

HEFT 3 / 2023



PSB 24 aktuell

Mitgliedermagazin



Weil's Spaß macht.

www.pro-sport-berlin24.de

AUF EINEN BLICK

Prosporstudios	Seite 3	Segeln Stößensee:	10-12
Beachvolleyballsaison eröffnet Neue Kurse in Charlottenburg		Toller Saisonbeginn mit erstem Funcup	
Badminton:	4	Trainingslager in Glücksburg	
Reise zum Flora-Cup-Jubiläum Turniersieg für Arun Malhotra		Rupenhörner Teeny-Start	
Handball:	5	Segeln mit Schweinehund	
1. Frauen sicherten Klassenerhalt – nicht nur für sich		Tauchen Wilmersdorf:	13
Kanu Köpenick:	6	Junge Rettungsschwimmer am Beckenrand	
Neulinge bei Wettkämpfen auf Triebisch und Weißer Elster		Tennis Lankwitz:	13
Erste Versuche auf der wilden Spree		Anspielurnier und Tag der offenen Tür	
Segeln Köpenick:	7	Tischtennis:	14
Im 420er auf dem Gardasee		Zweimal die Klasse gehalten, Platz 2 beim Deutschlandturnier	
Optis an der Adria		Versammlung am 29. Juni	
Leichtathletik:	8-9	Unsere Sportpalette	15
Zum Auftakt des Läufercups in sehr guter Verfassung		Prosporstudios:	16
E. Klammer lief in und um Freiburg		Tage der offenen Tür mit Familienfesten	

Bei Redaktionsschluss dieser Ausgabe scheint es, als setze sich die Sonne endlich durch und verdrängte das nasskalte Grau des Vorfrühlings. Urteilt man lediglich nach den Beiträgen dieses Heftes, nutzen vor allem die wassersporttreibenden Abteilungen von Pro Sport Berlin 24 die Wetterbesserung, um ihrer Passion nachzugehen. Die Segler haben ihre Boote zu Wasser gebracht, Kanuten erste Wettkämpfe bestritten, Ruderer scheinen ohnehin keine Winterpause mehr zu kennen.

Die Hallensportler haben ihre Saison beendet, die Football-Aktiven sind offenbar noch nicht in ihre Spielzeit gestartet. Von den Kampfsportabteilungen des Vereins hört und liest man indessen diesmal nichts. Was nicht heißen soll, dass sie noch im Winterschlaf lägen. Vielleicht und hoffentlich greifen sie ja für die nächste Ausgabe mal wieder in die Tasten ... **ddp**

UNSER TITELFOTO

Die Opti-Trainingsgruppe vom Müggelsee mit Trainern aus unserem Verein absolvierte in diesem Jahr ihr Trainingslager zu Ostern an der Adria im slowenischen Portoroz. Bei strahlender Sonne weht häufig ein starker, eiskalter Wind. (S. 7)

**Wir begrüßen
unsere neuen
Mitglieder**



American Football:

Arian Wiegand, Sascha Camenz,
Marvin Jügel, Christoph Georgi, Leon Clauss,
Clemens Lach, Manud Weiß, Paul Patron,
Felicity Stabenow, Maximilian Nowicki,
Kiara Langer, Nioh Becker, Yoshua Wosiak,
Leonard Babijaev, Felix Stötzner,
Joshua Wosiak, Monika Both

Badminton:

Zhizheng Yang, Cecilia Rahel Krönert,
Sophia Luise Krönke, Bea Torgard,
Duc Thai An Nguyen, Lennart Zimmer,
Jonah Peng, Justus Kalmar, Milos Stodulka,
Liv Anouk Krau, Maximilian Schell,
Amy Lehmann, Tim Neumann,
Ioannis Tsalikis

Bogenschießen:

Lucas Cuaderno, Macarena Cuaderno

Boxen:

Levi Rode, Theodor Humeniuk,
AuliaTinnellung; Richard Wulf,
Leonidas Karipoglou, Laurin Mensching,
Charlotte Iwaniuk, Paul Engelmann,
Liam Rode, Anton Chukwuedo

Cheerleading:

Julienne Bräunlich, Sabrina Rosa Pagano,
Lieselotte Ida Heinrich, Malin Karjalainen,
Elisaweta Mehl, Halley Pearl Takang

Gymnastik:

Andreas Stoll

Jiu Jitsu:

Wulf Quester

Karate Ikgai-do:

Louisa Werth, Hector Perez Ponce,
Natalie Ivanits, Nahui Perez Kianzad,
Zoe Menge, Henry Wöltinger, Nora Bolz,
Michael Grippentrog

Karate Shinbukai:

Noppawan Platzer, Ole Bütow,
Aydin Platzer, Abdulkarim Almuhammed

Kinder- und Jugendsport:

– Basketball:

Cajus Kozik, Rafael Eliyalu, Maximus Müller

– Kinderfußball:

Finn Saß, Jinu und Kiru Park, Paulin Oelze,
Alparslan Seckin, Max Heise, Jonas Kuhnke,
Elias Müller, Vivian Benkert, Siad Al Daly,
Noah Glückselig

– Kinderturnen/Leichtathletik:

Iwa Maria Mare, Helena May, Ben Rabe,
Hanna Portugalov, Iliana Sawidis,
Helena Klebe, Emma Grunow, Oskar Mohr,
Ela Asiye Turan, Joris Hörning, Ayperi Falck,
Milan Banjac, Sinay Aksu, Elmar Ritschewald,
Sophia Schulze Wischeler

– Kinderschwimmen:

Anna Walter, Jan-Lukas Hessenius,
Dario Schönemann, Leon Däbel,
Ela und Mira Sahinkaya, Valentin Schöning,
Marie Wildenhain, Wladimir Leibert

Schwimmen:

Marzia Qalandari, Paula Korneli, Jack Garcia,
Julius Weber, Adielia Briest, Xanthe Gain,
Henri Noah Scheibe, Olga Greulich,
Anna Valentina Ruths, Lynn van Os,
Maximilian Weiss, Anna Kappen, Mate Vilic,
Frederik Kur, Helena Mittmann,
Paolo Le Gouic, Isabel Joui Karr

Shotokan:

Louis Lewik, Maja Rajic, Lelah Bergmann,
Charlotta O'Hara-Bunche, Arno Leenen,
Mareme Faye Le Fort

Taekwondo:

Laslo Rossel

Prosporstudio Charlottenburg:

Claus Hauff, Birgit Eick, Marisa Hohnstein,
Fadine Ucar, Jakob Przybyka, Ilka Hartmann,
Janin Winkler, Edeltraud Tkocz, Paulin Oelze,
Katharina Michael, Heidrun Karger,
Claudia Schmidt, Petra Schmitz,
Reinhold Tölke

Prosporstudio Köpenick:

Anna Lupanova, Kerstin Schubert,
Gisbert Hiebel, Günter Schnabel, Leila Paul,
Cornelia Schneider, Werner Fuchs,
Mandy Fischer-Zantopf, Margarita Pashuk,
Hellfried und Annemarie Körner, Karin Vogt,
Anka Bergmann, Barbara Seidel,
Detlev Moeck, Barbara Seidel, Silvia Schulz,
Ulrich Schmidt, Kristina Greif

Prosporstudio Wilmersdorf:

Bettina Rainer, Dr. Romika Hilbert,
Katrin Volkmann, Kathrin Gerold-Fischer,
Dieter Kriese, Renate Fuchs, Andrea Fuchs,
Susanne Trosien, Annette Neumann,
Ingrid Schubert, Marianne Steiger, Ivana Kosiol,
Ingrid-Rosemarie Schönfeld, Isabella Massel,
Henriette Scharfenberg, Andrea Bohnes,
Regina Bleis, Adrianna Lenhardt,
Claudia Schmitz, Malin Kristin Thor,
Mario Vorberg, Andrea Schorsch

Sportgruppe Charlottenburg – Tennis:

Gabriel Penic, Mara Penic, Andreas Ecker,
Manuel Endres, Sven Pilz, Salem Kim,
Jinkyung Lee, Paul Sauerlandt,
Matthias Lindner, Merle-Sara Kunze,
Ole Sudmann, Attila Kecskés, Nina Kramer,
Hyung Eun Kim, Mandy Exner,
Yvonne Frey, Leonardo Agudo Jacome,
Mike Haftmann, Marcel Kahlow,
Nur Ersoy Özyürek, Melis Ersöz Koca,
Florian Tonner, Kai Rabe, Aljosha Volkmer,
Mikhail Zygar, Viacheslav Karmanov,
Magnus Antonium, Anne Guilbert,
Alexej Kampen, Elisa Grippentrog,
Iwo Kniazziuk, Sanna-Luisa Brauneisen,
Susanne Pfeifer, Torge Rehburg,
Mueller-Meerkat, Woster Niedzwiedzki,
Iwona Padzik

Sportgruppe Gatow – Tennis:

Sandra Siedow, Gero Hübner, Bastian Jeske,
Angela Piroddi

Sportgruppe Gatow – Segeln:

Simon Krenz, Anna-Lena Krenz, Jonas Krenz,
Leona Krenz

Sportgruppe Köpenick – Kanu:

Martin Krüger, Susanne Stoll, Ann-Marie Stoll

Sportgruppe Köpenick – Segeln:

Susanne Kalus, Ranya Kalus de Braganca

Sportgruppe Tiefwerder – Beachvolleball:

Yvonne Eckardt

Tauchen:

Noah Leonhardt, Katrin Sücker, Finn Steiger,
Torsten Sücker, Philipp Sücker, Wilim Brosch

Tischtennis:

Fabian Reitemeyer, Petra Didszilatis

Sportgruppe Wendenschloß – Rudern:

Yavuz Yurtbegendi

Die Beachvolleyballsaison ist eröffnet

Prosportstudios



Bildquelle: © Shutterstock Inc.

