

PSB 24 aktuell

Newsletter 4-19



Die Schwimmer des Vereins waren zum Abschluss ihrer Saison bei den Kanuten an der Dahme zu Gast und hatten offensichtlich viel Spaß, diesmal auf dem Wasser statt darin.

INHALT

Seite 2	AMERICAN FOOTBALL: #DerWichtigeWurf
Seite 3	BADMINTON: Wasserschlachten, Grillen und 40 Stunden Training
Seite 4	IKIGAI-Karate-Do: Lehrgang mit Meistern
Seite 5	JUDO: Vor neuen Prüfungen FRAUENFUSSBALL: Das hält ja kein Ball aus
Seite 6	RUDERN: Berliner Wintermeister
Seiten 7 und 8	SCHWIMMEN: Wettkampf der Jüngsten
Seite 9	TANZSPORT: Herbstzeit ist Tanzzeit TISCHTENNIS: Ende einer Durststrecke
Seite 10	TENNIS GATOW: Sommercamps an der Havel
Seite 11	In memoriam Klaus Ulrich
Seite 12	Neues Projekt am Glockenturm

Pro Sport Berlin 24 e.V.
gegründet 1924 als
Postsportverein Berlin

Geschäftsstelle
Forckenbeckstr. 18
Tel. 82 30 98 44
Fax 82 30 98 45
info@pro-sport-berlin24.de
www.pro-sport-berlin24.de

Der Newsletter erscheint
im Wechsel mit dem
Mitgliedermagazin
„PSB 24 aktuell“
Redaktion und Gestaltung:
Detlef D. Pries
zeitung@pro-sport-berlin24.de
Redaktionsschluss der nächsten
Druckausgabe: 5. Sept. 2019



#DerWichtigeWurf für die Berlin Kobra Ladies

Zwischenfazit zur Saison: Bereits sieben Ligaspiele haben die Berlin Kobra Ladies in der laufenden Spielzeit 2019 absolviert und sind jedes Mal als Sieger vom Platz gegangen. Zuletzt, am 10. August, hieß es 46-6 gegen die Kiel Baltic Hurricanes. Aber wir trafen nicht nur auf altbekannte Teams wie die Kielerinnen oder die Hamburg Amazons, sondern durften uns auch auf die Neuzugänge in der 1. Damenbundesliga Nord freuen: Die Hamburg Blue Devilyns zeigten sich vor allem im Rückspiel im Juli als starke Gegnerinnen (die Kobra Ladies siegten auswärts mit 39-21). Mit den Berlin Knights Ladies traf unser Team in den ersten beiden Berlin-Derbys in der Geschichte des deutschen Frauenfußballs auf einige bekannte Gesichter. Aber auch hier dominierten unsere Ladies mit einem 40-0 im Hinspiel und mit 66-0 im Rückspiel.

Nun sieht die Saison der Kobra Ladies ihrem Höhepunkt entgegen: Die Playoffs für die Deutsche Meisterschaft stehen bevor. Um solch einem Event einen würdigen Rahmen zu verleihen, richten die Ladies dieses Spiel zusammen mit *Pink Ribbon Deutschland* aus. Die pinkfarbene Schleife gilt weltweit als Symbol für das Engagement gegen Brustkrebs.

Brustkrebs ist in den westlichen Staaten die häufigste und gefährlichste Krebsart bei Frauen. Allein in Deutschland erkranken jährlich rund 70.000 Frauen an Brustkrebs. Die gemeinnützige Kommunikationskampagne Pink Ribbon will für dieses Thema mehr Aufmerksamkeit schaffen, um im Alltag der Menschen möglichst selbstverständlich auf die wichtige Brustkrebsfrüherkennung hinzuweisen. Mit aufmerksamkeitsstarken Aktionen soll das Bewusstsein von Frauen für ihren eigenen Körper gestärkt werden.

Unter dem Hashtag *#derwichtigewurf* und dem amerikanischen Pendant *#crucialcatch*

8. September: Halbfinale gegen Cologne Falconets
Erlöse des Spieltags sollen gutem Zweck dienen



Szene aus dem letztjährigen Play-Off-Spiel gegen die Kölnerinnen

sammelt Pink Ribbon in diesem Jahr zusammen mit vielen American-Football-Teams in Deutschland Spenden für den guten Zweck. Auch die Berlin Kobra Ladies wollen zum Erfolg der Kampagne beitragen und spenden deshalb alle Erlöse, die am Spieltag eingenommen werden.

Am 8. September werden nun die Cologne Falconets erwartet. Die Zweitplatzierten aus der Südgruppe der DBL sind mit Sicherheit hochmotiviert und haben sich in diesem Jahr mehr vorgenommen als das 27-14 aus dem letztjährigen Halbfinale gegen die Kobra La-

dies. Ein spannendes Spiel ist garantiert! Wir laden alle ein, dabei zu sein und gleichzeitig Pink Ribbon und deren Arbeit zu unterstützen.

Constanze Klatt

Kickoff: **Sonntag, 8. September, 14 Uhr**
Ort: **Mommensenstadion, Waldschulallee 34-42, 14055 Berlin**
Eintritt: **5 Euro**

Pro Sport Berlin 24 e.V.

Stellenausschreibung

Wir suchen für unsere Wasserportanlage mit den Sportarten Segeln, Kanu und Fitness in der Grünauer Str. 189-193 **ab 1.10.2019**, ggf. auch später, eine(n) selbstständig arbeitende(n)

Allroundhandwerker(in)

auf Basis geringfügiger Beschäftigung mit einer Wochenarbeitszeit von durchschnittlich 10 Std. **oder** als sozialversicherungspflichtige Beschäftigung mit 20 Std./Woche.

Arbeitsaufgaben: Pflege und Instandhaltung von Gebäuden und Freianlagen, Wartung technischer Einrichtungen.

Bewerbungen senden Sie bitte **per e-mail** an schenk@pro-sport-berlin24.de



Ranglistenturnier im „tropischen“ Lichtenrade

Kurz vor den Sommerferien maßen sich die besten Nachwuchsspieler des BVBB beim zweiten Einzel-Ranglistenturnier 2019 im mit tropischen Temperaturen aufwartenden Lichtenrade. Auf Grund der unglücklichen Terminplanung war das Turnier in der Altersklasse U13 nur schwach besetzt, da die Besten zeitgleich eine DBV-A- Rangliste in Nürnberg spielten. Dort trat auch Mattis Zimmermann an, der sich im Mixed-Viertelfinale leider am Fuß verletzt und daher im Einzel und im Doppel nicht mehr spielen konnte.

