

# TV • Aktuell



Mitteilungen des Turnvereins Arbergen

Ausgabe

3/11



[www.tv-arbergen.de](http://www.tv-arbergen.de)





Liebe Leserinnen und Leser,

auf unserem Sportplatz stehen jetzt zwei 20-Fuß-Container. Diese haben bei uns ihr Quartier als „Übergangsheim“ für unsere Sportler und ihr Equipment bezogen.

Der Vorstand des HTSV (Hastedter Turn- und Sportverein) hatte uns die Container, im Zuge der negativen Pressemitteilungen vom Frühjahr 2011 über den Zustand des Umkleidehauses, dankenswerter Weise angeboten.

Der Umzug der Container vom HTSV auf unseren Sportplatz wurde von Klaus Geistlich und Bernd Luley begleitet. Dabei danken wir insbesondere Bernd, der durch seine Kontakte zum Stromanbieter den Umzug kurzfristig möglich gemacht hat.

Die Abriss- und Neubauphase ist hiermit schon wieder etwas näher gerückt.

Ein weiterer herzlicher Dank gilt in diesem Sommer einem, auf Wunsch anonym bleibendem Mitglied, welches unsere Fenster in der Jahn-Halle gestrichen hat.

Ich möchte neben diesen Neuerungen, noch darauf aufmerksam machen, dass im Herbst bei uns wieder einige Termine anstehen.

Erwähnen möchte ich an dieser Stelle jedoch nur einen von 5 Terminen. Am 6.11. werden wir einen Kinderturn- und Bewegungstag in unserer Halle Heisiusstraße veranstalten. Erwähnenswert ist dabei, dass **alle** Leserinnen und Leser eingeladen sind „Kuchen to go“ bei uns zu kaufen. Dieser wird für „kleines Geld“ angeboten. Die Einnahmen aus dem Verkauf kommen der Kinderabteilung zu Gute.

Jetzt wünsche ich viel Spaß beim Schmökern!

*Birte Herriger*

**TV**•Aktuell

## INHALT

5	Ältestes Mitglied des TVA / Instandsetzungstag
7	Turnspielkreis / Laternelaufen
9	Neues Kursangebot - Sturzprophylaxe
11	Bauchtanz / Nordic Walking
13	Einladung zur Freimarktsfeier
13	Selbstbehauptungslehrgang
15	Yoga
16	Sportangebot
19	Jiu-Jitsu / Kinderturn- und Bewegungstag
22	Judo - Selbstverteidigung
24	Gedenken an Reinhard Lohmann / Fußball
27	Handballcamp
29	Geburtstagsgrüße
31	Informationen der Geschäftsstelle

## Unser ältestes Vereinsmitglied Valerie Könsen

Am 1. August feierte sie ihren 100. Geburtstag. Die gebürtige Wienerin zog aus Liebe zu ihrem im Krieg verschollenen Mann Johann nach Deutschland. Sie zog ihren Sohn Hartwig groß und arbeitete im Tabakwarengeschäft der Schwiegereltern. So kam es, dass die Arbergerinnen aus der Nachbarschaft sie mit zum Turnverein nahmen, dem sie bis heute treu geblieben ist.

Ihre große Leidenschaft ist es Gedichte zu schreiben. So wurden zu Geburtstags- oder Vereinsfesten stets Gedichte von ihr verfasst und vorgetragen.

Wir gratulieren herzlich und wünschen alles Gute!

*Gisela Fahrenholz*



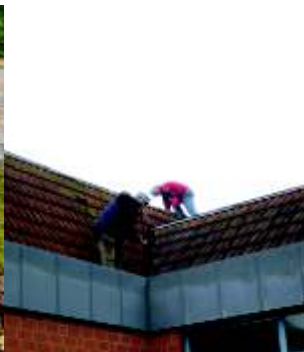
Liebe Sportfreunde,

für die Pflege unserer Sportanlagen ist ein **Instandsetzungstag** für Samstag, den 5.11.2011 geplant. Beginn ist um 10.00 Uhr. Das Ende ist, nach einem gemeinsamen Mittagsimbiss, für ca. 14.00 Uhr vorgesehen.

Alle Mitglieder werden gebeten sich bis zum 20.10.2011 bei ihren Übungsleiterinnen und Übungsleitern oder in der Geschäftsstelle verbindlich anzumelden. Die Koordination der gemeldeten Personen übernimmt dann Klaus Geistlich.



Ob klein, ob groß, in den Grünanlagen legen alle los!



Wer mag kann uns auch mal auf's Dach steigen.



Handwerklich Begabte sind immer willkommen

## Turnspielkreis

Vor kurzem ging es wieder los. Die Sommerferien waren zu Ende und die meisten der neuen Spielkreiskinder und Eltern sahen dem Spielkreis etwas aufgeregt und unsicher entgegen. Aber wie alle vielleicht schon gemerkt haben gibt es keinen Grund für Sorgen. Silke und Antje sind Vollprofis, haben alles fest im Griff und dabei auch noch gute Laune!

