



Turn- und Sportgemeinschaft
Nordholz und Umgebung
von 1907 e. V.

Nr. 111
2. Quartal
2013



Garantiert KSK.

Nehmen Sie uns beim Wort.



Kreissparkasse
Wesermünde-Hadeln

Sie wünschen sich einen zuverlässigen Partner, der Sie in allen finanziellen Fragen kompetent unterstützt? Sozusagen einen Partner fürs Leben? Der idealerweise immer persönlich für Sie da ist und Ihnen stets unkompliziert zur Seite steht? Dann haben Sie diesen mit der KSK gefunden. Denn genau das garantieren wir Ihnen mit unserem KSK-Qualitätssiegel. Garantiert KSK. Nehmen Sie uns beim Wort.

Inhalt

| | |
|---|----|
| Der Vorstand informiert! | 5 |
| Änderung der Mitgliedsbeiträge | 5 |
| TERMINE | 7 |
| Wandern durch die 4 Jahreszeiten | 7 |
| Die JSG Nordholz/Oxstedt U8 I erreicht Hallenkreismeistertitel 2013 | 11 |
| Die U10 der JSG Nordholz-Oxstedt bei den Bascats Cuxhaven | 13 |
| Bericht der Ju-Jutsu Abteilung | 17 |
| Änderungen Sportabzeichen 2013 | 21 |
| Alle wollen Latin- Aerobic | 29 |
| Nordic Walking in Nordholz Highlight - Nordic Walking im Watt | 33 |
| Glückwünsche | 35 |
| TSG Fans grüßen aus den USA | 35 |
| Vereinsreise der TSG Nordholz 2013 | 37 |
| Vereinsreise der TSG Nordholz 2014 | 37 |
| Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder | 38 |
| Wir gratulieren zum Geburtstag | 39 |

Die Redaktion



Uschi



Martina



Kalli

Liebe Sportkammeradinnen und Sportkammeraden,

Endlich ist es etwas wärmer und der Garten wartet auf unseren Einsatz. Aber wie immer lohnt es sich unsere Berichte vom Sport zu lesen. Ich möchte auf diesem Wege einmal unsere ehrenamtlichen Verteiler, des Heftes in Nordholz, vorstellen. Marion Ahlf, Janick Ahif, Jürgen Bahlmann, Frank Bretschneider, Anne Hohmeier, Jonas & Elke

Heinke, Rüdiger Janosz, Sabine Kirchner, Dagmar Müller, Ursel & Manni Scope, Renate & Kalli Schneider, Noah Schreiner, Peter Seer, Rolf Seidel, Helge Rothenberg und Anke Wohlers. Ihnen danken wir ebenso wie unseren Inserenten für den Erhalt unseres schönen Heftes.

Mit sporlichen Gruß Uschi



“Die Fahrschule”



Inhaber
Rüdiger Schwarze
Dirk Engeler



Cuxhaven - Altenwalde - Nordholz - Dorum

Elfenweg 25
Schillerstr. 8

Hauptstraße 69
neben der Pinguin-Apotheke

Schulstr. 6

Poststr. 3 b

www.rd-die-fahrschule.de

Info
jederzeit
04741 / 8531

info@rd-die-fahrschule.de

ZEPPELIN APOTHEKE

Heidi Porrio · Apothekerin
Feuerweg 3 · 27637 Nordholz
Telefon 04741/9798-0
Telefax 04741/9798-98
info@zeppelin-apotheke.com
www.zeppelin-apotheke.com



Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr

Mi. 8.00 - 18.00 Uhr

Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

Durchgehend geöffnet

- Verleih von Pari-Boy-Inhaliergeräten
- Anmessen von Kompressionsstrümpfen
- Verleih von Medela-Milchpumpen und Babywaagen
- Blutdruck-, Blutzucker- und Cholesterin-Bestimmung
- Hautmessung und dermatologische Beratung
- täglicher Botendienst

Der Vorstand informiert!

!!! Achtung !!!

Änderung der Mitgliedsbeiträge



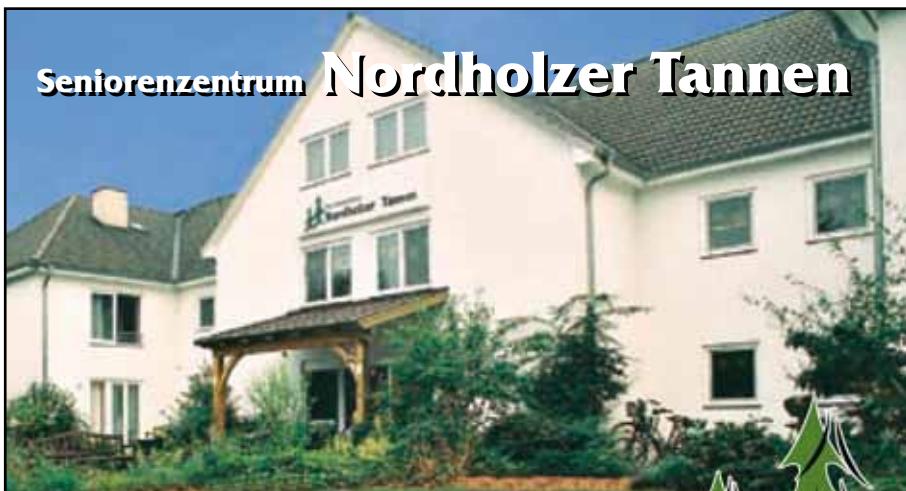
1. Vorsitzender Mit Beschluss vom 01.03.2013 auf der Jahreshauptversammlung wurden nach 17 Jahren die Mitgliedsbeiträge der TSG Nordholz erhöht. Die erhöhten Mitgliedsbeiträge gelten ab dem 01.01.2013.
Frank Bretschneider Der Vorstand bittet die Mitglieder der TSG Nordholz um Verständnis und würde sich freuen, wenn Sie weiterhin uns als Mitglied im Verein erhalten bleiben.

Die Beiträge haben sich wie folgt geändert:

| | |
|-------------|---------------|
| Erwachsene | 7,00 €/Monat |
| Ehepaar | 10,00 €/Monat |
| Familie | 13,00 €/Monat |
| Jugendliche | 4,00 €/Monat |
| Passiv | 5,00 €/Monat |

Der Vorstand

Seniorenzentrum Nordholzer Tannen



Ein offenes, freundliches Haus. Ruhig gelegen und dennoch zentral im Ortskern der Gemeinde Nordholz

H. Plümer GmbH · Oderstraße 20 · 27637 Nordholz
Telefon (04741) 975-0 · www.nordholzer-tannen.de





Rechtsanwalt SVEN ALLERS



Für Ihren sportlichen Erfolg sorgen Sie selber -
um Ihr gutes Recht kümmere ich mich.
Schnell - Kompetent - Zuverlässig

Oderstraße 6a - 27637 Nordholz - Tel. 0 47 41 - 9 81 86 90

Termine nach Vereinbarung - Im Einzelfall auch bei Ihnen zu Hause.



Hans Itjen

Kirchstraße 17, Nordholz

Tel.: 04741-60 37 31

Fax: 04741-60 37 30

Mobil: 0175-17 45 217

E-Mail: info@hans-itjen.de

www.hans-itjen.de

- Dachsanierung
- Terrassen-Überdachungen
- Holzrahmenbau, Holzdecken und Holzböden
- individuelle Holzbaulösungen
- Innenausbau
- Carports
- Zimmertüren und Fenster
- Wintergärten

TSG Nordholz u. Umg.v.1907 e.V.

-TERMINE-

| Datum | Uhrzeit von | Uhrzeit bis | Veranstaltung | Ort |
|----------|-------------|-------------|-------------------------------------|-------------------|
| 7.5.13 | 17:00 | 19:00 | Beginn der Sportabzeichensaison | Willi Wicke Platz |
| 26.5.13 | 13:00 | | Fahrradtour | Ab Frey |
| 15.6.13 | | | 12.Windmühlenlauf | Willi Wicke Platz |
| 28.6.13 | 03.07.2013 | | Heinoland | Holland |
| 14.7.13 | 10:00 | | Sommerwanderung | Ab Frey |
| 24.8.13 | 13:00 | | Kreismeisterschaft Mittelstrecke LA | Willi Wicke Platz |
| 15.9.13 | 13:00 | | Fahrradtour | Ab Frey |
| 1.10.13 | 17:00 | 19:00 | Ende der Sportabzeichensaison | Willi Wicke Platz |
| 10.10.13 | 13.10.2013 | | Vereinfahrt 2013 | Erfurt |
| 20.10.13 | 10:00 | | Herbstwanderung | Ab Frey |

Wandern durch die 4 Jahreszeiten



Abteilungsleiter
Manfred Scope
04741/7066

Die Frühjahrswanderung ist traditionell am Ostersonntag, doch in diesem Jahr war an dem Tag noch kein Frühlings- und auch kein Osterwetter. Die Wanderstrecke führte uns vom Feuerwehrhaus Wanholzen

durch graue Feldmark und verschneiten Wald. Auf einer Lichtung im Hohen Steinforst hatte der Osterhase einen sonnigen Platz entdeckt und dort seine Erfrischungen und Naschereien für Groß und Klein aufgebaut. In der gemütlichen Pause wurden nicht nur die bisher so seltenen Sonnenstrahlen dankbar angenommen sondern auch die



Gleich geht es weiter

Praxis für

Logopädie
Sabine Halm

Logopädin und
Dipl. Legasthenie- und
Dyskalkulietrainerin

Behandlung von
Atem-, Sprach-, Sprech-,
Stimm- und
Schluckstörungen
sowie
LRS, Legasthenie und
Dyskalkulie

