



TuS KOMET ARSTEN

seit 1896

VEREINS-NACHRICHTEN

www.tuskometarsten.de



**GESUNDHEIT
& FITNESS**

**KINDER
& JUGEND**

**WETTKAMPF
& LEISTUNG**

**ERWACHSENE
& SENIOREN**



Unsere Ju-Jutsu Sportler



Mit Kemena
kann der
Sommer
kommen



Terrassendächer, Markisen, Sonnen- und Insektenschutz

Mit Kemena kann die Sonne kommen

Sie werden mit einer Terrassenüberdachung noch mehr Freude am Draußen sein haben – ein Ort zum Verlieben für Ihre Familie, Freunde und jeden Besucher.

Wir bauen Ihr neues Terrassendach nach Maß aus Aluminium und Glas. Die Tischlerei

Kemena bleibt der Spezialist für Terrassenüberdachungen, Markisen, Sonnen- und Insektenschutz. Wir beraten Sie gern bei uns in Bremen Habenhausen zu jedem Thema rund ums Haus, mit individuell gestalteten Lösungen von Kemena.



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 *WIPRO*



ÖFFNUNGSZEITEN

Mo. – Fr. 08:00 – 18:00 Uhr

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

schön, dass ihr euch wieder über den TuS Komet Arsten e.V. informiert. Wir haben die kühlere Jahreszeit hinter uns und der Outdoorsport nimmt wieder Schwung auf. Die Rasen- und Sandspielfelder werden wieder hergerichtet, ebenso die Tennisplätze und auch die Outdoorbasketballfläche kann, wetterbedingt, endlich fertiggestellt werden. Unverzagt haben jedoch Fußballer*innen, Leichtathleten, Hundesportler*innen und die Outdoorfitnessfreaks der Witterung getrotzt und durchgezogen – Respekt hierfür.



Von unseren fünf Sportförderanträgen sind Mitte März drei bewilligt worden. Nicht ausreichend priorisiert wurden unverständlicherweise neue Judomatten und eine neue Ringerplane. Bezuschusst werden die Schaffung eines neuen Multisportplatzes in der Tennishalle, der Austausch der letzten alten Duscharmaturen und neue Fußballtore.

Sehr erfreulich ist die Entwicklung der neuen Judoabteilung. Darüber hinaus bieten wir seit November auch Cricket an, noch in der Halle, nach den Osterferien aber draußen auf dem Schlackeplatz an der Egon-Kähler-Str. Sehr aktiv sind auch die Abteilungsleiterinnen der Turnabteilung: Sie haben einige neue Übungsleiterinnen für das Kinderturnen gewonnen, mehrere neue Gruppen ins Leben gerufen und damit die Warteliste von Ende 2022 mit über 80 Kindern „abgearbeitet“.

Im Juli 2023 läuft die Zinsbindung für das damalige Baudarlehen der Tennishalle aus. Unsere Vereinsmitglieder können dem Verein Darlehen gewähren, damit wir die Bankhypotheken ganz oder teilweise ablösen können. Den Darlehensgebern können wir attraktive Zinszahlungen bieten und der Verein spart trotzdem noch gegenüber den Bankzinsen. Wir haben im Heft weitere Details aufgelistet.

Es gibt erfreulicherweise schon reichlich Interesse – Wer zuerst kommt mahlt zuerst.

Am 6. Mai findet auf unserer Sportanlage wieder der Tag der offenen Tür und am 11. Mai unsere Mitgliederversammlung statt. Viele weitere Terminankündigungen findet ihr auf den folgenden Seiten.

Wir wünschen euch viel Spaß und Erfolg in eurem TuS Komet Arsten e.V.


Andreas Vroom

Vorsitzender TuS Komet Arsten e.V.

Goldschmiedewerkstatt
Hoops

Joachim Hoops GmbH

Holzdammm 170 · ☎ 0421 - 83 27 27

www.goldschmiede-hoops.de

Deine attraktive Geldanlage beim TuS Komet Arsten?!

1998 ist der Verein auf das jetzige Gelände umgezogen. Der Anlagenbau fast der gesamten Sportanlage an der Egon-Kähler-Straße ist durch die öffentliche Hand finanziert worden, um Platz für die neue Wohnbebauung zu schaffen. Die Tennishalle wurde jedoch vom Verein gebaut und mit Hilfe eines Bankdarlehens von ursprünglich knapp 800.000 Euro finanziert. Rund 600.000 Euro wurden in den letzten 25 Jahren getilgt. Mitte 2023 läuft die Zinsbindung aus und wir haben die Möglichkeit dieses Darlehen ganz oder teilweise abzulösen. Der Vorstand des Vereins kann daher anbieten, sich von euch Geld zu leihen und Zinsen und Rückzahlungen an euch anstatt an die Bank zu leisten.

Wir bieten Tranchen von jeweils 5.000 Euro an.

Ihr könnt für die Tilgung Laufzeiten von 1 bis zu 8 Jahren wählen. Jedes Jahr würden wir die Zinsen zum 30.Juni auszahlen. Wer eine Tranche von einem Jahr wählt, bekommt im Juni 2024 die Zinsen von 2,5% und die 5.000 Euro zurück. Wer z.B. eine Laufzeit von zwei Jahren wählt, bekommt im Juni 2024 die Zinsen von 2,75% für ein Jahr und im Juni 2025 die Zinsen von 2,75% für das zweite Jahr und die 5.000 Euro zurück. **Insgesamt können wir bis zu 40 Tranchen anbieten.** Je länger die Laufzeit desto höher der Zinssatz.

Die nachstehend aufgeführten Zinssätze zu der jeweiligen Tranche 1 – 40 bekommt ihr jedes Jahr bis zur Tilgung. Die durchgekrenzten Tranchen sind bereits vergeben.

Bei Fragen meldet euch gern. Wenn ihr ein Darlehen geben wollt und könnt (gern auch mehrere Tranchen), dann spricht uns bitte persönlich an oder schreibt uns eine Mail (vorstand@tuskometarsten.de).

Sportliche Grüße
Britta Körber (Kassenwartin)
Andreas Vroom (Vorsitzender)

| Tilgung 06/2024 | | |
|-----------------|--------------|---|
| 2,50% | 2 | 4 |
| 1 | 3 | 5 |

| Tilgung 06/2025 | | |
|-----------------|--------------|--------------|
| 2,75% | 7 | 9 |
| 6 | 8 | 10 |

| Tilgung 06/2028 | | |
|-----------------|----|----|
| 3,50% | 22 | 24 |
| 21 | 23 | 25 |

| Tilgung 06/2029 | | |
|-----------------|---------------|----|
| 3,75% | 27 | 29 |
| 26 | 28 | 30 |

| Tilgung 06/2026 | | |
|-----------------|---------------|----|
| 3,00% | 12 | 14 |
| 11 | 13 | 15 |

| Tilgung 06/2027 | | |
|-----------------|---------------|----|
| 3,25% | 17 | 19 |
| 16 | 18 | 20 |

| Tilgung 06/2030 | | |
|-----------------|---------------|----|
| 4,00% | 32 | 34 |
| 31 | 33 | 35 |
| | | |

| Tilgung 06/2031 | | |
|-----------------|---------------|----|
| 4,25% | 37 | 39 |
| 36 | 38 | 40 |
| | | |

(Durchgekrenzte Tranchen sind bereits vergeben)

Termine

1. Halbjahr

Änderungen vorbehalten



- **Samstag, 06. Mai**
„Tag der offenen Tür“ von 11.00 – 14. 00 Uhr Sportanlage Egon-Kähler-Str.
- **Donnerstag, 11. Mai**
Mitgliederversammlung 19.30 Uhr Vereinsgaststätte „Auszeit“
- **Freitag, 02. Juni – Sonntag, 04. Juni**
Handballwochenende Sportanlage Korbhauser Weg
- **Samstag, 03. Juni**
Obervielander Vielfalt im AWO Fun-Park, Kattenturmer Heerstr.
- **Samstag, 12. August**
Hermann-Dressel-Cup, von 11.00 – 18.00 Uhr Stadion Egon-Kähler-Str.
- **Freitag, 08. September**
Laternenfest 20.00 Uhr mit Höhenfeuerwerk, Sportanlage Korbhauser Weg
- **Samstag, 18. November**
Vereinsfest ab 20.00 Uhr Vereinsgaststätte „Auszeit“

Warneke + Schulz

Bad + Heizung

☎ 823339

Arster Hemm 52 • 28279 Bremen • E-Mail: info@warneke-schulz.de

warneke-schulz.de

Einladung zur Mitgliederversammlung 2023

Donnerstag, 11.05.2023, 19.30 Uhr

Gaststätte „Auszeit“, Egon-Kähler-Str. 145, 28279 Bremen

Tagesordnung:

- 1.) Eröffnung und Begrüßung
- 2.) Genehmigung der Tagesordnung
- 3.) Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung 2022'
(Auslage in der Geschäftsstelle)
- 4.) Ehrung von Mitgliedern
- 5.) Bericht des Vorstandes
- 6.) Bericht des Kassenwartes und der Revisoren
- 7.) Aussprache zu den Berichten
- 8.) Entlastung des Vorstandes
- 9.) Wahlen
 - Wahl des Vorstandes
 - Wahl der/des
 - Schriftführer*in
 - Festwart*in
 - Seniorenwart*in
 - Medienwart*in
 - Technische(r) Leiter*in
 - Revisor*in
- 10) Behandlung von Anträgen
- 11) Verschiedenes

Anträge an die Versammlung müssen mindestens 8 Tage vor der Versammlung dem Vorstand schriftlich vorliegen.

Der Vorstand

gez. Andreas Vroom (1. Vorsitzender)
Dr. Bernward Frühlingsdorf (2. Vorsitzender)
Bernd Nehrhoff (2. Vorsitzender)
Britta Körber (Kassenwartin)

Nach 2 Jahren Coronapause hieß es am 11. Februar 2023 wieder „Arsten hinein“ - der Ruf beim Karneval in der Kulturhalle am Korbhauser Weg

Nachdem der Festausschuss am Donnerstag, 09.02. bereits von einigen Helfern beim Aufbau unterstützt wurde, war die Halle wieder bereit für eine große Sause. Rote, weiße und grüne Bänder hingen von der Hallendecke und sorgten mit bunten Lichterketten für den ersten Teil der Karnevalsstimmung. Obendrauf kam noch DJ Toddy, der wie immer allen Kostümierten einheizte und schon war die Party im vollen Gange.



Beim Nachmittagsprogramm wurde DJ Toddy dieses Mal von Jan Großkopf unterstützt, um die kleinen Gäste zu amüsieren. Zusätzlich trat noch die Kinder-Tanzgruppe der VHS Delmenhorst auf. Hier zeigten die kleinen Schneeflocken, was sie fleißig eingeübt hatten. Aber nicht nur auf der Bühne wurde getanzt, auch da vor konnten sich die Kinder austoben. Sogar mit einer Polonaise düsten die Kleinsten durch die gesamte Halle. Ein buntes Meer aus verschiedenen Kostümen und Luftballons füllte bald darauf wieder die Tanzfläche vor der Bühne und brachte nicht nur die Kinderaugen, sondern auch unsere Augen zum Strahlen. **Das haben wir wirklich sehr vermisst!**



Aber nicht nur die Kinder wurden zum Tanzen aufgefordert, nein, auch die Eltern konnten ihren Hüftschwung bereits nachmittags üben. Für einige die Aufwärmübung für den Abend, wo abermals viele Gäste mit uns feierten.

