



Wetterfest in die kommende Saison



MEDIZINPRODUKTE DESINFEKTIONS- UND HYGIENEPRÄPARATE

%,04741 18 19 83 0



SPONSOR

1. Herren Fußball

EN ISO 13485 + RL 93/42 EEC + RL (EU) 2017/745 (MDR)

Zertifizierungen | Regulierungen

FORSCHUNG ENTWICKLUNG PRODUKTION VERTRIEB

BEVISTON GmbH Scharnstedter Weg 34 -36 | Nordholz 27639 Wurster Nordseeküste www.beviston.com | info@beviston.com

Anzeigenverzeichnis

Alizeigenverzeichnis
Anziehbar
Autocrew Kuske 6
Baugeschäft Rieper 64
Beviston GmbH2
Borowski Interior 40
Celi Artstudio Fotografie
City Sport
Classic Tankstelle Droege-Achilles 52
Cux-Sport
Drebelow & Jahn
Elektro Davin
Ergotherapie Kaltegärtner
ETL Hanse Treuhand Steuerberatung 35
Georg von Lehe Bestattungen
GP Getränkepartner Sesterhenn
Hamman's Haus und Gartenservice 6
Holz Michel Prüß44
Kleiderkur Engl 44
Kocken Krabbenhandel 30
Korfu Griechisches Restaurant14
Krankengymnastik Mundt-Prien
Kraßmann Backstube27
Lindenhof Blumen Brüns 44
Logopädie Halm 65
Mabau
mediamor 4
Optik Eggers
Optik Rawert
Oxstedter Hof
Pflegedienst Quell 54
Physiotherapie 53° Nord Tuffert 8
Rechtsanwalt Allers 50
Ronald Wilksen GmbH 62
Roux IT
Shell Station Cahsau
Suchanneck Heizung & Sanitär 58
Taxi Töllner
Tierarztpraxis Nordholz
VGH Versicherung Hildebrand 30
WNK Immobilien Glass
Zeppelin Apotheke
Zum Grünen Walde Landgasthof37

Inhaltsverzeichnis

Neues aus dem Vorstand	
Rätsel	
Einladung zur JHV	
Aktuelles	
Jürgen Wohlers wird überrascht	. 10
Ehrentag 2023	
Open Air Flohmarkt	. 15
Umrüstung: LED-Flutlichtanlage in Betrieb genommen	. 16
Fanreise	
Auf zur Fanreise fertig los	. 19
Jugendfreizeitcamp	
TSG Jugendfreizeit "Heinocamp" 2023	.23
Fußball	
3. Ferienfußballcamp der JSG WNK	.28
1. Fördertraining des Jahrgangs 2014	.29
Rückblick Saison der WNK U11/1	.32
Neue Trikots für die U11/1 der JSG WNK	
Saisonbericht der U11/2 Ein Beitrag zur "neuen" U15	
	.30
JuJutsu Neues aus der JuJutsu Abteilung	20
	.38
Leichtathletik	
6 Stundenlauf am 22. April 2023.	
Kreismeisterschaften 2023	
Neue Regenjacken für die Sportabzeichen-Prüfer	
Bezirksmeisterschaften: Hennes Brüggemann triumphiert	
Windmühlenlauf	.48
Nordic Walking	
Nordic Walking Kurs im Rahmen des Gesundheitssports	
"Abschied vom Watt"	. 51
Präventionssport	
Wassergymnastik	.53
Turnen	
Fit um 50 – ER und SIE	.55
Fahrradtour der "Müller Girls" / Fit Gym Gruppe	
"Müller Girls" / Fit Gym Girls auf Neuwerk	
Unsere Muttertagstour	
	.04
Line Dance	0.0
Line Dance draußen?!	.66

Impressum

Herausgeber:

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

Geschäftsstelle:

Mühlenstraße 48, 27639 Wurster Nordseeküste

(04741) 2978 (04741) 18 05 86 Fax: Mobil: (0152) 33558827

kontakt@tsgnordholz.de | www.tsgnordholz.de

Silke Stein

Geschäftszeiten: Mi. 15.00-18.00 Uhr Geschäftsführer: Frank Bretschneider 1. Vorsitzender: Frank Bretschneider 1. stelly. Vorsitzender: Cord Rettia

2. stelly. Vorsitzende: **Buchhaltung und**

Mitgliederverwaltung: Silke Bretschneider Kassenwart: Jürgen Wohlers

Druck & Satz: mediamor Cuxhaven - mediamor.de Auflage: Nr. 149/2-2023 - 800 Stk.

Dieses Heft wird umweltfreundlichen Offsetdruck hergestellt und auf glänzend gestrichenem 170g/m2 (Umschlag) & 130g/m2 (Innen) Bilderdruck FSC-Mix Papier aus ökologischer und nachhaltiger Waldwirtschaft gedruckt.

Text- &

Anzeigenredaktion: Amelie Rettig

Bankverbindung: Weser-Elbe Sparkasse

IBAN: DE70 2925 0000 0121 0003 70

Sportarten:

Fußball, JuJutsu, Leichtathletik, Präventionssport, Agua Gymnastik, Jumping Fitness, Nordic Walking / Nordic Walking im Watt, Line Dance, RückenFit, Pilates, LaufMamaLauf, Sportabzeichen, Tanzen, Tischtennis und Turnen

Mitglied im DTB Kinderturn Club

Der Bezugspreis für die WIR ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Die Redaktion ist nicht verantwortlich für den Inhalt und die Richtigkeit der einzelnen Beiträge. Wir weisen darauf hin, dass Anzeigen nur mit Genehmigung der TSG Nordholz e. V. weiterverwendet werden dürfen.

Außerdem kompensieren wir das bei der Herstellung anfallende CO₂ durch einen Klimaausgleich. Scannen Sie den QR-Code, um mehr zu erfahren:





Grafik- & Webdesign

Flyer/Folder

Broschüren

hochwertiger Digitaldruck

Banner & Rollups

Firmendrucksachen

Fahrzeugbeschriftung

Ihr Partner für's Herzensprojekt.



im Bürgerbahnhof Cuxhaven

(04721) 6643-0 • info@mediamor.de • mediamor.de

Neues aus dem Vorstand

Liebe Leser:innen.

mit dieser Ausgabe halten(t) Sie/ihr die zweite und letzte Ausgabe für das Jahr 2023 in der Hand.

Das Sportjahr 2023 ist als ein weiteres erfolgreiches Jahr für die TSG Nordholz zu verzeichnen.

Gleich zu Beginn des Jahres hat uns die Gemeinde Wurster Nordseeküste zugesichert, dass die Tartanbahn eine Drainage und voraussichtlich im kommenden Jahr ein Re-Topping erhält. Das Re-Topping Verfahren enthält eine Tiefenreinigung sowie Ausbesserungen schadhafter Stellen im Belag. Im Anschluss erhält die Bahn eine neue Oberflächenversiegelung mit neuen Markierungen. Somit wird die Tartanbahn das Erscheinungsbild einer nahezu neuen Bahn erhalten.

Im April konnte die umgerüstete Flutlichtanlage auf LED-Leuchtkörper auf dem Heidedeich in Betrieb genommen werden. Die Lichtausbeute auf dem Hauptplatz und dem Trainingsplatz übertrifft bei Weitem alle vorherige Lichtverhältnisse bei einer deutlichen Energieeinsparung. Mittlerweile sind auch alle Fördergelder eingegangen.

Erstmalig wurde der Ehrentag für sportliche, ehrenamtliche Leistungen und langjährige Mitgliedschaften zusammengelegt. Alle geladenen Personen waren von der Veranstaltung im familiären Rahmen begeistert und empfinden es als eine besondere Wertschätzung, dass man ihnen einen eigenen Tag hierfür eingerichtet hat. WIR werden die-

se Veranstaltung auch in den kommenden Jahren vorsetzen

Als Abschluss wird in diesem Jahr erstmalig ein Laternelauf und Weihnachtsmarkt für unsere kleinsten Sportler stattfinden.





Frank Bretschneider

ten erhalten(t) Sie/ihr nur einen kleinen Einblick in die Aktivitäten der TSG Nordholz. WIR sind stolz auf unsere Übungsleiter:innen, Trainer:innen und Betreuer:innen, die es mit hohem Einsatz ermöglichen, dass wir ein so vielfältiges Angebot anbieten können. Der gesamte Vorstand möchte sich auch in diesem Jahr wieder bei den Sponsoren, Spendern, Förderkreis und allen Helfern bedanken. Ohne Euch wäre der Sport in der TSG Nordholz so nicht möglich.

Zum Abschluss möchte ich noch einmal an daran erinnern, dass diese Vereinszeitschrift sich aus den Inserenten finanziert. Leider sind auch die Herstellungskosten für die Vereinszeitschrift deutlich gestiegen. Zurzeit haben wir leider einige Inserenten verloren, daher würden WIR uns freuen, wenn Sie/ihr uns dabei helfen würdet, weitere Inserenten zu akquirieren.

Der Vorstand wünscht eine ruhige Adventszeit sowie eine besinnliche Weihnachtzeit. Allen einen gesunden Start in das Jahr 2024.

> Für den Vorstand Frank Bretschneider, Vorsitzender



Aus der Region Wurster Nordseeküste

Tel.: 0177 - 79 48 161

www.hammanns-hausundgartenservice.de

Gartenpflege und Zaunbau Hausmeistertätigkeiten Pflasterarbeiten





WIR Redaktion

Moin,

so schnell vergeht ein halbes Jahr und die WIR steht wie Weihnachten vor der Tür. Dies nehme ich zum Anlass und gratuliere auch auf diesem Wege erneut Dominik Saathoff, welcher beim Gewinnspiel der letzten Ausgabe der WIR gewonnen hat. Mit 19 richtig gezählten Buddys und dem Los-Glück konnte Dominik sich den 30.00 € Gutschein



in unserem Vereinslokal sichern. Bei bestem Wetter auf dem Sportplatz überraschte ich ihn mit seinem Glück und überreichte ihm, im Beisein der Sportabzeichen- und Leichtathletikgruppe, gemeinsam mit dem 1. stellvertretenden Vorsitzenden unseres Vereines seinen Gewinn.



Im letzten Sportjahr 2023 ist eine Menge geschehen, wir konnten viele sportliche Erfolge feiern, uns weiterbilden, gemeinsamen Spaß haben und trainieren. Und so hoffe ich, dass WIR auch im nächsten Jahr mit vollem Tatendrang, sportlichem Ehrgeiz und jeder Menge Spaß einiges in unserem Verein durchführen können.

Bis dahin wünsche Ich Ihnen und euch eine besinnliche Adventszeit und einen guten und gesunden Rutsch ins neue Jahr 2024!

Text und Bild: Amelie Rettig



17. März 2024

Rätsel

Auch in dieser Ausgabe der WIR kann gerätselt werden. Unter allen Teilnehmenden, die die richtige Anzahl eingereicht haben, wird ein 30,00€ Gutschein in unserem Vereinslokal "Zum Grünen Walde" in Nordholz verlost.

Die Rätselfrage in dieser Ausgabe bezieht sich auf das lange Vorhandensein unserer Vereinszeitschrift WIR. Schon seit vielen Jahren werden durch die WIR regelmäßige Einblicke in die verschiedenen Sportangebote unseres Vereins gegeben.

Doch zum wievielten Mal erscheint diese aktuelle WIR?