Der Spielkreis ist toll für die Kinder. Sie können sich daran gewöhnen alleine in einer Kindergruppe zu sein, kleine Freundschaften schließen, Regeln lernen und vieles mehr, was sie dann für den Kindergarten brauchen.

Ein weiterer Hauptzweck besteht aber auch darin, dass sich die Eltern daran gewöhnen ohne ihre Kinder zu sein.

Man kann es glauben: es funktioniert. Und das Jahr geht viel zu schnell vorbei!

Gefasst machen muss man sich auf eine schöne Zeit für die Kinder mit Basteleien, Ausflügen, Besichtigungen, Feiern und Liedern bzw. Singspielen, die den Eltern teilweise bestimmt von früher bekannt sind und vieles mehr - mehr als man vielleicht von einem Spielkreis erwartet.

Es ist erstaunlich, wie groß die Kinder in dem Jahr werden.

Alles Gute für die neuen Spielkreiskinder, viel Spaß und liebe Grüße an Silke und Antje

*Stephanie Goldt*



Einladung zum  
**Laternenumzug**  
mit dem Spielmannszug des  
TV Mahndorf am Dienstag, den  
4.10.2011

Treffen für den Umzug ist um  
17.30 Uhr an der Sporthalle  
Heisiusstraße.

Willkommen sind alle kleinen und  
großen Arbergerinnen und Arberger  
mit ihren Laternen.

## Neues Kursangebot „Fit und standhaft im Alltag“

**Das neue Kursangebot des TV Arbergen hält fit und mobil und hilft, Stürze zu verhindern.**

Wissenschaftler und Experten bestätigen es: Regelmäßige Bewegung gilt als Schlüssel zu gesundem Alterwerden. Ein gezieltes Muskel- und Gleichgewichtstraining ist das beste Mittel, um Stürze bei älteren Menschen zu vermeiden, es macht stark und standhaft, damit man auch in ein paar Jahren den Alltag noch sicher meistern kann.



Der Bewegungskurs „Fit und standhaft im Alltag“ richtet sich an alle Menschen, die ihre Standfestigkeit und die Sicherheit beim Gehen verbessern möchten, die durch gezielten Kraftaufbau und Gleichgewichtstraining Stürze und Verletzungen verhindern wollen, die Spaß daran haben, neues zu lernen und sich gemeinsam mit anderen in einer Gruppe zu bewegen. Vor allem richtet sich der Kurs auch an diejenigen, die vielleicht schon lange nicht mehr oder auch noch nie sportlich aktiv waren.

Der 10-stündige Kurs „Fit und standhaft im Alltag“ findet ab dem 11. November 2011 immer freitags von 16.00-17.00 Uhr im Mehrzweckraum I (Spiegelraum) der Sporthalle an der Heisiusstraße statt. Die Kursgebühr beträgt für Mitglieder 30 Euro und für Nichtmitglieder 60 Euro.

Interessierte sind herzlich zu einer „Schnupperstunde“ eingeladen, die am Freitag, den 4.11.2011 um 16.00 Uhr stattfindet.

Bei Fragen zum Kurs oder für Anmeldungen zur Schnupperstunde wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle (Tel. 48 04 37) oder an Antje Buben-Fischer (Tel. 484 10 52).

*Antje Buben-Fischer*

## Bauchtanz

Auch im Jahr 2011 haben wir, die Bauchtanzgruppe **AY SAHIT**, wieder einmal die Bühnen im Bremer Osten gerockt.

Zuerst einmal waren wir Ende Mai bei der „**GO**“ im Weserpark vertreten und Anfang Juli dann beim „Tag der Ballspiele“ in der Walliser Straße. Beide Auftritte sind über den Verein OT Bremen organisiert gewesen, welches mich natürlich wieder zu einer Kooperation mit dem TV Arbergen animiert hat. Die Tänzerinnen beider Gruppen waren sehr begeistert von den Auftritten, ebenso wie das Publikum. Die großen und kleinen Tänzerinnen haben wieder mal alles gegeben. Vom „Tag der Ballspiele“ gab es auch im Weser-Kurier vom 4. Juli eine schöne Aufnahme vom Auftritt.

Der nächste Auftritt von uns fand bei der Gewerbeschau Hemelingen auf dem Hof Stackkamp am 4. September statt.

Allen Sportgruppen wünschen wir nach den Ferien einen guten und erfolgreichen Start.

*Martina Kamoun*



## Nordic Walking

Ab 19. September soll es wieder losgehen - mit dem frisch gebackenen DSV Nordic Trainer Rolf Ebeling. Die geplanten Walkingtermine sind montags, um 19.00 Uhr, oder (und) mittwochs, um 18.00 Uhr. Das 1. Treffen findet an der Heisiushalle statt.



Die Ausbildung zum DSV Nordic Trainer endete mit einer Prüfung und einem DSV - Zertifikat für Nordic Walking. Konzipiert ist die Ausbildung insbesondere für den Einsteiger- und Gesundheitsbereich entsprechend den Rahmenrichtlinien des DOSB.

