



Lufthansa Sportverein
Hamburg e.V.

Journal 2-2021

Tauchen für den Meeresschutz



Titelseite: Aktiver Meeres-/Umweltschutz am Roten Meer, 25 km südlich von Safaga, im Jahr 2019.
Auch die LSV-Sparte Tauchen war dabei. Mehr dazu auf Seite 8.

Titelfoto: Dieter Zimmermann

| | |
|--|-----------|
| <input type="checkbox"/> Airport Race | 17 |
| <input type="checkbox"/> Chor | 4 |
| <input type="checkbox"/> Geburtstage | 18 |
| <input type="checkbox"/> Gesundheitstipp | 16 |
| <input type="checkbox"/> Gymnastik | 9 |
| <input type="checkbox"/> Impressionen | 10 |
| <input type="checkbox"/> Kanu | 10 |
| <input type="checkbox"/> Kegeln | 15 |
| <input type="checkbox"/> LSV | 5, 15 |
| <input type="checkbox"/> Motorrad | 14 |
| <input type="checkbox"/> Neue Mitglieder | 19 |
| <input type="checkbox"/> Porträt | 18 |
| <input type="checkbox"/> Präsidium | 12 |
| <input type="checkbox"/> Segeln | 6 |
| <input type="checkbox"/> Sportanlage | 7 |
| <input type="checkbox"/> Tanzen | 19 |
| <input type="checkbox"/> Tauchen | 8 |
| <input type="checkbox"/> Taekwondo | Rückseite |
| <input type="checkbox"/> Termine | 18 |
| <input type="checkbox"/> Volleyball | 5 |
| <input type="checkbox"/> Vorstand | 3 |

Redaktionsschluss für Journal 1-2022 ist der 03.02.2022 (geplant).
Die Beiträge sollten aber möglichst früher abgegeben werden!
Erscheinungstermin ist voraussichtlich Anfang/Mitte März.



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

im Sommer 2021 konnten wir viel von dem umsetzen, was uns im Frühjahr so vorschwebte.

Fühlte sich toll an! Einiges auch trotz Maske manchmal sogar fast wie früher.

Und so gibt es erfreulicherweise auch Sparten, die in diesem Journal etwas zu berichten haben. Danke dafür!

Und nun?

Wieder Jahresende, Einschränkungen und Ungewissheit.

Dabei sehnen wir uns alle nach Normalität und Alltag. Helfen wir mit, das Ziel zu erreichen: handeln wir alle vernünftig, klug und anderen gegenüber fair!

Wir wünschen euch eine besinnliche Weihnachtszeit, ein gutes neues Jahr 2022 und bleibt gesund!

Das Redaktionsteam

Das Außenbüro der Geschäftsstelle auf der Sportanlage ist jeden Dienstag von 13:30 bis 16:30 Uhr geöffnet. In dringenden Fällen könnt ihr mit den Mitarbeiterinnen unter 040-5070 2919 einen Termin vereinbaren. Unterlagen, Aufnahmeanträge, Abrechnungsbelege, Bonushefte usw. kann man auch links in den Briefkasten werfen. Dieser wird regelmäßig geleert.

Impressum

Redaktion:

Karin Diers-Bernstein (Ltg.), Tel: 589 07 89, E-mail: kdbernstein@t-online.de
LSV-Geschäftsstelle

Layout und Gestaltung: Karin Diers-Bernstein

Herstellung: Medienwerk Holger Behrens, Tel. 28 78 34 84

Internet: www.lsv-ham.de

Berichte, Fotos und Feedback bitte an: redaktion@lsvham.de

Die Redaktion behält sich vor, Texte gegebenenfalls zu kürzen oder zu ändern.
Namentlich gekennzeichnete Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Kontakte



LSV-Geschäftsstelle:

Lufthansa Sportverein Hamburg e.V.
Weg beim Jäger 193, 22335 Hamburg
Gebäude 113

Tel: 5070-2919 Fax: 5070-8679

E-mail: hamslv@lht.dlh.de

Öffnungszeiten:

Montag–Freitag: 10:00–12:30 Uhr

Dienstag + Donnerstag: 14:00–16:00 Uhr

LSV-Clubhaus, Borsteler Chaussee 330

Tel: 5700 67 66, www.lsv-clubhaus.de

Aus aktuellem Anlass:

Winterpause!

6.12.2021 bis vsl. 21.1.2022



Liebe LSVer,

Sport ist wichtiger denn je. Wir spüren das entweder am eigenen Leib oder bekommen es bei unseren Freunden und Bekannten mit. Wer im Homeoffice sitzt und dort nicht optimal ausgestattet ist, trägt unweigerlich Schäden im Bewegungsapparat davon. Aber auch ermüdende Augen oder Kopfschmerzen sind Folgen der längeren Bildschirmzeiten. Diese Auswirkungen zu kompensieren und zu mildern, kann Sport helfen. Durch kontinuierliches Training werden Fehlhaltungen ausgeglichen und Muskeln aufgebaut, die den Bewegungsapparat kräftigen. Selbst wenn man sich über diese Zusammenhänge keine Gedanken macht, spürt man, dass es einem nach dem Sport besser oder einfach gut geht. Das liegt auch daran, dass Endorphine ausgeschüttet werden und man sich auf das Spiel, die Übung oder die Technik konzentriert. Sport fordert auch den Kopf anders als die Arbeit und schafft dadurch Ausgleich. Homeoffice bedeutet verringerte soziale Kontakte, fehlender Austausch in der Kaffeepause oder beim gemeinsamen Gang in die Kantine zur Mittagspause. Sport können wir gemeinsam machen und er bleibt aktuell trotz Corona erlaubt.

Wir treffen beim Sport Freunde und andere Menschen, können uns austauschen und lachen. Daher ist Sport so wichtig für uns alle.

Viele von uns engagieren sich ehrenamtlich, damit wir alle Sport machen können. Zum Ende dieses Jahres und anlässlich des „Tag des Ehrenamtes“ am 5. Dezember ist die richtige Zeit gekommen, allen noch einmal ausdrücklich zu danken, die sich ehrenamtlich beim LSV einbringen. Ihr engagiert Euch als Spartenleiter:in, stellv. Spartenleiter:in, Kassenwart:in, Obfrau:Obmann, Trainer:in, Gerätewart:in, Schriftwart:in, Sportwart:in und vielen weiteren Funktionen. Ihr organisiert den Sportbetrieb, erneuert die Sportgeräte, ermöglicht Trainings und Wettkämpfe, hilft neuen und alten Mitgliedern, schreibt Texte für Homepage und Journal, kümmert euch um unsere Sportstätten und unser Clubhaus, organisiert Ausflüge und Treffen, haltet ganze Sparten zusammen, leitet Versammlungen und arbeitet in Orgateams mit. Wir danken Euch für Euer ehrenamtliches Engagement und Herzblut, das Ihr in den LSV steckt!

