HAUSBRUCH-NEUGRABENER TURNERSCHAFT VON 1911 e.V. • HAMBURG •

Die HNT

Ausgabe 1 - Februar 2019

HNT-Fußball

Kinder, Jugendliche, Frau oder Mann –
Spiel & Sport für jeden!

So geht Sport heute!

erima
SPORTSWEAR SINCE 1900

Liebe Mitglieder, liebe Freunde der HNT,

wir freuen uns, Ihnen auch mit dieser Ausgabe unserer Zeitung erneut ein buntes Potpourri aus dem Leben in unserem Verein vorzustellen.

In der Titelgeschichte schauen wir dieses Mal auf unsere Fußballabteilung. Im vergangenen Jahr hat sich rund um das runde Leder viel in der HNT getan und auch die Zukunft verspricht so einiges. Der erfolgreiche Nachwuchs, unsere neue Damenmannschaft – aber ich möchte nicht zu viel verraten. Stöbern Sie in den Artikeln und lernen Sie den Fußball in der HNT besser kennen.

Wir blicken wie immer auf das eine oder andere Ereignis zurück, auf die tollen Erfolge unserer Sportler und großartige Events wie unsere Winter-Gala. Andere Veranstaltungen und Angebote werfen unterdessen schon ihre Schatten voraus. Schauen Sie einfach einmal herein. Bestimmt entdecken Sie in unserer umfangreichen Auswahl genau das richtige Sportangebot für sich. Besuchen Sie uns bei einem der zahlreichen Events in 2019. Wir freuen uns schon sehr auf Sie.

Was wir Ihnen auch sehr ans Herz legen möchten, sind die letzten drei Heimspiele der Damen des Volleyball-Teams Hamburg. Seit der Übernahme der Lizenz des Zweitligisten im vergangenen Sommer durch die HNT gehören die VTH-Damen zu unserer großen Familie. Und in diesen Tagen kämpft diese Mannschaft, die den Stadtteil Neugraben über so viele Jahre weit über die Grenzen Hamburgs hinaus repräsentiert und herausragend vertreten hat, um den Verbleib in der 2. Bundesliga. Deshalb sagen wir: Unterstützt unsere Mädels im Kampf gegen den Abstieg! Lasst uns die CU Arena bei den letzten drei Heimspielen der Saison vollmachen!

Auch für die HNT hält das noch junge Jahr viele Herausforderungen bereit. Unser Stadtteil wächst schnell und stetig weiter. So stehen auch wir vor neuen Aufgaben. Wie können wir neuen Raum für die vielfältigen Angebote schaffen und sichern? Hier sind auch wir als Sportverein gefordert, Lösungen zu finden. So werden wir weiter Ideen für den Sportpark Opferberg entwickeln und mit unseren Mitgliedern, Behörden und Politik in einen regen Austausch gehen, um bald erste Ergebnisse präsentieren zu können.

Hier ist es mir wichtig, auch einen großen Dank an alle loszuwerden, die sich an den Diskussionen rund um die Veränderungen in unserem Verein beteiligt haben und es noch tun werden. Auch wenn wir teilweise kontrovers diskutieren und es manchmal hoch hergeht, in den geführten konstruktiven Diskussionen verlieren wir alle das Wohl unseres Vereins nicht aus den Augen. Für uns als Präsidium ist es von großer Wichtigkeit, möglichst viele Sichtweisen in unsere Entscheidungsfindung einzubeziehen. Das ist gelebte Demokratie und darauf können wir stolz sein.

Eine gute Gelegenheit mitzugestalten ist die kommende **Delegiertenversammlung** – wie die Jahreshauptversammlung in der HNT genannt wird – am **Montag, 29. April um 18.30 Uhr** im HNT Vereinshaus. Neben den von den HNT-Abteilungen gewählten Delegierten sind auch alle Vereinsmitglieder und Gäste willkommen.

Wir freuen uns auf ein spannendes Jahr mit allen Bewohnern unseres Stadtteils!

Ganz herzliche Grüße

Karen Hacker
HNT-Präsidium

Die HNT

Hausbruch-Neugrabener
Turnerschaft von 1911 e.V.

Info und Beratung

Sport - Fitness - Freizeit
Gesundheit - Reha - Kurse
Mitgliedschaft - Beiträge
Termine - Vermietung

Das HNT-Sportbüro
im HNT-Vereinshaus
Cuxhavener Straße 253
21149 Hamburg

Telefon 040 7017443
Telefax 040 7012210
E-Mail sportbuero@hntonline.de

Öffnungszeiten
Mo bis Fr
9 bis 11 Uhr
und Mo bis Do
16 bis 19 Uhr

HNT Sportstudio FitHus
im BGZ Süderelbe
Am Johannisland 2
21147 Hamburg

Telefon 040 7015774
Telefax 040 7014871
E-Mail fithus@hntonline.de

Öffnungszeiten
Mo und Fr
8 bis 22 Uhr

Di bis Do
8.30 bis 22 Uhr

Sa und So
10 bis 18 Uhr

HNT-Fußball: Begeisterung für das runde Leder

Kinder, Jugendliche, Frau oder Mann – Spiel & Sport für jeden!

Fußball ist und bleibt eine der beliebtesten Sportarten der Welt. Das spürt auch die HNT. Immer mehr fußballbegeisterte Sportlerinnen und Sportler schließen sich der HNT an. Dabei spielt das Alter überhaupt keine Rolle.

„In der jüngsten Gruppe, der Ballschule, haben wir einen sehr tollen Zuwachs verzeichnen können. Die Kinder kommen schon mit drei Jahren zu uns ins Training. Außerdem haben wir seit Kurzem eine neue Damen-Mannschaft und entwickeln auch die ‚Alten Herren' immer weiter und es gibt mittlerweile eine sehr erfolgreiche HNT Futsal-Mannschaft im Herrenbereich", fasst Christian Danylec zusammen. Nach dem erfolgreichen Abschluss seiner Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann unterstützt er die HNT Fußballabteilung im administrativen Bereich und bei der Weiterentwicklung. „Der eingeschlagene Weg wäre ohne den langjährigen Abteilungsleiter Andreas Krahl so nicht möglich gewesen. Andreas hat sich in den letzten Jahren mit voller Energie der HNT und seiner Fußballabteilung gewidmet. Auf diesem Wege möchte ich ein großes Dankeschön und ein riesiges Kompliment aussprechen. Die erbrachte Leistung von Andreas ist wirklich klasse."

Natürlich tragen alle ehrenamtlichen Trainer, Betreuer und Übungsleiter ihren Teil zur tollen Entwicklung bei. „Ohne die Unterstützung und engagierte Mitarbeit aller Ehrenamtlichen würde die HNT-Fußballabteilung auf der Stelle stehen. Wir wollen uns stets weiterentwickeln und den eingeschlagenen Weg fortsetzen. Unser Anspruch ist dabei, in den nächsten Jahren für jeden Jahrgang eine Mannschaft stellen zu können. Dazu benötigen wir immer noch neue Trainer sowie natürlich Spielerinnen und Spieler. Wir schaffen dazu gerade den nötigen Rahmen, um von unten nach oben aufzubauen und den Spielerinnen und Spielern so lange wie möglich in der HNT eine Heimat zu bieten", blickt Christian Danylec in die Zukunft. **Wer Lust hat, in der HNT-Fußballabteilung mitzumachen, ist stets herzlich willkommen!**

Informationen und weitere Kontaktdaten gibt es im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder per E-Mail sportbuero@hntonline.de.

Verstärkung gesucht!

Neue Damen (30+)

Bei der HNT kickt jetzt auch ein Damen-Team. Anfang des Jahres hat der Verein sein Angebot im Bereich Frauen- und Mädchenfußball um eine weibliche Ü30-Mannschaft erweitert. Getreu dem Motto „Echte Frauen spielen Fußball" treffen sich die „Mädels" immer dienstags von 20.15 bis 21.15 Uhr und donnerstags von 20 bis 21 Uhr im HNT Sportpark Opferberg, Cuxhavener Straße 271a. Der Spaß kommt bei der sympathischen Truppe dabei nie zu kurz. Jetzt suchen die 1. Damen noch Verstärkung.

„Es hat bei uns einfach dermaßen im Fuß gekribbelt, dass wir etwas dagegen tun mussten", erklärte Spielerin Yvonne Petrich. „Fußball ist unsere Leidenschaft und das wollen wir auch aktiv ausleben." Wer sich den HNT-Mädels anschließen möchte, ist herzlich zum Probetraining eingeladen und kommt einfach vorbei! Fragen beantwortet Yvonne Petrich, E-Mail y.petrich@hntonline.de.

Alte Herren (32+)

Ganz spontan hatten sich die „Alten Herren" im Januar zum 34. Willi-Uder-Cup angemeldet. Dabei bewiesen die Fußballer der Turnerschaft, dass sie alles andere als alt sind. Beim traditionellen Harburger Hallenturnier, dessen Erlöse an die Behinderteneinrichtungen der Elfenwiese gehen, erspielten sich die HNT-Kicker die Anerkennung ihrer Gegner. „Wir hatten eigentlich gedacht, dass wir gegen die Mannschaften, die voll im Spielbetrieb sind, nicht viel ausrichten können", sagte HNT-Spieler Andreas Krahl. „Es sah dann aber anders aus, wir sind nicht Letzter geworden."

Nach diesem Erfolg suchen die „Alten Herren" der HNT nach neuen Herausforderungen – und auch noch nach neuen Mitspielern. Die Mannschaft trainiert immer dienstags ab 20 Uhr in der Störtebekerhalle. Sobald die Temperaturen steigen, geht es auf den Kunstrasen im HNT Sportpark Opferberg. Wer Lust hat, Teil dieser fußballbegeisterten Truppe zu werden, kann gerne beim Training vorbeikommen. Spielberechtigt ist, wer das 32. Lebensjahr vollendet hat.

2. D-Juniorinnen halten Kurs

Die 2. D-Juniorinnen der HNT haben ihre erste Hallensaison mit viel Spaß und Erfolg gemeistert. Zu Beginn hatte die junge Truppe der Staffel-Konkurrenz noch nicht viel entgegenzusetzen. Mit jedem Match fanden sie jedoch besser zueinander. Das Saisonziel war schon vor dem letzten Spieltag erreicht: Spaß am Fußball und kein letzter Tabellenplatz. Nach der tollen Hallensaison brennen die Mädchen jetzt auf die Feldsaison, der Feinschliff dazu erfolgt im Frühjahrs-Trainingslager an der Ostsee.

