



TuS KOMET ARSTEN

seit 1896

VEREINS-NACHRICHTEN

www.tuskometarsten.de

***GESUNDHEIT
& FITNESS***

***KINDER
& JUGEND***

***WETTKAMPF
& LEISTUNG***

***ERWACHSENE
& SENIOREN***



Trainer und Athlet bei den Paralympischen Spielen in Paris



NACHHALTIGKEIT, DIE IHR ZUHAUSE PRÄGT

NATÜRLICH AUS HOLZ



Holz steht für NATÜRLICHKEIT und VERANTWORTUNG.

Aldra Holzhaustüren verbinden eine ELEGANTE
ÄSTHETIK mit einer nachhaltigen Zukunft.
Der NATURWERKSTOFF überzeugt durch seine
LANGLEBIGKEIT und schont die RESSOURCEN.

Entscheiden Sie sich für NACHHALTIGKEIT,
die man sieht und fühlt.

NEW Erweiterung
unserer
Ausstellung
Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!



Borgwardstraße 9 · 28279 Bremen

Telefon: 0421 - 87 83 220

mail@kemena-tischlerei.de

www.kemena-tischlerei.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo.-Fr. 08.00 - 18.00 Uhr

 Kemena Tischlerei

 kemenatischlerei

Unsere Ausstellung ist barrierefrei.
Parkmöglichkeiten auf
unserem Gelände.

Hallo liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

der Sommer ist vorüber und genau zu unserem Laternenfest ist der Herbst eingeekehrt. Erfreulicherweise ist es allerdings trocken geblieben, sodass sich ein langer Zug von Laternenläufern und Fackelträgern hinter dem Spielmannszug Dacapo durch Arsten geschlängelt hat. „Unser“ Feuerwerk hat wieder eine neue Dimension erreicht. Es war ein beeindruckendes gigantisches Spektakel, dass internationalem Wettstreitniveau gerecht würde. Es hat über 1.500 Leute auf dem Sportplatz am Korbhauser Weg schlichtweg begeistert.



Das nächste abteilungsübergreifende Ereignis ist unsere Rot-Weiße-Nacht mit Ehrungen, Tanz und Geselligkeit am 16. November in unserer Vereinsgaststätte „Auszeit“.

Der Ligabetrieb ist in vielen Abteilungen wieder angelaufen. Wir wünschen allen Sportlerinnen und Sportler viel Erfolg, Spaß und Verletzungsfreiheit.

Ein Vereinshighlight im letzten Quartal war die Teilnahme eines unserer Vereinsmitglieder an den paralympischen Spielen in Paris. Salman Abbariki mit Trainer Jens Ellrott hat im Kugelweitstoßen alles gegeben und eine unvergessliche Zeit im Olympischen Dorf und den Spielen erlebt.

Viel Freude beim Lesen der aktuellen Berichte aus den Abteilungen und viel Spaß in unserem Sportverein.



Andreas Vroom

Vorsitzender TuS Komet Arsten e.V.

IN EIGENER SACHE!!

Aus redaktionellen Gründen muss der späteste Abgabetermin für die VN Nr. 72 um 5 Tage auf den **10.12.24** vorverlegt werden (s. auch Seite 49)

Goldschmiedewerkstatt
Hoops

Joachim Hoops GmbH

Holzdammm 170 · ☎ 0421 - 83 27 27

www.goldschmiede-hoops.de

Termine

Änderungen vorbehalten



- **Samstag, 16. November**
Vereinsfest Rot-Weiße-Nacht ab 20.00 Uhr Vereinsgaststätte „Auszeit“
- **Samstag, 08. Februar 2025**
15.00 Uhr Kinderkarneval
20.00 Uhr Erwachsenenkarneval



TuS Komet Arsten Vereinsfest "Rot-Weiße Nacht"

Samstag 16. November 2024

ab 20.00 Uhr in unserer
Vereinsgaststätte in Bremen,
Egon-Kähler-Straße 145



Mit Programm, Tanz, Ehrungen
wird es ein fröhlicher und gemütlicher Abend werden.

Eintritt: 15,- € Sitzplatz / 8,- € Stehplatz

Vorverkauf ab 7. Oktober zu den Öffnungszeiten
in der Geschäftsstelle.

Rückfragen unter (0421) 82 64 65 oder
über die Geschäftsstelle.



DFB - Kunstrasen - Kleinfeld erneuert

Das hat uns lange beschäftigt! Bereits seit längerer Zeit war der Kunstrasen im Kleinfeld erheblich beschädigt. Ursache war eine mutwillige Beschädigung. Mit einem Messer wurde der Kunstrasen quer und längsseits aufgeschnitten. Die Nähte weiteten sich unter ständigem Witterungseinfluss zusehends, sodass tiefe Rillen entstanden, die für die Nutzer zum Schluss eine Unfallgefährdung darstellten. Wir standen vor der Entscheidung: Schließen und abbauen oder reparieren lassen.

Hintergrund: Das Kleinfeld wurde 2008 vom DFB dem Stadtteil Obervieland geschenkt. Ursprünglich sollte es nahe dem Bürgerhaus errichtet werden. Der Standort wurde aber wegen befürchteter Lärmbelästigung nicht umgesetzt. Es wurde dann bei uns errichtet. Genutzt wird es vorwiegend von vielen jungen Leuten aus dem Stadtteil, die dort auch ohne Mannschafts- und Vereinsbindung kicken können. Wartung und Pflege wurde durch uns übernommen, obwohl das nirgends festgehalten war. Der Boden musste bereits zum zweiten Mal erneuert werden. Torwandnetze sind häufig zerschissen.

Im Sinne eines stadtteilbezogenen, niederschweligen Sportangebotes haben wir uns dann doch für eine weitere Reparatur entschieden. Die Kosten wurden durch Verein, Sportamt und Beiratsmitteln gedeckt. Nun erstrahlt er wieder im neuen Glanz.

Unser Appel: Spielt darauf aber beschädigt ihn nicht mutwillig.

Bernd Nehrhoff



Für Sie vor Ort in Arsten



Felix Ziembra



Andreas Dabrowski



Arster Landstr. 39 | 0421 - 84 00 930 | arsten@ge-be-in.de | ge-be-in.de | 11 x in Bremen & umzu

Gesundheitstag 2024

Unter dem Motto „Kattenturm bewegt sich“ fand der diesjährige Gesundheitstag am **Freitag, 13. September**, am Sonnenplatz in Kattenturm statt. Federführend war erneut das Quartiermanagement Kattenturm mit seiner Leiterin Sandra Ahlers.



Elf unterschiedliche Institutionen boten interessante Aktionen an. Teilnehmer waren u. a. die Brebau, die Bremer Heimstiftung, das Gesundheitsamt, der Martinsclub Kattenturm, das Dienstleistungszentrum Obervieland und der ambulante Pflegedienst Bremer Hände. Auch wir als Verein mit unseren beiden 2. Vorsitzenden Bernward Fröhlingdorf und Bernd Nehrhoff sowie unserem Schriftführer Thomas Pfeiffer waren mit unseren vielfältigen Gesundheitsangeboten dabei und hatten unseren Pavillon nebst einem Rudergerät und weiteren Sportgeräten aufgebaut. Unsere Vereinsnachrichten und andere Sportangebotsflyer durften natürlich auch nicht fehlen. Diese wurden von den Besuchern gerne mitgenommen.

Ein besonderes Highlight war der von der Brebau initiierte Treppenhauslauf mit 187 Stufen bis zum 11. Stock des Hochhauses.

Da der Gesundheitstag – anders als im letzten Jahr – an einem Standort durchgeführt wurde, war die Resonanz auf dem Sonnenplatz sehr gut..

Als kleines Fazit bleibt festzuhalten, dass wir uns im Stadtteil erneut mit unseren Gesundheits- und Sportangeboten für alle Altersklassen sehr gut präsentiert haben.

Ralf Lüdeker Artikel und Bilder



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**

Gelungener Abschied vom Sommer

Nachdem sich der September zunächst nochmal mit sommerlichen Temperaturen gezeigt hat, haben wir unser **Laternenfest** dieses Jahr an einem schönen Herbstabend feiern können. Es war trocken und nicht zu kalt und somit konnten wir an einem **Freitag den 13.** mit sehr vielen Besuchern unseren Laternenumzug und das anschließende Feuerwerk zelebrieren.

Nachdem sich bereits vor dem Umzug einige Leute bei uns mit Bratwurst, Getränken oder auch Crepes versorgt hatten, folgte wieder eine große Traube von Jung und Alt, mit Laternen, Fackeln, Blincke-Schuhen und -hüten dem Spielmannszug von DaCapo.

Ab 20.00 Uhr machten wir uns somit in Begleitung von Feuerwehr, Polizei und freiwilligen Ordnern auf den Weg durch Arsten. Gute 2,5 km beträgt dabei unsere Strecke vom Sportplatz am Korbhauser Weg, Richtung Heukämpendamm und die Arster Heerstraße. Dabei haben wir uns immer wieder über einige nett beleuchtete Häuser und ihre Bewohner gefreut, die unseren Umzug beobachteten.

Zurück auf dem Sportplatz war dann noch Zeit für eine Runde Dosen werfen, Luftballons schießen oder einem Ritt auf einem Kinderkarussell, um unseren kleinen Gästen die Wartezeit bis zum Feuerwerk von Christian Umbach zu verkürzen. Doch das Warten hat sich auch dieses Jahr wieder für Klein und Groß gelohnt. Ab 22.00 Uhr wurde der Himmel über dem Sportplatz wieder hell erleuchtet, mit bunten Funken und einigen Knallern, die man wahrscheinlich noch in weiterer Entfernung gehört hat.

Es war ein gelungener Abschied vom Sommer, der hoffentlich allen Spaß gemacht hat und Vorfreude aufs nächste Jahr macht. Wir hoffen euch auch nächstes Jahr wieder, bei gutem Wetter, am Freitag den 12. September 2025 bei uns am Korbhauser Weg begrüßen zu können.

Euer Festausschuss, i.A. Julia Franke





Ein Löwe hat Geburtstag

Unser Ehrenmitglied Roland Haugke wird 90!

Der Gedanke, er gehörte schon zu den Gründungsvätern unseres Vereins, ist er wirklich so abwegig? Schließlich kann man sich unseren TuS Komet Arsten ohne ihn nicht vorstellen. Roland Haugke, Arster Urgestein und verdienstes Ehrenmitglied, der unseren Verein entscheidend mitgeprägt hat, **wird 90 Jahre alt!**

Immer gut gelaunt, stets hilfsbereit, freundlich und tatkräftig - so kennen wir unseren Roland. **„Nicht lange reden, anpacken“** ist seine Devise. So war es nicht verwunderlich, dass er vor Jahren angesichts der schmutzigen Zustände am Korbhauser Weg die Initiative ergriff und die UKG gründete, die „Unkrautgesellschaft“, und sich seither um die Sauberkeit unserer schönen Anlage kümmert. Leider ließ der natürliche Alterungsprozess die Gruppe nun schon arg schrumpfen, aber auch als gelegentlicher Einzelkämpfer lässt er sich nicht entmutigen, und es wäre schön, wenn er neue Mitstreiter fände.



Viele Kinder erinnern sich noch an ihn als energischen, aber liebevollen Turnvater, stets aufmunternd und motivierend, eine Autorität im positiven Sinne.

Bei den „Löwen“- Männerturnern ist er eine treibende Kraft, auch wenn es um die Geselligkeit geht. Unvergessen die Auftritte beim Arster Karneval und auch beim Schauturnen, wo er mit Schwiegersohn Karl und Enkel Paul eine Pyramide bildete, ein echtes Mehrgenerationendenkmal. Legendar seine Erdbeerfrau „Senga Sengana“, wie sie - über die Bühne tänzelnd - bei der 850 Jahr- Feier Arstens ihre Erdbeeren in's Publikum warf; unser Bürgermeister Henning Scherf war davon so begeistert, dass er ihn/ sie spontan gerührt in die Arme schloss.

Lieber Roland, wir alle, Deine Freunde und der ganze Verein gratulieren Dir aus vollem Herzen und mit Dankbarkeit. Wir wünschen Dir Gesundheit und die Muße, schöne Stunden mit Deiner Helga zu verbringen, die Dir stets den Rücken freihält, auch ihr gilt unser Dank.

Bleib so, wie wir Dich kennen, „so ehrlich und echt, so rau wie der Wind „ !

Bernward Fröhlingdorf

Gastbeitrag:

Der Arsterix Spielplatz und der Anwohnerverein Arsten Süd-West.

Im Jahr 2000 wurde der Anwohnerverein Arsten gegründet, um den Arsterix Spielplatz an der Carl-Katz-Straße zu gestalten, zu verwalten und sich für die Nachbarschaft zu engagieren. In jüngster Zeit hat sich der Verein umstrukturiert. Nach langer ehrenamtlicher Arbeit suchte der alte Vorstand neue Nachfolger, auch um die gewachsene Nachbarschaft in Arsten Südwest in die Vereinsarbeit einzubinden.

Die Verwaltung des Spielplatzes wurde an den Umweltbetrieb Bremen übergeben. Durch notwendige Baumarbeiten und den Einbau einer neuen Turmrutsche wurde der Spielplatz neugestaltet. Im August wurde die Turmrutsche endlich freigegeben und erfreut sich großer Beliebtheit bei den Kindern.

Der neu gewählte Vorstand des Anwohnervereins möchte sich stärker für die Nachbarschaft rund um den Spielplatz einsetzen.