Erfolgreichste Starterin unserer Spielgemeinschaft war Neele Zimmermann, die das U17-Turnier ohne Satzverlust und das U19-Turnier im Finale gegen Karina Fiebig in drei Sätzen gewann.

Weitere Ergebnisse unserer Starter

- U13:** Emil Dörschner 6.
Nicola Jülle 4.
- U15:** Elias Ioakimidis 6.
Niklas Kapps 8.
Mika Schall 11.
- U17:** Jakob Hinrichs 5.
Lilo Marinkovic 10.
- U19:** Elisabeth Groß 5.
Felina Rathgeber 10.
Jakob Hinrichs 5.

Wasserschlachten, Grillen und 40 Stunden Training

Erlebnisreiches Sommerlager am Wolziger See



Ohne festen Boden unter den Füßen: Kanufahren auf dem See

Bei hochsommerlichen Temperaturen starteten am 28. Juli einundzwanzig Nachwuchsspieler in das diesjährige Sommercamp nach Blossin am Wolziger See. Mit von der Partie waren diesmal als Trainer Daven, Vincent, Alexander (der im letzten Jahr noch selbst Spieler war) und der Artikelschreiber.

Angesichts von nur vier Feldern in der Halle stellte uns die Trainingsorganisation vor Probleme, die aber dank einiger sehr beliebter

Lauf- und „Quäl-Dich“- Einheiten im Freien entschärft werden konnten.

Glücklicherweise konnte auch der „Entspannungstag“ am Dienstag bei gutem Wetter absolviert werden. Das Kanufahren endete wie immer in einer Wasserschlacht. Als Gast konnten wir Steffen begrüßen, der für Fotos, die Erklärung naturwissenschaftlicher Hintergründe des Grillprozesses und eines parallel stattfindenden Hubschrauberrettungseinsatzes verantwortlich war. Das abendliche Fußballspiel führte leider zu drei Ausfällen bei den Teilnehmern – Zweikampfsportarten sind eben nichts für Badmintonspieler.

Trainingsschwerpunkte waren die Überkopfschlagtechniken, die Aufschlag- und Aufschlagannahmesituation sowie Laufen, Laufen, Laufen ... Auch die Jüngsten – Emil und Theiss sind noch in U11 startberechtigt – hielten gut durch und jammerten beim Laufen am wenigsten. Das freitägliche Abschlussturnier zeigte in einigen Spielen die deutlichen Fortschritte der meisten Teilnehmer. Das Team um Karina gewann gegen jenes um Neele knapp mit 14:11.

Organisatorisch hat alles gut geklappt, hervorzuheben ist insbesondere der Bustransfer Südkreuz – Blossin. Negativ zu Buche schlugen die stickigen Zimmer, die sich schlecht bis gar nicht lüften ließen. Im nächsten Jahr gerne wieder.



Im Blossiner Trainingslager

Ingo Zimmermann



Ikigai-Karate-Do

Intensives Training unter kompetenter Leitung

Wado-Ryu-Karate-Lehrgang 2019 in Berlin

Über 100 Karateka aus Deutschland, Österreich, Finnland, der Türkei und Ungarn, darunter auch Karateschüler von IKIGAI Karate-Do, nahmen am traditionellen Wado-Ryu-Pfingstlehrgang in Berlin teil. Der dreitägige Lehrgang wurde von Shuzo Imai (9. Dan Wado Ryu), Takamasa Arakawa (6. Dan JKF Wado-Kai), Bernd Alscher (7. Dan Wado Ryu) und Christina Gutz (7. Dan Wado Ryu) geleitet.

Unsere Karateschüler hatten die Möglichkeit, insbesondere auch unter Takamasa Arakawa zu trainieren. Er ist Professor an der *International Budo Academy* in Katsuura (Japan) und Senior Director im Exekutivkomitee der *Japan Karate Federation*. André Lassen, der freundschaftliche Kontakte zu Takamasa Arakawa pflegt und regelmäßig in Japan unter ihm trainiert, hatte seinen Schülern schon zuvor von dessen Qualität und seinen besonderen Eigenschaften als Trainer berichtet.

Das technische Repertoire der Stilrichtung Wado Ryu umfasst Tritte, Blocks, Schläge, Stöße aus dem Karate und Techniken wie Hebel und Würfe aus dem Jiu-Jitsu. Auf diesem Pfingstlehrgang wurden folgende Inhalte trainiert: Kihon (Grundschultechniken), Kata mit Kaisetsu und Bunkai (Form mit Anwendungen), Idori (Abwehr in Seiza – Fersensitz – gegen verschiedene Angriffe), Kihon Kumite, Kumite Gata, Ohyo Kumite, Jiyu Kumite (Partnerübungen und Freikampfformen) und Tanto Dori (Messerabwehr).

Die dem Wado Ryu zugrundeliegenden Bewegungsprinzipien, etwa das Ausweichen und Mitführen der gegnerischen Technik bei

einem Angriff, das Eindringen in den Angreifer und die Kontrolle des Gegners sowie die fließenden Übergänge zwischen den Techniken wurden intensiv trainiert und zeigten, wie nah Wado Ryu an realistischer Selbstverteidigung praktiziert werden kann.

Der von den Senseis (Karatelehrern) verfolgte „rote Faden“ veranschaulichte die wesentlichen Prinzipien des Wado Ryu. Immer gegenwärtig war das Agieren aus der Entspannung heraus, eine wichtige Voraussetzung für fließende, dynamische, schnelle und effektive Techniken.

Die Trainer verstanden es, den Lehrgang durch sinnvollen Trainingsaufbau, überzeugende Übungen und Erklärungen sowie viel Spaß zu einem besonderen Erlebnis werden zu lassen. Daneben wurden über Grenzen gehende Freundschaften geschlossen oder vertieft.

Besonderer Dank gilt Momoko S., der Mutter unseres Karateschülers Yoshi, die uns als Übersetzerin aus dem Japanischen unterstützte und den Teilnehmern die theoretischen Inhalte noch klarer verdeutlichen konnte.

André Lassen



Unser IKIGAI-Karate-Team mit den Trainern



Unsere Jüngsten trainierten hochmotiviert ...



... ebenso wie die Älteren!



Judo

Vor neuen Meisterschaften und Gürtelprüfungen

Die Sommerferien sind vorbei und das Training hat wieder begonnen. Ich hoffe, ihr hattet alle schöne Ferien. Im Oktober werden die Vereinsmeisterschaften 2019 stattfinden. Also schön trainieren! Es gibt in jeder Altersklasse für die ersten Vier Medaillen und für alle Teilnehmer eine Urkunde. Der beste Techniker erhält als Sonderpreis einen Pokal.

