

HEFT 3 / 2024

PSB 24 aktuell



Mitgliedermagazin



Weil's Spaß macht.

www.pro-sport-berlin24.de

AUF EINEN BLICK

STUDIO CHARLOTTENBURG	3	TENNIS GATOW	11
– Sportlicher Start in den Sommer		– Saisonbeginn mit Spiel und Tanz	
Bundesweiter Tritottag am 11. Juni		SEGELN STÖSSENSEE	12-14
BADMINTON	4-5	– Teenys im Titelkampf	
– Flora-Cup in Elmshorn		– Schildhorn-Cup	
– Angelika Bock Norddeutsche Meisterin		– Trainingslager in Glücksburg	
– Sascha wird Dauergast auf dem Podest		SHINBUKAI-KARATE	15
LEICHTATHLETIK	6-7	– Schüler bei internationalen Turnieren	
– Gelbhemden überzeugen nicht nur im Läufercup		TAEKWONDO	15
– Ewald Klammers „Arztbrief“		– Prüfung bestanden	
HANDBALL	8	WADO-RYU-Karate	16
– Im Enspurt auf Platz 4		– Hoher Besuch aus England	
– B- und D-Mädchen Spitze		TANZSPORT	16
KANU KÖPENICK	9	– ... erhält doch jung!	
– Im Spremberger Trainingslager		TENNIS LANKWITZ	17
SEGELN GATOW	10	– Erster Spieltag in frischer Luft	
– Katamarane auf dem Steinhuder Meer		AMERICAN FOOTBALL	17
– und dem Schweriner See		– Es bleibt noch viel zu tun	
		TISCHTENNIS	18
		– Wieder war's ein tolles Turnier	
		UNSERE SPORTPALETTE	19

UNSER TITELFOTO

Badminton-Ranglistenturnier U15: Im Mixed spielen Carlos Yu und Johanna Kinski gegen Leo Louis und Pauline Röhmel.



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

„Auf dem Ausguck“

So wie diese Überschrift lautete vor vielen Jahren der Titel einer Rubrik in den „PSB-Nachrichten“, einem Vorläufer unserer Vereinszeitung. Auf dem Ausguck sieht man gewöhnlich ins Land, in die Ferne. Aber in die Zukunft sieht man auch von erhöhtem Standpunkt nicht. Was damit gesagt sein soll: Wenn diese Ausgabe von „PSB 24 aktuell“ im Briefkasten oder auf dem Bildschirm erscheint, liegt die Jahreshauptversammlung 2024 bereits hinter uns. Von deren Ergebnissen kann aber wegen des frühen Redaktionsschlusses hier noch nicht berichtet werden. Wie dem Newsletter „PSB News 2/2024“ zu entnehmen war, hatte es zuvor überraschende Entwicklungen im Präsidium des Vereins gegeben. Zu Beginn der Präsidiumssitzung am 23. April erklärte Peter Obst seinen sofortigen Rücktritt vom Präsidentenamt, das er im November 2022 übernommen hatte. Zu diesem Entschluss hätten ihn ausschließlich persönliche Gründe bewegt. Ebenso gab Vizepräsident Bernhard Sauthoff sein Amt auf.

Die verbliebenen Vizepräsidentinnen Nico Lange und Claudia Schurr sowie der amtierende Schatzmeister Dr. Bertram Wiczorek beriefen daraufhin gemäß Paragraf 20, Absatz 4 der Satzung* Dr. Wiczorek bis zur Jahreshauptversammlung am 28. Mai dieses Jahres ersatzweise zum Präsidenten des Vereins Pro Sport Berlin 24 e.V. Die Tagesordnung der zu diesem Zeitpunkt bereits einberufenen Hauptversammlung wurde dementsprechend um die Punkte „Wahl des Präsidenten, des Vizepräsidenten und des Schatzmeisters“ ergänzt. Eben diese Wahl war bei Redaktionsschluss des vorliegenden Heftes noch nicht vollzogen.

Zu lesen ist jedoch von sportlichen Aktivitäten in Abteilungen, Gruppen und Studios, die von dieser Entwicklung hoffentlich ebensowenig beeinträchtigt werden wie die Vorbereitungen des Vereinsjubiläums. **ddp**

* Absatz 4 lautet: „Scheidet ein Mitglied während der laufenden Amtszeit aus seinem Amt aus, kann das Präsidium bis zur nächsten Wahl ein neues Mitglied ersatzweise berufen.“

Wir suchen Fotos aus der Vereinsgeschichte!

Für die Festaussgabe zum 100-jährigen Bestehen unseres Vereins, die im September erscheinen soll, sucht die Redaktion Fotos aus früheren Zeiten des PSB. Vor allem unsere älteren Mitglieder bitten wir, in ihren Fotokisten zu kramen und uns historische Bilder zur Verfügung zu stellen. Die Rückgabe wird selbstverständlich garantiert.

Gerne nehmen wir auch Anzeigen für die Jubiläumsausgabe entgegen. Bei Interesse melden Sie sich bitte unter info@pro-sport-berlin 24.de oder zeitung@pro-sport-berlin24.de

Sportlicher Start in den Sommer

Neuer Kurs im Programm:
Luna Yoga lädt am Freitag um 17 Uhr ein

Der April hatte uns sehr wechselhaftes Wetter beschert. Von strahlendem Sonnenschein mit Temperaturen über 25 Grad bis hin zu kühlnassem Tagen. Dennoch freuten sich die ersten Beachvolleyball-Gruppen, wieder auf den Sand geschickt zu werden. Am 8. April konnte nach langer Winterpause erstmalig wieder der Ball über das Netz geschmettert werden.

Einmal die Woche treffen sich Mitglieder und Gäste zum gemeinsamen freien Spielen. Ob Anfänger oder regelmäßiger Beachvolleyballspieler – jeder ist eingeladen und bei Interesse



Foto: Shutterstock

kann jeden Montag ab 18 Uhr gerne mitgespielt werden. Gruppen können sich selbstverständlich auch zu beliebigen Zeiten ein Feld reservieren lassen.

Mit Blick auf Frühling und Sommer wird auch unsere großzügige Außenanlage verschönert und zum Teil neu bepflanzt. Bei einem Kaffee oder einem Erfrischungsgetränk kann man sich nach dem Sport gerne auf unsere Terrasse oder ins Grüne setzen.

Einen neuen Kurs im Studioprogramm gibt es am Freitagnachmittag von 17 bis 18.30 Uhr mit Luna Yoga.

Luna Yoga lädt ein zu einem heilsamen Umgang mit dem eigenen Körper mit besonderem Fokus auf den Beckenbereich. Unsere Trainerin Monika freut sich darauf, unsere Mitglieder neben Donnerstagmorgen auch am Freitag in ein entspanntes Wochenende begleiten zu können.

Prosportstudio

Charlottenburg



Beim Frühlingsfest Ende Mai luden wir unsere Mitglieder zu einem gemütlichen Beisammensitzen ein.

Wir freuen uns auch im Sommer auf euch und wünschen allen einen sportliches Jahr

Lenny Saliwan-Trafs

2. Deutschlandweiter Trikottag am 11. Juni 2024

Sportdeutschland ruft alle Vereinsmitglieder auf, am **11. Juni** das Trikot ihres Heimatvereins im Alltag zu tragen. Am Arbeitsplatz, in der Schule oder beim Einkauf: Trikots, Trainingsjacken und T-Shirts sollen am 11. Juni überall dort zu sehen sein, wo man sie normalerweise nicht erwartet. Damit soll Werbung gemacht werden für den Vereinssport an der Basis und für die rund 86.000 Sportvereine in Deutschland.

MACH DEN TAG ZUM #TRIKOTTAG!

ZIEH AM 11. JUNI DEIN TRIKOT AN.

Am **11.06.** ist #Trikottag

SPORT DEUTSCHLAND

100 JAHRE
Pro Sport Berlin 24



Der Sonntag rettete die Bilanz

Nicola Jülle und Partnerin siegten beim Elmshorner Flora-Cup



Unser Aufgebot in Elmshorn

Beim traditionellen Flora-Cup („Deutschlands größtes Badminton-Turnier“) vom 19. bis 21. April in Elmshorn waren wir mit fünfzehn Spielern und Spielerinnen sowie sechs Betreuern vertreten.

Logistisch war das Turnier wie immer für uns ein Albtraum – fünf Hallen, die über das gesamte Stadtgebiet verstreut sind, eine ziemlich kalte Übernachtungshalle, zwei Großeinkäufe für die

Frühstücksversorgung und die übliche Verspätung der Deutschen Bahn bei der Rückfahrt waren zu verkraften.

