



# TuS KOMET ARSTEN

seit 1896

## VEREINS-NACHRICHTEN

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



**GESUNDHEIT  
& FITNESS**

**KINDER  
& JUGEND**

**WETTKAMPF  
& LEISTUNG**

**ERWACHSENE  
& SENIOREN**



Aktive der Outdoor Fitness-Sparte

Jetzt noch  
Steuervorteil  
nutzen und  
sparen!



## Terrassenüberdachungen für Bremen

*Gemeinsam durch den Lockdown*

Werten Sie Ihr Zuhause mit einer hochwertigen Terrassenüberdachung aus Aluminium auf. Wir von der Tischlerei Kemena sind der kompetente Ansprechpartner in Bremen und bieten maßgeschneiderte Überdachungen kostengünstig an. Unser professionelles Montageteam kümmert sich um eine schnelle und reibungslose Montage bei Ihnen vor Ort.

**Schaffen Sie jetzt mehr Raum für den Lockdown und lassen Sie sich noch Heute von uns beraten. Sichern Sie sich noch dieses Jahr den Steuervorteil und lassen Sie ganz entspannt nächstes Jahr einbauen.**

### KEMENA TISCHLEREI GMBH

Borgwardstraße 9  
28279 Bremen

Telefon: 0421 - 87 83 220  
Fax: 0421 - 87 83 22 22

mail@kemena-tischlerei.de  
www.kemena-tischlerei.de

 Kemena Tischlerei GmbH  
 kemenatischlerei

## weru

### ÖFFNUNGSZEITEN

Mo. - Fr. 08:00 - 18:00 Uhr  
Sa. 09:00 - 13:00 Uhr  
So. 12:00 - 17:00 Uhr

**jeden Sonntag Schautag**



## **Liebe Mitglieder, liebe Förderer und Freunde des Vereins,**



was für ein besonderes Jahr liegt hinter uns. Viele neue Erfahrungen mussten wir sammeln – die meisten waren absolut verzichtbar. Auch im Namen meiner Vorstandskolleg\*innen und unserer Übungsleiter\*innen hoffe ich, dass ihr und eure Lieben die bisherige Zeit einigermaßen unbeschadet überstanden habt. Die Gesundheit ist unser höchstes Gut – das ist uns in diesem Jahr wohl so klar geworden wie selten zuvor. Weitere wesentliche Bausteine sind ein gesichertes Einkommen und damit ein Dach über dem Kopf und keinen Hunger leiden zu müssen. Aber zum Leben gehört noch mehr, unter anderem die Freude daran. Und die wollen wir mit Bewegung, Spiel, Spaß und Geselligkeit wieder und weiter gemeinsam in unserem Sportverein erleben.

Wir machen uns Sorgen! Für Kinder und Jugendliche sind mehrere Monate ohne ausreichende Bewegung im Rahmen ihrer Entwicklung gefährlich. Es drohen langfristige Defizite, zumal die geistige Entwicklung von der körperlichen nicht zu trennen ist.

Doch sieht es bei den Erwachsenen anders aus? Wer einmal mehrere Wochen an das Bett gefesselt war, weiß wie schnell die Muskeln verkümmern. Unser Bewegungsapparat möchte genutzt werden. Um nicht zu verkümmern, müssen die Gelenke regelmäßig geschmiert, der Stoffwechsel angeregt, Muskeln und Sehnen belastet werden. Junge Menschen holen Belastungspausen schneller wieder auf, aber mit zunehmendem Alter wird es mühsamer. Reha-Sportler\*innen, die ihre Kurse nicht mehr besuchen können, müssen wieder ihren Orthopäden aufsuchen, weil die Schmerzen zurückkehren und wieder auf Medikamente zurückgreifen. Die Uhr tickt im Hinblick auf Bewegungsdefizite für alle.

Mein ernsthafter Appell an euch ist: Bewegt euch auch unter den erschwerten Bedingungen und freut euch darauf, die Bewegungsangebote im Verein hoffentlich ganz bald wieder voll nutzen zu können. Im Rahmen des Erlaubten haben wir aktuell schon viele Angebote.

**Nach dieser Krise braucht es neue Anreize und Motivation, um die gesundheitlichen und sozialen Defizite gemeinsam schnell aufholen – und das geht im Verein am besten! Für das Frühjahr planen wir eine Bewegungsoffensive. Wer die mitgestalten und helfen möchte, meldet sich gern per Mail unter [info@tuskometarsten.de](mailto:info@tuskometarsten.de) oder telefonisch unter: 828202-11.**

Der Verein selber hat die Krise bisher einigermaßen überstanden. Zwar haben wir 10.000 Euro Soforthilfe erhalten (für 2021 sind 12.000 Euro geplant), unsere festangestellten Mitarbeiter waren dreieinhalb Monate in Kurzarbeit und wir konnten Energiekosten einsparen, aber unter dem Strich überwiegen die finanziellen Einbußen auch durch ausbleibende Neumitglieder.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Andreas Vroom'.

Andreas Vroom

Vorsitzender TuS Komet Arsten e.V.

## **Absage aufgrund der Corona - Pandemie**

Nachdem wir schweren Herzens unser so beliebtes Laternenfest sowie unser Vereinsfest Rot-Weiße-Nacht absagen mussten, müssen wir leider jetzt auch auf unseren Karneval verzichten.

Dem Vorstand tut es sehr leid, diese Absage mitteilen zu müssen.

*Ralf Lüdeker*

## **Danksagung**

Unser Sportskamerad Manfred Vroom ist am 27.02.2020 unerwartet verstorben. Die Familie hat statt Kränze zu einer Spende an den TuS Komet Arsten e.V. für die Jugendarbeit aufgerufen.

**Stolze 2.500 Euro sind eingegangen.** Dieses Geld haben wir in Abstimmung mit der Familie eingesetzt, um ausstehende Mitgliedsbeiträge von insgesamt 19 Kindern und Jugendlichen auszugleichen.

Diese Kinder hätten bei weiterer Nichtleistung der Mitgliedsbeiträge vom Verein, ihren Mannschaften und ihrem Sport ausgeschlossen werden müssen. Auch wenn sich unsere Geschäftsstelle mit Petra und Tobi sehr viel Mühe gibt, um zu öffentlichen Förderungen wie Kids in die Clubs und das Bildungs- und Teilhabepaket zu beraten, kommt es traurigerweise regelmäßig zu diesem schweren Schritt.

**Wir bedanken uns im Namen der Kinder und des Vorstandes für diese gute Tat bei der Familie Astrid Vroom und den Spendern.**

*Ralf Lüdeker*

## **125-Jahr Feier am 29. Mai 2021**

Trotz des zum Berichtszeitraum vorgeschriebenen Teil-Lockdowns gehen die Vorbereitungen zu unserer 125-Jahr-Feier am 29. Mai 2021 voran. Auch die Planungs-umstände der Arbeitsgruppe sind nicht leicht, so können wir uns z.Zt. lediglich telefonisch austauschen. Ein Treffen ist unter den augenblicklichen Bedingungen nicht möglich. Wir planen den Ablauf wie vorgesehen und in unseren letzten Vereinsnachrichten geschildert. Wir wissen nicht, wie sich die Situation Ende Mai 2021 darstellt. Große Hoffnung liegt in der anstehenden Impfung und den besseren klimatischen Bedingungen im Frühjahr.

Zurzeit laufen die Vorbereitungen für die Festschrift. Es bestand Einigkeit darüber, dass wir nicht den Inhalt der vorherigen Jubiläumsfestschriften des „TuS Arsten“ und des „VfB Komet v. 1896 e.V.“ wiederholen, sondern es bei einer kurzen Zusammenfassung belassen. Unser Schwerpunkt wird die gemeinsame Zeit ab 2006 sein. Wir rechnen mit einer regen Beteiligung aller Vereinsangehörigen.

*Bernd Nehrhoff*

## **Sport im Lockdown.**

Geschäftsführer Jens Ellrott freut sich, wenn er nach getaner Arbeit sein Büro verlässt und noch Licht in der einen oder anderen Vereinshalle oder im Stadion sieht. Das ist nicht selbstverständlich nach dem Teil-Lockdown Anfang November, seitdem Sport eigentlich nur noch allein, zu zweit oder mit dem eigenen Hausstand erlaubt ist. Aber der LandesSportBund hat den Vereinen in Absprache mit der Gesundheitsbehörde ein wenig mehr Spielraum verschafft: So dürfen im Badminton, Tennis und Tischtennis Doppel mit zwei Haushalten gespielt werden und zählt der Trainer/die Trainerin nicht zur Zweiergruppe, solange er/sie am Rand steht, so dass er/sie mit zwei Sportler\*innen arbeiten darf.

Und so gibt es einige Abteilungen, die aus der Not eine Tugend gemacht haben und Training in Kleinstgruppen anbieten:

Montags abends jagen sich in der Halle Egon-Kähler-Straße (bei heruntergelassenen Trennvorhängen) in jedem Hallendrittel **2 Badmintonis** für je 1 Std. über das Feld. Ähnlich organisieren sich die **Tischtennispieler** donnerstags abends in der Mehrzweckhalle am Korbhauser Weg. Als dritte Rückschlagsportart profitiert **Tennis** von der Möglichkeit, maximal Doppel mit zwei Haushalten spielen zu können. Wichtig ist die gute Auslastung der Tennishalle auch für die Einnahmeseite des Vereins.

In den Kampfsportarten werden die **Karateka** von Christian Umbach (dienstags an der Egon-Kähler-Str.) und die **Fechter** (freitags am Korbhauser Weg) von Jens Pursche in Kleinstgruppen unterrichtet.

Auch in der Abteilung **Turnen/Fitness/Gesundheit** gibt es aktive Übungsleiter\*innen: Massihmo Askarzada, Maren Hoops, Karin Müller und Doris Rogmann bieten ihren Kursteilnehmer\*innen individuell verkürzte aber zeitlich ausgedehnte Einheiten an, um allen Interessierten die Chance auf Bewegung zu ermöglichen.

Vergleichsweise gut haben es in diesen Zeiten die Outdoor-Sportler\*innen wie die **Leichtathleten**, die bei Tribünenlicht in mehreren Zweiergruppen im großen Stadion bzw. im Laufschlauch unter der Regie von Sandra Schwenke und Jens Ellrott trainieren. Die Mitglieder der **Outdoor-Fitness** Abteilung stählen trotz Kälte, Regen und Wind in der Woche im Scheinwerferlicht der Box und gar am Wochenende ganztägig in Duos ihre Körper.

Und selbst in den Mannschaftssportarten **Fußball** und **Handball** gibt es einige positiv verrückte Trainer\*innen, die mehrfach die Woche über mehrere Stunden hinweg Training zu zweit anbieten.

**Trotz der widrigen Umstände ist es sehr erfreulich, dass Sportler\*innen ihrem Hobby im TuS Komet Arsten nachgehen und diesem auch die Treue halten.**

*Jens Ellrott*

*Goldschmiedewerkstatt*  
*Hoops*

**Joachim Hoops GmbH**

Holzdammm 170 · ☎ 0421 - 83 27 27

[www.goldschmiede-hoops.de](http://www.goldschmiede-hoops.de)

## „Finger weg!“

Initiative der Sportvereine gegen sexuelle Übergriffe

**Es geschieht alltäglich vor unseren Augen und bleibt uns doch zu oft verborgen:**

Gewalt und Missbrauch gegen Kinder und Jugendliche in der Familie, Schule und auch in den Sportvereinen. Allzu lange war es ein Tabu, dieses Phänomen wahrzunehmen; aber einer zunehmenden Sensibilität in unserer Gesellschaft ist es zu verdanken, dass dieses Problem in den Blickpunkt der öffentlichen Wahrnehmung gerückt ist. Auch der Landessportbund und seine Vereine wollen sich dieser Herausforderung stellen. Es wurde ein umfangreiches Maßnahmenkonzept erarbeitet, mit dem eine „Kultur der Aufmerksamkeit“ gefördert werden soll:

- eine spezielle Ausbildung der Übungsleiter zum Thema „sexuelle Übergriffe im Sport“
- eine Informationsbroschüre für Kinder und Jugendliche
- ein „Ehrenkodex“ für die Übungsleiter, in dem sie versichern, neben der Achtung
- der Selbstbestimmung von Kindern und Jugendlichen auf jede Form von Gewalt zu verzichten und das Recht auf körperliche und sexuelle Unversehrtheit zu achten
- die Aufforderung an alle Übungsleiter, ein erweitertes Führungszeugnis vorzulegen
- Benennung von Ansprechpartnern im Verein für die Kinder und Jugendlichen und ihre Eltern.

Wir alle, denen Kinder und Jugendliche anvertraut sind, haben die Aufgabe, sie in ihrer Wehrlosigkeit zu schützen, sensibel zu sein für die Signale, die sie aussenden, dadurch sexuelle Übergriffe schon im Vorfeld zu verhindern und damit Prävention im ureigensten Sinn zu betreiben.



**Warneke + Schulz**  
**Bad + Heizung**

**☎ 823339**

Arster Hemm 52 • 28279 Bremen • E-Mail: [info@warneke-schulz.de](mailto:info@warneke-schulz.de)

**warneke-schulz.de**

Darum der Appell an die Eltern und Übungsleiter: zeigen Sie Interesse an den Kindern, haben Sie ein offenes Ohr für ihre Probleme. Achten Sie auf die stillen Signale, auf Stimmungs-Schwankungen. Manchmal können Opfer noch nicht in Worte fassen, was sie bedrückt und Ihnen widerfahren ist.

Und für die Kinder und Jugendlichen: sagt „Nein“, wenn Euch einer zu nahe kommt. Habt den Mut, Euch zu wehren!

Niemand darf Euch mit Worten und Taten wehe tun. Habt Vertrauen, Eure Eltern oder die Abteilungsleiter oder die Ansprechpartner im Verein anzusprechen. Sich Hilfe holen und darüber reden ist mutig und kein Verrat!

Wir als TuS Komet Arsten wenden den **Ehrenkodex der Bremer Sportjugend** an. Alle unsere Trainer/innen und Übungsleiter/innen haben diese Ehrenerklärung unterschrieben.