Daher möchten wir uns auch hier in den Vereinsnachrichten des benachbarten Vereins vorstellen; denn viele Nachbarn in Arsten Südwest sind auch im TuS Komet Arsten aktiv.

Im **neuen Vorstand** sind Arslan Boyoglu (1. Vorsitzender), Waldemar Kubiak (2. Vorsitzender), Christoph Buck (Kassenwart), Carsten Feldmann (stellv. Kassenwart) und Dirk Gottschalk (Schriftführer).

Als Auftakt veranstalteten wir am 24. August ein Sommerfest auf dem Arsterix und konnten die Kinder der Nachbarschaft mit Flohmarkt, Hüpfburg, Kinderschminken und Eiswagen begeistern. Der Abend klang mit einem Lagerfeuer auf der Grillstelle des Spielplatzes mit Stockbrot und Marshmallows aus. Viele Familien haben sich sehr über die Aktion gefreut, Kontakte geknüpft und sind unserem Anwohnerverein neu beigetreten. Wir möchten in Zukunft weitere Veranstaltungen für die Nachbarschaft organisieren, wie zum Beispiel das traditionelle Weihnachtsanglügen, Flohmärkte und Sommerfeste. Dafür suchen wir gerne weitere engagierte Nachbarfamilien, die sich in die Vereinsarbeit einbringen möchten.

Weitere Infos gibt es unter www.anwohnerverein.de und bei Fragen wendet euch gerne an vorstand@anwohnerverein.de.



Christoph Buck

Arster 
Karneval

Samstag, 08. Februar 2025

15 - 18 Uhr Kinder-Karneval
Eintritt 4,00 € - Karten an der Tageskasse
ab 20 Uhr Karneval für Erwachsene
Einlass ab 16 Jahren - Ausweiskontrolle

in der "Arster" Kulturhalle
am Korbhauser Weg 

Eintritt :
Stehplatz 12,00 € - Sitzplatz 15,00 €
Maximale Kartenabgabe 10 Stück pro Person
Karten nur im Vorverkauf
am Mi., 22.01.2025
von 19.00 - 20.00 Uhr
bei der Freiwilligen Feuerwehr Arsten
in der Laake 17 



LEICHTATHLETIK

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



Para Leichtathlet vom TuS Komet Arsten für Paralympische Spiele 2024 in Paris nominiert

Salman Abbariki, Para-Kugelstoßer in der Leichtathletik-Abteilung des TuS Komet Arsten, ist vom Internationalen Paralympischen Komitee (IPC) für die Paralympischen Spiele, die vom 28. August bis 8. September in Paris stattfinden, nominiert worden.

Abbariki wird für das Flüchtlingsteam antreten, in das weltweit insgesamt acht Sportler und eine Sportlerin in sechs Sportarten berufen worden sind. Die Nominierung erfolgte am 09. Juli, exakt 50 Tage vor Beginn der Paralympischen Spiele. Nach 2016 in Rio und 2020 in Tokio ist das Team für Paris das dritte und größte Flüchtlingsteam, das an den Paralympischen Spielen teilnimmt.



Vor der endgültigen Nominierung musste der 37-Jährige Abbariki, der seit 2018 in Bremen lebt, Anfang Juni zum Para Grand Prix Meeting nach Nottwil in der Schweiz reisen, um sich dort zum einen klassifizieren zu lassen und zum anderen sportlich zu qualifizieren. Begleitet wurde Abbariki in die Schweiz von seinen beiden aktuellen Trainern Jens Ellrott und Steven Hollwedel. 8,30 Meter waren mit der 4 Kilogramm schweren Kugel gefordert. Auf 9,03 Meter ließ Abbariki die Kugel gleich im ersten Versuch fliegen – mehr als 70 Zentimeter über der Qualifikationsnorm. Auch der zweite Versuch landete über neun Meter. Zurück in Bremen hieß es dann vier Wochen bis zur finalen Nominierung warten.

Am 09. Juli ging dann nicht nur für Salman Abbariki ein Traum in Erfüllung. Trainer Jens Ellrott hatte 2008 mit Carolin Nytra über 100 Meter Hürden und Jonna Tilgner als Mitglied der 4x400 Meter Staffel bereits zwei Athletinnen bei den Olympischen Spielen in Peking am Start. Mitreisen durfte der Coach damals allerdings nicht, nominiert wurde nur die Bundestrainer. Vor diesem Hintergrund ist die Teilnahme in Paris ein Höhepunkt seiner Karriere.

Salmans lange Reise nach Paris begann bereits 2018, als er sich allein aus dem Iran auf den Weg nach Deutschland machte, weil er sich hier mehr Unterstützung als Paraspotler erhoffte. Der in der Vergangenheit international erfolgreiche Sitzkugelstoßer und -diskuswerfer wollte seinen Sport in Deutschland unbedingt weiter betreiben. Mit Unterbrechungen aufgrund eines Wohnsitzwechsels trainiert Salman seit 2018 in der Leichtathletik-Abteilung des TuS Komet Arsten. Vor Ort wird er aktuell betreut von A-Trainer Jens Ellrott und Steven Hollwedel sowie von der Physiotherapiepraxis Marco Koschade. Salman gehört der Schadensklasse F34 (zerebrale Bewegungsstörung; teilweise Lähmung der unteren Extremität) an, so dass er seine beiden Spezialdisziplinen, das Kugelstoßen und das Diskuswerfen, aus einer speziellen Sitzkonstruktion („Wurfstuhl“) heraus bestreiten muss. Steven Hollwedel hat hierfür am Kugelstoß- und Diskuswurfing Konstruktionen angebracht, die es ermöglichen, Salmans Wurfstuhl so fest zu verankern, dass er sich während der Stoß- bzw. Wurfbewegung nicht bewegt, und spezielle Kraftgeräte angefertigt.

Zwischen 2004 und 2027 gehörte Abbariki bereits zu den besten Paralympischen Kugelstoßern der Welt. Neben 14 nationalen Titeln erzielte er seine größten Erfolge mit der Goldmedaille bei den Asienmeisterschaften 2010 in Guangzhou mit Asienrekord und mit dem Weltmeistertitel 2011 in den Vereinigten Arabischen Emiraten. 2012 nahm Abbariki noch für den Iran an den Paralympischen Spielen in London teil, hatte dort aber drei Fehlversuche. In Paris soll es nun besser laufen.

Aktuell trainiert Abbariki sechs Mal pro Woche. Neben Technik- und Krafttraining stehen Mobilisation und Ausdauer auf dem Programm.

Am 17. August geht es ins Trainingslager nach Reims und von dort aus direkt weiter nach Paris, wo am 28. August die Paralympischen Spiele eröffnet werden. Abbarikis Wettkampf findet am Samstag, 07. September im Stade de France statt.

Die Paralympischen Spiele in Paris - 18 Tage Leben im Ausnahmezustand

Bereits im Trainingslager in Reims fieberten alle dem Abreisetag entgegen, der gleichbedeutend war mit der Busfahrt nach Paris – ins Olympische bzw. jetzt ja Paralympische Dorf. Je näher das Team dem Sehnsuchtsort kam, desto ausgelassener wurde die Stimmung im Bus. Es wurde gesungen und getanzt. Jede/r versuchte dabei früher einen Blick auf das Dorf zu erhaschen als der Nachbar oder die Nachbarin. Viel zu sehen gab es durch die Zäune und Sicherheitsvorkehrungen allerdings erst einmal nicht. Aber dann...

Das Leben im Olympischen bzw. Paralympischen Dorf

Stellt euch die Gartenstadt Werdersee (naja, vielleicht etwas kleiner) mit einem Zaun drumherum vor. Zutritt haben nur akkreditierte Sportlerinnen und Sportler, Trainerinnen und Trainer, Physios, weitere Delegationsmitglieder und natürlich die Volunteers und

das im Dorf arbeitende Personal. Neben den Wohnhäusern gibt es einen riesigen Restaurantkomplex für mehrere 1000 Menschen, ein Krankenhaus, ein großes Fitnessstudio, ein Mediengebäude, einen kleinen Supermarkt, Wäschereien und den „Village Club“. Durch die Straßen fahren elektronische Shuttle, Fahrräder und E-Rollstühle. Allerdings herrschte im Dorf trotz vorgegebenen Fahrtrichtungen, Verkehrsschildern, Zebrastreifen, Rad- und Fußwegen verkehrstechnisch Anarchie. Eines Morgens konnte ich mich während meiner Laufrunde nur durch einen Sprung in die Büsche vor einem heranbrausenden E-Rollstuhl, dessen Fahrer am Handy war, retten.

Ein Mikrokosmos mit fast 5.000 Menschen aus knapp 170 Nationen, die auf relativ engem Raum zusammenleben, sich in den Straßen begegnen oder sich zum Essen treffen und miteinander ins Gespräch kommen, obwohl der eine die Sprache des anderen nicht kennt. Und bei den Olympischen Spielen waren es fast dreimal so viel.

Neben dem 24/7 offenen Restaurantkomplex (World, French, Asia + Halal), in dem Essen und Trinken nichts kosten, gibt es über das ganze Dorf verteilt Kioske mit Croissants, Brioche, Burgern, Eis, Cappuccino und Kaltgetränken – alles umsonst.

Das paralympische Flüchtlingsteam war im siebten Stock eines Gebäudes untergebracht. Vier Apartments für jeweils acht Personen mit je vier Doppelzimmern, einem Badezimmer mit Badewanne, einer Toilette und einem behindertengerechten Badezimmer mit Dusche und Toilette, dazu einem „Wohnzimmer“ und einem großzügigen Balkon befanden sich auf der Etage. Das Highlight unseres Gebäudes war die Dachterrasse von der aus man linker Hand den Montmartre mit der Sacré-Cœur, direkt vor einem den Eiffelturm und halbrechts die Seine mit dem Banken- und Wirtschaftsviertel La Defense sehen konnte. Vor allen Dingen in den Abendstunden war dies ein faszinierender Ausblick. Ich habe mich oft dort oben aufgehalten, um die Eindrücke des Tages wirken zu lassen oder einfach nur um runterzukommen.

Die Eröffnungsfeier

Nachdem das erste emotionale Highlight, der Einzug ins Paralympische Dorf verarbeitet war, stand das zweite vor der Tür: Die Eröffnungsfeier am 30. August auf dem Place de la Concorde. Bereits Stunden vorher ging es mit Bussen und Polizeieskorte zur Champs Elysées, auf dem die 170 Delegationen – nach Alphabet sortiert – aufgestellt wurden. Es war der heißeste Tag der Spiele und zum Glück wurde Wasser, Obst und Gebäck gereicht und gab es Dixi-Klos.



Die Nationen, deren Ländernamen im Französischen mit A (wie Allemagne), B oder C beginnen, standen bis zu drei Stunden auf der Pariser Prachtstraße, bevor sich der Marsch in Richtung Place de la Concorde in Bewegung setzte. Das „Refugee Paralympic Team“ (also wir) durfte noch vergleichsweise lange im Dorf verweilen. Dafür steht man auf der Champs Elysées dann auch gaaanz weit hinten. Während die ersten Teams um 20:00 auf den Place de la Concorde marschierten und der Jubel des Publikums eine erste Gänsehaut über den Rücken jagte, hat man das Gefühl, die Feier ist zu Ende, bevor man selbst da ist. Im Schnecken tempo geht es vorwärts, wie im Stau auf der A1 vor Köln...

Aber dann ist es plötzlich soweit. Hektisch winkendes Personal bedeutet einem, sich zügiger vorwärts zu bewegen, sodass man fast in einem Laufschrift verfällt... Und dann brandet der Jubel der 35.000 Zuschauer von den Tribünen auf, als das Flüchtlingssteam angekündigt wird. 300 Millionen Menschen an den Fernsehschirmen sehen das kleine Team live, wie es winkt, die Fahne schwenkt und Kuschhände in die Menge wirft. Dieser Moment hat sich für ewig in meinem Kopf festgesetzt. Nach einer halben Runde ist der Spuk vorbei. Das Team wird auf seine Plätze geführt, wartet den Einmarsch der restlichen Nationen ab und ist dann selbst Zuschauer der beeindruckenden Eröffnungsfeier, an dessen Ende das Entzünden der Paralympischen Flamme steht.

Zwei faszinierende Wettkämpfe im Stade de France

Besonders beeindruckt hat mich gleich am ersten Abend im Stadion der Weitsprung der Blinden. Nachdem der Trainer seinen Athleten auf die Anlaufbahn gestellt und ihn „ausgerichtet“ geht er in Richtung Sprunggrube, stellt sich – mit Blickrichtung zu seinem Springer – zwischen die gekleidete Absprungzone und die Sprunggrube und gibt dem Sportler durch laute Töne oder lautes Klatschen den Anlauffrhythmus vor. Die Rufe bzw. das Klatschen werden immer schneller und im letzten Moment geht der Trainer zur Seite, damit der Athlet dann abspringen kann. Natürlich haben die Athleten die Anzahl ihrer Anlaufschritte im Kopf. Aber selbst mit voller Sehkraft trifft man das Absprungbrett nicht immer und schon gar nicht perfekt. Ich hatte das Glück, den Weltrekordsprung eines Chinesen von 6,85 m live mitzuerleben und muss gestehen, dass mir in dem Augenblick die Tränen in die Augen geschossen sind, weil ich diese Leistung einfach unfassbar toll fand.

