

# tura aktuell

[www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de)



• Sport in Corona-Zeiten  
28. März 2022  
Jahreshauptversammlung  
mit Neuwahlen

## HAPPY HOURS

### AFTER WORK HAPPY HOUR

Montag - Donnerstag 17.00 - 20.00 Uhr

### ALLE COCKTAILS

außer 0,5 l

je € 4,90

### FREITAGS JUMBO HOUR

Alle Lime Cocktails

als Jumbo 0,5 l

je € 7,50

### SAMSTAGS

ab 18.00 Uhr **COCKTAILTAG**

außer 0,5 l

je € 5,50

### SONNTAGS JUMBO HOUR

Alle Tropical und U16 Cocktails

als Jumbo 0,5 l

je € 7,50

## BIENVENIDOS EN EL MARIACHI

Wir stellen Ihnen ein reichhaltiges Cocktail-Sortiment vor und hoffen, für jeden das Passende dabei zu haben.

Viel Spaß und salud

wünscht Euch das

EL MARIACHI TEAM



UNS GIBT ES JETZT AUCH ALS SMARTPHONE-APP mit allen wichtigen Informationen wie Speise-, Getränke- und Wochenkarte. Direktanruf um einfach einen Tisch zu reservieren oder aktuelle News zu erhalten.

<https://www.facebook.com/elmariachi.hb>



Schwachhauser Heerstr. 186 · Tel. 21 30 83

## TURN- UND RASENSPORTVEREIN BREMEN E.V.

GEGRÜNDET 1894 • MITGLIED DES LANDESSPORTBUNDES BREMEN E.V.



Geschäftsstelle: Vereinszentrum Bert-Trautmann-Platz/Lissaer Str. 60, 28237 Bremen,  
Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11 · e-Mail: [info@tura-bremen.de](mailto:info@tura-bremen.de)

Postanschrift: Tura Bremen e.V., Postfach 21 01 14, 28221 Bremen

Geschäftszeit: Montag bis Donnerstag 10 - 12 Uhr, zusätzl. Di. 16 - 19 Uhr

Bankkonto: IBAN: DE41 2905 0101 0011 6624 83 BIC: SBRE DE22 XXX

Beitragszahlungen: DE05 2905 0101 0001 0272 75 BIC: SBRE DE22 XXX

Gaststätte: Steakhaus „Bei Jasmin“, Tel. 478 77 666

Geschäftsführer:	Alexander Hartung	61 34 10	Jugendleiter:	Manfred Bertram	35 84 15
Präsident	Dirk Bierfischer	6 16 50 09	Ältestenrat:	Helga Wohlers,	
Vizepräsidentin:	Petra Krümpfer	0151 23 04 51 37		Manfred Wardenberg,	
- Sportlicher Leiter	Gerd Schweizer	6 16 20 05		Klaus-Peter Schulz, Peter Schwarz	
- Liegenschaften	Reiner Bauermann	61 34 10	Pressesprecher:	Ekkehard Lentz	0173-4194320
- Finanzen	Bernhard Ernst	5 57 82 92	Ehrenpräsident:	Peter Sakuth	
- Gesundheitssport	Ingrid Wörner	61 34 10	Mitgliederverwaltung:	Andrea Hunold	61 34 10

### Abteilungen und Ansprechpartner:

Aqua-Gymnastik	Dagmar Röpke, Tel. 61 34 10
Badminton	Uwe Drewes, Tel. 0171/7807283; <a href="mailto:badminton@tura-bremen.de">badminton@tura-bremen.de</a>
Boule	Peter Schwarz, Tel: 61 34 96
Boxen	Klaus Becker, Tel. 0152- 38 54 60 26; <a href="mailto:boxen@tura-bremen.de">boxen@tura-bremen.de</a>
Fitness-Studio	Tel. 61 30 41, Roland Klein; <a href="mailto:studio@tura-bremen.de">studio@tura-bremen.de</a>
Fußball	Tel. 61 34 54, mo. 18:30-21 Uhr; <a href="mailto:fussball@tura-bremen.de">fussball@tura-bremen.de</a> Jugend: Tel. 6 16 36 84; <a href="mailto:fussballjugend@tura-bremen.de">fussballjugend@tura-bremen.de</a>
Gesundheit	Ingrid Wörner, Tel. 61 34 10; <a href="mailto:gesundheit@tura-bremen.de">gesundheit@tura-bremen.de</a>
Herzsport	Alexander Hartung, Tel. 61 34 10
Judo	Michael Buhlrich, Tel. 0172- 43 49 659; <a href="mailto:judo@tura-bremen.de">judo@tura-bremen.de</a>
Karate	Tobias Nickel, 165 51 46; <a href="mailto:karate@tura-bremen.de">karate@tura-bremen.de</a>
Kanusport	Stefan Villena-Kirschner, 62 02 451; <a href="mailto:kanu@tura-bremen.de">kanu@tura-bremen.de</a>
Krebsnachsorge	Helma Rumphorst, Tel. 35 18 87
Lauffreß	Tel. 61 34 10; <a href="mailto:info@tura-bremen.de">info@tura-bremen.de</a>
Spielleuteorchester	Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01; <a href="mailto:spielleute@tura-bremen.de">spielleute@tura-bremen.de</a>
Sportfischen/Kinderangeln	Daniel Böttcher, Tel. 61 62 727, <a href="mailto:sportfischen@tura-bremen.de">sportfischen@tura-bremen.de</a>
Taekwondo	Tim Glenewinkel, Tel. 61 34 10; <a href="mailto:taekwondo@tura-bremen.de">taekwondo@tura-bremen.de</a>
Tischtennis	Birgit Meinke, Tel. 396 18 92, <a href="mailto:tischtennis@tura-bremen.de">tischtennis@tura-bremen.de</a>
Turnen/Gymnastik -Erw.	Tel. 61 34 10; <a href="mailto:turnen@tura-bremen.de">turnen@tura-bremen.de</a>
-Kinderturnen	Sonja Nonnast, Tel. 61 73 49; <a href="mailto:kinderturnen@tura-bremen.de">kinderturnen@tura-bremen.de</a>
-Senioren-sport	Jutta Ackermann, Tel. 6 16 36 19; <a href="mailto:senioren@tura-bremen.de">senioren@tura-bremen.de</a>
Qigong	Elisabeth Kazenwadel, Tel. 70 28 65; <a href="mailto:qigong@tura-bremen.de">qigong@tura-bremen.de</a>
Volleyball	Kai-Uwe Lubosch, Tel. 0178- 47 01 484; <a href="mailto:volleyball@tura-bremen.de">volleyball@tura-bremen.de</a>
Yoga	Julia Schünemann, Tel. 61 34 10

Internet: [www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de) · [www.facebook.com/TuraPressesprecher](http://www.facebook.com/TuraPressesprecher)

Redaktion Tura-aktuell: Ekkehard Lentz, Tel. 396 18 92, Fax 61 34 11; [zeitung@tura-bremen.de](mailto:zeitung@tura-bremen.de)

Wolfgang Zimmermann, Tel. 20 30 30 9, (Werbung, Gestaltung); [wozi@bremen-werbung.de](mailto:wozi@bremen-werbung.de)

Archiv: Wilfried Hoberg, Tel. 6 16 04 85

Internet: Dr. Peter Boy, [pb@zes.uni-bremen.de](mailto:pb@zes.uni-bremen.de)

Die Redaktion freut sich über jede Einsendung (Artikel, Bilder etc.), behält sich aber Kürzung oder Bearbeitung vor. Bitte die Berichte per E-Mail oder auf CD/Datenträger (Bilder digital mit höchster Auflösung getrennt vom Text als .tiff, .jpeg etc. oder als Vorlage, Papierbild) einreichen. Keine Bilder über Whatsapp, die sind nicht druckbar!

# Aus dem Inhalt

Schlussredaktion  
dieser Ausgabe  
Tura-aktuell  
im Atelier  
von Wolfgang  
Zimmermann



Inhalt	
Terminkalender .....	7
Einladung zur Jahreshauptversammlung .....	8
Tura-intern .....	8
Trauer um Sigrid Bierfischer .....	9
Bert Trautmann .....	14
Boxen .....	20
Boule .....	21
Fußball .....	24
Taekwondo .....	26
Gesundheitswerkstatt .....	27
Studio .....	30
Judo .....	34
Kanu .....	36
Spielleuteorchester .....	39
Taekwondo .....	46
Tischtennis .....	48
Volleyball .....	54
Kinder / Jugend .....	56
Senioren .....	58
Helga Wohlers .....	60



Mit mehr als 40 Jahren Erfahrung  
helfen wir Ihnen in rechtlichen Angelegenheiten!

Tel. 0421-61 40 84  
Fax 0421-61 40 04  
post@habekost.com

Gröpelingen  
Gröpelinger Heerstr. 167  
28237 Bremen

Ostertor  
Osterdeich 27  
28203 Bremen

# Liebe Turanerinnen, liebe Turaner,

auch in diesem Jahr haben wir uns entschieden die zweite Ausgabe Tura-aktuell auf den Weg zu bringen.

Mittlerweile hat uns die vierte Corona-Welle fest im Griff. Das Land Bremen steht im Verhältnis zu den anderen Bundesländern gut da. Das liegt an der hohen Zahl der Impfungen. Während ich diese Zeilen schreibe, liegt die Zahl der vollständigen Impfungen bei 79,2 Prozent. Nur so gelingt es die Pandemie in den Griff zu bekommen.

**AN ALLE DIE NOCH ZÖGERN: LASST EUCH IMPFEN!!!** Der Corona-Virus hat im Sportbetrieb auch in diesem Jahr viele Veranstaltungen nicht mehr zugelassen. Wir müssen Ruhe bewahren und das Richtige tun. **WIR WERDEN ES GEMEINSAM DURCHSTEHEN UND LÖSEN.**

Ich verzichte in diesem Jahr auf einen umfangreichen Rückblick auf die Aktivitäten des Präsidiums und die sportlichen Höhepunkte. Diese Meldungen könnt ihr aus den Berichten in dieser Ausgabe entnehmen.

Die nächste Jahreshauptversammlung haben wir für den 28. März 2022 um 19:00 Uhr terminiert. Die Tagesordnung der Versammlung findet ihr auf Seite 8. Es stehen Neuwahlen an. Ich bitte euch alle um eine zahlreiche Teilnahme. Ich habe mich entschieden für weitere drei Jahre zu kandidieren.

Was mir Sorgen bereitet, ist die Altersstruktur im Präsidium. Wir brauchen junge Menschen, die neue Ideen mitbringen. Nicht so einfach, Menschen für ehrenamtliche Arbeit zu gewinnen. Ich freue mich, wenn mein Aufruf Gehör findet. Meldet euch bei mir.

**WAS MIR AM HERZEN LIEGT:** Ich möchte mich bei euch bedanken, dass ihr dem Verein die Treue gehalten habt. Unter schwierigen Bedingungen haben wir in den letzten Monaten gemeinsam alle Anforderungen gelöst. Eine „Herkulesaufgabe“ haben unsere Abteilungsleiter und Übungsleiter bewältigt. Ständig geänderte Pandemievorschriften, Einhaltung der Desinfektionsmaßnahmen, Gespräche mit den Mitgliedern und Kursteilnehmern, Terminabstimmungen, Planung der Übungsstunden und nicht zuletzt die sehr wichtige Pflege der sozialen Kontakte.

Das Präsidium hat auch unter schwierigen Bedingungen konstruktiv weitergearbeitet. Die erforderlichen Sitzungen Präsidium und Hauptausschuss haben wir auf dem digitalen Weg durchgeführt. Völliges Neuland für uns. Dieser Weg ersetzt nicht das persönliche Treffen vor Ort.

Sehr viele zeitintensive Anträge hinsichtlich Unterstützung aus den aufgelegten Hilfspaketen. Durch den Einsatz von Gerd Schweizer haben wir es geschafft, den Rettungsschirm 2020 für uns zu sichern. Den Antrag für den Rettungsschirm 2021 haben wir eingereicht.



Vielen Dank an Alex Hartung und Gerd Schweizer.

In der vorletzten Ausgabe habe ich mich zum Thema Bürokratie geäußert. Daran hat sich nichts geändert. Was die Rettungsschirme betrifft, hat die politische Führung in Bremen gute Arbeit geleistet. Man hat begriffen, wie wichtig die Vereine für die Menschen in den Stadtteilen sind. Nicht nur für den Sport, sondern auch für die sozialen Kontakte.

Leider haben uns zum Ende des Jahres auch nicht so gute Nachrichten erreicht. Das Vereinszentrum ist in die Jahre gekommen. Es stehen größere Investitionen an:

- Komplette Erneuerung der Lichtleisten in der großen Sporthalle
- Erneuerung Duschwasserbehälter
- Defekte Motoren für die Fensterschließung große Sporthalle
- Leckage Dach Damentoilette

Wir haben bereits entsprechende Zuschüsse beantragt und sind zuversichtlich, dass wir positive Rückmeldungen erhalten.

Es war wieder ein arbeitsreiches Jahr mit vielen / anderen Herausforderungen. Die Mengen an Arbeit und Aufgaben kann man nur mit einem sehr gut funktionierendem Team erledigen. Auf diese Menschen bin ich sehr stolz. Ein „DICKES DANKE SCHÖN“ an das Präsidium, den Hauptausschuss, Übungsleiter, Betreuer, das gesamte Team der Geschäftsstelle, unsere Hausmeister, dem „Green Keeper“ der Sportanlage, allen Ehrenamtlichen und den vielen helfenden Händen.

Was wäre dieser Verein ohne Sponsoren, die es immer wieder möglich machen, dass wir unseren Sportbetrieb sicherstellen können. Jede Spende, klein oder groß hilft uns und macht uns die Umsetzung entsprechender Projekte einfacher. Danke schön. Denkt auch im nächsten Jahr an uns.

Vielen Dank an die ganze Tura-Familie. Ich wünsche euch ein GESUNDES, besinnliches und frohes Weihnachtsfest und ein erfolgreiches neues Jahr.  
Dirk Bierfischer

## Mitgliedsbeiträge, monatlich

Erwachsene .....	15,50 €
Kinder/Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr .....	9,00 €
Familien (ab 3 Pers.) ohne Zusatzbeiträge .....	31,00 €
Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwondo) .....	40,00 €
Familien (ab 3 Pers.) bei Nutzung aller Sportarten (inkl. Zusatzbeiträge) .....	59,00 €
Spieletheaterorchester .....	9,00 €
Passive .....	4,50 €
Sportfischer .....	7,00 €

### Zusatzbeiträge

Tischtennis (Erwachsene) .....	2,00 €
Fußball (Erwachsene) .....	2,00 €
Fußball (Kinder und Jugendliche) .....	1,00 €
Budo-Sport (Kinder) .....	3,50 €
Budo-Sport (Erwachsene) .....	4,50 €
Rehasport ohne Verordnung .....	5,50 €
Yoga .....	12,50 €
Studio für Jugendliche, Schüler + Studenten .....	12,00 €
Studio für Erwachsene .....	13,50 €
Zumba .....	5,00 €

### Ermäßigungen

Für Schüler, Studenten und Auszubildende bis zur Vervollendung des 25. Lebensjahres (aktuelle Bescheinigungen erforderlich, **keine Rückvergütung**).

### Aufnahmegebühr

Erwachsene/Jugendliche/Kinder .....	1 Monatsbeitrag = inkl. Zusatzbeitrag
Sportfischer (Natur- und Umweltschutzabgabe) .....	60,00 €

### Beitragszahlungen

Der Beitrag wird im SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen.

Wird kein Lastschriftmandat erteilt, entstehen Kosten in Höhe von € 2,50.

Für nicht eingelöste Lastschriften sind die Lastschriftkosten des Bankinstitutes zu ersetzen.

Beitragszahlungen bitte nur noch auf unser Konto bei der Sparkasse in Bremen

IBAN: DE05 2905 0101 0001 0272 75, BIC: SBREDE22XXX

### Austritt

Laut Satzung ist der Austritt aus dem Verein nur zum Kalenderhalbjahr (zum 30.6. + 31.12.) möglich.

Der Austritt muss dem Verein (Präsidium) durch **schriftliche Erklärung** mindestens **6 Wochen** vor

Halbjahresende angezeigt werden (Stichtag: 19. Mai + 19. Nov.). Eine Bestätigung der Kündigung

kann aus Gründen der Kostenersparnis und der Arbeitsvereinfachung nicht erwartet werden.

Trainer, Übungsleiter sowie Betreuer sind **nicht berechtigt**, Kündigungen anzunehmen.

### In eigener Sache

Zur Pressearbeit: Informationen, Meldungen, Termine, Veranstaltungen, Fotos und Ideen für die Printmedien, Vereinszeitung, Internet und Newsletter werden auch weiterhin bevorzugt als E-Mail an die Adresse [zeitung@tura-bremen.de](mailto:zeitung@tura-bremen.de) erbeten. Nachrichten, Ideen für Drehtermine und Interviews für die Fernsehsendung **Tura aktuell** im **radio.weser.tv** sind bitte an die Adresse [tv@tura-bremen.de](mailto:tv@tura-bremen.de) zu richten. Natürlich sind auch Benachrichtigungen an die Tura-Geschäftsstelle per Telefon 61 34 10 oder per Fax 61 34 11 möglich.

[www.facebook.com/TuraPressesprecher](https://www.facebook.com/TuraPressesprecher) | [www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de)  
<https://twitter.com/TPressesprecher> | <https://www.instagram.com/turabremen/>

6

## Terminkalender

12. Dezember		Aufführung Dance for Kids
21. Januar 2022	18 Uhr	Vortrag: Mit dem Segelboot unterwegs auf dem Atlantik
5. März		Winterwandertag in den Harz
22. März	19 Uhr	<b>Jahreshauptversammlung Tura</b>
bis März 2022		Bewegungsnachmittage immer am 2. Sonntag des Monats: 12.12.2021, 9.1., 13.2., 13.3.2022
30. Juni - 6. Juli		Reise der Senioren in die Normandie und Bretagne

Änderungen sind, bedingt durch Corona, durchaus auch kurzfristig möglich.