Als Ansprechpartner steht zur Verfügung:

Dr.med. Bernward Fröhlingdorf, Kinder-und Jugendarzt ,

2. Vorsitzender , Tel. 82 41 01

Absolute Vertraulichkeit ist selbstverständlich!

*Bernward Fröhlingdorf*

## **Ehrenkodex**

Für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Sport, die Mädchen und Jungen, sowie junge Frauen und junge Männer betreuen oder qualifizieren oder zukünftig betreuen oder qualifizieren wollen



## **Hiermit verspreche ich:**

- Ich gebe dem persönlichen Empfinden der mir anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen Vorrang vor meinen persönlichen sportlichen Zielen.
- Ich werde die Persönlichkeit jedes Kindes, Jugendlichen und jungen Erwachsenen achten und ihrer Entwicklung fördern helfen.
- Ich werde Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bei ihrer Selbstverwirklichung zu sozialem und fairem Verhalten anderen Menschen gegenüber anleiten.

**Seekamps Gasthaus**  
**entralhallen**  
seit über 125 Jahren

Hemelinger Heerstr. 27 kontakt@seekamps-gasthaus.de  
28309 Bremen www.seekamps-gasthaus.de  
Tel.: 0421/451565  
Fax: 0421/4171200 Familie Seekamp

**Seit 1871 genießen und verweilen bei köstlichen Speisen**

**Wir bieten für Ihre Feiern:**

- Saisonale Spezialitäten
- Clubräume
- Kegelbahn
- Klimatisierter Saal
- Wintergarten
- Sommergarten

- Ich werde sportliche und außersportliche Angebote stets nach dem Entwicklungsstand der mir anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ausrichten und kind- und jugendgerechte Methoden einsetzen.
- Ich werde stets versuchen, den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen faire Rahmenbedingungen für sportliche und außersportliche Angebote zu schaffen.
- Ich erkenne an, dass mich als Trainer/-in, Übungsleiter/-in mit den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine sensible Beziehung im Rahmen gemeinsamer sportlicher Übungs- und Wettkampftätigkeit verbindet und weiß, dass die Verantwortung für das Geschehen innerhalb dieser Beziehung bei mir liegt.
- Ich werde das Recht des mit anvertrauten Kindes, Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf körperliche Unversehrtheit achten und keine Form der Gewalt, sei sie physischer, psychischer oder sexueller Art, ausüben.
- Ich werde dafür Sorge tragen, dass die Regeln der jeweiligen Sportart eingehalten werden. Insbesondere übernehme ich eine positive und aktive Vorbildfunktion im Kampf gegen Doping und Medikamentenmissbrauch sowie gegen jegliche Art von Leistungsmanipulation.
- Ich biete den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen für alle sportlichen und außersportlichen Angebote ausreichende Selbst- und Mitbestimmungsmöglichkeiten.
- Ich möchte den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen stets die Einhaltung von sportlichen und zwischenmenschlichen Regeln vermitteln und nach den Gesetzen des FairPlay handeln.
- Ich verpflichte mich einzugreifen, wenn in meinem Umfeld gegen diesen Ehrenkodex verstoßen wird.

Durch meine Unterschrift verpflichte ich mich zur Einhaltung des Ehrenkodex:

### **Trikots für Nigeria**

Durch den Zusammenschluss des VfB Komet und des TuS Arsten 2006 änderte sich auch der Name in TuS Komet Arsten. Dies hatte zur Folge, dass die Trikotbeflockung sich bei neuer Kleidung ebenfalls ändern musste. Weil die Trikots der Teams noch

Holzdamn 104 · 28279 Bremen  
 ☎ 04 21 / 83 10 810  
 info@hotel-zum-werdersee.de  
 www.hotel-zum-werdersee.de

☆☆☆  
 HOTEL-RESTAURANT



*Zum Werdersee*  
 Der Platz zum Ankern, mit Flair für Jung und Alt



*Eine Hochzeit ist...*  
**für uns und unsere Mitarbeiter**  
*immer etwas Besonderes!*  
**Mit viel Liebe zum Detail & erstklassigen**  
**Speisen gestalten wir Ihren schönsten Tag!**

prima waren, wäre eine Entsorgung im Altkleidercontainer nicht sinnvoll gewesen. Nach und nach erhielten die Mannschaften neue Trikotsätze. Alte und nicht mehr vollständige Sätze wurden aussortiert und verwahrt.

Durch die Verbindung zu Chief TalaAwolola vom Pan-Afrikanischen Kulturverein e.V. wurde eine tolle Weiterverwendung ins Leben gerufen. So wurden seither in Abständen mehrfach Trikots, Trainingsanzüge und andere Sportkleidung, sowie nicht mehr spielfähige Bälle gesammelt und als „Beipack“ in Leerräumen von Containern nach Nigeria verschifft. Transportkosten entstanden somit nicht. Da aus finanziellen Gründen die Mannschaften in den Schulen Nigerias nicht mit Trikotsätze ausgestattet werden können, erhalten auf diesem Weg vor allem Kinder in Mädchenschulen nutzbare Trikots. Die Bälle werden vor Ort aufbereitet. Die Freude über die Ausstattung ist enorm.

So sind nicht nur der TuS Komet Arsten, sondern auch viele Sponsoren mit ihrer Trikotwerbung in Nigeria präsent.

Im Frühjahr 2020 „lieferte“ unser Verein erneut eine große Menge Material nach Übersee. Mit dem Erscheinen dieser Vereinsnachrichten sind jetzt wieder nicht nur Fußballtrikots und -bälle, sondern auch Handballtrikots und -bälle unterwegs.

**Ein herzliches Dankeschön auch an die Sponsoren, die es immer wieder möglich machen, dass unsere Mannschaften neu ausgestattet werden. Selbst wenn die vereinbarte Werbezeit abgelaufen ist oder die Sätze nicht mehr vollständig sind, wird in Nigeria die Werbung noch lange laufen.**



*Reinhard Brinkmann*

## Vereinsgaststätte in Corona-Zeiten



Was soll man dazu sagen, wenn man sich während einer Pandemie dazu entscheidet, eine bestehende Gastronomie zu übernehmen. Unsere Familien und Freunde waren zwar überrascht, haben uns jedoch in der „Vorbereitungsphase“ und in den Planungen bzw. der Durchführung von Reinigungs- und Renovierungsarbeiten immer unterstützt.

Wir haben repariert, geschrubbt, aufgeräumt, gemalt, gebaut, dekoriert, Gardinen genäht und vieles mehr. **Tausend Dank dafür an all unsere fleißigen Helfer/Innen.**



Geplant war die Wiedereröffnung ursprünglich für den 01.November 2020, doch durch die Coronalage und die immer wieder verlängerte Schließung der Gastronomie war das nicht möglich.

### MEISTERBETRIEB

Polsterei  
Bodenbeläge  
Gardinen  
Sonnenschutz  
Yacht- &  
Bootsausstattung  
Matratzen  
Schaumstoffe



Drewes & Klatte  
Raumausstattung

[www.drewes-klatte.de](http://www.drewes-klatte.de)

Fritz-Thiele-Straße 3 | 28279 Bremen  
Telefon: 0421 8 39 96 90



Schade, denn wir hatten viel vor in der Weihnachts- und Kohlfahrtsaison.

Wir können leider nicht sagen, zu wann wir die **Auszeit** nun endlich wieder öffnen dürfen.

Wir hatten uns dazu entschieden, an den Adventswochenenden Heißgetränke „to go“ im Innenhof anzubieten und Dank sehr motivierter und arbeitswütiger Familienmitglieder ist in vielen Stunden handwerklicher Arbeit eine schöne Glühweinbude entstanden, die am ersten Sonntag im Advent bereits von vielen Spaziergängern und Vereinsmitgliedern besucht wurde.

In der Zeit NACH Corona werden wir gerne für euch Getränke und saisonale deutsche Küche anbieten und Veranstaltungen durchführen. Wir freuen uns auf euch als Gäste der **Auszeit**.

Für Kritik und Anregungen sind wir offen und dankbar, denn (das ist unser Motto), ab jetzt wird alles anders.

*Anja und Astrid*



**HEIZUNG**

**G A R B A D E**

**SANITÄR**

**Kundendienst · Wartung · Notdienst**

**Tel. 04 21 - 82 12 71/37 56 24 • Fax 04 21 - 82 43 90  
Kattenturmer Heerstraße 266 • 28277 Bremen**

## **INFORMATIONEN in eigener Sache**

Nachwievor suchen wir dringend, besonders im Kinder – und Jugendbereich, Übungsleiter/innen und Trainer/innen für alle Sparten.

Wer Interesse hat in unserem großen Sportverein mit den tollen Sportanlagen am Korbhauser Weg und in der Egon-Kähler-Str. die genannten Aufgaben zu übernehmen, wende sich gerne persönlich oder telefonisch an unsere Geschäftsstelle zu den bekannten Öffnungszeiten. Anfragen per E-Mail gehen natürlich auch.

### **Unterstützung des Vereins durch Werbung**

**Durch Werbeanzeigen in diesen Vereinsnachrichten, auf Plakaten auf den Sportgeländen und an Hallenwänden, auf Trikots und Trainingsanzügen unterstützen uns viele Firmen.**

**Es ist wünschenswert, wenn wir unseren Sponsoren gegenüber zum Ausdruck bringen, dass wir als Mitglieder des TuS Komet Arsten dafür gern ihre Dienste in Anspruch nehmen möchten.**

Auf unserer Homepage [www.tuskometarsten.de](http://www.tuskometarsten.de) und der Vereinsapp sind alle Sportabteilungen mit aktuellen Informationen, Ansprechpartnern und Trainingszeiten vertreten. Auch die Vereinsnachrichten sind online zu studieren.

Ferner können der Aufnahmeantrag und die Änderungsanzeige auf der Homepage unter „Über den Verein“ = Formulare zum Herunterladen (linke Seite) angesehen, heruntergeladen und in der Geschäftsstelle ausgefüllt abgegeben werden.

*Der Vorstand*

# Für Sie vor Ort in Arsten



Unsere  
Beratung  
ist auch  
kontaktlos  
möglich.



Christiane Antoni

Annette Heinrichs





## VOLLEYBALL

Abteilungsleiter Markus Schäffer  
Telefon (04298) 46 53 04  
E-Mail: volleyball@tuskometarsten.de



### **Beachabschluss 2020**

In diesem Jahr waren die Vorzeichen auf ein Wochenende am Alfsee, wie in den Vorjahren, wegen Corona sehr ungünstig.

Jürgens Versuche eine geeignete Alternative zu organisieren, führten überwiegend zu einer Ablehnung seitens der Campingplatz-Betreiber. **Jürgen**, Du hattest keine Chance, eine Gruppe wie die unsere, unterzubringen. **Dennoch ein Dankeschön an dich für deinen Einsatz.** Leider führten die mehrfachen Planänderungen dazu, dass einige Mitspieler ihre Termine nicht mehr angleichen konnten.

Folglich haben wir uns entschieden, unseren Abschluss der Beachsaison auf der vereinseigenen Anlage durchzuführen. Geplant war, 2er-Teams zu lösen und am Samstag 12. 9. ab 13:00 Uhr ein Turnier zu spielen. Danach sollte ein Essen in der „Auszeit“ gegen 17:00 Uhr folgen. Das Menü war schon quasi bei Baggio bestellt, aber das fiel dann leider kurzfristig aus.

Gestartet sind wir dann tatsächlich bei Sonnenschein und knapper Bewölkung gegen 13:15 Uhr Die Begegnungen für 10 Spieler = 5 Mannschaften, waren dann jedoch zügiger durch als gedacht. Nach Neueinteilung mit „ausgeglichener“ Leistungsstärke begann ein zweiter Durchgang. Nachdem nochmals neue Teams gewählt wurden, folgte der dritte Durchgang. Somit waren es für alle insgesamt 12 Spiele an diesem Tag.

Tatsächlich waren wir dann gegen 17:00 Uhr mit dem Turnier durch.

Bis dahin hatte das Wetter gut mitgespielt. Kurz vor dem alternativ angesetzten Grillen, setzte dann doch noch etwas Sprühregen ein. Aber nur kurz, sodass der von Sergej organisierte Gasgrill noch gute Dienste leisten konnte.

**Sergej auch Dir vielen Dank dafür.**

Mir hat es trotz der geschilderten Widrigkeiten großen Spaß gemacht, und ich denke das gilt auch für alle Teilnehmer.

**Insgesamt können wir mit der gesamten Saison, trotz Corona, noch recht zufrieden sein. Waren wir doch nach der ersten Freigabe, bis auf wenige Ausnahmen, fast den ganzen Sommer draußen im Sand. Bis einschließlich heute sind wir vor Corona verschont geblieben.**

**Bleibt weiterhin alle gesund!**

*Werner*



## FUSSBALL

Abteilungsleiter Serdal Tümkaya  
Telefon 0172 - 42 46 697  
E-Mail: fussball@tuskometaarsten.de  
[www.tka-fussball.de](http://www.tka-fussball.de)



### **Liebe Fußballer und Fußballerinnen,**

das Jahr 2020 war ein Jahr voller Höhen und Tiefen. Aus unserer Sicht sind allerdings mehr positive Punkte zu verbuchen.

Aber der Reihe nach.

Den ersten Lockdown hat unsere Abteilung damit verbracht sich neu aufzustellen und gewisse Strukturen zu schaffen, um die komplette Abteilung weiter voranzubringen. So wurde z.B. eine neue Sponsoren- Gruppe gegründet, deren Vorsitz Björn Dopmann (Trainer unserer 1. E-Jugend, [sponsoring@tka-fussball.de](mailto:sponsoring@tka-fussball.de)) innehat. Es wurde eine Instagram-Seite ins Leben gerufen, die mittlerweile stolze 717 Abonnenten hat (hier sind federführend Tim Meyer aus der 1.H, Berna Yilmaz aus der 1. Frauen und Moritz Kracht aus der D3). Diese kümmern sich auch um unsere Homepage sowie um unseren Facebook Account und seit neuestem auch um unseren Twitch Kanal. Für Anregungen gerne eine Mail an [presse@tka-fussball.de](mailto:presse@tka-fussball.de).