Anfang Mai: Die Sonne zeigte sich immer mehr, die Tage wurden länger und die Temperaturen stiegen stetig: Die Voraussetzungen für ein spannendes Beachvolleyball-Spiel waren damit gegeben und sorgten für den Start unserer Beachvolleyball-Saison.

Auf unseren Feldern in Charlottenburg, Wilmersdorf und Köpenick wird wieder fleißig gespielt. Sowohl Einzelpersonen als auch Gruppen jeden Alters sind willkommen! Alle Interessenten und Mitglieder melden sich telefonisch oder per E-Mail im jeweiligen Studio.

Neue Kurse in Charlottenburg

In unseren Prosportstudios ist **Yoga** ein fester Bestandteil des Kursplans. Dabei ist Yoga nur der Oberbegriff, der sich in unterschiedliche Stile und Richtungen unterteilt. Im Prosportstudio Charlottenburg beginnt die Woche mit einem **Power Yoga** montags von 11 bis 12 Uhr. Power Yoga ist eine dynamischere Form des Yogast. Kursleiter Tobias legt den Fokus auf abwechslungsreiche Körperübungen, die Ausdauer und Kraft verlangen.

Am Donnerstag- und Samstagmorgen bieten wir mit unseren Übungsleiterinnen Monika und Susanne zudem **Yoga** für Einsteiger und Fortgeschrittene an. Gerne kann eine unverbindliche Probestunde beim Studioteam vereinbart werden.

Unser langjähriger Übungsleiter Christopher Roberts bietet ab dem 11. Mai donnerstags von 9 bis 10 Uhr einen knackigen **Bauch-Beine-Po-Kurs** für einen frischen Start in den Tag an.

Im Kindersport wird mit **Ball-sport für Kids** ab dem 23. Mai dienstags von 17.05 bis 18.05 Uhr ein neues Kursformat angeboten. Hier werden den Kindern verschiedene Ballsportarten wie Beachvolleyball, Fußball oder Badminton über das Jahr hinweg nähergebracht. Kinder ab sechs Jahren können sich für eine Probestunde anmelden.

Für mehr Informationen und Terminbuchungen meldet euch einfach beim Studioteam.

Leonhard Saliwan-Trafis

Lothar Walter

Lieber Lothar,

über 23 Jahre hast du uns im Pro-sportstudio Köpenick begleitet.

Bis zuletzt konnte man sich darauf verlassen, dass du Montag- bis Freitagabend – außer an deinem Geburtstag – bei uns dein tägliches Training absolviert hast. Schrank Nr. 9 war fester Bestandteil deiner Trainingsroutine. Beim anschließenden Saunieren mit deinen Sportsfreunden wurde regelmäßig gefächsimpelt, gescherzt und entspannt.

Mit deiner Disziplin und Konstanz warst du ein Vorbild für Jung und Alt. Aber nicht nur aufgrund deiner sportlichen Leistungen und deines Alters, sondern vor allem



23. Mai 1926 – 2. April 2023

auch wegen deiner positiven Einstellung und deiner offenen freundlichen Art werden wir dich vermissen.

Ruhe in Frieden lieber Lothar.

Spontanreise zum 30-jährigen Flora-Cup-Jubiläum

Unsere Teilnahme am Jubiläumsturnier wurde geprägt durch eine Premiere. Erstmals reisten wir, wenn auch nicht ganz freiwillig, bereits am Donnerstag an. Der Streik bei der Deutschen Bahn bereitete allen Beteiligten erhebliches Kopfzerbrechen, schließlich beginnen die Mixed-Wettbewerbe bereits am Freitagnachmittag. Wie aber nach Elmshorn kommen? Die Aktivierung einer Übernachtungshalle durch die Turnierveranstalter zeigte eine Möglichkeit auf. Dutzende Telefonate und E-Mails später saß der Großteil unserer Delegation bereits am Donnerstag in der Bahn, wengleich für die Betreuer im vollbesetzten Zug nur Sitzplätze auf dem Fußboden übrigblieben. Dramatischer Höhepunkt des Anreisetages war die Pizza-Bestellung drei Minuten vor Ladenschluss, der uns vor einer Nacht mit knurrendem Magen bewahrte.

Nach einem entspannten Freitagvormittag hatten wir sogar Zeit, beim Turnieraufbau zu helfen. Während die Mixed-Turniere bereits liefen, kam die Nachhut mit den restlichen Betreuern und Teilnehmern per Auto. Auch sportlich ging es gut los: Nicola und Jakob gewannen in der höheren von zwei Leistungsklassen das Mixed in der Altersklasse U19B und sicherten wertvolle Punkte für die Vereinswertung. Auch dank gelungener Musikauswahl zum Wecken um 6.45 Uhr wurden am Samstag neben weiteren guten Platzierungen zwei Turniersiege erreicht. Je-



Unsere Vertretung in Elmshorn; Nicola Jülle und Jakob Kunze siegten im U19B Mixed

weils ohne Satzverlust gewannen Johann in U15C und Lucas im U19C ihre Einzelturniere in der unteren Leistungsklasse.

Am späten Abend hatten drei der sieben Betreuer, die den ganzen Tag in vier Hallen gecoacht und angefeuert hatten, noch genug Energie für das traditionelle Betreuerturnier. Als Belohnung sprang immerhin ein Paar Socken heraus.

Sonntags ging es noch eine halbe Stunde früher aus den Schlafsäcken – schließlich musste die Halle aufgeräumt und gesäubert werden. Die musikalische Untermauerung dieser stressigen

Turnierphase entlockte selbst der sonst sehr kritischen Elisabeth ein Lob. In den Doppelkonkurrenzen des Sonntags gelang Johann mit Ben der Sieg in U15C. Ella erreichte mit ihrer Zufallspartnerin aus Thüringen den dritten Platz in U17B und durfte sich über eines der Sieger-T-Shirts freuen.

Nachdem uns der Sieg in der U15-Wertung wegen eines Rechenfehlers wieder aberkannt worden war (Glückwunsch an den TSV „Wendt“ Wedding), trösteten wir uns immerhin mit Platz 3 in der Gesamtwertung. Wären die Punkte beider Vereine der Spielgemeinschaft zusammen gewertet worden, hätte das

übrigens Platz 2 bedeutet. Dafür waren wir ohne Konkurrenz, was die Lautstärke der Anfeuerungsrufe betrifft – große Klappe und Berlin halt ...

Nach dem stressigen Auftakt gestaltete sich die Rückfahrt trotz zehnmündiger Verspätung, weswegen die obligatorischen Nahrungsaufnahme auf dem Foodcourt des Hamburger Hauptbahnhofs ausfiel, relativ entspannt.

Fazit:

1. Die Gruppendynamik war sehr gut.
2. Daven hat einen neuen Lieblingsvietnamesen in Elmshorn, was aber mehr an der Musik als am Essen lag.
3. Trotz temporär vergessener Koffer am Bahnhof, verlorenen und wiedergefundenen Portemonnaies sowie einer unter der Weichschaummatte gefundenen Zahnbürste gab es keine materiellen Verluste zu verzeichnen.
4. Das Brainstorming für diesen Bericht beendeten zwei namentlich nicht genannte Betreuer schlafend – wir hoffen diese und andere Szenen im angekündigten Vlog (für die ältere Generation: Videotagebuch) der Spieler zu entdecken.

*Daven Maikath
(bearbeitet von
Ingo Zimmermann)*

Sieg für Arun

Mehr als nur eine Randnotiz: Beim Yonex-Junior-Cup des SV Berliner Brauereien gewann Arun Malhotra am Ostersamstag in der Max-Schmeling-Halle souverän das Herreneinzel U19. Er blieb in allen vier Turnierspielen ohne Satzverlust. Herzlichen Glückwunsch!

Luke, Lucas und Nicola erreichten in ihren Einzelwettbewerben jeweils das Viertelfinale. Oleksandra errang mit Zufallspartnerin Antara vom BSC den 4. Platz im Mädchendoppel.



Klassenerhalt gesichert

Jubel bei Spielerinnen, Fans und Trainer der 1. Frauen

Handball



Nach einer durchwachsenen Saison steht es fest: In der kommenden Saison bespielen unsere ersten Damen wieder die Oberliga Ostsee-Spree!

