

PSB 24 aktuell

Mitgliedermagazin



Weil's Spaß macht.

AUF EINEN BLICK

PROSPORTSTUDIOS

Neue Gesichter, neue Kurse
in allen Studios **3**

BADMINTON

Jugend im Kampf um
Landesmeistertitel **4-5**

AMERICAN FOOTBALL

Rückblick auf eine
durchwachsene Kobra-Saison **6**

IKIGAI KARATE-DO

André Lassen
Deutscher Ü55-Meister **7**

KANU KÖPENICK

Premiere am Spremberger
Weißen Wehr **7**

LEICHTATHLETIK

Vor dem Finale des Berliner
Läufercups **8**

Gedopt mit Schwarzwälder Kirsch **8**

Neun PSB-24-Aktive
beim 49. Berlin-Marathon **9**

SEGELN STÖSSENSEE

Saison-Halali mit Höhepunkten **10**

Meisterschaft der Teenys **11**

J70-Premiere in Hamburg **12**

Wenig Winde, doch gute Laune **13**

SCHWIMMEN

Kreuzbergs Goldene Badewanne **14**

Schwimmer auf Usedom-Radtour **14**

TENNIS GATOW

Unser jüngstes Talent – in den
Fußstapfen Robert Strombachs? **15**

TENNIS LANKWITZ

70 Jahre Tennis-Abteilung:
eine kleine Chronik **16-17**

TANZEN

Jubiläum der Flemmings:
60 Jahre Mitgliedschaft **17**

RUDERN

Herbstfahrt auf Saale und Unstrut
Sommerwettbewerb beendet **18**

Unsere Sportpalette **19**

**Wir heißen unsere
neuen Mitglieder
willkommen und
wünschen Ihnen
viel Erfolg bei der
Verwirklichung ihrer
sportlichen Ziele.**



UNSERE TITELFOTOS

Der Badminton- und der Segler-Nachwuchs des PSB 24 im Wettkampf um Landes- und Deutsche Meistertitel.

Svenja Suhr auf der Strecke des 49. Berlin-Marathons / Karate-Trainer André Lassen eroberte den Ü55-Meistertitel

Allen Mitgliedern und Freunden unseres Vereins wünschen das Präsidium, die Geschäftsführung und die Redaktion von „PSB 24 aktuell“ eine besinnliche Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest.

Der organisierte Sport wächst wieder

Deutschlands Sportvereine haben sich vom Corona-Tief erholt. Das geht aus der DOSB-Bestanderhebung 2023 hervor. Die mehr als 86.000 Sportvereine im Land zählten zum 1. Januar dieses Jahres 27.874.195 Mitglieder – gut 815.000 mehr als im Vorjahr. Die Mitgliedszahlen liegen sogar leicht über dem Vor-Corona-Niveau (27.804.538).

2020/21 hatte der organisierte Sport aufgrund der Pandemie und der Schließung von Sportstätten fast 800.000 Mitglieder verloren. Dank engagierter Arbeit der Vereine, Werbe-Kampagnen der Verbände und Unterstützung aus der Politik wurden diese Verluste wieder aufgeholt.

Im Altersbereich von 0 bis 14 Jahren wurde mit fast 450.000 neuen

Mitgliedschaften ein enormer Anstieg verbucht. Diese Altersgruppe war von der Pandemie besonders betroffen, denn in Vereinen blieben die Neueintritte aus.

Zuwachs verzeichneten alle Bundesländer. Sechs Landessportbünde, darunter der LSB Berlin, weisen ihren höchsten Mitgliedsbestand seit mehr als zehn Jahren auf. **(DOSB-Informationen)**

Wichtige Mitteilung der Geschäftsstelle

An alle über 18 Jahre alten Schüler, Studenten und Auszubildenden

Anträge auf Beitragsermäßigung für 2024 müssen bis 15. Dezember in der Geschäftsstelle eingereicht werden. Andernfalls wird der Erwachsenenbeitrag erhoben.

Senden Sie uns bitte Ihren Antrag, für den Sie nebenstehenden Vordruck verwenden können. Fügen Sie eine entsprechende Bescheinigung bei. Eine während des Jahres eingereichte Bescheinigung gilt bis zum Ablauf des laufenden Kalenderjahres.

Zu spät eingereichte Unterlagen gelten erst ab dem folgenden Quartal. Rückwirkend wird keine Beitragsermäßigung gewährt.

(Nach Vollendung des 27. Lebensjahres ist grundsätzlich keine Beitragsermäßigung möglich.)

Antrag auf Beitragsermäßigung für Schüler, Studenten und Auszubildende

Name _____ Vorname _____

Straße _____ Wohnort _____

Mitgliedsnummer _____

Eine entsprechende Bescheinigung liegt bei. Mir ist bekannt, dass ich alle Veränderungen, die diese Beitragsermäßigung begründen, sofort schriftlich der Geschäftsstelle mitzuteilen habe.

Datum _____ Unterschrift _____

Adresse: Pro Sport Berlin 24 e.V., Forckenbeckstr. 18, 14199 Berlin



Kettlebell-Workout im ProSPORTstudio Wilmersdorf

Neue Gesichter, neue Kurse

WILMERSDORF und CHARLOTTENBURG

Der Herbst neigt sich dem Ende zu, der Winter steht vor der Tür: Zeit für unsere Mitglieder, sich sowohl an den Geräten als auch in den Kursen fit zu machen oder zu bleiben. Für ein gutes und vielseitiges Angebot laufen seit ein paar Wochen in Wilmersdorf neue Kurse. Am Mittwochabend bietet unsere neue Trainerin Elisa ein Kettlebell-Workout an. Das Training mit der Kettlebell oder „Kugelhantel“ aktiviert in kurzer Zeit verschiedene Muskelgruppen und verbessert die Kraftausdauer.



Am Sonntagvormittag begrüßt euch Anita (Foto) ebenfalls eine neue Trainerin, mit einem Pilateskurs und einem Bauch Spezial. Auch Kurse mit bereits bekannten Trainern wie Yin Yoga mit Britta und das Barre Workout mit Rogerio gehören zum Kursplan für den Winter. Wir freuen uns über das rege Interesse, alle sind eingeladen, die Kurse auszuprobieren. In unserem ProSPORTstudio in Charlottenburg haben wir am Donnerstagabend mit Frauke L. eine neue Leiterin für unsere Kur-

se Pilates und Bodystyling. Am Montagvormittag bietet Maja, ein bereits bekanntes Gesicht, Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene an. Mit unserem Spinning Special am 17. November unter dem Motto „Around the World“ boten wir für unsere begeisterten „Spinner“ ein dreistündiges Event auf Indoor Bikes an. Die Trainer Tibor und Petra hatten mit motivierenden Sounds und zahlreichen Liedern eine virtuelle Fahrt durch die Kontinente angeboten, um die (Kraft-)Ausdauer zu verbessern. Dabei konnten sich die Mitglieder für einen oder mehrere halbstündige Slots anmelden, je nach Kraft und Zeit.

Verstärkung hat unser Team in Charlottenburg auch durch Frauke bekommen. Sie ist Sportstudentin für Gesundheitssport und Prävention, sammelt bei uns in den nächsten drei Jahren praktische Erfahrungen fürs Studium und unterstützt uns im Tagesgeschäft sowie im Reha- und Kindersport.

Der zweite Neuzugang ist Jan. Mit seinem Engagement und der Leidenschaft im Bereich des Kindersports bereichert er nicht nur unser Team in Charlottenburg, sondern ist am Mittwoch auch in Wilmersdorf eingeplant. Jan war über drei Jahre als freier Übungsleiter im Kindersport tätig und unterstützt uns nun hauptamtlich noch umfänglicher. Derzeit leitet er 15 Gruppen im Eltern-Kind-Turnen und Kinderturnen an.

Wir heißen alle neuen Trainerinnen und Trainer herzlich will-

kommen. Im Rahmen der Aktion „Mitglieder werben Mitglieder“ können unsere Mitglieder im gesamten Dezember Bekannte, Freunde oder andere Interessenten für unsere Studios begeistern und erhalten bei Abschluss einer Mitgliedschaft eine besondere Aufmerksamkeit vom Verein.

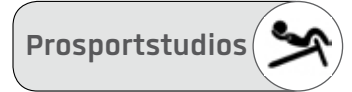
Bei einem gemeinsamen gemütlichen Weihnachtsessen am 8. Dezember lässt sich gut auf das vergangene Jahr zurückblicken. Wir vom Studioteam Charlottenburg laden unsere Mitglieder und ihre Liebsten herzlich ein und freuen uns auf zahlreiches Erscheinen.

Lenny Saliwan-Trafis

Gute Stimmung im Köpenicker Team

Im ProSPORTstudio Köpenick gab es 2023 einige personelle Veränderungen. Es ist an der Zeit, das aktuelle Team kurz vorzustellen. Studioleiter Marlon Fischer startet im Januar bereits in sein neuntes Jahr in dieser Funktion und sein 18. als Teil der Pro-Sport-Berlin-Familie. „Ich habe damals mit einem Freiwilligen Sozialen Jahr im ProSPORTstudio Wilmersdorf begonnen – Wahnsinn wie schnell die Zeit vergangen ist.“

Verstärkt wird das Team seit diesem Jahr durch Nils van der Ven. Bis März '23 noch als dualer Student im ProSPORTstudio Wilmersdorf, ist er nach seinem Bachelor-Abschluss in Fitnessökonomie nun stellvertretender Studioleiter in Köpenick: „Ich



hatte anfangs Respekt vor der neuen Aufgabe, bin durch das Team aber immer motiviert, aktiv und habe Spaß bei der Arbeit.“

Bereits seit 2022 ist Benjamin Telle in Köpenick. Der Fußballer der VSG Altglienicke ist im zweiten Ausbildungsjahr als dualer Student der ESAB in Potsdam. Neben seiner Leidenschaft für Fußball und seiner Trainertätigkeit im Sportstudio betreut Benny den Kindersport am Mittwoch für die 2-bis-6-Jährigen.