Danke an: Alexander, Almut, Alwin, Andre, Andreas, Ansgar, Bella, Bernd, Britta, Christian, Christel, Claus, Claus-Dieter, Dieter, Ela, Erhard, Frank, Fredhelm, Friedrich, Georg, Gerd, Günter, Hanna, Harald, Hartmut, Heidrun, Heiko, Helmut, Higinio, Holger, Horst, Ines, Ingo, Jan, Janne, Jens, Jens-Peter, Joachim, Jochen, Jürgen, Kai, Karen, Karin, Karl-Ludwig, Karsten, Katharina, Kathrin, Katja, Klaus, Manfred, Marco, Marek, Maria, Mario, Mariusz, Martin, Mathias, Matthias, Maurino, Michael, Monika, Moritz, Nickolai, Nils, Norbert, Norman, Ole, Oliver, Pascal, Paul, Peter, Philipp, Ralf, Rolf, Ralph, René, Rico, Roland, Rolf, Rudi, Sigi, Sönke, Stefan, Sven, Thomas, Thorsten, Timo, Ulli, Ute, Volker, Werner, Wolfgang und alle anderen ehrenamtlichen Helfer beim LSV!

Es grüßt Euch Euer LSV-Vorstand
Sven, Stanley und Oliver

Lufthansa Sportverein Hamburg e.V.

UNTERSTÜTZUNG GESUCHT

Pflege unserer Sportanlage:

- ⇒ Garten- und Grünpflege
- ⇒ Kleine Instandhaltungen
- ⇒ Kontrollgänge

Anstellung auf Mini-Job-Basis. Interesse? Dann melde dich!

Geschäftsstelle: Hanna Granel,
hanna.granel@lsvham.de,
5070 66909



Eine Chor-Reise ins Baltikum

Toll, bereichernd und spannend



KATHRIN ELKER

Buntes Treiben auf dem Wochenmarkt in Riga

Der Polizeichor Hamburg gab anlässlich seines 120-jährigen Bestehens zwei Konzerte. Eines in Riga (Lettland) und das zweite in Vilnius (Litauen).

In der Universität von Riga hatte der Chor seinen Auftritt zusammen mit dem Universitätschor. Zuerst sang jeder Chor allein, dann beide gemeinsam. So teilten sich die Dirigenten auch ihr Dirigat. Ein junger Chor mit einem Durchschnittsalter von ca. 26 Jahren und doppelt so vielen Mitgliedern. Die kraftvollen Stimmen waren schon besonders. Sie verzauberten förmlich. Leider war der Polizeichor nicht vollzählig, dennoch konnten sie sehr zufrieden sein. In Vilnius fand der Auftritt in einem theaterähnlichen Raum statt. Das war auch wieder ein besonderer Genuss! Der Klang der Stimmen erinnert an den Don Kosakenchor. Im Anschluss an die Konzerte wurden wir zu Speis und Trank in alte, urige Wirtshäuser eingeladen.

Wir hatten keinen Auftritt, dafür bot sich die Gelegenheit, die gut wieder hergerichtete Altstadt von Riga zu besichtigen. Es ist schon toll, wie aufwendig alles restauriert wurde.

Oben: Christel Liertzer, Kathrin Elker, Christine Lierow, Inga Gerhardt, Renate Paradies und Sabine Schröder am Strand von Jurmala

Links: Auf der Düne von Parnidis das Denkmal für den französischen Schriftsteller und Philosophen Jean-Paul Sartre

Rechts: Großsegler „Meridianas“ in Klaipeda

Die Kirchen, aber auch die Handwerkerhäuschen. Am Rathaus ist das schönste Gebäude wieder neu entstanden. Es ist das Schwarzhäupterhaus und beherbergte die unverheirateten auswärtigen Kaufleute. Diese Altstadt, wie auch die schöne Altstadt in Vilnius, sind mit anstrengenden Pflastersteinen ausgelegt.

Ein Abstecher nach Jurmala, dem größten Kurort des Baltikums, sorgte wieder für die Regeneration des Pflastertretens, das milde Klima mit seinem nicht endenden Strand von 32 km Länge ließ uns

innehalten und tief Luft holen. Die kurische Nehrung mit ihren herrlichen Ausblicken in eine grandiose Dünenlandschaft wurde kürzlich in das Weltkulturerbe eingetragen. Wir fuhren weiter nach Klaipeda. Vor dem historischen Stadttheater steht das Denkmal von Ännchen von Tharau. Das veranlasste uns mit dem Polizeichor auch das Lied von Ännchen anzustimmen. Einfach herrlich, im Sonnenschein auf einem großen Platz aus voller Brust zu singen. Viele tolle Eindrücke haben wir von dieser Reise mitgenommen. Die vielen Jugendstilhäuser, die russischen Holzhäuser, die unterschiedlichen Viertel, in denen sich die verschiedenen Nationalitäten angesiedelt haben.



Sie haben ihren ganz speziellen Charme. Den Wochenmarkt in Riga muss man noch erwähnen: Von unserem Hotel aus ging eine Unterführung direkt auf diesen riesengroßen Markt. Hier standen drei ausgediente Zeppelinhallen. In ihnen wurden die empfind-

lichen Nahrungsmittel verkauft. Eine Halle nur für Fisch, alle möglichen Sorten, frisch oder geräuchert oder als Salat, und dann Delikatessen, wie Kaviar und Hummer. Eine Fleischhalle, genau so üppig bestückt. Dann eine Halle mit Käse und Nüssen, Brot, Kuchen, einfach alles, was ein

hungriger Magen begehrt. Draußen ging es mit Obst, Gemüse und Pilzen in Hülle und Fülle weiter. Ein reichlich gedeckter Tisch – beeindruckend, das hatten wir nicht vermutet. Eine tolle, bereichernde und spannende Reise!

Kathrin Elker

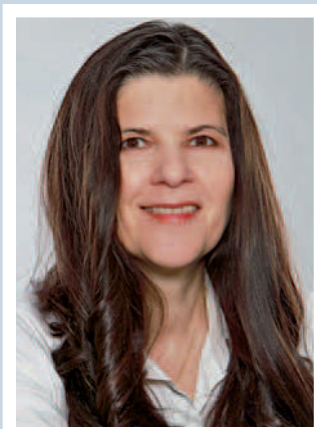
Beachsaison-Abschlussturnier Megafreude am Spiel

Und schon ist die Saison 2021 wieder vorbei, doch die Sonne meinte es am 9. Oktober noch einmal richtig gut mit uns. Bei unserem Beachsaison-Abschlussturnier hat sie uns einen wundervollen Tag im Sand beschert. Bei strahlendem Sonnenschein und guter Musik wurde mit insgesamt 8 Teams hart um jeden Ball gekämpft. Doch eigentlich hatte jeder das gleiche Ziel, einfach Spaß haben und den Tag genießen, und somit war die Stimmung sehr ausgelassen. Wir freuen uns schon auf die nächste Saison mit hoffentlich weiteren schönen Turnieren.

Malena Schween



Ausgelassene Stimmung im „Sandkasten“



Regina Heinike

Geschäftsstellen-News Die Buchhalterin

Seit dem 1. Dezember haben wir eine neue Kollegin in der LSV-Geschäftsstelle.

