

PSB 24 aktuell

Newsletter 6-19



Ein umfangreiches Programm hatten kleine und größere Aktive bei den Gürtelprüfungen der Abteilung Ikigai Karate-Do zu bestehen. Alle bestanden ihre Prüfung mit guten bis sehr guten Leistungen und nahmen ihre neuen Gürtel nebst Urkunden in Empfang. (Seite 5)



INHALT

- Seite 2
FRAUENFUSSBALL:
Hat uns der Fußballgott vergessen?
Aus der Geschäftsstelle
- Seite 3
AMERICAN FOOTBALL:
Noch ein Erfolg für Ladies
HANDBALL:
Der Start war holprig
- Seiten 4/5
BADMINTON:
Jugendmannschaft schrieb Vereinsgeschichte
- Seiten 5/6
IKIGAI KARATE-DO:
Prüfung bestanden
Turnier in Beilstein
- Seite 7
SHINBUKAI KARATE:
Stolz auf neue Gürtel
- Seite 8
SCHWIMMEN:
Wieder drei Masters-Titel
RUDERN:
In Dresden übern Äquator
- Seite 9
JUDO:
Falkenseer Stadtpokal
TANZSPORT-Jubiläen



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 monatlichen Wechsel mit dem Mitgliedermagazin „PSB 24 aktuell“
Redaktion und Gestaltung:
Detlef D. Pries
zeitung@pro-sport-berlin24.de
Redaktionsschluss der nächsten Druckausgabe: 5. Jan. 2020



Hat uns der Fußballgott vergessen?

Im neuen Jahr wird bestimmt alles besser

Auch die letzten drei Spiele des Jahres gingen leider verloren. Im Spiel gegen **THC Franziskaner FC** mussten wir aufgrund einiger Ausfälle auf Einwechselspielerinnen verzichten. Nach einem Spiel in den Anfangsminuten auf Augenhöhe, reichte eine kleine Unaufmerksamkeit, um in der 13. Minute in Rückstand zu geraten. Der Versuch, noch vor der Pause den Rückstand aufzuholen, ging nach hinten los. Zur Halbzeit gingen wir geknickt mit einem 0:2 in die Kabine. Mit neuem Mut ging es in die zweite Hälfte. Doch nach fünf Minuten bremste uns das nächste Gegentor gnadenlos aus. Den Schlusspunkt setzten die Gäste in der 49. Minute, nach einem schnell ausgeführten Freistoß.

Ausgleich nur für zwei Minuten

Beim **BFC Eintracht Südring** war von Beginn an klar, dass es sich beim Gegner um einen ganz schweren Brocken handelte. Dementsprechend hatten wir alle Füße voll zu tun. Doch in der 10. Minute gab es den ersten Nackenschlag Marke Sonntagsschuss. Aber wir wehrten uns und erhielten in der 25. Minute einen berechtigten Handelfmeter. Der von Annett Kaiser geschossene Ball konnte

zweimal abgewehrt werden, ehe er endlich zum Ausgleich im Kasten des Gegners untergebracht war.

Leider währte unser Glück nur zwei Minuten und der alte Abstand war wieder hergestellt. In Hälfte zwei wollten wir den möglichen Gleichstand wieder herstellen. Doch der BFC zog die Zügel noch mehr an und so liefen wir in der 45. Minute in einen klassischen Konter, der die Vorentscheidung und auch den völligen Zusammenbruch brachte. Von der 51. bis zur 55. Minute mussten wir drei weitere Tore schlucken.

Bittere Pille auch im Nachholspiel

Noch eine bittere Pille war in diesem Jahr für uns reserviert. Zum Nachholspiel mussten wir zum **FFV Spandau**. Wieder war kein Wechsel aufgrund von Ausfällen möglich. Wie immer gab es ein engagiertes Auftreten der Mannschaft. Aber nach 13 Minuten nahm das Schicksal seinen Lauf. Beim Abwehrversuch rutschte der Ball Kathrin Wegner-Og unglücklich über den Scheitel und flog in hohem Bogen

unhaltbar in den eigenen Winkel. Noch war alles möglich. Doch es fehlte zunehmend an Kraft, um die Gegnerinnen wirklich zu erschrecken, der auch noch das Glück des Tüchtigen hatte und in der 45. Minute den Ball mit Bauch oder Brust über die Linie drückte.

