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

Die HNT

Ausgabe 1 - Juli 2020

Restart: HNT wieder aktiv

Sport auch in den Ferien

Tennis: jetzt einsteigen

So geht Sport heute!

FitHus

erima
SPORTSWEAR SINCE 1900

Liebe Mitglieder und liebe Freunde der HNT,

wir sind wieder in Bewegung! Das ist die schönste und wichtigste Botschaft in diesen Tagen. Durch die Lockerungen der Corona-Beschränkungen im Monat Mai konnten wir zunächst im Freien wieder starten und schrittweise die zahlreichen unterschiedlichen Sportangebote in unserem Verein wieder hochfahren. Ende des Monats folgte die lang erwartete Wiedereröffnung unseres frisch renovierten Vereinsfitnessstudios FitHus. Und für den Monat Juni heißt das Motto: „Zurück in die Hallen“. Wir können unter Einhaltung der notwendigen Schutz- und Hygienemaßnahmen auch wieder in unsere Sporthallen zurückkehren.

Diese Rückkehr zum Sportbetrieb hat unsere gesamte HNT-Familie in den vergangenen Wochen vor große Herausforderungen gestellt. Die zahlreichen neuen Verordnungen führten immer wieder zum kurzfristigen Handeln, Neudenken und Korrigieren der aufgestellten Konzepte. Wir agieren derzeit sozusagen auf Sichtweite. Gefühlt wirft jede Woche neue Fragen und Probleme auf, denen wir uns stellen müssen. Nur durch die engagierte Arbeit unserer Mitarbeiter und vor allem auch der ehrenamtlichen Abteilungsleiter, Helfer, Trainer und Übungsleiter ist es möglich gewesen, die HNT nach dem kompletten Stillstand so schnell wieder in Bewegung zu bringen. An dieser Stelle ein großer Dank an alle Mitwirkenden: Ohne euren Einsatz hätten wir dies nicht geschafft!

Ein ebenso großer Dank geht an unsere Mitglieder. Die vergangenen Wochen und inzwischen Monate der Corona-Krise waren für uns alle nicht einfach. Auch wir bei der HNT hatten die eine oder andere Sorgenfalte auf der Stirn. Denn als gemeinnütziger Verein sind wir auf die regelmäßigen Beiträge unserer Mitglieder angewiesen, um den Fortbestand unseres Vereins und der Sportangebote sicherzustellen. Diese Beiträge in Zeiten weiterzubezahlen, in denen Sport gar nicht oder nur stückweise wieder möglich war, ist nicht selbstverständlich. Wir haben daher an eure Solidarität appelliert – und ihr seid diesem Aufruf in sehr großer Zahl gefolgt. Das macht uns unglaublich glücklich und stolz. Die HNT präsentiert sich in dieser Krise als großartige Gemeinschaft.

Das Präsidium hat in Zusammenarbeit mit der Geschäftsleitung und den Abteilungsleitungen auch nach Wegen gesucht, um die Mitglieder zumindest ein Stück weit finanziell zu entlasten. So wurden unter anderem die Abteilungsbeiträge im Mai reduziert. Im Juni konnten wir nun endlich wieder ein breiteres Angebot anbieten und in den Sommerferien bleiben die Sporthallen geöffnet, auch davon werden unsere Mitglieder profitieren. Wir sind auf einem guten Weg zurück in den regulären Sportbetrieb. Angekommen sind wir aber noch lange nicht. Die Einschränkungen etwa durch Abstands- und Hygieneregeln werden auch den Sport noch eine Weile begleiten. Die Fahrt auf Sicht wird noch eine Zeit lang anhalten.

Wir bitten deshalb unsere Mitglieder auch weiterhin um ihr solidarisches Handeln. Es ist und bleibt mehr als wichtig, dass die gesamte HNT-Familie gemeinsam an einem Strang zieht. Wir sind uns sicher, dass irgendwann auch wieder etwas Ruhe einkehren wird. Das Danach wird anders sein als das Davor. Aber genau das bietet auch große Chancen, die HNT für die Zukunft noch besser aufzustellen. Lasst uns daran weiterhin gemeinsam arbeiten.

Euer HNT-Präsidium

Karen Hacker
Mark Schepanski
Reinhold Stehr

Die HNT

Hausbruch-Neugrabener
Turnerschaft von 1911 e.V.

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

Aktuell leider nur per Telefon/E-Mail (Mo-Do 9-16 Uhr, Fr 9-12 Uhr) persönlich erreichbar.

HNT-Spendenkonto
IBAN DE96 2075 0000 0004 0152 28

HNT Sportstudio FitHus
im BGZ Süderelbe
Am Johannisland 2
21147 Hamburg

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

Öffnungszeiten

Mo bis Fr
8 bis 22 Uhr

Sa und So
10 bis 18 Uhr

Wir beantworten eure häufigsten Fragen

Findet mein Sportangebot schon wieder statt?

Seit Anfang Mai sind wir dabei, unsere Angebote schrittweise wieder zu starten. Dass wir nicht wieder sofort in den Normalbetrieb umschalten konnten, liegt an den immer noch geltenden Einschränkungen, welche die Stadt Hamburg auch dem Sport auferlegt hat, um das Coronavirus weiterhin einzudämmen. Mit jeder Lockerung dieser Vorschriften konnten und werden wir unser Angebot aber wieder ausbauen. Auf **www.hntonline.de/restart** informieren wir euch aktuell, welche Sportarten ihr Training schon wieder aufgenommen haben. Fragt im Zweifel auch gerne bei eurer Abteilungsleitung oder euren Trainern nach.

Warum findet ausgerechnet mein Sport noch NICHT wieder statt?

Das kann unterschiedliche Gründe haben. Unsere Schwimmer beispielsweise sitzen immer noch auf dem Trockenen, weil Hamburgs Hallenbäder noch nicht wieder freigegeben sind. Viele Angebote im Kinderbereich können noch nicht wieder stattfinden, weil ein geordneter Trainingsbetrieb in der Halle unter den aktuellen Abstands- und Hygienebedingungen von unseren Übungsleiterinnen noch nicht wieder verantwortet werden kann. Generell sind die Nutzungszeiten in den Hamburger Sporthallen noch klar begrenzt, einige Trainingszeiten fallen dadurch weg. Wir bitte euch um Verständnis und bemühen uns gleichzeitig darum, auch euren Sport bald wieder an den Start zu bringen.

Warum wurden bei mir auch in der sportfreien Zeit die HNT-Beiträge eingezogen?

Die HNT ist ein gemeinnütziger Verein. Hier gilt nicht das Prinzip Leistung-Gegenleistung, wie es bei kommerziellen Anbietern der Fall ist, sondern die Mitgliedsbeiträge dienen der Förderung des satzungsgemäßen Vereinszwecks und sind elementar für den Fortbestand unseres Sportvereins. Denn als gemeinnütziger Verein ist es der HNT nicht möglich, größere Rücklagen für eine solche Krisenzeit zu bilden. Ohne diese finanzielle Zuwendung seiner Mitglieder würde auch ein Großsportverein wie die HNT schnell in finanzielle Schwierigkeiten geraten. Durch Maßnahmen wie z. B. Kurzarbeit hat die HNT natürlich auch versucht, Kosten zu reduzieren. Gesichert wird das Überleben unseres Vereins aber in erster Linie durch die große Solidarität unserer Mitglieder. Dafür sind wir unglaublich dankbar.

Gibt es die Möglichkeit, sich Beiträge erstatten zu lassen?

Generell können bereits eingezogene Grund- und auch Abteilungsbeiträge aufgrund von ausgefallenen Sportangeboten im Zusammenhang mit der Corona-Krise nicht erstattet werden. Wie bereits beschrieben, dienen diese dem satzungsgemäßen Vereinszweck und der Sicherung des Fortbestandes unseres Vereins.

Wie geht es mit den HNT-Beiträgen weiter?

Die Grund- und auch Abteilungsbeiträge werden auch in den kommenden Monaten wie gewohnt eingezogen. Wir sind froh, dass wir einem großen Teil unserer Mitglieder als Gegenleistung auch schon wieder Sportangebote bieten können. Wo das noch nicht möglich ist, ist das HNT-Präsidium gemeinsam mit den Abteilungsleitungen auf der Suche nach individuellen Lösungen. Informiert euch dazu auch gerne direkt bei euren Abteilungsleitungen. Im Mai wurden zudem für alle unsere Mitglieder die Abteilungsbeiträge einmalig reduziert. Sollten Beiträge durch nachgewiesene Notfälle nicht gezahlt werden können, finden wir als Solidargemeinschaft auch eine individuelle Lösung. Darüber hinaus steht es den Mitgliedern natürlich frei, ihre Mitgliedschaft zum nächstmöglichen Zeitpunkt zu kündigen.

Findet in den Sommerferien auch Sport statt?

Ja, auch in den Hamburger Sommerferien werden einige HNT-Angebote stattfinden. Die Stadt Hamburg hat beschlossen, dass aufgrund der besonderen Umstände die Sporthallen in diesem Sommer geöffnet bleiben. Damit können auch wir mehr Sport anbieten als sonst in den großen Ferien und euch für den Ausfall im März und April zumindest ein bisschen entschädigen. Allerdings gilt auch hier wie so oft in diesen Tagen: Es geht nur schrittweise, unter Einschränkungen und nur so weit es die Umstände zulassen. Gemeinsam mit den Abteilungsleitungen prüfen wir, welche Sportangebote in den Ferien möglich sind. Auf **www.hntonline.de/restart** informieren wir euch aktuell darüber, welche Angebote auch in den Sommerferien stattfinden.