Wenn Kinder und Erwachsene eine schöne Zeit bei unseren Veranstaltungen haben, dann freuen wir uns immer sehr. Wir würden uns aber auch darüber freuen, wenn wir insbesondere beim Auf- und Abbau noch etwas Unterstützung bekommen würden. Die Bühne wird aus schweren Balken zusammengesetzt und auch die Hallendecke bedarf beim Schmücken der Unterstützung einiger Hände. Wenn du also Lust hast, uns zu unterstützen, dann komm doch gerne auf uns zu.

Beim „anstehenden“ Laternenumzug im September 2023 freuen wir uns ebenfalls über Freiwillige, die als Ordner den Umzug begleiten und beim Schmücken helfen.

Nils Lackmann 0175 8443627

Julia Franke 0160 7080879

Unsere **Abendveranstaltung** war auch in diesem Jahr nach knapp über einer halben Stunde ausverkauft. Diese Resonanz ist wirklich super und freut uns sehr. Es tut uns leid, um jede/n die/der leider leer ausgegangen ist, doch die Halle begrenzt unsere Möglichkeiten noch mehr Leute zuzulassen.

Für alle, die eine Karte ergattern konnten, fing das Programm mit leichter Verspätung an, da einige Sitzplätze nicht rechtzeitig eingenommen wurden und wir unseren tollen Gruppen einen gebührenden Empfang gewähren wollten

Traditionell startete der Karneval mit dem Einzug des Elferrates, der Prinzengarde und dem Prinzenpaar, Anastasia und Louis, aus



unserer Handballabteilung. Die Prinzengarde von Rot-Weiß, die bei unserem Karneval fast schon zum Inventar gehört, zeigte auch dieses Jahr wieder, was sie drauf hatte. Dieses Mal gab es neben einer „Grease“- Interpretation auch ein zwei Funkenmariechen

Die Gruppe „Cosmic Dust“ vom Tanzstudio „Bounce & Boogie“ unter der Leitung von Nina Brünner aus der Neustadt war zum zweiten Mal bei uns und begeisterte mit einem Remix von the boyz und treasure im K-Pop-Stil. Die junge Truppe heizte das Karnevalsvolk prima ein.

Auch die Gruppe „Taktgefühl“ vom TuS Huchting war Teil unseres Programms und zeigte ihr Können im maritimen Outfit und später als coole Nonnen. Ein toller Anblick!

Neu im Programm waren die „Beerleader“ vom MTV Riede, die im Pikachu-Kostüm die Halle zum Beben brachten. Eine lässige Truppe, die beim Publikum den richtigen Nerv fand.



Zum Abschluss gab unsere „Helene Fischer“ noch ein Ständchen und rundete das Programm ab. Danach wurde vor der Bühne gefeiert und getanzt, bis das Licht um 3 Uhr angeschaltet wurde und die letzten Kostümierten den, von unserer Seite aus, gelungenen Abend beendeten.

Wir hoffen, dass das Programm auch dieses Jahr wieder gefallen hat. Wenn ihr Tipps und Vorschläge für die Programmgestaltung habt, dann sind wir auch hier für Unterstützung dankbar.

Wir freuen uns schon aufs nächste Jahr, wenn es wieder am 2. Samstag im Februar heißt „Arsten hinein!“

Liebe Grüße von eurem Festausschuss

i.A. Julia Franke (Text und Bilder)

weitere Bilder von Geeta Dreyer







Für Sie vor Ort in Arsten



Unsere
Beratung
ist auch
kontaktlos
möglich.



Christiane Antoni

Annette Heinrichs



Arster Landstraße 39 | 0421 - 84 00 930 | arsten@ge-be-in.de | www.ge-be-in.de

Handballwochenende mit Frühschoppen auf der Sportanlage Korbhauser Weg



Vom **Freitag, 02. bis Sonntag, 04. Juni** laden wir, als Abteilung dieses Jahr wieder zum großen Handballwochenende ein!

Es beginnt am **Freitagabend** voraussichtlich mit einem Fußballturnier der verschiedenen Abteilungen unseres Vereins.

Am **Samstag** steht unser Handballjugendturnier auf dem Programm.

Der **Sonntag** steht ganz im Zeichen des traditionellen Frühschoppens, bei dem nach Herzenslust zu Live-Musik getanzt und geschlemmt werden kann.

Natürlich findet in Arsten kein Frühschoppen ohne Kinderfest als Rahmenprogramm statt, damit es wieder ein tolles Event für die ganze Familie wird.

Wir freuen uns auf Euch.

*Holger Mügge
(im Namen der Handballabteilung)*

Stellenausschreibung

Für unser Geschäftsstellenteam suchen wir eine/n Kollegin/ Kollegen (m/w/d) für zunächst 20 Stunden in der Woche.

Schwerpunkte der Tätigkeiten liegen in der Mitgliederverwaltung, Kassenbuchführung, Mahnwesen, Rechnungsstellung, Vorkontierung von Belegen sowie in der Durchführung von Sprechzeiten.

Kenntnisse von Buchhaltungssoftware und Office Anwendungen werden vorausgesetzt.

Wenn Sie Interesse an der Mitarbeit in einem modernen und zukunftsorientierten Bremer Sportverein haben, senden Sie Ihre aussagekräftige Bewerbung gerne an:

TuS Komet Arsten - Egon-Kähler-Str. 145 - 28279 Bremen

z. Hd. Jens Ellrott

j.ellrott@tuskometarsten.de (Anhänge per Mail bitte nur als pdf-Datei senden!)



JUDO

Abteilungsleiterin Alisa Reinhold
Telefon: 0421-828202-11/15 (Geschäftsstelle)
E-Mail: judo@tuskometarsten.de



Hallo zusammen,

ich bin Alisa Reinhold, 34 Jahre alt und neu bei euch im TuS Komet Arsten. Ich habe am 09. Januar diese Abteilung im Verein eröffnet.

Zu meiner Person:

Ich befinde mich gerade im Abschlussjahr der Erzieherausbildung, danach folgt nur noch das Anerkennungsjahr. Vorher habe ich die Ausbildung zur Sozialpädagogischen Assistentin erfolgreich abgeschlossen. Dieser Wunsch kam unter anderem durch die langjährige Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im vorherigen Verein auf.

Judo betreibe ich seit 2004, und seit 2005 habe ich regelmäßig die Trainer*innen beim Trainieren von Kindern unterstützt. 2014 habe ich die Trainerausbildung absolviert, beendet habe ich sie mit Erhalt des 1. Kyu's (Braungurt) im Jahr 2016. Seitdem leite ich verschiedene Kindergruppen von 3 - 14 Jahren selbstständig.

Judo ist für mich seit Beginn an etwas ganz Besonderes, weil es mir sehr viel Halt und Selbstbewusstsein in schwierigen Zeiten gegeben hat. Gerade in der Pubertät und als Heranwachsende haben mir die klaren Regeln, das Miteinander, das gegenseitige Unterstützen und Helfen Struktur im Leben gegeben. Außerdem ist diese Sportart sehr körperlich, deshalb kommt man sich sehr nah, körperlich wie auch menschlich.

Als ich noch Wettkämpfe bestritt (bis 2013), habe ich teilweise 4 - 5 mal wöchentlich trainiert, nicht nur im eigenen Verein, sondern auch in anderen Vereinen in Bremen. Dies erforderte einen enormen Zeitaufwand und viel Disziplin, die ich an den Tag legen musste. Das möchte ich den Kindern gerne auch ans Herz legen, dass es viel Arbeit erfordert, wenn sie Erfolg haben wollen.

Ich sage den Kindern immer: **„Kein Weltmeister fällt vom Himmel.“**



GUTSCHEIN

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie einmalig

10%

auf einen Artikel Ihrer Wahl.

(gilt aus rechtlichen Gründen nicht für Rezeptgebühren und verschreibungspflichtige Arzneien)



Apotheke im

viamiko

Nicole Massolle

www.viamiko.de

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

Zu meinem Training:

Die kleinsten, also **die 3-6-jährigen Kinder** möchte ich mit viel Spiel und Spaß an die judospezifischen Übungen, wie z.B. Fallen, Werfen, Halten heranführen. Mit ihren Eltern haben diese Kinder ihre Partner mit auf der Judomatte, sodass auch die Eltern mitmachen und etwas Judoverständnis entwickeln können, da sie jetzt von Anfang an mit dabei sind.

Bei den **6-8-jährigen Kindern** stehen die Regelkunde, Koordinations-, Schnelligkeits- und Kraftübungen im Vordergrund. Fallen, Werfen und Halten für den ersten Gürtel werden auch auf spielerische Weise erarbeitet.

Die **9-14-jährigen** lernen sich zu konzentrieren, zuzuhören und sich an Regeln zu halten. Der ein oder andere Spaß und lustige Übungen sind auch dabei. Es geht vorrangig darum, eine gute körperliche Grundvoraussetzung für die ersten sportlichen Wettbewerbe durch Koordinations-, Konditions- und Kräftigungsübungen zu erhalten. Auch Fallen, Werfen, Halten sind judospezifische Übungen, die in jeder Altersklasse dabei sind.

Nachdem unsere Abteilungsleiterin Alisa nun alles ausführlich erklärt hat, möchten wir - die Judofüchse – euch natürlich auch unsere Trainingszeiten nennen:



- **Für 6 - 8 jährige Kinder**
jeden **Montag** von 17:00 - 18:45 Uhr in der Turnhalle der Schule Theodor-Billroth-Str.
(neben der Volkshochschule u. gegenüber von Combi)
- **Für 9 - 14 jährige Kinder**
jeden **Freitag** von 18:00 - 19:45 Uhr in Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Str.
- **Für 3 - 6 jährige Kinder**
jeden **Samstag** Kinder mit Mama, Papa, Oma u. Opa erste spielerische Judoerfahrungen sammeln von 12:00 -13:00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Str.

In unseren Gruppen am Montag und Freitag haben wir noch viele freie Plätze. Wer also Lust hat kann sich gerne zu den Trainingszeiten bei uns und unserer Trainerin Alisa einfinden.



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 267 • 28277 Bremen



TANZSPORT

Abteilungsleiter Julian Kauffeld

E-Mail: tanzen@tuskometarsten.de



Hallo und herzlich willkommen,

seit diesem Jahr habe ich die Leitung der Tanzsportsparte übernommen. Ich bin 32 Jahre alt betreibe seit über 10 Jahren den Tanzsport.

Tanzen schafft Bewegung, Mobilität und Spaß. Bei uns werden die gängigen Latein- u. Standardtänze wie z.B. Samba, Cha-Cha-Cha, Rumba, Walzer oder Tango getanzt. Das Tanzen bietet hierbei viele Facetten.

Das Training wird geleitet von unserem sehr erfahrenen Trainer und bundesweit anerkannten Wertungsrichter (Latein und Standard A, Formation F2), **Bohumil Dlouhy**.

Wir suchen Paare (Jugendliche und Erwachsene), die ihre Erfahrung aus Tanzkursen (wieder) auffrischen, verbessern und vervollkommen wollen. Das Tanzen auch ohne Partner ist ebenso möglich. Im Vordergrund stehen Musikalität, Rhythmik und Technik.