Unerwünschte Zugabe kurz vorm Abpfiff

Kurze Zeit später verletzte sich Annett Kaiser und wir mussten den Rest des Spiels in Unterzahl überstehen. Das 3:0 vorm Abpfiff war nur noch eine Zugabe.

Ich hoffe, Ihr habt einen guten Jahreswechsel und könnt in der Fußballpause alle Wehwehchen auskurieren. Euch allen sei ein gesundes neues Jahr gewünscht.

Im sportlichen Bereich erhoffe ich mir vom Fußballgott endlich ein bisschen mehr Aufmerksamkeit, weniger Verletzungsspech, immer alle Frauen an Bord, weiterhin viel Spaß auf und neben dem Platz und Siege! Schließlich möchte ich endlich schönere Berichte verfassen können!

Nico Lange

Wichtige Mitteilung der Geschäftsstelle

An alle über 18 Jahre alten Schüler, Studenten und Auszubildenden

Anträge auf Beitragsermäßigung für 2020 müssen bis 15. Dezember in der Geschäftsstelle eingereicht werden. Andernfalls wird der Erwachsenenbeitrag erhoben.

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

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

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

Antrag auf Beitragsermäßigung für Schüler, Studenten und Auszubildende

Name _____ Vorname _____

Straße _____ Wohnort _____

Mitgliedsnummer _____

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

Datum _____ Unterschrift _____

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



American Football

Seit fünf Jahren lobt das Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf jährlich den Förderpreis „Frauen und Mädchen im Sport“ aus. Diesmal durften sich die Kobra Ladies über ein frühzeitiges Weihnachtspresent freuen: Die Jury erkannte den Footballerinnen einen 2. Platz in diesem Wettbewerb zu. Gewürdigt wurde damit die Tatsache, dass die Kobra Ladies im vergangenen Jahr mehr als 20 Rookies ein neues sportliches Zuhause geboten und sie erfolgreich ins Team integriert haben. Vor allem die Idee der Rookie-Mamas überzeugte die Juroren.

Am 13. Dezember zeichnete die Bezirksstadträtin für Jugend und Sport Heike Schmitt-Schmelz die Preisträger aus. Mit der Ehrung für die Ladies war ein Preisgeld von 1500 Euro verbunden. **BKL**

Noch ein Erfolg für Kobra Ladies



Handball

Die Verbandsligamannschaft von Pro Sport Berlin 24 startete schon vor Weihnachten in die Rückrunde dieser Saison, doch wir wollen zum Jahresende noch einmal kurz die Hinrunde Revue passieren lassen:

In der Saisonvorbereitung gab es im Grunde kein Team. Die Trainersuche war erfolglos und man erwog ernsthaft, die Mannschaft vom Spielbetrieb abzumelden. Kurzerhand wurde das Training mit der Landesligamannschaft des Vereins zusammengelegt, so dass überhaupt erst ein sinnvolles Training absolviert werden konnte. Vielen Dank für die Kooperation und

Nach holprigem Start in der Tabellenmitte eingereicht

Schwierige Saisonvorbereitung der 2. Mannschaft

die unermüdliche Unterstützung von Reinhard Hermenau und Malte Dehner.

Schließlich rappelten sich einige erfahrene und viele junge Spielerinnen zusammen und präsentierten sich in kürzester Zeit als Team.

Mit einer guten Leistung unterlag die Mannschaft im Auftaktspiel der Saison gegen Blau-Weiß 1890 (derzeit Tabellendritter) und gewann holprig gegen BTV 1850 (Tabellenzwölfter). Deutliches Nachsehen hatte sie gegen die SG OSF II, doch auch in diesem Spiel zeigte die Mannschaft phasenweise eine überzeugende Leistung. Die Spiele gegen Hellersdorf,

Spandau und Preußen wurden in spannenden Schlussphasen knapp gewonnen.

Totalaussetzer leistete man sich leider in Rudow und beim BSV 92. In diesen Begegnungen konnte das Team zu keinem Zeitpunkt das angestrebte Niveau abrufen.

In einer wichtigen Phase gelang es dafür, die beiden Tabellennachbarn NARVA und Rotation Prenzlauer Berg zu besiegen. Kämpferisch und abgeklärt ließen sich die Spielerinnen trotz Rückständen nicht aus der Ruhe bringen und behielten vier wichtige Punkte in der eigenen Halle.