Einer der bewegendsten Momente im Stadion war das Finale in der Klasse T12 der stark sehbeeinträchtigteten 100m-Sprinter. In diesem Finale gab es eine sehr knappe Entscheidung und als das Publikum den Sieger bereits an der großen Anzeigetafel lesen konnte, wussten es die Protagonisten aufgrund ihrer Sehschwäche noch nicht. Der Sieger musste er ganz nah an die Anzeigetafel im Ziel herangehen, um zu erfahren, dass er das gewonnen hatte. Der Moment der Freude, als der junge Mann das Ergebnis las, war unglaublich schön.



	Hemeling 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
- Klimatisierter Saal
- Clubräume
- Wintergarten
- Kegelbahn
- Sommergarten

Salmans Wettkampf

Leider mussten wir bis zum vorletzten Wettkampftag auf Salmans Einsatz warten. Während alle anderen in unserem Team ihre Wettkämpfe bereits hinter sich hatten, das Leben im Dorf genießen und feiern konnten, hieß es für uns: jeden Vormittag trainieren, früh ins Bett, um morgens fit zu sein und die Spannung hochhalten.

Leider ist es Salman dann nicht gelungen, sein Potential abzurufen. Wir haben Bremen mit Trainingsleistungen von mehr als 9,40m verlassen. Aber es ist uns nicht gelungen, dieses Ergebnis in Frankreich zu stabilisieren. Eine finale Idee dazu gibt es (noch) nicht. Zum einen ist uns die Umstellung auf den Wettkampf morgens um 10:00 in mehr als 2 Wochen nicht gelungen. Zu anderen war Salman als letzter dran und musste 2 Stunden auf seinen Wettkampf warten - für jemandem, der seinen Rollstuhl nicht verlassen kann, fast unmöglich, sich warm zu halten und fokussiert zu bleiben. Zudem war Salman der einzige Triplegiker (Spastik in drei Gliedmaßen) im Teilnehmerfeld, alle Konkurrenten waren Hemiplegiker, d.h. beide Arme waren voll funktionsfähig, während Salman seinen linken Arm nur eingeschränkt nutzen kann. Das schlägt sich auch im Krafttraining nieder; Salman kann nur einen eingeschränkten Übungskatalog absolvieren. Dennoch wäre ein besseres Ergebnis möglich gewesen und war unser klares Ziel

Bei aller Enttäuschung über das Ergebnis vor mehr als 70.000 Zuschauern im Stade de France und einer einzigartigen Atmosphäre: Salman hat es als einer von 8 Flüchtlingen weltweit zu den Paralympischen Spielen geschafft und das ist etwas Einmaliges. Die Paralympics waren und bleiben ein unvergessliches Erlebnis.

Fazit

Zugegeben: Am Anfang war es so ein Kulturschock mit mehr als 4.000 Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen auf engem Raum zusammenzuleben. Ich habe mich dabei erappt, wie ich junge Parasportlerinnen und -sportler, die mit den Füßen ihre Trinkflaschen öffneten, mit der Nase ihr Handy bedienten oder wie selbstverständlich mit verstümmelten Armen ihre Tablets trugen, angestarrt - aber nicht, weil sie anders waren, sondern weil ich schlicht und ergreifend beeindruckt war. Umso mehr, nachdem ich ihre Leistungen in den Sportarenen gesehen hatte.

Meine Sicht auf Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen hat sich trotz der Arbeit mit meinem Athleten und meiner blinden Nichte noch einmal verändert. Der Respekt vor ihnen ist weiter angewachsen.

Trotz ihrer zum Teil erheblichen körperlichen Einschränkungen lachen, weinen, jubeln, fluchen, singen und tanzen sie genau wie ich, der vollkommen gesund ist und vollbringen sportliche Leistungen, die einen ungläubig zurücklassen. Die Parasportlerinnen und -sportler haben ihr Schicksal angenommen und leben und trainieren mit ihren Einschränkungen genau wie wir ohne sie. Diese Menschen brauchen kein Mitleid, sondern Begegnungen auf Augenhöhe.



Jens Ellrott



SENIORENSPORT

Seniorenwart Jörg Voigt
Telefon 0421 82 51 49 · Mobil 0160 93 88 62 19
E-Mail: seniorenwart@tuskometarsten.de



Hallo zusammen,

die Senioren der Badminton-Abteilung nutzten die warme Jahreszeit auch in diesem Jahr zu einem gemeinsamen Tagesausflug mit dem Fahrrad. Ausgerüstet mit Helm, Regenklamotten und der obligatorischen guten Laune, ging es über Habenhausen, Weserwehr und dem rechten Weserufer, durch Achim, Thedinghausen, zurück nach Bremen. Gute 70 Kilometer hat die „Truppe“ zurückgelegt. Einige mit motorischer Hilfe und andere nur mit reiner Muskelkraft, was gleichzeitig die Kondition für die anstehende Trainingssaison förderte.

Um diese Kilometerleistung durchhalten zu können, wurden reichlich Pausen zur Stärkung eingelegt und zum Abschluss, kurz vor der völligen Erschöpfung, wurde am Wietsee gegrillt.



Vielleicht motiviert dieser Zusammenhalt auch andere, nicht so sportbegeisterte, in den Senioren – Gruppen der einzelnen Abteilungen aktiv zu werden. Ein vielfältiges Angebot stellen alle Abteilungen bereit, sodass für jede Seniorin und jeden Senior etwas dabei sein sollte. Bewegung ist im gesetzten Alter das A und O um lange halbwegs fit zu bleiben.

Bis demnächst und bleibt gesund!

Jörg Voigt



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

v i a m i k o

Nicole Massolle

www.viamiko.de

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

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 zwei Seiten 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	Maxi Remer + Vanessa Dohrmann
Jahrgang 2017 (Minis)	Fr. 17:15-18:30	Korbhauser Weg GS	Maxi Remer
Jahrgang 2016 (MiniMaxis)	Fr. 15:00-16:15	Korbhauser Weg GS + MZH	Mia Albers
Jahrgang 2015 (Maxis)	Fr. 15:00-16:15	Korbhauser Weg GS + MZH	Jantje + Lilith Uhlenberg

JUDO

6 - 16 jährige Judofüchse	Di. 16:00-18:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
3 - 6 jährige Judofüchse	Do. 16:15-17:15	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
6-16 jährige wettkampf-orientierte Judofüchse	Do. 17:30-19:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
6-16 jährige Judofüchse	Fr. 18:00-19:45	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
3-6 jährige Judofüchse (Anfänger)	Sa. 12:00-13:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold

JU JUTSU

Vorschulkinder 5-6 Jahre	Sa. 10:00-11:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christoph Buck
6-8 Jahre	Sa. 10:45-12:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christoph Buck
8-14 Jahre	Mo. 18:00-19:30	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Jan-Philipp Koll
Jugendliche zwischen 14 + 18 Jahre	Di. 18:00-20:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Ragna Meyer
Jugendliche + Erwachsene ab 14 Jahre	Mo. 19:30-21:30	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Jan-Philipp Koll
Jugendliche + Erwachsene ab 14 Jahre	Mi. 18:00-20:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Mark Bergjürgen

SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

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		
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. 18:00-19.30	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Mika Schöttmer
------------	-----------------	--------------------------------	----------------

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

FECHTEN

ab 8 Jahre	Mi. 18:00-19:00	Korbhauser Weg GS	Joachim Hoops
------------	-----------------	-------------------	---------------

KARATE

ab 12 Jahre	Mo. 19:30-20:30	Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der Volkshochschule	Tobias Meyer
ab 8 Jahre (Anfänger)	Di. 18:00-19:00	Turnhalle Gymn. Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
Fortgeschrittene	Di. 19:00-20:00	Turnhalle Gymn. Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
Ab Gelbgurt	Do. 18:30-19:30	Turnhalle Gymn. Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
ab 15 Jahre und Erwachsene	Do. 19:30-20:30	Eingang ist in der Felix-von-Erhard-Str.	

RINGEN

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

TENNIS

Kinder, Jugendliche + Erwachsene ab 6 Jahre Mo - Fr. 16:00-20:00 Tennishalle Egon-Kähler-Str.Kontakt: Adrian Leu (E-Mail: tennis@tuskometarsten.de)

TISCHTENNIS

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



JUDO

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



Hallo zusammen,

in den langersehnten Sommerferien, in der Urlaubszeit für die Kinder und Eltern ist es etwas ruhiger in der Abteilung.

Ich habe den älteren daheim gebliebenen Kids zweimal in der Woche ein Ferientraining angeboten, den kleineren einmal in der Woche. Das Training wird auch gut genutzt und es haben immer zwischen 8 und 15 Kids teilgenommen. Die Kinder deren nächster oder erster Gürtel demnächst ansteht, üben ihre Fallübungen, Würfe, Haltegriffe, Übergänge vom Stand zum Boden usw... Damit sie bald ihren nächsten Gürtel in den Händen halten dürfen. Ich werde darüber in den nächsten Vereinsnachrichten berichten und es euch mit Fotos verbildlichen.

Am letzten Ferientrainingstag war die Judogruppe mit mir Eis essen, bei einer nahe gelegenen Eisdiele. Damit das sportliche nicht zu kurz kommt, sind wir gemeinsam dorthin und wieder zurück gelaufen. Danach hatten die Kinder noch ein wenig Zeit sich auf dem Schulhof Spielplatz auszutoben. Alle hatten Spaß und es war mal eine neue Erfahrung mit den Kindern einen Ausflug zu unternehmen.

Jetzt habt ihr einen kleinen Einblick in die Arbeit und das Training der Judoabteilung bekommen. Überzeugt euch gerne selbst davon in zwei kostenlosen Probetrainings.

Trainingszeiten der **Judofüchse** in der Sporthalle der Grundschule Alfred-Faust-Straße

DIENSTAGS von 16.00 - 18.00 Uhr für **Jungen** und **Mädchen**
von 6 - 16 Jahren

(Achtung NEU ab dem 10. September)

DONNERSTAGS von 16:15 - 17:15 Uhr, **SAMSTAGS** von 12.00
– 13.00 Uhr für **Jungen** und **Mädchen** von 3 - 6 Jahren, erste
Judoerfahrungen mit oder ohne Mama oder Papa, Oma o. Opa
sammeln!

DONNERSTAGS von 17:30 – 19.00 Uhr für **Jungen**
und **Mädchen** von 6 - 16 Jahren wettkampforientierte
Judofüchse

FREITAGS von 18.00 - 19:45 Uhr für **Jungen** und
Mädchen von 6 - 16 Jahren.



Alisa

Die Judoabteilung sucht dringend noch Verstärkung von Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren!!! Sobald sich ein paar Jugendliche finden, wird es eine extra Gruppe für sie geben.

Kommt doch gerne mit Sportkleidung (langer Sporthose + T-Shirt) und etwas Wasser zum Trinken mit Anmeldung bei Eversports (siehe Homepage bei Judo) zu einem Schnuppertraining vorbei!

Die Judofüchse suchen dringend Unterstützung!

Übungsleiter*innen/Trainer*innen/Co-Trainer*innen aufgepasst, falls ihr Judo macht und mindestens 18 Jahre alt seid, dann meldet Euch gerne bei mir!

Eine Ausbildung ist nicht erforderlich! Über ein Kennenlernen mit Euch, würde ich mich sehr freuen!

Eure Aufgaben:

- Die Abteilungsleitung unterstützen
- Training leiten (eigene Gruppe)
- evtl. Vertretungsstunden übernehmen
- evtl. Kinder zu Turnieren begleiten und betreuen
- bei bestehender Berechtigung den Kindern Graduierungen abnehmen

Voraussetzungen:

- mind. 18 Jahre alt sein
- mind. Grüngurt
- guter Umgang mit Kindern
- eine motivierende und wertschätzende Haltung
- Kinder zu Wettkämpfen motivieren

Die aktuellen Trainingszeiten sind überwiegend in der Woche am Nachmittag oder in den frühen Abendstunden. Eine Gruppe findet auch am Wochenende statt, Zeiten; Trainingsorte siehe oben bei Trainingszeiten.

Ich suche dringend Hilfe von einem 2. Trainer*in.

Meine Kontaktdaten: **Alisa Reinhold** · judo@tuskometarsten.de

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**



KARATE

Abteilungsleiter Christian Umbach
Telefon 0179 - 47 95 945
E-Mail karate@tuskometarsten.de



Die Sommerzeit war dieses Jahr der Wahnsinn!

Am 27. Juli sind wir zu Neunt zum Gasshuku nach Baden-Baden gefahren. Unsere weibliche Betreuung Daniela Leusche hatte uns einen Mannschaftsbus gesponsert.

Dort haben wir dann 5 Tage lang jeden Tag 3x 1 ¼ Std. Training bei Senseis aus Deutschland und Japan gehabt. Trotz der langen Fahrt, hatten wir eine super motivierte Truppe im Alter zwischen 13 und 51 Jahren.

Am **ersten Tag** gab es am Abend noch ein Mini Turnier mit unseren Kader Athleten gegen Italien und dem Stützpunkt Süd-West. Danach waren alle doppelt motiviert...

An manchen Tagen waren wir so k.o., dass wir froh waren, als wir in unserem Gemeinschaftsappartement ankamen, ca. 7 km vom Veranstaltungsort entfernt.

Am **letzten Tag** gab es dann noch eine große Abschluss-party mit allen teilnehmenden Karatekas.



Wir haben noch zwei weitere Reisen unternommen:

Einmal zum Lehrgang nach Lehrte, wo uns Bundeskadertrainer Thomas Schulze (7. Dan) zum Schwitzen brachte und am Ende unserem Schützling „Gurjot“ die Prüfung zum 6. Kyu abnahm, die er mit Bravour meisterte!

