

# *Sport Club Journal*

**Vereinsschrift des SportClub Hemmoor e. V.**

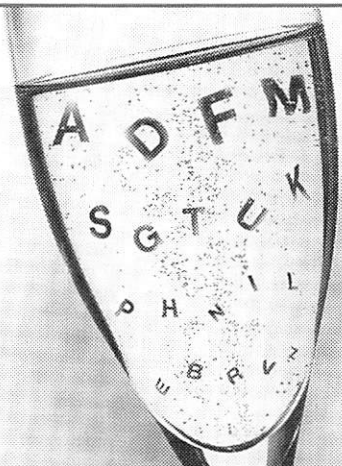


**Jahresbericht  
2003**

# PRICKELND! DIE SEHBERATUNG BEI IHREM AUGENOPTIKER.



Zentralverband der Augenoptiker • [www.info-sehberatung.de](http://www.info-sehberatung.de)



**brillen-optik und contactlinsen**

**Helmut STEMMANN**

direkt an der B73 • **21745 HEMMOOR** • Hauptstr. 97



fun  
action  
sun

High Tech  
protection  
for your  
eyes

perfect  
sehen und  
activ  
genießen  
mit



contactlinsen

**Wir sind Spezialisten  
für augenoptische  
Dienstleistungen**

Sehberatung

Brillenglasbestimmung

Sehtest



... wenn es um Ihre Augen geht ...



**Augenoptik  
STEMMANN**

Brillen-Fertigung,  
Reparatur und Service  
in eigener Werkstatt  
Anpassung sämtlicher  
Sehhilfen



## Inhaltsverzeichnis

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Bericht des 1. Vorsitzenden                                                           | 5  |
| Der SV Hemmoor ist Gesundheitssportverein<br>des Jahres 2003 in der Elbe-Weser Region | 11 |
| Ehrung langjähriger Mitglieder des SC Hemmoor                                         | 13 |
| Ambulanten Herzsportgruppe                                                            | 15 |
| Badmintonabteilung                                                                    | 17 |
| Kinder- bzw. Jugendbadmintonabteilung                                                 | 19 |
| Badminton-Kindergruppe                                                                | 20 |
| Boxabteilung, Siegfried Stinski                                                       | 21 |
| Fitness für Girls, Angelika Dollinger                                                 | 23 |
| Fitness, Frauke Stach                                                                 | 25 |
| Fit und Fun für Frauen, Bärbel Lühmann                                                | 26 |
| Funktionelle Gymnastik für Frauen, Birgit Griemsmann                                  | 27 |
| Fußball                                                                               | 28 |
| Gymnastik, Helga Suhr                                                                 | 43 |
| Gymnastik, Ines Nagel                                                                 | 45 |
| Hemmoorer Bahnhofstraßenfest                                                          | 47 |
| Integrationsgruppe, Marlene Mehrkens                                                  | 51 |
| Jazzdance, Ines Nagel                                                                 | 53 |
| Judo, Bärbel Lühmann                                                                  | 55 |
| Karate                                                                                | 57 |
| Kinderturnen in Basbeck, Ute Schwiemann                                               | 59 |
| Jugendfreizeitfahrt zur Jugendherberge Wüstewohld                                     | 61 |
| Turnen mit Kerstin                                                                    | 62 |
| Kinderturnen... Kinderturnen... Kinderturnen, Wolfgang Winkelmann                     | 63 |
| Kindersportgruppe für Grundschul Kinder, Wolfgang Winkelmann                          | 64 |
| Korbball, Martina Hottendorff                                                         | 65 |
| Laufgruppe, Bernd Wiechert                                                            | 67 |
| Leichtathletik, Wolfgang Winkelmann                                                   | 71 |
| Schachabteilung, Ernst Moser                                                          | 74 |
| Qualitätssiegel für den SC Hemmoor                                                    | 75 |
| Reha-Gruppe Orthopädie, Birgit Griemsmann                                             | 76 |
| Senioren sport in Basbeck, Herta Elfers                                               | 77 |
| Seniorengymnastik, Helga Söhl                                                         | 79 |

modehaus  
**schröder** GmbH  
21745 Hemmoor · Bahnhofstraße 25



## *Ristorante Pizzeria* *Roma*



*Pizza, Pasta, Fleisch und Fisch  
bei Rossano frisch auf den Tisch*



*Öffnungszeiten: Montags Ruhetag  
Täglich von: 12.00 Uhr - 14.00 Uhr  
17.30 Uhr - 22.30 Uhr*

*Inh. Rossano Caputo  
Stader Straße 96 · 21745 Hemmoor · Telefon (0 47 71) 84 00*

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Schwimmabteilung                             | 81  |
| Seniorenschwimmen + Wassergymnastik          | 87  |
| Sport Extra, Andrea Gissel                   | 89  |
| Sportabzeichenverleihung im SC Hemmoor       | 91  |
| Tennisabteilung, Günter Wittenberg           | 93  |
| Tischtennisabteilung, Heinrich Brandt        | 95  |
| Volleyball                                   | 99  |
| Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik (Gruppe 1) | 101 |
| Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik (Gruppe 2) | 103 |
| Herbstmarkt in Hemmoor                       | 104 |
| Workshop für Frauen am 11. Oktober 2003      | 107 |
| Der Vorstand                                 | 108 |
| Mitgliedschaft                               | 108 |
| Impressum                                    | 108 |

**ESSO**  
**Snack & Shop**

**Unsere Knüller-  
Angebote.**

Frühstücksbrötchen 0,30 €

von Raven Pils  
0,5 l Flasche 0,55 €

Bockwurst mit Senf +  
Brötchen 1,20 €

... und viele weitere Angebote

**ESSO Station**  
**Herbert Hammann**  
**Hauptstraße 85**  
**21745 Hemmoor**  
**Tel. 0 47 71 / 64 22 44**





Für den regionalen Sport  
**machen wir uns stark**

Wir sind als der größte Förderer des regionalen Sports seit langem bekannt. Jetzt bauen wir unsere Sportförderung weiter aus mit dem KSK-SportFonds.

Seien Sie dabei! Mehr Informationen erhalten Sie in einer KSK-Geschäftsstelle oder unter **[www.meine-ksk.de](http://www.meine-ksk.de)**.



**KSK**

Kreissparkasse  
Wesermünde-Hadeln  
Die Regionale

## **Liebe Leserin, lieber Leser!**

Nun ist auch das zweite Jahr als SportClub Hemmoor schon vorüber. Auch dieses Jahr war geprägt von vielen Aktivitäten und Höhepunkten, über die mein Bericht, vor allem aber die nachfolgenden Abteilungsberichte informieren sollen.

Ein ganz besonderer Höhepunkt stand uns Anfang 2004 ins Haus! Auf einer Veranstaltung der AOK Niedersachsen wurde dem SportClub Hemmoor das Prädikat „Gesundheitssportverein des Jahres 2003“ verliehen. Wir haben uns dabei gegen 20 Mitbewerber aus den Landkreisen Cuxhaven, Stade, Rotenburg und Verden durchgesetzt und nehmen nun an der niedersachsenweiten Endausscheidung der Bezirkssieger (9 Bezirke) teil. Aber schon der Sieg auf Bezirksebene ist ein toller Erfolg für den SportClub Hemmoor, der unser Konzept und uns darin bestätigt den eingeschlagenen Weg konsequent weiterzugehen. Ich danke unseren ÜbungsleiterInnen Angelika Dollinger, Andrea Gissel, Birgit Griemsmann, Marlene Mehrkens, Siegfried Meinus, Anke Müller und Elvira Torborg für Ihren Einsatz, der diese Ehrung erst möglich gemacht hat. Birgit Griemsmann gebührt besonderer Dank für die Impulse, die sie dem Gesundheitssport im SportClub gegeben hat, aber auch konkret für die Vorbereitung unserer Bewerbung zum Gesundheitssportverein des Jahres.

Die vielfältigen Erfolge der einzelnen Abteilungen an dieser Stelle zu würdigen, würde den Rahmen meines Berichts sprengen. Ich möchte Sie daher bitten die nachfolgenden Berichte zu studieren um sich ein Bild über die umfassenden Aktivitäten und Erfolge der einzelnen Sportler bzw. Mannschaften zu machen.

Der SportClub Hemmoor hat sich im abgelaufenen Berichtsjahr an vielen regionalen und überregionalen Veranstaltungen beteiligt bzw. selbst solche Veranstaltungen ausgerichtet.

Aus der Reihe der zahllosen Wettkämpfe und Turniere, die die einzelnen Abteilungen erfolgreich durchgeführt haben, stechen die Durchführung von Bezirksmeisterschaften im Schwimmen und das traditionelle Boxmeeting des SportClub Hemmoor sicherlich hervor. Beide Veranstaltungen haben eine große Zahl von Aktiven und Zuschauern angelockt und waren aufgrund der hervorragenden Organisation volle Erfolge.

Erstmallig wurde ein Workshop speziell für Frauen durchgeführt. Diese Veranstaltung bot einen Querschnitt aus mehreren Abteilungen (Tischtennis, Jazzdance und Rückenschule) und wurde unter der Federführung von Birgit Griemsmann durchgeführt. Einhellig wünschten die Teilnehmer eine Fortführung dieses Konzeptes, so dass die Planungen für die nächste Veranstaltung am 13.März 2004 sofort aufgenommen wurden (Inhalte: Beckenboden-Gymnastik in Theorie, Wahrnehmung und Praxis, Aromatherapie, Nackenmassage). Wir hof-

fen, dass diese Workshops auch weiterhin gut angenommen werden, so dass hier ein sportliches Dauerangebot auch für Nichtmitglieder entsteht.

Der SportClub Hemmoor konnte im abgelaufenen Berichtsjahr auch auf diversen vereinsexternen Veranstaltungen seine Leistungsvielfalt unter Beweis stellen. So haben wir die Stadt Hemmoor bei der Durchführung der Ferienpassaktion sowie mit einer Präsentation anlässlich des 25jährigen Jubiläums des Herbstmarktes unterstützt.

Auf dem Hemmoorer Bahnhofstraßenfest sind wir mit dem bislang umfangreichsten Angebot (Verpflegungsstand Kinderturnen, Vorführungen (Boxen, Fitness, Volleyball), spielerische Wettbewerbe (Korbball und Tennis) sowie Informationsstand) vertreten gewesen.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Sportkameradinnen und -kameraden bedanken, die durch ihren Einsatz zum Gelingen all dieser Veranstaltungen beigetragen haben. Sie haben damit das positive Image des SportClub Hemmoor wesentlich gefördert.

Auch vereinsintern wurden im abgelaufenen Jahr wichtige Weichenstellungen vorgenommen. So wurde nach Gesprächen mit der Tennisabteilung und einer außerordentlichen Mitgliederversammlung der Tennisabteilung das ehemalige Tennisheim „Am Schulzentrum“ zum Vereinsheim des SportClub Hemmoor.

Gleichzeitig hat sich die Tennisabteilung dazu entschlossen den kompletten Spielbetrieb mit Ablauf der Sommersaison 2003 auf die Tennisanlage „Kastanienweg“ zu verlagern. Einer der vorhandenen 5 Tennisplätze ist bereits zum Beachvolleyballfeld umfunktioniert worden, ein weiterer Beachvolleyballplatz wird 2004 in unmittelbarer Nachbarschaft folgen. Für die weiteren vorhandenen Tennisplätze wird nun nach alternativen Nutzungsmöglichkeiten gesucht.

Bezüglich des Vereinsheims wurde der Vorstand von der Lebenshilfe Hemmoor angesprochen, ob die Möglichkeit einer Vermietung des Heims zur Unterbringung einer zusätzlichen Kindergartengruppe bestehe. Wir haben uns die Entscheidung nicht leicht gemacht, bedeutete sie doch eine starke Einschränkung unserer Nutzungsmöglichkeit des Gebäudes, konnten uns jedoch auf einen Kompromiss mit der Lebenshilfe einigen, der uns ermöglicht die Räumlichkeiten außerhalb der Kindergartenzeit auch weiterhin für unsere Zwecke zu nutzen. So kann die Schachabteilung hier auch weiterhin trainieren und Punktspiele durchführen, es steht ein Sitzungsraum zur Verfügung und die Volleyballer können die vorhandenen Umkleideräume nutzen.

Über einen Erbbaurechtsvertrag wurde uns weiteres Gelände in der ehemaligen Sandgrube „Hansa“ direkt neben der Tennisanlage übertragen. Dieses Gelände soll für die Erstellung vereinseigener Fußballplätze genutzt werden, die wir für

unsere Jugendfußballer dringend benötigen. Vorplanungen wurden bereits durchgeführt, auch gemeinsame Nutzungsmöglichkeiten mit anderen Hemmoorer Vereinen und Verbänden angedacht. Die tatsächliche Umsetzung ist nun abhängig von der ehrenamtlichen Unterstützung aus dem Verein, aber auch von der finanziellen Machbarkeit.

Die Mitgliederzahl im SportClub ist im abgelaufenen Jahr auf hohem Niveau konstant geblieben, der SportClub Hemmoor ist damit mit 1966 Mitgliedern der viertgrößte Sportverein im Landkreis Cuxhaven.

Finanziell steht unser Verein trotz größerer außerordentlicher Ausgaben (Anschaffung eines neuen Vereinsbusses, Bau des Beachvolleyballplatzes) mit einem gesicherten Finanzpolster da.

Allerdings gibt es bezüglich der zukünftigen Finanzierung des ehrenamtlichen Sports doch einige Fragezeichen bzw. sind konkret sinkende Einnahmen zu erwarten.

Durch die Auswirkungen der Gesundheitspolitik der Bundesregierung sind sinkende Zuschüsse zu den Angeboten im Gesundheitssport zu erwarten, da entsprechende ärztliche Verordnungen nur noch zeitlich befristet erfolgen dürfen. Folgebescheinigungen sind nur noch in absoluten Ausnahmefällen möglich. Dadurch wird uns eine wesentliche Finanzierungsquelle für den kostenintensiven Gesundheitssport genommen.

Die finanziellen Schiefagen unserer Kommunen lassen ebenfalls reduzierte Zuschüsse, aber auch zunehmende Verantwortlichkeiten erwarten. Entsprechender Gesprächsbedarf wurde uns seitens der Stadt Hemmoor bereits signalisiert. Wir werden diese Gespräche verantwortungsbewusst (auch im Sinne der Stadt) führen, werden uns aber auch gegen ein totalen Kahlschlag hinsichtlich der bisherigen Unterstützung wehren, haben wir doch durch die bisherige Unterstützung vor allem auch die ehrenamtliche Jugendarbeit in der Stadt wesentlich finanzieren können. Immerhin ist ca. die Hälfte unserer Mitglieder jünger als 18 Jahre!

An die Politik möchte ich in diesem Zusammenhang appellieren, es bei der immer wieder betonten Unterstützung des Ehrenamtes nicht bei Lippenbekenntnissen zu belassen!

Sollten aber die diskutierten Einschnitte in vollem Umfang umgesetzt werden, werden wir uns Gedanken über die Erschließung neuen Finanzierungsquellen, aber auch über die Höhe bzw. die Struktur unserer Mitgliedsbeiträge machen müssen.

Die Bereitschaft, ehrenamtlich im Verein mitzuarbeiten, wird in Zukunft noch größere Bedeutung erlangen als in der Vergangenheit, sollen Angebote aufrecht erhalten bzw. erweitert werden. Der SportClub kann bzw. wird bei den bestehenden Mitgliedsbeiträgen nicht wie ein Dienstleistungsunternehmen arbeiten können, was aber teilweise de facto von uns verlangt wird. Ich wünsche mir - bzw. fordere dies sogar - eine breitere Unterstützung der Mitglieder bei der Bewältigung der anstehenden Aufgaben.

*Das Hemmoorer  
Autohaus im Herzen von  
Borsbeck*



**Autohaus  
H.v.d. Lieth**

Stader Straße 22 · 21745 Hemmoor · Tel. (0 47 71) 22 87

Bedanken möchte ich mich bei allen, die durch ihre Bereitschaft, Aufgaben zu übernehmen, dazu beitragen, den SportClub Hemmoor voranzubringen!

Aufgrund der gefestigten finanziellen Situation und des vorhandenen Potenzials, nicht zuletzt bedingt durch die Gründung des SportClub Hemmoor, sehe ich aber trotz der zu erwartenden veränderten Rahmenbedingungen eine positive Zukunft für unseren Verein voraus. Der SportClub ist für die Zukunft gerüstet!

Doch nun wünsche ich Ihnen viel Vergnügen beim Lesen unseres SportClub Journals!



Jens Wilhelmi  
1. Vorsitzender

## ***Fahrrad-Shop Hemmoor · Rudi Stamm***

**Zubehör • Service • Ersatzteile • Verleih**



- Kettler, Hercules, Staiger, Greif und Conway
- Burley Kinderanhänger
- Lieferservice (Kostenlos in Hemmoor)

### **Öffnungszeiten:**

Mo. bis Fr. 9.00 – 12.30 Uhr 13.30 – 18.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 13.00 Uhr

Mühlenbergstraße 6 · Telefon (0 47 71) 60 28 22  
Internet: [www.stammrad.de](http://www.stammrad.de)

# URKUNDE

**Der Niedersächsische Turner-Bund e.V.**  
– der Fachverband für den Gesundheitssport –  
ernennt den

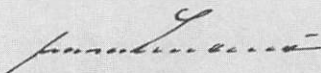
**SC Hemmoor**

**zum Gesundheitssportverein des Jahres 2003**  
**in der Region**  
**Elbe - Weser**

Mit der Ernennung würdigt der  
**Niedersächsische Turner-Bund e.V.**  
die außerordentliche Arbeit des Vereins im Bereich des  
Gesundheitssports sowohl in Hinblick auf Inhalt, Bedingungen und  
Strukturen gesundheitsfördernder Bewegungsangebote als auch  
bezüglich besonderer Projekte und der Mitarbeiterbetreuung.  
Die Betonung des Gesundheitssports in der Vereinsarbeit zeugt von  
Weitsicht und Sensibilität gegenüber dem Mitgliederbedarf.

In seinem Turnkreis übernimmt der o.g. Verein mit dem  
Gesundheitssport die wichtige und gemeinnützige Aufgabe der  
regionalen Gesundheitsförderung.  
Der Verein nimmt an der Ausscheidung zum Gesundheitssportverein des  
Landes Niedersachsen teil.

Der Wettbewerb „Gesundheitssportverein des Jahres“ wird in  
Kooperation mit der **AOK – Die Gesundheitskasse**  
durchgeführt.



Werner Luchtmeier  
Präsident  
Niedersächsischer Turner-Bund

Niedersächsischer Turner-Bund  
Verband für Leistungs-, Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport

WIR BEWEGEN  
NIEDERSACHSEN

**NTB**

## Der SC Hemmoor ist Gesundheitssportverein des Jahres 2003 in der Elbe-Weser-Region

Am 31. Januar 2004 fand die Verleihung des Gesundheitssportverein des Jahres 2003 in den Räumen der AOK, Bremervörde statt. Neben Vertretern des Niedersächsischen Turner-Bundes (NTB) und der AOK war auch der Turnkreis-Vorsitzende Werner Kamjunke zugegen.

Der SC Hemmoor, durch sein umfangreiches Angebot im Gesundheitssport und auch als Träger des "Pluspunkt Gesundheit", erhielt nicht nur im Turnkreis Cuxhaven, sondern auch in der Elbe-Weser-Region die Auszeichnung des Gesundheits-sportverein des Jahres 2003. Die Elbe-Weser-Region umfasst die Kreise Osterholz-Scharmbeck, Verden, Stade, Rotenburg-Wümme und Cuxhaven. Nachdem im SC Hemmoor für alle Mitglieder, und natürlich auch für Interessierte, in allen Sparten durch Bewegung, Spiel und Spaß das körperliche Wohlbefinden gestärkt wird, steht in folgenden Gruppen der Aspekt der Gesundheit in Vordergrund:

- Ambulante Herzsportgruppe  
(ÜL Elvira Torborg + ÜL Siegfried Meinus Abt.-Leiter Eckhard Milewski, Tel. 04771-4282)
- Integrations-Gruppe, in Kooperation mit der Lebenshilfe e.V.  
(ÜL Marlene Mehrkens, Tel. 04767-473 + Anke Müller Tel. 04771-642152)
- Reha-Orthopädie, in Kooperation mit dem AKTIV Sport- und Freizeitstudio  
(ÜL Birgit Griemsmann, Tel. 04771-8029 + AKTIV, Tel. 04771-3777)
- Sport Extra - Psychomotorik, Grundschule Althemmoor  
(ÜL Andrea Gissel, Tel. 04771-8439)
- vorbeugende Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule  
(ÜL Elvira Torborg, Tel. 04772-1272 + ÜL Birgit Griemsmann, Tel. 04771-8029)
- Funktionelle Gymnastik für Frauen  
(ÜL Birgit Griemsmann, Tel. 04771-8029)

Informieren Sie sich bei den Übungsleiter/-innen oder dem Abteilungs-Leiter und schauen doch einfach mal vorbei.





# HUK-COBURG

Versicherungen · Bausparen

**Albert Flak**

Vertrauensmann der HUK-COBURG

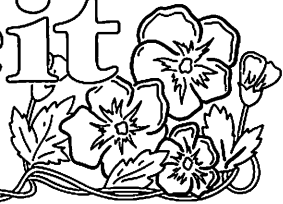
Telefon (0 47 71) 54 96  
Neue Straße 27, 21745 Hemmoor

Öffnungszeiten:  
Mo, Di, Do 17.00 - 19.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

# Blütezeit



**STEFANIE  
OBERMANN**



**Nordhoopstr. 31 · 21745 Hemmoor · Tel. (0 47 71) 64 27 63**



## HUNDESALON HEMMOOR



Birgitt v. Eitzen-Prange

aus Liebe zum Tier

- Hunde-, Katzen
- und Pferdenahrung

- sämtliches Zubehör

Bahnhofstr. 12 • 21745 Hemmoor • Telefon (0 47 71) 39 87 • Fax 44 14

## gerecht ist ...

... wenn David gegen Goliath gewinnen kann.

**Mathias Schulz**  
Hauptvertretung

Schulweg 3  
21745 Hemmoor  
Tel. 0 4771 / 64 31 42  
Fax 0 4771 / 64 31 41  
[www.mathiasschulz.de](http://www.mathiasschulz.de)  
[mail@mathiasschulz.de](mailto:mail@mathiasschulz.de)

**... der D.A.S. Rechtsschutz.**

Wir wollen, dass Sie Ihr Recht bekommen.



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

**Europas Nr. 1 im Rechtsschutz**

Die D.A.S. Ein Unternehmen der ERGO Versicherungsgruppe.

## Ehrung langjähriger Mitglieder des SC Hemmoor

Im Rahmen einer kleinen Feierstunde wurden Ende November 2003 langjährige Mitglieder des SportClub Hemmoor durch den 1. Vorsitzenden Jens Wilhelmi geehrt. Während der kleinen Zeremonie bedankte sich der Vorstand des SC Hemmoor bei den langjährigen Mitgliedern für ihre bisher geleistete Arbeit, ihr Engagement im Verein und ihrer Treue zu dem Verein.

Für 25-jährige Mitgliedschaft wurden Bärbel Lühmann, Erich Tiedemann sowie Erich Brüning geehrt.

Elke Winkelmann, Dieter Wegner und Günter Weiß konnten bereits auf eine 40-jährige Mitgliedschaft zurückblicken.

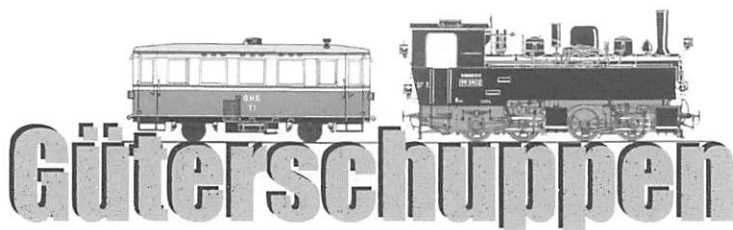
Auf eine 50-jährige Mitgliedschaft konnten Heinrich Breuer, Heinz Jürgen Teilmann und Egon Marx verweisen.

Weitere Mitglieder des SC Hemmoor können bereits eine sehr lange Mitgliedschaft vorweisen, konnten aber leider nicht an der Feierstunde teilnehmen.

25 jährige Mitgliedschaft: Marlies Algie, Stefanie Algie, Karsten Gätcke, Manon Grube, Jörg Gut, Klaus Jahnke, Jens Mahler, Jörg Riedel, Thomas Tiedemann, Martin von der Lieth, Renate Waller;

40 jährige Mitgliedschaft: Lothar Barden, Wilfried Schäl, Hans-Georg Tietje. Allen noch einmal einen herzlichen Glückwunsch!!!