Ab sofort unterstützt uns Regina Heinike in der Buchhaltung des Vereins. Sie arbeitet jeweils dienstags, mittwochs und donnerstags und ist unter **040 5070 4920** oder **buchhaltung@lsvham.de** zu erreichen.

+ letzte Meldung ++ letzte Meldung ++ letzte Meldung ++ letzte Meldung ++
++ wegen gestiegener Nachfrage ++ wieder Reha-Kurs Freitagvormittag ++
++ Orthopädisches Training bei Anne ++ Reaktivierung ab 3. Dezember
alle Infos zum Reha-Sport in der Geschäftsstelle ++ Telefon 5070-2919 ++



Bitte melde dich!

SBF-Kurs trotz oder gerade wegen Corona

Ende Oktober 2020 trafen sich ca. 40 Interessenten in einem der großen Lehrsäle der Technischen Schule auf der Lufthansa Basis in Hamburg. Starttermin für den letztjährigen SBF(Sportbootführerschein)-Kursus Binnen/See unter Motor und Segel wie es so schön im Amtsdeutsch heißt. Vielleicht ging es den anderen Teilnehmern auch so wie mir: zu diesem Zeitpunkt war mir noch nicht klar, was alles damit verbunden sein würde. Eigentlich wollte ich nur beim gelegentlichen Mitsegeln auf Alster oder Ostsee nicht mehr ganz so ahnungslos sein und vor allem dieses „Seglerchinesisch“ verstehen können. Anluven, abfallen, wenden, halsen, aufschließen, Fock, Großschot, Fall und Schot – was wollten mir diese Worte nur sagen?

In Präsenz konnte der theoretische Teil des Kursus aber nur an einem Abend stattfinden. Aufgrund des Lockdowns trafen sich die weiterhin Interessierten dann von Februar bis Ende Mai jeden Dienstagabend per Zoom.

Der große Vorteil: auch Dienstreisende und Urlauber konnten sich zuschalten, junge Eltern brauchten keinen Babysitter zu organisieren. Der Nachteil: obwohl man die Teilnehmer per Kamera sah, kannte man sich leider nicht persönlich. Im Großen und Ganzen funktionierte der Kurs aber perfekt. Danke und Kompliment an das Ausbildungsteam! Ende Mai wurde es dann ernst: es ging mit den Prüfungen und der Praxis los. 2 Theorieprüfungen (Binnen/See), eine Praxisprüfung unter Motor und eine Prüfung unter Segel waren abzulegen. Tipps, Empfehlungen und Ermunterungen dazu gab es von Jens Kaminski, dem Kursleiter. Im Endeffekt musste/konnte aber jeder die Reihenfolge der Prüfungen und die Prüfungstermine/-orte selbst organisieren.

Dass die Vorbereitung für die Theorieprüfungen so umfangreich sein würde, damit hatte ich nicht gerechnet. Das war schon vergleichbar mit der Büffelei für den Pkw-Führer-



schein. Auch die Art der Fragen war teilweise genauso verwirrend: zwischen einigen der möglichen Antworten konnte zumindest ich keinen Unterschied entdecken. Um die Kursinhalte noch möglichst präsent zu haben, habe ich diese Theorieprüfungen möglichst zeitnah Ende Mai abgelegt, unter räumlichen Bedingungen ähnlich wie z.Zt. in den Lufthansa-Kantinen.

Alle notwendigen Manöver für die praktische Prüfung unter Motor wurden bei einer Yachtschule auf der Bille geübt, die für die Prüfung erforderlichen Knoten hatte sich jeder per YouTube beigebracht.

Vor meiner Praxisprüfung unter Motor habe ich dann endlich auf dem Steg die erste Kursteilnehmerin live kennengelernt: spontan bildeten wir ein Team und wurden gemeinsam geprüft. Unter ungewöhnlichen Bedingungen: der Steuerstand war durch Plastikvorhänge abgeteilt. Hinter uns im Séparée hockte hinter einem Vorhang der Prüfer.

Als die größte Herausforderung – zumindest für mich – stellte sich dann ab Juni der praktische Segelunterricht heraus. Allen Segelschülern wurde ein Lehrer zugeteilt. In diesem Fall konnten wir von Corona profitieren: das Verhältnis Lehrer zu Schüler war nur 1:1, in „normalen“ Jahren liegt es bei 1:2.

Los ging's mit dem Auf- und Abtackeln der Congerjollen. Im Gegensatz zu den kommerziellen Segelschulen/-verleihen sind beim LSV dafür auch die Segler zuständig. Danach ging's unter Segel auf die Alster und die Segelmanöver standen auf dem Lehrplan. Viel Lob und ein Dankeschön an dieser Stelle an meinen Lehrer Mirko: er brauchte schon einige Geduld mit mir...

Erstaunlich war für mich, wie häufig wir diesen Sommer nicht segeln konnten oder wollten: neben den geplanten Urlauben gab es Tage mit Flaute, mit Sturm, oder es schüttete

Die Alster – ein tolles Segelrevier, aber nicht zu unterschätzen



wie aus Eimern. Obwohl wir glücklicherweise keine Kenter-Erfahrung machten, war ich trotzdem mehrmals pudelnass bis auf die Haut.

Nachdem die Grundlagen gelegt waren, ging es für die meisten von uns weiter mit dem sogenannten Basistraining. In 2er-Teams segelten dienstagsabends jeweils zwei Anfänger begleitet von einem „Könner“ im Motorboot auf der Alster und erhielten dort weitere hilfreiche Tipps und Tricks und mehr Routine. Und endlich lernte man dort auch weitere Teilnehmer des Kurses persönlich kennen und konnte seine Erfahrungen austauschen. Aber nicht alle hatten Dienstagsabends Zeit für das Training...

Mitte/Ende des Sommers sollte dann das Finale folgen: die praktische Segelprüfung am Steg des NRV (Norddeutscher Regatta Verein). Benötigt für die Prüfung werden, wie auch beim Training, 2 Personen je Boot: nämlich Vorschoter/in und Steuermann/-frau.

Für die Prüfung Mitte Oktober hatten sich nur 2 LSV-Kandidaten angemeldet: ein Andreas und ich. Aber wer war dieser Andreas? Beim Kursus gab es, so hatte ich in Erinnerung,

mehrere Andreas(se?). Irgendwie wäre es schon sinnvoll gewesen, wenn wir vor der Prüfung schon mal zusammen gesegelt wären. Am Steg konnte mir auch keiner weiterhelfen. Weder er noch ich waren der gebildeten Telegram-Gruppe beigetreten. Auch über die LSV-Website war meine Suche erfolglos.

**Unsere Devise:
Wenn's geht kein
Risiko eingehen, zu viel
Schräglage muss
nicht sein!**

Meine letzte Hoffnung: Kontaktaufnahme über die LSV-Geschäftsstelle. Und hier konnte mir endlich geholfen werden. Andreas wurde von der Geschäftsstelle kontaktiert, setzte sich umgehend mit mir in Verbindung, und unser erstes und einziges Training konnte stattfinden. Glücklicherweise waren wir uns im Grundsatz sehr einig: wenn's geht, kein Risiko eingehen, zu viel Schräglage muss nicht sein!