Die ersten beiden Partien der Spielzeit 2022/23, noch unter der Leitung von Stephan Schulz, hatte die Mannschaft souverän gewonnen. Auf den fulminanten Start folgten jedoch acht Niederlagen und ein Unentschieden. In der Rückrunde musste also um jeden Punkt gekämpft werden. Da viele Spiele nur mit einem Tor Rückstand verloren gegangen waren, war klar, dass noch viel Potenzial in der Mannschaft steckt. Nach fließendem Trainerwechsel war Michél Mölter der Kopf der Mannschaft und bereitete das Team auf den Kampf um den Klassenerhalt vor.

Ein deutlicher Sieg gegen die SG NARVA Berlin offenbarte das Potenzial des Teams. In den folgenden neun Begegnungen wurden sieben Punkte in die Spreearena geholt, was bedeutete, dass die alles entscheidende Begegnung das allerletzte Saisonspiel sein würde. Und das nicht nur für die Damen von PSB 24, sondern auch für die zweiten Vertretungen von Grün-Weiß Schwerin und dem Rostocker HC. Diese drei Mannschaften lagen auf den Tabellenplätzen acht bis zehn, wobei Platz neun den sicheren Klassenerhalt bedeutete.

So wurde in der letzten Trainingswoche drei Mal intensiv trainiert, die Taktik wurde auf den Gegner angepasst und Videoanalyse betrieben. Am 1. April war es so weit: Alle drei „Wackelkandidaten“ traten zu ihrem letzten Saisonspiel an.

Nachdem Schwerin bereits um 16 Uhr das Duell gegen Spitzenreiter VfV Spandau verloren hatte, war noch nichts zu unseren Gunsten entschieden. Um 18.30 Uhr begannen zeitgleich die Begegnungen zwischen dem Rostocker HC II und dem Stavenhagener SV sowie der SG OSF Berlin und unseren 1. Damen.

Die Frauen kamen mit Tempo und einer stabilen Abwehr optimal ins Spiel und konnten den Fans nach zehn Minuten eine 7:2-Führung präsentieren. Entsprechend gut war die Stimmung in der Schö-



neberger Sporthalle. Bis zur Halbzeitpause wurde den Gastgeberinnen nichts gegönnt und mit einem 19:13 ging es in die Kabine. Der Start war schon mal geglückt. Jetzt nur nicht nachlassen und den Spielfluss nicht durch unnötige Fehler durchbrechen!

Gesagt, getan. Auch wenn die Schönebergerinnen zwischenzeitlich auf drei Tore herankamen, ließen sich die 1. Damen den Sieg nicht mehr nehmen. Mit dem Schlusspfiff und einem 33:29-Auswärtserfolg fiel großer Ballast ab. Sicher war zu diesem Zeitpunkt aber noch nichts, da Rostock unbedingt verlieren musste, um den sicheren achten Platz für PSB 24 frei zu machen. Die Fans tobten und schnell wurde klar, dass der Rostocker HC II gegen Stavenhagen verloren hatte. Der Klassenerhalt war gesichert. Tränen der Freude und der Erleichterung liefen bei Spielerinnen, Fans und bei Trainer Michél Mölter.

Dessen Fazit: „Die Saison war schwierig. Jeder einzelnen Spielerin gerecht zu werden sowie gleichzeitig die weibliche A-Jugend zur Meisterschaft zu begleiten war ein Kraftakt. Spielerisch sind wir mit mindestens 18 starken und individuell gut ausgebildeten Spielerinnen breit

aufgestellt. Da immer zu entscheiden, wer wann und wie eingesetzt wird, ist auch kein leichtes Unterfangen. Ich möchte mich auch weiterhin nicht nur um die Stärken, sondern vor allem um die Schwächen der Damen kümmern, da der Kader so noch breiter und gefährlicher aufgestellt werden kann. Meine erste Saison bei PSB 24 war ein Jahr des Kennenlernens, verbunden mit vielen Herausforderungen, die es zu einem der anspruchvollsten Jahre meiner circa zwanzigjährigen Trainerkarriere machten. Daher bin ich umso glücklicher, dass wir die Klasse halten konnten, dass sich die Mannschaft so entwickelt und ein so erfolgreiches letztes Saisonspiel bestritten hat. Ein besonders großer Dank

geht an die gesamte Fankulisse (vor allem die BroSportler), die die Mannschaft und mich bedingungslos unterstützt hat.“

Nach diesem verdienten Sieg gegen den Tabellenvierten sind wir gespannt, was für ein starkes Team in der kommenden Saison auf Punktejagd gehen wird. Die knappen Niederlagen gegen Topmannschaften zeigen Potenzial und Talent der Damen.

Der Klassenerhalt unserer 1. Frauen bedeutete auch, dass die 2. und die 3. Mannschaft, die ihre Spiele noch nicht abgeschlossen hatten, nicht aus Verbands- und Landesliga, Berlins höchster und zweithöchster Spielklasse, zwangsabsteigen müssen.

Luisa Teubert

Tabelle Oberliga Ostsee-Spree (Endstand)

	S	U	N	Tore	Punkte	
1. VfV Spandau	22	16	3	3	606:518	35:9
2. SV Fort. 50 Neubrandenburg	22	16	1	5	585:544	33:11
3. HSG Neukölln	22	13	4	5	567:513	30:14
4. SG OSF Berlin	22	13	2	7	603:561	28:16
5. HV GW Werder	22	13	1	8	633:593	27:17
6. Stavenhagener SV 1863	22	11	3	8	552:563	25:19
7. BFC Preussen	22	10	1	11	670:635	21:23
8. SV Grün Weiß Schwerin II	22	7	2	13	586:610	16:28
9. Pro Sport Berlin 24	22	7	2	13	607:618	16:28
10. Rostocker Handball Club II	22	6	2	14	581:625	14:30
11. TSG Wismar	22	4	2	16	503:616	10:34
12. SG NARVA Berlin	22	4	1	17	552:649	9:35



Start in die Wettkampfsaison mit zwei Neulingen



Am 25. März in aller Frühe brachen fünf unserer Slalom-Kanuten auf, um in die Wettkampfsaison 2023 zu starten. Unser Trainer Jan schickte seine beiden Begleiter und Junior-Trainer Pascal und Jonas sowie die beiden Wettkampf-Neulinge Greta und Nicolas ins Rennen. Gestartet wurde im K1 (Kajak-Einer) sowie im C1 (Canadier-Einer). Jan übernahm die Rolle des Mannschaftsleiters und Kampfrichters.

An unserem ersten Wettkampfort angekommen, an der Triebisch in Meißen, machte sich langsam die Aufregung unter unseren jüngeren Sportlern breit. Doch bevor

es losgehen konnte, musste die Strecke mit allen beteiligten Aktiven akribisch besprochen werden. Zuerst starteten unsere älteren Sportler, die den jüngeren anschließend ein paar letzte Hinweise geben konnten. Schließlich waren auch unsere beiden Neulinge an der Reihe und meisterten ihren ersten Lauf mit Bravour.

Nach einer kurzen Pause gaben im zweiten Lauf noch einmal alle ihr Bestes. Die Anstrengung hat sich gelohnt, auch wenn es nur für einen Sportler zu einer Medaille reichte. Alle konnten wichtige Erfahrungen sammeln und jeder kann mit seiner Platzierung zufrieden sein. Nach

der Siegerehrung ging die Reise voller Vorfreude und mit stolzer Brust weiter nach Gera, wo in der Turnhalle der Sportfreunde übernachtet wurde.

Am nächsten Tag stand ein weiterer Wettkampf auf der Weißen Elster in Gera an. Trotz der hervorragenden Leistungen am Vortag konnten sich die Aktiven nicht zurücklehnen, denn das Wildwasser war anspruchsvoller als in Meißen. Daher waren die vorherige Streckenbesprechung und die Hinweise der erfahreneren Sportler genauso wichtig wie am Vortag.

Vor dem ersten Lauf unserer beiden „Neuen“ kamen etwas

Nervosität und Respekt vor der Strecke auf, konnten aber durch guten Zuspruch überwunden werden. Im zweiten Lauf ging es schon mit mehr Selbstbewusstsein an den Start und alle Sportler erzielten Verbesserungen.

Insgesamt war es ein schönes Wettkampfwochenende mit super Leistungen der Sportler. Alle gewannen an Erfahrung und der Spaß kam auch nicht zu kurz. So traten wir stolz und etwas erschöpft am Sonntagabend die Heimreise an.

Wir freuen uns schon auf die weiteren Wettkämpfe in dieser Saison!

Jonas Janke

Erste Versuche im Wildwasserslalom

Neun Trainer und Betreuer unserer Kanuabteilung führen mit unseren sechs Jungsportlern am 4. März in Richtung Spremberg zum ersten Trainingscamp des Jahres. Dort haben wir beim befreundeten Kanusportverein SG Einheit Spremberg die Möglichkeit, Räumlichkeiten zu nutzen. Wir übernachteten im Sportraum, nutzen den Vereinsraum sowie Sanitär- und Außenbereich.