Dahlienweg 5
27637 Nordholz

Tel.: 04741 900747
Fax: 04741 900748

Mail:
info@logopädie-nordholz.de

Web:
www.logopädie-nordholz.de

Schlüsselfertige Häuser, Stahlbetonbau
Renovierungen, Sanierungen, Maurerarbeiten

K.W. Rieper
Scharnstedter Weg 44
27637 Nordholz
Telefon (0 47 41) 75 49
Telefax (0 47 41) 74 88

Rieper
Baugeschäft

Therapie-Centrum Wursterheide

Andrea Berner-Liebert
Masseurin und med. Bademeisterin



- Klassische Massagen • Bindegewebsmassagen • Massagen nach Dr. Marnitz • Fußreflexzonenmassagen • Man. Lymphdrainage (ML/MPE) • Fangopackungen • Naturmoor • Heißluft • Inhalation • Kryotherapie (Eis) • Krankengymnastik nach Operationen • nach Unfällen • nach neurologischen Erkrankungen • Wirbelsäulen-gymnastik • Säuglingsgymnastik • Haltungsschule für Kinder • Psychomotorik • Sportphysiotherapie • Kinesiologie • Fußpflege • Solarium

Bahnhofstraße 33
27637 Nordholz

Termine nach Vereinbarung

Telefon und Fax:
(0 47 41) 60 20 20



Ostern durch den Winterwald

Ostergaben. Anschließend ging es zurück zum Spritzenhaus und von dort per Pkw zum Vereinslokal Stadt Frankfurt. Vereinswirt Klaus Frey hatte mit seinem Team für uns Gulasch mit Rotkohl, Erbsen- und Wurzelgemüse, Nudeln, Salzkartoffeln



Ein paar Nachzügler

sowie Bohnen- und Gurkensalat vorbereitet. Zum Abschluss gab es noch Schokoladenpudding mit Vanillesoße. Die durch die Wanderung verbrauchten Kalorien wurden hervorragend wieder aufgefüllt - es war ja schließlich Ostern - .



Vorm gedeckten Ostertisch

**Lindenhof
Blumen Brüns**

Bahnhofstraße 1
Sieltrift 47

© 04741/1594

Moderne Floristik
Braut-Binderei
Trauer-Binderei
frisches Gemüse
und mehr

Gasthof „Stadt Frankfurt“

Inh. Klaus Frey

Mühlenstraße 31
27637 Nordholz
Telefon 0 47 41 / 24 52

Saal – Fremdenzimmer –
Clubzimmer



Vereinslokal der Turn- und
Sportgemeinschaft Nordholz

Fahrsschule

Land Wursten
Inh. Willi Wollny

- Ausbildung der Klassen A - BE - C1E - CE - T - L - M
- Aufbauseminar ASF (Führerschein auf Probe)
- ASP (Punkteabbau)
- Betreuung bei allen verkehrsrelevanten Problemen
- Theorie leicht gemacht durch intensive Schulung

☎ 0 47 41 / 21 70

☎ 0 172 / 425 69 39

NORDHOLZ

Elbestraße 1

Unterricht:

Do. 19.00-20.30 Uhr

Anmeldung: 18.00 Uhr

☎ 0 47 42 / 400

☎ 0 171 / 418 24 00

DORUM

Speckenstraße 24

Unterricht:

Di. 19.00-20.30 Uhr

Anmeldung: 18.00 Uhr

CUXHAVEN

Poststraße 22

Unterricht:

Mo. u. Mi. 19.30-21.00 Uhr

Der 2. Unterrichtstag in der Woche nach Vereinbarung

Die JSG Nordholz/Oxstedt U8 I erreicht Hallenkreismeistertitel 2013



Abteilungsleiter
Frank Ebel
04741/7362

Die F-Jugend/Jahrgang 2005 setzt ihre Titelsammlung fort. Nach dem Gewinn der Hallenkreismeisterschaft und die Kreismeisterschaft auf dem Felde im Jahr 2012 konnte die Mannschaft auch in diesem Jahr den Hallenkreismeistertitel gewinnen. Vor heimischer Kulisse in der Nordholzer Grundschulhalle bot die Mannschaft spielerisch wie kämpferisch eine herausragende Leistung. In dem spannenden und sehr engen Turnier

musste man bis zum letzten Spiel kämpfen, um den Titel zu erreichen. Am Ende setzte man sich verdient gegen die guten Mannschaften von die SG Hagen/Uthlede, SG Schiffdorf/Sellstedt/Bramel, JSG Groden/Altenbruch, TSV Wehdel und SG Beverstedt durch. Nach Bekanntgabe des Endergebnisses war der Jubel von den Spielern, Trainern, Eltern und Großeltern riesen groß. Wir die Trainer sind stolz auf diese Mannschaft und freuen uns auf die nächsten Aufgaben.

Abschlusstabelle

| Platz | Mannschaft | Sp. | g | u | v | Torverh. | Differenz | Punkte |
|-------|--------------------------------|-----|---|---|---|----------|-----------|--------|
| 1. | JSG Nordholz/Oxstedt U8 1 | 5 | 3 | 2 | 0 | 4:1 | 3 | 11 |
| 2. | FC Hagen/Uthlede U8 | 5 | 2 | 3 | 0 | 4:2 | 2 | 9 |
| 3. | SG Schiffdorf/Sellstedt/Bramel | 5 | 2 | 2 | 1 | 5:3 | 2 | 8 |
| 4. | JSG Altenbruch/Groden U8 | 5 | 1 | 2 | 2 | 4:4 | 0 | 5 |
| 5. | U8 TSV Wehdel | 5 | 0 | 4 | 1 | 3:4 | -1 | 4 |
| 6. | SG Beverstedt U8 | 5 | 0 | 1 | 4 | 0:6 | -6 | 1 |



WIR

Redaktionsschluss
für die Ausgabe 3. Quartal 2013

27. Juni 2013



L+S

Haustechnik Heizung - Sanitär

Werner Schultz

An der Kirche 13

27637 Nordholz

Tel. 0 4741/60 20 23

ddc 0471/9812563



Das Original von Kraßmann



Starke Marken

Die Reinheit der Natur bewahren und das Handwerk pflegen.

So schaffen wir Großartiges!

Beispiele überragender Qualität:

Wilhelm's Butterkuchen

Wilhelm's Meisterstollen

und Oma Elses Konfitüren

Nordholz, Bundesstr. 21,

Telefon (0 47 41) 72 52

www.krassmanns-backstube.de



Der Elbe-Weser-Bäcker



Stehend oben von links: **Die Trainer Volkmar Ivens, Oliver Olk und Thorsten Wähling**

Stehend von links: **David Salzwedel, Luka Meyer, Matthias Krey, Lasse Icken, Bennett Finck**

In der Hocke von links: **Mick Bergmann, Kjell Ackermann, Tom Schröder, Marvin Wähling, Yoshi Nesper, Anton Kinne**

Unten von links: **Paul Kötz, Jannis Hagenah**

Die U10 der JSG Nordholz-Oxstedt bei den Bascats Cuxhaven

Am 18.01.2013 besuchte die U10 der JSG Nordholz-Oxstedt auf Einladung das Bundesligaspiel der Bascats Cuxhaven gegen Paderborn. Mit dem Vereinsbus ging es von Nordholz nach Cuxhaven. In einem gut geführten Schnellimbiss in Cuxhaven wurden 14 Juniortüten, 60 Chicken-Nuggets und diverse Getränke verzehrt. Das Personal kam in Schweiß und blieb dabei sehr freundlich. Danach ging es dann zur Rundturnhalle. Dort wurden wir herzlich empfangen und man führte uns zu den

reservierten Plätzen. Ganz nah am Spielfeldrand bewunderten unsere Kicker die großen Spieler. Viele Fragen mussten geklärt werden. Wie lange



Im gut geführten Schnellimbiss

Ihr Malermeister
WERNER SPLEET

Farben- und Tapetenfachgeschäft

Bodenbeläge aller Art

Wärmedämmung

Malereibetrieb

Tel.: 04741 / 75 32 • Fax: 04741 / 80 12

geöffnet Mo. - Fr.: 17.00 - 18.00 Uhr

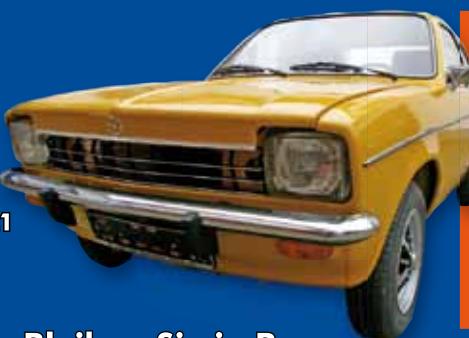
27637 Nordholz, Ahornweg 2

**AUTO
MOBIL**
MEISTERWERKSTATT

Hanke Lübs
Wurster Straße 21
27637 Nordholz

Tel 04741-1050

Fax 04741-2063



- ✓ Auspuff
- ✓ Bremsen
- ✓ Fahrwerk
- ✓ Fehlerdiagnose
- ✓ HU/AU
- ✓ Inspektion
- ✓ Karosserie
- ✓ Klimaservice
- ✓ Kupplung
- ✓ Motor
- ✓ Reifen
- ✓ Stoßdämpfer

Bleiben Sie in Bewegung...

...dafür sorgen wir bereits seit über 30 Jahren

IMPRESSUM:

Herausgeber: Turn- und Sportgemeinschaft
Nordholz und Umgebung von 1907 e.V.