Die ersten Ergebnisse der neuen Sponsoring Gruppe sind schon zu sehen.



**Uwe Haßelmann** Baugeschäft GmbH  
Geschäftsführer Oliver Schulz



- Altbausanierung
- Anbauten
- Baureparaturen
- Neubau / Umbau
- Fliesenarbeiten
- Modernisierung



Friedrich-Engels-Straße 5 · 28279 Bremen  
Telefon 0421-831955 · Telefax 0421-834572  
E-Mail: [info@hasselmann-bau.de](mailto:info@hasselmann-bau.de)

Aber auch auf anderen Kanälen hat sich unsere Abteilung weiterentwickelt, so wurden z.B. die Kabinen renoviert, die Holzbänke vor den Kabinen neu gestrichen, das Fußballbüro neugestaltet und unser Zeugraum neu geordnet. Alle alten Sachen wurden aussortiert und nach Nigeria als Spende verschickt.

**In der gesamten Zeit konnten wir uns als Abteilungsleitung immer wieder auf die helfenden Hände aus unserer Mitte verlassen, dafür möchte ich mich als Abteilungsleiter auf diesem Wege noch einmal bei jedem bedanken.**

Auch den Saisonstart haben alle unserer Teams gut überstanden und spielten in Ihren Ligen wieder eine vernünftige Rolle. Sehr bedauerlich ist es natürlich, dass alle Ligen und selbst der Trainingsbetrieb erneut zum Erliegen gekommen sind.

Wir hoffen, dass wir uns bald auf dem grünen Rasen wiedersehen können.

**Zu guter Letzt möchte ich mich im Namen unserer 1. Herren bei allen bedanken, die es möglich gemacht haben, aus den Heimspielen der 1. Herren ein Fest zu machen. U. a. bei**

- allen helfenden Händen, die beim Einlass dabei waren,
- allen, die sich als Ordner zur Verfügung stellten,
- allen, die unseren Verkaufsstand geleitet haben,
- unserem Stadionsprecher,
- unserer 1.E, die nach den Spielen die Tribüne mit gereinigt haben
- allen Zuschauern, die unsere Mannschaft in unserem Stadion unterstützt haben.

**Wir haben in jedem dieser Spiele die 250 Zuschauer überbieten können, dafür noch einmal vielen, vielen Dank!**

Lasst uns alle nach diesem 2. Lockdown genau da weitermachen wo wir stehen geblieben sind.

*Serdal Tümkaya*



**Apotheke im**  
**v i a m i k o**  
Nicole Massolle

**GUTSCHEIN**  
Gegen Vorlage dieser  
Anzeige erhalten Sie einmalig  
**10%**  
auf einen Artikel Ihrer Wahl.  
(gilt aus rechtlichen Gründen nicht  
für Rezeptgebühren und  
verschreibungspflichtige Arzneien)

**www.viamiko.de**

Alfred-Faust-Straße 3, direkt neben Penny · 28277 Bremen · Telefon 0421 - 84 13 40

## So meisterte die E1 den Lockdown...

Unserem Team gelang es in der Krise eine Chance zu erkennen und auch unter widrigen Voraussetzungen eine Weiterentwicklung der Spieler im wöchentlichen Einzeltraining zu ermöglichen.

Mit Rücksicht auf die behördlichen Corona-Verordnungen wurden acht Gruppen á zwei Spieler gebildet, die mit insgesamt fünf Betreuern in unterschiedlichen Zeitfenstern trainierten.



Jede Gruppe durchlief dabei vier Stationen, in denen die Schwerpunkte Laufen, Passen/ Dribbling, Zweikampf und Technik vermittelt wurden.

Unsere Fußballer genossen während dieser Zeit außergewöhnliche Trainingseinheiten, die aufgrund eines vergrößerten Betreuerteams mit einem sehr intensiven Coaching begleitet wurden.

Sie bereiteten sich damit optimal auf den hoffentlich bald wiedereinkehrenden Spielbetrieb vor.

*Peer Schumacher*

# PLANUNGSBÜRO AGHASSI

Dipl.- Ing. Architekt

Energetische Sanierung  
Barrierefreie Umbauten  
Genehmigungsplanung

Hossain H. M. Aghassi  
Hochschulring 40  
28359 Bremen

Projektierung  
Beratung  
Neubauten

Telefon 0421 - 3331033  
Mobil 0172 - 6058366  
planungsbuero-aghassi@ewetel.net

## **G-Jugend – Ball-Sport**

Nach den Sommerferien haben wir mit einem neuen Projekt „G-Jugend (Fu?)-Ball-Sport“ begonnen. Für Kinder von 3-6 Jahren machen wir immer samstags um 9.00 Uhr auf dem Kunstrasen Egon-Kähler-Str. ein Balltraining. Zu den bisherigen Einheiten kamen viele Kinder. Ziel ist es hier vornehmlich, den Kindern Spaß am Ball (alle Arten von Bällen) und an der Bewegung zu ermöglichen bzw. zu vermitteln. Zusätzlich war natürlich wichtige Voraussetzung, dass jedes Kind einen eigenen Ball hat und wir viele Bewegungen und Techniken (Dribbeln, Stoppen, Pellen, ...) einüben konnten...



Wir hatten auch immer Glück mit dem Wetter, sodass tolle Trainingseinheiten zustande kamen – bei schönstem Sonnenschein. Insbesondere der neue Spielplatz (bzw. die Erweiterung) vor dem Vereinsheim wurde nach den „schweren“ Trainingseinheiten von vielen Kindern sehr genutzt.



Im neuen Jahr werden wir – bisheriges Trainerteam Natalja, Maik und Christian – gucken wie sich die Interessen der Kinder entwickeln. Da wir viele Altersstufen haben – 3 bis 6 Jahre – werden wir ggf. die Gruppen nochmal unterteilen bzw. verkleinern. Hierfür haben sich auch schon einige Eltern angeboten, die dann aktiv mit trainieren können. Es bleibt also spannend in welche Richtung wir uns entwickeln. Ideen – wie Ballsportabzeichen, weitere Gruppenaufteilung – wollen wir dann im neuen Jahr angehen.

**Bei Interesse einfach vorbeikommen – immer samstags um 9.00 Uhr Kunstrasen Egon Kähler-Str. oder unter G-Jugend eine Email schreiben ([g1@tka-fussball.de](mailto:g1@tka-fussball.de))**

*Christian Zientek*

## **E-Center Hastedt neuer Partner**

Das E-Center in Hastedt ist mittlerweile nicht nur ein Sponsor unserer Abteilung, sondern nun auch neuer Trikotpartner unserer **3. D-Jugend**.

Auf dem Foto sieht man das Trainer-Team Moritz Kracht und Hakan Aycil mit zwei ihrer Youngstars bei der Trikotübergabe im E-Center Hastedt.

Die Trikots wurden dort vom Marktleiter Björn Walleit an unser Team übergeben.



**Vielen Dank im Namen des TKA an Björn Walleit und das E-Center Hastedt für diese super starke Unterstützung!!!**

*Serdal Tümkaya*

## **ü32 - guter Start in neue Liga - mit Platz 4 –**

### **Spieler für 2. Ü32 gesucht**

Nach der langen Corona-Pause waren alle hoch motiviert und voller Vorfreude auf die neue Liga. Durch die Zusammenlegung von zwei Staffeln konnten wir fortan in der 2. Spielklasse mit 17 Mannschaften starten. Hier sind nun alle Teams unserer vorherigen Liga vertreten, sowie die Vereine der nächst höheren Liga. Da wir bei Corona-Abbruch in der Vorsaison auf einem guten 3. Platz standen, kam uns dieser „Aufstieg“ gut gelegen.

Gleich zu Beginn konnten wir uns mit einem 2:2 Unentschieden einen guten Start verschaffen. Dies gelang mit Viktoria 05 gegen eine Mannschaft, die in der vorherigen Saison in der 2. Staffel weit oben in der Tabelle stand.

Da wir personell sehr gut aufgestellt sind und nahezu keine Ausfälle zu verzeichnen waren, konnten

wir aus den nächsten 3 Spielen die volle Punktzahl erzielen. Gegen Burg, Grolland und Hasenbüren überzeugten wir vor allem defensiv als Mannschaft sehr gut und sicherten uns so einen Platz im ersten Drittel der neuen Liga.

Doch im 5. Spiel verloren wir in Marssele gegen eine sehr gute Mannschaft mit 3:5. Und dies nach einer zwischenzeitlichen 3:1 Führung. Tobias, Sinan und Kai hatten uns in der ersten Hälfte in Führung gebracht. Doch leider setzten sich die Gastgeber noch in der zweiten Halbzeit durch und verhinderten so unseren Sprung an die Tabellenspitze. Trotz der ersten Saisonniederlage waren alle hoch motiviert für das nächste Spiel. Hier hätten wir im Spitzenspiel gegen SG Findorff zurück in die Top 3 der Liga gelangen können. Doch dann kam die erneute Corona-Pause und somit überwintern wir auf einem guten 4. Platz.

Das Fazit der ersten Spiele der aktuellen Saison fällt sehr positiv aus. Wir können in der neuen Liga gut mithalten und die Ziele für die Zeit nach der Winter-Corona-Pause sind hoch gesetzt. Mit etwas Glück können wir uns im oberen Teil der Liga etablieren.

Auch die Trainingsbeteiligung ist sehr hoch. Jeden Mittwoch können wir immer ein gutes Trainingsspiel machen. Da wir jetzt immer mehr Spieler werden, ist es für Rückrunde geplant, eine 2. Ü32 Mannschaft zu gründen. Zusätzlich zum Mittwoch-Training werden wir immer freitags 18.00 Uhr eine weitere Trainingszeit haben. Hier ist das Ziel - in Hinblick auf die nächste Saison - vielleicht eine 2. Vertretung zum Spielbetrieb melden zu können. Auf jeden Fall werden wir im Frühjahr einige Freundschaftsspiele organisieren, sodass alle Spieler mehr Spielanteile bekommen.

Mit Start der Saison rückte Oliver Fritz mit in das Trainerteam auf. Er wird federführend die Leitung der 1. Ü32 Mannschaft übernehmen. Generell ist angedacht, dass sich der Fokus hier weiter in Richtung Liga verschieben soll. Das heißt, dass das Leistungsprinzip bei der Aufstellung und Spielanteile mehr berücksichtigt wird.

Für dieses Jahr haben wir wieder viele Pläne nachdem leider einige Events coronabedingt ausfallen mussten. Der traditionelle Mannschaftabend am Korbhaus konnte bisher auch nicht stattfinden. Der Termin für unser Kleinfeld-Turnier im Sommer 2021 ist jedoch schon gesichert.

**Mit der neuen Trainingszeit am Freitag erhalten wir mehr Spielraum für Neuzugänge. Wer Interesse hat kann gerne vorbeikommen oder sich eben bei uns melden.**

[ah32@tka-fussball.de](mailto:ah32@tka-fussball.de)

*Christian Zientek*





## BADMINTON

Abteilungsleiter Jörg Voigt  
Telefon (0421) 82 51 49 - Mobil 0160 93 88 62 19  
Fax 84 98 298 - E-Mail: badminton@tuskometarsten.de



### ***Badminton im „Schlummermodus“***

Nach dem ersten Lockdown hatten wir uns mit allen möglichen Spielarten durch den Sommer gequält. Badminton im Freien gespielt, dazu neue Netze angeschafft und dann alle Hoffnungen auf den neuen Ball „Air shuttle“ gelegt. Das war nichts, macht dem Badmintonspieler keinen richtigen Spaß, im Freien zu spielen, auf Wind zu achten und auf unebenen Boden zu spielen. Also hatten wir die ganze Hoffnung darauf ausgerichtet, endlich mit den Hygiene-Regeln wieder in der Halle zu spielen. Das funktionierte. Mit Abstand hielten wir uns am Platz auf, auch „small talk“ aus der Ferne war einigermaßen erträglich und auf das anschließende Beisammensitzen in der Vereinsgaststätte wurde verzichtet. Schweren Herzens hatten wir das akzeptiert. Es gibt auch keine Alternative.

Trotz alledem waren fast alle regelmäßig und unverdrossen, zu den Trainingszeiten anwesend, trainierten ohne Einschränkungen, waren ehrgeizig, sodass die Punktspiele herbeigesehnt wurden. Ende September, ohne Einschränkungen, aber mit Beachtung der Hygieneregeln, wurden bei uns die Heimspiele und die Auswärtsspiele in den Fremdhallen durchgeführt. Schnell stellte sich heraus, dass trotz der Einschränkungen alle Mannschaften, das vorangegangene Training in den Punktspielen erfolgreich umsetzen konnten.

Bis zu den Herbstferien, wurden in den einzelnen Ligen bis zu 5 Punktspiele absolviert und hervorragende Platzierungen erzielt. Allen voran unsere 1. Mannschaft in der höchsten Klasse, der Weserliga, und die 2. Mannschaft in der dahinter stehenden Verbandsliga, haben mit jeweils 10:0 Punkten jeweils den 1. Platz inne. Die 3. Mannschaft hat in der Bezirksliga den 4. Platz belegt. Und die 4. Mannschaft, die zeitweilig in einem Punktspiel mit einem Gesamtalter von rund 350 Jahren antritt, hält eisern am zweiten Platz in der Kreisklasse fest.

Und zum Schluss wollen wir unsere Jugendmannschaft nicht vergessen, die sich einen 7. Platz in der Jugend-Verbandsliga erkämpfte. Ja, das war`s dann!

Nach den Herbstferien, wurde nicht wieder angepiffen. Seitdem trainiert ein Teil der Sportler Einzelspiele, denn Mixed und Doppel sind nur bei Familienmitgliedern gestattet. Das war Training unter Lockdown light – Bedingungen. Und wie es danach weitergeht, muss von Woche zu Woche bekanntgegeben werden.

**Allen Mitgliedern der Badminton – Abteilung ein herzliches Dankeschön, dass ihr trotz dieser Einschränkungen, der Abteilung, dem Verein insgesamt, die Treue haltet.**

Hoffen wir, dass dieser „Spuk“ bald vorübergeht und wir wieder normal trainieren und die Punktspiele durchführen können.