Denkt an die zweite Gürtelprüfung im Dezember und nehmt bitte regelmäßig am Training teil.

Eure Trainer

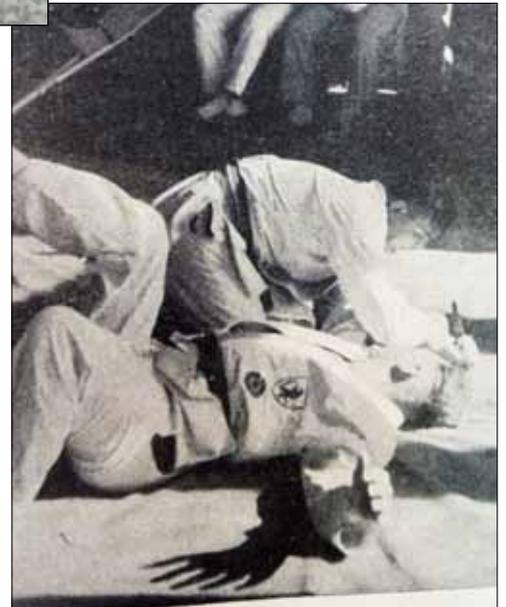
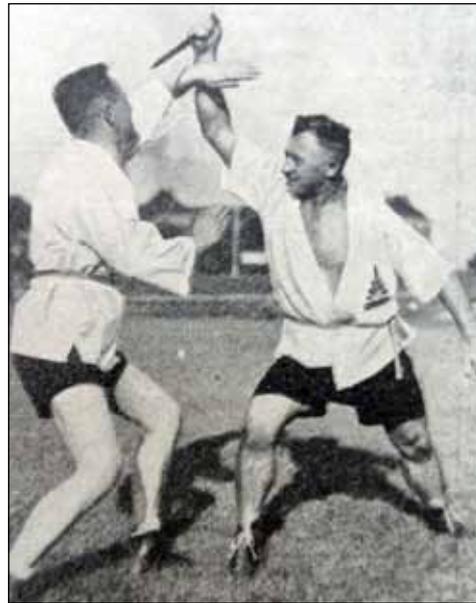
Noch einmal zum Vereinsabzeichen

In der letzten Online-Ausgabe waren einige der früheren Abzeichen unseres Vereins abgebildet. Aber es fehlte eins. Recherche war angesagt. Also machte ich mich auf den Weg, nachdem mich Herr Pries von der Redaktion „PSB 24 aktuell“ auf die richtige Spur geschickt hatte. In der Geschäftsstelle unseres Vereins gibt es fast alle Vereinszeitungen seit Gründung des PostSV. So verbrachte ich mehrere Stunden mit Recherche.

Und wurde auch fündig. Das fehlende zweite Vereinsabzeichen wurde Mitte 1936 in der Vereinszeitschrift vorgestellt. Es hatte die Form des Berliner Stadtwappens, in der Mitte den Berliner Bären und im Hintergrund das Posthorn (siehe Fotos). Dieses Abzeichen galt für alle Abteilungen des Postsportvereins.

Nach der Wiederaufnahme des Sportbetriebs Ende der 40er Jahre wurde es nicht mehr benutzt. Zwei alte Fotos zeigen das erste Abzeichen um 1928 und das zweite, ab 1936 verwendete bei Vorführungen einer Messerabwehr.

Thomas Weichert



Frauenfußball

Sommer, Sonne, Hitze, Pause: Das hält ja kein Ball aus!

Nach der Saison ist vor der Saison. Ich weiß, das ist kein neuer Spruch – nur leicht abgewandelt. Die Zeit nach der letzten, leider wenig erfolgreichen Saison verging so schnell, dass es nicht mal alle schafften, sich für den Auftakt der neuen Meisterschaftsrunde in Schuss zu bringen. Es waren ja nur zwölf Wochen oder drei Monate oder auch ein viertel Jahr...

Umso überraschender war der „Andrang“ vor dem Start in die neue Saison, die traditionell

Frauen trainieren auf Sparflamme

mit der Pokalqualifikation beginnt. Zu den ewig Treuen, die in der Zwischenzeit die Füße nicht vom Ball lassen wollten, gesellte sich der Rest der Mannschaft. Doch ein Crash-training ist nur die halbe Miete, auch wenn alle bei guter Laune und mit viel Freude bei der Sache waren.

Ausgelost wurden wir zum Auswärtsspiel beim BFC Südring. Doch schon vor dem

ersten Spiel strichen die Kreuzbergerinnen die Segel und zogen ihre gerade neu gemeldete Mannschaft wieder zurück.

Auf diese Weise sind wir ohne Anstrengung in der nächsten Runde angekommen und warten auf die nächste Auslosung. Aber bitte nicht wieder tatenlos, sondern mit fleißigem Training. Das soll ja nicht schaden...

Nico Lange



Rudern

Obwohl es kaum noch einen Winter gibt, schreibt der Landesruderverband Berlin nach wie vor für die Zeit zwischen 1. November und 31. März einen Winterwettbewerb aus. 2018/19 war es der 71. Und daran nahmen 883 Berliner Ruderinnen und Ruderer aus 34 Vereinen teil (in der Vorsaison 740). Insgesamt brachten sie es auf 284.650 Ruderkilometer. Mit 133 Teilnehmern war der Berliner Ruderclub (BRC) wieder der aktivste, gefolgt vom RaW (86 Teilnehmer) und dem RC Tegel (78). Mit 25 Teilnehmern (Vorjahr 17) steht PSB 24 auf Platz 10 der Statistik.

In der Einzelwertung belegten unsere Aktiven zwei erste und zwei zweite Plätze. „Wintermeister“ wurden diesmal Thomas Schreiber und Ulla Rohr, die sich vor Waltraud Pelz platzierte.

Die Tabelle zeigt die Sieger in den Gruppen, in denen PSB-24-Aktive beteiligt waren, und die Platzierungen unserer Teilnehmer.