**Aktuelle Termine sind auch auf [www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de) nachzulesen.**

### Dauerangebote

Bewegung in der Krebsnachsorge (Montag 16 bis 17 Uhr, für Frauen)

Sport für Schlaganfall-Betroffene (Montag 18 bis 19 Uhr, mit ärztlicher Verordnung)

Yoga (Montag 18.30 bis 20 Uhr)

Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik (Donnerstag 9 bis 10 Uhr),

**Dauerangebote Sportplus Fitness- und Gesundheitsstudio**

T-RENA: Medizinische Trainingstherapie: Zeiten auf Anfrage

# WALLER HÖHE >

NEUBAU Eigentumswohnungen  
mitten in Bremen-Walle!



provisionsfrei  
ab 339.500 €

Jetzt anrufen und informieren!  
T 0421 | 32 00 13

www.rausch-wohnbau.de

- > 2 bis 3,5 Zimmer
- > Hell & barrierefrei
- > Echtholzparkett
- > Extrabreite Tiefgaragenstellplätze
- > Sonnige Balkone & Terrassen
- > Kellerraum für jede Wohnung

7

# Einladung zur Jahreshauptversammlung von TURA Bremen 2022

Liebe Mitglieder,

hiermit laden wir zur nächsten Jahreshauptversammlung des Turn und Rasensportvereins (Tura) Bremen e.V. ein,

**am Montag, 28. März 2022, um 19 Uhr**

**im Vereinszentrum, Bert-Trautmann-Platz/Lissaer Straße 60 in Bremen.**

Als Tagesordnung ist vorgesehen:

01. Begrüßung und Feststellung der satzungsgemäßen Einberufung und Beschlussfähigkeit
02. Genehmigung der Tagesordnung
03. Wahl einer Mandatsprüfungs- und Zählkommission
04. Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 20. September 2021 (*einsehbar in der Geschäftsstelle- 2020 fand Corona-bedingt keine Jahreshauptversammlung statt*)
05. Bericht des Präsidiums
06. Bericht des Geschäftsführers
07. Bericht des Vizepräsidenten für Finanzen und Sponsoring (Schatzmeister)
08. Bericht der Kassenprüferinnen/Kassenprüfer: Abschluss 2021
09. Aussprache über die Berichte
10. Entlastung des Vizepräsidenten für Finanzen und Sponsoring und des Präsidiums
11. Neufestsetzung der Mitgliedsbeiträge
12. Genehmigung des Wirtschaftsplans 2022
13. Wahlen Präsidium
- 13.1 Wahl Präsidentin/Präsident
- 13.2 Wahl Vizepräsidentin/Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit als Vertreterin/Vertreter des Präsidenten/Präsidentin
- 13.3 Wahl Vizepräsidentin/Vizepräsident Breiten-, Freizeit- und Leistungssport
- 13.4 Wahl Vizepräsidentin/Vizepräsident Gesundheits- und Rehabilitationssport
- 13.5 Wahl Vizepräsidentin/Vizepräsident Finanzen und Sponsoring
- 13.6 Wahl Vizepräsidentin/Vizepräsident Liegenschaften
- 13.7 Wahl Vereinsjugendwart
- 13.8 Wahlen von drei Kassenprüferinnen/Kassenprüfern
- 13.9 Wahlen zum Ältestenrat
14. Anträge
15. Verschiedenes

**Anträge zur Jahreshauptversammlung** müssen bis spätestens 25. März 2022 in der Tura-Geschäftsstelle, Bert-Trautmann-Platz/Lissaer Straße 60, eingegangen sein.

**Alle Mitglieder** werden gebeten, sich am Tag der Versammlung in eine Anwesenheitsliste einzutragen. Sie erhalten danach eine Stimmkarte.

Wir bitten alle Mitglieder, an dieser Veranstaltung teilzunehmen, um so auf die weiteren Entwicklungen des Vereins Einfluss zu nehmen.

Tura Bremen, Präsidium  
Dirk Bierfischer, Präsident

[www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de) [www.facebook.com/TuraPressesprecher](https://www.facebook.com/TuraPressesprecher)  
<https://twitter.com/TPressesprecher>  
<https://www.instagram.com/turabremen/>

8

TURA-INTERN

# Trauer um Sigrid Bierfischer

Ihr Tod hat große Betroffenheit bei Tura und darüber hinaus ausgelöst. Sigrid Bierfischer stammt aus einer alteingesessenen Tura-Familie. Bereits 1972 übernahm sie die Beitragsverwaltung und erwarb 1977 die Organisationsleiter-Lizenz beim Landessportbund. 15 Jahre übte sie erfolgreich die Tätigkeit der Schatzmeisterin von



senföhrung achtete und das Finanzamt zufrieden stellte, sondern immer auch ein Herz für die Anliegen der Sportler zeigte.“



## Der TURA-Vorstand



Aus Tura-aktuell v. 1992 –

Tura aus. Bei ihrer Verabschiedung wies Tura-Ehrenpräsident Peter Sakuth auf der Jahreshauptversammlung am 22. März 2002 darauf hin, dass Sigrid „nicht nur stets auf die ordentliche Kas-



## Sigrid Bierfischer

Ihr Engagement, unter anderem als langjährige Schatzmeisterin, ihre Zuverlässigkeit und ihre Beharrlichkeit haben wesentlich zur Weiterentwicklung des Vereins beigetragen. Der Tod von Sigrid erfüllt uns mit tiefer Trauer.

Tief berührt möchten wir unser Beileid ausdrücken.

**Präsidium, Hauptausschuss und Geschäftsführer**  
Turn- und Rasensportverein Bremen e.V.

Wir trauern um

## Sigrid Bierfischer

Unsere Gedanken sind bei ihrer Familie.

Viele Jahre haben wir gemeinsam in verschiedenen Funktionen für TURA Bremen zusammengearbeitet.

Ihr Einsatz für unseren Verein war groß und ihre zugewandte Gesprächsbereitschaft vorbildlich. Sigrid war stets mit Rat und Tat für uns da.

Wir werden Dich vermissen.

Jutta Ackermann, Karl-Heinz Baumer, Manfred Bertram, Herwig Claußen, Uwe Drewes, Fredi Jeschke, Jonny Kähler, Brigitte Karrasch, Heike und Heiner Kehlenbeck, Heiner Kirschhock, Roland Klein, Ekkehard Lentz, Tobias Nickel, Peter Sakuth, Wolfgang Schmidt, Marion und Peter Schwarz, Gerd Schweizer, Manfred Wardenberg, Gisela und Dieter Witkowski, Helga Wohlers, Harald Wolf, Wolfgang Zimmermann

9

TURA-INTERN

## „STERNE DES SPORTS“ lassen Vereins-Engagements in Bremen strahlen

Die Volksbank Bremen-Nord eG hat den „Weiser Pinkies“ vom Bremer Sport-Club e. V. am 18. November 2021 den Großen „Stern des Sports“ in Silber überreicht. Die Plätze zwei und drei belegten der Blumenthaler Turnverein von 1862 und der Turn- und Sportverein Woltmershausen von 1890. Sie erhielten die kleinen „Sterne des Sports“ in Silber. Alle Vereine wurden für ihr besonderes gesellschaftliches Engagement ausgezeichnet.

Tura Bremen gewann den vierten Platz mit seinem YouTube-Kanal. Dafür gab es ein Preisgeld von 500 Euro sowie einen Gutschein für das Crowdfunding. Alex Hartung war am Ende aber keineswegs enttäuscht, im Gegenteil: „Wir waren hier. Das ist doch schon ein Erfolg! Eine Jury hat sich unsere Arbeit angeschaut, ein Projekt, das es erst seit 1 1/2 Jahren gibt. Klar wäre es schön gewesen, zu gewinnen, aber es geht um die Sache, vielmehr um die Menschen, die in den Videos zu sehen sind. Wir bleiben dran. Ich bin überzeugt davon, dass diese Videos unendlich großes Potential haben. Weiter geht es, job is not finished“, so Alex, am Abend der Verleihung.



Familien-portraits...

...persönlicher geht schenken nicht

**FOTO-STUDIO PENZ**

www.foto-penz.de

Konsul - Smidt - Str. 8e, 28217 Bremen - Überseestadt  
Tel. 0421 - 39 099 681 info@foto-penz.de

## Original Gröpelingen: Tura ist dabei

Seit dem 7. November läuft die Kampagne des Stadtteils, mit dem Namen „Original Gröpelingen“. Mit dabei: Tura-Geschäftsführer Alex Hartung.

Das „Gröpelingen Marketing“ interviewte Alex im Sommer bei Tura in der Sporthalle. Bei einem sehr lustigen Drehtag wurde über den Stadtteil gesprochen und natürlich auch über die zentrale Rolle, die Tura hier einnimmt.

Schaut euch das Video gerne an: <https://www.groepelingen.de/statements/alex-hartung/>



## Tagesfahrt in den Harz Rodeln, Ski-Langlauf oder Wandern

Der Turn- und Rasensportverein (Tura) Bremen veranstaltet am Samstag, 5. Februar 2022, seinen traditionellen Rodel- und Wandertag im Harz. Um 5.50 Uhr treffen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf dem Parkplatz beim Lesumer Einkaufszentrum (Aldi-Markt) an der Hindenburgstraße. Um 6 Uhr starten die Busse in Richtung Braunlage mit Zusteige-Möglichkeiten Gröpelinger Heerstraße/Torbogen Rosenakstraße sowie Bahnhof Walle und Bushaltestelle Universitätsallee/Otto-Hahn-Allee (PKW - Parkplatz). Skier und Schlitten können im Bus mitgenommen werden.

Für die Wanderer, die nach Dreieckiger Pfahl und weiter nach Braunlage beim Parkplatz Eisstadion gehen wollen, besteht eine Aussteige-Möglichkeit am Torfhaus. Der Dreieckige Pfahl ist ein historischer, etwa 1,35 Meter hoher

Grenzstein aus Granit südwestlich des Brockens im Nationalpark Harz.

Die Busse fahren weiter zum Parkplatz an der Wurmberg-Seilbahn in Braunlage. Hier besteht die Möglichkeit, sich am Rodelhang auszutoben. Ein besonderes Angebot für Seniorinnen und Senioren besteht mit einer Wanderung nach Bad Lauterberg.

Die Rückfahrt ist für 16 Uhr geplant. Die Busse werden gegen 19.30 Uhr wieder in Bremen-Lesum zurück erwartet. Erwachsene zahlen 25 Euro, Kinder und Jugendliche 15 Euro und Familien bis vier Personen 65 Euro. Gäste sind herzlich willkommen.

Anmeldungen werden bei Lutz Steenken unter der Telefonnummer 629260 oder [lutz.steenken@t-online.de](mailto:lutz.steenken@t-online.de) und in der Tura-Geschäftsstelle, 613410, entgegengenommen.

**Petra Krümpfer, MdBB**

Ihre **SPD**-Bürgerschaftsabgeordnete für Gröpelingen

Ich bin für Sie da im Stadtteil:  
Petra Krümpfer  
Telefonkontakt: 0151 - 23 04 51 37  
E-Mail: [petrakruempfer@web.de](mailto:petrakruempfer@web.de)

BREMEN

**SPD**

## OUTdoor ist „In“!

Bewegung im Freien macht Spaß und ist ganz besonders gesund! Schon vor Corona waren Bewegungs- und Sportangebote unter freiem Himmel in Parks, Grünanlagen oder einfach in Wohngebieten im Aufwind. Wegen der coronabedingten Einschränkungen des Sportbetriebs in den Hallen haben viele Angebote draußen stattgefunden, und dabei sind so manche Sportsfreund:innen auf den



Der Fitness-Platz vor dem Fitness-Studio: Geräte am Startplatz der Sportmeile beim Tura-Vereinszentrum

Geschmack gekommen. Bis zum Herbst mit dem frühen Beginn der Dunkelheit sind einige Gruppen freiwillig weiterhin bei jeder Gelegenheit lieber vor als in die Hallen gegangen. Aus einem AOK-Projekt mit Tura Bremen und anderen Sportanbietern ist eine Gruppe „smovey Walk“ hervorgegangen, die sich weiterhin an jedem Montag trifft und ihre Runden dreht und das schon lange bestehende Outdoor-Angebot mit den Walking/Nordic Walking-Gruppen bereichert. Und auch wenn die kalte Jahreszeit nicht unbedingt zu Aktivitäten im Freien einlädt, gerade dann ist es besonders nützlich, damit unsere Gesundheitsressourcen zu stärken und die „körpereigene Apotheke“ mit kostenlosen „Medikamenten“ aufzufüllen.

### Das ist aber noch nicht alles:

In Gröpelingen wurden und werden an verschiedenen Stellen, auch im Gröpelinger Grünzug, neue und zusätzliche Bewegungsgelegenheiten geschaffen. Im Projekt „Gröpelingen bewegt“, das aus Städtebau-Fördermitteln finanziert



Nicht nur Kraft und Ausdauer - auch Gleichgewicht und Koordination können im Gröpelinger Grünzug trainiert werden!

wurde, hat Tura Bremen sich dafür eingesetzt, dass solche Gelder auch für Bewegung und Sport verwendet werden.

Aber es müssen nicht immer spezielle Sportflächen und Gerätschaften sein.

Die Älteren kennen vielleicht noch die „Trimm-Pfade“, die vor einigen Jahren meist außerhalb oder am Rand der Städte angelegt wurden und Geh-/Laufstrecken mit Übungen an einfachen Fitness-Stationen verbanden. Warum nicht einfach diese Idee in den Stadtteil, in die Wohnumgebung holen? In Gröpelingen gibt es diverse Wege, Flächen und Objekte, die sich für Bewegungsaktivitäten anbieten. Fitnessübungen gehen an jeder Parkbank, an Mauern, Treppen, Geländern, ...

## Und hier seid IHR gefragt!

• Wenn ihr eine gute Strecke zum Laufen, (Nordic-) Walken,

Spaziergehen kennt, ...

- wenn ihr an solchen Wegen Gegenstände seht, die sich für Fitnessübungen eignen, ...
- wenn ihr Orte kennt, an denen mehrere „Geräte“ für ein Fitnessprogramm zusammenstehen, ...
- wenn ihr Flächen und Plätze kennt, die sich für Ball- und andere Spiele oder sonstige Aktivitäten eignen, ...

... dann schreibt das auf, macht Fotos oder Videos, zeichnet das in Stadtpläne ein, schickt uns

diese Infos per Mail oder gebt sie bei Tura ab.

Beispiele findet ihr hier – wenn ihr euch im Stadtteil etwas auskennt, fallen euch bestimmt viele eigene Ideen ein.

Auf unserer Internetseite findet ihr schon einige Vorschläge für Lauf- und Walking-Runden, Infos, wo in der Nähe Fitnessgeräte aufgestellt wurden, und Beispiele für Übungen an „Trimm-Dich“-Geräten, die ihr überall finden könnt. Wir freuen uns darauf, diese Seiten mit euren Beiträgen noch interessanter zu machen!

## SportScouts – ein WiN-Projekt von Tura

„Scouts“ waren im „Wilden Westen“ Leute, die in unbekanntem Gelände nach neuen Wegen suchten, also „Pfad-Finder“ im

Wer wissen möchte, was man mit einer einfachen Parkbank alles anstellen kann, sollte sich dieses Buch ansehen:

Holger Meier: Das Parkbank-Workout, Meyer & Meyer Verlag, 2020. Auch ausleihbar in der Stadtbibliothek in Gröpelingen, Signatur. Spo 73 M

wörtlichen Sinn. „Sport-Scouts“ sollen wohnortnahe „Trimpfade“ im Stadtteil finden.

### Die Idee:

Bewegungsfreudige und neugierige Menschen mit unterschiedlichem körperlichen Leistungsstand, unterschiedlichen sportlichen Interessen

und aus verschiedenen Altersgruppen erkunden den Stadtteil im Hinblick auf Bewegungs-, Sport- und Spielgelegenheiten, halten diese in einem Stadtplan fest – eventuell unter Nutzung GPS-fähiger Hilfsmittel - und dokumentieren sie durch Kurzbeschreibung und fotografisch oder per Video.

Die Ergebnisse sollen an diversen Orten im Stadtteil und im Internet präsentiert werden.

Die Teilnehmer:innen erhalten so die Gelegenheit, sich selbst in Bezug auf Bewegungsgelegenheiten und sportliche Betätigungsmöglichkeiten zu informieren. Gleichzeitig soll dadurch ein Informationssystem entstehen, das alteingesessenen und neuen Bewohner:innen zur Orientierung dient.



Eine kurze Laufrunde (2 km): Tura-Vereinszentrum - Mählandsweg – Schützenweg – Bromberger Straße, aufgezeichnet als GPS-Track – geht mit (fast) jedem Smartphone

## Ing. -Büro Krone & Bürgel

SEW Service-Partner für Antriebstechnik + Ersatzteile

Schragestr. 15 / 28239 Bremen

Tel.: 694 02 37 / Fax: 694 02 38

# Trautmann und Preußen Münster

Burkhard Hünninger übergab an Tura Bremen ein Exemplar der Zeitung „Sport Niedersachsen“ von 1968 mit einem Artikel über Bert Trautmann als Trainer des SC Preußen Münster.

Tura Bremen, der Heimatverein von Bert Trautmann, freut sich über die Ergänzungen: „Wir werden den Zeitungsartikel in die Bert-Trautmann-Ausstellung integrieren“, so die Ausstellungsmacher Wolfgang Zimmermann und Ekkehard Lentz.



Tura-Pressesprecher Ekkehard Lentz im Garten von Burkhard Hünninger mit dem Artikel von 1968 über Bert Trautmann „Der Torwart-Star Bernd Trautmann muss wieder ganz von vorn anfangen“.



## Weihnachtsbaumverkauf

Garten- und Landschaftsbau **HIRSCHHAUSEN**  
 Telefon 0171 41 665 00

Besuchen Sie uns

bei **nahkauf** in der **Seewenjestraße**



*Original Nordmann  
 Verkauf ab 15.12.2021*

Unser besonderer Service:  
 Auf Wunsch Lieferung frei Haus

**BERT TRAUTMANN**

# ORIGINAL GRÖPELINGEN

HIER KANNST DU STARTEN



**SPECK**  
 ACHT SECHS TATTOO  
 TATTOO-KÜNSTLER

**SASKIA LOHMANN**  
 GESAMTSCHULE WEST  
 LEHRERIN

**ALEX HARTUNG**  
 TURA E.V.  
 GESCHÄFTSFÜHRER

**MÜZEYEN DEMIR**  
 LA MÈCHE  
 FRISEURMEISTERIN

**GÜNGÖR CERRAH**  
 GASTRONOM &  
 KONZEPTENTWICKLER



EIN STADTTEIL:  
 VIELE MÖGLICHKEITEN!  
[WWW.GROEPELINGEN.DE](http://WWW.GROEPELINGEN.DE)





## Historisches Trautmann-Foto mit Alfred Ries für Ausstellung überreicht



Walter Schumann überreicht Ekkehard Lentz ein historisches Foto für die Trautmann-Ausstellung, das den ehemaligen Werder Präsidenten Dr. Alfred Ries mit Bert Trautmann (rechts) zeigt.

men geworden wäre. Dies bestätigte der ehemalige Weltklassetorhüter von Manchester City 1964 in einem Interview mit Helmuth Poppen von Radio Bremen.

