

Helfende gesucht

Du hast Spaß an der Arbeit mit Kindern, bist nicht wasserscheu und möchtest dein Taschengeld aufbessern? Dann bist Du bei uns genau richtig, denn wir sind auf der Suche nach Schwimmhelfer/-innen für unsere Schwimmschule im TSG Sportforum. Falls Du Interesse hast, schicke eine kurze E-Mail an schwimmschule@tsg-bergedorf.de mit einer kurzen Vorstellung und Deinen Kontaktdaten. Wir melden uns dann bei Dir.

Tanzen wie die Stars

Die Clip Dance Mädchen der TSG Bergedorf tanzen die Choreographien aus den aktuellen Musikvideos. Durch die unterschiedlichen Musikrichtungen ist auch der Tanzstil sehr unterschiedlich. Gespannt schauen wir jetzt auf das neue Jahr und freuen uns auf die Wettkämpfe. Mitmachen können alle, die Lust auf coole Moves zur Lieblingsmusik haben.

Los geht es ab vier Jahren mit den Tanzmäusen, diese treffen sich immer mittwochs um 15 Uhr im TSG Sportforum (Billwerder Billedeich 607, 21033 HH)



Frauenloft

NEUERÖFFNUNG im be.Fit im Bille-Bad

Die TSG Bergedorf erweitert ihr Sport- und Fitnessangebot für Frauen
Foto: Verein

Passend zum Start ins neue Jahr 2023 erweitert das TSG-Fitness-Studio be.Fit im Bille-Bad sein Angebot mit einem exklusiven Frauenloft.

Im Ort für Sport an der Bille können Frauen unter sich trainieren. Ein 120 Quadratmeter großer Kursraum, mit Blick auf die Bille, wurde dafür in einen Trainingsraum umgestaltet und mit modernen Trainingsgeräten ausgestattet. „Wir freuen uns auf alle Frauen, vor allem aber auf die, die bislang vielleicht noch nicht den Weg in ein Fitness-Studio gefunden ha-

ben“, so das Leitungsduo des Studios, Britta Stolze und Martin Hug. Die Diplom-Sportwissenschaftlerin und der Diplom-Sportlehrer laden mit ihrem Team, bestehend aus qualifizierten und kompetenten Trainerinnen und Trainern, dazu ein im Januar kostenfrei das Frauenloft zu testen. Neueinsteigerinnen sollten dazu zunächst ein Termin vereinbaren, damit in einem persönlichen Anamnesegespräch die Ziele abgesteckt und ein individueller Trainingsplan entwickelt werden kann. Dafür kommen vom muskulären Aufbautraining nach

Verletzungen bis hin zum sportartspezifischen Fitness-training alle Möglichkeiten und Wünsche in Betracht. Willkommen sind Frauen ab 16 Jahren. Nach oben gibt es keine Altersgrenze: Momentan ist das älteste Mitglied im be.Fit im Bille-Bad fast 94 Jahre alt! Jedem Mitglied im be.Fit im Bille-Bad steht zusätzlich zum Training an den Geräten das umfangreiche und vielfältige Kursangebot der TSG Bergedorf offen: Dieses umfasst wöchentlich über 100 Kurse, vom Reha-Sport und Indoor-Cycling bis hin zu Tanzkursen in Standard und Latein, Functional

Fitness, Pilates und Yoga. Dazu kommen die klassischen Angebote: Bauch-Beine-Po, Step und Intervalltraining. Geöffnet ist das be.Fit im Bille-Bad an sieben Tagen in der Woche: montags, mittwochs und freitags von 9 bis 22 Uhr, dienstags und donnerstags von 8 bis 22 Uhr sowie sonnabends von 10 bis 18 und sonntags von 10 bis 19 Uhr. Ein Termin für das erste Training im Ort für Sport kann ab sofort unter Telefon 040/401 13 64 11 vereinbart werden.

Weitere Infos gibt es unter tsg-bergedorf.de/frauenloft



„3x3“-Aktionswochen

Dir drei TSG-Sportanlagen Sportzentrum Bult, kissland und be.Fit im Bille-Bad starten mit einer besonderen Mitmachaktion in das neue Jahr. Dabei können sich ab dem 15. Januar Neueinsteiger und Neueinsteigerinnen mit etwas Fleiß innerhalb von drei Wochen tolle Prämien „erschwitzen“. Wer in dieser Zeit in allen drei Sportstätten mindestens einmal trainiert oder an einem Kurs teilnimmt, erhält ein hochwertiges Handtuch. Bei sechs Trainingseinheiten wird zusätzlich die Aufnahmegebühr von bis zu 26,00€ erlassen und alle, die es auf neun Trainingseinheiten bringen, sparen bis zum 1. März den Mitgliedsbeitrag. Mit einer Teilnahme an der „3x3“-Aktion lassen sich die gesunden und sportlichen Neujahrsvorsätze erfolgreich in die Tat umsetzen. Zudem wird kostenlos und unverbindlich ein Einblick in das vielfältige und umfangreiche Sportangebot der TSG geboten. Wer dabei seine Lieblingskurse entdeckt oder sich im be.Fit-Fitnessstudio wohl fühlt, kann im Anschluss mit der entsprechenden Mitgliedschaft sein Training in den drei Sportstätten fortführen oder bei Interesse