Das FitHus-Kursprogramm

Montag
8:15-9.45 Hatha-Yoga
9:15-10:15 WLS-Gymnastik
9:45-10:45 Pilates
10:30-11:30 WLS-Gymnastik
10:45-11:45 Pilates
17:30-18:30 Zumba
17:30-18:30 Faszientraining
18:30-19:30 Bauch-Beine-Po
18:30-19:30 Qigong
19:30-20:30 Fitness-Yoga
19:30-20:30 Rücken-Fit
20:15-21:00 Entspannung & Stretching

Dienstag
9:00-10:15 Rücken-Yoga
10:15-11:15 Jumping World
17:30-18:30 Functional Training
18:00-19:00 Spinning
19:00-20:00 Spinning
18:30-19:30 Bauch-Beine-Po
19:30-20:30 Langhanteltraining

Mittwoch
9:00-10:00 Spinning
10:00-11:00 Workout
18:00-18:45 Step Aerobic I
18:45-19:45 Bauch-Beine-Po & Rücken
19:45-20:45 Zumba

Donnerstag
9:15-10:15 Fit 50 Plus
9:30-10:30 Zumba
10:15-11:15 Fit 50 Plus
16:30-18:00 Active-Aging-Yoga
18:00-19:30 Hatha Yoga
18:15-19:15 Jumping World
19:30-20:30 Spinning
19:30-20:30 Kraftworks

Freitag
9:30-10:30 Workout
10:00-11:00 Fit 50 plus
18:15-19:15 Jumping World
19:30-20:30 Ciu Punch

Samstag
11:45-12:45 Flying Dance
12:45-14:15 Intensiv-Yoga

Sonntag
10:30-11:30 Booty Workout
11:00-12:00 Spinning
12:30-13:30 Ciu Punch
13:00-14:00 Zumba

Krav Maga Selbstverteidigung
FitHus-Workshop am Sonntag, 24. März

Wer sich verteidigen können will oder einfach sicherer fühlen möchte, der ist im neuen FitHus-Selbstverteidigungs-Workshop genau richtig. Am **Sonntag, 24. März, von 12.30 bis 15.30 Uhr** werden unter der Anleitung von Dennis Pfeifer (Diplom-Sportwissenschaftler und Fitnesslehrer, Krav Maga-Instructor und -Team Leader, Nahkampf- und Selbstverteidigungsausbilder, Kampfsporttrainer) effektive und einfache Basis-Techniken kennengelernt, die auch unter realistischen Bedingungen und Stress funktionieren: Das Prinzip von „Krav Maga“. Es bedeutet auf hebräisch so viel wie Kontaktkampf und ist ein aus Israel stammendes, modernes, effektives und realistisches Selbstverteidigungs-System.
Ursprünglich für das Militär entwickelt, wurde es später für Zivilpersonen, Polizisten, Sicherheitsbehörden, Einsatz- und Spezialeinheiten adaptiert. Im FitHus-Workshop werden die wichtigsten Prinzipien, Grundlagen und Basis-Techniken kennengelernt sowie möglichst situationsnah und realistisch trainiert. Effektive Strategien zu erlernen, um aus bedrohlichen Situationen herauszukommen und das Selbstbewusstsein zu stärken, steht dabei im Vordergrund: „Jede und Jeder kann sich wehren!“
Der Beitrag beträgt für FitHus-Mitglieder 15 Euro (Nichtmitglieder 30 Euro). Sportkleidung und Handtuch bitte mitbringen. **Information und Anmeldung ab sofort direkt im HNT-FitHus, Telefon 040 7015774.**

Meditation
Kursstart: 22. März

Abschalten vom Alltag, neue Kraft tanken, den Kopf frei bekommen – diese Gelegenheit für „pure Entspannung“ bietet sich jetzt mit dem Kurs **„Meditation und Entspannung“** wieder im HNT-FitHus. Die fünf Kurseinheiten starten am 22. März, immer freitags von 17.45 bis 18.45 Uhr unter fachkundiger und einfühlsamer Anleitung von Kursleiterin Evelyn Schmidt. Eine gute Chance, besonders erholt vom Alltag ins Wochenende zu starten! Für FitHus-Mitglieder

ist die Teilnahme im Mitgliedsbeitrag bereits enthalten, Nichtmitglieder können den Kurs zum Beitrag von 48 Euro buchen. **Information und Anmeldung ab sofort direkt im HNT-FitHus, Telefon 040 7015774**.

Das HNT Sportstudio FitHus bietet ganz einfach alle Möglichkeiten aktiv, fit und entspannt zu werden und zu bleiben. Lust auf mehr Bewegung und Aktivität? Dann gleich einen Termin zum kostenfreien Probetraining vereinbaren!

HNT-FitHus im BGZ Süderelbe - Am Johannisland 2 - www.fithus.de
Infotelefon 040 7015774 - E-Mail fithus@hntonline.de

HNT Tennis-Nachwuchs

Erfolg beim Minicup in Neumünster

Knapp 50 tennisbegeisterte, aufgeregte Mädchen und Jungen kamen im Januar in Neumünster zum zweiten Turnier der Minicup-Saison 2018/2019 zusammen. Mit von der Partie waren auch die beiden HNT Tennis-Nachwuchstalente Arian Alaee (8) und seine Schwester Shania (9).

Neben den jeweils sechs zeitlich begrenzten Tennismatches absolvierten die Kinder zwischen den Spielen zudem einen Mehrkampf aus Weitsprung, Medizinballweitwurf, Zielwerfen und Laufen, der zu einem Drittel in die Wertung einfloss. Das intensive Training von Arian und Shania mit HNT-Cheftrainer Boris Weber machte sich bezahlt: Shania heimste einen Sieg nach dem anderen ein und musste sich letztlich nur einer Gegnerin geschlagen geben. Ihr Bruder musste erst vom Training auf dem Großfeld auf die Wetttkampfsituation auf dem Kleinfeld umschalten. Es gelang ihm aber sehr schnell, seine Spieltaktik der Feldgröße anzupassen. Seine Gegner waren danach nahezu chancenlos.

Trotz starker Konkurrenz, ungewohntem Terrain und Aufregung schafften es die beiden erneut, mit einem Pokal nach Hause zu fahren. Schon bei ihrem ersten Minicup im November hatten es beide auf das Treppchen geschafft. Dieses Mal durfte sich Shania über den zweiten, Arian über den dritten Platz freuen.

Tischtennis Regionalklasse

Saisonstart für SG Altenwerder-HNT

Die HNT Tischtennis-Jugendmannschaft belegte in der abgelaufenen Saison in der Staffel Süd einen beachtlichen zweiten Platz. Nun hat die neue Saison für die neugegründete Spielgemeinschaft Altenwerder-HNT mit Hermann und Albert Stumpf, Albert Blum sowie Kalim Hasselblatt (Foto v.l.) in der 1. Regionalklasse Jungen Ost begonnen.

Der Saisonauftakt mit dem Heimspiel gegen den VfL Tesperhude ging unglücklich mit 3:7 verloren, beim SV Wilhelmsburg folgte jedoch bereits ein 7:2-Sieg.

HNT-FitHus reduziert Einwegplastik

105 Trinkflaschen von Umweltstiftung „Rüm Hart“

Das HNT-FitHus hat sich erfolgreich an der Aktion der Umweltstiftung „Rüm Hart“ beteiligt und dafür 105 Trinkflaschen für seine Mitglieder erhalten. FitHus-Studioleiterin Marcela Bode freut sich über die tolle Aktion: „Sport und eine gesunde Umwelt sind zwei Seiten derselben Medaille.“ Andrea Janssen (Foto re.) von der Umweltstiftung „Rüm Hart“ ist begeistert vom Engagement im FitHus, „bereits kleine Beiträge zur Reduzierung von Einwegplastik summieren sich. Wenn jede Trinkflasche im Schnitt zweimal in der Woche eingesetzt wird, können jährlich mindestens 10.000 Einwegflaschen vermieden werden.“ Im FitHus soll zukünftig noch weiteres Einwegplastik eingespart werden. FitHus-Auszubildender Jonas Prim (Foto li.) hat berechnet, dass etwa im Saunabereich bisher jährlich rund 10.000 Plastikbecher verbraucht wurden. Vermeidbarer Plastikmüll, der nun ebenfalls stark reduziert werden soll.

flury services
FLURY SERVICES
GmbH & Co. KG
GEBÄUDEDIENSTE & SERVICEDIENSTE
Tel. 040-570 18 260
www.flury-services.de
Gern betreuen wir auch Ihre Immobilie!

Männer – ran an den Speck!

Jeden Donnerstag: MenFit 45+

Alle Männer ab 45 sind herzlich eingeladen, donnerstags in die Turnhalle Neugraben zu kommen. Von 19 bis 20 Uhr gibt es dort ein vielseitiges Kraft- und Ausdauertraining. Die großen Muskeln im Bauch, Rücken und in den Beinen sowie die kleinen, knochennahen Muskeln werden dabei gleichermaßen gekräftigt und auch der eigene Körper als Trainingsgerät genutzt. Für weitere Abwechslung im Programm sorgen diverse Kleingeräte wie Hanteln, Brazils, Stäbe, Bälle, Reifen, Kästen oder Bänke, die auch für Zirkeltraining und Wettkampfspiele genutzt werden.

Weitere Infos und Anmeldung im HNT Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

HNT Schlaganfallgruppe

18. Geburtstag des ersten Sportangebots dieser Art in Süderelbe

Im vergangenen November trafen sich die aktuellen Teilnehmer der Schlaganfallgruppe zu einem gemütlichen Beisammensein im Landhaus Jägerhof. Ebenfalls dabei war Michael Moser, der diese Gruppe vor 18 Jahren mit viel Engagement ins Leben gerufen hat.

Als leitender Physiotherapeut der Schlaganfallstation des AK Harburg brachte er als Übungsleiter über viele Jahre seine wertvollen Klinikerfahrungen im Umgang mit Schlaganfallpatienten in die Gruppe ein. Wie sehr ihm die Teilnehmer bis heute am Herzen liegen, war bei diesem Wiedersehen deutlich spürbar. Von Teilnehmern der ersten Stunde war der Satz „Du hast mich damals wieder auf die Beine gebracht!“ mehrfach zu hören.

Bevor es ans Büffet ging, fand Uwe Lessmann, der ebenfalls von Anfang an dabei ist, rührenden Worte für einen kleinen Rückblick mit vielen schönen Erinnerungen. Die Tatsache, dass alle Teilnehmer – zumeist mit Partner – anwesend waren, spricht für sich. Weitere Gäste des Abends waren die langjährige Übungsleiterin Ute Schwieger und Christa Kraska, die jetzt seit über einem Jahr die Schlaganfallgruppe leitet.

Aktuell sind in der Schlaganfallgruppe noch einige Plätze frei – die Teilnahme ist mit einer ärztlichen Verordnung oder als Selbstzahler und nach vorheriger Anmeldung möglich. **Rehaberatung**: Di., 9 bis 11 Uhr oder Mi., 16 bis 19 Uhr, Telefon 040 70382435 oder E-Mail reha@hntonline.de.

Nordic Walking

Aktiv in den Frühling starten!