Zum Jahresende lieferte sich das Team noch eine packende Partie gegen BVB 49. Der Vorjahresmeister – von Verletzungen gebeutelt – wurde in den Schlussminuten an seine Grenzen gebracht und förmlich überrannt. Insgesamt ließ man aber zu viele Chancen liegen und bekam die starken Rückraumwürfe der Gegnerinnen nicht in den Griff.

Nach der zu hohen Niederlage im ersten Rückrundenspiel gegen Blau-Weiß 1890 reiht sich die Mannschaft nun in der Tabellenmitte auf dem 6. Platz ein.

Ein besonderer Dank geht an die „Leihspielerinnen“ Frances Schwanke, Tuula Moritz, Birte Land und Stefanie Kretschmann, die jeweils an den richtigen Stellen für Entlastung beziehungsweise Verstärkung sorgten. Mit engagiertem Training und kämpferischen Spielen hat das Team durchaus die Möglichkeit, sich im oberen Tabellendrittel festzusetzen.

Wir bedanken uns bei den treuen Fans und Unterstützern und wünschen allen Beteiligten eine schöne Weihnachtszeit und einen erfolgreichen Start ins neue Jahr. **Nora Peschke**





Erster Jugendmannschaftstitel der Vereinsgeschichte

Finalsieg beim Berlin-Brandenburger Championat

Mit dem Gewinn der Berlin-Brandenburger Mannschaftsmeisterschaft am 10. November hat unsere Jugendmannschaft U19 (Vereins-)Geschichte geschrieben. Nach einigen zweiten und dritten Plätzen in der Vergangenheit holte ein Nachwuchsteam unserer Spielgemeinschaft erstmalig einen Titel und sicherte sich nebenbei einen Startplatz bei den Norddeutschen Mannschaftsmeisterschaften im kommenden Frühjahr.

Dabei waren die Aussichten bei Beginn des Finalwochenendes gar nicht so rosig: Wir hatten mit Brauereien I und Siemensstadt/Dresdenia die deutlich schwerere Zwischenrundenstaffel erwischt und außerdem trübte der krankheitsbedingte Ausfall von Benjamin Bert die Stimmung. Der Plan, unseren mit Abstand stärksten Herren Anton Groß im Einzel und im Mixed einzusetzen, konnte daher nur gelingen, wenn wir in unserer ebenfalls qualifizierten 2. Mannschaft „wilderten“. Für das zweite Doppel zogen wir Alex Fleddermann hoch. Er bildete mit unserem stärksten U15er Mattis Zimmermann ein komplett neues Gespann. Beachtlich insbesondere der Größenunterschied: Alex um die 1,90 m, Mattis 1,50 m. Punktgewinne erwarteten wir von den beiden kaum, aber da sollten wir uns täuschen...

Im ersten Spiel der Zwischenrunde gegen Brauereien I ging der Plan voll auf: Wir holten die vier eingeplanten Punkte (Damendoppel, Dameneinzel, Mixed und 1. Herreneinzel) und rangen dem an Nr. 1 gesetzten Gegner ein 4:4 ab. Nach einem klaren 8:0 gegen den BC Potsdam musste das Spiel gegen SCS/Dresdenia über den Einzug ins Halbfinale entscheiden. Überraschend wurde die stärkste Dame Emily Marks nur im Doppel eingesetzt. Trotzdem gewannen Karina Fiebig und Neele Zimmermann dieses Doppel souverän. Auch die drei anderen „sicheren“ Punkte wurden geholt, so dass im 2. und 3. Herreneinzel die Entscheidung fallen musste. Jakob Hinrichs und Julius Kamps standen den beiden Patil-Brüdern gegenüber und beide Spiele gingen über drei Sätze. Nach jeweils verlorenem ersten Satz konnten beide nervenstark ihre Spiele drehen. Dank des 6:2- Sieges gewannen wir die Zwischenrundenstaffel und gingen als Favorit in das sonntägliche Halbfinale gegen die 2. Mannschaft des SVBB.