An der Bahn 1 • 21745 Hemmoor • Tel. 0 47 71 / 88 87 88

- ☆ CLUBRÄUME FÜR FAMILIENFEIERN UND FESTE ALLER ART
- ☆ SAAL FÜR FESTLICHKEITEN BIS 350 PERSONEN
- ☆ KEGELBAHN

ÖFFNUNGSZEITEN: TÄGLICH AB 17.30 UHR  
SONN- UND FEIERTAGE DURCHGEHEND GEÖFFNET

RESTAURANT AM  
**SCHÜTZENPARK**

INH. JAN NACHTIGALL

SCHÜTZENSTRASSE 17 • 21745 HEMMOOR • TELEFON (0 47 71) 42 26 • FAX 53 52

## **ALFRED KRONBERG GmbH**



- **Bad & Heizung**
- **Lüftung**
- **Solartechnik**
- **Wärmepumpen**
- **Bauklempnerei**

Hauptstraße 72  
21745 Hemmoor  
Tel. (0 47 71) 20 08  
Fax (0 47 71) 51 00

## **FAHRSCULE E.JUST INH. KERSTIN MANGELS**

SCHNEPFENSTIEG 2, 21769 LAMSTEDT

### **UNTERRICHT UND ANMELDUNG**

HEMMOOR, KRÄHENHORST 1 19,00 UHR

HECHTSHAUSEN, MÜHLENSTRASSE 1 19,00 UHR

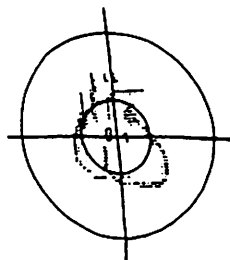
LAMSTEDT, KLEINE STRASSE 9 19,00 UHR

ODER TELEFONISCH 04773-1321, 04771-2667

FAX 04773-879058

Abt. Leiter:  
Eckhard Milewski  
Tel. 0 47 71/ 42 82

Übungsleiter:  
Siegfried Meinus      Elvira Torborg  
An der Heide 9      Feldstraße 9  
21745 Hemmoor      21755 Hechthausen  
Tel. 0 47 71/ 43 34      Tel. 0 47 74/ 12 72



Übungszeit:      Mittwoch 18.00 - 19.30 Uhr  
Turnhalle Am Schulzentrum

Im Wechsel stehen uns folgende Ärzte zur Verfügung:  
Dr. Haack, Bürgermeister-Grube-Straße 3, 21745 Hemmoor  
Dr. Zabka, Herrlichkeitsstraße 38, 21745 Hemmoor  
Dr. Hagenberg, Wischerstraße 2, 21755 Hechthausen

## **Jahresbericht der Ambulanten Herzsportgruppe**

Die Herzsportgruppe erfreute sich im 15. Jahr ihres Bestehens großer Beliebtheit der vielen Mitglieder. Das zeigte sich besonders an den immer gut besuchten 39 Übungsabenden im vergangenen Jahr.

An allen Abenden wurde fleißig unter Aufsicht eines Arztes und im Beisein beider Therapeuten Elvira Torborg und Siegfried Meinus geturnt, gespielt, trainiert und Leistungsfähigkeit betrieben. Aber auch die Geselligkeit, die in dieser Gruppe hervorragend ist, kam nicht zu kurz. So unternahm man mit 23 Personen am 9. Juli 2003 bei herrlichem Sommerwetter einen Ausflug in die Wingst. Anschließend machten wir einen Waldspaziergang. Am Abend kehrten wir zum Grillen in das Gasthaus "Zur Linde" in Weißenmoor ein.

Am Dobrock-Bergfest nahmen wir mit 11 Personen teil. Hierfür erhielten alle Teilnehmer eine Urkunde und die Wandermedaille. Die vom Veranstalter und lieben sich dann die gereichte Erbsensuppe schmecken.

Als Jahresabschluss unternahmen wir mit 43 Personen am 12. Januar 2004 eine Busreise nach Fredenbeck in die Geestlanhalle. Unter dem Motto „Allegro“ Feuerwerk der Turnkunst, nahmen wir an der Sportveranstaltung teil. Mit viel Esprit und noch mehr Lebensgefühl ins neue Jahr kreierte der Niedersächsische Turner-Bund ein tolles und außergewöhnliches Programm, das Jung und Alt in seinen Mann zog.



## Bestattungsinstitut Wolfgang Draack

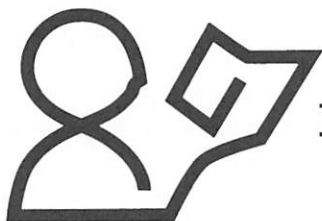
Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen,  
Überführungen, Erledigung sämtlicher Formalitäten

Fährstr. 10 · 21745 Hemmoor  
Tel. 0 47 71/2436 · Fax 0 47 71/47 70

## **FUNKTAXI**

### **Wolfgang Draack**

Autovermietung und Taxi  
Fährstr. 10 - 21745 Hemmoor  
Tel. 0 47 71/24 36 - Fax 0 47 71/47 70



## CENTER BUCHHANDLUNG Peter Mügge

Zentrumstraße 1 · 21745 Hemmoor  
Telefon (0 47 71) 38 48 und 38 59 · Fax (0 47 71) 53 85

## **Bastelstübchen**

*für jung und alt*



BASTELBEDARF IMMER AKTUELL,  
FÜR JEDES ALTER !

**Hauptstraße 23  
21745 Hemmoor**

## **Bericht der Badmintonabteilung des SC Hemmoor**

Abteilungsleiter Joachim Riggers, Tel 4322

Trainingszeiten in der Zentrumshalle:

Für Erwachsene:

Montag 19.30 - 22.00 Uhr und

Dienstag 20.00 - 22.00 Uhr

Kinder (8-10 Jahre):

Freitag 15.30 - 17.00 Uhr

Kinder (11-12Jahre):

Donnerstag 18.30 - 20.00 Uhr

Im der Gymnasiumshalle

Jugendliche (ab 13 Jahre):

Montag von 19.00 - 20.30 Uhr



**Und immer wieder gibt es etwas neues.**

**Nach dem ruhigen Jahr 2003 folgt sicher ein aufregenderes Jahr 2004.**

Sportlich gibt es über die drei Punktspielmannschaften leider keine Erfolgsmeldung zu berichten. Die erste Mannschaft um Derek Fitzsimmons hat in der Bezirksklasse Nord bereits die Saison 2003/2004 abgeschlossen. Nach dem fünften Platz in der Vorsaison belegte man jetzt einen sechsten Platz. Damit hat das Team, in dieser Saison bestehend aus Anja Hönicke, Melanie Rudelsberger, Torben Heihoff, Volker Albrecht-Bünstorf und Christian Buck, das Minimalziel erreicht. Die zweite Mannschaft, geführt von Sven Larssen, hat nach dem Abstieg in der Vorsaison bisher eine ansprechende Leistung in der Kreislige Cuxhaven gespielt. Derzeit kämpft man noch um den einen der drei ersten Plätze. Auch im Kreispokal spielen Corina Höfs, Michaela Fitzsimmons, Michael Horreis, Ingolf Wiegmann, Karsten Gätcke und Hartmut Rawski noch eine entscheidende Rolle und hoffen dort auf den zweiten Platz. Unsere Dritte spielt nach dem Abstieg aus der Kreislige jetzt in der Kreisklasse. Dort kämpfte das Team mit Annett Bode, Bärbel Rettig, Ute Siep, Peter Matz, Ralf Bode, Dettlef Just, Rüdiger Ramm und Joachim Riggers um den zweiten Platz. Auch wenn es schwer wird diesen Platz zu erreichen, so ist man mit dieser Saison zufrieden.

Bei der Aufzählung der Stammspieler möchte ich mich aber auch bei den Ersatzspielern bedanken, ebenso wie bei den Freizeitspielern, die Verständnis für evtl. Platzeinschränkungen bei Punktspielen hatten. Auch bei den Schiedsrichtern, die für den Spielbetrieb notwendig sind, möchte ich mich bedanken.

Was gibt es weiter zu vermelden? Bei den Kreismeisterschaften konnten im letzten Jahr keine nennenswerten Erfolge erzielt werden. Dafür gibt es seit neuestem

eine Rangliste die innerhalb der Abteilung ausgespielt wird. Negativ ist im letzten Jahr die Trainingsbeteiligung aufgefallen, ebenso wie der schwache Zulauf neuer Badmintonfreunde. Um noch mehr auf den Nachwuchs einzugehen wurde sogar eine dritte Gruppe, für 8-10 jährige, gegründet.

Neben den sportlichen Veranstaltungen wurden noch eine Fahrradtour sowie eine Weihnachtsfeier durchgeführt. In diesem Jahr organisierte die Abteilung für den SC den Sportlerball und schaffte sich auch ohne Sponsoren einen neuen Satz Trikots an.

Für 2004 gibt es auch wieder einige Pläne, zumal wir unser 25-jähriges Bestehen feiern.

Was haben wir in den Jahren erreicht, nicht nur sportliche Erfolge und tolle Fest gab es, sondern auch bereits mehrere Partnerschaften und Nachwuchs hatten die Keimzelle in der Abteilung.

Ich bin stolz darauf, wie sich die Abteilung im Laufe der Jahre entwickelt hat, vor allem darauf, dass man sich auf dieses Team in jeder Hinsicht verlassen kann. Mit einem tränenden Auge werde ich die Abteilungsleitung nach 25 Jahren abgeben. Es wird Zeit diese Tätigkeit in andere Hände zu legen. Allen die mir ihr Vertrauen geschenkt haben möchte ich dafür nochmals danken.

**DRUCKPARTNER HEMMOOR**



**Wir drucken für Sie ...**

Visitenkarten

**Design & Print**

Geschäftspapiere

Etiketten

Prospekte

Plakate

Flyer

Kalender

**Broschüren**

**und das ist noch lange nicht alles!**

Stader Str. 53 · 21745 Hemmoor · Tel. (0 47 71) 36 16 + 64 33 22 · Fax 36 17

## Kinder- bzw. Jugendbericht der Badmintonabteilung 2003

### Trainingszeiten für die Kinder

|                   |                                         |
|-------------------|-----------------------------------------|
| Altersempfehlung: | 10 - 13 Jahre                           |
| Donnerstags:      | 18.30 bis 20.00 Uhr                     |
| Spielort:         | Sporthalle in der Zentrumsstraße        |
| Betreuer:         | Bärbel Rettig, Volker Albrecht-Bünstorf |



### Trainingszeiten für die Jugendlichen

|                   |                                 |
|-------------------|---------------------------------|
| Altersempfehlung: | 13 - 17 Jahre                   |
| Montags:          | 19.00 bis 20.30 Uhr             |
| Spielort:         | Gymnasiumshalle                 |
| Betreuer:         | Sven Larssen, Derek Fitzsimmons |

Im Jahr 2003 hat es in der Kinder- und Jugendgruppe Verschiebungen gegeben. Die Gruppe für die älteren, sprich die Jugendlichen, ist größer geworden. Die Gruppe besteht aus einem festen Stamm von ca. 12 - 18 Jugendlichen. Der Kreis der Kindergruppe hat sich verkleinert. Hier spielen ungefähr 10 Kinder mit- und gegeneinander.

Um Kinder und Jugendliche für den Badmintonsport zu begeistern hat die Badmintonabteilung erstmalig an der Ferienpassaktion teilgenommen. Es hat sich jedoch herausgestellt, dass ein Mindestalter von ca. 10 Jahren für den Badmintonsport schon erforderlich ist.

Wir würden uns freuen neue Gesichter in den jeweiligen Gruppen begrüßen zu können. Viel mehr ist uns natürlich daran gelegen auch mal den weiblichen/männlichen Nachwuchs bis in die Erwachsenengruppen zu führen, um später vielleicht die Punktspiellmannschaften des SC Hemmoor zu verstärken.

Die drei Punktspiellmannschaften, die in der Kreisklasse, Kreisliga und in der Bezirksklasse spielen, haben zurzeit wenig Aussicht Nachwuchs aus den eigenen Reihen zu beziehen.

Dies ist für uns Betreuer natürlich eine Herausforderung das zu ändern.



## Badminton-Kindergruppe

Die Ferienpassaktion der Stadt Hemmoor war der Anstoß zu der neuesten Gruppe der Badmintonabteilung. Die Badmintonabteilung nahm erstmals an der Aktion teil und die meisten der teilnehmenden Kinder fanden viel Spaß an der Sportart. Darauf entstand der Wunsch der Kinder und deren Eltern eine Kindergruppe zu gründen. Bevor es jedoch losgehen konnte, mussten Probleme wie Hallenzeit und Betreuer geklärt werden. Seit Januar 2004 kann die Betreuerin Michaela Fitzsimmons jeden Freitag von 15.30 bis 17.00 Uhr 12 Kinder im Alter von 8-12 Jahren begrüßen. Kids schaut einfach mal mit einem „Federballschläger“ vorbei.

Nachstehend ein Foto der neuen Gruppe mit ihrer Betreuerin.



## Bericht der Boxabteilung Sportjahr 2003

Abteilungsleiter: Siegfried Stinski (04771/ 3639)

Wie jedes Jahr im Januar, führte die Boxabteilung des SC Hemmoor, auch im Januar 2003 sein traditionelles Boxmeeting in Hemmoor durch. Kämpfer aus Hamburg, Bremen, Niedersachsen und Schleswig-Holstein waren angereist und boten den 400 Zuschauern ein Boxmeeting der Spitzenklasse. Dabei kamen folgende Kämpfer des SC Hemmoor zum Einsatz: Jerome Lenzsch, Marcel Seidler, Sebastian Stinski, Andre Mersel und Manuel Lenzsch; auch immer dabei als betreuender Ringarzt, Günther Zabka aus Hemmoor.

An den Niedersachsenmeisterschaften im Februar nahmen zwei Kämpfer des SC Hemmoor teil: Jerome Lenzsch und Marcel Seidler. Beide wurden in ihrer jeweiligen Gewichtsklasse (Jugend C) NABV Vizemeister.

Sebastian Stinski kam ohne Kampf weiter zu den "Norddeutschen" und wurde Norddeutscher Meister im Jugend B Halbmittelgewicht.

Am 31. Mai 2003 boxte Sebastian Stinski in Lindow (Brandenburg) um die Deutsche Meisterschaft. Er belegte den 3. Platz und bekam die Bronzemedaille. Ferner fuhr die Boxabteilung zu mehreren Vergleichskämpfen in ganz Norddeutschland, wobei die Mannschaft teilweise durch Boxer aus Celle, Fredenbeck und Cuxhaven unterstützt wurde.

Zurzeit verfügt die Boxabteilung über drei Trainer: Siegfried Stinski, Marco Reyer und Eugenio Gommez-Cassodo; ferner über zwei Kampfrichter mit internationaler Lizenz: Erich Tiedemann und Kai Reyer.





Inh. Petra Jantzen  
Tel. & Fax 0 47 71/44 79



Stader Straße 38  
21745 Hemmoor



**Öffnungszeiten:**

**Di. - Sa.: 9.00 - 18.00 Uhr • So.: 10.00 - 18.00 Uhr**

**Für Gesellschaften haben wir selbstverständlich länger geöffnet.  
Montag Ruhetag**

- **Täglich Frühstück**
- **Sonntags Frühstücksbuffet, bitte mit Anmeldung**
- **Selbstgebackene Torten und Kuchen**
- **Baguettes, Salate und Deftiges**

**Für Ihre Feierlichkeiten bieten wir, ganz nach Ihren Wünschen,  
verschiedene Menues z. B. Hühner Hochzeitssuppe, Kalt-Warme Buffets**

**...rufen Sie uns an oder kommen Sie vorbei!**

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch**

**Petra & Rorbert Jantzen**

**Kaffee trinken wie zu Omas Zeiten.**

# **Fahrschule T. Kröger**

**Hauptstraße 121, 21745 Hemmoor**

**Tel. 04771/ 888 320**

**Hauptstraße 20**

**21755 Hechthausen**

**Tel. 04771/ 888 320**

**Teichstraße 56**

**21680 Stade**

**Tel. 04141/ 777785**

**Anmeldung:**

**Unterricht:**

**Hemmoor : Montag 18.00 – 19.00 Uhr 19.00 – 20.30 Uhr**

**Hechthausen: Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr 19.00 – 20.30 Uhr**

**Stade : Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr 19.00 – 20.30 Uhr**

**[www.fahr-schule-kroeger.de](http://www.fahr-schule-kroeger.de)  
[info@fahr-schule-kroeger.de](mailto:info@fahr-schule-kroeger.de)**



## Fitness für Girls

Übungszeit:           Donnerstag 16.30 - 18.00 Uhr  
Turnhalle der Grundschule Basbeck

Übungsleiterin:  
Angelika Dollinger, Am Heideberg 15, Tel.: 04771/ 3120

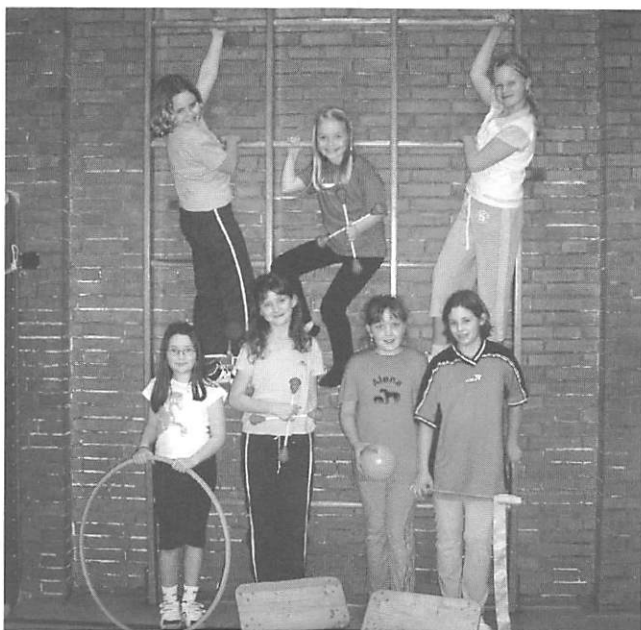
Unsere Gruppe besteht erst seit einem Jahr, alle Mädchen sind zwischen 10 und 13 Jahren alt. Wir haben viel Spaß bei Aerobic, Stepp, Stretching und Entspannung. Spiele und ein ab zu eingeübter Tanz gehören auch dazu.

Im Jahr 2003 haben wir mit einigen Mädchen beim Dobrock-Bergfest an der Festgymnastik teilgenommen. Es hat allen viel Spaß gebracht und gemacht.

Alle Girls, die Interesse an Sport, Spaß und Fitness haben, können uns jeden Donnerstag von 16.30 - 18.00 Uhr in der Sporthalle der Grundschule Basbeck besuchen.

Mit sportlichem Gruß

Angelika mit ihrer Fitnessgruppe



## **ELEKTRODIENST TIEDEMANN**

**Wir verkaufen nicht nur,  
wir reparieren auch alle Fabrikate.  
Ein Fachbetrieb ganz in Ihrer Nähe**

Stader Straße 113 (bei Aldi) · HEMMOOR · (0 47 71) 28 77

## *Wellness-Studio Yvonne*

- Thalasso & Kosmetik -

- |                            |                       |                   |
|----------------------------|-----------------------|-------------------|
| ❖ Permanent Make-up        | ❖ Make-up             | ❖ für Sie & Ihn   |
| ❖ Kosmetische Behandlungen | ❖ Faltenunterspritzen | ❖ Badeassessoires |
| ❖ Thalasso Behandlungen    | ❖ Aknebehandlungen    |                   |

Wellness-Studio Yvonne · Inh. Yvonne Schütt · staatl. anerkannte Kosmetikerin  
Zentrumstraße 1-5 · 21745 Hemmoor · Tel. 0 47 71 / 47 47 -Anmeldung erbeten-  
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.00 - 18.00 Uhr · Mi. geschlossen · Sa. 9.00 - 12.00 Uhr

## **Fernseh Waller**

**TV, Video, HiFi, Telefone,  
Antennenanlagen**



21745 Hemmoor  
Hollenworther Straße 33  
Telefon 0 47 71/33 33

Inh.  
**Wilfried Waller**

## **Quirandt's ★★★★★ MEDIATHEK 2000**

Stader Straße 92 b  
21745 Hemmoor  
Telefon 0 47 71/38 01

### **Öffnungszeiten:**

|                        |                                             |
|------------------------|---------------------------------------------|
| Montags bis Freitags   | 11.00 bis 12.00 Uhr und 15.00 bis 21.00 Uhr |
| Sonnabends durchgehend | 10.00 bis 21.00 Uhr                         |
| Sonn- und Feiertags    | 15.00 bis 18.00 Uhr                         |

## Fitness

Übungsleiterin:

Frauke Stach, Danziger Straße 17, Tel.: 04771/ 4541

Trainingszeit:      Donnerstags von 18.30 - 19.30 Uhr  
                             Grundschule Basbeck

Im letzten Jahr hat es bei uns eine Veränderung gegeben: Unsere Übungsleiterin Petra Wiem hat nach vielen gemeinsamen Jahren ihre Tätigkeit für den Verein aus privaten Gründen aufgegeben. Da ich Petra in den letzten Jahren des Öffern vertreten habe, leite ich jetzt die Gruppe.

Fitness - das ist eine Gruppe Frauen, die etwas für ihre Kondition und ihren Körper tun wollen. Unser Programm besteht aus verschiedenen Aerobic Übungen, manchmal auch mit dem Stepp-Brett, und Bauch-Beine-Po Gymnastik.

Wenn jemand Lust bekommen hat, kann er einfach an einem unserer Übungsabende vorbeikommen.

Mit freundlichen Grüßen

Frauke Stach



## Fit und Fun für Frauen

Unser Motto jeden Montag von 20 bis 21.30 Uhr, wenn sich zwischen 20 und 35 Fitnesswillige in der Turnhalle am Alten Postweg treffen.



Vom klassischen Bauch - Beine -

Po bis Funktionsgymnastik, von Ausdauertraining bis Circle zum Schwitzen, vom Zerrn an Thera-Bändern bis Übungen mit Handgewichten, von Stepp-Aerobic bis Stretching und Entspannung steht jeden Montag was anderes auf dem Programm.

Auch mit Tai-Chi in einfacher Form und Aero-Fighting/Tai-Bo versuchen wir uns zur Abwechslung.

Wir sind eine altersmäßig gemischte Gruppe, Sportanfänger wie auch gut Trainierte. Jede Frau kann mitmachen, jeweils bis zum persönlichen Limit.

In den Sommerferien schlaffen wir nicht etwa ab, sondern treffen uns zur gleichen Zeit zum Walking. Regenwetter hält uns nicht ab, gab es aber im Supersommer 2003 nicht. Das Walking-Angebot des Dobrock-Bergfestes und des Küstenmarathons in Otterndorf lockte eine größere Gruppe der Fit und Fun - Frauen zur Teilnahme. Hat Superspaß gemacht und wird auf jeden Fall in 2004 wiederholt.

Zum Jahresabschluss verließen wir mal die trockene Halle und gingen ins SoleMio nach Stade zum Schwimmen und Relaxen.

Trainerin:

Bärbel Lühmann, Mühlenstr. 8, Hemmoor, Tel. 4236



Gespo-ÜL  
Birgit Griemsmann  
Lindenstr. 16 · 21745 Hemmoor  
Tel. 04771-8029

Übungszeit: Montag von 20.00 - 21.30 Uhr  
Turnhalle der Grundschule Basbeck



## Funktionelle Gymnastik für Frauen

In dem Berichtsjahr 2003 haben 12 Frauen regelmäßig an den Übungsabenden teilgenommen. Wir sind mit viel Spaß und Freude dabei und selbst am eigenen Geburtstag lässt man die Gäste allein zu Hause sitzen!!!!

Die Übungen umfassen schwerpunktmäßig Herz-Kreislauf-Training und Wirbelsäulengymnastik. Verschiedene Entspannungstechniken bilden den Abschluss einer Übungsstunde. Auch verschiedene Geräte wie zum Beispiel Stab, Reifen und Ball, aber auch Thera-Band, Tupe, Pezzi-Ball und Stepp-Brett werden eingesetzt.

Am 29. September schloss sich für einen Übungsabend die Fitness-Gruppe von Bärbel Lühmann an. Stepp war das Thema und wir hatten dann gemeinsam einen großen Spaß. Aus beiden Gruppen war zu hören, dass es eine Wiederholung geben darf.

In den Sommerferien ging es dann mit dem Fahrrad in die nähere Umgebung. Das Wetter war ja sehr gut und doch musste es wegen der Hitze einmal ausfallen.

Die Weihnachtsfeier fand bei Golsch in Hechthausen statt. Die Bahnfahrt ist bereits recht lustig und durch die Walking-Gruppe konnten wir auch dieses Jahr mehr Frauen in unserer Runde begrüßen.

Hiermit an Johanna Mohr recht herzlichen Dank für ihren 14-tägigen Einsatz. Sie ist eine große Hilfe für mich und der Gruppe. Danke Hanna!!

Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen bei uns mitzumachen. Schaut doch einfach mal vorbei.

Mit sportlichem Gruß  
Birgit Griemsmann



## **Berichte der Fußballjugendabteilung des SC Hemmoor**

Jugendobmann: Heinz Hellwege

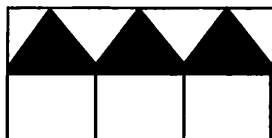
Stellv. Jugendobmann: Wilfried Rust

Mit Beginn der Saison 2003/2004 ist die Jugendfußballabteilung des SportClub Hemmoor auf 19 Mannschaften angewachsen. Im A- und B-Jugendbereich haben wir zur Zeit noch Spieler vom FC Basbeck/Osten die auf sogenannter Greencard bei uns spielen.