Alle Karatekas, die sich etwas mehr bemühen, durften dann noch mit zum Stützpunkttraining, wo u.a. Kadermitglieder trainiert werden. Der Anspruch bei dieser Art von Training ist entsprechend hoch, aber auch äußerst wichtig, wenn man an Turnieren teilnehmen möchte.

In letzter Zeit sind wieder einige Neulinge am Dienstag zum **Schnuppertraining** gekommen. Das freut uns sehr!



Inzwischen haben einige Karatekas erneut wie folgt die Prüfung zum nächsten Gürtel abgelegt:

Zum 8. Kyu (Gelbgurt): Daria Dzidal

Zum 7. Kyu (Orangegurt): Tommy Than,
Lukas Stratskevich

Zum 6. Kyu (Grüngurt): Denise Raupach,
Tom Schönherr und Gurjot Hundal

Zum 5. Kyu (1. Violettgurt): Juliana Kanj

Zum 4. Kyu (2. Violettgurt):
Larissa Leusche



Zur Norddeutschen Meisterschaft in Magdeburg am 21. September werden dann auch noch ein oder zwei von unseren Spezies starten!

Die Trainingszeiten (mit Standortwechsel ab 17. September):

Montag: 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr (Ab Gelbgurt)

Turnhalle Theodor-Billroth-Str.

Dienstag: 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr (Anfänger)

19.00 Uhr bis 20.00 Uhr (Fortgeschrittene)

Turnhalle jetzt: Kleine Halle, Gymnasium Alfred-Faust-Str.

Donnerstag: 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr (Ab Gelbgurt)

19.30 Uhr bis 20.30 Uhr (Erwachsene und 15+)

Christian Umbach



JU-JUTSU

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



Liebe Freunde unseres Sports.

In der Ju-Jitsu Abteilung trainieren wir weiterhin sehr intensiv an Techniken aus verschiedenen Stilrichtungen und bereiten sowohl die Kinder als auch die Erwachsenen auf Gürtelprüfungen vor.

Unsere Kollegin Ragna Meyer hat Anfang August die Prüfung zum blauen Gürtel (2. Kyu) gemeistert und hat damit die Trainer-C Lizenz vom Bremer Ju-Jitsu Verband erhalten. Wir freuen uns sehr über Ragnas Leistung und die Erweiterung unseres Trainerteams.

Im August fand außerdem das alljährliche Bundesseminar des Deutschen Ju-Jitsu-Verbandes (DJJV) in Bad Blankenburg statt. Hier hat Jan-Philipp mit der Arbeitsgruppe Selbstverteidigung (AG-SV) Lehrgänge und Szenarientraining angeboten, damit die Teilnehmer klassische Ju-Jitsu Techniken in Konfliktsituationen anwenden konnten.

Darüber hinaus konnten wir am 9. September Hagen Steinhauer (1. Dan Judo) vom PSV Bremen als Gasttrainer zu unserem Erwachsenentraining begrüßen, um unsere Judo-Kenntnisse zu vertiefen. Hagen hat erst kürzlich seine Trainer-B Lizenz erhalten und zeigte

uns verschiedene Ansätze für den Innenschenkelwurf (Uchi-Mata). Außerdem bekamen wir eine Einführung in die Judo Wettkampffregeln, die sich natürlich stark vom Ju-Jutsu unterscheiden. Zwei Gruppen absolvierten zum Schluss ein Team-Duell, bei dem sehr spannende Zweikämpfe zu sehen waren. Wir danken Hagen für die Zeit und freuen uns die Zusammenarbeit mit dem PSV auszubauen.



Nach den Herbstferien werden wir unsere Trainingszeiten erweitern, um eine Einheit für Jugendliche zwischen 14 und 18 anzubieten.

Ju-Jutsu beinhaltet alle Distanzen des Kämpfens und enthält Schlag- und Tritttechniken, 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.

Das Training findet in der Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Str. statt.

Altergruppe	Trainingszeit
Vorschulkinder 5 – 6 Jahre	Samstags 10:00 – 11:00 Uhr
Kinder 6 – 8 Jahre	Samstags 10:45 – 12:00 Uhr
Kinder 8 – 14 Jahre	Montags 18:00 – 19:30 Uhr
Jugendliche zwischen 14 und 18	Dienstags 18:00 – 20:00 Uhr
Jugendliche und Erwachsene ab 14	Montags 19:30 – 21:30 Uhr
	Mittwochs 18:00 – 20:00 Uhr

Christoph Buck





FECHTEN

Abteilungsleiter
Joachim Hoops
Mobil: 0162 - 91 91 683
E-Mail: fechten@tuskometarsten.de



Liebe Freunde des Fechtportes,

wir begrüßen unseren neuen Abteilungsleiter Joachim Hoops und freuen uns, dass er uns mit seinem Fachwissen und langjähriger Erfahrung zur Seite steht.

Gleichzeitig bedauern wir den Rücktritt von Jens Pursche als Abteilungsleiter, der durch sein außerordentliches Engagement und seinen unermüdlichen Einsatz unsere Fechtabteilung erfolgreich geführt hat.

Die Fechtsaison startete offiziell am 01. August. Ziel ist es, dass wieder möglichst viele Fechter und Fechterinnen – besonders die jüngeren Jahrgänge- an den anstehenden Turnieren im Herbst und Winter teilnehmen.

Interessierte Personen, ob jung oder alt, sind jederzeit herzlich willkommen in unseren Sport reinzuschnuppern.

Unsere Trainingszeiten:

- für Kinder ab 8 J. mittwochs von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr (Turnhalle GS Korbhauser Weg).
- Jugendliche und Erwachsene ab 14 J. mittwochs von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr und freitags von 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr in der Sporthalle am Korbhauser Weg.

Natascha Ebert

-
- 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



BADMINTON

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



Saisonbeginn mit den Landesmeisterschaften der Jugend

Auch in diesem Jahr fanden wieder die Jugend - Landesmeisterschaften am 07. und 08. September beim PSV-Bremen statt, und wir waren auch wieder dabei! Unsere Jugend konnten sehr gute Leistungen abrufen, die auch mit Podestplätzen belohnt wurden!

Am Samstagmorgen ging es mit dem **Gemischten Doppel** los. In der Altersklasse U15 trat **Johann Schöttmer** mit **Lea-Sophie Mews** (PSV) an und konnte sich den dritten Platz in spannenden drei Sätzen erkämpfen, ebenso wie **Mariella Lies** und **David Koehler** in U22 Im Gemischten Doppel U19 konnten **Mika Schöttmer** und **Jonah Colin Schröder** (PSV) eine **Goldmedaille** nach Hause bringen.

Am Samstagmittag ging es dann mit den **Doppeln** weiter. Dort belegte im Jungendoppel U15 **Johann Schöttmer** mit **Justus Cordes** (OT-Bremen) den zweiten Platz. Zudem konnten sich **Sebastian Albrecht** mit **Mohammad Sheykhi** (PSV) im **Jugenddoppel U17** den dritten Platz sichern. **Gold** gab es im **Mädchendoppel U19** für **Mika Schöttmer** zusammen mit **Yingran Xu** (TV Eiche Horn) Die **Goldmedaille** gewannen ebenfalls **Jonas Daverschot** und **David Koehler** im Herrendoppel U22.

Nach diesem anstrengenden Tag, folgten am Sonntag die **Einzel-Wettkämpfe**. Hier konnte sich **Johann Schöttmer** im Jungeneinzel U15 einen tollen dritten Platz sichern, nachdem er im Halbfinale ein starkes Spiel machte, aber sich knapp geschlagen geben musste. Im Jungeneinzel U17 verlor **Sebastian Albrecht** das Finale in einem hochklassigen Spiel und gewann somit **Silber**. **Mika Schöttmer** musste sich genau wie Sebastian im Finale ihrer Doppelpartnerin geschlagen geben und gewann so die **Silbermedaille** im Dameneinzel U19. Ebenfalls im Dameneinzel U19 trat **Mariella Lies** an, die sich in einem spannenden Spiel den **dritten Platz** sicherte.

Warneke + Schulz
Bad + Heizung

 **823339**

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

warneke-schulz.de



Dieses erfolgreiche Wochenende war gleichzeitig der Startschuss für die anstehende Saison, welche am 14./15. September begann. Wir wünschen unserer ersten Mannschaft in der Verbandsliga, unserer zweiten Mannschaft in der Bezirksliga, unserer dritten Mannschaft in der Kreisliga und natürlich auch unserer Jugend und unseren Schülern einen guten Start in die Saison und viel Erfolg!

Mika Schöttmer



Werbegemeinschaft Habenhausen

www.werbegemeinschaft.de

BALKAN-HÜTTE
Jugoslawisches Restaurant

Landauer Weg 31 · 28279 Bremen
Telefon (04 21) 83 31 35
www.balkanhuette.de

Green-Kreis-Zentrum Habenhausen
Praxis für physikalische Therapie

Tel. 0421-83 73 30
Habenhauser Dorfstraße 2 · 28279 Bremen · Fax 0421-3 97 01 04

Musikschule und Mozart-Mitmachsstelle
Ltg. Bettina Pilster
Appella della musica
casa della musica

Hamburger Str. 15/Habenhauser Landstr. 282, 28205/28279 Bremen
Tel. 0421-43381694 • www.casadellamusica.de
Facebook.com/casadellamusica

Malermeister Rainer Zieris

- Exklusive Malerarbeiten
- Fassadengestaltung
- Trockenbau
- Spachtel- und Wischtechnik
- Stuckarbeiten
- Parkettverlegung
- Teppichverlegung
- Graffiti-entfernung

Würtgen 26 · 28279 Bremen · Tel.: 04 21/82 86 866

Goldschmiedewerkstatt Hoops

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

ThokuToys

Thoran Küsel
Hermann-Helms-Str. 4 • 28279 Bremen
Tel. 0421 878 49 866 • E-Mail: info@thokutoys.de
www.thokutoys.de

Auszeit **Gaststätte Auszeit**
Inh.: Anja Seebeck
Astrid Meyer

Egon-Kähler-Straße 145, 28279 Bremen
Telefon: 0421-82820218
E-Mail: Auszeit-Arsten@web.de

ARSTERDAM APOTHEKE

Setzen Sie auf die Heilkraft der Natur.
Lieferservice zu Ihnen nach Hause

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



PIERACH
MALEREIBETRIEB

04 21.878 59 65 · www.pierach.com

DIE FELDBLUME
Floristik | Dekoration

Telefon 0421-89844344 · www.diefeldblume.de

Ihr ambulanter Pflegedienst

Zentrale Pflege
Tel. 0421 809543 Bremen

HANSEATIC DESIGN
TEXTILREINIGUNG UND DRUCK
T-SHIRTS PULS DOPPERS CAPS
www.textilreinigungsbrem.de
PHONE: 0176 60174076

ELEKTRO OELCKERS
Mit Energie in die Zukunft.

Elektro Oelckers GmbH & Co. KG
Ziegelbrennerstraße 10 · 28279 Bremen
Tel. 04 21 / 83 18 22 · www.elektro-oelckers.de

WENN versichern, DANN persönlich!

Vertretung Giuseppe Carrera
Tel. 0421 876664 carrera@oevb.de

ÖVB
fair versichert

Finanzgruppe

meinschaft n-Arsten e.V. t-habenhausen-arsten.de

**IHR OPTIKER
HEINRICH**

Arsterdamm 150 • 28279 Bremen
☎ 82 44 22

GelBaum
GARTENPFLEGE

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

Telefon: 0421 4173758 • gebaum-baumpflege@gmx.de
www.gebaum-baumpflege.de

Schon gehört? Hören begeistert!

auric HÖRGERÄTE

Uns gibt es jetzt auch in Habenhausen
auric Hörcenter in Bremen
Habenhauser Landstraße 140
vorl. Telefon: 0421 49939142
E-Mail: bremen@auric-hoercenter.de

Hörakustikermeister und
Betriebsleiter Waldemar Linder

www.auric-hoercenter.de/bremen

Telefon: 0421 83 99 690
www.drewes-klatte.de

Drewes & Klatte
Raumausstattung

Drinnen ist es am schönsten.

Mobile Fußpflege
Angela Georgy

Bartohl-Brecht-Weg 17
28279 Bremen
Tel.: 0421/543991
Mobil 0151/19078611
Fax 0421/93387911
E-Mail: angela.ufp@t-online.de

HAUSBESUCHE

JENS FEHRMANN
Technik & Anlagentechnik

Helmholtz-Str. 11 • 28279 Bremen
Tel. 0421 / 83 13 34
0-28279 Bremen Fax 0421 / 479 47 46

Handwerker-Gesellschaft e.V.