Am Sonntagmorgen ging das Halbfinale tatsächlich glatt über die Bühne. Mit einem klaren 8:0 erreichten wir ungefährdet das Finale. Alex und Mattis deuteten in ihrem Doppel bereits an, dass mit ihnen zu rechnen ist, und rangen Nguyen/Tinellung in drei sehenswerten Sätzen nieder. Im zweiten Halbfinale gab es zwischen EBT und Brauereien I ein 4:4. Nach Sätzen lag EBT 10:8 vorn und erreichte das Finale. Erstmals mussten wir über die Aufstellung grübeln, da EBT quasi unser Spiegelbild ist:



Starker 1. Herr und zwei starke Damen. Am Ende entschieden wir uns nach dem Motto „Never change a winning team“, alles beim Alten zu belassen, und gingen gespannt in die Spiele. Eine kleine Vorentscheidung fiel bereits im 1. Herrendoppel, wenn auch auf traurige Art und Weise: Beim Stand von 6:4 im ersten Satz knickte Mykhailo Liubyoyi um und konnte nicht weiterspielen. Parallel verloren Karina und Neele ihr erstes Spiel im Wettbewerb: 13:21 und 15:21 gegen Lucie Wagner und Marleen Schwabe. Im 2. Herrendoppel wuchsen Alex und Mattis über sich hinaus und besiegten in einem dramatischen Spiel Ben Bayer/Luca Brestrich in drei Sätzen. Die Kombination aus Druck von „ganz weit oben“ (Alex) und ein „gezockter Netzdrops pro Ballwechsel ist Pflicht“ (Mattis) brachte den Zwischenstand 2:1. Im Dameneinzel wurde es noch dramatischer: Neele und Marleen Schwabe lieferten sich einen engen dritten Satz, der mit 22:20 an EBT ging – 2:2. Das erste Herreneinzel war eine leichte Beute für Anton – 3:2. Einmal „on fire“ ging es für Anton gleich mit dem

Mixed weiter. Das 50:50-Duell gegen Moritz Fiebach und Lucie Wagner holten Anton und Karina knapp in zwei Sätzen – 4:2.

So sollte uns aus den verbleibenden Herreneinzeln ein Satz zum Titelgewinn reichen. Bereits der erste Versuch klappte: Jakob gewann sein Einzel überraschend souverän 21:11 und 21:17 gegen Ben Bayer. Da wollte Julius nicht nachstehen: 21:18 und 21:13 gegen Luca Brestrich zum umjubelten 6:2. Auch dank der lautstarken Unterstützung durch die zweite Mannschaft konnte wenige Minuten später der Pokal in Empfang genommen werden.

Es spielten: Anton Groß (blieb im gesamten Wettbewerb unbesiegt), Jakob Hinrichs, Julius Kamps, Alex Fleddermann, Neele und Mattis Zimmermann, Karina Fiebig und in der Vorrunde Lilo Marinkovic und Benjamin Bert.

Die 2. Mannschaft erreichte Platz 6 von 18 Mannschaften. Es spielten Leon Kersting, Mikko Hanf, Oscar Gronau, Niklas Kapps, Elias Ioakimidis, Lilo Marinkovic, Felina Rathgeber und Elisabeth Groß. **I.Z.**



Badminton

Am letzten Novembertag ermittelten 49 Kinder und Jugendliche bei den Vereinsmeisterschaften in der Werner-Ruhemann-Halle ihre Meister. Gespielt wurde in vier Klassen in der Disziplin Einzel. Die Jüngsten spielten auf dem halben Doppelfeld. Jungen und Mädchen wurden zusammen gewertet. Für die Turnierleitung zeichnete Steffen mit tatkräftiger Unterstützung der verletzten Elisabeth sowie einiger Teilzeitkräfte verantwortlich. Anke managte das Büffet und die anwesenden Trainer konnten sich auf die Beobachtung ihrer Schützlinge konzentrieren. Nach vielen spannenden Spielen gingen die Sachpreise an:

U9/U11:

1. Nele Fröhlich
2. Samuel Köhn
3. Ben Evans

U13:

1. Theis Rathgeber
2. Luke Jiang
3. Elie Wenzel

U15:

1. Mika Schall
2. Julian Barth
3. Jakob Kunze

U17/U19:

1. Jakob Hinrichs
2. Leon Kersting
3. Alexander Fleddermann

Einige blieben dann noch länger in der Halle und spielten beim Doppelzufallsturnier der Erwachsenen mit.

49 Jugendliche bei den Vereinsmeisterschaften



Siegerehrung U15: Julian Barth, Mika Schall, Jakob Kunze (v.l.n.r.)