Wir bieten keine Kurse an, wir trainieren fortlaufend. Ein Einstieg ist deshalb jederzeit möglich. Unterschiedliche Trainings- und Leistungsgruppen sind kein Problem. Es erfolgt zum einen eine Gruppen- zum anderen eine individuelle Betreuung. Das Trainieren unterscheidet sich von den bekannten „Tanzschultaktiken“, möglichst viele Folgen in kurzer Zeit zu erlernen. Es geht uns darum, die Figuren zu beherrschen, damit das Tanzen auch gut aussieht. Das Training wird den Bedürfnissen der Teilnehmer angepasst. Das heißt, dass man ruhig einmal fehlen darf, ohne Angst haben zu müssen, den Anschluss zu verpassen.

Ob vom Tanzen „nur zum Vergnügen“ oder bis hin zur Teilnahme an Wettbewerben. Es ist alles möglich!

Meldet euch gerne bei uns! Kommt vorbei und macht eine Probestunde mit.

Unser Training ist immer am Donnerstag von 20:00 – 22:00 Uhr in der kleinen Turnhalle des Gymnasiums Links der Weser (Schulzentrum Obervieland), Eingang von der Felix-von-Eckhard-Straße.

Anmeldungen zum Training gerne telefonisch (Geschäftsstelle) oder per E-Mail.

Wir freuen uns auf euch!

Julian Kauffeld

| | | |
|--|------------------------|--|
| | 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



FUSSBALL

Abteilungsleiter Matthias Haase
Telefon 0174 89 78 724
E-Mail: fussball@tuskometaarsten.de



Hallo zusammen,

die Fußballer sind im Jahr 2023 mit den gleichen Hoffnungen und Sorgen wie in der Vergangenheit unterwegs. Sportlich, wie auch strukturell, sind wir weiterhin dabei unsere Planungen umzusetzen.

Im Erwachsenenbereich ist derzeit **unsere 1. Herren** zwar mit zuletzt zwei Siegen im Aufwind, muss sich aber weiterhin strecken, um den Abstieg aus der Bremen-Liga zu verhindern. Die beiden letzten Spiele haben aber gezeigt, dass noch alles drin ist, zumal es auch noch gegen direkte Konkurrenten geht.

Sowohl unsere **2. und 3. Herren** spielen in ihren Spielklassen im oberen Drittel mit und unsere **4. Herren** greift wie die Ü-Mannschaften erst Ende März ins Liga-Geschäft ein. Auch hier wollen alle am Ende in ihren Ligen eine positive Bilanz aufweisen.

Bei den **Damen** musste kurzfristig ein neuer Trainer eingebaut werden, da Niklas Siebert berufsbedingt ausscheiden musste. Mit Hüseyin Kutlu konnte der zweite Mann neben Adin Keco aber sehr schnell gefunden werden und hat sich prompt gut eingelebt. Die Mädchenteams werden weiterhin von Karsten Fritz (**B-Mädchen**) und Steven Helvogt (**D-Mädchen**) trainiert und hier ist weiterhin ein guter Zulauf zu verzeichnen. Auch hier wollen wir natürlich einige Mädels in der Zukunft im Frauenteam unterbringen.

Im **Jungenbereich** ist das oberste Ziel, wieder eine U19 zu stellen, denn unser Weg ist das Einfügen eigener Talente in die Teams. Die A-Jugend ist da eine wichtige Komponente.

Die **U17** hat sich selbst auf die Fahne geschrieben, den Weg in die Verbandsliga zu erreichen und unsere **U15** möchte mit einer sehr jungen Truppe diese Liga halten. In diesen beiden Bereichen fördern Rainer Haase (B2), Yannik Schipke und Adin Keco (C2) die jüngeren Kicker, um notfalls die ersten Mannschaften qualitativ gut zu unterstützen.



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

Bei den Kleinfeldteams geht die **D1** mit großen Ambitionen in die Serie. Das Trainerteam Björn Dopmann/Tom Trebin will gerne den Aufstieg perfekt machen. Sie haben bereits im Pokal (9:0 gegen Bremer SV) ihre Fähigkeiten unter Beweis gestellt. Dieser Jahrgangsbereich wird durch Michael und Moritz Kracht (D2) und Manni Gmeinder (D3) zahlreich und erfolgreich unterstützt.

Die beiden **E-Jugendmannschaften** werden von Dennis Thöle (E1) und Arthur Fahl (E2) gecoacht und auch in diesem Bereich kicken viele vielversprechende Talente. Last but not least dürfen wir die Jüngsten nicht vergessen.

Was im **F und G-Jugendbereich** los ist, bringt uns wirklich an die Grenzen des Machbaren, da uns hier einfach die Trainer fehlen. Mit Moritz Schulz und Olli Fritz haben wir zwei neue Trainer installiert, die aus dem großen Pool eine schlagkräftige Mannschaft gebildet haben, die nun in den Fair-Play-Turnieren ihre Erfahrungen machen werden.

Auch bei den **Mini's** von Christian Zientek geht es an den Trainingstagen hoch her und sucht seinesgleichen. Es gibt Tage, da tummeln sich um die siebzig Kinder auf der Wiese. Ohne die Arbeit und Engagement von Christian und seine Trainerkollegen, Fahri, Tobi, Thorsten, Daniel und Paul wäre das alles nicht zu stemmen.

Nichtsdestotrotz brauchen wir hier noch reichlich Unterstützung und Trainer, um allem gerecht zu werden. Bis dahin mussten wir in diesem Bereich auch leider einen Aufnahmestopp verhängen.

Da wir in vielen Jahrgängen einen Trainermangel haben, mussten wir Trainingsgruppen eröffnen und da gilt es an Rainer Haase (B-C Jugend), Manni Gmeinder (D-Jugend) und Svenja Kortum (E-F Jugend) ein großes „Danke“ zu senden, für ihren Einsatz in den Trainingsgruppen. Bedanken möchte sich die Abteilungsleitung aber bei allen Ehrenamtlichen in unserem Verein für ihre tolle Arbeit! Weiter so, ohne Euch geht es einfach nicht.

Zu erwähnen wäre noch, dass nach den coronabedingten Ausfällen der letzten Jahre wieder drei Mannschaften zum Nordseecup nach Leck fahren. Es ist bereits die **31ste** Teilnahme unserer Teams an diesem traditionellen Turnier hoch im Norden.

Als Rückblick möchte ich über unsere großartige Hilfe bei der Durchführung von zwei U19-EM-Qualifikationsspielen am 22. und 25. März auf unserer Anlage berichten.

Ein herzlicher Dank geht an alle, die dabei waren!!!

Die UEFA hatte einige Spiele an das Land Bremen vergeben und bei uns wurden die Spiele Belgien-Slowenien und Slowenien – Italien ausgetragen. Wieder eine tolle Werbung für unseren Verein und die Sportanlage.

Matthias Haase

Einladung zur Mitgliederversammlung der Fußballabteilung

Dienstag, den 25.04.2023 um 18:30 Uhr in der Vereinsgaststätte „Auszeit“

Die Tagesordnung

1. Begrüßung, Eröffnung und Anwesenheitsfeststellung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
4. Entlastung
5. Anträge
6. Neuwahlen
7. Verschiedenes

Gemäß Vereinssatzung müssen Anträge 8 Tage vor der Versammlung, der Abteilungsleitung vorliegen. Später eingehenden Anträgen muss die Versammlung die Dringlichkeit bescheinigen, damit sie behandelt werden können.

*Mit sportlichen Grüßen
Abteilungsleitung*

Großzügige Wohnungsbaugesellschaft

1. Freude bei der U 14 über neue Trikots

Die U14 freut sich, die Rückrunde in neuen Trikots bestreiten zu können.

Vielen Dank an die

BREBAU GmbH

Die Jungs haben sich über das neue Outfit sehr gefreut und sind jetzt noch motivierter ihre Ziele zu erreichen! Sie wollen nochmal besser abschneiden als in der Hinrunde und sich weiterentwickeln um den Schritt nach der Saison in die U15 und U17 zu schaffen.

Da die Staffeln komplett neu gemischt wurden, ist in der Rückrunde nach oben hin alles drin und da gehören die Jungs auch hin.

Yannik Schipke



Namen v.l.: Vorne: Marseille Konta, Taim Darwish, Welat Kilic, Amanullah Sharifi, Berkan Kara, Prusthothaman Shanthakumar, Eris Osmani, Aras Karaca

Hinten: Adin Keco, Emin Korac, Malte Spille, Gulien Stuckert, Marten Stührenberg, Sidiqullah Khoschbin, Elis Boev, Kerem Kizilay, Taim Alaia, Salih Keskin, Milan Kabir, Aram Hussein, Yannik Schipke

2. Ebenso große Freude bei den B-Mädchen

Die B-Mädchenmannschaft bedankt sich sehr herzlich bei der

BREBAU GmbH

für den neuen Trikotsatz
und die damit verbundene
Unterstützung für den
gesamten Bremer
Frauenfußball,

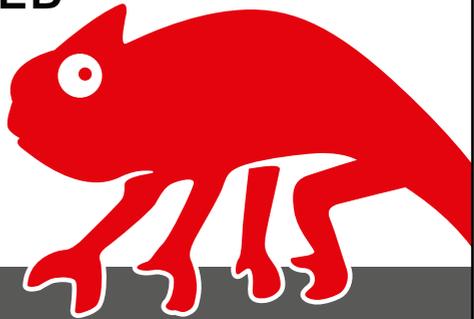
Wir freuen uns auf eine
erfolgreiche, zukünftige
Zusammenarbeit.

Björn Dopmann



PIERACH

MALEREIBETRIEB



0421.87 85 965 · www.pierach.com



TENNIS

Abteilungsleiter: Adrian Leu
Telefon: 0173-6361910
E-Mail: tennis@kometarsten.de



Kurze Vorstellung des neuen Abteilungsleiters

Mein Name ist **Adrian Leu**, ich bin 38 Jahre alt, Vater von zwei Kindern und beruflich Entwicklungsingenieur für Robotik und Automatisierung. Ich bin vor 1 Jahr zusammen mit meinem Sohn in die Tennisabteilung des TuS Komet Arsten eingetreten und habe bereits kurz nach meiner Ankunft in den Verein das Amt des stellvertretenden Abteilungsleiters übernommen.

Ich sehe nach wie vor sehr viel Potential für unsere Tennisabteilung, gegeben durch die gute Außenanlage, die tolle 3-Feld Halle, sowie die auf dem Vereinsgelände gelegenen Gaststätte. Zudem haben wir eine junge Trainermannschaft, die sich vor allem an unsere Jugend richtet. Dadurch sind optimale Konditionen gegeben, um Tennis als Vereinssport zu betreiben.

Als meine Aufgabe sehe ich es, einerseits den langjährigen Mitgliedern ihre gewohnte Umgebung zu erhalten und andererseits die Tennisabteilung attraktiver für neue, vor allem junge, Mitglieder zu gestalten. So kann das Potential voll ausgeschöpft werden und durch Wachstum kann die Zukunft der Abteilung langfristig gesichert werden.

Auf in die neue Sommersaison!