Zwei weitere neue Gesichter im Team sind Karl Rodorff und Richard Lüdtkke. Karl ist seit dem Sommer sonntags für das Studio zuständig. In der Woche absolviert er seine Ausbildung zum Physiotherapeuten. Neuestes und jüngstes Team-Mitglied ist Richard Lüdtkke, der im Oktober seinen Bundesfreiwilligendienst in Köpenick begonnen hat. 18 Jahre jung, 1,90 Meter groß und sportbegeistert, hat sich Richard schnell eingelebt und überzeugt mit seiner Kompetenz auf der Trainingsfläche.

Wir haben im Moment sehr gute Stimmung im Team. Alle sind motiviert und pushen sich gegenseitig. Das überträgt sich hoffentlich auch auf die Mitglieder.

Unsere Mitglieder sind herzlich eingeladen, zur Weihnachtsfeier am 6. Dezember um 18 Uhr im Studio Köpenick vorbeizuschauen.

Marlon Fischer, Nils van der Ven & Richard Lüdtkke



Nachwuchs im Kampf um Landesmeistertitel

U19

Arun verpasst den Sieg nur knapp

Nach einstündigem hochklassigen Einzelfinale auf Berlin-Brandenburg-Liga-Niveau musste sich Arun Malhotra seinem Gegner Abhijeet Patil (SVBB) knapp geschlagen geben: 21:17, 12:21, 19:21 hieß es nach einem nervenaufreibenden Spiel, in dem die Kontrahenten zahlreiche lange Ballwechsel produzierten. Leider wollte Arun danach nicht fotografiert werden, da er meinte, dass man ihm das anstrengende Spiel zu sehr ansehen würde. Trotzdem Glückwunsch, Arun! Die 1. Mannschaft kann sich auf einen formstarken Spieler freuen.

Darüber hinaus gab es noch vier Bronzemedailles bei den Berlin-Brandenburger Einzelmeisterschaften U19 am 16. September in der Max-Schmeling-Halle zu feiern: Jakob und Nicola im Mixed, Jakob mit Theo Schloßer (EBT) im Herrendoppel, Hanna im Einzel sowie Hanna und Nicola im Damendoppel durften auf das Treppchen. Für Hanna Süring und Nicola Jülle wäre im Doppel mit etwas Glück sogar

Die Berlin-Brandenburger Meisterschaften im Überblick



Siegerehrung im Jungendoppel U15: Die Spielgemeinschaft ist zahlreich vertreten.

mehr möglich gewesen: Im Halbfinale lieferten sie den späteren Siegerinnen Lea Glaschke (BG Neukölln)/Mia Schloßer (EBT) einen großen Kampf auf gutem spielerischen Niveau und unterlagen nach über einer Stunde 17:21, 22:20, 17:21.

Das Viertelfinale erreichten Jakob im Einzel, Hanna mit Albert Zubow (EBT) im Mixed sowie Elias mit Partner Thierry Devadder (Südring) im Doppel.

Hervorzuheben ist die Leistung von Vincent Stemmann im Einzel. Er überstand – wohl auch zu seiner eigenen Überraschung – die starke Vorrundengruppe durch Siege über Bent Rübensam (BSC) und Luc Benhennour (BC Tempelhof) und erreichte das Achtelfinale, wo er dem späteren Dritten Oskar Kohli (SVBB) unterlag.

U17

Einzig Nicola ergatterte Bronze

Ihre Premiere als Austragungsort einer Badminton-Meisterschaft feierte die Sporthalle der Mühlenau-Grundschule. Wegen der Sperrung der Halle in der Güntzelstraße war unser Organisationsteam gezwungen, eine Ersatzhalle zu suchen. In Dahlem wurde es fündig. Auf sechs Feldern ging es um fünf Titel in der Altersklasse U17. Nach einigen Problemen mit der Netzanlage (zusammengeknottete Netze; teilweise Netzständer aus der Prinzregentenstraße; Tape, um Netze auf den Ständern zu

halten; Kästen als Beschwerung, damit die Ständer nicht umkippen) verlief das Turnier organisatorisch reibungslos. An beiden Tagen verließ der Letzte vor 18 Uhr die Halle – keine Selbstverständlichkeit.

Von 15 Aktiven der Spielgemeinschaft gelang es einzig Nicola Jülle, eine Medaille zu ergattern. Sie schimmerte in Bronze. Den Weg ins Einzelfinale versperrte ihr trotz starker Leistung Charlotte Wendt (SVBB), die spätere Siegerin. Immerhin konnte sie ihre Gegnerin mit einigen – in den letzten Wochen geübten – Yongbo-Drops ärgern.

Ins Viertelfinale schafften es Emil Dörschner im Einzel und im Doppel mit Theo Schloßer (EBT) sowie Lucas Poncé im Mixed mit Antara Krishnan (BSC), wobei das Duo mit einem Satzgewinn gegen die favorisierten Eddy Ndoye/Nora Scheuer (SVBB) aufhorchen ließ.

Die Runde der letzten Acht erreichten auch Gustav und Ella im Mixed sowie Aadith und Anirudh im Doppel, jeweils gegen in der Rangliste höher platzierte Gegner.

Im Einzel gelangten Sascha Nechyporenko – die, wie immer selbstkritisch, ihre hohe Fehlerquote bemängelte – Lucas und



Nach großem Kampf im Halbfinale: Bronze für Nicola Jülle und Hanna Süring im Doppel U19



U13: Leo Louis und Pauline Röhmel gewannen Bronze im Mixed

Aadith jeweils ins Achtelfinale. Ihre Turnierpremiere erlebten Roman und Oskar im Einzel sowie Taisei und Fabian im Doppel. Zwar gewann nur Roman ein Spiel, aber für alle war es das Entscheidende, Turniererfahrung gesammelt zu haben.

U15

Emil holt den ersten Titel

Nach mehreren zweiten und dritten Plätzen bei bisherigen BB-Meisterschaften holte Emil Dörschner gemeinsam mit Theo Schloßer (EBT) den ersten Titel in diesem Jahr für die Spielgemeinschaft. Der Erfolg war ungefährdet, den härtesten Widerstand leistete im Finale unsere Paarung Luke Jiang und Lucas Poncé, die aber ohne realistische Siegchance blieb. Einen weiteren Podestplatz errang Thirushan Thilepan mit Partner Trung Nguyen Duc (TSV Tempelhof-Mariendorf).

Zahlreich vertreten auf dem Podest war die Spielgemeinschaft auch beim Mixed: Emil erreichte mit Partnerin Anja Zubow (EBT) Platz 2, Thirushan und Lucas mit ihren Partnerinnen vom BSC jeweils Platz 3.

Im Jungeneinzel besiegte Emil im Halbfinale seinen Doppelpartner Theo, musste sich im Finale aber Eddy Ndoye (SVBB) geschlagen geben. Lucas steuerte mit dem dritten Platz eine weitere Medaille bei. Bemerkenswert die starken

Leistungen von Carlos Yu und Benjamin Kubala, die es in die K.o.-Runde schafften.

Im Mädcheneinzel erreichte Oleksandra „Sascha“ Nechyporenko das Viertelfinale, konnte aber gegen Antara Krishnan (BSC), die spätere Vizemeisterin, noch nichts ausrichten. Im Doppel mit Pauline Röhmel lieferten beide ein gutes Spiel ab, unterlagen aber ebenfalls

den späteren Vizemeisterinnen. Leider konnten wir am Samstag in den Einzeldisziplinen keinen Betreuer aufbieten – ein dicker Minuspunkt für das Trainerteam! Die Aktiven kompensierten das, indem sie sich gegenseitig großartig unterstützten und Tipps gaben. Insgesamt waren 12 Aktive der Spielgemeinschaft am Start: U15 ist definitiv unsere stärkste Altersklasse.



U13: Mit Adhav Sundar im Doppel erreichte Leo das Viertelfinale.

U13

Unverhoffte Podestränge ...

... erreichten bei den Berlin-Brandenburger Meisterschaften U13 Leo Louis und Pauline Röhmel im Mixed sowie Pauline als Solistin.

Im Mixed überstanden Leo und Pauline mit starken Spielen Achtel- und Viertelfinale und hielten auch im Halbfinale gegen ein wesentlich höher in der Rangliste platziertes Mixed vom TSV Spandau gut mit.

Im Einzel hatte Pauline schon in der Gruppenphase starken Widerstand zu überwinden (ein Dreisatzzieg), gewann aber ihr Viertelfinale deutlich gegen Gilda Görisch (TSV Spandau). Die spätere Siegerin Emma Helene Scheuer (SVBB) war im Halbfinale eine Nummer zu groß.

Unser dritter Starter Adhav Sundar gewann im Jungeneinzel souverän seine Vorrundengruppe, konnte aber im Achtelfinale gegen Jules Benhennour (BC Tempelhof) nichts ausrichten. Ähnliches Bild bei Leo: Nach deutlichen Siegen in der Gruppe musste er im einzigen Achtelfinalspiel nach drei Sätzen seinem Gegner vom SC Brandenburg den Vortritt lassen.

Unser Jugenddoppel Leo/Adhav erreichte durch einen hart erkämpften Dreisatzzieg gegen ein SVBB-Doppel das Viertelfinale. Dort war gegen die späteren Vizemeister Endstation.

Pauline musste sich im Mädchendoppel mit Partnerin Jule Steinberger (VfL Lichtenrade) im Viertelfinale nach zwei Sätzen einem Duo aus Fürstenwalde geschlagen geben.