Karina und Anton bei Deutschen Meisterschaften in Mülheim

Am gleichen Wochenende spielten Karina Fiebig und Anton Groß bei den Deutschen Meisterschaften U15-U19 in Mülheim. Dort hingen die Trauben erwartungsgemäß hoch. Anton schied im Einzel U19 bereits in der 1. Runde gegen Ben Gatsche (1. BC Beuel) in zwei Sätzen aus (18:21,17:21). Karina erreichte mit Partner Jeremy Dessau im Mixed U17 durch ein Freilos gleich das Viertelfinale und unterlag dort der Nr. 4 der Setzliste Luntz/Hamm (BaWü/Bay) 21:18,19:21,14:21.

Ingo Zimmermann



Die Teilnehmer des Adventsturniers 2019



Ikigai Karate-Do

Ende September fanden die langersehnten Gürtelprüfungen für unsere Karatekas im schönen Mehrzweckraum in der Forckenbeckstraße statt. Erstmals konnten auch die Kleinsten unserer Mitglieder, die Bambini, ihr Können unter Beweis stellen. Aus unserem im Januar 2019 gestarteten Bambini-Kurs (ab 3 Jahre) bestanden acht Karate-Kids ihre Prüfung zum 9. Kyu (Weiß-gelb-Gurt) und konnten stolz ihren neuen Gürtel präsentieren.

Nachdem die Angehörigen dies fotografisch dokumentiert hatten, steigerte sich die Aufregung bei den „größeren“ Prüflingen. Wegen unserer großen Mitgliederzahl waren diesmal nur Prüfungen bis zum Blaugurt vorgesehen. Ausnahme war Gülben, die am 15. Oktober für ein Jahr nach Korea ging.

Die Prüflinge absolvierten ein umfangreiches Programm. Geprüft wurden die Bereiche Kihon (Grundschule), Renzoku Waza (Kombinationstechniken), Sambon Kumite, Ohyo Kumite, Kihon Kumite (Partnerübungen), Kata, Selbstverteidigung und Randori (Freikampf).



Prüfung bestanden

Dank regelmäßiger Teilnahme am Training bestanden alle Aktiven ihre Prüfung mit guten bis sehr guten Leistungen und nahmen ihre neuen Gürtel nebst Urkunden in Empfang. Gülben zeigte bei der Prüfung zum ersten Braungurt (3. Kyu) starke und dynamische Techniken, explosiv in Kopfhöhe ausgeführte Fußtechniken, effektive Angriffe und Vertei-

digungen und eine sehr gute Darbietung der Kata *Kushanku*. Sie ist auf dem richtigen Weg in Richtung Schwarzgurt und kann sich im Ernstfall auch verteidigen. Herzlichen Glückwunsch allen Prüflingen!

Im ersten Quartal 2020 finden die Prüfungen der anderen Braungurte statt. Erwartet werden 11 Prüflinge.

Andre Lassen



Starke Leistungen beim Dhammika Cup in Beilstein

Am 23. November fand das 20. offene Karate-Turnier „Dhammika Cup 2019“, in der Langhanssporthalle von Beilstein (Baden-Württemberg) statt. Einige Kämpfer von Ikgai Karate-Do bestritten bei diesem Turnier mit Blick auf die im Januar 2020 stattfindenden Berliner Meisterschaften einen weiteren Wettkampf. Am Turniertag fanden sich rund 200 Teilnehmer aus Baden-Württemberg, Bayern, Berlin, Nordrhein-Westfalen, England und Israel ein.

In 29 Kategorien wurden die Platzierungen unter Kindern, Jugendlichen, Junioren, Senioren und in der Masterklasse in Kata und Kumite ausgekämpft. Zusätzlich wurde die Kategorie Kobudo (Bo/Langstock) durchgeführt.

Für Ikgai Karate-Do hatten sich Julia Anders (Kata und Kumite Kinder), Louie Stübe (Kumite Kinder), Corinna Reiter (Kata Senioren) und André Lassen (Kumite Masterklasse) sowie Bettina Lassen und Juliane Stübe (Team-Betreuerinnen) auf den weiten Weg nach Beilstein gemacht.

Als erste ging Julia Anders in der Kategorie Kata (Kinder) an den Start. Mit einer sehr guten Leistung erlangte Julia einen überraschenden, aber völlig verdienten 2. Platz.

In der Kategorie Kata (Senioren) startete Corinna Reiter als hoffnungsvolles junges Talent. Sie musste sich in einem sehr starken Teilnehmerfeld behaupten und erreichte Platz 5.