Teilnahmebedingungen:

- teilnehmen darf jedes TSG-Nordholz-Vereinsmitglied, außer der Vorstand und die Redaktion
- jedes Mitglied darf einmalig teilnehmen
- die richtige Anzahl der WIR-Ausgabe muss per E-Mail inklusive Angabe von Namen und vollständiger Adresse an wir@tsgnordholz.de gesendet werden
- eine Barauszahlung des Preises und der Rechtsweg sind ausgeschlossen
- mit dem Einsenden der Anzahl stimmt der Teilnehmende der Veröffentlichung des Namens und einem Gewinnerfoto in der kommenden Ausgabe zu
- Einsendeschluss ist der 31.01.2024
- der/die Gewinner/in wird schnellstmöglich per E-Mail benachrichtigt



Einladung zur Jahreshauptversammlung 2024 Freitag, 23. Februar 2024 um 20:00 Uhr

Vereinslokal - Zum grünen Walde - Mühlenstr. 78 27639 Wurster Nordseeküste



Tagesordnung

TOP 01-	Begrüßung, Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung,
	Beschlussfähigkeit, Genehmigung der Tagesordnung, Ehrung
	der Verstorbenen
TOP 02-	Genehmigung des Protokolls der JHV 2023 vom 03.03.2023
TOP 03-	Grußworte der Gäste
TOP 04-	Jahresberichte des Vorstandes, der Abteilungen und des
	Kassenwartes mit Aussprache
TOP 05-	Bericht der Kassenprüfer
TOP 06-	Entlastung des Vorstandes
TOP 07-	Haushaltsplan 2024
TOP 08-	Wahlen:
	 Wahl der/des 1.stellv. Vorsitzenden
	Wahl der/des 2.stellv. Vorsitzenden
	Wahl des/der Kassenwart/in
	Wahl der Kassenprüfer
TOP 09-	Bestätigung der Abteilungs-, Sparten- und Übungsleiter/innen (Die Mitarbeiterliste liegt in der Geschäftsstelle aus)
TOP 10-	Verschiedenes u.a. Termine und Anträge

Anträge können schriftlich bis zum 02.02.2024 an den Vorstand gestellt werden.

Für den Vorstand - Frank Bretschneider, 1. Vorsitzender

Aktuelles

Jürgen Wohlers wird von Vereinsmitgliedern überrascht

Langjähriger Kassenwart als Vereinsheld ausgezeichnet

Auf 39 Jahre ehrenamtliche Dienstzeit kann Jürgen in seiner Funktion als Kassenwart zurückschauen und ist somit das Dienstälteste Vorstandsmitglied der TSG Nordholz.

MCHUHUZ CONTROLLAR CON

Überraschung geglückt – Kassenwart Jürgen Wohlers wird im Rahmen der Aktion "Ehrenamt überrascht" vom KSB Cuxhaven geehrt.

Mit Jürgen hat die TSG Nordholz einen verlässlichen und sehr erfahrenen Kassenwart. Unzählige Veränderungen in der Finanzwelt für Vereine hat er durchlebt und den Verein stets da-

rauf angepasst. Zunächst wurde viele Jahre lang das Journal handschriftlich geführt, ehe der Kassenwart in Zusammenarbeit mit seiner Buchhalterin in die digitale Welt einstieg. Heute werden die Finanzen des Vereins ausschließlich digital geführt, was auch ein mobiles Arbeiten ermöglicht.

Mitte Juni ist Jürgen im Rahmen seiner wöchentlichen Tätigkeiten in der Geschäftsstelle überrascht worden. Während seiner Ehrung waren Vertreter/innen des Vorstands,

aus den Abteilungsleitungen sowie die Mitarbeiterin des Büromanagements anwesend. Die Ehrung wurde von Anne Schulze vom Kreissportbund (KSB) Cuxhaven e.V. vorgenommen. Die Mitarbeiterin des KSB Cuxhaven bedankte sich im Namen des Landessportbundes Niedersachsen sowie das KSB Cuxhaven für die vielen Jahre des ehrenamtlichen Engagements bei Jürgen Wohlers und nahm ihn in die -Hall of Fame- der Ehrenamtler auf.



Jürgen (Mitte mit Urkunde in der Hand) eingerahmt von Vorstandskolleg/innen sowie Vereinsmitgliedern.

Die Anwesenden hüllten Jürgen im Anschluss in einen Regen aus selbsthergestellten 100 Euro Scheinen, auf denen sein Portraitfoto und das Vereinswappen aufgedruckt waren. Jürgen bedankte sich für die Überraschung und fühlte sich merklich geehrt.

Text: Anna Schwarz Bilder: Frank Bretschneider

Ehrentag 2023

Die TSG Nordholz ehrte langjährige Mitglieder, sportliche Leistungen und ehrenamtliche Personen

Anfang Mai hatte der Vorstand der TSG Nordholz 52 Mitglieder zu einer Ehrungsfeier ins Kurt-Küchler-Heim eingeladen. 28 Personen sagten ihre Teilnahme zu. Neben den Ehrungen wurden Neuigkeiten aus dem Vereinsleben präsentiert. Die exklusive Veranstaltung in familiärer Atmosphäre wurde von den Anwesenden als sehr wertschätzende Zusammenkunft wahrgenommen. Erstmalig wurden die Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft (16 Pers.), die für sportliche Leistungen (1 Person) sowie für besonderes Engagement (11 Pers.) gemeinsam durchgeführt. Bereits 2022 wurden in diesem kleinen und exklusiven Kreis die langjährigen Mitglieder geehrt. Da diese Veranstaltung so positiv bewertet wurde, wird bereits im zweiten Jahr nacheinander davon Abstand genommen die Ehrung auf der Jahreshauptversammlung durchzuführen.

Das Organisationsteam um Anna Schwarz und Frank Bretschneider hatte Kaffee und Kuchen vorbereitet, der ebenfalls von TSG-Mitgliedern gebacken wurden. Nach einer kurzen Begrüßung durch Frank als 1. Vorsitzenden des Vereins erfolgte die Ehrung für die langjährigen Mitglieder. Dies waren:

Für 25 Jahre:

Gisela Köhler | Britta Schlütter Klaus-Dieter Kahlfeld

Für 40 Jahre:

Annemarie Enke | Anke Wohlers Jürgen Wohlers

Für 50 Jahre:

Erika Holländer | Wilfried Behrens Helge Rothenberg | Georg Stein

Für 55 Jahre:

Wübbo Zierow

Für 60 Jahre:

Uwe Sievern

Für 65 Jahre: Heinz-Dieter Kuhl



Heinz-Dieter Kuhl wurde für 65 Jahre Vereinszugehörigkeit geehrt.

Anschließend stärkten sich die Anwesenden an den leckeren Süßspeisen, ehe die nächsten Ehrungen folgten. Für besonderes Engagement wurden geehrt:

Ehrennadel in Bronze:

Annegret Brandes | Thore Böttger

Ehrennadel in Silber:

Nicola Rettig | Rolf Görlitz Jonas Heincke | Kenneth Neumann Dominik Saathoff

Danach folgten Danksagungen für: Marion Ahlf | Ellen Brüggebors Sabine Kirchner | Thorsten Wähling

Alle diese Personen sind schon so lange ehrenamtlich im Verein aktiv, dass sie alle Ehrennadeln bereits erhalten haben – somit in der Vereinssprache "ausgeehrt" sind. Vom Vorstand erhielte sie dennoch eine Danksagung.

Ein emotionaler Höhepunkt der Veranstaltung war die Ehrung für Manfred "Manni" Scope, der vom Deutschen Olympischen Sportbund für 25 Jahre als Sportabzeichenprüfer geehrt wurde.

Zum Abschluss wurde noch Karin Behrendt für ihre besondere sportliche Leistung geehrt, und zwar für die Erfüllung des 45. Deutschen Sportabzeichens.



Alle geehrten Mitglieder erhielten aus den Händen von Frank eine Urkunde – ggf. auch mit Anstecknadel – sowie ein kleines Präsent (Blumen für die Damen und Wein- bzw. Sektflaschen für die Herren).

Die Gäste und die Vorstandsvertreter der TSG Nordholz waren sich erneut einig, dass man den richtigen Rahmen für die Ehrungen gefunden hat. Der Nachmittag endete in entspannter Atmosphäre und bei netten Gesprächen.

Text und Bilder: Anna Schwarz



Karin Behrendt erhielt eine Auszeichnung für die Erfüllung des 45. Deutschen Sportabzeichens.



Eine Danksagung für ihr ehrenamtliches Engagement erhielten von links nach rechts: Ellen Brüggebors, Thorsten Wähling und Sabine Kirchner.



Hier lacht der Durst! GetränkeMarkt

www.getraenke-sesterhenn.de

GP Sesterhenn: Fon (0 47 41) 73 12 Bundesstraße 25 · 27639 Wurster Nordseeküste



georg von lehe gmbh



spieka

BESTATTUNGSINSTITUT TAG UND NACHT FÜR SIE ERREICHBAR.

Sabrina und Holger von Glahn Elsa von Lehe

Spieka · Dorfstraße 124 · 27639 Wurster Nordseeküste Telefon (04741) 1099 · Telefax (04741) 1091



Open Air Flohmarkt

Im letzten Jahr veranstaltete die TSG Nordholz einen Flohmarkt auf dem ausschließlich Dinge für Kinder angeboten wurde. Da dieser Flohmarkt eine große Resonanz hatte, entschloss sich der Vorstand zusammen mit Silke Bretschneider in diesem Jahr einen offenen Flohmarkt auszurichten. Als Standgebühr war lediglich eine Kuchen- oder Getränkespende erforderlich. Nachdem das Orga-Team die Ausschreibung über Aushang, Facebook, Instagram und Zeitungen veröffentlicht hatte, dauert es nicht lange und es hatten sich 30 Teilnehmer angemel-

det. Ein Aussteller bot, statt Kuchen oder Getränke an eine Hüpfburg aufzustellen, was wir dankend annahmen.

Bei sommerlichem Wetter wurde gehandelt und verkauft. Der Verkauf der Kuchen- und Getränkespenden fließt in die Anschaffung einer neuen Sandkiste auf dem Willi Wicke ein. Wer den Willi Wicke Platz kennt weiß, dass dort eine kleine Spielecke existiert, wo sich die Kinder unserer Sportler während einer Veranstaltung beschäftigen können.

Text und Bilder: Frank Bretschneider



TSG Nordholz nimmt nach Umrüstung LED-Flutlichtanlage in Betrieb

Nachhaltigkeit ist ein Thema, was nicht nur Unternehmen und private Haushalte betrifft, sondern auch Sportvereine wie beispielsweise die TSG Nordholz. Vorstände und Geschäftsführung stellen sich grundsätzlich die Frage, wie sich ein Verein für die Zukunft aufstellt. Im Falle der TSG Nordholz hat der Vorstand vor rund zwei Jahren eine weitreichende Entscheidung getroffen und den Entschluss gefasst, die Flutlichtanlage auf dem Sportplatz "Hinter dem Heidedeich" auf LED-Technik umzurüsten.

Jetzt wurde die 42.000 Euro teure Baumaßnahme offiziell eingeweiht.

Bei der Entscheidung, die Beleuchtung auf dem Sportplatz zu ändern, gab es keine andere Option als LED-Leuchten. Die Vorteile liegen auf der Hand: Durch die moderne Ausstattung können zukünftig bis zu 40% Energie eingespart werden und das bei einer höheren Lichtausbeute. Bei den Energiekosten bietet diese Maßnahme richtig Einsparungspotenzial. Zudem erzeugen die Scheinwerfer keine Hitze, daher ist das Licht für Insekten ungefährlich.

Finanzierung durch Eigenmittel und Fördergelder

Jede Baumaßnahme ist selbstverständlich mit Anschaffungskosten verbunden. Die Umrüstung der Fluchtlichtanlage kostete rund 42.000 Euro. Die TSG Nordholz musste 10% dieser Kosten aus eigenen Mitteln finanzieren. Die verbliebenen 90% des Betrags stammten aus staatlichen Fördermitteln sowie Fördergeldern vom Landessportbund Niedersachsen, der Stadt Cuxhaven und der Gemeinde Wurster Nordseeküste.