Zum Frühlingsbeginn ist es jetzt die beste Zeit, sich fit für den Sommer zu machen! Die HNT bietet dazu ab 2. April einen Nordic-Walking-Kurs für Neu- und Wiedereinsteiger an. Die Gruppe trifft sich immer dienstags um 18 Uhr zu einer eineinhalbstündigen Tour durch das Fischbektal. Der HNT-Kurs endet voraussichtlich am 7. Mai. Wer im Anschluss dabei bleiben möchte, kann an den HNT-Walkinggruppen teilnehmen. Anmeldung und weitere Informationen bei Trainerin Susanne Kaden, Telefon 040 7968378.

„Du gehst wie Du stehst!“

Fußgymnastik: neue Termine

„Du gehst wie Du stehst!“ – Diese simple Weisheit weist darauf hin: Unsere Füße haben eine weit größere Bedeutung, als wir manchmal ahnen. Es lohnt sich also, mit bestimmten gymnastischen Übungen an der Fußgesundheit zu arbeiten – Dehnen, Kräftigen und Aktivieren. Und da die Bewegung in der Gruppe immer noch mehr Spaß macht, gibt es für das 1. Halbjahr 2019 zunächst fünf Termine, jeweils Samstag, 10.30 bis 12.30 Uhr: 23. Februar, 23. März, 27. April, 25. Mai und 22. Juni.

Anmeldung im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder an Meike Paul per E-Mail gesundheitssport@hntonline.de

NEU: Energydance – jeden Montag in Bewegung!

Vielfältige Trainingsimpulse zu motivierender Musik

Im Januar kamen erstmals 20 neugierige Teilnehmer neu zusammen, um mit Energydance ein ganz besonderes Ganzkörpertraining kennen zu lernen. Die rhythmischen und gleichzeitig dynamischen Bewegungsabläufe trainieren das Herz-Kreislauf-System ebenso wie Kraft, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung. Bei den fließenden und körperfreundlichen Bewegungen werden Spannungen abgebaut und neue Energie getankt. Dabei passt jeder sein Tempo und die Intensität der Bewegung seinem individuellen Fitnesslevel an.

Wer Lust auf eine Probestunde hat, kann jederzeit ohne Anmeldung vorbeikommen und mitmachen!
Die Gruppe trifft sich montags von 20 bis 21 Uhr in der Gymnastikhalle Hausbruch, Hausbrucher Bahnhofstraße 19.

Weitere Infos im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder per E-Mail gesundheitssport@hntonline.de

Zehn Jahre Line Dance in der HNT

Die Erfolgsgeschichte geht weiter

Zehn Jahre sind eine lange Zeit. Bei solch einem Jubiläum denkt man zurück: Wie schnell die Zeit doch vergangen ist, was man alles erlebt und was sich alles verändert hat.

Im Januar 2009 wurde erstmals ein Line Dance-Workshop bei der HNT angeboten. Initiatorin war Ute Körner, die damals noch im HNT-Sportbüro arbeitete. „Ich hatte immer viele Anfragen von Frauen, die gerne tanzen wollten, aber keinen Partner hatten“, erinnert sich Ute Körner. Daraufhin hat sie den damaligen Vorsitzenden der Tanzabteilung überzeugt, einen ersten Line Dance-Workshop anzubieten. Auch ein Trainer war schnell gefunden. Rosi Kessel, die mit ihrem Mann Bernhard die Gesellschaftstänzer trainierte, hatte bereits Erfahrung mit Line Dance. Sie erklärte sich bereit den Workshop durchzuführen. Die Resonanz war überwältigend: 95 Interessierte erschienen am 16. Januar 2009 zum Workshop in der Falkenberghalle (Foto links).

Und etwa 60 von ihnen traten dann am 1. April in die HNT ein. Die Geburtsstunde der Line Dancer. Getanzt wurde künftig in drei Gruppen und schnell war klar, dass wir uns einen Namen geben wollten. Nachdem wir uns auf den Namen „Jolly Boots“ geeinigt hatten, wurde ein Logo entworfen. Wir übten für Auftritte und absolvierten jährlich die Prüfung zum Deutschen Tanzsportabzeichen.

In den folgenden fünf Jahren wurde nur noch einmal ein Workshop angeboten. Das hatte zur Folge, dass der Mitgliederstand auf etwa 25 Personen sank. Das änderte sich 2014. Mit Kerstin Muche, die ihre ersten Line Dance-Schritte bei Rosi erlernt hatte, konnte die HNT eine zweite Line Dance-Trainerin gewinnen.

In den nächsten fünf Jahren folgten jährlich viele Highlights. Nicht nur vereinsintern hatten wir viele Veranstaltungen, wie beispielsweise die Black Coffee-Nachmittage, Auftritte, Vereinsfahrten und Line Dance-Partys. Auch außerhalb waren wir viel in Sachen Line Dance unterwegs. Seit 2014 wurde jährlich ein Workshop veranstaltet und die Mitgliederzahlen stiegen jedes Jahr kontinuierlich an. Mit Beendigung des Workshops im Januar 2019 hoffen wir, in Kürze erstmals die Schallmauer von 100 Mitgliedern zu durchbrechen. Natürlich sind wir stolz, dass immer mehr Tänzer den Weg in unseren Verein finden. Um weiter zu wachsen, werden wir mehr Platz und neue Räumlichkeiten brauchen.

Nach zehn Jahren blicken wir mit Stolz zurück. Heute sind wir viele Line Dancer, die zu guten Freunden geworden sind. Viele von uns sind fest in der Line Dance-Szene etabliert. An drei Tagen in der Woche kann man bei uns neue Tänze lernen und das Alte festigen.

14 Tänzer sind seit den Anfängen im Jahr 2009 noch dabei. Grund genug für Ute und Jürgen Körner, die „alte Garde“ zum Jubiläum zu einem Umtrunk einzuladen, um in Erinnerungen zu schwelgen.

Wir sind eine sehr offene Gruppe, in der jeder Tänzer seinen Platz findet. Viele treffen sich auch gerne privat und fahren gemeinsam weg. Unsere älteste Tänzerin ist 80 und die jüngste 25 Jahre alt. Der Altersdurchschnitt liegt zwischen 50 und 60 Jahren. Wir blicken gespannt in die Zukunft und freuen uns auf die nächsten Jahre. Wir wollen einfach Spaß am Tanzen und an gemeinsame Unternehmungen mit unserer „Line Dance Family“, den Jolly Boots, haben.

Yoga am Abend

Ideal auch für Berufstätige

Der dynamische HNT Yoga-Kurs ist ein echtes Ganzkörpertraining, bei dem besonders auch die Tiefenmuskulatur trainiert wird. Durch die Verbindung von Atmung, Bewegung und Konzentration auf den Körper wandert der Blick immer mehr ins Innere, so dass sich nach einiger Zeit die Haltung verbessern kann. Durch die aufrechtere Haltung und gestärkte Muskulatur sinkt das Risiko für Rückenschmerzen und ander Leiden. **Donnerstags, 20 bis 21.15 Uhr, Gymnastikhalle Hausbruch, Hausbrucher Bahnhofstraße 19.**

„Zum-Dance“ kostenlos ausprobieren

Der Mix aus Fitness und verschiedenen Tänzen

Tanzen und Fitnesstraining in einem, das ist Zum-Dance. Die Kombination aus verschiedenen Tänzen wie Salsa, Merengue, Cha-Cha-Cha oder Samba mit Aerobic-Elementen hält nicht nur fit, sondern bringt vor allem großen Spaß.

Bei der HNT kann dieses Angebot jetzt drei Wochen kostenlos ausprobiert werden. Vorkenntnisse sind für die Teilnahme nicht erforderlich. Der Kurs findet immer donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr in der HNT-Vereinshalle, Cuxhavener Straße 253, unter Anleitung von Joanna Luczak statt.

Weitere Informationen gibt es im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder per E-Mail sportbuero@hntonline.de.

1.000-Dank an Ehrenamtler

Team sagt „Danke“ und lädt ein

Beim Heimspiel gegen den VC Olympia Schwerin am Sonntag, 10. März um 16 Uhr bedankt sich das VTH bei Ehrenamtlichen und sagt „Danke für euren Einsatz!“

Eingeladen sind Trainer und Betreuer aus dem Hamburger Sport, engagierte Personen von freiwilliger Feuerwehr, Rotem Kreuz, den Johannitern und THW oder vergleichbaren Hilfsorganisationen. Auch für Ehrenamtlich aus einem gemeinnützigen Verein, kirchlichen Organisationen, im Bereich der Jugend- oder Sozialarbeit sind Karten reserviert.

VTH-Mannschaftskapitänin Juliane Köhler: „Vor allem das Wochenende ist meist der Zeitraum, in dem ehrenamtliche Helfer ihre Ärmel hochkrempeln, um auf verschiedenste Weise Gutes zu tun und Hilfe zu leisten. An diesem Wochenende möchten wir gerne unsere Trikotärmel für euch hochkrempeln und euch etwas zurückgeben – stellvertretend als Dankeschön für jedes Mal, in dem ihr eure Energie und Zeit investiert, um anderen Menschen und Tieren zu helfen. Wir hoffen, euch am 10. März in der CU Arena zu begrüßen.“

Das Volleyball-Team Hamburg hat für das Spiel am 10. März 1.000 Tickets für die Ehrenamtlichen reserviert. Die Tickets können von den Ehrenamtlern oder den Organisations- oder Vereinsverantwortlichen bis zum 1. März 2019 per E-Mail an Ehrenamt@volleyball-team-hamburg.de unter Angabe der Anzahl der teilnehmenden Personen und der Tätigkeit bestellt werden und liegen dann an der Kasse bereit.

Freikarten auch für HNT-Mitglieder

Auch die HNT lädt ein, und zwar ihre Mitglieder zu den letzten drei VTH-Heimspielen der Saison! Denn es geht für die Volleyball-Damen um nicht weniger als den Verbleib in der 2. Bundesliga. Dafür brauchen die Mädels auch eine volle Halle im Rücken. Deswegen stellt das HNT-Präsidium noch ein weiteres Kontingent an Freikarten für alle HNT-Mitglieder zur Verfügung. Die Karten können ab sofort und nur solange der Vorrat reicht im HNT-Sportbüro oder im FitHus abgeholt werden. Sie gelten für eines der letzten drei Saisonspiele des VT Hamburg:

Die VTH Heimspiele (CU Arena an der S-Bahn Neugraben):
So., 10. März, 16 Uhr, gegen VCO Schwerin
Sa., 16. März, 19 Uhr, gegen VfL Oythe
Sa., 6. April, 19 Uhr, gegen Skurios Volleys Borken

Die S-Bahn Hamburg fördert nicht nur die VTH Zweitliga-Damen. Auch das VTH-Leistungszentrum wird im Rahmen der S-Bahn-Nachwuchsförderung unterstützt. Alle Spielerinnen haben neue Sporttaschen bekommen, um das Leistungszentrum bei Spielen einheitlich zu präsentieren. Die Spielerinnen des Leistungszentrums und des Bundesliga-Teams sagen „Danke S-Bahn Hamburg!“

VTH-Nachwuchs erfolgreich

U14-Mädchen: Hamburger Meister!