Alfred Ries wurde von den Nazis verfolgt. Über sein Leben informiert [www.deutschlandfunkkultur.de/die-juedische-geschichte-werder-bremens-werversoehnung-966.de.html?dram:article\\_id=452071](http://www.deutschlandfunkkultur.de/die-juedische-geschichte-werder-bremens-werversoehnung-966.de.html?dram:article_id=452071)

Beim ersten deutschen Meistertitel 1965 war Ries Präsident des SV Werder.

Walter Schumann, Legende der Bremer Sportfotografie (links), hat Tura-Pressesprecher Ekkehard Lentz ein Foto von Bert Trautmann mit dem früheren (mehrmaligen) Präsidenten des SV Werder Bremen, Dr. Alfred Ries, überreicht. Das Foto zeigt den gebürtigen Bremer Trautmann und Ries in den 1960er Jahren im Bremer Weserstadion. Von Trautmann ist bekannt, dass er gern Trainer von Werder Bre-

tura Bremen, der Heimatverein von Bert Trautmann, freut sich über die Ergänzungen: „Wir werden das Bild in die Bert-Trautmann-Ausstellung integrieren“, so die Ausstellungsmacher Wolfgang Zimmermann und Ekkehard Lentz. Die Ausstellung steht derzeit in Brandenburg. 2023 soll sie im Bremer Focke-Museum gezeigt werden zum zehnjährigen Todestag von Bert Trautmann.

### Für Tura-Mitglieder:

**Kostenlose Gebäuderwertermittlung für die Klausel „Unterversicherungsverzicht“.**  
Damit Sie im Schadensfall auch 100% Leistung für 100% Beitrag erhalten!

**Ihr Spezialist für Gebäudeversicherungen**  
Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin

harald.frommhold@gothaer.de | [www.frommhold.gothaer.de](http://www.frommhold.gothaer.de)

# Gothaer

Generalagentur

Harald Frommhold  
Diplom-Betriebswirt (BA)  
Am Hulsberg 118 · 28205 Bremen  
Telefon 0421. 43 74 68 08

## Freiwilliges Soziales Jahr im Sport: Fabian Adam

Wer regelmäßig die Videos von Tura schaut, kennt ihn bereits. Fabian Adam, 20 Jahre jung, seit 15 Jahren im Verein. Bekannt als Taekwondo-Trainer.

Fabian Adam absolviert seit August sein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport. Eine Hälfte von ihm, „gehört“ dabei uns. Eine Hälfte!? Ja - denn Tura teilt seine Arbeitskraft mit dem SV Werder Bremen. Grundidee ist es, über das Spielraumkonzept, von Werder, die Brücke zwischen Kitas/Schulen und dem Vereinssport zu schlagen. Fabian tritt dort als Trainer auf, den die Kids im Optimalfall nachmittags, im Verein, wieder sehen wollen.

Die Idee für eine Kooperation entstand bei einer Videokonferenz zwischen Werder-Vertretern und Alex Hartung. „Die Zusammenarbeit mit Werder ist super, sie sind extrem hilfsbereit und brennen förmlich, für die Sache“, so Alex. „Mit Fabian haben wir zudem einen jungen Trainer, der unfassbar gute Arbeit leistet und mit Leidenschaft dabei ist“, so Alex weiter.

Am 3. November haben sich dann Tura und



Fabian Adam, FSJ-ler und Taekwondo Trainer bei Tura

Werder zum ersten Mal live und in Farbe gesehen. Werder hat eingeladen, um die ersten drei Monate zu besprechen. Traditionsgemäß im Stadion. „Leider war es nicht möglich, ein paar Elfmeter auf dem heiligen Rasen zu schießen - wäre sonst sicherlich ein tolles Video, für unseren YouTube Kanal, geworden. Es hat im Fuß gekribbelt, aber das Risiko war zu hoch“, so Alex und Fabian.

Wer mehr über Fabian und das Projekt sehen möchte, schaut gerne mal auf dem YouTube Kanal von Tura vorbei. Dort ist neben einem Interview auch ein Arbeitsalltag von Fabian zu sehen.

„Das ist der beste Job, den man haben kann“, so Fabian voller Begeisterung.

# WIR SIND WIEDER FÜR SIE DA!

DANKE für Ihre Treue!



Wir beachten umfassende Schutzmaßnahmen für Ihre Sicherheit.



HB - Waller Ring 141 · Tel. 0421 611 556 · [www.zweirad-dutschke.de](http://www.zweirad-dutschke.de)

## Herzinfarkt und Herzrhythmusstörung

Die Deutsche Herzstiftung e.V. informierte im Rahmen der „Herzwochen“, im kompletten November über das Thema Herzerkrankungen. Passend dazu interviewte Tura-Geschäftsführer Alex Hartung drei Menschen, die unter Herzerkrankungen leiden. Sie sprachen über das Leben, vor der Krankheit, über den Moment der Diagnose und welchen Stellenwert Bewegung und Tura dabei haben.

Das Video, welches Betroffenen hoffentlich Mut macht, ist hier abrufbar: <https://youtu.be/TeQ81DiCKiU>

Die „Deutsche Herzstiftung e.V.“ hat auf Fa-



Aus dem Video zum Thema Herzerkrankungen

cebook Tura Bremen Pressesprechers Link kommentiert: Ein sehr schönes Video, vielen Dank“.

## Gewinnspiel: Digital zur Bewegung animiert

Einen Monat lang wurden Schritte gesammelt. Über 50 Menschen haben mitgemacht. Knapp 1000 Nachrichten wurden uns geschickt.

Alex Hartungs Idee war es, gemeinschaftlich etwas zu erreichen und die Motivation zur Bewegung zu fördern. „Ich dachte mir, es wäre cool, wenn jede/r das gibt, was im persönlichen Rahmen möglich ist - und alle davon profitieren. Eben den Vereinsgedanken stärken und in dem Fall durch die Kraft des Internets.“

Alle Teilnehmer:innen schickten einen Monat lang ihre täglich absolvierten Schritte. Jede/r so wie es ihr/ihm möglich war. Und am Ende entschied das Los über tolle Preise. Es gab Gutscheine für das Steakhaus Jasmin sowie das Lavie in Walle, einen Gutschein für den Laufladen Absolute Run und Gutscheine für den reichhaltigen Tura-Fanshop.




Die Gesamtzahl der Schritte

12.376.704 Schritte = 8.251 KM

### Das bedeutet:

20.627 Runden um den Sportplatz  
34 mal nach Hamburg und zurück  
Wir sind 56 Mal auf den Mount Everest gestiegen (220'000 Schritte)  
Wir sind 196 mal einen Marathon gelaufen.


Großes Dankeschön für das Mitmachen - gerne 2022 wiederholen !?



www.shop.nehlsen.com

# TAPETENWECHSEL – UND DIE WAND GLEICH MIT?

Nehlsen holt Ihren Bauabfall ab.



## Nachhaltigkeit im Sportverein: Interaktiver Klimaschutz

Klimaschutz ist ein Thema, das uns alle betrifft. Tura will mit gutem Beispiel voran gehen und für die Zukunft die richtigen Schritte wählen.

Was hinter der Idee steckt, ist in diesem Video zu erfahren:

<https://youtu.be/hV4EdVUuUfA>



## Tura sammelt für obdachlose Menschen

„Gutes zu tun ist manchmal einfacher, als man denkt. Was bei uns zu Hause nur nutzlos verstaubt, können andere Menschen gebrauchen“, so Alex Hartung, Geschäftsführer von Tura Bremen.



An einem Nachmittag sortierte ein kleines Team, mit Alex Hartung, FSJler Fabian Adam und Studiotrainer Dominik Hartung die Spenden vor. Die Sortieraktion dauerte bis in den Abend hinein. Was ein für Erfolg! So viele Spenden für obdachlose Menschen in Bremen! DANKE!

„Ich weiß, wie sozial engagiert viele Sportler:innen bei uns im Verein sind, so etwas können wir doch nutzen. Hat zwar mit Sport wenig zu tun, aber ein Verein ist immer auch eine Gemeinschaft, genau das können wir jetzt zeigen“, so Alex weiter.

Mit Hilfe eines Youtube-Videos rief Tura Anfang November dazu auf, für obdachlose Men-

schen in Bremen zu sammeln. Das Ganze entstand in einer Kooperation mit den Suppenengeln Bremen. Ebenfalls war Alex mit der Kamera vor Ort und ließ sich vom Geschäftsführer Dr Peter Valtink alles zeigen und erklären. Eine so wichtige Arbeit, die dort betrieben wird, und es ist schön, dass Tura einen Teil dazu beitragen kann.

Nach zwei Wochen war die Sammelaktion vorbei, alles wurde sortiert und dann direkt zu den Bremer Suppenengeln gebracht. Das Ergebnis war überwältigend und es kamen bergeweise Spenden zusammen.

„Ich danke jeder Person, die etwas vorbei gebracht hat, aus tiefstem Herzen! Ihr habt wieder einmal gezeigt, wie viel möglich ist, wenn jede/r einen kleinen Teil beiträgt. Genau das bedeutet für mich, den Vereinsgedanken aktiv zu leben. DANKE! Ich bin wirklich stolz darauf, was Tura da geleistet hat“, so Alex mit seinem Fazit der Aktion.



# STEAK HAUS

BEI JASMIN

• BALKAN & INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN •

## Steaks · Balkan-Spezialitäten...

Im Vereinszentrum Lissaer Straße 58 · 28237 Bremen · Tel. 0421 - 478 77 666

## Erfolg bei den NBSV-Meisterschaften in Papenburg: Boxer von Tura gewinnen drei Titel

Das Finale begann mit einer riesigen Enttäuschung, der Gegner von Janderson, Abdulkarim aus Seelze, trat zum Finale nicht an. „Noch ärgerlicher und völlig unverständlich wurden wir im Vorfeld darüber auch nicht informiert“, so Trainer Klaus Becker. Janderson war top vorbereitet und sehr enttäuscht über die Absage. Allerdings gewann er sein Halbfinale und ist somit ein würdiger Meister in der Gewichtsklasse bis 70 Kilogramm, B-Klasse.

Giuliana di Vicenzo zeigte einen klasse Kampf in der Gewichtsklasse bis 54 kg gegen



Adelina Bensel aus Lingen. Giuliana ließ ihrer Gegnerin nicht den Hauch einer Chance und traf ihre tapfer kämpfenden Gegnerin nach Belieben. Somit ist die Tura-Boxerin eine Kandidatin für die DM/Elite im Dezember in Straubing.

Milad Mousavi gewann seinen Finalkampf in der Gewichtsklasse bis 63,5 kg gegen Racho Ryan aus Oldenburg ebenfalls souverän. Milad war der bessere Boxer mit klaren Aktionen und deutlichen Treffern. In Runde drei wurde sein Gegner mit einer blutenden Wunde aus dem Ohr vom Ringarzt aus dem Kampf genommen.



„Athleten:innen und Trainer haben in der Vorbereitung der Meisterschaft als Team toll zusammengearbeitet, das war der Grundstein zum Erfolg“, freut sich Klaus Becker. Natürlich auch ein toller Einstand für den neuen Trainer Patrick Hewett.



## Klaus Becker im Weserstrand

Ein schönes Portrait über einen großartigen Motivator, Pädagogen und Trainer im „Kurier am Sonntag“ (Weser Kurier) am 22. August



2021. Klaus Becker zählt zu den erfolgreichsten Boxtrainern in Bremen. Mit seinen Schützlingen feierte er Erfolge wie den Gewinn deutscher Meisterschaften und internationaler Titel. Nadine Apetz, die Becker von 2008 bis 2014 trainierte, nahm in diesem Jahr an den Olympischen Spielen in Tokio teil.

## Zehn Jahre Tura-Boule – Spiel und Spaß übers ganze Jahr

„So eine attraktive Freizeitgestaltung müssen wir auch bei Tura für die Gröpelingler unbedingt anbieten“, sagten sich Marion und Peter Schwarz, die das Petanque-Spiel im Jahr 2009 auf dem damaligen Campingplatz der Wattenfreunde Nordholz an der Nordseeküste kennen und lieben gelernt haben. Und damit lagen sie richtig, der französische Nationalsport Petanque fühlt sich auch in Gröpelingen seit dem Jahr 2012 bei Tura überaus wohl. Die überwiegenden Mitspieler der ersten Stunde sind immer noch dabei und freuen sich, dass sich stets neue Bürger für das Treiben auf dem Bouleplatz interessieren und mitspielen möchten.



Viele aus der Gruppe bringen sich hier ein und übernehmen Verantwortung bei der Organisation der Boule-Treffs, organisieren Turniere, helfen bei der Platzpflege, veranstalten Ausfahrten nach Abbehausen und Norderney und sind bei vielen anderen Aktivitäten dabei.

Die Aktiven sind auch oft bei anderen Vereinen der Umgebung zu Gast, so bei den „Sommer- und Wintertouren“ (vier bis zehn Spieltermine zwischen Emden, Wilhelmshaven Oldenburg und Brinkum), den Turnieren der SGF-Bremen (am Weserstadion), von Jahn Brinkum und der Boule-Gemeinschaft Bremen (beim Südbad in der Neustadt) und vertreten dabei Gröpelingen und Tura.

Eine schöne Nebensache sind auch die Liga-Teams von Tura beim Niedersächsischen Petanque-Verband, die sich in der Spielsaison an drei Spieltagen mit Vereinen aus der Umgebung messen und im nächsten Jahr auf einen Aufstieg in die Bezirksoberliga hoffen.

Boule-Treff - TURA Bremen e.V. ([www.tura-bremen.de/boule.html](http://www.tura-bremen.de/boule.html))



Drei Boule-Kugeln hat jeder Spieler und es gilt, sie so nah wie möglich ans „Schweinchen“ (die kleine rote Kugel im Bild oben) zu platzieren.

Aktuell gehören der Gruppe 17 Spielerinnen und 25 Spieler an, deren vornehmliches Ziel es ist, den „Offenen Gröpelingler-Boule-Treff“ zu organisieren, der allen Bürgern offensteht.

**Wir beraten Sie rund um das Thema Energie.**

**beratungshaus**  
wir makeln das

Am Hulsberg 118 · 28205 Bremen  
Telefon 0421. 46 82 94 50

Egal ob Privatkunde, Gewerbetreibender oder Bündelkunde: Sie verbrauchen Strom und oft auch Gas. So wie an der Tankstelle - wer vergleicht, kann eine Menge Geld sparen. Und dabei unterstützen wir Sie gerne.

Kontaktieren Sie uns, vereinbaren Sie am besten gleich einen Termin! Ihr erster Schritt um Ihre Energiekosten dauerhaft zu reduzieren.

[info@beratungshaus-energie.de](mailto:info@beratungshaus-energie.de) | [www.beratungshaus-energie.de](http://www.beratungshaus-energie.de)

## Turas Liga-Teams mit positiver Bilanz

In der Bezirksliga beendeten die beiden Ligateams von Tura Bremen die Spielzeit nach jeweils drei Siegen und zwei Niederlagen mit einem positiven Ergebnis. Dabei gelang der zweiten Mannschaft von Tura Bremen nach Siegen über die erste Vertretung von Tura (5:0), TSV



Turas Liga-Teams am letzten Spieltag in Wildeshausen; es fehlen: Ronald Schnor, Manfred Rother, Gerda Heindorf und Ingo Wachendorf



Wallhöfen (4:1) und PC Oldenburg 3 (3:2) die Vizemeisterschaft.

Für Tura 1 waren die Ambitionen um den Aufstieg bereits nach der klaren Niederlage in der ersten Begegnung im Vereins-Duell auf null gesunken. Da half dann auch nicht eine erhebliche Leistungssteigerung in den restlichen Partien, um über den vierten Rang hinaus zu kommen.

Szene aus dem letzten Spiel Tura 1 gegen Wallhöfen mit Marion Schwarz und Gisela Luitjen

**Letzte Meldung**

Super! Sinem Özdemir von Tura Bremen hat es in das Auswahlteam der C-Jugend (Jahrgang 2007) des Deutschen Fußballverbandes geschafft. Herzlichen Glückwunsch und viel Erfolg! Nach Oliver Düsseldorf ist Sinem damit die zweite Fußballerin von Tura, die in ein Auswahlteam des DFB berufen wurde.



**Fahrschule Schinkel GmbH**

Kl. A, B + BE - Ford/Hyundai i30 Honda CBF 650/500/125

**Halmerweg 68 | Telefon 616 42 12**

Öffnungszeiten: Mo. - Do. 16:30 - 19:30 Uhr  
Theor. Unterricht: Mo. + Di. 19:30 - 21:00 Uhr

**Lange Reihe 65 | Telefon 38 29 81**

Öffnungszeiten: Di. - Do. 17:30 - 19:30 Uhr

www.FahrschuleSchinkel.de

Mit uns fahren Sie immer richtig!

22

BOULE

## Tura startet donnerstags offene-Mini-Turnier-Runde

Jeden Donnerstagabend werden auf der Boule-Anlage des Tura-Geländes in Bremen-Gröpelingen, Lissaer Straße/Bert-Trautmann-Platz, drei beleuchtete Runden Super-Melee nach Spielplan angeboten. Bis zu 19 Teilnehmerinnen und Teilnehmer können dabei sein. Die Organisation liegt bei Sven Katerbau, der sich über Anmeldungen bis 18 Uhr am Vortag auch externer Boule-Sportlerinnen und Sportler freut.

Einschreibeschluss am Turniertag ist um 17 Uhr, vor Ort. Weitere Infos über: Donnerstagsturnier@t-online.de

Sven Katerbau organisiert die offenen Mini-Turnier-Runden der Bouler bei Tura Bremen.



## Turniersieg für Ingo Wachendorf

Mit einem vereinseigenen internen Turnier am Tag der deutschen Einheit starteten 18 Boulerinnen und Bouler von Tura Bremen nach langer Corona-Pause in ihre traditionelle Turnier-Serie in Gröpelingen.

Vier Spielrunden bedeuteten vier Stunden spannende Spiele bei höchster Konzentration, immer mit anderen Spielpartnern. Sieger wurde Ingo Wachendorf mit vier Siegen und 33 Pluspunkten, vor dem ebenfalls ungeschlagenen gebliebenen Sven Katerbau mit 20 Plus. Über weitere Siegerpreise, die



Ursula Davidescu .....immer spendabel



Boule-Turniersieger Ingo Wachendorf (Tura) mit Bruno Dietze (links) und Martina Genz

von Ursula Davidescu gestiftet wurden, freuten sich die nächstplatzierten Dieter Köhler, Peter Schwarz, Liane Köhler und Mari- on Schwarz.

Oft war es eine Millimeterentscheidung



23

BOULE

## Fair Play-Geste der Saison: Der kleine Kerem ganz groß



Kerem Erkul (Mitte) wird von Björn Fecker (BFV, hinten links), Rüdiger Meyer (ÖVB, 2.v.r.) und Franziska Temper (BFV, 1.v.r.) für sein vorbildliches Verhalten ausgezeichnet.

