

Welle aktuell Juni 2019

Liebe Mitglieder,

unsere diesjährige Hauptversammlung verzeichnete mit 52 Mitgliedern eine leicht steigende, aber immer noch sehr dürftige Beteiligung. Dafür wurden alle Wahlen und Anträge in großer Einigkeit abgearbeitet. Neu im Vorstand ist als Beisitzer Matthias Bartels gewählt worden und ersetzt Gerd Borchert, der mit viel Applaus verabschiedet wurde. Gerd will uns auch ohne Amt weiterhin mit Rat und Tat zur Verfügung stehen.

Die Planungen für das Sommerfest am 18. August wurden wieder aufgenommen, da es den Anschein hat, die Baustelle der Irena-Sendler-Schule behindert uns nicht mehr. Derzeit ist ein erfreulicher Fortschritt bei der Errichtung der Außenanlagen zu erkennen. Unser Konzept für das Sommerfest bleibt erhalten. Wir wollen ein Event für Familien mit Kindern veranstalten und uns mit einigen Überraschungen als familienfreundlicher Verein präsentieren. Dazu gehört auch, dass der Besuch für Mitglieder und Gäste kostenlos bleiben soll.

Wir hoffen alle auf einen schönen Sommer. Unseren Mitgliedern und Gästen bieten wir in den Sommerferien einige Kurse an, die man unangemeldet und kostenlos besuchen kann. Informieren Sie sich auch auf unserer Homepage.

Volker Helm

Endlich Sommer!

Und mit dem TSC Wellingsbüttel bleiben wir fit!

Alle Mitglieder sind eingeladen, die Angebote unseres Sommerferienprogrammes zu nutzen! Sagen Sie auch Ihren Freunden und Nachbarn Bescheid, die Sportangebote sind für alle kostenfrei. Die Möglichkeit, Boccia zu spielen oder das Deutsche Sportabzeichen zu machen, gibt es nur im Sommerferienprogramm.



Kick-Fit nimmt wieder Fahrt auf - wir freuen uns über neue Gesichter!

Nachdem sich unsere Trainerin Galina in die Babypause verabschiedet hat, machen uns Silke und Cathi nun im wöchentlichen Wechsel fit für den Sommer. Silke bietet, wie zuvor Galina, ein Kick-Fit Training an, bei dem Aerobic mit Kampfsportelementen verbunden wird. Bei leicht erlernbaren Choreographien kann man sich hier so richtig schön auspowern. Bei Cathi liegt der Schwerpunkt mehr auf der Kräftigung - bei einem funktionalen Training arbeiten wir vor allem mit dem eigenen Körpergewicht, aber nutzen auch diverse Kleingeräte der TSC Arena.

Hast du Lust auf ein vielseitiges Training mit hohem Spaßfaktor zum Wochenausklang? Dann komm sonntags, 18:15 – 19:45 Uhr in die TSC Arena!

Rückfragen gerne an Silke 0171 - 631 87 27

Silke Schleiff

Übrigens

...die Geschäftsstelle hat in den Sommerferien (27.6. – 7.8.) nur mittwochs von 9 – 12 Uhr und donnerstags von 15 – 18 Uhr geöffnet.

...wir sammeln Spenden für ein neues Clubhaus! Zuwendungsbestätigungen können ausgestellt werden.

...nach den Sommerferien starten zwei neue Turngruppen, immer dienstags, in der neuen 1-Feld-Halle der Irena-Sendler-Schule, um 17:00 Uhr Geräteturnen für 5- bis 10-jährige und um 18:00 Uhr Geräteturnen für 9- bis 12-jährige.

...Tanzakrobatik jetzt auch ab 11 Jahren, immer mittwochs um 17:30 Uhr im Clubhaus. Start nach den Sommerferien.

SOMMERFERIENPLAN 2019

27. Juni – 07. August

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
09:00				
10:00	Rückengym		Yoga	Nordic Walking
11:00				Rückengym
17:00	Sportabzeichen			
18:00				Boccia
19:00		CrossTraining	Bauch-Beine-Po	
20:00	Aerobic-Workout			

Arena

Sportplatz / Open Air

TSC Wellingsbüttel

Sportplatz am Grünen Jäger

Waldingstraße 91

22391 Hamburg

KÄRCHER

KÄRCHER STORE
KOHN

Wellingsbüttler Weg 38
22391 Hamburg
T +49 40 536 60 60

TSCHÜSS SCHMUTZ!