Die Umrüstung der Anlage erfolgte Mitte April durch die Firma Lumosa. Im Rahmen eines Punktspiels der 1. Herren Fußballmannschaft wurde daher kürzlich (Anm.: genauer am Samstag, den 29.04.2023) die neue LED-Flutlichtanlage offiziell eingeweiht. Jonas Heinke nahm hierbei eine besondere Rolle ein. Der ehemalige Fußballjugendwart Heinke erhielt 2006 die Ehre die Flutlichtanlage nach dem Bau in Betrieb zu nehmen und abermals war er es, der durch einen Tipp in der App zur Steuerung der Anlage das Flutlicht einschaltete. Mit Einlaufkindern und einem gut organisierten Catering wurde aus dem Spiel ein gelungenes Event.

Der Vorstand der TSG Nordholz freut sich, dass er seinen Sportlerinnen und Sportlern auf dem Sportplatz "Hinter dem Heidedeich" mit der Fertigstellung des Projektes nun perfekten Lichtverhältnissen zur Ausübung ihres Sports ermöglicht hat. Die TSG Nordholz ist stolz darauf, einen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt zu leisten.

Text: Anna Schwarz Bilder: TSG Nordholz



Flutlichtanlage
auf LED-Beleuchtung
spart die TSG Nordholz
bis zu 60 %
ihres bisherigen
Strombedarfs und
leistet so einen Beitrag
zum Klimaschutz.





www.klimaschutz.de

Gefördert durch:





aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

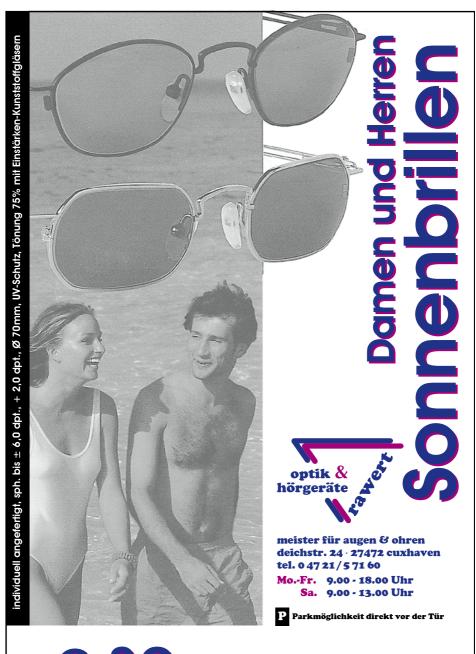
Fanreise

Auf zur Fanreise fertig.... los...



Im Frühtau, wie bei allen Reisen, fuhr Karsten mit seinem Bus von Nordholz los. In der ersten Pause gab es Frühstück. Vom lecker belegten Brötchen, reichlich Obst und Gemüse, Kaffee, Tee und Snacks war alles dabei. Weiter auf die A1 und später A3. Es gab auf der gegenüberliegenden Straßenseite einige Staus, doch wir hatten Glück. Um die Mittagszeit noch die traditionelle Würstchenpause. Überpünktlich erreichten wir Koblenz. 2 Damen standen bereit, um uns in 2 Gruppen die Highlights der Stadt zu zeigen. So gegen 17:40 Uhr stand der Bus vor dem Hotel Wyndham Garden in Lahnstein. Nun alle schnell in die Zimmer, denn es war schon Zeit zum Abendessen. Dafür mussten wir einen kleinen Fußmarsch zurücklegen, aber ein sich lohnender Weg. Das Restaurant Troja hatte für uns die kleine Akropolis an der Terrasse vorbereitet. Bei kühlen Getränken, leckerem Essen und der untergehenden Sonne ließen wir den Tag ausklingen.

Tag 2 wurde von Karsten organisiert. Er hat uns zum Schiffsanleger nach Kamp-Bornhofen gebracht. Bei strahlendem Sonnenschein saßen wir an Deck der Liebenstein und schipperten auf dem Rhein bis zum Loreley Ort St. Goarshausen. Den Bus hatten wir längst im Auge, denn nun stand Rüdesheim mit der berühmten Drosselgasse auf dem Programm. Ich selbst bin mit der Seilbahn auf den Rüdesheimer Berg zum Niederwalddenkmal, Die Aussicht von dort auf das Mittelrheintal war traumhaft schön. Andere schlenderten durch den Ort oder ließen sich bei einem Rüdesheimer Kaffee oder Federweißer nieder. Um 14:00 Uhr ging es weiter, wir waren zur Weinprobe in Bop-



€ 39,- Komplettpreis

pard angemeldet. Dort gab es Kostproben vom guten Rheinwein. Dazu viele Fachinformationen zum Trinken und Genießen. Natürlich konnte man den Wein kaufen, was auch genutzt wurde. Zum Abendessen gab es für Alle im Restaurant Brauwiesen Lahnstein Gulasch mit Spätzle. Ein zünftiges Bier dazu durfte nicht fehlen. Nach dem Essen musste die Gruppe ca. 300 m zum Bus laufen. Leider gerade, als es heftig geregnet hatte. Doch die Zeit war nun knapp, denn es gab noch ein Abendprogramm. Im Hotel wurden unsere Lachmuskeln von Elfriede Bohnsack trainiert. Eine Reise um die Welt. die es in sich hatte. Viel zu schnell war die Travestie-Show vorbei und es wurde nach Zugabe gerufen. Na, gut, noch einen Song. Dann tschüss Elfriede...



Tag 3 – Heute bekam Karsten mit Herrmann (einem Reiseleiter) noch Verstärkung. Auf dem Weg nach Cochem horchten wir aufmerksam den Informationen über die vielen Burgen, Kirchen oder den Orten selbst. In Cochem angekommen, sind wir mit Herrmann noch durch die Stadt gezogen. Einige historische Bauwerke hat er uns gezeigt. Anschließend hatten wir Freizeit. Ein großer Teil unserer Gruppe ist zum Bundesbankbunker Cochem mit dem BunkerShuttle gefahren. Fahren war bei dem steilen Weg die bessere Alternative. Der Bunker galt zur

Aufbewahrung einer Notstandswährung von 1964 bis 1988. In der streng geheimen Anlage, die getarnt mitten in einem Wohngebiet liegt, wurden bis zu 15 Milliarden Mark gelagert, die 1988 restlos vernichtet wurden. Das Geld sollte vor einer Hyperinflation, verursacht durch den kalten Krieg vor einer Wirtschaftskrise, bewahren. Seit 2016 dürfen Einzelpersonen diese Dokumentationsstätte besichtigen. Bald sind wir wieder zum Bus, der schon im Zentrum von Cochem bereit stand. Viele freuten sich auf die 2. Weinprobe, dieses Mal in einem Grotten ähnlichen Weinkeller in Alken, Der Moselwein war insgesamt die bessere Wahl, Hier gab es nicht nur Fachwissen, sondern auch nette Geschichten zum Thema Weinlese, Gebräuche usw.... Auch hier haben wir Wein mitgenommen, denn den Moselwein gibt es nicht so in unseren Geschäften zu kaufen. Am Bus angekommen, ließen wir Silke noch mal hochleben, es gab ein Geburtstagsständchen und Sekt wurde ausgeschenkt.

Fröhlich eingestimmt fuhren wir zum China Garten nach Lahnstein. Das chinesische Büffet lockte alle zum Schlemmen. Später ließen wir den letzten Abend am Rhein in der Bar vom Hotel ausklingen. Immerhin gab es viel zu Erzählen.

Tag 4 – Pünktlich um 8:00 Uhr standen alle Koffer am Bus. Mit System wurde alles in den Gepäckraum geladen. Dadurch, dass Einige noch etwas müde waren, verließen wir Lahnstein ganz ruhig bis zur ersten Pause an der Raststätte Ohlinger Heide. Kurze Zeit später nahmen wir Kurs auf Oberhausen. Der Gasometer ist ein Industriedenkmal und ist die höchste Ausstellungs- und Veranstaltungshalle Europas. Baubeginn war 1927 mit einer Höhe von 118 m, der Durchmesser beträgt 67 m. Die Ausstellung "Das zerbrechli-

che Paradies" ist echt interessant und noch bis zum 26.11.2023 geöffnet. Im Gasometer schwebt eine Weltkugel mit einem Durchmesser von 20 m. Auf großflächigen wunderschönen Fotos kann man die Schönheit unseres Planeten sehen, aber auch die Folgen des Klimawandels und Konsequenzen des menschlichen Handelns. Als die Gruppe nach knapp 2 Stunden die Ausstellung verließ, waren sie echt beeindruckt. Keiner hatte bisher davon gehört. Eine richtig gute Pause während der langen Busfahrt.

Doch nun ging es schon wieder auf die Mittagszeit zu. In der Gaststätte Vieth in Dülmen hatte Helmut Terlau eine leckere Suppe für uns gekocht, Eine kleine, etwas in die Jahre gekommene Gaststätte, die uns an Hannemann erinnert hat. Auch die Suppe schmeckte genau so lecker. Zum Versüßen reichte der Gastwirt noch eine Herrencreme, die mit einem Schuss Rum verfeinert war. Diese Creme schmeckte aber auch uns Damen. Nach der Stärkung wurden die Mitreisenden geehrt, die von der 1. bis zur 10. Fanreise durchgehend teilgenommen haben. Danach habe ich auch ein Geschenk von der Gruppe bekommen. Darüber freue ich mich sehr. Socken und einen Gutschein zum Essen bei Picker "Zum Grünen Walde". Da wird sich mein Wolfgang auch freuen. Auf zum Endspurt, zunächst

bis zum Rastplatz Huntetal. In der Nasch-Box waren noch Leckerlies, die wir verteilt haben. Nach der WC-Pause ging es dann wieder an die Wurster Nordseeküste. Karsten hat beim Fahren wieder alles gegeben und einzelne Tage super organisiert, dafür nochmals herzlichen Dank. Wir sind schon ein gutes "Gespann"...



Die nächste Fanreise geht vom 29.08. bis zum 01.09.2024 nach Leer ins Hotel Frisia. Anfang 2024 wird das Programm in der Hompage der TSG veröffentlicht. Ab dem Zeitpunkt ist auch erst eine Anmeldung möglich.

Ich wünsch eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins Neue Jahr

Text: Silke Stein und Annegret Hachmann Bilder: Silke Stein



Praxis für Ergotherapie Kaltegärtner

Scharnstedter Weg 4 27639 Wurster Nordseeküste Tel: 04741/60 31 55

dorothea.kaltegaertner@t-online.de

Jugendfreizeitcamp

TSG Jugendfreizeit "Heinocamp" 2023

Vom 07.07.2023 bis 12.07.2023 hieß es für 53 Kinder und 7 Teamer wieder einmal "fünf Tage viel Spiel und Spaß, Abenteuer und Party"!!

Wie jedes Jahr ging die Reise ins Nachbarland Holland zum "Camp Heino". Täglich wurden die Erlebnisse von den Kindern in kleinen Berichten auf unserer Homepage "Jugendfreizeit-tsg-nordholz.jimdofree.com" veröffentlicht, so konnten die Eltern, Geschwister und Großeltern von zu Hause alles live verfolgen.

Johanna S. (9 Jahre) und Lara P. (8 Jahre) machten den Anfang, ihr erster Tag verlief so:

"Als ich im Bus war, da war ich sehr aufgeregt, obwohl ich schon einmal mit war. Aber nachdem alle angefangen haben zu singen war alles gut." (Lara)

"Trotz der langen Fahrt hatte ich im Bus viel Spaß!" (Johanna)

Nach der Ankunft mussten wir unsere Rucksäcke schnappen und uns im Zimmer schnell umziehen, da das Schwimmbad schon gebucht war. Im Schwimmbad war es ganz witzig als alle Jungs uns ins Wasser geschupst haben. Nach dem Schwimmen waren wir ziemlich hungrig, haben uns aber erst auf dem Sportplatz versammelt und Jonas hat uns alles über das Camp erzählt. Zum Abendessen gab es Spagetti ... jetzt freuen wir uns auf das morgige Erlebnis und haben keine Zeit mehr ... die Disco ist geöffnet!!!!