So trafen wir uns dann 2,5 Stunden vor Prüfungsbeginn bei guten Wetterverhältnissen am LSV-Steg. In Ruhe gingen wir alle Manöver nochmal

theoretisch durch und überführten als einzige LSV-Teilnehmer den Kranich 5 problemlos zum Prüfungssteg. Neben uns wurden nur noch 4 weitere Teams von den sympathischen DSV-Prüfern (Deutscher Segler-Verband) begrüßt.

Kurz zusammengefasst: jeder von uns konnte alle geforderten Segelmanöver erfolgreich demonstrieren und hatte damit auch diesen Teil des Prüfungsmarathons bestanden. Auch wenn es eigentlich um nichts Entscheidendes ging, jubelten wir beide. Hatten wir mittlerweile doch schon so viel Zeit dafür investiert. Und jetzt freue ich mich schon darauf, im nächsten Frühjahr hoffentlich wieder viele meiner Mitsegler auf dem Steg zu treffen, und hoffentlich endlich wieder zu „Nach-Corona-Bedingungen“.

Vielen Dank und großes Lob an dieser Stelle nochmal an das ganze Ausbildungsteam der LSV-Segelsparte: Ihr habt einen tollen Job gemacht! Sowohl bei Theorie, Einzel- als auch Basistraining!

Gerdi Fischer-Off

Schlaflos durch die Nacht

Verpflegungsstation LSV Sportanlage

Der Megamarsch in Hamburg, 2021 vom 16.-17.10., ist ein 100 km langer Marsch, der binnen 24-Stunden absolviert werden muss. Die Strecke führt von Hamburg Finkenwerder bis nach Teufelsbrück. Während des Marschs geht es durch Parks, Waldgebiete, Kleingärten, Naturschutzgebiete, an Seen und Flüssen vorbei. Auf der Strecke gab es 4 Verpflegungsstationen, und die letzte Verpflegungsstation war dieses Jahr auf der LSV Sportanlage Borsteler Chaussee. Die Strecke, der Grüne Ring, führt direkt an unserer Sportanlage vorbei. Wir stellten den Marsch-Teilnehmern unseren Parkplatz zur Verfügung.

Der Aufbau erfolgte Samstagabend ab 23 Uhr auf dem Parkplatz mit Pavillons und Bierzeltgarnituren. Die

Teilnehmer kamen ab Mitternacht bis Sonntagmittag in unterschiedlichen Zeitabständen an, um sich zu stärken oder auch eine Pause einzulegen. Teilweise hatten die Teilnehmer ihre Schuhe ausgezogen, um ihre Füße zu entspannen und zu kühlen.

Es war eine großartige Stimmung an dem Stand. Begeistert hat mich das Engagement der ehrenamtlichen Helfer. Es waren mehr Helfer da, als benötigt. Dies hört man heutzutage sehr selten.

Petra Möller



Die Verpflegungsstation in der Borsteler Chaussee 330



Hilfe für die Meere

Den Anfang wagen auf Mallorca: Wer macht mit?



DIETER ZIMMERMANN



Circular Explorer in der Hafencity (li), einsatzbereit liegt der Explorer mit seinem "kleinen Bruder" zur Bergung von Geisternetzen in Dänemark

Aktiver Meeresschutz... Ich glaube, dass einige Sporttaucher bereit sind, statt (nur) zu spenden und Petitionen zu unterschreiben, sich auch gerne aktiv einbinden zu lassen.

Meine Idee ist: dies z. B. im Rahmen eines Urlaubes an einem geeigneten & netten Ort zu tun. Dazu habe ich bereits mit mehreren Organisationen Kontakt aufgenommen, und langsam kristallisiert sich dafür ein Rahmen. Um das konkreter und vorerst als primären Tauchurlaub zu testen, beabsichtige ich nach Ostern 2022 einen bis zu zweiwöchigen Urlaub auf Mallorca in Sant Elm beim Naturschutzgebiet Dragonera zu buchen und hoffe auf/suche Begleitung unter Euch.

Es geht letztlich darum, die Foundation „Save The Med“ zu unterstützen. Wer dazu mehr wissen möchte schaut mal auf die **Homepage** <https://www.savethemed.org/en/> und fragt mich. Mallorca ist leicht per Flugzeug zu erreichen und somit ideal. Auch dort gibt es genug zu tun, um Meeresschutz im Mittelmeer voranzubringen. Eine weitere Idee (wird von unserem Mitglied Jonathan Delvendahl verfolgt) ist, lokale (= Ostsee) Seegraswiesen auszubauen (wichtige CO²-Speicher und Biotope) und zu schützen.

Und jetzt kommt leider ein noch großes **ABER:**
- alle bisherigen Kontaktaufnahmen, um bessere Netzwerkverbindung aufzubauen oder kennenzuler-

nen mit Greenpeace und auch unseren Ressortleitern im Verband VDST warten auf Antworten! Das ist zumindest für unseren Tauchverband peinlich, der doch das Thema Meeresschutz als Kern-DNA beinhalten sollte.

Haben ehrenamtliche Wissenschaftler kein Interesse an Unterstützung durch interessierte Laien?

> Ich lasse diesen Mahnsatz so lange auf unserer Homepage, bis ich bessere Antworten habe!

Dabei gibt es positive Aktionen, die wir selbst in DK Gamle Aalbo im August erlebt haben und auch bis vor kurzem in der Hafencity zu sehen waren mit der „Circular Explorer“, ein solar angetriebenes modulares

Plastikmüll-Sammelschiff.

In DK konnten interessierte Taucher mitfahren und Geisternetze einsammeln.

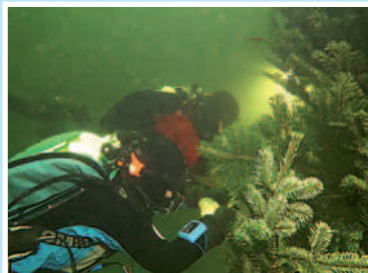
<https://www.abendblatt.de/hamburg/article232846663/hamburg-hafen-schiff-taufe-circular-explorer-katamaran-meere-plastikmuell.html>

Ein Projekt, das mit OEOO (One Earth One Ocean) in Verbindung steht. Die tun wenigstens etwas!

<https://onearth-oneocean.com/>
Hierfür zu spenden macht m. E. mehr Sinn als bei Greenpeace. Die Meere können jegliche Hilfe gebrauchen, auch vor unserer Tür.

Dieter Zimmermann

Ich war dann mal unten!



Ein Tannenbaum für Taucher

15 Taucher aus ganz Norddeutschland waren am 5.12. in Bosau zum Tannenbaumschmücken in 12-8 m Tiefe. Die Sichtweiten waren richtig gut, auch noch bei 20 m, obwohl es ein feuchtrüber Tag war.