**In diesem Sinne wünsche ich allen ein gesundes und hoffentlich auch wieder sportlich erfolgreiches Jahr 2021.**

*Jörg Voigt*



## JU-JUTSU

Abteilungsleiter  
Jan-Philipp Koll  
Mobil: 0421-69 67 88-0  
E-Mail: koll@koll-bange.de



Liebe Sportsfreunde,

JuJutsu ist ein kontaktfreudiger Sport und hat sehr unter dem Lockdown und den darauffolgenden Einschränkungen gelitten. Erst im September konnten wir langsam den Trainingsbetrieb wieder aufnehmen und zumindest die Erwachsenen JuJutsuka auf die Matten schicken. Neben Fabian Maniecki, 1. Dan JuJutsu, (wirft im schwarzen Anzug) ist seit September Mark Bertjürgen (fliegt im weißen Anzug), Blue Belt im Brasilian JiuJitsu, als neuer Trainer zu uns gestoßen. Beide hatten ein breites Repertoire an Techniken im Angebot.

Nach den Regelungen von Verband, Verein und den Wünschen der Sportler gestalten wir das Training, neben den üblichen Maßnahmen, auf getrennten Mattenflächen



Aufwärmtraining auf Matteninseln



Wurf



und mit festen Trainingspartner, um dem Abstandsgebot auch während des Trainings so gut wie möglich zu folgen.

Würfe, Haltegriffe und Bodentechniken konnten wie üblich vorgeführt werden. Für die Trainer war es aber noch etwas ungewohnt Techniken nicht mehr direkt mit den Sportlern zu üben, denn wo Arme und Beine genau hingehören lässt sich immer noch besser an einer Person selbst erklären und korrigieren. Auch das Boxtraining mit Prätzen und Partnern konnte natürlich trotz der Umstände stattfinden.

Das Training findet, sollten es die Verordnungen ermöglichen, immer montags in der Sporthalle der Grundschule Alfred-Faust-Str.

- von 18.00 – 19.30 Uhr für Kinder ab 8 Jahre
- von 19.30 – 21.30 Uhr für Jugendliche/Erwachsene ab 15 Jahre statt.

Eine Voranmeldung bei den Trainern zur Planung ist notwendig.

Das Kindertraining konnten wir leider noch nicht anbieten, da die Trainer/Innen sich wegen beruflicher Vorgaben oder dem persönlichen Umfeld keinem erhöhten Risiko aussetzen möchten.

**Wir danken allen JuJutsukas für ihr Verständnis und ihre Geduld. Wir sind zuversichtlich, dass wir in 2021, wenn sich die Situation entspannen sollte, mit unserem Konzept wieder schnell in einen regelmäßigen Trainingsbetrieb einsteigen können.**

*Christoph Buck*



## TISCHTENNIS

Abteilungsleiter Ronald Mosch, Telefon: 0421 82 60 41  
E-Mail: [mosch@onlinehome.de](mailto:mosch@onlinehome.de)  
oder [tischtennis@tuskometarsten.de](mailto:tischtennis@tuskometarsten.de)



### ***Tischtennis in Corona-Zeiten***

Nach dem die letzte Saison aus bekannten Gründen im April abgebrochen wurde, lag unsere II. Herren uneinholbar auf einem hervorragenden 2. Tabellenplatz, der auch zum Aufstieg berechtigt hätte. Leider konnten wir aufgrund von mehreren personellen Abgängen nicht mehr wie in den vergangenen Jahren zwei Herrenmannschaften mit jeweils 6-8 Spielern für den Punktspielbetrieb der neuen Saison melden, sodass die II. Herrenmannschaft schweren Herzens zurückgezogen werden musste. Aufgrund unseres respektablen Altersdurchschnitts jenseits der 50iger Jahre, war es aber kein Problem, nach langer Zeit mal wieder eine neuformierte Seniorenmannschaft für den Punktspielbetrieb zu melden. Der Unterschied zwischen einer Herrenmannschaft besteht im Tischtennis darin, dass eine Seniorenmannschaft nicht (mindestens) 6 sondern nur 4 Spielern umfasst.

Nachdem dann die richtigen Mannschaftsaufstellungen ausgetüfelt waren, war innerhalb des Bremischen TT-Verbandes zunächst umstritten, ob überhaupt und ggf. wie die Spielzeit 2020/2021 in Angriff genommen werden sollte. Letztlich haben sich aber die Bremer TT-Vereine mit großer Mehrheit dafür ausgesprochen, die Saisonplanung wie gewohnt durchzuführen – praktisch so, als wenn es Corona gar nicht geben würde.

Die Entwicklung hat aber bereits Ende Oktober dazu geführt, dass die Hinserie (zunächst) bis zum Jahresende unterbrochen wurde und wenn möglich, dann im neuen Jahr fortgesetzt werden soll. Mal sehen, was aus dieser neuen Planung wird. Die Rückserie wird aber in jedem Fall ausfallen.

Obwohl der Vereinssport durch Corona größtenteils zum Erliegen gekommen ist, hatten wir tischtennismäßig Glück: Denn Tischtennis gilt als sog. Individualsport, sodass wir unter Beachtung des erstellten Hygienekonzepts praktisch durchgängig trainieren konnten. So durften wir auch nach den neuerlichen Einschränkungen ab Mitte November noch zu zweit in der MZH trainieren. Um dies praktisch umsetzen zu können, ist die gesamte Trainingszeit in 5 Abschnitte je 45 Minuten unterteilt worden. Dadurch konnten sich dann bis zu 10 Trainingswillige pro Abend austoben.

**Das anschließende (und wichtige) gesellige Beisammensein musste dabei natürlich auf der Strecke bleiben. Aber wie heißt es so schön – aufgeschoben ist ja schließlich nicht aufgehoben. Denn es kommen auch wieder bessere (Nachcorona)-Zeiten.**

*Ronald Mosch*



## TENNIS

Abteilungsleiter: Wolfgang Keller  
Telefon: 0421 - 824844  
E-Mail: wolfkel@web.de



### **Die Tennisabteilung sagt Danke**

Eigentlich würden jetzt hier die Sieger der Herausforderungs-Pyramide veröffentlicht werden. Oder der Bericht über den Saisonabschluss der Alten Herren H 65 und das Abschneiden unserer Jugendmannschaften im Spielplan des TNB.

Jedoch machte uns in diesem Jahr ein Virus einen Strich durch die Rechnung. Coronabedingt fielen alle geplanten Aktivitäten aus. Vom Saisonstart auf der Außenanlage am 01.05. bis hin zum Weihnachtsspaßturnier zum Jahresende.



**Darum nutzen wir mal die Zeit, Danke zu sagen. Danke an diejenigen, die in dieser zerfahrenen Spielzeit der Abteilung mehr als nötig durch finanzielle Spenden, Muskelkraft und Materialeinsatz unter die Arme gegriffen haben.**

#### **Unser Dank gilt hier im Besonderen**

**Zvonko Zivkovic, Thea Cordes, Rainer Aulich, Reiner Herrmann,**

**Günter Neddermann, Reinhard Friedrich, Evgeniy Vinjukov, Ronald Bovill, Ernst Brüggemann, Hans-Dieter Held, Annemarie Riis, Dieter Rauer**

**und Paul Walden.**

**Nicht vergessen wollen wir auch unseren Platzwart Ali Maatouk, der engagiert versucht hat, unseren Widersacher (Grünzeug auf den Plätzen) ohne Einsatz chemischer Mittel in Schach zu halten.**

**Vielen Dank!!!**

### **Terminvorschau für 2021**

#### **Arbeitsdienste**

1) 13. März	2) 27. März	3) 17. April	4) 24. April
5) 24. Juli	6) 28. August	7) 02. Oktober	8) 16. Oktober

Treffen jeweils 10-12 Uhr auf der Tennisanlage.

Mitgliederversammlung: (18.März ? ... noch in Planung )

Saisoneroöffnung Außenanlage: 01.Mai ( voraussichtlich )

Nähere Informationen, kurzfristige Änderungen oder Terminabsagen werden auf der Homepage der Tennisabteilung bekannt gegeben:

**<https://www.tuskometarsten.de/tennis.html>**

*Matthias Rohmeyer*



# WANDERGRUPPE

Abteilungsleiter Rainer Guddat  
Mobil (01573) 4587984  
E-Mail: rainer.guddat@nord-com.net



## Bericht für das Wanderjahr 2020

Die Wandergruppe wanderte 2020, im fünften Wanderjahr, 254 km bei 17 Wanderungen.

Wanderkönig wurde mit 16 Wanderungen und 232,9 km erneut	<b>Herbert Tietgens</b>
Stellv. Wanderkönig wurde mit 14 Wanderungen und 206 km	<b>Hans-Jürgen Grashoff</b>
Gute Dritte wurde mit 13 Wanderungen und 195,2 km	<b>Hildegard Jansen-Bitter</b>

Die Corona-Epidemie machte uns, wie allen anderen Sportlern, einen Strich durch die Planungen. Im März, April, Oktober, November und auch im Dezember fielen acht Wandertage aus, die somit nicht durchgeführt werden konnten. Deshalb konnten wir unsere Jahresabschluss-Wanderung am neunten Dezember, die den Höhepunkt des Wanderjahres darstellt, nicht durchführen. Kein stilles Innehalten im Dom bei Orgelspiel, kein leckeres Essen im Restaurant und keinen Abschluss-Glühwein auf dem Weihnachtsmarkt, kein gemütliches Beisammensein der Wandergruppe, keine Ehrung mit Überreichen des Pokals und kleine Aufmerksamkeiten an den Wanderkönig und allen Wanderern\*innen.

So konnten nur per Mail die Glückwünsche und Wanderergebnisse an alle übermittelt werden. Das werden wir nachholen, wenn es möglich ist!!

Herbert, die Wandergruppe gratuliert dir ganz herzlich zum dritten Titel. Hans-Jürgen und Hildegards werden in die Glückwünsche mit einbezogen.

Hans-Jürgen lag schon mehrfach ganz dicht an der Spitze und Hildegard preschte gleich in ihrem ersten Wanderjahr nach vorne.

**Schauen wir voller Zuversicht auf das Wanderjahr 2021, das uns hoffentlich bald eine geordnete Spottätigkeit ermöglicht.**

**Bleibt gesund und virenfrei.**

*Mit wanderlichen Grüßen für das Jahr 2021,*



Sinnbild der Corona-Zeit





# Werbeg Habenhausen www.werbegemein

**LOTTO** Fischers Lädchen  
Inhaberin Brigitte Stenmacher

Zufallsloschen - Takelwaren  
Süßigkeiten - Geschenke  
Büroartikel - Grußkarten

Holtdorren 153  
28279 Bremen  
Telefon 420 98 81

**ARSTERDAMM APOTHEKE**

Setzen Sie auf die Heilkraft der Natur.  
Gute Spezialitäten

- Schilddrüse • Nervenstärker
- Schwere-Säure • Immunisierung
- Entzündungshilfe • Beruhiger

Lebensmittel zu Recht nach Bedarf  
Apothekenservice Liefer & Hl.  
Arsterdamm 126 - 28274 Bremen

Telefon 8421-821117  
Telefax 8421-440140  
info@arsterdamm-apotheke.de

**Niekerke  
Malermalermeister GmbH**

0421. 44 11 95  
www.niekerke-malermalermeister.de

**0421-83 22 00**  
limousinenservicebremen.de

**Arster Freizeitgestaltung e.V.**  
www.arsterfreizeit.de

Spaßung - Spiel - Gesundheit - Kunst  
Weiterbildung - Ausflüge - Kultur

In der Tränke 11 - 28279 Bremen  
Telefon: 8421-69 62 06 75  
E-Mail: arsterfreizeit@t-online.de

**PLANUNGSBÜRO AGHASSI**  
Projektierung - Planung - Energetische Sanierung  
Dipl.-Ing. Architekt

☎ 04 21 / 333 10 33 • ☎ 04 72 / 605 83 66  
E-Mail: planungsbuero-aghassi@webtel.net

**BALKAN-HÜTTE**  
Jugoslawisches Restaurant  
Landauer Weg 31 • 28279 Bremen  
Telefon (04 21) 83 31 35

**signs**  
ALUMINIUMWÄNDUNG • BESCHÜTTUNG • ALUSTRUKTURELEMENTE

Max. Luth. - Str. 1 • 28275 Bremen • Tel. 27 96 22 76  
www.B-SIGNS.de

**Vereins-Treff Habenhausen**  
Der Partner für jeden Anlass  
Bismarckweg 28 • 28279 Bremen  
Telefon 04 21 / 83 15 73

**Kreative Geldgeschenke**  
Tiere - Lotto - Schreiben + Schneiden  
**Birgit Reeh**  
Oberte 6 • 28279 Bremen  
Tel. 0421 / 83 699 28  
Büro-, Schul-, Bastelbedarf

**Schalich**  
ELEKTROTECHNIK

Inh. Helmut Schalich - Elektroinstallateurmeister  
Helmram 34a - 28279 Bremen - Tel. 04 21 83 24 20  
Mobil 01 72 4 20 14 57 - Fax 04 21 83 46 11  
schalich.elektro@t-online.de

**Die Optiken  
HEINRICH**

Arsterdamm 150  
28279 Bremen  
Telefon: 82 44 22

**PIERACH  
MALEREIBETRIEB**

0421.878.5965 • www.pierach.com

**OVB Vertretung Giuseppe Carrera**  
Arsterdamm 73a - 28277 Bremen  
Tel. 0421 816664 Fax 0421 815443  
giuseppe.carrera@ovb.de

Sehr versichert  
**OVB**

**JENS FUHRMANN  
TECHNIK & BERATUNG**

Holtdorren 67 • 28279 Bremen  
D-28279 Bremen

Fax 04 21 / 83 12 24  
Fax 04 21 / 478 67 46

Handy 01 72 44 28 615  
fuhrmann-technik@t-online.de

**Goldschmiedewerkstatt  
Hoops**

Joachim Hoops GmbH  
Habenhauser Dorfstraße 5  
☎ 04 21 / 83 27 27

**Leggenda della musica  
via della musica  
Musikschule  
und Musik-Werkstatt**

in Habenhausen  
Habenhauser Dorfstraße 5  
28279 Bremen  
Tel. 0421 83 27 27  
www.leggenda.de