Beratung
Verkauf
Werkstatt

www.kärcher-store-kohn.de



Neue Sportgruppe „Tricking“ ab 14 J.

Tricking ist ein innovativer und moderner Sport. Beim Tricking geht es um das kreative Verbinden von Elementen aus dem Kampfsport, dem Turnen und vielen anderen Bereichen. Natürlich gibt es Standard-Bewegungen, aber diese können individuell stark variiert werden. Tritte, Salti und Schrauben sind dabei nur der Anfang! Der Sport lebt von den Ideen der Gruppe und dem Austausch miteinander. Dabei ist zu beachten, dass es zwar Wettbewerbe gibt, Tricking jedoch kein Sport ist, der durch den Konkurrenzkampf geprägt wird. Viel eher lernt die Mehrheit der Tricker von weiter fortgeschrittenen Freunden oder aus Videos.

Das Wichtigste bei der Tricking-Ausführung ist die Koordination. So kann zum Beispiel aus dem Rückwärtssalto eine Schraube werden - oder umgekehrt. Das heißt, Tricking fördert die Aufmerksamkeit und man lernt die Grenzen seines Körpers kennen und muss diese auch mal überwinden. Achtsamkeit und das Bewusstsein für die Umgebung und den eigenen Körper sind die Grundbausteine des Tricking.

Der Sport kann, je nachdem, welche Sportarten der Tricker schon kennt, ganz verschieden aussehen. Die Bewegungen und Tricks von jemandem, der beispielsweise einmal Taekwondo gemacht hat, unterscheiden sich klar von denen eines Turners. Es ist natürlich keine Voraussetzung, vorher eine ähnliche Sportart gemacht zu haben. Auch als Anfänger steht einem eine große Bandbreite an Möglichkeiten zur Verfügung. Es herrscht ein offener Austausch, und es gibt genug zu lernen und gemeinsam zu erarbeiten. Das ist sehr erfrischend und vor allem sportlich! Immer freitags 19:30 – 21:45 Uhr in der ISS 1-Feld-Halle.

Fabio Hubel



Erfolgswelle der Floorballer hält an

Zum Ende der Saison 2018/19 konnten sich sowohl die Herrenmannschaft als auch die U13 und die U17 über den Gewinn der Regionalmeisterschaften freuen. Während sich die U13 damit zum zweiten Mal in Folge direkt für die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften qualifizieren konnte, stand für unsere U17 zunächst die Qualifikationsrunde an.

Ende Mai reisten die Spieler/innen unserer Spielgemeinschaft, zu der auch Wyk auf Föhr gehört, dafür nach Frankfurt, wo sie sich in der Gruppenphase souverän gegen den Ausrichter, die Frankfurt Falcons, sowie die Baltic Storms aus Kiel durchsetzen konnten.

Ein packendes Halbfinale gegen die Dragons Bonn folgte. Erst 24 Sekunden vor regulärem Spielende konnte die Mannschaft einen zwischenzeitlichen 4:1 Rückstand ausgleichen und in der anschließenden Verlängerung durch

ein „Golden Goal“ das Spiel für sich entscheiden. Damit war die Fahrkarte zur DM nach Leipzig am 15./16. Juni gesichert!

Aber auch die übrigen Mannschaften konnten ihre Ligen erfolgreich abschließen: Die U15 konnte sich mit dem jüngsten Kader in ihrer Liga den 2. Platz holen. Die U11 und unsere neu gegründete Ü40 steigerten sich im Laufe der Saison - sie erreichten Platz 5 und Platz 3!

Wer Lust auf einen bewegungsintensiven, aber verhältnismäßig verletzungsarmen Mannschaftssport hat und künftig Teil dieser erfolgreichen Sparte sein möchte, ist herzlich eingeladen, zu unseren üblichen Trainingszeiten in der 2-Feld-Halle der Irena-Sendler-Schule vorbeizukommen. Oder ihr besucht uns an unserem Stand auf dem Sommerfest des TSC.

