12.00-13.00 Uhr, 7x 42,00 €

**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).



BLINKFEUER

