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

Die HNT

Ausgabe 1 – Mai 2023

HNT-Basketball: Aufstieg in die Stadtliga Hamburg

Jetzt mitmachen: HNT-Inline-Skating Schnuppertouren

Neues Angebot: Start frei für Walking Football in der HNT

So geht Sport heute!

FitAus

erima
SPORTSWEAR SINCE 1906

Liebe Mitglieder, liebe Freunde der HNT, liebe Bewohnerinnen und Bewohner von Süderelbe,

die HNT ist der Quartiersverein in Süderelbe. Sie wächst nach der für alle schwierigen Pandemiephase wieder und wird in Kürze die Mitgliederzahl vor der Corona-Zeit erreichen. Mit derzeit rund 5.100 Mitgliedern ist die HNT eine der größten Organisationen im Bezirk Harburg. Der Mitgliederzuwachs ist für uns ein großer Ansporn, die Sport- und Freizeitangebote auszubauen und weiter zu professionalisieren. Deshalb starten wir nun auch voller Elan in die neue Freiluftsaison. Ob auf dem Fahrrad, auf Inlineskates oder den eigenen Füßen. Ob in der Natur oder auf dem Sportplatz. Auch in diesem Sommer bietet die Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft wieder eine breite Palette an Outdoor-Aktivitäten an. Nirgends ist doch Bewegung so schön wie an der frischen Luft!

Die für rund 1,2 Million Euro sanierten Sport- und Freizeitflächen im HNT Sportpark Opferberg werden im Frühling und Sommer zu einem Treffpunkt für Jung und Alt. Sie ermöglichen eine Vielzahl sportlicher Aktivitäten und sind zugleich Raum für Veranstaltungen, Kindergeburtstage, unsere Feriencamps und auch mal für einen entspannten Grillabend mit den Sportkameraden. Die ersten HNT-Events lassen auch nicht mehr lange auf sich warten.

Am 7. Mai konnten unsere Fußball-Herren im letzten Landesliga-Heimspiel der Saison auf der Sportanlage Opferberg den Klassenerhalt feiern. Für den Edmund-Dalitz-Cup am 27. und 28. Mai haben sich insgesamt 36 Jugendmannschaften angemeldet. Ein großer Erfolg und man sieht: Der Fußball in der HNT lebt. Das Volleyball-Team Hamburg der HNT ist am 27. und 28. Mai ebenfalls aktiv und Ausrichter der Norddeutschen Meisterschaften für die Altersklasse U13. Besuchen Sie uns in der CU Arena, um die Mannschaften gemeinsam tatkräftig anzufeuern!

Die sportliche Infrastruktur in Süderelbe muss auch weiterhin den Bedürfnissen unserer Bewohnerinnen und Bewohner in Neugraben-Fischbek und Hausbruch angepasst werden. Das rasante Bevölkerungswachstum, besonders durch die Neubaugebiete Vogelkamp und Heidbrook sowie zukünftig noch Fischbeker Reethen, wird für uns alle eine Herausforderung werden. Insbesondere im Vor- und Nachmittagsbereich reichen die Sporträume nicht aus. Deshalb plant die HNT u.a. weitere Sporträume auf dem Vereinsgelände an der Cuxhavener Straße zu entwickeln. Die hierfür notwendigen Voraussetzungen werden derzeit geschaffen, sodass wir guter Hoffnung sind, im zweiten Halbjahr 2023 entsprechend gute Nachrichten verkünden zu können.

Die Arbeit im Nachwuchsleistungssport ist in vielen Abteilungen der HNT erfolgreich gelungen. Die HNT ist der mit Abstand erfolgreichste Verein im Nachwuchsleistungssport im Bezirk Harburg. Das VTH-Leistungszentrum der HNT konnte in den letzten Wochen zahlreiche Erfolge auf Hamburger und Norddeutscher Ebene feiern. Die Leichtathleten und Triathleten sind in die Freiluftsaison gestartet. Während die Leichtathleten bei der Team-Landesmeisterschaft U16 und dem Verbandspokal U14 und U12 am ersten Maiwochenende bereits die ersten Titel und Erfolge feiern konnten, können wir uns in Kürze sicher auch wieder über großartige Erfolge im Triathlon freuen. Zudem sind zahlreiche Erfolge beim Schwimmen, Boxen, im Basketball und Budosport mit Judo, Ju-Jutsu und Karate zu erwähnen.