KOSCHADE
physiotherapie | geschule | wellness

Tel. 0421 835728-3
www.physiotherapie-koschade.de

**ALBRECHT DÜRER
APOTHEKE**

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

Deichblick

HABENHAUSEN
Stefan Fahrenholz
Bunnsackerweg 28 | 28279 Bremen
Tel. 0421-83 15 73 | E-Mail: s.fahrenholz@t-online.de
Web: www.deichblick-habenhausen.de

Bei uns in guten Händen! Seit 1969

Niekerke
Malermalermeister GmbH
www.niekerke-malermalermeister.de

0421 - 44 11 95

FITNESS STUDIO
Walden

Die Profis im Präventions- und Rehabilitations-Training

Alfred-Faust-Straße 11 • 28277 Bremen
Telefon 0421 / 82 61 18
E-Mail: info@walden-fit - www.walden.fit

Altbausanierung
Reparaturen, Fliesenarbeiten
Um-, An- und Neubau

Uwe Haßelmann
Inh. Oliver Schulz • Baugeschäft GmbH
28279 Bremen • Friedrich-Engels-Straße 5
Telefon 04 21 / 83 19 55 • Fax 04 21 / 83 45 72

FEIERWORKER
Feuer & Flammen für viele Events

Arster Landstraße 39 ☎ 0421 - 43 00 112

Warneke + Schulz
Bad + Heizung

823339
Arster Hemm 52 • 28279 Bremen • E-Mail: info@warneke-schulz.de
warneke-schulz.de



FUSSBALL

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



Hallo liebe Sportfreunde,

die Fußballer sind aus den Sommerferien zurück und seit einigen Tagen ist es gewohnt voll zu den Trainingszeiten auf der Sportanlage.

Unsere **1. Herren** hat ein komplett neues Gesicht bekommen und auch auf der Trainerbank sitzen nun mit Ali, Riccardo und Steven „neue“ Gesichter der Landesligamannschaft. Alle drei sind seit einigen Jahren unserem Verein treu, wie auch fast die komplette Truppe aus Arster Jungs besteht. So hoffen wir nun endlich ein Team gefunden zu haben, das über mehrere Jahre zusammen bleibt und es genießt für den TKA aufzulaufen.

Die **zweite Herrenmannschaft**, die von Felix Niemeier gecoacht wird, ist nach ihrem Aufstieg in die Kreisliga B bereits wieder in der Spitzengruppe anzutreffen. Wir werden sehen, wo die Reise noch hingehet.

Im **Jugendbereich** ist es uns endlich wieder gelungen, eine U19 zu stellen und auch dort ist unser Ziel, so viele Jungs wie möglich in den Herrenbereich zu überführen. Hier hat Jörg Stelle das Zepter in der Hand und wird von den U17-Trainern Daian und Nils unterstützt.

In den **jüngsten Altersstufen** brennt derzeit sprichwörtlich der Baum, denn es gibt dermaßen viele Anfragen, dass wir leider immer noch mit einer Warteliste arbeiten müssen, da uns schlichtweg die Trainer fehlen, um allen Kindern gerecht zu werden.

Die **Mädels** sind auch wieder flott unterwegs und jagen dem runden Leder nach. Auch hier ist ein großer Andrang zu spüren, was mit Sicherheit auch an dem Engagement von Monique, Boukje und Karsten liegt, die in Zusammenarbeit mit ihrer Koordinatorin Julia die Mädchen sehr gut weiterentwickeln.

Bei den **Seniorenteam**s rollt der Ball ebenfalls und auch hier wird weiterhin der gemütliche Teil nach dem Spiel gepflegt, in dem noch einmal einige Spielszenen und Situationen intensiv besprochen werden.



Uwe Haßelmann Baugeschäft GmbH
Geschäftsführer Oliver Schütz



- 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

In der nächsten Ausgabe dieser Vereinsnachrichten wird dann aus allen Bereichen eine sportliche Tendenz vermeldet, wenn die erste Saisonhälfte sich dem Ende nähert. .

Bis dahin...

Matthias Haase

DA GEHT WAS. – Walking-Football

Diese seit 2011 in England erfundene Spielart im Fußball fasst auch bei uns Fuß. Es kommt auf das gezielte Passspiel an. Jede Laufbewegung wird abgepiffen.

Ja, es geht voran. Nach nur 3 Trainingskicks haben wir am 24. August schon ein Freundschaftsspiel gegen die TSG Seckenhausen/ Fahrenhorst bestritten.

Nach der Begrüßung durch unseren Ehrenvorsitzenden Reinhard Brinkmann (der Versuch ihn auch zum Spielen zu aktivieren scheiterte aber im Vorfeld) wurden 4x15 Minuten gespielt. Unter der Leitung der für Gehfußball ausgebildeten Schiedsrichterin Sylvia Heitmüller wurde das Spiel absolut fair durchgeführt. Körperliche Attacken gibt es beim Gehfußball nicht, es läuft alles unter dem Motto Gesundheitssport. Jeder versucht zu spielen, was er kann. Das Ergebnis betrachten wir eher als nebensächlich. Laut der Schiedsrichterin angeblich ein 6:6, da hat sie aber netterweise mindestens 2 Tore von Seckenhausen wissentlich unterschlagen. Das Team aus dem Nachbarort spielt dort schon seit einem Jahr zusammen, und am Anfang merkte man das recht deutlich. Für die Vereinshistorie: Das 1. Tor für den TuS Komet Arsten im Walking Football überhaupt hat übrigens unser Sportfreund Peter Groth erzielt.



Unser Team bildet sich zur Zeit noch mehrheitlich aus ehemaligen Spielern der Ü60 (aber die Quelle ist jetzt erschöpft), die aufgrund körperlicher Probleme sonst gar nicht mehr Fußball spielen würden, oder einfach im normalen Punktspielbetrieb nicht mehr mithalten können. Aber auch der ein oder andere fitte Aktive, der durchaus Spaß an der Sache gefunden hat, ist dabei. Wir wollen uns einfach etwas bewegen, und auch die Geselligkeit etwas pflegen. In erster Linie geht es uns um das Trainieren, vielleicht werden wir aber auch das ein oder andere Spiel gegen nicht zu starke Mannschaften bestreiten. Das ist dann natürlich jedem Einzelnen freigestellt, daran teilzunehmen.

Unsere Trainingskicks finden samstags um 10:00 Uhr (aber im Moment noch im 2- oder 3 Wochenrhythmus, also nicht jeden Samstag) auf der Anlage am Korbhauser Weg statt. Wer Lust hat in unserer Gemeinschaft mitzumachen, kann sich gerne bei mir unter Tel. 0176 - 40496557 melden.

Im Organisationsbereich wollen/müssen wir uns natürlich noch verbessern. Für offizielle Spiele fehlen uns z.B. momentan richtige Tore (3x1m), das hätte schon mehr Niveau als die momentan genutzten Stangen. Gedacht ist Gehfußball in erster Linie für Frauen ab 40 und Herren ab 55 Jahren. Nach oben gibt es da keine Grenze. Aber auch gerne bei körperlichen Einschränkungen nachfragen.



Harry Köpsel

FACTORY OUTLET

BIS ZU
60%
RABATT



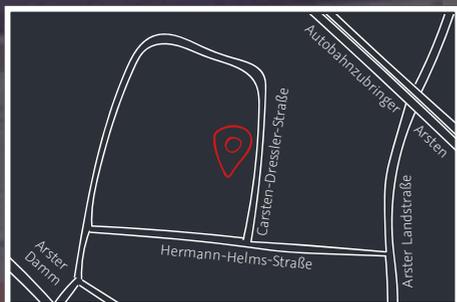
PADDOCK'S[®]



redpoint
back to nature

fransa[®]

PADDOCK'S - EINE BREMER MARKE MIT MODE AUS EIGENER HERSTELLUNG.



Besuchen Sie das **PADDOCK'S OUTLET** und profitieren Sie von unseren exklusiven Angeboten und Sonderaktionen.

Carsten-Dressler-Straße 17, 28279 Bremen

MO-FR 10.00 - 18.00 Uhr
SA 10.00 - 13.00 Uhr
Telefon 0421 84 01 146



Familienfreundliches Wohnen in Bremen-Arsten

Neue Reihenhäuser am Wadecker Fleet

In Zeiten von steigenden Baukosten, angespannten Lieferketten und verschärften Kapazitätsengpässen mag es scheinen, als wäre der Neubau von Wohnraum ein gewagtes Unterfangen. Doch wir lassen uns von diesen Herausforderungen nicht entmutigen. Denn wir sind überzeugt, dass qualitativ hochwertige Immobilien auch in schwierigen Zeiten eine gute Investition sind.

Sie suchen ein neues Zuhause für Ihre Familie? In Bremen-Arsten bauen wir moderne Reihenhäuser mit bis zu sechs Zimmern und großzügigen Wohnflächen von ca. 137 bis 141 m².

Der Bedarf an familienfreundlichem Wohnraum in Bremen ist groß und Arsten ein beliebter Stadtteil mit einer hervorragenden Infrastruktur. Grünflächen, Spielplätze, Schulen, Ärzte und Einkaufsmöglichkeiten sind schnell zu Fuß zu erreichen und dank guter Verkehrsanbindungen ist man in weniger als 20 Minuten in der Innenstadt.

An der Hans-Hackmack-Straße, direkt am Fleet und in unmittelbarer Nähe zum idyllischen Wadeckersee entstehen unsere großzügigen Reihenhäuser mit variabler Grundrissgestaltung. Besonders hervorzuheben ist die Ausstattung mit einer Luft-Wasser-Wärmepumpe und der dazugehörigen Photovoltaikanlage für die Stromerzeugung.

Von klein bis groß, von offen bis gemütlich: Ihr neues Zuhause entsteht nach Ihren Wünschen und Anforderungen. Wählen Sie aus verschiedenen Grundrissvarianten und gestalten Sie Ihr Reihnhaus gemäß Ihren persönlichen Bedürfnissen. Neugierig? Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite: <https://www.brebau.de/reihenhaeuser-arsten/>

Am 17. November 2024 öffnet von 14 bis 16 Uhr unser Musterhaus in der Hans-Hackmack-Straße 22, 28279 Bremen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kontakt:

Zusätzliche Informationen erteilt Frank Peters von der BREBAU GmbH (Telefon 0421 3496255 oder per Mail an fr.peters@brebau.de). Internet: www.brebau.de/reihenhaeuser-arsten

1.C-Jugend wurde neu ausgestattet durch Sponsoren

Ein herzliches Dankeschön an unsere Sponsoren, die die 1. C-Jugend mit neuen Sportartikeln versorgen, so stellte das

Frank Kranz



die Firma „MIT SICHERHEIT“ stattete das Team mit einem Trikotsatz aus.



die neuen Rucksäcke wurden vom Marktkauf Habenhausen zur Verfügung gestellt.



Hansa-Carre die neuen Präsentationsanzüge (lange Hose, Hoodie und T-Shirt)

www.ivent-foto.de



Hochzeiten 2025

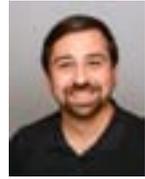
Euer Tag, Eure Erinnerungen.

Ivent-foto



TENNIS

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



100 Mitglieder – Jahresziel erreicht!

Nachdem die Anzahl der Mitglieder der Tennisabteilung im Jahr 2022 auf gut 70 gesunken ist, sind wir seitdem wieder ordentlich auf Wachstumskurs. Im September 2024 haben wir die 100er Marke wieder geknackt und steuern bereits in Richtung 110 Mitglieder.

Diese positive Entwicklung konnte man in diesem Sommer auch auf unseren Plätzen spüren. Erstmals seit Jahren konnte man nicht jederzeit spontan einen freien Platz finden. An manchen Tagen waren alle unsere 4 Außenplätze belegt! Durch das BookAndPlay System war das aber kein Problem, denn so konnte jeder seine Wunschzeit im Voraus reservieren. Dieses System wird 2025 nun auch auf Platz 1 eingeführt, womit dann alle unsere Plätze digital reservierbar sind.

Wir möchten an dieser Stelle alle neuen Mitglieder willkommen heißen! Alle Regelungen rund um den Tennisbetrieb beim TuS Komet Arsten, einschließlich Arbeitsdienste, gibt es hier: <https://www.tus-komet-arsten.de/tennis/infos-spielbetrieb/>

Die Trainingszeiten wurden im Winter erweitert, sodass dienstags und freitags sogar auf zwei Plätzen gleichzeitig in der Halle trainiert wird, zusätzlich zu den bisherigen Zeiten von Montag-Freitag 16.00-20.00 Uhr. Dies haben wir gemacht, um allen Interessenten einen Trainingsplatz anbieten zu können. Denn am Anfang der Wintersaison waren ca. 60 Anmeldungen eingegangen und die Zahl steigt!

Mit der wachsenden Zahl der Mitglieder und Trainierenden wird allerdings auch der organisatorische Aufwand größer. **Wir brauchen dringend Unterstützung** und bieten ab der Wintersaison im Gegenzug kostenloses Training 1x in der Woche in einer 4er Gruppe, für alle Funktionsträger der Tennisabteilung.

Folgende Funktionen sind noch zu besetzen:

- Sportwart + Stellvertreter
- Jugendwart + Stellvertreter
- Pressewart
- Platzwart

In der kommenden Sommersaison werden wir neben unseren Jugendmannschaften eine Herren 30 und eine Herren 40 Mannschaft melden. Wir würden auch gerne wieder eine Damenmannschaft melden und suchen dafür noch Interessenten! Anmeldeschluss ist Ende Januar. Bei Interesse meldet Euch gerne bei unserem Abteilungsleiter!

Auch dieses Jahr wird es unser jährliches Weihnachts-Spaßturnier geben. Eingeladen sind alle, die Lust auf Tennis haben. Gespielt wird auf Kleinfeld, mit Stage 3 Bällen und auch wenn es ein Turnier ist, steht der Spaß im Vordergrund. **Das Weihnachts-Spaßturnier findet am Samstag, 07. Dezember von 11:00 bis 18:00 Uhr statt.** Anmelden kann sich jeder unter folgendem Link: <https://tinyurl.com/TKA-Weihnachtsturnier-2024>

Die Teilnahme ist für in der Wintersaison angemeldete Trainierende kostenlos. Familienangehörige, Vereinsmitglieder und Gäste zahlen 5,00€. Anmeldeschluss ist Sonntag, der 01. Dezember. Voraussetzung für die Teilnahme am Turnier ist das Spielen mit Tennis-Hallenschuhen ohne Profil, für Teppichboden!