Spiel nicht und der Ball landete nach der Aktion unmittelbar bei Kerem Erkul. Dieser hatte nun die Möglichkeit das Tor zu erzielen. Als der damals Zehnjährige aber den verletzten Gegner am Boden sah, spielte er den Ball ins Aus. Der Trainer von Vahr-Blockdiek konnte sich um seinen Spieler kümmern.

BFV-Präsident Björn Fecker gratulierte zu diesem fairen Verhalten

und zeichnete es gemeinsam mit ÖVB-Regionaldirektor für Bremen und Bremerhaven Rüdiger Meyer im Weserstadion beim Spiel Werder gegen Heidenheim als Fair Play-Geste der Saison 2020/2021 aus. Neben einer Urkunde und einem DFB-Länderspiel-Gutschein, hat Kerem Erkul für sein vorbildliches Verhalten von den ÖVB auch noch einen Waterfront-Gutschein und einen Werder-Schal gewonnen.

„Ich bin sehr stolz auf Kerem, da Fair Play bei uns in der Mannschaft nun einmal sehr groß geschrieben wird. Sein Handeln war vorbildlich. Einige ältere Spieler können sich ruhig mal eine Scheibe davon abschneiden“, erklärt Kerem's Trainer Sebastian Meyer.

Kerem Erkul, mittlerweile Spieler einer D-Junioren-Mannschaft von Tura Bremen, ist der Preisträger der Fair Play-Geste der Saison 2020/2021. Der elfjährige Stürmer konnte sich im Rahmen des Bundesliga-Spiels SV Werder Bremen gegen 1. FC Heidenheim über tolle Preise vom Bremer Fußball-Verband (BFV), dem DFB und den ÖVB erfreuen.

Was war passiert? Bereits im vergangenen Jahr gewann Jugendspieler Kerem Erkul die Fair Play-Geste des Monats September (Tura aktuell berichtete). Im E-Junioren-Meisterschaftsspiel zwischen Tura und SC Vahr-Blockdiek kam es nach einem Zweikampf zu einer Verletzung eines Spielers der Gäste. Der Schiedsrichter unterbrach das

**STEAK HAUS**  
BEI JASMIN

• BALKAN & INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN •

*Mittagstisch* Dienstag - Freitag von 12:00 bis 14:30 (außer an Feiertagen). Alle Gerichte auch zum Mitnehmen

Im Vereinszentrum Lissaer Straße 58 · 28237 Bremen · Tel. 0421 - 478 77 666

## Uns Uwe: 85. Geburtstag

Am 5. November 2021 wurde Uwe Seeler 85 Jahre alt. Zu Gast bei Tura war der legendäre Torejäger des HSV am 17. Juli 1999 beim DFB-Adidas-Cup auf der Bezirkssportanlage in -Gröpelingen. Uwe zog eine große Fangemeinschaft hinter sich her. Seine Autogramme fanden reißenden Absatz. Geduldig beantwortete er viele Fragen. Eine schöne Erinnerung an „Uns Uwe“: Unser Foto zeigt einen Ausschnitt aus „Tura aktuell“, Ausgabe 3. Quartal 1999.

Sehr sehenswert ist der Film des NDR.de, siehe auch: <https://www.ndr.de/sport/fussball/ll-ka-und-Uwe-Seeler-im-NDR-Interview-Wir-sind-noch-im-Spiel,seeler508.html>



### Herzlichen Glückwunsch, Léon Schäfer!

Als Kind und Jugendlicher hat Léon Schäfer bei Tura Fußball gespielt. Als schneller Außenbahnspieler schaffte er den Sprung in die Bremer Auswahl.



### Fußballprominenz zu Gast bei TURA



Prominente Gäste konnte TURA kürzlich auf der Bezirkssportanlage und in seinem Vereinszentrum begrüßen. Die Ex-Nationalspieler Uwe Seeler und Max Lorenz wollten anlässlich des „DFB-Adidas-Cup“ in Gröpelingen. Auch bei den jüngsten Teilnehmern fanden die Autogramme der beiden Fußballstars reißenden Absatz. Selbst T-Shirts beschriftete „Uns Uwe“, wie unser Foto zeigt. Stimmungsvoll sind in Wort und Bild vom „DFB-Adidas-Cup“, den der Bremer Fußball...

Bildstrecke in Zusammenarbeit mit unserem Verein anlässlich, vertritt diese Ausgabe von „Tura aktuell“ auf den Seiten 2 und 3.

## Ihr Team-Sport-Ausrüster



Lindenstraße 2 · 27711 Osterholz-Scharmbeck  
 Fon: 0 47 91 / 90 57 09 · Fax: 0 47 91 / 90 57 11  
[ohz@sportshop-hermann.de](mailto:ohz@sportshop-hermann.de)

[www.sportshop-hermann.de](http://www.sportshop-hermann.de)

## Kurz gemeldet

Turas U12 veranstaltete am 29. August ein Turnier zum Saisonauftakt: SG Letter 05 gewann vor OSC Bremerhaven, VfL Wildeshausen, Germania Grasdorf und dem Gastgeber.

## Kurz gemeldet

Tura U15 gewann am 29. August sein Turnier zur Saisonvorbereitung vor TV Jahn Delmenhorst, SC Borgfeld 2 und VfL Stenum.

## Nach Redaktionsschluss

Bei den 15. Taekwondo-Technik-Meisterschaften in Portugal konnte das neue DTU-Bundestrainer-team - darunter auch Turas amtierende fünffache Weltmeisterin Imke Turner - mit 12 gewonnenen Medaillen einen gelungenen Einstand feiern.

Der erste große Wettkampf für Imke Turner in ihrer neuen Funktion bot zugleich eine Standortbestimmung für die Weltmeisterschaft 2022.

Unter den Medaillengewinnern war auch der ehemalige Turaner Tilmann Gothner, der mit seinen beiden Mannschaftskollegen aus Hessen die Silbermedaille im Synchron-Wettbewerb der Herren 30+ hinter Dänemark erringen konnte. Sein bisher größter sportlicher Erfolg. Viele Jahre Mitglied der Taekwondo-Abteilung von Tura, gewann Tilmann Gothner mit Tim Glenwinkel, Karsten Block und Oliver Martens bereits diverse Medaillen und Titel in verschiedenen Mannschaftswettbewerben.



Imke Turner und Tilmann Gothner



# AUGUST MEYER

## HEIZUNG & SANITÄR

Gröpelinger Heerstraße 97, 28237 Bremen  
Telefon: 0421 / 61 18 47, Fax 0421 / 6 16 47 52  
E-Mail: kontakt@august-meyer-bremen.de

## Brigitte Karrasch und Alex Hartung im Einsatz für den Rehasport

Als erster Fachverband hat sich der Behindertensportverband Bremen (BSB) - hier der Bereich Rehabilitation - intensiv mit dem Thema Long- und Post-Covid auseinandergesetzt. Dazu gehörten Gesprächs- und Informationsrunden mit dem St.-Joseph-Stift, dem DIAKO, dem Rotes-Kreuz-Krankenhaus und der Betriebsgenossenschaft.

Am 30. Oktober konnte die erste Veranstaltung dieser Art, eine achtstündige Fortbildung für die verschiedenen Bereiche der Rehabilitation, in den Räumen von SFL Bremerhaven stattfinden.

Als Referenten traten Tura-Trainerin Brigitte Karrasch und Alex Hartung auf. Den ersten Teil bestritt Diplom- Psychologin Brigitte Karrasch. Sie setzt sich bereits seit Ausbruch der Pandemie mit deren Folgen auseinander. Die 22 Teilnehmerinnen und Teilnehmer informierte Brigitte Karrasch über die Folgen und Auswirkungen dieses Krankheitsbildes aus der Sicht der Psychologie, zum Beispiel über Erschöpfungszustände, Ängste und Depressionen. Im weiteren Verlauf ihres Vortrages erläuterte und diskutierte sie denkbare Konsequenzen für den Reha-Sport, worauf die Übungsleiterinnen und -leiter in ihren Stunden insbesondere achten sollten.



Brigitte Karrasch und Alex Hartung von Tura Bremen referierten bei einer Fortbildung des Behindertensportverbandes für Übungsleiter aus dem Reha-Bereich.

Im zweiten Teil, der Praxis, bot Alex Hartung, B-Lizenz-Inhaber für das Krankheitsbild Inneres, ein breitgefächertes Bewegungsangebot zur Stärkung des Herz-Kreislaufsystems an.

Ziel der Beschäftigung mit diesem Thema war, Fortbildungen für die im Reha-Bereich aktiven Übungsleiter anzubieten. Die Nachfrage nach geeigneten Reha-Plätzen wurde immer größer, und die Trainer mussten für den Umgang mit dieser neuen Krankheit und deren unterschiedlichsten Folgen qualifiziert werden.

Nach einhelliger Meinung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gelang dem Behindertensportverband eine gelungene und interessante Veranstaltung mit vielen Informationen, Anregungen und Impulsen für die eigene Arbeit als erster Schritt für den Umgang in der sportlichen Praxis mit dem neuen Krankheitsbild.



Ihr Gesundheitspartner in Gröpelingen

durchgehend geöffnet:      Telefon:                      0421-2784990  
Mo-Fr 8:30-19:00 Uhr      mail: info@apo-lindenhofcenter.de  
Sa 9:00-16:00 Uhr      net: www.apo-lindenhofcenter.de

Arzneimittel-Risikocheck · Arzneimittel-Lieferservice ·  
Gesundheitsberatung · Blutwertbestimmung · Kosmetikberatung ·  
und vieles mehr ...

## Sport in der Krebsnachsorge Danke, Helma Rumphorst!

Endlich nach langer Corona-Pause konnte auch in der Krebsnachsorge der Sport wieder beginnen-

Mitte Juni traf sich die Gruppe wieder. Mit viel Spaß ging es gleich wieder los. In der anschließenden Gesprächsrunde wurde dann darüber gesprochen, wie jeder den Lockdown erlebt und gestaltet hat und wie es jedem ge-



Anne Ossig, Helma Rumphorst, Marianne Imber und Helga Hering (von links): Sport in der Krebsnachsorge

sundheitlich erging. Alle hatten den Sport sehr vermisst. Im Juli gab es einen kleinen Höhepunkt in der Gruppe. Drei Mitglieder wurden geehrt: Anne Ossig seit 30 Jahren in der Gruppe, Marianne Imber 20 Jahre und Helga Hering ist auch bereits zehn Jahre dabei. Mit auf dem Bild ist Helma Rumphorst. Sie hat die Gruppe gegründet. Mit großem Bedauern hat sie die Leitung der Gruppe im Sommer abgegeben. Derzeit leitet Jutta Ackermann die Gruppe. Auch wei-

Tura-Geschäftsführer Alex Hartung bedankt sich bei Helma Rumphorst für die jahrzehntelange Leitung der Gruppe „Sport in der Krebsnachsorge“.



terhin steht die Gesundheit und der Spaß der Teilnehmerinnen im Vordergrund.

### In eigener Sache

Bis die Ausgabe der Vereinszeitung bei den Leserinnen und Lesern auf dem Tisch liegt, ist eine wochenlange intensive Arbeit vorausgegangen. Wolfgang Zimmermann und



Ekkehard Lentz arbeiten jetzt seit mehr als 25 Jahren erfolgreich zusammen. Die Medien, vor allem im digitalen Bereich, haben

sich in den letzten Jahren vielfältig entwickelt, auch bei Tura. Ist die Vereinszeitung noch nötig? Trifft sie noch die Interessen der Turanerinnen und Turaner? Oder egal? Die Redaktion bittet um ein entsprechendes Feedback, auch um für sich eine Entscheidung für die Zukunft zu treffen. Am besten per Mail: [zeitung@tura-bremen.de](mailto:zeitung@tura-bremen.de).

## PHYSIOTHERAPIE

krankengymnastik, atemtherapie, tcm, feldenkrais, hausbesuche

**KAREN DETHLEFFSEN**

geestemünder straße 42

0421-3808637

[karen-dethleffsen@arcor.de](mailto:karen-dethleffsen@arcor.de)



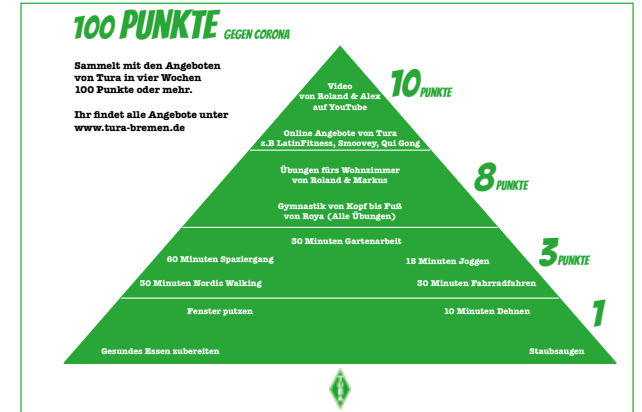
## Immer noch aktuell: Aktion 100 Punkte für Bewegung

Im letzten Winter, als der vollständige Lockdown unsere gewohnten Sportangebote komplett unmöglich machte, haben wir für euch eine Aktion gestartet: „100 Punkte in 4 Wochen mit Bewegung!“ Die Idee: jede Woche 25 Punkte für Sport und sonstige Bewegungsaktivitäten sammeln, z.B. mit unseren Online-Angeboten, sonstigen sportlichen Aktivitäten wie Walking/Nordic Walking, Radfahren, Joggen, Gymnastik zuhause, aber auch mit Bewegung im Alltag wie Einkaufen zu Fuß, Spazierengehen, Haus- und Gartenarbeit und mehr.

Nun haben es die schrittweisen Lockerungen erlaubt, unseren Sportbetrieb – mit diversen Einschränkungen und vor allem Vorsichtsmaßnahmen! – nach und nach wieder hochzufahren. Aber trotzdem bleibt uns Angebot und unsere Aufforderung aktuell: sammelt Punkte – für eure Gesundheit und eure Fitness!

Die Punktezahl für die einzelnen Aktivitäten in der Tabelle auf unserer Website ist nämlich nicht ausgewürfelt oder sonstwie zufällig zustande gekommen:

Sie beruht auf medizinischen und sportwissenschaftlichen Erkenntnissen zu der Frage, wie viel Bewegung der Mensch braucht, um nicht krank zu werden und um mit körperlicher Bewegung seine Gesundheitskräfte zu stärken. Auf dieser Basis gibt es Empfehlungen z.B. der Weltgesundheitsorganisation (WHO) oder die „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewe-



gungsförderung“ für die BRD, aus der wir unser Punktesystem abgeleitet haben. Wenn ihr also jede Woche 25 Punkte sammelt, seid ihr auf einem guten Weg – mehr ist natürlich besser, solange ihr es mit einzelnen anstrengenden Aktivitäten nicht übertreibt!

Wie viel Bewegung ihr euch jede Woche gönnen sollt, wie oft, wie lange und wie intensiv die einzelnen Bewegungseinheiten sein sollen – dafür wollen wir euch mit der 100-Punkte-Aktion weiterhin ein Hilfsmittel zur Hand geben. Also schaut mal wieder rein: <https://www.tura-bremen.de/id-100-punkte.html>.

Wer es genauer wissen will, kann sich auf der Website des DOSB unter <https://gesundheit.dosb.de/schlau> machen oder unter dem Link [https://cdn.dosb.de/user\\_upload/Sport\\_pro\\_Gesundheit/PDF/bzga\\_-\\_Menschen\\_in\\_Bewegung\\_bringen.pdf](https://cdn.dosb.de/user_upload/Sport_pro_Gesundheit/PDF/bzga_-_Menschen_in_Bewegung_bringen.pdf) eine kleine Broschüre „Menschen in Bewegung bringen“ herunterladen.

# STEAK HAUS

BEI JASMIN

• BALKAN & INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN •

Grill- und Pfannen-Spezialitäten...

Im Vereinszentrum Lissaer Straße 58 · 28237 Bremen · Tel. 0421 - 478 77 666

# → Studiotraining bei Tura Bremen im Zeichen der Pandemie – ein gelungenes Modell

20.124 Personen haben mit Beginn der Einschränkungen für den Sport in Innenräumen bzw. in der Zeit zwischen dem behördlich angeordneten „Lockdown“ die Möglichkeit genutzt, um sich in dem Gesundheitsstudio von Tura Bremen körperlich fit zu halten.

Eine beeindruckende Zahl. Sie spiegelt sehr deutlich - nach den vielen Monaten mit „reduziertem Bewegungsradius“ - das Bedürfnis nach Bewegung aber auch nach Kommunikation und sozialen Kontakten.

Von dem Lockdown ausgenommen waren die Patienten der Deutschen Rentenversicherung, die eine Empfehlung zur Nachsorge nach einer medizinischen Rehabilitationsleitung (T-Rena) vorlegen konnten. Hierbei handelte es sich um eine besondere medizinische Maßnahme. Für dieses Klientel, das ausschließlich

von Studioleiter Roland Klein betreut wurde, gab es keine Einschränkungen. Zweimal wöchentlich konnte das Rehabilitationstraining wahrgenommen werden.

Wie dankbar dieser Personenkreis für dieses Reha-Training war, dokumentiert die Tatsache, dass neun von zehn Patienten nach Ablauf der Reha-Maßnahme in den Verein eintraten.

Um den Trainierenden ein Höchstmaß an Sicherheit vor der Ansteckung mit dem Virus zu bieten und den behördlichen Anordnungen Folge leisten zu können, gab es eine Reihe von Änderungen in den bisher gewohnten Abläufen. Als Grundlage für die Genehmigung des Sportbetriebs entwickelte die Studioleitung eine auf das Studio zugeschnittene Hygieneordnung, im Einklang mit den Vorgaben des Ordnungsamtes.

Integraler Bestandteil dieser verpflichtenden Hygieneordnung waren u.a. die Einteilung in feste Trainingsgruppen, die Regelungen zur Nutzung der Umkleieräume und Duschen, die Reinigung

der benutzten Geräte, die Lüftungspausen, die Einbahnstraßenregelung.

Auch Geräte wurden verschoben oder gesperrt, um den vorgeschriebenen Abstand gewährleisten zu können. Gleichzeitig registrierte die Studioleitung nach dem ersten Lockdown den jeweiligen Impfstatus.



Das Bild zeigt Studiomitglied Dieter Söker (rechts) und Studioleiter Roland Klein. Söker stellte das CO2-Messgerät für erste Tests im Tura-Studio zur Verfügung.