Anmeldungen bitte über die Geschäftsstelle.

Für Mitglieder des TVA ist der Kurs kostenfrei. Nichtmitglieder zahlen für 10 Teilnahmen 60 Euro. Für Einsteiger sind Walkingstöcke vorhanden.

*Rolf Ebeling*



# Ischa Freimaak!

für Senioren und „Neu“Senioren

Es ist wieder so weit:  
der Turnverein Arbergen veranstaltet seinen Freimarkts-  
nachmittag für Senioren!

Es sind neben Vereinsmitgliedern  
auch Gäste herzlich Willkommen!

Wir feiern am 19. Oktober 2011  
von 15.30 Uhr bis 19.00 Uhr  
wo in Grothenn´s Gasthaus

Bei Kaffee und Kuchen, tanzen, schunkeln und singen  
wollen wir einen schönen Nachmittag verbringen.

Meldet Euch bitte bis zum 12. Oktober 2011 an.



Bei Euren Übungsleitern,  
bei Gisela Fahrenholz Tel. 48 33 05  
Sabine Griese Tel. 48 73 29  
Geschäftszimmer (Mo. 18-20 Uhr/  
Do. 10-12 Uhr) Tel. 48 04 37

## Yoga 60 plus

Noch sind wir eine Frauengruppe und üben immer dienstags von 15.45 Uhr bis 17.15 Uhr in der Sporthalle Heisiusstraße bei Ines Stelzer Hatha-Yoga.

Gerne würden wir unsere Gruppe um neue Mitglieder erweitern. Bei Gesprächen müssen wir aber leider immer wieder feststellen, dass die allgemeine Meinung über Yoga zum Teil falsch ist. Es heißt dann immer, ich kann doch nicht auf dem Kopf stehen und mich verdrehen. So ist es aber keinesfalls. Wir üben Hatha-Yoga und die Übungen kann man bis ins hohe Alter ausführen.

Es gibt viele Formen im Yoga. Hatha-Yoga ist der körperorientierte Teil des Yoga und kann durch das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele die vollkommene Harmonie schaffen. Gerade in der heutigen, stressigen Zeit, ist es für alle Altersgruppen wichtig, diese Harmonie und Ausgeglichenheit zu erreichen.

Auch Anfänger werden schon nach wenigen Übungsstunden ein Wohlgefühl verspüren. Eine "Schnupperstunde" wird dieses Wohlgefühl erahnen lassen.

Also, nur Mut, wir freuen uns alle auf die "Neuen".

*Gerda Loepke*





# Sportangebot im Überblick

Stand: August 2011



## Turnen - Gymnastik - Tanz

### Kinder und Jugendliche

#### Montag

09.30 - 10.30 Mutter und Kind (A)

10.30 - 11.30 Mutter und Kind (A)

*A. Bethge*

15.15 - 16.15 Mutter und Kind (A)

16.30 - 18.00 Jungen 1.-4. Klasse (A)

*S. Griese*

17.15 - 18.15 Tanzen 1.-2. Klasse (C)

*A. Burkert*

#### Dienstag

08.30 - 11.30 Turn-Spielkreis (A)

*S. Beneke / A. Buben-Fischer*

09.30 - 11.00 Baby-Treff (C)

*A. Bethge*

15.15 - 16.15 Kleinkinder (4-6 Jahre) (A)

16.15 - 17.15 Kleinkinder (4-6 Jahre) (A)

*B. Lagediek / A. Bethge*

#### Mittwoch

16.00 - 17.30 Kinderturnen (ab 6 Jahre) (A)

*C. Brüggemann*

18.30 - 20.00 Ballspiele für Jugendliche (A)

*B. Benecke*

#### Donnerstag

15.00 - 16.00 Singen & Tanzen (ab 5) (C)

16.00 - 17.00 Singen & Tanzen (ab 4) (C)

*S. Griese*

15.00 - 16.30 Mädchen 1.-4. Klasse (D)

*L. Disput*

17.00 - 18.30 Mädchen ab 5. Klasse (A)

*L. Disput*

#### Freitag

08.30 - 11.30 Turn-Spielkreis (A)

*S. Beneke / A. Buben-Fischer*

## Frauen

#### Montag

18.30 - 20.00 Gruppe A Seniorinnen (A)

20.00 - 21.30 Gruppe B Seniorinnen (A)

*H. Hadeler*

## Männer

#### Donnerstag

09.00 - 10.30 Senioren (A)

*M. Luley*

## Bauchtanz

#### Donnerstag

18.00 - 19.00 Oriental / Bollywood (C)

19.00 - 20.00 Bauchtanz Anfänger (C)

20.00 - 21.30 Bauchtanz Fortgeschr. (C)

*M. Kamoun*

## Tanzen

#### Freitag

20.00 - 22.00 Tanzsportabteilung (C)

*K. Ahlers*

## Judo

#### Dienstag

17.00 - 18.30 Kinder ab 7 Jahre (D)

*F. Urbas / P. Kunze / F. Sass*

#### Donnerstag

17.30 - 19.00 Kinder ab 7 Jahre (D)