**Zentrale Pflege  
Bremen**

Telefon 0421 809543

**www.feldingoptiken-bremen.de**

# emeinschaft sen-Arsten e.V. schaft-habenhausen-arsten.de

**Malermaler Rainer Zieris**

- Exklusive Malerarbeiten
- Fassadengestaltung
- Trückerbau
- Spachtel- und Wachsarbeiten
- Stuckarbeiten
- Fachwerkerlegung
- Tapezierwerkung
- Graffiti-Entfernung

Wärgen 26 • 28279 Bremen • Tel.: 04 21 / 82 86 866

**Praxis für physikalische Therapie**

Tel. 04 21 - 83 73 30

Habenhäuser Dorfstraße 2 • 28279 Bremen • Fax 04 21 - 1 91 91 34

**HOTEL - RESTAURANT „Zum Wärderssee“**

Holzdamms 104  
Telefon 8 31 08 10

info@hotel-zum-waerderssee.de  
www.hotel-zum-waerderssee.de

**Altbauunterstützung**  
Reparaturen, Fliesenarbeiten  
Um-, An- und Neubau

**Uwe Haßelmann**

Wb. Oliver Schulz - Baugeschäft GmbH  
28279 Bremen • Friedrich-Engels-Strasse 5  
Telefon 04 21 / 83 19 55 • Fax 04 21 / 83 45 72

**ELEKTRO OELCKERS**

Elektra Oelckers GmbH & Co. KG  
Zugbrunnstraße 10 • 28279 Bremen  
Tel. 04 21 / 83 18 22 • www.elektro-oelckers.de

**ehlers**  
SANTARTECHNIK

28279 Bremen - Staatsstr. 27 - Tel. 04 21 / 83 18 42

**Qualität und Frische aus Meisterhänden**

**RASCH** Meisterbetrieb

Holzdamms 145  
28279 Bremen  
T 04 21 - 83 19 81

**Dr. Ingrid G. Klotze**  
Physiotherapie

www.bremensport.de  
Moltke 1047 & 26 94 81 • Bremen-Habenhäuser

**Mobile Fußpflege Angela Georgy**

Bartel Brecht Weg 17 • 28279 Bremen  
Tel. 04 21 - 54 30 91 • Mobil 01 51 19 07 96 11  
Fax 04 21 93 96 781  
E-Mail: angela.uhl@vodafone.de

**Vitalstoffberaterin • Hausbesuche**

**DADEGO** Bedachung

Fritz-Heide-Str. 2 • 28279 Bremen • Fax 04 21 8 36 92 0

**Praxis für Physiotherapie**  
Royal-Johanny

Langen-Jahren 27 • 28279 Bremen • Tel. 04 21 - 83 73 38

**ThokuToys**

Thoran Küsel  
Hermann-Helms-Str. 4 • 28279 Bremen  
Tel. 04 21 879 49 890 • E-Mail: info@thokutoys.de  
www.thokutoys.de

**GEBÄUDEREINIGUNG**  
Uwe **UHRNER** MEISTERBETRIEB

Festemuths 39 • 28279 Bremen  
Tel. 04 31 - 82 13 63  
Mobil 01 72 - 4 21 83 99

**Warneke + Schulz**  
Bad + Heizung

823339 • warneke-schulz.de

**ALBRECHT DÜHRER APOTHEKE**

Dr. Apotheker für Pflege, Heilmittel und Schmerz  
Lernere Arzneimittelherstellung für auch zu Hause  
Apotheker Dr. Christiane Juhnke • Uppstraße 4  
28279 Bremen-Habenhäuser • Tel. 04 21 / 83 26 90

**DIE FELDBLÜME**  
Floristik/ Dekoration

Telefon 04 21 89 64 434 • www.diefeldblume.de

**Allianz Jens Schmidt**  
Alfred-Faust-Str. 17 c  
28277 Bremen  
Telefon 83 67 3100

**KOSCHADE**  
physiotherapie • gastrologie • wellness

Tel. 04 21 83 57 28 - 3  
www.physiotherapie-koschade.de

**GeBaum**  
Baumpflege

- Fällung und Pflege von Bäumen
- Gartenplanung -gestaltung und -pflege

Tel. 04 21 41 73 718 • gebaum-baumpflege@gms.de  
www.gebaum-baumpflege.de



## OUTDOOR FITNESS

Ansprechpartner: Andreas Vroom  
Mobil: 0172-42 61 000  
E-Mail: [outdoorfitness@tuskometarsten.de](mailto:outdoorfitness@tuskometarsten.de)



### ***Outdoorfitness - 365 Tage im Jahr (we go harder - we dig deeper)***

Die Abteilung gibt es im TuS Komet Arsten bereits seit Mai 2016. Zum Start wurde überwiegend in Eigenarbeit die Hauptsportfläche am Korbhauser Weg mit 260 Quadratmeter gepflastert und mit Kunststoffmatten ausgelegt. 80 qm davon sind überdacht. In drei Container haben wir unser umfangreiches Equipment gelagert. Wir toben uns jedoch gern auf dem ganzen Sportplatz aus. Gestartet sind wir als Crossfitbox im TuS mit 25 Mitgliedern. In der Hochphase hatten wir 100 Mitglieder und haben an Himmelfahrtstagen beeindruckende überregionale Wettkämpfe ausgerichtet.



Trainerwechsel haben uns 2019 zum Neustart gezwungen. Wir haben die teure Crossfitlizenz nicht verlängert, aber die Sportphilosophie grundsätzlich beibehalten. Inzwischen sind wir wieder über 50 Mitglieder und wachsen kontinuierlich.

Wir betreiben anspruchsvolles Fitnesstraining mit Gewichtheber- und Turnelementen. Der Schwerpunkt liegt auf Kraft-Ausdauertraining, Maximalkraft und Mobilität, aber auch der Spaßfaktor kommt zwischen Boxjumps, Tire Flips und Burpees nicht zu kurz. In kleinen Trainingsgruppen legen wir Wert auf die richtige Technik.

Persönliche Zielsetzungen sowie ein attraktives leistungsmotivierendes Workout of the day bringen in kurzer Zeit spürbare Fitness für den Alltag und andere sportliche Aktivitäten. Maßgeblich sind unser starkes Trainerteam und eine gut funktionierende Gruppendynamik. Das Outdoorfitness im TuS ist grundsätzlich für Jedermann und Jederfrau geeignet. Von 18 bis 65 Jahren sind wir breit aufgestellt. Alle unsere Übungen können zum einen erlernt und zum anderen im Schwierigkeitsgrad für jeden Leistungsstand variiert werden. Hier kann jeder seine Leistungsgrenzen erfahren, aber vor allen Dingen zügig deutlich nach oben verschieben.



In diesem Jahr haben wir erstmalig für viele Handball- und Fußballteams aus dem TuS und Nachbarvereinen intensive Power-Einheiten im Rahmen der Saisonvorbereitung gegeben. In extrem anstrengenden 90 Minuten-Blöcken hat insbesondere unser Coach Lennard Durchhaltemorai und Kraft-Ausdauer trainiert. Die Jungs und Mädels haben alles gegeben, um für die Wettkämpfe topfit zu sein.

Ein riesiges Plus unsere Sportart war 2020 die Coronakonformität. Wir sind das ganze Jahr draußen und zählen trotz der Gruppendynamik als Einzelsportart. Bis auf die erste harte Lockdownphase mit dem vollständigen Vereinssportverbot waren wir auch im letzten Jahr voll da.

Über eine App steuern wir die Kursteilnahme. Die Schulung ist derzeit zwar nicht optimal, aber wir finden gemeinsam sicherlich einen Einstieg.

**Im Vergleich zu den kommerziellen Anbietern sind wir richtig günstig. 20 Euro Spartenbeitrag für Mitglieder und 30 Euro für Externe bei mtl. Kündigungsfrist.**

**Wir wünsche euch weiterhin viel Erfolg in der neuen Saison und freuen uns, euch auch in diesem Jahr wieder trainieren zu können.**



*Das Trainerteam (Lennard, Andreas und Tammo)*



## HUNDESPORT

Abteilungsleiter Hermann Wichmann  
Telefon (0421) 82 09 83  
E-Mail [hundesport@tuskometarsten.de](mailto:hundesport@tuskometarsten.de)



### **Es nervt!**

Über das vergangene Jahr, die Umstände und die bestimmt noch länger andauernden Einschränkungen wurde schon reichlich gesprochen.

Mit der Ignoranz einiger weniger, die zu Nachteilen aller anderen führen, kennen sich Hundebesitzer zur Genüge aus. Weil einige glauben, ihren Hund unter Kontrolle zu haben, das aber oft nicht funktioniert, müssen auch die anderen, engagierten Hundebesitzer ihre Hunde vielerorts anleinen. Das ist nur ein Beispiel von vielen, zeigt aber das Hauptproblem.

**Die momentane Situation bekommen wir nur gemeinsam unter Kontrolle.** Da geht es nicht mehr darum, ob man etwas richtig findet oder nicht, ob man direkt betroffen ist oder nicht. Es geht darum, das wahrscheinlich Sinnvollste zu tun und nicht immer nach der Lücke im System zu suchen bzw. danach, wie ich eine Regel am besten auslegen kann, damit ich die wenigsten Nachteile habe.

Die Sache ist nun wie sie ist. Es gibt Regeln und Ansagen, die wir verstehen oder nicht, die wir aber zu befolgen haben, weil der lange Arm sonst nie kürzer wird.

**Es wird eine Zeit nach bzw. mit Covid geben... Wir warten alle darauf, dass es endlich wieder losgehen kann. Wann das sein wird, können wir aktiv mitbestimmen.**

Ich freue mich auf die Zeit danach...

*André*

[www.tuskometarsten-hundesport.de](http://www.tuskometarsten-hundesport.de)

### **Von Beginn an auf dem richtigen Weg**

Ihr könnt noch so viele Texte über das Thema Hund und Familie gelesen haben, wenn der Welpen dann ankommt, ist vieles anders als es in Büchern steht. Auch wenn es nicht der erste Hund ist, mit jedem Hund beginnt ein neues Abenteuer.

Wir helfen Euch dabei, zusammen mit dem Welpen, zu wachsen, um ein problemloses Miteinander mit Spaß, statt Frust, zu erreichen.

**Der Welpentreff ist da ein super Start.** Der Welpen kann Sozialkontakte zu anderen Welpen ausleben, die neben der Bindung zur Familie besonders wichtig sind.

In einem kleinen Hindernisparcour lernt Ihr Euren Hund sicher über Hindernisse und verschiedene Untergründe zu führen. Das ist eine Grundlage für eine sichere Bindung. Ihr lernt, erste Übungen mit Eurem Hund aufzubauen und zu festigen.

Der Welpentreff ist nur der Anfang. Mit zwei weiteren, auf einander aufbauenden Kursen begleiten wir Euch in der ersten, oft sehr anstrengenden und ereignisreichen Zeit.

**Wir zeigen Euch, wie Ihr Euren Hund zu einem sicheren Begleiter im Alltag macht.**

Auch danach muss noch lange nicht Schluss sein. Wir bieten Euch alle Arten des Hundesportes an. Da ist bestimmt auch was für Euch und Euren Hund dabei. **Kommt vorbei!**

**WIR BEI FACEBOOK**



[www.facebook.com/kometarstenhundesport](https://www.facebook.com/kometarstenhundesport)

## **Unser Angebot für Euch...**

### **Hundesport ist mehr als nur Sport mit dem Hund!**



#### **Welpentreff/Junghundkurs**

Der Hund ist da, die Fragen auch. Wir helfen beim Umgang mit dem Hund von Anfang an. Weitere Erziehungskurse sorgen für einen zuverlässigen Start. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig.



#### **Begleithundprüfung/Basisausbildung**

Die Basis für alle Hundesportarten und Grundlage für den Alltag mit dem Hund. Die BH ist ein tolles Ziel, das für jeden zu erreichen ist, der Spaß am Lernen mit dem Hund hat. Weitere Infos online.



#### **Agility**

Der Mensch weist dem Hund den Weg durch einen anspruchsvollen Hindernisparcour. Eine tolle Sportart für jung und alt, für Einsteiger und Profis. Weitere Infos online.



#### **Obedience**

Kooperatives und kontrolliertes Verhalten des Hundes in Vollendung. Bereitwillige Zusammenarbeit des Hundes, auch wenn er sich in einem Abstand vom Hundeführer befindet. Weitere Infos online.



#### **Rally Obedience**

Eine Mischung aus Parcour, Gehorsam und Zeit. Im RO dürfen Mensch und Hund ständig miteinander kommunizieren. Der Hund darf jederzeit angesprochen, motiviert und gelobt werden.



#### **Turnierhundsport (THS)**

Der Turnierhundsport ist sehr gut mit „Leichtathletik mit dem Hund“ beschrieben. Mensch und Hund bewältigen alle Disziplinen gemeinsam. Weitere Infos online.



#### **Gebrauchshundsport (GHS)**

Die besonderen Fähigkeiten des Hundes werden vollends angesprochen. Fährte für die Nase, Gehorsam und Schutzdienst für den Kopf. Eine besondere Teamleistung mit hohem Anspruch.



## HANDBALL

Abteilungsleiter Per Theilig  
Telefon (0421) 95 96 564  
E-Mail: [handball@tuskometarsten.de](mailto:handball@tuskometarsten.de)  
Internet: [www.arsten-handball.de](http://www.arsten-handball.de)



### **Das lachende und das weinende Auge**

Heute haben wir den 10.12.2020 und der Autor weiß gar nicht so recht, wie er einen Artikel über die Handballabteilung schreiben soll, obwohl unser geliebter Sport jetzt schon seit vielen Wochen / Monaten nicht mehr ausgeübt werden darf.

Kein Training, keine Spiele, keine Turniere, keine Schiedsrichteransetzungen, keine gemeinsamen Events, kein Besuch unserer Vereinsgastronomie „Auszeit“ unter neuer Leitung (P.S.: Wir freuen uns schon darauf und wünschen Euch viel Erfolg!)..