Nachdem am Vormittag die Kata-Wettkämpfe mit teilweise sehr guten Darbietungen auf hohem Niveau abgeschlossen worden waren, folgten am Nachmittag die Kumite-Wettkämpfe. Wiederum startete zunächst Julia bei den Kindern. Leider verlor sie bereits im ersten Kampf

Kumite-Sieger
André Lassen
(vorne) mit Kizami
Zuki



gegen eine physisch sehr starke Gegnerin und konnte in die Vergabe der Podestplätze nicht mehr eingreifen.

Als nächster Starter musste Louie Stübe bei den Kindern antreten. Nach gutem Start, insbesondere im ersten Kampf, verpasste er den Einzug ins Finale und musste sich nach einer Niederlage in der Trostrunde mit Platz 5 begnügen.

In der Masterklasse startete Trainer André Lassen. Er gewann alle seine Kämpfe souverän und holte den 1. Platz.

Den Abschluss bildeten die Kumite-Mannschaftskämpfe. André Lassen startete in einer Kampfgemeinschaft mit Tim und Kai Ringwald aus Ettenheim (Baden Württemberg). Das Team kämpfte sich bis ins Finale vor, in dem

es zur Begegnung mit der Heimmannschaft aus Beilstein kam. Die Gastgeber entschieden das Finale knapp mit 2:1 für sich.

Neben tollen Kämpfen von Kindern und Jugendlichen bis hoch zur Masterklasse sahen die Zuschauer auch in der Kategorie Kata, insbesondere bei Damen und Herren Senioren starke Leistungen der Athleten.

Zufrieden mit den guten Platzierungen und den zum Jahresende noch einmal abgerufenen Leistungen fuhr unsere Vertretung zurück nach Berlin. Großer Dank gilt dem Organisationsteam, dem Helfer- und Verpflegungsteam sowie den Kampfrichtern, die mit ihren guten Leistungen einen erheblichen Beitrag zum Gelingen dieser tollen Veranstaltung geleistet haben.

André Lassen



Siegerehrung Kata Mädchen: 2. Platz Julia Anders



Siegerehrung Kumite Team: 2. Platz Kampfgemeinschaft Berlin/Ettenheim



Shinbukai Karate

12 Karateka freuen sich über neue Gürtelfarben

Prüfungsvorbereitungen haben sich gelohnt

Kurz nach den Herbstferien war es wieder so weit. 12 Karateka wollten zeigen, was sie in den vergangenen Monaten gelernt hatten, und stellten sich den Kyu-Prüfungen für eine neue Gürtelfarbe.

Der Berliner Cheftrainer Piet Kroll (3. Dan), Vorsitzender der Karateabteilung Shinbukai im PSB 24, begrüßte alle Teilnehmer von Jung (jüngster war Adi mit sieben Jahren) bis Alt mit motivierenden Worten, lobte Fleiß und Einsatz bei den Prüfungsvorbereitungen und freute sich über die zahlreichen Eltern, die zur moralischen Unterstützung erschienen waren. Begonnen wurde mit den Prüfungen zum Gelb- und zum Orange-Gurt. Nach erfolgreich vorgeführter Grundschule legte sich die erste Aufregung und die Katas *Taikyoku Shodan*, *Pinan Nidan* und *Pinan Shodan* wurden fehlerfrei absolviert. Herzlichen Glückwunsch an Adi, Steffi, Vincent (8. Kyu), David, Leo und Ursula (7. Kyu).

In den folgenden Prüfungen wurde es noch anspruchsvoller. Dreimal wurde der erste Braungurt (3. Kyu) vergeben. Bei den Katas der angehenden Braungurte herrschte ehrfurchtsvolle Stille und der Geist der Kampfmönche war regelrecht zu spüren. Ganz tolle Leistung von Mia (11 Jahre), Fabian und Mathis (13 Jahre).

Sichere Vorführungen zeigten auch unsere weiteren Schüler: Den 4. Kyu erlangte Emil, den 5. Kyu Viktor und den 6. Kyu Lucas.

Am Ende gab es jede Menge glückliche Gesichter und viel Applaus für das umfangreiche Programm. Piet überreichte mit persönlichen Worten für jeden eine Urkunde und den gestempelten und unterschriebenen Karatepass

des Deutschen Karate Verbands. Das war ein gelungener Auftakt in die Vorweihnachtszeit.

Termin der nächsten Kyu-Prüfungen ist der 19. Januar 2020.