Die Delegiertenversammlung hat jetzt am 24. April weitere Weichen für eine erfolgreiche Zukunft unseres Vereins gestellt. Die Anpassung der HNT-Satzung und eine solide Finanzsituation sind hierfür ein gutes Beispiel. Wir laden Sie und Euch ein, ein Teil unserer Gemeinschaft zu werden und sich aktiv am Vereinsgeschehen zu beteiligen.

Lasst uns gemeinsam sportlich in den Sommer starten!

Mit herzlichen Grüßen
im Namen des ganzen Präsidiums
Mark Schepanski
Präsident

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

Mo bis Fr
9 bis 11 Uhr

Mo bis Do
16 bis 18 Uhr

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

Sprung in Hamburgs zweithöchste Spielklasse

HNT Basketballer feiern Aufstieg in die Stadtliga

Es war alles vorbereitet. Die Bänke in der Quellmoorhalle waren gut gefüllt mit Familie, Freunden und Fans der HNT Basketball-Herren. Letztes Spiel, letzter Sieg und dann den Aufstieg feiern – so der Plan. Doch leider machte der Gegner an diesem Sonntagnachmittag einen Strich durch die Rechnung. Denn der kam gar nicht erst. Also schnelle Planänderung: Statt HNT gegen Quickborn sahen die Zuschauer am 23. April zum Saisonabschluss HNT gegen HNT auf dem Parkett. Irgendwie nicht dasselbe, aber trotzdem sehenswert, denn die HNT-Korbjäger zeigten auch im internen Duell, dass sie sich den Aufstieg in die Stadtliga absolut verdient haben.

Als Tabellenerster der Bezirksliga C schafft das Team um Spielertrainer Sebastian Biela den erhofften Sprung in die zweithöchste Hamburger Spielklasse. 2020 waren die Jungs zunächst aus der Kreisliga in die Bezirksliga aufgestiegen. In der vergangenen Spielzeit waren sie dann schon als Dritter knapp dran am Aufstieg. „Wir haben noch ein paar Spieler zurückgeholt, die hier in der HNT groß geworden sind. Nun hat es im nächsten Anlauf geklappt“, erzählt Sebastian Biela. Dass sich viele Spieler des Teams schon aus Kindertagen kennen, mag ein Erfolgsgeheimnis sein. „Es ist schon ein besonderes Teamgefühl, ein bisschen familiär.“

Klar, dass der Aufstieg auch noch mal richtig gefeiert wird. „In zwei Wochen gehen wir mit dem gesamten Team noch mal essen und feiern“, verrät Sebastian. Und dann geht der Blick schon voraus. Der 26-Jährige freut sich auf die neue Herausforderung in der Stadtliga: „Es wird taktischer, wir haben mehr Spiele und treffen auch auf Oberliga-Absteiger, die teilweise ganz andere Mittel zur Verfügung haben.“ Und wie sieht das Ziel für die kommende Saison aus? „Noch einmal Aufstieg wäre natürlich ein Traum“, sagt Sebastian und lacht. „Aber ich persönlich möchte zuerst mal nichts mit den Abstiegsplätzen zu tun haben und dann vielleicht im oberen Drittel angreifen.“

Late Night Basketball

Ab 26. Mai: Jeden Freitag ab 21 Uhr

Ab dem 26. Mai treffen wir uns jeden Freitag von 21 bis 23 Uhr in der **Sporthalle Quellmoor** zum Late Night Basketball.
Das Ziel: Einfach spielen, Körbe werfen, Spaß haben.
Das Beste: Jeder kann mitmachen! Auch Anfängerinnen und Anfänger sind herzlich willkommen. Und das Ganze ist komplett kostenlos. Kommt einfach vorbei und macht mit. Wir freuen uns auf euch! Dieses Angebot wird unterstützt und finanziert durch das DOSB-Programm „Integration durch Sport“.