Ehrlich gesagt, es fehlt etwas und nicht nur ein bisschen. „Erschreckenderweise“ muss ich feststellen, dass mich dieser Sport seit ca. 40 Jahren nicht nur begleitet hat, sondern ein fester Bestandteil des Lebens ist. Inzwischen nicht mehr als aktiver Spieler, sondern als Vater zweier „Handballkinder“, Schiedsrichter und Teil unserer Abteilungsleitung.

Was haben wir manchmal gemeckert? Samstagvormittag um 9:30h Spiel der Kleinen in Schwanewede, Samstagnachmittag um 16:00h Spiel des Großen in Lingen / Lohne (dem geneigten Leser sei erläutert, das ist kurz vor der Niederländischen Grenze und größtenteils über Bundesstraße mit sehr aktiver Radar-Geschwindigkeitskontrolle zu erreichen), abgerundet wird das Wochenende mit einer sonntäglichen 18:00h Schiedsrichteransetzung in Bützfleth (tief im Stader Raum, bekannt durch das angrenzende Drochtersen, die Elbfähre kennt man ja aus dem Verkehrsfunk).

Was soll ich sagen, sehr gerne würde ich diese Wochenendroutine per sofort wieder aufnehmen. Warum? Weil das, was der Sport, das soziale Beisammensein und das Ehrenamt an positivem „Input“ gibt, bei weitem die „Meckerseite“ überwiegt.

**Darum kommen wir jetzt vom weinenden zum lachenden Auge, das Glas ist schließlich halbvoll und nicht halbleer.**

• Hausgeräte • Kundendienst • Elektrotechnik • Beleuchtungstechnik • E-Check

# ELEKTRO

*Mit Energie in die Zukunft.*

# OELCKERS

GmbH & Co. KG

Elektro Oelckers GmbH & Co. KG  
Ziegelbrennerstraße 10 · 28279 Bremen  
Tel. 04 21 / 83 18 22 · Fax 83 98 000

[info@elektro-oelckers.de](mailto:info@elektro-oelckers.de)  
[www.elektro-oelckers.de](http://www.elektro-oelckers.de)



Wir haben die Hoffnung, dass das Pandemiegeschehen evtl. eine verkürzte Saison in Form einer Halbserie hergibt. Die Verbände bemühen sich nach Kräften, wir werden sehen und drücken die Daumen.

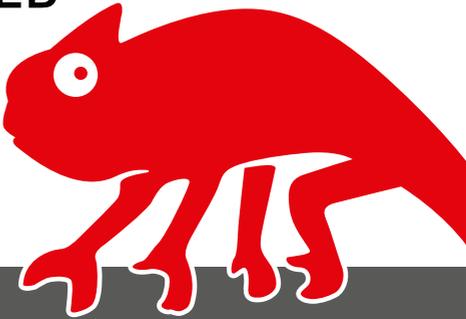
Ein paar Spiele zumindest wären klasse, damit wir diese Saison feiern können, denn es gibt Gründe genug, richtig zu feiern. Nach mehr als 12 Jahren Aufbauarbeit sind wir zum ersten Mal seit Bestehen mit 20 Teams in allen Jugendklassen, sowohl im weiblichen, als auch im männlichen Bereich vertreten. Abgerundet mit ca. 50 Mini/Maxi/Ballsportkindern und 3 Senioren-Teams.

Nach den diesjährigen Sommerferien wurden in den Jugendklassen bereits verschiedene Relegationen ausgespielt. Das Ergebnis ist überwältigend! Abgesehen von der männlichen A-Jugend, welche in der Landesliga spielen wird, haben sich alle Teams für die höchsten Jugendlichen qualifiziert, unterstützt von den jeweiligen Zweitvertretungen (tlw. Drittvertretungen) in den nachfolgenden Ligen.

Mit Merle aus der weiblichen B-Jugend haben wir jetzt eine Spielerin, die den Weg aus unserem eigenen Mininachwuchs bis hin zum Kader der Deutschen Jugendnationalmannschaft im Beachhandball geschafft hat.

Mit unserer Kombination aus Breiten- und Leistungssport im weiblichen und männlichen Bereich haben wir ein Alleinstellungsmerkmal geschaffen, welches mich zuversichtlich für die Zukunft stimmt. Zu sehen, wie die Trainer, Spielerinnen und Spieler sich online zum Training treffen, bzw. einzeln Ihr Trainingsprogramm durchziehen, ist beachtenswert. So werden wir bereit sein, wenn der Trainings- / Spielbetrieb wieder aufgenommen werden kann und gut aus der Pandemie herauskommen.

**Auf diesem Wege möchte ich allen, die uns jetzt schon über ein Jahrzehnt diese „Feiergründe“ ermöglicht haben, nochmals danken - irgendwann sicherlich auch wieder persönlich.**



**PIERACH**  
**MALEREIBETRIEB**

**0421.87 85 965 · [www.pierach.com](http://www.pierach.com)**

Also liebe Spieler/-innen, Trainer/-innen, Betreuer/-innen, Ehrenamtliche, Eltern, Großeltern, Fans, Sponsoren, Förderer, Fahrer, Kuchenbäcker, Waffelverkäufer, Hallenaufbauer, Schiedsrichter, Zeitnehmer, TuS Komet Arsten e.V. (der uns die Basis für die Ausübung des Handballs bietet) und alle die ich vergessen habe – habt Dank und bleibt uns treu, damit wir auch zukünftig gemeinsam feiern können.

**Bleibt gesund!!**

*Holger Mügge*

## **Die Trotzköpfe**

Die Infektionsrate in Bremen sank nach den Sommerferien stetig, sodass wir als weibliche B-Jugend glücklicherweise mit der Qualifikation zur Vorrunde der Oberliga starten durften.

Ein umfangreiches Hygiene-Konzept für den Spielbetrieb wurde erarbeitet und die ersten Spiele nach dem Lock-Down im März wurden gespielt.

Die Freude war riesengroß.

Souverän standen wir dann am Ende der Qualifikation mit 6:0 Punkten und + 42 Toren an der Tabellenspitze und zogen in die Vorrunde zur Oberliga ein.

Aber eigentlich war uns allen klar, dass es nur eine Frage der Zeit war, bis Corona uns wieder einholen würde.

Die Infektionszahlen stiegen im Herbst wieder drastisch an und Bremen wurde zum Risikogebiet erklärt. Viele weitere Bundesländer folgten und zwangsläufig wurde der Spielbetrieb wieder ausgesetzt.



**Bewirb dich jetzt!**

**Achtung. Fertig. Kloska.**

## **Wir bilden aus!**

- Kaufmann/-frau im Groß- und Außenhandel
- Fachkraft für Lagerlogistik

**Uwe Kloska GmbH**

Pillauer Straße 15 · 28217 Bremen · Tel.: 0421 - 61802-263 · [bewerbung@kloska.com](mailto:bewerbung@kloska.com)





Auf zum Trainingslager



Es fehlen coronabedingt Laura und Mia



Im Training



Im Wettkampf



Gesamtes Team

Neue Corona-Verordnungen folgten, wir passten uns immer wieder der neuen Situation an und hofften inständig, dass unsere Sportanlage weiter geöffnet bleiben würde. Alles ist besser, als wieder alleine laufen zu müssen, Krafttraining in den eigenen 4 Wänden zu machen und keinen verbalen Austausch während des Trainings haben zu dürfen.

Und ein Traum wurde wahr... die Halle und der Krafraum dürfen seit Anfang November weiter mit jeweils 2 Personen und einem Trainer genutzt werden.

Nach einer schnellen Erlaubnisabfrage bei den Eltern arbeiten wir jetzt schon seit 6 Wochen in 2-er Gruppen. Wöchentlich wird ein neuer Plan erstellt, der es allen ermöglicht, einmal in der Woche in der Halle und einmal im Krafraum oder Stadion trainieren zu können. Am Wochenende müssen die Mädels dann eigenständig laufen.

**Wir sind richtig stolz auf unsere Mädels, die mit einer tollen Disziplin ihre Aufgaben erledigen.**

Über die Weihnachtsferien haben wir versucht, die Mädels über ein wöchentliches Zoom-Training fit zu halten. Die Kontakte zum Fitness-Studio Avant sind geknüpft und über einen virtuellen Raum können sich alle dann auch noch vor und nach dem Training austauschen.

Natürlich war die Enttäuschung nach dem wiederholten Spielabbruch auch bei uns Trainern groß und man hat auch einen ganz, ganz kurzen Moment darüber nachgedacht den Kopf einfach in den Sand zu stecken und nix zu tun.

Aber wir haben tolle Mädels und wenn sie nicht in dieser Mannschaft, in dieser Saison ihre Leistung zeigen dürfen, dann doch hoffentlich in der neuen Saison, egal ob sie dann noch in der B oder A-Jugend spielen.

**Corona schlägt uns auf jeden Fall nicht!!!**

**Wir wünschen allen ein hoffentlich weiter gesundes Jahr 2021 mit einem dann auch wieder einen gegelten Sportbetrieb.**

*Für die WB1 Tanja Theilig*



■ Exklusive Malerarbeiten  
■ Gesundes Wohnen  
■ Fassadengestaltung  
■ Parkett- u. Teppichverlegung  
■ Designboden-Verlegung  
■ Trockenbau

 **Malermeister  
Rainer Zieris  
Tel.: 04 21- 82 86 866**

Württemberg 26 | 28279 Bremen | malermeister-zieris@t-online.de



## FECHTEN

Abteilungsleiter  
Jens Pursche  
Mobil: 0172 - 43 27 995  
E-Mail: fechten@tuskometarsten.de



### *Liebe Freunde des Fechtsports,*



zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses für diese Ausgabe hat uns Sportler die Nachricht erreicht, dass es zu einem zweiten harten Lockdown in Deutschland kommen muss. Damit waren wir gezwungen den Trainingsbetrieb für das Jahr 2020 endgültig und vorzeitig zu beenden. Bereits während des Lockdown-Light zum Beginn des Novembers hatten wir in der Fechtabteilung erneut das Training überarbeitet und auf die zu diesem Zeitpunkt gültigen Einschränkungen angepasst. Erneut andere Trainingsformen als Individualtraining mit Bezug zum Fechten haben den Mitgliedern dennoch viel Spaß gemacht und so konnten wir die Mitglieder erneut ein Stück weiterentwickeln.

Die Fechtsaison startet in jedem Jahr am 01. August. In der aktuellen Saison 2020/2021 hatten wir bisher durch die Regelungen zur Eindämmung der Pandemie noch keine Wettkämpfe besuchen können. Derzeit ist es überhaupt nicht mehr absehbar, ob vor dem Ende der Saison überhaupt noch Wettkämpfe stattfinden werden. Daher bereiten sich die Mitglieder der Fechtabteilung nun auf die Saison 2021/2022 vor, da wir davon ausgehen, dass nach der Sommerzeit wieder eine normale Saison stattfinden wird.

Aber auch außerhalb der Hallen und Sportanlagen waren wir in den letzten Wochen sehr kreativ unterwegs. In den Zeiten den Lockdown-Light



QR-Code TuS Komet Arsten

haben wir die Zeiten genutzt, um unsere eigene Abteilungshomepage aufzusetzen. Diese ist nun seit Beginn vom Dezember unter [www.tka-fechten.de](http://www.tka-fechten.de) zu erreichen und informiert ausführlich und sehr aktuell über die Aktivitäten der Fechtabteilung. Neben vielen Basis-Informationen zum Fechten gibt es einen aktuellen Kalender zu den Trainings- und Wettkampftätigkeiten der Abteilung. Auf der Homepage zeigen wir auch selbst erstellte und geschnittene Filme zu den einzelnen Trainingsformen, sodass sich Interessierte schon vorab über die vielfältigen Angebote im Training informieren können.

Eine besondere Neuerung auf der Homepage ist die Online-Anmeldung zu den Einführungskursen, die wir auch wieder in 2021 anbieten wollen.

Wir haben die letzten genutzt um die Termine unserer Einführungskurse für das gesamte Jahr 2021 zu planen. Alle Kurse sind bereits auf unserer neuen Homepage veröffentlicht. Interessenten haben ab sofort die Möglichkeit sich online für einen unserer Kurse anzumelden und sich bereits jetzt einen der begrenzten Plätze im Jahr 2021 zu sichern.

Drei der vier Kurse finden an sechs aufeinander folgenden Samstagen in der Zeit von 12:00 bis 14:00 im Korbauser Weg statt. Der Kurs 03-2021 ist ein Kompaktkurs in den Sommerferien, wo man die Grundlagen des Fechtens an sechs aufeinanderfolgenden Tagen innerhalb einer Woche erlernen kann. Nach den Kursen sind die Teilnehmer in der Lage, dem normalen Training zu folgen die ersten Gefechte sicher und regelkonform durchzuführen. Nach der Turnierreifeprüfung kann man auch an Wettkämpfen teilnehmen.

**Fechten ist übrigens keine Frage des Alters. So kann man bei uns ab dem 10. Lebensjahr dem Fechten bis ins hohe Alter nachgehen. Für jede Altersklasse gibt es im Deutschen Fechter Bund passende Wettkämpfe, die sich über das Jahr verteilen.**

Wir freuen uns nun auf viele Anmeldungen für die Kurse im Jahr 2021.