Auch sportlich ging es zäh los. Unsere Mixed-Paarungen kamen am Freitag nicht über die Gruppenphase hinaus. Im Einzel am Samstag sah es schon besser aus: Es gab einige Achtel- und Viertelfinalteilnahmen, der Sprung unter die letzten vier gelang aber nicht. Am Sonntag wurde nicht nur das



Siegerehrung Damendoppel U 19

Wetter etwas besser, plötzlich gab es auch Podestplatzierungen. Ella Leder wurde gemeinsam mit Anni Stürwald (BSV Kisddorf) Zweite im Damendoppel U19B. In der gleichen Spielklasse bei den Herren erreichten Elias Kley und Lucas Lim den dritten Platz. Im Damendoppel U19A gelang Nicola Jülle zusammen mit Lenja Ihbe (VfL Lüneburg) unser einziger Turniersieg. Ebenfalls auf das Treppchen als Dritte gelangte

Hanna Süring mit Nele Lienen (Cuxhaven).

Emil auf Platz 3 bei Deutscher Rangliste

Am gleichen Wochenende, einige hundert Kilometer weiter südlich in Lüdinghausen, erreichte unser derzeit einziger Starter bei Deutschen Ranglisten, Emil Dörschner, mit seinem Doppelpartner Theo Schloßer (EBT Berlin) den 3. Platz! **I.Z.**

Bei den Norddeutschen Meisterschaften der Altersklassen O35 bis O75 im April in Bremen konnte Angelika (Maria) Bock gemeinsam mit ihrer Partnerin Edeltraud Schmidt (Germania Welzow) den Titel im Damendoppel O70 erringen. Herzlichen Glückwunsch!

Im Mixed lief es für Angelika mit Partner Boulos Alnajjar (BC Tempelhof) dagegen nicht so gut: Alle drei Spiele gingen leider verloren.

Unsere beiden anderen Starterinnen Sabine Springfeldt und Anke Urner konnten sich nicht in die Medaillenränge spielen, wobei Sabine mit einer Viertelfinalteilnahme im Dameneinzel O45 dem Podest noch am nächsten kam.

Ingo Zimmermann

Angelika Bock ist Norddeutsche Meisterin



Sascha wird Dauergast auf dem Podest der Besten

Badminton



Erfolgreiches Wochenende für unsere U-15-Riege

Beim ersten Berlin-Brandenburger Ranglistenturnier U15 des Jahres 2024 in der Kohlfurter Straße war Oleksandra (Sascha) Nechyporenko fast nicht zu stoppen. Am Samstag gewann sie erstmals im Einzel ein C-Ranglistenturnier, und das sogar sehr souverän ohne Satzverlust. Nach dem Finalsieg hüpfte sie vor Freude vom Feld. Den Erfolg komplettierte Pauline Röhmel, die sich Sascha im Halbfinale geschlagen geben musste, mit dem dritten Platz.

Nach schwachem Turnierstart in der Gruppenphase steigerte sich Thirushan Thilepan in der K.-o.-Phase und belegte im Jungeneinzel C ebenfalls den Bronzerang. Carlos Yu erreichte mit etwas Glück das Viertelfinale.



Gemischtes Doppel: Carlos und Johanna gegen Leo und Pauline

Es war also ein sehr erfolgreiches Wochenende für unsere derzeit stärkste Altersklasse – für die

Betreuer Elisabeth, Frauke, Milan und Ingo viel Grund zur Freude.

Ingo Zimmermann



Spielpause für Jonas, Ben, Johann, Julius und Johanna

Eine Klasse tiefer gab es gleich drei Halbfinalisten, von denen sich zwei auf dem Podest wiederfanden: Benjamin Kubala gewann das Turnier in einem hochspannenden Finale gegen seinen Vereinskollegen Leo Louis knapp in drei Sätzen, während sich Johann Ehlers mit dem vierten Platz zufriedengeben musste. Bemerkenswert der Auftritt von Turnierneuling Alexander Müller, der auf Anhieb das Viertelfinale erreichte. Gleiches gelang Jonas Kelbling.

Bei den Mädchen gewann Johanna Kinski ihre erste Medaille bei einem Einzelturnier – Bronze.

Genauso erfolgreich ging es am Sonntag weiter: Mit zwei hart erkämpften Dreisatzerfolgen in Halbfinale und Finale gewannen Thirushan und Sascha den Titel im Mixed, Leo und Pauline erreichten das Viertelfinale.

Das Spiel um Platz 3 im Jungendoppel war wieder eine interne Angelegenheit. Johann und Benjamin holten sich in zwei Sätzen die Bronzemedaille gegen Leo Louis und Alexander Müller.

Das Mädchendoppel Sascha/Sophie Lührsens belohnte sich zum Abschluss mit dem 2. Platz, Pauline/Johanna wurden Vierte.



Medaillengewinner Thiru, Sascha und Pauline

Gelbhemden überzeugten nicht nur im Läufercup

Der Pankower Frühlingslauf am 16. März war der dritte Lauf des Berliner Läufercups. Für den vierten Lauf zog es das Teilnehmerfeld am 28. April nach Potsdam zum rbb-Lauf.

Nach vier von insgesamt von 13 Läufen sieht es in den Wertungslisten für den PSB 24 gut aus, obwohl sich das Feld in dieser frühen Phase des Cups noch vergrößern kann, da die Meldefrist erst am 31. Mai endet.

In den sehr stark besetzten Altersklassen M40 und M50 liegen unsere Läufer Rainer Falkenberg, Florian Lang und Andreas Krejci in den Top Ten. Da Hakan Aras bisher leider nur an einem Lauf teilnehmen konnte, jedoch das Potenzial hat, vorne mitzumischen, sind wir auf den weiteren Verlauf gespannt. Gleiches gilt in der M50 für Alexander Oberthür und Frédéric Georges.

In der Altersklasse M55 schnupern David Gardner und Frank Blankenfeld mit dem 5. und 6. Platz an den Podiumsplätzen. Christian Auerbach schafft es mit bisher zwei absolvierten Läufe



Unsere Aktiven vor dem Start zum Pankower Frühlingslauf

Fotos: Florian Lang

unter die ersten zehn in dieser Altersklasse, Steffen Goll belegt derzeit den 18. Platz.

In der Altersklasse M60 ist Karsten Papenbrock derzeit 7. und

Heinz Junkes 10. Hans-Joachim Schneider liegt in der M65 auf einem hervorragenden 3. Platz, Holger Richter belegt Platz 14. Platz, hat aber auch erst einen Lauf absolviert.

In der Alterklasse M70 sind wir erfolgsverwöhnt, Günter Lewanzik grüßt vom Platz an der Sonne. Weiter so! In AK M75 landet Werner Feist unter den Top Ten, während Ewald Klammer noch nicht ins Cupgeschehen eingreifen konnte (siehe nebenan).

Die PSB-Frauen sind derzeit erfolgreicher als die Männer! In der Hauptklasse der Frauen liegt Aline Georges auf einem aussichtsreichen 6. Platz bei nur einem absolvierten Lauf. Svenja Suhr geht mit guten Beispiel in der Altersklasse W35 voran und belegt vorbildlich den 1. Platz! Julia Niederau hat noch nicht ins Cup-Geschehen eingegriffen, wir sind aber gespannt. In der Altersklasse W40 feiert Alina Pempe ein schönes Comback und kommt nach einem Cuplauf in die Top 10. Wenn die Cupserie heute schon vorbei wäre, würde Sylvia Pfaff-Hofmann den 3. Platz in der AK W55 belegen. Chapeau! Und in der Alterklasse W70 dreht Ruth Suhr mit deutlichem Abstand zur Zweitplatzierten einsame Kreise! Wunderbar.

Unter den 37.000 beim Berliner Halbmarathon

Auch von anderen läuferischen Highlights ist zu berichten: Der Halbmarathon am 7. April sah einen neuen Rekord von sagenhaften 37.000 Teilnehmern. Aus dem PSB-Laufteam liefen Karsten Papenbrock (1:45:04), Frank Blankenfeld (1:58:55) und Steffen Goll (2:22:01). Erfreulicherweise waren auch Aktive aus anderen Abteilungen im Feld – z.B. Wilfried Onken von den Tauchern, Annika Frost und Rainer Kühnholz. Well done!

Der S25 (in Fachkreisen auch „Franzosenlauf“ genannt) stand am 5. Mai an. Mit acht Läuferinnen und Läufern waren wir wieder sehr stark vertreten. Justus war unser Schnellster. Er absolvierte die 25 km in 2:04:32 Stunden! Svenja Suhr und Karsten Papenbrock waren jeweils in 2:08:16 unterwegs. Günter Lewanzik belegte in seiner AK den 4. Platz, während Ruth Suhr in ihrer Altersklasse Dritte wurde.

Außerdem gingen Karsten Papenbrock und unsere Überungsleiterin Svenja Suhr beim Rom-Marathon an den Start und sammelten bei frühlinghaftem Wetter tolle Eindrücke in der ewigen Stadt.

Florian Lang



Ruth Suhr Siegerin der Altersklasse W70

Ewald Klammers „Arztbrief“

Leichtathletik



Nach Sturztief Sachsen-Anhalt-Meister über 5000 m

Länger als ein halbes Jahr war ich aus gesundheitlichen Gründen weg vom PSB. Von Anfang September bis Mitte November wegen einer hartnäckigen Fersen-Sehnenentzündung, der eine Dezentergrippe und darauf noch eine Februar-grippe folgten. Ende Februar, gerade etwas erholt, verlor ich abends nach einem Fehltritt auf einer steilen S-Bahn-Treppe mit meinem schweren Einkauf das Gleichgewicht, dabei kippte ich nach hinten, rollte mehrere Stufen hinunter und blieb benommen in einer Ecke liegen.