Im Zuge dieser Maßnahmen, die allein und ausschließlich der Sicherheit und Gesundheit der Studiomitglieder dienten, war ein spontaner Studiobesuch nicht mehr möglich. Die Gruppengröße wurde auf 15 Personen festgelegt – hier in Abhängigkeit zur Quadratmeterzahl des Studios. Trotz dieser Einschränkungen und der anfänglichen Skepsis akzeptierten die Studionutzerinnen und -nutzer dieses Modell sehr schnell, denn es garantierte jedem Mitglied eine Trainingsteilnahme von je 1,5 Stunden zweimal in der Woche und bot die höchstmögliche Sicherheit.

Ein positiver Nebeneffekt dieser Vorgaben bestand in dem „moralischen Druck“ auf die Sportlerinnen und Sportler, den zugesagten Termin auch tatsächlich wahrzunehmen und nicht zu „schludern“ und so anderen Mitgliedern eine Trainingsmöglichkeit - durch die Registrierung blockiert aber nicht in Anspruch genommen - zu vereiteln.

Wer flexibel genug war, konnte sich jeden Tag nach einem weiteren zusätzlichen Trainingster-

min - möglich aufgrund von Absagen - erkundigen. Von dieser Regelung wurde auch reger Gebrauch gemacht, da die Absagedisziplin bei ca. 95 Prozent lag.

Ein Lob und auch Dank an dieser Stelle an unsere Studiomitglieder für dieses Sozialverhalten.

Aufgrund der diversen Corona-Verordnungen (aktuell 29) muss die Hygieneordnung auch immer wieder aktualisiert werden. Aber am Trainingsbetrieb und der Organisationsstruktur mit den festen Gruppen und Listen wurden keine gravierenden Änderungen vorgenommen.

Diese Vorgaben erhöhten den Verwaltungsaufwand und Organisationsaufwand sowie die Anzahl der täglich geführten Telefonate erheblich. Die Trainerinnen und Trainer haben hier vorbildlich und zum Ansehen des Vereins gearbeitet.

Diese Regelungen und den besonderen Einsatz der Trainerinnen und Trainer betonten die Studiomitglieder in den diversen Gesprächen immer wieder. Alle waren froh, dass sie wieder regelmäßig, mit einem guten Gefühl und natürlich mit vertrauten Mitgliedern trainieren konnten.

Die Impfquote der Studionutzer ging stetig nach oben. Dazu haben sicherlich auch die vie-

len guten und informativen Gespräche im Studio beigetragen.

Ab dem 1. November wurden die festen Gruppen und die festen Zeiten aufgelöst. Die Grundlage dafür schufen die Mitglieder selbst, denn die Impfquote der vollständig geimpften und aktuell Trainierenden beträgt 100 Prozent. Auch die Vorgaben aus der Hygieneordnung wurden genau beachtet. Unterstützt wird das Hygienekonzept zusätzlich durch ein mobiles CO2-Messgerät. Über die Luftqualität im Raum gibt es Auskunft, damit frühzeitig gelüftet werden kann.

Getestete Studiomitglieder gab es insgesamt bis zum Ende der kostenfreien Tests nur fünf. Aktuell nehmen diese Mitglieder nicht mehr am Training teil.

Unabhängig von der jeweils geltenden Warnstufe, bleibt es zunächst bei der 3-G Regelung. Rechtlich abgesichert ist diese Entscheidung über das vom Verein ausgeübte Hausrecht.

„Mag sein, dass dies nicht jedem gefällt, aber die Sicherheit und Gesundheit aller Studiomitglieder hat oberste Priorität und daher gibt es hier auch keine Ausnahmen“, erklärt Studioleiter Roland Klein.

## MS ELEGANT LADY

# ... Mosel bis zur Saarschleife

Koblenz, Cochem, Trier, Bernkastel und mehr

7 Tage vom **23.08. – 29.08.2022**

### Highlights Ihrer Reise:

- Festung Ehrenbreitstein
- Reichsburg Cochem
- Nostalgisches Bernkastel ... u.v.m.

ab **1099,-**  
pro Person



- EXTRA-LEISTUNGEN aller Reisen:**
- Bustransfer ab/bis Dörverden/Verden/Bremen
  - Landausflugsgutschein oder Bordguthaben
  - Reisebegleitung
  - Vollpension an Bord



**Infos, Beratung und Anmeldung:**  
**Heidi Drewes & Muna el Hadidi:**  
Telefon 0 42 34-940 16 • 0421-6167340





# Gerätetraining und Schwangerschaft - ein Interview mit Julia Wiecke

## Tura Aktuell

Hallo Julia, kannst du dich bitte kurz unseren Leserinnen und Lesern vorstellen?

## Julia Wiecke

Ich bin 39 Jahre alt, vom Beruf Krankenschwester im OP, seit 34 Jahren Mitglied bei Tura und seit 1998 Studiomitglied.

## Tura Aktuell

Bis vor einigen Jahren hat man Schwangeren von jeder sportlichen Aktivität - mit Ausnahmen leichte Gymnastik, Schwimmen und Spazierengehen - noch abgeraten!



Julia Wiecke im Studio von Tura

Diese Auffassung hat sich aber grundlegend geändert. Körperliche Aktivitäten und

Sport - und dazu gehört auch das moderate Krafttraining - werden generell empfohlen

(vgl. hierzu auch W. Heinrich, J. Jückstöck, J.W. Dudenhausen u. a.). Julia, wie man unschwer erkennen kann, bist du hochschwanger und trainierst nach wie vor regelmäßig im Studio. Es scheint dir dabei sehr gut zu gehen?

## Julia Wiecke

Ja, es geht mir sehr gut, und ich habe keinerlei der sonst üblichen Schwangerschaftsprobleme.

## Tura Aktuell

Du hast zwei Kinder und soweit ich mich erinnere, hast du auch schon beim zweiten Kind bis unmittelbar vor der Geburt trainiert und warst auch sofort nach Geburt schnell wieder im Studio.

## Julia Wiecke

Das stimmt. Ich habe bis Freitag trainiert, u.a. die Bauch- und Beckenmuskulatur trainiert, auf die richtige Atemtechnik geachtet und in der Nacht auf Sonntag dann mein zweites Kind geboren, und diese Geburt verlief ohne jegliche Probleme.

## Tura Aktuell

Was verbindest du mit dem Studiotraining, wie unterstützt dich das Gerätetraining bei der Schwangerschaft und wie verhält es sich bei dir mit den in der Regel Schwangerschaft typischen muskuloskelettalen Beschwerden?

## Julia Wiecke

Ich habe durch das Training keinerlei Glieder- oder Rumpfschmerzen, auch keine Rückenschmerzen im in der Regel besonders betroffenen Bereich der Lendenwirbelsäule.

Es gab bei meiner vorherigen Schwangerschaft keinerlei Probleme, und auch aktuell verläuft alles ohne Komplikationen. Auffallend war, dass ich beim Geburtsvorgang deutlich weniger Schmerzempfinden hatte. Der Geburtsvorgang wurde durch den Sport um zwei bis drei Stunden verkürzt. Dies konnte

ich wunderbar bei der Geburt meines zweiten Kindes erleben.

## Tura Aktuell

Laut Baby Care - Studien und Empfehlungen für eine gesunde Schwangerschaft - können sich Schwangere auf ihr Bauchgefühl verlassen und kommen zu dem Schluss, dass "jede sportliche Aktivität, die sich gut anfühlt, dem Baby nicht schadet" (W. Heinrich, J. Jückstöck u. a.). Auf dieser Grundlage widmest du dich außer dem Studiotraining aber auch noch zusätzlich anderen sportlichen Aktivitäten.

## Julia Wiecke

Das stimmt. Einmal wöchentlich mache ich Wassergymnastik für Schwangere in der Craft-Therme in Delmenhorst und Yoga für Schwangere im Geburtshaus in Findorff, wo die Entbindung auch vorgesehen ist.

## Tura Aktuell

Ist der Nachwuchs männlich oder weiblich? Und wann erblickt er das Licht der Welt?

## Julia Wiecke

Das wissen wir nicht, wir lassen uns überraschen. Der Termin wird Anfang Februar sein.

## Tura Aktuell

Dein Mann Mathias trainiert seit elf Jahren regelmäßig im Studio, ist zusätzlich auch noch Läufer und auch eure beiden Kinder (Junge und Mädchen) sind ebenfalls sportlich engagiert.

Glaubst du, dass es einen Zusammenhang zu der Sportbegeisterung eurer Kinder und deiner „sportbegleitenden Schwangerschaft“ gibt? Oder liegt es einfach an der Tatsache, dass du und dein Ehemann schon immer sportlich aktiv seid?

## Julia Wiecke

Ich kann es natürlich nicht belegen, aber ich kann mir sehr gut vorstellen, dass es da Zusammenhänge gibt. Beide Kinder lieben Sport, sind sehr ausgeglichen. Sport und Bewegung bedeutet für unsere ganze Familie Lebensqualität. In diesem Zusammenhang ist insbesondere das Studiotraining für uns ein unverzichtbarer Teil geworden.

## Tura Aktuell

Vielen herzlichen Dank für dieses Interview, und wir drücken die Daumen für die bevorstehende Geburt.

# Rad & Krad

Wir sind wieder wie gewohnt für Sie da!

Ihr Zweiradprofi aus Ritterhude



## 28" Velo de Ville CEB 200

7-Gang, Rücktritt, Akku: 400 Wh leistungsstarker Boschmittelmotor.

LP: € 2.438,- **Jetzt € 2.299,-**

Erhältlich in den Farben Schwarz und Blau. (Nur solange Vorrat reicht)

## Sven Dahlke

Inhaber

Klemperhagen 12 a  
27721 Ritterhude



Tel. 04 21-63 66 366  
Fax 04 21-63 66 322

Wer uns findet,  
findet uns gut!

**Petra Krümpfer, MdBB**  
Ihre **SPD**-Bürgerschaftsabgeordnete für Gröpelingen

Ich bin für Sie da im Stadtteil:  
Petra Krümpfer  
Telefonkontakt: 0151 - 23 04 51 37  
E-Mail: petrakruempfer@web.de

BREMEN  
**SPD**

## Neue Website

Stolz präsentiert die Judoabteilung ihre neue Website.

Unter dem Link <https://tura-bremen-judo.de> sind die gewohnten Infos, Termine und Beiträge sowie einige kleine Neuerungen, wie der Tura-Interaktiv-Bereich zu finden in einem neuen Design. Dazu kommen noch weitere Infos.

Die alten Beiträge und die alte Webseite sind über den Link im unteren Bereich der neuen Webseite sowie über [www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de) abzurufen.



## Jahresabschluss 2021

Zum Jahresende trafen sich die Trainer der Judo-Abteilung von Tura noch einmal und blickten auf die Ereignisse des Jahres zurück. Dazu saßen sie in gemütlicher Runde zusammen und tauschten sich aus. „Wir waren uns darüber einig, dass das stattgefundene Training das Beste war. Nachdem wir ausreichend Kraft gesammelt hatten, stellten wir unser Können bei Go-Kart fahren auf die Probe. Zum einen versuchten wir vor den anderen zu kommen und die erste Position für sich zu erfahren. Aber auch die persönliche Bestzeit wollte jede Runde erneut geknackt werden. In den späten Abendstunden sprachen wir noch über Neuerungen, die wir für 2022 planen und gemeinsam mit euch realisieren wollen“, berichtet Nico Laube.



*Die Judotrainer:innen von Tura haben zu ihrem Jahresabschluss die Tatami gegen ein Go-Kart eingetauscht: Timo Höwener, Leon Nonnast, Michael Buhlrich, Stefan Schulz (hintere Reihe, von links), Marius Kummer, Stefan Berger, Petra Wittmann und Nico Laube (vorne).*

## RAUM AUSSTATTUNG



# MÖNNICH

Teppiche · Gardinen · Sonnenschutz · Polsterei · Bodenbeläge

Giehler Straße 3 · 28239 Bremen · Fon: 0421 - 61 18 84 · [www.moennich-bremen.de](http://www.moennich-bremen.de)

## Sport ist kein Luxusgut!

Sport vermittelt Werte wie Toleranz, Respekt und Fairness. Er kann Vorurteile abbauen und Menschen verbinden.

Sport und Bewegung ist darüber hinaus ein wichtiger Bestandteil für die Erhaltung und Förderung der Gesundheit. Sport fördert zudem das Selbstvertrauen und das Bewusstsein für die eigenen Fähigkeiten.

Deswegen wollen wir die politischen Rahmenbedingungen verbessern und:

- **den barrierefreien Zugang zum Sport sichern,**
- **den Breitensport mit seiner positiven sozialen und gesundheitlichen Wirkung fördern und**
- **die Mittel für Fanprojekte, Initiativen und Projekte gegen extreme Rechte, Diskriminierung und Gewalt sowie für die integrative Wirkung der Sportvereine nachhaltig festschreiben.**

## Sport ist für alle da!

Dafür setzen wir uns auch weiterhin in der Bremischen Bürgerschaft ein.

Mit sportlichen Grüßen,  
Ihr Cindi Tuncel



[www.linksfraktion-bremen.de](http://www.linksfraktion-bremen.de)



## Hiddensee-Marathon: Staffel mit zwei Turanern und einem Ulmer

Auf den Weg zum 20. Hiddensee-Marathon machten sich Susanne Brandenburger und Marcus Schmietendorf aus der Kanuabteilung von Tura Bremen und László Szábó aus Ulm.

Die drei teilten sich die 70 Kilometer des Marathons von Stralsund rund um die Insel Hiddensee als Staffel in die Abschnitte 14 km für Schmietendorf, 35 km für Brandenburger und 21 km für Szábó auf.

Die sportlichen Aspekte spielten bei dieser Veranstaltung eine untergeordnete Rolle. Im Vordergrund stand die gemeinsam verbrachte Zeit. Während Schmietendorf als Erster in einer Stunde und 32 Minuten von allen sieben Staffeln im ersten Abschnitt noch etwas sportlichen Ehrgeiz zeigte, spielte für Brandenburger beim längsten Abschnitt die Schönheit der Landschaft die größte Rolle. Szábó genoss sein Debüt auf bewegtem Salzwasser und fand noch Zeit, einige Fotos zu machen. Zudem gab es beim 20. Jubiläum der Veranstaltung für alle Beteiligten etwas zu feiern - durch Corona-Auf-



Susanne Brandenburger und Marcus Schmietendorf von Tura Bremen (links) und László Szábó (Mitte) aus Ulm bildeten eine Staffel beim 20. Hiddensee-Marathon.

lagen allerdings stark eingeschränkt.

László Szábó aus Ulm ist ehemaliger Weltcupspieler im Quadrathlon und erster Vorsitzender der „Quadrathlon-Allianz Deutschland“ und verbindet mit dem Bremer Marcus Schmietendorf eine Freundschaft aus gemeinsamen Quadrathlon-Zeiten.

Blick auf Stralsund



SANITÄR · BAD · HEIZUNG · KUNDENDIENST



Edisonstraße 14 · 28357 Bremen

☎ 0421 / 65 10 48

📠 0421 / 65 11 50

service@heissenbuettel-wohlfuehlbaeder.de

www.heissenbuettel-wohlfuehlbaeder.de

## Kanu-Freestyle: Deutscher Meister im Squirtboating Mike Lochny – der vierte Streich

Mike Lochny ist im Kanu-Freestyle eine Klasse für sich. In der Disziplin Squirtboating sicherte er sich zum vierten Mal in Folge den DM-Titel.

Parallel zu den Wettkämpfen bei Olympia im japanischen Tokio fanden im beschaulichen Plattling (Bayern) die deutschen Meisterschaften im Kanu-Freestyle statt. Dabei sicherte sich der Achimer Mike Lochny bereits zum vierten Mal in Folge den Titel in der Disziplin Squirtboating.

Mit einem großen Abstand verwies Lochny, der für Tura Bremen startet, seine Kontrahenten Mirco Huntemann (WSV War-tum) und Andreas Leitmann (WSV Osnabrück) auf die weiteren Podiumsplätze.

Seine Spezialität ist der sogenannte Mystery Move. Lochnys bester Mystery Move bei diesen Meisterschaften dauerte in etwa zehn Sekunden und ging über drei Meter in die Tiefe. Dank dieses spektakulären Manövers wurden seine bis dato erreichten Punkte bei jedem seiner drei Läufe mit dem Faktor zwei multipliziert.



Lochny startet 2001 das erste Mal für die Nationalmannschaft bei der WM

Den Kanusport betreibt er bereits seit 1992. „Meinen ersten Wettkampf im Kanufreestyle habe ich 1998 gewonnen. Damals hieß der Sport aber noch Kanurodeo. 2001 bin ich dann im spanischen Sort das erste Mal für die Nationalmannschaft bei einer WM gestartet“, erklärt der 42-Jährige.

(aus Kreiszeitung, 29. Juli 2021)

feiern Sie Silvester bei uns.

Mittagstisch mit 25 Gerichten ab 5,00 €

1. und 2. Weihnachtstag ab 12 Uhr geöffnet

Angebot Platte für 2 Personen mit 5 Sorten Fleisch inkl. Beilagen und Salat dazu 1 Flasche Wein 0,5l

31,90 €

PARTHENON

Griechische Spezialitäten in Bremen Gröpelingen

Kostenloser Lieferservice ab 17:00 Uhr

📍 Bremerhavener Str. 267 - 269 28237 Bremen

☎ (0421) 6 16 80 40

🕒 Mi - Mo: 12:00 - 14:30 Uhr  
Täglich: 17:30 - 22:00 Uhr

🌐 <https://restaurant-parthenon.de>

## Versicherungsbüro Torben Dreßler & Team

- Privatkunden
- Geschäftskunden
- Bausparen
- Finanzierungen

Liebe Turaner!

Wir nehmen Sie persönlich!

- ✓ Sehr gutes Preis-Leistungsverhältnis
- ✓ Schnelle Hilfe im Schadensfall
- ✓ Seit über 12 Jahren für Sie in der Waller Heerstraße 164 erreichbar

Wir wünschen allen Turanern ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Bleiben Sie gesund!



TURA-Partner  
Torben Dreßler

Concordia Service-Büro  
Waller Heerstraße 164  
28219 Bremen  
☎ 0421/ 380 17 11  
Torben.Dressler@concordia.de



## Für Treue zu Tura ausgezeichnet

Über 25, 40 oder 50 Jahre oder sogar 70 Jahre einem Verein die Treue zu halten ist immer noch etwas Besonderes und hat Anerkennung verdient. So setzte Tura jetzt die gute Tradition fort, nachgeholt für das Jahr 2020, Mitglieder im Rahmen einer kleinen Feierstunde für ihre langjährige Zugehörigkeit zu ehren, abteilungsübergreifend, persönlich und individuell. Die Auszeichnungen nahm Tura-Präsident Dirk Bierfischer im Steakhaus „Bei Jasmin“ im Tura-Vereinszentrum vor. Geehrt wurde **Waltraud Wendt** (Turnen Erwachsene) für **70-jährige (!) Mitgliedschaft, 50 Jahre im Verein** sind: **Bernd Hirschhausen** (-Fußball), **Hannelore Wahls** (Turnen Erwachsene), **Uli Pake, Andre, Marianne** und **Lutz Steenken** (alle Kanusport).