Ich gebe zu, es ist mir nicht gelungen, mit Fleece- und Gummihandschuhen meinen Schmuck anzubringen! Und wer sogar kleine Schnapsfläschchen an den Baum hängt (darf man abnehmen), der muss es wohl irgendwie anders gemacht haben... Nun ja, dafür war ich wohl der einzige mit Kamera. Eine schöne Tradition, die ich bestimmt 2022 wieder mitmachen werde!

Dieter Zimmermann



Die Entwicklung der Gymnastiksparte

Motivation durch den fröhlichen Henry



Oben links: Faschingsturnen 2003

Oben rechts: Voller Vorfreude auf das Training 2018

Links: Ausflug an den Plöner See 2006



SGRID, LEONIE PETERS(2), AMELIE STEGGEMANN(1)

Die Sparte Gymnastik gehörte zu den 6 Gründungssparten im LSV Hamburg (06.01.1956). Viele Jahrzehnte leitete Hella Wegener (leider verstorben) die Sparte mit „starker“ Hand.

Neben der wöchentlichen Gymnastikstunde am Dienstag gehörten ein jährlicher Ausflug in die norddeutsche Umgebung sowie eine Weihnachtsfeier in einem netten Ambiente und „Faschingsturnen“ mit zu ihrem Programm.

In den Vereinsanfängen wurden Schulräume zur Körperertüchtigung genutzt. Als 1978 die Kantine II geplant wurde, erbat sich der LSV die Genehmigung, den Keller für den Sport ausbauen zu dürfen. Es wurden Kegelbahnen, ein Schießstand sowie ein großer Mehrzweckraum (mit Spiegelwand sowie Parkettfußboden) für die Sparten Karate, Tanzen, Trimm dich (heute Fitness) sowie Gymnastik errichtet sowie ein

gemütlicher Vorraum mit Tischen, Stühlen, Tresen und Kühlschrank. Vor ca. 2 Jahren erfolgte der Umzug in die Sportanlage in der Borsteler Chaussee. Die Räumlichkeiten sind dort bei weitem nicht so groß und schön wie unter der Kantine II, aber es gab dann keine Probleme mehr, (über den Werkschutz) in das LH-Betriebsgelände zu kommen. Außerdem können wir in Groß-Borstel sehr gut parken und nach dem Sport das Clubhaus aufsuchen. Dort findet dann auch unser jährlicher „Neujahrs-Treff“ (anstatt einer Weihnachtsfeier) statt.

In den vielen Jahrzehnten haben wir natürlich sehr viele verschiedene Übungsleiter*innen kennengelernt. Sie alle haben uns mit ihren unterschiedlichen Trainingsmethoden sehr viele Techniken gelehrt und uns körperlich fit gehalten. Wir sind immer wieder erstaunt, dass es noch Übungen gibt, die wir vorher noch nicht

kannten... coronabedingt haben wir bei gutem Wetter so oft wie möglich draußen (unter den japanischen Kirschbäumen) geturnt. Seit neuestem ist Henry unser Übungsleiter. Er ist immer fröhlich, gut gelaunt und bemüht sich um jede Einzelne von uns sehr. Er motiviert und korrigiert uns unermüdlich. Wir hoffen daher, dass er es noch recht lange mit uns aushalten wird!

Neue Mitglieder (männliche oder weibliche) sind bei uns herzlich willkommen!

Anke Gerloff-Röpke



Enten legen ihre Eier in aller Stille, Hühner gackern dabei wie verrückt. Was ist die Folge? Alle Welt isst Hühnereier.

William Claude Dukenfeld



Die Reiselust der Juni-Truppe

Kanuten an Unstrut und Saale



Die Unstrut – Im Hintergrund die lange ICE-Brücke Strecke Berlin – München



Die Saale – Anleger für die Ausflugsschiffe zu Rudelsburg und Saalburg

Irgendwie werden wir im Juni immer reiselustig – das schulden wir den Paddelreisen seit 1986 und davor. Die Initiative ergreift dann meistens die Jugend, Sven und Co. Die sind zwar auch nicht mehr die Jüngsten, aber halt noch keine achtzig. Sven hat es also geplant, und wir sind gefahren. Immerhin sieben von acht Wiederholungstätern, da der achte im Feld nicht reisefähig war. Es war eine Wochenend-Paddelreise ohne zu paddeln. Wir fuhren, wie immer unterhaltsam, mit zwei Autos in das Land der Sachsen-Anhalter. Unser Quartier für zwei Nächte war in Tröbsdorf, einem verwunschenen Dorf in der Nähe der Stadt Laucha, direkt an der Unstrut. Die Gaststätte dort muss man einfach lieben. Sie hat sich einen Charme bewahrt, der eigentlich nicht mehr existiert. Der Gastwirt (Betonung auf Gast) ist ein Unikat, er und seine Frau führen das kleine Haus am Saale-Unstrut-Radweg seit DDR-Zeiten. Wir waren schon einmal dort und damals für mehrere Tage zum Pad-

SVEN HANSMANN

Impressionen – Die Jahreshauptversammlung



Safety first: mit ausreichend Abstand geht's los!



Oliver Reichel-Busch in Action.



Glückwun



deln im Zehner aus Hamburg ange-
reist. Nun war es eine Kulturreise in
vergangene Zeiten.

Kaum gelandet, fanden wir uns
schon zu einer opulenten Weinprobe
auf einem wunderschönen Gut oben
am Berg ein. Es war laut, unterhalt-
sam und nicht trocken.

Nach geruhsamer Nacht in bunten
Betten ging es mit den Autos Rich-
tung Naumburg, nach Bad Kösen an
der Saale. Wir bestiegen, oh Wunder,
einen kleinen Ausflugsdampfer und
fuhren auf der Saale zu einem Anle-
ger unterhalb zweier Burgen. Davon
ist eine sehr berühmt: Die Rudels-
burg. Wenn die Schulzeit schon
etwas zurück liegt, kennt man sie.
Dort verfasste Franz Kugler 1826 das
Volkslied „An der Saale hellem
Strande, hoch über uns die Rudels-
burg.....“

Nun – ich blieb unten: ist halt nicht
mehr so Geländegängig der alte
Herr! Das übrige Team stieg nach
oben und vergaß beim Abmarsch von
dort einen der Unseren. Der hatte
sich in die Burgschänke zurückgezo-
gen, aber dank der modernen Kom-
munikation wurde der Fall geklärt,
und wir konnten dann gemeinsam an
den in Europa einzigartigen Salinen-
anlagen im Kurpark von Bad Kösen

feuchte Salzluft schnuppern.
Als weitere Überraschung hatte
Sven eine Besichtigung im
historischen Straßenbahndepo-
t in Halle, heute ein Museum,
gebucht. Wunderschön die alten
Trambahnen, wir durften sogar in
die Wagen steigen – gefahren sind
wir aber nicht.

Der Abend gehörte der Gaststätte
(Essen wie bei Muttern, Bratkartof-
feln inbegriffen) und dem Gastwirt
mit seinen Geschichten, also der Ver-
gangenheit. Wer mal Lust verspürt,
die Unstrut und ihre Umgebung
„weintechnisch“ zu besuchen: Den
verwunschenen Gasthof „zum Grün-
en Tal“ in Laucha OT Tröbsdorf,
Am Biberbach 44, findet man auch
im Internet.