Elisabeth Groß, Mikko Hanf, Ingo Zimmermann

Und demnächst ...

Ein Bericht über das PSB-Turnier, das die Badminton-Abteilung am 28. und 29. Oktober bereits zum siebenten Male veranstaltet hat, ist für den nächsten Newsletter, den letzten dieses Jahres, versprochen.

d. Red.



Rückblick auf eine durchwachsene Kobra-Saison

Gerade aufgrund des Einleitungsartikels der letzten PSB 24 aktuell verspürte ich den Wunsch, unsere in letzter Zeit stark unterrepräsentierte Abteilung wieder mehr ins Bewusstsein zu rücken. Wie vieles andere auch waren unsere Sportlerinnen und Sportler und deren Wettkämpfe während der Corona-Pandemie kaltgestellt, so dass wir erst seit diesem Jahr wieder richtig durchstarten konnten.

Jugend darf zuversichtlich sein

Dies zeigte sich am ehesten im Bereich unserer Jugend, die mit ihren B- und C-Jugendteams unter Leitung von Cheftrainer Benedikt Mix eine stabile und zufriedenstellende Saison absolvierten und voller Zuversicht in das kommende Jahr blicken, in dem die erfolgreiche Jugendarbeit mit Hilfe zusätzlicher Trainer weiter ausgebaut werden soll.

Nicht ganz so erfolgreich lief es leider für die Herrenmannschaft, die zwar relativ gut begann, die Saison aber letztlich nicht zu Ende bringen konnte, da die Mannschaft wegen mangelnder Spielerdecke aus dem Spielbetrieb abgemeldet werden musste. Sie muss daher den Zwangsabstieg in die 5. Liga hinnehmen.

Insgesamt durchlief die Abteilung 2023 eine emotional aufgeladene bis durchwachsene Saison, geprägt von wechselnden Spielerfolgen (die Leistungskurven der Teams schwankten zeitweise zwischen „himmelhochjauchend“ und „zu Tode betrübt“), herausfordernden Zeiten im neu gewählten Vorstand sowie einer Neuorientierung im allgemeinen Spiel- und Organisationsbetrieb.

Wie im genannten Artikel schon angedeutet, hatte unser Damen-team eine vielversprechende Saison. Das Gruppenrückspiel in Kiel wurde mit 53:00 gewonnen, jedoch musste aufgrund der Platzierung das folgende Halbfinale in Stuttgart beim amtierenden Meister gespielt werden.

Entsprechend motiviert ging man auf die Reise und kehrte, zur Überraschung vieler, nach einer



Die Kobra Ladies fanden in den Hamburger Amazonen diesmal ihre Meisterinnen.

starken Leistung gerade im Verteidigungsbereich als 7:0-Sieger nach Berlin zurück. So stand das Team im Endspiel um die Deutsche Meisterschaft.

Dort trafen die Damen zum wiederholten Male in dieser Saison auf die Hamburg Pioneers Amazons, die das Finale im heimischen Stadion ausrichten durften.

Nach ausgeglichenem Beginn zeigten sich im Spielverlauf jedoch die Folgen der erwähnten Herausforderungen im Trainingsbetrieb. Abstimmungsprobleme, Unsicherheiten an der Seitenlinie und eine gewisse „Verkopftheit“ bei den Spielerinnen endeten schließlich in einer 0:26-Niederlage. Immerhin beendeten wir die Saison als deutsche Vizemeister! Dies sollte genügend Motivation

sein, es in der kommenden Saison bis zum Ende durchzuziehen und damit an die alte Erfolgsserie anzuknüpfen – schließlich errangen die Kobra Ladies bereits zwölf Meistertitel.

Viele Stolpersteine müssen weiter überwunden werden, wie fluktuierende Mitgliederzahlen, die Optimierung organisatorischer Abläufe, die Erschließung neuer finanzieller Unterstützungsmöglichkeiten ...

Der „Pott“ soll wieder nach Berlin

Im Jahr 2024 feiert Pro Sport Berlin 24 seinen 100. Geburtstag, unsere Damen begehen ihr 20-jähriges Jubiläum in der Abteilung – Grund genug für den im September erneut und sat-

zungsgemäß gewählten Vorstand sowie alle aktiven Sportlerinnen und Sportler und ihre Trainer, ihre erfolgreiche Arbeit fortzusetzen und den „Pott“ nach Berlin zu holen.

Wir werden euch auf dem Laufenden halten!

Derek Low
Vorsitzender Berlin Kobras

Neue Beiträge ab 1. Januar 2024

Im neuen Jahr gelten für die Abteilung American Football folgende beschlossene Beiträge:

Aktive	22,00 €
Ermäßig	18,00 €
Ehepaare	43,00 €
Familie	61,00 €
Förderer	14,00 €

André Lassen Deutscher Meister

Ikigai Karate-Do



Sieg in letzter Sekunde eines spannenden Kampfes

Am 30. September fand im saarländischen Dillingen die diesjährige Deutsche Meisterschaft der Masterklasse im Karate des Deutschen Karate Verbandes statt.

Die Berliner Auswahl trat mit 10 Starterinnen und Startern aus unterschiedlichen Berliner Karateschulen an und konnte mit insgesamt vier Deutschen Meistertiteln im Kumite Einzel Männer, Kata Einzel Frauen, Kata Einzel Männer und Kata Team, einem zweiten Platz im Kata Einzel Männer und einem dritten Platz im Kata Team den Berliner Karate Verband bei diesem hochklassigen Turnier erfolgreich präsentieren.

Für die Karateabteilung Ikigai Karate-Do im Verein Pro Sport Berlin 24 startete der Trainer André Lassen in der Masterklasse Ü55 bis 80 kg im Kumite.

André startete sehr gut ins Turnier, gewann alle seine Vorkämpfe souverän und musste im Finale gegen den bayrischen Vertreter antreten. Den spannend geführten Kampf konnte André Lassen in der letzten Sekunde mit einer Fußtechnik (Uramawashi Geri) zum Kopf des Gegners für sich entscheiden und mit 3:2 Punkten gewinnen.

Durch diesen Erfolg wurde fünf Tage vor dem 5-jährigen Gründungstag der Karateabteilung Ikigai Karate-Do ein weiterer Glanzpunkt in die Jugend- und Erwachsenenarbeit gesetzt.



Gyakuzuki Jodan

Ikigai Karate-Do wurde am 5. Oktober 2018 von André Lassen mit fünf weiteren Vorstandsmit-

gliedern gegründet und bietet Karatetraining für alle Altersklassen im Bereich Breitensport,

Wettkampfsport und spezielle Selbstverteidigung an.

Andrés Karatewurzeln liegen beim S.C. Banzai, einer der erfolgreichsten Karateschulen Deutschlands. Er trainiert seit vielen Jahren regelmäßig in Japan in der Karateschule Shiramizu beim bekannten japanischen Karatemeister Takamasa Arakawa.

Unsere jüngsten Mitglieder sind drei Jahre, die ältesten 65 Jahre alt. Trainiert wird in leistungsspezifischen und altersgerechten Trainingsgruppen. Mittlerweile ist unserer Karateschule bereits auf knapp 150 Mitglieder angewachsen und damit die mitgliederstärkste Karateschule der Stilrichtung Wado Ryu in Berlin.



Das Berliner Meisterschaftsteam

Premiere am Weißen Wehr

Slalom-Neulinge überwandern sich und das Hindernis

Am 2. September hatte die SG Einheit Spremberg zum 73. Herbstslalom/7. Brandenburg-Cup, gleichzeitig Finale der Mitteldeutschen Meisterschaft im Kanuslalom, am Weißen Wehr in Spremberg eingeladen. Ein Wettkampf, der schon Tradition bei den mittel- und ostdeutschen Slalomkanuten hat. Auch bei Sportlern aus Tschechien und Polen ist er beliebt.

Wir starteten mit unseren beiden jüngsten und zwei erfahreneren

Aktiven. Das Besondere dieses Wettkampfes war die Wehrdurchfahrt, die Anfänger einige Überwindung kostet – auch unsere Sportler Nicolas und Railey. Die Slalomstrecke war beiden zwar bereits von unserem Trainingslager am Anfang der Saison bekannt, aber direkt am Wehr oder durch das Wehr waren sie noch nie gefahren. Umso größer war die Freude, als beide dieses Hindernis ohne große Probleme überwunden hatten.

Unseren beiden Größeren, Pascal und Jonas, war die Wehrdurchfahrt aus vergangenen Jahren bekannt, sie stellte denn auch für beide keine Schwierigkeit dar.

Das Siegerpodest war zwar für keinen unserer Sportler in Reichweite, trotzdem sind wir stolz auf die guten Platzierungen. Der folgende Tag wurde noch einmal für das Training genutzt, die Sportler konnten an den Schwierigkeiten auf der Strecke arbeiten.
Jonas Janke

Kanu
Köpenick



Verletzungspech kostete uns den Platz an der Sonne

Vor dem Finale des Berliner Läufercups

Nach dem „Heimspiel“ Havellauf und dem damit verbundenen Sprung auf den 1. Platz in der Teamwertung des Berliner Läufercups stand nach der Sommerpause der Lauf durch den Volkspark Rehberge am 9. September auf dem Programm. Traditionell setzt der Veranstalter diesen Lauf nachmittags um 14.00 Uhr an. Dieser Umstand und das Streckenprofil mit insgesamt 90 Höhenmetern und heißen Temperaturen von über 30 Grad führten dazu, dass der Lauf an diesem Tag eine rechte Herausforderung für alle Beteiligten war. Die 10,5 km absolvierten diesmal Aline und Frédéric Georges, Svenja und Ruth Suhr, Sylvia Pfaff-Hofmann, Heinz Junkes, Hakan Aras, Günter Lewanzik, Karsten Papenbrock und Florian Lang. Am Ende dieses Laufs hatte die Konkurrenz von LEIDIG24 feat. CrossFit YAY in der Teamwertung mit den PSB-24-Aktiven gleichgezogen. Man teilte sich also den Platz an der Sonne.