weitere Sportangebote des Breitensportvereins nutzen. Der individuelle Startpunkt der kostenfreien Teilnahme kann bis zum 31. Januar 2023 frei gewählt werden. Dabei gilt: wer früh beginnt, spart am meisten. Für die Teilnahme ist eine Stempelkarte notwendig, die in den teilnehmenden TSG-Sportanlagen erhältlich ist. Bei Fragen zu den 3x3-Aktionswochen können diese telefonisch oder per E-Mail kontaktiert werden. Am 15. Januar werden die die „3x3“-Aktionswochen zu folgenden Uhrzeiten eingeläutet:

TSG Sportzentrum Bult (Bult 8, 21029 HH): 13-17 Uhr, Kontakt: Tel.: 040 40 11 36-400; E-Mail: bult@tsg-bergedorf.de

TSG-kissland Wentorf (An der Wache 11, 21465 Wentorf): 10-13 Uhr Kontakt: Tel.: 040 401136 430; E-Mail: kiss@tsg-bergedorf.de

TSG Fitness-Studio be.Fit im Bille-Bad (Reetwerder 25, 21029 HH): 10-19 Uhr, Kontakt: Tel.: 040 40 11 36-411; E-Mail: service@befit-bergedorf.de

Psychomotorik in der TSG

Nach den vielen Einschränkungen während der Corona-Pandemie gab es insbesondere für Kinder einen enormen Nachholbedarf an Bewegung. Unter dem Motto „Aufholen durch Bewegung“ hat die TSG Bergedorf deshalb das Angebot Psychomotorik für Kinder ab 7 Jahren eingerichtet. Es bietet Kindern eine Palette von unterschiedlichen Bewegungsformaten und die Möglichkeit gemeinsam mit anderen Kindern Spaß an der Bewegung zu erleben. Die Einheiten

zeichnen sich durch spezielle Angebote aus, die alle Sinne ansprechen, Bewegungsherausforderungen bieten und das Selbstbewusstsein und die motorischen Fertigkeiten der Kinder stärken. Dazu werden Bewegungslandschaften aufgebaut und es stehen zahlreiche Kleingeräte und Materialien zum Ausprobieren zur Verfügung. Dabei kann es durchaus passieren, dass die Geräte und Materialien buchstäblich auf den Kopf gestellt werden. Turnkästen werden zur Eisenbahn, dicke Turnmatten zum

Sandwich, leere Getränkeboxen zum Kletterturm. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und Spaß wird dabei immer ganz groß geschrieben. Das Angebot findet immer mittwochs von 16.15 bis 17.15 Uhr im Bewegungsraum der Kita Sportini im TSG Sportforum (Billwerder Billedeich 607, 21033 HH) unter der Anleitung der Motopädin und Fachkraft für Psychomotorik Doris Kettner statt.

Bei Interesse bitte per E-Mail melden: doris_kettner@tsg-bergedorf.de



Kinder brauchen kreative Sport- und Bewegungsangebote

Foto: Verein

EDITORIAL

Das „WIR“ zählt!

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde der TSG,



Felicia Heinrich, stellv. Vorsitzende der TSG Bergedorf
Foto: Verein

„WIR BEWEGEN BERGEDORF“ – schon seit 2011 ist dies das Motto der TSG Bergedorf. Doch was steckt eigentlich dahinter? Anfangs waren das erst 8800 Mitglieder – heute sind wir deutlich mehr und trotzdem „WIR“ geblieben. Unser Grundstein sind unsere Mitglieder. Auf die wir uns verlassen und auf die wir bauen können. Mit der Unterstützung von zahlreichen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen schaffen wir es bei jeglichen Herausforderungen uns gemeinsam, als „WIR“ aufzustellen. Wir „BEWEGEN“ Babys, Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren, fitte Menschen, kranke Menschen, Mädchen, Jungen ... die Liste ist unendlich und vor allem ohne Ende – bei uns ist jeder willkommen. „BEWEGEN“ heißt dabei aber nicht nur auf dem Laufband in einem unsere Fitnessstudios und oder bei einem Ligaspiel. Nein, es heißt auch mit Freunden und Freude körperlich aktiv zu sein. Bewegen bedeutet zusätzlich, sich nach dem Tennis im Time Out auf ein kühles Getränk zu treffen oder gemeinsam am Skatepark eine Bratwurst zu essen. BERGEDORF, das ist unser Quartier, mit dem wir uns auch außerhalb des Vereins verbunden fühlen, und für das wir uns über den Vereinssport hinaus engagieren: als Träger von Jugendeinrichtungen, mit dem Bergedorfer Citylauf, mit dem Fest der Nationen und mit vielem mehr. Wenn sich in Bergedorf etwas bewegt, dann ist die TSG mit dabei. Seit 12 Jahren sagen wir jetzt schon „WIR BEWEGEN BERGEDORF“ – und rückblickend auf die letzten Jahre können wir diesen Satz auch immer noch mit Stolz sagen. Ganz in diesem Sinne steht unser neues Angebot: Das Frauenloft im be.Fit im Bille-Bad. Informationen dazu befinden sich diesem TSG Magazin. Gerne weise ich auch auf die bevorstehenden Veranstaltungen und neuen Angebote in unseren Sportanlagen hin. Für 2023 wünsche ich Ihnen alles Gute und freue mich, wenn wir uns bald in einer unser Anlagen begegnen.