Der zweite Tag hatte viel Sonne für uns und es war ziemlich heiß, das fühlte sich für Taja S. (7 Jahre) und Marlon H. (10 Jahre) so an:

Betreuer Tom hat uns heute morgen um 7 Uhr mit dem Lied "Guten Morgen Sonnenschein" geweckt. Das hat er gut gemacht, es war sehr laut.

Beim Frühstück haben wir zuerst für Rayk ein Geburtstagslied gesungen.

Nach dem Frühstück sind wir gleich wieder ins Schwimmbad gegangen, nur die die wollten.

Eigentlich wollten wir nachmittags in die Sporthalle gehen, aber bei 30° und Sonne sind wir lieber draussen geblieben.

Die Betreuer haben kleine Pools und Wasserrutsche aufgebaut.

"Das war echt cool … ich bin 10 Mal gerutscht" (Taja) … "Ich bin gefühlt 100 Mal gerutscht" (Marlon).

Einige wollten lieber Schwimmen gehen und die Kinder die geklettert haben sind danach auch in den See gesprungen.

Zum Mittagessen haben wir uns aufgeteilt, da nicht alle zum Essen wollten bei der Hitze.

Als die Mittagessengruppe zurück war, sind wir zum Bogenschießen und einige zum Floß bauen, einige wollten lieber Schwimmen. Eines der Flöße ist leider auseinander gegangen und die Besatzung gekentert. Heute wurden auch die Kinder die das erste mal im Heinocamp sind 'getauft'!



"Ich wurde auch getauft."
(Julian)

"Meine Mama Jenny wurde auch getauft, weil sie das erste Mal als Betreuerin dabei ist." (Lennard)

Wir hatten auch am folgenden Tag richtig Glück mit dem Wetter und alle hatten schließlich viel Spaß am campeigenen Badesee mit verschiedenen Aktivitäten, was Julian P. (11 Jahre) und Lennard F.L. (7 Jahre) so erlebt haben: Heute sind wir um 10 Uhr zum Badesee gegangen wo wir als erstes zur Kletterwand gegangen sind.



"Taufen" heißt man wird von den großen Jungs in den See geworfen.

Dann zog ein Gewitter auf und wir sind vorsichtshalber zurück zum Haus gegangen und dann zum Abendessen. Jetzt sind noch einige im Schwimmbad und wir wollen jetzt noch Fußball und Tennis spielen.

Wie jedes Jahr durfte ein Besuch im Freizeitpark Slagharen nicht fehlen. Also hieß es am Montag für alle das Jugendfreizeit-T-Shirt anziehen und ab zum Bus. Lars D. (13 Jahre) und Isha S. (10,5 Jahre) hat dieser Tag besonders gefallen:

Wie jeden Morgen wurden wir mit toller Musik von Tom aus den Betten gescheucht. Direkt nach dem Frühstück sind wir mit dem Bus nach Slagharen in den Freizeitpark gefahren.

Als wir im Park rein gegangen sind haben wir am Eingang ein Gruppenbild gemacht.

Im Anschluß durften wir in kleinen Gruppen aufgeteilt 3 Stunden durch den Park laufen und Spaß haben.

"»The Goldenrush« Achterbahn hat mir am besten gefallen" (Lars). Um 14:30 Uhr haben wir uns alle wieder getroffen und sind ge-

meinsam in den Aqua-Park gegangen. "Im Aqua-Park gibt es viele Rutschen, die ich alle ausprobiert habe." (Isha).

Auf der Rückfahrt vom Freizeitpark sind fast alle eingeschlafen.

Wie eigentlich jeden Tag gehen wir jetzt noch einmal ins Schwimmbad.

Den letzten Tag vor der Abreise haben Lennis H. (9 Jahre) und Jeremy C. (11 Jahre) so beschrieben:

Beim Frühstück haben wir für das Geburtstagskind Nico gesungen.

Der Tag ist ziemlich ruhig gestartet, denn heute Vormittag hatten wir freies Spiel und konnten das Heinocamp nochmal genießen. Nach dem Mittag sind wir zum See gegangen, da haben einige von uns bei einem Challenge Run mitgemacht. Da konnte man





bei verschiedenen Sportaktionen Punkte sammeln und einen Preis gewinnen.

Jonne, Max und Luca haben beim Kistenstapeln als einzige geschafft alle 12 Kisten übereinander zu Stapeln.

Wir sind mit 10 Kindern und Jessica und Stefan zum Streichelzoo gegangen und haben die Tiere gefüttert. Anschließend sind wir dann noch zum Hochseilgarten und sind geklettert.

"Ich bin den oberen Bereich drei mal geklettert." (Jeremy)

"Ich bin den Parcour ein mal geklettert und das war sehr cool." (Lennis)

Jetzt düsen wir nochmal durch das Camp.







Die Jugendfreizeit 2023 stand ganz unter dem Motto: "KRABBENSAMBA" Das diesjährige "große Jungs-Zimmer" hat alle mit dem Beat angesteckt und uns in die musikalische Unterwasserwelt mitgenommen. Unter der Anleitung der Jugendlichen haben alle begeistert beim Einstudieren des Überraschungstanz für die Eltern mitgemacht.....Es wurde viel gelacht, getanzt

Am Mittwoch morgen hieß es dann nach dem Frühstück "packen, aufräumen, sauber machen". Pünktlich um 11:30 Uhr startete unsere Rückreise.

und alle hatten gute Laune!

Fazit der Kinder und Jugendlichen zur diesjährigen Jugendfreizeit:

Cool, müde, seeehr geil, spaßig, smash, Wetterleuchten, Abenteuer, Krabbensamba, Toast, Mückenstiche, witzig, warm, spitze, Taufe, Untergluggern, mega, besonders, schwimmen, Pancake, Tommy, nächstes Jahr wieder!

> Texte: Johanna und Lara, Taja und Marlon, Julian und Lennard, Lars und Isha, Lennis und Jeremy, Jessica Leister Bilder: Teamer der Jugendfreizeit

Und nach der Jugendfreizeit ist ja bekanntlich vor der Jugendfreizeit:

SAFE THE DATE!

Die Jugendfreizeit 2024 findet Ende der Sommerferien statt!

Samstag, 27.07.2024 bis Donnerstag, 01.08.2024



TSG Nordholz führte das 3. Ferienfußballcamp der JSG WNK durch

Vom 25.07. – 28.07.2023 fand auf dem Sportplatz "Hinter dem Heidedeich" in Nordholz das 3. Ferienfußballcamp der JSG WNK statt.



30 Kinder im Alter von 9-13 Jahren trafen sich an den 4 Tagen immer um 10:00 Uhr, um in täglich zwei Trainingseinheiten von je 90 Minuten unter der Anleitung von Eric Schürhaus, Olaf Zander und Frank Döscher die eigenen fußballerischen Fähigkeiten zu verbessern und in der Gruppe viel Spaß zu haben.

An den Stationen mussten die verschiedensten technischen und läuferischen Herausforderungen gemeistert werden, den Abschluss bildete ein kleines Turnier am letzten Tag. Alle Kinder waren mit viel Begeisterung dabei. Zur Belohnung gab es für jedes Kind ein Erinnerungsshirt.

Bedanken möchten wir uns besonders beim EDEKA Markt Mendes in Dorum, der für die Kinder Getränke und Obst für die Trainingspausen zur Verfügung stellte.

Da wir viele positive Rückmeldungen von den Kindern und Eltern erhalten haben, wird es auch im Jahr 2024 wieder ein Ferienfußballcamp geben, welches dann unter Federführung des FC Land Wursten voraussichtlich in Dorum stattfinden wird.

> Text: Ralf Friedrichs Bild: Frank Bretschneider



1. Fördertraining des Jahrgangs 2014

Die Jugendspielgemeinschaft (JSG) der Gemeinde Wurster Nordseeküste (WNK) geht neue Wege, indem die Fußballverantwortlichen unserer TSG Nordholz ein Konzept für ein spezielles Fördertraining erarbeitet haben.

Ziel dieses Trainings ist es zum einen jungen Spielern die Grundlagen des Fußballspiels zu vermitteln und zum anderen sie an ihren Stammverein zu binden. Kürzlich fand das erste Fördertraining für die U10 statt.



Die ausgewählte Mannschaft, die U 10 der Jugendspielgemeinschaft (JSG) der Wurster Nordseeküste (WNK), erhält alle zwei Wochen ein spezielles Fördertraining.

Die Vertreter beider Vereine (meint TSG Nordholz und FC Land Wursten) haben in der Vergangenheit die unerfreulichen Erfahrungen machen müssen, dass Jugendspieler aus den eigenen Reihen von anderen Vereinen abgeworben wurden. Dieses hat Michael Zander, Fußballabteilungsleiter der TSG Nordholz und selbst ehemaliger Fußballer und Jugendtrainer, zum Anlass genommen einen strategischen Ansatz zu entwickeln, mit dem Ziel, junge Spieler langfristig an den Heimatverein zu binden. So entstand die Idee, einem ausgewählten Jahrgang ein spezielles Fördertraining anzubieten.

Fördertraining für U10-Mannschaft

Die Fußball-Verantwortlichen haben sich, als "auserwählten" Jahrgang auf die U10 verständigt. In diesem Altersbereich findet – aus Sicht der Experten – die wichtige Grundlagenarbeit statt und es wird die Basis für die erfolgreiche Ausübung des Sports geschaffen. Eine korrekte Vermittlung der Basiselemente sowie das Erlernen dieser ist daher enorm wichtig. Durch die Optimierung der Grundlagenarbeit im Fördertraining soll, so die Zielsetzung von Michael Zander, die Lücke zwischen schwächeren und stärkeren Spielern minimiert bzw. geschlossen werden.

Die Fördertrainer sind Olaf Zander (Inhaber der B-Lizenz) und Volkmar Ivens (Trainer C Lizenz/ langjähriger Spieler in der 1.Herren



Täglich frische Nordsee-Krabben und maschinell entschältes Krabbenfleisch

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

Alwin & Siegfried Kocken Krabbenhandels GmbH

Spieka-Neufeld • Zum Kutterhafen 20 • 27639 Wurster Nordseeküste • Tel. 04741/2592

Öffnungszeiten:

von März bis Oktober:

Mo.-Di. & Do.-So. 10.00 - 18.00 Uhr

November und Dezember:

Mo.-Di. & Do.-Sa. 10.00 - 15.00 Uhr

Januar und Februar:

geschlossen



Mannschaft). Sie haben die Aufgabe taktische und technische Kompetenzen an die jungen Sportler zu vermitteln – mit Unterstützung des vorhandenen Trainerteams der U10 Mannschaften.

Nachhaltiges und messbares Ergebnis

Das Fördertraining findet alle zwei Wochen statt und ist ein Zusatz zum normalen Training. Es wird für die Dauer von einem Jahr durchgeführt werden. Zur U11 wird das vorhandene Trainerteam auf den Grundlagen aufbauen und sie weiter ausbauen. Die Fördertrainer werden dann ein Jahr später, wenn die Mannschaft als U12 an den Start geht, den Jahrgang wieder aufnehmen. Es folgt ein erneutes "Förderjahr", um die Spie-

lerinnen und Spieler weiter zu fördern und auf den Jahrgang U13 vorzubereiten. Insgesamt erhält der Jahrgang zwei Jahre lang ein Fördertraining. Ziel ist es auch, dass alle die gleichen Kompetenzen erhalten. Wir möchten als Verein/e mit dem Förderprogramm eine strukturierte und nachhaltige Ausbildung anbieten. Die Verantwortlichen hoffen, dass mit diesem Konzept die Leistungsdichte im Bereich Fußball vom Jugendspieler zum Herrenbereich geschlossen bzw. reduziert wird. Das Förderprogramm setzt jährlich bei der dem Jahrgang der U10 an und fortführend angeboten.

Beim ersten Training hatten rund 30 Kinder und Trainer viel Spaß und freuen sich schon auf das nächste Trainingseinheiten.