„Keinen Notarzt!“, forderte ich die Passanten auf. Irgendwie schleppte ich mich im Reservemodus in meine Wohnung und wie ich war auf die Schlafmatte. „Oh Gott, mein Becken!“, schoss es mir noch durch den Kopf.

Nach einer qualvollen Nacht, als ob ich Prokrustes zum Opfer gefallen wäre, schätzte ich nüchtern die entfalteten Sturzfolgen ab: unzählige massive Hämatome, verstreute tiefe Prellungen, Verstauchungen, wohl auch partielle Sehnen- und Bänderupturen, da erheblicher Bewegungs- und Kraftverlust im rechten Arm- und Schulterbereich sowie eine angedeutete Fallhand. Hingegen keine Frakturen oder Luxationen.

Mehrere Tage war ich fast eine hilflose Person (Liegen, Stehen,

Sitzen sowie Anziehen war reine Folter) und versorgte mich aus meinen Lebensmittelvorräten, die noch für Wochen reichen würden. Vor unerbittlichen Schmerzen hätte ich Tag und Nacht schreien können.

Kostenlose innere Körperheilkräfte, Ruhe und Selbstvertrauen führten mich allmählich in eine erträglichere Phase, und von da arbeitete ich mit Willenstärke optimistisch an meiner Regeneration, wobei der allgegenwärtige Schmerz als strenger Oberarzt meine gezielten Anwendungen dirigierte.

Nach etwa sieben Wochen intensiver Selbsttherapie und Spontanheilungen erreichte ich gut 90 Prozent meiner vormaligen Beweglichkeit und Kraft.

Zwischendurch unternahm ich immer mutiger kleine Laufversuche. Die Frühjahrsmeisterschaften in Berlin, Leverkusen und Dortmund waren für mich schon gelaufen. Doch Anfang April grub ich noch eine offene 5000-m-Landesmeisterschaft aus und fuhr (suboptimal vorbereitet) mit dem Regio nach Magdeburg. Runde um Runde arbeitete ich um die Mittagszeit – nach starken Jugend-Staffelwettkämpfen – mein schlimmes Unfallerebnis endgültig mental auf.

Nach 27:04 Minuten (DM-Limit von 27:20 deutlich unterboten) ging's bei Gegenwind und



Sonnenschein schmerzfrei über die Ziellinie und als Sachsen-Anhalt-Meister der AK 75 mit dem Bummelzug zuversichtlich nach Berlin zurück, wo im bunten Mai bei PSB 24 gewiss weitere unterhaltsame Runden folgten.

Mein Läuferwunsch für die Zukunft: Ohne böse Zwischenfälle mit 100 Prozent M 80 werden.
Schöne Grüße **Ewald**

PS: Natürlich war Ewald auch am Magdeburger Dom und am Hundertwasser-Haus.

+++ Vorankündigung +++ Vorankündigung +++ Vorankündigung +++

Bereits heute wollen wir auf unsere beiden Saison-Highlights aufmerksam machen:

Der mittlerweile **9. Spendenlauf** zugunsten von chronisch kranken Kindern findet am 8. Juni statt, der **33. Havellauf** am 14. Juli 2024. Für beide Läufe kann man sich auf unserer Homepage **psb24-laufteam.de** anmelden.

Und natürlich freuen wir uns – wie jedes Jahr – auf eine rege Teilnahme und viele helfende Hände bei den von uns ausgetragenen Läufen.

Meldet euch gerne (Kontakt: ruthsuhr@outlook.de)



Die Erste zog im Endspurt auf Platz 4 der Ostsee-Spree-Liga

2. und 3. Mannschaft im Mittelfeld, B- und D-Mädchen Spitze

In der Spielzeit 2022/23 hatte die 1. Frauenmannschaft von PSB 24 bis zum letzten Match um den Klassenerhalt bangen müssen, sich schließlich aber auf Tabellenplatz 9 gerettet. In dieser Saison dagegen gelang den ProSportlerinnen dank eines fulminanten Endspurts mit drei Siegen in Folge der Sprung auf Platz 4 der Oberliga Ostsee-Spree (wobei die Teams von der Spree deutlich die Oberhand über die Mannschaften aus Ostsee-Nähe behielten).

Der Endspurt begann am 16. März auswärts beim BFC Preussen. In der 1. Minute durch ein Tor von Yasemin Groß in Führung gegangen, gaben die PSB-Damen ihren Vorsprung nicht mehr aus den Händen. Zur Halbzeit führten sie bereits mit 21:14, den Schlusspunkt setzte erneut Yasemin Groß, die in der letzten Minute das 39:28 warf. Die meisten Tore zum überzeugenden Sieg hatte Lina Marie Euchler beigesteuert, die achtmal erfolgreich war.

Eine Woche später empfing die Mannschaft die zweite Vertretung des SV Grün-Weiß Schwerin, der sie in der Hinrunde noch mit 10 Toren Differenz unterlegen war. Diesmal drehte sie den Spieß um, wengleich es gleich nach Anpfiff, als es 2:4 und 3:5 stand, gar nicht danach aussah. Aber nach dem Ausgleich zum 5:5 fanden die ProSportlerinnen den Weg auf die Siegerstraße. Bei Halbzeit stand es 13:8 und der 5-Tore-Vorsprung wurde bis zum Schluss gewahrt: 24:19. Erfolgreichste Schützinnen waren Sandra Lamp (9 Treffer, davon 8 Siebenmeter) und Nancy Baumann (7).

Letzter Gegner war die HSG Neukölln, die in eigener Halle furios begann und drei Tore vorlegte, bevor Natalie Schwenterley den ersten PSB-Treffer setzte. Bis zur Pause vermochte sich keine Mannschaft vorentscheidend abzusetzen (Halbzeit 11:11).

In der zweiten Hälfte aber drehten die Schützlinge der Trainer Steffen Wolff und Tino Köhler auf und am Ende stand es 29:22 für PSB 24. Bemerkenswert, dass es im ganzen Spiel nur einen Siebenmeter gab, den Sandra Lamp



verwandelte. Acht Tore hatte Lina Euchler zum Sieg beigesteuert.

Inzwischen ist die Saison auch für die 2. und die 3. Frauenmannschaft zu Ende gegangen. Beide Teams fanden sich im Mittelfeld ihrer Ligen wieder. Die **2. Mannschaft** landete in der Verbandsliga mit 27:17 Punkten auf Platz 5, punktgleich mit dem Tabellenvierten, der SG Hermsdorf Waidmannslust. Im letzten Spiel auswärts bei Blau-Weiß 1890 siegten die PSB-24-Frauen mit 27:22.

Ebenfalls auf Platz 5 beendete die **3. PSB-Mannschaft** ihre Auftritte in der Landesliga, allerdings mit einem negativen Punkt-

verhältnis von 15:17. Im letzten der 16 Spiele gab's das einzige Unentschieden der Saison: 23:23 hieß es bei der SG AC/Eintracht Berlin.

B-Mädchen in der Landesliga vorn

Mit 32:4 Punkten und dem besten Torverhältnis führt die Mannschaft der weiblichen **Jugend B** die Tabelle der Landesliga an. Zuletzt musste der VfL Lichtenrade die Überlegenheit der PSB-24-Mädchen anerkennen. 22:19 war der Endstand.

Die weibliche **Jugend C**, ebenfalls in der Landesliga spielend, erkämpfte den 4. Platz unter neun

Vertretungen, behauptete sich also mit 23:9 Punkten im oberen Mittelfeld.

Schließlich die jüngsten ProSportlerinnen: Nach neun Spielen in der Staffell A der Stadtliga-Rückrunde lagen die **D-Mädchen** ungefährdet mit 18:0 Punkten auf dem Spitzenplatz.

Jugend-Teams auf Trainersuche

Wie den „sozialen Medien“ zu entnehmen ist, sind die B- und die D-Jugend auf der Suche nach Trainern oder Trainerinnen. Interessenten sollten sich rasch melden.

ddp nach Spielprotokollen

Tabelle Oberliga Ostsee-Spree (Endstand)

	Spiele	S	U	N	Tore	+/-	Punkte
1. Berliner TSC	22	18	0	4	627:510	+117	36:08
2. HV GW Werder	22	14	0	8	614:511	+103	28:16
3. VfV Spandau	22	13	1	8	607:535	+72	27:17
4. Pro Sport Berlin 24	22	12	1	9	635:590	+45	25:19
5. HSG Neukölln	22	12	1	9	603:581	+22	25:19
6. BFC Preussen	22	11	3	8	640:610	+30	25:19
7. SG OSF Berlin	22	10	2	10	621:552	+69	22:22
8. Stavenhagener SV von 1863	22	11	0	11	575:560	+15	22:22
9. SV Warnemünde	22	11	0	11	560:562	-2	22:22
10. SV Grün Weiß Schwerin II	22	10	0	12	549:550	-1	20:24
11. Rostocker Handball Club II	22	4	2	16	530:629	-99	10:34
12. HSG RSV Teltow/Ruhlsdorf	22	1	0	21	352:723	-371	2:42



Im Spremberger Trainingslager

Ein Wochenende mit viel Anstrengung und ebensoviel Spaß

Am 15. März sind wir gegen 16 Uhr mit der Kanu-Abteilung nach Spremberg zum Frühjahrstrainingslager gefahren. Als wir nach zwei Stunden Fahrt endlich angekommen waren, haben wir unsere gesamten Sachen in das Bootshaus getragen und unsere Schlafplätze aufgebaut. Nach Stulle mit Brot haben wir den Tag ausklingen lassen.