Berliner Wintermeister

Diesmal lagen Ulla Rohr und Thomas Schreiber vorn

Frauen Gruppe II e (Jg. 1942 und älter)

18 Teilnehmerinnen

- | | |
|---------------------------|---------|
| 1. Rohr Ursula (PSB 24) | 1008 km |
| 2. Pelz Waltraud (PSB 24) | 989 km |
| 3. Storm Helga (RaW) | 903 km |
| 5. Lambrecht Edith | 604 km |
| 7. Ottenburger Jutta | 324 km |
| 16. Lehmann Hannelore | 161 km |
| 18. Röhl Beate | 150 km |

Frauen Gruppe II d (Jg. 1957 - 43)

47 Teilnehmerinnen

- | | |
|------------------------------------|---------|
| 1. Himmelsbach Doris (SRC Friesen) | 1866 km |
| 2. Krappatsch Marianne (PSB 24) | 1057 km |
| 3. Friebe Gabriele (Dresdenia)1 | 010 km |
| 7. Jendrošek Marion | 558 km |

Männer Gruppe I b (Jg. 1990 - 73)

55 Teilnehmer

- | | |
|--|---------|
| 1. Schreiber Thomas (PSB 24) | 1205 km |
| 2. Kurpan Christopher H. (Hellas-Tit.) | 642 km |
| 3. Kunert Maik Treptower RG | 602 km |

Männer Gruppe I c (Jg. 1972 - 58)

195 Teilnehmer

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Baumgärtl Jörg (Pichelsberger RG) | 1987 km |
| 2. Schulze Stefan (Collegia) | 1518 km |
| 3. Dünze Uwe (Waidmannslust) | 1383 km |
| 148. Eckardt Mike | 207 km |

Männer Gruppe I d (Jg. 1957 - 43)

146 Teilnehmer

- | | |
|-------------------------------------|---------|
| 1. Bölsdorf Horst (NARVA) | 1661 km |
| 2. Stoeckel Ulrich (Hevella) | 1125 km |
| 3. Nowka Andreas (SRC Friesen) | 999 km |
| 9. Pries Detlef-Diethard | 726 km |
| 13. Boehm Wolfgang | 702 km |
| 23. Portemeier H.-Dieter | 595 km |
| 51. Wedler Detlef | 323 km |
| 71. Mollwo Ludwig | 274 km |
| 84. Rieks Konrad | 252 km |
| 88. Guthnick Wolfgang | 239 km |
| 138. Zwirner Mathias (PRC Germania) | 156 km |

Männer Gruppe I e (Jg. 1942 und älter)

91 Teilnehmer

- | | |
|-----------------------------------|---------|
| 1. Regenbrecht Hans-Georg (Brabu) | 1568 km |
| 2. Reich Fritz (RaW) | 1502 km |
| 3. Döhring Hans-Joachim (Arkona) | 1262 km |
| 18. Muß Jürgen | 474 km |
| 44. Seezen Jörn | 270 km |
| 53. Brandt Lothar | 246 km |
| 58. Keul Peter | 231 km |
| 68. Grasmé Klaus | 205 km |
| 73. Haberland Klaus | 193 km |
| 77. Russ Johann | 183 km |
| 88. Lehmann Gert | 161 km |

Auch der Herbst hat schöne Rudertage

Vielleicht ist es noch zu früh, das Ende des Sommers herbeizuschreiben, doch die Tage werden immerhin schon kürzer, die große Hitze herrscht derzeit auch nicht mehr und die ersten Herbstfahrten kündigen sich an.

Vielleicht die beste Zeit für eine Zwischenbilanz der Saison 2019. Bis zum 31. Juli hatten 45 Ruderer aus Gatow und Wendenschloß insgesamt 29.051 Kilometer gerudert. Wichtig für den Wanderruderpreis des DRV („Winsauer“) sind allerdings vor allem die Wanderruderkilometer (Fahrten über 30 km). Davon hatten wir zu besagtem Termin 24.917.

22 Aktive hatten bereits die Bedingungen des DRV-Fahrtenwettbewerbs erfüllt. Daraus ergab sich eine Punktzahl von 270.703. Zum Vergleich: Im vergangenen Jahr gewannen wir den Preis mit 639.594 Punkten. Bis dahin ist es also noch eine lange Strecke.

Andererseits: Platz 2 ging im vergangenen Jahr für 231.065 Punkte weg, nämlich an die Rudergesellschaft Niederkassel von 1978. So viel hätten wir also schon. Aber das soll kein Grund sein, die Skulls aus der Hand zu legen. Jede weitere 30-km-Fahrt (ein paar davon sind im August schon absolviert) und jeder weitere Wettbewerbserfüller tragen zur Aufbesserung des Punktekontos bei.

Und schließlich geht's ja nicht nur und nicht einmal vorrangig um Punkte und Kilometer, sondern um die Bewegung an frischer Luft und in der Gemeinschaft. Wie schon oben geschrieben: Auch der Herbst hält gewiss noch schöne Rudertage bereit. Dafür „Riemen- und Dollenbruch!“ *ddp*



EINMAL IM JAHR dürfen auch Ruderer und Kanuten die Berliner Innenstadt aus der Spree-Perspektive betrachten und entlang des Reichstagsgebäudes und des Kanzleramts. Diesmal war's am 18. Mai, der bürokratisch zum „Tag des manuellen Wassersports“ erklärt worden war. In Venedig beispielsweise heißt so etwas „Vogalonga“. Klingt doch viel eingängiger!



Sprintvermögen war gefragt

Kurz vor der Schließung unserer Schwimmhalle fand am 27. April der 31. Berliner Sprint- und Staffeltag statt. Elf unserer Aktiven wollten auf der 25-m-Bahn Schnelligkeit beweisen. Auch wenn nicht alle ganz vorne mit dabei waren, zahlte sich das Training in Form vieler neuer Bestzeiten aus. Leonie P. Jung (Jg. 2000), Davide Tosi (Jg. 2010) und Matteo Tosi (Jg. 2010) schafften es in den Einzelwettkämpfen aufs Podest. In 1:22,02 Min. schwamm Leonie auf Platz 3 über 100 m Lagen. Davide verdiente sich Bronze über 50 m Kraul in 48,10 Sekunden. Mit neuer Bestzeit von 49,93 über 50 m Rücken erkämpfte sich Matteo als einziger in unserem Team den 1. Platz und die Goldmedaille.



Oskar Lahiri auf dem Podest

„Spatzen“ schwammen in Eberswalde

Wettkampfpremiere für Hannah / Sieg für Oskar

Am 11. Mai machte sich ein kleines Team auf den Weg nach Eberswalde zum 22. Spatzenschwimmfest des ESV. Der Wettkampf richtet sich vor allem an die „Kleinen“ unter den Wettkampfschwimmern. Für uns gingen Olga, Filipa, Hannah und Oskar an den Start. Es war Hannahs erster offizieller Wettkampf als lizenzierte Wettkampfsportlerin, entsprechend groß war die Aufregung. Doch die „erfahreneren“ Teammitglieder Olga und Filipa unterstützten sie super. Zur Unterstützung begleiteten uns Lina und Guido, die Eltern von Filipa und Oskar sowie Hanna. Das erleichterte nicht nur die Anreise. Der Veranstalter hatte nur wenige Pausen eingeplant und die Kampfrichter schienen so schnell es geht wieder nach Hause gehen zu wollen. Gute Organisation und Abstimmung waren also dringend notwendig. Doch das alles ist uns sehr gut gelungen. Vielen Dank deshalb noch einmal an Lina und Guido.