Nach dem milden Winter, der uns jedoch Mitte März plötzlich reichlich Schnee bescherte, ist es nun an der Zeit, die Tennisplätze für die Sommersaison vorzubereiten. Die Arbeiten dazu laufen im vollen Gange, sodass der Saisonauftakt am 6. Mai gleichzeitig mit dem Tag der offenen Tür unseres Vereins, stattfinden wird. In der Zeit von 11:00 – 14:00 Uhr können sich an diesem Tag Interessierte rund um den Tennissport informieren und auch gleich erste Erfahrungen auf dem Platz sammeln. Unsere Trainer werden sich kurz vorstellen und freuen sich auf schöne Ballwechsel und gute Gespräche.

Am 22. Februar fand unsere diesjährige Mitgliederversammlung statt, an der 23 stimmberechtigte Mitglieder plus ein „noch nicht“ Mitglied als Gast teilgenommen haben.

Der alte Vorstand wurde einstimmig entlastet und ebenfalls einstimmig wurde die neue Mannschaft gewählt:

- **Abteilungsleiter – Adrian Leu**
- **2. Abteilungsleiter – Volker Sassenberg**
- **Sportwart – Wolfgang Keller**
- **Stellv. Sportwart – Maik Dreier**
- **Jugendwart – Andreas Witte**
- **Kassenwarte – Nicole & Marc Hasenbein**
- **Arbeitsdienstleiter – Hans-Dieter Held**

Zudem wurden einige Neuerungen vorgestellt, die auch auf unserer Website nachgelesen werden können. Die Tennisabteilung wird einerseits den langjährigen Mitgliedern wie gewohnt die einfache Platznutzung ermöglichen. Andererseits möchte die neue Abteilungsleitung unseren Tennissport weiter in die Öffentlichkeit tragen und vor allem

für junge Mitglieder und Gäste attraktiver werden. So wird es in der Sommersaison 2023 möglich sein, auch für Gäste, einen Sandplatz unkompliziert über BookAndPlay zu buchen, ähnlich wie es schon seit Jahren in der Halle möglich ist. Für Mitglieder handelt es sich dabei um eine kostenlose Reservierung, während Gäste einen Gästebeitrag für die Nutzung des Platzes bezahlen werden.

Ebenfalls neu ist die Instagram Seite der Tennisabteilung, über die man über Aktuelles informiert wird. Alle, denen der Tennissport im Bremer Süden ans Herz gewachsen ist, sind herzlich eingeladen, unserer Abteilung zu folgen: https://www.instagram.com/tennis_tka/

Auch in dieser Saison haben wir zwei Jugendmannschaften gemeldet: Junioren B und Juniorinnen C. Zudem ist es geplant, nach längerer Zeit wieder ein LK-Turnier auf unseren Plätzen auszutragen. Mehr Informationen dazu werden auf Instagram, sowie auf unserer Website zu gegebener Zeit veröffentlicht.

Adrian Leu

Zum Schluss noch ein paar Impressionen vom Winter und von unserer Anlage





BADMINTON

Abteilungsleiter Holger Schöttmer
Telefon 01520 29 55 620
E-Mail: badminton@tuskometarsten.de



Eine Saison, mit der man zufrieden sein kann

Es lief nicht alles optimal in dieser Saison, doch können wir mit den Endergebnissen zufrieden sein. Unsere **1. Mannschaft** schafft den Klassenerhalt, obwohl es nach der Hinrunde noch um einen Platz nach unten ging und man die Saison auf dem 5. Tabellenplatz beendete. Die **2. Mannschaft** ist noch nicht am Ziel. Um den Klassenerhalt zu schaffen müssen die Relegationsspiele der Aufstiegsrunde am 19. März gewonnen werden. Die **3. Mannschaft** hatte etwas mit krankheitsbedingten Ausfällen zu kämpfen und konnte nicht immer in Vollbesetzung antreten. Insgesamt sind die Spielerinnen und Spieler aber zufrieden mit dem Abschnelden auf dem 6. Tabellenplatz.

Unsere Jugend wird Meister

Absolut souverän wurde unser Jugendmeister mit keinem einzigen verlorenen Spiel Meister in der Verbandsliga. Ein super Ergebnis auf das die Spieler und Spielerinnen stolz sein können. Überglücklich nahmen sie am letzten Spieltag den Pokal entgegen.



In der Konkurrenz Schüler U15 hatten wir 2 Mannschaften mit PSV und BTS Neustadt am Start. Die S1 konnte in der Rückrunde erfolgreich den 2. Tabellenplatz verteidigen. Für die S2 reichte es am Ende nur für den 7. und damit leider letzten Tabellenplatz. Trotzdem freuten sich auch unsere jüngsten Nachwuchstalente am Spielbetrieb.

Basti gewinnt D-Ranglisten Turnier

Den letzten Spieltag verpasste Sebastian Albrecht, da er zeitgleich bei einem D-Ranglisten-Turnier in Salzgitter startete. Die Entscheidung für das Turnier war die Richtige: in einem umkämpften Drei-Satz-Spiel konnte er sich gegen den an Eins gesetzten Gegner durchsetzen und stand so am Ende ganz oben auf dem Treppchen.



Herzlichen Glückwunsch!!

Birgit Guhl

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



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

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



Werbe Habenhausen www.werbegemeinschaft-habenhausen.de

Gelbaum BAUMPFLEGE

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

Telefon: 0421 437358 • gelbaum-baumpflege@gmx.de
www.gelbaum-baumpflege.de

LOTTO Fischers Läden
Inhaberin: Brigitte Wollmer

Zeitschriften - Tabakwaren - Holzdamen 150
Süßigkeiten - Geschenke - 28279 Bremen
Büroartikel - Grußkarten - Telefon: 830 58 81

Praxis für physikalische Therapie

Tel. 0421-83 73 30

Hakenbuscher Dammstraße 2, 28279 Bremen, Fax: 0421 34731 92

GEBÄUDEREINIGUNG
von **UHRNER**
MEISTERBETRIEB

Fornschmidt 29, 28279 Bremen
Tel. 04 21 - 83 12 65
Mobil 01 72 - 4 21 82 99

Ihre Ansprechpartnerin für
Print- und Onlinewerbung

Christina Jöllen
Werbungssachverständige

0421 36 71 400
95,7700000 Bremerhaven/Lehrer.de

Musikschule und
Musik-Minichorverein
e.V. Erlener Höhe

Cappella della musica
essa della musica

Brentenweg 10, 21 Habenhausen, Leichter 281, 28279 Bremen
Tel. 0421-4332160 • www.cappelladellamusica.de
Facebook: www.facebook.com/cappelladellamusica

Dreiers & Klötzer
Raumausstattung

www.dreiers-klotzer.de
Tel. 0421 8 39 96 90 • Bremen Habenhausen

Goldschmiedewerkstatt
Hoops

Joachim Hoops GmbH
Holzdamm 170
☎ 04 21 / 83 27 27

Warneke + Schulz
Bad + Heizung

☎ 823339

Amor-Förster-Str. 12 • 28279 Bremen • E-Mail: info@warneke-schulz.de
warneke-schulz.de

Qualität und Frische
aus Meisterhänden

RASCH Holzdamen 145
MEISTERBETRIEB 28279 Bremen
T 0421-831981

DADEGO
www.dadego.de Bedachung

Fritz-Thiele-Str. 2 • 28279 Bremen • Fax 0421/83692-0

BALKAN-HÜTTE
Jugoslawisches Restaurant

Landsauer Weg 14 • 28279 Bremen
Erbsen (0421) 83 31 34
www.balkan-huette.de

Vereins-Treff
Habenhausen

Brenten Sie sind
Brennereiweg 28 • 28279 Bremen
Tel. 84 21 183 0373 • www.habenhausen-vereinstreff.de

PIERACH
MALERBETRIEB

0421.8785965 • www.pierach.com

DIE FELDBLUME
Flussstraßenreinigung

Telefon 0421-89944344 • www.diefeldblume.de

Mobile Fußpflege Angela Georgy

Bentli-Brecht-Weg 17 • 28279 Bremen
Tel. 0421/8543991 • Mobil 0151/19078611
Fax 0421/8388781
E-Mail: angela.georgy@t-online.de

Vitalstoffberaterin • Hausbesuche

Allianz **Jens Schmidt**

Alfred-Faust-Str. 17 c
28277 Bremen, Tel. 83 67 3100

Ihre OVB

OVB Vertretung
Giuseppe Carra
Arlanderdam 71a • 28277 Bremen
Tel. 0421 876664 • Fax 0421 875445
www.ovb.de/german/german
carra@ovb.de

Sehr verlässlich

gemeinschaft habenhausen-arsten e.V. inschaft-habenhausen-arsten.de

PLANUNGSBÜRO AGHASSI

Projektiert - Planung - Energetische Sanierung

Dipl.-Ing. Architekt

☎ 04 21 / 333 10 33 - ☎ 0172 / 605 83 66

E-Mail: planungsbuero-aghassi@netel.net



Ing. Helmut Schalich - Elektroinstallateurmeister
Tel. 0421 832920 - Mobil 01 72 4201402 - Fax 04 21 8346 11
khalich@khalich-technik.de - Notdienst 24h - 28279 Bremen



Tel. 0421 835728-3

www.physiotherapie-koschade.de



Elektro Oelckers GmbH & Co. KG
Tegelfenerstraße 10 - 28279 Bremen
Tel. 0421 / 831821 - www.elektro-oelckers.de



PHONE: 0176 80174972



Arsterdamm 150 • 28279 Bremen
☎ 82 44 22



Telefon 0421 809543



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



Arsterdamm 136 - 28279 Bremen
Tel. 04 21 - 82 55 77 - Telefax 0421-8301802
www.apotheke-arsten.de



Uwe Haßelmann
28279 Bremen - Friedrich-Engels-Straße 5
Telefon 04 21 / 82 19 55 - Fax 04 21 / 82 45 72



Beratung auch bei Ihnen zu Hause möglich.
Obernstraße 4 - 28279 Bremen-Habenhausen,
Tel. 0421 / 83 20 50, www.albrecht-duerer-apotheke.de



Thoran Küsel
Hermann-Hellweg-Str. 4 • 28279 Bremen
Tel. 0421 879 49 800 • E-Mail: info@thokutoys.de
www.thokutoys.de



Habelborn 49 a
D-28279 Bremen
Habe 0421 222 44 28 615
fuhrmann@vms-technik.de



Würden 26 - 28279 Bremen - Tel.: 0421/82 80 860



Spemann - Spiel - Gesundheits - Kunst
Weiterbildung - Sportler - Kultur
In der Tübke 11 - 28279 Bremen
Telefon: 0421-88 82 86 75
E-Mail: arsterfreizeit@aol.com



www.hoergeraetezentrum-bremen.de



www.auric.de





HUNDESPORT

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



Agility-Turnier in Uplengern

Am Samstag den 25.02.2023 haben die Steener Hopes's zu Ihren alljährlichen Agility Winterhallen Turnier in Uplengern eingeladen.

2 Teams aus unserer Agility-Gruppe sind dieser Einladung gefolgt.

Heike und Fienchen hatten Ihren ersten Start in der 3.

Beide startenden Teams waren

erfolgreich und haben sich einen 2. und einen 3. Platz erlaufen können und somit weitere wichtige Qualis zum Klassenerhalt in der 3 gesammelt.

Es war wiederum eine sehr schöne runde Veranstaltung vielen Dank an das Team der Steener Hope's!

Agility in Lübbecke

Am Samstag sind zwei Teams nach Lübbecke zum Agilityturnier in die Hundesport Akademie Westfalen (HAW) gefahren.