Der Samstag, den 16. März, begann für uns um 7.30 Uhr mit dem Frühstück und anderthalb Stunden später sind wir in die erste Trainingseinheit gestartet. Es ging mit einer Slalom-Einheit los, bei der wir flussaufwärts fuhren, um dort ein wenig Seilfähre und Surfen zu trainieren. Nachdem die erste Einheit beendet war, brauchte man sich nicht umziehen, denn es ging direkt weiter mit der Rennbooteinheit: wieder flussaufwärts und -abwärts. Kurz vor dem Ziel ging Greta baden, stieg aber sofort wieder ein, denn zum Schluss gab es eine Staffelspieleinheit.

Die Mittagspause nutzten die Kinder, um zu spielen, die Erwachsenen kochten und die Trainer werteten Videos aus. Nach einer stärkenden Portion Nudeln mit Tomatensoße folgte schon die dritte Trainingseinheit. Diesmal ging es mit den Booten flussabwärts, unterhalb des Wehrs. Die großen Jungs konnten nicht

widerstehen und fuhren durch das Wehr hindurch. Die Kinder mussten aussteigen, um das Wehr herumlaufen und unterhalb des Wehrs wieder einsteigen. Sie übten fleißig und nach einem anstrengenden Training ging es für sie wieder zum Bootshaus zurück. Jonas, Pascal S. und Pascal P. trainierten ohne die Jüngsten weiter. Nachdem auch bei ihnen die Kräfte nachließen, kehrten auch die drei Jungen zurück.

Nach einer Stärkung mit Kaffee und Kuchen stand die letzte Einheit des Tages an. Die diente

jedoch dem Spaß, denn es wurde eine Nachtfahrt. Mit bunten und vielen Stirnlichtern ging es um 18 Uhr los.

Nach diesem anstrengenden Tag gab es noch etwas vom Grill und anschließend gingen die Kinder freiwillig in die Betten.

Sonntag war der letzte Tag des Trainingslagers. Wieder frühstückten wir um 7.30 Uhr. Zuvor wurden schon einige Sachen zusammengepackt, aber auch später war das noch möglich. Um 9.00 Uhr ging es das erste Mal wieder aufs Wasser. Mit den Rennboo-

ten ging es erneut flussaufwärts und -abwärts und wieder wurde zum Schluss eine Staffeleinheit gestartet. Danach wurden die Boote gewechselt, mit den Slalombooten wurde eine ausdauernde Rundfahrt unternommen. Flussabwärts die kleinen Wellen hinunter zu fahren, hat uns allen viel Spaß gemacht. Flussaufwärts wurde es anstrengender. Mit dem Necky (einem dicken, schweren Wildwasserabfahrtsboot) war diese Fahrt besonders schwer, denn das Wehr oberhalb war offen. Die Slalomboote hatten es etwas leichter, doch auch für sie war es anstrengend.

Nachdem wir das große Wehr passiert hatten, war die Fahrt bis zum Bootshaus einfacher und gut, um sich nach dem anstrengenden Wochenende ein wenig zu lockern.

Gegen 15.30 Uhr haben wir alle Sachen zusammengepackt und sind Richtung Heimat gefahren, wo wir gegen 17.30 Uhr von Familie und Freunden begrüßt wurden.

Das Wochenende hat uns allen viel Spaß gemacht, trotz des vielen Trainings und einer anstrengenden Zeit.

Helena Frank





Erfolgreich auf dem Steinhuder Meer und dem Schweriner See

Die ersten Katamaran-Regatten des Jahres 2024



In Gatow haben wir eine aktive Katamaran-Gruppe mit Tornado, Dart 18, Formula 18, A-Cat und Hobie Cats. Die ersten Regatten haben bereits stattgefunden.

Die Saison für unsere Katamaransegler begann am 23. März am Steinhuder Meer, wo der dortige Yachtclub traditionell den Auftakt für A-Cat, Dart 18 und Top-Cat nach der Winterpause gibt. Wir hatten grundsätzlich schönen Wind mit mindestens 4 Beaufort. Allerdings gingen heftige Fronten über den See und obwohl sich die Sonne ab und zu sehen ließ, war es doch noch winterlich.

Die A-Cat-Segler blieben komplett an Land und auch die Top-Cats gingen überwiegend nicht auf das Wasser. Bei den DartSeglern taten sich die Einhand-Crews zusammen, und so waren bis auf eins nur Zweier-Boote in den Wettfahrten. Das ist der Vorteil

des Darts: Bei den Wettfahrten können Einhand- und Zweihand-Boote ohne Umrechnung gegeneinander antreten, nur die Fock bleibt bei den Einhand-Booten an Land.

Vom PSB 24 waren zwei Teams vertreten: Alexander mit Nias und Robert mit Mathis. Robert und Mathis beendeten die Regatta – trotz vier Kenterungen vor, während und nach den Wettfahrten – auf dem dritten Platz. So war Gatow auch auf dem Treppchen vertreten.

Vor wunderschöner Schloss-Kulisse

Am letzten Aprilwochenende veranstaltete der Schweriner Segler Verein den Cat-Cup, der seit 1991 vor der wunderschönen Kulisse des Schweriner Schlosses stattfindet. Über 60 Katama-



Es hätte gerne eine Kenterung weniger sein können.

rane, darunter über 25 A-Cats zur internationalen deutschen Bestenermittlung, starteten in fünf Klassen bei bestem Wind und Sonnenschein und fuhren am Samstag und Sonntag acht Wettfahrten. Auch hier war der PSB 24 mit den Dart-Seglern Alexander und Robert vertreten, ein weiteres Boot haben wir an einen befreundeten Segler aus Bayern ausgeliehen.

Alexander belegte mit Elmar aus dem Yachtclub Scharbeutz den zweiten Platz, Robert mit Fanni aus dem Herrschinger Segelclub kamen auf dem dritten Platz ein. Wir bedanken uns bei den Wettfahrtleitungen und den Clubs für

die gelungene Organisation und freuen uns schon auf die nächsten Regatten.

Umsteiger sind in Gatow willkommen

Besonders freut uns, dass wir auf beiden Regatten Vorschoter unter 25 Jahren dabei hatten. Die Dart-Klasse ist offen für Umsteiger auf den Katamaran und mit vier Booten in Gatow vertreten. Meldet euch bei Interesse bei Robert unter info@ddkv.de. Wir sind eine aktive Klasse in ganz Europa. Mehr Infos auch auf www.dart18.de.

Robert Plecher



Mit Spiel und Tanz hat die Saison begonnen



Ganz, ganz pünktlich zum 1. Mai hat der Tennisverband Berlin Brandenburg (TVBB) unsere Damen-40-Mannschaft zum ersten Heimspiel in der Verbandsob-

liga gegen die Mannschaft vom Berliner Tennis-Club Rot-Gold antreten lassen. Bei strahlendem Sonnenschein, aber sehr starken Windböen (ideales Segelwetter) wurde um jeden Punkt gekämpft.

Die Zuschauer auf der Terrasse feuerten unsere Mannschaft an, die Ergebnisse der Spiele waren teils sehr knapp, aber die Gegnerinnen vom Wedding waren einfach zu stark. Nach Matchpunkten stand es am Ende 2:7. Die Punkte gingen also an den BTC Rot-Gold.

Unsere Jugendmannschaften Junioren U 18 und U 12 absolvierten am 1. Mai Auswärtsspiele.

Unsere U-18-Mannschaft (Bezirksobliga I) erkämpfte sich bei der Turngemeinde in Berlin von TiB 1848 ein respektables Unentschieden (3:3) mit fünf Tiebreaks!

Unsere U 12 (Bezirksobliga II) glänzte wieder mit einem souveränen 5:1-Sieg beim TV TeBe II. Glückwunsch, so kann die Saison beginnen!

Ilona Messmer-Zepf



Die Damen 40 kämpften um jeden Punkt und verloren dennoch.



Die U 12 siegte souverän.

Der Termin war diesmal gesetzt

Unsere Tanz in den Mai“ war im vergangenen Jahr zum Saisonbeginn eine wunderbare Gelegenheit, die schlimme „Coronazeit“ hinter sich zu lassen und einfach mal „abzutanz“.

Auf vielfachen Wunsch unserer Mitglieder war der Termin dieses Jahr „gesetzt“. Aber erst auf den letzten Drücker erschienen die Tanzwütigen auf der Tanzfläche und nach einem leckeren Büffet mit Fingerfood und Barbecue vom Grill haben wir tanzend den Mai begrüßt.