> Text: Anna Schwarz Bilder: TSG Nordholz



Ein kleiner Rückblick über unsere Saison der WNK U11/1



Die WNK U11 ist ein Jahr früher als geplant zusammengeführt worden. Und man kann sagen, dass es von Anfang an keine große Eingewöhnungszeit gab. Wir waren durchweg zufrieden mit der Trainingsbeteiligung, auch wenn wir alle irgendwie immer am Fahren waren, sei es zum Training oder zu den Spielen (Wremen & Nordholz). Da waren schon einige Fahrgemeinschaften notwendig.

Die Saison lief mit etwas Schwierigkeiten an, da wir in den Mannschaften unterschiedliche Spielweisen hatten. Aber die Jungs haben das super umgesetzt und bis zur Winterpause konnten wir bis auf ein Unentschieden alle Spiele gewinnen.

In der HKM sind wir unglücklich, in einer starken Gruppe in der Zwischenrunde als 4. mit einem Torunterschied, leider ausgeschieden.

In der Rückrunde konnten wir nicht immer unsere Leistungen auf den Platz bringen und somit mussten wir in den letzten beiden Spielen Niederlagen einstecken. Trotzdem sind wir verdient Staffelmeister der Kreisklasse Nord geworden. Im Kreispokal standen wir im Halbfinale und haben leider knapp mit 3:4 verloren. Es stand in der ersten Halbzeit (1:4), Einen Unterschied zwischen uns und der 2. Mannschaft von der JFV Cuxhaven war zu sehen. In der 2. Hälfte lief das Spiel besser und wir waren die bessere Mannschaft. Mit etwas Spielglück wäre auch ein Sieg möglich gewesen. Die Trainer der Mannschaft sind stolz auf das, was ihr geleistet habt, und hoffen auf eine aufregende Saison in der Kreisliga.

Text und Bild: Jens Wermann

Neue Trikots für die U11/1 der JSG WNK

Die U11/1 der JSG WNK hat in der Winterpause einen Satz Trikots erhalten. Die Firma Egon Kruse GmbH & Co. Städtereinigung KG wollte sehr gerne die Jugend im Bereich Nordholz unterstützen und so kam es, dass die Mannschaft der Trainer Wermann, Holling und Neumann mit einem neuen Satz Trikots in die Rückrunde starten konnte.

Die neuen Trikots halfen sicherlich auch, dass die Mannschaft der JSG WNK U11/1 weiterhin die Tabelle der Kreisklasse Nord von oben angeführt hat und somit der Aufstieg in die Kreisliga schon besiegelt ist.

Bei der Übergabe der Trikots bedankte sich die gesamte Mannschaft mit einem Präsent und einem Trikot bei den Geschäftsführern Maik Sylla und Sven Sommerfeld. Wir hoffen, dass das Trikot einen schönen Platz in der Firma gefunden hat. Vielen Dank an dieser Stelle auch vom Vorstand der TSG Nordholz an die Firma Egon Kruse GmbH & Co. Städtereinigung KG. Ohne Sponsoren geht es einfach nicht.

Text und Bilder: Mirco Hensen













Saisonbericht der U11/2

Die Saison 2022/2023 startete nicht gut für die 2. U11 Mannschaft der JSG WNK des Jahrgangs 2012. Viele Niederschläge und verlorene Spiele mussten aufgearbeitet werden. Viele Trainingseinheiten mit dem Fokus auf Konditionsaufbau und Bewegungsabläufe und das Führen des Balles gaben unseren Spielen ein besseres Gefühl für den Spielablauf und mehr Sicherheit. Im letzten Spiel der Rückrunde konnte der erste Erfolg erzielt werden. Ein knapper Sieg ließ auf die nächste Saison hoffen.

Die neue Saison 2023/2024 startete mit einer Niederlage, die Spieler blieben trotzdem motiviert. In den nächsten beiden Spielen wurden die Passsituationen ausgenutzt und die Positionen der einzelnen Spieler wurden besser ausgeführt. Das größere Spielfeld wurde komplett bespielt und es wurde miteinander kommuniziert. Die 2. Mannschaft der JSG WNK, mittlerweile U12, lernte, miteinander als Team Fußball zu spielen. Dies führte zu einem Erfolg von 2 Siegen in bisher 3 Spielen. Wir hoffen, dass die Saison so positiv für uns weiterlaufen wird.

Text und Bilder: Ann-Kathrin Hoffmann



Steuerfachangestellte (m/w/d)

Lohnbuchhaltung (m/w/d)

Das erwarten wir von Ihnen:

- Berufserfahrung
- Selbstständigkeit, Kommunikationsfähigkeit
- DATEV-Kenntnisse von Vorteil
- Vollzeit oder Teilzeit

Feuerweg 6b, 27637 Wurster Nordseeküste Telefon: (04741) 603288

ETL Hanse Treuhand

Steuerberatungsgesellschaft

Wir bieten Ihnen einen modernen Arbeitsplatz mit freiwilligen Arbeitgeberleistungen, abwechslungsreichen Tätigkeiten, sowie flexible Arbeitszeiten inkl. Home-Office-Regelung. Gerne unterstützen wir Sie bei Ihrer beruflichen Weiterbildung.

E-Mail: kanzlei@etl-bremerhaven.de Internet: www.etl-bremerhaven.de

A

Ein Beitrag zur "neuen" U15

Die alte Saison 22/23 wurde für beide Mannschaften des Jahrgangs zur Bewährungsprobe. Die Kreisligatruppe spielte eine durchwachsene Rückrunde und belegte zum Ende der Saison einen 3. Platz.



Die Kreisklassentruppe, die sich zu Beginn der Spielzeit mit lediglich 13 Kickern mehr oder weniger, für die Spiele, selbst aufstellte, konnte letztlich einen zufriedenstellenden 4. Platz in der Abschlusstabelle belegen. Erwähnenswert hierbei ist, dass sich das Team mit etwas mehr Spielglück, nennen wir es auch Erfahrung, sicherlich mehr Punkte hätte erspielen können. Jedoch hielt es fußballerisch mit den Mannschaften aus dem oberen Drittel gut mit. Sei's drum, das

Trainerteam war und ist sehr glücklich und zufrieden, denn ein Großteil der Mannschaft hat ihre erste Saison gespielt und sich über das Training sehr gut entwickelt.

Zum Abschluss der Saison wurde das Team von den Betreibern der Vereinsgaststätte der TSG Nordholz "Zum grünen Walde" zu einer Abschlussfeier ins Vereinsheim eingeladen. Hierfür herzlichen Dank an die Familie Picker!



Nachdem zur neuen Saison im Jahrgang 2009 sich einige Spieler neu orientiert haben, stellt die Jugendspielgemeinschaft Wurster Nordseeküste in dieser Saison "nur" noch eine Mannschaft dieses Jahrgangs. Erfreulicherweise haben sich weitere Kicker dem Team angeschlossen und der Kader umfasst derzeit 22 Spieler. Das Trainerteam hat bei der Aufstellung für die Punktspiele "die Qual der Wahl", jedoch bekommt jeder Akteur seine Einsatzzeiten!

Der Saisonstart verlief sehr gut! Nach einem Sieg im Saisonauftakt folgten zwei weitere Unentschieden in den anschließenden Spielen und lässt für den weiteren Verlauf der Saison auf gute Ergebnisse hoffen.

Trainiert wird montags und mittwochs von 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr auf dem Sportplatz

"Hinter dem Heidedeich" in Nordholz. Wir freuen uns weiter über weitere Zugänge.

Das Team bedankt sich bei den – eigenen – Eltern für die häufigen Transporte und familieninternen Abstellungen zu den Trainingseinheiten und den Spielen sowie bei den Sponsoren.

Wir konnten mit der Kieferorthopädischen Praxis "Am Holzhafen" aus Bremerhaven und weiterhin mit der Sanitär-, Heizungund Solarfirma "Rave und Bösch" sowie einem "stillen" Sponsor verlässliche Partner finden, die sich für den Jugendfußball engagieren und einem, mehr oder weniger, neuen Team eine gute Chance bietet, gut ausgestattet aufzutreten!

Vielen Dank euch allen!

Text und Bild: Oliver Nörenberg



WWW.ZUM-GRUENEN-WAL.DE

JuJutsu

Neues aus der JuJutsu Abteilung



Abteilungsleiter Sven Clemenz (0 47 41) 60 39 94

Unsere Abteilung war im bisherigen Verlauf des Jahres sehr aktiv. So besuchte unsere Kinderund Jugendabteilung am

15. April einen Lehrgang des Bremer Landesverbandes, welcher bei der neu gegründeten JuJutsu Abteilung des TSV Imsum stattfand. Referent war Andreas Wolter (4.Dan JuJutsu), von Rot-Weiß Cuxhaven. Nach einigen Aufwärmspielen ging es dann zum praktischen Teil. Thema waren Techniken rund um den Gelbgurt. Andreas verstand es, die Hebel- und Wurftechniken kindgerecht zu vermitteln, so dass keine Langeweile aufkam.

Am Ende des Lehrgangs waren sich alle einig, dass sie einen schönen und lehrreichen Nachmittag erlebt haben.

Der nächste Lehrgang fand am 29. April in Cuxhaven für die Erwachsenen statt. Die JuJutsu Abteilung von Rot Weiß Cuxhaven hatte den ersten Vorsitzenden des Bremer Landesverbandes, Lars Müller (6.Dan Ju-Jutsu), als Referenten eingeladen. Thema war Hebeltechniken mit dem Stock, Viele von uns kennen Lars Müller und wussten bereits, was auf sie zukam. Er beindruckte uns immer wieder aufs Neue mit seinen rasanten Stocktechniken. Selbst erfahrene Julutsuka waren oftmals verblüfft, was sich mit einem Stock so alles anstellen lässt. So manch verknoteter Arm mit Stock kam dabei zu Tage. Auch hier hatten alle Teilnehmer richtig Spaß an diesem Nachmittag.

Am 24. Juni stellten sich zwei unserer Sportler einer Gürtelprüfung in Bothel. Pascal Kreimer strebte den 2. Dan (Schwarzgurt) und Mirco Pörschke den 1.Kyu (Braungurt) an. Vor einer dreiköpfigen Prüfungskommission mussten sie ihr Können unter Beweis stellen. Bei so hohen Graduierungen sind die Anforderungen sehr vielfältig und komplex. Beide mussten verschiedenste Wurf- Hebelund Schlagtechniken demonstrieren sowie eine Reihe unterschiedlichste Waffenangriffe abwehren.



Pascal und Mirco während der Prüfung

Eine Woche später, am 01. Juli, ließ sich unser JuJutsuka, Nils Kramer, ebenfalls in Bothel zum Braungurt prüfen. Alle drei Prüflinge haben ihre Prüfung mit guten Noten bestanden. Dazu nochmal herzlichen Glückwunsch.

Am 25.Juni fuhren wir mit unserer Kinderund Jugendabteilung in den Serengeti Park nach Hodenhagen. Dank einer Unterstützung durch den Förderverein und der TSG sowie dem Mitwirken einiger Eltern als Fahrer konnten wir die Kosten in Grenzen halten. So verbrachten wir bei bestem Sommerwetter einen abwechslungsreichen Tag. Nach einer Fahrt mit dem Safaribus durch die verschiedenen Tiergehege ging es dann in den angrenzenden Freizeitpark.

Hier war für jede Altersgruppe etwas dabei. Vom Karussell fahren bis zum Ritt mit einem Speedboot über den See kamen alle auf ihre Kosten.

dium zu beginnen. Er ist seit vielen Jahren Mitglied in unserer Abteilung, fungierte als Kinder- und Jugendtrainer und unterstützte mich regelmäßig bei den Erwachsenen. Auf diesem Wege möchte ich nochmal Danke für Dein Engagement sagen und wünsche Dir für die Zukunft alles Gute und viel Erfolg!