Sabine und Pino konnten sich im Jumping 1 mit einem fehlerfreien Lauf den zweiten Platz sichern.

Gerd und Jojo haben mit jeweils einem fehlerfreien zweiten Platz im A-Lauf und im Jumping die letzten Qualis für den Aufstieg in die A3 geschafft.



Unser Angebot für Euch:

**Welpentreff* • Erziehungskurse* • Basistraining*
Agility • Obedience • Rally Obedience • Hoppers
Turnierhundsport • Gebrauchshundsport**

**keine Vereinsmitgliedschaft notwendig*

**Trainingszeiten im Internet unter:
www.tuskometarsten-hundesport.de**



LEICHTATHLETIK

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



Der „Vielseitige“ aus der Leichtathletik zeigt auch andere Stärken

Schon seit einigen Jahren ist Mike Schwenke (25) bei den Special Olympics Wettkämpfen wegen seiner Schnelligkeit in der Leichtathletik aufgefallen. Immer wieder wurde er gefragt, ob er sich nicht mal im Schneeschuhlaufen ausprobieren möchte. Und jedes Mal war die Entscheidung „Irgendwann mal“.

Nun war es endlich soweit. Nachdem Mike das erste Mal im Dezember bei uns im Stadion auf Schneeschuhen stand, ging es noch sehr zögerlich voran. Doch schon in der 2. Trainingseinheit auf dem Rasen lief er wie ein „Duracell-Hase“. Nachdem ein Trainingsvideo von Spezialisten für Schneeschuhlaufen gesehen wurde, kam sofort ein Anruf, dass sich Mike unbedingt für einen Ausscheidungswettkampf für die Nationalen Winterspiele 2024 anmelden soll. Zudem sollte er sich nicht für die Anfängerstrecke sondern gleich für die 100m und 200m Strecke melden, da er sonst aufgrund seiner Schnelligkeit sofort aus der Gruppe rausfliegen würde. In einem Kurzurlaub im Harz lief Mike dann wenigstens ein Mal im Schnee, bevor es dann Ende Januar nach **Bad Tölz** (Bayern) ging. Im **100m** Sprint steigerte Mike sich von 22,01 Sek. in der Klassifizierung auf 19,88 Sek. im Finale und sicherte sich damit im ersten Wettkampf die **Goldmedaille**.

Im **200m Finale** verbesserte er seine Klassifizierungszeit um fast 5 Sek. auf 46,70, und errang damit die **Silbermedaille**. Außerdem holte er sich mit einer spontan zusammengestellten Staffel über 4x400m noch einmal mit seiner **Mannschaft eine Silbermedaille**.



Da ihm der Wettkampf sehr viel Spaß gemacht hat, hat er gleich noch einmal Anfang März an einem Ausscheidungswettkampf in **Oberhof (Thüringen)** teilgenommen, um seine Chancen an der Teilnahme der Nationalen Winterspiele 2024 zu erhöhen. Und tatsächlich ging dieser Plan auf. Auch hier startete Mike wieder über die **100m** und über die 200m. Über die 100m blieb er mit 19.96 Sek. im Finallauf knapp unter seiner Leistung in Bayern. Dafür verbesserte er sich auf der **200m** Strecke auf 44.10 Sek. Mit diesen beiden Finalläufen erkämpfte sich Mike **jeweils die Goldmedaille**.

Bei der **4x100m Staffel** war Mike durch seine Schnelligkeit ein gern gefragter Athlet. Er wurde gebeten, die Staffel aus Sachsen Anhalt aufzufüllen. Und mit dieser gewann er doch tatsächlich noch einmal eine **Goldmedaille**.

Als Fazit dieser sehr erfolgreichen Schneeschuhlauf-Wettbewerbe ist fest zu halten, dass nichts mehr gegen die Teilnahme an den Nationalen Winterspielen im Januar 2024 in Oberhof (Thüringen) spricht. Die Bewerbung hierfür wurde bereits abgeschickt.

Sandra Schwenke



MEISTERBETRIEB

Polsterei
Bodenbeläge
Gardinen
Sonnenschutz
Yacht- &
Bootsausstattung
Matratzen
Schaumstoffe



Drewes & Klatte
Raumausstattung

www.drewes-klatte.de

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

SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

Sportangebote für Kinder aller Sparten außer und unabhängig der Sparte Turnen/ Fitness/Gesundheit.

Wir haben unsere Sportangebote für Kinder nach Sportarten gegliedert und in übersichtlicher Form dargestellt.

So müssen Eltern, die nach einer Sportart für ihre Kinder suchen, sich nicht erst durch alle Abteilungen klicken, sondern können auf einer Seite alle Angebote für ihren Nachwuchs finden.

Fußball

| | | | |
|----------|--------------------|------------------|--------------------------|
| G-Jugend | Sa. 09:00-11:00 | Egon-Kähler-Str. | Christian Zientek + Team |
|----------|--------------------|------------------|--------------------------|

Ältere Kinder: Kontakt Tel. 828202-14 oder fussball@tuskometarsten.de

Handball

| | | | |
|---------------------------|--|------------------------------------|---|
| Ballspielgruppe 4+5 Jahre | Fr. 16:15-17:15 | Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle | Maxi Remer + Andrea Schwarzer |
| Jahrgang 2016 | Fr. 17:15-18:30 | Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle | Maxi Remer |
| Jahrgang 2015 | Fr. 15:00-16:15 | Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle | Mia Albers + Yara Kriewitz |
| Jahrgang 2014 | Fr. 15:00-16:15 Fr. 16:15-17:30 | Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle | Jantje + Lilith Uhlenberg Vanessa Dohrmann + Sharline Zurkuhle |

Judo

| | | | |
|------------|--------------------|---|----------------|
| 3-6 Jahre | Sa. 12:00-13:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Alisa Reinhold |
| 6-8 Jahre | Mo. 17:00-18:45 | Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der Volkshochschule | Alisa Reinhold |
| 9-14 Jahre | Fr. 18:00-19:45 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Alisa Reinhold |

SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

Ju Jutsu

| | | | |
|------------|----------------------|-----------------------------------|------------------|
| 5-7 Jahre | Sa. 10:30 - 12:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Christoph Buck |
| ab 8 Jahre | Mo. 18:00-19:30 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Jan-Philipp Koll |

Leichtathletik

| | | | |
|--------------------------------|--------------------|--|---------------------------|
| Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre | Mo. 16:00-17:00 | Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle | Leni Kavun + Jette Deicke |
| Spiel-Leichtathletik 8-9 Jahre | Mo. 17:00-18:00 | Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle | |
| Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre | Do. 16:00-17:00 | Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle | Leni Kavun + Jette Deicke |
| Spiel-Leichtathletik 8-9 Jahre | Do. 17:00-18:00 | | |

Badminton

| | | | |
|------------|--------------------|--------------------------------|-----------------------|
| ab 6 Jahre | Mo. 18:00-20:00 | Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle | Tanja + Sven Bischoff |
|------------|--------------------|--------------------------------|-----------------------|

Basketball

| | | | |
|-------------|--------------------|--------------------------------|---------------|
| ab 10 Jahre | Mo. 18:00-19:00 | Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle | Danny Petzold |
| | Mi. 17:00-18:00 | Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle | Danny Petzold |

Karate

| | | | |
|------------|--------------------|-----------------------------------|------------------|
| ab 8 Jahre | Di. 18:00-20:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Christian Umbach |
|------------|--------------------|-----------------------------------|------------------|

Ringen

| | | | |
|------------|-------------------|---|-----------------------------|
| ab 7 Jahre | Do 17:30-19:00 | Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der Volkshochschule | Amin Alinejad + Hadi Jahani |
|------------|-------------------|---|-----------------------------|

Tennis

Kontakt: Paul Walden (E-Mail: p-k-m-p@gmx.de; Telefon über die Geschäftsstelle)

Tischtennis

| | | | |
|------------|--------------------|------------------------------------|------------------|
| ab 8 Jahre | Do. 18:00-19:00 | Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle | Andreas Prochnow |
|------------|--------------------|------------------------------------|------------------|



TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT

Abteilungsleiterin Birte Scheil
0421 82 82 02-11 (Geschäftsstelle)
E-Mail: turnen@tuskometarsten.de



Hallo liebe Sportinteressierte,

in dieser Ausgabe möchten wir euch über Neuigkeiten aus unserer Sparte informieren. Mit einem Mangel an Übungsleiter/innen und einer langen Warteliste fürs Kinderturnen sind wir ins neue Jahr gestartet. Die Abteilung Turnen/Fitness/Gesundheit konnte in den letzten Monaten einige neue Übungsleiterinnen für sich gewinnen.

Zwei davon, nämlich **Tina und Sabrina**, haben zwei von unseren vier neuen Kursen für Kinder übernommen. Beide möchten sich euch in dieser Ausgabe am Ende des Beitrages gerne vorstellen.

Seit Februar gibt es montags in der **Turnhalle der Grundschule am Korbhauser Weg** zwei weitere Kinderturngruppen für 3-6 Jährige, mit der wir die lange Warteliste um einiges verkleinern konnten. Die erste Gruppe von 16:00 - 17:00 Uhr hat bereits **keine freien Plätze** mehr. In der zweiten Gruppe von 17:00 - 18:00 Uhr sind Kinder im Alter von 3-6 Jahren aber herzlich zum Schnuppern eingeladen. Kinder, die Interesse haben, können sich gerne über unsere Mail-Adresse ankündigen.



Als weiteres neues Angebot gibt es seit Februar in der **Mehrzweckhalle am Korbhauser Weg** immer mittwochs zwei Stunden Move & Fun für 5-7 Jährige. Move&Fun ist ein Bewegungs- und Spielangebot, bei dem wir spielerisch die Koordination, Motorik sowie die Teamfähigkeit und Bereitschaft für Kooperation fördern wollen. Die zwei Kurse finden mittwochs jeweils von 16:30 -17:30 Uhr sowie von 17:30 - 18:30 Uhr statt. In beiden Stunden sind aktuell noch freie Plätze verfügbar. Neue Kinder sind herzlich willkommen.

Bei Interesse an einer der neuen Stunden schreibt gerne eine E-Mail an turnen@tuskometarsten.de

Aktuell suchen wir noch nach einer Übungsleitung für das Eltern-Kind-Turnen am Donnerstagnachmittag, um einen weiteren neuen Kurs anzubieten und auch hier die Warteliste zu verkleinern. Falls du Lust und Zeit hast und jemanden kennst, melde dich gerne bei uns. Außerdem suchen wir auch nach einer zweiten Übungsleitung für unser Move & Fun-Angebot am Mittwochnachmittag.

Alle Kurse stehen auch auf unserer Homepage www.tuskometarsten.de unter den Rubriken „Sportangebote“ „Turnen/Fitness/Gesundheit“ und „Kurse/Reha/Sport“ sowie auf unserer App.

*Viele Grüße
Birte, Marina und Kathy*

Nun wollen sich, wie angekündigt, zwei unserer neuen Übungsleiterinnen fürs Kinderturnen, Tina und Sabrina, kurz vorstellen:

Ich heiße **Tina Doebler** und bin 34 Jahre alt. Als gelernte Sport- und Fitnesskauffrau habe ich Erfahrungen im Reha-Sport, Orthopädie, Fußball und im Bereich Turnen im Altersbereich Baby bis 6 Jahren sammeln können. Aktuell leite ich Kindergartengruppen und Kinderturngruppen und freue mich darauf, in Zukunft weitere Angebote aufzubauen.