Zeiten und Plätze

Olga Burkhard (2010)		
25 F	27,59	(7.)
50 R	1:04,68	(7.)
25 S Beine	30,44	(5.)
Filippa Lahiri (2011)		
25 F	29,11	(7.)
50 B	1:00,84	(3.)
25 S Beine	41,53	(8.)
Hannah Speiser (2010)		
25 F	26,12	(6.)
50 B	1:04,19	(4.)
50 R	58,53	(5.)
Oskar Lahiri (2012)		
25 B Beine	40,47	(1.)



Wassersportler unter sich: Saison-Kehraus auf der Dahme

Im Drachenboot ließ sich Teamgeist beweisen

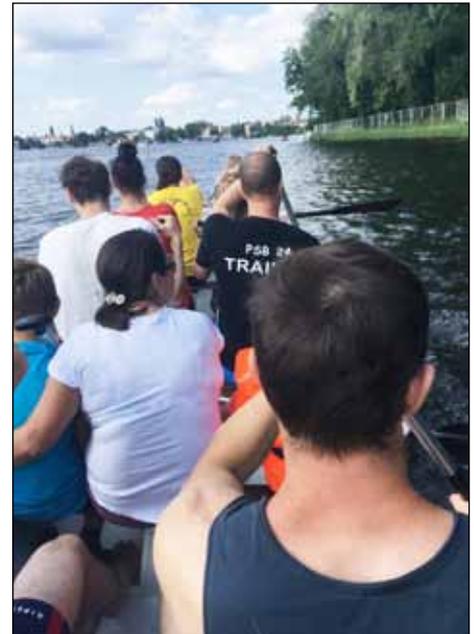
Zum Saisonabschluss hatten wir am 22. Juni noch ein kleines Highlight parat. In Zusammenarbeit mit Robert Winkler von den Kanuten haben wir das Saisonende und die Sommerpause auf dem PSB-24-Gelände in Köpenick eingeleitet. Hier durften wir eine Runde mit dem Drachenboot drehen und unsere Teamfähigkeiten unter Beweis stellen. Denn nur durch gute Zusammenarbeit kommt man voran. Zudem durften wir auch andere

wunderbare Angebote wie SUP, Kajak oder Kanadier ausprobieren. Der ausgiebigen Bewegung folgte die Stärkung mit Grillgut. Ein tolles Erlebnis und gute Stimmung sorgten für einen tollen Saisonabschluss und einen guten Start in die Ferien. Vielen Dank an Robert und die Kanu-Abteilung dafür, dass ihr uns diesen Nachmittag ermöglicht habt. Es war ein wundervolles Erlebnis und wir freuen uns schon auf die nächsten gemeinsamen Aktivitäten.

Angefeuert durch ihre Teamgefährten, schwammen auch Justin und Janina Pohl, Steven Rook und Leonie Jung aufs Podest. Voller Ehrgeiz erkämpften sie als Staffel über 4 x 50 m Schmetterling in 2:22,45 den 3. Platz.

Zeiten und Plätze

Oda (Jahrg. 2011)			Louise (2007)		
50 B	1:01,91	(4.)	50 F	44,83	(40.)
Leonie (2000)			50 S	52,19	(26.)
50 F	32,81	(7.)	100 L	1:46,41	(31.)
50 R	36,96	(6.)	Justin (2001)		
50 S	37,14	(9.)	50 B	36,23	(9.)
100 L	1:22,02	(3.)	100 L	1:16,61	(12.)
Lotte (2006)			Steven (2003)		
50 B	52,40	(27.)	50 F	28,46	(10.)
50 R	59,94	(34.)	50 S	31,67	(12.)
Janina (2001)			Davide (2010)		
50 R	40,47	(10.)	50 F	48,10	(3.)
100 L	1:27,08	(7.)	50 B	1:01,44	(9.)
Sofia T. (2007)			50 R	51,82	(4.)
50 F	43,68	(38.)	Matteo (2010)		
50 B	55,12	(31.)	50 F	50,77	(7.)
50 R	51,24	(32.)	50 B	58,43	(4.)
			50 R	49,93	(1.)





Wettkampf für Junge und Jüngste

Noch kurz vor der Sommerpause, am 16. Juni, fand in diesem Jahr das 2. Kinderschwimmfest des BSV Kreuzberg in der Schwimmhalle Thomas-Mann Straße statt. Das Tolle an dieser Veranstaltung ist ein integrierter kindgerechter Wettkampf. Hier können auch schon die jüngeren Kinder ihr Können zeigen. Der Wettkampf wurde in zwei Abschnitte aufgeteilt, im ersten Abschnitt schwammen die „Kleinen“ (Jg. 2014-2010) und im zweiten Abschnitt traten die „Großen“ (2009 und älter) an.

Im 1. Abschnitt gingen für uns Davide, Oskar, Elias, Oda, Filippa und Olga mit der Unterstützung ihrer Trainer Nicole und Samir an den Start. Die Aufregung war groß, doch die Leistung noch viel größer. Alle sechs waren mit viel Spaß und Freude dabei und haben mit tollen Leistungen überzeugt. Und obwohl das letzte Training schon eine Weile her war, da unsere Trainingshalle in der Gartenstraße schon seit Ende Mai geschlossen wurde und nicht alle zum Ersatztraining in der Seestraße kommen konnten, überzeugten unsere Aktiven mit guter Technik und großem Ehrgeiz. Dies verhalf ihnen nicht nur zu vielen neuen Bestzeiten, sondern vor allem auch zu sehr guten Platzierungen. Nicht nur in den Einzeldisziplinen schwammen sie ganz vorne mit, auch in der Mehrkampfwertung setzten sie sich durch.

In der Mehrkampfwertung erreichte Oda (Jg. 11) mit einer Gesamtzeit von 1:52,96 den 5. Platz und Olga (Jg. 10) mit einer Gesamtzeit von 1:26,94 den 4. Platz. Auf's Treppchen schafften es auch Oskar (Jg. 12) und Filippa (Jg. 11). Oskar erreichte den 3. Platz in 1:57,66 und Filippa den 2. Platz in 1:30,52. Und ganz nach oben und damit auf den 1. Platz gelangten Elias (Jg. 12) mit einer Gesamtzeit von 1:46,41 und Davide (Jg. 10) mit 1:14,57. Belohnt wurden alle mit einer Teilnehmermedaille und einer Urkunde bzw. einem kleinen tollen Pokal für die Gewinner. Ich bin stolz auf euch. Das habt ihr super gemacht!