Neues HNT Walking Football-Team ist gestartet

Toller Auftakt beim Turnier des Hamburger Fußball-Verbands

Der Hamburger Fußball-Verband (HFV) hatte im Februar zum 2. Walking Football Turnier in die Sportschule nach Jenfeld eingeladen. Zum ersten Mal war auch ein Team der HNT vertreten und hat sofort die abgewandelte Form des normalen Fußballs für sich entdeckt.

„Fußballspielen im Gehen hat einen tollen gesundheitlichen, aber auch inklusiven Hintergrund. Physische Voraussetzungen spielen nur bedingt eine Rolle. Viel wichtiger sind der Spaß am Spiel und die Vernetzung von Jung und Alt, Frau und Mann sowie Personen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen“, befand ein zufriedener Christian Danylec, sportlicher Leiter der HNT-Fußballabteilung. Die Turnierform, zwei Gruppen mit jeweils vier Teams, hat allen Beteiligten zugesagt und so wurde in der Halle auch attraktiver Fußball gezeigt und geboten. Das HNT-Team musste sich am Anfang noch mit zwei Niederlagen zufriedengeben, bis man das Spiel auch im taktischen Sinne verstanden hatte. Es folgten Siege gegen Moorburg und ein Unentschieden im Viertelfinale gegen USC Paloma. Leider zogen die HNT-Aktiven dort im Entscheidungsschießen den Kürzeren und landete am Ende des Turniers auf dem 5. Platz. „Die Platzierung ist Nebensache. Wir hatten alle Spaß und jeder aus unserem Team hat ausreichend Spielzeit erhalten“, war einem zufriedenen Kapitän Andreas Krahl zu entnehmen.

Das Projekt soll weitergeführt werden und es soll in Zukunft regelmäßig trainiert werden. „Wir stecken noch in den Kinderschuhen, aber langfristig soll Walking Football ein fester Bestandteil in der HNT sein. Das Ziel ist klar, jetzt müssen wir es nur noch umsetzten“, blickt ein sichtlich positiv gestimmter Christian Danylec in die Zukunft.

Ihr habt jetzt Lust bekommen und möchtet Walking Football einmal ausprobieren?

Dann los: Die Walking Footballer der HNT trainieren immer **montags von 20 bis 21:30 Uhr** auf dem Kunstrasenplatz im **HNT Sportpark Opferberg**, Cuxhavener Straße 271a.

Kommt gerne vorbei und kickt mit. Bei Fragen zum Thema schreibt gerne an Christian Danylec, E-Mail c.danylec@hntonline.de.

Das ist anders beim „Gehfußball“

- **Laufen ist sowohl mit als auch ohne Ball verboten. Das bedeutet, während der Bewegung muss immer ein Teil eines Fußes den Boden berühren.**
- **Auch (intensiver) Zweikampf, Tacklings und Grätschen sind beim Walking Football nicht erlaubt.**
- **Der Ball wird immer flach gespielt.**
- **Es wird zumeist auf kleineren Feldern, mit verkleinertem Tor, ohne Torwart und entsprechend angepasster Spielerzahl gespielt.**
- **Durch diese Unterschiede sind die physischen Anforderungen beim Walking Football deutlich geringer als beim klassischen Fußball.**

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

Futsal-Bundesligapartie
HNT-Kicker als Einlaufkids dabei

Bei einer der Hallenrunden wurden die HNT-Trainer der 1. und 2. D-Jugend von der dortigen Turnierleitung angesprochen, ob sie Interesse hätten, Ende Januar beim Futsal-Bundesligaspiel der Wakka Eagles in der Neugrabener CU Arena als Einlaufkinder dabei zu sein. Das wollten sich die HNT-Nachwuchskicker natürlich nicht entgehen lassen.