Geschäftsstelle: Mühlenstraße 48

Tel. 0 47 41 / 2978, Fax 0 47 41 / 18 05 86

Geschäftszeiten: Mi. 15.00-18.00 Uhr
(außer in den Schulferien)

Homepage: <http://www.tsgnordholz.de>

1. Vors.: Frank Bretschneider Tel. 60027
2. Vors.: Marcus Carl Tel. 603444
3. Vors.: Silke Stein Tel. 7328

Schriftführerin: Silke Bretschneider Tel. 60027

Kassenwart: Jürgen Wohlers Tel. 20 12

Redaktion: Ursula Schmidt Tel. 74 35

Martina Schreiner

Klaus Kahlfeld

e-Mail: wir@tsgnordholz.de
klaus-kahlfeld@t-online.de

Bankverbindung:
Kreissparkasse Nordholz (BLZ 292 50150),
Konto-Nr. 121000 370

Sportarten:
Breitensport, Fußball, Gesundheitssport, Ju-Jutsu,
Leichtathletik, Rücken-Fit, Sportabzeichen, Tanzen,
Tischtennis und Turnen

Der Bezugspreis ist im Mitgliederbeitrag enthalten.
Die Redaktion ist nicht verantwortlich für den Inhalt
und die Richtigkeit der einzelnen Beiträge.

Wir weisen darauf hin, dass sämtliche Anzeigen
nur mit unserer ausdrücklichen schriftlichen
Genehmigung weiter verwendet werden dürfen!

Druck:
Druckpartner Hemmoor,
Stader Straße 53, 21745 Hemmoor, Tel. (0 47 71) 36 16,
e-Mail: mail@druckpartner-hemmoor.de



Beim jubeln für die Bascats

dauert das Spiel? Warum blinkt die Anzeigetafel? Sind die im schwarzen Trikot (Paderborn) Deutschland??

Dann ging es los. Und das sehr rasant. Ganz schnell führten die Bascats aus Cuxhaven mit über 20 Punkten. Bei jedem Korb wurde aufgesprungen und gejubelt. Diese Euphorie übertrug sich auf die Spieler der Bascats und sie gewannen deutlich mit 103:79.

Zwischendurch gab es Popcorn und Getränke. Vor lauter Aufregung landete ein Drittel der weißen Kügelchen auf den Fußboden.

Unser Besuch hinterließ Spuren. Nach dem Spiel kamen noch die Spieler der Bascats zum „Abschlagen“ und die Kinder bekamen wieder große Augen: „Booah, ist der Mann groß!“

Sichtlich angeschlagen fuhren wir jedes Kind wieder nach Hause und gegen 23.00 Uhr fielen alle Kinder ins Bett und erlebten im Traum eine Wiederholung des Geschehens!

Es war ein toller Tag! Und Danke sagen wir den „Bascats“ aus Cuxhaven!!

Eure U10



Nach dem Spiel



Eddi's Zweiradscheune
Service · Beratung · Verkauf - und ums Rad

- ✓ Wartung und Ersatzteile
- ✓ Abhol- und Bringservice
- ✓ Neu- und Gebrauchträder

Edgar Alms
Dorfstraße 68 · Tel. 04741/41 83 · 27637 Nordholz

Auch in der Freizeit gegen
Unfälle abgesichert sein.

Kommen Sie bei uns vorbei.

fair versichert
VGH 



**VGH Vertretung
Andreas Götting e. Kfm.**

Bahnhofstr. 5 • 27637 Nordholz
Tel. 04741 913036 • Fax 913037
www.vgh.de/andreas.goetting
andreas.goetting@vgh.de

 Finanzgruppe
Sparkasse
VGH
LBS
DekaBank

Gilla's Imbiss

*Bei uns gibt es für Jung und Alt immer
etwas leckeres zu Essen*



**Land-Wursten-Burger
mit 340g Fleisch**



Dinos aus Hähnchenfleisch



**Vorbestellungen
unter Telefon
0 47 41 / 60 28 77**



Currywurst Spezial

Schlagukenspieß

Chillie Poppers

Frikadellen hausgemacht

**frische Schnitzel und Kotelett
vom Schlachter**

**Kartoffelsalat, Nudelsalat und
frische gemischte Salate werden
natürlich auch von uns selbst gemacht**



**B6 Nr. 14
27637 Nordholz**

**Öffnungszeiten:
tägl. 11 - 21 Uhr
Montag + Dienstag
Ruhetag**

**Sitzmöglichkeiten
vorhanden**

Bericht der Ju-Jutsu Abteilung



Abteilungsleiter
Sven Clemenz
04741/603994

Im Sommer 2012 gründeten wir nach regelmäßigen Anfragen eine Ju-Jutsu Erwachsenengruppe. Nach einer längeren Anlaufphase hat sich mittlerweile ein kleiner Stamm von Teilnehmern gebildet. Sie stehen im Übungseifer der Jugend nichts nach, und vielleicht können wir auch schon bald die ersten Gürtelprüfungen abnehmen.

Dadurch bedingt, dass einige von Ihnen im Schichtdienst tätig sind und somit nicht regelmäßig trainieren können, haben wir noch genügend Platz auf der Matte und würden uns über neue Interessierte freuen.

Wir haben eine gemischte Gruppe im Alter von 14 – 48 Jahre. Ju-Jutsu ist für jeden erlernbar und kann auch noch im hohen Alter ausgeübt werden.

Nur Mut, wir warten auf euch.

Die Kinder- und Jugendgruppe hat sich sehr gut entwickelt. Wir haben 45 Aktive in dieser Gruppe und wenn alle Ju-Jutsukas anwesend sind ist die Mattenfläche rappelvoll.

Dies hat zur Folge, dass wir zur Zeit leider keine Neuen mehr aufnehmen können.

Am 24.11.2012 führten wir einen Landesjugendlehrgang in Nordholz durch. Der Dozent war unser Landesjugendreferent Reiner Sonntag, 3.Dan Ju-Jutsu.

Das Thema war kindgerechte Hebel und Würfe.

Durch seine lockere Art viel es den Teilnehmern nicht schwer neue Techniken zu erlernen.

Es nahmen auch einige Ju-Jutsukas von Rot-Weiß Cuxhaven an diesem Lehrgang teil.

Diese unterstützten uns auch freundlicherweise mit Mattenfläche aus Cuxhaven.

Die Eltern bereicherten diese Veranstaltung in gewohnter Weise mit einem leckeren Buffet.

Der Lehrgang hat allen Anwesenden sehr viel Spaß gemacht und wir beabsichtigen auch in diesem Jahr einen ähnlichen Lehrgang in Nordholz durchzuführen.

Am 17.12. 2012 ließen wir gemeinsam mit den Eltern das Jahr wieder mit einem wunderbaren Buffet im Rahmen des Trainings ausklingen.



Erwachsenenegruppe

Planen · Beraten · Bauen

schlüsselfertiger Hausbau
Komplett-Renovierung
Komplett-Sanierung
Planung + Statik



www.hoche-bau.de

Dorfstraße 115
27637 Nordholz
Tel (04741) 1701
Fax (04741) 3401



*Wir bauen Ihr
Zuhause!*

Ische

J U W E L I E R

beim Bali-Kino-Center in Cuxhaven

PANDORA

Thomas Sabo

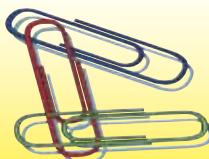
NOMINATION

RING DING

Schreibwaren · Schulbedarf
Bücher · Toto · Lotto · Tabakwaren



Ch. Skowranek



Bahnhofstr. 9
27637 Nordholz
Telefon 04741/60 22 51
Telefax 04741/60 23 82



Die Kinder hatten zuvor einige Techniken einstudiert und zeigten nun ihr Können den anwesenden Eltern.

Ich möchte mich hier noch mal bei den Eltern für die tolle Unterstützung bei den beiden Veranstaltungen bedanken.

Am 11./12.03.13 standen Gürtelprüfungen auf dem Programm.

Auf Grund der hohen Teilnehmerzahl mussten zwei Prüfungstermine angesetzt werden.

In den Wochen zuvor haben die Prüflinge fleißig trainiert, denn mit jedem Gürtel steigen die Anforderungen. Am Ende hat sich der Fleiß aber ausgezahlt und Nicole Müller konnte jedem eine Urkunde für eine erfolgreiche Prüfung aushändigen.

Geprüft wurden:

Zum weißen Gurt mit gelber Spitze:

Benjamin Goos, Luisa Chiara Hey, Chantal Kemme, Leif Lörke, Jonas Martin, Jolina Sophie Siedentop, Fabian Dominic Stüven, Lea Uhnenwoldt.



Bei der Gürtelprüfung...

Zum weißen Gurt mit gelben Streifen:
Larissa Alina Ilken, Fynn Klaus, Steffen Fabian Neuberger, Leon Paswerg, Ida Heuer.

Zum gelben Gürtel:

Niclas Behnk, Fabian Brunkhorst, Felix Brunkhorst, Louisa Heuer, Laura Sophie Hey, Pascal Hoffmann, Tjark Kocken, Vanessa Schmidt, Jan Philip Stüven, Lukas Tiedemann, Fabian Uhnenwoldt.

Zum gelben Gurt mit orangenen Streifen:

Antje Kahrs, Mats Schmidt.

Zum orangenen Gurt:

Nils Kramer, Michel Schmidt.

Allen Prüflingen einen herzlichen Glückwunsch.

Aktuelles und Neuigkeiten über unsere Abteilung findet ihr auch bei Facebook unter Ju-Jutsu- TSG Nordholz.

Sven Clemenz



... wird einem nichts geschenkt.