Mit Kalle Geerz ist es uns gelungen einen hervorragenden Trainer für die A - Jugend zu verpflichten , der im Moment auch die B1-Jugend mittrainiert da die Mannschaft gleich am Anfang der Serie sich mit Ihrem Trainer Josef Peter überworfen hatte. Hierfür noch einmal vielen Dank an Kalle Geerz.

Ich selber habe die B-Mädchen abgegeben an Marco Tietje weil uns ein Trainer für die B2- Jugend fehlte. Nach der Hinserie waren wir gezwungen die dritte D- Jugendmannschaft aus dem Punktspielbetrieb zu nehmen weil die zweite D- Jugend zu wenig Spieler hatte. Zu meinen großen Bedauern haben im Dezember auch noch die Trainerin der D- Mädchen Carola Hellwege und ihre Betreuerin Ingrid Trautmann aufgehört. Dieses hatte zur Folge dass ich jetzt auch noch eine Mädchenmannschaft trainiere. Machbar ist das auf längere Sicht hin nicht, deshalb suche ich auch verzweifelt nach einer neuen Trainerin.

Bedanken möchten Willy und Ich uns für das entgegengebrachte Vertrauen und hoffen auf weitere gemeinsame Arbeit mit Euch.



**Toborg**

**Möbelhaus + Tischlerei**

**Schützenstraße 6 · 21756 Osten**  
**Tel.: 0 47 71 - 23 44 · Fax 0 47 71 - 51 01**

**Wir sind für Sie da:**

**Montag - Freitag von 9.00 - 12.00 und 14.00 - 18.30 Uhr**  
**Samstag von 9.00 - 15.00 Uhr**

## **Mannschaftsbericht der A - Jugend**

Trainer: Kalle Geerz

Der 2. Tabellenplatz ist der derzeitige Stand.

Die A - Jugend ist im Augenblick noch mit Spielern bestückt die über die so genannte Greencard bei uns spielen, da es schwer ist eine eigene Mannschaft mangels Spielern zu melden. Die Trainingsbeteiligung bei einigen Spielern lässt zu wünschen übrig, deshalb mussten aus der B2 - Jugend schon Spieler nachrücken. Das Potential in der Mannschaft ist groß genug um in der Kreisliga oben mitspielen zu können, es wird aber von einigen Spielern nicht abgerufen.

## **Mannschaftsbericht der B1 - Jugend**

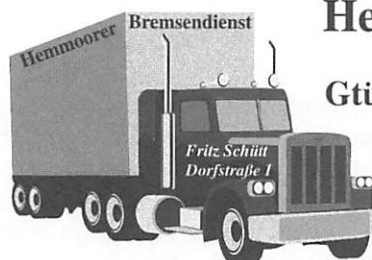
Die zu Beginn der Serie neu formierte erste B - Jugendmannschaft spielt nach Anfänglichen Schwierigkeiten zwischenzeitlich in der spielstarken Kreisliga Nord eine sehr gute Rolle. Sie steht zusammen mit den Mannschaften der JSG Am Dobrock sowie der JSG Neuenkirchen/Ihlenworth/Bülkau punkt - Und torgleich hinter dem Spitzenreiter Rot-Weiß-Cuxhaven auf einem guten Zweiten Tabellenplatz, in dem Pokalwettbewerb ist das Viertelfinale erreicht.

Die Qualität der Mannschaft um ihren Trainer Karl Heinz Geerz zeigte sich auch bei diversen Hallenturnieren, die äußerst erfolgreich abgeschlossen werden konnten. Hervorzuheben ist hierbei der erste Platz des jüngeren Jahrganges (1988) auf dem eigenen Turnier Anfang des Jahres, an dem insgesamt 18 Mannschaften teilnahmen. In diversen Freundschaftsspielen hat die Mannschaft bewiesen, dass sie auch gegen klassenhöhere Mannschaften bestehen und diese besiegen kann.

## **Mannschaftsbericht der B2 - Jugend**

Trainer: Heinz Hellwege / Daniel Knüppel

Mit 23 Spielern, viel Ehrgeiz und einer Menge Arbeit wurde in die Saison gestartet. Die Mannschaft die aus den Jahrgängen 87/88 besteht ist schwer zu leiten da zu viele unterschiedliche Typen vorhanden sind, der vorletzte Tabellenplatz ist bis jetzt herausgekommen und durch die Abgabe einiger Spieler an die A-Jugend ist eine Steigerung eigentlich unmöglich.



## Hemmoorer Bremsendienst

Gtü Stützpunkt • LKW Reparaturen  
SP-Werkstatt • Landmaschinen  
Schmiede

Telefon (0 47 71) 76 01 • Fax 82 48

Machen Sie  
(bei ausschließlich Einkünften aus  
nichtselbstständiger Tätigkeit) Ihre

### **Einkommensteuererklärung**

etwa immer noch selbst?  
Wir beraten Arbeitnehmer als Mitglieder ganzjährig.

Leiter Finanzwirt Dieter Wegner

Lohnsteuerhilfsverein HILO  
Hilfe in Lohnsteuerfragen e.V.  
Beratungsstelle Hemmoor

Neue Adresse: Stader Str. 36a  
21745 Hemmoor

Tel. (0 47 71) 64 20 47 • Fax (0 47 71) 64 20 48

# HILO

Arbeitnehmersteuern überall  
in Deutschland [www.hilo.de](http://www.hilo.de)



**NEUMANN WERBUNG  
HEMMOOR**

[www.neumann-werbung.com](http://www.neumann-werbung.com)

Farbkopie  
ab 70 Cent

Folienbeschriftungen und Aufkleber für:

Schaufenster - PKW - LKW - Motorrad - Schilder - Banner ✂

T-Shirt Bedruckungen:

Flock-Flex- und Farbdrucke ✂

Fotokopien in:

schwarz oder Vollfarbe ✂

Mousepads  
mit Ihrem Bild  
oder Logo  
bedrucken!



Peter Neumann - 21745 Hemmoor - Stader Str. 12

Tel. 0 47 71 / 60 26 33 - Fax 0 47 71 / 60 26 37 - Mobil: 01 73 / 735 16 93

**Stern  
Apotheke**



Dr. Hermine Schuster

Schützenweg 8  
21745 Hemmoor  
Telefon 047 71-33 66

## **Mannschaftsbericht der C1**

Trainer H.-D. Tiedemann / Lasse Weritz

Nach drei Vorbereitungsspielen ( 1U, 2 S ) konnte im ersten Punktspiel gegen den Mitfavoriten JSG Am Dobrock in Cadenberge ein Unentschieden erzielt werden. Anschließend ging die Mannschaft nach sämtlichen Spielen als Sieger vom Platz und wurde mit 22 Punkten und 68:9 Toren Herbstmeister der C- Junioren Kreisliga 2 . In den Herbstferien wurden in Buxtehude im Rahmen eines fünftägigen Trainingslagers zwei Freundschaftsspiele ausgetragen, die ebenfalls gewonnen wurden. Wenn es gelingt diese guten Leistungen auch nach der Winterpause zu zeigen sollte zumindest der Staffelmester im Rahmen der Möglichkeit liegen, wenn nicht noch mehr. Herauszuheben ist die ausserordentliche gute Trainingsbeteiligung und die Disziplin, die die Mannschaft an den Tag legt. In der Hallenrunde schied die Mannschaft schon in der Vorrunde etwas unglücklich aus.

## **Mannschaftsbericht der C II**

Trainer: Horst Domann / Dirk Grell

Da die 2. - C Junioren jahrgangsmäßig gemischt ist wurde vor Saisonbeginn das Ziel nicht sehr hoch gesetzt. Hinzu kam, dass neue Spieler in die Mannschaft integriert wurden die aber gut dazu passen. Die Mannschaft überraschte durch gute Leistungen und belegt im Moment einen ausgezeichneten fünften Rang in der Kreisliga.

## **Mannschaftsbericht der C III**

Trainer: Peter Schüler

Zunächst nur als Notlösung gedacht hat sich aus dem anfangs sehr kleinen Stamm durch Eigeninitiative und durch die Hilfe einiger Spieler eine inzwischen konkurrenzfähige Mannschaft entwickelt. Obwohl es in der Saison Niederlagen hagelte sind die Ergebnisse im Laufe der Hinrunde besser geworden. Dank sehr guter Trainingsbeteiligung besteht berechnete Hoffnung in der Rückrunde noch das eine oder andere Erfolgserlebnis zu verbuchen.

## **Mannschaftsbericht D1**

Trainer Jörg Prinz / Michael Schneider

Die D1 Mannschaft des SC Hemmoor ist mit 27:0 Punkten und 51:5 Toren Herbstmeister geworden.

Trainer Jörg Prinz und Co-Trainer Michael Schneider waren mit der Leistung ihrer Spieler mehr als zufrieden. Herausragende Spieler waren Mannschaftsführer Pascal Donwen mit 17 Treffern davon alleine 5 Treffer gegen Verfolger JSG BIOS und mit 14 Treffern Bastian Feil, die sich im Angriff fast blind verstehen. Torwart Class Rückleben und seine Abwehrleute ließen den gegnerischen Mannschaften auch nur 5 Treffer zu. In die Rückrunde kann die D1 mit 5 Punkten Vorsprung auf den 2. Platzierten starten. Natürlich wollen sie an die Leistung der Hinrunde anknüpfen und die Tabellenführung verteidigen.

## **Mannschaftsbericht der D II**

Trainer: Willy Rust - ab November mit Sören Mahler und Sven Sander

Die Mannschaft der D II-Jugend wartet in der laufenden Saison auf den Durchbruch. Aufgrund fehlender Spieler musste die dritte Mannschaft aus der Punktspielrunde genommen werden, das hat zur Folge das sich der ganze neue Kader erst noch zusammenfinden muß. Nach dem Ausfall von Willy Rust ist das für die beiden jungen Trainer eine große Herausforderung welche die beiden aber mit viel Elan angenommen haben. Bei inzwischen 22 Kindern steht das Trainergespann der Zukunft der Mannschaft positiv entgegen.

## **Mannschaftsbericht E1**

Trainer Uwe Dankers / Christian Teubner

In der Spielserie 2003 / 2004 ist die E1 des SC Hemmoor mit 15 Punkten klarer Tabellenzweiter nach einer unglücklichen Niederlage in Lamstedt. Die Stürmer Marc Dankers, Max Steier, Malk Riggers, Nick Schröder und Azad Topcu erzielten die 39 geschossenen Tore ihrer Mannschaft.

In der laufenden Hallenkreismeisterschaft nimmt die Mannschaft am 22.02.2004 an der Endrunde der letzten acht in Neuenwalde teil. Vor- und Zwischenrunde überstanden die E-Jugendlichen mit 9 Siegen und einem Unentschieden bei 25:1 Toren, wovon die Stürmer 23 erzielten. Dieses Ergebnis zeigt deutlich die sehr gute Leistung der Abwehrspieler Alexander Hagenah, Max Fritsche, Max Müller, Hendrik Ebeling und Arik Tiedemann und dem sehr guten Torhüter Joost Tampke. Im November 03 wurde ein Hallenturnier mit „internationaler Beteiligung“ aus Bremen, Bremerhaven, Visselhövede, Otterndorf und Nachbarvereinen veranstaltet.

Das Trainergespann Christian Teubner und Uwe Dankers möchten sich. Auf diesem Wege für die tolle Unterstützung der Eltern bedanken.

## Mannschaftsbericht der E II

Trainer: Kasel Gehrman

Die E II Jugendmannschaft konnte die Hinserie in ihrer Spielklasse auf dem siebten Tabellenplatz abschließen, durch Mannschaftsinterne Probleme (Weggang von zwei Stammspielern) ist es im Moment schwierig eine ordentliche Linie in die Mannschaft zu bekommen, aber wir arbeiten daran.



## Mannschaftsbericht E3

Trainer Bernd Kulessa / Dirk Schaars

Die E3- Jugendmannschaft des SC Hemmoor ist ab dem Sommer 2003 mit 14 Kindern in den Spielbetrieb gestartet. Aufgrund der großen Begeisterung wurden sogar Trainingstage in den Sommerferien angeboten. Dieses wurde auch von Kindern die nicht in den Urlaub gefahren waren genutzt.

Am 29. August wurde das erste Punktspiel erfolgreich mit einem 1:0 Sieg bestritten. Die Hinrunde ging dann, den Möglichkeiten entsprechend, für die Betreuer erfolgreich weiter. Am Ende der Hinrunde belegte die E3 dann einen guten 6. Platz. In der Winterpause wurde an zahlreichen Hallenturnieren teilgenommen. Höhepunkt der Winterpause war unser eigenes Hallenturnier mit der Teilnahme von St. Pauli, HSV und Stade. Dieser Kontakt sollte auch seitens des Vereins weiter aufrecht erhalten werden.



# JÜRGEN SCHÜTT

Heizung • Sanitär • Lüftung  
Öl- und Gasfeuerungs-Kundendienst

21745 Hemmoor • Herrlichkeitstraße 105 • Telefon 0 47 71/73 71 • Telefax 0 47 71/75 60

**Wilhelm  
Weber  
Elektro**

**Beratung  
Planung  
Verkauf  
Installation  
Service**

Inh. Kai Weber

21745 Hemmoor • Tel. 0 47 71/22 13

## Rad fahren wie auf Wolke sieben!

Bandscheibenräder in großer Auswahl. Kommen Sie zur Probefahrt!



Bornhorstweg 4  
21745 Hemmoor

Reparaturen von Fahrrädern  
Haushaltsnäähmaschinen  
Industrienähmaschinen  
und Verkauf

**Erich Will**

Der Fachmann  
für alle Fabrikate  
Tel. (0 47 71) 78 43  
Fax (0 47 71) 82 81

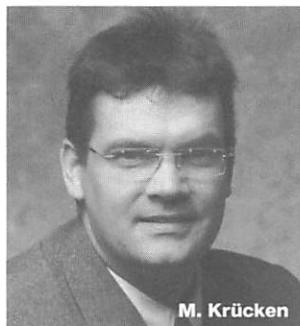
**Wir führen für Sie**

**Markenfahrräder der Spitzenklasse**

• **RABENEICK • PATRIA**  
• **CENTURION • CONWAY**

**und HARTJE-**

**MANUFAKTUR-FAHRRÄDER**



**M. Krücken**

Bei uns sind Sie in *guten* Händen.

**VGH Vertretung**

**Markus Krücken e.K.**

Stader Straße 19-21 • 21745 Hemmoor  
Tel. 0 47 71/64 27 93 • Fax 0 47 71/64 27 94

Markus.Kruecken@vgh.de

... fair versichert

**VGH**

Finanzgruppe

## **Mannschaftsbericht der E IV**

Trainer: Marco Mischak

Die E IV - Fußballjugend Mannschaft des SC Hemmoor ist mit bisher einem Punktgewinn Tabellenletzter aber die Moral in der Mannschaft ist gut und durch rege Beteiligung am Training, ich habe 12 Spieler, gehen wir zuversichtlich in die Rückserie.

## **Mannschaftsbericht der F I**

Trainer Volker Dankers / Markus Teske

Die Mannschaft besteht aus 16 Kindern, davon 11 Kinder Jahrgang 95 und 5 Kinder Jahrgang 96. Hallenkreismeisterschaft Vorrunde sind wir von 7 Mannschaften Dritter geworden und damit ausgeschieden. Wir hatten 10 Punkte und 2:0 Tore, uns fehlte 1 Tor zum weiterkommen.

Spielbetrieb auf dem Rasen: Wir sind von 9 Mannschaften Tabellen 5. Mit einer durchschnittlichen Leistung stehen wir auf Platz 5, teilweise fehlte die Motivation und die Zuverlässigkeit einiger Spieler was aber besser geworden ist. Auf die Abwehrleistungen und den Torwart lässt sich aufbauen. Wir freuen uns auf die Rückrunde.

## **Mannschaftsbericht der F II**

Trainer: Burkhard Senkbeil / Stan Meier

Der zweite Tabellenplatz der F2 - Mannschaft zeigt das die beiden Trainer eine hervorragende Arbeit leisten. Das Augenmerk wird darauf gelegt diesen Platz zu halten, da es schwer sein wird den Tabellenführer noch einzuholen.

## **Mannschaftsbericht der G - Jugend**

Trainer: Stan Meyer / Manfred Papengut

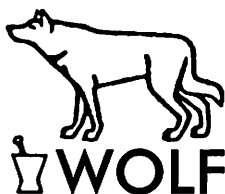
Die Trainingsbeteiligung liegt im Schnitt zwischen 20 und 25 Teilnehmer.

Zur Freiluftrunde haben wir nicht gemeldet, da in der Staffel 2 Mannschaften aus Cuxhaven waren. Für eine Spielzeit von 2x15 Minuten und Spieltag Montag war uns dieser Aufwand einfach zu groß. Es wurden insgesamt 4 Freundschaftsspiele durchgeführt, die alle zweistellig Gewonnen wurden.

An insgesamt 5 Hallenturnieren wurde bisher teilgenommen. Die erste Mannschaft gewann von 4 Turnieren drei, wobei kein Gegentor eingefangen wurde. Die zweite Mannschaft nahm bisher an einem Turnier teil und wurde guter Zweiter. In der Hallenkreismeisterschaft fanden bisher 4 Vorrundenturniere statt. Alle Vorrunden haben wir bisher gewonnen, wobei wir nur ein Gegentor (Eigentor) eingefangen haben. Das Halbfinale haben wir mit 9:0 Punkten und 9:0 Toren beendet. Am 07.03.2004 findet das Finale ab 10:00 Uhr in der Sporthalle in Bederkesa statt. Am gleichen Tag nimmt die 2. Mannschaft an einem Turnier in Wischhafen teil.

*Bei Gesundheitsfragen:*

# Rathaus- Apotheke



- Kompressionsstrümpfe
- Bandagen
- Inkontinenzartikel
- Ernährungsberatung
- Impfberatung für Fernreisen

Verleih von:

- Babywaagen
- Milchpumpen
- Sauerstoffgeräten
- Inhalationsgeräten

Messung von:

- Cholesterin
- Blutzucker
- Blutdruck
- Wasserqualität

*... denn bei uns werden Sie gut beraten*

Montag - Freitag 7.30 - 19.00, Samstag 8.00 - 13.00 Uhr  
21745 Hemmoor · Zentrumstraße 11

Tel. 0 47 71 / 6 50 40 · Fax 65 04 40 · Freecall: 08 00 / 650 40 00

email: [rathaus.apotheker.hemmoor@t-online.de](mailto:rathaus.apotheker.hemmoor@t-online.de) · Internet: <http://www.apotheker-wolf.de>

## ***Große Feste feiert man am besten in der Festhalle Osten.***



Für gemütliche Abende  
empfehlen wir Ihnen  
die „Gerichtsklausen“ in Osten.

An einem Samstag  
im Monat haben wir noch  
einen Kegeltermin frei!

Nähere Informationen:

Klaus Licht 0 47 71 / 23 71 u. 4381



## Bericht B -Mädchen

Trainer Marco Tietje

Die Mannschaft besteht aus 13 Spielerinnen (2 von Jahrgang 87) (2 von Jahrgang 88) (4 von Jahrgang 89) (5 von Jahrgang 90). Dabei könnten sie noch 1-2 Jahre C-Mädchen spielen. Die beiden 87er habe ich zur Rückserie zu den Damen abgegeben. Ich darf nicht mehr als 11 Spieler beim Punktspiel einsetzen sonst müsste ich immer 2 zuhause lassen. Wir haben nur 5 Mannschaften in unserer Staffel, das wären Langen, Wanna, Düring, Stotel/Nesse und SC-Hemmoor. Wir belegen zurzeit den 2. Platz mit 9 Punkten und 19:3 Toren. Wir hatten im 1. Spiel gegen Langen Pech, vorne nicht getroffen und hinten die Tore bekommen. Die anderen Spiele haben wir sicher gewonnen. Zur Rückserie werden wir noch mal Angreifen, um noch Staffelsieger zu werden. In der Halle sind die Mädchen auch sehr erfolgreich. So konnten wir am 7.2.04 den Hallenkreismeister in unserer Halle feiern. Am 8.2. belegten wir in Nordholz auch den 1. Platz. Dazu kommen noch ein 2. Platz in Bederkesa und ein 4. in Abbehausen (Nordenham). Am 21.2. haben wir dann die Bezirksmeisterschaften in Rotenburg, da werden wir noch mal alles geben um vielleicht eine Sensation zu schaffen.

# Nowak

macht Ihr Auto fit!



Kfz.-Meisterbetrieb  
Westersoder Schulstr. 14

**H E M M O O R**  
04771 / 6502-0

Rundum-Service • Motor-Elektronik-Diagnose  
HU/AU • Unfallinstandsetzung • Achsvermessung

IHR PARTNER FÜR ALLE AUTOMARKEN

## ADOLF SCHULZE

### GETRÄNKE - GROSSHANDEL

**Inh.: Günter von Aspern**

Hauptstr. 60 • 21745 Hemmoor  
Telefon (0 47 71) 20 59 0 • Fax (0 47 71) 55 35

### Lebenshilfe e.V.

Kreisverband Land Hadeln  
Am Schulzentrum 8 • 21745 Hemmoor  
☎ 04771-3662 oder 4544



**Pädagogische Frühförderung**  
**Kindertagesstätte mit Integrationsgruppe**  
**Heilpädagogischer Kindergarten • Wohnstätte • Wohngruppe**



- Fachinstallation =  
Qualität + Sicherheit

## Friedrich Tenner

**Elektro • Licht • Kraft • Wärme • Kälte**  
**Verkauf • Reparatur • Kundendienst**

21745 Hemmoor • Stader Straße 25 • Tel. (0 47 71) 21 23 • Fax 38 30

## **Mannschaftsbericht der C- Mädchen**

Trainerin: Doris Gehrman

In der C1 Mannschaft befinden sich zur Zeit 15 Mädchen, die sich mit sehr viel Energie und Ehrgeiz am Fußball betätigen.

Nachdem die Mädchen sich zusammengefunden haben, sind sie gut in die Saison gestartet und stehen in der C - Juniorinnen Kreisklasse auf einem guten 2. Platz mit 20:8 Toren und 21 Punkten. In der Winterpause haben die Mädchen an zahlreichen Turnieren teilgenommen.

## **Bericht D - Mädchen**

Trainerinnen: Carola Hellwege / Antonia Bredenbals

Zum Anfang der neuen Serie bekamen wir im Mädchenfußballbereich durch einige junge Mädchen Verstärkung. Für diese jungen Spielerinnen konnten wir Carola und Antonia als Trainer gewinnen. 10 Spielerinnen sind es zur Zeit, welche aus den Jahrgängen 1992 bis 1997 kommen.

Gemeldet haben wir die Mädchen zum Punktspielbetrieb in den Kreis Stade da es in unserem Kreis nicht genügend Mädchen jüngeren Jahrgangs gibt um eine eigene Staffel aufzumachen. An Hallenturnieren haben die jungen Mädchen schon teilgenommen mit durchschnittlichem Erfolg. Kurz nach Beginn der Punktspielserie sprang Ingrid Trautmann noch mit ins Boot, weil Antonia zeitliche Probleme bekam.

Im Dezember wurde mir dann mitgeteilt, dass Carola Hellwege aufhört, um so überraschter war ich als auch noch Ingrid Trautmann sagte das sie aufhört.

Für diese Mädchenmannschaft suche ich deshalb schnellstens eine oder einen Trainer. Ich möchte diese Mannschaft nicht aufgeben, da sie mit zum Unterbau der Damen gehört. Danken möchte ich auf diesem Wege Jörg Wagener und Karin Hönicke, die immer Bereit sind auszuweichen.

Mit sportlichem Gruß Heinz Hellwege

## **Mannschaftsbericht der Damen**

Trainer Henry Weigt

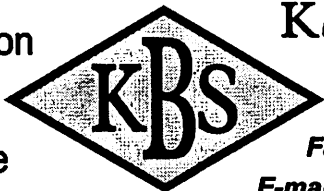
Nachdem Marco Tietje das Amt des Trainers im Damenbereich kurzfristig abgegeben hatte, übernahm nach einigen Gesprächen Henry Weigt die Leitung der Damenmannschaft. Anfängliche Schwierigkeiten, die darin bestanden, dass einige Damen aufgehört haben, konnten im Laufe der Hinserie durch Spielerinnen aus Freiburg und durch B - Jugendliche ausgeglichen werden. Als Co. Trainer konnten wir durch das Wechseln der Spielerinnen aus Freiburg Michael von Allwörden noch dazugewinnen. Um spielerisch zusammenzufinden brauchte es natürlich Zeit, so dass die Hinserie nicht ganz optimal lief. Für die Rückserie hat man sich deshalb einiges vorgenommen.

# Tiedemann

*Heizung  
Sanitär  
Klima*

Stader Straße 81  
21745 Hemmoor  
☎ (0 47 71) 24 53 / 37 11  
☎ (0 47 71) 52 51  
[www.tiedemann-hemmoor.de](http://www.tiedemann-hemmoor.de)  
[j.tiedemann.heizung.sanitaer@t-online.de](mailto:j.tiedemann.heizung.sanitaer@t-online.de)

Kommunikation  
Beratung  
Service



Kurt Masurkewitz  
Hauptstraße 33  
21745 Hemmoor  
Tel.: 0 47 71 - 65 22 9-0  
Fax: 0 47 71 - 65 22 9-30

E-mail: [kbs@masurkewitz.de](mailto:kbs@masurkewitz.de)

## Verkauf und Reparatur von Büromaschinen

### BESCHRIFTUNGEN

### Textildruck

farbige Kopien  
schon ab  
50 Cent

**"DER COPYSHOP"** s/w  
Kopien  
-schon ab  
5 Cent

## **Mannschaftsbericht der Alten Herren und Ü - 40**

Trainer Paul Döring

Bei den alten Herren und den Altsenioren kann man mit der Hinrunde 2003/2004 sehr zufrieden sein. Beide Mannschaften stehen zur Halbzeit auf einem guten vierten Tabellenplatz.