Er verlässt uns, um in Nürnberg sein Stu-

Text und Bilder: Sven Clemenz

Am 01. August führten wir eine Ferienpass-

aktion durch. Achtzehn interessierten Teilnehmern stellten wir die Welt des JuJutsu vor. Alle Kinder waren mit Eifer dabei und übten einfache Hebel- und Wurftechniken. Abgerundet wurde die Schulung mit einem sogenannten Bruchtest. Dabei muss ein einfaches Brett mit der Faust durchgeschlagen werden. Auch hier verbrachten die Kinder einen schönen Nachmittag.

Zu guter Letzt musste ich beim Training am 18. September unseren Trainer Pascal Kreimer verabschieden.



Kinderlehrgang in Imsum



Ferienpass

borowski interior vision concept create

tischlerei | innenarchitektur | laden- und innenausbau www.borowski-inerior.de







planung

designkonzepte 3d-visualisierung werkplanung

projektmanagement

projektsteuerung montage- und bauleitung terminüberwachung einbruchsschutz

produktion

möbelbau, innenausbau fenster, haustüren und rolläden wintergärten und carports zimmertüren und fußböden

mühlenstr. 21 | 27639 wurster nordseeküste | t +49 (0) 4741 603891-0 | info@borowski-interior.de

+++ Solarium • brainLight-Massagestuhl: für jedermann +++



CITY SPORT

FÜR DEINE FITNESS.

Fitness • Kurse • Wellness

Effizientes Training unter Anleitung und ohne lange Wartezeiten.

Einfach anrufen und Termin vereinbaren!

Wir freuen uns auf Dich! Dein CITYSPORT-Team.

Scharnstedter Weg 2
Tel 04741-9028720

im Zeppelin-Center
Fax 04741-9028721

27639 Wurster Nordseeküste/Nordholz

Web www.citysport-cux.de

WIR BRAUCHEN DICH #spaßmitkindern



Du: männlich / weiblich / divers, volljährig, Du hast Lust

das Training für Kindern in dieser Sportart zu

gestalten?

WIR: unterstützen DICH bei Fortbildungen und Lizenzen.

Weitere Infos:

Sven Clemenz

Mobil: 0170/5580606 Mail: clemenz64@gmx.de

Leichtathletik

6 Stundenlauf am 22. April 2023



Abteilungsleiter Wilfried Behrens (0 47 41) 83 96

Am Morgen des Veranstaltungstages ging ein Regenschauer nieder, aber bis zum Start um 10:30 Uhr lichtete sich

die Wolkendecke und es waren beste Bedingungen zum Laufen. Leider gab es einige Absagen, weil die Bahn am Vortag streikte und somit nicht jeder anreisen konnte. 14 der 64 Teilnehmer liefen die ganze 6 Stunden durch, wobei die anderen so viele Runden laufen konnten, wie sie wollten. Jeder Teilnehmer erhielt einen Transponder, damit jede Runde von 2,599 km genau aufgezeichnet wird. Genau nach 6 Stunden wurde der Lauf durch Sirenen beendet. Jeder musste nach Erklingen der Sirenen auf der Stelle stehen bleiben, damit die Restmeter-

vermessung der letzten Runde beginnen konnte.

Sieger bei den Männern wurde Peter Ligthard von Marathon Plus aus Buinerveen (Niederlande) mit 60,165 km. Camilla Suchan aus Beverstedt erreichte 49,896 km als beste Frau.

Teilnehmer der TSG Nordholz:

Paula Bösch und Lenja Ratjen liefen 2,599 km Hennes Brüggemann 7,797 km Bettina Lange 31,188 km Dietrich Lange 49,381 km

Die Ergebnisse sind unter: www.tsgnordholz.de/sportangebote/leichtathletik einsehbar.

Text: Wilfried Behrens



Kreismeisterschaften 2023

Am 3. Juni fand in Otterndorf die Kreismeisterschaft der Mittelstrecken statt. 2 Teilnehmer von der TSG Nordholz nahmen daran teil.

In der Klasse M12 erzielte in 9:00,60 Min. Hennes Brüggemann beim 2000 m Lauf den 2. Platz. Im großen Teilnehmerfeld lief Tomke Olk beim 800 m als 10. in 3:43,96 Min. durchs Ziel.

Außerdem wurde noch ein Rahmenprogramm durchgeführt.

Hennes Brüggemann:

1. Platz Weitsprung 4,18 m, 2. Platz 75 m 11.24 Sek.

Tomke Olk:

11. Platz Weitsprung 2,63 m 7. Platz 50 m 9,53 Sek. Besser lief es für die beiden bei der Kreismeisterschaft im Einzel am 17. Juni in Langen.

Hennes Brüggemann startete 3-mal und wurde 3-mal Kreismeister.

75 m in 11,20 Sek., Hochsprung mit 1,36 m und mit 4,17 m im Weitsprung. Wobei er im Hochsprung 21 cm und im Weitsprung 86 cm vor dem Zweitplatzierten lag.

Tomke Olk verbesserte auch ihre Leistungen. Den 6. Platz 50 m in 9,44 Sek., 5. Platz Weitsprung mit 2,82 m und einen 7. Platz im Schlagball mit 16,00 m.

Text: Wilfried Rehrens

Die kleine Sportpause



Jeden Dienstag sind wir von der Sportabzeichen- und Leichtathletikabteilung auf dem Sportplatz und nehmen das Deutsche Olympische Sportabzeichen ab. Da neben Werfen, Springen, Kurz- oder Langstrecke laufen und Springseilspringen auch eine kleine Pause nicht fehlen darf, wurden wir am 26.09.2023 fleißig mit kleinen Keksen einer jungen Sportlerin beglückt. Nach einer kurzen Stärkung nahmen wir unsere Sporteinheit wieder auf und weiter ging es in den Kategorien Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.

Text: Amelie Rettig Bild: Helge Rothenberg

Wir machen Ihre Kleidung fif!

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 Texfilpflege Engl GmbH

Textilpflege-Center Altenwalde Hauptstraße 22a • 27478 Cuxhaven

Telefon 0 4723/5013

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.30 - 18.00 Uhr / Sa. 8.30 - 13.00 Uhr



Lindenhof Blumen Brüns

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

Bahnhofstraße 1 · Cappel-Neufelder Sieltrift 47 · 04741 6180 · 04741 1594

Michael Prüß Ihr Fachmann für individuelle Holzbaulösungen Deichweg 141a 27639 Wurster Nordseeküste (Nordholz/Cappel-Neufeld) Telefon 0 47 41 / 18 100 08 Mobil 0175 / 24 555 35 Michael Prüß Ihr Fachmann für individuelle Holzbaulösungen Zimmerei, Dachsanierung, Innenausbau Holzrahmenbau, Treppenbau Holzdecken, Türen / Fenster Carports, Terrassenüberdachungen individuelle Holzbaulösungen

Neue Regenjacken für die Sportabzeichen-Prüfer



men und so stehen wir jeden Dienstag bei fast jedem Wetter auf dem Sportplatz, um das Sportabzeichen abzunehmen. Leider haben wir nicht jede Woche Glück und können uns bei strahlendem Sonnenschein treffen, sondern nehmen im Laufe des Sportjahres den ein oder anderen Regenschauer mit. Damit wir für die kommende Saison bestens gewappnet sind, hat unser Vereinslokal "Zum Grünen Walde" uns Regenjacken gesponsort. Am 21.09.2023 war es so weit, wir trafen uns vor dem Lokal und nahmen diese von Jens und Lars Picker in Empfang. Nach einer Dankesrede durch den durch Silke Stein vertretenden Vorstand und einem Applaus durch uns Prüfer wurden die

Jacken mit einem gesponserten Schnaps des Hauses Picker begossen.

Im Namen der Sportabzeichen-Abteilung auch an dieser Stelle noch einmal ein Herzliches Dankeschön an Jens und Lars Picker von "Zum Grünen Walde"!

> Text: Siegmund Weniger Bilder: Silke Stein

Ein Glanztag auf dem Sportplatz: Hennes Brüggemann triumphiert bei den Bezirksmeisterschaften

Es war ein strahlender Tag auf dem Stader Sportplatz, als Hennes Brüggemann von der TSG Nordholz bei den Bezirksmeisterschaften im Einzel der Jugend U14/U16 am 26. August 2023 an den Start ging. Die Sonne lachte vom Himmel und die Atmosphäre war erfüllt von Aufregung und sportlichem Eifer. Schon früh am Morgen versammelten sich Sportbegeisterte, um die jungen Athleten anzufeuern und mit ihnen mitzufiebern.



Obwohl Hennes an diesem Tag der einzige Vertreter der TSG Nordholz war, ließ er sich nicht entmutigen. Ein Blick auf den schönen Sportplatz und das herrliche Wettkampfwetter verliehen ihm zusätzliche Motivation. Doch das Besondere an diesem Tag war nicht nur das strahlende Wetter, sondern auch die außergewöhnliche Unterstützung, die Hennes erfuhr.

Sein Trainer, Dominik Saathoff, konnte zwar nicht persönlich vor Ort sein, war jedoch dank moderner Technologie trotzdem immer präsent. Über WhatsApp und Videoanalyse stand er in ständigem Kontakt mit Hennes. Nach der Auswertung der zugesendeten Bilder und Videos gab Dominik aus der Ferne wertvolle Ratschläge und Tipps, die Hennes während des Wettkampfes halfen, seine Disziplinen Hochsprung, Weitsprung und 75m Sprint technisch optimal auszuführen.

Der Tag war jedoch auch mit anderen Herausforderungen gespickt, denn Hennes wurde mit unfairem Verhalten eines offensichtlich sehr verbissenen Trainers eines anderen Bezirks konfrontiert. Doch Hennes bewies Größe und ließ sich nicht von unsportlichen Kommentaren und Beeinflussungsversuchen aus der Ruhe bringen. Er konzentrierte sich auf seine Disziplinen und zeigte beeindruckende Leistungen.

Am Ende des anstrengenden Tages konnte Hennes mit strahlenden Augen nach Hause gehen. Seine tollen Ergebnisse sprachen für sich: Er sicherte sich den ersten Platz im Weitsprung mit einer beeindruckenden Weite von 4,19 Metern, den zweiten Platz im Hochsprung mit 1,39 Metern und den



dritten Platz im 75m Sprint mit einer Zeit von 11,01 Sekunden.

Mit diesen Leistungen qualifizierte sich Hennes außerdem für die Kreisvergleichsmeisterschaften am 17. September 2023 in Verden. Der Vizemeistertitel des KLV Cuxhaven in der Gesamtwertung war nur ein weiterer Beweis für den Teamgeist und die Entschlossenheit, die im Herzen eines jeden Athleten und seiner Unterstützer wohnen. Wir freuen uns darauf, Hennes und hoffentlich bald auch wieder mehr Leichtathletiktalente der TSG Nordholz auf ihrem Weg im Sport zu begleiten und zu sehen, wie sie sich entwickeln und tolle Erfolge erzielen.

Text und Bilder: Claudia Brüggemann

Windmühlenlauf

Der 20. Nordholzer Windmühlenlauf wurde bei gutem Wetter am 24. Juni 2023 durchgeführt. Auf den verschiedenen Strecken starteten 104 Teilnehmer. Leider sind die Teilnehmerzahlen der letzten beiden Jahre noch nicht auf dem Stand vor der Corona-Pandemie.

In der jüngsten Teilnehmerklasse (Bambini-Lauf) gingen 15 Läufer an den Start. Auf der Stadionrunde durften sie mit Begleitung laufen.

Die 5 km Strecke wurde auch gleichzeitig als Kreismeisterschaft für die Altersklassen U14 - U16 gewertet. Die Sportlerin der TSG Nordholz Finja Brüggemann wurde in der Altersklasse W14 Kreismeisterin.

Mit seinem Trettroller ging Uwe Fiebig auf der Halbmarathon-Strecke und benötigte dafür 1:03:53 Stunden. Der schnellster Läufer Robert Pflüger aus Berlin kam mit einer Zeit von 1:44:02 Std. ins Ziel.