19.00 - 20.30 Erwachsene (D)

*F. Kunze*

## Jiu-Jitsu

#### Dienstag

18.30 - 20.00 Kinder ab 10 Jahre (D)

20.00 - 21.30 Erwachsene / Jugendliche (D)

*F. Mundl*

## Pilates, Fatburner und Step-Aerobic

#### Mittwoch

18.30 - 19.15 Pilates (C)

19.20 - 20.30 Fatburner (C)

*B. Herriger*

#### Freitag

17.00 - 18.30 Step-Aerobic (C)

*B. Herriger*

## Bauch-Beine-Po / Fit + Fun

#### Montag

18.45 - 19.45 Bauch-Beine-Po (C)

#### Mittwoch

09.30 - 10.30 Bauch-Beine-Po (C)

*A. Burkert*

20.00 - 21.30 Fit + Fun (A)

*B. Birnbaum*

## Prellball

#### Dienstag

19.00 - 20.30 Männer (A)

*B. Bunk*

#### Freitag

19.00 - 20.30 Senioren Prellball (A)

*F. Buhlich*

20.30 - 22.00 Männer Ballspiele (A)

*H. Esselmann*

## Tischtennis

#### Montag

17.00 - 19.00 Jugend (B)

*M. Kristann*

#### Dienstag

18.00 - 19.30 Kinder + Jugend (B)

*M. Kristann*

19.30 - 22.00 Erwachsene (B)

*Ö. Akyüz*

#### Samstag

10.00 - 12.00 Jugend (B)

*H. Böttjer*



# Sportangebot im Überblick

Stand: August 2011



## Volleyball

**Donnerstag**  
19.00 - 21.00 Mixed ab 16 Jahre (B)  
*M. Pilz*

## Badminton

**Montag**  
19.00 - 20.30 Schüler (B)  
20.30 - 22.00 Erwachsene (B)  
*T. Karsch*

**Mittwoch**  
20.30 - 22.00 Erwachsene (B)  
*T. Karsch*

**Donnerstag**  
19.00 - 20.00 Kurs für Schüler (B)  
*N. Bischoff*  
20.00 - 22.00 Erwachsene (B)  
*K. Prekel*

## Yoga

**Dienstag**  
15.45 - 17.15 Yoga - 60 plus (C)  
17.30 - 19.00 Frauen + Männer (C)  
*I. Stelzer*

**Donnerstag**  
08.30 - 10.00 Frauen + Männer (C)  
*I. Stelzer*

## Tai Chi

**Montag**  
20.00 - 21.30 Frauen + Männer (C)  
*M. Zabel*

**Freitag**  
10.00 - 11.30 Frauen + Männer (C)  
*M. Zabel*

## Herz-Kreislauf-Prävention

**Mittwoch**  
17.00 - 19.00 Aufbau & Training mit Arzt (B)  
*B. Prütt / G. Jäger*

## Krebsnachsorge

**Montag**  
15.00 - 17.00 Frauen (C)  
*G. Mezger*

## Wirbelsäulengymnastik

**Montag**  
09.30 - 10.30 Frauen + Männer (C)  
10.30 - 11.30 Frauen + Männer (C)  
*A. Buben-Fischer*

**Dienstag**  
19.00 - 20.00 Frauen + Männer (C)  
20.00 - 21.00 Frauen + Männer (C)  
*A. Buben-Fischer*

## Beckenbodengymnastik

**Mittwoch**  
15.45 - 17.00 Frauen (C)  
*B. Prütt*

## Fußball

**Geschäftsstelle**                      **Telefon 48 04 37**

## Handball

**Peter Hadele**                              **Telefon 48 76 66**

## Tennis

**Frank Borchers**                              **Telefon 48 71 35**  
*Fragen zu den Gebühren für das Kinder- und Jugendtraining beantwortet Ihnen gerne unsere Geschäftsstelle.*

## Turnspielkreis

**Geschäftsstelle**                              **Telefon 48 04 37**

## Hallenplanung/-vermietung

**Geschäftsstelle**                              **Telefon 48 04 37**

- (A) =Sporthalle Arberger Heerstraße
- (B) =Sporthalle Heisiusstraße
- (C) =Mehrzweckraum I Heisiusstraße
- (D) =Dojo Heisiusstraße
- (S) = Sportplatz an der Arberger Mühle

	Monat	¼-jahr	½-jahr	Jahr
<b>Grundbeiträge</b>				
Jugendliche	6 €	18 €	36 €	72 €
Erwachsene	12 €	36 €	72 €	144 €
Ehepaare	21 €	63 €	126 €	252 €
Familien	24 €	72 €	144 €	288 €
Passiv	4 €	12 €	24 €	48 €
<b>Zusatzbeitrag Tennis</b>				
Jugendliche	3 €	9 €	18 €	36 €
Erwachsene	6 €	18 €	36 €	72 €
Ehepaare	10 €	30 €	60 €	120 €
Familien	11 €	33 €	66 €	132 €
<b>Zusatzbeitrag Tanzen</b>				
Jahresbeitrag pro Paar				290 €