Nach 9 Spielen haben die alten Herren 15 Punkte eingefahren und ein Torverhältnis von 23:12 Toren. Die Altsenioren (Ü40) haben nach 8 Spielen 12 Punkte und ein Torverhältnis von 21:17 Toren. Beide Mannschaften haben an 9 Hallenturnieren teilgenommen.

Unser Training in der Winterpause in der Gymnasiumsperthalle war durchschnittlich mit 15 Fußballern sehr gut besucht und hat allen viel Spaß gebracht. Da unser Kader in beiden Mannschaften aus 35 Fußballern besteht, ist es für mich als Trainer sehr schwierig immer das richtige Händchen zu finden. Trotz mancher Probleme macht mir die Arbeit immer noch sehr viel Spaß. Die Rückrunde beginnt für die Alten Herren am 19.03.04 in Bornberg, für die Ü 40 am 23.03.04 zu Hause gegen Hechthausen.

Nach langem zähen Ringen ist es mir gelungen 2 Sponsoren zu finden, die beide Mannschaften mit Trainingsanzügen ausstatteten, die wir dann im Dezember bekommen haben. Auf diesem Wege nochmals vielen Dank an Arno Algie und Michael Skaritsch für die Trainingsanzüge.

### **Halbzeitbilanz 1. Herren**

In der laufenden Kreisligasaison belegt die Mannschaft den 8. Tabellenplatz. Im Kreispokal steht man im Viertelfinale und trifft auf den TSV Bederkesa. Die Mannschaft hatte in der laufenden Saison mit viel Verletzungsschmerz und beruflicher Abwesenheit zu kämpfen. Die Elf um Trainer Egon Hardekopf hat sich für die Rückrunde noch viel vorgenommen. Die Stimmung innerhalb der Mannschaft ist hervorragend, sodass man hofft, noch unter die ersten fünf zu kommen.

### **Mannschaftsbericht der 2. Herren**

Trainer: Jürgen Wende

Nach der errungenen Meisterschaft in der Zweiten Kreisklasse fing die Serie in der 1. Kreisklasse für uns ganz gut an, so dass wir nach der Hinrunde den 4. Tabellenplatz belegten. Durch Veränderungen im 1. Herrenbereich musste ich meine stärksten Spieler (Schattenmann, Suhr und Mischak) abgeben, was uns natürlich gehörig aus dem Gleichgewicht brachte. Aber gerade deshalb haben die Mannschaft und ich uns gesagt „jetzt erst recht“ und liegen nach den bisher absolvierten Spielen auf einem guten 7. Tabellenplatz, welchen wir auch bis zum Saisonende mindestens halten wollen.

Gruß Jürgen Wende

- Freundlich
- Kompetent
- Zuverlässig



Zentrumstr. 13a · 21745 Hemmoor  
Tel.: 0 47 71 - 34 99 · Fax: 0 47 71 - 58 07 80

Öffnungszeiten  
Mo - Fr. 8:00 Uhr bis 18:30 Uhr  
Sa 9:00 Uhr bis 12:30 Uhr

## Unsere Leistungen

- Partner aller Krankenkassen
- Sofortreparaturdienst
- Hol- und Bringservice
- Augenglasbestimmung
- Computerglasberatung und -Berechnung
- Kostenloser Richt- und Reinigungsservice

## Gymnastik

Übungsleiterin:  
Helga Suhr  
Auf den Äckern 19  
21745 Hemmoor  
Tel.: 04771-7500

Übungszeit:  
Mittwoch: 19.00 -21.00 Uhr  
Turnhalle der Grundschule  
Althemmoor



Die Gymnastikgruppe Althemmoor ist mit 26 Personen gut besucht. Die Übungen, die das Aufwärmen, Dehnen, Muskelstärkungen, Gleichgewichtsübungen und diverse Lauf- und Ballspiele beinhalten, sind so abgefasst, dass auch nicht so gut durchtrainierte Sportlerinnen Spaß an den Übungen haben. Dies alles geschieht meistens mit flotter musikalischer Untermalung. Hierbei steht die Olympische Idee im Vordergrund: „Dabei sein ist alles!“.

Die Sportgruppe hat im Sommer dieses Jahres einen Kurztrip an die Müritz unternommen.

Es wurde die nähere Umgebung der Müritz mit dem Fahrrad erkundet.

Um auch in den Schulferien nicht einzurosten, unternimmt man Fahrradtouren durch die heimische Gegend. Den Abschluss des Sportjahres 2003 bildete eine gemütliche Weihnachtsfeier im Schützenpark Warstade.

Helga Suhr





**backt natürlich  
ideenreich –  
einfach gut.**

**Bahnhofstr. 4 • 21745 Hemmoor • Tel. (0 47 71) 53 00**

**Neubau, Umbau, Ausbau, Renovierung!?**

**Ihre Finanzierung sollte wasserdicht sein.**

**Ich berate Sie gerne. Rufen Sie mich an.**



**Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause. **

**LBS-Bezirksleiterin  
Rita Mahler**

**Alter Postweg 35, 21745 Hemmoor  
Tel. 04771/3975 Fax 04771/5345**

**Gardinenstübchen**

**Klaus Winter · Raumausstattermeister**



**Modische Fensterdekoration  
Teppichböden und Polsterei  
Fliegen- und Sonnenschutz  
Tischwäsche und Kissen**

**Am Schulzentrum 6 · 21745 Hemmoor  
Telefon 0 47 71-49 07 · Fax 04771/4985  
E-Mail: GardinenstuebchenWinter@t-online.de**

**Das Wirtshaus am Kreidesee**

**Kaiserhof-Kulisse**

**Restaurant - Bistro**

**Hauptstr. 143 · 21745 Hemmoor**

**Telefax (0 47 71) 29 28 · Telefon (0 47 71) 24 00**

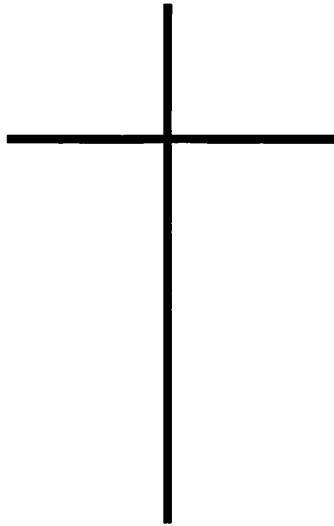
## Gymnastik

mittwochs von 19:00 – 20:00  
in der Turnhalle „Alter Postweg“

Übungsleiterin:  
Ines Nagel, Tel.: (04771) 3998

Unsere Gruppe trainiert mit ca. 20 Frauen im Alter zwischen 20 und 60 Jahren. Nach der Zusammenlegung der Vereine hat sich die Teilnehmerzahl unsere Gruppe im letzten Jahr erhöht. Wir bieten Gymnastik von Kopf bis Fuß an. Im Anschluss an eine ausgedehnte Aufwärmphase werden mit verschiedenen Handgeräten unterschiedliche Schwerpunkte im Training gesetzt. Die Übungsabende werden durch Musik begleitet. Unser Ziel besteht darin, dass jede Frau entsprechend ihrer individuellen Leistungsfähigkeit gefordert wird, denn neben der sportlichen Bewegung haben auch der Spaß und die Freude am Miteinander einen großen Stellenwert. Wie im letzten Jahr haben wir in diesem Jahr das „Feuerwerk der Turnkunst“ in Fredenbeck besucht.





**Wir gedenken unserer  
verstorbenen Mitglieder**

Jens Michnick

† 29. Juni 2003

Kurt Wobser

† 8. Oktober 2003

Daniel Müller

† 11. Februar 2004

Irmgard Schulze

† 15. Februar 2004

## Hemmoorer Bahnhofstraßenfest - wir waren dabei!

Auch im Jahr 2003 fand das Bahnhofstraßenfest bei herrlichem Wetter unter Beteiligung des SportClub Hemmoor statt. Dank der Mithilfe vieler Abteilungen konnten wir ein recht abwechslungsreiches und buntes Angebot präsentieren. Neben einem reinen Infostand (mit Videopräsentation der Abteilungen des SportClubs) haben sich verschiedene Abteilungen auf unterschiedliche Weise präsentiert. Es gab Vorführungen der Boxabteilung, der Volleyballabteilung sowie der Fit-For-Fun-Gruppe, die viel Beachtung fanden. Die Korbball- und die Tennisabteilung haben mit lustigen Spielen für Abwechslung gesorgt. Nicht zu kurz kam auch der leibliche Genuss: der Verpflegungsstand von Ute Schwiemann's Kinderturngruppen war stets gut besucht. Ein Novum war hier der abendliche Verkauf von frisch gebratenen Spiegeleiern auf Schwarzbrot, der viele Besucher anlockte (darunter auch den Vorsitzenden der CDU-Fraktion im Niedersächsischen Landtag, David Mc Allister und seine Frau).

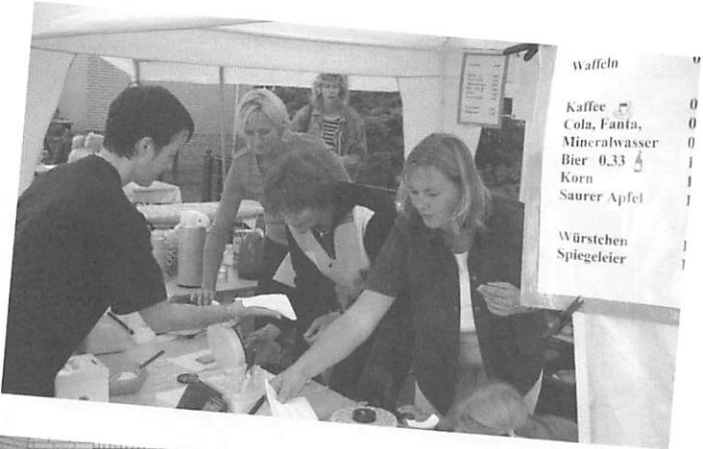
So war der Stand des SportClub Hemmoor bis zum „Zapfenstreich“ um 23.00 Uhr Anlaufstelle für die Besucher des Bahnhofstraßenfestes (wer weiß, wie lang es noch gegangen wäre, wenn nicht die Organisatoren des Festes die ‚letzte Runde‘ eingeläutet hätten).

Abschließend waren sich alle Beteiligten einig: Das war ein gelungener Auftritt! Schon am Abend wurden neue Pläne für das nächste Bahnhofstraßenfest geschmiedet!

Der Vorstand bedankt sich auf diesem Weg bei den Hauptorganisatorinnen, Birgit Griemsmann und Ute Schwiemann, sowie allen Sportkameradinnen und Sportkameraden die durch Ihre Mithilfe und Präsenz zur positiven Darstellung des SportClubs beigetragen haben!



# Hemmoorer Bahnhofstraßenfest



Wir waren dabei!



--- Probekblock immer kostenlos !!! ---

Gewerbegebiet-Hemmoor

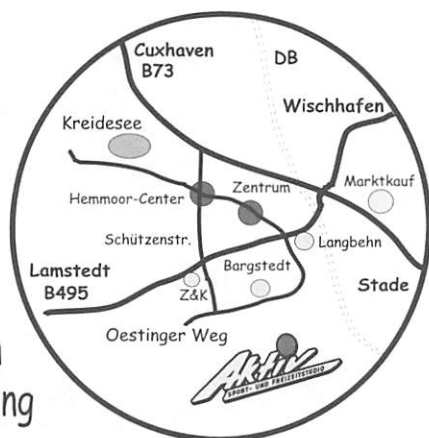
Oestingner Weg 25

Tel.: 04771-3777



Eine sehr gute Adresse, wenn Sie etwas für ihre Gesundheit machen wollen !!!

- \* Rückenschule (Sportarzt)
- \* Rückentraining
- \* Fitnesstraining
- \* Aerobic, Kinderaerobic
- \* Indoor-Cycling
- \* Thairobic
- \* Body-Pump
- \* Klima-Sauna
- \* Solarien für Jedermann
- \* Shop mit Sportbekleidung
- \* u.s.w.



Mo.-Fr. 9:30-12:30 u. 15:00-22:00 Sa. und So. 14:00-18:00

## Die Integrationsgruppe im SportClub Hemmoor

Übungsleiterin: Marlene Mehrkens  
Bockeler Ring 12  
27432 Brv-Bevern  
Tel. 04767/ 473

Auch im vergangenen Sportjahr wurden unsere Übungssamstage mal weniger und mal außerordentlich gut von unseren zurzeit 9 Sportler/innen besucht. Ab und zu schauten auch einmal ein paar „Neue“ vorbei. (Gäste, die für einige Tage in der Wohnstätte der Lebenshilfe zu Besuch waren.) Unsere Turner und Turnerinnen brachten sie dann oft auch gleich zu ihren Sportnachmittagen mit.

An den vielen Samstagnachmittagen haben wir wieder ein buntes Programm an unterschiedlichsten Übungen absolviert. Allzu viel Spaß hatten wir aber vor allem an den Trainingszirkeln, welche Marlene im Vorfeld auf unser Können und unsere Fähigkeiten hin abstimmte, plante und mit Anke, ihrer Assistentin aufbaute und durchführte. Dabei wurden unterschiedlichste Übungen von uns abverlangt: Übungen zur Schulung der Ausdauer, Konzentration, Wahrnehmung; Übungen, um unsere Muskeln zu stärken, zu dehnen oder zu entspannen, etc.

Zu Beginn eines jeden Übungssamstages steht immer die Aufwärmphase, die unterschiedlich gestaltet wird. Am liebsten aber wärmen wir uns durch Spiele auf, bei denen es meistens immer recht lustig zugeht. Im Anschluss daran werden verschiedene Aktionen und Übungen von uns absolviert: mal das Werfen von Sandsäckchen in einen Ring, mal das Springen über Bänke, mal das Rollen auf dem Pezziball, mal das Slalomlaufen mit den Teppichfliesen unter unseren Füßen und vieles mehr. Marlene, das könnt Ihr wohl glauben, lässt sich immer eine Menge an tollen Sachen für uns einfallen. Natürlich wiederholen wir in unseren zahlreichen Übungen auch Übungen, welche wir schon häufiger absolviert haben. Dadurch kann gewährleistet werden, dass sich diese bei uns verfestigen und wir sie das nächste Mal, mit weniger Anweisungen und Tipps durch Anke oder Marlene durchführen können.

Das Jahr 2003 war genauso aufregend, wie das Jahr davor. Im August nahm unsere Gruppe wieder an den Behindertenwettkämpfen in Bremerhaven teil. Bei supertollem Wetter und ausreichend Sonnenschein führten wir die von uns verlangten Übungen durch. Jeder nach seinem Können und seinen Fähigkeiten.

Dann erfuhren wir im Herbst, dass wir auf dem Herbstmarkt der Stadt Hemmoor mit unserer Gruppe auftreten sollten. Viel Zeit zum Üben blieb uns nicht, aber den Umgang mit den Bändern und dem Pezziball waren wir ja durch mehrere

Übungssamstage bereits gewohnt. So konnten wir letztendlich zwei verschiedene Übungen, einmal zu einem Partyhit und zum anderen zu einer sehr entspannt wirkenden Musik, mit den Rhythmiktüchern und dem Pezziball darbieten.

Den Jahresabschluss bildete in diesem Jahr unser Kegelnachmittag im Restaurant „Schützenpark“. Ihr könnt euch gar nicht vorstellen, wie viel Freude es uns allen gebracht hat. Alle Sportler/-innen räumten ein ums andere Mal das Feld nur so ab. Anke jedoch sammelte einen „Pudel“ nach dem anderen. („Pudel“ verlorengegangene Kegelkugel. Sie hat sich aber vorgenommen zu üben, damit es beim nächsten Kegelnachmittag nicht wieder so traurig für sie aussieht.) Danach stärkten wir uns mit einem guten Schluck Kaffee und verzehrten mit Genuss die köstliche „Himmelstorte“.

Wer nun Lust bekommen hat mit uns gemeinsam solch tolle Nachmittage zu erleben, sollte einfach mal vorbeischaun.

Übrigens möchte ich mich an dieser Stelle recht herzlich bei Marlene bedanken, welche an vielen Übungsnachmittage ohne meine Hilfe auskommen musste, da ich sehr oft aus unterschiedlichen Gründen verhindert war. Danke schön Marlene.

Bis dann. Eure Anke



## Jazzdance

mittwochs von 20:15 – 21:15  
in der Turnhalle „Alter Postweg“

Übungsleiterin:  
Ines Nagel, Tel.: (04771) 3998

Unsere Gruppe besteht aus ca. 14 - 16 Teilnehmerinnen. Wir haben keine besondere Zielgruppe, mitmachen können alle Frauen, die Spaß am Tanzen und musikalischer Bewegung haben.

Neben dem Erlernen eines Tanzes am Schluss der Übungsstunde werden vorher Schrittkombinationen erarbeitet und die Bewegungskoordination gefördert.

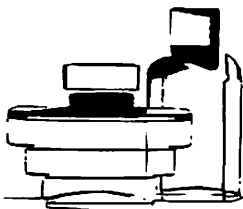
Darbietungen und Auftritte unserer Gruppe stehen nicht unbedingt im Vordergrund, unsere Fähigkeiten stellen wir jedoch auf Tanzgruppentreffen vor.

Auch außerhalb der sportlichen Vereinsaktivitäten fördert die Gruppe die Zusammengehörigkeit durch gemeinsame Unternehmungen.

Wer Lust hat bei uns mitzumachen, ist jederzeit herzlich willkommen.

Ines Nagel





*Parfümerie  
König*

Zentrumstraße 13A 21745 Hemmoor

☎ 04771 / 689111

**Damen-, Herrenbekleidung und Kinderbekleidung**

**Heimtextilien**

mode + textil

**SCHÜTT**

Hemmoor-Basbeck

**DER SPORTLADEN**  
**in Hemmoor**

Zentrumstraße 13a · 21745 Hemmoor · Telefon: 0 47 71/28 86  
[www.der-sportladen-in-hemmoor.de](http://www.der-sportladen-in-hemmoor.de) · e-mail: [info@der-sportladen-in-hemmoor.de](mailto:info@der-sportladen-in-hemmoor.de)

**Ihr Partner für**

**alle Fahrzeugmarken!**



**AUTOMEISTER Jörn Ipsen**

Lamstedter Str. 15, Hemmoor, Tel. 0 47 71/64 33 75



## JUDO



Wir betreiben Judo sowohl als Kampfsport wie auch als Freizeit/Breitensport, je nach Belieben und Fähigkeiten. Judo ist für jedes Alter geeignet, vom Erwachsenen bis zum Kind, die beim SC in unterschiedlichen Gruppen trainieren.

Unser gut ausgebildetes Trainerteam absolvierte auch im Jahre 2003 die notwendigen Fortbildungen zur Lizenzverlängerung, so dass vom A-Trainer bis zum Fachübungsleiter alles vorhanden ist. Neu im Team ist Timo Poley, der im Frühjahr erfolgreich den Trainer-Assistentenlehrgang des Landesverbandes absolvierte. Seine Fähigkeiten setzt er zusammen mit Dorothee Wiebusch in der Betreuung der "Mini-Gruppe" ein, Nachwuchs im Alter von 7-10 Jahre unter der Leitung von Nicole Steengrafe.

Die gute Betreuung gewährleistet für die SC Judoka die technische Weiterentwicklung, so daß insgesamt 87 Prüflinge eine neue Gürtelfarbe umbinden konnten. Auf Kreisebene bestanden Anna Saul und Katharina Diercks die umfangreiche Prüfung zum Blaugurt.

Viele Kreis- und Bezirks- und Bundeslehrgänge wurden besucht, u.a. konnten 16 Jugendliche ein Training bei einer ehemaligen Weltmeisterin absolvieren. Das Judo-Sportabzeichen legten im Sommer 28 Judoka im Rahmen eines Fitness-Wochenendes ab. Ein vereinsinternes Turnier lockte 30 Judoka auf die Matte im Alten Postweg.

Das offizielle Wettkampfgeschehen fand mit guter Beteiligung des SC Hemmoor statt, viele Plazierungen konnten erkämpft werden. Stellvertretend für viele sei genannt: ein Kreismeistertitel der U11 mit Philipp Mrnka, in der U14 die Teilnahme an den Landesmeisterschaften mit Niklas Läsche, Antonia Feenstra und Sönke Steffens und bei der U17-Jugend ebenfalls die Qualifikation zur Landesmeisterschaft durch Christian Voltmer.

Als Zuschauer genossen 25 Jugendliche und Erwachsene Weltklasse-Judokämpfe beim World-Cup in Hamburg.

Wer Interesse an unserem abwechslungsreichen Sport hat, ist jederzeit willkommen, egal wie alt oder wie sportlich/unsportlich er oder sie ist.

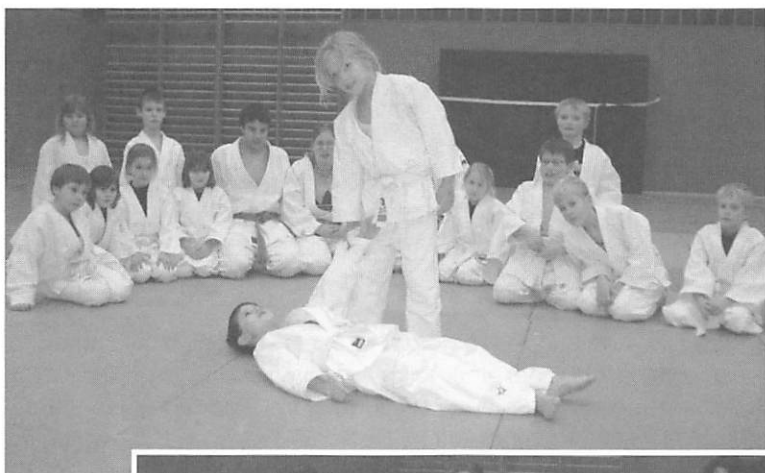
Kinder unter 12 Jahre können zurzeit leider nicht aufgenommen werden, da unsere Trainingsgruppen übertoll sind.

Trainer/innen: Bärbel Lühmann, Hartmut Schrage, Doris Pfanne,  
Nicole Steengrafe, Heidi Pfanne, Timo Poley, Anna Saul und  
Dorothee Wiebusch

Trainingszeiten: Montags 18.30 bis 20 Uhr  
Donnerstags 19.00 bis 20.30 Uhr  
Freitags Kinder und Jugendliche, 3 Gruppen 15 bis 20 Uhr

Trainingshalle: Hemmoor, Alter Postweg

Abteilungsleitung: Bärbel Lühmann, Mühlenstr. 8, Hemmoor Tel. 4236



## Abteilung Karate

Trainingszeiten:

Montag: 18.00 - 19.30 Uhr

Mittwoch: 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Zentrumssporthalle in Hemmoor

Leitung: Gerhard Bartschat, Nils Wiem



Neben den Trainingssitzungen zu den o.g. Zeiten wurden auch wieder viele Lehrgänge in ganz Deutschland bei namhaften Trainerinnen und Trainern besucht.

Immer wieder zeigte sich unseren Sportlern, dass nicht jeder höher graduierte Karateka auch über die entsprechenden technischen Fähig- und Fertigkeiten verfügt, die unsere Karateka gewohnt sind.

Die bei uns ausgebildeten Sportler können sich auf allen Lehrgängen nicht nur sehen lassen, sondern können dem jeweiligen Lehrgangsangebot gut folgen.

Diese Rückmeldung zeigt uns, dass wir, wie auch in den vergangenen Jahren auf dem richtigen Weg sind.

Für das Ende des Jahres 2004 sind noch zwei Dinge besonders erwähnenswert:

1. Obwohl unsere Abteilung leider nicht über eine Person verfügt, die sich intensiv gerade um unsere Karatekinder kümmern kann, hatten wir teilweise bis zu 15 Kinder in unserer Montagsguppe zu Gast.

Gerhard hat liebevoll für unseren jungen Nachwuchs Trainingssitzungen geleitet.

Hoffentlich schaffen wir es, mittelfristig jemanden zu finden, der sich nicht nur um das Training, sondern auch gerade außerhalb des Montagstrainings (gemeinsame Unternehmungen aller Art, Elterntreffen,...) um die Jüngsten kümmern kann...

2. Mit Ana-Maria, Sabine und Klaus haben wir drei neue Trainingspartner in der Oberstufe. Gerade Klaus macht uns allen klar, dass Karate nicht nur etwas für „Jungdynamiker“ ist, sondern auch gerade für junggebliebene Dynamiker!

**Klaus besucht regelmäßig und mit großer Intensität und Aufmerksamkeit mit seinen 70 Jahren unser Training!**

**Ein Vorbild und Idol für alle Trainierenden!**

Wir bitten alle Vereinsmitglieder, bei entsprechenden Gesprächen insbesondere darauf aufmerksam zu machen, dass man nie zu fortgeschritten an Jahren ist, um mit Karate zu beginnen.