Die Saison ist bereits in vollem Gange

Das Ansegeln war gestern und nach einer sehr gut besuchten Jahresversammlung konnten wir zuversichtlich in eine neue Saison starten. Das Engagement der Mitglieder ist groß und die Nachfrage nach einem Bootsliegplatz bei uns ebenso. Wir haben schon einige neue Mitglieder begrüßt.

Die Teeny-Regatta liegt hinter, das Posthorn vor uns und der Zuspruch zu den Regatten ist groß, er wächst von Jahr zu Jahr.

Der erste von fünf FunCups ist gelaufen, die Resonanz war gut, gibt dieses Format doch auch Neulingen die Chance, erste Regatta-Erfahrungen zu sammeln.

Die Donnerstagsregatta startet bis in den September immer um 18 Uhr. Sie ist ein kurzweiliges Format mehrerer Vereine an der Unterhavel, Ausrichter ist jedes Mal ein anderer Verein. Anschließend trifft man sich im ausrichtenden Verein, lernt sich kennen und erfährt, was bei den Nachbarn so läuft.

Die ersten Ostseefahrer sind in den Startlöchern. Im Winter werden wir sicher wieder interessante Seefahrtsgeschichten hören. Aber jetzt heißt es erst einmal, die Saison zu genießen.

Beate Naber



Berliner Teeny-Meisterschaft auf der Unterhavel

Am 13. und 14. April fand die Berliner Jüngsten-Meisterschaft auf der Unterhavel vor Schildhorn statt, ausgerichtet von unserem Nachbarverein Klub am Rupenhorn (KAR). Wir haben uns um 9 Uhr im PSB getroffen, haben noch einmal die Kurse durchgesprochen und uns dann fürs Segeln fertiggemacht.

Um 10 Uhr sind wir rausgefahren, um uns einzusegeln und zu schauen, ob alles in bester Ordnung ist. Um 11 Uhr war der erste Start. Der Wind war standhaft und wurde zum Mittag hin immer mehr. Ein paar jüngere Crews sind sogar gekentert. An diesem ersten Tag wurden drei Wettfahrten ausgetragen.

Am zweiten Tag war noch eine Wettfahrt angesagt, jedoch bei etwas mehr Wind. Bei uns im Boot gab es hin und wieder ein paar Probleme, wir waren aber

dennoch mit unserem Ergebnis zufrieden. Bei dem stärkeren Wind gab ein Boot sogar auf, mehrere sind gekentert.

Alles in allem waren es zwei schöne Segeltage und ein schöner und erfolgreicher Start in die Saison 2024.

Berliner Meister wurden Florentine und Theo Blesken vom Düm-

mer See, Vizemeister wurden unsere Partnerinnen vom Ostertraining, Lotte-Marie Kirchesch und Mina Tratar vom SC Gothia. Wir wurden Dritte, und aus unserer Segelabteilung wurden Leonora Gerlach und Maximilian Zurl 4. und Bruno Becher und Max Andre wurden 11.

Moritz Klein & Leo Wosnitzka



Terminvorschau

Juni

26.6. 18 Uhr Frauenabend

Juli

13.7. Seniorenstammtisch

14.7. 11 Uhr 3. FunCup

31.7. 18 Uhr Frauenabend

August

10.8. Seniorenstammtisch

28.8. 18 Uhr Frauenabend

31.8. Sommerfest mit Pyronale und Optijux-Regatta

September

1.9. 11 Uhr 4. FunCup

7./8.9. Freundschaftswettfahrt, ausgerichtet vom VSJ

14.9. Seniorenstammtisch

25.9. 18 Uhr Frauenabend

Oktober

6.10. 11 Uhr 5. FunCup

11.10. Absegelfete

12.10. 10 Uhr Absegeln am Flaggenmast

12.10. Seniorenstammtisch

30.10. 18 Uhr Frauenabend

November

2.11. Aufslippen Trailerboote Gatow

9.11. Seniorenstammtisch

9.11. Aufslippen Stößensee und Gatow

27.11. 18 Uhr Frauenabend

Dezember

8.12. 15 Uhr Weihnachtsfeier

14.12. Seniorenstammtisch

Sliptermine 2025

- 29. März
Abslippen Dickschiffe mit Autokran Stößensee und Gatow
- 5. April
Abslippen Trailerboote Gatow
- 1. November
Aufslippen Trailerboote Gatow
- 8. November
Aufslippen Dickschiffe mit Autokran Stößensee und Gatow



Regattaergebnisse

(bis 5. Mai 2024)

H-Boot

- 27./28. April
Frühlingswettfahrten,
Wannsee, 20 Boote
8. Sven Hansen/
Kai Müller (VFSW)/Carla Quandt

J 70

- 27./28. April
Frühlingswettfahrten,
Wannsee, 23 Boote
2. Marco Schürmann an Bord von
Hendrik Kadelbach/Marie &
Roland Wensel (alle VSaW)

O-Jolle

- 6./7. April
Klaus-Harte-Gedächtnispreis,
Tegeler See, 17 Boote
13. Dieter Fritsche
- 27./28. April
Einhand Pokal, Langer See,
23 Boote
15. Dieter Fritsche

Teeny

- 13./14. April
Rupenhorner Teeny-Start,
Berliner Jüngsten-Meisterschaft,
Unterhavel, 18 Boote
3. Moritz Klein/Leo Wosnitzka
4. Leonora Gerlach/Sebastian Zurl
11. Bruno Becher/Max Andre

4./5. Mai

- Schildhorn-Cup/Bernd-Löwisch-
Gedächtnispreis,
Unterhavel, 14 Boote
2. Moritz Klein/Leo Wosnitzka
4. Leonora Gerlach/Sebastian Zurl
9. Bruno Becher/Max Andre

Yardstick

1. Mai: Round the Island Spring:
Unterhavel, 64 Boote
49. Paul Naber/Antonia Köther/
Laura Velleman/Sophie
Stauch (SCG)/Gero Marburger
in einer J70

GLÜCKWÜNSCHE. Wir gratulieren allen Abteilungsmitgliedern, die im Juni und Juli Geburtstag haben oder hatten. Zum besonderen Geburtstag gratulieren wir Jyrina Thies, Jörg Maushacke, Renalis Dietrich und Michael Wiesener. Bleibt gesund und genießt euer Leben.

Beate Naber

UNSERE GASTRONOMIE

ist in der Sommersaison von **Mittwoch bis Sonntag** geöffnet. Irene wird die genauen Öffnungszeiten gesondert ankündigen. Sie informiert 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



Trotz Flaute am ersten Tag gute Stimmung beim Schildhorn-Cup

Am 4. und 5. Mai hat unsere Abteilung Segeln Stößensee den Schildhorn-Cup ausgerichtet – eine Teeny-Ranglisten-Regatta. 18 Mannschaften kämpften um den Bernd-Loewe-Gedächtnispreis, so benannt aufgrund der fast lebenslangen Mitgliedschaft Bernd Loewes in unserem Verein und des großzügigen Erbes, das er uns vermacht hat. Da die Wettfahrten am Samstag mangels Windes nicht gestartet wurden, konnte der Wettbewerb erst am Sonntag ausgetragen werden. Doch das tat der guten Stimmung unter den Jugendlichen aus Berlin und vom

Dümmer keinen Abbruch. Statt zu segeln, wurde auf der Vereinsterrasse Tischtennis und Kicker gespielt, es wurde gehillt und sich unterhalten, andere läuteten die Badesaison ein.

Am Sonntag wurden vier Wettfahrten ausgetragen. In einem spannenden Kopf-an-Kopf-Rennen stand die Belegung der drei Podiumsplätze bis zur letzten Wettfahrt nicht fest. Platz 3 belegte das Team Lotte-Marie Kirchesch und Mina Tratar aus dem Gothia. Das PSB-24-Team Moritz Klein und Leo Wosnitzka belegte Platz 2. Hart erkämpft holten sich die Geschwister Flo-

rentine und Theo Blesken vom Dümmer den Titel.

Alle Teams erhielten ein Kit mit Sonnencreme, Lippenschutz, Shampoo und Traubenzucker zum Start der Segelsaison. Die Crossbag mit der Aufschrift „Bin dann mal segeln“ beschreibt genau, was die Kindern am liebsten machen: Segeln. Basecaps und Schlüsselbänder anlässlich des 100-jährigen Bestehens des PSB 24 wurden sofort aktiviert und zum Gruppenfoto aufgesetzt. An diesem Wochenende blieben keine Wünsche offen.