Dieses Jahr wurde der Generation – Wanderpokal an den älteste Teilnehmer Walter Heyroth vom TSV Mulsum verliehen. Er nahm mit seinen 89 Jahren an dem 5 km Lauf teil.



Uwe Fiebig mit seinem Trettroller



Die Ergebnisse der TSG Nordholz Läufer/innen:

400m

Pauline Kersten 2:08 Min Enno Bösch 2:47 Min.

5 km

Hennes Brüggemann 23:45 Min. Finja Brüggeman 34:49 Min.

10 km

Dietrich Lange 47:04 Min.

2.6 km Walken

Walken Helmut Göke 29:33 Min.

Weitere Ergebnisse unter: www.tsgnord-holz.de/sportangebote/leichtathletik

Text und Bild: Wilfried Behrens

Finja Brüggemann





Nordic Walking

Nordic Walking Kurs im Rahmen des Gesundheitssports der TSG Nordholz

In jedem Frühjahr, meistens in der ersten Aprilwoche, beginnt ein 12-wöchiger Nordic Walking Kurs als Gesundheitssportangebot. Dieser Kurs ist Pluspunkt zertifiziert, das bedeutet, dass die meisten Krankenkassen sich mit ca. 80% an den Kosten beteiligen.

Die Teilnehmer erlernen die korrekte Lauftechnik und erfahren einiges über Gesunderhaltung, den eigenen Körper und seine Funktionen und trainieren ihr Körperbewusstsein.

Mit Spaß und guter Laune werden Kondition und Beweglichkeit, je nach Vermögen der einzelnen Teilnehmer, angesprochen und gefördert. Wir starten immer im beginnenden Frühjahr und nutzen unsere vielfältige Natur für
unsere Stunden. So wie die Natur sich verändert, entwickelt sich in der Regel auch
die Nordic Walking Kompetenz der Teilnehmer. Im Laufe der Zeit, April bis Juni,
verändert sich die Natur vom ersten hellgrünen Spross bis hin zum vollen Blätterdach der Buchen in unserem Wald. Diese



Rechtsanwalt SVEN ALLERS



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

Nordholz - Feuerweg 6B - 27639 Wurster Nordseeküste - Tel. 0 47 41 - 9 81 86 90 Termine nach Vereinbarung - Im Einzelfall auch bei Ihnen zu Hause. Entwicklung nehmen wir mit all unseren Sinnen wahr; "Waldbaden" ist keine neue Erfindung.

Alle, auch diejenigen, die zu Beginn sehr skeptisch dieser Sportart gegenüber waren, bemerken im Laufe des Kurses, dass Nordic Walking eine durchaus anspruchsvolle, fast alle Muskeln und die Kondition beanspruchende Sportart für Jedermann ist.

Der nächste Kurs beginnt im April 2024. Herzlich willkommen!

Sabine Kirchner Übungsleiterin mit B-Lizenz/ Gesundheitssport

Text: Sabine Kirchner

"Abschied vom Watt"

Nordic Walking im Watt, jedes Jahr wieder ein besonderes Angebot für uns. Das Watt präsentiert sich jedes Mal neu: Einmal super glatt und prima zu laufen, aber dann beim nächsten Mal wellig und mit kleinen Wasserpfützen. Der Stockeinsatz kann sehr unterschiedlich sein, der Walkingstock bleibt stecken und kräftiger Zug ist angesagt oder Gegenwind fordert uns heraus. Für unsere Füße immer eine kostenlose Fußmassage. Zu Anfang der Saison sind die Füße noch etwas empfindlich aber zum Ende der Saison sind alle abgehärtet und uns kann nichts mehr erschüttern.

Leider hatten wir in dieser Saison nicht so viele Termine, da die Niedrigwasserzeiten zu unseren vorgesehenen Laufzeiten zu ungünstig waren.

Gelaufen wird meistens in kleineren Gruppen. Die "Schnellläufer" verschwinden am Horizont. Aber zu einer kurzen Lockerungseinheit, kurz vor Spieka – Neufeld, treffen alle wieder aufeinander. Zum Abschluss am Strand in Cappel-Neufeld gehört auch dehnen und strecken dazu.

Auf ein Neues im nächsten Jahr und auf ein gesundes Wiedersehen.

Text: Eleonore Dehne-Seer Bild: Harald Schmirler



CLASSIC Tankstelle Heike Droege-Achilles

Mühlenstr. 30 27639 Wurster Nordseeküste (Nordholz) Telefon 04741 2072

Hermes Paket-Shop Propangas in Alu-, Kauf- und Pfandflaschen (5 und 11 kg)

CL\\SSIC

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr.: 6:30 bis 19:00 Uhr Sa.: 7:00 bis 18:00 Uhr

Außerhalb der regulären Öffnungszeiten können Sie unseren Tankautomat nutzen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!





Präventionssport

Wassergymnastik



Wassergymnastik ist ein spezielles Bewegungstraining im Wasser. Die Kraft- und Konditionsübungen schonen auf Grund des Auftriebs des Wassers die Gelenke, Sehnen und den Rücken und kräftigen die Muskulatur sowie das Herz-Kreislaufsystem. Eine Sportart, wo alle Muskeln voll im Einsatz sind und ganzheitlich beansprucht werden. Die Gelenke werden durch den Auftrieb des Wassers dabei kaum belastet.

Durch ein Trainingsgerät, wie z.B. eine Schwimmnudel, eine Aqua-Hantel oder ein Aqua-Steppbrett, wird das Workout noch effektiver.

Das Interesse ist sehr groß und viele müssen abgelehnt werden, da die angebotenen Termine und freie Zeiten in den Schwimmbädern fast immer ausgebucht sind.

Text und Bild: Anne Martens-Sehlmeyer



GEBÄUDEREINIGUNG

GARTENPFLEGE

STRASSENREINIGUNG

STRAHITECHNIK

Scharnstedter Weg 20 27639 Wurster Nordseeküste 04741.981328

mabau-cux.de

Exstedier Hof - Onhaber André Hinze Restaurant - Gaststätte - Sommergarten

Oxstedter Straße 10 · 27478 Cuxhaven-Oxstedt 04723 / 5058724 · www.oxstedter-hof.de

Offungszeiten:

Montag & Dienstag Ruhetage Mittwoch bis Samstag 16:00-21:30 Uhr Sonntag & Feiertag 11:30-21:30 Uhr

Küchenzeiten:

Mittwoch bis Samstag von 17:00-21:00 Uhr Sonntag 11:30-21:00 Uhr Feiertag 11:30-14:00 & 17:00-21:00 Uhr

Ihre Zufriedenheit ist "Quell" unserer Motivation!

Wurster Straße 10
OT Nordholz/Spieka
27639 Wurster Nordseeküste

Pflegedienst Sabine Quell

Telefon 0 47 41 - 6 03 94 45

Mail: info@pflegedienst-sabine-quell.de

Homepage: www.pflegedienst-sabine-quell.de

Turnen

Fit um 50 - ER und SIE

Gymnastik ist eine gute Möglichkeit, um fit zu bleiben. Regelmäßige Gymnastik hat viele positive Effekte. Sie verbessert unter anderem die Körperwahrnehmung, stärkt die Muskulatur und reduziert das Sturzrisiko. Und nicht nur das: Ausreichende Bewegung steigert auch die geistige Leistungsfähigkeit. Gymnastik hilft also, auch geistig fit zu bleiben.

Ob jünger oder älter, mitmachen kann jeder. Wir wollen uns fit machen, fit halten

und Spaß haben. Geselliges Beisammensein darf nicht fehlen. Unser Sommerfest bei Ulrike in Wanhöden und ein besonderes Treffen zum Jahresabschluss gehört dazu.

Wir treffen uns in der Schulsporthalle am Donnerstag von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr und freuen uns über neue Mitstreiterinnen oder Mitstreiter.

Text: Eleonore Dehne-Seer & Sabine Kirchner
Bild: Eleonore Dehne-Seer



Fahrradtour der "Müller Girls" / Fit Gym Gruppe



Müller Girls in Padingbüttel beim Weidezentrum

Am 24. September war es wieder so weit, um 12.30 Uhr startete unsere jährliche "Muttertagstour" am Rathaus in Nordholz. Nach Begrüßung und dem obligatorischen Gruppenfoto, machten sich 19 Radlerinnen – mittlerweile alle mit E-Motor – auf den Weg durch unsere schöne Umgebung. Das Wetter war perfekt zum Radeln mit Sonne und wenig Wind.

Das erste Ziel nach ca. 2 Stunden war das Café Waldidylle in Sievern. Dort sollte es eine spezielle Torte für uns geben, die extra für uns bestellt war. Da das jedoch nicht geklappt hat, konnte sich Jede nach eigenem Geschmack ein Stück aus dem leckeren Angebot wählen und außerdem wurde Kaffee und Kuchen aus unserer Kasse bezahlt.

So stand dem gemütlichen Kaffeeklatsch nichts im Wege.

Das Orga-Team musste sich kurz besprechen und den Plan etwas ändern, deshalb fuhren wir nun durch die Wiesen und Felder in Richtung Weidenzentrum. Der Tag der offenen Pforte war zwar schon beendet, aber ein netter Korbflechter bot uns noch eine sehr informative Führung über das Gelände an und konnte auch noch eines seiner Unikate an die Frau bringen.

Nun machten wir uns wieder auf den Weg Richtung Spieka mit einem Zwischenstopp in Cappel beim Hofladen Schwerdts. Dort wurde noch etwas gestöbert und eingekauft. Jetzt sollte es aber Richtung Abendessen gehen, da wir alle nach Kuchen und einigen süßen Getränken Appetit auf etwas Deftiges hatten. Auf dem Weg kam uns Hiltrud mit dem Fahrrad entgegen, sie hatte uns am Anfang schon ein Stück mit dem Rad begleitet und war aber zum Café mit dem Auto gefahren. Beim Gasthof Peter in Spieka warteten dann Dagmar und Elke auf uns, die auch mit dem Auto beim Café und dem Weidenzentrum waren.

Bevor das Essen auf den Tisch kam, gab es noch ein lustiges Spiel, bei dem wir auf unserem Kopf auf Pappteller Motive zeichnen mussten. Als Überraschung gab es dann Labskaus mit allem drum und dran und ein leckeres Dessert. Mit der Auswahl waren wir sehr zufrieden. Auf dem Tisch lag kleine Holzdeko mit verschiedenen Motiven und alle dachten, dass damit das nächste Orga-Team bestimmt werden sollte. Hil-

trud machte es noch etwas spannend, um dann zu verkünden, dass sich Bettina und Manuela als neues Team für die Tour 2024 angeboten haben. Wir bedanken uns herzlich bei Hannelore, Hiltrud und Irmi für die schöne Tour.

Text: Sabine Damm Bilder: Silke Stein



Das Organisationsteam der Fahrradtour



Suchanneck GmbH

Heizungs- und Sanitärservice

24 Stunden Notdienst

Außer-Haus-Verkauf

von Heizungsund Sanitärartikeln

Nordholz · Dorfstraße 126 27639 Wurster Nordseeküste Telefon 0 47 41 / 18 14 10 Telefax 0 47 41 / 18 14 30 Fachbetrieb
für Heizungs- und
Sanitärservice, Öl-,
Gas- und Brennwerttechnik,
Solaranlagen, Kaminerneuerung,
Badsanierung und Regenwassernutzung

Wanhödener Straße 5 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon: 0 47 41 - 60 34 20 www.tierarztpraxis-in-nordholz.de

Terminsprechzeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag:

8:00 - 12:00 Uhr + 15:00 - 18:00 Uhr

Mittwoch:

8:00 - 12:00 Uhr

Freitag:

8:00 - 12:00 Uhr + 15:00 - 17:00 Uhr

TIERARZTPRAXIS NORDHOLZ

Uta Johannlükens



ANZIEHBAR

Mode für Sie & Ihn

Telefon: 04741 /6039613

f

facebook.com/anziehbarnordholz

(O)

anziehbar.wnk

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 11:00 - 18:00 Uhr

Sa.: 10:00 - 13:00 Uhr

Feuerweg 6b, 27639 Wurster Nordseeküste Inh. Nicole Reichenstein

"Müller Girls" / Fit Gym Girls auf Neuwerk

Wie jedes Jahr geht es wieder auf die Insel Neuwerk. Treffen 19.08.2023 7:30 Uhr in Sahlenburg, Fahrgemeinschaften wurden gebildet, sodass alle pünktlich ankamen. Freudige Begrüßung, etwas schnacken, alles abklären!