Unsere Marathonis Karsten und Svenja waren zum Lauf durch den Volkspark Rehberge gelaufen, den Lauf gelaufen und wieder zurückgelaufen. So kam eine erkleckliche Strecke für eine optimale Vorbereitung auf das

Saison-Highlight – den Berlin-Marathon – zusammen.

Mit dem Start in die Herbstsaison hieß es wieder „It’s Crosstime!“: Asphalt und Bahn wurden gegen Waldboden, Wurzeln, Steine und – ja, auch von Wildschweinen gegrabenen – Schlaglöchern getauscht. Am 7. Oktober fand am späten Vormittag der Crosslauf auf der Rodelbahn in Zehlendorf über 10 km statt. Verletzungsbedingt war das für die Mannschaftswertung so wichtige Startkontingent des PSB 24 leider ausgedünnt, so dass „nur“ Günter Lewanzik, Christian Auerbach, Sylvia Pfaff-Hofmann, Karsten Papenbrock, Hakan Aras und Florian Lang teilnahmen. So musste trotz individuell guten bis sehr guten Leistungen der 1. Platz in der Teamwertung des Berliner Läufercups aus der Hand gegeben werden. Schade!

Zum Verletzungspech gesellte sich jahreszeittypisch schlechtes Wetter beim elften Lauf des Läufercups. Mehrere Tage Dauerregen hatten dafür gesorgt, dass man eher von „Aquajogging“ unter erschwerten Bedingungen als von einem Crosslauf im Adlershofer



Unser Team beim Volkscrosslauf in Zehlendorf

Birkenwäldchen sprechen konnte. Am verregneten Sonntagmorgen (29. Oktober) traten Svenja, Ruth, Hakan, Frédéric, Christian, „Fri-Wi“ Wulfmeyer, Heinz und Karsten an. Respekt allein dafür!

Nach dem Lauf sahen jede und jeder zu, schnellstmöglich unter die Dusche zu kommen und den heißen Tee genießen zu können.

Zum Läufercup-Finale am 3. De-

zember im Tegeler Forst wollten wir versuchen, möglichst viele PSBler zu mobilisieren, um noch einen Angriff auf die Spitze zu starten oder wenigstens Platz 2 abzusichern.

2023 stehen noch der traditionelle Schätzlauf und der Pfannenkuchen-Lauf an, der das Läuferjahr stimmungsvoll ausklingen lassen wird.

Florian Lang

Gedopt mit Schwarzwälder Kirsch

Nach 2017 bin ich zum zweiten Mal in Bad Liebenzell (9500 Einwohner, gelegen im Nordschwarzwald) angetreten. In dem verwinkelten Städtchen kenne ich mich inzwischen wie in meiner Westentasche aus. Drei Tage verbrachte ich in derselben verlotterten Unterkunft mit Küche als Selbstversorger und erwanderte nebenbei Hermann Hesses Geburtsstadt Calw mit Hesse-Museum (8 km). Vor mehr als 50 Jahren las meine Generation Hesse sehr intensiv (Demian, Steppenwolf, Glasperlenspiel – heute häufig als Metapher verwendet). Hesses bekanntestes Gedicht „Stufen“ hat mir in Krisenzeiten Zuversicht und Kraft geschenkt. Heute wird er wohl weniger gelesen.

Doch zum Lauf: Von elf gemeldeten AK-75-Läufern waren

lediglich acht am Start. 30 Grad im Schatten haben halt eine abschreckende Wirkung, bin auch kein Hitzeläufer.

Um 13.15 Uhr fiel der Schuss. 4x2,5 Kilometer, ein Ovalekurs entlang der Nagold (fließt in die Enz, die in den Neckar, der in den Rhein) über eine Brücke und zurück Richtung Start.

Schatten gab’s nirgends, aber nasse Schwämme, und die Freiwillige Feuerwehr öffnete einen Hydranten. Ich lief jede Runde ganz, ganz langsam durch den Wassernebel.

Während der dritten Runde wurde der Lauf für mich zur Tortur, hinzu kamen Schmerzen in der linken Ferse beim Auftreten. Kurz vor dem Lauf hatte ich am Straßenrand die Bekanntheit einer ca. 40-Jährigen mit großem Schäferhund gemacht,



die mir versprach, von meinen Runden Handyfotos zu senden, die Florian für seine Beiträge so dringend sucht. 13 bis 14 Minu-

ten veranschlagte ich je Runde. Die geduldige Fotografin war beim Vorbeilaufen in Aktion und ich freute mich auf den motivierenden Blickkontakt, der Schmerzen und Hitzequalen erträglicher machte. Das war sie wieder, die antreibende Kraft des Weiblichen. Sie dachte überdies sportlich mit und hielt meinen Zieleinlauf fest. Erschreckend erkennt man, dass ich körperlich völlig am Ende war. Es gab durch alle Altersklassen (ca. 700 Teilnehmer) reichlich Ausstiege, Kreislaufzusammenbrüche und eine Reanimation – das Martinshorn war ständige Begleitmusik. Ich wurde doch nicht Letzter und kam in 56:58 Minuten als Siebter gut acht Minuten nach dem Ersten und 22 Sekunden vor dem Achten der AK 75 ins Ziel.

Zum Abschied gönnte ich mir abermals ein letztes leckeres Dopingmittel für die lange Rückreise.

Ewald Klammer



Karsten Papenbrock und Svenja Suhr auf der Strecke



Holger Richter war zum 39. Mal dabei.

Der 49. Berliner Marathon mit PSB-24-Beteiligung

Der 49. Berlin-Marathon am 24. September 2023 markierte für die Leichtathletik-Abteilung von PSB 24 aus sportlicher Sicht den unangefochtenen Saisonhöhepunkt. Wie bereits berichtet, hatten sich einige Unerschrockene teils äußerst akribisch auf die magischen 42,195 km durch Berlin vorbereitet. Da die Strecke im internationalen Vergleich eine „schnelle“ ist, findet sich regelmäßig das „Who is who“ der Läuferzene in der Hauptstadt ein. Auch in diesem Jahr wurden wieder einige Rekorde geknackt: Der PSB 24 war mit neun Läuferinnen und Läufern vertreten. Darunter waren erfreulicherweise relativ viele „Jubilee Club“-Teilnehmer, die schon zehn oder mehr Starts vorzuweisen haben. Unser Schnellster, Atsushi Itabashi, bewältigte seinen 18. Berlin-Marathon in 3:28:51 Stunden (4:57 min/km!). Ihm folgten Svenja Suhr in 3:42:01 (5:16 min/km) und Karsten Papenbrock mit 3:44:42 (5:20 min/km) bei seinem 10. Marathon auf Berliner Geläuf.

Sylvia Pfaff-Hofmann bewältigte die Strecke in 4:14:55 (6:02 min/km) bei ihrer ebenfalls 10. Teilnahme. Bei Holger Richter standen am Ende seines 39. (!) Berlin-Marathons 4:29:33 (6:23 min/km) auf der Uhr. Es gab demnach nur zehn Wettkämpfe dieser Art in Berlin ohne ihn. Das muss man sich auf der Zunge zergehen lassen!

Mit 21 erfolgreich beendenden Marathons ist Reinhold Happersberger derzeit Nummer 3 beim PSB 24, was die meisten Teilnahmen am Berlin-Marathon anbelangt. 2023 benötigte er 4:37:15 (6:34 min/km). Bei Heinz Junkes 10. Teilnahme standen am Ende der 42,195 km 5:19:42 (7:35 min/km) zu Buche. Ruth Suhr war bei ihrem 33. Berlin-Marathon (PSB-weit Platz 2) nach 5:21:20 (7:37 min/km) im Ziel. Unser Ältester und mit 39 Teilnahmen am Berlin-Marathon Nummer 1 im Verein ist Horst Matznick. In der Altersklasse M80 beendete er den Parcours in 5:51:06 (8:19 min/km). Er teilt sich den Platz an der Sonne mit Holger Richter,

der wie erwähnt auf die gleiche Anzahl an Zielüberquerungen kommt.

Horst Matznick hatte in der traditionellen Marathonnachlese bei Speis und Trank sogar noch die Luft, einige bemerkenswerte Worte an die versammelte PSB-24-Läuferschaft zu richten. Das

war der Auftakt eines wirklich sehr schönen Abends, während dessen die tollen Leistungen unserer Aktiven gebührend geehrt und in der ein oder anderen Erinnerung geschwelgt wurde.

Florian Lang

Übrigens: Wer stets auf dem „Laufenden“ bleiben will, was die Leichtathletik im PSB 24 betrifft, ist herzlich eingeladen, uns auf Instagram zu folgen: @psb24_running.



Unsere stolzen Marathonis bei der Nachlese



Halali mit Höhepunkten

Wie immer ein tränendes und ein lachendes Auge

Kurz bevor unsere Segelsaison zu Ende ging, gab es tollstes Oktoberwetter, was zu einem wunderbaren Ausklang der Saison führte.

Am 2. Oktober hatten wir die Senioren zu einer Ausfahrt eingeladen. Bei schönstem Sonnenschein und Temperaturen um die 20 Grad fuhren wir mit 22 Seniorinnen und Senioren im 5-Boote-Konvoi bis zum Wannsee. Fröhlicher kann eine Ausfahrt nicht sein und mancher träumte laut davon, sich wieder ein Boot kaufen zu wollen ...