Max Holtgraefe



Tanzakrobatik

Du kannst dich nicht entscheiden – Tanzen oder doch Akrobatik? Dann komm zu unserem neuen Angebot! Start nach den Sommerferien ab 14. August immer mittwochs ab 16:30 Uhr für 8- bis 10-jährige und 17:30 – 18:30 Uhr ab 11 Jahren. Handstandvariationen, dynamische Schrittfolgen durch die Diagonale, Tricks wie Rollen, Räder oder Brücken, das alles kannst du lernen! Im Akrobatikkurs wird an verschiedensten Elementen, die sinnvoll aufeinander aufbauen, gearbeitet. Egal, ob am Boden, in der Luft, aufrecht oder auch mal kopfüber - du darfst mit deinen individuellen Möglichkeiten einen Einblick in diese spannende Arbeit erlangen, die dich nicht nur körperlich fördern, sondern auch dein Tanztraining auf ein neues Level bringen wird. Denn die akrobatischen Elemente können in den Tanz intelligent integriert werden und wirken in einer Choreografie spannend. Zudem ist die Partnerakrobatik ein Bestandteil des Kurses und fordert die Teilnehmer immer wieder heraus, sich auf andere Kursteilnehmer einzulassen und sich gegenseitig zu vertrauen. Koordinationsübungen wie Seilspringen, Hula-Hoop und rhythmische Übungen sind immer dabei, damit die Teilnehmer ein besseres Körpergefühl bekommen und sich später leichter an die Tricks trauen. Für viele Tricks wird zusätzlich mit einer dafür vorgesehenen Matte trainiert, um Verletzungen vorzubeugen und die Gelenke zu schonen. Ein weiterer Bestandteil des Kurses ist das Stretching, wodurch die Teilnehmer einige akrobatische Elemente wie den Spagat erlernen können. Dieser Kurs ist eine wunderbare Gelegenheit, um neue Grenzen auszutesten und dein tänzerisches Können von einer ganz anderen Seite zu erleben. Idealerweise bringst du schon grundlegende Kenntnisse aus dem Tanz mit. Solltest du unsicher sein, schau gerne für eine Probestunde vorbei! Einen ersten Eindruck bekommst du auch auf unserem Sommerfest am 18. August. Wir sind mit einer Vorführung dabei!

Ronja Krause



~ **JULIA CAPPELLER** ~

Heilpraktikerin / Physiotherapeutin
Privatpraxis für Naturheilkunde
Schwerpunkt: Osteopathie

Lernen Sie mich und den osteopathischen
Behandlungsansatz kennen

Waldingstraße 52a - ☎ 040 / 641 00 67
www.osteopathie-alstertal.de

Einradfahren und Zirkustechnik

Liebe Leserinnen und Leser, ich bin eine begeisterte Trainerin des TSC Wellingsbüttel und biete Samstagvormittag in der Strenge Turnhalle zwei Gruppen an. Der erste Kurs dreht sich um das Einradfahren und findet von 11 – 12 Uhr statt. Hier bringe ich Neulingen das Einradfahren bei, aber auch jeder, der das Einradfahren schon beherrscht, ist herzlich willkommen. Wer ein eigenes Einrad hat, kann dieses gerne mitbringen. Ihr Kind sollte bereits das normale Fahrrad fahren beherrschen, um an diesem Kurs teilnehmen zu können.

Der zweite Kurs findet anschließend von 12 – 13 Uhr statt und dreht sich um das Zirkusturnen. Das Zirkusturnen beinhaltet Seilbalance, Trapezkunst, Akrobatik und vieles mehr. Hier ist jeder, der mindestens 5 Jahre alt ist und Spaß an Bewegung hat, herzlich eingeladen mitzumachen. Neugierig? Dann komm vorbei und „schnuppere“ bei einer meiner Stunden.

Ich freue mich über jeden, der in der Strenge Turnhalle in Wellingsbüttel, in der Straße Strenge 5, 22391 Hamburg, zum Turnen kommt.

Liebe Grüße von Tessa Sommerfeld



EINE WELLE EIN VEREIN
by TSC Wellingsbüttel

TSC Wellingsbüttel
SOMMERFEST
Sonntag, den
18.08.2019
13:00 – 17:00 Uhr

Viele Attraktionen für Groß und Klein

Essen und Trinken

Komm vorbei:
Sportplatzgelände
der Irena-Sendler-Schule
Zufahrt über „Am Pfeilshof“

TSC
TURN- UND SPORTCLUB
WELLINGSBÜTTTEL

www.tscwelle.de

Wir feiern den Sommer!