Was für Einschränkungen gibt es derzeit beim Sporttreiben?

Auch für den Sport gilt das, was uns in Corona-Zeiten eigentlich überall begegnet: klare Abstands- und Hygieneregeln. Zudem können Umkleiden und Duschen vielerorts noch nicht wieder genutzt werden. Alle wichtigen Regeln haben wir euch auf **www.hntonline.de/restart** zusammengefasst. Dabei gibt es Unterschiede zwischen dem Sporttreiben in der Halle und im Freien. Wichtig ist, dass alle Regeln weiterhin konsequent eingehalten werden. Die HNT richtet sich bei diesen Regeln nach den Vorgaben der Stadt Hamburg sowie den Empfehlungen der verschiedenen Sportverbände. Natürlich verfolgen wir die Entwicklungen genau. Wir hoffen auf weitere Lockerungen der Hamburger Verordnung, die dann auch dem Sport noch mehr Freiräume ermöglichen.

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

Endlich wieder Sport!

Zunächst nur im Freien

Anfang Mai durften wir nach der langen Zwangspause endlich wieder raus auf den Sportplatz. Mit klaren Regeln und immer dem nötigen Abstand zum Sportkollegen legten zunächst unsere Tennisspieler, kurz danach auch weitere Gruppen wieder los. Plötzlich war wieder jede Menge Betrieb in unserem HNT Sportpark Opferberg.

Training mal ganz anders

Für unsere Hallensportler brachte der Start zurück ins Training viele neue Erfahrungen mit sich. Denn es ging auch für sie zunächst raus, viele Gruppen verlegten ihre Training an die frischen Luft. Dabei waren neue Ideen gefragt, wie zum Beispiel ein Basketball-, Ballett- oder auch Ju-Jutsu-Training draußen stattfinden kann. Dank unserer engagierten und kreativen Übungsleiterinnen und Übungsleiter hat das aber wunderbar funktioniert. Bei unseren Hallensportlern kam dieser ungewollte Ausflug nach draußen auch richtig gut an. Wiederholung nicht ausgeschlossen.

Schrittweise zurück

Unser schöner HNT Sportpark Opferberg bietet jede Menge Platz, sodass nach und nach immer mehr Sportarten wieder loslegen konnten. Aufgeteilt in verschiedene Trainingszonen wurde es auf dem Opferberg zeitweise richtig voll. Yoga neben Tennis, den Rasen teilen sich die Fußballer mit den Leichtathleten, Volleyball auf der Beachanlage und ein Stück weiter Line Dance – die ganze bunte HNT-Welt vereint auf am Opferberg. Glücklicherweise hat das Wetter fast die gesamte Zeit mitgespielt.

Auch Sporthallen wieder geöffnet

Mit der Öffnung der Sporthallen hat die Stadt Hamburg Anfang Juni den nächsten wichtigen Schritt gemacht, damit Sport in all seinen Facetten wieder möglich ist. Wir konnten daraufhin auch die ersten Gruppen wieder in die Hallen schicken. Unsere Tischtennis-Abteilung und die Kunstturner machten den Anfang. Beide Abteilung hatten zuvor nicht die Möglichkeit, ihre Training draußen anzubieten, und waren entsprechend begeistert, dass es endlich wieder losgehen konnte. Derzeit gelten für das Training in der Halle aber noch strenge Hygiene- und Abstandsregeln.

Die Hallen sind bislang auch nur eingeschränkt geöffnet, einige auch noch ganz geschlossen. So können wir uns auch hier nur schrittweise auf den Weg in Richtung Normalität machen. Aber es geht voran. Wir hoffen, dass nach den nächsten Corona-Lockerungen noch mehr Sport möglich ist.

Wer trainiert gerade wo?

Alle Infos zu den aktuellen Angeboten und Regeln auf unserer Homepage

Die schrittweise Rückkehr in den Sportbetrieb sorgt dafür, dass sich unser Sportangebot in diesen Tagen wöchentlich ändert. Weitere Sportarten starten wieder, andere kehren von draußen zurück in die Halle – alles ist in Bewegung. Aus diesem Grund nutzt bitte unsere Homepage, um euch über die aktuellen Sportangebote zu informieren. Unter

www.hntonline.de/restart

bleibt ihr auf dem Laufenden. Informiert euch außerdem gerne bei eurer Abteilungsleitung oder euren Trainern, wie es um euren Kurs steht.

Auf unserer Restart-Seite findet ihr außerdem alles zu den aktuell gütligen Abstands- und Hygieneregeln. Die HNT hat sowohl für die Sportangebote im Freien als auch für die in der Halle eigene Schutzkonzepte erstellt. Diese gelten bis auf Weiteres für alle entsprechenden HNT-Angebote.

Informiert euch bitte vorab über die Regeln und haltet diese konsequent ein. Sollte es Änderungen geben, informieren wir euch über diese ebenfalls auf unserer Restart-Seite.

Sport in den Sommerferien

Der Sommer ist da, und damit auch die großen Ferien. Normalerweise legen wir in dieser Zeit eine Pause ein.

In diesem Jahr ist das anders. Die Stadt Hamburg hat beschlossen, dass aufgrund der besonderen Umstände die Sporthallen in diesem Sommer geöffnet bleiben. Das wollen wir natürlich nutzen und euch für den Ausfall im März und April zumindest ein bisschen entschädigen.

Gemeinsam mit den Abteilungsleitungen prüfen wir, welche Sportangebote in den Ferien möglich sind. Aktuelle Informationen dazu findet ihr auch online auf unserer Restart-Seite unter **www.hntonline.de/restart**.

In den Ferien immer geöffnet sind unsere Feriencamps. Diese finden auch in diesem Sommer statt, allerdings mit einigen Einschränkungen und Veränderungen im Vergleich zu den vergangenen Jahren. Unter anderem findet das erste Feriencamp später statt und die Betreuungszeit wurde aufgrund der derzeitigen Einschränkungen auf 9 bis 13 Uhr verkürzt. Mehr dazu auf Seite 22.

Das FitHus-Kursprogramm

+++ ab 1. Juli +++
aufgrund der Einschränkungen kann das Kursprogramm noch nicht wieder komplett angboten werden. Wegen der Teilnehmerbegrenzung ist eine Anmeldung erforderlich: direkt im HNT-FitHus oder per Telefon 040 7015774.

Montag
8:15-9:15 Hatha-Yoga
9:30-10:15 Rücken-Fit
10:30-11:30 Rücken-Fit
17:30-18:15 Zumba
17:30-18:15 Faszientraining
18:30-19:15 Bauch-Beine-Po
18:30-19:15 Qigong
19:30-20:30 Rücken & Entspannung
19:30-20:15 Bauch-Beine-Po

Dienstag
9:00-10:15 Rücken-Yoga
10:30-11:30 Jumping (14-tägig)
17:30-18:15 Functional Training
18:30-19:15 Jumping
19:30-20:30 Langhanteltraining

Mittwoch
9:45-10:45 Pilates
18:45-19:45 Workout

Donnerstag
9:15-10:00 Fit 50 Plus
10:15-11:00 Fit 50 Plus
15:15-16:15 Senioren-Yoga
16:20-17:20 Active-Aging-Yoga
17:25-18:25 Hatha Yoga
18:30-19:15 Bauch-Beine-Po
19:30-20:30 Rücken-Fit

Freitag
9:30-10:30 Workout
17:00-17:45 Zumba
18:00-19:00 Functional Training

Samstag
11:45-12:45 Flying Dance
13:00-14:30 Intensiv-Yoga

Sonntag
10:30-11:30 Booty Workout

Endlich wieder FitHus!

Das HNT-Sportstudio ist wieder geöffnet

Nach der langen Zwangspause ist der Sportbetrieb in Hamburgs Fitnessstudios wieder erlaubt und wir sind sehr glücklich, die FitHus-Mitglieder endlich wieder bei uns begrüßen zu dürfen! Allerdings noch mit ein paar Einschränkungen: Das Training im HNT-FitHus ist nur unter Einhaltung der strengen Abstands- und Hygieneregeln möglich. Dazu zählen unter anderem ein Mindestabstand von 2,5 Metern, Handhygiene und ein regelmäßiges Desinfizieren der Geräte.

Leider darf sich aufgrund der geltenden Beschränkungen nur eine begrenzte Zahl von Personen im HNT-FitHus aufhalten. Es kann daher zu Wartezeiten kommen. Der Saunabereich muss noch geschlossen bleiben, die Duschen und Umkleiden dürfen nur einzeln genutzt werden. Bitte kommt daher am Besten schon in Sportbekleidung zum Training und bringt lediglich ein Handtuch, saubere Sportschuhe und eigenes Trinken mit.

Auch unser FitHus-Kursangebot läuft langsam wieder an. Zunächst steht allerdings nur der große Gymnastikraum zur Verfügung, weshalb noch nicht alle Angebote wieder starten können. Zudem ist die Zahl auf 12 Personen pro Kurs beschränkt. Aus diesem Grund müsst ihr euch für jeden Kurs vorab bitte telefonisch im HNT-FitHus unter 040 7015774 oder direkt vor Ort anmelden!

Alle aktuellen Regelungen auf **www.fithus.de**.

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

BOOTCAMP

OUTDOOR TRAINING IN DER GRUPPE VON MAX 16 PERSONEN

AUCH FÜR NICHT-MITGLIEDER

Was heißt BOOTCAMP? Funktionales Training im Freien mit und ohne Zusatzgeräten. Trainiert werden Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit.