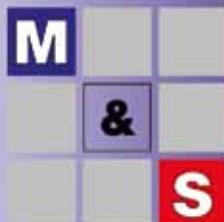


Kunstgewerbe & Geschenke
Geschenkecke
R. Wilksen GmbH

Sehenswerte Neuheiten zu jeder Jahreszeit.
Trendige Farben und Materialien.

Überraschende Motive
und schöne Geschenkideen.

Peilstelle 2-4 · 27637 Nordholz · Telefon 0 47 41 / 71 02



**Heizungs- und
Sanitär-Installations-GmbH**



Jörg Mückler
Postfach 1045
27633 Nordholz

Fax: (0 47 41) 60 20 43
Tel.: (0 47 41) **62 05**

Änderungen Sportabzeichen 2013



Abteilungsleiter
S. Weniger
04741/8064

Das Sportabzeichen feiert in diesem Jahr sein 100 jähriges Bestehen, deshalb hat der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) das Sportabzeichen (DSA) von Grund auf verändert. Ich möchte dies zum Anlass nehmen Euch diese Veränderungen bekannt zu geben.

Änderungen der Altersgruppen:

im Bereich der Jugend:

- 6-7 Jahre und Zusammenlegung von 12- 13 Jahre

Im Bereich der Erwachsenen

- 18-19 Jahre, 20-24 Jahre, 25-29 Jahre,
- 30-34 Jahre, 35-39 Jahre, bis 79 Jahre bleiben die alten Gruppen bestehen ab 80-84 Jahre, 85-89 Jahre und ab 90 Jahre

Änderung der Gruppeneinteilung:

aus den bisherigen Gruppen

- | | |
|----------|-----------|
| Gruppe 1 | Schwimmen |
| Gruppe 2 | Sprung |
| Gruppe 3 | Sprint |
| Gruppe 4 | Wurf |
| Gruppe 5 | Langlauf |

werden

- | | |
|----------|---------------|
| Gruppe 1 | Ausdauer |
| Gruppe 2 | Kraft |
| Gruppe 3 | Schnelligkeit |
| Gruppe 4 | Koordination |

Die Gruppe Schwimmen ist ausgeweitet, ein Nachweis der Schwimmfähigkeit ist für das Sportabzeichen zu erbringen.

Für den Nachweis gibt es künftig 4 Varianten:

1. Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer oder Schnelligkeit im Zuge der DSA-Prüfung.
2. 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss.
3. bis 11 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung).
ab 12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung).
4. Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ in Gold oder der „Deutschen Rettungsschwimmpässe“ der DLRG ab Bronze.

Die Dauer der Gültigkeit des Nachweises ist im Erwachsenenalter auf fünf Jahre begrenzt. Im Kinder- und Jugendbereich genügt ein einmaliger Nachweis.

Ausdauer:

Bei den Anforderungen an die Ausdauer haben sich einige Änderungen ergeben. Zwischen diesen Alternativen kann der Bewerber wählen:

IHR PARTYSERVICE



GetränkePartner
SESTERHENN
TEL: (04741) 7312

Hier lacht der Durst!



-FASSBIER

-GLÄSER

-ZAPFANLAGEN -KÜHLWAGEN

-TISCHE & BÄNKE

-BIERWAGEN

GETRÄNKEMARKT

BUNDESSTR. 25 27637 NORDHOLZ



Berufsunfähigkeit

Kein Beruf ist ohne Risiko

Besonders günstige
Beiträge für
Azubis + Studenten

Berufsunfähigkeit kann jeden treffen

Können Sie sich vorstellen, plötzlich nicht mehr arbeiten zu können, weil ein Unfall passiert ist oder eine Krankheit Sie daran hindert? Jeder fünfte Arbeitnehmer scheidet heutzutage aus gesundheitlichen Gründen vorzeitig aus dem Berufsleben aus.

Informieren Sie sich jetzt!

VERTRAUENSMANN

Michael Lewin

Telefon 04741 602862

Telefax 032 121020172

michael.lewin@HUKvm.de

Erlenweg 6

27637 Nordholz

Sprechzeiten:

nach Vereinbarung



HUK-COBURG
Aus Tradition günstig

800 m Lauf (weibl. Jugend)
1000 m Lauf (männl. Jugend)
3000 m Lauf (Erwachsene)
10000 m Lauf (Erwachsene)

Dauer-/Geländelauf (Kinder und Jugendliche)
200 m, 400 m, 800 m Schwimmen (Strecke altersabhängig)
7,5 Km Walking / Nordic Walking (Erwachsene)
20 Km Radfahren (Erwachsene)
5 km, 10 Km Radfahren (Jugendliche)

Kraft:

Bei den Prüfungen, in denen es um die Kraft des Sportlers geht, haben sich ebenfalls Änderungen ergeben. Hier die Übersicht der Alternativen:

Medizinballwurf
(2 kg, Erwachsene)(neu)
Schlagball (80 g, Kinder und Jugendliche)
Wurfball (200 g, Kinder und Jugendliche)
Kugelstoßen
Steinstoß
Standweitsprung
Geräteturnen

Steinstoßen ist jetzt auch für Frauen zugelassen

Standweitsprung ist für alle Bewerber möglich.

Schnelligkeit:

Die Prüfungen können in folgenden Disziplinen abgelegt werden:

Sprint
(30 m, 50 m, 100 m, altersabhängig)

25 m Schwimmen
200 m Radfahren mit fliegendem Start
Geräteturnen

Koordination:

Mit der Gruppe 4 „Koordination“ kommen teilweise völlig neue Sportarten, in denen die Bewerber sich prüfen lassen können. Hier die möglichen Alternativen:

Hochsprung
Weitsprung
(für Kinder ab 12 Jahren und Erwachsene bis 54 Jahre)
Zonenweitsprung (für Kinder bis 11 Jahre und Erwachsene ab 55 Jahre) (neu)
Zonenweitwurf (bis 11 Jahre) (neu)
Schleuderball (ab 12 Jahren)
Seilspringen (neu)
Geräteturnen

Aus einem Volkssportabzeichen ist ein leistungsorientiertes Abzeichen in 3 Stufen geworden.

Stufe 1 = Bronze entspricht der Leistung vom alten Sportabzeichen
Stufe 2= Silber entspricht der Leistung von einem trainierten Sportler
Stufe 3= Gold entspricht der Leistung von einem gut ausgebildeten Sportler

Für männliche Jugend , Frauen und Männer sind die Leistungen auf der Hompage TSG Nordholz (<http://www.tsgnordholz.de/sportangebote/sportabzeichen/>) eingestellt, Sport-

GEORG VON LEHE GMBH



spieka

Bestattungsinstitut

Tag und Nacht für Sie erreichbar.

**Sabrina und Holger von Glahn
Elsa von Lehe**

27637 Nordholz-Spieka · Dorfstraße 124

(0 47 41) 10 99 · Telefax (0 47 41) 10 91



www.Holz-Michel.info

**Michael Prüß
Zimmerermeister**

Deichweg 141a - 27637 Nordholz / Cappel-Neufeld
Tel. 047 41 / 181 00 08

Zimmerei - Innenausbau - Dachsanierung - Treppenbau
Carports - Holzrahmenbau - Türen - Fenster - Wintergärten
Holzdecken - Holzböden - individuelle Holzbaulösungen



AUTODIENST CAHSAU
FREIE WERKSTATT

Mit uns fahren Sie gut und günstig.

Inspektion ✓

TÜV/AU täglich ✓

Autoglas ✓

Unfallinstandsetzung ✓

Achsvermessung ✓

Klimaservice ✓

Anhängerreparaturen ✓

Leihfahrzeuge ✓



Bundesstr. 20a · 27637 Nordholz · (04741) 73 09 · KFZ-Meisterbetrieb seit 1985 · Für alle Fabrikate

Leistungskatalog weibliche Kinder und Jugendliche



DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

www.deutsches-sportabzeichen.de



KINDER UND JUGEND – WEIBLICH

| | Alter | 6–7 | | | 8–9 | | | 10–11 | | | 12–13 | | | 14–15 | | | 16–17 | | |
|----------------------|-----------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|
| | | Bronze | Silber | Gold |
| Übung | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 800 m Lauf | (In Min.) | 5:55 | 5:00 | 4:00 | 5:45 | 4:50 | 3:55 | 5:30 | 4:40 | 3:50 | 5:10 | 4:25 | 3:45 | 4:55 | 4:20 | 3:35 | 4:35 | 4:05 | 3:25 |
| Dauer- / Geländelauf | (In Min.) | 8:00 | 12:00 | 17:00 | 10:00 | 15:00 | 20:00 | 15:00 | 20:00 | 30:00 | 20:00 | 30:00 | 40:00 | 30:00 | 40:00 | 50:00 | 45:00 | 60:00 | 75:00 |
| Schwimmen | (In Min.) | | | | | | | 200 m | | | | | | | | 400 m | | | |
| Radfahren | (In Min.) | 8:30 | 7:00 | 5:35 | 8:05 | 6:45 | 5:20 | 7:40 | 6:25 | 5:10 | 14:20 | 12:45 | 10:35 | 13:05 | 11:40 | 10:05 | 11:55 | 10:45 | 9:05 |
| | | – | | | | | | 5 km | | | | | | | | 10 km | | | |
| | | – | | | | | | 27:00 | 24:00 | 21:00 | 56:00 | 47:30 | 39:30 | 50:00 | 44:00 | 37:00 | 44:30 | 38:30 | 33:30 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 31:30 |
| Audizine | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kraft | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Schnelligkeit | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Koordinaten | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Jedah kann das Deutsche Sportabzeichen machen. Jedes Jahr. Auch ohne Mitglied in einem Sportverein zu sein. Aus jeder der vier Disziplingruppen kann eine Disziplin frei wählen. Ganz nach den eigenen individuellen Neigungen und Stärken. Schwimmen musst Du können. Der Nachweis kann auf unterschiedlichen Wegen erfolgen. Diese Tabellen kannst Du entnehmen, welche Leistungen Du in den von Dir gewählten Disziplinen erfüllen musst. Die Einbindung der Mitgliedsorganisationen des DOSB erfolgt durch die Anerkennung von verschiedenen sportartspezifischen Leistungsbewerben (Verbands-

abzeichen). Alle Landesverbände mit ihren Vereinen und die Sportämter geben gerne Auskunft, wo Training und Prüfungen möglich sind. Weitere Infos rund um das Deutsche Sportabzeichen findest Du auf der Internetseite www.deutsches-sportabzeichen.de. Leistungsbewerbe. Einzeldisziplin: ■ 1 Punkt, ■■ 2 Punkte, ■■■ 3 Punkte / Gesamtleistung: Bronze 4–7 Punkte, Silber 8–10 Punkte, Gold 11–12 Punkte. Alle vier Leistungen müssen mindestens auf der Leistungsnote Bronze erbracht werden, plus Nachweis Schwimmfertigkeit.