Im zweiten Abschnitt gingen für uns Louisa, Helene, Samira, Sofia S., Sofia T., Anna, Amalia, Phelan, Lennart und Steven an den Start. Das Teilnehmerfeld war leider nicht sehr groß, der Zeitplan folglich sehr straff. Viel Zeit zum Durchatmen und Erholen blieb kaum. Leider kam es dadurch auch zu einigen Disqualifizierungen unserer Schwimmer.



Unsere „Kleinen“ mit Trainerin Nicole

Trotzdem gelang es ihnen immer wieder, sich zu sammeln, um mit neuem Elan und neuem Ehrgeiz ins Becken zu springen. Betreut durch ihre Trainer Samir und Dirk, schafften sie es, sich in den Ergebnislisten ganz nach vorne zu schwimmen. Auch bei den „Großen“ schwammen mehrere aus unserem Team in der Mehrkampfwertung aufs Podest.

Samira, Anna und Phelan setzten sich in ihren Wertungsgruppen durch, erkämpften sich den 1. Platz und damit einen der Pokale. Wenn auch sehr anstrengend, war dies ein schöner, erfolgreicher Abschluss vor der Sommerpause. Gestärkt und hoffentlich mit neuer Motivation geht es nach den Sommerferien weiter.

Nicole Schumann

Zeiten, Punkte und Platzierungen

Oskar Lahiri (2012)	25 R 38,42 (3.)	25 B 42,37 (3.)	25 K Beine 36,87 (1.)
Elias Kopitsch (2012)	25 R 34,30 (1.)	25 B 34,82 (1.)	25 K Beine 37,29 (2.)
Oda v. Bredow (2011)	25 F Beine 54,06 (3.)	25 B Beine 27,96 (1.)	25 R 30,94 (2.)
Filippa Lahiri (2011)	25 F 28,55 (1.)	25 B 27,23 (1.)	25 R Beine 34,74 (1.)
			25 S Beine 43,27 (2.)
Davide Tosi (2010)	25 F 21,15 (1.)	25 B 27,51 (3.)	25 R 25,91 (2.)
			25 S 29,00 (1.)
Olga Burkhard (2010)	25 F 30,23 (4.)	25 B 28,16 (4.)	25 R 28,55 (5.)
Phelan Schmidt (2008)	50 F 43,07 (1.)	50 B 57,04 (2.)	50 R 44,56 (1.)
			100 L 1:46,45 (1.)
	Mehrkampf 418 Pkte. 1. Platz		
Louisa Knauth (2008)	50 F 44,50 (2.)	50 B 55,31 (3.)	50 R 46,91 (1.)
			Mehrkampf 437 Pkte. 2. Platz
Samira Schrader (2007)	50 F 46,09 (3.)	50 B 49,13 (1.)	50 R 48,51 (1.)
			Mehrkampf 468 Pkte. 1. Platz
Helene Schetelich (2007)	50 F 43,76 (1.)	50 R 50,02 (3.)	100 L 1:50,36 (1.)
			Mehrkampf 412 Pkte. 3. Platz
Sofia Tosi (2007)	50 F 47,95 (4.)	50 B 57,10 (2.)	50 R 53,51 (5.)
			Mehrkampf 345 Pkte. 4. Platz
Sofia Schöndube (2006)	50 F 54,39 (6.)	50 R 52,52 (4.)	100 L 2:03,95 (3.)
			Mehrkampf 284 Punkte 5. Platz
Amalia Sterngast (2005)	50 F 38,10 (2.)	50 B 46,79 (2.)	50 R 44,20 (4.)
			100 L 1:37,70 (2.)
			Mehrkampf 834 Punkte 2. Platz
Lennart Albrecht (2005)	100 F 1:28,64 (2.)	50 B 48,81 (5.)	50 R 45,44 (2.)
			Mehrkampf 366 Pkte. 6. Platz
Anna Schrader (2004)	50 F 30,06 (1.)	50 B 43,23 (1.)	50 R 34,32 (1.)
			50 S 33,73 (1.)
			Mehrkampf 1528 Pkte. 1. Platz
Steven Rook (2003)	50 F 28,65 (1.)	50 B 45,44 (2.)	50 R 33,68 (1.)
			50 S 35,55 (1.)
			100 L 1:18,20 (2.)
			Mehrkampf 1077 Pkte. 2. Platz

Zeiten in **Fett**druck: neue persönliche Bestzeiten



Tanzsport

Nach einem langen schönen Sommer ist jetzt wieder Zeit, sich sportlich zu betätigen.

Darum laden wir alle interessierten Paare zu einem **kostenlosen Probetraining** immer

dienstags von 19.10 bis 20.25 Uhr
oder von 20.30 bis 21.50 Uhr

in die Forckenbeckstr. 18 (Pro Sport Berlin 24) ein.

Neben den Standardtänzen wie Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango, Foxtrott, Slowfox und Quickstep werden auch Lateinamerikanische Tänze wie Cha-Cha-Cha, Rumba, Samba, Jive und Paso Doble geübt.

Wir sind eine Breitensportgruppe, die Freude am Tanzen und den Platz im großen Ballettsaal genießt. Unsere Schrittfolgen orientieren sich an unserem Können und der Einsatzmöglichkeit bei Bällen oder Tanzveranstaltungen. Unsere Haupttrainingszeit ist am Dienstagabend. Freitags von 18.00 bis 19.30 Uhr besteht die Möglichkeit, im kleinen Ballettsaal Schritte zu wiederholen oder auch etwas Neues auszuprobieren.

Unsere engagierten Trainer haben jeden im Blick und helfen stets mit individuellen Tipps. Jede Schrittfolge wird ausführlich erarbeitet und geübt.

Herbstzeit ist Tanzzeit!

Einladung zu kostenlosem Probetraining



Foto: Archiv der TSA

Für alle, die neben dem Spaß am Tanzen auch etwas für Körper und Geist tun möchten, ist Tanzen genau das Richtige. Beim Tanzen werden Ausdauer, Beweglichkeit, Balance und Bewegungskoordination gleichermaßen verbessert.

Jedes Paar ist bei uns willkommen, auch ohne Vorkenntnisse.