Noch am selben Tag standen zwei Trainingseinheiten auf dem Plan: zum einen die Festigung der Fähigkeiten im Rennsport, zum anderen die ersten Versuche im Wildwasserslalom. In Spremberg sind die Gegebenheiten für beide Bereiche vorhanden und so konnten wir alles ausprobieren.

Unsere Kids führen mit viel Mut auf ihrer ersten Wildwasserwelle im Slalomboot und lernten das Boot zu beherrschen. Im Rennboot konnten sie, anders als bei uns am Verein, mit Strömung fahren und wenden üben. Trotz widriger Wetterverhältnisse mit Regen, Schnee aber auch Sonnenschein hat es allen Spaß gemacht. Am Abend wurde gegrillt und zur Freude der Kinder wurden Marshmallows über dem Feuer geschmort.

Am Sonntag wurde noch einmal auf der Slalomstrecke trainiert. Die Sportler übten, auf der richtigen Seite in die Tore einzufahren, gegen die Strömung anzukämpfen und erneut einzufahren. Das fordert Kraft, aber alle gaben alles, um es zu schaffen.



Erste Versuche im Wildwasserslalom auf der oberen Spree

Im Vereinsraum konnten wir uns selbst verpflegen und auch die Freizeit gemeinsam verbringen. Dabei wurden auch Pläne für bevorstehende Wettkämpfe und Regatten geschmiedet.

Es war eine tolle Erfahrung für unsere Jungsportler. Auch den

Trainern und Betreuern gefiel die gemeinsame Zeit, sie schweißte uns als Truppe wunderbar zusammen. Pünktlich um 14 Uhr ging es wieder zurück nach Berlin mit der Idee, das Trainingscamp auf jeden Fall zu wiederholen.

Anja Schurig

Im Feld der besten 420er-Segler Europas am Gardasee

Segeljugend
Köpenick



Ostern am Gardasee war ein Highlight für ein Mitglied unseres Vereins: Karl Lander absolvierte dort zuerst ein Trainingslager und anschließend den LUPO CUP.

Eine Woche lang trainierten Carl Wolf als Steuermann, Karl Lander als Vorschoter und ihr Trainer Lukas Zellmer am Gardasee hart für den LUPO CUP, der als Ausscheid für die Europa- und Weltmeisterschaften der 420er-Segler diente. Das Training war anstrengend, aber die Truppe hielt zusammen und motivierte sich gegenseitig. Zur Abwechslung genossen die Segler auch einen Wanderausflug.

Das Wetter der Regatta war hingegen wie eine Achterbahnfahrt – ein Tag voller Regen, die anderen Tage wieder strahlender Sonnenschein und guter Wind.

Unter der Anleitung Lukas Zellmers zeigten die Jungs hervorragende Leistungen auf dem Wasser. Sie behaupteten sich im Feld der besten 420er-Segler Europas und belegten den 24. Platz – eine großartige Leistung!

Der erste Regattatag verlief eher gemächlich, da der Wind nicht



mitspielen wollte: Es gab nur eine Wettfahrt. Der zweite Tag hatte dagegen alles, was das Seglerherz höher schlagen lässt: Regen, Regen und noch mehr Regen! Ein wahrer Augenschmaus, wenn man auf graue Wolken steht.

Am dritten Tag stand endlich das zweite Rennen an – aber leider gab es einen Frühstart, der Carl & Karl ein wenig aus dem Konzept brachte. Aber unsere Jungs sind hart im Nehmen und konzentrierten sich am nächsten Tag wieder voll und ganz auf die bevorstehenden Wettfahrten.

Und das hatte sich gelohnt: Mit neuer Energie räumten sie in der dritten Wettfahrt des Tages den ersten Platz ab!

Die Stimmung in der Truppe war großartig, alle haben super zusammengearbeitet. Die jungen Segler haben viel gelernt und sich weiterentwickelt. Und wer weiß – vielleicht werden die Jungs bei der nächsten Regatta noch einen Platz höher landen. Carl & Karl sind bereit für die nächste Herausforderung!

Monique Lander

Opti-Trainingslager an der Adria

Marlene Engelmann und ihre Opti-Trainingsgruppe vom Müggelsee hatten sich in diesem Jahr auf den Weg gemacht, um ihr Ostertrainingslager an der Adria im slowenischen Portoroz zu absolvieren. Die Vorfreude war groß, schließlich stand nach dem Trainingslager die Easter Regatta auf dem Programm, eines der größten Sportevents in Slowenien.

Die Trainer Christian, Max und Lisa-Marie Kühn, dazu weitere Trainer aus anderen Vereinen, wie Marco, Hermann und Thea sorgten mit ihrem vollen Engagement für die gute Vorbereitung der Kinder auf die Regatta. Dank helfender Hände der Eltern wurde das Training durch kleine Events, darunter ein gemeinsamer Pizza-Abend, sehr zur Freude der Kinder ergänzt.

Mit dem Wetter war es dagegen etwas schwieriger. Die Sonne schien fast ununterbrochen, aber es wehte ein starker und eiskalter Wind, der dafür sorgte, dass sich vor Portoroz eine hohe Welle aufbaute und die Segelbedingungen sehr erschwerte. Aber auch das konnte die Stimmung nicht trüben und jeder Tag brachte für Marlene, wie auch für alle anderen Kinder neue Erkenntnisse. Besonders das Segeln und gleichzeitig das Pützen, also das Wasser aus dem Boot herausholen, klappt jetzt sehr gut.

Dank der intensiven Vorbereitung im Trainingslager sammelte Marlene bei der anschließenden Easter Regatta im riesengroßen Feld der Opti-Segler viele weitere Segelerfahrungen. Die Stimmung unter den Seglern wie auch unter Eltern und Trainern

war während der Regatta sehr gut und die Kinder konnten sich voll aufs Segeln konzentrieren.

Das Trainingslager zeigte auch zum Beginn der Saison in Berlin seine Wirkung. Mit einem 10. Platz beim Rahnsdorfer Opti-Pokal und einem 3. Platz bei der Kinder- und Jugendregatta in Potsdam beweist Marlene, dass sie in Portoroz viel gelernt hat und dies jetzt auch gut auf dem Wasser umsetzen kann.

Für die jungen Segler, für die Trainer aber auch für die Eltern war es ein superschönes und sehr erfolgreiches Trainingslager. Die Kinder haben viel gelernt, tolle Segelerfahrungen gemacht und viele neue Freunde gefunden. Es war für alle ein unvergessliches Erlebnis und alle hoffen auf eine Wiederholung im nächsten Jahr.

Christian Kühn



In sehr guter Verfassung zum Auftakt des Läufercups

Nach einem großartigen 2. Platz für die Gelbhemden in der Mannschaftswertung des Berliner Läufercups des Jahres 2022 ist die Laufserie in die 2023er Auflage gestartet. Nach den durch Corona doch stark veränderten oder gar eingeschränkten Laufjahren freuen sich die Gelben auf eine reguläre Serie, in der die Termine der traditionellen Volksläufe wieder so eingehalten werden, wie wir das aus früheren Jahren gewohnt sind. Der Startschuss fiel bereits am 5. März im Britzer Garten. Am 25. März folgte der Pankower Frühlingslauf und am 16. April der Zehlendorfer Stundenlauf auf dem Ernst-Reuter-Sportfeld.



Das Gelbhemden-Team im Britzer Garten ...



Svenja Suhr auf dem Podest in Pankow



... und beim Zehlendorfer Stundenlauf

PSB 24 ist bisher mit 17 Läuferinnen und Läufern gemeldet. Auch wenn noch nicht alle Aktiven in das Wettkampfgeschehen eingegriffen haben, zeichnet sich in dieser frühen Phase des Läufercups bereits ab, dass sich etliche PSBler in bestechender Form befinden und in ihrer jeweiligen Altersklasse um die vorderen Plätze mitlaufen werden. Frédéric Georges und unser schneller Neuzugang Hakan Aras in der Altersklasse M45 sind sicherlich Kandidaten dafür. In guter Form ist auch Aline Georges (O-Ton Frédéric: „Noch kann ich mithalten ...“) in der Hauptklasse der Frauen. Unsere Übungsleiterin Svenja Suhr beweist mit dreimal voller Punktzahl in der W30 eindrucksvoll, dass sich die konsequente Umsetzung der Trainingspläne auszahlt. In der Altersklasse

W50 zeichnet sich jetzt schon ab, dass der Sieg nur über Sylvia Pfaff-Hofmann gelingen kann. Gleiches gilt für Ruth Suhr in der Altersklasse W65 – auch hier kann sich der PSB 24 überordentlich Cup-Punkte freuen. Eine couragierte Leistung zeigte auch Steffen Goll, der derzeit auf dem dritten Platz der Altersklasse M55 zu finden ist. Gleiches gilt für Karsten Papenbrock in der M60, und in der M70 ist unser „Dauerbrenner“ Günter Lewan-zik sicherlich gesetzt, wenn es um die ersten beiden Plätze geht. Da die Saison noch lang ist, hoffen wir natürlich, dass Verletzungen ausbleiben. Weiter ging es mit dem Läufercup am 31. Mai beim Steglitzer Volkslauf. Da war es auch nicht mehr weit bis zu unseren beiden Saison-Highlights: dem mittlerweile

8. Spendenlauf zugunsten von chronisch kranken Kindern am 10. Juni und dem Havellauf am 9. Juli. Für beide Läufer kann man sich auf unserer Homepage psb24-laufteam.de anmelden.