Ich wünsche allen Trainierenden ein erfolgreiches und vor allen Dingen gesundes Jahr 2004!

Nils

Mein Friseur

**GEMMER**  
■ haar & haut ■

Birkenweg 5 · 21745 Hemmoor · Tel. (0 47 71) 73 23



## Nehmen Sie's sportlich!

### Oberste Ferienregel:

Die Welt ist rund und der nächste Urlaub ist immer der schönste. Wir machen uns bereits aus der Angebotsvielfalt einen Sport. Erleben Sie bewegende Momente bei Tennis, Bergsteigen, Mountainbiking, Tauchen oder Segeln. Und das ohne Klimmzüge beim Preis. Erste Übung: Joggen Sie zu uns ins TUI ReiseCenter.

 **TUI ReiseCenter**

Zentrumstraße 1-5, 21745 Hemmoor, Tel. 0 47 71 / 20 01, Fax 26 26  
[www.tui-reisecenter.de/hemmoor](http://www.tui-reisecenter.de/hemmoor)

## Ihr zuverlässiger und persönlicher Berater in allen Bestattungsfragen



Beerdigungsinstitut

**E. REYELT** Inh. A. Algie

Dorfstr. 11 · 21745 Hemmoor

Telefon (0 47 71) 6 50 60

## Kinderturnen in Basbeck

Grundschule Basbeck

Montags von 14.30-15.30 Uhr (für 4-6 jährige)

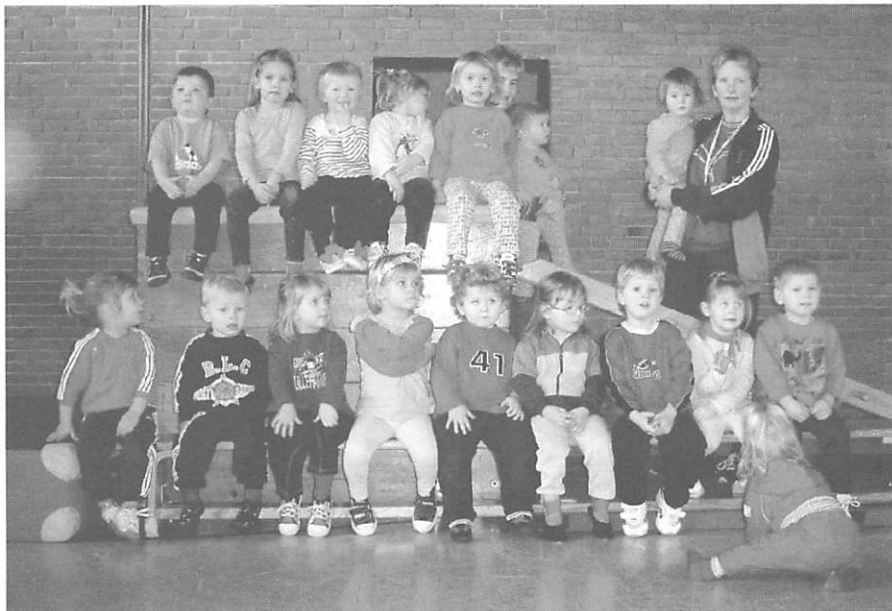
Montags von 15.30-16.30 Uhr (für 2-4 jährige)

Übungsleiterin: Ute Schwiemann Tel. 04771/4903



Reges Treiben herrscht am Montag in der Basbecker Turnhalle. Die erste Gruppe besteht zurzeit aus über 30 Kindern. Zu Beginn wird sich leicht aufgewärmt, dann wird geklettert, getobt oder mit Handtüchern, Wolldecken und Kissen gespielt. Zweimal durften die Kinder auch ihr Bobby-Car mitbringen und diese in der Turnhalle testen.

In der Mutter-Kind Gruppe geht es etwas ruhiger zu. Hier darf alles zusammen mit Mama und Papa getestet werden. Im September konnte die Gruppe an einem Wochenende (Sa. - So.) in der Jugendherberge Wüstewohlde teilnehmen. Eine Gruppe aus 30 Teilnehmern verbrachte dort ein tolles Wochenende. Bei der Abreise in der Jugendherberge verabschiedeten sich alle mit: „Bis zum nächsten Jahr!“.



Sanitär &  
Heizungsbau

Badboutique

Wohnliches rund ums Bad

Michael Mahler

Stader Str. 36a 21745 Hemmoor  
Tel. 04771-29 88 Fax 04771-54 42

[www.heizungsbau-mahler.de](http://www.heizungsbau-mahler.de)  
[info@heizungsbau-mahler.de](mailto:info@heizungsbau-mahler.de)  
[info@badboutique-mahler.de](mailto:info@badboutique-mahler.de)

direkt an der B73

## Ihre Wünsche

Ölzentralheizung, Brennwerttechnik und Solartechnik nach dem neuesten Stand der Technik.

Fachmännische, optimale, individuelle Ihren Wünschen entsprechende Badgestaltung.

Fachmännisch ausgeführte Klempnerarbeiten aus Kupfer, Edelstahl, Zink und Kunststoff.

## Unsere Leistung

Gemeinsame Planung mit Ihnen, individuelle Beratung, qualifiziertes Fachwissen, zuverlässige, fach- und termingerechte Ausführung der Arbeiten.



**Ob Umbau oder  
Neubau, wir bieten  
den Komplett-Service  
„alles aus einer  
Hand“, computerge-  
steuert auch vor Ort.**

**KÜCHE & Co**

**Die Küchen-Fachleute**

Inh. Norbert Mahler

**21745 Hemmoor · Stader Straße 36 a**

**Telefon (04771) 889767**

**[www.kueche-co.de](http://www.kueche-co.de)**

**e-mail: [hemmoor@kueche-co.de](mailto:hemmoor@kueche-co.de)**

## Jugendfreizeitfahrt zur Jugendherberge Wüstewohlde Vom 06.-08. Juni 2003 (Pfingsten)

Nach kurzer Besichtigung der DJH waren wir uns sofort einig, das unsere Freizeitfahrt diesmal nach Wüstewohlde gehen sollte. Die Anlage liegt sehr schön, mit Badesee, riesigem Spielplatz und vieles mehr.

Jeder fragte uns natürlich: „Wo liegt denn das?“ Antwort: „Bei Hainmühlen im Wald.“ Da die Jugendherberge nur 70 Betten hat, konnten wir 60 Kinder und 10 Betreuer mitnehmen. Die Anreise erfolgte mit den Vereinsbussen, einen Bus mit Anhänger der Firma Fliesen Plath und einem Schulbus mit Harald als Fahrer.

Nach der Begrüßung der Herbergsmutter Bärbel wurden die Zimmer verteilt, Betten gemacht und Koffer ausgepackt. Danach wurde der Spielplatz unsicher gemacht.

Am nächsten Tag ging es bei strahlendem Sonnenschein zum Badesee und am Abend nach dem Grillen wurde noch ein großes Lagerfeuer angezündet. Danach war das große Duschen angesagt, bei fast 30 Kindern unter 8 Jahre kann sich jeder vorstellen was da los war. Selbst die Betreuer in ihren Turnhosen waren nass.

Am Sonntag fuhren wir nach dem Mittagessen noch nach Flögel, zum Naturerlebnispfad. Auf der Rückfahrt wurden wir noch Zuschauer eines Naturschauspiels, denn in Lintig ging eine Windrose über die Felder.

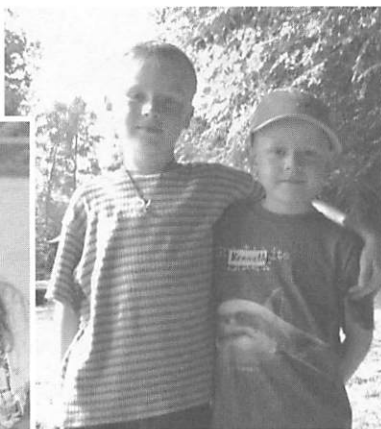
Im Zentrum wurden wir dann von den Eltern erwartet.

Die Betreuer fuhren dann zum Abschluss noch ins Cafe Jantzen. Wir haben beschlossen im nächsten Jahr wieder Pfingsten nach Wüstewohlde zu fahren.

Die Fahrt findet vom 28.05.-30.05.2004 statt.

Anmeldungen für Kinder im Alter von 4-11 Jahre nimmt U. Schwiemann unter 04771/4903 entgegen.

Zum Betreuerteam gehörten: Sabine und Jens Wilhelmi, Karin und Harald Hönicke, Ute, Wolfgang und Wiebke Schwiemann, Dirk Schaars und Birgit Griemsmann



## Turnen mit Kerstin

Nachdem im vergangenen Sommer Bärbel Peters ihre Turngruppe aus beruflichen Gründen aufgeben musste, hat nun mehr Kerstin Duken die Gruppe übernommen. Seitdem turnen 3 Jungen und 8 Mädchen, im Alter von 6 - 10 Jahren, wieder an jedem Montag in der Zeit von 16.30 - 17.30 Uhr zusammen in der Turnhalle der Grundschule Babeck. Die Kinder üben sich im Geräteturnen, spielen verschiedener Sportspiele, vollziehen akrobatische Übungen oder studieren kleinere Tänze ein.

Für den Kinderkarneval im Februar in Ohl's Gasthof, hat die Gruppe bereits seit Anfang Januar einen kleinen Zirkustanz einstudiert und geprobt.

Wer auch Lust hat, in dieser bunten Gruppe mitzuturnen - dann einfach mal vorbeischaun. Die Gruppe freut sich über Verstärkung.

**... investiere in DEIN ZUHAUSE  
und Du hast MEHR URLAUB !**



**DIE GANZE WELT DES BAUENS**

**zuhr & Köllner**



21684 Stade

21745 Hemmoor

[www.zuhr-koellner.de](http://www.zuhr-koellner.de)

Kuhweidenweg 7

Am Baumarkt 2

(0 41 41) 60 65 - 0

(0 47 71) 65 15 - 0

[info@zuhr-koellner.de](mailto:info@zuhr-koellner.de)

## Kinderturnen ... Kinderturnen ... Kinderturnen

Ansprechpartner und Übungsleiter:  
Wolfgang Winkelmann; Telefon 04771/ 2615

Übungszeiten:

Eltern-Kind-Gruppe

Montag 15 -15.45 Uhr

Vorschulkinder (4-7 Jahre)

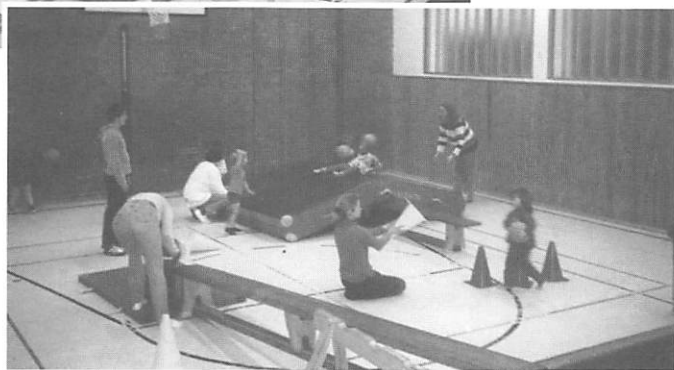
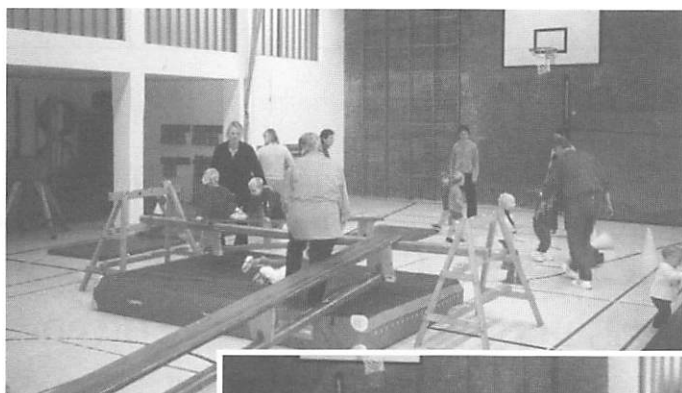
Montag 15.45 - 16.45 Uhr

jeweils in der TURNHALLE der GS Althemmaar

Auch im vergangenen Jahr 2003 waren wieder zahlreiche Kinder und Eltern in der Turnhalle der Grundschule Althemmaar MONTAGS ab 15 Uhr aktiv.

Gerätekombinationen fordern Mütter-Väter-Jungen und Mädchen zum Mitmachen auf. Dann wird geklettert, gerollt, balanciert, geschwungen und gesprungen, Ball gespielt, Reifen gerollt ...

- Rücksicht nehmen- das Selbstwertgefühl entwickeln- Selbstbewusstsein aufbauen- das Können verbessern- das sind Zielsetzungen für das „Gemeinsame Turnen“.



## **Kindersportgruppe für Grundschulkinder mit Wolfgang Winkelmann für Jungen und Mädchen von 7 bis 11 Jahren**

Übungszeiten: FREITAGS 15.30 - 17.00 Uhr  
Sporthalle Gymnasium Warstade

Seit über 30 Jahren wird "Kindersport" freitags in der Gymnasium Sporthalle angeboten - eine stressfreie und klassische Ergänzung zum Schulsport.

Benutzt werden die „Turngeräte“ Bock, Kasten, Barren, Reck - die Kletterstangen, die Tauen, die Sprossenwände und die Ringe sowie die Weichbodenmatten und die Trampoline.

In der großen Halle wird aber auch gelaufen und Ball geworfen, denn im Sommer üben alle auf dem Sportplatz für das SchülerSPORTABZEICHEN (ab 8 Jahre); werden die Bedingungen erfüllt, gibt es dann das Abzeichen in Bronze, Silber oder Gold.

Wer möchte da nicht mitmachen.

Wolfgang Winkelmann  
Übungsleiter



**Mahler's Malerei**  
**Inh. Malermeister Thomas Stüven**  
**Moderne Raumgestaltung**  
**Tapezierung - Anstriche**  
**Bodenbeläge**

**Hauptstraße 66 · 21745 Hemmoor**  
**Tel.: 0 47 71 / 28 85 · Fax: 68 80 64**  
**Privat: Feldweg 5**

## Korbball

Abteilungsleiterin: Martina Hottendorff  
Bahnhofstr. 1A  
21782 Oberndorf  
Tel. 04772 / 8082

Trainingszeit: Frauen und Jugendliche  
Dienstag 20<sup>00</sup> - 22<sup>00</sup> Uhr  
Turnhalle am Gymnasium



Trainer: Martina Hottendorff

Die Korbballsaison 2002 / 03 stand unter keinem besonders guten Stern für uns. Nachdem wir lediglich 1 Spiel für uns entscheiden konnten, blieb uns dann nur der letzte Tabellenplatz und somit der Abstieg in die Bezirksliga.

Da wir jedoch gern einige neue Spieler in unser Team integrieren wollten, empfanden wir den Abstieg als nicht so schlimm.

Die neue Saison begann dann auch gleich mit Siegen, so dass unser Team guter Dinge war. Doch aus Krankheitsgründen fielen plötzlich 2/3 der Spieler aus. Normalerweise ist dies kein Problem, da man den Spieltag aus triftigen Gründen mit Einverständnis aller Teams auf einen anderen Termin verlegen o. ggfs die Spiele an einem der folgenden Spieltage nachholen kann. Da jedoch eine von uns in der Hinrunde besiegte Mannschaft dem nicht zustimmte, wurde der ganze Spieltag für uns als verloren gewertet.

Demnach werden wir wohl mit einem mittleren Tabellenplatz rechnen können. Für die Zukunft werden wir uns halt überlegen müssen, ob wir einer Änderung des Spielplans noch mal einfach so zustimmen.

Zum Abschluss des Korbballjahres fand wie immer eine Weihnachtsfeier für Jugendliche und Frauen statt. Diesmal fuhren wir nach Hamburg und nahmen am „Dialog im Dunkeln“ teil. Diese Blindenführung im stockdunkeln übrigens von Blinden durchgeführt, war eine tolle Erfahrung für uns alle, die wir für unbedingt empfehlenswert halten.

Für diese tolle Idee möchten wir uns bei den Organisatoren Kerstin u. Maika bedanken. Es war wirklich toll.

Bleibt abschließend noch zu bemerken, dass uns Neuanfänger und Neugierige jederzeit beim Training willkommen sind.

Martina



**v.d. Mehden**  
**Börde Bäckerei**



Gesundes Backen  
mit Natursauerteig  
und jodiertem Meersalz!

**Wir haben die knusperfrischen  
Gute-Laune-Brötchen!**

**Lassen Sie sich von  
uns verwöhnen.**

Lamstedt

Kleine Str. 14-16 Tel. 0 47 73 / 302

Im Spar-Markt Tel. 0 47 73 / 80 64

Hemmoor

Hemmoor-Center Tel. 0 47 71 / 48 98

Im Extra-Markt Tel. 0 47 71 / 64 28 28



**Wir sind für Sie da!**

Krankenfahrten und Dialysefahrten • Kurierfahrten  
Kleintransporte • Flughafenentransfer • Gruppenfahrten bis 8 Personen

Torfweg 81a • 21745 Hemmoor • Fax 0 47 71-64 27 57 • Tel. **81 66**

**Wir versichern Niedersachsen  
und Hechthausen**

**VGH**

**Der größte Versicherer im Land**



Heinz Tiedemann e.K. Versicherungsbüro

Lindenweg 3 • 21755 Hechthausen • Telefon (0 47 74) 6 59 • Telefax (0 47 74) 8 96

## Laufgruppe

Von Hemmoor bis nach Dresden,

das ist die vergleichbare Strecke, die sechs Volksläufer im vergangenen Jahr bei 31 Wettkampfteilnahmen zurücklegten. Die Streckenlängen beliefen sich hierbei von 5,2 km bis hin zum Marathon (42,195 km).



Das ein Marathonlauf Disziplin, Ausdauer und eine intensive Vorbereitung verlangt, wussten auch Regina Langer, Michael Höck und Bernd Wiechert. Unbeeindruckt davon, haben die Läufer die Strapazen auf sich genommen und nahmen jeweils an einem „Königslauf“ teil.

Im April startete Regina Langer in Hamburg beim Hanse- Marathon. Beeinträchtigt durch einen leichten Muskelfaseranriss konnte sie nach 04:08:56 Stunden die Ziellinie überqueren.

Starken Gegenwind erfuhren Michael Höck und Bernd Wiechert beim Küstenmarathon in Otterndorf. Bei diesem Lauf stiegen die Windstärken von Runde zu Runde, dass sogar einige Top- Athleten aus der Region die Segel strichen und das Ziel nicht erreichten. Die Hemmoorer jedoch, haben dem Wind trotzen können in dem sie ihre Kräfte einteilten und das Lauftempo entsprechend angepasst haben. Nach 03:29:53 Stunden lief Michael Höck im Ziel ein. Bernd Wiechert benötigte für seinen ersten Marathon eine Zeit von 03:54:18 Stunden.

Günter Gumprecht, der dreimal für den SC - Hemmoor startete, konnte in allen Distanzen (21,1 / 17,8 und 10 Km) überzeugen. Seine stärkste Leistung erbrachte Günter in Otterndorf. Hier hat er sich für die 10 Km entschieden und erkämpfte sich nach 39:57 Minuten gegen 420 Konkurrenten eine hervorragende Placierung (Platz 22) in der Gesamtwertung.

Nicht ergebnisorientiert, sondern etwas lockerer haben Maren Kahrs und Michael Horreis das vergangene Jahr angehen lassen. Das überraschende dabei war, dass beide Läufer trotz geringer Übungseinheiten beachtliche Wettkampferfolge erzielen konnten.

Der herausragendste und beständigste Athlet der Laufgruppe im Jahre 2003 war Michael Höck. In einer durchgängigen und bestechenden Form, hat Michael in 14 Wettkämpfen fast 260 Kilometer zurückgelegt und hierbei 5 x den Altersklassensieg (M35) für sich verbuchen können. In den Gesamtwertungen, konnte Michael sich immer auf den vorderen Plätzen wiederfinden.

Da Regina Langer aus beruflichen Gründen die Leitung der Laufgruppe im Sommer aufgeben musste, hat sich Bernd Wiechert ab März`04 bereiterklärt, die Laufgruppe organisatorisch zu leiten. Fachlich unterstützt, wird er weiterhin von Regina. Darüber hinaus, geben in Fachfragen die qualifizierten Übungsleiter anderer Sparten, gerne Auskunft.

Die Laufgruppe trifft sich ab März jeden Donnerstag um 18:00 Uhr am „Gymnasium - Sportplatz“ um dort für ca. 1 Stunde ihre Runden zu drehen. Wir wollen damit den Vorteil nutzen, dass die Läufer gemeinsam trainieren, ihr eigenes Tempo bestimmen und messen können, ohne dass sich die Laufgruppe aus den Augen verliert. Auch sollen die Trainingsabende dazu genutzt werden, um Wettkampfteilnahmen durchzusprechen.

Da die Teilnehmerzahlen bei den beliebten regionalen Wettkämpfen stetig ansteigen, hoffen wir auch weiterhin auf eine rege Beteiligung der Hemmoorer Freizeitläufer.

Auch würden wir gerne weitere Freizeitläufer, ob Anfänger oder Profi, männlich oder weiblich, alt oder jung, dazugewinnen.

Sollte das Interesse geweckt sein, stehen wir euch bei Rückfragen gerne zur Verfügung.

(Tel.: 04771/5224 - e-mail: bernd.wiechert@ewetel.net )

Gruß

Bernd Wiechert

### **Zahlen/Daten/Fakten**

| <b>Name</b>  | <b>Wettkampfort</b> | <b>Strecke</b> | <b>Zeit</b> | <b>Platz (Alterskl.)</b> |
|--------------|---------------------|----------------|-------------|--------------------------|
| Michael Höck | Oldendorf           | 30 km          | 2:18 h      | 1                        |
|              | Himmelpforten       | 21,1 km        | 1:31 h      | 5                        |
|              | Elm                 | 10 km          | 41:24 Min   | 4                        |
|              | Wanna               | 8 km           | 31:34 Min   | 4                        |
|              | Bremerhaven         | 12 Seern.      | 1:41 h      | 1                        |
|              | Wremen              | 15,6 km        | 1:05 h      | 2                        |
|              | Lüdingworth         | 21,1 km        | 1:28 h      | 1                        |
|              | Balje               | 21,1 km        | 1:29 h      | 1                        |
|              | Wanna               | 10 km          | 39:44 Min   | 4                        |
|              | Stade               | 17,8 km        | 1:14 h      | 7                        |
|              | Wingst              | 21,1 km        | 1:29 h      | 4                        |

| Name             | Wettkampfort   | Strecke  | Zeit      | Platz (Alterskl.) |
|------------------|----------------|----------|-----------|-------------------|
| Michael Höck     | Otterndorf     | Marathon | 3:29 h    | 6                 |
|                  | Küstenmarathon |          |           | 2                 |
|                  | Alfstedt       | 10,5 km  | 41:55 Min | 1                 |
| Bernd Wiechert   | Drochtersen    | 10 km    | 42:04 Min | 4                 |
|                  | Himmelpforten  | 21,1 km  | 1:44 h    | 12                |
|                  | Sahlenburg     | 10,6 km  | 47:26 Min | 3                 |
|                  | Lüdingworth    | 10,8 km  | 49:27 Min | 2                 |
|                  | Balje          | 21,1 km  | 1:41 h    | 3                 |
|                  | Wingst         | 10 km    | 43:09 Min | 2                 |
|                  | Otterndorf     | Marathon | 3:54 h    | 18                |
|                  | Küstenmarathon |          |           | 2                 |
| Regina Langer    | Alfstedt       | 10,5 km  | 45:39 Min | 3                 |
|                  | Drochtersen    | 10 km    | 45:04 Min | 13                |
|                  | Himmelpforten  | 10 km    | 54:10 Min | 5                 |
|                  | Hamburg        | Marathon | 4:08 h    | 220               |
| Michael Horreis  | Himmelpforten  | 5,2 km   | 25:40 Min | 3                 |
|                  | Jork           | 10 km    | 53:20 Min | 10                |
|                  | Balje          | 10 km    | 51:01 Min | 8                 |
| Günter Gumprecht | Lühe           | 21,1 km  | 1:36 h    | 3                 |
|                  | Stade          | 17,8 km  | 1:15 h    | 4                 |
|                  | Otterndorf     | 10 km    | 39:57 Min | 6                 |
| Maren Kahrs      | Wanna          | 8 km     | 52:33 Min | 1                 |





## ***„Informationen schaden nur dem, der sie nicht hat“!***

**Warum macht es gerade für Sie in der heutigen Zeit Sinn einen kostenlosen Beratungstermin mit einem Repräsentanten der tecis FDL AG zuzulassen?**

**Weil die tecis FDL AG:**

- zu wichtigen Themen wie Berufsunfähigkeit, Altersvorsorge, betriebliche Altersvorsorge, Vermögensbildungsgesetz, Baufinanzierung usw. kompetent berät***
  - durch die Produktauswahl aus 104 Gesellschaften unabhängig bei annähernd jedem Kunden Einsparungen findet***
  - sich Zeit für Beratung und Service des Kunden nimmt***
  - konzeptionell und bedarfsorientiert und nicht umsatzorientiert berät***
  - erstklassige Gesellschaften wie Templeton, DWS, Fidelity, Pioneer, JP Morgan und viele mehr anbietet***
- Testen Sie die tecis FDL AG, wir freuen uns auf Ihren Anruf!***



***tecis FDL AG Repräsentanz Hemmoor  
Zentrumstr. 2 (gegenüber dem Hemmoor-Center) 21745 Hemmoor  
Tel. 04771 – 889 631 Fax 04771 – 580 9782  
E-Mail [i\\_keil@tecis.de](mailto:i_keil@tecis.de) <http://www.tecis.com>***

## LEICHTATHLETIK

Die Leichtathletikabteilung im SportClub Hemmoor kann für 2003 wieder von erfolgreichen Teilnahmen an Landes-, Bezirks- und Kreismeisterschaften berichten.