Der VTH-Nachwuchs ist Hamburger Meister! Die U14-Mädchen aus dem VTH-Leistungszentrum gewannen im Januar die zweitägige Finalrunde in ihrer Altersklasse. Nach einer souveränen Vorrunde am Samstag mit drei Siegen in drei Spielen setzte sich die VTH-Mannschaft auch im Halbfinale am Sonntag klar mit 2:0 (25:10, 25:20) gegen den Rissener SV durch. Im Finale gegen Gastgeber SC Alstertal-Langenhorn brannte ebenfalls nichts an. Der Hamburger Meistertitel ging durch einen 2:0 (25:10, 25:21)-Finalerfolg nach Neugraben. Die zweite U14-Mannschaft des VTH belegte einen guten sechsten Rang als jüngerer Jahrgang und wird in der kommenden Saison dann auch ganz oben angreifen. Für die U13 und U12 Mädels steht das Saisonfinale – die Hamburger Meisterschaft – noch bevor und die Teams wollen die Platzierungen vom Vorjahr (Platz 5 und Platz 2) mindestens bestätigen. Unsere U18-Mannschaft erreichte bei der Hamburger Meisterschaft den 5. Platz und hat sich erstmalig für die Endrunde der U20 qualifiziert.

Nach fast zwei Jahren hat sich die Anzahl der Spielerinnen im VTH-Leistungszentrum verdoppelt: Nach dem Start im Mai 2017 mit rund 25 Spielerinnen trainieren mittlerweile über 50 junge Volleyballerinnen bis zu fünfmal wöchentlich im Verbund mit der Partnerschule des Nachwuchsleistungssports Stadtteilschule Fischbek-Falkenberg. Einzelne Spielerinnen durften sogar schon erste Trainingserfahrungen im Zweitligateam sammeln. Zudem nehmen viele Spielerinnen regelmäßig an den Auswahltrainings des Hamburger Volleyball-Verbands teil. **Alle interessierten Mädchen, egal welchen Alters, sind eingeladen zum Schnuppertraining: jeden Mittwoch 16 Uhr in der CU Arena**.

HNT-Turner begeistern

Pausenspektakel in der CU Arena

Seit Saisonbeginn präsentieren sich die HNT-Abteilungen in den Heimspielpausen des VTH in der zweiten Volleyball-Bundesliga und zeigen in der CU Arena ihr Können. HNT-Geschäftsleiter Mark Schütter sagt dazu: „Ich musste nicht lange überlegen, als ich die Anfrage des VTH erhalten habe, ob wir uns in den Spielpausen präsentieren möchten. Es ist eine großartige Möglichkeit für unsere Abteilungen ihr Angebot vor einem großen Publikum zu zeigen. Ich persönlich freue mich, dass wir hier unsere vielfältigen Sportarten zeigen können, die unsere HNT als Quartiersverein widerspiegelt.“

Save the Date – die HNT-Veranstaltungshighlight 2019

Einige Highlights im HNT-Veranstaltungsprogramm 2019 stehen bereits fest und sollten schon einmal fest im Kalender angestrichen werden – kurzfristige Änderungen bleiben vorbehalten. Aktuelle Infos und weitere Termine gibt es zudem immer auf **www.hntonline.de** und im **HNT-Sportbüro,** Telefon 040 7017443, E-Mail sportbuero@hntonline.de.

8/9 Juni

2. Edmund Dalitz Pfingstcup

Großer Tag für unser kleinen Kicker: An Pfingsten gehört der Sportplatz Opferberg ganz dem Fußball-Nachwuchs. Es geht um Tore, Pokale und sehr viel Spaß.

25 Jahre FitHus

Unser Fitnessstudio feiert Geburtstag. Mit einer ganzen Festwoche sagen wir: Glückwunsch, liebes FitHus!

10 Juni

17 August

Sommerfest

Wir feiern mit euch auf dem Opferberg wieder unser großes Sommerfest. Ein Tag für die ganze Familie mit Attraktionen für die großen und kleinen Gäste.

24 August

Just Dance Competition

Das großes Tanzspektakel ist zurück! Die Hip-Hop und Videoclip Formationen lassen es beim JDC 2019 wieder krachen.

Kinder-Olympiade

Die Kinder-Olympiade, das Turnabzeichen und vieles mehr. Im September ist unser großer "Kids-Day" auf dem Opferberg.

15 September

27 Oktober

Aktivtag Süderelbe

Gesundheit, Bewegung und Ernährung – das sind auch 2019 wieder die Themen an unserem Aktivtag. Er findet in diesem Jahr Seite an Seite mit dem Süderelbe-Halbmarathon im BGZ-Süderelbe statt.

HNT-Feriencamps im März

vom 11. bis 15. März mit „Fußball“ oder „Ballett & Irish Dance“

In der zweiten Woche der Hamburger Frühjahrsferien gibt es wieder das beliebte HNT-Feriencamp. Vom 11. bis 15. März werden die Kinder und Jugendlichen täglich von 9 bis 16 Uhr auf der Vereinsanlage betreut. Sie erwartet ein volles Programm mit sportlichen Herausforderungen, Spaß und freien Spielzeiten – dieses Mal mit „Fußball“ sowie „Ballett & Irish Dance“ als Schwerpunkt.

Das **Fußball-Feriencamp der HNT** ist für Jungen und Mädchen im Alter von fünf bis 14 Jahren. Hier steht der Ball ganz klar im Mittelpunkt. Die zukünftigen Fußballstars dürfen sich auf ein abwechslungsreiches Training und viel Spielzeit freuen – bei gutem Wetter draußen, bei Regen geht es in die Sporthalle.

Das **HNT-Feriencamp „Ballett & Irish Dance“** findet drinnen statt. Die Mädchen und Jungen zwischen sieben und 18 Jahren erwartet ein Programm mit klassischem Ballett, Jazz Dance, Irish Dance oder Charaktertanz. Die Teilnehmer schnuppern in neue Tanzrichtungen hinein und erarbeiten kleine Choreografien, die am letzten Camp-Tag präsentiert werden. Turnerische Vorkenntnisse sind hilfreich, tänzerische Vorkenntnisse aber nicht notwendig.

Für beide Feriencamps können Eltern ihre Kinder jetzt online auf www.hntonline.de anmelden. Die Teilnahme kostet für HNT-Mitglieder 85 Euro, für deren Geschwister 75 Euro. Nichtmitglieder sind mit 100 Euro dabei. Ein warmes Mittagessen, Snacks und Getränke sind im Preis enthalten. Anmeldeschluss ist Ende Februar.

Weitere Informationen gibt es auf www.hntonline.de oder im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

HNT von A bis Z – das ständige Sportprogramm

Vielfalt für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Rund 400 Sportangebote stehen Woche für Woche auf dem Programm der HNT.
Das ständige Sportprogramm wird immer wieder neu durch Projekte, sportliche Innovationen und Trendideen ergänzt.
Hier findet wirklich jeder etwas Passendes für Sport & Freizeit!

Aerobic, Fitness & Trendsport

Aerobic
Mo., 19:00-20:00
Gymnastikhalle Wümmeweg

Erlebniswelt Turnfitness - ab 16 J.
Mo., 20:00-22:00 Turnhalle Hausbruch

Bauch-Beine-Po
Mo., 19:30-20:30 Vereinshalle 1
Mi., 09:30-10:30 Vereinshalle 2

Fitness für Jedermann
Mi., 19:00-20:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H2

Body Complete Workout f. Frauen ab 30 J.
Do., 19:00-20:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Fit & Fun für Erwachsene
Do., 19:30-22:00 Turnhalle Hausbruch

Erlebniswelt Turnfitness - ab 16 J.
Do., 20:15-22:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Body Workout
Do., 20:00-21:00 Vereinshalle 1

Fitness Gymnastik
Erwachsene gemischt ab 60 Jahre
Fr., 19:30-21:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Aikido

Aikido Erwachsene
Mo., 20:00-22:00
Mi., 20:00-22:00

Aikido Jugendliche ab 14. J.
Mi., 18:30-20:00

Aikido Kinder & Jugendliche
Kooperation Schule-Verein
Mi., 17:00-18:30

Aikido Kinder & Jugendliche
Erwachsene alle Grade
Sa., 12:00-13:45
Sa., 13:45-16:00

alle: Turnhalle Opferberg

Ballett, Charaktertanz und Modern & Contemporary Dance

Modern & Contemporary Dance
Anfänger, Kinder ab 10 J.
Di., 18:00-19:00 Vereinshalle 2

Modern & Contemporary Dance
Anfänger, Jugendliche & Erwachsene
Di., 19:00-20:00 Vereinshalle 2

Proben HNT-Ballett-Compagnie
Jugendl. & Erwachsene Wettbewerbskader
Di., 20:00 Vereinshalle 2

Tänzerische Früherziehung ab 3½ J.
Mi., 15:00-15:45 Vereinshalle 2

Proben HNT-Ballett-Compagnie
Kinder Wettbewerbskader
Mi., 15:15-16:30 Vereinshalle 1

Förderklasse (auf Einladung)
Mi., 15:45-17:00 Vereinshalle 2

Tänzerische Früherziehung ab 4 J.
Do., 15:00-15:45 Vereinshalle 2

Tänzerische Früherziehung ab 6 J.
Do., 15:45-16:30 Vereinshalle 2

Klassisches Ballett 8-11 J.
Grundstufe, offen für Einsteiger
Do., 16:30-17:30 Vereinshalle 2

Klassisches Ballett 10-15 J.
Aufbaustufe, offen für Einsteiger
Do., 17:30-18:30 Vereinshalle 2

Charaktertanz-Projekt für Wintergala
alle Stufen, für Kinder ab 10 J.,
Jugendliche & Erwachsene
Do., 18:30-18:45 Vereinshalle 2

Zum-Dance
Do., 18:30-19:30 Vereinshalle 1

Klass. Ballett & Pointe-Work I-IV für
Jugendliche und Erwachsene,
Mittelstufe, offen für Einsteiger
Do., 18:45-20:00 Vereinshalle 2

Tänzerische Früherziehung ab 5½ J.
Sa., 9:45-10:30 Vereinshalle 2

Klassisches Ballett 7-12 J.
Vorstufe, offen für Einsteiger
Sa., 10:30-11:15 Vereinshalle 2

Repertoire/Proben der HNT-Ballett-
Compagnie, Jugendl. & Erwachsene
Wettbewerbskader
Sa., 11:15-12:30 Vereinshalle 2

Training der HNT-Ballett-Compagnie für
Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Wettbewerbskader
Sa., 12:30-14:15 Vereinshalle 2

Charaktertanz HNT-Ballett-Compagnie
Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Wettbewerbskader
Sa., 14:15-15:00 Vereinshalle 2

Basketball

Mädchen & Jungen, Fortgeschr., ab 14 J.
Mo., 18:30-20:00 Arena Süderelbe

1. Herren Kreisliga
Mi., 20:00-22:00 Sporthalle Quellmoor
Fr., 20:00-22:00 Störtebekerhalle

Mädchen Einsteiger 8-14 J.
Jungen Einsteiger 8-14 J.
Mi., 17:00-18:30 Sporthalle Quellmoor