Und natürlich freuen wir uns – wie jedes Jahr – auf rege Teilnahme und viele helfende Hände bei den von uns ausgetragenen Läufen. Meldet euch gerne.
Florian Lange

KIDS IN MOTION

8. Berliner Spendenlauf zugunsten chronisch kranker Kinder

10. Juni 23, ab 10 Uhr



**10km Hauptlauf
5km Schnupper- und Genießerlauf
1km Bambini Lauf**

spendenlauf.psb24-laufteam.de

Julius-Hirsch-Sportanlage, 14055 Berlin, Harbigstr. 40, am Grunewald





Ewald ist nach drei Monaten wieder aufgetaucht

... und berichtet vom Freiburger Halbmarathon

Leichtathletik



Ewald Klammer kam so lala durch die garstigen Wintermonate und lief ohne üblichen Wettkampfrummel (Winterlaufserie, Hallenmeisterschaft) gelassen ins neue Jahr. Wir schrieben Ende März, als er aus dem regnerischen Freiburg im Breisgau von der Deutschen Halbmarathonmeisterschaft zurückkehrte. „Nun ja“, rückte er etwas zögernd heraus, „mein Wettkampf beginnt ja etliche Wochen zuvor mit der Quartiersuche sowie dem Buchen günstiger Reiseverbindungen, damit stimme ich mich mental ein. Schätze halt kurze Wege und mag nicht verlassen auf unbequemen Bahnhöfen herumhängen. Als Selbstversorger benötige ich für das Packen meiner großen Sporttasche etliche Tage, weil fast mein halber Hausrat mitkommt. Natürlich lese ich auch etwas zur Stadtgeschichte (Freiburg gegründet 1120 von den Zähringern) und besichtige vor dem Rennen Sehenswürdigkeiten – das machen wenige. Das Freiburger Münster bietet dem mutigen Begeher mit seinem durchbrochen gearbeiteten rötlichen Maßwerkurm (frühe Gotik, 116 Meter) einen schwindelerregenden Panoramablick über die weite Stadtlandschaft bis zu den nahen Vogesen. Das Ulmer Münster (Spätgotik) hat den höchsten Kirchturm (161 m) der Welt.“

Vier Jahre vor dem ersten Marathon

Als Mittelstreckler hatte Ewald beim Ulmer und beim Hamburger Halbmarathon ab Kilometer 16/17 deutlich geschwächt. Ob er dieses Manko in Freiburg eliminieren können hat? „Wahr ist, dass ich lange Strecken nicht gern laufe und mich regelmäßig untertrainiert durchquäle. Eigentlich übe ich mit den Meldungen zum Halbmarathon für meinen ersten und zugleich letzten Marathon, den ich in vier Jahren als M 80 in DM-Norm bewältigen und ‚überleben will‘. Deshalb meinte Ralf, begeistert vor Längerem, ich solle vorzugsweise meine

Liebblingsstrecken 800 bis 5000 Meter ins Halbmarathon-Training integrieren, damit auch mal 18 oder mehr Kilometer mit Freude zusammenkämen. Weniger sei für einen ordentlichen Halbmarathon zu wenig.“

Der Mann hatte sich tatsächlich für Freiburg überwiegend bei rauem Gegenwind auf der kalten Bahn vorbereitet, was ihm drei Wochen vor dem Wettkampftermin eine dicke Erkältung einbrachte. Seine Spezialität: 800 Meter in 4 Minuten plus 200 Meter Gehpause, die Einheit trotz 20 Mal.

Im Feld unter 12.000 Aktiven

Ruhig fährt Ewald mit seinem Laufbericht fort: „Am Wettkampfsontag stehe ich erwartungsvoll mit dem Berliner Helmut Kreidner (M65) im A-Block und höre lebhaftem Läufermalltalk zu. Hinter uns harren weitere 12.000, und im Regen geht es endlich los. Im Zickzack führt die Strecke anfangs durch und um die 230.000-Einwohner-Stadt über wenig breite Straßen, Sträßchen und durch Gassen mit viel Grün,



Ewald Klammer bei anderer Gelegenheit

stets von jubelndem Publikum eskortiert, das hin und wieder laut meinen Namen ausposaunt – ist schön. Nach ein paar Kilometern finde ich peu a peu meinen Rhythmus, 5er-Zeit 26:53. So ab Kilometer 7 bis 8 geht's rauf und runter bis Kilometer 15/16 bergauf und bergab, was ungeheuer viel Kraft kostet, weil circa 90 Höhenmeter zu meistern sind. Dafür hätte ich im Grunewald trainieren sollen. Die drei Tübin-

ger unter den M75-Startern haben hier einen deutlichen Heimvorteil. Nach einer Stunde gibt's ein bisschen Sonne, brauche aber keine Trink- oder Gehpause, weil ich inzwischen konstant durchlaufen kann. Bei Kilometer 19 sieht es so aus, dass ich ganz knapp unter 2 Stunden kommen könnte. In Zielnähe ziehe ich noch mal kämpferisch an, um Sekunden zu sichern. Beim Löninger DM-Cross im November fehlte eine Sekunde zum 5. Platz. Das Zieltor taucht vor mir auf und ich spurte los. Und durch! 2:00:03 Stunden. Wenigstens diesmal 5. der M75-Meisterschaftswertung und unter 6212 HM-Gesamteilnehmern der 3850. Platz. Das Schöne: „Mir tut körperlich nichts weh.“

Zur Belohnung zwei Stück Torte

Im stadtbekanntem Café Gmeiner (Googeln) hat Ewald vor der langen Heimreise (820 km) zwei Stück Schwarzwälder Kirschtorte mit Kaffee verputzt und im Mai soll's mit der Deutschen Langbahnmeisterschaft in Mittweida (Sachsen) weitergehen – sowie endlich wieder mit dem Mittwochttraining.



Viel Grün gab's an der Strecke des Freiburg-Marathons

Foto: © FWTM/Bashi Bender



Segeln
Stößensee

Toller Auftakt zur Saison

Ansegeln und Funcup bei perfekten Bedingungen

Was für ein Wochenende im April! Nachdem alle das Gefühl hatten, dass der Winter nicht aufhören will, gab es passend zu unserem Ansegeln 21./22.4. eine Kehrtwende zu fast sommerlichen Temperaturen.

Die Ansegelfete am Abend vorher fand bis ganz zum Schluss auch draußen statt, bei Kerzenschein saßen viele auf der Terrasse und genossen die laue Nacht. Was für ein Glück, waren doch kurzfristig noch viele Meldungen eingegangen, so waren wir über 80 Teilnehmer. Sami und Mirna hatten ein tolles Buffet gezaubert und DJ Peppino unterhielt uns mit seiner Musik. Viele krabbelten spät abends zum ersten Mal in ihre Kojen.

Um 10 Uhr am Samstag trafen wir uns unter dem Flaggenmast und eröffneten die Segelsaison. Die Jugend zog die Flaggen hoch, endlich geht es wieder los mit der für Segler schönsten Jahreszeit.

Auch beim Auftakt zum Funcup ließ das Wetter keine Wünsche offen: Sonne, Wind und blauer Himmel! 17 Mannschaften waren dem Aufruf unseres Sportwarts Michael gefolgt. In langen Phasen matchten sich mehrere Boote nebeneinander um die bessere Position, was allen viel Spaß gemacht hat. Nur einer segelte allen davon: Sven Hansen mit Kyaw Soe auf seinem H-Boot Haschmich.

Mit an Bord auf den verschiedenen Booten waren wieder alle unsere Teenyseglern (11-13 Jahre alt). Goldi auf seiner O-Jolle, die eigentlich allein gesegelt wird, hatte den Teenyseglern Moritz an Bord, der über lange Strecken steuern durfte und strahlend über Platz 4 wieder im Hafen

ankam. Platz 2 ersegelte sich die Crew um Patrik Becher mit den Jugendlichen Bruno, Ferdinand und Eddy. Auf Platz 3 segelte Herve Larroque ebenfalls mit zwei Jugendlichen: Leo und Max. Teenyseglern Lele segelte mit Elke Kersten und Claudia Schurr auf den 7. Platz, mit Siggie und Stephan Gumz segelte Jonathan auf Platz 13. Da sieht man, wie es gehen kann! Die Jugend bringt offensichtlich Glück und Sachverstand mit an Bord!