abzeichen)-Informationen liegen als Flyer in der Geschäftsstelle aus oder sie können diese am 07.05.2013 beim Sportabzeichenbeginn auf dem Sportplatz erhalten.

Die individuell erbrachten Leistungen in den einzelnen Disziplinen werden auf Grundlage des Leistungskatalogs den drei Leistungsebenen zugeordnet. Je nach Zuordnung zu einer



ALLES GUTE UNTER EINEM DACH:

- Shell Shop mit Kaffee & Snacks täglich bis 22:00 Uhr geöffnet
- Waschanlage mit Hochglanz-Effekt und Unterbodenwäsche
- Tankkarten (Privat und Gewerbe) • Anhängervermietung

Shell Station Cahsau

Bundesstr. 20a, 27637 Nordholz

☎ 047 41/73 09

Gasthof „Stadt Frankfurt“

Inh. Klaus Frey

Mühlenstraße 31
27637 Nordholz
Telefon 0 47 41 / 24 52

Saal – Fremdenzimmer –
Clubzimmer



Vereinslokal der Turn- und
Sportgemeinschaft Nordholz

Osteland
BESCHRIFTUNGSSERVICE

Tel. 0 47 71 - 580 97 31 / Fax 580 97 32
info@osteland-beschriftungsservice.de

- Fahrzeugbeschriftung
- Werbebanden
- Schilder
- Aufkleber
- Straßenbanner
- ... und vieles mehr!

CLASSIC ▲
Tanken

Heike Droege-Achilles

Nordholz · Mühlenstraße 30 · Telefon (0 47 41) 20 72

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 6.30-20.00 Uhr · So. 8.00-13.00 Uhr

sonntags ab 8.00 Uhr frische Brötchen

der drei Leistungsebenen ergibt sich je Leistung und Disziplingruppe ein Punktwert:

Bronze = 1 Punkt

Silber = 2 Punkte

Gold = 3 Punkte

Um das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben, müssen vier Leistungen (eine Disziplin pro Disziplingruppe) mindestens in Bronze (je 1 Punkt = 4 Punkte) erbracht werden. Die erreichten Punkte werden addiert und aus dem Gesamtpunktwert ergibt sich die Verleihung in Bronze, Silber oder Gold:

Bronze = 4 – 7 Punkte

Silber = 8 – 10 Punkte

Gold = 11 – 12 Punkte



Bicolor-Abzeichen

Bei wiederholtem Erwerb des Deutschen Sportabzeichens wird,

unabhängig von der erreichten Stufe (Bronze, Silber, Gold), auf Anfrage das Deutsche Sportabzeichen mit Zahl (Bicolor-Abzeichen) vergeben. Die Vergabe erfolgt, beginnend mit der Zahl 5, in Fünfer-Schritten (5, 10, 15, ...).

Alle bisher erworbenen Deutschen Sportabzeichen (nach Vollendung des 18. Lebensjahres) werden auf das Abzeichen mit Zahl angerechnet. Dieses Abzeichen würdigt die langjährige und meist kontinuierliche Wiederholung des Deutschen Sportabzeichens in besonderer Weise.

Für das Deutsche Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche wird kein Abzeichen mit Zahl verliehen.

Ich hoffe, die Erneuerungen schrecken Euch nicht ab. Ich würde mich freuen, wenn wieder so viele Sportler das Sportabzeichen erfolgreich ablegen wie im letzten Jahr. Das Prüferteam steht ab dem 07.05.2013 wieder jeden Dienstag von 17:00Uhr bis 19:00Uhr zur Abnahme des Sportabzeichen bereit.

Siegmund Weniger

T TAXI TÖLLNER ^{7x24}
27637 Nordholz

Arzt-, Behandlungs-, Therapiefahrten

Flughafentransfer, Discotaxi

Großraumtaxi bis 8 Personen

Maxitaxi bis 6 Personen

Taxi bis 4 Personen

04741
1001
603858

Drehen Fräsen Bohren

Vom Einzelstück bis zur Serie - bei uns ist alles möglich.

**DREBELOW UND JAHN
HYDRAULIK GMBH**

www.drebelow-hydraulik.de
Peilstelle 10, Nordholz
Telefon: 04741/7271



Praxis für Ergotherapie Kaltegärtner

Scharnstedter Weg 4 · 27637 Nordholz

Tel. 04741/6031 55

e-mail: dorothea.kaltegärtner@t-online.de



Nordsee-Restaurant
Eymers

Zum Kutterhafen 29
27637 Nordholz
Ortsteil Spieka-Neufeld
Telefon (0 47 41) 60 37 - 0

Krabben- und Fischspezialitäten

- Dienstag Ruhetag -

Bitte beachten Sie unsere Angebote
in der Vor- und Nachsaison



Alle wollen Latin- Aerobic

Nordholz. Wie ein Wirbelwind saust Ana Milena Pizo zu heißer südamerikanischer Musik vor ihren rund 20 Kursteilnehmerinnen beim Latin Aerobic der TSG Nordholz nach links und rechts und versucht mit anfordernden Rufen die Intensität der Sportlerinnen zu steigern. Die Athletinnen wirbeln bereitwillig mit und die Gesichter zeigen trotz glänzender Schweißperlen, dass die Bewegung zur Musik großen Spaß macht. Die eingesetzte Spotbeleuchtung und das bunte Blitzlicht machen aus dem Kurt-Küchler-Heim eine richtige Sport-Disco. Ana Milena Pizo kommt aus Cali in Kolumbien, wo die Menschen den Rhythmus im Blut haben und Tanzen als Ausdauersportart erfunden wurde. 1999 startete

Ana Milena Pizo mit Privatunterricht für Gesang und nahm Unterricht in der Schule „Caliteatro“ sowie beim Theater für modernen Tanz und studierte 2001 am „National Ballet of Salsa“. 2002 nahm die Kolumbianerin als Ehrengast (Sängerin) bei den nationalen Folklore Wettbewerben in Ibagué teil. Außerdem war Sie zu Auftritten bei der World Cycling Tour in Cali als Sängerin eingeladen. 2003 hatte die heutige Latin Aerobic Expertin Privatunterricht in Schauspiel, Gesang, Tanz und Workshops für Fernsehpräsentationen bei Pascual Guerrero dem Ex-Manager der Rolling Stones. 2004 gewann Sie den Gesangswettbewerb Canti-Kolumbien und studierte 2005 Gesang, Gitarre und Klavier am

Reise-Ney 

Scharnstedter Weg 20, 27637 Nordholz
Tel: 04741-98 00 01, Fax 04741-98 00 02
www.reise-ney.com, E-Mail: info@reise-ney.com



Vermittlung von Reisedienstleistungen aller Art
Durchführung von Bus- und Fluggruppenreisen

Reise-Schnäppchen 2013

| | | | | | |
|------------------------|-------------|------------|-----|---------|-----|
| Elsässische Weinstraße | 5 Tage/ HP | 05.06.2013 | ab | € 349,- | p.P |
| Nordkap | 10 Tage/ HP | 07.06.2013 | nur | € 999,- | p.P |
| Städtereise Berlin | 3 Tage/ FR | 05.07.2013 | ab | € 159,- | p.P |
| Südtirol | 8 Tage/ HP | 12.07.2013 | ab | € 333,- | p.P |
| Rhein und Mosel | 5 Tage/HP | 12.07.2013 | ab | € 269,- | p.P |
| Elbflorenz / Dresden | 4 Tage/ HP | 13.07.2013 | ab | € 189,- | p.P |
| Burg im Spreewald | 4 Tage/ HP | 22.07.2013 | ab | € 299,- | p.P |

Ausführliche Reisebeschreibungen entnehmen Sie bitte unseren aktuellen Prospekten.



Wir machen Ihre Kleidung fit!

Wir reinigen z.B.: Übergardinen • Vorhänge • Steppdecken
Wolldecken • Kissenplatten • Fellvorleger • Autobezüge u.v.m.

Selbstverständlich reinigen wir auch Ihre
Hosen, Jacken, Kleider, Röcke, Mäntel usw.



Kleiderkur Engl GmbH
Textilpflege-Center Altenwalde
Hauptstraße 22
Telefon 0 4723 / 5013



Volker Bartholomäus „Die freundliche Fahrschule“

Unterricht:
Montag: 18.30 - 20.00 Uhr
und nach Bedarf.

