



## Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e.V.



„ATSC“ aus Leichtathleten

## Mitteilungen 4/2015 Ausgabe Oktober - November - Dezember



Heizung kalt? Rohr geplatzt? Hagedorn & Geerken hilft!

# **hagedorn & geerken** GmbH

- **Komplett-Bäder**  
aus einer Hand

- **energiesparende**  
**Heizungssysteme**

Meyerstr. 30 • 27472 Cuxhaven • Tel. 04721-24035  
[www.hagedorn-geerken.de](http://www.hagedorn-geerken.de)

# Inhaltsverzeichnis

Impressum	5
Sportangebot	7
Adressliste	8
Mitgliedsbeiträge	9
Vorstand	10
Vorstand	11
Ehrung langjähriger Mitglieder	13
Sportgala	21
Basketball	25
Karate	27
40 Jahre Karate	30
Leichtathletik	31
Leichtathletik	33
Schwimmen	36
Schwimmen	39
Schwimmen	41
Ski	45
Tischtennis	46
Turnen	47

Turnen	50
Turnen	54
Wandern	57
Aus der Vereinsfamilie	60

# Impressum

## Herausgeber

Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e.V.

## Geschäftsstelle

Mozartstr. 22, 27474 Cuxhaven

Telefon: 04721-714561

Fax: 04721-714562

E-Mail: [ats-cuxhaven@t-online.de](mailto:ats-cuxhaven@t-online.de)

Homepage: [www.ats-cuxhaven.de](http://www.ats-cuxhaven.de)

## Geschäftszeiten

Mo: 16.00 bis 18.00 Uhr Mi,

Fr: 10.00 bis 12.00 Uhr

## Bankkonten ATS Cuxhaven e.V.

Stadtsparkasse Cuxhaven

Kto.-Nr. 193870 (BLZ 241 500 01) IBAN

DE43241500010000193870 BIC

BRLADE21CUX

Volksbank Stade-Cuxhaven e.G. Kto.-Nr.

110 033 500 (BLZ 241 910 15) IBAN

DE66241910150110033500 BIC

GENODEF1SDE

## Vorstand

### Vorsitzender:

Manfred Abbes, Tel.: 04723/5358

Wohlsenstr. 7

### Stellv. Vors. für Finanzen und Verw.:

Gerd Brandes, Tel.: 426090

Joachim-Ringelnetz-Str. 42

### Stellv. Vors. für den Sportbetrieb:

Hilke Hauhut, Tel.: 04723-4908685

Hauptstr. 67

## 2. Schatzmeisterin:

Heike Lessing, Tel.: 597429

Eichholzweg 30a

## Beisitzer f. Rechts- u. Sozialfragen:

Edebohl Tietje, Tel.: 500800

Große Hardewiek 22 a

## Schriftwart:

Bernd Lange, Tel.: 34256

Lisztstr. 16

## Jugendwart:

Marek Thormählen, Email: [ma-](mailto:ma-rek.thormaehlen@gmx.de)

[rek.thormaehlen@gmx.de](mailto:rek.thormaehlen@gmx.de)

## An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet:

Manfred Abbes, Frank Berg, Gerd Brandes, Herbert Daldorf, Annabel Fieting, Lena Graf, Heike Hebbeln, Anton Joe Helmlinger, Sören Knigge, Lara Kuhlins, Erika Kratzmann, Annette Langhoff, Heike Lessing, Petra Lingl, Mar-co Nolte, Alex Rösner, Stefan Sprengel, Wolfgang Wegele, Gerhard Wurche

## Verantwortliche Redakteure + Layout

Heike Lessing, Gerd Brandes

## E-Mails bitte an [ats-cuxhaven@t-online.de](mailto:ats-cuxhaven@t-online.de)

Copy: [Brandes-Cuxhaven@t-online.de](mailto:Brandes-Cuxhaven@t-online.de)

## Druck

Die Drucker, Peter Salewski, Freiherr-vom-Stein-Str. 4, 64354 Reinheim

## Anzeigen

ATSC-Geschäftsstelle  
 Mozartstraße 22, 27474 Cuxhaven  
 Telefon: 04721-714561  
 Fax: 04721-714562  
[e-mail: ats-cuxhaven@t-online.de](mailto:ats-cuxhaven@t-online.de)

## Erscheinungsweise

4 x im Jahr (März, Juni, Sept., Dez.)  
 Auflage: 1.650 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:  
**Mittwoch, 10. Februar 2016**



**Fahrschule Richard Becker**  
 Fon 0 47 21 - 5 16 14  
 Fon 0 47 22 - 10 41  
 Mobil 0 171 - 8 80 87 53  
[www.fahrschule-richard-becker.de](http://www.fahrschule-richard-becker.de)  
[info@fahrschule-richard-becker.de](mailto:info@fahrschule-richard-becker.de)

Brahmsstraße 33  
 27474 Cuxhaven  
 St. Annen-Weg 3  
 27478 Altenbruch

- Führerschein im „Schnelldurchlauf“
- 2x in der Woche zusätzlich Theorie am Vormittag und nach Bedarf, weiterer Unterricht nach Absprache
- Jeden 2. und 4. Samstag im Monat \*Unfallhilfekurs\* und Erste Hilfe (Nur mit Voranmeldung)
- Wer ist THEO? ...wir haben ihn!
- Theorie Online Lernsystem auf unserer Website
- Infoabend „Vorbereitung auf das begleitende Fahren mit 17“ Auffrischstunden...
- Mobilität? Mit Sicherheit!

Auf den richtigen Start kommt es an!  
 Wir machen mobil...

**Die erste Multicourt-Anlage in Cuxhaven mit Hallen-Soccer**

**Der Sportpark**



Tennisclub Cuxhaven e.V.  
 Vincent-Lübeck-Str. 3  
 27474 Cuxhaven  
 Telefon 04721 / 42 65 85  
[www.tennisclub-cuxhaven.com](http://www.tennisclub-cuxhaven.com)

# Sportangebot

**Das ATSC-Sportangebot: Hier eine Übersicht aller Sportarten und Trainingsgruppen, an denen eine Teilnahme ohne weitere Kosten, das heißt mit dem Mitgliedsbeitrag, möglich ist. (Ausnahmen sind angegeben!)**

Badminton  
Basketball  
Bodyforming  
Cheerdance  
Eltern-Kind-Turnen  
Erwachsenen-Freizeitsport  
Faustball  
Fitness für alle  
Geräturnen  
Gymnastik in allen Altersgruppen  
Gymnastik und Tanz  
Gymnastik Wettkampf  
Hip Hop  
Karate  
Leichtathletik  
Osteoporose-Training  
Prellball  
Radwandern

Rhythmische Sportgymnastik  
Rückenschule  
Schwimmen (zzgl. 1,50 € pro Monat) \*)  
Ski  
Spiele für Erwachsene und Kinder  
Sportabzeichen Training/Abnahme  
Step-Aerobic  
Tischtennis  
Trampolin  
Trampolin für motorisch Eingeschränkte  
Turnen in allen Altersgruppen  
Volleyball ab 16 J./für Fortgeschrittene (Erw.)  
Walking/Nordic Walking  
Wandern  
Wassergymnastik (zzgl. 1,50 € pro Monat)

Alle Einzelheiten, Termine, Zeiten und Orte der Sportangebote erhalten Sie in der Geschäftsstelle als Faltblatt oder unter [www.ats-cuxhaven.de](http://www.ats-cuxhaven.de)

\*) Schwimmkurs für Mitglieder kostenfrei!

# Adressliste der Ansprechpartner/innen

## Badminton

Hilke Hauhut, 27478 Cuxhaven, Hauptstr. 67, Tel: 04723-4908685, [E-Mail: Hilke.Hauhut@ewe.net](mailto:Hilke.Hauhut@ewe.net)

## Basketball

Wolfgang Stoye, 27474 Cuxhaven, Brockesweg 67, Tel.: 26485, E-Mail: [wstoye@bg-atscuxhavent-svaltenwalde.de](mailto:wstoye@bg-atscuxhavent-svaltenwalde.de)  
Frank Knöfel, 27472 Cuxhaven, Schillerstr. 62, Tel. 0162-7765306

## Karate

Frank Berg, Tel.: 04741-602859; Georg Ramm, Tel.: 04751-4916

## Leichtathletik

Gerd Brandes, 27476 Cuxhaven, Joachim-Ringelnatz-Str. 42, Tel.: 426090, [E-Mail: Brandes-Cuxhaven@t-online.de](mailto:Brandes-Cuxhaven@t-online.de)

## Radsport

Renate Kapp, 27472 Cuxhaven, Höpckestr. 17, Tel.: 51307

## Schwimmen

Claus Hebbeln, 27474 Cuxhaven, Oderstr. 83, Tel.: 714294, [E-Mail: CHebbeln@t-online.de](mailto:CHebbeln@t-online.de)

## Ski

Wolfgang Wegele, Hauptstr. 45, 27478 Cuxhaven, Tel.: 04723-1314

## Tischtennis

Klaus Rösner, 27476 Cuxhaven, Joachim-Ringelnatz-Str. 21, Tel.: 04721-46661, E-Mail: [roesner-cux@aol.com](mailto:roesner-cux@aol.com)

## Turnen

Katrin Eger, 27637 Nordholz, Wanhö-dener Str. 4, Tel.: 04741-180347, [E-Mail: K.Zeschke@web.de](mailto:K.Zeschke@web.de)  
Jens Holy, 27474 Cuxhaven, Brahmstr. 65, Tel.: 51860, Mobil: 0160-91505295  
Petra Lingl, 27474 Cuxhaven, Fritz-Reuter-Str. 73, Tel.: 47140, [E-Mail: pe-dera@web.de](mailto:pe-dera@web.de)

## Volleyball

Franz Wagner, 27474 Cuxhaven, Drangstweg 111, Tel.: 63314, [E-Mail: Franz.Wagner@helios-kliniken.de](mailto:Franz.Wagner@helios-kliniken.de)

## Wandern

Annette Langhoff, 27478 Cuxhaven, Osterstr. 12, Tel.: 04722/2400

## Sportlehrerinnen

Sabine Lenz-Breuer, 27472 Cuxhaven, Rohdestr. 3c, Tel.: 53501, [E-Mail: G.Breuer@t-online.de](mailto:G.Breuer@t-online.de)  
Ingeborg Steffens, 27476 Cuxhaven, Rosenhof 5, Tel. 36800, [E-Mail: Ingeborg.steffens@yahoo.de](mailto:Ingeborg.steffens@yahoo.de)



## Mitgliedsbeiträge

<b>Aufnahmegebühr (einmalig):</b>		<b>Auswärtige Mitglieder</b> , die nicht am Sport teilnehmen	
<b>Erwachsene</b>	10,00 €		3,50 €
<b>Kinder und Jugendliche</b>	5,00 €		
<b>Monatsbeiträge:</b>		<b>Passive Mitglieder</b> (ordentliche Mitglieder, die nicht mehr am Sport teilnehmen)	
<b>Erwachsene ab 18 Jahre</b>	14,00 €		5,50 €
<b>Erwachsene ab 18 Jahre</b> (in Berufsausbildung oder Schüler) Der Nachweis ist erforderlich	9,00 €	<b>Fördernde Mitglieder</b>	5,50 €
<b>Ehepaare</b>	25,50 €	<b>Monatsbeitrag Radfahren</b> (keine Teilnahme an sonstigen Übungsstunden)	5,50 €
<b>Kind bis 4 Jahre</b> (Voraussetzung: erziehungsberechtigte Person ist Mitglied)	beitragsfrei	<b>Monatsbeitrag Wandern</b> (keine Teilnahme an an sonstigen Übungsstunden)	5,50 €
<b>Erstes Kind/Jugendliche bis 18 Jahre</b>	9,00 €	<b>Zuschlag für Rechnungszahler Mahngebühr</b>	1,50 € 2,00 €
<b>Zweites Kind/Jugendliche bis 18 Jahre</b>	7,50 €	<b>Zusatzbeitrag (pro Monat):</b> Schwimmen (inkl. Wassergymnastik)	1,50 €
<b>Drittes und weitere Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre</b>	beitragsfrei	<b>Kursangebote:</b> Schwimmkurs für Nichtmitglieder (Mitglieder kostenfrei)	65,00 €
<b>Familien</b> (Ehepaare/Partnerschaften in häuslicher Gemeinschaft mit Kindern bis 18 Jahre oder über 18 Jahre, sofern sich die Kinder in einer Schul- oder Berufsausbildung befinden; der Nachweis ist erforderlich.)	28,00 €	Rückenschule: Nichtmitgl. pro Std.	5,00 €
		Fitness: Nichtmitglieder pro Std.	5,00 €
		Step-Aerobic: Nichtmitgl. pro Std.	5,00 €
		(Nordic-)Walking: Nichtmitglieder pro Std.	5,00 €

Liebe ATSCerinnen und ATSCer,  
wenn ich das Jahr 2015 Revue passieren lasse,  
so ist doch wieder einiges im ATSC passiert:

Viele unserer Mitglieder waren bei den jährlichen **Ehrungen der Stadt Cuxhaven und des Landkreises** vertreten, nahmen an zahlreichen Wettkämpfen teil und erzielten hervorragende Erfolge. Viele Mitglieder absolvierten ihr **Sportabzeichen** auf dem Strichweg-Sportplatz, viele Kinder begleiteten uns in das **Zeltlager in Müggendorf** und feierten mit uns **Fasching** und viele unserer Mitglieder nahmen an der jährlich stattfindenden **Sportgala** teil.

Vor kurzem haben wir, dieses Mal im Kegelzentrum, traditionsgemäß **28 langjährige Mitglieder geehrt**, die unserem Verein schon seit 25, 40, 50, 60 oder sogar 65 Jahren die Treue halten.

Zwei Tage zuvor fand jetzt zum zweiten Mal unser **Laterne laufen** statt. Begleitet von den Wattenlöpfern nahmen bei fast frühlingshaften Temperaturen etwa 150 große und kleine Mitglieder mit tollen zum Teil selbstgebastelten Laternen teil. Hätte man es vorher gewusst, dass der November so schön werden würde, hätte ich unser **Dankeschönessen** in diesen Monat gelegt, denn im August wären wir bei Regen und großem Sturm fast weggeweht. Doch auch das hat der Stimmung keinen Abbruch getan und ich konnte viele Übungsleiter, Helfer und Sponsoren begrüßen.