*Herzliche Grüße  
Ihr Jens Pursche*

# www.ivent-foto.de

**Spaß**  
mit der  
**Fotobox!**

**Der Partyspaß für die  
besonderen Gästefotos.**

**Telefon 04207 666860  
www.ivent-foto.de**





## LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiterin Sandra Schwenke  
Telefon 01520 - 25 80 050  
E-Mail: leichtathletik@tuskometarsten.de



### **Zehn Hürden und ein Traum**

**WESER KURIER vom 04.11.2020**

**Die peruanischen Hürdensprinterin Mariana Olivares kommt nach Bremen – weswegen in Arsten der Trainer Jens Ellrott eine Entscheidung gefällt hat. Er kehrt in den Leistungssport zurück.**

Irgendwie hat jeder so seine magischen Momente, zumindest wäre das jedem zu wünschen. Dem Trainer Jens Ellrott widerfuhr solch ein Moment 2004. Eine Athletin von ihm, die Hürdensprinterin Carolin Nytra, holte in der Saison den deutschen U20-Meistertitel und Rang sechs bei der Junioren-WM. Sie sagte zu Ellrott, so erzählt er es: „Und 2008 in Peking, da bin ich dabei bei Olympia!“



Gut, es war erst mal nicht so besonders magisch und wurde es erst später, sozusagen nachträglich, als Nytra sich tatsächlich für Peking qualifizierte. Zunächst hatte Ellrott, heute Trainer und Geschäftsführer beim TuS Komet Arsten, gedacht: „Ach du Scheiße.“ Olympia? Das schien ihm ein paar Fächer zu hoch gegriffen im Regal der Träume. Jedenfalls gingen Athletin und Trainer das aber an und entwarfen einen Vier-Jahres-Plan für das hoch angesetzte Ziel. 16 Jahre später steht die Neuauflage eines Vier-Jahres-Plans mit Fernziel Olympia im Raum, in diesem Fall Paris 2024. Es ist sehr ähnlich zu damals und doch sehr anders. Weil erstens die Athletin Mariana Olivares heißt und aus Peru kommt. Und zweitens Jens Ellrott sich vor einem Jahr aus dem Leistungsbereich zurückgezogen hat. Ein Rückzug mit eingebauter Ausnahmeregelung: Sollte noch einmal ein Talent seinen Weg kreuzen, dann...

Die Kreuzung der Wege ging so: Aus Lima schrieb Jorge Vara Hermoza den Bremer Leichtathletik-Verband (BLV) an. Hermoza, der einst in Leipzig und Mainz seine Trainerausbildung absolviert hatte und in Lima als Sportlehrer an der Deutschen Schule

arbeitet, berichtete in seiner Mail von der 19-jährigen Mariana Olivares, die demnächst in Bremen studieren werde. Umwelttechnik an der Hochschule. Sie sei 2019 peruanische Jugendmeisterin geworden und Siebte der südamerikanischen Meisterschaften. Der BLV fragte Ellrott, der fragte sich selbst. Und hatte, so sagt er es, „nach circa zwei Stunden“ eine Antwort. Ja, die Ausnahmeregel wird angewandt. Mariana Olivares kam Ende Oktober zu einem ersten Training nach Arsten.

Ellrotts fachliche Bewertung: Sie habe eine sehr gute Technik, ordentlichen Nachholbedarf in Sachen Grundschnelligkeit, aber trotzdem ordentlich Talent. Mit einer Bestzeit von 14,75 Sekunden würde sie in Deutschland noch nicht zur absoluten Spitze ihrer Altersklasse zählen. Und auch in Bremen wäre sie nicht auf Anhieb die Schnellste. Werder-Sprinterin Zoe Gercken, zuletzt Fünfte der deutschen U20-Titelkämpfe, ist rund drei Zehntelsekunden schneller. Allerdings hinkt der Vergleich ein wenig.

Während es in Deutschland in diesem Sommer mit Verzögerung eine fast schon umfassende Leichtathletik-Saison gab, gab es in Peru fast gar nichts. Mariana Olivares erzählt, sie habe sich nur zuhause fit halten können und dort zum Beispiel Gewichte gestemmt. Ins Stadion auf die Laufbahn, von denen in ihrem Land ohnehin nur sehr wenige existieren würden, in der Millionenstadt Lima angeblich nur drei oder vier, durfte sie wegen der Corona-Vorschriften von März bis September überhaupt nicht. Kein Wettkampf, kein Training. Dazu kam noch eine Fußverletzung.

Training ja, Wettkampf nein, das ist jetzt erst mal in Deutschland die Sport-Aussicht für die Neu-Bremerin aus Peru. Wobei die Wettkampfpause zunächst mehr mit dem Kalender für ihre Disziplin und nur bedingt mit dem neuerlichen Sport-Lockdown zu tun hat. Eine Hallensaison wird es in der Leichtathletik womöglich nicht geben in diesem Winter, es wäre die erste gewesen für Mariana Olivares. In Peru gibt es so etwas nicht: Hallen mit Laufbahnen drin. Die Winter seien warm genug, und außerdem steht dort die Leichtathletik noch deutlich stärker als hierzulande im Schatten des populären Fußballs. Claudio Pizarro kennt in Lima jeder, Leichtathleten kennen nur die wenigsten.

Mariana Olivares erzählt von sich, von ihrem Land in bemerkenswert flüssigem Deutsch. Deutsche Schule halt, sagt sie. Ihre Mutter arbeite dort, so wie auch ihr Trainer. Sie könne Mathe oder Bio, sagt sie, nur auf Deutsch begreifen, nicht in ihrer Muttersprache auf Spanisch. Zur Leichtathletik kam sie, weil ihre ältere Schwester das gemacht hat, zum Hürdensprint kam sie, weil ihr Trainer sie da am talentiertesten fand. Und sie selbst findet das inzwischen schwer okay so. Hürdensprint, ja, das sei es, sagt sie. Flachsprint, das wäre ihr zu langweilig. Und ja, das mit Olympia, das sei schon in ihrem Kopf. Sie sagt das nicht mit dieser Wucht, mit der es laut Ellrotts Schilderung einst dessen Athletin Carolin Nytra gesagt hatte. Aber einfach mal so dahin geplappert ist es auch nicht. Sechsmal pro Woche habe sie in Peru trainiert, als das noch ging. Ihre gute Technik, ihre gute Beweglichkeit kommt von ihrem Kinder-Sport. Bis sie elf war, habe sie geturnt, sagt sie.

In Bremen ist sie in der Neustadt in eine Studenten-WG gezogen, da sind sie jetzt sehr international aufgestellt. Deutschland, Indonesien, Peru, das wären dann die Länderflaggen. Womöglich wird ab und an gepuzzelt, zumindest sagt Mariana Olivares, dass sie das gerne macht. Das passt auch ganz gut zum Hürdensprint, das ist auch irgendwie ein Puzzle. Schnelligkeit, Technik, Timing, als Puzzleteil gedacht dürfte keines davon fehlen. Hürdenlauf gehöre zu den herausforderndsten Sachen in der Leichtathletik, sagt Jens Ellrott.

Der Athlet, die Athletin stehe am Startblock und habe jedesmal zehn Hürden vor sich. Zehn verdammte Hürden, wie ein Amerikaner das vielleicht sagen würde. Zehn Hindernisse, die



auf dem Weg ins Ziel zur Falle werden können, in wenigen Sekunden kann viel passieren. Ein Sturz, ein Strauchler, ein Abbruch – keine Seltenheit. Auf Weltniveau werden die Hürden oft wie rasiert. Ist das Risiko hoch und lautet das Motto bisweilen: entweder stürzen oder siegen.

Weltniveau, das ist im Moment noch sehr weit weg für Mariana Olivares. Aber Olympia in Paris, wo sie für Peru eventuell auch mit einer Wildcard starten dürfte, das ist auch noch sehr weit weg. „Wir haben jetzt immerhin gut dreieinhalb Jahre Zeit bis Paris“, sagt Jens Ellrott. So lange, das ist zumindest der vorläufige Plan, will das Hürden-Talent aus Peru mindestens in Bremen bleiben. Also warum nicht? Warum es nicht versuchen? Der bildhafte Hürdenlauf bis Paris kann ja erst mal losgehen. Das Gute ist: Ach du Scheiße, das braucht niemand zu denken dabei.

*Olaf Dorow*

[www.ivent-foto.de](http://www.ivent-foto.de)



**Hochzeiten 2021**

Euer Tag, Eure Erinnerungen.

*I'vent-foto*





## TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT

Abteilungsleiterin Maren Hoops  
Telefon (0421) 84 80 239  
E-Mail: [turnen@tuskometarsten.de](mailto:turnen@tuskometarsten.de)



### **Liebe Mitglieder und Interessenten der Abteilung Turnen-Fitness-Gesundheit**

Leider ist für uns im Moment noch nicht absehbar, wann wir mit unseren Angeboten wieder starten können. Hoffentlich werden die Maßnahmen Anfang dieses Jahres wieder zu Gunsten des Sports gelockert.

#### **ABER: Was erlaubt ist, wird umgesetzt.**

Training zu zweit ist erlaubt. Also machen wir das! Wir bieten Einzeltraining, wir beraten, stellen spezielle Übungsprogramme zusammen und unterstützen Sie, wie es uns möglich ist.

Einige Teilnehmer aus den Gruppen treffen sich zu zweit und walken. Das ist eine tolle Idee! Eine Verabredung hilft auch den inneren Schweinehund zu besiegen und ein fester Termin bringt Struktur in die Woche.

Außerdem haben wir Videos auf unserer Homepage, die Ihnen vielleicht Anregungen für Bewegung zu Hause bieten.

#### **An dieser Stelle:**

**VIELEN, VIELEN DANK AN DIE ÜBUNGSLEITER\*INNEN, DIE DAS MÖGLICH MACHEN UND VIELEN, VIELEN DANK AN UNSERE MITGLIEDER, DIE UNS IN DIESEN SCHWEREN ZEITEN TREU BLEIBEN UND VIELEN, VIELEN DANK AN DIE TEILNEHMER DES EINZELTRAININGS, DIE DEN VEREIN DURCH IHRE Z.T. SEHR GROßZÜGIGEN SPENDEN FINANZIELL UNTERSTÜTZEN!!!**

Hoffen wir, dass wir uns bald wieder in unseren Gruppen treffen und Sport treiben dürfen. Bis dahin bleibt uns nur abzuwarten und das Beste draus zu machen.

Wenn Sie Fragen oder Anregungen haben, wenden Sie sich gerne an mich direkt oder an die Geschäftsstelle.

### **Unsere Turnangebote für Kinder und Erwachsene befinden sich auch auf unserer Homepage unter**

**[www.tuskometarsten.de/turnen-fitness-gesundheit.html](http://www.tuskometarsten.de/turnen-fitness-gesundheit.html)**

Dort findet ihr noch viele andere interessante News und Infos!

### **Sportangebote für Erwachsene**

Angebot	Termin	Ort	Leitung
Herzsportgruppe für Erwachsene ohne Verordnung	Montag 18.45 - 20.00	Schule Buntentorsteinweg	Maren Hoops
Fitness für Frauen	Montag 19.00 - 20.30	GS Korbhauser Weg	Britta Conrad
Seniorensport, für Männer u. Frauen ab 60	Dienstag 10.00 - 11.00	Korbhauser Weg, Mehrzweckhalle	Maren Hoops

## **Sportangebote für Erwachsene**

<b>Angebot</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Leitung</b>
Fit in den Tag für Frauen ab 60	Dienstag 11.00 - 12.00	Korbhauser Weg, Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Aerobic/Fitness, für Frauen	Dienstag 18.45 - 20.00	Korbhauser Weg, Mehrzweckhalle	Anja Kies
Gymnastik für Frauen ab 60	Dienstag 18.00 - 19.15	GS Stichnetstraße	Jutta Denker
Gymnastik für Frauen ab 60	Mittwoch 09.30 - 10.45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Brigitte Puvogel
Gymnastik	Mittwoch 17.30 -18.15	GS Korbhauser Weg	Maren Hoops
Prellball	Mittwoch 18.15 - 19.00	GS Korbhauser Weg	Maren Hoops
Fitness für Frauen ab 45	Mittwoch 19.00 - 20.00	GS Korbhauser Weg	Christina Wessels
Gymnastik, Ballspiele für Männer 35-55	Mittwoch 20.00 - 22.00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle (2/3)	Andreas Vroom
Fitness, Gymnastik für Frauen	Donnerstag 09.00 - 10.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Marion Lentz
Fitte Seniorinnen	Donnerstag 15.30 - 16.30	Korbhauser Weg Mehrzeckhalle	Petra Scheithauer
Fitnessstraining	Donnerstag 18.45 - 20.00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Anja Kies
Turnen Gymnastik Volleyball, für Männer	Donnerstag 18.30 - 20.30	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Kurt Ewert/ Bernd Luxenhofer
Gymnastik für Frauen	Donnerstag 19.00 - 20.15	GS Alfred-Faust-Str.	Karin Müller
Männerturnen, ab 50	Freitag 19.30 - 21.30	SZ Obervieland kleine Halle	Fredi Kifmeier

## **Sportangebote für Kinder**

Kinderturnen mit Eltern/ Großeltern 1-3 Jahre	Montag 16.00 - 17.00	GS Alfred-Faust-Str.	Alexandra Hammermeister
Kinderturnen mit Eltern/ Großeltern 1-3 Jahre	Montag 17.00 - 18.00	GS Alfred-Faust-Str.	Alexandra Hammermeister
Kinderturnen mit Eltern/ Großeltern 1-3 Jahre	Dienstag 10.00 - 11.15	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Natalja Stoller
Turnen für Kindergartenkinder 3-6 Jahre	Dienstag 16.45 - 17.45	GS Alfred-Faust-Str.	Petra Fehsenfeld
Hip Hop für Kinder	Dienstag 17.00 - 18.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Celina Kante
Geräteturnen für Mädchen 7-11 Jahre	Mittwoch 15.30 - 17.30	GS Korbhauser Weg	Anneke Köpp
Turnen für Kindergartenkinder 3-6 Jahre	Donnerstag 16.00 - 17.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Natalja Stoller

Angebot	Termin	Ort	Leitung
Eltern- Kind-Turnen 1-3 Jahre	Donnerstag 17.00 - 18.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Natalja Stoller
Kinderturnen mit Eltern/ Großeltern 1-3 Jahre	Freitag 09.00 - 10.00	GS Korbhauser Weg	Natalja Stoller
Kindertanz (3-5 Jahre)	Freitag 15.30 - 16.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Gabriele Haar
Kindertanz (ab 6 Jahre)	Freitag 16.30 - 17.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Gabriele Haar
Turnen für Kindergarten- kinder (3-6 Jahre)	Freitag 16.00 - 17.00	GS Alfred- Faust - Str.	Tobias Willige
Jungenturnen 6-9 Jahre	Samstag 10.00 - 11.00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom
Jungenturnen 10-17 Jahre	Samstag 11.00 - 12.00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom

**Änderungen vorbehalten**

### ***KURSE für Vereinsmitglieder und für Nichtvereinsmitglieder.***

Bei Kursen handelt es sich um Angebote, die für Mitglieder als auch für Nichtmitglieder offen sind. Sie umfassen einen festen, vorgegebenen Zeitraum (z.B. 10 Termine). Die Kurskosten sind abhängig vom Angebot. Auch Mitglieder zahlen, neben ihrem Mitgliedsbeitrag, eine reduzierte Gebühr.