Beide Teams bekamen genug Eintrittskarten, dass auch noch die 3. D-Jugend mitkommen konnte. Pünktlich um 17.45 Uhr standen alle dann bereit, um die Spieler der Wakka Eagles und ihre Gegner – dem aktuellen deutschen Vizemeister – aus Weilimdorf auf das Feld zu begleiten. Die Spieler beider Teams waren sehr freundlich und haben sich mit den HNT-Kindern unterhalten, bis es dann um kurz vor 18 Uhr auf das Parkett ging. Wie bei den Profis ging es Hand in Hand zur Spielfeldmitte, ehe die Jungs und Mädels wieder in Richtung Katakomben liefen. Danach wurde begeistert das Spiel geschaut und die Hamburger Mannschaft leidenschaftlich angefeuert. Das Spiel endete schließlich mit 1:4 für die Gäste. Nach dem Spiel gab es als Dankeschön für die Unterstützung noch ein Trikot der Wakka Eagles mit allen Spieler-Unterschriften für die HNT. Die Junioren der HNT hatten einen schönen und ereignisreichen Samstagabend, den sie so schnell nicht vergessen werden.

Abteilungsleitung gewählt
Neues Team leitet HNT Fußballer

In der jährlichen Abteilungsversammlung der HNT Fußballer wurde eine neue Abteilungsleitung gewählt. Neuer 1. Abteilungsleiter ist Arne Schröder, den Posten des 2. Abteilungsleiters übernimmt Robin König. Dennis Bülck ist neuer Jugendkoordinator. Außerdem wurde Florian Jakob als neuer Kassenprüfer gewählt (Foto von links: Dennis Bülck, Robin König, Arne Schröder und Christian Danylec). Die frisch gewählte Abteilungsleitung bedankt sich sehr herzlich bei der bisherigen Abteilungsleitung und Kassenprüfung für den unermüdlichen Einsatz und die erreichten Fortschritte für die Fußballabteilung. „Wir können uns glücklich schätzen, auch weiterhin auf die Erfahrungen von Christian Danylec als nun ehemalige Abteilungsleitung und Andreas Krahl als ehemaligen Kassenprüfer zu bauen, denn beide bleiben der Abteilung weiter erhalten“, teilte die neue Abteilungsleitung mit.

Weiter in der Landesliga
HNT-Herren feiern Klassenerhalt

Mit einem 3:0-Heimsieg im Süd-Derby gegen den Harburger TB haben die 1. Herren der HNT am 7. Mai ihre erste Landesliga-Saison beendet. Gemeinsam mit den Fans durfte das Team von Trainer Morris Avsar im Anschluss auch den Klassenerhalt feiern. Dank eines gelungenen Endspurts spielen die HNT-Herren auch in der kommenden Saison in der zweithöchsten Hamburger Spielklasse. Sie beenden ihre Premierensaison in der Landesliga Hammonia mit 26 Punkten auf Rang zwölf. Zu Beginn des Jahres stand die HNT-Auswahl noch auf einem der beiden Abstiegsplätze. Doch das Team konnte in den vergangenen zwei Monaten noch mal den Schalter umlegen. Heimsiege gegen die zweiten Mannschaften von Niendorf und Victoria sowie Nikola Tesla ebneten den Weg zum Klassenerhalt. Nach einem weiteren 2:1-Erfolg in Kummerfeld war der Abstieg schon am vorletzten Spieltag vom Tisch. Insgesamt gewann die HNT im März und April vier ihrer acht Partien und spielte dazu einmal unentschieden. Mit dem Klassenerhalt in der Tasche konnte die Avsar-Elf im letzten Saisonspiel auch viel lockerer aufspielen, empfing man mit dem HTB doch immerhin den direkten Abstiegskonkurrenten. Die Harburger liegen in der Endabrechnung als 14. der Tabelle unter dem Strich, nur noch gefolgt vom abgeschlagenen SC Hansa 11. Die HNT-Auswahl schiebt sich durch den 3:0-Sieg am letzten Spieltag sogar noch an Altenwerder vorbei und beendet die Saison als Zwölfter. Die HNT-Fans dürfen sich schon jetzt auf eine weitere spannende Landesliga-Saison am Opferberg freuen.