„Meisterhaft“ in der vergangenen Saison präsentierte sich der 32-jährige Sprinter Rainer Pöpperl in seiner Altersklasse M 30.

Mit seinem Sieg über 400 m in 52,02 Sekunden bei den Landes-Senioren-Meisterschaften in Salzgitter hatte er bereits die DLV-Qualifikation für die Deutschen Seniorenmeisterschaften (M 30) erfüllt. (52,15 Sek.). Dazu unterbot er bei einem Sportfest in Garbsen (Hannover) auch über 200 m mit 23,46 Sek. Die DLV-Norm (23,65 Sek.).

Der in Lamstedt wohnende SC-Sprinter entschied sich für einen Start über 200 m bei den „Deutschen“ der Senioren in Celle und erfreute mit der Finalteilnahme (8. Platz).

Nur eine Woche später gewann Rainer Pöpperl bei den Norddeutschen Meisterschaften in Büdelsdorf (Rendsburg) den Meistertitel über 400 m in beachtlichen 51,62 Sek. Herzlichen Glückwunsch.

Auch Sebastian Stinski überraschte bei den NLV - Landesschülermeisterschaften in Schneverdingen mit dem Gewinn der Landesmeisterschaft im Speerwerfen der Schüler A (m 15) mit 46,06 m. Titel und Meisterwimpel gingen erstmals wieder nach Hemmoor. Katharina Oest (1988) lief bei denselben Landesmeisterschaften über 300 m mit 44,33 Sek. Hausrekord, ohne damit aber das Finale zu erreichen.

Dagegen belegte der 18-jährige Abiturient Christopher Kokot bei der männlichen Jugend A (84/85) über 400 m bei den Landes-Jugend-Titelkämpfen in Oldendorf in 52,39 Sek. den beachtlichen 5. Platz.

Sebastian wie auch Katharina liefen bei den EWE-Athletics in Cuxhaven im Schüllerrahmenprogramm ihre Saisonbestleistungen über 100 m (2:47,28) bzw. 800 m (2:36,16).

Dazu standen beide sowie Kathrin Petermann (Hochsprung) und auch der in der LA-talentierte Birger Heinsohn (B-Schüler) in den Schüler-Kreisauswahlmannschaften Cuxhaven, die mit beachtlichen Leistungen beim Kreis-Vergleichskampf in Osterholz jeweils den 1. Platz belegten.

Bei offenen Veranstaltungen im Bezirk und bei Kreismeisterschaften wurden weitere gute Ergebnisse erzielt, die sich in der BEZIRKS-Rangliste 2003 des Bezirks-Leichtathletikverbandes Lüneburg in nennenswerten Platzierungen widerspiegeln.

## Ihre Vorsorge in guten Händen



LVM Lebensversicherung erhält Bestnote für niedrige Kosten bei realistischen Renditeprognosen!

Im Test 73 Unternehmen davon 7 mit Bestnote!

Wir beraten Sie gern:

**LVM-Versicherungsbüro**  
**Hans-Peter Diehr**  
Stader Str. 29  
21745 Hemmoor  
Telefon 0 47 71 / 33 96

**Rainer Pöpperl** (1971, M 30): 100m 11,72 Sek. (2. Platz); 200 m 23,46 Sek. (2. Platz); 400 m 51,62 Sek. (1. Platz)

**Christopher Kokot** (1985, ml. Jugend A): 100 m 11,83 Sek. (8. Platz); 200 m 24,05 Sek. (7. Platz); 400 m 52,39 Sek. (2. Platz); 800 m 2:03,7 Min (6. Platz); 1000 m 2:41,55 Min. (4. Platz)

**Hannes Blohm** (1986, ml. Jugend B): Kugel (5 kg) 11,62 m (13. Platz)

**Sebastian Slinski** (1988, M 15): 300 m 40,00 Sek. (6. Platz); 1000 m 2:47,28 Min. (5. Platz); 3000 m 10:31,5 (7. Platz); 5 km 19,15 Min. (3. Platz); 300 m Hürden 45,76 Sek. (2. Platz); Kugel (4 kg) 11,45 m (5. Platz); Speer 46,66 m (1. Platz); Vierkampf 2006 Punkte (6. Platz); Block-Fünfkampf S/S 2543 Punkte (2. Platz)

**Katharina Oest** (1988, W 15): 100 m 13,52 Sek. (6. Platz); 300 m 44,33 Sek. (6. Platz); 800 m 2:36,16 Min. (4. Platz); 80 m Hürden 13,68 Sek. (5. Platz); 300 m Hürden 51,58 Sek. (4. Platz); Hochsprung 1,46 m (10. Platz); Vierkampf 1802 Punkte (9. Platz); Block-Fünfkampf S/S 2280 Punkte (4. Platz)

**Kathrin Petermann** (1988, W 15): Hochsprung 1,53 m (5. Platz)

**Birger Heinsohn** (1990, M 13): 75 m 9,9 Sek. (7. Platz); Hochsprung 1,56 m (5. Platz); Weitsprung 5,20 m (4. Platz)

**Jennifer Engler** (1992, W 11): Hochsprung 1,25 m (8. Platz)

**Sascha Rieper** (1994, M 9): Weitsprung 3,60 m (10. Platz)

Die LA- Abteilung wünscht sich mehr Zuspruch von Jungen und Mädchen, die Lust am Laufen, Springen oder Werfen haben.

Kinder ab 9 Jahre (1995 und älter) und Jugendliche (1988 und älter) sind herzlich willkommen.

Übungszeiten: Dienstags 16- 17.30 Uhr Sporthalle/ Sportplatz am Gymnasium

Ansprechpartner: Wolfgang Winkelmann, Telefon 04771/2615.



Die SC-  
Leichtathleten  
beim Schüler-  
Kreisvergleichs-  
kampf in  
Osterholz

## Kurzbericht der Schachabteilung

Nach mehrjährigerer Pause konnte die Schachabteilung - bedingt durch Zugänge - erstmalig wieder eine Mannschaft aufstellen, um mit dieser in der Saison 2003/04 an den Bezirksmannschaftsmeisterschaften teilzunehmen. Die Mannschaft spielt nunmehr in der Kreisklasse West des Bezirks IV - Lüneburg. Wie in jeder anderen Sportart sind die Mannschaftsmeisterschaften gestaffelt, beginnend es mit der Kreisklasse bis hinauf zur Bundesliga.

Nach nunmehr sieben von zehn gespielten Runden steht Hemmoor mit 10 : 4 Punkten auf Platz zwei der Kreisklasse West.

Spielabend der Schachabteilung ist jeweils an jedem Donnerstag ab 18 Uhr im Vereinsheim des SC-Hemmoor.

Informationen erteilt: Ernst Moser, Tel. 04771/ 3533

***Wir setzen Ihrem Haus die Krone auf!***



**Dachdeckerei  
Bauklempnerei**

**J. Weckel**  
Dachdeckermeister

21745 HEMMOOR  
Am Baumarkt 4

Tel.: 04771/580754  
Fax.: 04771/580755

- **Steil.- und Flachdach**  
- **Zimmererarbeiten**  
- **Spenglerei**

- **Schornsteinverkleidung**  
- **Bauklempnerei**  
- **Fassadenverkleidung**

## Qualitätssiegel für den SC Hemmoor

Anfang 2003 wurde der SportClub Hemmoor e.V. mit dem „Pluspunkt Gesundheit“ des Deutschen Turnbundes (DTB) verbunden mit der Anerkennung „Sport pro Gesundheit“ des Deutschen Sportbundes (DSB) ausgezeichnet. Die Auszeichnung gilt für zwei Jahre.

In Anwesenheit des 1. Vorsitzenden Jens Wilhelmi, Teilnehmerinnen aus den Gesundheitsturngruppen und der ÜL Birgit Griemsmann wurde die Auszeichnung von der Fachwartin Gesundheitssport des Turnkreises Cuxhaven, Birgit Saretzki übergeben.

Die ÜL muss die 2. Lizenzstufe im Bereich Prävention und/oder Rehabilitation nachweisen und regelmäßig an Fortbildungsveranstaltungen teilnehmen. Dadurch besteht dann die Möglichkeit der Teilnehmer und des Sportvereins bei den Krankenkassen einen Zuschuss zu beantragen.

Folgende Gesundheitsgruppen sind im SportClub Hemmoor anzutreffen: ambulante Herzsportgruppe, Integrationssportgruppe für Menschen mit einer geistigen Behinderung, vorbeugende Wirbelsäulengymnastik, REHA Orthopädie und Funktionsgymnastik für Frauen.

Die verschiedenen Gruppen arbeiten zum Teil mit anderen Einrichtungen der Stadt Hemmoor zusammen, so die Integrationssportgruppe mit der Lebenshilfe e.V., die REHA-Gruppe Orthopädie steht in Kooperation mit dem Aktiv Sport- und Freizeitstudio.



Gespo-ÜL  
Birgit Griemsmann  
Lindenstr. 16  
21745 Hemmoor  
Tel. 04771-8029

Übungszeit:  
Montag von 18.30 - 19.30 Uhr  
Turnhalle GS Althemmoor

## **Reha-Gruppe Orthopädie**

Seit Februar 2003 besteht diese Gruppe und ist bereits gleich nach Beginn mit 15 Teilnehmern gut besucht. Regelmäßiges Erscheinen ist Voraussetzung um die Übungen zu verinnerlichen und motiviert zu Hause weiterzuüben.

Dosierte Kräftigungs-, Stabilisations-, Mobilisations- und Dehnungsübungen runden die Stunde ab. Körperwahrnehmung, Atem- und Entspannungsübungen sind sehr wichtige Elemente einer Übungseinheit.

Jegliche Arten von Wirbelsäulenerkrankungen sind in dieser Gruppe anzutreffen, ob Osteoporose, Hüft-, Kniegelenkarthrose, HWS-LWS-Syndrom, Bandscheibenverwölbung oder -vorfall. Die Teilnehmer sind unter Gleichgesinnten um Miteinander in Bewegung zu bleiben, denn physiologische, psychologische und sozialmedizinische Aspekte sind Ziele dieser Gruppe.

Interessierte können, nach Abschluss krankengymnastischer Behandlung, mit Antrag auf Förderung von Rehabilitationssport/Funktionstraining (vom behandelnden Arzt auszustellen) und der anschließenden Genehmigung der Krankenkasse an der Gruppe teilnehmen.

Die Weihnachtsfeier wurde in den Januar 2004 verlegt. Das "Feuerwerk der Turnkunst" in Fredenbeck des Niedersächsischen Turnbundes (NTB) war Ziel des Ausfluges und mit Begeisterung angenommen.

Gleichzeitig möchte ich darauf hinweisen das eine Kooperation mit dem AKTIV Sport- und Freizeitstudio läuft. Dort finden Einzelbehandlungen an den Reha-Geräten statt. Telefonische Anmeldung unter 04771-3777 wird erbeten.

Mit sportlichem Gruß

Birgit Griemsmann

## Seniorensport in Basbeck

Montag: 18.30 - 20.00 Uhr  
Turnhalle der Grundschule Basbeck

Übungsleiterin: Herta Elfers



Wir sind eine Turnerschar von 20 Leuten und haben nach wie vor Spaß an unseren Übungsabenden, nun schon seit 27 Jahren.

Aber auch das gesellige ist uns sehr wichtig. Wir haben im letzten Jahr zwei große Geburtstagsfeiern im Café Jantzen mit viel Spaß und Freude gefeiert.

Unser Ausflug in den Ferien führte uns bei strahlendem Wetter nach Friedrichsstadt, zum Venedig des Nordens.

Wer mit uns Turnen möchte, ist uns jederzeit herzlich willkommen. Also einfach mal reinschauen!

Herta Elfers





# AMBULANTE PFLEGE **PAGEL**

**Häusliche Kranken- & Seniorenpflege**

Oestingер Weg 27 · 21745 Hemmoor · Telefon (0 47 71) 88 83 51

---

## **Oste Pflege & Betreuung Günter Pagel**

*Wir pflegen um zu helfen!*

**Wohnen mit Betreuung in Hemmoor**

Auestraße 4 · 27432 Bremervörde · Telefon (0 47 61) 9 88 30  
Zentrumstraße 9 · 21745 Hemmoor · Telefon (0 47 71) 6 45 10

---



**Kantine "Old Fiede"**  
Telefon  
**0 47 71 / 64 21 30**

**TÄGLICH WECHSELNDER MITTAGSTISCH**  
Essen auf Rädern · Abendkarte

**PARTYSERVICE**  
Wir richten gerne jede Feier für Sie aus

---

"Old Fiede" in Hemmoor, Oestingер Weg 29, Tel. 0 47 71 / 64 21 30

## Seniorengymnastik mit Helga Söhl

Dienstag: 19.30 - 21.00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Althemmoor

Bevor wir mit der Gymnastik beginnen, laufen wir uns warm. Auf der Matte, im Liegen, Sitzen wird mit Stretchband und Hanteln Rückentraining gemacht; als letztes im Stand. Zwischendurch machen wir auch Ballgymnastik.

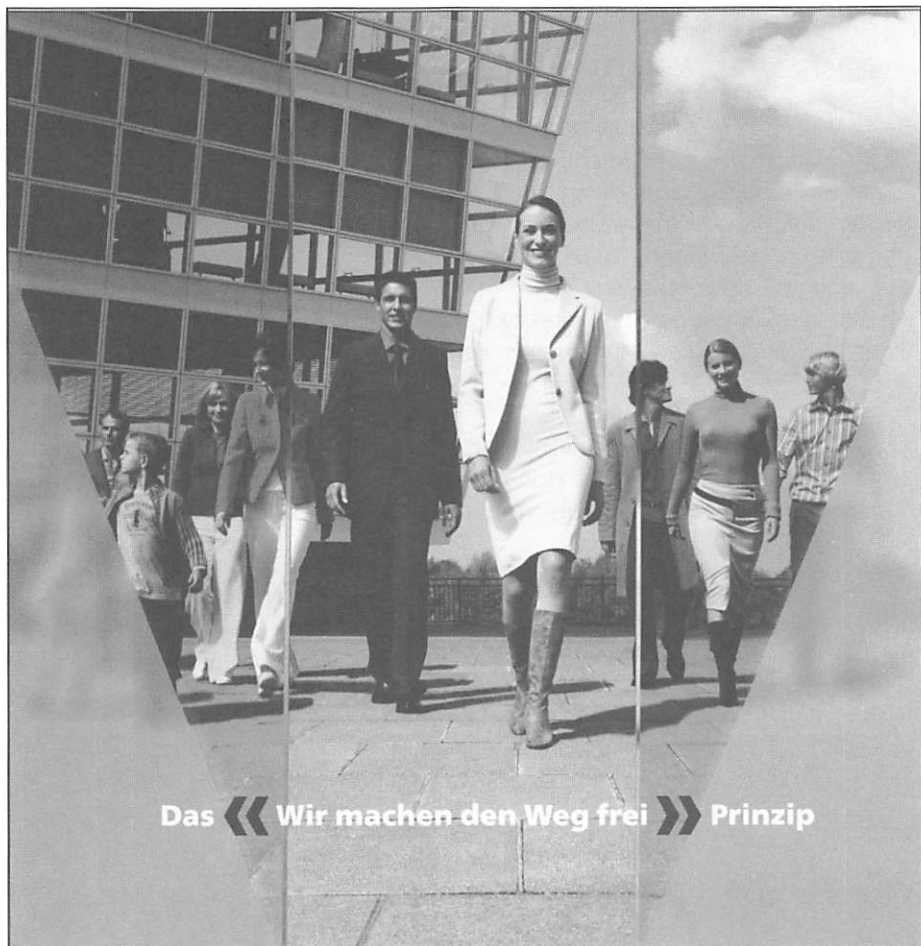
Im Sommer, wenn es in der Halle zu warm ist, treffen wir uns zur Fahrradtour, welche eine Länge zwischen 20 und 30 km hat. Auch in den Ferien sind wir noch mit dem Fahrrad aktiv unterwegs.

Als Abschluss eines Sportlerjahres machen wir eine Weihnachtsfeier, mit gutem Essen und einem guten Schluck zu trinken. Man muss ja auch mal sündigen dürfen. Nicht wahr?

Ich bin sehr zufrieden mit meinem Team, da wir immer lustig bei der Sache sind. Wenn ich mal verhindert bin, dann machen meine Damen auch allein mal Sport, welches bisher immer hervorragend klappte.

Helga Söhl





Das « Wir machen den Weg frei » Prinzip

**30 Millionen Kunden, 15 Millionen Mitglieder, ein Prinzip.  
Das Ergebnis: Einzigartige Kundennähe.**

100% für Sie da – Volksbanken Raiffeisenbanken. Die einzige Bank, die von ihren Mitgliedern getragen wird. Deshalb verstehen wir Lebensziele und Bedürfnisse besser. Und schaffen so mehr finanzielle Freiräume für Ihre persönliche Unabhängigkeit. Das verstehen wir unter dem « Wir machen den Weg frei » Prinzip.

Volksbank Stade-Cuxhaven eG



## Jahresbericht 2003 der Schwimmabteilung

Wieder einmal blickt die Schwimmabteilung des SC Hemmoor auf ein sportlich sehr erfolgreiches Jahr zurück .

Dabei beinhalten die Teilnahmen an Kreis - , Bezirks - , Landes - und norddeutschen Meisterschaften einen erheblich aufsteigenden Stellenwert .

Siehe auch die folgenden Berichtsauszüge

Die Mitgliederentwicklung zeigt ebenfalls aufsteigende Tendenz .

### Mitgliederbewegung :

Leichter Anstieg . Aktivenbestand zum 31.12.03 :

| 0 - 13 |    | 14 bis 17 |   | bis 26 |   | bis 40 |   | bis 60 |   | bis 80 |   | insgesamt |    |
|--------|----|-----------|---|--------|---|--------|---|--------|---|--------|---|-----------|----|
| m      | w  | m         | w | m      | w | m      | w | m      | w | m      | w | m         | w  |
| 30     | 32 | 6         | 9 | 3      | 3 | 1      |   |        |   | 1      |   | 41        | 44 |
|        |    |           |   |        |   |        |   |        |   |        |   | 85        |    |

### Training

Voraussetzung für Erfolgserlebnisse unserer Schwimmerinnen und Schwimmer jeglichen Alters ist das Erfolgstraining . Wenngleich sich hier kein Vergleich mit den Trainingspraktiken der niedersächsischen Spitzenvereine anbietet , dort wird täglich zweimal trainiert , so sind die Erfolge doch beachtlich .

Von großer erzieherischer Bedeutung jedoch ist das wöchentlich stattfindende Gemeinschafts-erlebnis . Wir betreuen zufriedene Kinder und Jugendliche . Der soziale Aspekt spielt eine große Rolle . Das Training macht Spaß und motiviert .

| Trainingstage | Uhrzeit von bis | Trainingsgruppen        | Anzahl Schwimmer / innen |
|---------------|-----------------|-------------------------|--------------------------|
| Mittwoch      | 16,00 – 17,15   | Anfänger/innen          | Bis 35                   |
| Mittwoch      | „ „             | Gruppe 2                | 25                       |
| Mittwoch      | 17,30 – 19,00   | Gruppe 1 , Leistungsgr. | 25                       |
| Freitag       | 17,00 – 18,00   | Gruppe 2                | 25                       |
| Freitag       | 18,00 – 19,00   | Gruppe 1 , Leistungsgr. | 25                       |
| Sonabend      | 10,30 – 13,00   | Alle Gruppen , freiw.   | Zwischen 20 – 30         |

### Wettkampfangebot 2003

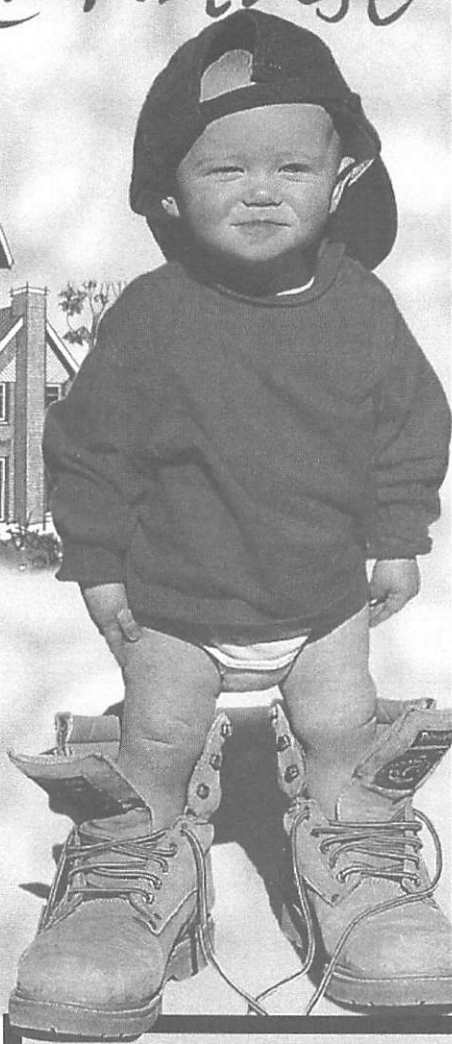
|                                  |                                                                                                                                               |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Meisterschaften                  | Teilnahme an : Kreis - , Bezirks - , Landes - , Bezirkssprint – und Kurzbahn - , Landessprint – und Kurzbahnmeisterschaften , „Norddeutschen“ |
| Einladungs – und Pokalwettkämpfe | Drochtersen , Hambergen , ATS Cuxhaven , Visselschwimmfest , Dobrock – Bergfest                                                               |

### Auswertung Kreismeisterschaften 2003 :

| Platz 1 | Platz 2 | Platz 3 | Platz 4 | Platz 5 | Platz 6 – 9 |
|---------|---------|---------|---------|---------|-------------|
| 27      | 23      | 18      | 20      | 19      | 33          |

# Mein Zuhause

*– ein neues Baumeister-Haus mit  
all seinen Vorzügen:*



- *Von der Planung bis zur Fertigstellung*
- *Alles aus einer Hand*
- *Bauzeitvorteil*
- *Festpreisvorteil*
- *Technologievorteil*

J. Lindemann GmbH & Co.KG  
Klarenstrecker Damm 23  
21684 Stade  
Telefon (04141) 526-0  
Telefax (04141) 526-200  
E-Mail: [info@lindemann-stade.de](mailto:info@lindemann-stade.de)  
Internet: [www.lindemann-stade.de](http://www.lindemann-stade.de)

**BAUMEISTER  
HAUS**



**LINDEMANN**

1. Bezirks-und Bezirksjahrgangsmeisterschaften 24./25.05.2003 Bad Bodenteich

Wiebke Blohm Bezirksjahrgangsmeisterin

Ersatzgeschwächte Staffel sorgt für Überraschung

Bei den Bezirks-und Bezirksjahrgangsmeisterschaften der Schwimmerinnen und Schwimmer 2003 in Bad Bodenteich belegte die Hemmoorerin Wiebke Blohm über 100m Schmetterling den 1.Platz und wurde damit Bezirksjahrgangsmeisterin . Für eine nicht vorherzusehende Überraschung sorgte zudem die 4x100m – Lagenstaffel des SC Hemmoor mit ihrem 2. Platz hinter der Startgemeinschaft Celler Land jedoch noch vor so renomierten Mannschaften wie TUS Lüchow , SV Nienhagen , SF Meckelfeld , SG Wiste und SG Böhmetal .

31 Vereine hatten zu den diesjährigen Bezirks – und Bezirksjahrgangsmeisterschaften im Schwimmen 1385 Einzel – und 38 Staffelnennungen abgegeben . Die Schwimmabteilung des SC Hemmoor war mit 45 Einzel – und 3 Staffelmeldungen vertreten .

Bei herrlichem Wetter wurde sehr guter Schwimmsport geboten und die Hemmoorer konnten sich mit einem ersten - , fünf zweiten - , sechs dritten sowie vierzehn Plazierungen zwischen vierten bis sechsten Plätzen achtbar in Szene setzen .

Herausragend dabei sind die Jahrgangsmeisterschaft der trainingsfleißigen Wiebke Blohm sowie die Vizejahrgangsmeistertitel der talentierten Nora Sackmann über 200m Brust und des veranlagten Hannes Tiedemann über 100m Brust . Mit einem 2. Staffelpplatz über 4x100m Lagen übertrafen Markus Hammann , Rücken , Hannes Tiedemann , Brust , Christopher Hörtrich , Schmetterling und Lasse Scharpen , Freistil , die in sie gesetzten Erwartungen . Nur die Startgemeinschaft Celler Land , hinter deren Namen sich alleine 4 Schwimmvereine aufzählen lassen , war schneller .