Auch ein Feriencamp ist in diesem Winter wieder geplant. Dieses findet am 21.-22. Dezember statt, in unserer Tennishalle. Die Anmeldung läuft bis zum 15. Dezember unter <https://tinyurl.com/TKA-Tennis-Camp-12-2024>

Der erste Fränki-Cup beim TuS Komet Arsten war ein voller Erfolg. Alle Teilnehmer hatten Spaß und haben einstimmig beschlossen, dass der Fränki-Cup wiederholt werden muss. So wird die nächste Auflage des Fränki-Cups am 22.- 23. Februar 2025 stattfinden. Da wir in der Halle nur zwei Plätze haben, sind wir auf 16 Teilnehmer pro Spieltag beschränkt. Aus diesem Grund findet der Cup an zwei Tagen statt und es sind ausdrücklich auch Gäste erwünscht, die unseren Verein kennenlernen wollen. Anmeldungen sind bis zum 09. Februar möglich unter: <https://tinyurl.com/TKA-Fraenki-Cup-02-2025>

Mehr Infos zum Fränki-Cup wird gibt es hier: <https://frankicup.de/>

Die Teilnahme am Fränki-Cup kostet für Mitglieder der Tennisabteilung 10,00€. Gäste zahlen 20,00€. In der Teilnahmegebühr ist ein warmes Buffet inklusive!

Hier sind ein paar Impressionen vom 1. Arster Fränki Cup!



Wenn ihr noch mehr über das Leben in der Tennisabteilung erfahren wollt, folgt uns bei Instagram unter www.instagram.com/tennis_tka/ besucht unsere Website <https://www.tus-komet-arsten.de/tennis/> oder meldet euch für unseren Newsletter an. Dafür schickt Ihr bitte eine Mail an tennis@tuskometarsten.de.

Ich freue mich darauf, viele von Euch in diesem Winter in der Halle spielen zu sehen!

Adrian Leu

Tennissaison 2024, Herren 50 Doppel (6er)

Auch in diesem Jahr haben wir wieder am Punktspielbetrieb „Herren 50 Doppel“ teilgenommen. In der Doppelrunde werden pro Spieltag zwei Runden mit jeweils 3 Doppel gespielt, wobei in der zweiten Runde die Doppelpartner gewechselt werden müssen. Gespielt wird pro Match ein langer Satz mit 9 Spielen. Kommt es zum Gleichstand von 8:8, wird das 9. Spiel über den Satztiebreak entschieden. Eine Zusammensetzung der Doppel ist beliebig, die Aufstellung nach Leistungsklassen der Spieler gibt es nicht.

Hatten wir in den letzten Jahren oft Schwierigkeiten aus personellen Gründen überhaupt eine Mannschaft melden zu können, haben wir in diesem Jahr durch Mitgliederzuwachs der Tennisabteilung auch Mitglieder gewonnen, die unsere Mannschaft unterstützen konnten.

Folgende Mitglieder unserer Mannschaft kamen in dieser Saison zum Einsatz:

Jürgen Arth, Rainer Aulich, Ernst Brüggemann, Michael Gatermann, Dietmar Hinz, Wolfgang Keller, Wilfried Lampe, Volker Sassenberg.

Am **ersten Spieltag (Mittwoch, 08. Mai)** mussten wir zum TV Bruchhausen-Vilsen. Ein Problem war, dass durch den frühen Saisonstart einige unserer Spieler zum ersten Mal in dieser Saison auf einem Ascheplatz spielen mussten. Die wunderschöne Tennisanlage unseres Gastgebers liegt mitten im Park von Bruchhausen-Vilsen. Auch das Wetter stimmte, wir hatten einen herrlichen Sommertag. Nur mit den Ergebnissen konnten wir nicht zufrieden sein. Nur ein Doppel konnten wir für uns entscheiden, das klar mit 9:1 gewonnen wurde. So ging unser erster Spieltag glatt mit 1:5 verloren. Wir mussten anerkennen, dass unser Gastgeber ein wirklich starker Gegner war.

An den Tagen vor unserem **zweiten Spieltag (Mittwoch, 22. Mai)** herrschte wunderbares Sommerwetter. Ausgerechnet für diesen Tag - wir hatten den TV Eiche Horn zu Gast - wurde Regen vorausgesagt, und so kam es dann auch. Noch kurz vor Spielbeginn wurde mit der Gastmannschaft telefonisch vereinbart, den Beginn um zwei Stunden von 10:00 Uhr auf 12:00 Uhr zu verlegen, da ab der Mittagszeit mit besserem Wetter zu rechnen sei. Es regnete zwar nicht mehr, aber immer wieder fielen ein paar Tropfen. Die erste Runde haben wir dann auch halbwegs trocken überstanden. Unser erstes und drittes Doppel hatte gewonnen, wobei unser drittes Doppel es noch einmal richtig spannend machte. Bei einem Spielstand von 8:8 wurde das neunte und entscheidende Spiel im Tie-Break ausgespielt, den unser Doppel knapp gewann. So stand es nach der ersten Runde 2:1 für uns. Obwohl Nieselregen einsetzte, begannen wir mit dem zweiten Durchgang. Trotz der erschwerten Bedingungen wollten dennoch alle den Spieltag zu Ende bringen. Leider konnten wir nur noch ein Doppel gewinnen, sodass der regnerische Spieltag versöhnlich mit einem 3:3 Unentschieden endete.

Auch der Wetterbericht kann sich irren. Für unseren **dritten Spieltag (Mittwoch, 05. Juni)** wurde wieder Regen vorausgesagt. Unsere Gastgeber, der TV 1905 Syke, empfahl uns, Hallenschuhe mitzubringen, um gegebenenfalls den Spieltag in der Halle durchzuführen. Es kam anders, es wurde ein sonniger Tag auf der schön gelegenen Anlage unseres Gastgebers. Im ersten Durchgang konnte nur unser zweites Doppel einen klaren Sieg (9:3 Spiele) erringen. Unser erstes Doppel machte es dabei noch einmal spannend. Nach einem 2:7 Rückstand konnte es auf 7:8 Spiele aufholen. Leider hat es dann doch nicht mehr ganz gereicht – das Match ging mit 7:9 Spielen verloren. Auch im zweiten Durchgang konnten wir leider nur noch einen Sieg erringen. Unser drittes Doppel gewann mit 9:7 Spielen. So endete der dritte Spieltag mit 4:2 Matches für den Gastgeber. Bei einem gemeinsamen Essen auf der sonnigen Außenterrasse der Gastronomie mit einem herrlichen Blick über die gesamte Anlage des TV 1905 Syke, war die Niederlage fast vergessen.

Na also – es geht doch! Nach zwei Niederlagen und einem Unentschieden konnten wir am **vierten Spieltag (Mittwoch, 19. Juni)** unseren ersten Sieg beim TusG Ritterhude feiern. Wieder herrschte fast optimales Tenniswetter, vielleicht etwas zu windig. Ebenso optimal war die sehr gut gepflegte Tennisanlage unseres Gastgebers. Und es lief gut, obwohl unser erstes Doppel gleich mit 1:3 Spielen in Rückstand geriet. Aber dann hatte sich das Doppel gefangen und erspielte sich einen sicheren 9:5 Sieg. Auch unser zweites und drittes Doppel konnten ihre Matches klar mit 9:4 und 9:7 Spielen gewinnen. So ging unsere Mannschaft zur Pause mit 3:0 Matches in Führung. Ein Sieg fehlte noch, um auch den Spieltag zu gewinnen.

Unser erstes Doppel machte es kurz und gewann glatt mit 9:1 Spielen. Kurz darauf beendete auch unser zweites Doppel sein Match mit 9:4 Spielen. Unser drittes Doppel machte es noch einmal spannend. Es führte mit einem Break, aber der Gegner holte sich das Break zurück, sodass es zu einem Spielstand von 8:8 kam. Das entscheidende neunte Spiel musste im Tiebreak ausgetragen werden. Dieser war hart umkämpft. Wieder

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

ging es über ein 8:8. Letztendlich hat es dann doch nicht mehr ganz für unser Doppel gereicht. Der so umkämpfte Tiebreak ging mit 8:10 Punkten verloren und somit auch das Match mit 8:9 Spielen. Aber das tat unserer guten Stimmung keinen Abbruch. Wir gewannen den Spieltag mit 5:1 Matches.

Regen, Regen, Regen – alle Tage Regen. Am **fünften und somit letzten Spieltag (Mittwoch, 3. Juli)** ließ der Wettergott extra seine Himmelsschleusen geschlossen. Wir hatten den SC Weyhe v. 1913 zu Gast. Laut dem Zwischenstand der Liga-Tabelle war diese Mannschaft ein mindestens ebenbürtiger Gegner, es sollte also spannend werden.

Unsere Doppel stellten wir personell wieder mit der gleichen Taktik, wie bei unserem letzten Erfolg, auf. Und das war gut so. Allein unser drittes Doppel variierte personell. Unser erstes Doppel hatte es sogleich sehr eilig und gewann klar mit 9:0 Spielen. Auch unser zweites Doppel gewann kurz darauf mit 9:6 Spielen. Anfangs führte unser drittes Doppel leicht, musste sich aber letzten Endes doch noch im Tiebreak geschlagen geben. So führten wir nach der ersten Runde mit 2:1 Siegen.

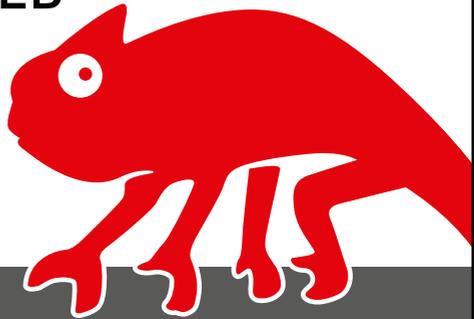


v.l.: Volker Sassenberg, Michael Gatermann, Jürgen Arth, Dietmar Hinz, Wolfgang Keller, Wilfried Lampe, Rainer Aulich, Ernst Brüggemann

Um den Spieltag zu gewinnen, mussten wir in der zweiten Runde mindestens noch zwei Siege erringen. Also auf in die zweite Runde mit wechselnden Partnern. Wieder hatte unser erstes Doppel es eilig und gewann noch einmal klar mit 9:0 Spielen. Dagegen machte es unser zweites Doppel richtig spannend. Nach einem fast aussichtslosem

PIERACH

MALEREIBETRIEB



0421.87 85 965 · www.pierach.com

0:4 Rückstand, gewann es doch noch sensationell mit 9:6 Spielen. Leider konnte unser drittes Doppel keinen Sieg erringen. So gewannen wir den Spieltag mit 4:2 Matches, ein perfekter Saisonabschluss.

Mit zwei Siegen, zwei Niederlagen und einem Unentschieden wurde es für uns eine ausgesprochen ausgeglichene Saison. In der Tabelle belegten wir den 4. Platz nach dem punktgleichen SC Weyhe.

Natürlich haben wir uns besonders über unsere Siege gefreut, aber wichtiger ist es in unserer Altersgruppe Spaß und Freude an der Bewegung und der Gemeinschaft zu haben, und das hatten wir bei all unseren Begegnungen. unsere Gastronomie trug wieder dazu bei, dass wir gemeinsam mit unserem Gegner einen unterhaltsamen und harmonischen Saisonabschluss feiern konnten.

Ernst Brüggemann

Abschlusstabelle Tennissaison 2024, TNB Doppelrunde H50								
Rang	Mannschaft	Begeg.	S	U	N	Pkt.	Matches	Spiele
1	TV v. 1905 e.V. Syke	5	4	1		9:1	24:06	247:146
2	TV Bruchhausen-Vilsen e.V.	5	2	2	1	6:4	16:14	209:188
3	SC Weyhe v. 1913	5	1	3	1	5:5	16:14	184:214
4	TuS Komet Arsten e.V.	5	2	1	2	5:5	15:15	206:191
5	TV Eiche Horn e.V.	5	0	3	2	3:7	11:19	180:210
6	TusG Ritterhude	5	0	2	3	2:8	08:22	170:247

• 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

PARTNER
KNX 



TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT

Abteilungsleiterin Marina Streppel
0170-1065743
E-Mail: turnen@tuskometarsten.de



Liebe Mitglieder,

nachdem bereits in der letzten Ausgabe bekanntgegeben wurde, dass Kathy und Birte von ihrem Amt zurücktreten und dieser Rücktritt zum 29.08.2024 erfolgte, bleibe ich weiterhin im Amt. Seit 01.08.24 bin ich in Teilzeit für die Abteilungsleitungstätigkeiten und einige Übungsleitungsstunden im Kinderbereich beim TuS angestellt.

Ich freue mich weiterhin Ansprechpartnerin für Kinder und ihre Eltern, aber selbstverständlich auch für alle ÜbungsleiterInnen und Mitglieder im Erwachsenensport und somit in der gesamten Abteilung zu sein. Bitte wendet euch gerne telefonisch oder per Mail mit euren Anliegen an mich. Der einfachste und unkomplizierteste Weg ist in den meisten Fällen, falls verfügbar: WhatsApp.

Auf unserer Website halte ich stets alle Abteilungsbelange aktuell und informiere dort regelmäßig über wichtige Neuigkeiten.