	Monat	¼-jahr	½-jahr	Jahr
<b>Zusatzbeitrag Judo</b>				
Jugendl./Erw.	3/6 €	9/18 €	18/36 €	36/72 €
<b>Zusatzbeitrag Jiu-Jitsu</b>				
Jugendl./Erw.	3/4,50 €	9/13,50 €	18/27 €	36/54 €
<b>Zusatzbeitrag Yoga</b>				
Jahresbeitrag				69 €
<b>Zusatzbeitrag Tai Chi</b>				
Jahresbeitrag				72 €
<b>Zusatzbeitrag Badminton</b>				
Ballgeld pro Jahr Jugendl./Erw.				10/15 €
<b>Zusatzbeitrag Handball (monatlich)</b>				
Jugendl./Erw.	2/3 €			

## Jiu-Jitsu

Am Mittwoch, den 29. Juni, hatte die Jiu-Jitsu-Fachgruppe des DDK e.V. zu einer Gürtelprüfung in Huchting eingeladen. Dieser Einladung ist Bastian Kanning mit seinem Uke Ole Lunitz aus unserer Jiu-Jitsu Gruppe gefolgt.

Bastian stellte sich zur Prüfung des 4. Kyu-Grades (Orange) und hat die Prüfung unter der Leitung von Frank Mundl mit der Note: sehr gut bestanden.

Besonders hervorzuheben war die „Freie Selbstverteidigung“ gegen mehrere Gegner. Ein Verteidiger steht in der Mitte und wird abwechselnd von anderen Kämpfern, die einen Kreis bilden, angegriffen. Diese besondere Herausforderung hatte Bastian sehr gut gelöst.

Herzlichen Glückwunsch an Bastian und ein besonderes Dankeschön an Ole, der sich für Bastian als Uke für die Prüfung zur Verfügung gestellt hatte.

*Frank Mundl*



KUCHEN

TO

GO

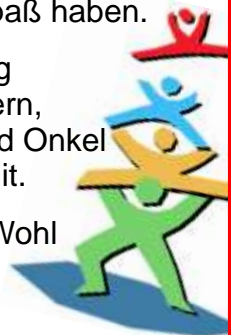
### Komm zum Kinderturn- und Bewegungstag

am Sonntag, den 6.11.2011

In der Zeit von 14.00 bis 17.00 Uhr  
kannst Du in der Sporthalle  
Heisiusstraße die  
Kinderbewegungslandschaft  
erkunden, turnen und Spaß haben.

Bring also ruhig  
Geschwister, Eltern,  
Großeltern, Tanten und Onkel  
oder Freunde mit.

Für das leibliche Wohl  
wird gesorgt!



## Jiu-Jitsu Jubiläumslehrgang in Bramstedt

Die 30-jährige Jiu-Jitsu Tradition des TSV Bramstedt 1948 e.V., Landkreis Cuxhaven, führte dazu, dass unsere Jiu-Jitsu-Gruppe zum Jubiläumslehrgang nach Bramstedt eingeladen wurde. Wir folgten der Einladung sehr gerne, zumal Frank Mundl als Gasttrainer für eine Trainingseinheit vorgesehen war.

Am Samstag, den 18.06.2011, war es dann auch soweit. Wir trafen uns am Dojo der Halle Heisiusstraße und fuhren dann gemeinsam nach Bramstedt. Dort erwartete uns eine ganz neue Halle mit 2 Mattenflächen und reichlich Platz zum trainieren. Insgesamt waren 50 Jiu-Jitsuka aus verschiedenen Vereinen der Einladung gefolgt. Nach einer kurzen Ansprache und Gratulationen für das 30-jährige Jubiläum, wurde der Lehrgang von Timm Münchhoff (Vereinstrainer Jiu-Jitsu des TSV Bramstedt) eröffnet.

In der ersten, zweistündigen Trainingseinheit von Frank Mundl wurden Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder geübt. Da es auch um Zivilcourage und Verhalten in Grenzsituationen ging, war dieses Thema auch für die angereisten Erwachsenen nicht uninteressant, so dass diese mit den Kindern trainierten. Neben dem Pratzentraining und einfachen Technikkombinationen gegen Handgreifen, Griff in den Kragen, gab es noch Abwehren gegen andere Kontaktangriffe.

So knüpfte auch der zweite Teil des Lehrgangs, der von Timm Münchhoff abgehalten wurde, nahtlos an den ersten Teil an. Timm widmete sich in seiner zweistündigen Trainingseinheit den gefährlichen Waffen und machte hier noch einmal deutlich, dass es jahrelanges Training benötige, um überhaupt eine „Sicherheit“ im Umgang mit Waffenabwehren zu erlangen. „Man sollte in keiner Weise seine Gesundheit aufs Spiel setzen, wenn es um Bedrohungen mit einer Waffe geht.“ Die Abwehren werden für den Notfall geübt und haben deshalb einen festen Platz in der Prüfungsordnung des Jiu-Jitsu.