Ursula La Cognata
www.shinbukai.berlin



真
武
会

S
H
I
N
B
U
K
A
I



Schwimmen

Drei Masters-Titel für PSB 24

Und kein Herbsturlaub ohne Hindernisse

Am 27. Oktober 2019 fanden die Berliner Kurzbahnmeisterschaften der Masters in der Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark Berlin (SSE) statt. Die Schwimmhalle gehört aufgrund ihrer modernen Ausstattung und Größe zu den beliebtesten in Berlin.

Unsere Masters-Truppe ging mit sieben Teilnehmern auf die Startblöcke und absolvierte 25 Einzelstarts. Das Niveau des Berliner Schwimmsports ist sehr hoch, die in Berlin erzielten Siegerzeiten gehören oft auch zur deutschen Spitze. Umso erfreulicher ist es, dass wir auch wieder drei Berliner Meistertitel für PSB 24 holten: Nicole Schumann gewann die 50 m Rücken in 36,9 Sekunden und die 100 m Rücken in 1:20,9 Minuten und Sybille Liepner die 50 m Brust in 42,34 Sekunden.

Insgesamt gehörten unsere Schwimmerinnen und Schwimmer in ihren Altersklassen 17 Mal zu den ersten Drei in Berlin. Dieses gute Ergebnis wurde durch unseren 2. Platz in der 4x50 m Freistil-Mixed-Staffel AK 160 bis 199 (Nicole Schumann, Sybille Liepner, Uwe Albrecht und Stephan Herting) in 2:11,27 min. und den Sieg in der 4x50 m Lagen-Staffel männlich in 2:11,72 (Stephan Herting, Fabian Bruske, Darrell Wilkins und Uwe Albrecht) ergänzt.

Hervorzuheben ist der sehr gute Mannschaftsgeist in unserer Masters-Gruppe. Unabhängig von der Platzierung und der Leistungsstärke erhält jeder Teilnehmer vom Beckenrand Unterstützung und wird gefeiert. Das zusätzliche direkte Feedback von unseren Trainern und Schwimmern wirkt dann als Rückkopplung in unsere Trainingsgruppe zur weiteren Verbesserung. Das ist herausragend und macht den Tag für jeden Teilnehmer zu einem tollen Erlebnis.

Uwe Albrecht



Ergebnisse unserer Starter

Darrell Wilkins (AK50)

100 m Schmetterling	1:30,39 (7.)
100 m Lagen	1:27,42 (9.)
100 m Rücken	1:32,91 (4.)
50 m Schmetterling	39,77 (1.) Staffel

Fabian Bruske (AK30)

100 m Brust	1:29,31 (4.)
100 m Lagen	1:25,59 (3.)
50 m Brust	39,36 (4.)
100 m Freistil	1:15,45 (8.)
50 m Brust	39,18 (1.) Staffel

Nicole Schumann (AK30)

50 m Rücken	36,95 (1.)
100 m Rücken	1:20,93 (1.)
50 m Freistil	32,32 (2.) Staffel

Sophie Kühnlitz (AK30)

100 m Brust	1:47,33 (3.)
100 m Lagen	1:33,62 (3.)
100 m Rücken	1:34,52 (2.)
100 m Freistil	1:19,12 (3.)

Stephan Herting (AK50)

50 m Rücken	35,70 (3.)
100 m Rücken	1:20,17 (3.)
100 m Freistil	1:09,68 (4.)
50 m Rücken	36,08 (1.) Staffel
50 m Freistil	30,50 (2.) Staffel

Sybille Liepner (AK45)

50 m Freistil	33,22 (3.)
100 m Freistil	1:16,02 (2.)
50 m Brust	42,34 (1.)
100 m Lagen	1:27,73 (2.)
50 m Freistil	33,90 (2.) Staffel

Uwe Albrecht (AK45)

100 m Schmetterling	1:28,10 (2.)
200 m Freistil	2:45,12 (3.)
100 m Freistil	1:16,63 (2.)
50 m Schmetterling	39,21 (2.)
50 m Freistil	24,94 (2.) Staffel
50 m Freistil	35,73 (1.) Staffel

PSB-24-Mannschaft

4x50 m Freistil Mixed	2:11,72 (2.)
4x50 m Lagen männlich	2:30,76 (1.)