Ihre Felicia Heinrich

Rehasport in der TSG

Für alle, die nach einer Knie-OP wieder auf die Beine kommen oder etwas gegen Rückenprobleme oder Nackenverspannungen unternehmen möchten, empfiehlt sich ein Blick auf das Rehasport-Angebot der TSG. Es umfasst über 50, von qualifizierten Übungsleiter*innen angeleitete, Stunden. Die Teilnahmegebühr übernimmt die Krankenkasse. Informationen auf www.tsg-bergedorf.de/reha

Sport in öffentlichen Hallen

Fitness-Gymnastik, Kinderturnen, Nordic Walking und mehr: Die Teilnahme an zahlreichen Angeboten der TSG Bergedorf in öffentlichen Turnhallen ist bereits ab einem monatlichen Mitgliedsbeitrag von 20 Euro möglich. Eine Flatrate, für die unbegrenzte Teilnahme an allen Angeboten und Kursen in öffentlichen Hallen, gibt es für nur 31 Euro monatlich. Alle Angebote unter: www.tsg-bergedorf.de/oeffentlichehallen

Gemeinsam schauen

Auch 2023 lädt das Time Out im TSG Sportforum dazu ein, die Fußballspiele des HSV gemeinsam auf der Großbildleinwand anzuschauen. Die UEFA Champions League, die UEFA Euro League und weitere sportliche Highlights, welche nicht im „Free-TV“ übertragen werden, sind dort ebenfalls zu sehen. Die nächsten Termine: Sonntag, 29.01.23, 13.30 Uhr: HSV – Eintracht Braunschweig. Sonntag, 05.02.23, 13.30 Uhr: Hansa Rostock – HSV.



Fitnessübungen bringen mit professioneller Unterstützung mehr Freude

Fotos: Verein

Die guten Vorsätze und das neue Ich

Die perfekte **MOTIVATION** für das Sporttreiben

Warum macht man sich zu Neujahr immer wieder Vorsätze und spätestens Ende Januar sind sie wieder vergessen? Eigentlich könnten wir doch auch im Juni unser Leben umkrempeln, aber Neujahr bleibt ein magischer Moment.

Viele Menschen möchten mit dem neuen Jahr alte Verhaltensmuster ablegen, sich von dem „alten Ich“ verabschieden. Dass „Ich“, das morgens lieber länger schläft, anstatt sich die Laufschuhe zu schnappen. Also werden Abnehm-Rezepte ausgedruckt und ein Probestraining absolviert. Die Motivation ist hoch, diesmal die Sache mit dem „neuem Ich“ durchzuziehen. Jetzt, Mitte Januar, liegen die Rezepte schon wie-

der in der Schublade und die neuen Laufschuhe warten immer noch im Karton auf ihren ersten Einsatz. Das Probestraining wurde zwar vereinbart, ein Fitnessstudio von innen hat die neue Trinkflasche



Hanteltraining kann auch jede Menge Spaß machen

aber noch nicht ein weiteres Mal gesehen. Gewohnheiten lassen sich nicht mal eben von heute auf morgen abschütteln, auch nicht, wenn ein neues Jahr beginnt. Was sind Deine Ziele? Sind diese realistisch? Im Fitness-Studio „be.Fit im TSG Sportforum“ helfen wir Dir dabei, Deine guten Vorsätze nicht mehr aus den Augen zu verlieren. Zusammen finden wir Deine Motivation und das, was Du brauchst, um durchzuhalten. Mit kleinen Teilzielen bleibst Du am Ball. Gemeinsam schaffen wir das und feiern mit Dir deine Fortschritte. Im be.Fit im TSG Sportforum stehen wir für Dich bereit – damit Deine Trinkflasche und Deine Laufschuhe endlich regelmäßig zum Einsatz kommen.