Während des Events hatte der Verein für das leibliche Wohl mit einer Grillstation und leckeren Salaten und Pommes gesorgt. Nach dem Ende des Trainings war man sich einig, dass es der Themen wegen einen weiteren Lehrgang auf dem Niveau geben sollte. So stellte Frank Mundl in Aussicht, den nächsten Lehrgang beim TV-Arbergen auszurichten. Nähere Informationen werden folgen! Abschließend wurde dann noch die Matte von allen Beteiligten abgebaut.

Hier noch einmal ein Dankeschön an alle Teilnehmer des TV Arbergen die mit dabei waren und den Eltern, die die Fahrgemeinschaften gebildet haben.

Teilnehmer: Pascal Hahn, Bastian Kanning, Alina Lasch, Vivien Lührs, Ole Lunitz, Annika Mundl, Jan-Thore Müller, Celina Nadler, Philipp Weber.

Vielen Dank von eurem Jiu-Jitsu-Trainer!

*Frank Mundl*

## Judo / Selbstverteidigung „Weglaufen ist überhaupt nicht feige“

**Polizisten trainieren mit Kindern, wie man sich in brenzlichen Situationen verhält.**

Mehr als 20 Kinder waren am 9. Juni im Dojo des TVA erschienen, um mit dem Jugendbeauftragten der Polizei, Frank Kunze, zu trainieren, wie man sich in bedrohlichen Situationen richtig verhält.

Unterstützend war der Arberger Kontaktbeamte Günter Ehlers dabei.



Wie sollen sich Kinder verhalten, die Gewalt erfahren? Was tun, wenn ich „abgezogen“, oder in eine Schulhofschlägerei verwickelt werde? Oder wo sitze ich sicher, wenn ich alleine in den Bus steige?

Mit großer Begeisterung spielten die Kinder diese Situationen nach und erarbeiteten zusammen mit den Polizisten Lösungsvorschläge.

Auch die Zivilcourage war ein Thema. Wie helfe ich, ohne mich selbst in Gefahr zu begeben? Schnell wurde erkannt, wie wichtig es ist, Mitstreiter zu suchen oder sich von Erwachsenen Hilfe zu holen.

Großen Anklang fanden auch die gezeigten Befreiungsgriffe. Hierbei wurde demonstriert, wie einfach und schnell man sich befreien kann, wenn man plötzlich festgehalten wird. Dann allerdings soll man weglaufen, denn weglaufen ist nicht feige, sondern schlau.

Zahlreiche Eltern ließen es sich nicht nehmen, und sahen ihren Kindern bei den Rollenspielen begeistert zu. Nach dem Training gaben einige Eltern spontan zu: „Sogar ich habe Neues gelernt“.

Aufgrund der großen Resonanz soll der Lehrgang wiederholt werden.

Infos zum Projekt „Nicht mit mir! Zivilcourage“ erteilt der Jugendbeauftragte der Polizei, Frank Kunze, E-Mail: [Jugendbeauftragter@Polizei.Bremen.de](mailto:Jugendbeauftragter@Polizei.Bremen.de) oder Tel. 362-3802.

*Frank Kunze*

## Judo

Traditionell wurde am letzten Trainingstag vor den großen Sommerferien eine Gürtelprüfung in der Judoabteilung des TVA abgehalten. Gleich 20 Judoka hatten sich in die Prüflisten eintragen lassen. Als Hauptprüfer wurde, wie in den vergangenen Jahren, Günter Folkers vom SAV Hemelingen eingeladen. Zweitprüfer



Zufriedene Gesichter nach bestandener Prüfung

war der Trainer der Arberger Judoka, Frank Kunze. Das Prüfungsteam war stark gefordert, den Ansturm zu bewältigen.

Für fünf Judoka war es die erste Gürtelprüfung überhaupt und deshalb war die Aufregung besonders groß. Geprüft wurde von Gelb- bis zum Braungurt. Nach den ersten Fallrollen legte sich die Aufregung bei den Kindern. Diese hatten in den letzten Monaten fleißig Würfe, Haltegriffe sowie Würge- und Hebeltechniken geübt. Nach zwei Stunden Prüfungsstress konnten sich die Prüflinge einen neuen Judogürtel umbinden.

Besonders zu loben sind die Judoka Viktoria Morasch und Thorsten Kutschka, beide erzielten hervorragende Noten.

Die Trainer hoffen natürlich, dass alle Prüflinge hoch motiviert sind, sich weiter zu verbessern und Neues hinzuzulernen, denn die nächste Prüfung kommt bestimmt, und die Anforderungen auf dem Weg zum Schwarzgurt steigen mit jedem Gürtelgrad an.