Am Sonntag, dem 18.08.2019, findet ein großes Sommerfest für die ganze Familie auf unserem Sportgelände statt. Von 13 – 17 Uhr können alle Kinder mit uns feiern und viele Sportarten wie Parkour, Handball, Fußball, Tischtennis, Tanzakrobatik, Judo oder Floorball kennenlernen. Auf den Hüpfburgen und an der Button-Maschine können Koordination und Kreativität gezeigt werden. Die Schaumkuss-Wurfmaschine macht viel Spaß und beim FUNinò werden auch die Kleinsten zu großen Fußballern! Ein besonderes Highlight wird dieses Jahr wieder Bubble-Football sein! Hier versuchen die Spieler, eingepackt in einen großen „Luftballon“, ihre Gegner auszutricksen und möglichst viele Tore zu schießen. Außerdem gibt es dazu auch noch Dartfußball. Hier wird ein Klettbäll auf eine große Dartscheibe geschossen. Aber auch für den Rest der Familie und unsere älteren Gäste ist gesorgt. Ab ca. 14 Uhr werden die Judokinder sowie die Kinderballett- und Tanzgruppen in einer Vorführung zeigen, was sie gelernt haben. Für das leibliche Wohl und Geselligkeit ist bei Kaffee und Kuchen und Grillwurst gesorgt! Natürlich möchten wir alle Mitglieder, deren Nachbarn und Freunde herzlich einladen, mit uns zu feiern. Bei dieser Gelegenheit haben alle die Möglichkeit, sich am Info-Stand über den Verein und unser Sportprogramm zu informieren. Die vielen ehrenamtlichen Helfer freuen sich auf euch!

Margret Pantel

A. Herforth
HEIZUNG | WARTUNG | SANITÄR
WWW.HEIZUNG-HAMBURG.DE
NOTDIENST 040 - 640 08 08

Wir bearbeiten für Sie sämtliche steuerlichen Angelegenheiten.

Wellingsbüttel Weg 32
22391 Hamburg

Telefon 040 536 31 13
Telefax 040 536 04 69

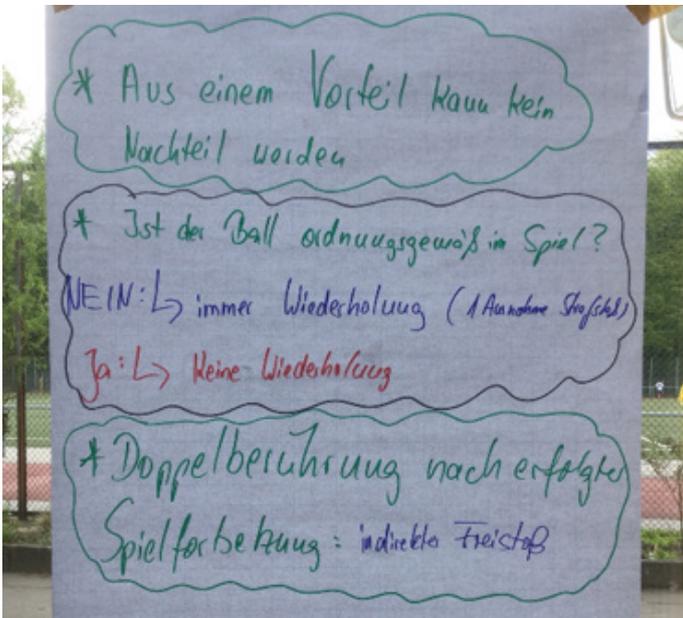
Internet www.heureka-hh.de
E-Mail karzelei@heureka-hh.de



Schiedsrichter Anwärter Lehrgang im BSA Walddörfer, April 2019 - Oder ... das mit den Wolken !

Freitag, 26.4., 17h im Vereinsheim des TSC Wellingsbüttel: Der Raum ist prallgefüllt mit 35 Schiedsrichter-Anwärtern aus dem Walddörfer Gebiet. Christian Henkel und Andreas Schallwig treten vor die Anwärter. Sie erzählen von sich, von Pokalendspielen unter ziemlich großer Kulisse, von E-Jugend Spielen mit etwas weniger Zuschauern und von Schiri-Erfahrungen aus den USA. Danach geht's im Schnelldurchlauf durch die ganzen Regeln.