FitHus
HNT "Sport und Freizeit"

Das FitHus-Kursprogramm

Montag
8:15-9:45 Hatha-Yoga
9:30-10:30 Rücken-Fit
10:45-11:45 Rücken-Fit für Senioren
17:30-18:30 Spinning
18:15-19:15 Qigong
18:30-19:30 Bauch-Beine-Po
19:30-20:30 Bauch-Beine-Po
19:30-20:30 Rücken & Entspannung

Dienstag
8:45-10:00 Senioren-Yoga
9:30-10:30 Workout
10:15-11:45 Rücken-Yoga
17:30-18:30 Functional Training
18:00-19:00 Hatha-Yoga
19:00-20:00 Kraftworks
19:45-20:45 Zumba

Mittwoch
9:00-10:00 Spinning
17:00-18:00 Pilates
18:00-19:00 Zumba
18:15-19:15 Workout
19:15-20:15 Spinning

Donnerstag
9:15-10:15 Fit 60-Plus
10:15-11:15 Fit 60-Plus
17:30-19:00 Hatha Yoga
18:00-19:00 Bauch-Beine-Po
19:00-20:00 Workout
19:00-20:00 Salsation

Freitag
9:30-10:30 Bauch-Beine-Po
17:30-18:30 Functional Training

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

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 einer Einheit/Woche** für jeweils 60 Minuten (Do. 19-20 UHR) und startet am **1. JUNI 2023**. Treffpunkt: **15 min vor Trainingsbeginn** am FitHus-Tresen. Trainiert wird bei **jedem Wetter**, also seid dem Wetter entsprechend gekleidet und bringt Euch etwas zum Trinken und ein Handtuch mit. Eine verbindliche **Anmeldung ist erforderlich.**
Muss ich FitHus-Mitglied sein? Nein, auch als **Nicht-Mitglied** kannst Du Dich anmelden. Auch **Dusch- und Umkleidemöglichkeiten** stehen Dir an den Camp-Tagen zur Verfügung.
Wieviel kostet das BOOTCAMP? **FitHus-Mitglieder KOSTENLOS**, HNT-/Nicht-Mitglieder 40 Euro.

Anmeldung im **FitHus im BGZ, Am Johannisland 2, 21147 Hamburg, Tel:(040) 701 57 74**

Hula Hoop Workshops

Samstag, 10. Juni, 14.30 & 15.45 Uhr

In den beiden FitHus Hula Hoop Workshops gibt es am Samstag, 10. Juni jetzt die Gelegenheit in der tollen Atmosphäre des HNT Sportstudios in diesen faszinierenden Sport hereinzuschnuppern und ihn unter fachkundiger Anleitung auszuprobieren. Anmeldung zu einem der beiden einstündigen Workshops (Beginn 14.30 oder 15.45 Uhr) direkt im HNT FitHus. Die Plätze sind begrenzt, Reifen werden vor Ort zur Verfügung gestellt.

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

Alle Informationen, Orte und Zeiten auf

hntonline.de

und im HNT-Sportbüro

Cuxhavener Straße 253 • Telefon 040 7017443

Impressum
Die HNT, 1/2023, Mai 2023, herausgegeben vom Präsidium der Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V. (HNT), Cuxhavener Straße 253, 21149 Hamburg, Telefon 040 7017443
Redaktion: Klaus Jakobs (verantwortlich), Matthias Greve, Alexander Mohr Gestaltung: Matthias Greve
Alle Rechte vorbehalten. Bildquelle: HNT-Archiv

Inline-Skating kennenlernen

Einladung zur Schnuppertour mit den HNT-Inline-Skatern

Wir, die HNT-Inline-Skater sind eine echt bunte Truppe, sowohl vom Alter als auch den Nationalitäten her. Und jeder macht – entsprechend seines Fahrvermögens – mit, so wie es gefällt. Im Winter und bei schlechtem Wetter trainieren wir freitags von 20 bis 22 Uhr in der Halle. Dabei kommen neben der Technik auch Spiel und Spaß nicht zu kurz. Im Sommer geht es nach draußen und wir machen Touren an der frischen Luft. Es gibt kaum was Schöneres, als im Abendlicht durch die schöne Gegend zu fahren – einfach Entspannung pur!