Herzlichen Glückwunsch zur bestanden Prüfung:

Zum **gelben** Gürtel: Neele Krebs, Tony Dillon, Finn Barten, Joana Becker und Melissa Reincke

Zum **gelb-orangen** Gürtel: Marco Reimer, Julian Bornus, Selin Aydin und Angelina Matassow

Zum **orangenen** Gürtel: Chem Aydin, Daniel Leers, Alina Doege, Pia Vöge und Valeska Tunisch

Zum **orangenen-grünen** Gürtel: Jessica Jungnischke und Victoria Morasch

Zum **grünen** Gürtel: Michelle Wessel

Zum **braunen** Gürtel: Thorsten Kutschka

*Frank Kunze*

## Gedenken an Reinhard Lohmann

Reinhard Lohmann ist am 3.6.2011 verstorben. Er war 73 Jahre im Verein und hat lange Jahre die Sanitätsdienste bei Vereinsaktivitäten übernommen.

Wir werden Reinhard in guter Erinnerung behalten.

*Birte Herriger*

**Sport ist im Verein am schönsten!**

## Fußball

Bereits mit Beginn der neuen Saison freut sich der TV Arbergen über einen echten Höhepunkt. Das DFB-Mobil kam am 24.08.2011 zum TV Arbergen.

Da zum Zeitpunkt der Drucklegung des Heftes dieser Termin noch nicht stattgefunden hatte schaut doch einfach mal wieder bei uns auf der Homepage unter

[www.tv-arbergen.de](http://www.tv-arbergen.de)

rein, um unseren Bericht über diesen oder andere Termine zu lesen.

*Birte Herriger*



**DAS**  
**DFB-MOBIL**  
**kommt!**

Eine Aktion mit Mercedes-Benz

**Praxisnahe Trainingsdemonstrationen & Mercedes-Benz**  
**Aktuelle DFB-Informationen vor Ort**

# Fußball

## Die erste Fußballsaison

Und schon ist sie Geschichte. Die erste Saison der Fußballsparte des TV Arbergen. Ins Leben gerufen mit dem 1. Arberger Fußballkindergarten-Cup im Frühjahr 2010. Beendet mit dem G-Jugend-Turnier beim TSV Posthausen im Juni 2011 und der Auszeichnung unserer Nachwuchstorhüterin Nina Lachnit als beste Torwartin.



Nina - die beste Nachwuchstorwartin

Dazwischen lagen viel Schweiß, viel Arbeit, eine Menge Organisation, viel Training, Spiele und Turniere, teilweise auch kleine Enttäuschungen.

Abgeschlossen wurde die Saison mit 3 am Spielbetrieb teilnehmenden Mannschaften. Während unsere G-Jugend durchweg gute Ergebnisse erzielte, konnte die E-Jugend nach dem Aufstieg zur Winterpause in der Rückrunde nicht mehr so viele Spiele siegreich gestalten. Unter Berücksichtigung, dass unsere E-Jugend nur gegen schon lange zusammenspielende Mannschaften antreten mussten, war dies aber vorhersehbar. Insgesamt kann man aber mit der Entwicklung dieser Mannschaft zufrieden sein. Großer Dank des Vereins geht hier in Richtung von Gerd Burkhardt und Marco Veith, die diese nicht leichte Aufgabe mit Bravour gemeistert haben.



G-Jugend im Siegestaumel



E-Jugend links  
und  
F-Jugend rechts



## Fußball

### Die erste Fußballsaison des TVA

Die 1. Herren musste nach einer Saison leider schon absteigen. Nach einer zwischenzeitlichen Aufholjagd wurde der Anschluss an das Mittelfeld hergestellt. Bedingt durch Verletzungsspech wurde man aber schließlich Letzter in der Liga. Man mußte den Gang in die 2. Kreisklasse antreten.

Zur neuen Saison 2011/2012 werden wir mit insgesamt 5 Mannschaften starten. Im Jugendbereich mit der G-Jugend (Jahrgang 2005/2006), der F-Jugend (Jahrgang 2003/2004) und der E-Jugend (Jahrgang 2001/2002). Die D-Jugend wird zunächst Freundschaftsspiele/-turniere durchführen.

Besonders glücklich sind wir mit der Tatsache, daß wir nächste Saison bereits eine 2. Herren präsentieren können. Sie startet in der 3. Kreisklasse, auch Sicherheitsliga genannt, ebenfalls mit dem Ziel des Aufstiegs. Wer also Lust auf Amateurfußball hat, der kann diesen nun am Sonntagnachmittag um 15.00 Uhr auf unserem Sportplatz in der neuen Saison verfolgen. Wer hingegen selber gegen den Ball treten möchte, der kann einfach an einem der Trainingstermine\* erscheinen. Wer die Sparte ambitioniert in der Organisation oder im normalen Trainingsbetrieb unterstützten möchte, der meldet sich einfach im Geschäftszimmer.

Fazit der ersten Saison: Der bisherige Zulauf und die Entwicklung der Fußballsparte im TV Arbergen bestärkt den Vorstand in der Entscheidung nach über 100 Jahren TV Arbergen endlich auch Fußball im Ortsteil anzubieten.