Natürlich hatten alle in der illustren
Runde viele Geschichten parat. Sie-
ben LSV-Kanuten mit mehr als
15.000 km auf dem Paddel haben ja
eine Menge zu erzählen.

Am anderen Morgen ging es noch zu
einem mittelalterlichen Markt auf
einem Burghof und dann via Auto-
bahn am Brocken vorbei heim.
Schön war's wieder!

Heinz-Dieter Hansmann



Die Juni-Truppe v.l.n.r.:
Volkmar Tiede, Helmut Höltl, Michael
Zander, Sven Hansmann, Holger Kalks,
Gerd Nocke und Heinz-Dieter Hansmann



Wunsch zur Wiederwahl an Stanley Robins!



Helmut Goede verliest den Revisionsbericht.



Abstimmung über die Beitragsanpassung.

JENS-PETER KRAUSE



Rund um die Ehrungen von LSV-Mitgliedern im Corona-Sommer 2021



JENS-PETER KRUISE UND PETER WIETH



Ehrungen im neuen Rahmen

Worte eines Sport-Oldies



LSV-Präsident Oliver Reichel-Busch mit mit den ältesten Vereinsmitgliedern Walter Buschky, Rudi Micka und Herbert Dietel

Recht herzlichen Dank für das Präsent, welches mir zu meiner „65jährigen Vereinszugehörigkeit“ (Eisenhochzeit) überreicht wurde. Ich habe mich sehr gefreut!

Die Ehrungsveranstaltung wurde sehr gut organisiert und durchgeführt. Aufgrund der Corona-Beschränkungen war es eine gute Idee, die Veranstaltung im Freien auf der Sportanlage durchzuführen.

Das Wetter spielte mit, alle Anwesenden haben sich an die Corona-Regeln gehalten. Auch das Angebot an Getränken und Canapés aller Art war angemessen.

Die musikalischen Einlagen durch das angemietete Orchester passten gut als Zwischen-Unterhaltung zum Programm. Die Ehrungen wurden gut und zügig durch geführt.

Fazit: Aus meiner Sicht, trotz der Pandemie, eine sehr gut gelungene Veranstaltung.

Herzlichst Euer Sport-Oldie Rudi Micka



200 Kilometer ohne kalte Finger

Die Saisonabschlussstour 2021



JENS KOLBE

Marc, Kai, Jens und Matthias

Nach dem arbeitsreichen Sommer (Containerumzug) sollte die Tradition einer abschließenden gemeinsamen Ausfahrt am 3. Oktober nicht unterbrochen werden. Kurzentschlossen und kurzfristig (28.09.) setze ich mich hin und arbeite auf die Schnelle eine ca. 200 km lange Tour Richtung Nord-Ostsee-Kanal aus. Schnell noch die Mitteilung an unseren Schriftwart Winfried, damit, wenn auch kurzfristig, die Tour-Ankündigung noch per E-Mail-Verteiler an die Spartenmitglieder herausgehen kann.

Für das leibliche Wohl unterwegs plane ich einen Stopp an der Fähre Breiholz ein und rufe bei dem dort ansässigen Imbiss an, um zu erfahren, ob am Sonntag überhaupt geöffnet ist. Die Betreiberin bestätigt, dass geöffnet ist, also ist der Pausenstopp gesichert.

Der Wetterbericht verheißt nichts Gutes, Sturm und hohe Regenwahrscheinlichkeit lassen mich etwas besorgt auf den Sonntag blicken. Aber angesagt ist angesagt, und ich fahre am Sonntag rechtzeitig zum Treffpunkt in Norderstedt.

Gegen alle Erwartung werden wir doch ein Grüppchen von sieben Personen auf sechs Motorrädern. Tobias ist als Erster da. Nach und nach Erscheinen noch Matthias, Kai und sein Sohn Marc und zum Schluss noch Jens mit seiner Tina. Der Himmel ist zwar bedeckt, aber es ist weitgehend trocken von oben. Die außer-

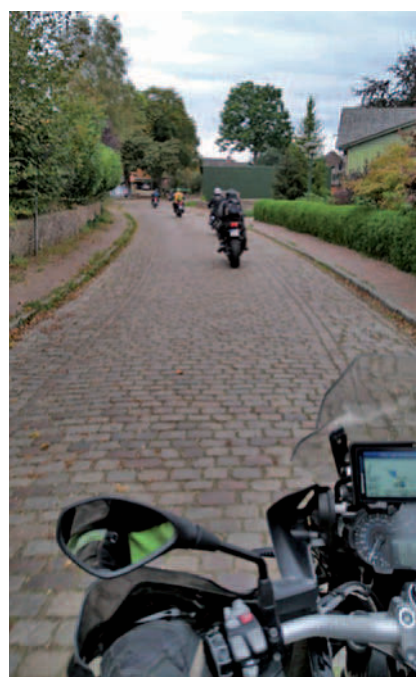
gewöhnlich hohen Temperaturen von um die 20 Grad sorgen außerdem für angenehme Fahrt ohne kalte Finger. Es geht nördlich aus Hamburg heraus und über die Dörfer. Östlich um Kaltenkirchen herum und südlich an Bad Bramstedt vorbei geht es bis Aukrug für einen kurzen Kaffee-stopp an der Tankstelle. Am frühen Morgen hatte ich noch einen Anruf von der Imbissbetreiberin bekommen. Aufgrund der Wetteraussichten teilte sie mir mit, dass das Lokal doch geschlossen bleibt! Also müssen wir für die Mittagspause umdis-



Kleiner Orientierungsstopp

ponieren. Kurzerhand wird das Ausflugslokal ‚Kanal 33‘ an der Fähre Hohenhörn auserkoren. Ist zwar ein kleiner Umweg, aber dort bekommen wir auf jeden Fall unser Mittagessen. Der Weg führt uns also weiter zur Breiholzer Fähre, und wir queren den Kanal dort ohne Pause, um auf der nördlichen Uferseite die Tour ein wenig abzuändern und das Lokal ‚Kanal 33‘ zu erreichen. Auf diesem Stück übernimmt Matthias kurz die Führung der Gruppe, und wir legen eine ausgedehnte Mittagspause beim ‚Kanal 33‘ ein.

Zwischendurch gab es immer mal wieder ein paar Tropfen Regen, und der Wind bläst auch einigermaßen ordentlich, aber richtig nass werden wir über die gesamte Zeit nicht, zum Glück! Nach der Pause queren wir den Nord-Ostsee-Kanal dort wieder Richtung Süden, und der Rückweg führt uns über Schenefeld, Hohenlockstedt, Kellinghusen, Bokel und Lützhorn. Bei Barmstedt legen wir noch eine kurze Pause ein, nachdem uns eine Straßensperrung zu einem kleinen Umweg zwingt. Hier verabschieden wir uns voneinander, und auf dem restlichen Weg Richtung



Über die Dörfer Schleswig-Holsteins

Hamburg schlägt nach und nach jeder seinen Weg nach Hause ein. Eine, wider Erwarten (bezogen auf das Wetter), schöne Tour geht zu Ende. Neugierig geworden?