Für wen ist es geeignet? Für **sportgesunde** Personen. Sowohl Sportanfänger als auch Fortgeschrittene trainieren hier gemeinsam und haben neben einem fordernden Training eine Menge Spaß.

Wann, wie lange und wo? Das BOOTCAMP geht über **4 Wochen mit 2 Einheiten/Woche** (8 Termine) für jeweils 60 Min (Di/Do 19-20 UHR) und startet am **4. August 2020**. Treffpunkt: **15 min vor Trainingsbeginn** am FitHus-Tresen. Trainiert wird bei **jedem Wetter**, also seid dem Wetter entsprechend gekleidet und bringt Euch etwas zu Trinken und ein Handtuch mit. Eine verbindliche **Anmeldung bis zum 28. Juli 2020 ist erforderlich.**

Muss ich FitHus-Mitglied sein? Nein, auch als **Nicht-Mitglied** kannst Du Dich anmelden.

Wieviel kostet das BOOTCAMP und wo melde ich mich an? 65 Euro/85 Euro (Mitglieder / Nicht-Mitglieder). Anmeldung im **FitHus im BGZ, Am Johannisland 2, 21147 Hamburg, Tel:(040) 701 57 74.**

„Aktiv werden mit Krebs“

HNT-Rehasportangebot wird erweitert

Die HNT ist seit Jahren Vorreiter bei innovativen Sportangeboten für besondere Zielgruppen. In enger Zusammenarbeit mit Ärzten und Fachleuten verschiedener Bereiche werden die Bewegungskonzepte immer wieder an den aktuellen Stand der Erkenntnisse angepasst.

„Zahlreiche internationale Studien in den letzten Jahren belegen, dass Sport die Krebs-Therapie unterstützt“, so Dr. Jürgen Heide. Bei einer diagnostizieren Krebserkrankung kann körperliche Aktivität die Lebensqualität und den Verlauf der Erkrankung positiv beeinflussen und die Heilungschancen erhöhen. Auch die Gefahr des Wiederauftretens der Erkrankung werde durch Sport verringert. Auf seine Initiative hat die HNT in 2019 ein neues Bewegungsangebot ins Leben gerufen, das sich speziell an Krebspatienten zum Beispiel mit Brust-, Prostata- und Lungenkrebs richtet.

Gymnastik mit Kleingeräten

montags, 16 bis 17 Uhr

Energy Dance – sanfte Bewegung zu Musik

mittwochs, 16.15 bis 17.15 Uhr

Diese beiden Angebote finden im HNT-eigenen Sportstudio FitHus (BGZ Süderelbe, Am Johannisland 2) statt, das nach den aktuellen Lockerungen der Coronaschutzmaßnahmen wieder öffnen konnte.

Laufen für die Gesundheit

neuer Kurs startet nach den Sommerferien

Unter dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ wird es aufgrund großer Nachfrage ab August ein neues Laufangebot geben. Unter E-Mail gesundheitssport@hntonline.de können sich Interessierte bereits jetzt vormerken lassen. Die speziell für diesen Bereich ausgebildeten Übungsleiterinnen und -leiter haben ein besonderes Augenmerk auf die individuelle Leistungsfähigkeit und -bereitschaft jedes Einzelnen. Die Erfahrung zeigt immer wieder, dass sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht nur körperlich, sondern auch psychisch besser fühlen.

Mit einer Rehasport-Verordnung ist die Teilnahme an allen Angeboten kostenlos. Trotzdem ist eine Anmeldung erforderlich. Vom Arzt müssten als empfohlene Rehabilitationssportarten „Gymnastik“ und „Leichtathletik“ sowie „2 mal“ angekreuzt werden. Weitere Infos und Anmeldungstermine bei Meike Paul, E-Mail gesundheitssport@hntonline.de oder Mobiltelefon 0171 7529950.

„Raus an die frische Luft“

Corona rückt „Outdoorsport“ in ein ganz neues Licht

Aufgrund der Hallensperrungen im Zuge der Coronaschutzmaßnahmen haben in den letzten Wochen so gut wie alle Sportreibenden ihre Aktivitäten notgedrungen auf das HNT-Außengelände verlegen müssen.

Die Erfahrungen in diesen Wochen haben gezeigt – draußen geht was! Mit viel Kreativität und Improvisationstalent haben die Übungsleiterinnen und -leiter dafür gesorgt, dass die HNT-Mitglieder auch ohne Halle ihrem Sport sehr abwechslungsreich nach gehen können.

Hygiene- und Abstandsregeln sind schnell zur Gewohnheit geworden und plötzlich stand ein ganz neuer Aspekt im Mittelpunkt: Bewegung an der frischen Luft tut gut! So gut, dass nun, wo die Hallen zur Nutzung wieder freigegeben sind, viele Gruppen gar nicht mehr rein wollten.

Die HNT nimmt diese Entwicklung zum Anlass auch „nach Corona“ mehr Bewegungsangebote im Freien anzubieten. Der erste passende Schnupperkurs „Parksport 60plus“ startet am Mittwoch, 19. August – mehr Infos dazu auf Seite 13.

Verstärkung für Reha- und Herzsport

Übungsleiter (m/w/d) für erweitertes Angebot gesucht

Mit über 20 Gruppen in der Woche bietet die HNT eine breite Palette an Bewegungsmöglichkeiten bei diversen Erkrankungen. Aufgrund der großen Nachfrage, insbesondere im Lungen- und Herzsport, will die HNT ihr Kursprogramm in diesen, aber auch in allen anderen Bereichen weiter ausbauen. Die HNT hat spezielle Angebote für diejenigen, die von Diabetes, Krebs, einem Schlaganfall, beginnender Demenz, einer Lungen- oder psychischen Erkrankung oder von chronischen Herz-Kreislauf-Beschwerden betroffen sind. Ein „Klassiker“ ist der orthopädische Reha-Sport – er richtet sich insbesondere an Menschen mit Bewegungseinschränkungen durch Verschleiß, Überbelastung oder nach einer Operation etwa an Hüfte, Knie, Wirbelsäule oder Schulter. Voraussetzung für die Leitung dieser Gruppen ist eine gültige Übungsleiter-B-Lizenz in der Rehabilitation und das entsprechende Profil: Innere Medizin, Neurologie, Psychiatrie oder Orthopädie. Interessierte melden sich bitte zunächst per E-Mail gesundheitssport@hntonline.de.

Einblicke (fast) ohne Filter:
@asklepiosklinikumharburg

Vollzeit und Teilzeit und ab sofort (w/m/d):

- **Fachgesundheits- und Krankenpfleger**
- **Gesundheits- und Krankenpfleger**
- **Altenpfleger**
- **Gesundheits- und Krankenpflegeassistenten**
- **Auszubildende Pflegefachleute**

Wir bieten: 25 Fachabteilungen, gute Einarbeitung, garantiert großartige Kollegen, Jahressonder- und Prämienzahlungen, Mitarbeiterangebote, höchste Standards, einen Arbeitsplatz, der zu Ihren Vorstellungen passt … und mehr!

Jetzt Bewerbung als PDF-Datei an bewerbung.harburg@asklepios.com schicken oder auf www.asklepios.com/harburg Online-Formular ausfüllen.

Sporterlebnis im Grünen

Outdoor-Tennis im HNT-Sportpark Opferberg

Sie waren die Ersten, die wieder in den HNT-Sportpark Opferberg durften: Am 8. Mai konnte die Tennisabteilung der HNT ihren Betrieb wieder aufnehmen. Und es dauerte nicht lange, bis die ersten gelben Filzbälle über die Netze sausten. Kein Wunder, denn die sechs Sandplätze am Opferberg bieten bei trockenem Wetter optimale Bedingungen für alle Tennis-Fans. Sie sind durch die Lage direkt an der Cuxhavener Straße/B73 sehr gut zu erreichen, aber gleichzeitig naturnah eingebettet in die ersten Hügel der Neugrabener Heide. Ein bisschen Naherholung beim Tennisspielen, was will man sich mehr wünschen.

Tennis bringt in diesen Tagen noch einen großen Vorteil mit sich: Durch den ohnehin schon gegebenen Abstand, den die Spieler zueinander haben, war es eine der ersten Sportarten, die auch unter Corona-Bedingungen wieder durchgeführt werden konnte. Anders als zum Beispiel bei den Kontaktsportarten, die sich unter den aktuellen Bedingungen ein Stück weit neu erfinden müssen, hat sich am Tennisspiel nicht viel geändert.

Das dürfte auch ein Grund sein, warum in den vergangenen Wochen wieder mehr Menschen zum Tennisschläger gegriffen haben. Ihr habt auch Lust wieder einzusteigen oder mit dem Tennisspielen anzufangen? Dann werdet jetzt Mitglied in unserer Tennisabteilung. Die Außenplätze der HNT können nur von Mitgliedern genutzt werden. Um euch den Einstieg zu erleichtern, erlassen wir Tennis-Neulingen den einmaligen HNT-Aufnahmebeitrag in Höhe von 10 Euro. Dieses Angebot gilt bis zum 31. Juli 2020 und nur für Neuanmeldungen in der HNT-Tennisabteilung.

Alle Informationen zu den HNT-Grundbeiträgen sowie den zusätzlichen Abteilungsbeiträgen der Tennisabteilung gibt es auf der HNT-Homepage unter

www.hntonline.de/mitglied-werden.