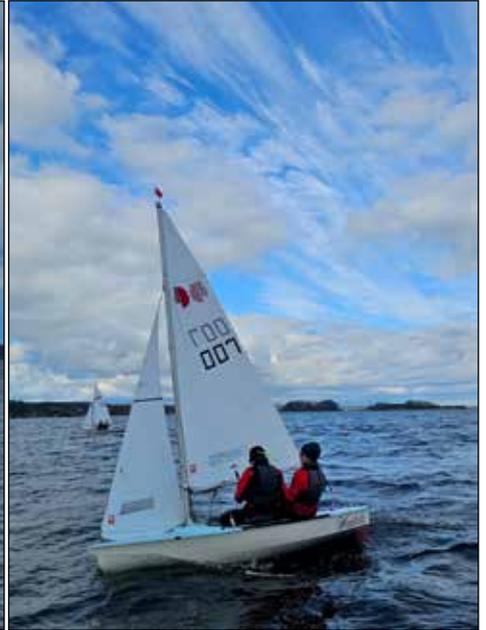
Laura Velleman





Teeny-Training in Glücksburg

Wochenlange Arbeit hat Früchte getragen



Seglerinnen und Segler der Teeny-Jüngstenklasse aus dem PSB und dem Segler-Club Gothia waren in den Osterferien gemeinsam im Trainingslager in Glücksburg an der Flensburger Förde. Hier ihr Bericht:

Samstag: Um zum Trainingslager an die Ostsee zu fahren, haben wir uns erst um 12.30 Uhr im PSB 24 am Stöbensee getroffen, da dort vorher noch geslippt wurde. Max und Lele kamen etwas zu spät, da ein Krankenwagen den Weg versperrt hatte. Wir luden unsere Sachen in den gemieteten Bus, den Hänger mit den Booten hatten wir schon einige Tage zuvor beladen, und fuhren kurz nach 13 Uhr los. Gegen 18 Uhr waren wir in Glücksburg. Das Gothia-Team war früher angekommen und hatte schon die Boote aufgebaut. Gemeinsam haben wir zu Abend gegessen, danach noch etwas gespielt und sind anschließend müde ins Bett gefallen.

Moritz

Sonntag: Wir trafen uns schon um 7 Uhr zum Frühsport, sind am Strand entlang zu einem größeren Platz gejoggt, um bald wieder umzudrehen, da es anfang zu regnen. Ab 8.45 Uhr haben wir die Boote fertiggemacht, gegen 9.30 Uhr waren wir endlich auf dem Wasser und sind einen kleinen Up-and-down-Kurs gesegelt, um nach der langen Winterpause erstmal wieder ins Segeln reinzukommen.

Um 12.30 Uhr gab es Mittagessen, danach noch eine Stunde Pause und gegen 14.45 Uhr waren wir wieder auf dem Wasser. Nach dem Abendessen hatten wir noch bis 22 Uhr Freizeit. Nicht jeder von uns ist dann direkt schlafen gegangen, glauben wir.

Max und Max

Montag: Zum Glück haben wir keinen Frühsport gemacht. Nach dem Frühstück sind wir zu den Booten gelaufen und rausgefahren, leider war kaum Wind. Aber es hat trotzdem Spaß gemacht. Um 12.30 Uhr sind wir zum Mittagessen wieder reingefahren. Spaghetti mit Tomatensauce haben sehr gut geschmeckt. Nach einer Pause sind wir wieder aufs Wasser gefahren. Dieses Mal sind wir Strecke gesegelt – mit ganz schön viel Wind. Um 18 Uhr sind wir erschöpft zum Abendessen gegangen. Danach haben wir auf unseren Zimmern gespielt und sind dann schlafen gegangen.

Lele

Dienstag: Schon um 8.45 Uhr waren wir segeln. Es war sehr windig, hat aber zum Glück nicht geregnet. Nach der Mittagspause sind wir wieder aufs Wasser gegangen. Wegen des starken Windes sind auch einige ins Wasser gefallen. Nach dem Abendessen haben wir im Theorie-Raum noch den Film „Fack ju Göhte 3“ angeschaut und viel gelacht.

Lina und Ylvi

Mittwoch: Am Vormittag sind wir die Manöver für den Segelschein durchgegangen. Die haben wir danach auf dem Wasser geübt. Dabei sollten wir laut die Kommandos rufen, damit die Prüfer sie verstehen können, etwa beim „Boje über Bord“-Manöver. Die nächste Trainingseinheit bestand darin, das Peilen zu üben und danach Mini-Wettfahrten zu fahren. Letztere waren sehr amüsant, weil auch unsere Trainer einige Wettfahrten mitgefahren sind. Am Abend haben wir noch Unterricht zu Regattatheorie gehabt.

Bruno

Donnerstag: Beim Theorieunterricht haben wir den Ablauf einer Regatta wiederholt. Trotz Regens sind wir dann rausgefahren, um kurze Wettfahrten mit 2-Minuten-Starts zu segeln. Es wehte mit 7-10 Knoten und bis Mittag regnete es ununterbrochen. In der Pause haben wir gespielt, danach ging es bei leichtem Nieselregen in die Therme. Nach dem Abendbrot hatten wir noch Regelkunde für Regatten.

Lotte, Mina, Marlene

Freitag: Nach Frühstück und Umziehen ging es schnell auf das Wasser. Dort fuhren wir wieder kleine Wettfahrten. Nach dem Mittagessen (Kartoffeln, Fisch, Gemüse und zur Begeisterung aller Schokopudding) und einer kürzeren Pause als sonst segelten wir Strecke. Es war relativ viel Wind, so dass es zu ein paar

Kenterungen kam. Nach zwei Stunden segelten wir zurück in den Hafen, um die Boote abzusputzen und abzubauen. Obwohl wir uns dabei mit Wasser bespritzten, waren wir rechtzeitig zum Abendessen fertig. Danach hieß es Packen. Einige waren der Meinung, Eisbaden gehen zu müssen, und so fanden wir uns zehn Minuten später am Wasser wieder. Trotz des kalten Wassers ging einige schwimmen. So endete unser letzter Segeltag mit einer großen Portion Wasser.

Lotte, Mine, Marlene

Samstag: Am 30. März fuhren wir von unserem einwöchigen Segelcamp zurück nach Berlin. Aufgestanden sind wir gegen 7 Uhr, haben die Betten abgezogen und den Boden gefegt. Vorher haben wir natürlich ordentlich gefrühstückt und uns Brote für die Fahrt gemacht. Auch die Fahrt hat großen Spaß gemacht. Wir haben Musik gehört, viel gelacht und waren an unseren Handys. Zwischendurch haben wir einen Stopp bei McDonald's gemacht. Gegen 16.15 Uhr waren wir im PSB und bei Gothia. Das Trainingslager hat sowohl uns Kindern als auch den Trainern sehr viel Spaß gemacht. Wir haben ausgemacht, dass wir nächstes Jahr mit dem Piraten zurückkehren. In Berlin haben wir uns noch bei unseren Trainern Sophie, Sabrina, Matze und Paul bedankt.

Leo

Schüler vertraten uns bei internationalen Kata-Turnieren

Shinbukai
Karate



Wir haben uns getraut! Im April sind wir gleich zu zwei internationalen Wettkämpfen angetreten. Zuerst ging es durch blühende Rapsfelder mit viel Proviant und Reisefieber nach Chemnitz zum internationalen Wado-Cup.

Als Erste ist unser jüngstes Talent, die 9-jährige Isabelle Görnitz, unter großer Vorfreude mit einer Blaugurt-Kata angetreten und konnte zeigen, was sie von unseren Trainern gelernt hat. Anschließend starteten unsere Jungen Victor Lauriac (17 Jahre) und Leo Paquir (17 Jahre) mit Schwarzgurt-Kata in das Turnier. Und schließlich vertrat uns Kim Kroll (19 Jahre) bei den jungen Erwachsenen.

Alle vier konnten eine Medaille erkämpfen. Vielen Dank dem Verein Bushido Chemnitz für die Gastfreundschaft und die tolle Organisation.

Durch die Erfolge motiviert, gingen die vier Karateka gleich am folgenden Wochenende zur Premiere des Berliner IKAT (International Karate Tourna-

ment 2024) im Sportzentrum Siemensstadt. 650 Teilnehmer aus aus mehr als 60 Klubs und 14 Nationen der ganzen Welt – darunter Algerien, England, Griechenland, Italien, Litauen, die Niederlande, Schweden, die Ukraine und Nepal – präsentierten in vielen Wettkämpfen ihr Können. Die Zuschauerränge waren rappellvoll und es gab jede Menge Applaus für die Aktiven aller Alters- und Gewichtsklassen.

Wieder konnten wir in Kata-Wettbewerben Medaillen mit nach Hause nehmen. Wir sind so stolz auf unsere Sportler. Vielen Dank dem Hauptorganisator Murat Salbas von Toruko für die hervorragende, moderne Organisation. Die Turniere haben uns gezeigt, dass wir unsere Schüler auf gutem Niveau unterrichten. Wir freuen uns, wenn unsere Schüler mit dieser tollen Karate-Leidenschaft unsere fleißigen Mitglieder in allen Altersklassen motivieren, weitere Turniere zu besuchen. Vielen Dank Isabelle, Kim, Leo und Viktor!

Ursula La Cognata
www.shinbukai.berlin



Medaillengeschmückt in Chemnitz ...



... und beim IKAT in Berlin

Hannah bestand ihre Prüfung

Taekwondo



Am 27. April stellte sich Hannah Tegude der Prüfungskommission und bestand erfolgreich ihre Prüfung zum K8. Die Abteilung gratuliert ganz herzlich.