Anmeldung und Auskunft:
Montag ab 18.00 Uhr oder
Tel. 0 47 41 / 82 25
Fax: 0 47 41 / 60 31 18



Fabrikation von
schmiedeeisernen Türen,
Tor- und Zaunanlagen



WITT
Meisterbetrieb seit 1965

- Zäune • Geländer • Treppen
- Gittermattenzäune
- Fenstergitter
- Brennschneidarbeiten

**Individuelle Schmiedearbeiten
Metall- und Konstruktionsbau**

27637 Nordholz/Spieka · Wurster Str. 110
Tel. 0 4741 / 1646 · Fax 0 4741 / 180061

Konservatorium der Künste „Antonio Maria Valencia“ in der Stadt Cali. Es folgten 2008, 2010 und 2011 Auftritte mit der Band „Allegro Latin Projekt“ in Indien, Dubai und Afrika. In Afrika traf sie auf Marcel Gose mit dem sie heute glücklich verheiratet ist. „Jetzt habe ich 14 Jahre Berufserfahrung als Tänzerin und Sängerin“ sagt Ana Milena Pizo, die so jung wirkt, dass man die Angaben kaum glauben will. „Die „Latin- Fitness- Disziplin, auch Latin- Aerobic genannt, konzentriert sich auf die Aufrechterhaltung eines gesunden Körpers“, sagt die

Südamerikanerin in ihrem Flugblatt. „Es wird durch den Rhythmus und die Tanzschritte im ganzen Körper Stärke und Flexibilität entwickelt“, so die Vortänzerin. Machen Sie mit, fordert Ana Milena Pizo auf, sie haben nichts zu verlieren, höchstens einige Kalorien! Das Latin Aerobic Angebot bei der TSG Nordholz kann über die Telefonnummer 0162-2347049 gebucht werden. Fragen zum ungezwungenen Angebot ohne langfristige Bindung gibt es unter der Nummer auch.

(Küstenreporter Manfred Theßmann)



Das Bild zeigt einen Blick in das Kurt- Küchler- Heim beim Latin- Aerobic, rechts Ana Milena Pizo





Versicherungen · Bausparkasse
Finanzierungen · Geldanlage

Testen Sie unsere Angebote, z.B.:

Darlehen bis zu 72% der Gesamtkosten

z. Zt. noch 3,28% auf 20 J. fest

(Stand 07. 03. 2013)

Wenn auch Sie Geld sparen wollen, dann rufen Sie uns an!

**Finanzierungs- u. Versicherungsbüro Thode
Hohe Klint 8a · 27478 Cuxhaven-Oxstedt
Telefon 0 47 23 / 23 07 · Fax 0 47 23 / 24 72**



**Täglich frische Nordsee-Krabben und
maschinell entschältes Krabbenfleisch**

Unser Tipp: Besichtigen Sie unsere große Krabbenschälmaschine und genießen Sie unsere frisch gebackenen Brötchen mit Fisch und Krabben, Räucherfisch, Marinaden und Salate.

**Alwin & Siegfried Kocken
Krabbenhandels GmbH**

Zum Kutterhafen 20 • 27637 Spieka-Neufeld • Tel. 04741/2592

Öffnungszeiten

vom 15. März bis 15. November:

Mo. - Sa. 8.00 - 18.00 Uhr

Sonntag 9.00 - 18.00 Uhr

November bis März:

Mo. - Fr. 8.00 - 13.00 Uhr



ddc 0471/9812563



Nordic Walking in Nordholz

Highlight- Nordic Walking im Watt

Durch die Verbesserung der Ausdauer und dem Training von rund 90 % der gesamten Muskulatur, bei Schonung des gesamten Stützapparates, ergibt sich bei Nordic Walking ein umfassendes und schonendes Training des ganzen Körpers. Jeder kann fast überall zu jeder Jahreszeit diesen Sport ausüben. Durch den Einsatz der Stöcke gibt Nordic Walking eine zusätzliche Sicherheit. Um fast ein Drittel wird dabei

die Gewichtsbelastungen auf Hüfte, Knie und Fußgelenke reduziert und dabei der gesamte Bewegungsapparat entlastet.

Nordic Walking, ist nicht nur auf Straßen, Waldwegen etc. möglich, sondern auch im Watt und dadurch ein ganz besonderes Erlebnis. Wir laufen über das gut zu belaufende und herrlich federnde Watt vor Cappel-Neufeld.

Treffpunkt: Cappel-Neufeld, Steg Textilstrand

Termine 2013

| | | | |
|-------------------|-------------|---------------|-----------|
| Juni: | Donnerstag, | 06. Juni | 17.00 Uhr |
| | Freitag, | 21. Juni | 16.00 Uhr |
| | Montag, | 24. Juni | 18.30 Uhr |
| Juli: | Dienstag, | 09. Juli | 19.00 Uhr |
| | Dienstag, | 23. Juli | 18.30 Uhr |
| August: | Dienstag, | 06. August | 18.00 Uhr |
| | Donnerstag, | 08. August | 19.00 Uhr |
| | Dienstag, | 20. August | 17.30 Uhr |
| | Donnerstag, | 22. August | 19.00 Uhr |
| September: | Donnerstag, | 05. September | 18.00 Uhr |
| | Donnerstag, | 19. September | 18.00 Uhr |

Info und Anmeldung: Eleonore Dehne-Seer, ÜL

Tel.: 04741 - 603 00 49

E-Mail: dehne-seer@t-online.de

Schulz Garten und Landschaftsbau

Strauch- und
Baumschnitt
Gartenpflege
Winterdienst



Neugestaltung
Umgestaltung
Pflasterarbeiten
Zaunbau

Mühlenstraße 83
21637 Nordholz
0 47 41 - 76 16
Mobil H. Schulz
01 62 - 1 02 60 82
Mobil O. Schulz
01 73 - 7 14 54 67



Hotel Restaurant *Zum grünen Walde*

Jens & Lars Picker

*Genießen Sie unsere frische regionale Küche
in einer gemütlichen Atmosphäre!*

Ausgezeichnet vom Landkreis Cuxhaven

Mühlenstraße 78 · 27637 Nordholz

Tel. 0 47 41 / 10 35 - Fax 10 36

info@zum-gruenen-wal.de

www.zum-gruenen-wal.de

Familienfeiern bis 120 Personen, gemütliche Hotelzimmer, Kegelbahn

Glückwünsche

Herzliche Glückwünsche
zum Start in die Ehe und alles Gute bis zur Eisernen Hochzeit
wünschen wir von der WIR-Redaktion Euch zu allen Jubeltagen.
Die Redaktion

TSG Fans grüßen aus den USA



Hanna und Richard Kuebler

Im Januar besuchten wir Hanna und Richard Kuebler in den USA. Hanna feierte ihren runden Geburtstag im Kreise ihrer Familie und Freunden und wir durften dabei sein.

Beide wanderten im Jahre 1956 in die USA aus und leben in Wallkill, im Staate New York. Wenn Sie in Deutschland zu Besuch sind, steht auch immer ein Treffen, von Kurt

Küchler organisiert, mit früheren Freunden und Ehemaligen an.

Richard spielte bis 1956 hier in Nordholz erfolgreich Fußball. Daher ist sein Interesse für den Verein und der 1. Herren Fußballmannschaft groß! Über das Internet kann er die Spielergebnisse, auch in Übersee, verfolgen und freut sich über jeden Sieg.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit den Beiden in Nordholz.

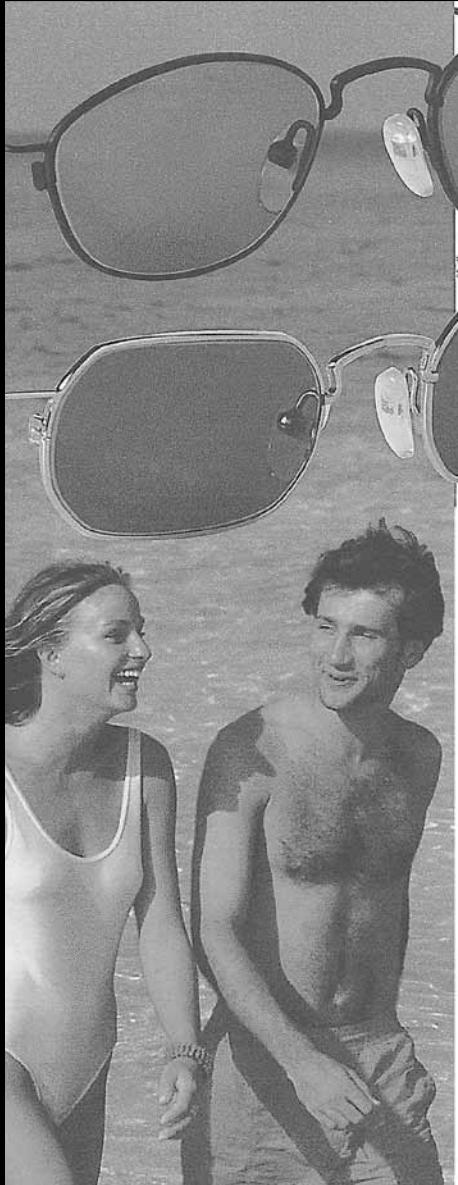
Harm und Brunhilde Spiekermann

- Drucksachen und
- Beschriftungen von



Stader Str. 53 · 21745 Hemmoor · Tel. (04771) 3616 · Fax 3617 · mail@druckpartner-hemmoor.de

individuell angefertigt, sph. bis \pm 6,0 dpt., + 2,0 dpt., Ø 70mm, UV-Schutz, Tönung 75% mit Einstärken-Kunststoffgläsern



Damen und Herren Sonnenbrillen



meister für augen & ohren
deichstr. 24 · 27472 cuxhaven
tel. 0 47 21 / 5 71 60

Mo.-Fr. 9.00 - 18.00 Uhr
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

P Parkmöglichkeit direkt vor der Tür

€ 39,- Komplettpreis

Vereinsreise der TSG Nordholz 2013

Für die Vereinsreise nach Erfurt und Weimar steht noch ein Doppelzimmer zur Verfügung. Der Reiseverlauf und der Preis steht in der letzten „WIR“.