Schachabteilung weiterhin im Aufwind

Große Resonanz beim Turnier

Während die Mitgliederzahlen beim Deutschen Schachbund im vergangenen Jahr weiter gesunken sind, ist die Zahl der Schachspielerinnen und -spieler in der TSG in 2022 auf mittlerweile 80 angestiegen. Damit hat sich die Zahl seit Gründung der Abteilung vor fünf Jahren mehr als verdoppelt. Unter den 80 Mitgliedern sind 44 Kinder und Jugendliche (58%), darunter 14 Mädchen (32%). Zusätzlich spielen zurzeit 20 Anfänger/-innen und Neueinsteiger/-innen in den Schnupperkursen. Das ist eine Entwicklung, von dem der Schachsport bundesweit nur träumen kann. Von den etwa 47.000 im Deutschen Schachbund e.V. organisierten Spie-

lerinnen und Spielern sind nur ca. 1.000 weiblichen Geschlechts, also noch nicht einmal 2 Prozent. In der FIDE, dem Weltschachbund, ist der Anteil der Spielerinnen ähnlich. Warum sollte man Schach spielen? Spiele wie Schach, die das Gehirn herausfordern, trainieren das Gedächtnis und fördern die Bildung spezieller Gehirnzellen. Schach steigert den IQ und beugt unter anderem Alzheimer vor. Um den Schach-Nachwuchs auch weiterhin zu fördern, werden auch in 2023 zu den TSG-Schachturnieren wieder die Bergedorfer Schulen eingeladen.

Interessierte können die Ausschreibungen per E-Mail anfordern unter: schach@tsg-bergedorf.de



Das Finale des 1. TSG Bergedorf Schach-Turniers erfuhr eine großartige Resonanz

Foto: Verein

Silberner Stern des Sports

Jedes Jahr zeichnen der Deutsche Olympische Sportbund und die Volks- und Raiffeisenbanken Vereine aus, die sich über ihr sportliches Angebot hinaus auch gesellschaftlich engagieren. Für ihr Projekt zur Gewinnung von Ehrenamtlichen

wurde die TSG im September 2022 mit dem Silbernen Stern des Sports ausgezeichnet und hat sich damit für das Bundesfinale zur Verleihung des Goldenen Sterns des Sports qualifiziert. Der Sieger wird am 23. Januar in Berlin von Bundespräsident Walter Steinmeier verkündet.

Volleyball-Abteilung auf Erfolgskurs

Mitgliederzahlen stiegen an, Mannschaften haben große Ziele im Blick

2022 war ein erfolgreiches Jahr für die TSG-Volleyballabteilung. Die Mitgliederzahlen in der Abteilung wuchsen von 130 (Stand Januar 2022) auf 214 (Stand Dezember 2022). Besonders der Jugendbereich explodierte förmlich nach dem Coronatief der vergangenen Jahre. In der Saison 2022/2023 gingen neun Jugendmannschaften im Spielbetrieb des Hamburger Volleyball-Verband an den Start. Im kommenden Jahr werden Turniere wie die Hamburger Meisterschaft in den Blick genommen. Erstmals soll ein männliches U18-TSG-Team an der Hamburger Jugendmeisterschaft teilnehmen. Im Erwachsenenbereich wurden drei Mannschaften für den Spielbetrieb gemeldet (Damen, Herren, Mixed). Viele neue Schiedsrichter konnten im vergangenen Jahr



Die 1. Damen-Mannschaft spielt in der Bezirksliga eine gute Rolle
Foto: Verein



In der Jugendliga 3 ist für die Mädchen Platz eins durchaus erreichbar
Foto: Verein

ausgebildet werden. So gingen aus einem Vereinslehrgang elf neue D-Schiedsrichter und 2 C-Schiedsrichter hervor. Im vergangenen Jahr nutzte die Volleyballabteilung jede Gelegenheit zur Mitgliedergewinnung und konnte durch den Volleyballaktionstag und der Aktion „Scheine für Vereine“ beispielsweise neue Bälle finanzieren. Die Mädchen der Jugendliga 5 gewannen bei der Sparkasse Holstein einen Trikotsatz. Die Jugendliga-3-Mädchen freuten sich ebenfalls über ihre neuen Trikotsatz, gesponsort von QG Mobile Pflege. Die Jugendliga-4-Jungs wurden von der Firma Allianz Versicherung Gunnar Rink mit Trikots ausgestattet. Auch die Damenmannschaft konnte mit der Firma Krüll erstmalig einen Sponsor für neue Trikots gewinnen.