*Frank Blöthe-Lagediek*

\*Trainingstermine:

G-Jugend	Montag	16:30 - 18:00 Uhr
F-Jugend	Montag und Donnerstag	16:30 - 18:00 Uhr
E-Jugend	Montag und Mittwoch	16:30 - 18.00 Uhr
D-Jugend	Freitags - nähere Informationen über die Geschäftsstelle	
1. Herren	Dienstag und Donnerstag	
2. Herren	Dienstag und Donnerstag	

## **SCHNUPPER-WOCHEN IM TVA**

Testen Sie bis zu 4 Wochen unsere Sportgruppen  
– erst danach entscheiden Sie  
über eine Mitgliedschaft.

**WIR FREUEN UNS AUF SIE ! IHR TVA**

# 3. HANDBALL



# CAMP

# 17. - 20. Oktober 2011

Alle Infos im Internet!

[handballcamp.tv-arbergen.de](http://handballcamp.tv-arbergen.de)

## **Zum Geburtstag vom TVA die herzlichsten Glückwünsche**

für die Zeit vom 11.05.2011 - 20.08.2011

Valerie Könsen	100 Jahre	Anneliese Kastendieck	85 Jahre
Gertrud Levermann	90 Jahre	Armin Diederichs	80 Jahre
Horst Scharsich	89 Jahre	Anna Hespos	80 Jahre
Magda Könemann	87 Jahre	Marlies Müller	75 Jahre
Annelise Osmers	86 Jahre	Norbert Rulfs	70 Jahre
Wilma Kahl	85Jahre		





## Geschäftsstelle TV Arbergen



TV Arbergen von 1893 e.V.  
Geschäftsstelle  
Arberger Heerstr. 111  
28307 Bremen

Telefon: 48 04 37  
Fax: 48 44 275  
E-Mail: [info@tv-arbergen.de](mailto:info@tv-arbergen.de)  
Internet: [www.tv-arbergen.de](http://www.tv-arbergen.de)

Geschäftszeiten:  
Montag 18.00 - 20.00 Uhr  
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr

Mitarbeiterinnen:  
Marion Kaiser  
Monika Kunze  
Brigitte Steenblock

Kein Betrieb in den Ferien!

☞ Wir freuen uns über Ihren Vereinsbeitritt. Dieser muss schriftlich mit unserem Formular erklärt werden. Ein Vereinsbeitritt per E-Mail ist leider nicht möglich. Auf einige Daten von Ihnen und auf Ihre Unterschrift können wir nicht verzichten.

☞ Auch ein Vereinsaustritt ist nur schriftlich mit einer Kündigungsfrist von einem Monat zum 31.3./30.6./30.9. oder 31.12. des Jahres möglich. Auf Wunsch erhalten Sie eine Bestätigung.

☞ Es läuft nicht rund bei der Abrechnung, wenn sich Ihre Anschrift oder Bankverbindung ändert und Sie uns das nicht mitteilen.

☞ Kinder werden auch bei uns mit Vollendung des 18. Lebensjahres erwachsen und somit zum Selbstzahler. Ein neuer Vertrag ist rechtlich nicht erforderlich. Dies kann bei einem Familienbeitrag zu Veränderungen führen.

☞ Eine Lehr- oder Schulbescheinigung bei Studentinnen/Studenten oder Schülerinnen/Schülern über 18 Jahre ermöglicht den ermäßigten Beitrag für Jugendliche als Einzelmitglied oder den Verbleib im Familienverbund.

☞ Sollten Sie während Ihrer Mitgliedschaft in eine soziale Notlage geraten, helfen wir Ihnen auf Antrag im Einzelfall gerne weiter.

☞ Der Bundesfreiwilligendienst ermöglicht bei uns eine sportliche Betätigung zum Beitrag für Jugendliche, wenn die Bescheinigung vorliegt.

☞ Sie sehen, Bescheinigungen können bares Geld für Sie bedeuten. Also bitte rechtzeitig vorlegen und abgelaufene Nachweise zeitgerecht erneuern. Es wird kein zu viel berechneter Beitrag erstattet, wenn eine Bescheinigung nicht oder nicht rechtzeitig vorgelegen hat.

**Berichte und Fotos für die nächste Ausgabe von TV-Aktuell bitte bis zum 03.11.11 per E-Mail an: [tvaktuell@tv-arbergen.de](mailto:tvaktuell@tv-arbergen.de) oder an die Anschrift: TV Arbergen, Arberger Heerstr. 111, 28307 Bremen**

3.000 Exemplare werden kostenlos an alle Haushalte im Ortsteil Arbergen verteilt, in den Sporthallen ausgelegt und teilweise an Interessenten und Mitglieder versandt.

---

Geschäftszeiten: Montag 18.00 – 20.00 Uhr  
Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr

Sparkasse in Bremen BLZ 290 501 01  
Kto.-Nr. 1805 0005

Redaktion und Anzeigen: TVA-Geschäftsstelle  
Arberger Heerstr. 111  
28307 Bremen  
Telefon: 0421 - 48 04 37  
Fax: 0421 - 48 44 275  
E-Mail: [tvaktuell@tv-arbergen.de](mailto:tvaktuell@tv-arbergen.de)  
Internet: [www.tv-arbergen.de](http://www.tv-arbergen.de)

# 3/11

61. Jahrgang