Anmeldung ist noch bei mir möglich.

Mit sportlichen Grüßen

Silke Stein

Tel: 04741/7328 oder 015208992546

Mail: stein-nordholz@ewetel.net

Vereinsreise der TSG Nordholz 2014



Die Vereinsreise 2014 soll vom 01.05. bis zum 04.05.2014 nach Neubrandenburg gehen. Ausflüge zur Müritz und Insel Usedom sind in der Zeit geplant. Die genauen Leistungen, Ablauf und der Preis wird in der nächsten „WIR“ bekannt gegeben.

Mit sportlichen Grüßen

Silke Stein

Tel: 04741/7328

oder 015208992546

Mail: stein-nordholz@ewetel.net





Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Mitglieder-
verwaltung

Silke Bretschneider
04741/60027

Janine Wilkens

Hajo Ehlers

Holger Oberle

Junah Oberle

Samuel Oberle

Fynn Ole von Döhlen

Eva Hertler

Clara Hertler

Leonard Lindner

Lasse Brockmann

Dennis Holst

Andreas Kaufmann

Collin Czichy

Jens Karsten

Daniela Selig

Jörg Seiler

Dörte Klinker

Ewald Bebber

Elke Bebber
Thomas Nieske
Elke Nieske
Daniela Rosekeit
Holger Thies
Ilse Bitter
Bernd Kröger
Maria Flesch
Peter Busse
Anja Busse
Jörg Hoppe
Maren Hoppe
Berend Thalmann
Marion Thalmann
Sabine Mundt
Christian Schleier
Jesse Tyler Holst
Alexander Kruse
Paul Müller
Cristina Jung
Kian Jährling
Lena Sophie Behne
Lennis Marten Ketelsen
Marius Gebhardt
Michael Lemke

Tobias Poppe
Inke Schumacher
Thea Wangerin
Marijke Fritzlen
Niklas Wiese
Thorsten Müller
Sabine Müller
Dierk Wolf
Susanne Wolf
Sandra Correa
Claudia Bäcker
Gerold Bäcker
Daniel Grave
Andreas Sperling
Maike Klee
Jenna Klee
Andre' Klee
Leon Mangels
Maja Oehlers
Jeremy Otremba
Maris-Kjell Behnk
Hennes Norwin
Brüggemann

Restaurant
Korfu
Griechische Spezialitäten

Mi., Do., Fr., Sa., So.
11.30 - 14.00 Uhr
und 17.30 - 22.30 Uhr

Mo. und Di-Mittag
geschlossen

Kirchstraße 1 · 27637 Nordholz · Telefon (04741) 80 10

Wir gratulieren zum Geburtstag

Juni

01.06. Siegmund Weniger
Niklas Pohlmann
02.06. Fritz Kirchner
Reinhard Roloff
Marianne Sielken-Ratjen
03.06. Bremer Wohlers
Stefan Cordts
Christin Brenner
Jelka Lansnicker
Jan Heskamp
Nina Will
04.06. Jennifer Fuhrmann
Julia Neundorf
Lasse Brockmann
05.06. Heidi Stein
Manuela Osterndorff
Dorit Bergmann
Stephanie Genthe-Jungberg
Nico Möller
06.06. Erika Küttner
Günter Klemmer
Hella Schmidt
Annette Krogmann

06.06. Birgit Frey-Seegers
Ulrike Westphal
Kevin Dederichs
Jasmin Skowron
Luca Picker
07.06. Karin Manthey
Inge Steinmetz
Evi Cloth
Bettina Lange
Melina Mangels
Jonathan Keppeler
Mia-Sophie Borisch
08.06. Maximilian Timpe
Alexander Kruse
09.06. Detlef Siebke
Hans-Peter Schröder
Yvonne Humpert
Lea-Malin Meyer
10.06. Jasmin Paswerg
Marcel André Stentzel
Fynn Klaus
11.06. Gisela Pagel
13.06. Britt Schünemann
14.06. Sabine Hessling
Nina Kunde

Finanz-Service-Tants

GbR

Versicherungsfachmann (BWV)



Wir bieten Ihnen einen Vor-Ort-Service
mit über 200 Gesellschaften aus einer Hand.
Damit können wir eine optimale Auswahl,
auf Ihren Bedarf abgestimmt, treffen!

Nehmen Sie Kontakt
mit uns auf
und testen Sie
unseren Service!

Nelkenweg 8 · 27637 Nordholz · Tel. (0 47 41) 98 00 76 · Fax (0 47 41) 98 00 77
e-Mail: service@finanz-tants.de · www.finanz-tants.de

Versicherungen • Bausparen • Finanzierungen • Geldanlagen • Immobilien

**VERKAUF
AN JEDERMANN**

Tel.: 04721/500 880
Fax: 04721/500 881
Mobil: 0177/585 7467

Montagen

Wartungen



Harders

Sanitär & Heizungs-Fachmarkt

Inh. H.J. Harders

Altenwalder Chaussee 94-100 · 27472 Cuxhaven

**Ihr Fachhandel und Problemlöser für
alle Bau- und Renovierungsanliegen
im Sanitär-, Heizungs- und Klempnerbereich**

Textilveredelung
wie Sie es sich
wünschen



EINZIGARTIGES

*Wir machen
aus Ihrer
Textilie etwas*

Lungmus

Sport- &
Vereinsbedarf

+ Pokale + Orden + Anstecknadeln + Aufkleber + Pins +
+ Medaillen + Textilien + eigene Stickerei im Haus + und mehr ...

Leher Landstr. 50 über Karlstr.

27607 Langen

Tel.: 04743 / 2760262

www.sv-l.de

Lungmus@t-online.de

Mo.-Fr. 09.00-18.00

| | | | |
|--------|--|--------|--|
| 14.06. | Antje-Marie Kahrs Lea Quash Jeremy Otremba | 27.06. | Gerd Johanns Michael Wagner Lasse Milkert |
| 15.06. | Ernst Wohlgemuth Inge Sasse Michael Blohm Torge Kocken | 28.06. | Rikus Ben Surholt Martina Ebel |
| 16.06. | Hille Thalmann Bianca Petersen Luca Fynn Timmler Charlotte Joost | 29.06. | Marie Mindermann Nils Lange Chiara Wilhelm Jano Wiemerslage |
| 17.06. | Britta Reiche Alexandra Alka Tanja Schulz John Pihsowotzki | 30.06. | Heidi Loose Marcel Görlitz Benjamin Goos Anna Richter |
| 18.06. | Erika Höfers Brunhilde Spiekermann Ralf Thiemes Keanu Ehlers Leonard Lindner | 01.07. | Luzia Kuhl Lukas Greggersen |
| 19.06. | Dagmar Müller Sandra Schlaeger | 02.07. | Andreas Götting Julian Sievern Timo Sievern |
| 20.06. | Sabine Ulrich Maike Fegebank Marvin Carl | 03.07. | Maik Buskohl Rabea Will Phillip Eichele Erik Wienke |
| 21.06. | Jörg Mindermann Gaby Jahnke Larissa Diercks Anna Lena Schade | 04.07. | Elke Jährling Thorsten Müller Nico Kahlfeld |
| 22.06. | Bianca Heemcke Marijke Fritzlen | 05.07. | Maximillian Habrich Tessa Gramm |
| 23.06. | Andreas Bergmann Bianca Hagenah Mirco Günther | 06.07. | Nicole Reichenstein |
| 24.06. | Karin Wagner Noah Olbers Aileen Hasselbusch | 07.07. | Silke Stein Jette Ehlers |
| 25.06. | Dennis Böckmann Lena Völkert Katharina Reichenstein Leonard Stahl | 08.07. | Gisela Kessler Volkmar Ivens Pascal Runkler Liam Mehren Tjark Kocken |
| 26.06. | Janka Spiekermann Oliver Hübsch Thore Milkert | 08.07. | Fynn Ole von Döhlen |
| | | 09.07. | Manuela Katenkamp Kathrin Eymers Alina Schubert |
| | | 09.07. | Tamara Schultchen |
| | | 10.07. | Stefanie Meyer Anvil Reisige |

Juli

Tischlerei • Einbruchschutz • Notöffnungen

TISCHLEREI RICKER



INHABER TISCHLERMEISTER
RAYK BOROWSKI

Mechanische Sicherheitssysteme
für Fenster und Türen für Privat-
und Firmengebäude

*Wir sind aufgenommener Handwerksbetrieb im ak-
tuellen Errichternachweis „Mechanische Si-
curengseinrichtungen“ des Niedersächsischen Lan-
deskriminalamtes.*

Nutzen sie die Chance einer kostenlosen Beratung

**Mühlenstraße 21
27637 Nordholz
Telefon (0 47 41) 24 00**

Suchanneck GmbH

**Heizungs- und
Sanitärservice**

Dorfstraße 126
27637 Nordholz
Telefon 0 47 41 / 18 14 10
Telefax 0 47 41 / 18 14 30