Der Vorstand



Karate Wado-Ryu

Hoher Besuch in unserem Dojo

Lehrgang mit Tracy und Tracey Foster aus Chester-le-Street

Erstmal nach drei Jahren nahmen wir einen neuen Anlauf, diesen Wado-Kai-Lehrgang (gemeinsam mit dem KC Nord, Pankow) in Berlin zu etablieren. Zwischenzeitlich hatte uns Corona ausgebremst ...

Tracy „Bob“ Foster (7. DAN JKF Wado-Kai) und Tracey Foster (5. DAN JKF Wado-Kai) haben ihr Wissen vor allem bei der Wado-Kai-Sektion des japanischen Karate-Verbands gewonnen.

Das gaben sie vom 15. bis 17. März an uns weiter: Da ging es um Basics. Ist wichtig, wissen wir alle. Eigentlich machen wir das sowieso immer, oder? Wozu ist denn sonst die Kihon, die Grundschuleinheit, Bestandteil des Trainings? Aber wir alle machen die Grundschule, wie wir sie kennen oder zu kennen meinen. Und dann stellen fest: Oha, auch als vermeintlich fortgeschrittene Karateka haben wir noch viel zu verbessern (wenn nicht gar neu aufzusetzen)!

Drei Tage erhielten wir wertvollen Input zur Verbesserung unserer Grundtechniken, Kata (stark formalisierte Übungsfor-



Training der Basistechnik Gyaku-Zuki: Tracy (rechts) demonstriert, Tracey (im Hintergrund neben der Tür) kontrolliert.

Foto-Rechte: Elena Kounadis, 2024 (www.kounadis.de)

mate) und Partnerübungen. Den Schwerpunkt legten die beiden auf die Vermeidung überflüssiger Bewegungen („mudana no iroki“), überflüssiger Techniken („mudana no waza“) und überflüssigen Energieaufwands („mudana no chikara“) in allen

drei Übungsformen: Überflüssige Bewegungen kosten nicht nur Zeit und Energie, sie bieten auch Angriffsmöglichkeiten für den Gegner oder die Gegnerin – besonders, wenn sie den Ausführenden gar nicht bewusst sind. Überflüssige Techniken

sind in diesem Verständnis nicht nur solche, die gar nicht in einen festgelegten Ablauf gehören, sondern alle Techniken, die rein mechanisch und ohne Absicht oder Ziel ausgeführt werden – nur weil sie vorgeschrieben sind oder angesagt werden. Bei allen Einzelübungen ohne Partner sollte das Ziel – der mögliche Gegner – immer mitgedacht und die Technik sollte entsprechend ausgeführt werden.

In vielen Situationen konnten wir üben und erfahren, dass und wie sich „überflüssiger Energieaufwand“ kontraproduktiv auswirken kann: Statt eine Technik stärker oder schneller zu machen, kann überflüssige Energie dazu führen, dass eine Technik schwieriger zu kontrollieren ist. In der Folge wird mehr Energie nötig, um den Körper wieder unter Kontrolle zu bringen.

Schon in der „Soloausführung“ war das ein spannendes Training, noch aufschlussreicher war mitunter die Umsetzung mit Partnerin oder Partner. Alle Teilnehmer haben nicht nur viel gelernt, sondern auch Spaß gehabt und lassen hoffentlich in ihren Heimat-Dojos ihre Mitschüler daran teilhaben. Insgesamt nahmen 30 Karateka aus sechs Berliner Vereinen sowie Gäste aus Hamburg, Lüneburg, Mülheim und Liege (Belgien) an dem Lehrgang teil.

Wolfgang Deicke/
Anja Röbekamp

Tanzsport

Tanzen hält doch jung!

Glückwünsche für die Thiemes

Christel und Heinz Thieme sind seit sage und schreibe 55 Jahren Mitglieder der Tanzsportabteilung, nicht passive, sondern in jeder Beziehung immer noch aktive Mitglieder, die engagiert jeden Dienstag Standard und Latein tanzen. Sie ergreifen auf Abteilungsversammlungen häufig das Wort, insbesondere Heinz nimmt regen Anteil an Tanzthemen. Seine verbale Einleitung bei Wortmeldungen „Ich hab‘ da mal eine Frage“ ist zum Wiedererkennungsmerkmal für ihn geworden, hilft aber auch anderen Paaren bei schwierigen Tanzsequenzen.

Leider haben sich die Thiemes aus der Formationsgruppe zurückgezogen, was wir sehr bedauern. Ihre freundlichen Worte, ihr Engagement und ihre Zuverlässigkeit fehlen uns in der Formation. Alles Gute für euch beide wünscht der Vorstand im Namen aller Tänzerinnen und Tänzer.



Erster Spieltag an frischer Luft

Anspieltturnier und Tag der offenen Tür im April

Tennis
Lankwitz



Pünktlich zum Saisonbeginn konnten wir am 21. April 2024 mit unserem Anspieltturnier starten. Mit einem deftigen Frühstück hatten uns unsere Küchenfeen begrüßt. Vielen Dank Peter und Angelika, es war wieder sehr reichhaltig und allen hat es geschmeckt.

Gut gestärkt sind die ersten auf die Plätze gegangen und hatten sich gerade eingespielt, da kam auch schon der erste Regenschauer – also kurze Pause. Leider hatte uns das Wetter mit Kälte und

Regenschauer einen Strich durch unsere Planung gemacht. Bei Sonnenschein konnten wir dann mittags doch endlich spielen. Trotz allem war es ein schöner erster Spieltag an der sehr frischen Luft.

Am Tag der offenen Tür, dem 27. April, war reges Treiben auf unseren drei Plätzen. Viele neue Spielerinnen und Spieler haben getestet, wie es sich anfühlt a) draußen auf dem Platz zu stehen und b) das erste Mal einen Tennisschläger in der Hand zu haben,

um selbst den Ball übers Netz zu spielen.

Vielen Dank unseren beiden Trainern Detlef und Rüdiger für ihre Geduld. Es wurde viel erzählt und ausgetauscht, erste Termine wurden vereinbart und gleich neue Mitgliedsanträge ausgefüllt. Ein herzliches Willkommen den neuen Mitgliedern auf unserer Anlage in Lankwitz, viel Spaß und Freude am Tennisspielen!

*Gabriele Lübe
Sportwartin*

Versammlung der Abteilung am 13. September

Liebe Mitglieder, wir laden Sie alle herzlich zur Abteilungsversammlung am Freitag, 13. September 2024, um 18.30 Uhr auf unserer Anlage ein.

Tagesordnung

1. Begrüßung und Feststellung der Anwesenheit
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls der letzten Abteilungsversammlung
4. Berichte des Abteilungsvorstands
5. Anträge (bitte bis zum 3. September schriftlich beim Vorstand einreichen.)
6. Verschiedenes

Auf zahlreiches Kommen freut sich

der Vorstand

Gemeinsame Trainingswoche in Kroatien



Mit einigen der dänischen Jugendlichen

Wettermäßig ging es einer Gruppe von Mitgliedern besser. Ihre Trainingswoche im kroatischen Tucepi war wieder okay. Die Plätze waren wie immer in sehr gutem Zustand, trotz eines Regenschauers. Diesmal waren alle fünf Plätze belegt, zwei von uns, die anderen von dänischen Jugendlichen mit ihren Trainern. Unsere Gruppe war etwas verkleinert, da zwei Teilnehmer die Reise leider kurzfristig aus gesundheitlichen Gründen stornieren mussten. Wir haben sie vermisst. Ich hoffe, dass wir beim nächsten Mal wieder vollzählig sein werden. *Peter Eberlein*

Kobra Ladies national und international

Nächstes Heimspiel gegen die Schwäbisch Hall Unicorns

American
Football



Wenn diese Ausgabe der Vereinszeitung erscheint, sollten sowohl das Hin- als auch das Rückspiel der Berlin Kobra Ladies gegen den Vorjahrsmeister Hamburg Pioneers Amazons bereits gelaufen sein. Das Spiel in Hamburg war für den 18. Mai, das Rückspiel im Wilmersdorfer Stadion für den 1. Juni angesetzt.

Die nächste Begegnung in der 1. Damenbundesliga steht den Ladies am 15. Juni bevor, wenn die Berlinerinnen zu Hause die Schwäbisch Hall Unicorns empfangen.

Im April gehörten sechs unserer Ladies (Foto rechts) zu den Teilnehmerinnen am Trainingscamp



der Nationalmannschaft, die am 25. Mai das nächste EM-Spiel auswärts gegen Finnland bestreiten sollte. Nach einem Sieg gegen Großbritannien und einer Niederlage gegen Spanien ging es für Deutschland noch um den Vizetitel, denn Spanien stand nach drei Siegen bereits als Europameister 2023/24 fest. Das Team Schwedens, nach zwei Niederlagen nahezu aussichtslos, wurde inzwischen vom Verband zurückgezogen. Gegen die Schwedinnen hätten die deutschen Frauen im August antreten sollen. Die Platzierung bei dieser EM entscheidet auch über die Teilnahme an der Weltmeisterschaft 2026.