Tina



Sabrina

Mein Ziel ist es, Menschen mit gesundheitsorientierten Angeboten zu zeigen, wie wichtig es ist, etwas für ihre Gesundheit und Entwicklung zu tun. Ich möchte für jung und alt meine Leidenschaft für den Sport und den Spaß an Bewegung vermitteln.

Mein Name ist **Sabrina Brandt**, ich bin 33 Jahre alt und Mama von 2 fröhlichen Mädchen. Ich bin gelernte Krankenschwester und habe viele Jahre leidenschaftlich gerne Handball gespielt. Ich bin im Februar als Übungsleiterin im Turnbereich gestartet und freue mich, meine kreative, freundliche und herzliche Art jeden Montag beim Kinderturnen einzubringen.

Angebote Turnen / Fitness / Gesundheit

Turnen Kinder

| | | | |
|--|-----------------|------------------------------------|-------------------------------|
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Mo. 16:00-17:00 | Grundschule (GS) Korbhauser Weg | Tina Doebler + Sabrina Brandt |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Mo. 17:00-18:00 | GS Korbhauser Weg | Tina Doebler + Sabrina Brandt |
| Krabbelgruppe ab 3 Monate | Di. 09:30-10:15 | Egon-Kähler-Str. Krabbelstübchen | Katharina Kiese |
| Kinderturnen 1-3 Jahre mit Eltern/Großeltern | Di. 10:00-11:00 | Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle | Katharina Tiedje |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Di. 16:00-17:00 | GS + Mehrzweckhalle Korbhauser Weg | Diane Günther |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Di. 16:00-17:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Hille Alken + Lena Saad |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Di. 17:00-18:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Hille Alken + Lena Saad |
| Mädchenturnen 7-11 Jahre | Mi. 15:30-17:30 | GS Korbhauser Weg | Kathy Siemer |
| Move & Fun 4 Kids (5-7 Jahre) | Mi. 16:30-17:30 | Mehrzweckhalle Korbhauser Weg | Birte Scheil + n.n. |

| | | | |
|--|-----------------|------------------------------------|----------------------------------|
| Move & Fun 4 Kids (5-7 Jahre) | Mi. 17:30-18:30 | Mehrzweckhalle Korbhauser Weg | Birte Scheil + n.n. |
| Kinderturnen 1-3 Jahre mit Eltern/Großeltern | Mi. 17:00-18:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Alexandra Hammermeister |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Do. 16:00-17:00 | GS Korbhauser Weg | Birte Scheil |
| Kinderturnen 1-3 Jahre mit Eltern/Großeltern | Do. 17:00-18:00 | GS Korbhauser Weg | Birte Scheil |
| Kinderturnen 1-3 Jahre mit Eltern/Großeltern | Fr. 09:00-10:00 | GS Korbhauser Weg | Petra Jourdan |
| Kinderturnen 1-3 Jahre mit Eltern/Großeltern | Fr. 16:00-17:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Marina Streppel |
| Tanzen und Bewegung 3-6 Jahre | Fr. 16:30-17:30 | Kita Engelkestr. (Habenhausen) | Diane Günther |
| Kinderturnen 3-6 Jahre | Fr. 17:00-18:00 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Marina Streppel |
| Jungenturnen 6-9 Jahre | Sa. 10:00-11:00 | GS Korbhauser Weg | Andreas Vroom |
| Turnen Erwachsene | | | |
| Herzsport für Erwachsene ohne Verordnung | Mo. 18:45-20:00 | GS Buntentorsteinweg | René Brünings |
| Fitness für Frauen | Mo. 19:00-20:30 | GS Korbhauser Weg | Britta Conrad |
| Senioren sport 60+ | Di. 10:00-11:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| Fit in den Tag für Frauen 60+ | Di. 11:00-12:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| Aerobic/Fitness für Frauen | Di. 18:45-20:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Anja Kies |
| Gymnastik für Frauen 60+ | Mi. 09:30-10:45 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Brigitte Puvogel |
| Ganzkörpergymnastik für Männer&Frauen 50+ | Mi. 17:30-18:15 | GS Korbhauser Weg | Jutta Schmidt |
| Prellball | Mi. 18:15-19:00 | GS Korbhauser Weg | nn |
| Fitness für Frauen 45+ | Mi. 19:00-20:00 | GS Korbhauser Weg | Christina Wessels |
| Gymnastik + Ballspiele für Männer 35+ | Mi. 20:00-22:00 | Egon-Kähler-Str. 3-Feld-Halle | Andreas Vroom |
| Fitness + Gymnastik für Frauen | Do. 09:00-10:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Marion Lentz |
| Turnen, Gymnastik + Volleyball für Männer | Do. 18:00-20:00 | Egon-Kähler-Str. 3-Feld-Halle | Kurt Ewert + Bernd Luxenhofer |
| Gymnastik für Frauen | Do. 19:00-20:15 | Turnhalle GS Alfred-Faust-Str. | Karin Müller |
| Männerturnen 50+ | Fr. 19:30-21:30 | Gymnasium L. d. W. kleine Halle | Karl Haugke-Ast |

| Prävention (Kurse) | | | |
|--------------------------------|-----------------|----------------------------------|--------------------------------------|
| Präventives Haltungstraining | Mo. 18:00-19:00 | GS Korbhauser Weg | Marlies Pooß |
| Zumba | Mo. 18:15-19:15 | Gymnasium L. d. W. kleine Halle | Sabrina Helms |
| Ganzkörpertraining | Di. 10:00-11:00 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Katrin Hessenkemper/ Christa Kühn |
| Gymnastik 60+ | Di. 15:30-16:30 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Karin Müller |
| Rückenfit und -relax I | Di. 17:30-18:15 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Petra Scheithauer |
| Rückenfit und -relax II | Di. 18:30-19:15 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Petra Scheithauer |
| Rückengymnastik | Mi. 08:45-09:45 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Martina Struß |
| Rückengymnastik | Mi. 09:45-10:45 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Martina Struß |
| Pilates | Mi. 18:00-19:00 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Doris Rogmann |
| Pilates | Mi. 19:15-20:15 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Doris Rogmann |
| Vitalgymnastik 60+ | Do. 09:30-10:30 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Karin Müller |
| Vitalgymnastik 65 + | Fr. 09:30-10:30 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Karin Müller |
| Nordic Walking | Fr. 09:30-10:30 | Egon-Kähler-Str. Stadion | Maren Hoops |
| Stressreduktion (Kurse) | | | |
| Yoga | Mo. 17:15-18:45 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Gerda Stolte |
| Yoga | Fr. 18:15-19:45 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Rita Sürken |
| Qi Gong | Do. 10:45-11:45 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Maren Hoops |
| Qi Gong | Do. 19:00-20:00 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Maren Hoops |
| Qi Gong | Fr. 11:15-12:15 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| Reha-Sport | | | |
| Herzsport | Mo. 20:00-21:30 | GS Buntentorsteinweg | René Brünings |
| Lungensport | Mo. 12:15-13:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| | Di. 09:00-09:45 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |

| | | | |
|---------------------------------|-----------------|-------------------------------|---------------------|
| Polyneuropathie & Gleichgewicht | Di. 11:00-11:45 | Egon-Kähler-Str. 3-Feldhalle | Katrin Hessenkemper |
| Krebsnachsorge | Di. 12:15-13:00 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Katrin Hessenkemper |
| Reha-Orthopädie | Mo. 11:30-12:15 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| | Mo. 19:15-20:00 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Barbara Joseph |
| | Do. 10:15-11:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Doris Rogmann |
| | Do. 12:15-13:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Maren Hoops |
| | Do. 17:30-18:15 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Doris Rogmann |
| Reha-Orthopädie im Sitzen | Do. 11:15-12:00 | Korbhauser Weg Mehrzweckhalle | Doris Rogmann |
| Long-/Post-Covid (auf Anfrage) | Mi. 17:00-17:45 | Egon-Kähler-Str. Parkettraum | Doris Rogmann |

Wichtig: Mit einer ärztlichen Verordnung entstehen für die Reha-Sportangebote keine Kosten!

**Anmeldung /
Informationen**

Geschäftsstelle TuS Komet Arsten Egon-Kähler-Str. 145
 Öffnungszeiten: mo. + do. 15:30 - 18:30
 Telefon: 0421/828202-11/15 - E-Mail: info@tuskometarsten.de

Du magst Kinder und bist mind. 14 Jahre alt? Dann unterstütze uns gerne nach der Schule beim Kinderturnen.

Du hast Interesse Übungsleiter*innen für das Kinderturnen (1-3 Jahre + 3-6 Jahre) und Krabbelgruppen (3-12 Monate)

am Vormittag und Nachmittag zu sein? Wir freuen uns wenn du Kontakt zu uns aufnimmst. Eine Übungsleiter-Lizenz ist nicht zwingend erforderlich.

Weihnachtsfeier der Donnerstagsturner

Zur obligatorischen Weihnachtsfeier fanden sich am Donnerstag, 22. Dezember die Turner mit ihren Leitern Bernd Luxenhofer und Kurt Ewert in der Vereinsgaststätte Auszeit ein.

Natürlich wurde vorher noch während der Turnstunde tüchtig geschwitzt und sich Appetit für das anschließende Weihnachtsessen geholt.



Nicht nur das ausgezeichnete Grünkohlessen mit allen Drum und Dran sondern auch der liebevoll geschmückte Weihnachtsbaum hatte es den Turnern besonders angetan.

Ralf Lüdeker

Vitalgymnastik 65+ bei Karin Müller

Immer wieder freitags um 9.30 Uhr treffen sich Senioren, um sich bei Karin Müller fit zu halten. So geht es auch mir und etlichen andern.

Das sehr abwechslungsreiche Trainings-Programm von Karin heizt uns schon ganz schön ein. Die gute Stimmung in der Runde macht das Beugen und Strecken leichter und eben auch unseren Körper vitaler. Wenn es den inneren Schweinehund nicht gäbe, könnte Man/Frau es auch zu Hause machen. Aber so fällt es uns leichter, uns in mehr oder weniger sportlicher Runde zu bewegen. Der Freitag ist somit ein fester Termin, in der terminlosen Zeit eines etwas älteren Menschen.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass es bei weitem keine verlorene sondern eine gesundheitsfördernde Zeit ist!

Als Teilnehmer an diesem Fitmachkurs habe ich beim Zirkel-Training mal ein paar Schnapsschüsse gemacht.

Dieter Oehlke





JU-JUTSU

Abteilungsleiter
Jan-Philipp Koll
Telefon: 0421-69 67 88-0
E-Mail: jujutsu@tuskometarsten.de



Liebe Freunde unseres Sports,

das neue Jahr konnten wir wieder mit vielen neuen interessierten Sportlerinnen und Sportlern starten. Unsere Abteilung ist auf fast 50 Mitglieder gewachsen. Vor allem das Kindertraining findet regen Zulauf. Das Erwachsenentraining findet seit Januar montags und mittwochs abends statt.

Sportler jeden Alters und jedes Fitnesslevels sind herzlich willkommen.