Für ihre **40-jährige Mitgliedschaft** erhielten die Ehrennadel: **Harald Janßen, Jürgen Smidt, Mark** und **Tom Roßberg** (alle Fußball), **Brigitte Karrasch** und **Georg Wietschorke** (beide Taekwondo), **Bärbel Keilholz** und **Gerda Kniefs** (beide Turnen Erwachsene), **Jörg Plate** und **Susanne Wolle** (beide Spielleuteorchester), **Monika Kotte** (Taekwondo, Studio), **Norbert Marsollek** (Fußball, Studio) und **Klaus Ullrich** (Sportfischen).

Ihr **25-jähriges Mitgliedsjubiläum** feierten **Kenny Addix, Gerrit Bückmann, Michael Dirks, Stefan Kück, Horst Bräuer** und **Dieter Witkowski** (alle Fußball), **Sarah Bardenhagen, Sonja Petermann** und **Stefanie Schober** (alle Spielleuteorchester), **Birgit Bruns** und **Wilfried Hoberg** (Turnen Erwachsene), **Andree Hoberg** (Fußball, Studio), **Niels Burmester, Arno Grün, Wiebke Hayen, Andreas Matzner, Christian Retat, Detlef Schütt, Hannelore Tabke, Lars, Jörg** und **Torben Inselmann** (alle Kanusport).

## Erste Herren

Turas 1. Herren gelang im Lotto-Pokal der Sprung in das Achtelfinale. Dort war Endstation nach einem 2:4 im Elfmeterschießen gegen LTS Bremerhaven.



TURA-INTERN

## TURA-Spielleute trauern um Erika und Hinrich Lehmkuhl

Erst im August haben wir den Tod unseres langjährigen Abteilungsmitglieds Hinrich Lehmkuhl betrauern müssen, nun ist ihm seine liebe Ehefrau Erika nach nur zweieinhalb Monaten gefolgt.

Wir sind sehr traurig mit den Kindern und Enkelkindern, die zwei derart bittere Verluste innerhalb so kurzer Zeit verkraften müssen.

Seit fast vier Jahrzehnten waren Erika und Hinni treue Mitglieder unserer Abteilung, die -auch ohne ein Instrument zu spielen- unser Orchester all' die Jahre in organisatorischer und betreuungsmäßiger Hinsicht immer tatkräftig unterstützt haben.

Das große Engagement für „ihre Spielleute“ war gewiss auch ein Vorbild für ihre Kinder und Enkel, die ohne Ausnahme ebenfalls Mitglied bei uns wurden und teilweise auch noch heute aktiv musizieren.

Wir haben Hinni und Erika immer als uns treu verbundene Mitglieder erlebt und ihre



stets freundliche, angenehme und hilfsbereite Lebensart sehr zu schätzen gewusst.

Dadurch werden uns beide auch zukünftig in bester Erinnerung bleiben.

Unserer Familie Lehmkuhl wünschen wir alles Gute und die nötige Kraft, ihre schweren Verluste nach und nach zu verarbeiten.

Herzlichst Eure TURA-Musiker

## RESTAURANT POSEIDON



Gröpelinger Heerstraße 115 · 28237 Bremen  
Telefon (0421) 64 36 68 40

Öffnungszeiten:  
täglich 12.00 - 14.30 Uhr & 17.30 - 24.00 Uhr

SPIELLEUTEORCHESTER



## Tätigkeitsbereich und Dienstleistungen

Sichtschutz & Flachglasveredelung • Gebäudesonnenschutz

PKW-Scheibentönung • Fahrzeug- & Schaufensterbeschriftung

Fahrzeuginnervollverklebung • Möbelfolierung • Aufkleber • Drucksachen


Digitaldruck Textil- & Sublimationsdruck • Bindungen • Werbemittel


Messe & Werbetechnik • Beschilderung • Event & Promobedarf


Personalisiertes • Logogestaltung • Gründerpakete • u.v.m.

Ihr  
Partner  
in Sachen  
Werbung!

Nicht die passende Kategorie dabei?  
Wir helfen Ihnen gerne weiter.

 0162 98 30 466

 MbV FolienDesign

 [www.mbv-folien-design.de](http://www.mbv-folien-design.de)



## → Die Spielleute berichten: Musikbetrieb läuft wieder an

Nachdem wir im Herbst 2020 nach etlichen Monaten Corona-Zwangspause doch wieder einige Male auf dem BSA-Platz und in der Turnhalle proben konnten, hieß es aber infolge des erneut aufkeimenden Infektionsgeschehens alsbald wieder:

„Das war wohl nix, - alles zurück auf Null!“

*Was gibt Wolfgang denn da für Zeichen?? - Meint er „Stop!“ oder „Leiser spielen!“ oder beschwört er seine Leute mit geheimnisvollen Signalen?*



Von Oktober 2020 bis Anfang Juni 2021 dauerte dann die zweite große Proben-Pause infolge des Lockdowns, ehe wir zunächst nur auf dem Sportplatz und dann ab Juli tatsächlich auch wieder „In-door“ unser Repertoire üben durften, - welch eine Befreiung!

Unsere große Musiker-Familie konnte sich endlich wieder treffen und die Freude darüber zeigte sich auch an der guten Trainings-Betei-

*Bei den Schlagzeugern schleicht sich doch offensichtlich von links außen ein neues Mitglied ein, oder?*

ligung auf dem Platz neben dem Tura-Ver-einszentrum.

Schließlich hatten wir uns seit März letzten Jahres nur vier Mal zum Proben getroffen und in die-

*Nun geht's los! - Im Sommeroutfit formiert sich die Tura-Mannschaft für eine musikalische Show-Übung.*



sem Jahr erst wieder seit Mitte Juni, erneut in der Hoffnung, das wir jetzt wieder „durchgängig“ mit dem Orchester arbeiten können.

*Natürlich möchten die Musikerfamilien auch endlich mal wieder hautnah bei den rar gewordenen Treffen dabei sein.*



*Selbst die Terrasse vom „Steakhouse Jasmin“ fungierte als Zuschauertribüne für unsere passiven Abteilungsmitglieder.*

**PULSAR  
Chronograph**

€ 129,-

Eigene  
Reparaturwerkstatt für Uhren  
und Schmuck

**Carl Bullenkamp e.K.**  
Uhren und Schmuck  
Inh. Alfred Solf

Gröpelinger Heerstraße 224  
Telefon 611732

## Erster Auftritt nach 21 (!) Monaten



*Nach 21 Monaten (!) konnten wir uns erstmals wieder bei einem Musikumzug präsentieren. - Und siehe da: Es funktionierte noch!*

Vorgaben entsprechend angepasst, aber wir konnten endlich mal wieder genau DAS tun, wofür wir eigentlich proben: nämlich vor Publikum musizieren!

*Beim Lampionfest des KGV „Am Mittelwischweg“ haben wir dann auch gleich unsere einstudierte Showformation vorgeführt.*



## Das Tura-Vereinszentrum hat uns wieder!

Am Ende der Sommerferien war es uns dann sogar noch zwei Mal vergönnt, im Vereinzentrum zu üben.

Das Sportplatz-Training hilft uns zwar beim Proben des „Auswendig-Spiels“ und bei der Entwicklung neuer Choreographien, - um aber

*Endlich wieder eine „Indoor-Probe“ im Tura-Vereinszentrum mit den erforderlichen großen Sitzabständen*



auch komplexere Musikstücke für Konzerte zu optimieren, ist allerdings das „Indoor-Spiel“ mit Noten unerlässlich.

Momentan sind wir froh, dass wir unsere Orchesterproben seit Mitte September wieder regelmäßig in der Aula der Schule am Halmerweg durchführen können, was uns ein großes Stück der „Normalität“ näher gebracht hat. Wir alle hoffen nun, dass uns dieser Zustand nun auch zukünftig erhalten bleibt.



*Drinnen zu proben geht derzeit natürlich nur mit sorgfältiger Lüftung, sowie der Desinfektion von Türklinken, Stühlen und benutzten Gerätschaften.*

## Einladung in den Rhododendronpark

Im November hatte der „Freundeskreis des Bremer Rhododendronparks“ zum Lampionfest aufgerufen, und viele Hundert Kinder mit ihren Eltern sind der Einladung gefolgt.

Nachdem auch dieses Event zwei Jahre hintereinander ausgefallen war, merkte man den Teilnehmern deutlich an, wie sehr sie derartige Veranstaltungen doch vermisst haben. Die Freude bei „Groß und klein“ sprach für sich.

*Auch beim Laternen- und Lichterfest im Rhododendronpark konnten die Tura-Spielleute endlich einmal wieder live vor Publikum auftreten.*

Bevor wir mit dem Musizieren „an der Reihe“ waren, wurde das Publikum zunächst vom „Posaunenchor der Horner Kirche“ unterhalten.

Anschließend formierten wir uns auf dem Vorplatz der „Botanika“ und begannen mit unserem Platzkonzert neben dem bekannten Naturerlebnishaus.

*Direkt vor der „Botanika“ haben die Tura-Spielleute mehrere hundert Besucher mit einem abwechslungsreichen Platzkonzert unterhalten.*

Die Laterneläufer machten dazu einen kurzen Rundgang durch die nahe gelegenen Wege des Parks. Nach ihrer Rückkehr sangen sie dann noch einmal „aus voller Brust“ das altbekannte „Laterne-Lied“ zu unserer Musik und gingen danach sichtlich zufrieden nach Hause.

*„Wenn Mama und Oma bei Tura musizieren, dann will ich auch nicht länger zurück stehen!“... dachte sich unsere Mailin und unterstützt seitdem tatkräftig die Rhythmusgruppe.*



Sofort verfügbar



Der Mitsubishi  
Eclipse Cross  
Plug-in Hybrid

ab 39.890 EUR<sup>2</sup> UPE Eclipse Cross Plug-in Hybrid BASIS 4WD<sup>1</sup>  
- 4.500 EUR<sup>3</sup> Mitsubishi Elektromobilitätsbonus  
- 4.500 EUR<sup>4</sup> Staatliche Innovationsprämie  
- 2.900 EUR<sup>5</sup> Empfohl. Aktions-Rabatt, nur für BASIS  
**= 27.990 EUR** Rechnerischer Wert, kein Rechtsanspruch auf Gewährung des Umweltbonus<sup>6</sup>

greenmobility



\* 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km bzw. 8 Jahre Herstellergarantie auf die Fahrbatterie bis 160.000 km, Details unter [www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie](http://www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie)

**NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R 101 Eclipse Cross Plug-in Hybrid** Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100 km) kombiniert 19,3. Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 1,7. CO<sub>2</sub>-Emission (g/km) kombiniert 39. Effizienzklasse A+++ . Die Werte wurden entsprechend neuem

WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet.

**1** | Antrieb: 2.4 Benziner 72 kW (98 PS), Elektromotoren vorn 60 kW (82 PS) / hinten 70 kW (95 PS), Systemleistung 138 kW (188 PS) **2** | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic-, Perleffekt- und Premium-Metallic-Lackierung gegen Aufpreis. **3** | Hierin ist bereits der vom Automobilhersteller zu tragende Anteil am Umweltbonus enthalten. **4** | Voraussetzung ist die Genehmigung des Förderantrags durch das BAFA. Genaue Bedingungen auf [www.elektro-bestseller.de](http://www.elektro-bestseller.de) **5** | Empfohl. Aktions-Rabatt, nur für BASIS beim teilnehmenden Händler. **6** | Angebot gültig bis 31.12.2021. **Veröffentlichung** der MMD Automobile GmbH, Emil-Frey-Straße 2, 61169 Friedberg

► Nähere Informationen erhalten Sie bei dem folgenden Mitsubishi Handelspartner:

AUTOHAUS  
**SCHNEIDER**  
SEIT 1969

**Autohaus Schneider GmbH**  
Seewenestr. 20  
28237 Bremen  
Telefon 0421-611415  
[www.mitsubishi-bremen.de](http://www.mitsubishi-bremen.de)

## A-Lizenz für Imke Turner

Turas amtierende Europameisterin und fünffache Taekwondo-Weltmeisterin, Imke Turner, hat sich erfolgreich der Ausbildung zur A-Trainerin gestellt.

Der Zeitaufwand für den Erwerb der Lizenz war enorm. 90 Unterrichtseinheiten mussten neben Hospitationen, Lehrproben und Klausur absolviert werden. Integraler Bestandteil der Ausbildung und sehr zeitaufwändig war die Hausarbeit, in der sich die Turanerin mit dem Thema „Motivation und mentale Stärke“, aber auch mit der Bedeutung der Rumpfmuskulatur für die Taekwondo-Techniken auseinandersetzen musste.

Es war ein ständiger Spagat zwischen ihrem Beruf als Redakteurin und der Vorbereitung zur 15. Europameisterschaft Technik am 19. No-



vember in Seixal / Portugal, ihrer ersten großen Belastungsprobe als Bundestrainerin. Auch diese Herausforderung meisterte Imke mit Bravour.

## Erfolgreiche Taekwondo Dan-Prüfungen

Zweimal mussten aufgrund der Pandemie die angesetzten Schwarzgurt-Prüfungen des Taekwondo Landesverbandes Bremen verschoben werden. Vier Jugendliche und zwei Erwachsene (alle Tura) stellten sich den Prüfern Stephan Müggenburg, Holger Fischer und Roland Klein der Prüfung zur Erlangung des ersehnten Meistergrades.

Vier Stunden dauerte die Prüfung in den sieben Prüfungsfächern, dann stand das Ergebnis fest. Trotz der vielen ausgefallenen Trainingsstunden und des fehlenden Präsenztrainings in der Gruppe, boten alle Prüflinge überzeugende Leistungen. In den vergangenen Monaten hatten sie regelmäßig am Online-Training teilgenommen, sich individuell auf die Prüfung vorbereitet und zusätzlich im Mai und Juni ein weiteres Vorbereitungstraining und zwei „Dummy-Lehrgänge“ absolviert.

Sehr deutlich wurde im Laufe der Prüfung, dass alle Sportlerinnen und Sportler schon seit Jahren regelmäßig an Turnieren und Wettkämpfen teilgenommen haben und von daher auch sehr

gut mit dem Prüfungsstress umgehen konnten. Die gezeigten Leistungen würdigten die Prüfer dann auch mit den entsprechenden Worten bei der Übergabe der Dan-Urkunden. Den 1. Dan bestanden Ferhat Kartal, Marlon Cwiertnia, Dilara Illisik, Justin John und Collin Malliaros. Der 3. Meistergrad ging an die 23-jährige Studentin Jessica Szaukellis.



Collin Malliaros, Justin John, Marlon Cwiertnia, Dilara Illisik, Ferhat Kartal, Jessica Szaukellis von Tura Bremen bestanden ihre Prüfungen im Taekwondo (von links). Der junge Mann, der vor der Gruppe auf dem Boden liegt, ist Fabian Adam, Kinder- und Jugendtrainer von Tura und der Jugendvertreter des Landesverbandes.

## Tura-Sportler Marlon Cwiertnia im Taekwondo Online-Camp

300 Taekwondo SportlerInnen im Alter von 14 bis 20 Jahren aus 52 Ländern wurden ausgelost zur Teilnahme an einem digitalen Taekwondo Camp, darunter auch Turas jüngster Danträger, der 15-jährige Marlon Cwiertnia.

Veranstaltet und ausgerichtet von der Kulturabteilung der Südkoreanischen Botschaft war das Ziel dieses Online-Camps, den jungen Taekwondo-Sportler:innen die koreanische Kultur näher zu bringen sowie den kulturellen Hintergrund der Teilnehmer:innen kennenzulernen.

Einmal wöchentlich - über einen Zeitraum von sechs Wochen - fand das Online-Meeting statt. Bei diesen Treffen ging es im sportlichen Teil darum, sich verschiedenen Aufgaben zur Förderung der Schnelligkeit, des Gleichgewichts und der Reaktion zu stellen. Mit einfachen Hilfsmitteln wie Pappbecher, Luftballons etc. sollten beispielsweise die Trittnauigkeit aber auch die unterschiedlichsten Trittkombinationen trainiert werden.

Neben den vielfältigen sportlichen Herausforderungen beschäftigten sich die Teilnehmer:innen mit Besonderheiten der koreanischen Kultur wie mit traditionellen Knoten und Fäden, die zu einem Armband geflochten werden mussten. Auch koreanische Folklore, koreanische Kalligraphie waren Bestandteil der Auseinandersetzung mit dem Heimatland des Taekwondo-Sports.

Um sich diesen Aufgaben widmen zu können, hatten alle Teilnehmer:innen vorher eine Geschenkbox mit Stiften, Fäden, speziellem Papier etc. von der Botschaft Südkoreas erhalten.

Zur Förderung des Wissens und zur Vertiefung der Kenntnisse über den jeweiligen kulturellen Hintergrund der Teilnehmer:innen, sollten alle Sportler:innen auch ein kurzes Video (zwei bis vier Minuten) drehen, in dem Besonderheiten



und Spezialitäten der eigenen Kultur dargestellt werden sollten.

Für den 15-jährigen Turaner kein Problem. In seinem Video stellte er unter der Rubrik „Sehenswürdigkeiten“ den Kölner Dom, das Brandenburger Tor und natürlich die Bremer Stadtmusikanten vor. Beim typischen Essen verwies er auf Rouladen und Bier. Als Vertreterin für populäre deutsche Musik stand für ihn Helene Fischer. Als originelles Outfit hatte er die Lederhose, das Dirndl aber auch den Friesennerz im Bild.

„Auch wenn es mitunter sehr anstrengend war, hat mir dieses besondere Camp eine Menge gebracht und mir viel Spaß gemacht“, so der junge Danträger der Taekwondo Abteilung.

**STEAK  
HAUS**  
BEI JASMIN

• BALKAN & INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN •

Familienfeiern - Empfänge

Im Vereinszentrum Lissaer Straße 58 · 28237 Bremen · Tel. 0421 - 478 77 666



## Tura erfolgreich bei den Tischtennis-Kreismeisterschaften: Sascha Falk neuer Vizekreismeister

Nach langer Corona bedingter Pause fanden die Kreismeisterschaften im Tischtennis statt. Mit dabei Sascha Falk und Alexander Bugajew von Tura Bremen. Beide spielten stark und wiesen eine gute Frühform zu Saisonbeginn auf. Falk konnte seine Gruppe souverän gewinnen, Bugajew musste sich nur dem späteren Sieger, Thomas Klenke, geschlagen geben.