Ein Hoch auf Manne Häusser

Anschließend ließen wir bei Sekt und guter Laune unseren Manne Häusser bei uns auf der Terrasse hochleben. Er ist gerade 90 Jahre alt geworden. 33 Jahre war er unser Hafenmeister und wir sind ihm sehr dankbar! Mit einem Präsentkorb machten wir ihm eine Freude.

Viele glückliche Gesichter hatten wir an dem Tag auf unserer Terrasse und die nächste Ausfahrt ist bereits für nächsten Mai geplant.

Am gleichen Wochenende fand auch die Deutsche Jugendmeisterschaft der Teenys statt, die dieses Jahr vom Berliner Yachtclub ausgerichtet wurde. Alle drei Teams hatten sich für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert und segelten ein tolles Rennen.

Im Oktober hatten wir auch unseren ersten Frauenabend, zu dem 12 Frauen gekommen waren. Er richtet sich an alle Frauen: Seglerinnen, Nichtseglerinnen aller Altersgruppen, Mütter unserer segelnden Kinder. Es geht um einen Austausch über viele Themen, für die sonst möglicherweise nicht genug Raum ist. Schnell waren wir uns einig, dass wir uns regelmäßig treffen möchten. Geplant ist als Termin erst einmal jeder letzte Mittwoch im Monat. Auch der der zweite Frauenabend war ähnlich gut besucht und so schauen wir zuversichtlich in die Zukunft.

Einer fröhlichen Absegelfete folgte am nächsten Tag die gut besuchte offizielle Absegelfeier unter unserem Flaggenmast. Immer wieder verabschieden wir die Saison mit einem tränenden Auge, aber auch mit einem glücklichen, wenn wir zurückschauen und von unseren Erlebnissen bei Regatten, auf der Ostsee und einfach bei uns im Club erzählen.

Starker Wind beim letzten FunCup

Am nächsten Morgen war der letzte FunCup. Viel Wind war angesagt, die Sonne lachte. Der Wind war aber so stark, dass einem Boot der Mast brach und Wolfgang auf unserem Boot fast eine Fingerkuppe verloren hätte. Wir brachen also ab und legten in Kladow an, um trampend (mangels Taxi) ins Krankenhaus Havelhöhe zu fahren, wo die Fingerkuppe wieder angenäht wurde.



Erster Frauenabend auf der Terrasse

Vier von 12 Booten brachen die Regatta wegen des starken Windes ab, acht kamen ins Ziel. Sven Hansen mit Kyaw Soe belegten mit dem H-Boot Platz 1, gefolgt von Goldi (O-Jolle) und Patrik Becher (Larsen 34). Die Gesamtsieger werden auf der nächsten Jahresversammlung geehrt.

Der Vorstand sagt Danke für das Vertrauen und wünscht allen Mitgliedern einen schönen Winter, geruhsame Feiertage und einen guten Rutsch in ein erlebnisreiches Jahr 2024. Allen Kranken beste Genesungswünsche! Wir sehen uns am Stößensee!

Terminvorschau

Dezember

10.12. 15.00 Weihnachtsfeier

Januar 2024

7.1. 11.00 Neujahrsbrunch

13.1. 13.00 Seniorenstammtisch

31.1. 18.00 Frauenabend

Abslappen

16.3. Trailerboote Gatow

23.3. Dickschiffe Gatow, Stößensee

GLÜCKWÜNSCHE. Wir gratulieren allen Abteilungsmitgliedern, die im Dezember und im Januar Geburtstag haben oder hatten. Zum besonderen Geburtstag gratulieren wir Hervé Larroque und Hilka Gottschalk, ebenso Hans-Jürgen Dreyer und Rolf Ulrich Klaußner.

Beate Naber

UNSERE GASTRONOMIE ist in der Wintersaison **samstags und sonntags von 12.00 bis 20.00/21.00** geöffnet, andere Öffnungszeiten nach Absprache.

Irene informiert dazu wöchentlich im Detail. Wer mit Familie oder Freunden feiern möchte, kann dies gerne bei uns tun. **Dieses Angebot gilt auch für andere Abteilungen des PSB 24.** Bitte meldet euch bei Irene Flintrop unter gastronomie@psb24-stoessensee.de



Am Seniorenstammtisch



Im Rennen: Moritz & Leo ...



... Leonora & Maximilian ...

Deutsche Jugendmeisterschaft der Teeny-Klasse

Segeln
Stößensee



Mit drei Teeny-Teams war unsere Abteilung in diesem Jahr bei der Internationalen Deutschen Jugendmeisterschaft (IDJM) vertreten, die vom 29. September bis 3. Oktober beim Berliner Yacht-Club (BYC) auf dem Wannsee stattfand. Zeitgleich fand dort auch die IDJM im Cadet statt. Noch heute wird der Teeny ausschließlich in westlichen Bundesländern gesegelt, während der Cadet weiterhin nur in Ostdeutschland gesegelt wird.

Am Freitagnachmittag ging es direkt nach der Schule zum BYC zur Kontrollvermessung der Teenys. Unsere Boote hatten wir bereits eine Woche zuvor dorthin gebracht. Die Vermessung zog sich so lange hin, dass das danach geplante Grillen schon ohne Vermesser begonnen werden musste.

Insgesamt waren für die drei Wettfahrttage zehn Regatten vorgesehen, die je nach Wind 45 bis 60 Minuten dauern sollten. Bei der Steuerleutebesprechung wurden die Kurse besprochen.



... Bruno & Max

Danach wurden letzte Vorbereitungen getroffen, die Boote zu Wasser gelassen und wir starteten zum ersten Mal. Nach vier Wettfahrten ging es zurück in den Hafen, wo wir etwas Warmes zu essen bekamen.

Am nächsten Morgen mussten wir schon um 8 Uhr im BYC sein. Obwohl deutlich weniger Wind vorausgesagt war, konnten wieder vier Wettfahrten gesegelt werden. Am Montag gab es die verbliebenen zwei Wettfahrten, danach fand die Siegerehrung statt.

Es gab eine Gesamtwertung und für die Unter-14-Jährigen eine U14-Wertung. Lotte-Marie Kirchesch und Mina Tratar aus dem SC Gothia von der Scharfen Lanke wurden Deutsche Jugend-

meister 2023 (und qualifizierten sich damit für die Meisterschaft der Meister – siehe nächste Seite). Die U14-Wertung gewannen Lina-Victoria Titgemeyer und Theo Blesken.

Aus dem PSB 24 belegten Moritz Klein und Leo Wosnitzka Platz 12, Leonora Gerlach und Maximilian Zurl Platz 14 und Bruno Becher und Max Andre Platz 33. Preise gab es nur für die besten sechs und für einige wenige Ausnahmen.

Nach der Siegerehrung wurde bei der Abschlussdisco noch bis spät in die Nacht getanzt. Alle hatten sehr viel Spaß und sind voll motiviert für die Qualifikation zur nächsten IDJM.

Max Andre



... und mit ihren Trainern an Land



J70-Premiere bei der Meisterschaft der Meister

Als wir als Deutsche Meister in der Jugendklasse Teeny zur diesjährigen Meisterschaft der Meister nach Hamburg eingeladen wurden, fühlten wir uns sehr geehrt, hatten aber auch großen Respekt vor unserer Konkurrenz, darunter die Tempest-Weltmeister, die U17-Weltmeisterinnen im 420er oder das J70-Team der Women Sailing Champions League. Hinzu kam, dass wir alle auf einer J70 segeln sollten, doch kannten wir das Boot überhaupt noch nicht. Gesegelt werden durfte entweder zu viert (Jugendliche oder Frauen) oder zu dritt. Sollten wir es wirklich wagen?

Wir beratschlagten uns mit unseren Trainerinnen Sophie und Sabrina sowie mit Paul Naber, dem Teeny-Trainer und J70-Segler vom PSB. Er bot uns ein Probetraining auf der J70 des PSB sowie Unterstützung an. Nach dem Training (sogar ein Begleitboot war organisiert!) war uns sofort klar: Wir drei sind ein gutes Team, wir melden uns an.

In Hamburg konnten wir – nicht zum ersten Mal in diesem Regattajahr – bei Sabrina übernachten. Am Samstag ging es nach dem Skippers Meeting beim Hamburger Segel-Club an der Außenalster im Format eines



In der Mitte die Crew mit Lotte, Mina und Paul

für uns ungewohnten Umpired Fleetrace los: Zwölf Flights mit je drei Rennen zu je sieben Booten. Insgesamt nahmen 21 Teams teil, eine Wettfahrt dauerte etwa 15 Minuten. Die Zusammensetzung der 36 Wettfahrten wurde ausgelost.

Wir segelten fast jedes Mal auf einem anderen Boot gegen unter-

schiedliche Crews. Wir mussten aufpassen, wann wir auf welchem Boot dran waren, und wurden jedesmal vom Steg zur Übergabe des Bootes auf dem Wasser gebracht. Der Chief-Umpire hatte uns eingeschärft, dass wir sehr auf die von der Segelbundesliga geliehenen Boote aufpassen sollten, da sie sehr schnell, teuer und

empfindlich seien. Das minderte unsere Aufregung nicht unbedingt ...

Beim dritten Race ging es auch für uns bei Regen und bescheidenem Wind von maximal 9 Knoten los. Langes Einsegeln war nicht drin, die Rennen folgten direkt aufeinander. Der Start gelang uns ganz gut, raumschots klappte alles bestens mit dem Gennaker. Wir entschieden uns für einen anderen Kurs als die anderen und kamen als Erste durchs Ziel. Wir konnten es kaum glauben. Was für ein Start!

Wenig überraschend ging es so leider nicht weiter. Wir segelten aber konzentriert und mit Spaß bis Einbruch der Dunkelheit alle unsere Rennen. Sieben Flights schafften wir bis zum Abend. Da lagen wir insgesamt auf dem 17. Platz und waren sehr zufrieden. Denn angesichts der hochkarätigen Konkurrenz war unser Ziel gewesen, möglichst ein Team hinter uns zu lassen.