Wir freuen uns sehr, dass Melvin Kloska und Mark Bergjürgen Anfang Februar mit ihren Judo-Graduierungen die Anerkennungs-Prüfungen für den 2. Kyu Ju- Jutsu (Blaugurt) absolvieren konnten. Beide bewiesen Technikenkenntnis, überzeugende komplexe Leistung und zeigten effiziente Techniken in allen Bereichen von Selbstverteidigung bis Wettkampf. Melvin und Mark unterstützen jetzt unser Trainerteam.



Unser Spartenleiter Philipp Koll war auf Einladung des Trainers Hagen Steinhauer (1. Dan Judo), beide trainierten vor 20 Jahren Judo beim TuS Rotenburg, zum Judo Training beim PSV Bremen, da die dortigen Judokas Interesse an Selbstverteidigungstraining haben.

Philipp zeigte Anwendungsformen von Judotechniken im Bereich der SV mit notwendigen Anpassungen. Das Training wurde durch kleine Randori-Spiele und Stressdrills immer wieder in Anwendung und Erprobung gebracht. Die Judoka waren mit Begeisterung dabei, haben ordentlich geschwitzt und hatten viel Spaß, so macht es auch einem Trainer Freude. Die Zusammenarbeit mit dem PSV wird als Trainertausch etabliert und wir freuen uns auf einen Gegenbesuch von Hagen Steinhauer.

Ju-Jutsu beinhaltet alle Distanzen des Kämpfens und enthält Schlag- und Trittschläge, Wurftechniken, Haltegriffe, Hebel- und Würgetechniken. Im Training werden Körpergefühl, Koordination, Kraft und Ausdauer geschult. Wir trainieren nicht nur mit dem Schwerpunkt auf Techniken für Gürtelprüfungen, sondern auch die Anwendungen der Techniken vor allem im Bereich Selbstschutz.



Training in der Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Str.

- Für Kinder von 5 bis 7 Jahren samstags von 10:30 bis 12:00 Uhr
- Für Kinder von 8 bis 14 Jahren montags von 18:00 bis 19:30 Uhr
- Für Erwachsene montags von 19:30 bis 21:30 Uhr und mittwochs von 18:00 bis 20:00 Uhr

Fragen oder Anmeldungen werden gerne unter jujutsu@tuskometarsten.de entgegen genommen.

Christoph Buck



HANDBALL

Abteilungsleitung: Björn Wendel
Telefon: 01511 1334046
E-Mail: handball@tuskometarsten.de



Handball im TuS Komet Arsten – Quo Vadis?

Die Saison neigt sich für einige Mannschaften schon dem Ende zu, für andere wird sie noch bis in den Mai hinein andauern. Da einige Tabellenstände noch ziemlich knapp sind, kann man noch kein abschließendes Resümee ziehen, ohne dass man in einigen Fällen falsch liegen würde.

Darum möchte ich an dieser Stelle einfach einmal den Ist-Zustand beschreiben und einen möglichen Ausblick auf die kommende Saison geben.

Schön ist es, dass der **Jugendbereich** sowohl im weiblichen, als auch im männlichen Bereich durchgehend besetzt ist. Der Mini-/Maxibereich erfreut sich weiterhin einem unbremsten Zulauf.

Die **Seniorenteams** bestehen zurzeit aus drei Damenteams, wobei die 1. Damen Chancen auf den Aufstieg in die Oberliga und die 2. Damen als Tabellenzweiter in die Landesliga aufsteigen könnte.

Die neu gegründete **1. Herrenmannschaft** ist momentan das Phänomen im Bremer Handball, eine Mischung aus erfahrenen Spielern in Kombination mit jungen Handballern aus unserer eigenen Jugend. Da der Neuaufbau in der untersten Liga (Stadtliga B) losgehen musste, ist es phantastisch zu sehen, dass bei Heimspielen durchschnittlich über 100 Zuschauer für Stimmung sorgen. Eine Zahl, über die sich viele Vereine, auch in höher klassierten Ligen, extrem freuen würden. Als Schiedsrichter im überregionalen Bereich weiß ich, wovon ich spreche.

Der Neuanfang ist gemacht, ich würde mir eine weiterhin so tolle Entwicklung wünschen.

• 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
www.elektro-oelckers.de



Bevor ich es vergesse gilt ein besonderer Dank Torsten Uhlenberg, der es als Schiedsrichterwart geschafft hat, über 10 neue Jungschiedsrichter auszubilden und durch die Prüfung zu begleiten. Eine Zahl die wieder einen Maßstab für den Bremer Handball setzt.

Kommen wir zu den Herausforderungen, welche wir momentan meistern müssen.

Um weiterhin eine Plattform für Breitensportler*innen, als auch leistungsorientierte Handballer*innen anbieten zu können, bedarf es einer Vielzahl von Dingen.

Zuallererst brauchen wir entsprechend qualifizierte Menschen, um alle Mannschaften zu betreuen. Aufgrund unserer Altersstruktur, und dem Ausscheiden einiger langjähriger Trainer*innen, arbeiten wir momentan daran, die Saison 2023/24 vorzubereiten. Der Jahresanfang ist hierbei immer etwas hektisch.

Bezogen auf die Altersstruktur fehlt uns momentan das „Mittelalter“, soll heißen, Handballer*innen, die evtl. selber nicht mehr im Spielbetrieb sind, ggf. selber schon Kinder haben und somit Zeit und Interesse haben, die Arbeit in TuS Komet Arsten fortzuführen.

Hier bitten wir um Mithilfe, da man ein solches Engagement nur sehr bedingt durch externe Zugänge abfedern kann. Freiwillige also gerne vor, die Kontaktdaten findet Ihr hier in den Vereinsnachrichten.

Kommen wir zum zweiten Punkt, das liebe Geld. Ja, man kann es kaum noch hören, alles wird teurer, so auch der Sport.

Die Summen, welche für Hallenmiete, Übungsleiter, Schiedsrichter, Verbandsabgaben usw. aufgebracht werden müssen, können nicht alleine durch Mitgliedsbeiträge aufgefangen werden. Jedes Jahr muss ein 5-stelliger Betrag durch Spenden, Sponsoren



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



und ehrenamtliches Engagement (z.B. das Handballwochenende / Frühschoppen) erwirtschaftet werden. Im TuS Komet Arsten e.V. muss sich jede Abteilung, im Sinne einer Kostenstellenrechnung, selbst tragen. Andere Vereine unterstützen Sportarten, welche „teurer“ sind, solidarisch durch Beiträge anderer Mitglieder, deren sportliche Betätigung „günstiger“ ist.

Es ist jedoch gerade so, wie es ist.

Wir werden also weiterhin auf zusätzliche Einnahmen angewiesen sein. Auch hier brauchen wir Eure Unterstützung, sei es durch Spenden, Sponsoring oder viel besser persönliches Engagement.

Sprecht uns einfach an.

Allen ausscheidenden Übungsleitern*innen und Abteilungsleitungsmitgliedern wünsche ich weiterhin alles Gute, vielleicht ergibt sich in der Zukunft ja wieder eine Gelegenheit der Zusammenarbeit.

In diesem Sinne bleibt gesund.

*Mit sportlichen Grüßen,
Holger Mügge*

Jugend an die Macht - Die neue Generation der Handballabteilung

Dass wir ziemlich stolz sind auf unsere Handballabteilung mit ihren vielen Erfolgen und dem irren Wachstum in den letzten Jahren dürfte hinlänglich bekannt sein.

Nun sind die Trainer und der Vorstand der 1. Stunde aber in ein gesetzteres Alter gekommen, sind beruflich wieder mehr eingespannt und können einfach nicht mehr alles wuppen.

Diese Ausgabe der VN möchten wir daher einmal zum Anlass nehmen und den vielen Jugendlichen und jungen Erwachsenen, Handballer und Handballerinnen, die zum Teil bereits seit der Ballsportgruppe in Arsten Handball spielen für ihren großartigen Einsatz und ihr Engagement zu danken!

Unsere Jung-Torhüter profitieren seit den Sommerferien von der Erfahrung von Merle Theilig, die gemeinsam mit Ute Marz den D-C-Jugendlichen modernes Torwartraining anbietet. Die ersten Fortschritte bei den jungen Torhüter*innen sind bereits ganz deutlich zu sehen, ganz besonders in der Grundeinstellung zu ihrer Sportart. Von „Ach, komm, egal, niemand anderes möchte ins Tor, dann mach ich das halt“ zu „Das ist meine Position und an mir kommt kein Ball mehr vorbei“.

Ähnlich sieht es aus bei unseren Spielern Thore Zweig, Jonas Rust und Camillo da Cruz, die seit Saisonbeginn mit der WD1 und MC2 als Trainer in der Halle stehen und für ihre Teams alles geben.

Die kleinen Handballer der Minis und Maxis werden betreut von Jantje und Lilith Uhlenberg, Mia Albers, Yara Kriewitz, Vanessa Dohrmann und Sharline Zurkuhle. Als ein Trainerteam für unsere männliche D-Jugend gesucht wurde, standen sofort Luis Gräfe und Luke Behrens parat, um dieses leicht chaotische Team zu übernehmen.

Inga Hüneberg und Isi Ohnesorge sowie Laura Gatzka zählen schon fast zu den alten Hasen im Jugendtrainerbereich, sie sind Trainerinnen der WD2 und WE1 und das mit so viel Einsatz und Herzblut, das man wirklich den Hut davor ziehen muss. In vielen anderen Jugendmannschaften übernehmen unsere jungen Sportler die Aufgabe des Co-Trainers

und stehen gemeinsam mit ihren Mannschaften mindestens einmal in der Woche in der Halle: Azra, Maya, Madita, sie alle sind zuverlässige Hilfen der Trainer sowohl beim Training als auch bei den Spielen.

Ich hoffe sehr, in dieser kleinen Aufstellung niemanden vergessen zu haben. An dieser Stelle mal an euch alle: Ihr seid einfach toll!!!

Hinzu kommt, dass Eule im Frühjahr einen Schiedsrichterkurs organisiert hatte, an dem mehr als 15 junge Handballer*innen unseres Vereins teilnahmen und ausnahmslos alle die Prüfung bestanden haben. Diese Jung-Schiedsrichter stehen nun seit September regelmäßig mit den erfahrenen Schiris in unseren Hallen, um die Spiele der E-C-Jugend zu leiten.

Wir finden diese Entwicklung großartig und sie zeigt, wie wichtig Handball in Arsten für Jugendliche ist und wie sehr sie sich mit unserem Verein identifizieren. Bei Heimspielen ist unsere Halle oft gefüllt mit den Jugendlichen, die sich die Spiele der älteren oder jüngeren Teams anschauen, in der Halbzeit und nach Spielende selbst noch den ein oder anderen Ball aufs Tor zimmern und ihre Freizeit gerne in der Halle beim Handball verbringen. Oder halt einfach trommeln wie die Irren...

Sandra Gräfe

Saisonziel bereits 4 Spieltage vor Schluss erreicht!!

Unsere weibliche A-Jugend hat in dieser Saison ihr ausgerufenes Saisonziel bereits 4 Spieltage vor dem Ende erreicht.

Nachdem die erfolgreiche B-Jugend der letzten Saison geschlossen in die A-Jugend gewechselt ist, war es ihr gemeinsames Ziel, auch als kompletter jüngerer Jahrgang unter die ersten Vier der Oberliga Ost zu kommen, um in der nächsten Saison mit der gleichen Mannschaft die erneute Qualifikation für die A-Jugend Bundesliga spielen zu dürfen.