Samstag, Punkt 9h geht's los. Regel 13, wir reden über den Freistoß. Christian holt Riesenpapier aus seiner Tasche und fängt an, mit bunten Filzern irgendwas mit Wolken darauf zu malen. Aus einem Vorteil kann kein Nachteil werden, ist der Ball ordnungsgemäß im Spiel, ja, dann keine Wiederholung, nein, dann immer Wiederholung, steht darauf. Er klebt sie an die Fenster, so daß wir diese Merksätze immer vor Augen haben. Christian malt ein zweites Poster, noch mehr Wolken. Bei Körperkontakt immer direkter Freistoß, steht da.



Am Mittag sind wir durch mit allen Regeln. Jetzt machen wir nur noch Übungen. Andreas kommt vorbei und guckt, wie wir zurechtkommen. Er macht den Lehrgang heute zum ersten Mal. Christian sagt immer, wenn wir was nicht wissen: "Also, lass uns das mal aufdröseln. Ball im Spiel, ja oder nein? Ja, Abstoß war korrekt.... Spielstrafe

möglich?", fragt er. „Schaut mal, ihr müsst das immer mit Logik lösen“, empfiehlt Christian, "nicht einfach raten, entwickelt das Schritt für Schritt und dann wird die Entscheidung ganz einfach." Stimmt, jetzt habe ich das verstanden, das mit den Wolken.

Sonntagmorgen, 10h. Wir besprechen die Hausaufgaben, danach schicken Andreas und Christian uns raus an die frische Luft, damit der Kopf frei wird. 12h Prüfung, wir haben eine halbe Stunde Zeit. 13.10h. Die Ergebnisse kommen, 33 haben bestanden, es herrscht ein tolle Atmosphäre im Raum. Jetzt bin ich Schiri, es kann losgehen. Ich freu mich riesig und bin stolz, dass ich das geschafft habe.

Glückwunsch an unsere 10 neuen Welle-Schiedsrichter: Lucas Castagnier, Luis Adam, Bastian und Jonas Deichmann, Niklas Jostarndt, Jürgen Richter, Max Schütze, Jan Seitz, Finnja Steffen, Paula Wagensommer

Andreas Schallwig



EINBRUCHSCHUTZ

- Individuelle Beratung vor Ort
- Planung und Montage
- Sicherheitslösungen für Privat und Gewerbe

MARIO **SCHNEEMANN**
SICHERHEITSTECHNIK BAUELEMENTE

☎ 678 83 88

Frahmredder 16
22393 Hamburg

Aufruf zur Kuchenspende !

Liebe Vereinsmitglieder, für unser Sommerfest am 18. August wünschen wir uns wieder ganz viele Kuchenspenden und freiwillige Helfer. Die Gymnastikabteilung wird - wie alle Jahre zuvor - wieder die Organisation des Kuchenbuffets übernehmen. Wer bereit ist, einen Kuchen zu spenden oder zu helfen, melde sich bitte in der Geschäftsstelle oder bei Traute Borchert unter Tel. 640 6756 / gertraute@web.de Kuchenspenden können am Vortag (Samstag, 17.8.) von 11 – 13 Uhr oder am Sonntag ab 12 Uhr im Vereinshaus abgegeben werden. Wir freuen uns jetzt schon auf viele Kuchenspenden und hoffen, dass es ein tolles Fest wird.

Der Festausschuss



Impressum:

Herausgeber: TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.
Waldingstraße 91, 22391 Hamburg
Telefon: 040 - 640 11 14
E-Mail : info@tscwelle.de
Homepage: www.tscwelle.de

Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Do 09.00 – 12.00 Uhr
Di 16.30 – 18.30 Uhr
Do 15.00 – 18.00 Uhr

Die Redaktion behält sich vor, Texte zu kürzen.

Sportdeutschland-Piktogramme ©DOSB/Sportdeutschland

Gestaltung, Anzeigen:

Sabrina Weber
Druck: Haase-Druck GmbH
Brandstücken 22, 22549 Hamburg
Telefon: 040-8099490, Telefax: 040-809949-49
E-Mail: info@haase-druck.de