Im Oktober haben Heike und Claus Hebbeln mit ihren Helfern einen wahren Kraftakt vollbracht. Innerhalb einer Woche organisierten sie die **Bezirksmeisterschaft** mit über 300 Teilnehmern, die ursprünglich bei einem anderen Verein in einer anderen Schwimmhalle stattfinden sollte, die dann aber kurzfristig gesperrt war. Ich habe mir das Treiben im Hallenbad angesehen und war total beeindruckt. In den Gängen, den Umkleiden und im Bad selbst, überall warteten die Schwimmer sehr diszipliniert auf ihren Wettkampf und zahlreiche ehrenamtliche Helfer sorgten für einen reibungslosen Ablauf. Eine tolle Leistung!

**Ich nehme das zum Anlass, an dieser Stelle allen hauptamtlichen und ehrenamtlichen Übungsleiterinnen und Übungsleitern sowie Helferinnen und Helfern für euer Engagement und eure geleistete Arbeit ein herzliches Dankeschön auszusprechen. Ich bin froh, dass ich euch im ATSC habe und ich hoffe, dass das auch noch lange so bleibt.**

Im Namen meines Vorstandsteams wünsche ich nun euch und Ihnen allen ein frohes Weihnachtsfest sowie alles Gute für das Jahr 2016.

Euer  
Manfred Abbes

## Stadtparkasse unterstützt Jugendarbeit im ATSC

Die Stadtparkasse Cuxhaven stellte dem ATSC 2015 einen großzügigen Betrag für die Jugendarbeit im Verein zur Verfügung.

**Das Geld wurde für das Zeltlager in Müggendorf, das im Sommer veranstaltete Turncamp in der Rundturnhalle und das Laterne laufen im November verwendet.**

Helmut Reiß, Bereichsdirektor der Stadtparkasse Cuxhaven, ließ es sich nicht nehmen,

den Teilnehmern des Turncamps in Begleitung unseres Vorsitzenden Manfred Abbes und der stellvertretenden Vorsitzenden für Sportbetrieb, Hilke Hauhut, einen kurzen Besuch abzustatten.

**Der ATSC möchte sich an dieser Stelle ganz herzlich bei der Stadtparkasse für die Unterstützung bedanken.**



Ein großes Dankeschön an die Stadtparkasse Cuxhaven für ihre großartige Unterstützung

# Horst von Minden <sup>G m b H</sup>

ELEKTROINSTALLATION • BLITZSCHUTZANLAGEN  
EIB • EDV • SICHERHEITSTECHNIK • NOTDIENST

Friedrichstraße 22 • 27472 Cuxhaven  
E-Mail: info@elektro-vonminden.de  
Internet: www.elektro-vonminden.de

  
(04721)  
**55055**

**Fax**  
(04721)  
**34942**

**Notdienst**  
(0171)  
**6403081**



## Laterne laufen des ATSC

Nachdem schon im letzten Jahr die Beteiligung am Laternenumzug sehr groß war, hat sich der Vorstand entschlossen, diese Veranstaltung in diesem Jahr zu wiederholen.

Am 6. November trafen sich **ca. 150 kleine und große Mitglieder sowie Gäste des ATSC** bei frühlingshaften Temperaturen auf dem Wochenmarktplatz, um mit ihren tollen zum Teil selbst gebastelten Laternen durch die Straßen rund um die Berufsbildenden Schulen zu laufen. Der Wettergott hatte ein Einsehen, da er während der Veranstaltung seine Regenpforten geschlossen hielt und sie erst wieder öffnete, als alle längst zu Hause waren.

**Auch in diesem Jahr wurde der Laternenumzug von den Wattenlöpfern musikalisch**

**begleitet**, bei denen wir uns ganz herzlich dafür bedanken. Schon auf dem Parkplatz wurden die ersten Laternenlieder angestimmt, bevor sich der Zug gegen 18.00 Uhr in Bewegung setzte. Nach ca. einer dreiviertel Stunde trafen die Teilnehmer am **Pavillon der Berufsbildenden Schulen** ein, der uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt wurde.

Manfred Abbes und Hilke Hauhut empfingen die Laternenläufer mit **Getränken und heißen Würstchen**, die gerne angenommen wurden.

Bedanken möchten wir uns ganz herzlich bei Herrn Renke für die tolle Unterstützung.

## Ehrung langjähriger Mitglieder

Am 8. November 2015 fand im Kegelzentrum „Zur Sonne“ die alljährliche Ehrung langjähriger Mitglieder statt.

**28 zu Ehrende sollten an diesem Nachmittag im Mittelpunkt stehen** und für ihre langjährige Zugehörigkeit zum Verein gewürdigt werden. Leider war es einigen Mitgliedern nicht möglich, persönlich anwesend zu sein. Der Vorsitzende Manfred Abbes begrüßte die Anwesenden sehr herzlich und freute sich, dass

auch **der gesamte Ältestenrat des Vereins erschienen** war.

Zunächst lud er zu Kaffee und Kuchen ein, um dann die einzelnen Ehrungen vorzunehmen. Auch in diesem Jahr haben wir uns sehr gefreut, dass Lennard Hellwig die Ehrung mit seinem Keyboard wieder musikalisch begleitete.



Bei Kaffee und Kuchen lässt es sich schön klönen.

Geehrt wurden folgende Mitglieder:

**Für 25-jährige Vereinszugehörigkeit:** Ernst Müller, Björn Foss, Marlies Springub, Sieglin-

de Holzberg, Claudia Hebbeln, Margot Lammerich, Wiebke Andresen, Gabriele Letto, Volker Raths, Stephan Lange, Niklas Lingl und Dr. Martina Mann-Arbatschat

**Für 40-jährige Vereinszugehörigkeit:**

Gisela Breidenbach, Liesbeth Eylenfeldt, Eva-Maria Fuchs, Edelgard Harms, Lieselotte Kliewe, Sigrid Prieß, Hans-Jürgen Stache und Garnet Vooth

**Für 50-jährige Vereinszugehörigkeit:**

Eveline Krüger, Ingeborg Steffens und Winfried Hummelt

**Für 60-jährige Vereinszugehörigkeit:**

Dietmar Both, Ferdinand Lühmann und Rolf Oelßner

**Für 65-jährige Vereinszugehörigkeit:**

Dieter Sprenger und Werner Thomas

Der ATSC ist stolz auf seine langjährigen Mitglieder, die gleichzeitig als Vorbilder für unsere Kinder und Jugendlichen zu sehen sind. Es freut uns sehr, dass selbst Mitglieder, die nicht mehr aktiv am Übungsbetrieb teilnehmen können bzw. heute gar nicht mehr in Cuxhaven wohnen, dem ATSC weiterhin verbunden bleiben. Wir bedanken uns ganz herzlich für diese Treue und wünschen uns, dass wir alle in fünf, zehn oder 15 Jahren bei den nächsten Ehrungen wiedersehen. Ihnen allen weiterhin alles Gute sowie beste Gesundheit!

**Für 25-jährige Mitgliedschaft im ATSC wurden geehrt:**

**Ernst Müller** hat ausnahmsweise einmal nicht mit dem Kinderturnen im ATSC begonnen, sondern stieß als bereits Erwachsener zur Faustballgruppe dazu. Zunächst spielte er bei Uli Deppe, später unter der Leitung von Ali Nesper. Er hatte dabei viel Spaß und unter anderem ist ihm die gute Kameradschaft in dieser Gruppe in sehr guter Erinnerung geblieben. Dabei kam auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

Außerdem zog es Ernst Müller viele Jahre auf

den Strichwegssportplatz, wo er insgesamt 33 Mal sein Sportabzeichen ablegte. Ein Unfall war dann leider der Grund dafür, dass er seinen Sport heute nicht mehr ausüben kann.

**Claudia Hebbeln** trat nach etwa sechs Jahren Unterbrechung 1990 wieder in den ATSC ein und trainierte zunächst ca. zwei Jahre lang Rock'n Roll. Zuvor hatte sie bei Sabine Lenz-Breuer Jazzdance getanzt. In der Zeit von 1991 bis 1995 hielt sie sich bei Sabine in Döse und in der Abendrothhalle fit, bevor der erste Sohn ihre volle Aufmerksamkeit benötigte. Aber schon 1996/97 nahm sie den Sport wieder auf, dieses Mal zusammen mit ihrem Mann Björn. Sie leiteten das Babyschwimmen im Lehrschwimmbecken und mit von der Partie war auch der kleine Sohn Jan. 1999 wurde Till geboren und auch er lernte sehr früh das Lehrschwimmbecken kennen. Außerdem nahm Claudia Hebbeln mit ihren Söhnen am Mutter-Kind-Turnen bei Sabine und Frau Wendler teil. Im Jahr 2000 verschlug es die Familie Hebbeln dann aus beruflichen Gründen für drei Jahre nach Sizilien. Von 2004 bis 2012 begleitete Claudia Hebbeln, mittlerweile wieder in Cuxhaven, ihre beiden Söhne in der Schwimmabteilung, unter anderem als Kampfrichterin. Sie selbst schwamm außerdem zwischen 2008 und 2012 auch bei ihrem Schwiegervater Claus Hebbeln. Zwischendurch hat sie wieder gemeinsam mit Sylvia Sander und Heike Hebbeln das Babyschwimmen geleitet. 2012 legte Claudia Hebbeln eine weitere Babypause ein und begann 2014 wieder mit ihrem dritten Sohn Bennet mit dem Eltern-Kind-Turnen.

**Volker Rath's** sportliche Karriere im ATSC begann am 23.04.1990 in der Er(&)Sie-Gruppe unter damaliger Leitung von Friedhelm Logemann. Schnell gehörte er dort zum Festausschuss. Neun Jahre später überredete ihn Friedhelm mit sechs weiteren Sportkameraden, die sogenannten Jedermänner, die



donnerstagabends ihrem Sport nachgehen, zu verstärken, da diese Gruppe zunehmend an Mitgliederzahl litt. Schon bald übernahm er die Kassenführung der Jedermänner und seit sieben Jahren ist er zusätzlich zusammen mit Siggie Vooth für die Planung jeglicher Festivitäten (Weihnachtsfeiern, Boßel- und Fahrradtouren) zuständig. Seit 1990 legte Volker 22 Mal das Sportabzeichen ab. Seine Verlässlichkeit und die Bereitschaft immer wieder die Verantwortung für „seine“ Gruppen zu übernehmen, zeichnen Volker besonders aus. Sofern es ihm möglich ist, hört man nie ein „Nein“, wenn man ihn um Hilfe bittet. Wenn Volker nicht gerade krank oder ortsabwesend ist, sieht man ihn auch heute noch aktiv in der Er(&)Sie-Gruppe bei Manni Abbes und bei seinen Jedermännern bei Bernd Alzer in der Halle.

**Gabriele Letto** begann in der Donnerstagsgruppe von Sabine Lenz-Breuer, die diese Gruppe damals gerade von Ingrid Mundt übernommen hatte. Zunächst wurde Gymnastik gemacht, anschließend war der Ball das Übungsgerät der Sportstunde. Aus diesen Ballspielen entwickelte sich eine Volleyballgruppe, die bis heute eine große Bedeutung für Gabriele Letto hat. Auch wenn die Übungsstunde erst um 21.00 Uhr beginnt, so ist die Gruppe fast immer vollzählig. Keiner lässt es sich nehmen, trotz der späten Uhrzeit an der Stunde teilzunehmen. Die Geselligkeit hat auch in dieser Gruppe einen sehr hohen Stellenwert. Jedes Jahr findet eine Radtour mit einer Übernachtung in einer Jugendherberge statt und runde Geburtstage werden grundsätzlich immer gefeiert. Auch die alljährlichen Weihnachtsfeiern sind fester Bestandteil und finden immer großen Anklang.

**Stephan Lange** wurde bereits im Alter von einem Jahr Mitglied im ATSC. Seine erste Station war das Eltern-Kind-Turnen und

später die Schwimmabteilung. Danach entdeckte er seine Vorliebe für die Leichtathletik. 2003 und 2005 nahm er im Rahmen der Städtepartnerschaft mit Hafnarfjörður an einem Austausch teil. Seinen Jugendleitschein machte er 2005, um den Austausch als Betreuer begleiten zu können. Seit Januar 2006 unterstützte Stephan Lange Otto Schunk als Übungsleiterhelfer in der Gruppe der Kinder ab sechs Jahren und absolvierte seine Übungsleiter C-Lizenz im darauffolgenden Jahr. 2008 übernahm er die alleinige Verantwortung für eine Kindergruppe ab zehn Jahren, die er selbst aufgebaut hat.

Auch im Vorstand war Stephan Lange für den ATSC tätig. 2007 übernahm er den Posten des Jugendwarts, bevor er 2010 zum zweiten Schatzmeister gewählt wurde. Da er 2011 seine Ausbildung bei der Polizei begann, musste er seine Vorstandsarbeit und seine Tätigkeit als Übungsleiter aus Zeitgründen und überwiegender Ortsabwesenheit aufgeben. Er ist dem ATSC aber trotzdem bis heute treu geblieben, worüber wir uns sehr freuen.

**Niklas Lingl** begann seine ATSC-Karriere bei seiner Oma Anita Stiewe, wie sollte es anders sein, mit dem Eltern-Kind-Turnen. Danach folgte das Kinderturnen ohne Mama Petra, was Niklas nicht gestört haben dürfte, da ja Oma Anita auch hier die Übungsleiterin war. Im Alter von sechs Jahren erlernte Niklas das Trampolinspringen bei Jens Holy. Auch als Schwimmer machte er eine gute Figur und hatte scheinbar Talent, denn mit acht Jahren war er bereits Leistungsschwimmer bei Familie Hebbeln. Er nahm zudem am Trainingslager im Erzgebirge teil und besuchte mehrfach das Kreiskinderturnfest in Lüdingworth. Auch beim jährlich stattfindenden Zeltlager in Müggendorf war Niklas immer dabei. Er absolvierte sein Sportabzeichen auf dem Strichwegsportplatz und begann später bei Wolfgang Stoye mit dem Basketball, wo er auch heute noch

in der ersten Herrenmannschaft der Spielgemeinschaft ATSC/Altenwalde aktiv dabei ist, sofern es sein Beruf zulässt. Er fungierte ebenso selbst als Basketballtrainer und absolvierte seinen Schiedsrichterschein. Heute begleitet uns Niklas immer noch nach Müggendorf, jedoch in der Funktion des Betreuers und auch im Aufbauteam für die Sportgala ist er schon

seit vielen Jahren dabei.