Unsere Abteilung wächst und wächst

Beim Capoeira werden zu den brasilianischen Rhythmen Elemente aus den Bereichen Kampfsport, Tanz und Fitness miteinander kombiniert und sorgen für jede Menge Spaß. Capoeira ist auch für Einsteiger gut geeignet. In der TSG ist die Anzahl der Capoeira-Gruppen inzwischen auf neun angewachsen. Nach erfolg-

reichem Training freuen wir uns auf vielen Veranstaltungen in Bergedorf gemeinsam aufzutreten und Capoeira weiter in die Welt zu tragen. Ob die ganz Kleinen ab 4 Jahren oder auch Erwachsene, jeder der mit Capoeira anfangen möchte, ist willkommen.

Mehr Infos unter tsg-bergedorf.de/capoeira



Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst, die auch bei der TSG Bergedorf betrieben wird
Foto: Verein

Bewegung macht schlau und hält fit

Getreu diesem Motto bietet das TSG kissland in Wentorf seinen Mitgliedern ein umfassendes Angebot an unterschiedlichen Sportarten. Ab Februar stehen wieder neue Kurse der Kindersportschule auf dem Programm, inklusive der begehrten Schwimm- und Tauchausbildung. Jugendliche kommen unter anderem in den Trendsportarten Tricking, Klettern und Kung Fu abwechslungsreich auf ihre Kosten. Für unsere erwachsenen Mitglieder stehen kraft-

volle und intensive Kurse wie Functional HIIT (high intensity intervall training) oder Kung Fu bis hin zu entspannenden Yoga Classes am Abend zur Verfügung. Junge Mütter können bei MamaFit & Beckenboden wieder zurück zu alter Fitness und Stärke finden.

► Infos über die aktuellen Kurse und Informationen gibt es unter www.tsg-bergedorf.de/kissland

kissland

Digital in den Verein

Mitgliederverwaltung wird vereinfacht

Im Zuge der Umsetzung ihrer Digitalisierungsstrategie, hat die TSG einen weiteren Schritt nach vorne gemacht. Ab sofort sind Neuanmeldungen für den Verein komplett online möglich. „Die Möglichkeit des Vereinsbeitritts über unsere Homepage, bringt uns einen wichtigen Schritt näher an unser Ziel einer papierlosen Verwaltung. Wir werden jährlich mehrere tausend Blatt Papier sparen.“ freut sich Boris Schmidt, Vorsitzender der TSG. „Insbesondere die ehrenamtlichen Abteilungs-

leitungen werden durch den vereinfachten Anmeldeprozess in ihrer Arbeit entlastet“, pflichtet ihm Janek Gebhardt, Referent für Digitalisierung, bei. Die Online-Anmeldung ist auf der Homepage der TSG Bergedorf eingerichtet. Im Foyer des TSG Sportforums am Billwerder Billdeich 607, bietet die TSG zudem die Möglichkeit, das neu installierte Anmelde-terminal zu nutzen. Die Mitarbeiter*innen vor Ort helfen gerne bei der Bedienung.



Bei der TSG Bergedorf ist das Mitgliederwesen durch die Digitalisierung einfach zu handeln
Foto: Verein

An traditionsreicher Stätte

SPORTZENTRUM AM BULT Yoga, Tanz, Tabata und mehr



Seit 125 Jahren wird am Bult Sport getrieben

Über 125 Jahre sind seit der Eröffnung der Sporthalle im TSG Sportzentrum am Bult vergangen. Neben der altherwürdigen Sporthalle, die heute Werner-Schröder-Halle heißt, beheimatet die TSG-Anlage im Herzen von Bergedorf zahlreiche weitere Sporträume und Angebote:

Ein Yoga-Pilates-Studio, die TSG-Ballettschule, ein umfangreiches Kurs- und Reha-Sportangebot, Tanzsport, Eltern-Kind-Turnen, Rhönradturnen, Schach und vieles mehr. Am 15. Januar stellt sich das TSG Sportzentrum von 9 bis 17 Uhr mit vielen neuen und attraktiven Angeboten vor und lädt zum kostenlosen Mitmachen oder Zuschauen ein. Das Bult-Team freut sich auf zahlreiche Besucherinnen und Be-



Zumba-Party am Bult

Fotos: Verein

sucher und gibt Antworten auf alle Fragen rund um die Angebote im TSG Sportzentrum Bult.