Nach anfänglich etwas wackeligen Start mit teilweise einem Monat ohne Punktspiel fing sich die Truppe aber zum Ende des Jahres wieder und stand Ende Dezember mit 13:3 Punkten auf Platz 2 der Tabelle. Nach wiederum 2 Monaten Pause standen Mitte Februar die nächsten Spiele an, die durchweg hervorragend gespielt wurden. Aus einer starken Abwehr heraus mit exzellenten Torhüterleistungen und einer guten 2.ten Welle konnte das Angriffsspiel immer wieder mit schönen Kombinationen erfolgreich abgeschlossen werden. In den Torschützenlisten finden sich nicht wie bei anderen Mannschaften nur 2-3 Spielerinnen wieder, in fast jedem Spiel können alle Feldspieler zu Torerfolgen kommen.

Dadurch zeichnet sich diese Mannschaft auch seit Jahren aus, Ihre mannschaftliche Geschlossenheit!!

In einem wahren Krimi gegen den Tabellennachbarn aus Buxtehude konnte auch aus dem Alten Land ein Punkt entführt werden, nachdem die Mannschaft bereits kurz vor der Pause mit 8 Toren zurückgelegt hatte. Als Sahnehäubchen parierte Merle im Tor noch 5 Sekunden vor Schluss einen 7m. So konnte Buxtehude in der Tabelle auf Abstand gehalten werden und im folgenden Spiel gegen Hollenstedt machte das Team mit einem 10 Tore Sieg die Berechtigung für die Bundesliga-Qualifikation bereits 4 Spieltage vor Schluss mit nunmehr 16:4 Punkten perfekt.

Herausragend übrigens ebenfalls: Diese Mannschaft hat seit über 4 Jahren kein Pflichtspiel mehr Zuhause verloren, die letzte Niederlage gab es in der C-Jugend im Januar 2019 gegen Delmenhorst.

Diese weiße Weste wollen wir auch bis zum Ende der Saison behalten, gerade wenn es am 15. April zum Saisonfinale in eigener Halle gegen den Tabellenführer und alten Bekannten aus Hannover-Badenstedt geht.

Seid dabei!!

Vielen Dank an unsere Sponsoren für unsere komplett neu entworfenen Trikots!!



Tanne Theilig

Ehrung im Bremer Rathaus

Anlässlich des Gewinns der Deutschen Beachmeisterschaft im Sommer 2022 wurde die weibliche A1 im Februar im Bremer Rathaus von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport, Frau Anja Stahmann geehrt und als Anerkennung ihrer Leistung eine Medaille und eine Urkunde übergeben.

Bei Fingerfood und Getränken ließen wir den feierlichen Abend ausklingen.



Wir haben uns sehr über diese Einladung gefreut und hoffen auch im nächsten Jahr wieder Gast in unserem schönen, alten Rathaus sein zu dürfen, denn wir haben noch einmal die Chance, diesen Titel zu verteidigen.

Eure WA1



OUTDOOR FITNESS

Ansprechpartner: Tammo Vroom
Mobil: 0157 - 58 76 70 86
E-Mail: outdoorfitness@tuskometarsten.de



Outdoor Fitness für Jugendliche

Hallo liebe Sportfreunde,

wir sind die neue Outdoorabteilung - besonders für Jugendliche - die im letzten Jahr im Sommer gegründet wurde.

Outdoortraining ist anstrengend. Aber es macht Spaß, mit anderen Leuten gemeinsam zu trainieren und sich auszuupern. Da wir immer draußen an der frischen Luft trainieren, sollte man sich dem Wetter entsprechend anziehen. Dort haben wir reichlich Platz, um eine große Auswahl an Übungen zu machen. Nach einiger Zeit des Trainings merkt man, dass der Körper ausdauernder und fitter wird.

Die Übungen heißen zum Beispiel Bankdrücken, Kreuzheben, Backsquads und Rudern. Alle Übungen finden mit zusätzlichen Gewichten statt. Man selbst bestimmt, mit welchen Gewichten man arbeiten will.

Unser Trainer ist Lennard Vroom, der selbst viel Sport macht und uns zeigt, worauf man bei der Ausführung der Übungen achten muss. Der Trainingsablauf beginnt immer mit dem Aufwärmen und Dehnen, dann kommt der Kraftteil und zum Ende machen wir noch ein Workout. Da wir nur einmal in der Woche trainieren, montags von 17:00 – 18:00 Uhr auf der Sportanlage im Korbhauser Weg, ist es auch nicht so zeitintensiv.

Wir freuen uns schon, auch DICH beim nächsten Training zu sehen. Komm vorbei – es lohnt sich!!! Ich bin selber 16 Jahre alt und es macht mir sehr viel Spaß und kann es nur weiterempfehlen.



Benedikt Bertram

Outdoor Fitness auch für Senioren?

Dem vorherigen Artikel unseres jungen Vereinsmitgliedes möchte ich mich gleich anschließen. Aber ist diese Sportart auch etwas für Ältere? Die Frage stellt sich eigentlich gar nicht, weil ein nicht unwesentlicher Mitgliederanteil der Abteilung Outdoortraining bereits das 50. Lebensjahr hinter sich gelassen hat. **Aber auch für Senioren?**

Seit fast einem Jahr treffen sich am Donnerstagmorgen die Senioren zum Outdoortraining. Durch unseren Seniorenwart Jörg Voigt angeregt hat sich eine Gruppe gefunden, die entsprechend dem Konzept „365 Tage draußen“ ihr Outdoortraining absolviert. Der grobe Ablauf ist genauso, wie im vorherigen Artikel beschrieben, also Aufwärmen, Dehnen, Kraft



und Workout. Auch die einzelnen Übungen sind im Grunde deckungsgleich, aber natürlich was Übungsabfolge und Gewichte angeht angepasst.

Diese Kombination aus Beweglichkeit, Kraftaufbau und Ausdauertraining kommt sehr gut an. Wer sagt, dass sich nicht auch „Endsechziger“ und über 70-jährige Sportlerinnen und Sportler einmal „auspowern“ möchten? Da hindert auch die eine oder andere altersbedingte

Einschränkung nichts. Ob Hüfte, Rücken oder Knie. Die Übungen können angepasst werden und keiner muss sich übernehmen. Nicht selten tritt sogar eine Verbesserung ein.

So habe ich selbst eine ausgeprägte Hüftarthrose. Seit Beginn meines Outdoortrainings hat sich die Situation und Beweglichkeit bemerkenswert verbessert.

Also vorbeischaun und ausprobieren. Immer donnerstags um 11.00 Uhr am Korbhauser Weg an der „roten Box“.

Bernd Nehrhoff



www.ivent-foto.de



Hochzeiten 2023

Euer Tag, Eure Erinnerungen.

Ivent-foto



Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 01. Januar 2023

| Grundbeitrag | Erwachsene | Kinder |
|---------------------------|---|--------------------|
| | 8,00 € | 8,00 € |
| Spartenbeitrag für | | |
| 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 € |
| Judo | 10,00 € | 5,00 € |
| Ju-Jitsu | 12,00 € | 6,00 € |
| Karate | 7,00 € | 5,00 € |
| Leichtathletik | 13,00 € | (bis 15 J.) 7,00 € |
| Outdoor Fitness | Anfrage bei Geschäftsstelle | |
| Ringern | 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 | 18,50 € | |
| Passiv | 6,50 € | 6,50 € |
| Reha m. Zuschuss | 11,00 € | |

Aufnahmegebühr:

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!

Letzter Abgabetermin

für die nächsten Vereinsnachrichten ist der

→→→ 15.06.2023 ←←←

Bitte alle Artikel als Word-Datei und die Fotos als angehängte jpg-Datei (Dateigröße über 1,5 MB) per e-Mail an medienteam@tuskometarsten.de senden.

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 02-11/15 · Telefax (0421) 82 82 02-20
E-Mail: gs@tuskometarsten.de oder info@tuskometarsten.de
Öffnungszeiten:
Mo. u. Do. von 15.30 - 18.30 Uhr
Petra Fehsenfeld und Anja Scheele
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

Erweiterter Vorstand

Medienwartin Geeta Dreyer, Tel. 59 80 492
Technischer Leiter Andree Pierach, Tel. 87 85 965
Schriftführer Thomas Pfeiffer, Tel. 82 19 96
Festwart Nils Lackmann, Tel. 82 64 65
Seniorenwart Jörg Voigt, Tel. 82 51 49
Badminton Holger Schöttmer, Tel. 01520-29 55 620
Basketball Danny Petzold, Tel. 0172-1074291
Fechten Jens Pursche, Tel. 0172-43 27 995
Fußball Matthias Haase, Tel. 0174-89 78 724
Handball Björn Wendel, Tel. 01511-1334046
Hundesport Hermann Wichmann, Tel. 82 09 83
Judo Alisa Reinhold, Tel. 01575-8409500
Ju-Jutsu Jan-Philipp Koll, Tel. 69 67 88 - 0
Karate Christian Umbach, Tel. 0179 - 47 95 945
Leichtathletik Sandra Schwenke, Tel. 01520 - 25 80 050
Outdoor Fitness Tammo Vroom, Tel. 0157-58767086
Ringen Geschäftsstelle
Tanzen Julian Kauffeld
Tennis Adrian Leu, Tel. 0173-6361910
Tischtennis Ronald Mosch, Tel. 82 60 41
Turnen Birte Scheil Tel. 01512-89 78 898
Volleyball Markus Schäffer, Tel. 04298-46 53 04
Wandern Rainer Guddat, Tel. 82 27 12
Jugendwart Geschäftsstelle

Impressum:
Herausgeber:
Gegründet:
Bankverbindung:

Spendenkonto:

Gesamtproduktion:
Anzeigenverwaltung:
Erscheinungsweise:
Bezugspreis:

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.
1896/Mitglied des LSB Bremen e.V.
Sparkasse in Bremen
IBAN DE20290501010010219889 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX
Sparkasse in Bremen
IBAN DE85290501010001144369 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX
DruckMedia · mail@druckmedia.de
Telefon (04207) 66 68 7-0 / Fax (04207) 66 68 70
Vierteljährlich im Quartal
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten



WENN

schnelle Hilfe

gefragt ist,

DANN

fragen Sie mich!

Vertretung Giuseppe Carrera

Arsterdamm 73 a 28277 Bremen

Tel. 0421 876664 Fax 0421 875445

www.oevb.de/giuseppe.carrera

carrera@oevb.de

ÖVB 
fair versichert

 Finanzgruppe

SCHMIDT+KOCH

SPORTLICH UNTERWEGS - DER ŠKODA KAMIQ TOUR.



ŠKODA

**Jetzt Probefahrt
vereinbaren!**



Kraftstoffverbrauch für alle verfügbaren Motoren (Benzin) des Škoda Kamiq Tour in l/100 km, kombiniert: 6,7-4,9; CO₂-Emissionen in g/km, kombiniert: 153-111 (WLTP-Werte).

**STARKE
GRUPPE**

**STARKE
LEISTUNG**

Škoda Bremen

Schmidt + Koch GmbH
Stresemannstraße 1-7 | 28207 Bremen
Tel. 0421 4495-700 | str@schmidt-und-koch.de

Autohaus Neustadt

Schmidt + Koch GmbH
Neuenlander Straße 440, | 28201 Bremen
Tel. 0421 8710-0 | neu@schmidt-und-koch.de