Leider konnten folgende Jubilare nicht an der Ehrung teilnehmen: Björn Foss, Marlies Springub, Sieglinde Holzberg, Margot Lammerich, Wiebke Andresen und Dr. Martina Mann-Arbatschat

### **Für 40-jährige Vereinszugehörigkeit wurden geehrt:**

**Liesbeth Eylenfeldt** betreibt seit vielen Jahren Gymnastik in der Montagsgruppe und hat dabei einige Übungsleiterinnen kennen gelernt. Sie begann bei Frau Peyn, die die Gruppe dann an Frau Radünz übergab. Danach leitete Irmi Müller die Gymnastik, bevor Frau Szubrich neue Übungsleiterin wurde. Heute wird die Gruppe von Ingeborg Steffens geleitet. Seit 19 Jahren nimmt Liesbeth Eylenfeldt außerdem an der Rückenschule bei Sabine Lenz-Breuer teil, die jeden Mittwoch stattfindet. Wichtig ist ihr auch die Geselligkeit im Verein. So wandert sie jährlich mit nach Neuwerk und ist auch beim Grünkohlessen dabei. Fit hält sie sich zusätzlich durch Fahrrad fahren und flottes Spaziergehen.

**Eva-Maria Fuchs** begann vor vierzig Jahren mit ihrer damals zweijährigen Tochter mit dem Eltern-Kind-Turnen bei Irmi Müller in der Süderwischhalle. 1979 zog die Familie nach Döse und so schloss sie sich dort der Gymnastikgruppe von Helga Meyer an, die später von Ingrid Mundt übernommen wurde. Später wechselte Eva-Maria Fuchs in die Donnerstagsgruppe von Sabine Lenz-Breuer und dort ist sie auch heute noch aktiv. Ihren Auftritt bei der letztjährigen Sportgala bezeichnet sie als ein absolutes Highlight. Begeistert erzählt sie auch von den gemeinsamen Aktivitäten der Gymnastikgruppe, insbesondere der alljährlich stattfindenden Weihnachtsfeier im Hotel „Seelust“ und den Radtouren.

**Hans-Jürgen Stache** nahm an der Gymnas-

tikstunde bei Herrn Fink in der Ritzebütteler Turnhalle teil. Außerdem spielte er Korbball und hatte dabei sehr viel Spaß, unter anderem weil sich dort eine sehr nette Gruppe zusammengefunden hatte. Eine längere Krankheit setzte Hans-Jürgen Stache außer Gefecht und sorgte dafür, dass er seinen Sport aufgeben musste. Er blieb dem ATSC jedoch als passives Mitglied treu und dafür danken wir ihm recht herzlich.

**Lieselotte Kliewe** begann vor 40 Jahren in der Gymnastikgruppe bei Irmgard Szubrich, der sie etwa fünf Jahre angehörte. Danach hatte sie berufsbedingt keine Zeit mehr für sportliche Aktivitäten, blieb aber weiter Mitglied im ATSC. Ab 1991 nahm sie dann wieder regelmäßig dienstags an der Wassergymnastik bei Heike Hebbeln teil und mittlerweile ist sie auch donnerstags bei der Wassergymnastik bei Ingelore Schröder zu finden. Außerdem begann sie bereits vor 18 Jahren zusätzlich mit der Rückenschule in der Abendrothhalle, geleitet von Sabine Lenz-Breuer. Diese Aktivität macht ihr ebenfalls viel Freude. Auch in dieser Gruppe kommt die Geselligkeit nicht zu kurz, was sich auch darin zeigt, dass Lieselotte Kliewe erst kürzlich mit acht Sportkameradinnen einen einwöchigen Urlaub auf Menorca verbrachte.

Folgende Jubilare konnten leider nicht an der Ehrung teilnehmen: Gisela Breidenbach, Edelgard Harms, Sigrid Prieß und Garnet Vooth





Zusammen sind die anwesenden 25er-Jubilare schon 125 Jahre im Verein!



Mehr als ein halbes Leben im Verein, die 40er-Jubilare.

**50 Jahre die Treue halten unserem Verein:**

Werner Mockenhaupt ist es zu verdanken, dass **Winfried Hummelt** jetzt seit 50 Jahren Mitglied im ATSC ist. Nach seinem Umzug nach Cuxhaven schloss er sich zunächst der Tischtennisabteilung des damaligen BSV an und erzielte dort sehr große Erfolge. Das Spielen in einer höheren Klasse war jedoch nicht

möglich, da man keine komplette Mannschaft stellen konnte. Deshalb wechselte er durch Zureden von Werner Mockenhaupt zum ATSC. Er erzielte in der Kreis-, Bezirks- und Landesliga hervorragende Erfolge. Sehr schöne Erinnerungen hat er insbesondere an die Spiele mit seinem damaligen Doppelpartner Günter Pohl. Die Mannschaft war Winfried Hummelt

immer wichtiger als ein Einzelerfolg und bei wichtigen Spielen rückten selbst Familienfeiern in den Hintergrund.

Krankheitsbedingt musste er das Tischtennis-spiel stark einschränken, das Wohl der Abteilung war ihm aber weiterhin sehr wichtig. So war er zunächst als Sportwart der Tischtennisabteilung tätig, bevor er als Nachfolger von Werner Kieselbach bis 2001 das Amt des Abteilungsleiters ausübte. Auch heute noch hat er guten Kontakt zur Tischtennisabteilung und verfolgt deren Entwicklung mit großem Interesse. Winfried Hummelt berichtete am Telefon, dass er sich im ATSC sehr wohl fühlt und treues Mitglied bleiben will.

**Ingeborg Steffens** begann im Alter von sechs Jahren mit dem Kinderturnen in Döse bei der damaligen Übungsleiterin Christa Thomas. Darauf folgte dann das Turnen bei Ute Ehmke, in dessen Verlauf sie mit einer Vorführgruppe an zahlreichen Aufführungen teilnahm. Ihr turnerisches Talent fiel auch Wolfgang Schneider auf, der sie in seine Leistungsgruppe holte. Mit dieser erreichte sie viele schöne Erfolge.

Sowohl das Tennis spielen als auch das Tanzen bei Heike Heims waren ein Ausgleich zum Turnen, auch dabei hatte Ingeborg viel Spaß. Der Rat von Helmut Kaufmann „Ingeborg, du musst unbedingt nach Frankfurt in die Deutsche Turnschule!“, war dann der Auslöser für ihren beruflichen Werdegang: Bereits im Alter von 17 Jahren absolvierte Ingeborg ihre Ausbildung zur Turn- und Sportlehrerin in der Deutschen Turnschule in Frankfurt. 1980 kam sie dann nach Cuxhaven zurück, um als haupt-

amtliche Trainerin beim ATSC anzufangen. Diese Tätigkeit übte sie 20 Jahre lang aus und war Vorbild für viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene in verschiedensten Übungsgruppen.

Mitverantwortlich war Ingeborg auch für die ersten Skifreizeiten des ATSC. Ebenfalls 20 Jahre lang fungierte sie als Organisatorin und Skilehrerin. Aus dieser Zeit kann sie viele schöne Anekdoten erzählen. Auch die Kinder- und Jugendfreizeit in Müggendorf, die seit über 30 Jahren jährlich stattfindet, rief sie mit ins Leben.

Im Jahr 2000 gab Ingeborg dann unter großem Bedauern vieler Mitglieder ihre hauptamtliche Tätigkeit auf. Sie blieb dem ATSC jedoch weiterhin als Übungsleiterin mit zehn Stunden pro Woche erhalten. Seit 2010 steht sie dem ATSC wieder ganz zur Verfügung und leitet auch heute noch Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen, die Aufbaugruppen für das Gerätturnen, Step-Aerobic und verschiedene Stunden im Bereich Frauengymnastik. Außerdem gehört sie ebenfalls seit vielen Jahren zum Aufbau-Team der Sportgala.

**Liebe Ingeborg, wir danken dir ganz herzlich für dein Engagement und deine geleistete Mitarbeit im ATSC und wünschen uns von Herzen, dass du uns noch viele, viele Jahre erhalten bleibst!**

Folgende Jubilarin konnte leider nicht an der Ehrung teilnehmen: Eveline Krüger

**Für 60-jährige Mitgliedschaft wurde geehrt:**

**Rolf Oelßner** begann im ATSC mit dem Kinderturnen bei seinem damaligen Sportlehrer Herrn Aha. Danach folgte eine lange Zeit in der Schwimmabteilung, in der er überaus erfolgreich war. Er erreichte mehrmals Landesmeistertitel im Delphin-, Kraul- und Rücken-

schwimmen; er wurde Norddeutscher Meister und sogar Dritter bei den Deutschen Meisterschaften.

Ebenso lag ihm das Tennis und Handball spielen. Handball spielte Rolf Oelßner sehr erfolgreich über eine lange Zeit in der Oberligamannschaft des ATSC. Leider sorgte dann diese Sportart dafür, dass er seinen aktiven



Ingeborg Steffens und Winfried Hummelt, zwei richtig aktive ATSCer.

Sport aufgeben musste. Er zog sich bei seinem letzten Spiel eine schwere Verletzung zu, deren Genesung sehr viel Zeit in Anspruch nahm.

Rolf Oelßner war allerdings nicht nur aktiver Sportler, sondern unter anderem auch als Sportwart in der Tennisabteilung und als Abteilungsleiter in der Schwimmabteilung tätig. Angesichts dessen, dass Rolf Oelßner schon lange nicht mehr in Cuxhaven wohnt, freuen wir uns natürlich umso mehr, dass er dem ATSC die Treue gehalten hat und extra zur Ehrung angereist ist.

**Ferdinand Lühmann** ist seit 60 Jahren passives bzw. förderndes Mitglied im ATSC. Wir sind ihm sehr dankbar, dass er unseren Verein schon so lange unterstützt und ihm die Treue hält. Viele Sportler, die einem Verein

beitreten, beenden ihre Mitgliedschaft in dem Moment, wo sie ihre aktive Tätigkeit aufgeben, da sie dann keine Gegenleistung für ihren Mitgliedsbeitrag mehr erhalten. Umso bemerkenswerter ist die Tatsache, dass Ferdinand Lühmann ein Herz für den ATSC hat und seine Mitgliedschaft über so viele Jahre aufrechterhält.

Leider konnte folgender Jubilar nicht an der Ehrung teilnehmen: Dietmar Both

Zwei Jubilare, die wir gerne für ihre **65-jährige Mitgliedschaft** geehrt hätten, konnten leider nicht dabei sein: Dieter Sprenger und Werner Thomas



Bereits seit 60 Jahren ATSer: Rolf Oelßner und Ferdinand Lühmann

## Herzlichen Glückwunsch, Heinz und Günter!

**Am 25. Juli feierte unser Ehrenmitglied Günter Pohl seinen 80. Geburtstag.** Er ist seit 1949 treues Mitglied im ATSC und wurde 1999 in den Ältestenrat gewählt. Seinen Ehrentag beging er im Kreise seiner Familie sowie Nachbarn und Freunden. Der Vorsitzende des ATSC Manfred Abbes und die stellvertretende Vorsitzende für den Sportbetrieb Hilke Hauhut ließen es sich nicht nehmen, Günter Pohl mit ihrem Besuch zu überraschen und persönlich zu gratulieren.

reits über 83 Jahre Mitglied im ATSC und damit das älteste aktive Mitglied ist. Heinz gehört außerdem dem Finanzausschuss und dem Ältestenrat an und hat ab 1965 als Festwart sämtliche ATSC-Bälle (mit)organisiert. Zu seinem Geburtstag haben ihm der stellvertretende Vorsitzende für Finanzen und Verwaltung Gerd Brandes und die 2. Schatzmeisterin Heike Lessing persönlich die besten Geburtstagswünsche überbracht.

**Am 19. August konnte ein weiteres Ehrenmitglied einen runden Geburtstag feiern: Heinz Marx. Auf sportliche 90 Jahre** kann Heinz zurückblicken, von denen er be-

Der ATSC schließt sich den Glückwünschen an und hofft, dass Heinz und Günter dem Verein noch viele Jahre erhalten bleiben.



## Sportgala 2015

Die Sportgala, ehemals bekannt unter dem Namen „Sport- und Pressefest“, zog am Abend des 14. November auch im Jahre 2015 wieder unzählige Zuschauer in die ausverkaufte Rundturnhalle Cuxhaven. **Für den traditionellen Auftakt zeichnete wie immer Sabine Lenz-Breuer verantwortlich. Mit über 100 Tänzerinnen und Tänzern aller Altersklassen vom Eltern-Kind-Turnen über sämtliche Wettkampfgymnastinnen bis hin zu den Rückenschülern** freuten sich die Zuschauer über ein abwechslungsreiches Programm. Nicht nur die bereits erfolgreichen Wettkampfgruppen heizten den Zuschauern ein, sondern auch die „Biene Majas“, die strahlend an der Hand ihrer Eltern auftraten. Das wochenlange oft tägliche und zu allen Zeiten stattfindende Proben hat sich wieder einmal gelohnt.

Neben den sportlichen, akrobatischen und tänzerischen Einlagen des Abends sorgten die Moderatoren Kristian Klement und „Herr Momsen“ nicht nur mit rednerischem Talent für eine angenehme Führung durch den Abend, auch spontane Blödeleien wie beispielsweise das Frisieren Herrn Momsens durch Künstler und Sponsoren brachte das Publikum zum Lachen.

Als Künstler konnten unter anderem Anton Belyakov mit seiner Handstandakrobatik, die „Flying Bananas“, die auf ihrem Trampolin bis unter die Decke der Halle sprangen, und das

Duo „Indigo“ mit ihrer Tanzakrobatik begeistern.

Unterstützt wurden sämtliche Künstler wie jedes Jahr durch das Aufbauteam des ATSC unter der Leitung von Manfred Abbes. Dank jahrelanger Erfahrung und guter Vorbereitung am Vortag konnten sämtliche Aufbauarbeiten in Rekordzeit geleistet werden.

Natürlich standen nicht nur die angereisten und heimischen Künstler im Mittelpunkt des Abends, sondern auch Sportler des ATSC, die für ihre besonderen Leistungen im vergangenen Jahr im festlichen Rahmen vor über 1200 Zuschauern geehrt wurden. Neben der **Schwimmerin Hannah Sauer, die wie 2014 auch als „Sportlerin des Jahres“ ausgezeichnet wurde**, erreichte der **Schwimmer Martin Ehlers bei der Wahl zum „Sportler des Jahres“ den zweiten Platz**. Das **Masters-Schwimmteam des ATSC (Marco Nolte, Marco Töllner, Martin Ehlers und Jan Hebbeln) wurde als zweitbeste Mannschaft des Jahres geehrt**. Alle Ehrungen fanden auf nagelneuen Siegerpodesten, gesponsert von der Firma Gall Seitz, statt, auf welchen selbst eine gesamte Fußballmannschaft bequem Platz fand.