Um euch anzumelden, wendet euch einfach an das HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

Meister- und Vizemeistertitel für HNT-Trainer und -Talent

Achim Berkemeier und Julius Jauck in der Tennishalle erfolgreich

Achim Berkemeier hat im Februar seinen Titel bei den Hallen-Tennismeisterschaften von Hamburg und Schleswig-Holstein verteidigt. Im Finale der Altersklasse Herren 50 setzte sich die Nummer 41 der deutschen Rangliste mit 7:5 und 6:1 gegen den Flensburger Hauke Schröder durch. Berkemeier ist als Trainer bei der HNT tätig und spielt in der Regionalliga für den Harburger TB. Mit dem HTB holte sich der Lehrer aus Fischbek auch noch die Norddeutsche Mannschaftsmeisterschaft. Bei der HNT freute man sich zudem auch über das sehr gute Abschneiden von Wittold Sawiel. Bei seinem ersten Meisterschaftsstart in der Altersklasse Herren 60 landete er direkt auf dem zweiten Rang.

HNT-Tennistalent Julius Jauck (Foto) sorgte bei den Hamburger Jugendmeisterschaften für einen tollen Erfolg. Der Elfjährige spielte sich bei dem Turnier, das vom 14. bis 16. Februar in der Hamburger Verbandshalle stattfand, bis ins Finale. Am Ende wurde er Hamburger Vizemeister in der Altersklasse U12. Im Finale lieferte er sich ein packendes Match mit Julius Erdmann-Jesnitzer, das allerdings mit 6:4 und 6:1 an den Gegner vom Club an der Alster ging. Julius konnte sich über das Ergebnis dennoch freuen, war es doch sein erster großer Erfolg als Nachwuchsspieler bei einem Hallenturnier. In der Freiluftsaison 2018 hatte er bei den Hamburger Meisterschaften schon einmal ganz oben gestanden. Damals gewann er den Titel im Doppel und belegte zusätzlich einen sehr guten dritten Platz im Einzel. Als Schüler einer Sportklasse an der Stadtteilschule Fischbek-Falkenberg stellt Julius dazu auch sein Talent im Volleyball unter Beweis.

Tennis im „Netz“

Auf der neugestalten HNT-Homepage ist der Tennisbereich jetzt unter

hntonline.de/tennis

aktiv geschaltet. Dort sind ab sofort alle aktuellen Infos und News zur Tennisabteilung, wie etwa zum Sportleben, Platzbuchung, Arbeitseinsatztermine, Bewirtung und mehr zu finden.

Die Seite ist momentan noch im weiteren Aufbau. Deshalb schaut öfter einmal herein. Ideen und Anregungen, was dort noch fehlt, nimmt Sportwart Sergej Naumann gern entgegen: E-Mail hnttennisliga@gmail.com.

Tennisjugend

Für die Tennisjugend gibt es neue Trainingszeiten auf der Tennisanlage im HNT Sportpark Opferberg. Auch Neueinsteiger sind herzlich willkommen, den weißen Sport kennenzulernen.

Montag
16:00-18:00 Uhr Kinder U9

Freitag
15:00-17:00 Kinder U7 und U8;
17:00-19:00 Kinder U10

Samstag
11:00-12:00 U16-U18 Junioren
11:00-13:00 U16-U18 Juniorinnen
13:00-14:00 U12 Juniorinnen

Kinderturnen

Erste Angebote starten wieder im Freien

Die notwendigen Abstands- und Hygienemaßnahmen stellen Sportvereine vor große Herausforderungen, besonders wenn es um Angebote für Kinder geht. Doch die HNT möchte auch ihren jüngsten Mitgliedern wieder etwas bieten.

Deshalb sind die Übungsleiterinnen kreativ geworden und haben spezielle Angebote erarbeitet, die sich in kleinen Gruppen auch im Freien umsetzen lassen. Neben Angeboten für die Altersgruppen 4-6 und 7-10 Jahren gibt es auch wieder erste Gruppen für das „Eltern-Kind-Turnen".

Teilnehmen können ausschließlich Vereinsmitglieder aus dem HNT-Kinderturnen. Aufgrund der kleinen Gruppengrößen steht derzeit allerdings nur eine begrenzte Zahl an Plätzen zur Verfügung. Deshalb läuft die Teilnahme über eine Online-Anmeldung. Diese und weitere Informationen zu den Angeboten, die wichtigen Verhaltensregeln, Zeiten und Orte findet ihr auf **www.hntonline.de/restart.** Das Angebot läuft auch in den Hamburger Sommerferien weiter.

Der Fußball rollt wieder

Kreative Trainingsvarianten

Auch die Fußballer der HNT haben den Trainingsbetrieb wieder aufgenommen. Genau wie in anderen Sportarten ist zwar alles etwas anders als gewohnt, aber davon lassen sich die Kicker der HNT den Spaß nicht nehmen. Trainiert wird mit Abstand, ohne Köperkontakt und mit neuen Trainingsvarianten. Wichtig ist: Der Ball rollt wieder!

Nach der Rückkehr auf den Platz durfte sich die Fußball-Abteilung der HNT noch über einen weiteren großartigen Erfolg freuen. Durch das mehrheitliche Votum der Hamburger Fußballvereine, die aktuelle Spielzeit abzubrechen, steht die 1. Mannschaft der HNT als Aufsteiger in die Bezirksliga fest. Ein mehr als verdienter Erfolg nach einer bis zur Unterbrechung überragenden Spielzeit in Kreisliga 1.

Mit dem Aufstieg der 1. Herren setzt sich die positive Entwicklung der HNT-Fußballabteilung fort. Damit das so weiter geht, suchen unsere Fußballer in allen Altersklassen noch Verstärkung. Neue Spielerinnen und Spieler sind immer herzlich willkommen.

Unter **www.hntonline.de/restart** findet ihr die aktuellen Trainingszeiten. Da der Trainingsbetrieb derzeit besonderen Regeln unterliegt, meldet euch für ein Probetraining bitte vorab bei Christian Danylec an unter der E-Mail c.danylec@hntonline.de oder telefonisch über das HNT-Sportbüro 040 7017443.

Nach TT-Saisonabbruch

Jugendmannschaft wieder Meister

Die Jugendmannschaft der SG Altenwerder-HNT war erfolgreich in die neue Tischtennis-Saison gestartet. Mit drei Siegen aus drei Spielen führte die Spielgemeinschaft in der 1. Regionalklasse Jungen Süd die Tabelle an und lag bereits drei Punkte vor der Konkurrenz. Sie war auf dem besten Wege, sich erneut die Meisterschaft zu holen. Nach Ausbruch der Corona-Krise wurde die laufende Tischtennis-Saison vom Hamburger TT-Verband für beendet erklärt. Somit war die SG Altenwerder-HNT vorzeitig erneut Staffelmeister.

Für die neue Saison, die hoffentlich im Herbst beginnen kann, ist angedacht, eine zweite Jugendmannschaft zu melden. Hier können erstmals auch Mädchen mitspielen. Die HNT-TT-Abteilung konnte zwischenzeitlich zwei starke weibliche Neuzugänge begrüßen. Wir hoffen, dass weitere Mädchen den Weg in die TT-Halle finden werden.

Alle Informationen, Orte und Zeiten auf

hntonline.de

und im HNT-Sportbüro

Cuxhavener Straße 253 • Telefon 040 7017443

Fast täglich kommen aktuell HNT-Sportangebote nach der Zwangspause zurück an den Start. Die Sporthallen dürfen unter Auflagen wieder genutzt werden, die Schulsporthallen jetzt sogar auch in den Ferien.

Was, wann, wo und ob Dein Sportangebot auch in den Ferien stattfindet, wird immer aktuell auf der HNT-Homepage

www.hntonline.de/restart

veröffentlicht. Bei Fragen hilft – momentan leider nur telefonisch oder per E-Mail – natürlich auch das HNT-Sportbüro.

Playground-Fitness: Eltern-Sport auf dem Spielplatz

Babys und Kleinkinder sind beim neuen HNT-Kurs dabei

Bei Eltern mit Baby oder kleinen Kindern kommt Sport oft zu kurz. Im Alltag bleibt dazu häufig keine Zeit. Um das zu ändern, startet die HNT am **19. August** mit **„Playground-Fitness“** einen neuen **Bewegungsspaß für Mütter und Väter – zusammen mit ihren Kleinen**. Die zehn Kurseinheiten sind immer **mittwochs von 10.30 bis 11.30 Uhr** am Spielplatz auf der Wiese Am Johannisland. Unter fachlicher Anleitung einer erfahrenen Trainerin absolvieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an acht bis zehn Stationen ein Zirkeltraining. Sie tun dabei aktiv etwas für ihre körperliche Fitness und bauen Stress ab, während ihre Kinder spielen oder im Kinderwagen neben der Trainingsfläche schlafen. Das Bewegungsprogramm eignet sich sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene. Alle Übungen können in verschiedenen Schwierigkeitsgraden ausgeführt werden. Für die zwei Runden an den Stationen, mit Bewegungseinheiten von jeweils einer Minute pro Station, wählt jeder die Variante, die seiner persönlichen Fitness entspricht. Ziel des abwechslungsreichen Trainings ist die Kräftigung wichtiger Muskelgruppen und die Verbesserung der Ausdauer.

Zudem geht es auch darum, Familien in Kontakt zu bringen und mit gegenseitiger Unterstützung den Alltag zu erleichtern. Der Kurs wird von der Techniker Krankenkasse über den Koordinierungsbaustein für Gesundheitsförderung gefördert. **Er ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, unabhängig der Krankenkassenzugehörigkeit, kostenlos**.

Anmeldung einfach online auf www.hntonline.de.
Weitere Infos bei Meike Paul, Mobiltelefon 0171 7529950 oder per E-Mail gesundheitssport@hntonline.de.