Die weiteren guten Plazierungen der Hemmoorer machen deutlich , daß der Schwimmsport in diesem Verein einen hohen Stellenwert hat .

Im folgenden ein Auszug aus dem Wettkampfprotokoll mit den Hemmoorer Ergebnissen :

| Disziplin              | Jahrgang | Vorname , Name       | Platz | Zeit/Min./Sek. |
|------------------------|----------|----------------------|-------|----------------|
| 50 Freistil            | Offen    | Lasse Scharpen       | 8     | 0:27,78        |
| 100 Brust männlich     | 89       | Hannes Tiedemann     | 2     | 1:28,32        |
| " "                    | 89       | Stephan Schrader     | 10    | 1:40,88        |
| " "                    | 88       | Volkward Beyer       | 5     | 1:24,28        |
| " "                    | 86       | Lasse Scharpen       | 4     | 1:29,90        |
| " "                    | 79       | Markus Hammann       | 2     | 1:18,04        |
| 100 Brust weiblich     | 92       | Freya Lange          | 8     | 1:46,13        |
| " "                    | 91       | Rebecca Heinsohn     | 9     | 1:40,36        |
| " "                    | 91       | Lea Ruge             | 12    | 1:41,69        |
| " "                    | 91       | Insa Junge           | 15    | 1:47,07        |
| " "                    | 89       | Wiebke Blohm         | 4     | 1:30,22        |
| " "                    | 87       | Nora Sackmann        | 3     | 1:30,40        |
| 100 Schmetterling mäl. | 90       | Niels Sackmann       | 10    | 1:31,84        |
| " "                    | 89       | Hannes Tiedemann     | 3     | 1:17,32        |
| " "                    | 89       | Stephan Schrader     | 10    | 1:33,40        |
| " "                    | 88       | Volkward Beyer       | 6     | 1:16,89        |
| " "                    | 86       | Lasse Scharpen       | 3     | 1:14,89        |
| " "                    | 81       | Christopher Hörtrich | 2     | 1:11,23        |
| 100m Freistil weiblich | 91       | Lea Ruge             | 9     | 1:22,83        |
| " "                    | 90       | Christin Hagedorn    | 9     | 1:22,68        |

3. Landes- und Landesjahrgangsmeisterschaften, 01.-2.03.2003, Wolfsburg

4 x 100m Lagen SC Hemmoor, Platz 6

4. Landessprint – und Kurzbahnmeisterschaften, 15./16.11.2003, Hannover

### Landessprint und – kurzbahnmeisterschaften mit Hemmoorer Beteiligung

#### **Achtungserfolge**

**Mit schönen Achtungserfolgen kehrten die schnellsten Hemmoorer Schwimmerinnen und Schwimmer von den niedersächsischen Landessprint und – kurzbahnmeisterschaften nach Hemmoor zurück. Gemeldet worden waren eine Einzel – und zwei Staffeldisziplinen.**

Einen schönen Erfolg vermochte das große Hemmoorer Nachwuchstalent Hannes Tiedemann über 50m Brust zu erzielen. Als Vorlaufvierter schnitt er im Endergebnis mit einem guten neunten Platz als bester Schwimmer aus dem Bezirksschwimmverband Lüneburg ab. Seine Zeit: 0:35,23 Minuten.

Zwei weitere schöne Plazierungen erschwammen sich die Staffeln über 4 x 50m Freistil. In der Besetzung Hachmann, Blohm, Hörtrich, Hammann landeten die Männer in der Zeit von 1:49,04 Minuten auf Platz 8 und die Damen mit der amerikanischen Austauschschülerin Carol – Ann Peddersen in der Besetzung Sackmann, Pedersen, Blohm, Reyer in der Zeit von 2:05,85 Minuten auf Platz 9

Trainingslager 2004 08.04.03 – 17.04.03 Salou, Cambrils, Tarragona / Spanien

Fackelschwimmen bei den Küstenklassics 27.06. / 28.06.2003

Weihnachtsangebot Schlittschuhlaufen Eishalle Harsefeld, anschließend Mc Donald / Stade, 2 Busse!

Ausblick 2004: Meisterschaftsteilnahmen Kreis, Bezirk, Land, Norddeutsche für 50m und – 25m - Bahnen.

Einladungswettkämpfe Cuxhaven, Hambergen, Drochtersen

Trainingslager Spanien, 31.03.04 – 09.04.04.

Weihnachtsangebot.

|                        |       |                  |    |          |
|------------------------|-------|------------------|----|----------|
| 100m Freistil weiblich | 89    | Wiebke Blohm,    | 5  | 1:12,73  |
| 200 Lagen männlich     | 90    | Niels Sackmann   | 10 | 3:13,48  |
| " "                    | 89    | Hannes Tiedemann | 3  | 2:48k,39 |
| " "                    | 89    | Stephan Schrader | 12 | 3:15,17  |
| " "                    | 88    | Volkward Beyer   | 6  | 2:47,22  |
| " "                    | 87    | Moritz Hachmann  | 8  | 2:56,39  |
| " "                    | 86    | Lasse Scharpen   | 4  | 2:50,32  |
| 100m Rücken männl.     | 93    | Benjamin Sachse  | 4  | 1:54,82  |
| " "                    | 87    | Moritz Hachmann  | 6  | 1:21,36  |
| 100m Schmetterling wl. | 91    | Lea Ruge         | 10 | 1:41,50  |
| " "                    | 89    | Wiebke Blohm     | 1  | 1:19,93  |
| 100m Rücken weibl.     | 91    | Lea Ruge         | 13 | 1:41,46  |
| " "                    | 87    | Nora Sackmann    | 3  | 1:25,27  |
| 100m Freistil männlich | 89    | Hannes Tiedemann | 4  | 1:06,61  |
| " "                    | 88    | Volkward Beyer   | 5  | 1:05,32  |
| " "                    | 87    | Moritz Hachmann  | 7  | 1:09,91  |
| " "                    | 86    | Lasse Scharpen   | 3  | 1:03,30  |
| 200 Brust weiblich     | 91    | Rebecca Heinsohn | 11 | 3:42,15  |
| " "                    | 91    | Insa Junge       | 13 | 3:44,34  |
| " "                    | 87    | Nora Sackmann    | 2  | 3:13,45  |
| 200m Lagen weiblich    | 91    | Lea Ruge         | 11 | 3:31,88  |
| " "                    | 89    | Wiebke Blohm     | 6  | 2:59,15  |
| 4x100m Lagen männl.    | Offen | SC Hemmoor       | 2  | 4:49,70  |
| 4x100m Lagen weibl.    | Offen | SC Hemmoor       | 5  | 5:43,19  |
| 4x100m Freistil wbl.   | Offen | SC Hemmoor       | 6  | 5:00,68  |

## 2. Bezirkssprintmeisterschaften 04./05.10.2003, Fassberg

### Hannes Blohm Bezirksjahrgangsmeister im Schwimmen Hemmoorer Schwimmerinnen und Schwimmer gut platziert

Die Bezirkssprintmeisterschaften des Schwimmbezirks Lüneburg und die Vergleichswettkämpfe in Hambergen sahen zahlreiche Nachwuchsschwimmerinnen und –schwimmer der Schwimmabteilung des Sportclubs Hemmoor am Start. Mit guten vorderen Platzierungen in den Einzel – und Staffeldisziplinen konnten sich die Hemmoorer achtbar behaupten.

Für die vor kurzem durchgeführten Bezirkssprintmeisterschaften in Munster hatten 28 Vereine 838 Einzel – und 55 Staffelstarts gemeldet. In diesem auserlesenen Feld, hohe Pflichtzeiten waren gefordert, konnten die besten Nachwuchsschwimmerinnen und –schwimmer des Sportclubs Hemmoor voll mithalten und mit guten Ergebnissen heimkehren. Aus einer geschlossenen Mannschaftsleistung ragen der erste Platz von Hannes Blohm über 50m Brust, Jahrgang 1986, die zweiten Plätze von Hannes Tiedemann über 50m Brust, Jahrgang 1989, Christopher Hörtrich, Jahrgang 1981 über 50m Freistil in der offenen Klasse, Hannes Blohm über 50m Schmetterling und ein dritter Platz der vielversprechenden Nachwuchsschwimmerin Freya Lange, Jahrgang 1992, über 50m Brust, heraus. Mit einem 2. Platz in der 4 x 50m Bruststaffel und einem 3. Platz in der 4 x 50m Freistilstaffel männlich untermauerten die Hemmoorer erneut ihre sportliche Leistungsbreite im heimischen Schwimmsport.

Diesen Eindruck hinterließen sie auch beim Vergleichswettkampf des TV Hambergen mit 552 Einzel – und 32 Staffelmeldungen aus 11 Vereinen.

Ihre Bilanz:

| Platz 1      | Platz 2      | Platz 3      | Plätze 4 - 6     | Plätze 7 - 11 |
|--------------|--------------|--------------|------------------|---------------|
| 25 = 30,12 % | 19 = 22,89 % | 13 = 15,66 % | 10+3 Staffelpat- | 16            |

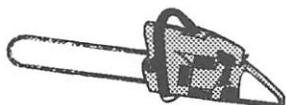


**Bütje**

Ackerstraße 7 - 21745 Hemmoor - Tel. 04771 / 2327

Landtechnik - Kleingeräte - Metallbau

Verkauf + Reparatur + Ersatzteile



***Ihr Spezialist für  
Gartengeräte***



***ESSEN, TRINKEN, ÜBERNACHTEN  
bei Fritsche in Hemmoor***

Stader Str. 107 \*\*\* 21745 Hemmoor \*\*\* Tel. 04771-65110 \*\*\* Fax 651140

Öffnungszeiten : von Montag bis Samstag 7Uhr bis 23Uhr

Sonn u. Feiertage 10 Uhr bis 23 Uhr

## SENIORENSCHWIMMEN + WASSERGYMNASTIK

Unsere Damen und Herren-Senioren waren auch 2003 das ganze Jahr über aktiv in der Hemmoorer Schwimmhalle: am 04.01.2003 wurde die Saison eröffnet- am 27.12.2003 war für das vergangene Jahr Schluss.

Jeweils samstags von 9.30 bis 10.30 Uhr - genau 49 mal- trafen sich zahlreiche gut gelaunte ältere Männer und Frauen zum wöchentlichen Schwimmen und Bewegen im Hallenbad Hemmoor.

Im gut beheizten Schwimmbecken- ein Teilbereich hat einen 1,25 m tiefen Hubboden- werden „sportlich“ gezielt Bahnen geschwommen, werden kräftig Arme und Beine bewegt (auch beim Rückenschwimmen); in dem warmen Wasser werden auch Pausen eingelegt und es wird geklönt.

Die Teilnehmerzahlen schwanken zwischen 14 und 25.

Auch nebenan im Nichtschwimmerbecken waren gleichzeitig ganzjährig die Frauen unter der Anleitung von Irmgard Reichert mit Eifer und Spaß dabei bei ihrer Wassergymnastik. Knapp 60 Minuten sind die Damen intensiv aktiv; ihre durchschnittliche Teilnehmerzahl beträgt 14.

Am 12. April 2003 tummelten sich 43 Aktive in beiden Becken (Rekord).

Bedanken möchte sich der Verein (Vorstand) bei den „Badeaufsichtern“: Im Wechsel. Stehen zur Verfügung Dietmar Weritz und Wolfgang Winkelmann sowie im „Notfall“ (mindestens 8-mal) auch Gerhard Bartschat.



# MARKTKAUF

## OTTERNDORF CADENBERGE HEMMOOR



**Da hab' ich viel mehr in meiner Tüte**

Montag - Freitag 8.00 - 20.00 Uhr Samstag 8.00 - 18.00 Uhr · durchgehend geöffnet

Fleischerei *Weiß* Party~Service  
Inhaber Bernd Deuter

*Qualität wird bei uns groß geschrieben!*

Kastanienweg 4 · 21745 Hemmoor  
Telefon (0 47 71) 24 32 · Telefax (0 47 71) 5

*fünf Sterne für Genießer*



## Sport Extra

Seit Januar 2003 gibt es die Gruppe „Sport-Extra“, die mit der Grundschule Altherrmoor ins Leben gerufen wurde. Sport-Extra steht für präventive und rehabilitative Maßnahmen in der Entwicklungsförderung von Kindern. Die motorische Leistungsschwäche ist sehr oft verknüpft mit Motivationsmangel.

Mein Anliegen ist es, leistungsschwachen Kindern zu helfen, dass sie sich mit Freude und Spaß an Sport und Spiel beteiligen. 10 - 12 Kinder sind in einer Gruppe.

Es werden Kinder mit folgenden Faktoren betreut, hierzu gehören:

- konstitutionelle Voraussetzungen (z.B. Muskelschwäche, Übergewicht)
- Störungen der Wahrnehmungsfähigkeit
- Umweltbedingungen, die einen Mangel an Bewegungsmöglichkeiten und -anregungen mit sich bringen
- elterliche Erziehungsstil (übertriebene Vorsicht, Vorbildwirkung unsportlicher Eltern)
- psychische Besonderheiten (Ängstlichkeiten, Gehemmtheit)

Die Bewegungsförderung findet in Form von z.B. Abenteuer - und Erlebnisswelten, Bewegungsspiel mit Alltagsmaterialien, Entspannung (Massagen) statt.

Ich hoffe, dass die rege Beteiligung seitens der Kinder so bleibt und wir weiterhin viel Spaß miteinander haben.

Andrea Gissel

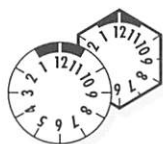




## **Kfz-Sachverständig**

Ingenieurbüro  
Nehring & Krause  
Krause & Dammann  
Hölting & Dammann

---



## **Prüfungen**



## **Abnahmen**

**Im Namen und  
Auftrag der KÜS e.V.**

---



## **Gutachten**

## **TAX - Was ist das?**

Wer regelmäßig in der Elbe-Weser-Region unterwegs ist, wird in Zukunft immer öfter auf den Namen "TAX" stoßen. Dabei handelt es sich um eine neue Gemeinschaft im Elbe-Weser-Dreieck, der selbstständige Kfz-Sachverständige angeschlossen sind. Der Name "TAX" steht für taxieren, also bewerten und beurteilen. Kunden eines TAX-Partners können sicher sein, dass ihr Fahrzeug hier kompetent, schnell und kundenfreundlich auf Autoherz und Autonieren geprüft wird.

## **Und die Plakette?**

In der Kfz-Prüfstelle werden im Auftrag der KÜS e. V. Hauptuntersuchungen durchgeführt und nach deren Bestehen die begehrten Plaketten vergeben. Auch die Abgasuntersuchungen gehören bei TAX zum Standardprogramm.

## **Unfallschaden?**

unverschuldet? Dann gibt Ihnen der Gesetzgeber das Recht auf ein neutrales Gutachten von einem unabhängigen Sachverständigen Ihrer Wahl. Die Kosten übernimmt die gegnerische Versicherung. Wer auf dieses Recht verzichtet, kann unter Umständen Geld verlieren. Sprechen Sie mit uns. Wir schaffen Fakten für eine gerechte Schadenregulierung.

Ingenieurbüro  
Krause & Dammann  
Hölting & Dammann

Hauptstr. 111  
21745 Hemmoor  
0 47 71/88 97 97

[hemmoor@tax-sachverstand.de](mailto:hemmoor@tax-sachverstand.de)



## Sportabzeichenverleihung im SC Hemmoor

Zahlreichen Schülern und Schülerinnen konnte unsere Sportabzeichenprüferin Uta Uhlmann in der Grundschule Basbeck das Sportabzeichen für das Jahr 2003 überreichen. Über 40 Schülern und Schülerinnen gelang es allein bei Uta Uhlmann im vergangenen Jahr, außerhalb des schulischen Sportunterrichts, die Leistungen für das Sportabzeichen zu erbringen. Hierfür traf man sich an verschiedenen Nachmittagen auf dem Sportplatz am Gymnasium bzw. zum Schwimmen in der Schwimmhalle. Eine Vielzahl der Schüler, Schülerinnen und Jugendlichen erwarb das Sportabzeichen zum wiederholten, viele von ihnen zum ersten Mal. Ganz stolz präsentierten sie sich mit ihren Urkunden und Abzeichen.

Neben diesen haben aber auch eine Vielzahl von Erwachsenen und Familien die Leistungen für das Deutsche Sportabzeichen erbracht und haben dafür die Auszeichnungen entgegen nehmen dürfen.

Ergänzend zu den Prüfungen von Uta Uhlmann hat auch unser langjähriger Sportabzeichenprüfer Wolfgang Winkelmann in seinen Übungsstunden noch weitere Sportabzeichen abgenommen.

Folgende Vereinsmitglieder erfüllten im Jahr 2003 die Bedingungen für das Sportabzeichen und erhielten Urkunden und Abzeichen:

**Schüler BRONZE:** Eva Wagner, Janina Lühmann, Emelie Kilgus, Janina Ruinys, Jaqueline Glembock, Nadine Neumann, Jenny Hönicke, Vanessa Schmidt, Lea Konetzny, Justine Döscher, Sabine Behrend, Nicole Stahnke, Imke Neumann, Marie Nagel, Sophia Berndt, Kim Tiedemann, Tim Lohse, Nick Schröder, Kim Hake, Marcel Junge, Jan Nagel, Claas Wilhelmi, Hannes Peterson, Niklas Ebeling, Jonas Heinbockel, Denny Meißner

**Schüler SILBER:** Annika Lühmann, Anna Jäger, Daniela Schöblier, Alina Steggemann, Julia Meyer, Alina Reimers, Malte Teubner, Patrick Wendland, Julius Kiesel, Hendrik Nagel, Marcel Wenthe, Thore Michnick, Thies Schaars, Johannes Käckemester

**Schüler GOLD:** Marc Dankers, Felicitas Ullmann, Anja Meyer, Frederike Michnick, Svenja Wiegmann, Alina Böhmer, Jan Petermann, Sabrina Lohs, Nele Lohse, Florian Brandt, Jan Wilhelmi, Marcel Aldag, Joost Tampke, Tibor Toth, Alexander

Hagenah, Hendrik Ebeling, Valentin Behr, Erik Bolowski, Jennifer Engler, Pia Engler, Franziska Sachse, Anneke Stüven, Maren Hinck, Anna Schaars, Christina Schuster, Annabell Aldag, Jasmin Bolowski

**Schüler GOLD 5:** Anna-Lena Kückenmester, Hendrik Schrader

**Jugend BRONZE:** Timo Metje, Anna-Lena Köster, Esther Jedzini, Martin Schütt, Theresa Algie, Morris Christoph, Eileen Nitsche, Stephanie Rückleben, Rakip Topcu, Jaqueline Sieber, Sabrina Steinberg, Alexander Schütt, Marco Petereit, Birger Heinsohn, Henning Semken, Jane Michnick

**Jugend SILBER:** Wiebke Blohm, Thies Weritz, Annika Freund, Hannes Tiedemann, Stephan Schrader

**Jugend GOLD:** Kathrin Petermann, Katharina Oest, Sebastian Stinski, Anna-Lena Poppe,

**Jugend GOLD 5:** Hannes Blohm

**Erwachsenen - Sportabzeichen:** Johanna Mohr (48), Egon Mohr (32), Renate Baxmeier (29), Rita Hammann (27), Uta Uhlmann (23), Gerhard Bartschat (18), Gisela Stechmann (10), Günther Scharbatke (7), Susanne Michnick (7), Markus Hammann (6), Regina Kückenmester (5), Albert Flak (5), Dr. Hermine Schuster (3), Curt Schuster (3), Britta Schuldt (3), Rainer Pöpperl (2), Sabine Wilhemi (2), Christopher Kokot (1), Dr. Oliver Kilgus(1), Ruth Heinzel (1)

**Familienabzeichen:**

Familie Michnick (Susanne, Jane, Frederike, Thore, Jane)

Familie Schuster ( Dr. Hermine, Curt, Christina)

Familie Flak-Kückenmester (Albert, Regina, Anna-Lena, Johannes)

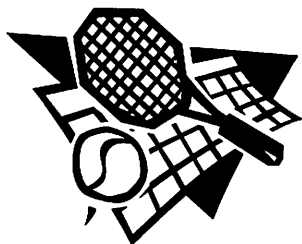
Familie Wilhelmi (Sabine, Claas, Jan)

Herzlichen Glückwunsch!!!



## TENNISABTEILUNG

Abteilungsleiter:  
Günter Wittenberg  
Am Krakabel 4  
21745 Hemmoor  
Tel. 04771/3622



Das Jahr 2003, das Erste nach dem Zusammenschluss der beiden Tennisabteilungen. Bis auf ein paar Defizite beim Platzbau auf der Anlage am Zentrum ist der Zusammenschluss und der sportliche Zusammenhalt doch gut gelungen. Auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 27. Mai wurde den Mitgliedern die Anfrage des SC „Vermietung des Tennisheims am Zentrum“ erläutert.

Nach einer regen Diskussion wurde folgendes beschlossen.

- Das Tennisheim am Zentrum wird ab 01.08.2003 das Vereinsheim des SC Hemmoor
- Die Tennisplätze werden zum Saisonende geschlossen.
- Für den Spielbetrieb 2004 steht nur noch die Anlage am Kastanienweg zur Verfügung.

Die Vereinsmeisterschaften in diesem Jahr waren nach der Zusammenlegung der beiden Abteilungen ein großer Erfolg.

Als Vereinsmeister und Platzierte haben sich durchgesetzt:

- Herren bis 49 (8 Teilnehmer)
1. Hubert Scheit
  2. Hermann Göpel
  3. Lothar Berdien

- Herren 50 + (15 Teilnehmer)
1. Manfred Papendick
  2. Walter Licht
  3. Heinz Lühring

- Herren - Doppel  
(26 Teilnehmer = 13 Doppel)
1. Hubert Scheit / Ewald Richters
  2. Helmut Stemmann / Michael Scheele

Die Ehrung der Vereinsmeister wurde beim traditionellen Grünkohlessen am ersten Sonnabend im Februar vorgenommen.

Am Punktspielbetrieb nahmen folgende Mannschaften teil.

- |             |               |                          |
|-------------|---------------|--------------------------|
| Herren 40 + | Mannschaft I  | Winter - u. Sommersaison |
|             | Mannschaft II | Sommersaison             |

- |             |              |                                     |
|-------------|--------------|-------------------------------------|
| Herren 50 + | Mannschaft I | Sommersaison Wintersaison 2003/2004 |
|-------------|--------------|-------------------------------------|

Die Mannschaft I Herren 40 + wurde in der Wintersaison ( 2002/2003) Staffelsieger. Dies bedeutet den Aufstieg in die Bezirksliga. Folgende Spieler wurden bei diesem Erfolg eingesetzt: Lothar Berdien, Hubert Scheit, Hermann Göpel, Wolfgang Gabel, Walter Licht und Detlef Erhardt. Dieser Erfolg wurde in der Sommersaison 2003 wiederholt.

Für diesen Staffelsieg wurden eingesetzt: Lothar Berdien, Hubert Scheit, Hermann Göpel, Wolfgang Gabel, Bernhardt Meyburg, und Dieter Harms.

In der Wintersaison 2003/2004 erreichte die Mannschaft den 2. Platz in der Bezirksliga.

Die Mannschaft II Herren 40 + belegte Platz 4 in der Tabelle.

Die Mannschaft Herren 50 + belegte Platz 3 in der Tabelle.

Jugendmannschaften: Juniorinnen A

Diese Mannschaft wurde in der Kreisliga Staffelsieger.

Folgende Spielerinnen wurden eingesetzt: Julia Gabel, Mareike Schimmeyer, Johanna Popp, Kathrin Buck und Julia Grothmann.

Juniorinnen B Juniorinnen C (2. Platz)

Junioren B Junioren C

Die anderen Mannschaften belegten hintere Plätze in ihren Staffeln.

Trainingszeiten für Jugendliche auf Anfrage beim Jugendwart Florian Ehrenberg  
Tel. 689560

Trainingszeiten für Anfänger auf Anfrage bei Günter Wittenberg Tel. 3622.

Mit sportlichem Gruß  
gez. Wittenberg

## ***Auf ein Ziel ausgerichtet!***

**BHW – Ihr FinanzPartner für die private Vorsorge.**

**Bausparen • Baufinanzierung • Private Rente  
Fonds • Immobilien • Sparpläne • Lebensversicherung**

***Ihr BHW FinanzPartner macht das für Sie.***

**BHW ServiceCenter**

**Doris Klüser**

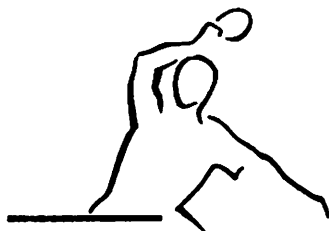
**Fährstraße 4 (Nahe d. Schwebefähre)**

**21756 Osten**

**Telefon 0 47 71/64 23 25**

***BHW***  
**Ihr FinanzPartner**  
Haus + Geld + Vorsorge

## Bericht der TT-Abteilung



Kein Aufstieg, aber auch kein Abstieg einer der am Punktspielbetrieb teilnehmenden Mannschaften in der Saison 2002/2003. Das ist die auf den ersten Blick nüchterne Bilanz der Tischtennis-Abteilung.