Alle Generationen in einer Abteilung

Eines unserer Ziele ist es, bei uns einen Raum zu schaffen, in dem sich alle Generationen wohl fühlen und in der Gemeinschaft Spaß haben. Gemeinsam segeln, gemeinsam feiern, gemeinsam die Freizeit verbringen, sich gegenseitig unterstützen, gemeinsam Arbeitsdienst machen und voneinander lernen ... Wissenstransfer von Alt nach Jung,

Hilfe im Alter durch die Jugend. Beim Skatturnier vor einigen Wochen ging die Altersspanne von 11 bis über 80! Und auch an den andern Winterterminen hatten wir ähnliche Altersspannen.

Unser jüngstes Mitglied, Hilda Marburger, ist erst ein paar Monate alt, unsere ältesten Mitglieder, zu denen wir den Kontakt pflegen, sind 90, 91 und 93. In unserer Abteilung ist also fast ein ganzes Jahrhundert vertreten und wir können uns deshalb stolz Mehr- generationenabteilung nennen.

25 Prozent unserer Mitglieder sind unter 27 (43 Kinder und Jugendliche und 23 Junioren). Auf der anderen Seite haben wir fast 25 Prozent Senioren über 70 Jahre. Viele davon sind uns treu und auf vielen Veranstaltungen vertreten. Einige sind noch seglerisch aktiv, die anderen nehmen aktiv an anderen Aktivitäten teil. Unser monatlicher Seniorenstammtisch ist sehr gut besucht, was uns freut. Die anderen etwas mehr als 50

Prozent sind der Rest zwischen 28 und 69. Wir finden, das ist eine perfekte Mischung, von der alle Altersgruppen profitieren.

GLÜCKWÜNSCHE. Wir gratulieren allen Abteilungsmitgliedern, die im Juni und Juli Geburtstag haben oder hatten. Zum besonderen Geburtstag gratulieren wir Helmut Pasewaldt und Frank Breyer. Dazu alles erdenklich Gute. *Beate Naber*

UNSERE GASTRONOMIE ist zu folgenden Zeiten geöffnet:

Mittwoch bis Freitag
14.00 – 20.00/21.00 Uhr

Samstag / Sonntag:
12.00 – 20.00/21.00 Uhr

und nach Absprache mit Sami.

Wer mit Familie und Freunden feiern möchte, kann dies gerne bei uns tun. **Dieses Angebot gilt für alle Abteilungen des PSB 24.**

Bitte meldet euch per Mail:
gastronomie@psb24-stoessensee.de
bei Irene Flintrop

Waltraud Häusser

Waltraud, genannt Traudchen, kam 1954 gemeinsam mit ihrem Mann Manne in unseren Verein. Mitglied wurde sie aber erst am 1.9.1957, da Frauen zuvor noch nicht aufgenommen wurden.

Sie segelte damals im ersten rein weiblichen Piratenteam auf der Unterhavel Regatten und hatte daran viel Spaß. Der Verein war für viele Jahrzehnte ihr Zuhause, ihre Kinder Sabrina und Anja sind



hier groß geworden. Auch in den mehr als drei Jahrzehnten, die ihr Mann Hafenmeister war, stand sie ihm zur Seite. Sie war für eine Zeit Schriftführerin unserer Abteilung. Waltraud liebte es, zu

feiern und zu tanzen und gefeiert wurde in der Segelabteilung oft.

Mit Manne ist sie viel gesegelt, unter anderem nach Bornholm und an die schwedische Küste, vier Wochen auch in der Karibik.

Traudchen war sehr hilfsbereit und hatte einen kritischen Geist. Sie hat immer ihre Meinung gesagt und sich aktiv ins Vereinsgeschehen eingemischt.

Eine Stimme, die fehlen wird. Wir werden sie sehr vermissen und sind in Gedanken bei Manne, Sabrina und Anja

Die Mitglieder der Segelabteilung Stößensee

Trainingslager in Glücksburg: „Todmüde aber glücklich“

Segeljugend
Stößensee



Über Wind, Tischetikette, einen Thermenbesuch und eine Doppelstocktorte

In der ersten Aprilwoche waren 36 Kids gemeinsam mit ihren sechs Trainern in der Hanseatischen Yacht Schule (HYC) Glücksburg. Beteiligt waren Jugendliche und Kinder von Pro Sport Berlin 24, Touren-Segler Vereinigung und SC Gothia mit ihren Teeny-Booten. Dabei waren in diesem Jahr auch ein paar 420er- und Piraten-Jollen.

Jeden Morgen sind wir gegen 6.30 Uhr aufgestanden und haben ab 7.00 Uhr Frühstart gemacht. Wir sind am Wasser entlang gejoggt und haben anschließend ein paar Übungen gemacht oder gespielt. Und nach dem Frühstart haben wir uns vom leckeren Buffet verwöhnen lassen.

Danach ging es direkt zu den Booten. Der jeweils zuständige Trainer hat den Ablauf der ersten Segeleinheit mit uns besprochen. Leider spielte nicht immer der Wind mit, so dass wir auch einige Male an Land Theorie gemacht haben. Doch sonst hatten wir auf dem Wasser viel Spaß. Nach zwei bis drei Stunden intensiven Trainings ging es zum Mittagessen zurück in den Hafen.

Hier ein Einschub: In Badelatschen isst es sich in der HYS nicht gut. Der Koch hat sehr auf die Tischetikette geachtet und so mussten zahlreiche Segler sich immer mal wieder feste Schuhe anziehen.



Nach dem Mittagessen hatten wir eine gute Stunde Pause, dann ging es wieder aufs Wasser. Außer an einem Tag. Da sind wir alle gemeinsam in die keine zehn Minuten Fußweg entfernte Therme gegangen!

Einschub: Es war einer der windstillsten Tage.

Nach dem Segeln konnten wir unsere teilweise doch sehr nassen Sachen (hin und wieder fällt man zum Saisonbeginn noch aus dem Boot) in einen Trockenraum hängen, so dass sie am nächsten Tag wieder trocken waren.

Nach dem Abendessen um 18 Uhr hatten wir meist eine kurze

Pause, später trafen wir uns entweder zur Theorie mit den Trainern, spielten oder erlebten einen Filmabend. In unseren Zimmern, in denen jeweils zwei Hochbetten standen, durften wir noch bis 22 Uhr leise quatschen. Dann war Nachtruhe und wir sind todmüde, aber glücklich eingeschlafen.

Gegen Ende des Trainingslagers wurden leider einige Kinder und zwei Trainerinnen krank. Sie segelten deshalb einzelne Trainingseinheiten nicht mit. Damit trotzdem alle Gesunden segeln konnten, wurden Teams und Trainingsgruppen durchmischt.

Einschub: Wir haben alle Kinder wohlbehalten wieder in Berlin abgeben!

Zum 16. Geburtstag der Zwillinge Helena und Theresa (PSB) gab es mittags eine Benjamin-Blümchen-Doppelstock-Torte. Abends durften die Ü-16 Kids noch etwas länger feiern.

Uns allen hat das Trainingslager sehr gut gefallen.

*Matilde, Leona, Lotte, Mina,
Darian, Max, Leonora.
Einschübe: Sabrina*





Rupenhorner Teeny-Start

Leo sagt mal so: „Wir sind vorangekommen“

Regattaergebnisse

(April bis 1. Mai 2023)

H-Boot

- 22./23.4. *Frühlingswettfahrten/ Berliner Meisterschaft: Wannsee, 14 Boote*
5. Sven Hansen/
Thorpen Schult/Kyaw Soe

Teeny

- 22./23.4. *Rupenhorner Teeny-Start: Unterhavel, 18 Boote*
9. Leonora Gerlach/
Sebastian Zurl
14. Moritz Klein/
Leo Wosnitzka
15. Bruno Becher/
Ferdinand Stein

Yardstick

- 1.5. *Round the Island Spring: Unterhavel: 68 Boote*
14. Sven Hansen/Thorpen Schult/Kyaw Soe (H-Boot)
64. Paul Naber/Gero Marburger/
Antonia, Theresa, Helena Köther/Sophie Stauch (SCG) (J-70)

Terminvorschau

Juni

- 10.6. 13.00 **Seniorenstammtisch**
25.6. **3. FunCup**

Juli

- 1.-9.7. **Regatta Rund Bornholm**
Warnemünder Woche
- 8.7. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**
- 20.7. **Donnerstagsregatta**
(von uns ausgerichtet)

August

- 12.8. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**
- 31.8. **Donnerstagsregatta**
(von uns ausgerichtet)

September

- 2.9. **Sommerfest** mit Pyronale und Optijuxregatta
- 3.9. **4. FunCup**
- 9.9. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**
- 14.9. Letzte **Donnerstagsregatta**
Siegerehrung im SpYC
- 16./17.9. **Freundschaftsregatta**
ausgerichtet vom SCOH

Oktober

- 3.10. **Ringelnatzcup** des PYC
Teamregatta
(3 Boote ein Team)
- 13.10. **Absegelfete** mit Tanz
- 14.10. 10 Uhr **Absegelfeier** unterm
Flaggenmast, danach KAR
- 14.10. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**
- 15.10. **5. FunCup** mit Siegerehrung

November

- 4.11. **Aufslippen Trailerboote**
Gatow
- 11.11. **Aufslippen Stößensee** und
Gatow
- 11.11. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**

Dezember

- 2.12. 13 Uhr **Seniorenstammtisch**
- 10.12. 15 Uhr **Weihnachtsfeier**

Sliptermine 2024 (voraussichtlich)

Abslippen

- Trailerboote Gatow 16.3.
- Dickschiffe Gatow/Stößensee 23.3.