Weitere Informationen über **Arno Georges**,
Tel.: 0171 7854339 oder unter www.psb24-tanzen.de

Annette Rüggen



Tischtennis

Eine lange Durststrecke galt es in der Sommerpause zu überwinden. Beide Spielorte standen wegen Bauarbeiten oder sonstigen Gründen wochenlang nicht zur Verfügung. Die Wilmersdorfer Halle wurde während der gesamten Schulferienzeit und darüber hinaus wegen neuer Elektroinstallation gesperrt und die Tegeler Schulsporthalle war für uns aus nicht verständlichen Gründen ebenfalls für drei Wochen geschlossen.

Da die neue Spielsaison bereits Ende August beginnt, bleibt nur wenig Zeit, sich darauf einzustellen. Günstig ist zunächst einmal der Verbleib der 1. Herrenmannschaft in ihrer bisherigen Liga, der 2. Kreisklasse. Nach dem Debakel um den knappen Abstieg wurde der Klassenerhalt dank freigewordener Aufstiegsplätze gerettet. Puh, Glück gehabt!

Die 2. Mannschaft darf dagegen wieder von ganz unten beginnen, klassengleich mit der 3. Mannschaft, jedoch in verschiedenen Staffeln. Ein Aufeinandertreffen gibt es daher nicht. Schade, das wäre sicherlich spannend geworden. Während die Erste und die Zweite im Nordwesten Berlins eingeteilt sind und ihre Heimspiele abwechselnd in Tegel austragen, ist die 3. Mannschaft in Wilmersdorf

Eine Durststrecke liegt hinter uns

Von Saisonbeginn an gilt es, alles zu geben

zu Hause und spielt wie bisher im Südwesten der Hauptstadt.

Veränderungen gibt es in allen drei Mannschaften. Die Erste spielt mit Torsten als Spitzenspieler, der auch neuer Käpt'n ist, gefolgt von Dirk, Detlef und Ingo als sein Vertreter. Die Zweite wird angeführt von Daniel, el Capitano Micha als Käpt'n und den beiden Jürgen mit Jürgen Stocker als Vize. Die Dritte beheimatet

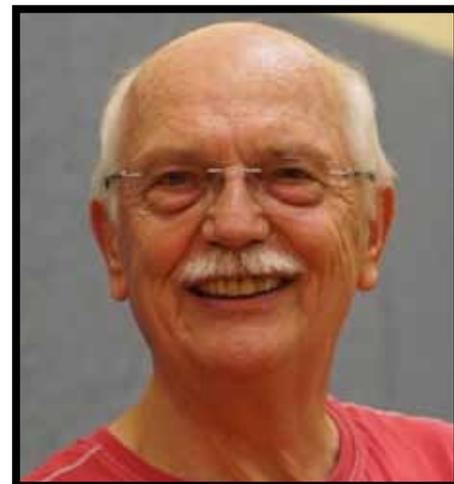
einige Spieler der ehemaligen Zweiten: Paul, Thomas, Uwe, die beiden Ullis, Matze, Erping, Kalle, Roland, Jonas und Piotr.

Besonders die beiden Mannschaften der 4. Kreisklasse sollten in dieser Saison einiges aufmischen, denn es geht um den (Wieder-)Aufstieg. Es gilt also von Anfang an, alles zu geben, gekämpft wird wie eh und jeh mit *Netz-Kante...*

Ulli Wobbermin

Bernd Pieper

Nach schwerer Krankheit verstarb Bernd am 4. Juli 2019, kurz nach seinem 77. Geburtstag. Er gehörte mit über 40 Jahren Mitgliedschaft zum Urgestein der Abteilung und war lange Zeit als Mannschaftsspieler aktiv. In den letzten Jahren ließ Bernd es sich trotz fortschreitender Krankheit nicht nehmen, in der Tischtennis-Freizeitgruppe mit dabei zu sein, wann immer es ihm möglich war. Mit seiner fröhlichen und unbeschwerten Art spielte er sich in unsere Herzen und ließ sich auch in schweren Zeiten nicht entmutigen. Wir werden ihn vermissen.



Tennissommerncamp 2019



In diesem Jahr fanden auf der wunderschönen Tennisanlage von Pro Sport Berlin 24 Gatow erstmalig fünf Sommerncamps statt. Darunter auch das bei den Schülern des Hans-Carossa-Gymnasiums so beliebte vom Senat geförderte Camp.

Wir konnten sehr viele begeisterte Tennisspieler im Alter zwischen 4 und 16 Jahren begrüßen. Das Angebot war vielfältig. Am Vormittag standen 3 Stunden Tennistraining auf dem Programm. Nach einer gezielten Erwärmung lag der Fokus auf technikorientiertem Tennisunterricht.

Neue Energien tankten wir bei einem gemeinsamen Mittagessen auf der Terrasse des Clubrestaurants.

Unser Nachmittagsprogramm wurde von Technik, Match oder Athletiktraining geprägt, für jeden individuell bestimmt. Alle Kinder, auch die kleinsten, lernten intensiv.

Unsere Freizeit verbrachten wir beim Schwimmen, Angeln und Bootfahren. Das Highlight bildete das Stand Up Paddling. Wir erlebten viel Spaß auf dem Bootssteg und auf der Havel. Diese Wochen werden wir in fröhlicher Erinnerung behalten und wünschen allen Teilnehmern und Familien einen schönen Spätsommer. Wir freuen uns, euch ab August wieder im Training begrüßen zu dürfen.

Mit sportlichen Grüßen

Jugendwart und Trainerteam

Tenniscamps an der Havel

Viel Spaß auch auf dem Bootssteg und auf Boards



Ehrenmitglied Klaus Ulrich verstorben

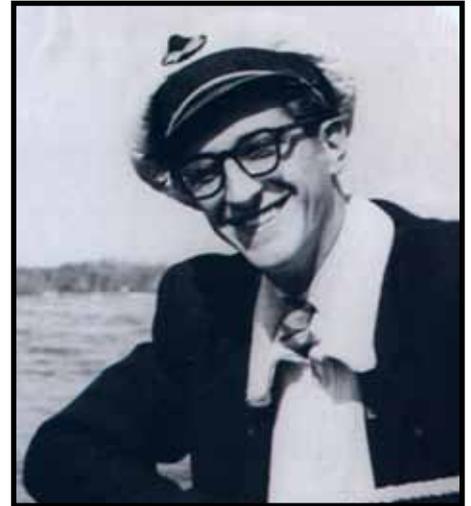
Vielen wird Klaus Ulrich noch als langjähriger „Sektionsleiter Segeln“ der BSG Post in Erinnerung sein. In der Zeit eines schweren Wiederbeginns nach dem Krieg hatte er maßgeblichen Anteil an der Entwicklung des Segelsports auf unserer Anlage in der Grünauer Straße. Viele Jahre bis 1990 war er auch Mitglied im Vorstand der BSG Post Berlin und vertrat die Interessen der Segler im damaligen Bund Deutscher Segler. Mit seiner besonnenen und ruhigen Art hatte er danach maßgeblichen Anteil an der gelungenen Vereinigung zwischen der BSG Post Berlin und dem damaligen Post SV Berlin.