Rudern Wendenschloß

In Dresden über den „Äquator“

Ausgerechnet am 1. Advent vollendete unser förderndes Mitglied Dr. Marion Jendroßek bei der Glühweinfahrt auf der Elbe ihre Äquatorrunde im Ruderboot (namens „Neckar“) – zufällig etwa auf der Höhe ihres einstigen Dresdener Kindergartens. Den dafür ausgelobten Preis wird Marion im kommenden September beim Wanderrudertreffen in Saarbrücken in Empfang nehmen können. Dazu schon jetzt unseren herzlichen Glückwunsch!

ddp





Judo

Nach Traktoren-Demo und „Friday for future“ hatten wir unsere Weihnachtsfeier der Erwachsenen, wieder beim Kroaten in der Blissestraße. Leider waren ein paar unser Mitglieder aus verschiedenen Gründen nicht dabei. Vielleicht nächstes Jahr. Es war wie immer schön.

Am 23. und 24. November fand der 24. Judopokalwettkampf in Falkensee statt. Drei unserer Athleten nahmen daran teil. Aus dem schönen Wilmersdorf ist es eine kleine Reise nach Falkensee. Als erster von uns sollte Max Galperin auf die Matte, hatte allerdings über zwei Stunden Wartezeit nach der Turnieröffnung. Max hielt seinen um fast einen Kopf größeren Gegner gut in Schach. Wirklich in der letzten Sekunde des Kampfes drehte er einen Ippon *Seo nage* ein und gewann.

Den zweiten Kampf entschied Max durch Haltegriff für sich, die Kämpfe drei und vier durch *O soto otoshi*. So kam er ins Finale, wo sein erster Gegner erneut auf ihn wartete. Obwohl Max gut begann, musste er sich zum Schluss leider geschlagen geben und belegte einen sehr guten zweiten Platz. Glückwunsch!

Am Nachmittag startete Antonia Christmann. Auch sie musste fast bis zum Ende auf ihre Kämpfe warten, gewann jedoch souverän und konnte sich im Finale im „Golden score“ gegen ihre ältere Gegnerin durchsetzen (*Golden score*)



Tanzsport

Langjährige Mitglieder unserer Abteilung

Jürgen Luckmann war lange Zeit aktiver Turner, bis es ihn im Jahr 2000 in die Tanzabteilung verschlagen hat. Und aktiv war er auch hier, sowohl beim Training in Standard und Latein, aber auch in der Formation „Alte Tänze“. Nebenbei hat er eine Zeitlang im Vorstand der Tanzsportabteilung mitgewirkt, hat uns zum Fasching so manch eine Büttensrede gehalten oder für uns bei Feierlichkeiten musiziert. Dabei engagiert er sich noch immer.

Monika und Bernd Rödel können immerhin auch schon auf 10 Jahre in der Tanzsportabteilung zurückblicken. Wobei Bernd schon seit 1957 Mitglied der Abteilung Judo ist. Und er war 1962 auch einer der Gründungsmitglieder der Abteilung Tanzen. Das Tanzen verlor er zwar bald aus den Augen, entdeckte es aber nach langen Jahren wieder und wurde so mit Monika erneut Mitglied der Tanzabteilung.

Die Tanzsportabteilung gratuliert herzlich zum Jubiläum.

Der Vorstand

Ein Terzett beim Judopokal der Stadt Falkensee



Antonia Christmann auf der Siegetreppe

heißt es, wenn in der regulären Wettkampfzeit keiner punktet und danach so lange gekämpft wird, bis einer der Judokas eine Wertung bekommt). 1. Platz für Antonia – Glückwunsch!

Am zweiten Tag war Jakob Engelbrecht an der Reihe. Bei seinem letzten Wettkampf im April hatte er mit Platz 2 deutlich seine Qualitäten gezeigt. Doch diesmal fiel er im ersten

Kampf so unglücklich, dass er sich verletzte und nicht weiterkämpfen konnte. Sehr schade! Trotzdem vielen Dank an alle Kämpfer, ihre Eltern und Familienangehörigen, die sich die Zeit zum Zusehen genommen hatten.

Am 6. Dezember kam auch zu uns auf die Judomatte der Nikolaus und gab seine Weihnachtstüte für alle Kinder ab.

Leider lagen bei Redaktionsschluss die Ergebnisse der Gürtelprüfung noch nicht vor. Davon erfährt ihr in der nächsten Ausgabe. Allen Kindern, Eltern, großen Judokas und Trainern ein gesundes Weihnachtsfest und einen Guten Rutsch 2020 wünscht

Thomas Weichert



Jakob Engelbrecht wartet mit seinem Vater auf seinen Kampf



Max Galperin auf Platz 2 des Podests