► Wer vorab Fragen hat, meldet sich gern unter **Telefon 040/40 11 36-400** oder schreibt eine E-Mail an bult@tsg-bergedorf.de

Erwachsene/auch Ältere:

- 14 Uhr Power Yoga
- 14 Uhr Yoga auf dem Stuhl
- 15 Uhr Tanz Improvisation Neueinsteiger
- 15 Uhr Vinyasa Yoga Erwachsene
- 16 Uhr Hatha Yoga ?
- 16:30 Uhr Ballett Erwachsene
- 17:30 Uhr Cardio Workout

Kinder:

- 14 Uhr Rope Skipping 5-12 Jahre
- 16 Uhr Ballett ab 5 Jahren
- 16 Uhr Kindertanz ab 3 Jahren
- 16:30 Uhr Familiensport 1-6 Jahre

Service und Schach:

- 13-17 Uhr Individuelle Beratung im Service
- 13-17 Uhr Bällebad geöffnet
- 13-17 Uhr Cafe: Kaffee und Kuchen
- 13-17 Uhr Schach ab 5 Jahren für Anfänger

Vorführungen:

- ab 15 Uhr: Kindertanz, Modern, Zumba, Ballett

Das Programm am 15.1.:

- Erwachsene:**
- 9:25 Uhr Yogawork
 - 10:30 Uhr Yoga meets Pilates
 - 11:30 Uhr Pilates
 - 13 Uhr Tabata
 - 13 Uhr Qi Gong/Entspannung
 - 14 Uhr Fit Fight
 - 14 Uhr Minitrampolin

Baschis halten die TSG in Ehren

Wer sind eigentlich die Baschis? Diese Frage wird oft gestellt, wenn dieser Name fällt. Der Legende nach ertönte im Jahre 1912 bei einem Turnfest in Eutin beim Anblick der Bergedorfer Turner der Ruf „Da kommen die baschen (feschen, gutaussehenden...) Hamburger!“.

Fortan nannten sich die Bergedorfer Turner „Die Baschis“. Heute bestehen die Baschis aus einem Kreis ehemaliger Aktiver und Ehrenamtlicher der TSG oder einem ihrer Vorgängervereine. Sie treffen sich regelmäßig zu Ausflügen oder in froher Runde im TSG Sportforum, um über das aktuelle Vereinsgeschehen zu diskutieren oder alte Vereins- und Turnfestlieder zu singen. Sie sind zudem das aktive Gedächtnis der TSG, pflegen seit vielen Jahren das TSG-Archiv, in dem viele alte „TSG-Schätze“ zu finden sind, darunter sind auch zahlreiche Originaldokumente aus den Anfangs-



Oberbaschi Werner Erbse Schröder
Foto: Verein

jahren des Vereins. Aufgrund der wiederkehrenden Corona-Einschränkungen mussten die Baschibrüder lange eine diskussionslose Zeit ertragen, aber die Pause hat sich nicht auf die kritischen Betrachtungen über die Welt und den Verein ausgewirkt. Nach langer Abstinenz konnte im September 2022 auch wieder die beliebte jährliche Ausfahrt mit Partnern stattfinden. Ziel war ein Greifvogel-Gehege in Bisingen inklusive einer humorwissenschaftlichen Führung

mit Informationen über die Vogelwelt in der Heide. Ein weiterer Höhepunkt war im Dezember das Grünkohlessen im TSG Sportforum. Oberbaschi Werner Schröder, gerade erst 95 Jahre jung geworden, hatte sich und seinen Baschibrüdern dazu das Konzert eines Shanty-Chors zum Geburtstag geschenkt. Nach einer begeisterten Aufführung und anschließender gut gelaunter Klönrunde wurde die Baschigesellschaft in das neue Jahr verabschiedet.

STELLENANGEBOTE

Lust auf eine neue berufliche Perspektive, Tapetenwechsel oder Neustart?

Für unsere Bewegungs-Kita „Sportini Sachsenring“ in 21465 Wentorf bei Hamburg suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt **ERZIEHER/-INNEN** (m/w/d) oder **KINDHEITSPÄDAGOGEN/-INNEN** (m/w/d) in der Krippenbetreuung in Voll- oder Teilzeit (mindestens 30 Stunden).

Wir bieten:

- Ein lebendiges und verantwortungsvolles Aufgabengebiet mit vielseitigen Gestaltungsmöglichkeiten
- Gezielte Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten sowie Supervisionen
- Eine leistungsgerechte Bezahlung in Orientierung an den TVöD-SuE Entgeltgruppe S4 für SPA, S8a/S8b für Erzieher/-in/Kindheitspädagogen/-in
- Einen Urlaubsanspruch von mindestens 30 Tagen und bis zu 41 Tagen
- Gratifikation, Betriebliche Sachzuwendungen, HVV-Profi-Card, Job-Rad sowie die Nutzung unserer Sportangebote zu Mitarbeiterkonditionen

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung unter Angabe Ihres möglichen Tätigkeitsbeginns und per Mail an kitas_schulen@tsg-bergedorf.de. Ansprechpartner bei Rückfragen: Tobias Grosse, 040/401 13 63 52.



Für jeden ist etwas dabei

Das Sportforum der TSG Bergedorf bietet ein Kursprogramm für jedes Fitnesslevel an. Wer körperlich nicht (mehr) so fit ist, startet am besten im Sitzen. Hier kann sowohl der Ober- als auch der Unterkörper trainiert werden. Gleichzeitig werden Koordination und Konzentration geschult. Für die Fitteren gibt es ein abwechslungsreiches Programm an Gymnastik- und Fitnesskursen an.