KL-instagram/ddp

Versammlung am 20. Juni

*Liebe Mitglieder der
Abteilung Tischtennis,*

wir laden zu unserer
Jahresversammlung am
20. Juni 2024 ein.

Zeit: **19.00 Uhr**
Ort: **Sporthalle
der Carl-Orff-Schule**
Berkaer Str. 9-10
(Wilmsdorf)

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

Saison mit Auf und Ab beendet

Die Saison 2023/24 ist für uns mit unterschiedlichen Ergebnissen ausgelaufen. Die 1. Mannschaft beendete die Serie mit einem guten 4. Platz und ist auch für die kommende Saison gut gerüstet. Hervorheben kann man das Doppel Uzi und Ingo, das jedes gemeinsame Spiel gewann. Super!

Die 2. Mannschaft konnte die Klasse nach dem Aufstieg leider nicht halten und wird in der nächsten Saison wieder angreifen. Eine super Spielzeit gelang Nico mit einer Einzelbilanz von 15 zu 1. Absolute Spitze!

Die 3. Mannschaft beendete ihre erste Spielzeit auf Platz 6, punktgleich mit dem Fünftplatzierten. Die Erfahrungen, die jeder Einzelne in spannenden Spielen gesammelt hat, werden sicher hilfreich für die nächste Saison sein. Vielleicht reicht es ja sogar zum Aufstieg?

Positive Bilanzen in den Einzeln erreichten Saim, Nesin, Olli, Nail und Frank. Die oft in wechselnden Paarungen angetretenen Doppel hatten mit 12:4 ebenfalls ein klasse Ergebnis, weiter so!



Wieder war's ein tolles Turnier

Zum 54. Mal: Deutschland-Turnier der Ruderer

Am 27. April war es mal wieder so weit: Das herbeigesehnte, berühmte, berüchtigte Tischtennisturnier der Ruderer wurde zum insgesamt 54. Mal ausgetragen und fand diesmal wieder in Berlin statt. Ausrichter war unsere Tischtennisabteilung anlässlich des 100-jährigen Jubiläums des Vereins. Und vorab schon mal verraten: Es war einfach klasse.

Insgesamt traten 12 Mannschaften an. Davon vier aus Hamburg (je zwei vom Wilhelmsburger RC und vom RC Protesia 1907), eine aus Halle (RV Böllberg/Nelson) und sieben aus Berlin (Pichelsberger RG 1914, Spielgemeinschaft RV Preußen Saffonia, Spielgemeinschaft Berliner Ruder-Gesellschaft und viermal PSB 24). Gespielt wurde an 12 Tischen in der von Borussia Spandau zur Verfügung gestellten Halle der Ernst-Ludwig-Heim-Schule.

In zwei Gruppen zu je sechs Mannschaften spielte jeder gegen jeden. Danach kam es zu Über-Kreuz-Spielen mit den Mannschaften der jeweils ande-



ren Gruppe (1. Gruppe A gegen 2. Gruppe B usw.), bis die Teilnehmer am Finale und an den Platzierungsspielen feststanden.

Das Finale bestritten der Wilhelmsburger RC 1 und der RC Protesia 2. Um jeden Punkt, Satz und Sieg wurde bei imposanten Ballwechseln gekämpft, bis Protesia 2 als Sieger von der Platte ging. Glückwunsch dazu!

Während des Turniers sorgten die engagierten Spielerfrauen für ein fantastisches Catering.

Neben Brötchen, Würstchen, Brezeln, Kuchen und anderem standen natürlich auch genügend Getränke zur Verfügung. Und für fantastisch gute Laune und Stimmung sorgten alle Teilnehmer gleichermaßen.

Im Anschluss ging es zur Siegerehrung im PSB-Vereinshaus am Tiefwerderweg, wo nach einem Imbiss und weiteren Getränken jede Mannschaft und das Catering-Team gebührend gefeiert wurden.

Selbstverständlich gab es auch Preise: diesmal nicht nur für jedes Team einen Pokal und eine gerahmte Urkunde mit Mannschaftsfoto, sondern für jeden Spieler und Beteiligten eine goldene Medaille zur Erinnerung an diesen Tag.

Wir hoffen, dass die jahrzehntelange Tradition dieses Turniers weiter Bestand hat und wir auch mit diesem Beitrag weitere Ruderer für unseren Tischtennisport begeistern können.

Wie immer mit
Netz/Kante

*El Capitano Micha Hanne
und Ulli Wobbermin*



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

Kamila Thielemann 0173 711 81 00

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:	Dr. Bertram Wieczorek	☎ p: 0173 8047129
Vizepräsidentin:	Ingrid Lange	☎ p: 366 71 72
Vizepräsidentin:	Claudia Schurr	☎ p: 0179 5132546
Schatzmeister:	N.N.	☎
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	

PSB 24 aktuell

vormals »Berliner Postsport«
Mitgliedermagazin des Vereins
Pro Sport Berlin 24 e.V.
71. Jahrgang – Heft 3 / 2024

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
Heft 4 erscheint als Festschrift im September
Redaktionsschluss: 31. Juli 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.

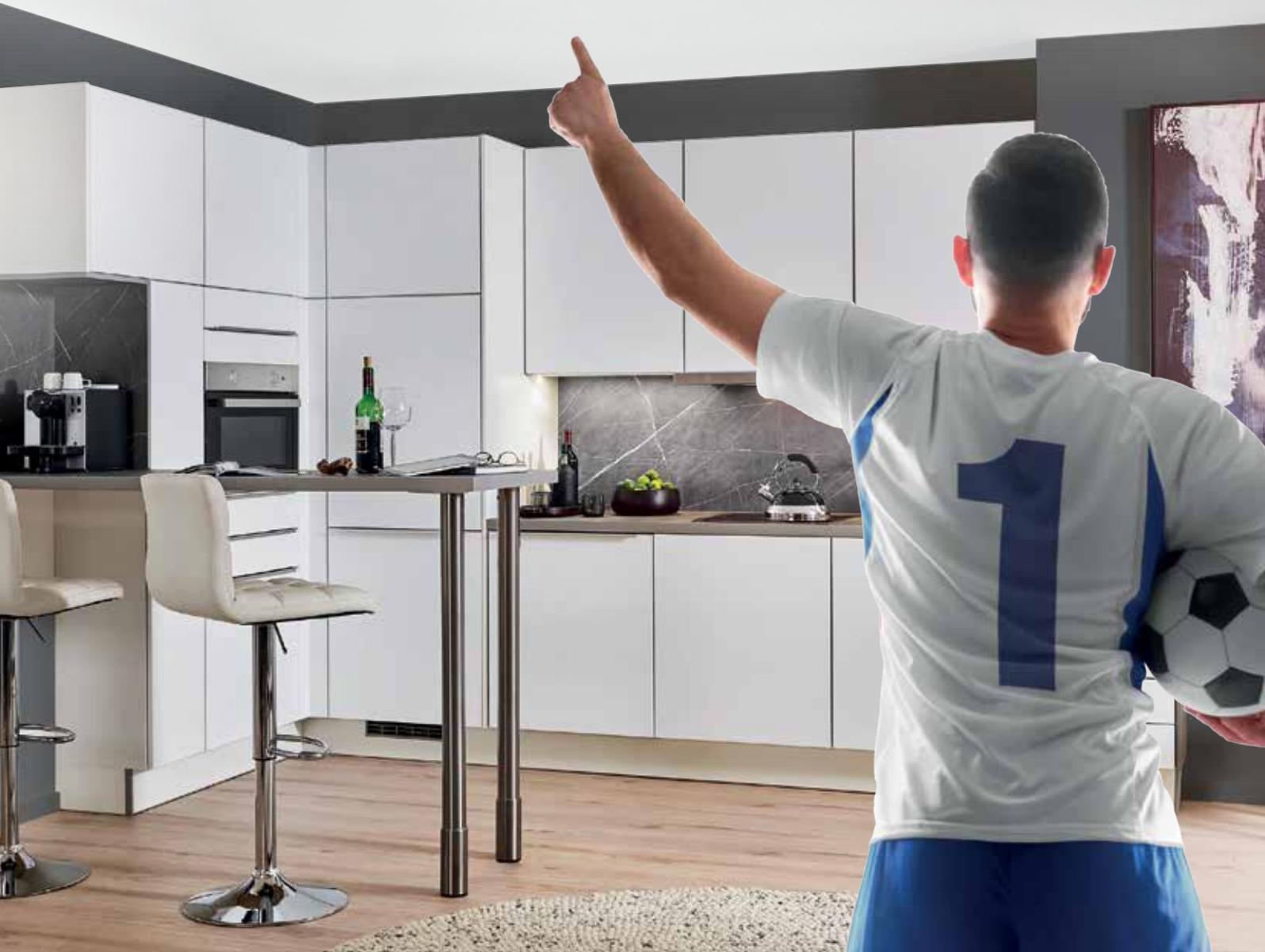
Der Bezugspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

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