Sascha Falk (Tura, rechts) heißt der neue Vizekreismeister im Tischtennis, Alexander Bugajew erreichte das Viertelfinale.



In der K.o.-Runde gewann Bugajew gegen den deutlich stärker eingestuften Tim Ruffer nach guter Leistung und zog wie Sascha Falk in das Viertelfinale ein. Dort war für Bugajew dann allerdings Schluss. Falk konnte seine Viertel- und Halbfinalpartie mit starken Leistungen für sich entscheiden und zog ins Finale der Kreismeisterschaften ein.

Im Finale traf er auf Thomas Klenke, welcher dann zumindest an diesem Wochenende mit seiner Noppe eine Nummer zu stark war. Am Ende hieß es 0:3 im Finale.

„Insgesamt zeigten beide Turaner eine starke Leistung“, freute sich Tischtennis-Abteilungsleiterin Birgit Meinke. Der neue Vizemeister Sascha Falk konnte sich mit dem Finaleinzug auch die Qualifikation für die Stadtmeisterschaften sichern. Dort werden weitere Turaner an den Start gehen, die bereits vorqualifiziert sind.

**Druckerei Girzig+Gottschalk GmbH**  
Hannoversche Straße 64 · 28309 Bremen

*Wir kompetenter Partner rund um den Druck.*

## Darf die das? Ja sie durfte!

Kleine Rückblende aus Sicht einer Verbandschiedsrichterin (Birgit Meinke) zur Deutschen Meisterschaft 2021 Tischtennis Damen und Herren in Bremen:

„Normalerweise sind Schiedsrichter:innen mit der Qualifikation Verbandschiedsrichter nicht bei Events wie einer Deutschen Meisterschaft (DM) zugelassen, dafür ist die Qualifikation Nationalschiedsrichter notwendig. Aber der Termin in Ferienzeiten und wohl auch Verfügbarkeit in Corona-Zeiten machte es möglich - so durften auch Verbandschiedsrichter:innen zumindest bis zum Viertelfinale in die Box (Spielraum).

Als unser Schiedsrichterobmann Uwe Dahm bei mir anfragte, war ich sofort begeistert und habe natürlich zugesagt. Diese Chance, sein Können als Schiedsrichterin bei einer DM zu zeigen, kommt nicht oft. Also noch mal alle Regeln aufgefrischt, vorher noch mal ein bisschen Praxistraining bei der Vereinsmeisterschaft, damit die Handzeichen sitzen und pünktlich am 28. August um 8:30 Uhr zur Akkreditierung an der ÖVB-Arena sein.

Erste Frage von Uwe: „Na schon aufgeregt?“ Nee, spielen ja schließlich alle nach den gleichen Regeln, oder? Stimmt, die Regeln gelten für alle, aber die Abläufe einer Deutschen Meisterschaft sind schon etwas anderes als ein Punktspiel in der Kreisklasse. Allein den Zeitplan einzuhalten erfordert von allen Disziplin. Schlägerstest gibt es in der Kreisklasse auch eher nicht. Aber in der Box sind dann doch alle gleich! Oder vielleicht doch mit dem Unterschied, dass die meisten Profis die geltenden Regeln besser kennen, wie die meisten Amateure.

Wir wurden zunächst vom Oberschiedsrichter „gebrieft“ und in Teams eingeteilt, ein NSR (Schiedsrichter mit Nationalquali) mit einem VSR (Schiedsrichter mit Verbandsquali). Beide sollten im Wechsel die Position Schiedsrichter und Schiedsrichterassistent übernehmen. Anschließend ein Rundgang, damit wir die Laufwege kennenlernen, wegen Corona im Einbahnstraßenprinzip und immer mit Maske.

Und schon ging es los. Einfinden in der Callarea mit Raketcontrol - auch gewöhnungsbedürftig: Sprache eher international mit englischen Schlagwörtern. Die ersten Schläger werden abgegeben, Namen der Betreuer:innen abfragen, Trikotfarbe (muss unterschiedlich sein). Manche Spieler drehen die Bälle aus und die müssen dann vom Schiedsrichter auch mit in die Box genom-

men werden. Nach Prüfung der Schläger kommen diese in die vorbereitete Papiertüten und dann Aufstellung nehmen, in der Reihenfolge, wie die Tische ohne Durcheinanderlaufen zu erreichen sind.

Und dann in der Box ist alles wieder normal: SR wie Assistent kennen ihre Aufgaben: Netz prüfen, Tischoberfläche in Ordnung, Banden stehen ordentlich. Wenn die Spieler:innen in der Box sind: Wahl Aufschlag, Rückschlag oder Seite durchführen, Corona bedingt Hygiene-Hinweise geben, Spielbericht führen, vorgeschriebene Zeiten stoppen, usw. - eben ein Spiel leiten.

Moment, wirklich alles normal? Und die Kameras, die Zuschauer - ja die haben wir im Amateursport eher nicht. Aber Schiedsrichter:innen müssen in der Box genauso konzentriert auf das Geschehen am Tisch sein wie die Spieler:innen, das geht nur, wenn die äußeren Bedingungen keine Rolle spielen.

Nach dem Spiel die Box kontrollieren und Spielbericht beim OSR abgeben - nächstes Spiel.

Um 20:30 Uhr waren die letzten Viertelfinals gespielt - Feierabend. Ein langer Tag, aber viel erlebt, wieder etwas dazu gelernt und zufrieden mit meiner Leistung: keine gelben Karten oder Verwarnungen aussprechen müssen. Das ist immer mein Ziel: als Schiedsrichterin immer das Spiel so leiten, dass gelbe Karten oder Verwarnungen nicht notwendig sind.

Am Sonntag war ich dann nur noch als Zähl-Schiedsrichterin eingesetzt, in der Box waren ab Halbfinals nur noch NSR zugelassen. Zähl-SR bedienen die Zähltafeln an den äußeren Ecken der Box, damit alle Zuschauer den Punktstand sehen können. Konzentriert muss man da auch sein - kann ja nicht sein, dass ich vor dem SR in der Box den Punkt umklappe, auch wenn ich ihn innerlich bereits gegeben habe.“



## An der „Racket-Control“ kommt niemand vorbei Tischtennis DM 2021 in Bremen

Schlägertesten im Akkord – Zu dick, zu dünn, zu uneben, nicht zugelassen: Die Regeln beim ITTF und DTTB sind streng

Der Raum ist nicht sonderlich groß, ziemlich eng, etwas stickig. Er liegt direkt unterhalb der VIP- und Pressetribüne in der Bremer ÖVB-Arena. Vielleicht drei mal sechs Meter. Die Einrichtung ist als spartanisch zu bezeichnen. Ein Tisch, dahinter zwei Stühle, gegenüber die Tische der Schiedsrichter-

Oberschiedsrichter. Er ist zwar nicht generell abgeneigt, einen kurzen Einblick in die Schläger-Kontrolle zu genehmigen. Aber Regeln müssen eingehalten werden. „Auf keinen Fall dürfen Schläger so fotografiert werden, dass Rückschlüsse auf den Besitzer möglich sind“, sagt er schon mal vorab. Und wenn ich meinen privaten...? „Ich denke, dagegen wäre nichts einzuwenden“, gibt er Entwarnung.

Für die beiden Schläger-Kontrollleure, die jedes „Holz“ vor jedem Spiel auf Korrektheit überprüfen müssen, ist das sozusagen eine Mammut-Aufgabe. Vor allem in den ersten Stunden der Veranstaltung, wo von morgens bis abends an zahlreichen Tischen in der riesigen Halle der ÖVB-Arena der Messe Bremen etliche Spiele gleichzeitig stattfinden. So gleicht der kleine Schläger-Kontrollbereich manchmal der Einflug-schneise eines Bienenstocks.

Birgit Meinke, Verbandschiedsrichterin: „Vor jedem Spiel müssen die Schläger der Spieler:innen vom eingeteilten Schiedsrichterteam auf Beschädigungen, zugelassene Beläge sowie Dicke geprüft werden. Dazu bringen die Spieler:innen ihre Schläger 20 Minuten vor Spielbeginn zum Schiedsrichtertisch. Hat der Schiedsrichter Bedenken, ob der Belag zulässig ist, wird der Schläger an die



Erik Harren (rechts) und Carsten Böhmert waren für die Schlägerkontrollen bei den Deutschen Meisterschaften in Bremen zuständig.

ter, nummeriert nach der jeweiligen Anzahl aktiver Spielboxen. Auf dem vorderen Tisch liegen ein paar elektronische Geräte, zwei Laptops und einiges an Papierkram. Ein paar beschriftete dunkle Tüten. Aber dieser kleine Raum, in dem Erik Harren (Geilenkirchen) und Carsten Böhmert (Hüllhorst) und ihre Helfer ihre Arbeit versehen, ist abgesichert wie ein Hochsicherheitstrakt. Eintritt für Fremde streng untersagt. Fotografieren? Auf keinen Fall!

„Das muss der Oberschiedsrichter entscheiden“, heißt es auf die Frage, „ob ich hier etwas recherchieren darf“, erinnert sich Klaus-Peter Berg aus der Tischtennisabteilung von Tura. Nein, die Schläger-Kontrolle bzw. Schläger Test-Racket control ist tabu.

Sven Weiland heißt der



Racket-Controller weitergegeben oder wird der OSR zur Entscheidung herangezogen. Sind die Schläger in Ordnung, kommen sie in eine Papiertüte und werden vom Schiedsrichterteam mit in

### Schon gehört,

dass die Tischtennisabteilung erste Kontakte mit „PingPongParkinson“, Region Bremen/Niedersachsen aufgenommen hat. Mit dem Ziel, Spieler:innen und/oder Interessierten, die an Parkinson erkrankt sind, eine Möglichkeit zum Mittrainieren zu bieten.

[www.pingpongparkinson.de](http://www.pingpongparkinson.de)

die Spielbox genommen. Erst dort bekommt der Spieler seinen Schläger am Tisch ausgehändigt. Nach dem Zufallsprinzip werden Schläger auch vom Team Racket-Control eingefordert, dann



gibt der Schiedsrichter den Schläger direkt weiter. Ist das Zeitfenster für eine Schlägerkontrolle vor dem Spiel zu kurz, wird der Spieler am Tisch aufgefordert, nach Spielende den Schläger an den Schiedsrichter zu geben für eine nachträgliche Schlägerkontrolle. Bei inakzeptablen Beanstandungen kann dies zur nachträglichen Abwertung des Spiels führen. Schon deshalb sind die Spieler:innen auf dem Niveau einer DM sehr diszipliniert und daran interessiert, dass ein Spiel nicht nachträglich annulliert wird.“

Warum aber diese aufwändige Test-Prozedur? Die ITTF hat strenge Regeln, was die Schläger, besonders aber die Beläge betrifft. Noppe innen oder Noppe außen, Dicke der Schaumunterlage – die „List of authorised racket convertings“ ist

lang. Genau 20 Seiten mit gut 1500 verschiedenen Belägen, die erlaubt sind, sind dort aufgeführt. Steht ein Belag – weil vielleicht zu alt – nicht auf der Liste, darf der Schläger nicht benutzt werden.

Neben der Zulassung darf der Belag nicht über das Schlägerholz hinausragen, er darf beschädigt (Riss) sein, nicht zu dick oder zu dünn und keine negativen, umweltbelastenden Ausdünstungen haben. Das alles testen Erik Harren und Carsten Böhmert im Akkord. Aber: Gibt es denn überhaupt Täuschungsmanöver? „Natürlich gibt es die“, gibt Harren zu. Das wäre so etwas wie Schlägerdoping. „Vor allem mit den Belägen wird schon mal getrickst. Die werden so geklebt, dass Fehlmessungen möglich sind. Aber das kommt bei solch großen Turnieren eher selten vor. Bei kleineren schon.“ „Wir hatten mal einen Schläger, in den in der Mitte ein großes Loch ins Holz gefräst war. Aber das haben wir entdeckt“, erzählt Carsten Böhmert.

Die optischen Geräte sind natürlich sehr genau geeicht. So darf die Dicke von Sandwichgummi mit Schwamm nicht mehr als 4,04 mm betragen. Bei außenliegenden Noppen ohne Schwamm sind es maximal 2,04 mm. Unebenheiten des Schlägers zwischen -0,5 und +0,2 mm sind tolerabel. Darüber und darunter geht nichts. Und wer beim Kleben der Beläge umweltschädliche Kleber verwendet, besteht den Test nicht. Und selbst die Farbe des roten Belags wird in Augenschein genommen. Er muss „leuchtend rot“ sein. Doch was ist „leuchtend rot“? In dem Fall muss der Oberschiedsrichter entscheiden, wobei der Ermessensspielraum doch einigermaßen groß ist.

Doch was dann? Entweder der Spieler legt seinen Ersatzschläger – den er eigentlich immer dabei haben sollte – zum Test vor. Oder er darf nicht antreten und hat sein Match verloren. Streng sind also die Regeln. Wie häufig es in diesen Tagen bei den Deutschen Meisterschaften vorkommt, dass Schläger durchfallen, dazu gibt es keine Auskunft.

### Schon gehört,

dass die langjährigen Mitglieder der Tischtennisabteilung Jürgen Lippold (85. Geburtstag), Klaus-Peter Schulz (80) Hans-Werner Störger (75) in diesem Jahr gefeiert haben? Herzlichen Glückwunsch noch einmal auf diesem Wege!

## Vereinsmeisterschaft 2021: Ein Stück Normalität!

Seit März 2020 ist unser Leben, unser Alltag, unser Sport geprägt von ständig veränderten Corona-Maßnahmen. Auch wenn es immer wieder kleine Schritte in Richtung Normalität gab, waren diese häufig nicht von Dauer.

Um so erfreulicher, dass die Tischtennisabteilung im Juni 2021 für eine neue Spielsaison 2021/22 planen konnte. Nicht nur das - ein Angebot zum Sommerferienprogramm wurde organisiert, auch eine Vereinsmeisterschaft (VM) zu fast normalen Bedin-

gungen geplant. Erste Schritte zu wieder etwas Normalität.

Am 27. August starteten die Senior:innen. Sehr erfreulich nahmen auch einige der neuen Freizeitspieler daran teil - und sehr erfolgreich! Letztendlich mussten sich aber alle einer stark spielenden Nina Wurthmann geschlagen geben. Das musste auch der „alte Hase“ Rolf Heere im Finale akzeptieren. Den Bronzerang belegten Erdem Uzun und Jörg Fischer.

Am 28. August fand ausschließlich die 4er-Tisch-Konkurrenz statt. Da ist Geschick in der



*Nico Wendenburg organisierte in bewährter Art und Weise die Vereinsmeisterschaft.*



*Nina Wurthmann ist die Seniorenmeisterin 2021*

# MAGIC Tischtennis Bremen

Sponsor & Partner TURA BREMEN

Bei den Drei Pfählen 16

28205 Bremen

Tel: 0421 43 77 131

[www.magic-tischtennis.de](http://www.magic-tischtennis.de)

[bestellung@magic-tischtennis.de](mailto:bestellung@magic-tischtennis.de)

Ballplatzierung und vor allem Kondition gefragt.

Hierfür werden vier Tische zusammengestellt, so dass sich das Spielfeld verdoppelt. Es gibt ein paar wenige Regelanpassungen, so darf der Ball unter bestimmten Umständen die Spielfläche zweimal berühren. Diese Herausforderung entschied Timo Hillebrand für sich. Sein bekannt technisch

feines Spiel war dabei sicher von Vorteil.

Am 29. August wurde es beim beliebten Doppel-Los wieder etwas voller. Die Doppelpaarungen wurden vor Turnier-



*Timo Hillebrand, Meister am 4er-Tisch*

beginn zusammengelost. Immer ein starker mit einem schwächeren Spielpartner kamen zusammen. Auch wenn der Spaß hier im Vordergrund steht, ist es immer wieder spannend, welche Paarungen sich durchsetzen.

Allerdings nahmen Sascha Falk und Vincent Ho schon ein wenig eine Favoritenrolle ein. So setzten sie sich auch im Finale gegen Ulrike Göritz und Marc Baude durch.

In der anschließenden Konkurrenz „Erwachsene Offen“, alle können daran teilnehmen, wurden die Finals letztendlich unter den Spielern der 1. und 2. Herren ausgemacht. Vincent Ho empfahl sich aufgrund seiner guten Leistungen in der vergangenen Saison nicht nur für einen Platz in der 1. Herren, auch in der Vereinsmeisterschaft setzte er sich gegen Nico Wendenburg durch.



*Vincent Ho (5. von links) und Sascha Falk (6. von links) setzten sich im Finale gegen Ulrike Göritz und Marc Baude durch.*



*Senioren-Vereinsmeister 2021: Nina Wurthmann, Rolf Heere, Jörg Fischer und Erdem Uzun*



*Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei den Tischtennis-Vereinsmeisterschaften (Senioren) 2021*

Den dritten Rang belegte Martin Eggers.

Herzlichen Glückwunsch an alle Meister 2021 und ein dickes Dankeschön an Nico Wendenburg, der die VM 2021 wie immer super vorbereitet und durchgeführt hat.

## Aus der Abteilung

Aufgrund der Corona-Situation ist das aktive Volleyballtraining bei Tura etwas zu kurz gekommen. Die späte Öffnung der Hallen konnten jedoch nicht alle Volleyballer nutzen, entweder wegen noch fehlender Impfungen oder familiärer Gründe. Dazu kam leider noch eine Achillessehnenverletzung eines Sportfreundes. „Trotzdem waren wir mit einer verringerten Beteiligung froh, dass wir endlich wieder Volleyball spielen konnten und sogar einige neue Sportfreunde zu Gast hatten, von denen wir ganz stark hoffen, dass wir sie als neue Tura-Mitglieder begrüßen können“, sagt Ingrid Odoj.



Die kurze Freiluftsaison haben wir dieses Jahr sofort ohne Unkraut- und Wurzelbeseitigung auf dem Spielfeld genießen können, natürlich weil auch der Wettergott mitspielte.

„In unserer Mannschaft ist es schon seit Jahren gute Tradition, bei jedem Umzug, Renovierung oder Hausbau eines Kameraden mit anzupacken. Durch die pandemiebegrenzte Personenanzahl haben wir erst sehr spät in diesem Sommer Einsatz zeigen können, aber dafür mit viel Spaß und Ausdauer“, berichtet Ingrid Odoj weiter.



Den Abschluss der Freiluftsaison feierten die Volleyballer wieder mit ihrem jährlichen Grillfest, welches diesmal bei Sportfreund Jens Ehmke stattfand.