Die Sparte Motorrad trifft sich jeden Dienstag ab 16:30 Uhr am sparteneigenen Container auf dem Gelände der LSV-Sparte Tennis in der Borsteler Chaussee 333. In der Winterzeit

ebenfalls mittwochs ab 18 Uhr im LSV-Clubhaus auf der Großanlage. Komm doch einfach einmal auf einen Klönschnack vorbei!
Jens Kolbe

Punktspiele bei den Keglern Endlich wieder „Gut Holz“

Coronabedingt sind im Betriebssport alle Punktspiele im Kegeln für ein Jahr ausgefallen.

Die letzte Saison endete für uns im Oktober 2020.

Jetzt aber geht es endlich wieder los, die Punktspiel-saison hat begonnen.

Die ersten beiden Auswärtsspiele im Oktober haben wir verloren. Aber am 30. November haben wir unser erstes Heimspiel auf unserer schönen Kegel-anlage unter Kantine 2.

Da wir seit Juni wieder unter Corona-Auflagen auf unserer Anlage trainieren konnten, wird sich das hof-

fentlich auch auszahlen. Zumindest Khalil hat eifrig trainiert, wie man am Ergebnis sehen kann: 237 Holz

auf Bahn 1 und 213 Holz auf Bahn II, das sind 30 „über Schnitt“ bei 60 Wurf. Im Punktspiel wäre das ein super Ergebnis!

Wir wünschen uns, dass wir die Saison zu Ende spielen können und es nicht wieder zu einem „Lockdown“ im Spielbetrieb kommt.

Unsere Kegler freuen sich über Verstärkung:
Di.: ab 16.00 Uhr
Lufthansa Technik Basis
Weg beim Jäger 193
DE-22335 Hamburg
Kegelbahn unter Kantine 2



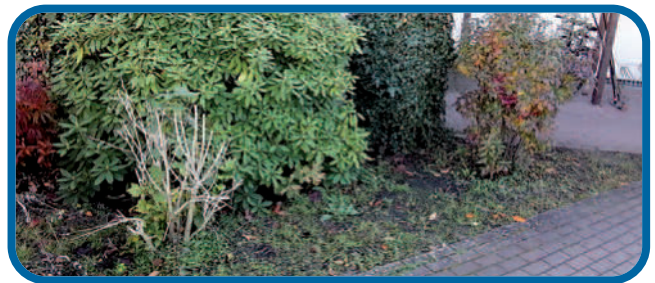
Khalil zeigt, wie es geht – vorerst beim Training

Wolfgang Mengel

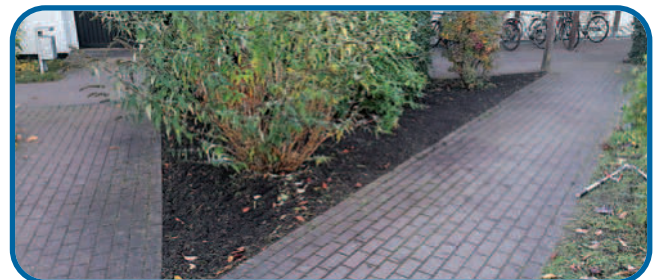
Vielen Dank für die Blumen...

...oder eher „für die Beete“. Es ist großartig, dass wir im LSV Mitglieder haben, die von sich aus auf uns zukommen und uns gerne dabei unterstützen, die Anlage in Schuss zu halten. Ein besonderer Dank geht an Günter und Erhard aus der Sparte Ski und Karen aus der Sparte Badminton. Wer auch Zeit und Lust auf etwas Gartenarbeit hat, melde sich bitte bei der Geschäftsstelle.

Anika Happach



Der Vorher-Nachher-Wow-Effekt



ANIKA HAPPACH



Obst für alle Fälle – Der Apfel

Äpfel, Ärzte und Essig

Egal welche Sorte – im Apfel steckt viel Gutes drin. Nicht umsonst ist das englische Sprichwort „An apple a day keeps the doctor away“ auch bei uns wohlbekannt. Und beim natürlichen Gärprozess, durch den Bioapfelessig entsteht, bleiben neben den vielen guten Nährstoffen der Frucht zahlreiche weitere wertvolle Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente erhalten, darunter Folsäure, Magnesium, Kalzium, Fluor, Jod und Selen.

30 Kilo im Jahr

Weltweit soll es mehr als 30.000 Apfelsorten geben, in Deutschland – wo jeder Erwachsene im Schnitt 30 Kilo Äpfel im Jahr verzehrt – existieren Schätzungen zufolge bis zu 3.000 Sorten. Im Erwerbsobstbau werden allerdings heute nur noch rund 25 Sorten kultiviert. Das größte zusammenhängende Obstanbaugebiet Europas findet sich übrigens im Alten Land, südlich der Elbe und nicht weit von Hamburg gelegen. Aus der über 10.000 Hektar großen Kulturlandschaft kommt jeder dritte deutsche Apfel. Besonders wertvoll sind jedoch Streuobstwiesen, die zahlreichen Tier- und Pflanzenarten Lebensraum bieten.

Legendärer Gärtrank

Äpfel gehören zu den ältesten Kulturobstarten in Europa. Einst symbolisierten sie Liebe und Fruchtbarkeit. Auch der Apfelessig blickt auf eine lange Karriere als Hausmittel und Medizin zurück. Bereits in der Antike wurde er zur Desinfektion von Wunden benutzt. In der traditionellen chinesischen und der arabischen Heilkunst fand und findet das flüssige Gold ebenfalls als vielfältiges Mittel Verwendung. Und im Europa des Mittelalters wurde Apfelessig sogar gegen die Pest in Stellung gebracht, z. B. durch desinfizierende Waschungen.

Aber bitte Bio

Industriell produzierter Apfelessig wird aus Fruchttresten gemacht, denen die Essigsäure künstlich zugesetzt wird. Im Gegensatz dazu entsteht Bio-Apfelessig aus dem Most ganzer, biologisch angebaute Äpfel. Zum Most kommen Bakterienkulturen, die einen Gärungs-

prozess in Gang setzen, in dessen Verlauf die alkoholischen Anteile wiederum in Essigsäure umgewandelt werden. Durch die Verwendung ganzer Äpfel, den Vorgang der natürlichen Fermentation sowie den Verzicht auf die Pasteurisierung zur Haltbarmachung bleiben im naturtrüben Bio-Apfelessig mehr der wertvollen und gesunden Inhaltsstoffe erhalten als in klaren Produkten.

Sau(ber)er Start

Ein Glas warmes Wasser mit einem Esslöffel gutem Apfelessig am Morgen hält die Verdauung auf Trab und stärkt die Abwehr. Ein prima Start in den Tag! Wem der Essig zu sauer ist, der kann die süßen Noten des Essigs mit etwas Honig stärker betonen. Übrigens: Apfelessig werden zwar sättigende Qualitäten zugeschrieben – doch ein Patentrezept für schnellen Gewichtsverlust ist er leider auch nicht.