Insgesamt unterhielt die Sportgala 2015 wie schon im Vorjahr sämtliche Zuschauer über dreieinhalb Stunden bestens. Nicht nur die Darbietungen, auch die Ehrungen von Cux-

hovens erfolgreichen Sportlern und Ehren großem Interesse verfolgt.  
amtlichen, wurden von allen Anwesenden mit



Ein kleiner Ausschnitt aus Sabine Lenz-Breuers Choreografie



Ein Garant, dass alles klappt: das Aufbauteam des ATSC



Hannah Sauer - „Sportlerin des Jahres “ 2014 + 2015.



Martin Ehlers - 2. Platz „Sportler des Jahres“



2. Platz als „Mannschaft des Jahres“ für die ATSC-Masters-Schwimmer



# Basketball

## Aus und vorbei nach 48 Jahren

Im Jahre 2013 wurde die Basketballgemeinschaft aus den Vereinen ATS Cuxhaven und TSV Altenwalde gegründet.

Aufgrund des demografischen Wandels mussten sich beide Vereine zusammenschließen, um zu überleben.

Seit der Saison 2013/2014 ging ein gemeinsames Herrenteam an den Start. Man entschied sich für den Startplatz des TSV Altenwalde, der in der Bezirksliga auf Korbjagd ging.

Nach insgesamt 48 Jahren (TSV Altenwalde) ist im Herrenbereich nun Schluss: **in der aktuellen Saison 2015/2016 wird kein Herrenteam mehr an den Start gehen.** Die Verantwortlichen haben sich bis zum Schluss mit dieser Entscheidung sehr schwer getan. Denn eins ist klar, wenn Schluss ist, dann ist auch Schluss. Hier oben im hohen Norden ist es nämlich extrem schwierig, ein komplett neues Team auf die Beine zu stellen - leider, aber wir geben nicht auf.

**Von diesem Rückzug unberührt bleiben die Jugendmannschaften der männlichen U18 und U16. Sie werden weiterhin am Spielbetrieb teilnehmen,** dafür wünschen wir euch viel Glück und haltet die Abteilung weiterhin am Leben!

**Des weiteren trainiert die U10 von Peter Niehus weiterhin in Döse.**

Ein großer Dank an all diejenigen, die den Verein als Abteilungsleiter, Trainer, Betreuer, Auswärtsfahrer, Kampfgericht, Schiedsrichter, Aufbaupersonal, Verkaufswagenpersonal, Eltern, Sponsor oder Zuschauer unterstützt haben. Zum Ende noch einige Impressionen aus alten und jüngeren Zeiten. In diesem Sinne vielen Dank und vielleicht bis demnächst...

## U16 und U18 starten mit Siegen in die Saison

Die männliche U18 gewann das erste Pflichtspiel in fremder Halle mit 76:53.

Die männliche U16 konnte ihr erstes Spiel gegen den TVV Neu Wulmstorf mit 127:12 ebenfalls gewinnen.

Die BG entschied alle Viertel für sich (24:6, 34:0, 37:2 und 32:8) und gewann damit ungeschädigt.

Durch ein gutes Zusammenspiel aller Mannschaftsmitglieder konnte sich jeder Spieler in die Scorerliste eintragen.

Kurz vor Redaktionsschluss fand das nächste Pflichtspiel für die BG-Basketballer statt. Sie mussten beim MTV Tostedt antreten und haben versucht, den zweiten Saisonsieg einzufahren.

Die männliche U18 gewann das erste Pflicht-

spiel in fremder Halle gegen den TuS Huchting mit 76:53.

Am 8. November konnte man das Team um Trainer Patrick Hof das erste Mal in der heimischen Franzenburger Sporthalle sehen. Gegen den TSV Osterholz-Tenever gewann unsere U

18 ungefährdet 51:38. Durch den perfekten Start steht das Team momentan an erster Stelle der Tabelle.

## Männliche U10 mit neuen Shirts ausgestattet

Durch eine großzügige Spende der Heizungsbau- und Sanitärfirma Hans-Jürgen Lütjen in Bremerhaven, mit ihrem Inhaber Hans-Jürgen Lütjen, und durch tatkräftige Unterstützung der Firma CUX-Sport kann nun mit tollen Aufwärmshirts in die neue Trainingssaison gestartet werden.

Die roten Aufwärmshirts der BG-Basketballer

werden nun durch das Logo der Heizungsbau- und Sanitärfirma verziert.

Das Team um Trainer Peter Niehus und Abteilungsleiter Frank Knöfel bedankt sich recht herzlich für die tolle Unterstützung.



**BB U10:** Von links: Piet Niehus, Sami Bahow, Leon Samarin, Peter Niehus (Trainer), Lennard Peters, Tjark Schüler, Frank Knöfel (Abteilungsleiter) und David Kluth. Es fehlen: Thies Reisige und Philipp Götsche.



# Karate

## Karate-Trainer Frank Berg reist nach Tokio

**Unser Karate-Trainer Frank Berg lebt so sehr für seinen Sport, dass er sich dieses Jahr einen langgehegten Traum erfüllte und vom 26. August bis zum 06. September 2015 mit seinem Sohn Timo nach Tokio flog:**

Nach 13 Stunden Flug ab Bremen mit Zwischenstopp in Frankfurt und sieben Stunden Zeitverschiebung kamen wir am Donnerstag um 14.30 Uhr in Tokio an.

Nach dem Check-in im Hotel starteten wir sofort die erste Erkundungstour im Stadtteil Shinagawa-Seaside. (Nur zum Verständnis: ein Stadtteil von Tokio ist etwa zweimal so groß wie Hamburg!!)

Bis zum Wochenanfang besuchten wir als Touristen diverse Schreine, Tempel und den Kaiserpalast.

**Dann stand selbstverständlich das Karatetraining auf meiner Prioritätenliste ganz oben!!!**

Vom Hotel benötigte man eineinhalb Stunden Fahrt bis zum JKA (Japanese Karate Association) Honbu Dojo. Dort konnte man Tageskarten für umgerechnet ca. 7,50 erwerben. **Als Mitglied des JKA war es nun möglich, unter Trainern wie Hanzaki Yasuo und Nemoto Keisuk (beide mehrfache japanische Meister) zu trainieren!!**

Die Trainer wechselten von Woche zu Woche, wobei es einen Unterschied machte, ob man eine Tageskarte hatte - 3x anderthalb Stunden - oder einen elftägigen festen Kurs besuchte. In diesem festen Kurs trainierten ca. 30 Karatekas. Beim Tagestraining, für das ich angemeldet war, nahmen nur fünf bis acht Karatekas am Training teil. Die Teilnehmer kamen interessanterweise aus der ganzen Welt, bei mir aus England, Frankreich, Russland und Japan. Das Tagestraining mit wenigen Teilnehmern war natürlich eine echte Herausforderung, weil der Trainer die einzelnen Karatekas mehr und intensiver ins Visier nehmen konnte!

Bei der ersten Trainingseinheit trainierte Sensei Nemoto, wobei schon das Angrüßen etwas Besonderes war. Zunächst wurden die fünf Dojo-Regeln auf japanisch aufgesagt. Das Training beinhaltete Kihon, Kata und Kumite und nach jeder Trainingseinheit mussten wir den Dojo-Boden mit feuchten Tüchern wischen.

Am zweiten Trainingstag durfte ich unter Sensei Hanzaki Yasuo trainieren. Auch bei diesem Spitzentrainer hatten wir Kihon und Kata auf dem Plan, wobei wir diese auch in Bunkai-Anwendung trainierten.

**Alles in allem waren diese Trainingseinheiten bei so hervorragenden Trainern eine**



## unglaublich tolle Erfahrung für mich!

Die nächsten Tage nutzten wir dann wieder diese Reise war ein langjähriger Traum und Wunsch von mir und es hat sich wirklich ge-  
eher touristisch und besuchten den größten loht!!!  
Fischmarkt der Welt in Tokio, den Tokio-Tower,  
das Rathaus und den Fuji.



[www.FEUERSCHUTZ-LOCKSTEIN.de](http://www.FEUERSCHUTZ-LOCKSTEIN.de)  
Feuerlöscher Prüf- u. Wartungsdienst  
für alle Fabrikate

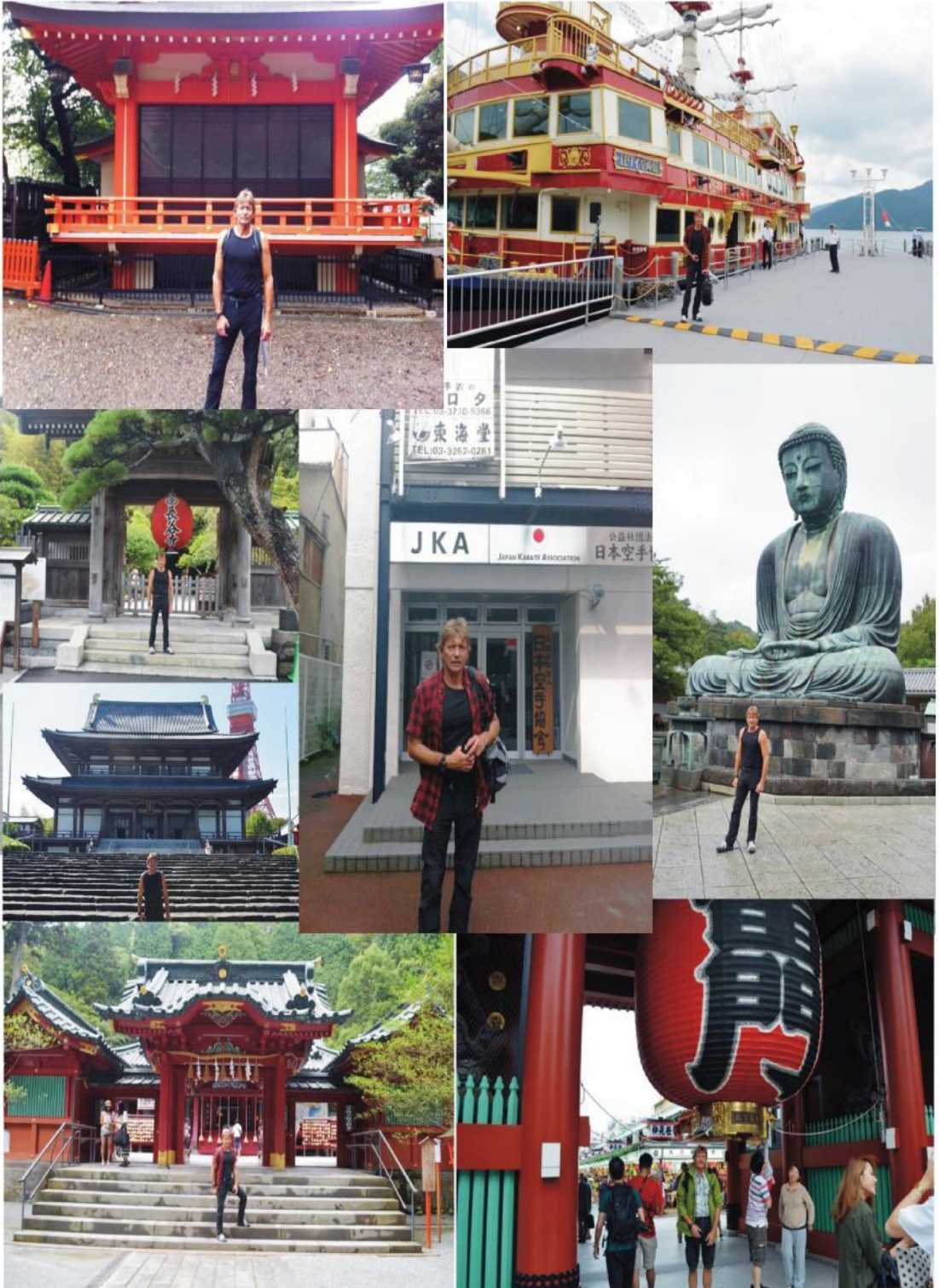
- Beratung
- Montage
- Reparaturen
- Prüf- u. Fülldienst
- Rauchmelder
- See - BG - Zulassung



- RWA
- Türfeststellanlagen
- Brandschutzpläne
- Wandhydranten

Inh. G. Engelking  
Pastoratsweg 4 • 27476 Cuxhaven  
Telefon 0 47 21 / 4 78 94 • Telefax 0 47 21 / 4 78 93





Franks Traum von einer Japanreise ist wahr geworden.



## 40 Jahre Karateabteilung des ATSC

Am 20.10.1975 wurde die Karate-Abteilung des ATSC gegründet.

Der große Trend der 70er und 80er Jahre, Karate als geheimnisumwogene, härteste Kampfkunst zu betreiben, hat sich jedoch verändert. Während damals Karate in einer bis zu 400 Mitglieder starken Abteilung betrieben wurde und viele Erfolge im Wettkampfbereich auf Bezirks-, Norddeutschen-, Landes- und Deutschen Meisterschaften verzeichnet werden konnten, hat sich der japanische Weg der leeren Hand, wie Karate auf Japanisch wörtlich heißt, zum Breitensport gewandelt.

Im Oktober fand im Outfit in Cuxhaven zum vierten Mal ein Treffen aktiver und ehemaliger

Karatekas des ATSC statt, diesmal ein **Jubiläumstreffen**.

Zunächst stand ein schweißtreibendes Training auf dem Programm, anschließend gab es die Gelegenheit zu einem Saunabesuch.

Viele Teilnehmer hatten sich aus den Augen verloren und Jahre nicht mehr gesehen. Bei leckerem Oktoberfest-Essen mit Schweinshaxen und leckeren bayerischen Spezialitäten gab es ausreichend Gelegenheit, Erinnerungen und Aktuelles auszutauschen.

Das nächste Treffen ist für den 4. November 2017 geplant.



1975 - 2015 : 40 Jahre Karate im ATSC; Foto: Uwe Wendland



## Leichtathletik

### Kreisvergleichskampf Altbezirk Stade

Mitte September fand in Langen der Kreisvergleichskampf für den Altbezirk Stade statt. Dazu gehören die Kreise Osterholz, Verden, Stade, Rotenburg und Cuxhaven.