Aufslippen

- Trailerboote Gatow 2.11.
- Dickschiffe Gatow/Stößensee 9.11.



Das PSB-Teeny-Team: Maximilian Zurl, Leonora Gerlach, Trainer Paul Naber, Moritz Klein, Leo Wosnitzka, Ferdinand Stein, Bruno Becher.

Am 22. und 23. April trafen sich Teeny-Segler und Seglerinnen verschiedener Vereine rund um den Stößensee zum traditionellen Auftakt der Regattasaison namens Rupenhorner Teeny-Start.

Am ersten Tag waren wir etwa um elf Uhr auf dem Wasser und haben uns noch ein bisschen aufgewärmt. Als es endlich losging,

machten sich alle Teams mit ihren Booten bereit zum Start. Es war ganz guter Wind (ich sag mal so: Wir sind vorangekommen), doch waren wieder leider nur auf einem zweistelligen Platz.

Bei der zweiten Wettfahrt war sogar noch mehr Wind, der aber bei der dritten und letzten für diesen Tag nachließ. Trotzdem hat es viel Spaß gemacht. Danach wurde

wurde noch im veranstaltenden Klub am Rupenhorn gegenüber des PSB gegrillt.

Am zweiten Tag gab es noch deutlich weniger Wind, weshalb wir uns so gut wie gar nicht bewegt haben und leider einen der letzten Plätze belegten. Aber die Erfahrung zählt und es war auch lustig.

Leo Wosnitzka

Segeln mit Schweinehund

Es kommt nicht oft vor, aber manchmal leider doch: Tage, an denen man sich fragt, warum man sich das eigentlich antut: Es regnet den ganzen Tag, es ist kalt, es gibt nur wenig Wind, manchmal gar keinen. Dabei möchte man doch keinen Hund vor die Tür schicken. Auch der innere Schweinehund will jetzt nicht segeln. Nicht bei diesem Schietwetter!

Dumm nur, wenn man für die H-Boot-Klassenvereinigung ausgerechnet für dieses Schietwochenende schon seit Wochen ein Training organisiert hat. Der innere Schweinehund ist ver-

dammt groß. Es gibt auch schon Absagen, aber eben auch Leute, die für das Wochenende viel auf sich genommen haben. Auch solche, die bei dem Wetter nichtmal segeln „dürfen“, sondern im nassen offenen Trainerboot frieren oder sich auf dem Startschiff die Beine in den Bauch stehen „müssen“. Warum tut man sich das eigentlich freiwillig an?

Doch es hilft nichts, die Zähne werden zusammengebissen. Zehn Teams packen ihre inneren Schweinehunde irgendwo in die Backskiste und los geht's: Immer wieder kurze Wettfahrten. Manöver, Manöver, Manöver, bis es im

Boot und in der Kleidung gefühlt keine trockene Stelle mehr gibt. Doch da: Plötzlich stellen wir bei uns eine Lernkurve fest, haben Aha-Effekte, markieren Schoten, verbessern Abläufe, bewegen uns koordinierter, optimieren den Bootstrimm.

Später im Trockenen zeigen uns Drohnenaufnahmen gnadenlos unsere Fehler, aber auch positive Beispiele. Vor allem: Wir haben es überstanden, haben viel gelernt. Alle sind nass und erschöpft, aber auch dankbar. Und wollen unbedingt wieder so ein Training!. Natürlich ohne Schietwetter. Und die Schweinehunde? Die haben wir irgendwann einfach in der Backskiste vergessen.

Sven Hansen

Neue Rettungsschwimmer am Beckenrand

Tauchen
Wilmersdorf



In der Jugendabteilung Tauchen Wilmersdorf haben wir neue Rettungsschwimmer*innen! Die Sportfreunde von der DLRG haben unsere Kinder und Jugendlichen im Rahmen unseres Trainings von Oktober 2022 bis Februar 2023 ausgebildet. Wir bedanken uns besonders bei Benedict!

Die schwimmerischen Anforderungen haben wir aufgrund des regelmäßigen Tauchtrainings gut geschafft. Bei Befreiungsgriffen und Rettungsübungen haben uns die DLRG-Ausbilder Alexander, Peter, Sven und Markus geholfen. Die Erste-Hilfe-Ausbildung für das Rettungsschwimmerabzei-

chen Silber hat Detlef mit uns absolviert. Ein herzliches Danke an die DLRG!

Auch unsere Jüngsten waren eifrig bei der Ausbildung zum Junior-Retter. Hier war zuerst das Deutsche Schwimmbzeichen Gold zu erwerben. Das war für manche nicht ganz einfach, aber die Kinder haben sich gegenseitig motiviert und unterstützt. Nicht zu vergessen, dass es auch Spaß gemacht hat, mit Klamotten ins Wasser zu springen. Das alles dient dazu, dass wir uns am, im und unter Wasser sicher fühlen. Jeder muss in der Lage sein, die Rettungskette einzuleiten. Auch unser jüngster Teilnehmer Nikon



hat als Deutsche Schwimmbzeichen Silber und die Erste-Hilfe- und Rettungsübungen geschafft. Für den Junior-Retter war er noch zu jung – er ist nun Vereins-Junior-Retter.

Gut gemacht! Elf frisch lizenzierte Rettungsschwimmer*innen werden uns nun zusätzlich als Co-Trainer unterstützen. Ich freue mich auf ein abwechslungsreiches Training! **Karin Maaß**

Hier könnte übrigens auch Ihre Anzeige stehen!

Wenn Sie unter Sportlerinnen und Sportlern eines Großvereins werben wollen, wenden Sie sich bitte an info@pro-sport-berlin24.de

Klassenerhalt zweimal geschafft

Kommende Saison wieder mit drei Mannschaften am Start

Versammlung am 29. Juni

Liebe Mitglieder der Abteilung Tischtennis,

wir laden zu unserer Jahresversammlung am **29. Juni 2023** ein.

Zeit: **19.30 Uhr**

Ort: **Sporthalle der Carl-Orff-Schule**
Berkaer Str. 9-10
(Wilmersdorf)

Folgende **TAGESORDNUNG** wird vorgeschlagen:

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Berichte zur Abteilung
 - Bericht des Kassenwarts
 - Bericht des Sportwarts
3. Entlastung des Vorstands
4. Verschiedenes

Die Saison endete für unsere beiden Mannschaften nach dem Aufstieg mit tollen Platzierungen. Die 1. Mannschaft landete auf Platz 5 und die 2. Mannschaft schaffte sogar den 4. Platz. Also am Ende wurde der Klassenerhalt souverän gemeistert. Auf ein Neues in der nächsten Saison. Dann haben wir dank vieler neuer Mitglieder drei Mannschaften am Start.

Nach erfolgreichen Saisonabschlüssen stand am 29. April noch das berühmte-berühmte Deutschlandturnier der Ruderer auf dem Spielplan, und auch für dessen 53. Auflage – ausgerichtet von der Pichelsberger RG in Berlin – hatten wir drei Mannschaften gemeldet. Die 3. Mannschaft mit Ulli Wa., Nail, Olli, Ute und Tina belegte einen tollen 6. Platz. Uzi, Frank, Hans-Uwe, Fabian und Dirk als 2. Vertretung schafften Platz 8 und die 1. Mannschaft mit Torsten, Daniel, Piotr, Matze und Micha erreichte das Endspiel, das leider nach hart umkämpften Spielen knapp mit 2:4 verloren wurde. Nachdem wir die letzten beiden



Preisverleihung beim Deutschland-Turnier

Jahre dieses Turnier gewonnen hatten, war diesmal die erste Mannschaft des Wilhelmsburger RC aus Hamburg verdienter Gewinner. Glückwunsch!

Allen 65 Teilnehmern hat es wie immer großen Spaß gemacht – Muskelkater inbegriffen. Auch unsere „Neuen“ waren mit Begeisterung und Leidenschaft dabei. Danke dafür. Mit der

abschließenden Preisverleihung, mit Gesang, Getränken und Essen wurde der Tag beendet.

Im nächsten Jahr werden wir das Turnier ausrichten und dafür brauchen wir jede helfende Hand. Aber wir freuen uns schon darauf und werden das gemeinsam hinkriegen.

Euer el Capitano Micha und Präsi Ulli Wobbermin

Erfolgreiches Anspieltturnier mit Tag der offenen Tür

Senioren trainierten in Kroatien

Unser Anspieltturnier und der Tag der offenen Tür fanden bei Gott sei Dank sonnigem Wetter statt. Wie immer ein Erfolg, denn mehr als 20 Spieler und etwa 10 Gäste fanden sich auf unserer Anlage ein. Auf den gut vorbereiteten Plätzen spielten alle erfreut gegeneinander und genossen danach Chili con Carne. Einige Neueintritte sind bereits

erfolgt, andere werden erfolgen. Am nächsten Tag folgte der Kinder- und Jugendtag unter nicht so günstigen äußeren Bedingungen. Trotz des Regens und der kühlen Witterung waren neben dem Trainer und dem Jugendbeauftragten 12 Jugendliche gekommen.