Zum guten Start in die Woche wird mit dem Kurs „Morning Moves“ am Montag um 10.30 Uhr der gesamte Körper in Schwung gebracht. Mit einer Runde Qigong am Mittwoch um 9 Uhr findet jeder wieder seine innere Ruhe und startet gestärkt in den Rest der Woche.

Zu motivierender Musik findet am Dienstag um 18.30 Uhr ein Coretraining statt. Dieses fordert die Körpermitte und trainiert vor allem die Rumpfmuskeln, deren Stärkung im Alltag oft vergessen wird. Am Donnerstag um 19.45 Uhr beim Langhanteltraining wird mit Zusatzgewicht trainiert.



TSG-Fitnesskurse für jedes Level
Foto: Verein



Die TSG Bergedorf engagiert sich auch für Menschen mit Behinderung

Foto: Verein

Sport für Menschen mit Behinderung

Neue Führung der INSPORT-Abteilung

Nach erfolgreichem Abschluss ihres Studiums hat Abteilungsleiterin Marta Zoladek inzwischen eine Festanstellung in einer Behinderteneinrichtung erhalten. Auch ihr Stellvertreter James Motz übernahm weitere anspruchsvolle Aufgaben in einer Kita.

Diese neuen beruflichen Aufgaben ermöglichen es

ihnen, künftig nur noch sehr eingeschränkt für die TSG InSport-Abteilung ehrenamtlich tätig zu sein. Im Rahmen einer Kooperation mit der TSG-Schachabteilung hatte dessen Abteilungsleiter Berndt Fuhrmann bereits regelmäßig an den Übungsstunden InSport-Trainingsgruppen teilgenommen und sie zum Teil auch angeleitet. Da die „Chemie“ stimmte und die Athlet/-innen ihn

sofort willkommen hießen, wurde Berndt Fuhrmann gebeten, auch die Abteilungsleitung der InSport-Abteilung bis auf Weiteres zu übernehmen. In 2023 wird er mit Unterstützung von Marta, James und Übungsleiterin Melissa Kleist die Lehr- und Lernpläne für die Abteilung erweitern und gezielte Fortbildungen für die ehrenamtlichen Helfer/-innen vereinbaren.



Berndt Fuhrmann
Foto: Verein



Teilnahme am Bergedorfer Citylauf
Foto: Verein

Neues aus der Hockeyabteilung

Im Hallenhockey geht es für die TSG-Hockeyabteilung in den Saisonendspurt. In diesem Winter hat die Sparte vier Jugendteams und eine Herrenmannschaft im Spielbetrieb. Die U8 hat am ersten Spieltag zwei Siege und eine Niederlage eingefahren. Die weibliche U10 konnte bereits mit drei Siegen glänzen. Ebenfalls auf Erfolgskurs ist die männlichen U10. Das Team konnte in fünf Spielen, drei Siege und zwei Unentschieden erzielen. Noch nicht ganz in Tritt gekommen ist die weibliche U14, die mit drei Punkten aus vier Spielen aber dennoch noch alle Chancen auf die Zwischenrunde hat. Nachwuchs wird

in allen Altersklassen, insbesondere in den Jahrgängen 2012-2016 gesucht. Für die Hockeyherren läuft bislang



Waldemar Ebel hat mit seinen Toren großen Anteil am Aufwind

Foto: Verein

alles nach Plan. Das Team bündelte bislang alle Kräfte und steht auf Platz 3 mit drei Punkten Rückstand auf den Tabellenführer. In der Hinrunde konnte das Team gegen Marienthal, Bergstedt und Langenhorn drei Siege einfahren, musste sich allerdings gegen Heimfeld und Victoria geschlagen geben. Im ersten Spiel der Rückrunde konnte man erneut gegen Marienthal gewinnen. Somit haben die Hockeyherren der TSG den Aufstieg bis zum letzten Spieltag am 24.1.2023 in eigener Hand. Für die neue Saison sucht das Team Verstärkung. Ansprechpartner: Tanu Walek (tanu_walek@tsg-bergedorf.de).