Vom ATSC nahmen acht Athleten mit ihrem Trainer Sören Knigge teil.

**Mit vielen vorderen Plätzen hatten die ATSCer einen großen Anteil am erfolgreichen Abschneiden der Mannschaften U12 und U14 der männlichen und weiblichen Jugend des KLV Cuxhaven.**

Die Mannschaftswettkämpfe wurden in den Disziplinen 50m bzw. 75m Sprint, 800 m, 60m Hürden, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf und 4 X 50m- bzw. 75m-Staffellauf ausgetragen.

Sehr gute Leistungen erbrachte **Zoe Andersen** im 50m-Sprint mit 7,96 Sek. und sicherte sich damit den ersten Platz. Im Hochsprung belegte sie mit 1,22m den zweiten Platz. **Thies Daldorf und Tim Peter Christian-sen** belegten beim 800m-Lauf den ersten und zweiten Platz mit 2:44,16 und 2:45, 56.

**So erreichte die weibliche U12 des KLV Cuxhaven mit 4915 Punkten den ersten Platz. Die U14 errang einen guten zweiten Platz mit 6299 Punkten.**

Die männliche U12 belegte den dritten Platz mit 4218 Punkten und die U14 den vierten Platz mit 4626 Punkten. Hier wäre für die U14 auch der erste Platz drin gewesen, wenn es bei der 4 X 75 m-Staffel nicht zu einer Disqualifikation gekommen wäre.

### Kreismeisterschaften 2000m und Wurf in Loxstedt

Am 3. Oktober fanden die Kreismeisterschaften über 2000m und Wurf in Loxstedt auf dem Sportplatz an der Hackenburgstraße vom Schulzentrum Loxstedt statt.

Mit dabei waren vier Leichtathleten des ATSC mit ihrem Trainer Sören Knigge. Mit **fünf ersten Plätzen** in verschiedenen Altersklassen und Disziplinen konnten die Kinder sehr gute Ergebnisse einfahren:

**Benthe Krüger** lief die 2000m in der Altersklasse W12 in 8:07,9 min und **Thies Daldorf** in der M12 in 7:52,6 min. Im Speerwurf (400g) erreichte Thies eine Weite von 24,22 m und damit auch hier den ersten Platz. Auf der Strecke 800m lief **Tim Peter Christiansen** (M12) eine Zeit von 2:42,8 min und **Marten Krüger** (M11) eine Zeit von 2:51,0 min.





1. Platz für die U12 des KLV Cuxhaven



Fünf erste Plätze holten sich die Leichtathleten des ATSC  
Von links: Benjamin Millhahn, Trainer Sören Knigge, Thies Daldorf, Marten Krüger, Tim Peter Christiansen, Finn Hoppe, kniend (v.l.) Bente Krüger und Zoe Andresen (Es fehlt Linus Castedello.)

# Leichtathletik

## Leichtathletik-Trainingslager auf Helgoland

Elf Athleten/-innen des ATS Cuxhaven haben unter der Leitung von Trainer Sören Knigge, Trainerin Katja Säwert und Trainer Torben Kunze sowie den Betreuern Herbert Daldorf und Rosi Knigge den Abschluss der Sommersaison in einem Leichtathletik-Trainingslager auf der Hochseeinsel Helgoland verbracht.

Vom 22.10.2015 bis zum 26.10.2015 ging es zu vielen positiven Erfahrungen und einmaligen Eindrücken auf die schöne Insel.

Nach der Übernachtung in der Jugendherberge begann der Tag jeden Morgen - vor dem Frühstück - mit einem Trainingslauf zum wach werden. Nach dem Frühstück ging es zu Fuß mit kleinem Sportgerät zum Hafen. Von dort fuhren alle mit dem kleinen Fährschiff zur schönen Nachbarinsel von Helgoland „Die Düne“, auf der sportliche, leichtathletische Aktivitäten in zwei Altersgruppen unter fachlicher Leitung ihrer Trainer viel Anklang fanden.



Mal was anderes: Stretching im Sand

Das Training im Sand, unweit der Seehunde und neugierigen Seerobben war und bleibt allen ein einmaliges Erlebnis!

Das **Rahmenprogramm** bestand u.a. aus einem Besuch der Helgoländer Vogelwarte, wo über das Verhalten der Zugvögel, die die Insel jedes Jahr zu tausenden als Zwischenstopp ihrer langen Flugrouten von Nord- nach Südeuropa und umgekehrt nutzen, fachkundig viel neues Wissen vermittelt wurde. Das Inselinnere - die Luftschutzanlagen des zweiten Weltkrieges - bunkerähnliche, viele hundert

Meter lange unterirdische Tunnelanlagen in den Fels gehauen, wurden von einem kompetenten Bunkerlotsen sehr interessiert von allen angenommen.

Auch ein kurzer „**Trainingsbegleitender Unterricht für die Athleten/-innen**“ von Sören Knigge stand auf dem Programm. Dabei ging es um Trainingsverhalten, richtige Ernährung, Trainingsmethoden, das Setzen richtiger Pausen und das Finden einer eigenen geregelten Strukturierung des persönlichen Tagesablaufs.



Die Leichtathleten auf Helgoland

Nach einer dreistündigen Einkaufs- und Freizeitphase wurde am Samstag gemeinsam das Hallen- und Freibad auf der Hauptinsel besucht und am Sonntagvormittag auf dem Sportplatz nahe der Jugendherberge ein letztes Leichtathletik-Training durchgeführt. Beim Abschlussabend wurden die Sieger der tags zuvor erbrachten **Helgoland-Rallye**, in der 44 Fragen zu und um Helgoland beantwortet werden mussten, in einer kleinen Siegerehrung mit kleinen Preisen geehrt.

Abschließend wurden auf Wunsch der Athleten/-innen zur Freude aller kleine Spiele

in der Gruppe gespielt.

Die Rückfahrt auf der „Atlantis“ fand am Montagabend bei ruhiger See statt, sodass in Cuxhaven am Kai die Eltern und Freunde in zufriedene Gesichter schauen konnten.

Nach diesen schönen Erlebnissen und viel Sport sind alle davon überzeugt, dass noch viele Trainingslager folgen sollten.





Beim Training der Leichtathleten gab es auch Zuschauer.



Glücklich und zufrieden kehrten die Leichtathleten mit der „Atlantis“ zurück.



## Schwimmen

### ATSC-Schwimmerinnen werden Dritte auf Landesmeisterschaft und schwimmen neue Vereinsrekorde

Bei den Landesmeisterschaften im Schwimmen der Jahrgänge 2001 und Offen, konnten Jasmin Knötzsch (98) und Julia Thureau (2000) im Stadionbad in Hannover das Siegerpodest besteigen.

**Von 599 Schwimmer/innen aus 90 Vereinen, die 2495 Einzelstarts absolvierten, konnte sich Jasmin Knötzsch auf der 50m-Rückenstrecke den dritten Platz erkämpfen. Mit einer neuen Bestzeit von 0:33,62 min war das neben der Bronzemedaille auch ein neuer Vereinsrekord.**

Über 100m Brust (1:25,68min) und 100m Rücken (1:14,20min) schlug sie zwar mit zwei neuen Bestzeiten an, aber es reichte beide Male nur für den 6. Platz.

**Auch Julia Thureau (2000) konnte das Treppchen besteigen.** Über 200m Freistil steigerte sie sich am Ende der Veranstaltung, die über zwei Tage ging, über vier Sekunden und belegte **mit einer neuen Zeit von 2:13,90min Platz Drei**. Insgesamt ging Julia zehnmal in Einzeldisziplinen an den

Start und verbesserte sechsmal ihre bisherigen Bestzeiten. Sie belegte über 100m Lagen (1:11,59min) und 200m Schmetterling (2:34,03min) zweimal den undankbaren vierten Platz. **Julia konnte über 200m Schmetterling einen bestehenden Vereinsrekord knacken.**

**Marei Nitschke** (2000) schwamm die 50m Freistil in einer Zeit von 0:28,82min, sie belegte den 4. Platz.

Ihr Bruder **Michel Nitschke** (2000) konnte sich auf seiner Paradenstrecke verbessern, kam aber an der starken Konkurrenz aus Niedersachsen nicht in den Medaillenrang; die Zeit über die 50m-Bruststrecke war 0:34,92min und über 100m Brust 1:17,96min, damit belegte er Plätze im vorderen Mittelfeld.

Claus Hebbeln war als Trainer mit den Zeiten auf der 25m-Bahn und der elektronischen Zeitmessung zufrieden.



## ATSC Schwimmer starten auf den DMS Masters und kommen unter die Top 10 von Niedersachsen

Delmenhorst. Der Delmenhorster SV veranstaltete zusammen mit dem Landesschwimmverband Niedersachsen die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften der Masters 2015 in der Graff-Therme in Delmenhorst.

Einmal im Jahr geht es nicht um einzelne Platzierungen und Medaillen. Einmal im Jahr geht es um die Teamleistung und darum, wer das beste Team in Niedersachsen stellt. Zum ersten Mal wollte sich auch der ATSC auf diesem Wettbewerb beweisen.

**Die Voraussetzungen für den Start bei diesem Mannschaftswettbewerb sind sehr streng:** 17 verschiedenen Strecken müssen geschwommen werden, einige davon doppelt. Das startende Team muss mindestens vier Männer und vier Frauen stellen. Außerdem müssen mindestens fünf Altersklassen abgedeckt sein. Zu guter Letzt darf jeder einzelne Teilnehmer aus einem Team maximal drei Strecken schwimmen!

Alle diese Voraussetzungen konnten nach monatelangen Planungen erfüllt werden und so **schickte der ATSC Kristina Jordan, Kirsten Lange, Birthe Roß, Hannah Sauer, Martin Ehlers, Ole Grabbe, Jan Hebbeln, Mar-co Nolte, Jan Steltner und Marco Töllner nach Delmenhorst.**

In ihren jeweiligen Altersklassen versuchten die entsandten Schwimmerinnen und Schwimmer ihre Strecken so schnell wie möglich zu absolvieren. **Je dichter sie mit ihrer erschwommenen Zeit an den aktuellen deutschen Altersklassenrekord heran kamen, desto mehr Punkte erhielten sie für ihr Team.** (Für einen neuen deutschen Altersklassenre-

kord würde man ca. 1050 Punkte erhalten.)

**Sauer konnte die meisten Punkte über ihre Strecken erschwimmen:** Über 400m Freistil ergatterte sie in einer Zeit von 5:01,39 Minuten 702 Punkte. Genau so viele Punkte konnte sie über ihre Paradestrecke, die 800m Freistil, erschwimmen. Hier schlug sie nach 10:25,93 Minuten an.

**Ehlers** schwamm über 200m Schmetterling die zweitschnellste Zeit aller Teilnehmer. In 2:32,43 Minuten konnte er 568 Punkte für das Team holen. **Über 100m Schmetterling war er mit 1:05,53 Minuten sogar der Schnellste.** Diese Leistung wurde mit 557 Punkten belohnt.

**Töllner** sprang über 400m Freistil ins Wasser. Nach 4:41,39 Minuten schlug er am Beckenrand an und sicherte sich hiermit die drittschnellste Zeit. Das brachte dem ATSC 655 Punkte. Nach all den Jahren seiner Wettkampfpräsenz ist er noch immer ein Virtuose **über 200m Freistil: Hier war er der Schnellste im Becken** und holte mit 2:07,84 Minuten 682 Punkte.

**Hebbeln** schaffte die zweitschnellste Zeit über 100m Freistil. Im letzten Wettkampf der Veranstaltung konnte er die Punktejagd in 0:58,06 Minuten mit 674 Punkte beenden.

Insgesamt holten die zehn Schwimmerinnen und Schwimmer des ATSC 12.488 Punkte. **Dies reichte für Platz Neun aller aus Niedersachsen gestarteten Mannschaften.** Die 18 besten Mannschaften Deutschlands treffen sich zu einem Bundesentscheid. Dieses Jahr hat es hierfür leider nicht gereicht, aber vielleicht klappt es im nächsten Jahr.



Hannah Sauer auf Punktejagd



Die zehn ATSC-Masters mit ihren Trainern

(v.l. Martin Ehlers, Ole Grabbe, Hannah Sauer, Marco Nolte, Jan Hebbeln, Kristina Jordan, Jan Steltner, Kirsten Lange, Marco Töllner, Birte Roß, sowie das Trainerteam Claus und Heike Hebbeln)





## Marei Nitschke schwimmt neuen Vereinsrekord

**Der TSV Otterndorf veranstaltete Mitte September einen Schwimmwettkampf** mit drei Abschnitten und der ATS Cuxhaven nahm mit 24 Aktiven daran teil. Weitere fünfzehn Vereine nutzten die Gelegenheit, sich in der Otterndorfer Sole-Therme auf die Hallenbadsaison einzustimmen.

Mit diesem Aufbau- und Testwettkampf hatten die Schwimmer eine bessere Chance für die Bezirks-Sprint-Meisterschaft, die zwei Wochen später im Cuxhavener Hallenbad stattfand.

**Marei Nitschke (Jg. 2000) knackte in Otterndorf den bisherigen Vereinsrekord über 50m Freistil: sie schwamm die Strecke in 27,54 Sekunden.**

### **Persönliche Rekordleistungen schwammen:**

Sina-Marie Langanke (97) 100m Lagen (1:25,72min); Jasmin Knötzsch (98) 50m Brust (0:38,03min); Marei Nitschke (2000) 50m Brust (0:39,35min); Julia Thurau (2000) 100m Lagen (1:11,81min) und 100m Freistil (1:03,32min); Janne Paulsen (01) 50m Schmetterling (0:36,56min); Merle Reysen (02) 200m Lagen (3:08,28min);

Lara-Sophie Bieshaar (03) 50m Rücken (0:44,67min); Nicole Teuber (03) 200m Lagen (3:03,68min); Emma Feldmann (04) 50m Freistil (0:34,08min); Zoe Röfer (04) 100m Lagen (1:28,45min); Fenja Kühlcke (05) 50m Schmetterling (0:58,03min); Denise Matter (5) 50m Rücken (0:44,38min); Sarah Ali (6) 50m Freistil (0:46,66min); Mareike Heinemann (06) 50m Brust (0:56,20min); Tammy Rogge (06) 50m Freistil (0:57,13min); Emma-Louisa Bieshaar (07) 50m Brust (0:58,887min)

Michel Nitschke (2000) 100m Lagen (1:11,89min); Paul Feldmann (02) 100m Lagen (1:25,93min); Anton Plath (02) 50m Rücken (0:41,39min); Vasilios Qesku (03) 50m Freistil (0:34,73min); Mika Harms (04) 50m Rücken (0:44,66min); Nick Laris Junge (05) 100m Lagen (1:35,85min); Kevin Lee Sabin (06) 100m Brust (1:52,52min); Tim Lange (07) 50m Freistil (1:00,89min).