Fröhlich und mit Sonnenschein gingen wir, 8:00 Uhr, mit 10 Frauen ins Watt. Kurz zurück winken, "halt" ruft Hiltrud, "schnell noch ein Foto", ein Beweisfoto, dass auch alle gut angekommen sind, für uns – doch kein Problem. Wir kamen zügig voran, die Priele waren gut, wenn auch vorsichtig, zu durchqueren. Im Watt waren einige größere Gruppen mit Führung zu beobachten.

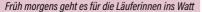
Die Wattwagen überholten uns, in einem davon 6 Frauen von uns. Ein lautes "Hallo" wurde zugerufen mit der Frage: "Wie seiht es aus? Wie ist das Watt?", das interessierte. Die Sonne wärmt und die Jacken werden ausgezogen. Die Strecke laufen zu können ist wunderbar, das Watt etwas Einmaliges.

Auf Neuwerk angekommen, ersteinmal die Insel begrüßen. So – nun auf zu Fock auf den Hof. Füße waschen, umziehen, zum Essen "fein machen". Es gibt eine leckere Suppe mit Würstchen, sehr lebhaft geht's zu auf der überdachten Terrasse.

Gestärkt geht es weiter die Insel erkunden, schauen was sich so verändert hat. Zuerst in die "Neuwerkstatt", diese befinde sich jetzt



Ein besonderes Fahrerlebnis auf der Insel









HOCHZEITSBEGLEITUNG PAARMOMENTE AFTER-WEDDING

Celi.Artstudio • Celina Daube • www.celi-artstudio.de • info@celi-artstudio.de • info@celi-artstudio.de • info@celi-artstudio.de

in den Räumen der Inselschule. Es wird reingeschaut, gestöbert, der eine oder andere wurde fündig. Die Schuleinrichtung ist zum Teil noch vorhanden, zu unserem entzücken. Eine kleine Pause im Schulgarten muss sein, herrlich.

Kaffee, das wäre jetzt prima, "aber wo?" ist die Frage. Durch die vielen Gruppen ist die Insel gut besucht. Wir steuern Griebel an, finden alle einen Platz, bestellen Kaffee. Der tut gut! Eis wurde bestellt mit... Ja, was? Kürbiskernöl auf Eis? Doch das ist lecker. Neugierig geworden bestellen alle, und, Überraschung, es schmeckte sehr gut!

Die Zeit verging schnell und wir müssen ja noch zu Hartmut in den Inselladen. Wir werden erwartet, das hat Tradition. Ein Schauer geht wieder, macht nichts, wir sind im Trockenen. Nach einer kurzen Zeit hört es auf zu regnen und wir machen uns auf den Weg zum Hof von Fock. Dort genießen wir noch alle eine leckere Mahlzeit und freuen uns über den wieder so schönen Tag auf Neuwerk.

Zurück zum Festland geht es im Planwagen mit dem Trecker. Und schon heißt es einsteigen. Die Stimmung an Board ist prima, die Abendsonne lässt sich blicken, Dagmar freut sich, hat sie dies doch versprochen. Der Himmel und das Watt leuchteten in orange bis rötlichen Tönen um die Wette - wunderbar. Der Trecker ist gut in Fahrt, bleibt plötzlich stehen, was jetzt? Oh, das Wasser ist zu hoch, der Priel zu tief, wir müssen warten. Schwimmen möchte ja keiner. Die Wattwagen überholen, kommen gerade so durch. Es dämmert, Abendstimmung als wir in Sahlenburg ankommen. Alle etwas müde, aber einig: es war wieder ein herrlicher Tag, Wetter aut, typisch nordisch eben! Nächstes Jahr heißt es dann wieder: "Es geht nach Neuwerk". Wir verabschieden uns voneinander, selbstverständlich mit einem 3-fach "Knie beuat".

> Text: Gisela Köhler Bilder: Silke Stein



Ronald Wilksen GmbH

Geschäftsführer B. Eng. Henrik Schwerdts











Neubau/Anbau
Fenster / Türen
DachdeckerArbeiten
Wintergärten
Terrassen
Carports/Garagen
Zaunanlagen



Innenausbau Bodenbeläge Modernisierung Küchen Seniorengerechter Umbau - Beratung





Ronald Wilksen GmbH

Geschäftsführer B. Eng. Henrik Schwerdts Peilstelle 4 - Nordholz 27639 Wurster Nordseeküste 04741 - 7102

info@ronald-wilksen.de

www.ronald-wilksen.de

Unsere Muttertagstour

Auch in der Sportgruppe von Anne Brandes wird Muttertag gefeiert. Seit vielen Jahren treffen sich die Frauen am Montag nach Pfingsten. In diesem Jahr wurde auf eine Radtour verzichtet, damit alle dabei sein konnten. Treffpunkt war das Kurt Küchler Heim.

Bei wunderbarem Wetter fand das Kaffeetrinken im Außenbereich statt. Aber es wurde nicht nur geklönt: mit lustigen Pantomime- und Ratespielen vertrieben die Sportlerinnen die Zeit. Auch die Bewegung kam nicht zu kurz. Ingrid, Birgitt und Rosemarie übten mit den Anwesenden einen Tanz ein. "Komm wir fahr'n nach Amsterdam" schallte es über den Sportplatz und alle gaben ihr Bestes.

Nach dem unterhaltsamen Nachmittag ging es zum Vereinslokal Picker. Bei einem leckeren Fischessen und viel Geplauder ließ man den Tag ausklingen.

Text und Bild: Anne Brandes



Nicole Doss übergibt Eltern-Kind Turngruppe

Wehmütig steht Nicole in der Schulsporthalle mit dem Wissen, dass es ihre letzte Übungsstunde mit der Eltern-Kind Turngruppe ist.

Seit 2017 leitete Nicole die Gruppe mit zum Teil weit über 35 Kindern und ist in mehreren sportlichen Bereichen als Übungsleiterin in der TSG Nordholz unterwegs. Auf Grund von beruflichen Veränderungen musste Nicole nun die Gruppe abgeben. Gleich vier Nachfolgerinnen (Alina Rode, Jenny Wittke, Kati Lange-Garms und Kimberly Zusek) konnten für die zukünftige Leitung und Durchführung gefunden werden. Wir freuen uns sehr derüher dass die

Eltern-Kind Turngruppe auf diesem Wege bestehen bleiben kann.

Die Eltern aus der Gruppe haben sich für die Verabschiedung von Nicole etwas ganz Besonderes einfallen lassen. Im Laufe der Übungsstunde wurden auf vorbereiteten



Schlüsselfertige Häuser nach Ihren Vorstellungen, Stahlbetonbau, Renovierungen, Sanierungen, Maurerarbeiten

Nordholz Scharnstedter Weg 44 27639 Wurster Nordseeküste Telefon (0 47 41) 75 49 Telefax (0 47 41) 74 88 RIEPET

Baugeschäft

Papier-Ahornblättern durch die Eltern liebe Abschiedsworte verfasst und durch die Kinder an Nicole überreicht. Am Ende wurde Nicole von den vier neuen Übungsleiterinnen ein Bild mit einer Blume überreicht, deren Blüten die Fingerabdrücke der Kinder darstellen. Ein Blumenstrauß gab es ebenfalls.

Im Anschluss bedankte sich auch der 1. Vorsitzende Frank Bretschneider bei Nicole mit einem Blumenstrauß für das unermüdliche Engagement und freut sich gleichwohl, dass Nicole in den anderen Gruppen weiterhin als Übungsleiterin erhalten bleibt.

Sichtlich emotional berührt bedankte sich Nicole für die Geschenke und verabschiedete sich mit lieben Worten aus der Gruppe.

Text und Bilder: TSG Nordholz



von links: Kati Lange-Garms, Alina Rode, Nicole Doss, Jenny Wittke



Logopädin und Dipl. Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin Behandlung von

Atem-, Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen

courie

LRS, Legasthenie und Dyskalkulie Nordholz Dahlienweg 5 27639 Wurster Nordseeküste

Tel.: 04741 900747 Fax: 04741 900748

Mail: info@logopaedie-nordholz.de

Web:

www.logopaedie-nordholz.de

Line Dance

Line Dance draußen?!

Das geht und kann sogar richtig Spaß machen!

In den Sommermonaten ist es in der Sporthalle kaum auszuhalten vor Hitze und stickiger Luft. Diese Erfahrung hatten wir im Jahr 2022 machen müssen, als wir während der Ferien das Training durchgehend anbieten wollten. Die Beteiligung war dementsprechend niedrig. Also stimmten wir in diesem Jahr für eine 6-wöchige "Hallenpause". Viele Tänzer wollten auch in Urlaub fahren, so gab es nur ein paar wenige sehr Line Dance-Süchtige die ungern 6 Wochen ganz auf Line Dance verzichten wollten. Also überlegten wir, wo wir sonst trainieren könnten bei solcher Hitze, "Na, im Watt natürlich!" "Eeeeeecht? Das geht?" "Na klar!". Es gab tatsächlich einige Termine, zu denen an passendem Tag und Uhrzeit Ebbe war.

Leider konnten, wegen des in diesem Jahr schlimmen Regenwetters, nur 2 Termine stattfinden. Aber die waren dafür umsoschöner! Wir tanzten auf dem Dorum-Neufelder Watt, dass die Wattwürmer Kopfweh bekamen in den herrlichsten Sonnenuntergang hinein. Der ein oder andere späte Spaziergänger und eine Wattwandergruppe erfreuten sich an unserer kleinen "Show". Zwischendurch saßen wir gemütlich picknickend und schwatzend am Strand und ließen uns die sommerliche Brise um die Nase wehen. Als es dunkelte, gingen wir glücklich und müde getanzt mit dem festen Vorsatz auseinander, das im nächsten Sommer auf jeden Fall zu wiederholen.



Das diese Sommerferien so verregnet werden würden, konnte ja keiner ahnen! Gut also, dass wir auch an drei Trainingstagen das Vereinsheim zum Tanzen nutzen konnten, da die Jumping-Fitness Gruppe am Montag drei Wochen Ferienpause einlegte. Also fanden in kleiner Runde drei entspannte Tanztreffs im KKH statt, wo wir trotz Sommerhitze deutlich besseres Klima als in der Sporthalle hatten.

Der Herbst ist nun allmählich da und in der Sporthalle kann wieder ohne Saunaaufguss trainiert werden. Allmählich nimmt das Training wieder Fahrt auf und wir freuen uns immer über neue Interessenten, die mal ins Training reinschnuppern und sich vom Line Dance Fieber anstecken lassen möchten!

Allmählich trauen sich auch ein paar Tänzer mal in die Fremde: Zum Line Dance Frühstück nach Kirchhatten, zu dem die liebe Ela von den Heel Jacks eingeladen hatte, fuhren wir zu fünft. Zum Train Up von Tobias fuhren drei Tänzerinnen sogar mit nach Celle! Leider sind die Wege zu Line Dance Veranstaltungen bei anderen Clubs und

Vereinen oft recht weit. Zum Glück steht unsere eigene Weihnachtsfeier bald schon wieder vor der Tür!

Einen Videozusammenschnitt vom Wattanzen findet ihr unter: www.tsgnordholz.de/ sportangebote/line-dance/

Text und Bilder: Maren Kießkalt







OP 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: info@optikeggers.de