Die 1. Herrenmannschaft hatte jedoch in der Saison 2002/2003 erhebliche Startschwierigkeiten, und erst in der Rückserie gelang es den Spielern um Mannschaftsführer Torben Heihoff, die untere Tabellenregion der 1. Kreisklasse zu verlassen und einen Platz im Mittelfeld zu besetzen. Auch in der laufenden Saison 2003/2004 erwischte die Mannschaft (T. Naß, T. Heihoff, S. u. M. Meyerholz, A. Fitterer und C. Pramor) wieder einen miserablen Start, bevor man sich fing und mit drei Siegen in Folge wieder einen Mittelfeldplatz nach Abschluß der Herbstserie belegen konnte.

Die 2. Herrenmannschaft lag zum Saisonabschluß 2002/2003 auf dem 5. Platz der 2. Kreisklasse, war zwischenzeitlich sogar weiter nach oben orientiert. Auch in der laufenden Spielserie 2003/2004 läuft es recht zufriedenstellend: Mit nur 2 Punkten Abstand auf den Spitzenreiter liegt die Mannschaft mit H. Brandt, D. Meyerholz, M. Ahlf, C. Cordes, M. Poit u. W. Schäl auf dem 3. Platz.

Die 3. Herrenmannschaft spielte 2002/2003 in der 3. Kreisklasse, wo man unter 11 Mannschaften den 8. Platz belegte. Da die Personaldecke in der gegenwärtigen Saison 2003/2004 jedoch etwas dünner war, wurde die Mannschaft in der 4. Kreisklasse angemeldet, da man hier mit Vierer- statt mit Sechsermannschaften antritt. Die Mannschaft mit F. Ehrenberg, A. Faulhaber, A. Wolf, P. Morche, C. Just, M. Bütje, S. Kloß und den Jugendersatzspielern E. von Aspern und N. Schuster mußte jedoch die Erfahrung machen, daß das spielerische Niveau hier eher höher einzuschätzen ist als in der darüberliegenden Spielklasse. Ein Platz im unteren Tabellenviertel war die Folge, doch konnte man zum Schluß einen leichten Aufwärtstrend erkennen.

In der Jungen-Kreisklasse erreichte die Mannschaft des SC Hemmoor 2002/2003 einen 4. Platz. Eik von Aspern im oberen und Christoph Kloß im unteren Paarkreuz sowie das Doppel von Aspern/Schuster gehörten zu den besten Spielern in dieser Klasse. In der laufenden Saison liegt man auf Platz 3.



**Da gibt's  
schnelle Infos:**

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

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

Eine erfreuliche Meldung kommt von den TT-Kreismeisterschaften 2003: Nach längerer Pause konnten Hemmoorer Spieler wieder einmal in die Medaillenränge vorstoßen. Dies gelang Peter Morche und André Faulhaber, die in den Wettbewerben für die 3. Kreisklassen im Doppel den 3. Platz erreichten. Auch hier noch einmal herzlichen Glückwunsch für diese Platzierung!

Bei den Vereinsmeisterschaften 2003 ergab sich folgendes Bild:

**Schüler:** 1. Marcel Aldag  
2. Jan Wilhelmi  
3. Alina Reimers  
4. Anneke Stüven

**Jugend:** 1. Nikolai Schuster  
2. Eik von Aspern  
3. Sönke Toborg

**Herren:** 1. Armin Fitterer  
2. Sven Meyerholz  
3. Gunter Altmann  
4. Mirko Meyerholz  
5. Florian Ehrenberg

Vor den Sommerferien wurde erstmals ein vereinsinternes Doppeltturnier abgehalten. Das Besondere war, daß in jeder neuen Runde auch mit einem neuen Doppelpartner angetreten werden mußte. Sieger war also, wer sich mit wechselnden Partnern am besten schlug. Die Reihenfolge sah zum Schluß folgendermaßen aus:

1. Matthias Ahlf  
2. Torben Heihoff  
3. Mirko Meyerholz

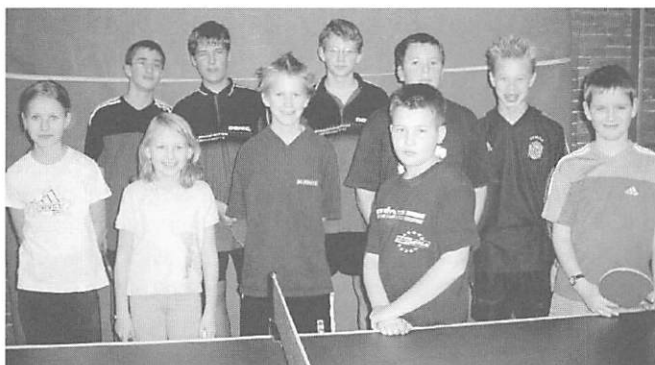
Auch der außersportliche Bereich des Vereinslebens kam nicht zu kurz. Zur Feier des Saisonendes 2003 hatte uns Wilfried Schäl in sein Gartenhäuschen eingeladen, und auch das TT-Jahresendkegeln im Dezember fand wieder regen Zuspruch. Als uns die Nachricht erreichte, daß unser Neuzugang Armin aus Baden-Württemberg Vater geworden war, wurde dieses Ereignis ebenfalls in gebührender Weise gefeiert. Kurz vor (eigentlich schon nach) Redaktionsschluß gab Torben bekannt, daß auch er nun in Vaterfreuden schwelgt. Beiden sei an dieser Stelle noch einmal herzlich gratuliert!

Wer nun nach der Lektüre des obigen Artikels meint, es lohne sich, einmal bei der TT-Abteilung vorbeizuschauen, der ist herzlich eingeladen zu den folgenden Trainingsstunden:

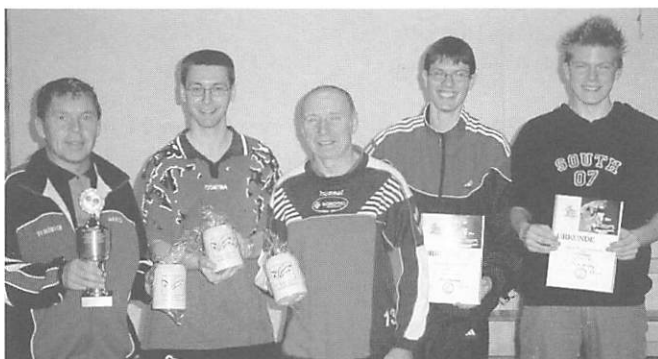
|                  |                                                                             |                                                                 |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Anfänger         | Freitags, 16.30 - 18.30 Uhr                                                 | Ort:<br>Turnhalle der<br>Grundschule<br>Basbeck,<br>Ackerstraße |
| Jugendliche      | Freitags, 18.00 - 20.00 Uhr                                                 |                                                                 |
| Erwachsene       | Dienstags, 19.30 - 22.00 Uhr                                                |                                                                 |
|                  | Freitags, 20.00 - 22.00 Uhr                                                 |                                                                 |
|                  |                                                                             |                                                                 |
| Abteilungsleiter | Heinrich Brandt, Tel. 0 47 71-53 26                                         |                                                                 |
| Jugendtraining   | Torben Heihoff, Tel. 0 47 78-80 04 01<br>Gunter Altmann, Tel. 0 47 71-43 27 |                                                                 |

*H. Brandt*

Abteilungsleiter



Die  
Tischtennisjugend  
des SC Hemmoor



Die Vereinsmeister 2003: (v.l.): Armin Fitterer, Sven Meyerholz,  
Gunter Altmann, Mirko Meyerholz, Florian Ehrenberg

## Volleyball

Trainingszeiten:

Grundschule Basbeck:

Mittwoch, 19.15 - 20.15 Uhr (Anfänger und Jugendliche)

Mittwoch, 20.15 - 22.00 Uhr (Allgemeines Training)

Gymnasium Warstade:

Donnerstag, 20.30 - 22.00 Uhr (Allgemeines Training)

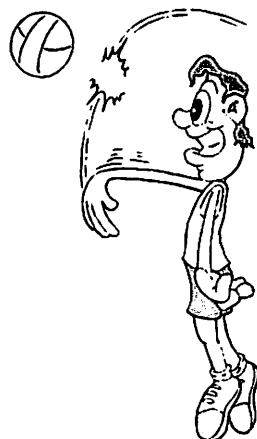
Beachvolleyballplatz Am Schulzentrum

Mai - Oktober (nach Absprache)

Ansprechpartner:

Mario Will (0160/3075249)

Jens Wilhelmi (04771/3771)



Das herausragende Ereignis im abgelaufenen Jahr war für uns sicher die Inbetriebnahme des vereinseigenen Beachvolleyballplatzes am Vereinsheim des SportClub. Nachdem die Tennisabteilung uns einen ihrer Plätze überlassen hatte, konnte die Detailplanung beginnen. Was wir benötigten war uns relativ schnell klar und mit der tatkräftigen Unterstützung unseres Kassenwartes Gerd Poppe konnten wir auch kostengünstige Bezugsquellen finden. Mitte April war es dann so weit! Nachdem ein LKW im Laufe einer Woche insgesamt fast 150(!) Kubikmeter Sand angeliefert hatte, trafen sich 15 Volleyballer, unterstützt von Heinz-Hermann Pramor mit seinem Frontlader und Jens Tiedemann samt Traktorgespann, bei recht durchwachsenem Wetter, um den Beachvolleyplatz fertig zu stellen. Trotz des schlechten Wetters ging die Arbeit gut voran und schon am frühen Nachmittag war der Platz fertig gestellt.

Nun musste nur noch das gute Wetter kommen - und das kam tatsächlich, wie wohl jeder weiß. So wurde der Beachvolleyballplatz fast täglich genutzt. In der Halle hat man bis Ende September kaum jemanden von uns gefunden, auf dem Beachvolleyballplatz jedoch fast immer, teilweise so viele Spieler, dass schnell der Ruf nach dem zweiten Platz laut wurde. Dieses Projekt möchten wir in 2004 in Angriff nehmen (die Planungen laufen schon). Mit einem zweiten Platz wären wir auch in der Lage, Turniere in Hemmoor durchzuführen.

Zunächst einmal möchten wir uns bei den Sportkameraden und Firmen bedanken, die uns tatkräftig beim Bau der Beachvolleyballanlage unterstützt haben. Vor allem danken wir Gerd Poppe und Heinz-Hermann Pramor für die Unterstützung mit Rat und Tat! Ich möchte aber auch allen Volleyballern danken, die beim Platzbau trotz des schlechten Wetters mit angepackt und/oder durch Geldspenden zum Gelingen beigetragen haben.

Sportlich ist die abgelaufenen Saison 2002/2003 eher durchwachsen gelaufen. Nach einem viel versprechenden Start in der neu formierten Mixed-Kreisliga, konnte unsere Punktspiellmannschaft das Leistungsniveau aus den ersten Spielen leider nicht halten, so dass am Ende nur ein 8. Platz herausprang. In der noch laufenden Saison belegt unser Team bislang ebenfalls leider nur einen hinteren Tabellenplatz.

Volleyballmannschaften aus Hemmoor haben auch an diversen Turnieren (z. B. in Otterndorf, Barchel und Friedeburg/Ostfriesland) teilgenommen. In Barchel sind sogar drei Hemmoorer Mannschaften an den Start gegangen, die sich beachtlich geschlagen haben. Dies ist auch Ausdruck der Mitgliederentwicklung in der Abteilung, die sich derzeit auf einem Höchststand seit Gründung (1986) befindet. Lediglich unsere Jugendgruppe, die derzeit von Annika Berdien und Mario Will betreut wird, könnte noch etwas Zuwachs vertragen. Wenn Ihr Interesse habt und mindestens 10 Jahre alt seid - schaut doch mal vorbei (Trainingszeit s. am Anfang des Berichtes).

Erwähnenswert ist noch, dass wir Ende 2003 endlich unser Problem mit den beengten Verhältnissen in der Basbecker Turnhalle lösen konnten. Der Vorstand des SV Bornberg hat uns eine nicht mehr benötigte Hallenzeit in der Gymnasiums-sporthalle in Warstade am Donnerstagabend zur Verfügung gestellt (danke für das faire Verhalten), so dass wir nun endlich adäquate Trainingsbedingungen vor allem für unsere Punktspiellmannschaft haben.



**★ IL CENTRO ★**  
**Restaurant**  
**★ Blauer Affe ★**  
**Jägerzimmer - Weinstube**  
*Am Rathaus zu Hemmoor W.P. Heyne 04771 - 2314*

---

**Wir empfehlen uns für Ihre Betriebs- Familienfeier**

Gespo-ÜL  
Birgit Griemsmann  
Lindenstr. 16  
21745 Hemmoor  
Tel. 04771-8029

Übungszeit  
Dienstag von 18.00 - 19.30 Uhr  
Turnhalle GS Althemmoor

## **Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik (Gruppe 1)**

Mit über 20 Teilnehmern ist diese Gruppe, im Alter zwischen 36 und 72 Jahren, regelmäßig an den Übungsabenden dabei.

Am Anfang steht das Aufwärmen mit Mobilisations- und Lockerungsübungen. Nach den Stabilisations- und Kräftigungsübungen kommen Dehnungseinheiten. Den Abschluss bilden dann verschiedene Entspannungstechniken, wie zum Beispiel progressive Muskelentspannung, Igelballmassage oder auch Phantasiegeschichten.

Jede Stunde wird ein anderer Schwerpunkt gesetzt, d.h. mal Schulter/Arm, Bauch oder Beine und natürlich auch der Rücken selbst.

Nacken-, Knieschule, Fußmassage oder im Frühling das Walking-Angebot werden gerne angenommen.

Nach den Sommerferien haben wir dann unsere Fahrradtour zum Hackemühlener Krug unternommen. Die Rückfahrt verlief im Dunkeln!!!!

Unsere Weihnachtsfeier verbrachten wir gemeinsam mit der Wirbelsäulengymnastik-Gruppe 2 im Schützenpark bei Jan Nachtigall.

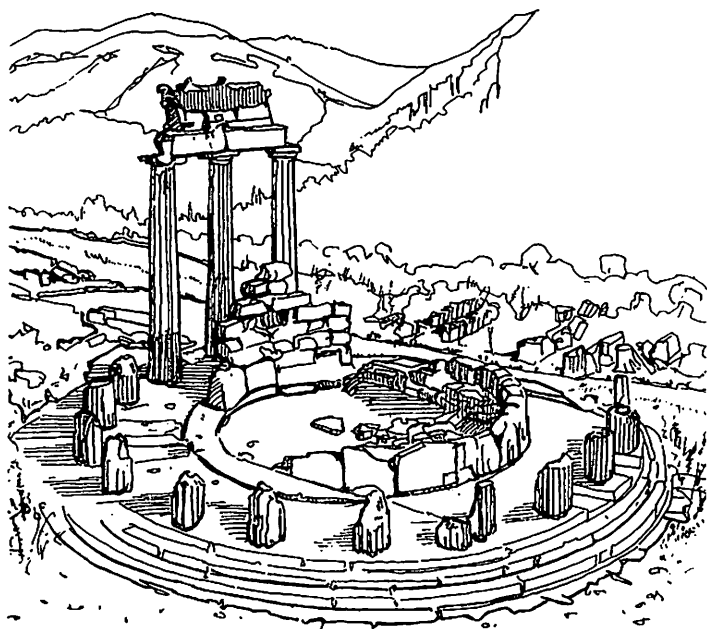
Jederzeit können Interessierte gerne bei uns vorbeischaun und teilnehmen.

„Tu was Gutes für Dich und Deinen Rücken“, das ist unser Motto und so starten wir frohgelaut ins neue Jahr.

Mit sportlichem Gruß



# RESTAURANT **DELPHI** GRIECH. SPEZIALITÄTEN



**Griechisches Restaurant DELPHI I · 21745 Hemmoor**  
Hemmoor-Center · Telefon: 0 47 71/88 74 33

Übungszeit  
Dienstag von 20.00 - 21.00 Uhr  
Turnhalle Alter Postweg

## Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik (Gruppe 2)

Unter der Leitung von Birgit von Ass begann für diese Gruppe das Jahr 2003 sportlich und mit viel Elan. Aus beruflichen Gründen stand Birgit dann leider ab den Sommerferien nicht mehr zur Verfügung. Mit einer Fahrradtour und einem herzlichen Abschied beendete sie ihre Aktivität.

Nach den Sommerferien führen Elvira Torborg und Birgit Griemsmann abwechselnd durch's „Programm“. Die Übungsinhalte umfassen weiterhin Stabilisation, Kräftigung, Mobilisation und Dehnung. Die Entspannung zum Abschluss einer Stunde gehört auch hier zu einer festen Institution. Der Pezzi-Ball wird regelmäßig eingesetzt und verschiedene Geräte, wie Thera-Band und Hanteln.

Die Weihnachtsfeier verbrachten wir gemeinsam mit der Wirbelsäulengymnastik-Gruppe 1 bei Jan Nachtigall im Schützenpark. Kleine Vorträge lockerten den Abend auf.

Interessierte sind herzlich eingeladen vorbeizuschauen und mit uns gemeinsam Sport zu treiben.

Mit sportlichem Gruß



## Herbstmarkt in Hemmoor

Anlässlich des 25 jährigen Herbstmarktes in Hemmoor wurde ein umfangreiches Rahmenprogramm angeboten. Auch wir, der SportClub Hemmoor, waren dabei. Unter der Organisation und Leitung unserer Sportwartin Birgit Griemsmann boten wir den zahlreichen und interessierten Zuschauern einen kleinen Einblick in die Angebote einzelner Abteilungen, z.B. der Wirbelsäulengymnastik, der Fitnessgruppe, der Integrationsturngruppe, der Fußballabteilung und Kinderturngruppe.

Die einzelnen Abteilungen führten hierbei ein kleines, vielfältiges und sehr abwechslungsreiches Programm vor, vom Umgang mit Pezzibällen, über die Handhabung des Terrabandes sowie Übungen am Steppbrett bis hin zu einer kleinen Fußballleinlage.

Die Kinderturngruppe unter der Leitung von Ute Schwiemann führte zwei kleine Tänze auf, wobei diese mit unterschiedlichsten Aktionen unterstützt wurden, z.B. das Zuwerfen eines Kuschelkissens. Die Integrationsgruppe unter der Leitung von Marlene Mehrkens gewährleistete einen kleinen Einblick in die sportliche Arbeit mit behinderten Menschen. Sie führte mit ihren Sportlern und Sportlerinnen eine kleine Übung mit Tüchern vor und zeigte den Umgang mit Pezzibällen. Die Wirbelsäulengymnastikgruppe unter der Leitung von Birgit Griemsmann zeigte hingegen verschiedenste Übungen unter Zuhilfenahme des Therrabandes. Unter ihrer Leitung gab es auch eine kleine Steppbretteinlage. Zum Abschluss der Aktionen stellte die E-Jugend Mannschaft von Uwe Dankers (welche gerade von einem Punktspiel zurückgekehrt waren) ihr Können unter Beweis und spielten vor versammelter Mannschaft ein kleines Fußballmatch.

Allen Beteiligten sei an dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön für den Einblick in ihre Arbeit gesagt. Ganz besonders möchten wir aber Birgit Griemsmann für die Organisation und Durchführung danken.





# Andreas Hinz

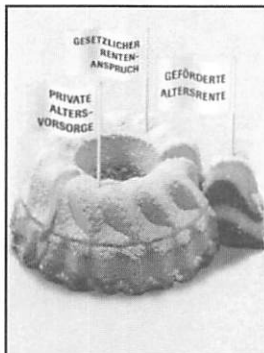
## Fahrschule



**Unterricht:** Dienstag und Donnerstag ab 18.30 Uhr

Stader Straße 92 b • 21745 Hemmoor

Telefon: 0 47 71/36 42 • D1: 01 71/7 86 07 51



Sicherheit für Menschen



*Backen Sie jetzt Ihren  
Rentenkuchen – mit den  
staatlich geförderten Zutaten!*

Wann, was, wie viel? Informationen zur „Riester-Rente“ erhalten Sie bei uns.

**Versicherungsbüro Jacobi**

21745 Hemmoor



**CONCORDIA**  
Versicherungsgruppe

# Elbe Orthopädie GmbH

## Creutzfeldt & Schüring

Hauptstraße 57 • 21745 Hemmoor • Tel.: 04771 2415 • Fax: 04771 642 365  
Neuensteden 18 • 21729 Freiburg • Telefon: 04779 638

# FÖRSTER ELEKTRO

Hauptstraße 78  
21745 Hemmoor

Telefon 0 47 71/22 54  
Telefax 0 47 71/54 99

- ELEKTROINSTALLATION
- KUNDENDIENST
- BELEUCHTUNGSTECHNIK
- COMPUTERSYSTEMTECHNIK
- ALARMANLAGEN
- ELEKTROFACHGESCHÄFT  
seit 1924

E-mail: andreas.foerster@foerster-elektro.de  
Internet: www.foerster-elektro.de

## Workshop für Frauen am 11. Oktober 2003

Am 11. Oktober 2003 fand der 1. Workshop des SportClub Hemmoor statt. Von 14.30 - 18.00 Uhr wurde in der Turnhalle der Basbecker Grundschule gespielt, getanzt und ge"turnt".

Sportliche Frauenpower bei Tischtennis, Jazz-Dance und Wirbelsäulengymnastik wurde angeboten und von den Teilnehmerinnen begeistert angenommen. Das Mitmachen hat viel Spaß gemacht und so konnte ein kleiner Einblick in die Arbeit dieser einzelnen Gruppen gezeigt werden.

Das Abschlussgespräch brachte zum Ausdruck, dass ein solcher Workshop, natürlich auch mit anderen Themen, wiederholt und ein fester Bestandteil des Vereins werden sollte.

Meinen herzlichen Dank nochmals an alle Mitwirkenden und ganz besonders an Carina Just und Ines Nagel.

Mit sportlichem Gruß



## Der Vorstand:

|                 |                     |               |                 |
|-----------------|---------------------|---------------|-----------------|
| 1. Vorsitzender | 2. Vorsitzender     | Kassenwart    | Schriftwart     |
| Jens Wilhelmi   | Wolfgang Winkelmann | Gerd Poppe    | Joachim Riggers |
| Eichenweg 1     | Schwaffhamweg 15    | Börmweg 13    | Wiesenblick 6   |
| 21745 Hemmoor   | 21745 Hemmoor       | 21745 Hemmoor | 21745 Hemmoor   |
| 04771-3771      | 04771-2615          | 04771-7363    | 04771-4322      |



## Mitgliedschaft

Jahresbeiträge  
Kinder und Jugendliche

|                    |            |
|--------------------|------------|
| bis 18 Jahre       | 36,- Euro  |
| Erwachsene         | 48,- Euro  |
| Familienbeitrag    | 100,- Euro |
| Passive Mitglieder | 36,- Euro  |

Tennisbeiträge zusätzlich:  
Kinder und Jugendliche

|                    |            |
|--------------------|------------|
| bis 18 Jahre       | 32,- Euro  |
| Erwachsene         | 50,- Euro  |
| Familien           | 100,- Euro |
| Passive Mitglieder | 24,- Euro  |

---

### Impressum:

Das SportClub-Journal ist die Vereinsschrift des SportClub Hemmoor e.V. von 2002  
2. Ausgabe März 2004

Redaktionelle Bearbeitung: Anke Müller, U. Iburg

Logogestaltung: Karsten Gätcke

Für die Berichte ist der jeweilige Abteilungsleiter verantwortlich. Die Redaktion behält sich etwaige Veränderungen im Text vor.

Besuchen Sie auch unsere Homepage: [www.sc-hemmoor.de](http://www.sc-hemmoor.de)

Vielen Dank allen Mitgliedern, die für uns „Anschaffen“ gegangen sind.  
Dank auch an die Firmen, weil wir nur durch ihre Hilfe dieses Journal kostenlos abgeben können.

Druck: druckpartner hemmoor, Auflage 2000

# **Feste Feiern zum festen Preis !!**

## **Ihre Feier bei uns im Kochtopf:**

**Suppe nach Wahl inkl. Meterbrot**

\*\*\*\*\*

**Fassbier, Korn und Roten, Cola, Fanta,  
Sprite etc. Selter, Säfte und Kaffee**

\*\*\*\*\*

**Diversen „Knabberkram“**

|                    |                         |
|--------------------|-------------------------|
| <b>ab 20 Pers.</b> | <b>à Pers. €: 20,00</b> |
| <b>ab 30 Pers.</b> | <b>à Pers. €: 17,50</b> |
| <b>ab 40 Pers.</b> | <b>à Pers. €: 16,00</b> |
| <b>ab 50 Pers.</b> | <b>à Pers. €: 15,00</b> |

**DER  
KOCHTOPF**

***Am Zentrum 6–8 (bei ALDI), 21745 Hemmoor  
Tel.: 04771 /64 25 55***



Hochzeiten · Familienfeiern  
Betriebsfeste  
Jubiläen · Empfänge  
Vermittlung v. Ferienwohnungen

*Rufen Sie uns an. Wir beraten und informieren Sie gern  
und unverbindlich.*

*Ihre Familie Eggers und Mitarbeiter.*

**Hemmoor, Hauptstraße 46, Tel. (0 47 71) 20 55  
<http://www.ohls-gasthof.de> · [ohls.gasthof@t-online.de](mailto:ohls.gasthof@t-online.de)**