Bewegen statt schonen

Neuer Kurs „Rücken in Balance“

Ein neues HNT-Angebot für alle, die beweglich und mobil sein und bleiben wollen, startet am **13. August.** Dynamisch-fließende Bewegungen mobilisieren zu Beginn den ganzen Körper, bevor es an die Kräftigung und Koordination geht. Ziel ist es nicht nur die Muskeln zu stärken, sondern auch eingefahrene Bewegungsmuster aufzubrechen. Ein Dehnprogramm oder eine Entspannungsübung beendet das mit angenehmer Musik garnierte Programm. Die zehn Kurseinheiten finden jeweils **donnerstags von 20 bis 21 Uhr** in der Turnhalle Francoper Straße 32 statt. Der Kursbeitrag (HNT-Mitglieder: 50 Euro / Nichtmitglieder 75 Euro) kann von den Krankenkassen bezuschusst werden. Anmeldung einfach online auf www.hntonline.de.

HNT-Parksport 60plus

Kurs für aktive Senioren

Die HNT startet am Mittwoch, **19. August** ein neues Kursangebot mit dem Titel **„Parksport“** auf der Wiese vor dem BGZ Am Johannisland. Für zehn Kurseinheiten trifft sich hier die Gruppe immer **mittwochs von 11.30 bis 12.30 Uhr**.

Dieses neue HNT-Bewegungsangebot richtet sich an **Senioren (60 plus)**, die sich gern in einer Gruppe gemeinsam an der frischen Luft bewegen und mit gesundheitsförderndem Sport etwas für ihre Fitness tun wollen. Dabei werden zum Beispiel Bänke, Bäume, Kantsteine, Gehwegplatten und Geländer zu Trainingsgeräten. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen viele verschiedene Übungen kennen, die auch jederzeit eigenständig praktiziert werden können.

Ziel ist es, dass sich die Gruppe nach Kursende selbst organisiert, um weiterhin zusammen draußen sportlich aktiv zu sein. Darüber hinaus gibt es viele Anregungen seinen Alltag aktiver zu gestalten.

Der Kurs wird von der Techniker Krankenkasse über den Koordinierungsbaustein für Gesundheitsförderung gefördert. **Er ist damit für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, unabhängig der Krankenkassenzugehörigkeit, kostenlos**. Anmeldung online auf www.hntonline.de, weitere Infos bei Meike Paul, Mobiltelefon 0171 7529950 oder E-Mail gesundheitssport@hntonline.de.

Mountainbike & BMX

Fahrtechnik-Workshops

Sicherer und mit viel mehr Spaß auf dem Bike unterwegs: Dafür bietet die HNT jetzt wieder zwei Fahrtechnik-Workshops für Mountainbike und BMX an. Angeleitet werden sie von Frank-David Koopmann, der in seiner Zeit als internationaler BMX-Rennfahrer über 200 Rennen in der Olympiadisziplin „BMX Race“ bestritten hat. Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab acht Jahren sind eingeladen, sich von seiner Leidenschaft für diesen Sport anstecken zu lassen.

Der nächste **Workshop für Anfänger**, die noch keine bis sehr wenig Erfahrung mit dem Bike haben, findet **am 22. und 23. August** statt. Der Kurs umfasst zwei Doppelstunden, jeweils von 10 bis 12 Uhr. Das Angebot **für fortgeschrittene Fahrer**, die mit dem Bike schon gut vertraut sind und die Fahrtechnik-Grundlagen beherrschen, ist am **19. und 20. September**, jeweils von 10 bis 12 Uhr.

Für HNT-Mitglieder kostet die Teilnahme an einem Wochenende 20 Euro, Nichtmitglieder sind mit 30 Euro dabei. Ein geländetaugliches Mountainbike oder BMX-Rad müssen die Teilnehmer selbst mitbringen. Auch einen Helm (Pflicht), Bike-Handschuhe, geschlossene Schuhe sowie eine Trinkflasche und gute Laune sollte jeder dabeihaben. Anmeldung für beide Workshops einfach online auf www.hntonline.de.

Auf dem Weg zu den Ballettwettbewerben 2020

HNT vor Absage der DM und WM „so erfolgreich wie nie zuvor“

Die Freude hätte noch im Februar kaum größer sein können – es gelang den Trainerinnen Anna Krüger und Daria Sukhorukova, die Leistung der HNT-Kadertänzerinnen im Vergleich zum Vorjahr nochmals zu steigern.

So erfolgreich wie nie zuvor waren sie bei der Vorrunde zum Deutschen Ballettwettbewerb 2020. Sieben von 13 vor der internationalen Jury des regionalen Vorentscheids Nord gezeigten Tänze qualifizierten sich für das Bundesfinale und sicherten sich durch ihre überzeugende Leistung auf der Bühne des Sachsenwaldforums in Reinbek somit auch die Chance auf einen Platz im Team Germany für den diesjährigen Dance World Cup in Rom. Die 17 Elevinnen der HNT-Ballett-Compagnie und der HNT Irish Dance Academy setzten sich erneut souverän gegen die Konkurrenz großer Vereine und semi-professioneller Schulen aus dem gesamten Bundesgebiet durch und belegten ausschließlich die Ränge eins bis vier.

Sarwenaz Baziyar-Dizabadi (22) und Klara Schwemer (12) verfehlten nur knapp das Treppchen und wurden jeweils Vierte mit der „Peasant Pas Variation aus Giselle“ (Erwachsene Solo Repertoire Ballett auf Spitze) und „Sylphide“ (Kinder Solo Ballett). Jordie Abaidoo (12) wurde mit ihrer Nationaltanzduettpartnerin Maike Schmidt (24) mit „Damhsa“ und ihrem Irish Dance-Solo „Grania's Dance“ Dritte, für das sie eine so hohe Punktwertung erhielt, dass sie als eine der besten Nationaltanzkindersolisten aus allen deutschen Vorentscheiden ins Finale einzog.

Michelle Melnikow (16) und Arina Seibel (12) wurden Zweite und durften darauf hoffen, mit den für sie kreierten Soli im schottischen (Junioren Solo Ballett auf Spitze) sowie russischen Stil (Kinder Solo Ballett) nachzurücken.

Foto: Vanessa Nicette

Gemeinsam mit Klara und der gleichaltrigen Isabel Gnädig (Foto) überzeugte Arina die Wertungsrichter mit der Einstudierung des „Manu Dance“ aus dem Ballett „La Bayadere“. Das Kinder-Trio schaffte es gegen sehr starke Gegnerinnen auf Platz 2 und qualifizierte sich ebenfalls. Bei ihrem Kaderdebüt für die HNT erlangte Isabel (12) außerdem den ersten Sieg des langen Wettbewerbstages; trotz einer technischen Panne blieb sie konzentriert und wurde mit ihrem fehlerfrei getanzten Repertoire-Solo „Cupido-Variation aus Don Quixote“ als beste Kinder-Solistin ausgezeichnet. Gleich zwei Mal gelang es Susanne Sikorski (15), ihre Gegnerinnen weit hinter sich zu lassen: Sie war nach intensivster Vorbereitung verdient unschlagbar und siegte sowohl in ihrer freien Solo-Choreographie „Frühling“ bei den Ballett-Junioren als auch gegen ein knappes Dutzend Tänzerinnen in der Königsdisziplin, den Repertoire-Soli des höchsten Schwierigkeitsgrads auf Spitze, mit der Aurora-Variation aus dem dritten Akt von „Dornröschen“.

Es folgten weitere erste Plätze für das Erwachsenen-Ballettsolo „Celebration“, die Junioren-Nationaltanzgruppe mit „Colour Wheel“ und das reizende Quartett „Aubade“ der drei ältesten Solistinnen mit Pauline Brenke (22), ebenfalls HNT-Ballett-Compagnie. Aufgrund des Verbots von Veranstaltungen wurde kurz vor dem Beginn der Proben in den Märzferien der Termin für den Deutsche Ballettwettbewerb 2020 leider ersatzlos abgesagt.

Dieses gilt ebenso für die Irish Dance-Weltmeisterschaft der World Irish Dance Association (W.I.D.A.) in den Niederlanden.

Die HNT sucht dringend einen Tanzlehrer (m/w/d)

Die HNT-Tanzabteilung sucht ab sofort für ca. ein halbes Jahr einen Übungsleiter/Tanzlehrer (m/w/d) für den Bereich Standard und Latein. Mit dem längeren Ausfall des erfahrenen HNT-Tanzlehrers Uwe Sietas braucht es für die Betreuung seiner Gruppen am Montag- sowie Freitagabend dringend Ersatz. „Wir wollen unbedingt dafür sorgen, dass unsere Gesellschaftstänzer schnellstens nach dieser langen Pause wieder starten“, sagt Abteilungsleiter Norbert Siats. „Wir sind für jede Hilfe dankbar, damit bald wieder getanzt werden kann.“ Interessenten sollte eine DTV-Ausbildung oder eine Ausbildung als Übungsleiter für den Bereich Standard und Latein haben. Erfahrung im Unterrichten von Tanzgruppen und eine zuverlässige Arbeitsweise werden ebenso erwartet wie ein freundliches Auftreten und Freude am Umgang mit Menschen. Bewerber melden sich direkt bei Norbert Siats, E-Mail tanzen@hntonline.de

Line Dance einmal anders

HNT „Jolly Boots“ trainieren draußen

Zwei Monate mussten die Jolly Boots, die HNT-Line Dancer, wegen der Corona-Krise pausieren. Am 12. März trainierten sie das letzte Mal, dann kam der Lockdown. Die Trainerinnen der Jolly Boots, Kerstin und Barbara, stellten für die Mitglieder ein Online-Trainingsprogramm zusammen. Sie hat-ten so die Möglichkeit, die Tänze am Bildschirm aufzufrischen. Groß war die Freude, als es Lockerungen im Sportbereich gab. Unter Einhaltung des Mindestabstandes und den Hygieneregeln begann am 13. Mai auf dem Hartgummiplatz des

HNT Sportparks Opferberg das neue Outdoor-Training . Dreimal in der Woche tönt seidem nun Rock-, Pop- und Country-Musik über das Gelände des Sportparks. Normalerweise trainieren die Line Dancer in Räumlichkeiten verschiedener Schulen. Nach wochenlanger Pause macht es Allen Freude unter freiem Himmel zu tanzen. „Draußen zu trainieren macht viel Spaß und man bekommt gleichzeitig auch eine Menge vom Vereinsleben mit“, so ein HNT-Tänzer. Wenn das Wetter mitspielt, werden die Jolly Boots zunächst weiter auf dem Freiluftgelände am Opferberg ihrem Hobby nachgehen.