Skireise für die Kids

Auf geht's ins Zillertal

Die Kinder- und Jugendskireise der TSG führt in den Hamburger Frühjahrsferien vom 3. bis 19. März in das wunderschöne Zillertal auf die Gerlosplatte in Österreich. Die Zillertal Arena ist das größte Skigebiet im Zillertal und erstreckt sich von Zell im Zillertal über Gerlos bis nach Wald-Königsleiten und Krimml-Hochkrimml. Bei nahezu 100%-iger Schneesicherheit und Fahrspaß auf bis zu 2500 m Höhe kommen alle auf ihre Kosten. 150 Pistenkilometer und 52 Lifanlagen lassen für Ski- und Snowboardfahrer/-innen nichts zu wünschen übrig. In unmittelbarer Nähe unserer Unterkunft befinden sich verschiedene Lifte und Pisten, ideal sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene. Auch abseits der Piste ist Langeweile ein Fremdwort. In unserer Unterkunft gibt es nicht nur die klassischen Angebote wie Tischtennis, Tischkicker und Billard, sondern auch eine eigene Sporthalle. Zusätzlich gibt es eine kleine 3x3 Soccerhalle, zwei Trampoline mit



Auf in den Schnee
Foto: Verein

Schnitzelgrube. Sogar die Nutzung von Skateboards und Stuntscooter ist auf einer kleinen Skatebahn möglich. Und wer am Ende eines aufregenden Tages Entspannung sucht, kann sich im haus-eigenen Kinosaal zurückziehen. Die Zimmer, die sich die Kinder und Jugendlichen mit sechs bis acht Gleichaltrigen teilen, verfügen über einen Badbereich mit voneinander getrennten Waschbecken, Duschen und WCs, sodass es morgens nicht zum Stau kommt. Alle weiteren Infos über die TSG Kinder- und Jugendskireise gibt es unter: www.tsg-bergedorf.de/zillertal

STELLENANGEBOT

Lust auf eine neue berufliche Perspektive, Tapetenwechsel oder Neustart?

Für das vereinseigene Fitness-Studio be.fit im Bille-Bad suchen wir kurzfristig **FITNESSTRAINER/-INNEN** (m/w/d) für die Gerätefläche auf 520 Euro Basis.

Unsere Trainierenden sind: Rehasportler und Fitnesstreibende oder leistungsorientierte Sportler, häufig aus anderen Sportabteilungen des Vereins. Die Tätigkeit umfasst die Beratung von Interessierten und Neumitgliedern, Trainingsplanerstellung und -aktualisierung sowie die Betreuung im laufenden Training.

Der Einsatz erfolgt vorwiegend in den Abendstunden von 17-21 Uhr und am Wochenende. Das be.fit befindet sich in einem Schwimmbadkomplex von Bäderland in zentraler Lage, nahe der S-Bahn Station Bergedorf.

Das solltest du mitbringen:

- Erfahrungen im Fitnessbereich oder mindestens eine B-Lizenz Gerätefitness
- Flexibilität und Teamfähigkeit
- Hohe Sozialkompetenz

Wenn du Lust hast etwas zu bewegen und Teil eines engagierten Teams zu werden, freuen wir uns auf Deine Bewerbung. 040/40 11 36-413 oder britta_stolze@tsg-bergedorf.de.

Bei Interesse bewerben oder informieren unter oder unter der TSG-Jobbörse:
www.tsg-bergedorf.de/tsg/jobboerse/



So erreichen Sie die TSG Bergedorf

Postanschrift der TSG Bergedorf
TSG Bergedorf
Postfach 80 08 27
21008 Hamburg

Die TSG online:
E-Mail: info@tsg-bergedorf.de
www.tsg-bergedorf.de
www.tsg-bergedorf.de/facebook
www.tsg-bergedorf.de/twitter
www.tsg-bergedorf.de/youtube

Servicebüro im TSG Sportforum
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9-12 und 14-17 Uhr
Di. 17-20 Uhr
Adresse:
TSG Sportforum
Billwerder Billdeich 607
21033 Hamburg
Telefon (040) 40 11 36-300
Fax (040) 40 11 36-390
E-Mail: info@tsg-bergedorf.de

Servicebüro im TSG Sportzentrum am Bult
Öffnungszeiten:
Mo., Di., Mi. 9-12 und 15-18 Uhr
Do. 15-18 Uhr
Fr. 9-12 Uhr
Adresse:
TSG Sportzentrum am Bult
Bult 8, 21029 Hamburg
Telefon (040) 40 11 36-400
Fax (040) 40 11 36-409
E-Mail: bult@tsg-bergedorf.de

Servicebüro im TSG kissland Wentorf
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr 9-12 Uhr
Mo., Di., Do. 14-17 Uhr
Adresse:
TSG kissland
An der Wache 11,
21465 Wentorf
Telefon (040) 40 11 36-430,
Fax (040) 40 11 36-439
E-Mail: kiss@tsg-bergedorf.de

Servicebüro Praxis-Klinik Bergedorf
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 8-22 Uhr
Sa. 9-18 Uhr
So. 10-19 Uhr
Adresse:
TSG Bergedorf
Alte Holstenstraße 2
21031 Hamburg
Telefon (040) 725 75-140
Fax (040) 725 75-144
E-Mail: sport@praxis-klinik-bergedorf.de