Jungen Fortgeschr., 14-16 J. und 16-18 J.
Mi., 18:30-20:00 Sporthalle Quellmoor

Jungen Anfänger 10-13 J.
Fr., 18:30-20:00 Störtebekerhalle

Beachvolleyball

- Winterpause -

Boxen

Di., 17:00-18:15 Sporthalle Opferberg
Di., 20:00-22:00 Sporthalle Opferberg
Do., 20:00-22:00 Sporthalle Opferberg

Cross Training in der Fitbox

Mi. & Do., 18:00-19:00 und 19:00-20:00
Di., 18:30-19:30 und 19:30-20:30
Fr., 18:30-19:30 Störtebekerhalle Empore

FitHus-Sportstudio

für Jugendliche und Erwachsene
(Kursprogramm auf Seite 4)

Floorball

Mädchen und Jungen 9-16 J.
Fr., 16:00-17:15 Sporthalle Opferberg

Fußball

Torwarttraining
Mi., 18:00-19:00 Sporthalle Quellmoor

Ballschule, 3-6 Jahre
Mo., 17:00-18:00 Sporthalle Opferberg

1. A-Jugend, Jg. 2000/2001
Di. & Do., 18:30-20:00 Sportplatz Jägerhof

1. D-Jugend, Jg. 2007
Di. & Do., 17:00-18:15
Kunstrasen Opferberg
Mi. 17:00-18.30 Sporthalle Quellmoor

1. E-Jugend, Jg. 2008
Di. & Do., 16:30-18:00 Sportplatz Jägerhof
Fr. 16:00-17:15 Störtebekerhalle

1. F-Jugend, Jg. 2010
Mo., 16:00-17:30 Sporthalle An der Haake
Mi., 17:30-19:00 Sporthalle GS Neugraben
Do., 16:30-18:00 Sportplatz Jägerhof

2. F-Jugend, Jg. 2010
Mi., 17:00-18:30 Kunstrasen Opferberg
Fr., 18:30-19:45 Sporthalle Opferberg

3. F-Jugend, Jg. 2011
Mi., 17:00-18:30 Kunstrasen Opferberg
Fr., 17:15-18:30 Sporthalle Opferberg

1. G-Jugend, Jg. 2012
Mi., 16:30-17:30 Störtebekerhalle

Futsal, ab Jg. 2000
Mo., 20:00-22:00 Sporthalle GS Neugraben
Mi., 20:30-22:00 Störtebekerhalle

1. Damen
Di., 20:15-21:15 Kunstrasen Opferberg
Do., 20:00-21:00 Kunstrasen Opferberg

1. D-Jugend-Mädchen, Jg. 2006-2008
Di., 19:00-20:00 Sporthalle Opferberg
Do., 18:15-19:15 Kunstrasen Opferberg

2. D-Jugend-Mädchen, Jg. 2007-2009
Di., 18:00-19:00 Kunstrasen Opferberg
Do., 18:15-19:45 Sporthalle Opferberg

1. F-Jugend-Mädchen, Jg. 2010-2011
Di., 18:15-19:00 Sporthalle Opferberg
Do., 17:00-18:00 Sporthalle Opferberg

Alle Informationen, Orte und Zeiten auf hntonline.de und im

Gesundheitssport

Ganzkörpertraining und Entspannung
Mo., 11:15-12:15 Vereinshalle 2

Gutes für den Rücken
Mo., 17:30-18:30 Vereinshalle 1

Rückengymnastik 50plus
Mo., 18:00-19:00
Gymnastikhalle Hausbruch

MitSportLeben MISPEL, Kardiofit ab 45 J.
Mo., 18:00-19:25
Turnhalle Neugraben

Starker Rücken
Mo., 19:00-20:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Energy-Dance
Mo., 20:00-21:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Beckenbodentraining
für Männer und Frauen
Di., 8:00-9:15 Vereinshalle 2

Ganzkörpertraining
Di., 9:00-10:00 Vereinshalle 1

Locker vom Hocker
Di., 10:30-11:30 Vereinshalle 2

Gesundheitssport für Frauen
Di., 18:30-20:00 Vereinshalle 1

Gesundheitssport für Frauen
Mi., 9:30-10:30 Vereinshalle 1

Paar-Gymnastik
Mi., 10:45-12:45 Vereinshalle 1

Wirbelsäulengymnastik
Mi., 17:00-18:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Sport bei Rheuma, Rheuma-Liga
Mi., 18:00-19:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Männer Gymnastik & Ballspiele
Mi., 20:00-22:00 Turnhalle Hausbruch

Wirbelsäulengymnastik
Do., 8:45-9:45 Vereinshalle 2

Wirbelsäulengymnastik
Do., 10:00-11:00 Vereinshalle 2

Aktiv fit 50+
Do., 11:00-12:00 Vereinshalle 1

Gutes für Körper & Seele
Entspannung & Ganzkörpertraining
Do., 17:15-19:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Wirbelsäulengymnastik
Do., 18:00-19:30
Gymnastikhalle Neuwiedenthal

MenFit Kraft & Ausdauer Männer 45+
Do., 19:00-20:00 Turnhalle Neugraben

Rückengymnastik Bechterew
Do., 19:30-20:30 Vereinshalle 1

Fit von Kopf bis Fuß
Fr., 8:30-10:00 Vereinshalle 2

Beckenbodentraining
Fr., 10:00-11:45 Vereinshalle 2

Entspannungsgymnastik
Fr., 10:30-12:00 Vereinshaus Clubraum

HipHop

Wettkampftraining nach Absprache
Mo., 20:30-22:00 Vereinshalle 1

ab 4-6 J. und Neueinsteiger
Fr., 14:30-15:15 Vereinshalle 2

Anfänger ab 11 J.
Fr., 15:00-16:00 Vereinshalle 1

7-9 J.
Fr., 15:15-16:00 Vereinshalle 2

9-11 J.
Fr., 16:00-17:00 Vereinshalle 2

Fortgeschrittene
Fr., 16:00-17:00 Vereinshalle 1

Wettkampftraining nach Absprache
So., 15:00-18:00 Vereinshalle 1

Inline-Skaterhockey

Kids-Hockey 8-12 J.
Di., 18:30-20:00 Sporthalle Neugraben

Inlineskating

Fitness & Spiele
Jugendliche und Erwachsene
Fr., 19:45-22:00 Sporthalle Opferberg

Integration durch Sport

FemiGration, nur für Frauen
Mi., 18:00-19:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H2

Irish Dance

Proben HNT Irish Dance Academy,
Kinder und Jugendliche Wettkampfkader
Di., 15:15-16.45 Vereinshalle 2

Irish Dance Class Level 1-3, Beginner/
Primary/Intermediate Kinder ab 9 J.
Di., 16:45-18:00 Vereinshalle 2

Irish Dance Class, Level 0, Kinder ab 5 J.
Mi., 16:30-17:30 Vereinshalle 1

Irish Dance Class Level 1-3,
Beginner/Primary/Intermediate
Jugendliche ab 14 J. und Erwachsene
Mi., 17:30-18:30 Vereinshalle 1

Ceili-, Figure- und Show-Teamtraining
der HNT Irish Dance Academy,
Teamtanz-Wettkampfkader
Fr., 18:15-19:00 Vereinshalle 1

Irish Dance Class Erwachsene,
offenes Training alle Alter, Level 0+
Fr., 19:00-20:00 Vereinshalle 1

Proben HNT Irish Dance Academy,
Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Wettkampfkader
Sa., 15:00-16.15 Vereinshalle 2

Judo

Judo - auch für „Pfundskinder“ 8-13 J.
Di., 18:00-19:30 Sporthalle An der Haake

Anfänger & Fortgeschrittene 7-13 J.
Di. und Do., 18:00-19:45

Judogruppe für Jung und Alt
Di., 19:45-21:45

Kinder ab 6 J.
Mi., 17:00-18:15

Kinder ab 11 J.
Mi., 18:15-19:45

Judo spielend lernen, Kinder von 3-6 J.
Do., 17:00-18:00

Übungsgruppe Jugendliche & Erw.
Do., 19:45-21:45

Alle: Sporthalle An der Haake (AdH)

Ju-Jutsu

Kinder
Mo., 17:30-18:30 Vereinshalle 2

Techniktraining
Anfänger, fortg. Jugendl., Erwachsene ab
12 J. - Farbgurte bis Grüngurt
Mo., 18:30-20:00 Vereinshalle 2

Kindertraining 1, Anfänger 8-10 J.
Mi., 17:00-18:15 Vereinshalle 2

Kindertraining 2, Fortg.. 10-12 J.
bis Orangegurt
Mi., 18:15-19:45 Vereinshalle 2

Fight Time
Anfänger, fortg. Jugendl., Erwachsene ab
14 J. - ohne Vorkenntnisse
Mi., 19:45-21:15 Vereinshalle 2

Showtraining, Show- & Demoteam
ab 10 J. (nach Sichtung)
Fr., 17:00-18:30 Vereinshalle 2

Technik- und Wettkampftraining
Fr., 18:30-20:00 Vereinshalle 2

Karate

Jugendliche & Erwachsene ab 14 J.
Mo., 19:30-21:00
Sporthalle An der Haake (AdH)
Mi., 19:00-21:00 Turnhalle Neugraben
Fr., 19:30-21:00 Sporthalle AdH

Schülerinnen 6-8 J.
Mo., 16:30-17:30 Sporthalle AdH
Fr., 16:30-17:30 Sporthalle AdH

SchülerInnen 8-12 J.
Mo., 17:30-18:30 Sporthalle AdH
Fr., 17:30-18:30 Sporthalle AdH

SchülerInnen bis 14 J. ab 7. Kyu
Mo., 18:30-19:30 Sporthalle AdH
Fr., 18:30-19:30 Sporthalle AdH

Sondertraining Jugendl./ Erw. ab 14 J.
Mo., 21:00-22:00 Sporthalle AdH
Mi., 21:00-22:00 Turnhalle Neugraben
Fr., 21:00-22:00 Sporthalle AdH

Kinderturnen

Oma, Opa & Kind 2 bis 4 J.
Mo., 15:00-16:00 Vereinshalle 1

Kinderturnen 3-5 J.
Mo., 16:30-18:00 Turnhalle Neugraben

Abenteuerturnen 8-14 J.
Mo., 17:00-19:00 Halle Neumoorstück

Kinderclub bis 3 J.
Di., 09:30-10:30 Vereinshalle 2
Di., 10:00-11:30 Vereinshalle 1

Kinder 4-6 J.
Di., 16:00-17:00 Sporthalle AdH

Eltern & Kind ab 2 J.
Di., 16:15-17:15 Störtebekerhalle 1

Kinder 4-6 J.
Di., 17:15-18:15 Störtebekerhalle 1

Kinder 4-6 J.
Mi., 16:00-17:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe
Mi., 17:00-18:00 Sporthalle AdH