Judo erstmals „Open-Air“

Kreative Ideen fürs Training

Die HNT bietet jetzt auch Open-Air-Judotraining an: Immer dienstags von 19 bis 20 Uhr auf dem Sportplatz im HNT-Sportpark Opferberg, Cuxhavener Straße 271a. Die Begeisterung bei den Teilnehmern war bisher sehr groß, denn bei tollem Wetter einmal Judo draußen zu trainieren – das gab es bisher noch nie! Auch wenn aus Schutzgründen immer noch Distanz gehalten werden muss, können viele Übungen gemeinsam auf dem Rasen praktiziert werden. Sie sind aus dem normalen Judotraining bekannt, haben aber an der frischen Luft noch eine ganz andere Wirkung. Die HNT-Judoka hoffen darauf, ihren geliebten Sport auch bald wieder in der Halle ausüben zu dürfen und dann auch endlich richtige Randori (Übungskämpfe) mit einem Partner auskämpfen zu können. Vermutlich wird das jedoch noch ein wenig dauern.

Erfolg und Erfahrung

HNT-Judoka beim McDonald's-Cup

Die Judoka der HNT standen Anfang Februar noch beim 20. McDonald's-Cup in Buxtehude auf der Hallenmatte. Für den Nachwuchs der Turnerschaft hat die Teilnahme an dem alljährlichen Turnier für die Altersklassen U10 und U13 schon Tradition. „Dieses Turnier ist für Kinder ein guter Einstieg in den Wettkampfsport“, erklärt Michael Zart, Leiter der HNT-Judoabteilung. „Deshalb haben unsere Trainer auch in diesem Jahr überwiegend Anfänger nominiert. Sie sollten hier ihre ersten Erfahrungen sammeln, und das haben auch alle sehr gut gemeistert.“ Sehr stolz war Zart auf seinen Schützling Taylor Gronau. Mit seinen knapp zehn Jahren gehörte er zu den jüngsten Teilnehmern in der Altersklasse U13, wo er einen hervorragenden dritten Platz belegte. Dabei gewann er als Gelbgurtträger drei Kämpfe gegen erheblich höhere Gürtelträger – und das mit zum Teil tollen Techniken. Da war die Freude bei Trainer und Eltern am Ende riesig. „Mit diesem großartigen Ergebnis von Taylor hatten wir wirklich nicht gerechnet“, sagte Zart. Für weitere gute HNT-Platzierungen sorgten Emile Blanchet mit einem dritten und Leon Bechtold mit einem fünften Rang. Die Turnier-Neulinge im Team der Turnerschaft schauten weniger auf die Platzierung. Sie sammelten vor allem Eindrücke, Erfahrungen und auch erste Erfolgserlebnisse. So wurde es vor der nicht nur sportlichen Zwangspause ein insgesamt gelungenes Turnier für die HNT-Judoka.

JEDES EVENT GESUND ERLEBEN!

Wir sind mit einer **großen Sortiments-auswahl** für Sie da. Besuchen Sie uns in der **Markt Apotheke Neugraben**.
Wir beraten Sie gerne in Fragen **rund um Ihre Gesundheit**.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihr AVIE Apotheken-Team

AVIE Apotheke

Markt Apotheke Neugraben – Partner von AVIE
Inhaberin Johanna Borutta-Sobakpo e. Kfr. | Marktpassage 7 | 21149 Hamburg
Telefon 040 701006-0 | Fax 040 701006-10 | https://markt-apotheke-neugraben-hamburg.avie.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8.00-19.00 Uhr | Samstag 8.00-14.00 Uhr

Kreativität und Durchhaltevermögen

Aileen und Nina Sickert mit dem Rotary-Jugendpreis ausgezeichnet

Zwei engagierte „Macherinnen“ der HNT sind Ende Februar im Heimfelder Privathotel Lindtner für ihr ehrenamtliches Engagement mit dem Jugendpreis des Rotary Club Hamburg-Harburg ausgezeichnet worden.

Den mit 600 Euro dotierten 2. Preis erhielten die 21-jährigen Zwillingsschwestern Aileen (Foto: mitte links) und Nina Sickert aus der HNT-Hiphop- und Modern-Dance Abteilung. Rotary-Club-Präsident Heinz Lüers (Foto: rechts) und der Vorsitzende der Jury Bert Stoklossa überreichten vor rund 100 Gästen und Rotariern beiden die Auszeichnung.

Aileen und Nina Sickert sind seit ihrem vierten Lebensjahr aktive Mitglieder in der HNT. Neben vielen Wettbewerben und Meisterschaften, an denen sie selber in ganz Deutschland mit Erfolg teilgenommen haben, organisieren sie mittlerweile auch selbst Großveranstaltungen. Seit 2015 gehören sie zu den verantwortlichen Organisatoren der „Just Dance Competition“ in der Neugrabener CU Arena mit jeweils über 600 Teilnehmern und 1.000 begeisterten Zuschauern. Die jährliche Veranstaltung ist mittlerweise zu einer festen Größe in der HipHop- und Modern Dance-Szene geworden, zu der Teams aus ganz Deutschland anreisen. Dabei gilt es für die beiden jungen Frauen von der Helfer- und Wettkampforganisation, dem Catering und bis zum Rahmenprogramm alles im Blick zu behalten. Wertvolle Erfahrungen aus diesem Engagement kommen dem Zwillingspaar auch bei ihrer Ausbildung zu Gute, studieren beide doch mittlerweile erfolgreich Sport- und Eventmanagement.

Just Dance Competition 2020 muss leider ausfallen!

Neuer Termin für 2021 ist in Vorbereitung

Es wird in diesem Jahr leider keine Just Dance Competition geben. Die derzeitigen Umstände zwingen uns leider zu einer Absage der für den 29. August geplanten Veranstaltung in der CU Arena. Aber wie sagt man so schön: Aufgeschoben ist nicht aufgehoben! Dann lassen wir es 2021 erst recht krachen.

Die Suche nach einem neuen Termin hat begonnen. Sobald es ein neues Datum gibt, erfahrt ihr es von uns. Die JDC ist das verbandsunabhängige Turnier für Hip-Hop- und Videoclip-Formationen. Nach dem Motto „Just Dance“ möchten wir euch eine Plattform bieten, auf der ihr eure Leidenschaft fürs Tanzen präsentieren und euch im freundschaftlichen Rahmen messen könnt. In Sachen Kreativität und Ausrichtung einzelner Tanzstile sind keine Grenzen gesetzt.

Aktuelle Infos gibt es auf Facebook (JustDanceCompetition) oder Instagram (justdancecompetition_est2015). Auf justdancecompetition.de findet ihr alle weiteren wichtigen Infos.

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

HNT
HAUSBRUCH-NEUGRÄBENER TURNERSCHAFT VON 1911 E.V.
HAMBURG

GEMEINSAM GEWINNEN

Unsere neue Teamline Squad ist ab Januar 2020 verfügbar!

www.erima.de

erima
SPORTSWEAR SINCE 1900

Herzliche Glückwünsche für erfolgreiche HNT-Sportler

Ehrung des Bezirks Harburg für sportliche Meistertitel 2019

Für mindestens auf Hamburger Landesebene 2019 errungene Titel wurden bei den Erwachsenen geehrt:

Leichtathletik: Kirsten Abshagen, Ronald Abshagen, Stephanie Bott, Sabine Frommann, Lennart Jungclaus, Peter Kehl, Michael Lewandowski, Felix-Tombe Martens, Jona Martens, Hailezgi Meresie, Anja Nitsch, Marcel Schlage und Birgit Twardy.

Schwimmen: Lukas Bethke, Erik Brügge, Karina Hansen, Julien Hasse, Lena-Marie Klatzka, Natalia Sahling, Thomas Verse, Janine Wilhelm, Pascal Wittleben, Lena Wriede, Yagiz Yürüker und Yigit Yürüker.

Turngruppenmeisterschaft: Lena Anton, Marleen Bahe, Nadine Dobberitz, Vanessa Junge, Lena-Marie Klatzka, Katinka Neukamm, Juliane Wehrs, Vanessa Wicher und Lea Antonia Wollner.

Bei der Meisterehrung der jugendlichen Sportler 2019 (Bild oben) wurden die folgenden HNT-Sportler geehrt:

Ballett/Dance: Jordie Abaidoo, Sarwenaz Baziyar, Antonia Brdar, Pauline Brenke, Mara Christian, Alina Gorr, Lavinia Henk, Lilu Krauter, Michelle Melnikow, Polina Melnikow, Marisa Schmitz, Klara Schwemer, Arina Seibel, Susanne Sikorski, Angelina Sziegat, Celin Wiener und Anne Wurzel.