Beitrags erhöhungen zum 01. Oktober

Bei der außerordentlichen Mitgliederversammlung am 29. August wurde einstimmig beschlossen, dass die Mitgliedsbeiträge zum 01. Oktober wie folgt erhöht werden:

- Für Kinder um 1€ auf 5€/ Monat
- Für Erwachsene um 0,50€ auf 9€/ Monat.
- Der Passivbeitrag bleibt von der Erhöhung unberührt.

Die Beitragserhöhungen sollen die Mehrkosten decken, die durch die Einführung einer hauptamtlich tätigen Person entstehen. Anders als bei einer rein ehrenamtlich geführten Abteilung entstehen durch das (nötige) Hauptamt Mehrkosten durch Sozialversicherungs- und Steuerabgaben, die somit refinanziert sind.

Neue Krabbelgruppen ergänzen unsere Delfi®-Kurse

Wir bieten ab sofort neue Kurse im 10er-Ticket für unsere Aller kleinsten an.

Mit unseren Kursangeboten für Babys wollen wir Babys in jedem Alter das ganze Jahr über ein Angebot anbieten.

Ergänzend zu unseren Delfi®-Kursen bieten wir ganz neu ab August unsere neuen Mini-Kometen/ Midi-Kometen Kurse an.

Somit bieten wir dir und deinem Kind die Möglichkeit jeweils in 10er-Blöcken

die Delfi®-Kurse und Mini-Kometen/ Midi-Kometen Kurse zu kombinieren und decken damit ein Angebot für das komplette erste Lebensjahr ab.

Alle Infos dazu findest du auf unserer Website.



QR-Code Whatsapp an mich



QR-Code Website Turnen-Fitness-Gesundheit

Tag des Kinderturnens

am Sonntag, 10. November von 10:00 - 14:00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule an der Alfred-Faust-Straße



Der Tag des Kinderturnens ist für alle Kinder, egal ob Mitglieder oder Nichtmitglieder besuchbar. Wer ohnehin die Buchungsapp nutzt, kann sich unter „Events“ vorankündigen. Es darf aber selbstverständlich jedes Kind einfach so vorbei kommen..

„Kinder Joy of Moving Tag des Kinderturnens“ Mit dem bundesweiten Tag des Kinderturnens lädt der **Deutsche Turner-Bund (DTB) in Kooperation mit der Bewegungsinitiative Kinder Joy of Moving alle Kinder ein, in die Welt des Kinderturnens reinzuschmecken**. Die Familien erwartet ein spannendes Programm. Ganz nach dem Motto „Zirkuskind“ können sich die Kinder als kleine Artist*innen ausprobieren und lernen so verschiedene Geräte und Übungen spielerisch kennen. Die Kinder erhalten im Anschluss eine Urkunde, welche sie als „echte Zirkuskinder“ auszeichnet.

Hinweis: Der Tag des Kinderturnens ist keine „Werbeveranstaltung“ für die Turnangebote unseres Vereins und weicht sowohl in der Zielgruppe „Grundschulkinder“ als auch in Art des dargebotenen Angebots an diesem Tag vom Vereins-Angebot im Bereich „Kinderturnen“ ab.

Weitere Infos findest du auch hier auf unserer Website.

Unterstützung gesucht!!

• Kindertanzen

Für das Kindertanzen suchen wir Unterstützung. Falls du Erfahrung hast im Bereich Hip Hop und Zeit und Lust hast in Vertretungsfällen unsere Trainerinnen zu unterstützen, melde dich gerne.

• Kinderturnen:

Du kannst gut mit Kindern umgehen, bist mindestens 18 Jahre alt und hast Lust uns beim Kinderturnen zu unterstützen?

Wir freuen uns, wenn du Kontakt zu uns aufnimmst und uns als Übungsleiter/in z.B. in Vertretungsfällen unterstützt.

Eine Übungsleiter-Lizenz ist nicht erforderlich.

Marina Streppel

Angebote Turnen / Fitness / Gesundheit

TURNEN BABYS

Die Teilnahme am Babyangebot kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.

Hier können Sie auch die genauen Tage und Uhrzeiten entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:

<https://www.tus-komet-arsten.de/turnen-fitness-gesundheit/angebotefuerkinder/angebote-fuer-babys/>

Angebote: Delfi-Kurse Krabbelgruppen Mini-Kometen / Midi-Kometen Baby- und Kleinkind-Turnen (vormitt.)	Orte - Parketraum - Drei-Feld-Halle Egon-Kähler-Str.“
--	--

TURNEN KINDER

Die Teilnahme am Kinderturnen kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.

Hier können Sie auch die genauen Tage, Uhrzeiten und Orte entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:

<https://www.tus-komet-arsten.de/turnen-fitness-gesundheit/angebotefuerkinder/>

TURNEN KINDER ohne Vormittagsbetreuung

Angebote: Baby- und Kleinkind-Turnen (vormittags) Eltern-Kind-Turnen 1-3 (vormittags)	Orte: Egon-Kähler Str. / Dreifeldhalle Sporthalle GS Korbhauser Weg
--	--

TURNEN KINDER mit Vormittagsbetreuung

Angebote: Eltern-Kind-Turnen 1-2 (für Kita-Kinder) Eltern-Kind-Turnen 3-4 (für Kita-Kinder) Kinderturnen 4-6 Jahre Kinderturnen 5-7 Jahre Move & Fun 4 Kids (5-7 Jahre)	Orte: - Sporthalle GS Korbhauser Weg - Sporthalle der GS Alfred-Faust-Str. - Korbhauser Weg / Mehrzweckhalle
---	--

TANZEN

Die Teilnahme am Tanzen kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.

Hier können Sie auch die genauen Tage, Uhrzeiten und Orte entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter: <https://www.tus-komet-arsten.de/tanzen>

Angebote: Tanzen für Kinder 5-7 Jahre Hip-Hop für 7-10 Jährige Hip-Hop für Teens 11-15 Jahre Kurse für Erwachsene	Orte: Egon-Kähler Str. / Parketraum
--	---

TURNEN KINDER 6-10 Jahre

Mädchenturnen 7-11 Jahre (keine freien Plätze)	Mo. 16:00-17:00	Turnhalle GS Korbhauser Weg	Kathy Siemer
Mädchenturnen 7-11 Jahre (keine freien Plätze)	Mo. 17:00-18:00	Turnhalle GS Korbhauser Weg	Kathy Siemer
Jungenturnen 6-9 Jahre	Sa. 10:00-11:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom
Jungenturnen 10-16 Jahre	Sa. 11:00-12:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom

TURNEN / FITNESS / GESUNDHEIT

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 ab 01.12. Christina Wessels
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	GS Alfred-Faust-Str.	Karin Müller
Männerturnen 50+	Fr. 19:30-21:30	Gy. L. d. W. kleine Halle	Karl Haugke-Ast

PRÄVENTION (Kurse)

Zumba	Mo. 18:15-19:15	Gy. L. d. W. kleine Halle	Sabrina Helms
Ganzkörpertraining	Di. 10:00-11:00	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Katrin Hessenkemper/ Christa Kühn
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
Fazilates	Mi. 09:00-10:00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Katrin Hessenkemper
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. 17:30-18:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Gerda Stolte
Yoga	Fr. 17:15-18:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Rita Sürken
Qi Gong	Do. 10:45-11:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
Qi Gong	Do. 18:00-19:00	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. 1-Feldhalle	Katrin Hessenkemper
Krebsnachsorge	Di. 12:15-13:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	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. 17:45-18:30	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	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 - E-Mail: info@tuskometarsten.de		



OUTDOOR FITNESS

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



Powerlifting Wettkampf

Am 8. August habe ich an einem Powerlifting Wettkampf in der „Alten Reithalle“ in Soltau teilgenommen. Der Wettkampf nahm den gesamten Tag in Anspruch. Die Anreise hat problemlos funktioniert. Dann kam das Wiegen, da man in Gewichtsklassen eingeteilt ist und das für die jeweilige Gewichtsklasse maximale Gewicht nicht überschreiten darf. Ist man zu schwer, kann man zwar in der nächsthöheren Gewichtsklasse starten – aber nur außerhalb der Wertung. Nach dem Wiegen wurde gefrühstückt. Kurz vor Wettkampfstart sollte die Mahlzeit energiereich und leicht verdaulich sein. Um 9.45 Uhr begann der Wettkampf, der zu meiner vollsten Zufriedenheit ablief.

In einem Powerlifting Wettkampf gibt es 3 Disziplinen: Backsquat (Kniebeuge), Benchpress (Bankdrücken) und Deadlift (Kreuzheben) mit je 3 Versuchen pro Übung, um so viel Gewicht wie möglich zu bewegen.

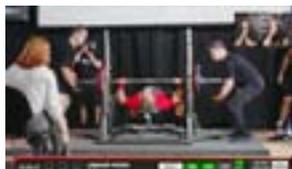
Mein Ziel war, alle Versuche gültig zu bekommen. Dieses konnte ich sogar übertreffen: Ich habe mit 152,5 kg im Backsquat, 120 kg im Benchpress und 205 kg im Deadlift neue persönliche Rekorde aufgestellt. Dies habe ich nicht nur meinem besten Kumpel zu verdanken, der die ganze Organisation übernommen und mich an dem Tag betreut hat, sondern auch der Atmosphäre in der Halle.

Das Coole an der Powerlifting-Community ist nämlich, dass sich sowohl auf der Bühne als auch im Warm-Up Bereich gegenseitig angefeuert und geholfen wird. Außerdem konnten bei der Anmeldung zum Wettkampf Musikwünsche angegeben werden, die beim jeweiligen Versuch gespielt werden. Dies und die Ansagen des Moderators sorgten für zusätzliche Motivation.



Die Organisation der gesamten Veranstaltung war ein toller Erfolg. Ich werde im nächsten Jahr auf jeden Fall wieder dabei sein!

Lennard Vroom





HANDBALL

Abteilungsleitung: Maxi Remer

E-Mail: handball@tuskometarsten.de



TuS Komet Arsten bei der Mini EM 2024



Schon im Januar war die Freude groß, die Teilnahme an der Mini-EM wurde uns bestätigt. Für die Handballer der männlichen D-Jugend wurde es wieder aufregend. Im Februar konnten wir die Auslosung auf dem YouTube-Kanal des HVNB verfolgen. Uns wurde Georgien zugelost und wir landeten in Gruppe E. Da die Nationalfarben von Georgien rot und weiß sind, brauchten wir uns in der Trikotfarbe nicht großartig umzustellen.

Im Mai startete dann endlich die Vorrunde, wir durften nach Schweden, äh, Hude fahren. Im ersten Spiel trafen wir auf unseren Liga-Kontrahenten aus Schwanewede, die hier als die Niederlande aufliefen und erzielten ein grandioses Unentschieden.

Danach folgten zwei gute Siege gegen Schweden (HSG Hude/Falkenburg) und Bosnien-Herzegowina (HSG Bruchhausen-Vilsen) und somit waren wir für die Hauptrunde qualifiziert.

3 Wochen später folgte dann Teil 2, für uns leider weniger erfolgreich, ein Unentschieden, zwei knappe Niederlagen und eine deutliche Niederlage bedeuteten für uns das Ende in diesem tollen Event.

Das Einlaufen unter der Nationalhymne Georgiens vor jedem Spiel und Aufstellen und Begrüßen war sehr aufregend.

Ein Dankeschön geht natürlich an unsere Eltern und Fans, die uns gefahren und unterstützt haben!!!

Aktuell sind wir auf der Suche nach Torwärtinnen, vielleicht gibt es ja den ein oder anderen, der Lust hat, sich diesem tollen Team anzuschließen.

Imke Bode





WANDERGRUPPE

Abteilungsleiter Gregor Bittner
Mobil (0421) 1732352
E-Mail: wandern@tuskometarsten.de



Hallo allerseits,

an dieser Stelle möchte ich mich kurz als neuer Leiter unserer Wandergruppe vorstellen.

Mein Name ist Gregor Bitter, ich bin 75 Jahre alt und geboren und aufgewachsen im Sauerland. Dort bin ich mit meinen Eltern im „Sauerländischen Gebirgsverein“ immer schon viel unterwegs gewesen.

Ich habe zum 01. Juni 2024 die Leitung der Abteilung Wandern von Rainer Guddat übernommen, der 2015 diese Abteilung aufgebaut und diese Aufgaben nun nach ca. 180 Wanderführungen aus Alters- und Gesundheitsgründen an mich abgegeben hat.

Zum TuS Komet Arsten bin ich gekommen, als ein Freund mich im August 2015 auf die Zeitungsannonce aufmerksam machte, mit der damals Rainer Guddat für die Abteilung Wandern warb.

Sein Konzept gefiel mir: alle 14 Tage eine ausgearbeitete geführte „Premium-Gourmet-Wanderung“ in Bremen und im Bremer Umland und dabei die örtlichen kleinen und großen Highlights erkunden - viele von ihnen würden wir sonst kaum kennen gelernt haben, Beispielsweise die Urstromtäler und norddeutschen „Berge“ oder die unzähligen steinzeitlichen Gräberfelder und Großsteingräber, Fluchtburgen, über 1000-jährige Bäume, Urwald und kultivierte Landschaft, besonders die jahreszeitlichen Veränderungen in der Natur und den herbstlichen Frühnebel über Wiesen und Bäche, wenn die Sonne darüber aufgeht – diese Highlights in Geselligkeit zu erleben ist unbeschreiblich und tut der Seele merklich gut.