Essig auf der Haut

Auch als äußerlich anwendbares Mittel hat Apfelessig viele Qualitäten, die nicht eindeutig durch die moderne Wissenschaft belegt sind, aber Geltung als bewährte Hausmittel besitzen. Früher wurde der Essig etwa in winzigen Metall Dosen – den sogenannten Vinairgrettes – als Deodorant mitgeführt. Er wurde zur Reinigung und Desinfektion oder als Shampoo für die Haare benutzt. Sehr gut lässt sich mit ein wenig Apfelessig auch Juckreiz auf der Haut lindern, z.B. bei Insektenstichen oder abheilenden Wunden.

Quelle: Magazin natürlich (www.natuerlich-magazin.de) 5/2021



Alle LSV-Sparten: Angeln ♦ Badminton ♦ Basketball ♦ Beachvolleyball ♦ Bowling ♦ Chor ♦ Fitness ♦ Foto ♦ Funk ♦ Fußball ♦ Golf ♦ Handball ♦ Judo ♦ Kanu & SUP ♦ Karate ♦ Kegeln ♦ Kung Fu ♦ Kurse ♦ Fitness & Gesundheit ♦ Leichtathletik ♦ Modellbau ♦ Motorrad ♦ Pétanque ♦ Reha-Sport ♦ Rudern ♦ Schach ♦ Schützen ♦ Segeln ♦ Ski ♦ Squash ♦ Tanzen ♦ Tauchen ♦ Tennis ♦ Thai-Kickboxen & Taekwondo ♦ Tischtennis ♦ Tischfußball ♦ Triathlon ♦ Volleyball ♦ Airport Race ♦

Näheres in der Geschäftsstelle Tel.: 5070-2919



Airport Race 2021

10 Meilenrennen um den Hamburger Flughafen

© THOMAS SOBICZAK-MEINE-SPORTFOTOS.DE



Den Hamburger Flughafen immer im Blick – hier auf dem Wanderweg am Sootbörn in Niendorf bei Kilometer 13

Die Freude war groß, als es hieß, dass der Traditionslauf um den Hamburger Flughafen in diesem Jahr stattfindet. Schließlich kam es in 38 Jahren Veranstaltungsgeschichte nur einmal vor, dass der Lauf abgesagt werden musste. Das war 2001 – nach den Anschlägen vom 11. September. Im Vorjahr konnte eine Absage durch eine umfangreiche Anpassung des Veranstaltungskonzeptes verhindert werden. Damals wurde die Veranstaltung auf zwei Tage ausgedehnt und die Starts über mehrere Stunden entzerrt. Die Situation am Sonnabend erinnerte nun mehr an die Zeit von vor 2 Jahren, aber der Reihe nach: Gestartet wurde zwar immer noch mit erhöhtem Fokus auf Abstand – alle 3 Sekunden gingen 2 Teilnehmende auf die Strecke – doch hatte dieser Vorgang definitiv mehr von einem Gruppenerlebnis. Musste im vergangenen Jahr noch im Einklang mit der StVO gelaufen werden, was schon mal eine Wartezeit an einer Verkehrsampel bedeutete (oder eben eine Zeitstrafe nach sich zog, wenn man sich deren Autorität widersetzte), konnte man sich am Sonnabend wieder über einen verkehrsgeregelten Rundkurs freuen.

Mit seiner Distanz von 16,1 km (=10 Meilen) ist dieser etwas ungewöhnlich und fällt aus dem gewohnten Rahmen von 10 km- und Halbmarathonläufen etwas heraus. Das wird spätestens den Teilnehmenden am Start bewusst, wenn sie sich entsprechend ihrer Zielzeit einreihen sollen und viele die Frage stellen müssen, wo diese aufgrund mangeln-

der Vergleichswerte überhaupt liegt. Neben der Umrundung des Hamburger Flughafen gab es auch wieder den Wettbewerb über 5 km, welcher seit 2018 zum Repertoire der Veranstaltung gehört. Während der Hauptlauf die Teilnehmenden an den Terminals vorbei, durch das Parkhaus, an der Lufthansa Basis entlang und unter der Landebahn hindurchführt, ist das Streckenbild des „kleinen Bruders“ von Schrebergärten, Waldabschnitten und idyllischen Wohnsiedlungen geprägt. Ein besonderes Highlight ist da sicherlich, wenn sich auf dem letzten Kilometer beide Strecken wieder miteinander vereinigen und die Teilnehmer zusammen zum Endspurt ins Ziel ansetzen. So geschah es, dass die Sieger beider Wettbewerbe nur wenige Momente voneinander getrennt die Ziellinie querten. Während Nicolas Wilde (TH Eilbeck) nach 53:17 Min. als erster die 10 Meilen hinter sich brachte, folgte ihm rund 40 Sekunden später Leon von Bergen (nochmal TH Eilbeck) mit einer Zeit von 17:59 als Sieger des 5 km-Laufs ins Ziel. Bei den Damen war niemand schneller als Berrin Otto (wieder TH Eilbeck) und Laura Schlawinsky (BSG Knossos). Zu dieser Zeit waren 1:09:37 bzw.

26:37 Minuten seit den jeweiligen Starts vergangen. Währenddessen hatten sich einige Anwohner auf der Borsteler Chaussee, dem finalen Abschnitt der Strecke, eingefunden und machten den insgesamt 616 Teilnehmerinnen und Teilnehmern noch einmal ordentlich Dampf. Und schließlich war es auch dieser Abschnitt, welcher am meisten an die Tage vor den ganzen Abstandsregeln, der Maskenpflicht vor dem Start und nach dem Ziel, der zeitlichen Entzerrung und der Aussperrung von Zuschauern erinnerte. Eine Woche zuvor konnten bereits 1.200 Läuferinnen und Läufer an der Alster richtiges Eventfeeling genießen. Der Laufsport ist endgültig zurück in Hamburg und entschädigt für eine bisher maue Saison 2021. Man darf 2022 gespannt sein.

BMS Die Laufgesellschaft mbH

<https://www.airportrace.de/2021/09/12/10-meilenrennen-um-den-hamburger-flughafen/>



TAEKWONDO für Kinder

zwischen 4 und 11 Jahren

Taekwondo ist eine koreanische Kampfkunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Das Training schult die motorischen Fähigkeiten, verbessert Kondition und Koordination. Die Kampfkunst legt einen wertvollen Grundstein in den Punkten Körperbeherrschung, Gleichgewicht und das Selbstbewusstsein

Schaut gerne vorbei.

Anmeldung zum Probetraining:
taekwondo@lsvham.de

Trainingsort:
LSV Sportanlage
Borsteler Chaussee 330



| | |
|-------------------|--------------------------|
| Dienstag | 16:00 – 17:00 Uhr |
| | 17:00 – 18:00 Uhr |
| Donnerstag | 16:30 – 17:30 Uhr |



 **Lufthansa Sportverein**
Hamburg e.V.