Am Sonntag kam Sonne raus bei 12 bis 15 Knoten Wind, in Böen bis zu 32. Wir starteten bei besten Segelbedingungen mit einem 2. Platz! Bei unserem neunten Race verzichteten wir als einzige wegen des stark auffrischenden Windes und unseres geringen Gewichts auf den Gennaker. Eine



Die Crew: Lotte, Mina und Paul

Wenig Wind, aber gute Laune bei der Freundschaftsregatta



Regattaergebnisse

16. September bis 5. November 2023

H-Boot

- 7./8.10. *Senatspreis, Wannsee, 18 Boote:*
7. Sven Hansen/
Kai Müller (VFSW)/Kyaw Soe
- 28./29.10. *Rolling Home, Wannsee, 25 Boote:*
14. Sven Hansen/
Kai Müller (VFSW)/Kyaw Soe

J70

- 7./8.10. *Senatspreis, Wannsee, 34 Boote:*
30. Paul Naber/Laura Vellemann/
Sophie Stauch (SCG)/
Antonia Köther/
Gero Marburger
- 28./29.10. *Meisterschaft der Meister, Außenalster, 21 Teams:*
16. Lotte-Marie Kirchesch(SCG)/
Mina Tratar (SCG)/Paul Naber

O-Jolle

- 23./24.9. *Kehraus Pokal, Barleber See, 24 Boote:*
13. Dieter Fritsche
- 21./22.10. *Eispokal, Tegeler See, 16 Boote:*
14. Dieter Fritsche

Teeny

- 29.9.-3.10. *Internationale Deutsche Jugendmeisterschaft, Wannsee, 35 Boote:*
12. Moritz Klein/Leon Wosnitzka
14. Leonora Gerlach/
Maximilian Zurl
33. Bruno Becher/Max Andre

Yardstick

- 4.5.-14.9. *Donnerstagsregatta, Unterhavel, 58 Boote:*
3. Sven Hansen/Kyaw Soe/
Frank Kroll (VBS) – (H-Boot)
5. Dieter Fritsche – (O-Jolle)
8. Paul Naber/Antonia, Helena & Theresa Köther/
Gero Marburger – (J70)
25. Elke Kersten/
Heiko Ackermann/
Claudia Schurr – Dufour 325)
28. Horst & Monika Woblack (Bianca 27)
41. Beate Naber-Wiesener/
Michael Wiesener/
Wolfgang Bigesse (Emka 36)
- 16./17.9. *Freundschaftswettfahrt, Unterhavel:*

Gruppe 1 (10 Boote):

1. Sven Hansen/Kyaw Soe (H-Boot)

Gruppe 2 (13 Boote):

3. Florian Kleiss/Thorpen Schult (Folkeboot)
9. Lars Ladwig/Konstanze Ebermann (Delanta 75)

Gruppe 3 (11 Boote):

2. Claudia Schurr/
Elke Kersten (Pirat)

3.10. Ringelnatzpokal, Wannsee und Unterhavel, 105 Boote:

Teamwertung:

18. von 34 Vereinstams zu je drei Booten

Einzelwertung:

16. Sven Hansen/Gerd Mende/
Kyaw Soe (H-Boot)
70. Sigi & Stefan Gumz (Bavaria 36)
87. Michael Wiesener/Dieter Fritsche/Wolfgang Bigesse (Emka 36)



Die PSB-24-Crews nach der Freundschaftsregatta

Bei der diesjährigen Freundschaftsregatta, die vom Segel-Club Oberhavel (SCOH) veranstaltet wurde, kamen vier der 35 teilnehmenden Boote aus unserer Abteilung. Am ersten Tag herrschte leichter Wind, am zweiten Tag dominierte Flaute, so dass es keine weitere Wettfahrt mehr gab. Immerhin ermöglichten das sonnige Wetter und ein üppiges Buffet auf dem Clubgelände des SCOH eine nette Zeit zum Kennenlernen von Seglern der Nachbarvereine.

Die Freundschaftsregatta wird jährlich reihum von den fünf

benachbarten Vereinen PSB 24, Yacht-Club-Frithjof-Stößensee (YCF), SC Oberhavel, SV Scharfe Lanke (SVSL) und Spandauer Jollensegler (VSI) organisiert und auf der Unterhavel vor Schildhorn ohne Einsatz von Spinnakern und Gennakern ausgesegelt. Das mag Regattacrews unterfordern, bietet aber Fahrtenseglern und solchen, die überhaupt erst einmal eine Regatta ausprobieren wollen, einen entspannten Einstieg ins Wettsegeln. Denn es gibt dabei ausreichend Möglichkeiten, Regattafeeling zu entwickeln und sich bei Manövern wie auch bei

taktischen Entscheidungen zu beweisen.

Die größte Herausforderung beim Absegeln des in diesem Jahr stark gestauchten Dreieckskurses bestand darin, den nötigen Bogen um Schildhorn so zu segeln, dass bei möglichst geringem Umweg möglichst viel Landabdeckung (und also weniger Wind) vermieden wird. War der Bogen hingegen zu groß, konnte die Tonne 2 nicht mehr ohne Holeschlag erreicht werden.

*Sven Hansen
(Ergebnisse nebenan)*

... bei der Meisterschaft der Meister

weise Entscheidung, wie sich zeigte! Einige Boote machten einen Sonnenschuss und lagen flach. Wir ersegelten einen 4. Platz. Lotte musste manchmal die Pinne sogar mit zwei Händen halten, Mina hingte sich über Bord, was das Zeug hielt, Paul unterstützte, wo es gerade am nötigsten war.

Nach einer Startverschiebung wegen einer Gewitterfront wurde es bei unserem elften und letzten Race noch einmal spannend. Ein Team hatte sich an der Luvtonne verheddert, so dass wir eine imaginäre Tonne runden mussten.

Neu war für uns, dass ein Chief-Umpire (Oberschiedsrichter) mit

seinem Schlauchboot und weiteren Umpires auf zwei, im Finale drei Booten meist direkt hinter den Wettkämpfenden wachte und Regelverstöße sofort auf dem Wasser mit Penalties ahndete.

Ein Highlight war für uns, dass wir beide bei der Finalrunde der sieben besten Teams im Schlauchboot des Chief-Umpire mitfahren durften. So waren wir mal aus einer ganz anderen Perspektive nah am Geschehen und stellten fest, dass die Schiedsrichter auf dem Wasser Englisch sprechen. Gewinner wurden übrigens die Tempest-Weltmeister Lars und Leif Bähr mit Leifs Tochter Hanna Hoschka aus Berlin.

Wir haben zu unserer Freude den 16. Platz erzielt und die J70 kennengelernt. Es fühlte sich gut an, dass wir auch mit einem größeren und uns wenig bekannten Boot bei Flaute wie bei viel Wind klarkommen.

Vor allem hat es sehr viel Spaß gemacht, gegen Teams aus so vielen unterschiedlichen Klassen zu segeln und dabei auf viele ehemalige Teeny-Aktive zu treffen! Danke an Paul, dass er uns von Anfang an bestärkt hat, an dieser besonderen Meisterschaft teilzunehmen. Es war ein tolles Wochenende!

*Lotte-Marie Kirchesch und
Mina Tratar (SC Gothia)*



Im Kampf um Kreuzbergs Goldene Badewanne

Mit Spaß begann die Wettkampfsaison 2023/24 am 17. September mit dem Kreuzberger Badewannen-Cup für Masters, der in der Schwimmhalle Thomas-Mann-Straße ausgerichtet wurde. Kurioserweise muss der Kreuzberger Badewannen-Cup nach Prenzlauer Berg ausweichen, weil nämlich im ganzen Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg nicht ein einziges Hallenbad mehr geöffnet ist. Das ist schon traurig, aber wir wollten ja von Spaß berichten.

Im Zentrum des Badewannen-Cups stehen Schwimmstrecken, die bei Meisterschaften in der Regel nicht geschwommen werden. Das sind zum einen die 25-m-Sprint-Strecken und die sonst

nur im Training geschwommen Schwimmstile „Badewanne“ und „Torpedo“. Bei beiden Schwimmstilen wird in Rückenlage mit den Füßen voran geschwommen. Bei „Badewanne“ werden die Hände vor oder neben dem Bauch ähnlich dem Brustschwimmen geführt, während bei „Torpedo“ die Arme ausschließlich über dem Kopf bewegt werden.

Pro Sport Berlin 24 war mit sechs Aktiven am Start und holte viele Siege. Am erfolgreichsten war Peter Weißhuhn, der im Badewannenschwimmen altersklassenübergreifend die beste Leistung erzielte und dafür den Siegerpokal in Form einer goldenen Badewanne gewann.

Uwe Albrecht



Freizeitschwimmer auf Usedom-Tour

Auch dieses Jahr haben sich unsere Freizeitschwimmer im September wieder auf Usedom getroffen, um ein gemeinsames sportliches Wochenende zu erleben.

Wie im Vorjahr erkundeten wir täglich mit dem Fahrrad die Insel. An den ersten beiden Ta-

gen gab es zunächst ein leichtes „Aufwärmtraining“ mit Touren nach Peenemünde und zur Seebücke Koserow. Um dann am dritten Tag die Tour Karlshagen – Ahlbeck und retour in Angriff zu nehmen. Immerhin über 70 Kilometer, mit dem Streckelsberg als höchstem Punkt (58 m) sowie

diversen weiteren Steigungen (16 Prozent!) und rasanten Abfahrten. Ach ja, eigentlich sind wir ja eine Schwimmer-Trainingsgruppe. Richtig, Wassertraining gab's natürlich auch. Die Ostsee hatte zwar nur 18 Grad, aber das kommt ja oft vor. So warfen sich die „Eisbader“ mutig in

die Fluten. Langweilig war es jedenfalls nicht. Lustige kleine Ohrenquallen kamen uns entgegen und immer, wenn wir eine der weißen Bojen erreichten, saß da oben eine kleine schwarz-weiße Seeschwalbe und zwitscherte uns zu. Ich wette das hieß „Ück bin oll hier“ auf möwisch, ganz sicher!