## Volleyball-Freundschaft mit Jeßnitz



ohne ein offizielles Turnier nach Jeßnitz. Wie immer kamen sie im Bootshaus unter und wurden am Samstagmittag mit einem Kasten Bier und ein paar Flaschen Pfefferlisch begrüßt.

Aber auch der Sport sollte nicht in Vergessenheit geraten. Es wurden noch ein paar Sätze Volleyball gespielt. Da die Bremer nicht vollständig angetreten sind, wurde die Mannschaft mit Jeßnitzern aufgefüllt. Diese Mannschaft konnte fast alle Sätze für sich gewinnen.

„Anschließend wurde noch gegrillt, viel gequatscht und gefeiert. Es ist so schön zu sehen, wie die Bremer immer wieder herzlich aufgenommen und begrüßt werden“, freut sich Steffi Boll im Nachhinein.

Seit einigen Jahren pflegen die Tura- Volleyballer eine Freundschaft zu den Jeßnitzern aus Sachsen-Anhalt. Theoretisch sehen sich die Bremer und Jeßnitzer dreimal im Jahr.

Aufgrund der Corona-Pandemie finden zurzeit keine Turniere statt. Somit haben die Sportler sich schon seit langem nicht mehr gesehen. Das Tura-Turnier am 7. März 2020 war das letzte vor der Pandemie.

Es folgte eine lange Sportpause für alle. Als die Corona-Beschränkungen gelockert wurden, nutzten die Turaner die Chance und fuhren auch

## Freimarkt

Die hallenfreie Zeit aufgrund der Herbstferien wollten Mitglieder der Volleyballabteilung von Tura nicht ganz ohne gemeinsame Betätigung verbringen. Deshalb besuchten sie den Bremer Freimarkt. <https://tura-bremen.de/volleyball.html>

Alle reden von Digitalisierung

WIR L(I)EBEN  
SIE SCHON!  
SUHREN.COM



SUHREN  
OFFICE- & IT SOLUTIONS

DocuWare RICOH

## Schulung für erstklassige Erste-Hilfe am Kind

Um die bestmögliche Betreuung der Kinder und Jugendlichen zu gewährleisten, finden in regelmäßigen Abständen Erste-Hilfe-Kurse, veranstaltet vom Deutschen Roten Kreuz, statt. „Egal, ob Alltags- oder Sportunfälle, Grundlagen oder Besonderheiten. Das Tura-Team ist auf alle Situationen vorbereitet“, versichert Abteilungsleiterin Sonja Nonnast.



Daniel topft Blut auf Sonja und gibt ihr Anweisung, wie sie sich verhalten soll - Rollenspiel

Der ausgebuchte Kurs wurde von Daniel Böttcher geleitet. Daniel Böttcher, Abteilungsleiter Sportfischen bei Tura, gibt regelmäßig Kurse für das DRK und konnte mit seinem

Fachwissen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer überzeugen. In einer konzentrierten Atmosphäre wurden sie auf Situationen vorbereitet, die hoffentlich nicht eintreten, aber nicht unrealistisch wären: über leichte Verletzungen, wie Schürfwunden am Knie, bis hin zu Knochenbrüchen oder Krampfanfällen.

Die Schulung wurde speziell auf die Bedürfnisse des Vereins ausgelegt. Rollenspiele halfen, die Bedingungen zu simulieren, um die richtige



Sven & Philipp erproben sich mit dem Defibrillator.



Sven versorgt Sonja, wie er es gelernt hat.

Versorgung der Kinder- und Jugendlichen sicherzustellen. Zwei der Rollenspiele sind auf den Bildern zu sehen.

Wiederbelebung und Versorgung von Babys oder das Verarzten eines Gestürzten gehörten zu der Ausbildung dazu.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer fühlten sich nach der Absolvierung für solche Aufgaben gestärkt. „Unsere Eltern können also ihre Kinder mit bestem Wissen und Gewissen in die Obhut unserer Trainer:innen, Betreuer:innen



Wiederbelebung bei einem Baby

und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen geben. Auch in den nächsten Jahren werden wir diesen Kurs für unser Team anbieten. Wir bedanken uns recht herzlich bei dem Schulungsleiter Daniel Böttcher im Namen der Teilnehmer:innen und des Vereins“, so die Abteilungsleitung Kinderturnen.

„AAA“- das werden Vanessa, Renate, Jasmin, Ilya, Mariya, Sven, Philipp & Sonja so schnell nicht vergessen!

## Herzlichen Glückwunsch!

Mariya Rabchuk hat unter Corona-Bedingungen die Übungsleiter-Lizenz absolviert. Einige Einheiten verliefen über ein Online-Portal. Glücklicherweise wurden die Regeln gelockert, und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten sich zu den Lerneinheiten in der Turnhalle treffen. Die Prüfung, eine Übungsstunde verschriftlichen und mit den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern durchzuführen, verlief sehr gut - bestanden!

Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Lizenz, sagt Sonja Nonnast, Abteilungsleiterin von Tura im Bereich Kinderturnen. Mariya ist eine Bereicherung für den Verein!



Allen Freundinnen und Freunden von TURA und allen Unterstützer\*innen des Vereins wünsche ich entspannte Festtage.

Und für uns alle ein gutes, friedvolles, fröhliches und sportlich aktiveres Jahr 2022. Bleibt vor allem fit und gesund!



Ekkehard Lentz  
<https://www.facebook.com/ekkehard.lentz>  
<https://twitter.com/ekkehardlentz1>  
<https://www.instagram.com/lentzekkehard/>

# MENTOR

## SCHULE NEU ERLEBEN

- Solide Allgemeinbildung – für Ausbildung, Studium und Beruf
- Soziales Lernen – Entwicklung persönlicher Potenziale
- Mittlerer Schulabschluss nach 10 Jahren,
- Abitur nach 13 Jahren
- Christliche Werte als Grundlage
- Quereinstieg möglich

Info-  
Abend  
18.01.2022  
19 Uhr

www.privatschule-mentor.de

Info@privatschule-mentor.de | Schwarzer Weg 96 | 28239 Bremen | Tel.: 0421/61 90-121

## Tura-Jahres-Programm 2022 für Seniorinnen und Senioren

09.01. und 16.02.2022 Besuch ins Theater in Abbehausen mit Frühstück u. Mittagessen  
 05.02.2022 Winterwandertag in den Harz nach Wernigerode  
 09.02.2022 Grünkohlessen im Bootshaus  
 20.05.2022 Spargelessen in Kirchdorf und zum Steinhuder Meer  
 30.06 bis 06.07.2022 Reise in die Normandie und Bretagne  
 15.06.2022 Matjesessen im Bootshaus  
 08.07.2022 Raddampftour auf der Schlei  
 09.09. bis 15.09.2022 Urlaub an die Donau nach Windorf  
 19.10.2022 Knippessen im Bootshaus  
 05.12.2022 Besuch Weihnachtsmarkt in Braunschweig mit weihnachtlichem Essen

## Leckeres Matjesessen in Lesum

Am 23. Juni nahmen 45 Senioren von Tura am Matjesessen im Bootshaus an der Lesum teil. Es gab Matjesessen nach Hausfrauenart und Matjes natur mit Pellkartoffeln. Nach dem Essen ging es auf zu einem Spaziergang an der Lesum. Danach gab es noch Kaffee und Butterkuchen. Nach einem schönen Tag, der end-

lich wieder stattfinden durfte, kehrten die Senioren gutgelaunt wieder heim.



Waltraud Jackwerth, Karin Meyer, Renate Mellenthin und Brigitte Lieders (von links)

**FRENZEL REISEN**  
 Qualität fährt vor **seit 1968**  
**Jetzt unseren Reise-katalog 2022 anfordern!**  
 Info's und download unter:  
**www.frenzel-reisen.de**

## Urlaub in Frauenstein im Erzgebirge vom 30.9. - 6.10.2021

„Am 30. September fuhren wir endlich einmal wieder in Urlaub, die Freude in der Gruppe, wir waren 46 Personen, war riesig, endlich war es wahr geworden und wir durften reisen“, beginnt Jutta Ackermann ihren Bericht von der Urlaubsfahrt nach Frauenstein/Erzgebirge.

Schmalspurbahn. Sie führte durch den Rabenauer Grund bis zum Kurort Kipsdorf, wo der Bus von Frenzel-Reisen die Bremer Reisenden wieder abholte. Nach dem Abendessen erwartete die Turaner die Frauensteiner Heimatgruppe zum Hutzenabend.



Am nächsten Tag stand ein Besuch der ältesten Stadt Sachsens, Meißen, auf dem Programm. Bei dem Stadtbummel zeigte Reiseleiter Herr Vogel zahlreiche Sehenswürdigkeiten. Nächstes Ziel: Schloss Moritzburg. Die Schlossanlage wurde auf einer künstlichen Insel angelegt. „Auch den goldenen Schuh von Aschenbrödel fanden wir auf der Schlosstreppe. Hier wurde der Film „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ gedreht“, berichtet Jutta Ackermann. Am Ende des Tages wurde auch noch das Sächsische Weingut Schloss Wackerbarth in Radebeul besucht.



Auch die Familie Härtig vom Hotel „Goldener Stern“ freute sich, wieder eine große Gruppe begrüßen zu dürfen. Und so war der Empfang sehr herzlich, die Tura-Senioren fühlten sich sogleich sehr wohl. Gemeinsam mit Thomas Härtig hatte Jutta Ackermann ein schönes Programm zusammen gestellt.

Am Dienstag ging es auf einer Halbtagesfahrt nach Blockhausen zum Wald- und Holzlerlebniszentrum im Erzgebirge. Hier saßen die Tura-Senioren am längsten Tisch der Welt (laut Guinnessbuch) und bestaunten die Holzarbeiten mit der Kettensäge.

Gleich nach dem Frühstück am Freitag zeigte Thomas Härtig auf einem geführten Rundgang durch Frauenstein alle großen und kleinen Dinge, die diesen Ort so unverwechselbar machen, darunter die Kirche mit der Silbermann-Orgel sowie dem Geburtshaus des bekannten Orgelbauers.

Die Tage vergingen im Nu. Mit vielen neuen Erinnerungen begann die Heimreise nach einem rundherum sehr schönen erlebnisreichen Urlaub.



Am Sonntag stand ein Besuch der „Stracos Erlebniswelt“ in Colmnitz, bereits im weihnachtlichem Glanz, auf dem Programm. Weiter ging es nach Freital-Heinsberg. Hier wartete die nostalgische Fahrt in der ältesten im öffentlichen Betrieb befindlichen

**Elektro GLADOW**  
 ENERGIETECHNIK · KLIMATECHNIK · EDV-NETZWERKE  
 KOMMUNIKATIONSTECHNIK · HAUSGERÄTE  
 Pastorenweg 208 · Tel. 04 21 - 61 14 69  
 e-mail: elektro-gladow@t-online.de

## Schön war es auf Wangerooge

Am 19. Juli stand der Ausflug auf die Insel Wangerooge an. Mit 46 Senioren fand die Fahrt statt. Vorher wurden alle auf Anordnung der Inselverwaltung morgens früh in Bremen getestet und

erhielten das Zertifikat des Testergebnisses durch die Praxis Dr. Ackermann. Vier Stunden Aufenthalt auf Wangerooge blieben den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, bevor sie die Heimfahrt antraten.



Am Strand: Elke Renkwitz, Helga Adam und Rita Krämer (von links)



Erika Burdt (links) und Margret Bräuer



Iris Walther mit Freundin, Jutta Eisenblätter und Hildegard Nordloh (von links) auf Wangerooge

## Freimarkt in der Mittwochsgruppe

Die Freimarktsfeier der Mittwochsgruppe von Helga Wohlers fand dieses Jahr unter dem Motto „Griechenland“ statt. Nach Original griechischer Musik wurde Sitzgymnastik durchgeführt. Zur

Belohnung gab es leckeres Essen und Trinken. Der lustige Abend endete traditionell mit dem Lied „Amanda“.

**Bohlken & Engelhardt**  
BEERDIGUNGS - INSTITUT

**Wir helfen Ihnen  
im Trauerfall und bei der  
Bestattungsvorsorge.  
Vertrauen Sie  
unserer langjährigen  
Erfahrung.**

Friedhofstraße 16 · 28213 Bremen  
Telefon 0421 21 20 47  
www.bohlken-engelhardt.de



## Wochenendfahrt nach Boltenhagen



Schlosses im Klützer Winkel ab 1726 und brachte somit ein Stück England nach Mecklenburg.

Mit der Bäderbahn „Carolinen“ ging es zur Steilküste. Der „Zugführer“ informierte über die

Nachdem im letzten Jahr so vieles ausfallen musste, führte die 35. Wochenendfahrt der Mittwochsgruppe diesmal in das Ostseebad Boltenhagen. Wie jedes Jahr war das Frühstück unterwegs eingeplant. Und so konnten die Bremerinnen gut gestärkt das Schloss Bothmer in Klütz besichtigen.

Es verdankt seine Existenz dem abenteuerlichen Lebensweg von Graf Hans Caspar von Bothmer. Als äußerst erfolgreicher Diplomat bereiste Hans Caspar von Bothmer die wichtigsten Höfe Europas und wohnte zuletzt in London. Er war der erste Premierminister, der je in 10 Downing Street lebte. Von hier aus lenkte er den Bau des

Entwicklung des Ortes zum heutigen Seebad.

Die Rückfahrt führte die Gruppe zunächst nach Kühlungsborn. Bei strahlend blauem Himmel war ein Platz auf der Promenade mit weitem Blick über die Ostsee an einem solchen Spätsommertag willkommen. Spaziergänge am weitläufigen Strand rundeten die Tage ab.

Leider holte die Turanerinnen dann ein kilometer langer Stau auf der Autobahn ein, so dass sie erst mit zweistündiger Verspätung in Bremen wieder eintrafen. „Die gute Stimmung hat uns aber nicht verlassen“, versichert Traute Brück aus der Mittwochsgruppe.

## Darüber freut sich die Redaktion

In dieser Zeit wird schnell kritisiert. Ein Lob gerät dagegen oft in Vergessenheit. Deshalb möchte ich den Machern und Mitarbeitern der Vereinszeitung zu den Ergebnissen Eurer Arbeit gratulieren und herzlich danken. Es macht immer wieder Freude, die vielfältigen Beiträge zu lesen. Vielen Dank! Karin Baumer



**Wir sind für ältere Menschen  
in Gröpelingen da!**

**Wir freuen uns über  
engagierte Freiwillige!**

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche  
Beim Ohlenhof 10, Bremen-Gröpelingen,  
Liane Köhler, Telefon 691 45 85, E-Mail:  
aufsuchende-altenarbeit-groepelingen@web.de

gefördert durch die Stadtgemeinde Bremen

## Vortrag am Freitag, 21. Januar 2022: Mit dem Segelboot unterwegs auf dem Atlantik

Brigitte Honnens und Alois Schiele haben es wahr gemacht, 14 Monate auf ihrem Segelboot ZORA lebend, und dann in Quarantäne? Sie haben viel erlebt, in diesem Jahr ihrer erstmalig so langen durchgehenden Segelzeit. Alle Kanarische Inseln wurden besegelt, und dann wagten sie den Sprung zu den Azoren. Auch dort wurden ebenfalls etliche Inseln angelaufen. Alles in diesen Coronazeiten mit mal mehr



mal weniger guten Erfahrungen. War dieses das größte Abenteuer? Oder war es das Verhalten der Einheimischen, der örtlichen Polizei, der gesetzlichen Vorgaben? Oder das mehrtägige Tag- und Nacht-Segeln auf über 5000 Metern Wassertiefe? Oder die etlichen Defekte an der Technik und Ausstattung? Oder die Anforderung an die mentale und körperliche Stärke bei den Seestrecken? Oder die Sichtungungen von Walen und Delfinen? Oder die Wellenhöhen? Oder ihre Wanderungen auf Kraterändern? Oder, oder? Ihr merkt, ein kräftiger bunter „Blumenstrauß“ an Fotos, kleinen Videosequenzen,

Informationen zu Land und Leuten und Erlebnissen erwartet euch bei diesem Vortrag im Vereinszentrum von Tura Bremen (Seminarraum).

Wie immer ist die Teilnahme kostenlos. Wie immer bitten die beiden um eine Spende zugunsten des Vereins für mannigfaltige Integrationsarbeiten. Wie sagen die beiden: Wir finden es immer wieder besonders erwähnenswert, wie Tura es in einem besonderen Stadtteil schafft, Menschen zu vereinen und ihnen eine Heimat zu bieten. Und das vorurteilsfrei und unabhängig von Konfession und Herkunft.

### Das Organisatorische:

Freitag, 21. Januar 2022, um 18 Uhr  
Die Veranstaltung findet unter der dann geltenden Corona-Regeln statt. Eine Anmeldung ist daher unbedingt erforderlich, direkt bei Brigitte und Alois oder bei Tura: [info@tura-bremen.de](mailto:info@tura-bremen.de), Stichwort: Vortrag

**Veranstaltungsort:** Seminarraum Tura-Vereinszentrum Bert-Trautmann-Platz/Lissaer Straße 60, 28237 Bremen

**Verantwortlicher Herausgeber:** TURA Bremen e.V.

**Anzeigen:** Wolfgang Zimmermann, Tel. 0421- 20 30 30 9, eMail: [wozi@wozi.de](mailto:wozi@wozi.de)

**Fotos und Autorenbeiträge:** Jutta Ackermann, Philipp Anger, Karin Baumer, Klaus Becker, Klaus-Peter Berg, Dirk Bierfischer, Steffi Boll, Traute Brück, David Dischinger, Alex Hartung, Sabine Höwener, Jutta Ginger, Roland Klein, Nico Laube, Ekkehard Lentz, Birgit Meinke, Sonja Nonnast, Irmgard Odoj, Peter Schwarz, Wolfgang Schmidt, Anke Schumann, Gerd Schweizer, Wolfgang Zimmermann

**Herstellung:** Wolfgang Zimmermann © 2021

**Wir danken besonders allen Inserenten für die nachhaltige Unterstützung unserer Arbeit und empfehlen sie unseren Lesern gern zum Auf- und Ausbau von geschäftlichen Kontakten.**

Max Weigl – Der Zweiradspezialist

Euer Experte für E-Bikes.

Top-Service auch für fast alle Fabrikate



i:SY  
E-Bike & More!

Zweiradfachgeschäft

**MAX WEIGL**  
MEISTERBETRIEB

Bremen-Walle Holsteiner Straße  
☎ 04 21 - 38 12 15



Holsteiner Straße 123 | [www.zweirad-weigl.de](http://www.zweirad-weigl.de)





# Sicher zum Ziel.

**Wir sind die Wegweiser zur richtigen Entscheidung.**

Mit Leichtigkeit nach vorne blicken – im gemeinsamen Gespräch finden wir die passende Lösung für Sie.

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Die Sparkasse  
Bremen**