Viele Kurse sind mit dem Qualitätssiegel „Pro Gesundheit“ versehen und werden von den Krankenkassen bezuschusst.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich einfach an unser Team. Wir beraten Sie gerne. Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle sowie bei Herrn Jens Eilrott oder bei Frau Maren Hoops.

### ***Prävention***

#### ***Für Eltern/Kind***

Angebot	Termin	Ort	Leitung
Krabbelspielgruppe ab 1 Jahr	Donnerstag 16.00 - 17.00	Egon-Kähler-Str. Krabbelstübchen	Celina Kante

#### ***Für Erwachsene***

<b>Haltung und Bewegung</b>			
Bodyforming	Montag 15.30 - 16.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Soghra Najafeun
Pilates	Montag 16.30 - 17.30	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
Präventives Haltungstraining	Montag 18.00 - 19.00	Korbhauser Weg Grundschule	Marlies Pooß
Zumba	Montag 18.15 - 19.15	Gymnasium Ober- vieland Kleine Halle	Sabrina Helms
Funktionstraining	Montag 19.30 - 20.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Barbara Joseph
Ganzkörpertraining	Dienstag 10.30 - 11.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Massihmo Askarzada

<b>Angebot</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Leitung</b>
Präventionssport für Wiedereinsteiger u. Ungeübte	Dienstag 15.30 - 16.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Karin Müller
Power-Fitnesstraining	Dienstag 19.15 - 20.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Kathy Path
Rückengymnastik	Mittwoch 08.45 - 09.45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
Rückengymnastik	Mittwoch 09.45 - 10.45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
Pilates	Mittwoch 18.00 - 19.00 + 19.15 - 20.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Doris Rogmann
Vitalgymnastik 60+	Donnerstag 08.50 - 09.50	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Karin Müller
Vitalgymnastik 65 +	Freitag 9.30 - 10.30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Karin Müller
Nordic Walking	Freitag 9.30 - 10.30	Egon-Kähler-Str. Stadion	Maren Hoops

### **Stressreduktion**

<b>Angebot</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Leitung</b>
Yoga	Montag 17.45 - 19.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Gerda Stolte
Yoga	Freitag 18.15 - 19.45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Rita Sürken
Qi Gong	Donnerstag 11.10 - 12.10	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
Qi Gong	Donnerstag 19.15 - 20.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
Qi Gong	Freitag 11.00 - 12.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops

### **Rehabilitation**

**Wir erweitern ständig unser Reha-Programm. Wenn Sie eine Gruppe suchen, rufen Sie uns an. Vielleicht ist das Angebot für Sie schon in Planung.**

<b>Angebot</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Leitung</b>
Herzsport für Männer u. Frauen	Montag 20.00 - 21.30	Schule Buntentorsteinweg	Maren Hoops
Lungensport	Montag 9.50 - 10.35	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
	Dienstag 9.00 - 9.45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Donnerstag 10.00 - 10.45	Meybohmshof	Maren Hoops
	Donnerstag 18.30 - 19.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops

Angebot	Termin	Ort	Leitung
Polyneuropathie & Gleichgewicht	Montag 12.15-13.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
	Dienstag 11.30-12.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Massihmo Askarzada
Krebsnachsorge	Montag 10.40 - 11.25	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
Reha-Gymnastik	Montag 11.30 - 12.15	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
	Montag 17.45 - 18.30	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
	Mittwoch 19.15 - 20.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops Massihmo Askarzada
	Donnerstag 10.15 - 11.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
	Donnerstag 12.15 - 13.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
Reha-Gymnastik im Sitzen	Donnerstag 11.15 - 12.00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
Osteoporose	Dienstag 12.15 - 13.00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Massihmo Askarzada

Änderungen vorbehalten

## **Liebe Mitglieder,**

wir freuen uns, Ihnen ein neues Tanzangebot vorstellen zu können! Da dieses Angebot zurzeit nicht stattfinden kann, bitten wir Sie sich bei Interesse in unserer Geschäftsstelle auf die Interessentenliste eintragen zu lassen. Wir informieren Sie sobald das Angebot wieder stattfinden kann.

**Vielen Dank für Ihr Verständnis!**

## **Hallo an alle Eltern von tanzfreudigen Kindern!**

**Mein Name ist Gabriele Haar.** Ich freue mich, ab 11.09. beim TuS Komet Arsten drei Kindertanzgruppen anzuleiten. Ich bin 54 Jahre alt und tanze seit meiner Jugend leidenschaftlich gerne. Meine Ausbildung zur Tanzpädagogin habe ich an der Akademie der kulturellen Bildung in Remscheid absolviert. Das ist eine der drei Bundesakademien.

Für mich ist es sehr bedeutsam, dass Tanz mehr als das Vor- und Nachmachen von Bewegungen ist. Ich unterrichte Tanz zur



Entwicklung des Körperbewusstseins, der Ausdrucksfähigkeit und des musikalischen Empfindens. Dabei arbeite ich mit Musik aus unterschiedlichen Kulturen und mit perkussiven Materialien, wie z. B. Glöckchenbändern und Bambusstöcken. In meinem Unterricht entwickeln wir den Tanz gemeinsam. Dabei können die Kinder Ihre eigene Kreativität einbringen.

**Ich freue mich auf Ihre tanzfreudigen Kinder!**

*Gabriele Haar*

## **Neuer Kurs Kick-Boxen**

Ab sofort bieten wir mittwochs von 18:15 bis 19:15 in der Mehrzweckhalle am Korbhauser Weg **Kick-Boxen** für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder an.

Aktuell gibt es individuelles Training für ein bis zwei Personen.

Coronabedingt ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Interessenten können dies entweder telefonisch unter 0421/828202-11 bzw. -15 oder per E-Mail an info@tuskometarsten.de tun.

Kickboxen ist eine vergleichsweise junge Kampfsportart, die sich erst vor gut 50 Jahren in den USA entwickelt hat. Sie kombiniert das konventionelle Boxen mit Schlägen und Tritten traditioneller asiatischer Kampfsportarten wie Karate oder Ju-Jutsu.

Kickboxen ist eine wirkungsvolle Art der Selbstverteidigung, die Aggressionen abbaut und sich positiv auf die Persönlichkeitsentwicklung auswirkt.

Unser **Trainer Massihmo** hat 1995 mit dem Kickboxen angefangen und war bis 2003 selber aktiv. Seit Abschluss seiner Trainerausbildung ist Massihmo als Trainer aktiv. Der Braungurtträger und zweifache deutsche Meister sammelte dazu auch Erfahrungen im Semi- und Leichtkontaktkampf.

*Maren Hoops*

## **Große Freude**

Wir dürfen Sport treiben und zwar im Parkettraum der Sportanlage in der Egon-Kähler-Straße.

Jeweils 2 Turnerinnen aus der Donnerstags – Turngruppe können mit Übungsleiterin Karin Müller seit November 2020 für jeweils 30 Minuten turnen.

**Alle Corona – Auflagen werden eingehalten.**

Die Resonanz ist überwältigend; das Angebot wird gern angenommen. Karin vergibt die Termine nach Anmeldung.

**Herzlichen Dank allen, die dies möglich gemacht haben.**

*Britta Öhlschläger*



Unsere Karin

## Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 01. Januar 2021

Grundbeitrag	Erwachsene	Kinder
	8,00 €	8,00 €
<b>Spartenbeitrag für</b>		
Badminton	12,00 €	6,00 €
Basketball	13,50 €	6,00 €
Fechten	15,00 €	9,00 €
Fußball	15,00 €	8,00 €
Handball	15,00 €	7,50 €
Hundesparte	5,50 €	5,00 €
Ju-Jutsu	10,00 €	5,00 €
Karate	7,00 €	5,00 €
Leichtathletik	13,00 €	(bis 15 J.) 7,00 €
Outdoor Fitness	Anfrage bei Geschäftsstelle	
Ringn	10,00 €	5,00 €
Tanzen	10,50 €	5,00 €
Tennis	12,50 €	5,50 €
Tischtennis	9,50 €	5,50 €
Turnen	8,50 €	4,00 €
Volleyball	10,00 €	6,00 €
Wandern	Spartenbeitrag 1,00 € zzgl. Passiver Beitrag 6,50 €	

**Jugendliche/Azubis/Studenten (längstens bis 27 Jahre) und ALG II Empfänger**  
zahlen bei Vorlage entsprechender Bescheinigung die Kinderbeiträge.

Familie Grundbeitrag 20,00 € zzgl. pro Familienmitglied entsprechende Spartenbeiträge.

Mutter-Vater-Kind-Turnen	17,50 €	
Passiv	6,50 €	6,50 €
Reha m. Zuschuss	11,00 €	

<b>Aufnahmegebühr:</b>	20,00 €	10,00 €
Mutter-Vater-Kind-Turnen	10,00 €	Familie 30,00 €

Beitragseinzüge jeweils zum 1. eines Quartals

**Zahlungsweise:** vierteljährlich / halbjährlich / jährlich

Rechnungszahler zahlen 13 Beiträge. Die Mitgliedschaft beträgt mindestens 12 Monate. Vereinsaustritte können erfolgen auf Grund schriftlicher Kündigung der Mitgliedschaft bei Einhaltung einer Frist von 6 Wochen zum 30.06. (15. Mai) bzw. 31.12 (15. November) eines Jahres.

Dies gilt auch für den Wechsel von aktiver zu passiver Mitgliedschaft.

**Mahnungen:** 6,50 €

*Änderungen/Irrtümer vorbehalten!*

# Abgabetermin

für die nächsten Vereinsnachrichten ist der

→ → → **15.03.2021** ← ← ←

Bitte alle Artikel als Word-Datei und die Fotos als angehängte jpg-Datei (Dateigröße über 1,5 MB) an den Pressewart Ralf Lüdeker per e-Mail an [pressewart@tuskometarsten.de](mailto:pressewart@tuskometarsten.de) senden oder auf CD in der Geschäftsstelle, Egon-Kähler-Straße abgeben.  
Kürzungen und Bearbeitungen vorbehalten.

## **Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.**

**gegründet:**

1896 / Mitglied des LSB Bremen e.V.

**Geschäftsstelle:**

**Egon-Kähler-Str. 145, 28279 Bremen**

Telefon (0421) 82 82 02-11 · Telefax (0421) 82 82 02-20

E-Mail: [gs@tuskometarsten.de](mailto:gs@tuskometarsten.de) oder [info@tuskometarsten.de](mailto:info@tuskometarsten.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo. u. Do. von 16.00 - 19.00 Uhr + Di. 14.00 - 16.00 Uhr

Petra Fehsenfeld · Tobias Willige · Alexandra Hammermeister

**Geschäftsführer:** Jens Ellrott

Telefon: (0421) 82 82 02-21 oder 0172-83 19 408

**Vereinsgaststätte:** (0421) 82 82 02-18

### **Vorstand**

**Vorsitzender**

Andreas Vroom, Tel. 82 12 33

**Stellvertreter**

Bernd Nehrhoff, Tel. 82 96 06

**Stellvertreter**

Dr. Bernward Fröhlingsdorf, Tel. 82 41 01

**Kassenwartin**

Britta Körber, Tel. 87 18 261

**Schriftführer**

Thomas Pfeiffer, Tel. 82 19 96

**Technischer Leiter**

Helmut Wahlers, Tel. 82 24 47

**Pressewart**

Ralf Lüdeker, Tel. 82 57 58

### **Erweiterter Vorstand**

**Mitglieder des Vorstandes und**

**Festwart**

Nils Lackmann, Tel. 82 64 65

**Seniorenwart**

Geschäftsstelle

**Badminton**

Jörg Voigt, Tel. 82 51 49

**Basketball**

Danny Petzold, Tel. 0172-1074291

**Fechten**

Jens Pursche, Tel. 0172-43 27 995

**Fußball**

Serdal Tümkaya Tel. 0172-42 46 697

**Handball**

Per Theilig, Tel. 95 96 564

**Hundesport**

Hermann Wichmann, Tel. 82 09 83

**Ju-Jutsu**

Jan-Philipp Koll, Tel. 69 67 88 - 0

**Leichtathletik**

Sandra Schwenke, Tel. 01520 - 25 80 050

**Outdoor Fitness**

Andreas Vroom, Tel. 0172 - 42 61 000

**Ringen**

Geschäftsstelle

**Tanzen**

Geschäftsstelle

**Tennis**

Wolfgang Keller, 82 48 44

**Tischtennis**

Ronald Mosch, Tel. 82 60 41

**Turnen**

Maren Hoops, Tel. 84 80 239

**Volleyball**

Markus Schäffer, Tel. 04298-46 53 04

**Wandern**

Rainer Guddat, Tel. 82 27 12

**Jugendwart**

Geschäftsstelle

---

**Impressum:**

**Herausgeber:**

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.

**Gegründet:**

1896/Mitglied des LSB Bremen e.V.

**Bankverbindung:**

Sparkasse in Bremen

IBAN DE20290501010010219889 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

**Spendenkonto:**

Sparkasse in Bremen

IBAN DE85290501010001144369 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

**Gesamtproduktion:**

DruckMedia · [mail@druckmedia.de](mailto:mail@druckmedia.de)

**Anzeigenverwaltung:**

Telefon (04207) 66 68 7-0 / Fax (04207) 66 68 70

**Erscheinungsweise:**

Vierteljährlich im Quartal

**Bezugspreis:**

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten





# Für Sie in Bremen

Kommen Sie bei uns vorbei

fair versichert  
**ÖVB** 

## **ÖVB Vertretung Giuseppe Carrera**

Arsterdamm 73a 28277 Bremen

Tel. 0421 876664 Fax 0421 875445

### **Geschäftszeiten**

Mo.–Fr. 9.00–13.00 Uhr Mo.–Mi. 15.00–17.00 Uhr

Do. 15.00–18.00 Uhr



 Finanzgruppe