Mit diesen Ergebnissen schauen alle Aktiven gelassen auf die Bezirksmeisterschaft.





Mit Brustschwimmen zum Rekord: Marei Nitschke



**»Fit im Sport  
und Alltag«**

**Nutrilo – Ihr Partner für hochwertige Nahrungsanreicherung und Nahrungsergänzung**

**Nutrilo GmbH**  
Heinz-Lohmann-Str. 8 · D-27472 Cuxhaven/Germany  
Telefon: +49 (0) 47 21/71 73-0 · [www.nutrilo.de](http://www.nutrilo.de)

**VITAMINE UND MEHR**

EIN UNTERNEHMEN DER **PHW**



## ATSC-Schwimmer beeindruckten auf der Bezirksmeisterschaft

„Das war schon eine riesige logistische Herausforderung“, so schrieben die CN über die Bezirkskurzbahnmeisterschaft, die kurzfristig nach Cuxhaven verlegt werden musste, weil das Schwimmbad in Achim eine Woche vor der Veranstaltung wegen eines Defektes nicht genutzt werden konnte.

Aber in Cuxhaven spielten alle mit: binnen 30 Minuten wurde das „OK vom Badbetreiber gegeben, völlig unbürokratisch bekam die Schwimmabteilung die Erlaubnis, am Samstag den Parkplatz der Realschule zu nutzen, denn durch Wochenmarkt und Kreismeisterschaft der Gerätturner in der Rundturnhalle gab es absolut keine Parkmöglichkeiten. Dem Hallenbadpersonal, das sehr behilflich war, den vielen Eltern, die im Organisationsteam zwei Tage im Hallenbad „Beethovenallee zur Verfügung standen und **allen anderen, die an der Umsetzung und Durchführung beteiligt waren ein „Dickes Dankeschön!!!“**

Alles, was nicht unmittelbar für die Veranstaltung benötigt wurde, mussten die Helfer in den Keller, auf den Balkon und in die Nebenräume schaffen. Biertische und Bänke mussten aufgebaut werden, damit **350 Schwimmer und 150 Betreuer** genug Platz für Taschen und Rucksäcke und zum Sitzen hatten. Mit sehr viel Geduld haben alle Beteiligten diesen „Platzmangel ertragen **und doch haben die Schwimmer noch gute Zeiten erzielt:**

**Julia Thureau konnte dreimal die Goldmedaille entgegen nehmen**, über 100m Lagen (1:13,71min), 100m Schmetterling (1:11,64min) und 200m Lagen (2:37,24min). Marei Nitschke (beide Jg.2000) konnte ihre 100m-Rückenzeit auf 1:14,40min verbessern. Janne Paulsen (01) freute sich über ihre neue 200m-Lagenzeit von 2:56,50min. Leonie Krüger (02) schwamm vier neue Bestzeiten. Merle Reysen (02) schwamm im vierten Abschnitt die 100m Freistil und belegte einen Platz unter den ersten Top Ten. Lara-Sophie Bieshaar (03) war so motiviert, dass sie auf allen Wettkampfstrecken neue Bestzeiten schwamm. **Nicole Teuber (03)** steigerte sich auf der 100m-Freistilstrecke und schlug in 1:12,75min an, das bedeutete für sie die **Silbermedaille** in ihrem Jahrgang. Emma Feldmann (04) konnte ihre Zeit auf ihrer Paradestrecke 100m Schmetterling um 6,0 Sekunden verbessern. **Zoe Röfer (04) wurde über 50m Schmetterling (0:37,74min) und 50m Freistil (0:33,58min) mit der Goldmedaille ausgezeichnet.** Denise Matter (05) schwamm die 200m Freistil in 3:03,43min und übertrumpfte ihre alte Zeit um 13 Sekunden. Emma-Louise Bieshaar (07) holte sich über 100m Rücken (2:04,95min) die Silbermedaille. **Nele Hansen (98) erschwamm bei acht Einzelstarts sechs Medaillen.**

Michel Nitschke (2000) konnte im Wett-



kampf 100m Lagen eine neue Schwimmzeit verbuchen, die Stoppuhr blieb bei 1:11,75min stehen. Paul Feldmann (02) schwamm über 50m Freistil zwar eine neue Bestzeit von 0:33,13min, konnte aber wegen der starken Konkurrenz aus dem Bezirk Lüneburg keinen Medaillenrang erreichen. **Anton Plath** (02) schwamm bei seinen sechs Einzelstarts sechs neue Bestzeiten und **erreichte im WK 200m Rücken den 3.Platz** mit einer Zeit von 3:11,10min. Vasilios Qesku (03) ging siebenmal an den Start und freute sich über

die Zeitverbesserung im WK 100m Lagen auf 1:31,08min. **Mika Harms (04) wurde in zwei Wettkämpfen mit der Bronzemedaille ausgezeichnet**, über 200m Freistil (3:04,01min) und 50m Rücken (0:45,00min).

Im Januar wird die Bezirksmeisterschaft „lange Strecke“ im Hallenbad ausgeschwommen, aber nur an einem Tag und nur mit der Hälfte der Teilnehmer. „Das packen wir!“

## Wassergymnastik am Dienstagabend gibt es nicht mehr

Immer häufiger auftretende Rückenprobleme der Menschen gaben im September 1987den Anstoß, in der ATSC-Schwimmabteilung eine neue Übungsstunde einzurichten: Wassergymnastik.

Seit dieser Zeit traf sich die Gruppe jeden Dienstag - am Anfang im Lehrschwimmbekken, nach dessen Schließung im „ahoi“.

Nun musste die ATSC-Schwimmabteilung diese Stunde aufgeben. Alle Bemühungen, einen neuen Übungsleiter für diese Stunde zu finden, waren bis heute erfolglos.

Damit es weiter gehen kann „...im Seitga-lopp hin und her, rauf und runter, das fällt nicht schwer, und nehmen wir die Nudel mal in Gebrauch, dann gibt's Entspannung auf dem Bauch.....“ (ein kleines Gedicht der Wassergymnastikfrauen), hier ein Aufruf unserer stellvertretende Vorsitzenden für Sportbetrieb Hilke Hauhut, (Tel. 0179-200 66 49):

## Übungsleiter/in für die Wassergymnastik gesucht:

Der ATSC sucht für seine Wassergymnastikgruppe eine/n neue/n Übungsleiter/in. Der Gruppe gehören zurzeit etwa 15 Personen an. Sie trifft sich dienstags von 19.30 bis 20.15 Uhr im ahoi-Bad. Den Eintritt bezahlt der ATSC und auch Nichtschwimmer sind herzlich willkommen. Die Geselligkeit hat in dieser Gruppe einen hohen Stellenwert. Im Sommer finden Fahrradtouren statt, aber auch Minigolf, eine Wanderung nach Neuwerk und im Winter eine Grünkohlwanderung stehen auf dem Programm. Es wäre sehr schade, wenn die Gruppe aufgelöst werden müsste, deshalb hoffen wir, dass jemand bereit ist, diese Gruppe zu übernehmen.





Bezirksmeisterschaft 2015



Auch im Wasser kann man prima Gymnastik machen - und das sogar gelenkschonend

**Ihr Meisterbetrieb für:**  
**Fliesen · Platten · Naturstein**



**Gustav Brüggemann**

Inh.: Torsten Brüggemann · Cuxhaven · Humphry-Davy-Str. 5  
Telefon: (04721) 271 71 · Fax: - 623 20  
e-Mail: [office@brueggemann-fliesen.de](mailto:office@brueggemann-fliesen.de)



# Ski

## Neuwerkwanderung 2015 der Skigruppe

Die alljährliche Neuwerkwanderung fand in diesem Jahr wegen der ungünstigen Tideverhältnisse erst am Donnerstag, dem 20. August, statt.

Der Abmarsch in Sahlenburg erfolgte um 09.45 Uhr. Das Wetter für die Wanderung war hervorragend. Wir hatten Sonnenschein, die Sicht war gut und es war kaum ein Windhauch zu spüren.

Wir kamen von Anfang an gut voran und hatten an der Wattwagenfurt nur knöcheltiefes Wasser. Der Weg war für die 18 Teilnehmer sehr gut zu laufen, sodass wir nach gut 2 1/2 Stunden Neuwerk erreicht hatten.

Nach einer kurzen Pause an der Wattwagenauffahrt machten wir uns auf den Weg zur Fußwaschstation.

Mit sauberen Füßen ging es dann zum Essen in den „Anker“, wo Plätze reserviert waren.

Nach dem Mittagessen hatte jeder dann den Nachmittag bis zur Abfahrt des Schiffes zur freien Verfügung. Um 19.00 Uhr legte das Schiff in Cuxhaven an und alle waren der Meinung, dass es traditionsgemäß wieder eine schöne Neuwerkwanderung war.



Die Sandläufer im Garten des „Anker“





# Tischtennis

## ATSC-Doppel erfolgreich bei Kreismeisterschaften

Die diesjährigen TT-Kreismeisterschaften gestalteten sich sehr erfolgreich für die ATSC-Aktiven: Trotz der zahlenmäßig stark vertretenen Konkurrenz waren des öfteren ATSCer auf den Medaillenplätzen zu finden.

Es wurde in Klassen gespielt, die sich aufgrund der QTTR-Werte ergaben.

**Dabei errangen im Herrendoppel (HD) 1500 QTTR-Punkte Justin Zeuke/Hagen Bluhm den 1. Platz und Manuel Djurka/Marcel Schmidt kamen auf Rang Drei. HD 1400 Punkte: 1.Platz Marcel Klement/Philipp Scholz HD 1300 Punkte: 1.Platz Hagen Bluhm/Alex Heinsohn**

**Bei den Jugendkreismeisterschaften belegten in der Einzelkonkurrenz die beiden ATSCer Hagen Bluhm Platz Eins und Alex Heinsohn Platz Zwei.**

Diese beiden Spieler bilden zusammen mit Daniel Seifert und Jan-Christian Westphal die **1.Jungenmannschaft**, die in der Bezirksklasse eine gute Saison spielt. Mit 8:4 Punkten rangieren sie in der oberen Tabellenhälfte.

Die neu formierte **2.Jungenmannschaft** konnte noch kein Spiel gewinnen, weil hier Anfänger zum Zuge kommen, die sich erst an das höhere Niveau gewöhnen müssen. Hier darf man auf die Rückrunde hoffen.

Erfolgreicher ist da schon die ebenfalls neu gebildete **Schülermannschaft**, die im Mittel-

feld einer 7er-Staffel rangiert und schon einige Spiele gewonnen hat.

Die drei Mannschaften im **Herrenbereich** tun sich da schon erheblich schwerer.

Die **1. Mannschaft** rangiert als Aufsteiger in die Bezirksliga mit 4:8 Punkten in der unteren Tabellenhälfte. In dieser sehr starken Liga muss sich die Mannschaft erst an das höhere Niveau gewöhnen. Man hofft auf die Rückrunde und will versuchen, wenigstens Platz Acht zu erreichen, damit man die Chance hat, über die Relegation die Klasse zu halten.

Ähnlich ist die Situation bei der **2.Mannschaft** in der Kreisliga. Durch die beiden Absteiger ist die Staffel ausgeglichener geworden und jeder kann jeden schlagen. Mit erst zwei Siegen liegt die Mannschaft im unteren Tabellendrittel. In der Rückrunde müssen sich die Spieler steigern, um in der Liga bleiben zu können.

Ganz anders die Situation bei der **3.Mannschaft**. Sie spielt in der 5.Kreisklasse und hat bisher alle Spiele deutlich gewonnen. Es müsste schon Vieles passieren, dass die Meisterschaft und der damit verbundene Aufstieg nicht geschafft werden könnte.

Für die Feiertage und den Jahreswechsel wünscht die Abteilungsleitung allen Aktiven eine erholsame Zeit.



# Turnen

## Turncamp 2015

Die im letzten Jahr entstandene (und durchgeführte) Idee, ein Turncamp in Cuxhaven zu veranstalten war eine ziemlich gute. Dies fanden sämtliche 23 Turnerinnen, die im letzten Jahr teilgenommen haben!

Da uns die Rundturnhalle von der Stadt erneut für eine Woche in den Sommerferien zur Verfügung gestellt wurde, griffen wir zu: Rechtzeitig im Januar, als die Eltern erst wenige oder noch keine Urlaubspläne gemacht hatten, gingen die Einladungen ´raus. Prompt kamen schon nach 2-3 Tagen die ersten Anmeldungen wieder zurück.

**34 Turnerinnen von 8-19 Jahren aus verschiedenen Vereinen wollten das „Nordsee-Turncamp 2015“ erleben.** Der TV Loxstedt, TUS Bramsche und natürlich die Turnerinnen des ATSC ergriffen die Chance, eine Woche mit anderen Trainern und in anderen Gruppen zu trainieren.

Da man beim Turnen oft nicht nach dem Alter gehen kann, wurden bei der Einteilung der verschiedenen Gruppen der Leistungsstand und das Gewicht berücksichtigt. Das Gewicht ist beim Turnen am Sprung ein erheblicher Faktor. Für die verschiedenen Gewichtsklassen gibt es verschiedene Sprungbretter und es ist, um das gewünschte Ergebnis herauszuholen, wichtig, das optimale Brett zu haben.

Die vier verschiedenen Gruppen hatten an den

vier Geräten jeweils eine bestimmte Trainerin, die sie durch die gesamte Woche begleitete. **Außer dem Turnen an den Geräten wurden Balletteinheiten, Choreographie von Übungen, Laufschiule und Krafftraining angeboten.**

Der Camp-Alltag begann morgens um 7:00 Uhr. Mit einer Lauf- oder Kraffteinheit vor dem Frühstück begann der Tag. Nach dem Frühstück gab es dann die erste Einheit an den Geräten. Meist war es so eingeteilt, dass alle vier Geräte an einem Tag trainiert wurden. Wenn dann am zweiten oder dritten Tag die Hände wund waren, weil man zu viele Kippen am Barren geübt hatte, ging es ersatzweise an das Hochreck, um mit Handschuhen und Schlaufen zu schwingen. Der Muskelkater war ab dem zweiten Tag ein ständiger Begleiter. In den Pausen sah man vier oder fünf Mädchen in einer Reihe hintereinander sitzen und sich gegenseitig massieren.