Aufgrund seiner Verdienste um den Segelsport war er mit Auszeichnungen hoch dekoriert und wurde 1994 zum Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt. Aber auch sportlich war Klaus Ulrich als passionierter Segler verschiedenster Bootsklassen sehr aktiv und legte 30mal das Sportabzeichen ab.

Wir werden Klaus Ulrich, der auf fast 70 Jahre Vereinszugehörigkeit zurückblickte, als besonderen Segel-Kameraden in bleibender Erinnerung behalten.

Klaus Eichstädt *Präsident*
PSB 24

Dr. Bertram Wieczorek *Vorsitzender*
SG Köpenick



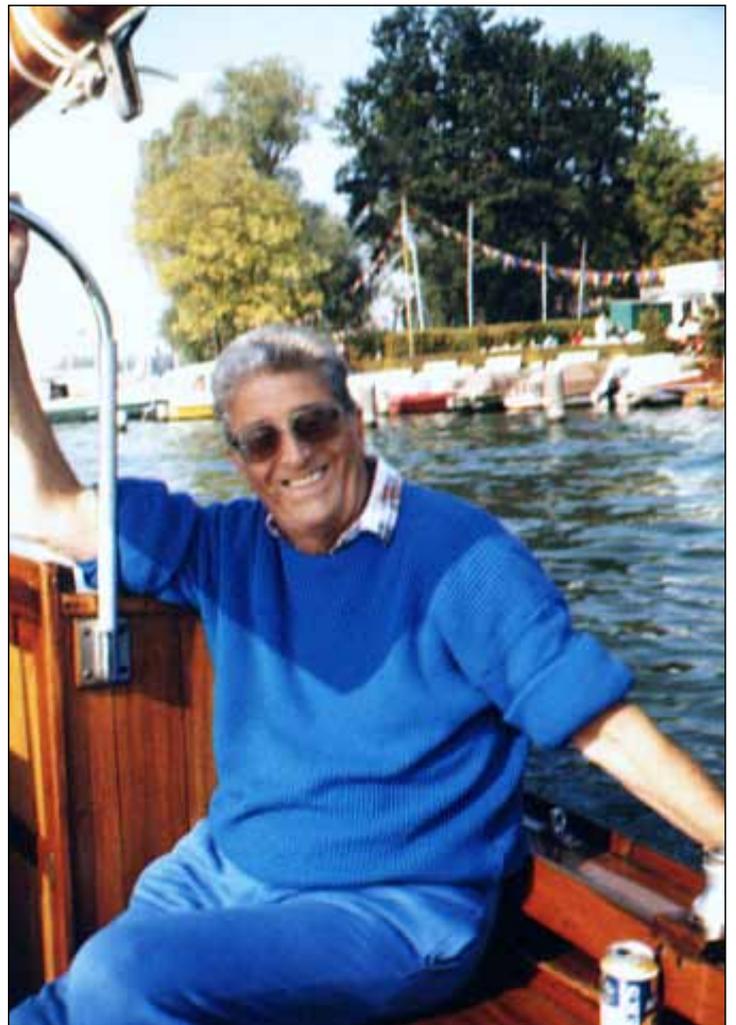
Klaus Ulrich als junger Segler 1955



Sportgruppe
Köpenick

Bilder sagen so viel mehr als Worte

Klaus, Du warst uns Vorbild, Freund und Kamerad



Ein letztes „Gode Wind, ahoi!“

Die Mitglieder der Sportgruppe Köpenick



Neues Projekt am Glockenturm

PSB-24-Sportcamp für Kids ein voller Erfolg

Es ist Montagmorgen, der 1. Juli. Vier Trainer und 27 Kinder sind startklar für eine Woche voller Abenteuer. Auf dem Plan stehen viele Aktivitäten.

Unsere Mission lautete, den Kindern eine unvergessliche Woche voller Sport und Spaß zu bieten. Dabei war es uns auch wichtig, dass die Kinder, größtenteils aus der vereinseigenen Abteilung Kinderturnen Charlottenburg und Wilmersdorf, auch andere Sportarten von Pro Sport Berlin 24 kennenlernen. Wir hatten die großartige Möglichkeit, einen wunderschönen sonnigen Tag auf der Anlage am Stößensee zu verbringen, und wurden dort bestens betreut.

Genau passend fanden auch die Weltmeisterschaften im Bogenschießen statt und nach einem Besuch auf dem Glockenturm wurden wir herzlich von den Mitgliedern unserer Abteilung empfangen. Auf einem Übungsplatz erhielten die Kinder ein erstes

Gefühl für diese Sportart und durften mit einem Übungsbogen testen.

Zu einem ebenso tollen Erlebnis wurde der Besuch im Hochseilgarten.

Die Kinder konnten die Woche nach ihren Vorstellungen gestalten, so überließen wir ihnen die freie Wahl, eine Vielzahl von Workshops zu besuchen. In der Glockenturmstraße ließ sich dies durch die zahlreichen Möglichkeiten bestens umsetzen. Während fleißig mit unseren Volleyball- und Tennistrainern an den Techniken gefeilt wurde, flogen die Bälle in der Fußballhalle und im Kursraum wurden verschiedenste Yoga-Positionen erlernt. Neben der Bewegung an sich, war es uns auch ein Anliegen, den Kindern zu vermitteln, warum Bewegung so wichtig ist. In einem Anatomieworkshop staunten wir nicht schlecht, wie schnell gemeinsam eine riesige Wirbelsäule, bestehend aus Sportmaterialien, aufgebaut wurde.

Wir konnten sehr schnell feststellen, dass eine positive Dynamik in der Gruppe entstand und die Hilfsbereitschaft untereinander enorm groß war. Für uns Trainer war diese Woche eine sehr angenehme Erfahrung und wir haben große Lust, dieses erfolgreiche Projekt zu wiederholen.

Wir bedanken uns ausdrücklich bei allen, die zu diesem Erfolg beigetragen haben.

Sie sind interessiert? Das PSB-24-Sportcamp für Kids wird voraussichtlich wieder in den Sommerferien 2020 stattfinden. Wenn Sie sich für einen Platz vormerken lassen möchten, schreiben Sie eine E-Mail an:

mertin@pro-sport-berlin24.de.

Magdalena Mertin

Pro Sport Studio Charlottenburg



Bei den Bogenschützen ...

... und im Hochseilgarten