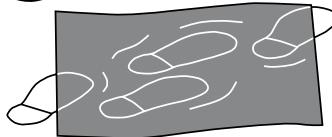


24 Stunden Notdienst

Außen-Haus-Verkauf
von Heizungs-
und Sanitärartikeln

Fachbetrieb
für Heizungs- und
Sanitärservice, Öl-,
Gas- und Brennwerttechnik,
Solaranlagen, Kaminerneuerung,
Badsanierung und Regenwassernutzung

GUSS-ASPHALT



A
H
L

**Gussasphalt im Wohnungs-, Industrie-
Straßen- und landwirtschaftlichen Bau
Abdichtung und Brückensanierung**

**Hahl GUSS-ASPHALT GmbH, Nordholzer Weg 92, 27637 Nordholz
Tel. 0 47 41 / 76 29 · Fax: 0 47 41 / 60 33 95 • Mobil 01 77 / 76 29 164**

| | | | |
|--------|---|--------|---|
| 11.07. | Inge Metzdorf Ingrid Orth Sabrina Hansemann | 21.07. | Joachim Dreher Walter Liebert Nils Kramer Jonas Bruns Noah Schreiner Kassandra Kuske |
| 12.07. | Karin Gehle Gertrud Tramsen Andrea Krüger Kilian Meyer Johanna Eymers | 22.07. | Fritz Itgen Nina Kummerow |
| 13.07. | Heike Tants David Salzwedel | 23.07. | Vera Skowranek Kira Itjen |
| 14.07. | Bärbel Jacob Wolfgang Hahl Sebastian Uecker | | Julia Keppeler Alina Hass |
| 15.07. | Manfred Umland Bernd Ische Jürgen Remmert Elke Sievern Maximilian Stahl | 24.07. | Monika Göke |
| 16.07. | Beate Siebke Jannes Logemann Lennard Reil Emily Reil Mia-Sophie Reil Lars Eits | 25.07. | Lisa Struss Inke Schumacher Dietrich Lange Benedict Helbrecht Finja Spinck Nala Hildebrand |
| 17.07. | Wilhelm Timme Sven Maiwald Kai Christian Bartholomäus Aliyah Holzapfel Marc Pascal Stentzel Nele Dzukowski | 26.07. | Wolf Rüdiger Streicher Uwe Hashagen Jana Hildebrand Neele Rohloff Tjark Oehsen von |
| 18.07. | Werner Schulz Stephan Wottrich Janina Wagner Sarah-Jaqueline Fuhrmann | 27.07. | Karl-Heinz Meyer Janika Strohsal |
| 19.07. | Inge Bauer Sigrid Kropp Jörg Schulz Kai Bunke Nadine Carl Lilli Sönnichsen | 28.07. | Gunnar Meyn Maurizio Wagner Neeske Lewin Jannis Frericks Mika Hensen |
| 20.07. | Ralf Töllner | 29.07. | Rolf Cassau Elke Kopf Elfie Seligmann-Krause Dankward Haude Jan Kuszak |
| 20.07. | Michael Stüven Nico Horst Yoshi Nesper | | Kenneth Wilkens Kai Wilstermann |
| | | 30.07. | Marcus Machnow Indra Struss Fabian Brenner |
| | | 30.07. | Niklas Stahl |
| | | 31.07. | Kerstin Kipka Nicole Böckmann |

Neubau
Nachrüstung
Wartung



Die energiesparende Kleinkläranlage
Keine Pumpen, keine Magnetventile, keine Tauchmotorbelüfter



Kleinkläranlagen-Service
Heino Matthias

Gewerbestraße 5 · 27637 Nordholz
Telefon 04741 / 602789 · Telefax 04741 / 602558 · matthias-cuxhaven@t-online.de

Ihr Teamsport- u. Vereinsausrüster

Angebote auch unter www.cux-sport.de

Pokale
Ehrenpreise
LASERGRAVUREN!

Beflockung
bei uns
im Haus!



CUX-SPORT

Poststr. 4 * 27474 Cuxhaven * Tel.: 22000



Musikschule Benger

Gitarre
Gesang
Schlagzeug
Bass

We rock!

Aktuelle Angebote findet ihr auf meiner
Internetseite. Klickt einfach mal rein!

in Nordholz & Cuxhaven!

GITARRE | BASS

GESANG

KEYBOARD

SCHLAGZEUG

**MUSIKALISCHE
FRÜHFÖRDERUNG**

gratis
Schnupper-
stunde

Tel: 0 47 41 - 90 18 29 • www.musikschule-benger.de • kontakt@musikschule-benger.de

31.07. Janice Westphal
Jenny Hustedt

August

01.08. Ingo Sievern
Willy Löcken
Nancy Bösch
Madline Apparius
02.08. Joachim Bartsch
Volkhard Jesaitis
Silke Grohm
Tim Harders
Jan-Hinrich Eymers
Pascal Hottendorf
Tom Lasse Schröder
03.08. Vera Krakau
Ingrid Plumhoff
Lars Will
Nick Haase
Darleen Gloß
04.08. Monika Fehr
Matthias Porrio
Jan-Tilmann Kossen
Marvin Bretschneider
05.08. Peter-Georg Schuhmacher
Sabine Mundt
05.08. Sabrina Löwner
Jannis Hagenah
06.08. Elfriede Bartlewski
07.08. Gerhard Spiekermann
Elke Heincke
Iris-Claudia Antholz
Inga Hensen
08.08. Uwe Schild
Astrid Will
Ina Wintjen
09.08. Annchen Struss
Karen Otremba
Hannes Emil Gloß
10.08. Karin Struß
Danaé Meyer

10.08. Wiebke Lammers
11.08. Tessi Frank
Jürgen Schade
Steffen Zeidler
12.08. Karin Döscher
Thomas Lerbs
Matthias Spinck
Sandra Wilhelm
Marlen Affeldt
Kevin Keppeler
Vincent Schulz
13.08. Angelika Färber
14.08. Enno Wrede
Heike Höner
San Diego Träger
Sophie Cibis
Leonie Cibis
15.08. Lothar Kirrkamm
Jörg-Hermann Stein
Stefan Bäcker
Sirka Logemann
Timon Siebke
16.08. Rene Schmalkuche
Dennis Kocken
Larissa-Alina Ilken
17.08. Helga Menssen
René Kummerow
Louis Timmler
Lene Abel
18.08. Margit Von Bargen
Johannes Hasselbusch
Karin Johanns
Ralf Krack
Sieghard Tuffert
Jörg Hiegert
Melanie Neugebauer
19.08. Lothar Fanslau
Vanessa Salzwedel
20.08. Thea Otten
Peter Fiske
Birte Pape
21.08. Cord Rettig

- | | | | |
|--------|---|--------|---|
| 21.08. | Mathias Henke Philipp Krüger Fabian Uhtenwoldt | 27.08. | Damien F. Freudenstein |
| 22.08. | Dörte Klinker Imke Siats Boi Lasse Blendermann Niklas Wiese Kenneth Neumann Niklas Nowodworski | 28.08. | Franz Skowranek Karsten-Hinrich Ney |
| 23.08. | Jürgen Drescher Mirco Ahlf Marcus Benkhoff Jendrik Mehren Felix Linke | 29.08. | Helmut Wahlers Holger Westphal Dan-Marian Schade Arne Valentin |
| 24.08. | Ninia Siebke Ingela Schade Leon Leppien Julian Cordts Patrizia Cordts | 30.08. | Jobst-Michael Helmes Gisela Habekost Bianca Obry Sophia Bonde |
| 25.08. | Jan Ggregersen Kai Cibis | 31.08. | Hans-Otto Witt Elfriede Meyer Rosi Mariathasan Jan-Cristoph Hildebrand Nora Kahlfeld Tom Erik Neugebauer |
| 26.08. | Bianca Scholz Janine Grossmann Jenna Klee | | |
| 27.08. | Nawadee Helmes André Bunke Rieke Oehsen von Mika Rumohr | | |



Rottland 14, 27637 Nordholz

Telefon 04741 - 914007

Mobil 0170-8191400

Telefax 04741 - 1810109

E-Mail: info@berndarnold.net

<http://www.berndarnold.net>

Ihr PC „spinnt“?

- Lösung von Computerproblemen
- Interneteinrichtung
- Hard- und Software
- Firmenbetreuung

**Seit über
75 Jahren Ihr
kompetenter
Ansprechpartner
für:**

- Holzrahmenbau
- Treppenbau
- Innenausbau
- Glaserarbeiten
- Fenster und Türen in Holz und Kunststoff
- Holzzäune
- Carports
- Garagen
- Parkettböden
- Modernisierung
- Küchen
- Glastüren
- Wintergärten
- Dachdeckerarbeiten



**Ronald Wilksen
Zimmermeister**



**Ronald Wilksen
Zimmermeister**
Bundesstr. 7 / Peilstelle 2-4
27637 Nordholz
Telefon 0 47 41 / 71 02
Telefax 0 47 41 / 71 94



GENIESSEN SIE MIT KONTAKTLINSEN MEHR FREIHEIT

JETZT TESTEN!

Kontaktlinsen kann jeder tragen! Egal ob kurz- oder weitsichtig, mit oder ohne Hornhautverkrümmung: Mit Kontaktlinsen genießen Sie natürlicheres Sehen, mehr Bewegungsfreiheit & Sehkomfort. **Am besten Sie erleben dieses Sehgefühl jetzt selbst!**

 **optik eggers**
sehen sie selbst!

CUXHAVEN · Schillerstraße 11 · Telefon: 04721.37821
NORDHOLZ · Scharnstedter Weg 2 · Telefon: 04741.602 602
www.optik-eggers.de · E-Mail: optikeggers@web.de