Kinder 6-8 J.
Mi., 18:00-19:00 Sporthalle AdH

Kinder 4-7 J. - Gerätturnen
Do., 15:30-17:00 Vereinshalle 1

Kinder 2-4 J.
Do., 16:00-17:00 Turnhalle Hausbruch

Kinder 4-7 J.
Do., 17:00-18:30 Turnhalle Hausbruch

Kinder ab 7 J. - Gerätturnen
Do., 17:00-18:30 Vereinshalle 1

Kinderclub ab 3 J.
Fr., 09:45-11:45 Vereinshalle 1

Eltern & Kind 1½-3½ J.
Mi., 16:00-17:00 Sporthalle AdH
Fr., 16:00-17:00 Turnhalle Fischbek
Fr., 17:00-18:00 Turnhalle Fischbek

Kunstturnen Jungen

Geräteturnen für Jungen 3-6 J.
Mo., 15:30-17:00 Turnhalle Hausbruch
Fr., 14:30-16:00 Turnhalle Hausbruch

Geräteturnen für Jungen ab 7 J.
Mo., 17:00-18:30 Turnhalle Hausbruch

Geräteturnen für Jungen ab 10 J.
Mo., 18:00-20:15 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 4-7 J.
Di., 15:30-17:30 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 8-11 J. und Jugendliche
Di., 17:30-19:30 Turnhalle Hausbruch
Sa., 09:00-12:30 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 3-6 J.
Mi., 15:30-17:30 Turnhalle Hausbruch

Geräteturnen 7-9 J.
Mi., 17:30-19:30 Turnhalle Hausbruch

Geräteturnen Sondertraining
Mi., 19:00-20:00 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 7-10 J.
Fr., 16:00-18:00 Turnhalle Hausbruch

Geräteturnen ab 10 J.
Fr., 18:00-20:30 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 8-11 J.
Sa., 09:00-12:30 Turnhalle Hausbruch

Talentschule 5-7 J.
So., 09:00-12:30 Turnhalle Hausbruch

Leichtathletik

Jugend U16
Mo., 18:30-20:00 Sporthalle Opferberg

U20/Erwachsene
Mo., 18:30-20:00 Sportplatz Opferberg

Kinder U10
Di., 17:00-18:30 Störtebekerhalle

Sportabzeichen Hallentraining
Di., 18:00-20:00 Störtebekerhalle

Jugend U14
Mi., 17:30-19:00 Störtebekerhalle

Kinder U12
Mi., 17:30-19:00 Störtebekerhalle

Jugend U16
Do., 18:30-20:00 Störtebekerhalle

Jugend U18
Do., 17:00-18.30 Störtebekerhalle

U20/Erwachsene
Do., 18:30-20:00 Störtebekerhalle

Lauftraining nach Absprache
Do., Sportplatz Opferberg

Lauftreff
So., 10:00-12:00 Sportplatz Opferberg

Nordic Walking

Mo., Mi und Fr., 9:00-10:30
Sommertraining ab 29. März
Mi., 18:00-19:30

Laufstrecke Fischbektal

Pilates

(auch im FitHus-Programm auf Seite 4)

50plus-Anfänger & Fortgeschrittene
Di., 11:45-12:45 Vereinshalle 2

Pilates
Mi., 19:00-20:00
Mi., 20:00-21:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Rehasport

Kinder, Jugendliche und Erwachsene Anfragen zum Angebot
Telefon 040 70382435
oder E-Mail reha@hntonline.de

Schwimmen

Alle Altersgruppen, zumeist in der Schwimmhalle Süderelbe. Wegen eingeschränkter Wasserzeiten aktuell nur Annahme von Bewerbungen für Schwimmausbildung, Eltern-Kind-Schwimmen und Wassergymnastik sowie von Schwimmern mit Wettkampferfahrung. Info & Kontakt: www.hntonline.de oder E-Mail schwimmen@hntonline.de

Senioren & Freizeit

Basteln/Handarbeiten
Mo., 15:30-17:30 Vereinshaus-Clubraum

Englisch Fortgeschritte
Di., 09:45-11:00 Vereinshaus-Clubraum
Mi., 09:00-10:30 Vereinshaus-Clubraum
Mi., 10:30-12:00 Vereinshaus-Clubraum

Nordic-Walking-Wandern
Di., 11:00-12:00 Laufstrecke Jägerhof

Kegeln an jedem 1. Di. im Monat
15:00-17:00 Landhaus Jägerhof

Gesund durch Bewegung
Besichtigungen in Hamburg
(siehe Monatsprogramm)
Mi., Treffpunkt nach Vereinbarung

Radwandern (geübte Fahrer)
Do., 10:00-14:00 HNT-Vereinshaus

Radwandern (gemäßigtes Tempo)
jeden 1. und 3. Do. im Monat
10:00-13:00 HNT Vereinshaus

Tanzkreis 50+, diverse Tanzrichtungen
Do., 14:00-15:30 Vereinshalle

Geselliges Beisammensein
Do., 15:00-18:00 Vereinshaus-Clubraum

Singen jeden 1. und 3. Do. im Monat
15:30-17:00 Vereinshaus-Clubraum

Entspannungsgymnastik
Fr., 10:30-12:00 Vereinshaus-Clubraum

Ski & Surf

Skifitness gesundheitsorientiert
Di., 19:30-20:30 Turnhalle Hausbruch

Power-Skifitness
Mi., 20:00-21:00 Sporthalle An der Haake

Sportspiele

Rund um den Ball
Di., 16:15-17:45 Jungen 7-9 J.
Sporthalle An der Haake

Fr., 16:00-17:00 - 4-6 J.
Fr., 17:00-18:30 - ab 7 J.
Fr., 18:30-20:00 - ab 12 J.
Störtebekerhalle 2

Sportspool

Kinder Sportspool 9-13 J.
Mo., 17:00-19:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Sportspool ab 14 J.
Mo., 19:00-21:00
Do., 18:30-20:30
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Sportspool Einsteiger Mädchen 4-7 J.
Di., 14:30-16:30 Vereinshalle 1

Kunstturnen Wettkampftraining
Di., 16:45-19:15 (nach Absprache)
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Sportspool & Einrad Mädchen 8-10 J.
Mi., 17:00-20:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Sportspool Einsteiger 4-7 J.
Do., 16:00-17:30 Turnhalle Neugraben

Sportspool Einsteiger 7-10 J.
Do., 17:00-19:00 Turnhalle Neugraben

Sportspool Fortgeschrittene 10-14 J.
Do., 17:00-19:00
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Kunstturnen Mädchen 5-18 J.
Fr., 17:00-19:30 (nach Absprache)
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Kunstturnen Mädchen ab 5 J.
Sa., 10:00-12:30 (nach Absprache)
Sporthalle Gymnasium Süderelbe H1

Tanzen & Line Dance

Gesellschaftstanz mit Vorkenntnissen
Mo. und Fr., 19:00-20:30
Mo. und Fr., 20:30-22:00
Fr., 17:30-19:00 Anfänger & Wiedereinsteiger
Aula Schule am Falkenberg

Line Dance-Gruppe Jolly Boots
Di., 18:30-20:00 für Anfänger
Di., 20:00-21:30 für Fortgeschrittene
Aula Schule am Falkenberg

Line Dance-Gruppe Jolly Boots
Do., 18.30-20:00 für Anfänger
Do., 20.00-21:30 für Fortgeschrittene
Aula Schule Schnuckendrift

Line Dance-Gruppe Jolly Boots
Fortgeschrittene gehobener Anspruch
Fr., 19:00-20:30
Aula Schule Schnuckendrift

Tennis

Einzel- und Gruppentraining für Kinder, Jugendliche und Erwachsene nach Vereinbarung mit HNT-Cheftrainer Tennis Boris Weber, Telefon 040 7014142

Kinder und Jugendliche
Mo., 17:00 U14 Juniorinnen
Mo., 17:00 U16/18 Junioren
Do., 16:00 U12 und U14 Junioren
Sa., 10:00 Anfängertraining
Sa., 11:00 U18 Junioren
Sa., 11:00 Training U14 Juniorinnen
So., 16:00 Ballspiele für Kleinkinder

alle: Tennishalle am
HNT Sportpark Opferberg

Tischtennis

Schüler/Jugendliche
Mo., 17:30-18:45 Gruppe ROT
Fr., 16:15-17:30 Gruppe GELB
Fr., 17:30-18:45 Gruppe GRÜN

Erwachsene
Mo., 19:00-22:00
Mi., 19:00-22:00
Fr., 19:00-22:00

alle: Sporthalle An der Haake

Triathlon

Di., 16:00-17:00 Störtebekerhalle Empore

Volleyball

männliche Jugend bis 13 J.
Mo., 16:15-17:15 CU Arena

Jungen U16/U18
Mo., 17:00-18:30 Sporthalle Fischbek

männliche Jugend ab 13 J.
Mo., 17:15-19:15 CU Arena
Frauen Kreisliga
Mo., 18:00-20:00 Störtebekerhalle 2

Jungen U20
Mo., 18:30-20:00 Sporthalle Fischbek

Damen ab 18 J.
Mo., 20:00-22:00 Sporthalle Fischbek

Frauen Bezirksliga
Mo., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 2

Mixed Ü40
Mo., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 1

VT Hamburg Leistungszentrum
U12w: Mo., Mi., Fr., 16:00-17:30 CU Arena
U14w: Mo., Mi., Fr., 16:00-18:00 CU Arena

Talentförderung HVbV
Di., 16:00-19:30 CU Arena

Mixed ab 18 J.
Di., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 1

VT Hamburg Leistungszentrum
U20w/U18w
Di., Mi. und Fr., 17:30-19:30 CU Arena

männliche Jugend bis 13 J.
Mi., 17:00-18:30 CU Arena

männliche Jugend bis 16 J.
Mi., 17:00-18:30 Sporthalle Fischbek

Herren
Mi., 20:00-22:00 Sporthalle Fischbek

Mixed Ü40
Mi., 20:00-22:00 Sporthalle Fischbek

weibliche Jugend
Do., 17:00-18:30 CU Arena

Jungen U20
Do., 18:30-20:00 CU Arena

Frauen Bezirksliga
Do., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 2

Mixed
Do., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 1

Mixed
Fr., 20:00-22:00 Sporthalle Fischbek

Mixed
Fr., 20:00-22:00 Störtebekerhalle 2

Yoga

(auch im FitHus-Programm auf Seite 4)
Hatha Yoga
Di., 18:30-20:00
Gymnastikhalle Hausbruch

Intensive-Yoga
Do., 20:00-21:15
Gymnastikhalle Hausbruch

Zumba

(auch im FitHus-Programm auf Seite 4)
für Anfänger & Fortgeschrittene
Mi., 18:30-19:30 Vereinshalle 1

Zum-Dance

Do., 18:30-19:30 Vereinshalle 1

Alle Informationen, Orte und Zeiten auf

hntonline.de

und im HNT-Sportbüro

Cuxhavener Straße 253 - Telefon 040 7017443

Herausragende HNT-Sportler

Ehrung des Bezirks Harburg für sportliche Meistertitel 2018

Für mindestens auf Hamburger Landesebene errungene Titel wurden bei den Erwachensen geehrt:

Ju-Jutsu: Eugen Reinfeld und Christian Ulrich.

Leichtathletik: Kirsten Abshagen, Ronald Abshagen, Sabine Frommann, Silke Hennings, Dr. Peter Kehl, Birgid Mathies, Hailezgi Meresie, Anja Nitsch, Regina Reefschläger, Anja Schönemann und Dr. Thomas-Jörn Schulz.

Schwimmen: Steffen Blohm, Erik Brügge, Sebastian Gehrke, Karina Hansen, Julien Hasse, Elvira Hauck, Lea Paasch, Natalia Sahling, Pascal Wittleben, Jörn Wolkenhauer und Yagiz Yürüker.

Kunstturnen: Daniel Charcenko

Bei der Meisterehrung der jugendlichen Sportler 2018 (Bild oben) wurden folgende HNT-Sportler geehrt:

Beachvolleyball: Tamara Hennig und Merle Stangenberg.

Boxen: Nikolaos Kosmadakis

Irish Dance: Jordie Abaidoo, Lucia Anker, Pauline Anker, Samiya Beiner, Xenia Bender, Antonia Brdar, Mara Christian, Franziska Cordes, Jennifer Geist, Alina Gorr, Lavinia Henk, Lilu Krauter, Greta Mumm, Ylva Mumm, Mats-Caspar Mumm, Emilie Root, Leonie Root, Jennifer Schatz, Tatjana Schmidt, Maike Schmidt, Marisa Schmitz, Angelina Sziegat, Louisa Walczak, Celin Wiener und Trainerin Anna Krüger.

Ju-Jutsu: Daniel Anissin, Vitali Chits, Jaron Elias Dömel, Nico Fech, Daniel Fengler, Dominik Fengler, Sami Jonathan Grande, Arina Jekel und Stefan Lukin.

Leichtathletik: Tjarko Barda, Jule Beuck, Henrik Bomers, Jamie Brabandt, Rayen Braham, Feli Anne Clemann, Angeline Fischer, Finnja Frommann, Felina Glasa, Leon Hausmann, Jonas Jass, Jonas Joseph, Sophie Klemm, Julian Leroux, Lens Mbouendeu, Mientje Niphut, Michael Ntanis, Melissa Ofosua , Joscha Oguazu, Caspar Pasitka, Kim Peic, Melina Petrich, Silar Polar, Janne Reefschläger, Dayo Richardt, Magnus Rüpke, Marcel Schlage, Nele Schulz, Merle Stangenberg, Kea Stieglitz, Max Vieregge und Mats Wolkenhauer.

Schwimmen: Lena Cramer, Vivien Hanke, Sybelle Kaszycki, Romano Padula, Constant Peeters, Jonah Peters, Levin Peters, Henning Stöver, Hannes Verse und Finja Wittleben.

Kunstturnen: Nikita Büchert, Leon Diekmann, Nico Diekmann, Jannes Gottwald, Christopher Karch, Jonas Kirsch, Jarne Nagel, Edgar Paludyan, Hannes Rietschel, Maxim Rudik, Luca Rüh, Maximilian Seng und Billal Zeybek.

Tennis: Julius Jauck

Turngruppenmeisterschaft: Lena Anton, Marleen Bahe, Nadine Dobberitz, Eileen Hausschildt, Vanessa Junge, Lena-Marie Klazka, Janine Sophie Mecklenburg, Katinka Neukamm, Aina-Jula Stehr, Juliane Wehrs, Vanessa Wicher, Lea Antonia Wollner, Lina Cebulla, Denise Dieterle, Karolin Gruschka, Rana Indira Morell, Greta Maria Petrich, Antonia Rehorst, Anastasia Smurawski, Emily Marie Thatje, Anouka Carlotta Thönnes, Fabienne Welskopf, Linn Sophia Brucker, Luisa Nafia Budde, Finia Daunicht, Lisa Patrizia Harport, Anna Esmeralda Harport, Neltje Haumann, Katharina Hilgenberg, Alina Kronhard, Sofija Musa, Emma Katharina Scheiblich, Laetitia Smurawski und Anna Zynthia Zenke.

Frauenfitness und Integration

Sportlich aktiv im Miteinander unterschiedlicher Kulturen

Ab März bietet die HNT erneut einen Sportkurs mit integrativer Ausrichtung an. Nicht nur die körperliche Fitness soll so verbessert, sondern besonders auch das Miteinander unterschiedlicher Kulturen gefördert werden. Das Angebot richtet sich speziell an Frauen mit Migrationshintergrund und weibliche Flüchtlinge – doch auch alle Hamburgerinnen sind eingeladen teilzunehmen. Das Besondere: Kinder jeden Alters sind herzlich willkommen, denn vor Ort gibt es parallel zum Sportangebot eine Kinderbetreuung.

Die Teilnehmer erwartet ein herausforderndes Training mit dem eigenen Körpergewicht, Langhanteln, Schlingentrainer und vielem mehr. Eine individuelle Erfolgsanalyse stellt dabei sicher, dass alle sportliche Erfolge feiern dürfen. Das Fitnesstraining für Frauen wird vom Programm „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) unterstützt. **Der Kurs findet mittwochs von 17.30 bis 19 Uhr in der Sporthalle des Gymnasiums Süderelbe unter der Anleitung von Trainerin Diana Dua statt. Weitere Informationen unter E-Mail integration@hntonline.de und auf www.hntonline.de**.

Großer Applaus für ein bezauberndes Programm

Begeisterung für HNT-Ballett-Compagnie und HNT Irish Dance Academy

Zuletzt hielt es die Zuschauer nicht mehr auf ihren Sitzen. Der ausverkaufte Saal erhob sich und bejubelte die kleinen Stars, die an diesem Sonntag auf der Halepaghen-Bühne in Buxtehude großes geleistet hatten. Im winterlichen Ambiente hatten die HNT-Ballett-Compagnie und die HNT Irish Dance Academy eine gelungene Show auf die Bühne gebracht. „Es war wirklich ein bewegender Nachmittag“, sagte Anna Krüger, die in der HNT für die Ballett-Compagnie sowie für die Irish Dance Academy verantwortlich ist und die Winter-Gala geleitet hat.

Anstrengend waren die Vorbereitungswochen für Krüger, ihre Schützlinge und deren Eltern. Während die Kleinen viel Zeit in Training und Proben steckten, halfen ihre Eltern an allen Ecken. Unter anderem entstanden für die Winter-Gala und folgende Wettkämpfe 50 neue selbstgenähte Kleider.

Das Programm der HNT Winter-Gala 2019 teilte sich in drei Abschnitte. Der Anfang gehörte den ganz kleinen Balletttänzerinnen der HNT. Für viele war es der erste Auftritt auf einer großen Bühne. So tapsten die zum Teil erst dreieinhalb Jahre jungen Mädchen schon mal in die falsche Richtung, was die Trainerinnen und Eltern aber nicht weniger stolz machte. Die Älteren gaben elegante Einblicke in ihre Probenarbeit. Zu den Höhepunkten des ersten Teils gehörte „Ein letzter Tanz“, wundervoll auf die Bühne gebracht von Sarwenaz Baziyar-Dizabadi und Timm Moritz Marquardt. Der mit Hilfe von Trainerin Maude Andrey inszenierte Paartanz wurde mit seinem unverkennbaren Tango-Touch erstmals bei einer Gala gezeigt. Als Gäste gab die Gruppe „2sick Crew“ zudem einen Exkurs in Sachen Hip-Hop.

Nach der ersten Pause zeigten die Schülerinnen von Anna Krüger Soli, Duette und Gruppentänze, mit denen sie jetzt im März beim Vorentscheid für den Deutschen Ballettwettbewerb an den Start gehen. „Die Gala ist der Härtetest für diese Gruppen“, erklärte Krüger. Es sei wie eine Generalprobe für die Meisterschaften, jetzt könne man noch erkennen, an welchen Ecken es hakt. Für die Zuschauer waren die kleineren Fehler und unstimmigen Details aber kaum erkennbar. Die Tänzerinnen und Gruppen erhielten immer wieder lauten Beifall. Einen wichtigen Beitrag zum Gelingen der neuen Wettkampfchoreographien lieferte Daria Sukhorukova, aktuell Gastdozentin der HNT-Gruppen.

Der letzte Teil der fast vierstündigen Gala nahm die Zuschauer mit auf einen Irish Dance-Wettkampf. „Leider sind diese Wettbewerbe nie hier bei uns. Wir müssen immer mindestens 400 Kilometer weit fahren“, sagte Krüger, ehe das Publikum Tanz für Tanz durch die Welt des Irish Dance geführt wurde. Die jungen Tänzerinnen und Tänzer zeigten eine Auswahl aus Solotänzen, Duetten und Gruppenchoreographien, an denen Gastdozentin Jenny Paatz großen Anteil hatte. Einige der HNT-Gruppen wurden auf den vergangenen Deutschen Meisterschaften mit dem Vizetitel prämiert. Eine exotische Note bekam die Winter-Gala 2019 am Ende durch den Auftritt von Adéla Švábová und Ludmila Kohoutová. Die beiden Gäste aus Tschechien gaben mit ihrem Fancy Shawl und Jingle Dress Dance Einblick in die Kultur der nordamerikanischen Ureinwohner.

Die HNT dankt allen Tänzerinnen und Tänzern, Eltern, den zahlreichen weiteren Helfern, dem Trainerteam, allen Gästen und natürlich Anna Krüger sehr herzlich für das große Engagement, ohne das so ein Event nicht möglich wäre.

Süderelbe-Crosslauf

Hailezgi Meresie (HNT) gewinnt zweite Auflage des neuen Traditionslaufes

Der 2. „Süderelbe-Cross“ hat Ende Januar trotz schlechtem Wetters rund 300 motivierte Läuferinnen und Läufer in die Neugrabener Heide gelockt. Erst im vergangenen Jahr hatten die HNT-Leichtathleten das Event nach fast 20 Jahren Pause wieder ins Leben zurückgeholt. Nach dem erfolgreichen Neustart 2018 gab es nun zum Jahresbeginn die zweite gelungene Austragung des Süderelbe-Crosslaufs. Dabei freute man sich bei der HNT zum einen über eine gelungene Veranstaltung, zum anderen über den Heimsieg von HNT-Läufer Hailezgi Meresie.

Am 28-jährigen Ausnahmesportler führt derzeit auf Hamburger Ebene kaum ein Weg vorbei. Im vergangenen Jahr holte er sich bereits die Hamburger Meistertitel über die 10 Kilometer und die Halbmarathon-Distanz. Im Januar folgte der Landesmeistertitel über die 3.000 Meter in der Halle. Und auch beim 2. Süderelbe-Cross ließ er der Konkurrenz keine Chance. Mit fast eineinhalb Minuten Vorsprung gewann Meresie das Rennen über die Langstrecke (10,8 Kilometer) in einer Zeit von 36:37 Minuten. Damit sicherte er sich auch den Hamburger Cross-Meistertitel.

Bei den Frauen siegte Maike Körner (hamburg running) über die Langdistanz. Auf der Mittelstrecke über 5,3 Kilometer gingen die ersten Plätze an Tim Hoenig und Katharina Josenhans (beide hamburg runnning). Hinter den Siegern überquerten noch viele weitere glückliche Gesichter die Ziellinie, und das trotz der nassen und wenig einladenden Bedingungen. Die HNT dankt allen Läufern für ihre sportliche Ausdauer, allen Helfern und Unterstützern für ihren Einsatz vor, während und nach dem Rennen sowie den Zuschauern an der Strecke.

Die Platzierungen der HNT-Athleten:

Langstrecke

1. Hailezgi Meresie
9. Mathias Thiessen
21. Florian Struß
36. Carsten Dierks
37. Burkhard Weber
118. Jürgen Buck

Mittelstrecke

Frauen:
7. Sandra Meyer-Lindloff
19. Sandra Wiede
32. Karen Hacker

Männer:
6. Brhane Gebrebrhan
26. Carsten Dierks
49. Thomas Wriede

Weltmeister-Wochenende

Ein besonderes Speerwurf-Training

Trainieren im Verein, das ist Alltag für Kea Stieglitz und Renée Nitsch aus der HNT-Leichtathletikabteilung. Trainieren mit einem Weltmeister, das ist schon etwas Besonderes. Diesen ganz besonderen Moment durften die beiden HNT-Aktiven erfahren, als sie Ende des vergangenen Jahres mit Speerwurfweltmeister Johannes Vetter in Potsdam gemeinsam die Speere fliegen ließen. Doch nicht nur das: Mit nicht weniger Erfolgen ausgestattet, waren auch Mathias Mester und Niko Kappel mit dabei, die in den paralympischen Disziplinen zu Hause sind und dort Weltmeistertitel und paralympisches Olympiagold holten. Entsprechend groß war die Aufregung bei den U18- und U20-Athletinnen. „Ich war richtig nervös, vor deren Augen zu werfen“, sagte Renée Nitsch. Doch die eingangs vorhandene Nervosität war im wahrsten Sinne des Wortes schnell verflogen und die verschiedenen Trainingseinheiten im Speerwurf, Kugelstoßen und Diskuswerfen machten viel Freude. Sowohl über die guten Tipps, als auch über die lobenden Worte für eine gute Technik freuten sich die beiden HNT-Leichtathletik-Talente.

Mit „HNT-Startpilot“ fit für die Zukunft

Attraktive Perspektive für Jugendliche im Sport und für den Berufseinstieg

Die HNT bildet aus! Nicht nur zahlreiche Sporttalente, sondern auch junge und motivierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Vor knapp drei Jahren fiel der Startschuss für den „HNT-Startpilot“: Das eigene und innovative Ausbildungskonzept, mit dem junge Talente nicht nur fit für die Trainerbank werden. Der Startpilot eröffnet Jugendlichen zudem eine attraktive Perspektive im Sport und für den späteren Einstieg ins Berufsleben. In der HNT sind die Startpiloten längst zu einer wichtigen Stütze geworden.

Mit dem „HNT-Startpilot“ geht es in diesem Frühjahr weiter. Die Termine für die nächste Juleica-Ausbildung sind der 13. und 27. April sowie der 4. und 25. Mai. Betreut von erfahrenen Trainern und Referenten lernen die Jugendlichen an diesen Tagen in Theorie und praktischen Übungen, was es bedeutet, eine Gruppe anzuleiten. Es geht zum Beispiel um Rechte und Pflichten, Trainingslehre, Sportorganisation und -planung. Die Ausbildung ist kostenlos. An ihrem Ende steht der Erwerb der Jugendleitercard, kurz „Juleica“ genannt.

Dieser bundesweit anerkannte Ausweis dient als Qualifikationsnachweis für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Jugendarbeit. Die Juleica kann erst mit 16 Jahren erworben werden. Entsprechend richtet sich die Ausbildung im Frühjahr an die etwas älteren Jugendlichen in der HNT. Mitglieder ab zwölf Jahren können im kommenden

Herbst an der nächsten Helferausbildung, dem ersten Schritt hin zur Juleica-Ausbildung, teilnehmen. Alle Teile des „HNT-Startpilot“ sind sportartübergreifend angelegt. Damit bringt das Projekt junge Menschen aus ganz verschiedenen Sportarten und Abteilungen zusammen. Das Anmeldeformular für die kommende Juleica-Ausbildung gibt es in Kürze auf www.hntonline.de. Weitere Infos zum „HNT-Startpilot“ auch per E-Mail an service@hntonline.de.

Aktiv unterwegs!

HNT-Senioren auf Tour

Für Vereinsmitglieder und auch für Gäste bietet die HNT-Seniorenfreizeit viele sportliche und interessante Möglichkeiten, gemeinsam aktiv zu sein. Mit der Gruppe „Gesund durch Bewegung“ geht es beispielsweise zu Ausflügen und Besichtigungen, wobei Neues entdeckt und Altes aufgefrischt wird. Aktiv unterwegs im Wald ist jede Woche auch die Nordic-Walking-Wandergruppe, um sich fit zu halten. Für Senioren, die etwas mehr wollen, gibt es jede Woche geführte Radtouren in das schöne Gebiet der Süderelbe und der nahen Umgebung.

Eine Gruppe geübter Radfahrer fährt jeden Donnerstag von 10 bis etwa 14 Uhr. Radfahrer, die nicht ganz so schnell fahren und etwas entspannter radeln möchten, sind jeweils am 1. und 3. Donnerstag im Monat von 10 bis 13 Uhr unterwegs. Treffpunkt ist immer vor dem HNT-Vereinshaus an der Cuxhavener Straße 253.

Helmut Pieper • Schlosserei
Inh. Margret Pieper
Drahtzäune, Gitter, Tore auch mit Automatik
Einbruchschutz • Handläufe • PROGAS-Vertriebsstelle
Cuxhavener Straße 255 • 21149 Hamburg • Tel. 701 83 20 • Fax 701 49 01

Schlatermund
GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
SPIEL- UND SPORTPLATZBAU
TERRASSEN- UND WEGEBAU
BAUMPFLEGE, WINTERDIENST
OBJEKTBETREUUNG
☎ 040 / 75 49 59 -0
www.schlatermund.de info@schlatermund.de

Impressum
Die HNT, 1/2019, Februar 2019, herausgegeben vom Präsidium der Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V. (HNT), Cuxhavener Straße 253, 21149 Hamburg, Telefon 040 7017443
Redaktion: Mark Schütter (verantwortlich), Matthias Greve, Alexander Mohr Gestaltung: Matthias Greve
Alle Rechte vorbehalten. Bildquelle: HNT-Archiv

So geht Sport heute!

WIR WOLLEN DICH!

Werde Teil der großen HNT-Familie

Mit über 5000 Mitgliedern, 350 wöchentlichen Angeboten, Bundesliga- und Leistungssport und vielen Stadtteilprojekten gestaltet die HNT das Leben in unseren Stadtteilen. Werde auch du ein Teil dieser Gemeinschaft und unterstütze dadurch die Weiterentwicklung des Sports in Süderelbe.

Volleyball-Team Hamburg

FitHus – HNT "Sport und Freizeit"

WEITERSAGEN & DOPPELT SPAREN!

Mitglieder werben neue Mitglieder und erhalten

Geworbene Mitglieder sparen den Aufnahmebeitrag

10,-€*

* nur Personen ab 18 Jahre & mit eigener Beitragsgruppe

WIR UNTERSTÜTZEN:

- Kinder- und Jugendsport
- Stadtteilarbeit
- Breiten- und Leistungssport
- Integrationsprojekte
- Seniorensport und Seniorenfreizeit
- Ehrenamtliches Engagement
- Reha- und Gesundheitssport

ANMELDUNG

für die Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Bitte ankreuzen und in Druckschrift ausfüllen!

Ich/Wir möchte/n:

◯ Mitglied werden in der HNT zum _____

◯ In folgende Abteilung eintreten _____

◯ Fördermitglied

Mitglieds-Nr.: _ _ _ _ _ _ _ _ Geburts-Datum: _ _ _ _ _ _ _ _ m ◯ w ◯

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ _____ Ort _____

E-Mail _____

Telefon privat _____ geschäftlich _____ mobil _____

Bitte im Notfall informieren: _____ Tel.: _____

Folgende Familienangehörige, Kinder und Partner sind bereits Mitglied in der HNT:

Vor- und Zuname des/der Sorgeberechtigten (bei Jugendlichen unter 18 Jahren) ggf. abweichende Anschrift.
(Die selbstschuldnerische Bürgschaft für den Beitrag Minderjähriger übernehme/n ich/wir als Sorgeberechtigte/r)

Gemäß §§ 5 und 6 der HNT-Satzung beträgt die Mindestdauer der Mitgliedschaft in der HNT ein Kalenderquartal und endet durch formlose schriftliche Kündigung zum Quartalsende. Die Kündigung muss jeweils bis zum 15. Februar, 15. Mai, 15. August oder 15. November eingegangen sein. Eine verspätet eingegangene Kündigung gilt als Kündigung zum darauf folgenden Quartalsende. Bei Verträgen mit Jahresbindung muss die Kündigung oder Änderung spätestens sechs Wochen vor Ende der Jahresbindung eingegangen sein, sonst verlängert sie sich um ein weiteres Jahr. Die Satzung und die Beitragsordnung liegen im „Sportbüro" und an der FitHus „Infotheke" aus und können dort jederzeit eingesehen werden. Die persönlichen Daten werden gemäß Datenschutz gespeichert und bearbeitet. Ich/Wir erkennen die Satzung und die Beitragsordnung der HNT mit meiner/unserer Unterschrift/en und der Aufnahme in die HNT an. Bei Familienmitgliedschaften bürgen die unterzeichneten volljährigen Familienmitglieder gemeinschaftlich für den Gesamtbeitrag.

Datenschutz: Die Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V. verarbeitet Ihre personenbezogenen Daten im Rahmen Ihrer Mitgliedschaft ausschließlich gemäß der Datenschutzbestimmungen, die Sie im Internet jederzeit unter www.hntonline.de abrufen können.

EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Mit meiner Unterschrift ermächtige ich – jederzeit widerruflich – die HNT zum Einzug der Beitragsforderungen bei Fälligkeit mittels Lastschriftverfahren zu Lasten des angegebenen Kontos. Die Einzugsermächtigung gilt bei Änderungen des Vertrages unverändert weiter.

IBAN _ **BIC** _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Kontoinhaber _____ **Unterschrift des Kontoinhabers** _____

HNT
HAUSBRUCH-NEUGRABENER TURNERSCHAFT VON 1911 e.V.
HAMBURG

GEMEINSAM GEWINNEN
www.erima.de

erima
SPORTSWEAR SINCE 1900