Wenn man nun denkt, in der Mittagspause oder am Abend nach den Trainingseinheiten wurde sich ausgeruht, irrt man. Da wurden Extra-Einheiten am Air Track oder der Akro-Bahn eingefordert.

Meistens, wenn am Tag irgendwo etwas nicht so klappte wie gewünscht, nutzen manche Mädchen die Gelegenheit, noch mal zu versuchen, ob nicht doch ein wenig mehr ging.

**Ein ganz dickes DANKE SCHÖN geht an Alina Lingl, Julia Hinck, Marleen Gosling und Anthea Günther.**

Die vier ehemaligen Klassenkameradinnen und Turnerinnen sind zwar in ganz Deutschland zum Studium (unter anderem Sport) verstreut, verstehen sich aber trotz der Entfernung nach wie vor gut.

Auch in diesem Jahr haben sie ein textbftol-les Training veranstaltet und eine schöne Abschluss-Show vorbereitet.

Ein weiterer Dank geht an Tanja und Thorben Hoffmann, die nicht nur beim Rieseneinkauf,

sondern auch bei der Vorbereitung der Mahlzeiten in der Halle tatkräftig halfen.

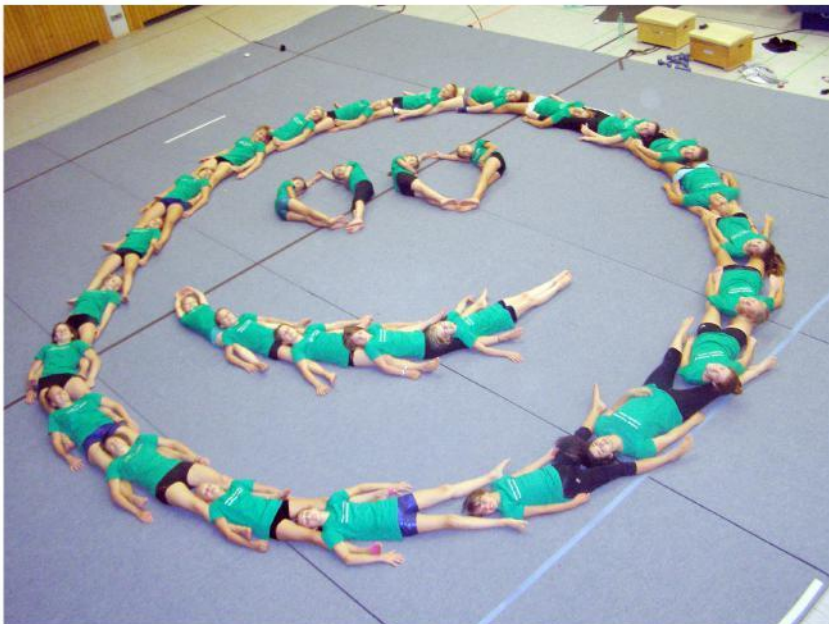
Wir hoffen, im nächsten Jahr wieder ein Nordsee-Turncamp anbieten zu können und haben dafür die letzte Woche der Sommerferien angedacht. In der ersten Sommerferienwoche 2016 findet das Landesturnfest in Göttingen statt, bei dem die aktiven Turnerinnen der Leistungsgruppen vertreten sein werden.



**Julia Hinck gibt den Mädels eine Baletteinheit.**



Lina Feldt auf dem Air Track bei Rondat, Flic Flac, Salto rückwärts



Die große Truppe der Turntalente hatte in der gemeinsamen Woche eine Menge Spaß.



# Turnen

## Kreismeistertitel für Gerätturnerinnen

Am letzten Wochenende vor den Herbstferien traten die Gerätturnerinnen des Turnkreises Cuxhaven zu ihren Mannschaftsmeisterschaften an. In Cuxhaven in der Rundturnhalle trafen sich 23 Mannschaften aus fünf Vereinen.

**Die SG Beverstedt, der TV Langen, TV Loxstedt, TV Gut Heil Spaden und der Ausrichter ATS Cuxhaven wetteiferten sowohl in der Leistungsklasse, als auch in der allgemeinen Klasse um die Titel. Der ATSC stellte elf Mannschaften, wobei allein vier Gruppen in der Leistungsklasse starteten.** Der Vorsitzende des Turnkreises Cuxhaven Jürgen Plate begrüßte Eltern und Kinder bereits früh am Morgen und wünschte einen erfolgreichen sowie verletzungsfreien Wettkampf.

Zu einer Mannschaft gehören in der Leistungsklasse in der Pflicht sowie in der Kür sechs Turnerinnen, von denen pro Gerät vier eingesetzt werden dürfen. Jedoch nur die drei besten kommen in die Endauswertung.

In der **Leistungsklasse** Pflicht traten im Jahrgang 2006-2003 Annalena Heitsch, Ida Haase, Femke Janßen, Faye Keuser und Lucy Jarrat an. Mit 175.40 Punkten erturnten sie sich den 3. Platz.

In der Leistungsklasse Kür, Jugendturnerinnen 2004 und älter LK 3, waren gleich zwei Mannschaften des ATSC am Start:

Auf dem 4. Platz mit 128,20 Punkten landete die jüngste Kürmannschaft des ATS Cuxhaven. Im Turncamp sowie im Ferientraining waren die neuen Übungen trainiert und verfeinert worden. Bis auf den Stufenbarren wurden an allen Geräten gute Leistungen gezeigt. Da die gegnerischen Mannschaften schon seit einigen Jahren die Kürklasse turnen, konnten diese mit Routine punkten. Zur Mannschaft gehören Jarla Rohdenburg, Nathalie Arns, Lina Hoffmann und Johanna Castedello.

Jule Reichenbach, Melissa Hoffmann, Lina Feldt und Amrei Günther erturnten mit 137,75 Zählern den 3. Platz. (Die ersten beiden Plätze gingen an den TV Gut Heil Spaden.)

In der **Leistungsklasse Kür, Jugendturnerinnen 2004 und älter LK 2**, starteten nur drei Turnerinnen in der Mannschaft. Alina Lingl, die mit **Josephine Krooß, Jara Kugele und Lotta Plath** starten sollte, reiste mit einer Leistenzerrung und einer Handwurzelknochenverletzung an. So konnte sie den Wettkampf „nur“ vom Kampfrichtertisch verfolgen. Die drei Mädchen schlugen sich aber auch ohne Hilfe gut. Sie **wurden mit 141,45 Punkten Kreismeister.**





Kreismeistertitel für die Kleinsten!

(v. l. Anna Esther Harnisch, Martha Morgenstern, Yosephina Deneff und Neele Jakstell)

#### Allgemeine Klasse

Am Nachmittag ging es mit den ganz Kleinen weiter:

**Die Siegermannschaft aus dem Wettkampf 2007 und jünger kommt ebenfalls aus dem ATSC und ist Kreismeister in ihrem Jahrgang: Neele Jakstell, Yosephina Deneff, Martha Morgenstern und Anna Esther Harnisch erturnten 154,00 Punkte!**

Der vierte Platz (145,45 Punkte) ging an ATSC II: Geeske Schulz, Leni Janßen, Maya Maria Eickmann und Ella Göndöven als Wettkampfneulinge haben sich hier gut behauptet. Der 6. Platz (131,60) wurde von Laura Schnoor, Emily Völlmecke und Melina Domingues Say eingenommen. Ebenfalls eine ganz neue Mannschaft, von der man sicher noch hören wird.

**Jahrgang 2006-2004: Kreismeister in diesem Jahrgang wurden Naomi Moses, Charlotte Neumann, Chantal Heeger und Maya**

**Albrand.** 165,55 Punkte erturnten die Mädchen, die fleißig zwei mal die Woche trainieren und hier den Lohn dafür erhielten.

**Der zweite Platz ging mit 164,60 Zählern ebenfalls an den ATSC: Helena Brihmani, Lynn Neuber, Emily und Leonie Pannhorst wurden mit minimalem Punktabstand Vizemeister.**

Die Wettkampf-Neueinsteiger Myriam Arff, Alyah Bujak, Elisa Sophie von Staa und Kiara Tavares errangen 146,75 Zähler und damit Platz Sechs.

**Jahrgang 2001 und älter: Hier erturnten sich gleich zwei Mannschaften den ersten Platz und damit den Titel. Punktgleich standen die Mannschaften des ATS Cuxhaven und der SG Beverstedt auf dem Treppchen. Gina Issley, Jasmin Estenfelder, Leandra Santos Silvosa und Anneke Christmann mussten sich den Titel teilen.**





Einen Wettkampf mit so vielen Kindern und Jugendlichen kann man nur mit Hilfe von vielen fleißigen Händen organisieren. **Das Team um Petra Lingl dankt** den Kaffee und Kuchen verkaufenden Müttern, den auf- und abbauenden Vätern, den Kampfrichterinnen, Patrick Hehn für Musik und Mikrofonanlage, Dr. Czapski und Dr. Schulz für die ärztliche Betreuung und den Turnerinnen, die nach ihrem eigenen Wettkampf die kleinen Turnerinnen betreuten.

### **Termine \*\*\* Termine \*\*\* Termine**

15.01.2016

Sportabzeichenverleihung im Kegelzentrum am Strichweg  
18.00 Uhr Kinder und Jugendliche, 19.00 Erwachsene

22.01.2016

Finanzausschuss-Sitzung um 19.00 Uhr in der Geschäftsstelle

10.04.2016

Kreismeisterschaft Trampolin (9.00 Uhr bis 18.00 Uhr in der Rundturnhalle)

29.10.2016

Kreismeisterschaft Gerätturnen Mannschaft (9.00 Uhr bis 18.00 Uhr in der Rundturnhalle)



Die Turnerinnen der allgemeinen Klasse.



Die Turnerinnen der Leistungsklasse.



## Turnen

### Bronze für die ATSC-Turnerinnen

Hittfeld-Seevetal: **In der Rückrunde der 1. Bezirksliga konnten die Turnerinnen des ATS Cuxhaven den Treppchenplatz verteidigen und erhielten die Bronzemedaille.**

Die acht Turnerinnen im Alter 13 bis 17 Jahren gingen motiviert in den Wettkampf, bei dem es an jedem Gerät möglich war, fünf Mädchen ihre Kür (LK 3) turnen zu lassen. Von den Übungen wurden pro Gerät dann die drei höchsten Ergebnisse gewertet. Die Gegnerinnen stammten vom TSV Buchholz 08, TV Gut Heil Spaden, VSK Osterholz, TSV Eintracht Hittfeld und dem TV Loxstedt.

Die Mannschaft des ATSC:

**Jule Reichenbach** turnte am Barren (11,60) und steuerte dieses Ergebnis bei, während sie für ihre Balkenkür lediglich 10,90 Punkte erhielt, da das Kampfgericht einen Sturz verzeichnen musste.

Der Aufgang mit kaum Anlaufmöglichkeit und Mattenunterlage war für die Mittturnerinnen teilweise schwierig, wurde von ihr aber gut gemeistert.

**Jara Kugele** erturnte ihre Punkte ebenfalls am Barren (11,80) und zeigte außerdem ihre Übung am Boden (12,65). Durch starken Ausdruck und eine sauber geturnte Akrobatik kam es zu dieser hohen Wertung, die leider trotzdem eine Streichwertung wurde, da die Mittturnerinnen einen noch besseren

Tag am Boden hatten. **Josephine Krooß** hat den Wettkampf an allen Geräten absolviert. (Sprung 12,30, Barren 11,70, Balken 12,40 und Boden 13,30). Bereits in der ersten Runde hatte Josephine alle Geräte geturnt und so die meisten Punkte für die Mannschaft geholt.

**Lotta Plath** hat lediglich den Balken ausgelassen. An den anderen Geräten zeigte sie gewohnt gute Leistungen (Sprung 11,40, Barren 12,20, Boden 13,45). Die hohe Wertung am Barren kam trotz des ausgelassenen "Fliegers" dadurch zustande, dass sie die Übung angespannt und flüssig meisterte.

**Melissa Hoffmann** trat an Sprung (11,55) und Balken an. Trotz großer Nervosität hat sie hier ohne Sturz noch 11,15 Zähler verbuchen können.

**Amrei Günther** turnte ebenfalls Sprung (11,35) und Balken (11,05). Trotz einer gerade erst überstandenen Zahnoperation zeigte sie eine gute Leistung.

**Jona Reichenbach** holte wichtige Punkte am Barren (11,30). Mit etwas zu viel Schwung rettete sie die Übung, ohne den Barren zu verlassen, durch einen Leerschwing. Wie bereits in der Vorrunde hatte sie die Sprünge und Drehungen mit dem höchsten Ausgangswert am Boden (13,05).

**Lina Feldt** war an Sprung (11,35), Balken (10,90) und Boden (12,50) beteiligt.



Die erst zwei mal gezeigte, also recht neue Choreografie am Boden, hat das Kampfgericht gleich überzeugt. Mit Bewegungen und Posen zwischen Akrobatik und Gymnastik, die genau zur Musik passen, waren die Bodenküren der ATSC-Mannschaft die mit den meisten Punkten des gesamten Wettkampfs. Die Übungen am Boden werden von **Alina Lingl**, die die Mannschaft als Kampfrichterin begleitete, choreografiert und vermittelt. Die Balkenküren werden von Petra Lingl erarbeitet, die auch am 8. November als Trainerin dabei war.

Die Bronzemedaille in der 1. Bezirksliga ist ein guter Abschluss des Wettkampfjahres. Im nächsten März geht es dann wieder los: Zunächst werden die Einzelwettkämpfe bestritten, dann die Qualifikation für das Bezirksfinale und daraufhin die Landesmeisterschaften. Da im nächsten Jahr das Niedersächsische Landesturnfest stattfindet, wird die Landesmeisterschaft im Rahmen des Turnfests in Göttingen stattfinden. Bis dahin muss noch fleißig trainiert werden.

## Ein riesiges Dankeschön!

Nur selbst abholen mussten wir sie noch, die neue „Akrobahn“. Ein Verein in Oldenburg hatte sich eine neue gekauft und wollte die seine alte loswerden.