Die Seniorentruppe in Tucepi

Eine Gruppe unserer Herren 75 und 80 war zum Training eine Woche im kroatischen Tucepi. Angekommen bei bedecktem Himmel und feuchten Plätzen, konnte man zwei Tage später wie-

der auf sehr gut bereitgestellten Plätzen das Racket schwingen. Alle Spieler waren mit dem Hotel sehr zufrieden, das kaum Wünsche offen ließ.

Peter Eberlein



Unsere Sportpalette



AMERICAN FOOTBALL

Siegfried Spohn 0174 1945908

BADMINTON

Claudia Skowronek info@badminton-berlin.de

BOXEN

Jörg Schmidt 01578 4287989

BOGENSCHIESSEN

Horst Augner 76 80 62 70

CHEERLEADING

Florian Kretzschmar info@cats-cheerleader.de

FAUSTBALL / PRELLBALL

Günter Gebauer 0178 8922 676

FREIZEIT- und GESUNDHEITSSPORT

Annette Twachtmann 89 77 97 88

FRAUENFUSSBALL

Ingrid Lange 366 71 72

FREIZEITFUSSBALL

Ewald Prinz 030 75706673

HANDBALL

Stephan Schulz stephan.schulz@psb24-handball.de

JIU-JITSU

Rudolf Stäps 0163 5950666

KARATE WADO RYU

Wolfgang Deicke 0177 876 50 92

KARATE SHINBUKAI

Peter Kroll 0160 4046724

IKIGAI KARATE-DO

André Lassen 0177 2376472

KANU

Benny Dankert kanu@psb24-koepenick.de

LEICHTATHLETIK - MARATHON

Ruth Suhr 861 34 73

MOTORJACHTSPORT TIEFWERDER

Gerhard Preiß 0178-5504605

RUDERN

Gatow Gerrit Lipinski 0170 4633872

Wendenschloß Detlef-D. Pries 96 20 80 56

SEGELN

Stößensee Beate Naber-Wiesener 0172 7219409

Gatow Thorsten Karnatz 0152 540 32 653

Köpenick Dr. Bertram Wiczorek 0173 8047129

SCHWIMMEN

Stefan Neumann 0172 804 80 77

SHOTOKAN

René Schinck 692 099 360

TAEKWONDO

Marcel Meinecke 0163 4830766

TANZSPORT

Arno Georges 0171 7854339

TAUCHEN

Wendenschloß Jan Steppe 0172 3283400

Wilmersdorf Denis Marquardt 0160 7963270

TENNIS

Gatow Dr. Andreas Linke 0151-1426 06 96

Lankwitz Manfred Stelter 0173-560 13 45

Charlottenburg Torsten Rosenke 37 48 96 08

TISCHTENNIS

Ulrich Wobbermin 821 51 71

VOLLEYBALL

Geschäftsstelle 89 77 97 88

BEACHVOLLEYBALL

Jürgen Schier 0175-9806967

Prosportstudio Charlottenburg

14053 Berlin Glockenturmstr. 21
Tel.: 36 43 47 80

Prosportstudio Köpenick

12557 Berlin Grünauer Str. 193
Tel.: 65 88 07 09

Prosportstudio Wilmersdorf

14199 Berlin Forckenbeckstr. 18
Tel.: 89 77 97 15

Pro Sport Berlin 24 e.V. (PSB 24)

gegründet als Postsportverein Berlin am 26. September 1924

Geschäftsstelle: Forckenbeckstraße 18, 14199 Berlin

Internet: www.pro-sport-berlin24.de • E-mail: info@pro-sport-berlin24.de

Telefon: 030 89 77 97 88, Mo Di Do Fr 9 - 13 Uhr, Mi 12 - 18 Uhr

Vereinskonto Postbank Berlin: IBAN DE97 1001 0010 0054 6001 06 • BIC: PBNKDEFFXXX

Ehrenpräsident:	Klaus Eichstädt	
Präsident:	Peter Obst	☎ p: 332 29 28
Vizepräsidentin:	Ingrid Lange	☎ p: 366 71 72
Vizepräsidentin:	Claudia Schurr	☎ p: 0179 5132546
Vizepräsident:	Bernhard Sauthoff	☎ p: 74 92 34 24
Schatzmeister:	Uwe Herzog	☎ p: 033232-388 65
Geschäftsführer:	Michael Schenk	☎ 89 77 97 88
Sportmanagerin:	Annette Twachtmann	

Satzung, Beitragsordnung, Finanzordnung, Geschäftsordnung, Jugendordnung, Ehrungsordnung und Versammlungsordnung können bei Bedarf in der Geschäftsstelle angefordert werden.

Auch bei Fragen zu Beiträgen wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

Sportanlagen:

Rudern/Segeln/Tauchen Dahme	Wendenschloßstraße 420, 12557 Berlin	☎ 651 49 10
Beachvolleyball Spandau	Tiefwerderweg 18, 13597 Berlin	☎ 0177-3728837
Kanu/Segeln Köpenick	Grünauer Straße 193, 12557 Berlin	☎ 65 88 09 69
Segeln Stößensee	Siemenswerderweg 57, 13595 Berlin	☎ 361 18 71
Tennis/Segeln/Rudern Gatow	Kladower Damm 45, 14089 Berlin	☎ 361 18 55
Tennis Lankwitz	Seydlitzstraße 73, 12249 Berlin	☎ 775 39 14

PSB 24 aktuell

vormals »Berliner Postsport«
Mitgliedermagazin des Vereins
Pro Sport Berlin 24 e.V.
70. Jahrgang – Heft 3 / 2023

Impressum

Herausgeber und Verlag:
Pro Sport Berlin 24 e.V.
Forckenbeckstraße 18, 14199 Berlin

Redaktionsleitung (V.i.S.d.P.):
Detlef-Diethard Pries
Barther Straße 80, 13051 Berlin
☎ 96 20 80 56 Fax 96 20 84 48

Anschrift für Text- und Bildbeiträge:
Doris Antonides-Heidelmeyer
Usedomer Straße 31, 13355 Berlin
☎ 55 14 42 81

E-Mail: zeitung@pro-sport-berlin24.de

Herstellung: USE gGmbH, PrintingHouse
Genter Straße 8, 13353 Berlin
☎ 030 / 46 90 570-16

reguläre Erscheinungsweise: 6 mal jährlich
Redaktionsschluss der nächsten Druckausgabe
1. Juli 2023

Namentlich gezeichnete Artikel drücken nicht unbedingt die Meinung des Vereins aus. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte übernimmt die Redaktion keine Haftung. Sinnwahrende Kürzungen und Bearbeitung behalten wir uns vor. Nachdruck aller Beiträge mit Quellenangabe erwünscht.

Der Bezugspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



TAG DER OFFENEN TÜR MIT FAMILIENFEST

Prosportstudio Köpenick

Samstag, 17. Juni 2023

Prosportstudio Charlottenburg

Samstag, 24. Juni 2023

Prosportstudio Wilmersdorf

Samstag, 01. Juli 2023

11-18 Uhr

Wir laden Sie herzlich ein!

Spannende Mitmachangebote, Vorführungen und Aktionen für die ganze Familie. Findet bei jedem Wetter statt! Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Weil's Spaß macht.



www.pro-sport-berlin24.de



Bei Abschluss einer Mitgliedschaft sparen Sie den Aufnahmebeitrag und trainieren einen Monat beitragsfrei!

Gilt nur am Veranstaltungstag

ZUM MITMACHEN:

- Fitnesskurse
- Jumping®-Party
- Gesundheitscheck und Fitnesscheck
- Rehabilitationssport
- Beachvolleyball
- Drachenboot fahren
- Kinderballet und Hip-Hop für Kinder
- Tanz für Erwachsene
- Schnupper-Tennis
- Karate & Jiu Jitsu für Kinder und Erwachsene
- Indoor Fußball

Das Mitmachangebot kann je nach ProSportstudio variieren. Welche Mitmachangebote an welchem Standort stattfinden, finden Sie auf unserer Website.

ATTRAKTIVE KINDERSPORTANGEBOTE:

- Große Bewegungslandschaft
- Hüpfburg
- Familienolympiade
- Kinderschminken
- Basteln und Malen
- Torwandschießen und vieles mehr ...



Die Kurszeiten finden Sie auf unserer Homepage unter Aktuelles:



ProSportstudio
Köpenick
Grünauer Str. 193
12557 Berlin



ProSportstudio
Wilmersdorf
Forckenbeckstr. 18
14199 Berlin



ProSportstudio
Charlottenburg
Glockenturmstr. 21
14053 Berlin

Weil's Spaß macht.

www.pro-sport-berlin24.de