Etwas angenehmer verlief das Training im warmen Seewasserbecken der Bernsteintherme am nächsten Tag. Zufrieden konnte man sich nach dem Training auf eine der am Beckenrand stehenden Liegen fallen lassen. Vielleicht sind die Augen auch ein wenig zugefallen

Nach all den sportlichen Aktivitäten haben wir die Abende in diversen Gaststätten ausklingen lassen. Danach haben wir uns stets in unserem extra reservierten Clubraum getroffen. Natürlich hatten wir viel zu erzählen, haben gelacht und gesungen, aber wir hatten auch jeden Abend schöne kulturelle Beiträge organisiert. Die gemeinsame Zeit im Clubraum war eine echte Herausforderung, da er unsere Lachmuskeln aufs Ärgste strapazierte. Ich rede also von rundum gelungenen Abenden, die jedesmal mit den Gedanken und den Plänen für den nächsten schönen Tag in unserer tollen Truppe endeten.

Dirk Schrader



Unser jüngstes Talent

Balthasar Klemm gewann U9-Cujic-Cup

Balthasar Klemm hat das größte Jugendturnier Berlins gewonnen, den Čujić-Cup 2023. In der jahrgangshöheren Spielklasse U 9 hat er sich gegen starke Gegner ohne Satzverlust durchsetzen können. Im Finale bezwang das achtjährige Tennistalent seinen Gegner von TiB Berlin Theo Henning 6:2, 7:6.

Der Čujić-Cup findet einmal jährlich im August auf dem Gelände des TV Preussen in Berlin-Lankwitz statt. Auf neun Sandplätzen wird in den Altersklassen U 9 bis U 18 gespielt. Das Turnier läuft über eine Woche. Nach spannenden Matches nahm Balthasar den Pokal mit großer Freude entgegen. Wir gratulieren ganz herzlich!

Es freut uns sehr, dass seit langer Zeit wieder einmal ein Kind aus unserem Tennisverein, trainiert von Heike und Christin, ein so wichtiges Tennisturnier gewonnen hat.



Balthasars Erfolg erinnert sehr an den Beginn der „Tenniskarriere“ von Robert Strombach.

Es hatte sich schon sehr früh gezeigt, dass Robert das Tennisspiel über alles liebt. Wenn man wie er in einer „Tennisfamilie“ heranwächst, vom eigenen Vater alles beigebracht bekommt, was wichtig ist, um in diesem „Tenniszirkus“ zu bestehen, dann braucht es aber immer noch viel Talent, viel Disziplin und noch mehr Durchhaltevermögen, um Erfolge verbuchen zu können.

Im September 2019 wurde Robert für Lettlands Davis-Cup-Team nominiert und er debütierte sehr erfolgreich für die lettische Mannschaft.

Bis zum vergangenen Jahr war Robert Mitglied unseres Vereins. Er trainierte mit seinem Vater Armand und inzwischen sind die beiden zusammen auf der Tour.

Robert Strombachs, wie es im Lettischen heißt, rangiert derzeit auf Platz 374 der Weltrangliste und wir wünschen Sohn und Vater weiterhin sehr viel Erfolg.

Ilona Messmer-Zepf



Robert Strombach (rechts mit Pokal)



Zahlreiche Prüfungen

Im Oktober fanden über zwei Wochen hinweg drei Farbgurtprüfungen statt. Dabei stellten alle Kandidaten erfolgreich ihr Können unter Beweis. Die Abteilung gratuliert:

Jul	zum 9. Kup
Neel	zum 9. Kup
Charlotte	zum 8. Kup
Ole	zum 7. Kup
Greta	zum 7. Kup
Mitja	zum 7. Kup
Laslo	zum 7. Kup
Joris	zum 7. Kup
Philemon	zum 5. Kup
Emil	zum 5. Kup
Niklas	zum 4. Kup



Taekwondo

Bereits im Juli hatten drei weitere Taekwondoin eine Prüfung absolviert. Wir gratulieren zum Bestehen:

Angad	zum 3. Kup
Piet	zum 1. Kup
Jakob	zum 1. Kup

Piet und Jakob sind damit Dan-Anwärter und befinden sich seitdem in der obligatorischen einjährigen Vorbereitungsphase für die Prüfung zum 1. Dan, dem ersten Schwarzgurt.

Viktor Valentiner



70 Jahre Tennisabteilung

Eine kleine Chronik: Bauen, Spielen, Spenden, Feiern



Arbeitseinsatz auf der Anlage im Jahre 1957

Am 23. Oktober 1953 waren 25 Teilnehmer bei der Wiedergründung der Tennisabteilung des Postsportvereins anwesend, 22 traten der neuen Abteilung bei.

Zum Abteilungsvorsitzenden wird Herbert Nowak gewählt. Er will dafür sorgen, dass bis zum Frühjahr 1954 Tennisplätze gemietet werden können. Der vorläufige Beitrag wird auf 1 DM festgelegt.

Meilensteine

1954 – Am 1. Januar hat die Abteilung 38 Mitglieder. Der Jahresbeitrag beträgt 60 DM. Für je 600 DM werden Plätze in der Bosestraße in Tempelhof gemietet.

1955 – Zwei Herrenmannschaften nehmen an den Verbands-spielen teil.

1956 – Drei Plätze zu je 1200 DM werden gemietet.

1957 – Mit der Reichsbahn wird ein Mietvertrag für unsere jetzige Anlage Bellingstraße abgeschlossen. Die „Tennisplätze“ sind allerdings unbespielbar. Jedes Mitglied muss bis zum April 10 Arbeitsstunden zu ihrer Instandsetzung leisten. Zeitgleich erfolgt die Sanierung des Clubhauses. Die Abteilung hat jetzt 108 Mitglieder. Am 1. September 1957 wird der Spielbetrieb aufgenommen. In den Folgejahren werden eine Versenkungsanlage gebaut und die Duschen im Schuppen fertiggestellt.

1982/83 – Die Grunderneuerung der Tennisplätze mit Rotstein erfolgt, was bis heute ok ist.

1995 – hat die Abteilung 307 Mitglieder und 16 Mannschaften, davon zwei in Kooperation mit dem ESV und der BSG Oberschöneweide, 14 Mannschaften in der Fachvereinigung Tennis (FVT) des Betriebssports. 50 Prozent unserer Mitglieder sind wettkampfmäßig aktiv.

2000 – Am 1. Mai geht die Anlage in den Besitz des PostSV Berlin über.

2001 – Der Abteilungsvorsitzende Christian Manzke begrüßt zur Abteilungsversammlung im November als Gäste den Präsidenten und den Schatzmeister des PostSV. Die Abteilung soll für den Umbau des Clubhauses „die Ärmel hochkrempeln“, denn es kommen große Aufgaben auf sie zu.

2002 – Für die Sanierung und den Umbau des Clubhauses haben Michael Grahl und Michael Buchholz Entwürfe gefertigt. Der Entwurf von Michael Grahl wird eingesetzt. Kosten ca. 54.000 Euro. Platzbau (Manfred Gwosdz ca. 20.000 Euro). Finanzierung über 20 Prozent Eigenkapital, 20 Prozent Senatszuschuss, 60 Prozent Senatsdarlehen (abgesichert durch Selbstschuldnerische Bürgschaften). Außerdem wird 2002 und 2003 eine Umlage von je 50 Euro pro Mitglied erhoben.

2003 – Das Senatsdarlehen ist da. Im Oktober 2003 beginnen die Baumaßnahmen. Die Umkleide- und Toilettenräume sollen entkernt werden.

2004 – Rechtzeitig zu den Heimspielen im Mai sind die Plätze fertig, auch der Clubhausbau ist geschafft.

Christian Manzke dankt allen, die beim Abräumen der Plätze geholfen haben. Hans Baiz dankt allen, die beim Bau geholfen haben, und benennt die Mitglieder, die mehr als 50 Stunden gearbeitet haben. Die Herren 65 steigen in diesem Jahr in die Regionalliga auf.

2005 – Der PostSV Berlin benennt sich am 1. Januar um in Pro Sport Berlin 24.

2007 – Das 50-jährige Bestehen unserer Tennisanlage wird mit über 100 Teilnehmern ausgelassen gefeiert. Eine sechsköpfige Band spielt zum Tanz auf.

2010 – Eine Solarthermie-Anlage wird installiert und ein Grundwasserbrunnen für die Bewässerung der Plätze gebaut. Danach erfolgen Küchenausbau und -ausstattung. Die Außenanlage einschließlich der Terrassen- und Loungemöbel wird erneuert.

2022 – Für den Außenbereich werden Stühle, Tische und Sonnenschirme beschafft. Das Clubhaus wird mit Stühlen und Tischen aus Versteigerungen ausgestattet. Eine neue Ballwurfmaschine wird angeschafft. Dank geht an die Mitglieder, die zur Ausstattung beigetragen haben. Hervorzuheben ist eine Spende von 10.000 Euro.

Im selben Jahr wird **Manfred Stelter** zum neuen Abteilungsvorsitzenden gewählt. Er tritt die Nachfolge vierer besonders hervorzuhebender Vorsitzender an.