Irish Dance: Jordie Abaidoo, Xenia Bender, Antonia Brdar, Elif Cebeci, Mara Christian, Franziska Cordes, Jennifer Geist, Alina Gorr, Lotta Grot, Ronja Grot, Theresa Grot, Lavina Henk, Julia Janetzko, Lilu Krauter, Finia Lamprecht, Greta Mumm, Mats-Casper Mumm, Ylva Mumm, Emilie Root, Leonie Root, Jennifer Schatz, Marie Schipunov, Maike Schmidt, Tatjana Schmidt, Marisa Schmitz, Angelina Sziegat, Louisa Walczak, Charlotte Wedekind und Celin Wiener.

Ju-Jutsu: Jaron Elias Dömel, Sami Jonathan Grande, Eduard Heinz, Arina Jekel, Stefan Lukin und Max Wolf.

Kunstturnen: Joris Birk, Deniel-Artur Bogachev, Jerimias Bruker, Nikita Büchert, Maxim Gornostajew, Jakob Grahl, Niclas Harcenko, Jan Felix Hermann, Maxim Hermann, Maximilian Kosgalwies, Daimen Kühr, Jonas Kirsch, Edgar Paludyan, Maxim Rudik, Maximilian Seng, Lennard Stolting, Bilal Zeybek und Poyraz Zeybek.

Leichtathletik: Henrik Bomers, Kim Bonitz, Rayen Braham, Felina Glasa, Nils Hofmann, Timm Nicklisch, Renée Nitsch, Melina Petrich, Jannick Rempichel, Dayo Richardt, Luca Rüpke, Magnus Rüpke, Marcel Schlage, Lasse Schmidt, Nele Schulz, Felix Stehr, Kea Stieglitz, Frano Verinac und Mats Wolkenhauer.

Schwimmen: Joshua Brunner, Lena Cramer, Vivien Hanke, Sybelle Kaszycki, Artur Kutschkanow, Romano Padula, Constant Peeters, Jonah Peters, Levin Peters, Laney Kiara Pinnow, Hannes Verse und Finja Wittleben.

Ski: Lina Marie Schönemann.

Tischtennis: Albert Stumpf, Albert Blum, Kalim Hasselblatt und Rishad Narula.

Turngruppenmeisterschaft: Karolin Gruschka, Pia Kunz, Rana Indira Morell, Greta Maria Petrich, Antonia Rehorst, Anastasia Smuraswski, Emily Marie Thatje, Fabienne Welskopf, Julika Johanna Bachmann, Lauma Emely Bachmann, Wanda Marieke Fey, Nicol Filimonov, Gwyneth Ibby Rose Jansen, Julia Kosov, Alina Johanna Krause, Norina Soleil Morell, Lilli Paulina Peters, Helena Riebesell, Nupelda Marieke Simsek und Maja von Borstel.

Volleyball: Slata Bakulin, Lynn Potzahr, Isra Riad, Anica Baguhn, Finja Helmerichs, Katarzyna Lewandowska, Lea Aydogdu, Norah Wafdi, Tara Kegel, Bente Scharnweber, Feli Clemann, Finja Fregien, Finnja Frommann, Isabelle Walter, Jule Beuck, Lily Yu, Mia Sophie Janke und Samira Buß.

LERDON
STEUERBERATER

Mitglied des Steuerberaternetzwerks LERDONEXT
Das Steuerberaternetzwerk

Ihr Steuerberater im Süden Hamburgs

für Unternehmen
und Privatpersonen

Sie suchen einen zukunftssicheren Job als Steuerfachangestellter (w/m/d)?

Haben Sie Interesse unser Team zu verstärken? Mit guten EDV Kenntnissen helfen Sie Mandanten bei der Steuererklärung und der Lohn- und Finanzbuchführung. Sie arbeiten gerne in kollegialer Atmosphäre und legen Wert auf Abwechslung, Weiterbildung und einen modernen Arbeitsplatz?

Dann sind Sie bei uns genau richtig.

Lerdon Steuerberatungsgesellschaft mbH
Cuxhavener Straße 355 • 21149 Hamburg • Telefon: 040 / 761 15 63-0
Harburger Schloßstraße 30 • 21079 Hamburg • Telefon: 040 / 76 73 13-0
E-Mail: info@lerdon.de • Internet: www.lerdon.de

Die Nachwuchsarbeit zahlt sich aus

Leistungszentrum des HNT Volleyball-Teams Hamburg weiter erfolgreich

Das VTH-Leistungszentrum der HNT schreibt weiter an seiner Erfolgsgeschichte. Obwohl erst vor drei Jahren gegründet und in der Saison 2017/2018 mit drei Teams gestartet, stehen schon Teilnahmen an Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften zu Buche.

Auch in dieser Saison qualifizierten sich die VTH-Nachwuchsteams in allen weiblichen Altersklassen mit mindestens einem Team für Hamburger Meisterschaften und sammelten weitere Titel. Auch die Kooperationsschulen im Hamburger Süden feierten bereits deutschlandweit Erfolge.

Die Zielsetzungen für das Leistungszentrum waren von Anfang an hochgesteckt. Helmut von Soosten, Leiter des VTH-Leistungszentrums: „Zu Beginn wollten wir die Kinder und Jugendlichen für den Leistungssport und für das tägliche Training begeistern. Darüber hinaus sollte das Training zu sportlichen Erfolgen auf Hamburger, Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften und möglichst in die erste Mannschaft führen. Unsere Saisonziele konnten wir von Saison zu Saison erreichen und steigern. Die Teilnahmen an den Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften sind ein erster Beleg für den Erfolg unserer täglichen Arbeit und sollen möglichst in allen Altersklassen zur Regel werden.“

Auch die Kooperationsschulen, die Stadtteilschule Fischbek-Falkenberg und das Gymnasium Süderelbe, sind führend in Hamburg und belegten bei den Deutschen Schulmeisterschaften 2019 einen dritten und einen zwölften Platz. Inzwischen haben es auch schon Spielerinnen aus dem eigenen Nachwuchs in den Kader der 1. Damen geschafft. Hinter dem VTH und dem Leistungszentrum steht die HNT. Seit der Übernahme der VTH-Lizenz im Jahr 2018 ist das erste Damenteam, das Leistungszentrum und auch der Breitensportbereich des VTH fest mit der HNT verwachsen und der Volleyball-Standort Süderelbe soll zu neuem Leben erweckt werden: Mit einer erfolgreichen Nachwuchsförderung des Leistungszentrums im Mittelpunkt.

Gerd Grün, Trainer der ersten Damen Mannschaft und im Leistungszentrum: „Eine wesentliche Aufgabe ist die stetige Arbeit an der Basis. Der Verein strebt an, dass möglichst allen Kindern im Stadtteil Volleyball in verschiedenen Formaten gezeigt wird. Gemeinsam mit den Trainern Jérémy Platre und André Thurm haben wir über 20 Grundschulklassen und somit fast 600 Kinder besucht. Wir zeigen dort die Volleyball-Grundtechniken und organisieren Turniere. Und in den Herbstferien gab es den VolleyTag als Ferienangebot.“

VTH-Damen zurück im Training

Vorfreude auf die neue Saison in der Regionalliga Nord

Für die 1. Damen des Volleyball-Teams Hamburg fand der Restart im Sand statt. Auf der HNT-Beachanlage konnte das Team von Trainer Gerd Grün im Mai wieder die ersten gemeinsamen Trainingseinheiten absolvieren, Mitte Juni ging es zurück in die CU Arena. Damit hat das Projekt Regionalliga Nord begonnen. Dort will das junge Team in der kommenden Saison angreifen. Ob die neue Spielzeit wie geplant im September starten kann, hängt von der weiteren Entwicklung der Corona-Pandemie ab.

„Wir sind da optimistisch und bereiten uns so gut es unter den aktuellen Einschränkungen geht auf den Saisonstart vor“, erklärt Co-Trainer André Thurm. Aus der vergangenen Saison in der 3. Liga nimmt das Team die positiven Erfahrungen mit. So hat sich das sehr junge Team im Verlauf der Spielzeit sehr positiv entwickelt und gegen teilweise deutlich stärkere Mannschaften viel gelernt. „Darauf wollen wir jetzt aufbauen und den Teams in der Regionalliga Paroli bieten.“ Die abgelaufene Saison in der 3. Liga Nord beendet das VTH auf dem letzten Platz. Durch das vorzeitige Ende der Saison Mitte März fielen die letzten drei Spiele aus, die kleine Restchance auf den Klassenerhalt war damit futsch. Doch dem trauern die Neugrabener Volleyballerinnen nicht mehr nach. „Wir freuen uns jetzt in erster Linie auf eine spannende neue Saison mit vielen Derbys gegen andere Hamburger Teams und wollen die tolle Entwicklung fortsetzen“, sagen die Trainer.

Mit Nina Hille und Hanne Binkau werden zwei Spielerinnen das Team verlassen und sich in der kommenden Spielzeit neuen Herausforderungen stellen. Dafür wünschen ihnen ihre ehemaligen Trainer und Mitspielerinnen alles Gute. Aus dem VTH-Leistungszentrum rücken mit Vivian Hupe und Merle Stangenberg zwei junge Athletinnen nach. Das dokumentiert noch mal die gute Nachwuchsarbeit. Außerdem stößt Linnea Wrede zum Team. Sie wechselt vom Rissener SV nach Neugraben.

Nach einer vierwöchigen Sommerpause über die Ferien will das ganze Team dann richtig durchstarten. Die neue Saison kann kommen!