Das einzige, was daran nicht mehr in Ordnung war, war die Federung durch Schaumstoffklötze. Diese waren schnell besorgt und sollten aufgeklebt werden, aber da fingen die Probleme an: Die Reste der alten Klötze bröckelten, klebten und hinterließen in der Halle eine riesige Schweinerei. Da war guter Rat zum Glück nicht teuer.

**Thorben Hoffmann und Stefan Heitsch**, Väter von unseren Turnerinnen, nahmen die zehn Platten aus schwerem Holz „einfach“ mal mit in die Werkstatt der Firma Heitsch und entfernten mit viel Muskelkraft, Schweiß und großem Einsatz die alte Klebefläche. Nun konnten wir die Bahn in den Herbstferien bekleben und einweihen.

**Vielen Dank für den tollen Arbeitseinsatz!**

## Cheerdancing im ATSC

Seit September 2015 gibt es im ATSC nun die Cheerdancer unter der Leitung von Lena Graf und Lara Kuhlins.

Die beiden erfahrenen Trainerinnen haben es innerhalb kurzer Zeit geschafft, drei Teams verschiedener Altersgruppen auf die Beine zu stellen: die Peewees (5-10 Jahre), die Juniors (11-15 Jahre) und die Seniors (ab 16 Jahre).

Zu den C Force Dancern gehören zurzeit Mädchen und Jungen im Alter von 5-25 Jahren. Sie trainieren fleißig 2-3 Mal pro Woche für das kommende Jahr: **Im März 2016 sollen die C Force Junior Dancer und die C Force Senior Dancer bei ihrer ersten Meisterschaft des CCVD antreten** und beweisen, was sie in kürzester Zeit geschafft haben.



Einweihung der Akrobahn beim gut besuchten Ferientraining



Von den Cheerdancern werden wir im nächsten Jahr bestimmt öfter hören!



## Wandern

### Eins, zwei, drei, im Sauseschritt läuft die Zeit, wir laufen mit!

**Nach der Gründung der Wandergruppe im ATSC 1970 durch Herta Degwitz sind wir, Hilde und Gerhard Wurche, seit der zweiten Wanderung dabei.**

Diesen monatlichen Touren verdanken wir viele schöne Stunden in der Natur und im Lande und wir denken gern an die Zeit zurück.

Schon bald übernahm ich ab und zu die Vorbereitung und Durchführung einer Sonntagswanderung. Ab etwa 1980 kümmerte sich Irmi Müller um die Leitung, ich mich um die Praxis. **Insgesamt blicke ich auf rund 320 Wanderführungen und 4500 km Weg zurück**, da Irmi leider ausscheiden musste.

Erste Mehrtagestouren führten in den Schwarzwald, die Holsteinische Schweiz, an die Feldberger Seen in Mecklenburg, in den Spessart und in die Fränkische Schweiz.

Auch unsere nahe gelegenen Flüsse Medem, Oste, Este, Alster, Geeste, Hamme, Wümme und Lesum erwanderten wir zwischen Quelle und Mündung.

**Als größtes Projekt lernten wir die Elbe zu Fuß von Cuxhaven bis zur Quelle kennen:**

Landschaften an der Niederelbe, Hamburger Abschnitte, die „Grenzelve“ zur ehemaligen DDR, Wittenberg, Anhalt, Magdeburg, Dresden, die Sächsische Schweiz, das Elbsandsteingebirge und mehr lagen auf deutscher Seite. In Tschechien wurden die stets erforderlichen Vorwanderungen wegen der Lan-

desprache schwieriger. Aber man half uns gern, oft verständigten wir uns mit Hand und Fuß. Durch das Böhmisches Becken, die „Goldene Rute“, mit geschichtsträchtigen Orten wie Königgrätz oder der Moldau mit Prag und einem Ort namens Kuks gelangten wir nach Spindlermühle vor dem Riesengebirge. Dann ging es steil bergauf zur Quelle, 1163 km von Cuxhaven entfernt und 1387 Meter über NN gelegen. Auf den Wappentafeln der Anliegerstädte ist nun auch Cuxhaven vertreten. In tschechischen Schulen lehrte man lange, dass die Elbe in Hamburg in die Nordsee mündet!

Ohne Hildes unermüdliche Unterstützung wäre mein Engagement nicht möglich gewesen! Es waren rundherum unvergessliche Erlebnisse. Zum Jahresende hatte ich die Absicht aufzuhören. Aber erstens kommt es anders und zweitens als man denkt: Ein Fahrradsturz zwang mich, schon die Novembertour an Annette Langhoff abzugeben.

Mit Annette hat die Wandergruppe einen wirklich guten „Fang“ gemacht. Wir wünschen ihr und den Wanderern ein langes Bestehen der Gruppe, viele schöne Wanderungen und den Erhalt der stets vorhandenen Harmonie, der großen Freude am Tun, der guten Laune im gleichgesinnten Kreise!

Eure Hilde und Gerhard Wurche



Gerhard Wurche - seit 1964 ATSC-Mitglied, seit 1981 Organisator der Wanderungen

## Wanderbericht vom letzten Quartal 2015

Das „Sommerwetter“ am 16. August war nicht verlockend. Bedeckter Himmel und feiner Nieselregen konnten uns aber nicht zurückhalten: Wir begannen die Wanderung in Höhe des Golfplatzes und gingen den fast geraden Weg zwischen Feldern direkt zum Deich bei Spieka/Neufeld. Nach Überquerung des Deiches erstreckte sich vor uns das sehr weite Deichvorland. Rinder und wenige Pferde weideten dort.

Der dunstverhangene Himmel gab den Blick „aufs Meer“- eigentlich Wesermündung/Nordsee - nicht frei. Wir kehrten dem Deich den Rücken und wanderten auf festen Wegen zu einem Pausenplatz. Entlang der Schoopstrift und Schönort und dann zwischen den großen Windrädern hindurch führte unser Weg zur Kaffeepause in den „Oxstedter Hof“ und danach zu unseren Autos.

Am **20.9.** trafen sich trotz regnerischen Wet-

ters zehn bewegungswillige Wandersleute auf dem Wochenmarkt. Wir fuhren nach **Flögeln** und parkten in der Nähe der Kirche.

Es hatte aufgehört zu regnen und so ging es auf befestigten Wirtschaftswegen durch Maisfelder Richtung Westen bis zum Waldrand, wo wir in den Wald einbogen und auf matschigen Wegen (wir wussten manchmal kaum, wohin wir treten sollten) durch den sonst sehr schönen Wald.

Schließlich kamen wir zu den Grabanlagen des Vorgeschichtspfades. Am Steinbett genossen wir ausgiebig unsere Rast. Weiter durch den Wald ging es durch eine sehr schöne Allee zum Gut Valenbrook. Von dort führte der Weg weiter über immer noch matschige Wege zur Verbindungsstraße Flögeln-Fickmühlen. So hatten wir die Gelegenheit, trockenen Fußes und mit Sonnenschein den Landgasthof am See zu erreichen. Den Abschluss bildeten Kaffee und Kuchen, ein Genuss!

Am **Sonntag, dem 18.10.**, wollten acht unerschrockene Wanderer/-innen dem dunkelgrauen Nieselwetter trotzen. Unsere Tour führte uns von einem **Wanderparkplatz am Südrand von Drangstedt** auf gut gangbaren Wegen durch den Buchenwald und später am östlichen Waldrand entlang.

Von herbstlicher Laubfärbung war fast noch nichts zu sehen; dafür versperrten uns die immer noch nicht abgeernteten hohen Maisfelder den Blick in die Weite. Später querten wir den Wald auf einem extrem matschigen Weg, der für uns eine echte Herausforderung war. **Wir mussten uns mehrmals seitlich durch den Wald schlagen, weil der Weg**

**selbst einer Seenplatte glich und ohne kniehohe Gummistiefel unpassierbar war.**

Am gegenüberliegenden südwestlichen Waldrand angekommen wurde der Weg wieder etwas besser. Nach einer kurzen Rast mit Rucksackverpflegung konnten wir auf einem großen schon abgeernteten Maisfeld mehrere riesige Schwärme von Wildgänsen beobachten und hören. Auf dem letzten Stück des Weges gab es noch mal einige recht matschige Stellen, bis wir endlich die Autos wieder erreichten und uns danach im „Tannenhof“ bei Kaffee und Torte erholen konnten.

## ATSC-Wanderplan für Januar, Februar, März 2016

### 17. Januar 2016

Treffpunkt: 10 Uhr auf dem Wochenmarkt mit Pkw

Wir wandern durch den Wernerwald, etwa 8 km, danach Einkehr in den „Nordheim-Terrassen“.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400

### 21. Februar 2016

Grünkohlwanderung mit Essen in der „Sonne“

Treffpunkt: 10 Uhr auf dem Wochenmarkt

Vom Wochenmarkt aus wandern wir einen Rundkurs zum Meer, ca. 7 km; Essen gegen 13

Uhr im Kegelzentrum „Zur Sonne“ am Strichweg

**Anmeldung bis 15.02. bei Erika Kratzmann. (Bitte auch auf den Anrufbeantworter sprechen!)**

Organisation: Erika Kratzmann, Tel. 71 45 95

### 20. März 2016

Treffpunkt: 10 Uhr auf dem Wochenmarkt mit Pkw

Wir parken östlich von Wanna kurz hinter der Feuerstätte und machen eine

Rundwanderung von ca. 9 km, größtenteils auf Feld- und Wiesenwegen. Danach fahren wir nach Altenbruch zur Einkehr im „Panorama“ auf dem Deich.

Organisation: Annette Langhoff, Tel. 04722-2400

## Aus der Vereinsfamilie

**Wir gratulieren herzlich unseren Geburtstagskindern, die im Oktober, November oder Dezember dieses Jahres einen runden Geburtstag feier(te)n:**

### **50 Jahre**

Axel Sinram

### **75 Jahre**

Elke Lund

### **90 Jahre**

Helga Kleinschmidt

### **60 Jahre**

Diane Brinkmann

Anita Personke-Schrank

### **80 Jahre**

Edelgard Bongaerts

Gertrud Zimmermann

### **70 Jahre**

Barb Appelt

Renate Edler

Norbert Jankowski

Franz-Josef Leffler

### **85 Jahre**

Rudolf Raap

**Wir gedenken unserer verstorbenen Mitglieder:**



**Luise Schaal** am 3.09.2015

**Melina Wölk** aus der Tischtennisabteilung mit nur 15 Jahren am 6.11.2015

**Rosemarie Plüschke-Reimers** am 19.11.2015, aktiv in den Turngruppen von Anke Franckenstein und Ingelore Schröder sowie der Wassergymnastik

## Unsere neuen Mitglieder:

Abraham, Ingo	Freitag, Emma
Acker, Joyce Marie	Freitag, Sylvia
Adam, Markus	Gabrikowski, Zoe Ayleen
Andrin, Jovana	Gor, Henry
Baroso Sanchez, Lucia	Graf, Lena
Bauk, Sascha	Graulich, Alica
Beran, Fabienne Amelie	Greineisen-Schäfer, Bianca
Beran-Petersen, Jennifer	Grzeskowiak, Luisa
Blank, Linus	Grzeskowiak, Niklas
Blunk, Ben	Gudat, Jule
Bonelli, Ada	Gudat, Merle
Bonelli, Halina	Günay, Aaliyah
Brömmer, Melissa	Günay, Janine
Brüning, Jennifer	Hahnl, Qi Qi
Brüning, Linus	Hammann, Tessa
Buck, Alisha	Hark, Hannes
Buckmann, Mia	Hark, Henrika
Bui, Thi Ao	Hennemann, Bernhard
Bussler, Mark	Hennemann, Luis
Cernysov, Valeria	Hensel, Kira
Christiansen, Anja	Hildebrandt, Petra
Cores Fuentes, Diana	Irion, Kim-Alesandra
Costa Maranhao, Maria de Lurdes	Irion, Mia Louisa
Dang, Thi Tuyet	Janzow, Marvin
Dax, Nike	Kaiser, Finn
Dax, Nina	Kanning, Chantal
Debrodt, Leonie	Klein, Lilly
Dierks, Fabian	Klein, Sabrina
Fobbe, Jonathan	Knittel, Phillip
Fobbe, Wiebke	Kostic, Melina



**So soll ein Dach sein.**

**DE**



Cuxhaven • Telefon: 04721 26600 **100 TOP**  
[www.dachcleckermeister-sowade.de](http://www.dachcleckermeister-sowade.de) **Dachdecker**

Dachdeckerei      Zimmerei      Klempnerei



**GERD BRANDES**

Dipl.-Finanzwirt (FH)

**Steuerberater**

Steuer

- Steuerberatung
  - Jahresabschluss
    - Buchführung
      - Lohnabrechnung
        - Unternehmensberatung

Joachim-Ringelnetz-Str. 42 \* 27476 Cuxhaven Telefon:  
(0 47 21) 68 16 94 \* Telefax: (0 47 21) 42 60 91 **E-Mail:**  
[brandes-cuxhaven@t-online.de](mailto:brandes-cuxhaven@t-online.de)



Twingo



RENAULT



Scenic X Mode



Captur



Espace



Dacia Stepway II



DACIA



Dacia Logan MCV



Dacia Duster



Dacia Dokker

**AUTO KLEMENT** KG

Ihr RENAULT- und DACIA-Partner in Cuxhaven  
Am Querkamp 23-25 · 27474 Cuxhaven  
Telefon 0 47 21 / 73 44-0 · [www.auto-klement.de](http://www.auto-klement.de)

RENAULT und DACIA ...im Autocentrum am Fernsehturm





# VORPRUNG

ist, sich persönlich  
zu kennen

VGH Vertretung Oliver Bode e. K. Poststraße  
42 27474 Cuxhaven Ansprechpartner: Bettina  
Bode, Ute Hehn, Uwe Franke Tel. 04721 53601  
Fax 04721 53602

Lange Straße 20 27478 Altenbruch  
Ansprechpartner: Stephanie Rickmann, Firas Albady  
Tel. 04722 2969 Fax 04722 2965

Sahlenburger Chaussee 16 27476  
Cuxhaven Ansprechpartner: Oliver Bode  
Tel. 04721 714171 Fax 04721 714172

[www.vgh.de/oliver.bode](http://www.vgh.de/oliver.bode)  
[oliver.bode@vgh.de](mailto:oliver.bode@vgh.de)

 Finanzgruppe

fair versichert  
**VGH** 