Christian Manzke engagierte sich in seiner Zeit als Abteilungs-



Feier zum 50-jährigen Bestehen der Anlage 2007



Tennis

Lankwitz 

ruflichen Kenntnisse viel für die technische und bauliche Veränderung unserer Anlage gesorgt: Umbau, Ausbau und Ausstattung der Küche. Durch den Bau des Grundwasserbrunnens wurden Kosten für die Bewässerung der Anlage gespart, dank der Installation der Solarthermie-Anlage konnten die Kosten für die Warmwasserbereitung in den Duschen reduziert werden.

Peter Johannsen hat jahrelang durch sein freundliches Wesen und seine Tätigkeit in der Küche die Gastronomie wachgehalten und den Zusammenhalt der Abteilung gefördert.

Der Vorstand dankt allen Mitgliedern, die stets im Gemeinschaftsdienst tätig waren und sind. Wir wünschen allen Mitgliedern und ihren Angehörigen frohe Weihnachtsfeiertage und alles Gute für das kommende Jahr.

Peter Eberlein

vorsitzender beim Präsidium des PSB 24 für den Um- und Neubau des Clubhauses und die Platzsaniierung. Die erforderlichen Mittel wurden bereitgestellt.

Manfred Gwosdz war 30 Jahre Abteilungsvorsitzender. Mit seiner Tätigkeit sind die Neuanlage der Tennisplätze, später mit Rot-

stein, die Unterrichtung der Platzwarte und das Engagement für den Erhalt der Anlage verbunden. Das Kinder- und Jugendtraining war ihm ständig ein wichtiges Anliegen.

Mit **Hans Baiz** wird stets der Um- und Anbau des Clubhauses verbunden sein. Damit wurden

der Sanitärbereich, die Clubräume und die technischen Einrichtungen modernisiert und auf einen sehr guten Stand gebracht. Während der Bauzeit hat er selbst mehr als 300 Stunden Eigenleistung erbracht.

Michael Grahl hat während seiner Amtszeit dank seiner be-

60 Jahre und ganz schön weise ...

Tanzen

Da kann keiner aus der Tanzsportabteilung mithalten! Traudl und Werner Flemming sind im Januar stolze 60 Jahre Mitglieder unserer Abteilung. Vielen Dank für die jahrelange Treue!

Mit großer Begeisterung und viel Ausdauer haben die beiden alles getanzt, was es gibt: Formation,

Standard und Latein. Gerne haben wir den beiden auch zugesehen. Man konnte schließlich von ihnen lernen oder sich an der Ästhetik erfreuen. Und weil ihnen das Tanzen nur mit uns nicht genug war, suchten sie sich für den Urlaub Hotels aus, in denen man abends auch tanzen konnte.

Leider gehen 60 Jahre Tanz nicht spurlos an den beiden vorüber, die Gesundheit macht, was sie will.

Wir alle mögen Traudl und Werner und sie mögen uns, sodass sie sich immer freuen, bei unseren Feiern dabei zu sein ... das geht schließlich auch ohne Tanz! Zum Ende einer Feier, egal ob in privatem Rahmen oder ganz offiziell, gibt es immer eine kleine Überraschung:

„Flemmings Südseite“ erfreut zwischendurch jeden Gaumen! Werner macht selbst mit großer Freude Liköre und lässt sie aus winzig-winzig kleinen Bechern testen.

Damit nicht genug. Werner ist außerdem unser großer Dichter, der immer zum Abschied ein Gedicht aus dem Hut zaubert. Man



hat ja nicht immer einen Zettel zur Hand, und so wird Werner erfinderisch. Er nimmt, was sich bietet und oft Heiterkeit hervorruft: eine Serviette oder ein Stück Toilettenpapier, auch mal den Kassenbon vom Tischnachbarn.

Auch wenn wir jetzt nicht mehr gemeinsam tanzen können, so

denken wir immer noch gern an die vielen gemeinsam getanzten Stunden der letzten 60 Jahre. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen und es gibt ja einen Termin für die Weihnachtsfeier: 9. Dezember 2023.

Alles Gute wünschen euch eure Tanzfreunde!



Herbstfahrt auf Unstrut und Saale

Herbstachterfahrten haben in Berlin eine lange Tradition. Gerne sind die Berliner Ruderer aber auch bei auswärtigen Vereinen zu Gast. In diesem Jahr wurde die 31. Wiedervereinigungsherbstachterfahrt (Wortungetüm!) vom Ruderverein Rot-Weiß in Naumburg veranstaltet. 44 Aktive aus 12 Vereinen nahmen daran teil. PSB 24 wurde allerdings allein von mir vertreten.

Die wenigsten Vereine verfügen freilich über so viele Achter, dass alle Teilnehmer ins Großboot steigen können. So waren am 2. und 3. November bei günstigem Wetter auch Vierer und ein Dreier auf dem Wasser.

Da Naumburg an der Saale unweit der Unstrut-Mündung liegt, ruderten wir am ersten Tag zunächst beide Flüsse aufwärts bis unter die Weinhänge der „Rotkäppchenstadt“ Freyburg, bevor



An den Weinhängen von Freyburg an der Unstrut

es – wesentlich schneller – wieder abwärts ging. Der Schleusenwärter in Freyburg bewerkstelligte freundlich seine letzte Schleusung vor dem Renteneintritt.

Anderntags stand nur eine 14-km-Tour bis zur nächstgelegenen (geschlossenen) Saale-Schleuse auf dem Programm. Vielen, aber die Geselligkeit (bisweilen auch als „Männerulk“ bezeichnet) kommt bei diesen Fahrten selten zu kurz. Die Naumburger waren jedenfalls hervorragende Gastgeber.

Detlef-D. Pries



Sommerwettbewerb beendet

Die Meldungen zum Sommerwettbewerb des Landesruderverbands sind eingereicht: Wie schon in den vergangenen zwei Jahren haben 21 Ruderinnen und Ruderer aus Gatow und Wendenschloß die Bedingungen 2023 mit teils respektablen Ergebnissen erfüllt. Gunter Burow ist diesmal knapp an der geforderten Kilometerzahl gescheitert, hat aber sein DRV-Fahrtenabzeichen auch in diesem Jahr „in der Tasche“. Dafür ist unser „Neuer“, Yavuz Yurtbegendi, schon in seinem ersten Ruderjahr in der Liste der Erfüller. Ihm und allen anderen herzlichen Glückwunsch!

Insgesamt kommen die Wettbewerbsteilnehmer unseres Vereins auf 38.586 Kilometer, knapp 2000 Kilometer mehr als im Vorjahr (36.750 km).

Die Platzierungen in diesem Wettbewerb werden wir erst im März kommenden Jahres erfahren. Die

Preisverleihung findet am 17. März 2024 im TiB-Wassersportzentrum (Bruno-Bürgel-Weg 127-131) statt.

Als weitere Termine im nächsten Jahr stehen bereits das LRV-Anrudern am 6. April und die 4. Stadtdurchfahrt am 25. Mai fest. Zu letzterer heißt es allerdings: „Wie immer steht dieser Termin aufgrund der besonderen politischen Lage Berlins unter Vorbehalt.“

Inzwischen kann, wer fit bleiben will und das Rudern bei niedrigeren Temperaturen nicht scheut, ganz nebenbei am Winterwettbewerb teilnehmen – meistens unbedrängt von störenden Motorbootwellen und lärmenden, regelunkundigen Party-Gesellschaften. Am 11.11. beispielsweise absolvierten acht Aktive in Wendenschloß eine heitere Fahrt bei glattem Wasser, die am runden Tisch im Bootshaus ihren nahrhaften Abschluss fand. *ddp*

Erfüller des LRV-Sommerwettbewerbs 2023

1.4. – 31.10.

Frauen C (mindestens 800 km)	
Merlind Knaisch	3867 km
Christine Seidel	1728 km
Frauen D (mind. 600 km)	
Marianne Pries	3409 km
Marion Jendroßek	2232 km
Martina Hamer	1992 km
Frauen E (mind. 500 km)	
Edith Lambrecht	2534 km
Jutta Ottenburger	705 km
Männer B (mind. 800 km)	
Yavuz Yurtbegendi	1013 km
Männer C (mind. 800 km)	
Thomas Schreiber	5432 km
André Teschmit	2669 km
Männer D (mind. 600 km)	
Detlef-Diethard Pries	4016 km
Ludwig Mollwo	905 km
Wolfgang Guthnick	628 km
Männer E (mind. 500 km)	
Wolfgang Boehm	1946 km
Klaus Grasme	1241 km
Jörn Seezen	1079 km
Lothar Brandt	974 km
H.-Dieter Portemeier	669 km
Joachim Prahl	578 km
Klaus-Peter Smasal	556 km
Johann Russ	513 km

Unsere Sportpalette



AMERICAN FOOTBALL

Derek Low 0176 816 067 11

BADMINTON

Claudia Skowronek info@badminton-berlin.de

BEACHVOLLEYBALL

Kamila Thielemann 0173 711 81 00

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

Alexandra Föhlinger 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

SCHWIMMEN

Stefan Neumann 0172 804 80 77

SEGELN

Stößensee Beate Naber-Wiesener 0172 7219409

Gatow Thorsten Karnatz 0152 540 32 653

Köpenick Dr. Bertram Wieczorek 0173 8047129

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

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 6 / 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
 5. Januar 2024

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.

MEDA.store

— Gute Küchen

HIER SIND SIE DIE NR.1

— DIE KÜCHE MACHT DAS LEBEN.



IHRE NR.1 FÜR KÜCHEN – FILIALSTÄRKSTER
KÜCHENFACHMARKT IN DEUTSCHLAND.



MEDA FALKENSEE

Spandauer Str. 110 | 14612 Falkensee
Auf dem Gelände Falkenmarkt

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 10–19 Uhr, Sa. 10–18 Uhr

MEDA
Gute Küchen

[meda-kuechen.de](https://www.meda-kuechen.de)



@MedaKuechen