2. Rosengartenlauf erst 2021

Keine Genehmigung – Veranstaltungsabsage für Sonntag, 23. August

Der Rosengartenlauf erfreut sich im Hamburger Süden und im Landkreis Harburg immer größerer Beliebtheit. Bis zum 31. Mai wollten mit 700 Voranmeldungen schon dreimal so viele Teilnehmer wie im Vergleichszeitraum des Vorjahres bei diesem tollen Event dabei sein.

„Umso trauriger sind wir nun, dass wir unser Ziel, den 2. Rosengartenlauf trotz der Corona-Krise stattfinden zu lassen, leider nicht erreichen können. Wir haben alles versucht, um die Genehmigungsbehörden davon zu überzeugen, dass der Rosengartenlauf nach unserem verändertem Konzept mit hohen Hygiene- und Sicherheitsauflagen und Teilnehmerbegrenzungen durchführbar sein könnte“, so HNT-Rosengartenlauf-Organisator Jürgen Buck. Die Wettbewerbe sollten zeitlich strikt voneinander getrennt und in fünf einzelne Veranstaltungen aufgeteilt werden. Zu keiner Zeit würde ein Maximum von 800 Menschen überschritten werden.

Jürgen Buck: „Uns wurde nun aber mitgeteilt, dass es unter keinen Umständen eine Genehmigung geben kann, weil dieses dem ‚Regelungsgehalt der Verordnung‘ unterlaufen würde. So sehen wir uns nun leider gezwungen, die Veranstaltung in Absprache mit unseren Kooperationspartnern, dem Regionalpark Rosengarten e.V., dem Lions Club Hamburg-Rosengarten und dem Wildpark Schwarze Berge abzusagen. Wir freuen uns nun auf den 2. Rosengartenlauf am Sonntag, 22. August 2021.“

Dieser Termin muss allerdings noch durch den HLV bestätigt werden. Allen Voranmeldern wird angeboten, die Anmeldung auf 2021 zu übertragen.

DIE EVENT- UND SPORTLOCATION MIT FLAIR

Auch in Corona-Zeiten sind wir als Eventlocation für Sie da. Outdoor, doch wetterunabhängig und natürlich mit Abstand. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Billwerder Neuer Deich 40, 20539 Hamburg
Fon: (0 40) 8 19 78 79-0
www.golflounge.de

GOLF LOUNGE

Jonas Kirsch für Bundeskader nominiert

HNT-Nachwuchsturner wird für Leistungen in 2019 belohnt

Die tolle Nachricht gab es schon kurz vor Weihnachten: HNT-Turntalent Jonas Kirsch wurde nach seinen starken Leistungen im vergangenen Jahr für den Bundesnachwuchskader der Kunstturner nominiert.

Der Neunjährige freute sich riesig und darf nun in diesem Jahr mit den besten Nachwuchsturnern aus ganz Deutschland trainieren. „Das ist das erste Mal seit über 30 Jahren, dass das einem Hamburger Turner aus seiner Altersklasse gelungen ist“, freute sich auch HNT-Trainer Helmut Ziechner.

Jonas überzeugte 2019 mit einem dritten Platz beim Turn-Talentschul-Pokal des Deutschen Turner-Bundes (DTB) sowie dem Sieg bei den Landeseinzelmeisterschaften. Anfang November folgte dann ein ebenfalls gelungener Auftritt beim Deutschland-Pokal in Schwäbisch Gmünd. Jonas landete bei dem nationalen Turnevent der Altersklassen 9 und 10 auf dem elften Platz, in seiner Altersklasse wurde er sogar Fünfter. Kurze Zeit später kam dann der Anruf von Bundesnachwuchstrainer Jens Milbradt. Der erste Termin im neuen Jahr war der Kadertest vom 27. bis 29. Februar im brandenburgischen Kienbaum. Im dortigen Trainingszentrum sollte im Juni auch der erste Kaderlehrgang stattfinden.

Bei der HNT ist man mächtig stolz auf Jonas. Die Turntalente der HNT machen regelmäßig von sich Reden, ob bei ihren öffentlichen Auftritten als „Jumping Boys“ und „Flying Kids“ oder ihren Erfolgen bei Hamburger und Norddeutschen Meisterschaften. Im Dezember war Maxim Rudik sogar in der ARD-Familienshow „Klein gegen Groß“ zu Gast.

Wer mit seinem Kind einmal in das Training der HNT-Kunstturner reinschnuppern möchte, kann dies gerne tun. Informationen zu den aktuellen Trainingszeiten gibt es direkt bei Trainer Helmut Ziechner, Telefon 040 7014250.

Yoga-Training

Fit und ausgeglichen

Unser dynamischer – OM-freier – Yoga-Kurs ist ein tolles und gesundes Ganzkörpertraining, bei dem, im Vergleich zu vielen anderen Sportarten, auch die Tiefenmuskulatur trainiert wird. Durch die Verbindung von fließenden Bewegungen mit kraftvollen Haltungen wird die Muskulatur sowohl gestärkt als auch gedehnt. Dabei halten wir uns nicht strikt an traditionelle Ausführungsformen und sind offen für Varianten, die besser zu unserer westlichen Lebensform passen.

Durch die Verbindung von Atmung, Bewegung und Konzentration auf den eigenen Körper wandert der Blick ganz automatisch immer mehr ins Innere, so dass sich nach einiger Zeit die Haltung verbessern kann. Durch ein sanftes Aufwärmen geben wir der Muskulatur Zeit, sich auf die Stunde einzustellen und somit die Gefahr von Verletzungen zu reduzieren. Darüber hinaus ist jederzeit die Möglichkeit eine Pause einzulegen oder die Übung für sich anzupassen. Durch die aufrechtere Haltung und die durch das Yoga-Training gestärkte Muskulatur sinkt das Risiko für körperliche Leiden wie etwa Rückenschmerzen.

Regulär findet der Kurs mit Sandra Koitz jeweils am Donnerstagabend um 20 Uhr in der Gymnastikhalle Hausbruch statt. Aufgrund der Einschränkungen durch Corona trainiert die Gruppe derzeit allerdings draußen. Wer einmal hereinschnuppern möchte, kann sich vorab telefonisch bei Sandra über den aktuellen Ort und die Zeit informieren. Sie steht montags bis freitags jeweils von 19 bis 20 Uhr unter Mobiltelefon 0175 1117766 für Fragen zur Verfügung.

Feriencamps finden statt

Verkürzte Zeiten, aber viel Spaß

Von den Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus sind auch die HNT-Feriencamps betroffen. Die gute Nachricht: Die Feriencamps finden in diesem Sommer statt, allerdings mit Einschränkungen und veränderten Zeiten. Der Spaßfaktor bleibt aber, wie auch jede Menge sportliche Aktionen im HNT Sportpark Opferberg. Das Programm wird an die geltenden Vorgaben angepasst.

Das erste Sommerferiencamp, das ursprünglich direkt nach Ferienbeginn am 29. Juni starten sollte, findet erst vom **13. bis 17. Juli** statt. Die Termine der anderen Camps mit Tanzen, Fußball und Leichtathletik als Schwerpunkte bleiben unverändert. Auch das Camp vom 27. bis 31. Juli findet wie geplant statt. Bei allen HNT-Feriencamps in diesem Sommer wurde die tägliche Betreuungszeit auf 9 bis 13 Uhr verkürzt und das gemeinsame Mittagessen muss entfallen, kleine Snacks und Getränke werden aber weiter angeboten. Aufgrund der geltenden Beschränkungen können maximal 20 Kinder pro Camp teilnehmen. Damit stehen in diesem Sommer leider deutlich weniger Plätze zur Verfügung als in den vergangenen Jahren. Noch sind aber in fast allen Camps Restplätze frei.

Die Anmeldung läuft über die Homepage der HNT unter **www.hntonline.de/ferienspass**.

Dort gibt es auch weitere Infos zu allen fünf HNT-Camp-Angeboten. Durch die Reduzierung des Angebots kostet die Teilnahme für HNT-Mitglieder nur noch 50 Euro und für Nichtmitglieder 60 Euro pro Kind und Woche.

FSJ oder Ausbildung
Berufseinstieg mit der HNT

Die HNT bietet jungen Leuten die Gelegenheit, berufliche Erfahrungen zu sammeln oder den Einstieg in einen spannenden und abwechslungsreichen Beruf zu finden. Zum einen kann im Rahmen des **Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ)** der größten Hamburger Sportverein südlich der Elbe mit all seinen Facetten kennengelernt werden. FSJler sind bei der HNT Teil des Teams und voll in die Arbeit eines gemeinützigen Sportvereins integriert, etwa bei Co-Trainer-Tätigkeiten in diversen Sportangeboten und Unterstützung bei Schulkooperationen.

Des Weiteren bietet die HNT auch **Ausbildungsplätze zum Sport- und Fitnesskaufmann/-frau**. Im Rahmen der Berufsausbildung werden alle Bereiche der Organisation und Verwaltung eines professionellen Sportvereins durchlaufen. Abwechslung ist garantiert.

Bewerbungen schicken Interessenten bitte per E-Mail m.schuetter@hntonline.de an HNT-Geschäftsleiter Mark Schütter. Fragen? Das HNT-Sportbüro hilft: Telefon 040 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.

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

Impressum
Die HNT, 1/2020, Juli 2020, 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

Finanzieren Sie Ihre Wunschimmobilie auch bei der Nr. 1?

Unsere erfahrenen Experten vor Ort bieten Ihnen beste Konditionen. Wir garantieren Ihnen innerhalb von drei Arbeitstagen einen Beratungstermin.

Termin unter
040 76691-5678

spkhb.de

Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude