

So geht Sport heute!

SPORT · FREIZEIT · FITNESS · GESUNDHEIT

www.hntonline.de

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.  
Cuxhavener Straße 253 · 21149 Hamburg  
Tel. 040 / 701 74 43 · sportbuero@hntonline.de

Öffnungszeiten Sportbüro  
Mo / Di / Do: 09:00 - 11:00 Uhr  
Mo / Di / Do: 16:00 - 19:00 Uhr



„Zeig allen, was in dir steckt!“

## Heute ist Kinderolympiade!



Malte Stangenberg (mitte) mit Sportbund-Präsident Jürgen Mantell (v.l.), Mark Schepanski (HNT), Sportsenator Michael Neumann und Moderator Ulrich Lopatta.

Am heutigen Samstag steigt wieder die 10. Hamburger Kinderolympiade! Alle Kinder von 5 bis 10 Jahren sind daher heute noch in den Sportpark Opferberg, Cuxhavener Straße 271, eingeladen! Hamburgweit veranstalten die Hamburger TopSportVereine – im Hamburger Süden exklusiv die HNT – den jährlichen Nachwuchswettbewerb. Zwischen 11 und 14 Uhr gilt es einen Parcours zu durchlaufen. Allen Teilnehmern winken kleine Preise. Die erfolgreichsten Nachwuchssportler nehmen schließlich für den Hamburger Süden am Kinderolympia-Finale in der Alsterdorfer Leichtathletikhalle teil. Einfach Sportzeug anziehen, kom-

men, mitmachen und riesigen Spaß haben! Die Teilnahme ist für alle Kinder natürlich kostenlos. Übrigens: Der frischgebackene neue Deutsche Jugendmeister im Blockwettkampf Wurf, Malte Stangenberg von der HNT, ist ein ehemaliger Sieger der Hamburger Kinderolympiade. Das Talent des heute 14-Jährigen wurde damals erkannt und weiter gefördert. Gemeinsam mit HNT-Vizepräsident Mark Schepanski war er daher jetzt zur offiziellen Pressevorstellung der 10. Hamburger Kinderolympiade eingeladen und konnte dort dem Hamburger Sportsenator Michael Neumann von seinen tollen Sporterebnissen berichten.

## WM-Titel für HNT Ju-Jutsu-Team!

### Erfolg beim World-Cup im britischen Norwich

Es war ein wahrhaft erfolgreiches Wochenende für das HNT Ju-Jutsu-Team Ende August beim World Cup der WMAC in Norwich/England: Insgesamt fünf WM-Titel und zusätzlich noch zwei Silbermedaillen holten die drei HNT-Jungs Eric Hammel, Stev Zwonarz und Christian Kautz nach Hause! Und gleichzeitig hat das übrige Team in Hamburg bei der Europameisterschaft im „Mixed Martial



Sieger: Eric Hammel

Arts (MMA)“ in der Hamburger Markthalle einen tollen Showact als Rahmenprogramm vor dem Hauptkampf abgeliefert.

## Ärzte dringend gesucht! Betreuung für HNT-Herzsportgruppen

Die HNT sucht dringend Ärzte zur Betreuung der HNT-Herzsportgruppen. Eine Aufwandsentschädigung wird gezahlt. Die begleitenden Ärzte können selbst-

verständlich auch selbst am Sportangebot teilnehmen. Interessierte Ärzte melden sich bitte unter Telefon 70382435 oder per E-Mail an reha@hntonline.de.



„Danke, Ulli!“

## Abschied nach 50 Jahren

Die HNT sagt Ursula Depewitsch „Danke“ für 50 Jahre Übungsleiterstätigkeit in der HNT-Turnabteilung, Ulli, wie sie von allen genannt wird, kam vor 50 Jahren in den Verein und war von Beginn an auch Übungsleiterin. Die von ihr geleiteten Gesundheitssport-Kurse „Knie- und Rückenschule“ waren bis zuletzt stets vollbesetzt. Hatte Ulli damals noch ohne Lizenz angefangen, erarbeitete sie über die Jahre diverse Qualifikationen und praktisches wie auch theoretisches Fachwissen. Bis zu sechsmal in der Woche leitete sie das jeweilige Training an. Das HNT-Präsidium zeichnete sie bereits mit der silbernen und der goldene Ehrennadel des Vereins als Anerkennung für ihr langjähriges Engagement aus. „Die

HNT bedankt sich für eine tolle Zusammenarbeit, für die Leidenschaft und das unermüdete Engagement bei vielen Tätigkeiten. Wir wünschen Dir, liebe Ulli, alles erdenklich Gute für die Zukunft. Bleib gesund!“



## Paartanz neu entdecken

### Bei der HNT Gesellschaftstanz lernen

Tanzen lernen für wenig Geld, aber mit Spaß und guter Laune – am 23. September startet der neue Beginner-Kreis unter der Anleitung von ADTV Pro-Tanzlehrer Mario Tessmann im VIP-Raum der CU Arena im BGZ Süderelbe, Am Johannisland 2. Grundschriffe, Drehungen sowie Cha-Cha-Cha, Disco-Fox, Walzer, Swing und Salsa stehen ebenso auf dem Programm, wie andere tänzerische Bewegungen, die Frau und Mann zu allen Gelegenheiten tanzen können. Der Tanzkreis ist für alle geeignet, die den Paartanz kennenlernen, erstmals richtig vertiefen

oder nach langer Zeit wieder einsteigen wollen. Zwölf 90-minütige Einheiten von 19 bis 20.30 Uhr sind nicht nur Unterricht, sondern auch ganz viel Tanzspaß mit dem neu Gelernten. Auch wer (noch) nicht HNT-Vereinsmitglied ist, kann selbstverständlich dabei sein. Für Vorbereitung auf die Hochzeits- und Ballsaison gibt es zudem einen neuen vierwöchigen Kurs, der ebenfalls am 23. September am selben Ort und zur selben Zeit beginnt. Anmeldung und Information zu beiden Kursen im HNT-Sportbüro, Telefon 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

## +++ Termine +++ Termine +++

- Sa, 12. September, 13 Uhr HNT 1: Kosova 2, Sportanlage Opferberg
- So, 13. September, 13 Uhr HNT 2: Harburg Türk-Sport, Sportanlage Opferberg
- So, 20. September, 11 Uhr Senioren: Radtour zum Freilichtmuseum Kiekeberg, Fachvortrag „Wenn das Gedächtnis nachlässt!“ Klubraum im HNT-Vereinhaus
- Do, 24. September, HNT Flames: Neumünsteraner Diablos, Uwe-Seeler-Halle
- Sa, 26. September, 12 Uhr

Weitere Infos immer aktuell im HNT Sportbüro, Telefon 7017443

## Kinderfußball

### Training für Nachwuchs-Kicker

Für Jungen und Mädchen hat die HNT-Fußballabteilung jetzt eine tolle Gelegenheit in den Fußballsport einzusteigen. Auf dem Kunstrasenplatz der Stadtteilschule Fischbek-Falckenberg, Heidrand 5 (Zugang auch über Störtebekerweg) wird unter fachkundiger Anleitung mit viel Spaß ge-

ten trainiert. Wer mitmachen möchte kommt einfach vorbei: Die Jahrgänge 2006/2007/2008 trainieren jeweils Montag von 17 bis 18.30 Uhr, die Jahrgänge 2009/2010/2011 jeweils mittwochs ebenfalls von 17 bis 18.30 Uhr. Infos gibt es bei Andreas Kahl, Mobil 0176-48262970 oder E-Mail fussball@hntonline.de.

## Neuer Workshop für Anfänger

### HNT-Linedance selbst erleben!

Wie viel Spaß Linedance macht konnten jetzt besonders die Besucher des Stadteifestes „Neugraben erleben“ einmal ganz hautnah erleben. Mit mehreren Auftritten sorgte die Linedance-Truppe der HNT dort für große Begeisterung. Für alle, die Linedance selbst einmal kennenlernen und ausprobieren möchten, gibt es jetzt eine passende Gelegenheit. Ab Dienstag, 13. Oktober startet der neue HNT-Linedance-Workshop für Anfänger. An zehn Abenden – jeweils dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr – erleben die Teilnehmer eine spezielle Tanzart, bei der die Tänzerinnen und Tänzer in Reihen nebeneinander tanzen. Einen direkten Tanzpartner braucht es dazu nicht. Jeder tanzt für sich –

und letztlich doch alle zusammen! „Der Einstieg ist einfach. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich“, erklärt HNT Linedance-Trainerin Kerstin Muche. Neueinsteiger erlernen im Workshop-Kurs einfache Choreographien, die für jede Altersklasse sowie für Frauen und Männer gleichermaßen geeignet sind. Linedance hat seinen festen Platz in der Tanzszene erobert: „Geeignet ist Linedance für wirklich jeden, ganz egal wie alt, groß, klein, dick oder dünn jemand ist“, betont die Trainerin. Der Kursbeitrag beträgt für HNT-Mitglieder 50 Euro, Nichtmitglieder sind mit 60 Euro dabei. Anmeldung und Information im HNT-Sportbüro, Telefon 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

## Auszeichnung für HNT-Fußballer

### Kreisligisten erhalten Preis „freundlich und fair“

Beim 8. Jahresempfang des Hamburger Fußball-Verbandes wurde das Kreisligateam der HNT-1. Herren mit dem „freundlich & fair“-Preis der Sparda-Bank Ham-

burg ausgezeichnet. Ein Beweis dafür, dass im Fußball mit fairen Mitteln, Ehrgeiz und Freude einiges erreicht werden kann – eben „Fußball freundlich und fair“!

Neuer HNT-Ausrüster

Gemeinsam Gewinnen!

„Erima“-Produkte zu einem stark vergünstigten HNT-Verkaufspreis inklusive Beflockung angeboten werden. Alle Produkte aus dem Erima-Katalog können jetzt als HNT-Kollektion vergünstigt gekauft werden. Bestellungen sind ausschließlich bei Sport Glume möglich.

SPORTGLUME erima

Ein starkes Team  
Gemeinsam gewinnen!

Ihr Teamsport-Ausrüster

SPORTGLUME  
im Zentrum Neugraben Groot Enn 4  
21149 Hamburg  
Tel. 040/7017330

INTERSPORT GRUPE

Helmut Pieper • Schlosserei

Inh. Margret Pieper

Drahtzäune, Gitter, Tore auch mit Automatik

Schlossnotdienst während der Geschäftszeit • PROGAS-Vertriebsstelle

Cuxhavener Straße 255 • 21149 Hamburg • Tel. 701 83 20 • Fax 701 49 01

Bodenbeläge • Gardinen • Sonnenschutz • Wohnaccessoires • Farben • Tapeten

NORDHAUSEN  
Raumgestaltung

Freude am Schönen Wohnen.

HH-Neugraben • Groot Enn 1-3 • Tel. 701 70 24 • www.nordhausenraumgestaltung.de

FitHus www.fithus.de Powered by HNT

Mo - Fr. 8:30 - 22 Uhr • Sa + So 10 - 18 Uhr

## HNT-FitHus – die bessere Alternative!

### Sparen an den „Tagen der offenen Tür“

Vielseitige Angebote für alle Altersgruppen und eine im Hamburger Süden einzigartige Auswahl fairer Mitgliedsbedingungen bietet das HNT FitHus, das Vereinssportstudio der HNT. Keine Vorauszahlungen, sondern stets monatliche Beitragseinzüge bei allen Tarifen sowie eine Mindestmitgliedschaft von lediglich drei Monaten sind nicht überall zu finden. Interessierte können das Angebot jederzeit ausgiebig kostenfrei testen. Mit dem Willkommenspaket können, neben einem von den top-ausgebildeten Trainerinnen und Trainern des FitHus – darunter einige Physiotherapeuten – angeleiteten Probetraining, auch zwei der fast 50 wöchentlichen Kurse ausprobiert werden. Laufende Zusatzkurse – die auch zumeist von Nichtmitgliedern gebucht werden können – erweitern das bewährte und stets den neuesten sport- und gesundheitswissenschaftlichen Erkenntnissen angepasste Trainingskonzept. Mit den Tagen der offenen Tür ist der Einstieg mit dem Motto „hingehen,

„Hingehen, informieren und ausprobieren!“

Keine Aufnahmegebühr!

FitHus HNT Sport und Freizeit

26.09.-03.10.

TAGE DER OFFENEN TÜR

www.fithus.de

informieren und ausprobieren“ vom 26. September bis 3. Oktober besonders attraktiv: Alle Einsteiger, die sich an diesen Tagen für eine Mitgliedschaft entscheiden sparen den sonst üblichen Aufnahmebeitrag von 40 Euro! Also: den Schwung des Spätsommers nutzen, vorbeikommen und FitHus-Mitglied werden!

HNT FitHus-Infotelefon 7015774 oder direkt im HNT FitHus, im BGZ Süderelbe, Am Johannisland 2, direkt am S-Bahnhof Neugraben.