Meine Überzeugung: Wandern ist Bewegung an der frischen Luft und hält den Geist beweglich, ist auf vielfältige Weise gesund für Körper und Seele, ist Erholung und Sport, gut für jedes Alter, besonders in der freien Natur.

Von Theodor Heuss stammt der Satz: *Der Sinn des Reisens ist es, an ein Ziel zu kommen, und der Sinn des Wanderns ist es, unterwegs zu sein.*

In diesem Sinne finden im vierzehntägigen Rhythmus bei jedem Wetter, außer bei Dauerregen und Hitzetagen, unsere gemeinsamen Wanderungen statt, die immer verbunden sind mit einem Aufenthalt in einer Gaststätte zu einem genüsslichen gemeinsamen Mittagessen. Deswegen, aber auch wegen der schönen Touren durch die Wälder, Moore und Kulturlandschaften im weiteren Umkreis sowie der kulturellen und geschichtlichen Highlights, die wir auf den Wegen finden, ist unser Wandermotto: „Genusswandern“.

In diesem Jahr haben wir bis jetzt 16 Touren mit insgesamt 170 Km (9 – 13,5 Km) erwandert. Von den 21 Mitgliedern im Alter von Mitte 60 Jahren bis Mitte 80 Jahren sind jeweils 7 - 16 Wanderer und Wanderinnen dabei gewesen. Wir werden weiterhin in der bewährten Art pro Jahr 23-25 geführte Wanderungen mit jeweils 10-14 Km Länge durchführen.

Gregor Bitter



BASKETBALL

Abteilungsleiter Danny Petzold
Mobil 0172 1074291
E-Mail: basketball@tuskometarsten.de



Liebe Basketball Freunde,

mit Vorfreude werden wir nach langer Zeit wieder voll in den Ligabetrieb einsteigen. Die Mannschaften entwickeln sich sehr gut und wir erwarten in Zukunft weiter zu wachsen, derzeit haben wir ca. 70 Spieler im Alter von 10 bis 21 Jahren. Durch die Weltmeisterschaft und die Olympiade ist Basketball in Deutschland wieder in aller Munde und wir möchten gerne unseren Teil dazu beitragen.

Uns geht es um die sportliche- und soziale Entwicklung der Spieler, jeder ist ein wichtiger Teil des Teams und soll bestmöglich betreut werden, wir erwarten im Gegenzug von den Spielern aber auch Disziplin, Einsatz und Teamwork. Es sind alle willkommen, die Lust auf Basketball haben.

Wir würden uns freuen weitere Spieler begrüßen zu dürfen und über möglichst viele Zuschauer bei den Heimspielen.

Nachfolgend möchten sich gerne die Coaches der beiden Teams vorstellen.

Danny Petzold

U14 – Mannschaft

Mein Name ist **Ali Khreis**, ich bin 18 Jahre alt und spiele Basketball seit fast acht Jahren mit voller Leidenschaft.

Vor drei Jahren entdeckte ich mein Talent als Trainer und freue mich, meine Begeisterung und mein Wissen an die nächste Generation weiterzugeben. Es ist mir eine besondere Ehre, die U14-Basketballmannschaft unseres Vereins zu leiten, ein Team aus mittlerweile zwölf motivierten Jungs.

Unser Team ist mehr als nur eine Gruppe von Spielern. Wir sind eine Gemeinschaft, die durch unsere gemeinsame Leidenschaft für Basketball zusammengewachsen ist. Mein Training zielt nicht nur darauf ab, die Basketball Skills der Spieler zu fördern, sondern auch wichtige Werte wie Teamgeist, Respekt, Zusammenhalt und Fairness zu vermitteln. Jeder Einzelne soll die Möglichkeit haben, seine Stärken einzubringen und sich weiterzuentwickeln, während wir als Team gemeinsam wachsen. Besonders stolz bin ich darauf, dass jeder Spieler mit seinen Fragen und Anliegen jederzeit zu mir kommen kann und sich darauf verlassen kann, dass ich ihn bestmöglich unterstütze.

Unser Ziel ist es, den Spaß am Spiel zu haben, und uns kontinuierlich zu verbessern und das Beste aus jedem Training herauszuholen. Der Teamgedanke ist dabei ein wichtiger Bestandteil, denn wir gewinnen und verlieren gemeinsam. Das bedeutet, dass wir uns gegenseitig unterstützen, sowohl auf dem Spielfeld als auch außerhalb.

Neben den sportlichen Aspekten lege ich großen Wert darauf, dass die Jungs lernen, Verantwortung zu übernehmen und Selbstvertrauen aufzubauen. Mir ist es wichtig, dass sich jeder Spieler in unserer Gemeinschaft wohlfühlt und nach jedem Training oder Spiel mit einem positiven Gefühl nach Hause geht, unabhängig vom Ergebnis. Denn am Ende zählt nicht nur der Erfolg, sondern auch die Freude am Spiel und das Gefühl, Teil eines Teams zu sein.



Ich bin stolz darauf, diese wunderbare Gruppe von jungen Spielern trainieren zu dürfen, und freue mich auf eine aufregende Saison voller Erfolge und wertvoller Erfahrungen, die uns alle sowohl sportlich als auch persönlich weiterbringen werden.

Euer Ali

U16 – Mannschaft

Wer bin ich - Tim Schöttler, der Coach.

Ich bin ein aktives Mitglied im Verein seit etwa drei Jahren und habe dort meine Leidenschaft entdeckt, junge Menschen zu fördern im Sport. Aus diesem Grund habe ich begonnen, mich im Besonderen zu den Themen Persönlichkeits- und Teamentwicklung weiterzubilden.



Beim Training verfolge ich nicht nur das Ziel, die Fähigkeiten der Jungs weiter auszubauen, sondern auch ihr Selbstvertrauen zu stärken und ein kollektives Selbstbewusstsein zu entwickeln.

Es ist immer wieder interessant zu beobachten, wie der Sport unterschiedliche Menschen verbinden kann. Die Jungs sind ein bunt zusammengewürfelter Haufen, mit einem Ziel:

GEMEINSAM GEWINNEN!

Für die kommende Saison habe ich mir zusammen mit der Mannschaft das Hauptziel gesetzt, einen starken Eindruck in der Regionsliga zu hinterlassen, als Newcomer. Wir möchten mit unserer Power und unserer Mentalität überzeugen.

Euer Tim



Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 01. Oktober 2024

Grundbeitrag	Erwachsene 8,00 €	Kinder 8,00 €
Spartenbeitrag für		
Badminton	12,00 €	6,00 €
Basketball	15,00 €	7,50 €
Cricket	10,00 €	7,00 €
Fechten	15,00 €	9,00 €
Fußball	15,00 €	8,00 €
Handball	16,00 €	8,50 €
Hundesparte	5,50 €	5,00 €
Judo	10,00 €	5,00 €
Ju-Jutsu	12,00 €	6,00 €
Karate	10,00 €	5,00 €
Leichtathletik	13,00 €	(bis 15 J.) 7,00 €
Outdoor Fitness	20,00 €	20,00 €
Ringens	10,00 €	5,00 €
Tanzen	10,50 €	5,00 €
Tennis	14,50 €	7,50 €
Tischtennis	9,50 €	5,50 €
Turnen	9,00 €	5,00 €
Volleyball	13,50 €	6,00 €
Wandern	Spartenbeitrag 1,00 € zzgl. Passiver Beitrag 7,50 €	

Jugendliche/Azubis/Studenten (längstens bis 27 Jahre) und Bürgergeld-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:	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!



Letzter Abgabetermin

für die nächsten Vereinsnachrichten ist der

→ → → **10.12.2024** ← ← ←



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

Lennard Vroom, Katrin Hessenkemper und Tanja Schilling

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 Fröhlingdorf, 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

Cricket

Vivek Bhandari Tel. 0179 90 26 290

Fechten

Joachim Hoops, Tel. 0162 91 91 683

Fußball

Matthias Haase, Tel. 0174 89 78 724

Handball

Maxi Rehmer

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

Ringern (Ansprechpartner)

Amin Alinejad Tel. 0176 - 32 94 69 17

Tennis

Adrian Leu, Tel. 0173-6361910

Tischtennis

Ronald Mosch, Tel. 82 60 41

Turnen

Marina Streppel, Tel. 0170-10 65 743

Volleyball

Markus Schäffer, Tel. 04298-46 53 04

Wandern

Gregor Bitter, Tel. 0421 17 32 352

Jugendwart

Geschäftsstelle



Impressum:

Herausgeber:

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.

Verantwortlicher Redakteur:

Ralf Lüdeker seit 2008

Bankverbindung:

Sparkasse in Bremen

IBAN DE20290501010010219889 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

Spendenkonto:

Sparkasse in Bremen

IBAN DE85290501010001144369 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

Gesamtproduktion/Anzeigen:

DruckMedia · mail@druckmedia.de · Telefon (04207) 66 68 7-0

Erscheinungsweise:

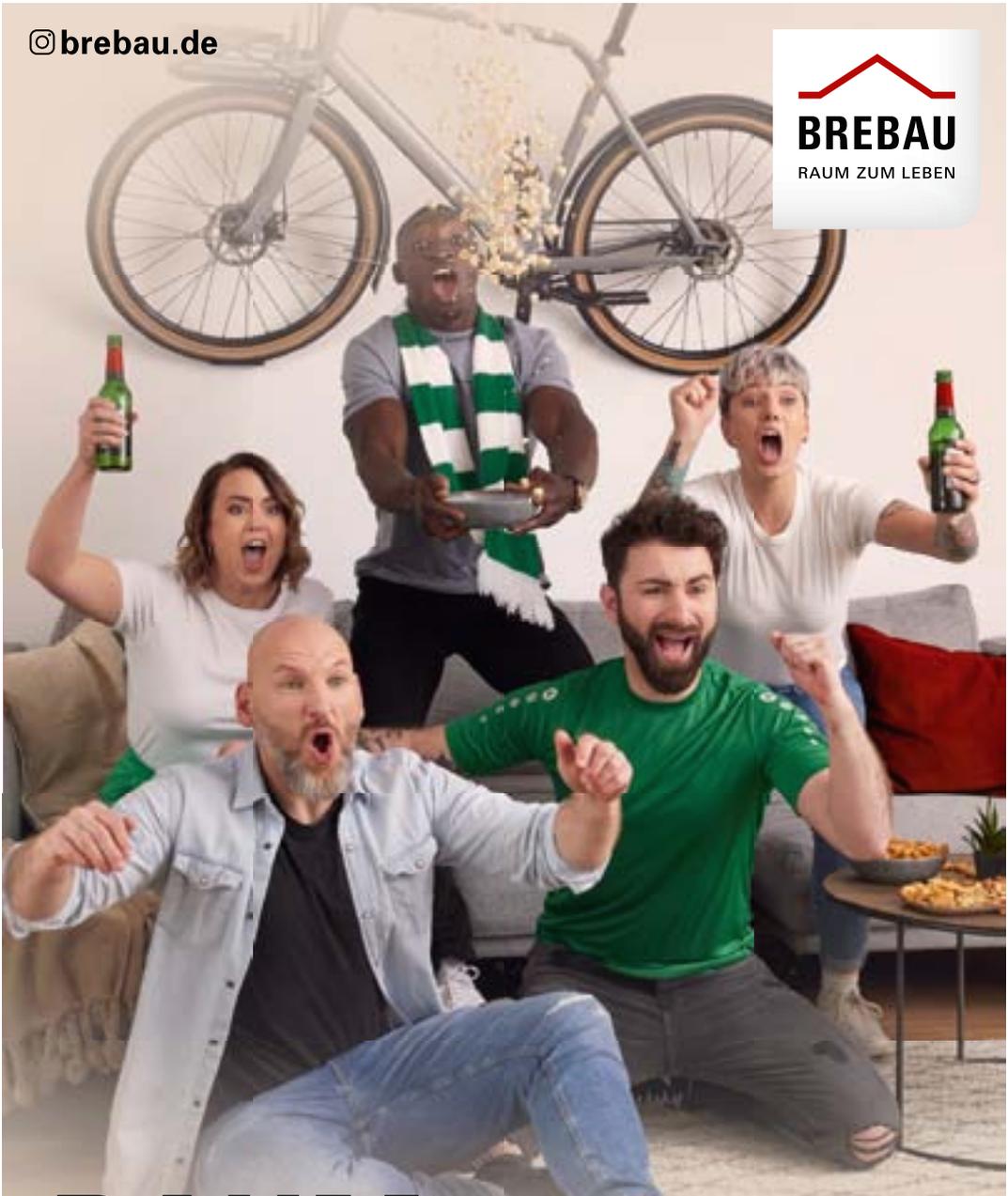
Vierteljährlich im Quartal

Bezugspreis:

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

© brebau.de


BREBAU
RAUM ZUM LEBEN



**RAUM FÜR
LEIDENSCHAFT**



Für den Winter bereift.

Gleich Termin
vereinbaren

Die Sommerräder haben ausgedient und die Temperatur sinkt langsam – Zeit für einen Räderwechsel. Denn Sicherheit geht vor. Lassen Sie uns gemeinsam in die kalte Jahreszeit starten, mit einem professionellen Wechsel auf Ihre Winterräder.

**Hier geht's zur
Terminvereinbarung:**

Škoda Bremen Schmidt + Koch GmbH
Stresemannstraße 1–7, 28207 Bremen
T 0421 4495-700, str@schmidt-und-koch.de



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



www.schmidt-und-koch.de