Um allen Interessierten diesen Sport nahe zu bringen, bieten wir jetzt wieder spezielle Schnuppertouren an. Eine HNT-Mitgliedschaft ist dazu nicht erforderlich. Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die dabei den Spaß am Skaten für sich entdecken, sind im Anschluss natürlich als neue Mitglieder der HNT-Inlineskating-Abteilung herzlich willkommen! Die Touren für Interessierte finden auf ruhigen Hinterdeich- und Nebenstraßen in Finkenwerder statt. Wir planen dabei zunächst einmal eine kleine Einweisung zum Thema Bremsen, und dann je nach Können drei verschiedene kürzere oder längere Strecken. Die **Schnuppertour-Termine** sind am **Donnerstag, 25. Mai**, Treffen um **18.30 Uhr** und am **Sonntag, 4. Juni**, Treffen um **16 Uhr**. Ersatztermine im Falle von schlechtem Wetter wären jeweils genau eine Woche später, also am 1. und 11. Juni. Es gibt eine maximale Teilnehmerzahl – wer sich also frühzeitig anmeldet, hat die größten Chancen. Anmeldungen mit Anzahl und Namen der Teilnehmer bitte per E-Mail direkt an **inlineskater@hntonline.de**. Kinder ab 10 Jahre können in Begleitung von Erwachsenen dabei sein. Nach der Anmeldung melden wir uns mit dem genauen Treffpunkt (der auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen ist) und natürlich auch, falls es wetterbedingte Verschiebungen geben sollte. Ganz wichtig: Bitte auf jeden Fall Helm und Schützer mitbringen – und natürlich Skates und gute Laune!

Dem Rücken Gutes tun

Zwei Kursangebote am Montag

Zwickt und zwackt es erst mal im Rücken, wird der Alltag schnell zur Qual. Mit dem richtigen Training kann dem vorgebeugt und auch bestehende Probleme können gelindert werden. In den HNT-Kursen „Rückengymnastik 55+“ und „Gesunder Rücken“ machen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer genau das. Ziel ist die Kräftigung der Rumpf- und Haltemuskulatur. Dafür stehen bei Übungsleiterin Susanne Rehder Wirbelsäulengymnastik, die Stärkung des Beckenbodens, Mobilisation und Sturzprävention auf dem Programm. Das tut nicht nur dem Rücken gut, es verbessert auch die eigene Körperhaltung und Beweglichkeit. **„Rückengymnastik 55+“** ist immer montags um 18 Uhr in der Gymnastikhalle Hausbruch (Hausbrucher Bahnhofstraße 19). Gleich im Anschluss folgt ab 19 Uhr der Kurs **„Gesunder Rücken“**. Wer das Training ausprobieren möchte, ist herzlich dazu eingeladen, am Montagabend dabei zu sein.

Gesund bewegen

Einführungskurs Nordic Walking

Wir sind nicht (nur) für die Couch gemacht. Bewegung tut uns gut und sorgt dafür, dass wir uns wohl und vital fühlen. Nordic Walking ist schnelles Gehen, bei dem zusätzlich spezielle Stöcke zum Einsatz kommen. Die Sportart ist grundsätzlich für jeden geeignet. Gerade dann, wenn ihr schon lange keinen Sport mehr gemacht habt, ist Nordic Walking ein toller Einstieg. Aber auch bei Rückenschmerzen oder Knieproblemen kann Nordic Walking eine gute Möglichkeit sein, mehr Bewegung in euer Leben zu bringen. Ihr müsst euch nicht „auspowern“ und aus der Puste kommen, sondern bestimmt selbst Tempo und Intensität. So könnt ihr das Training eurem eigenen Fitnesslevel anpassen. Der HNT Einführungskurs Nordic Walking startet am 2. Juni und findet an insgesamt fünf Terminen immer freitags von 9 bis 10.30 Uhr statt. Treffpunkt ist der Parkplatz am Fischbektal. Für Nichtmitglieder kostet die Teilnahme 50 Euro, für HNT-Mitglieder 40 Euro. Anmeldungen direkt bei Kristiane Köpke, E-Mail Kristiane38k@gmail.com oder Mobiltelefon 0176 82286386. Nach dem Kurs besteht die Möglichkeit, in die Nordic Walking-Gruppe am Freitag um 9 Uhr einzutreten.

Verstärkung gesucht

Mach mit bei den „Fridays Walkern“

Für unsere Nordic Walking-Gruppe am Freitag suchen wir noch Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Wir treffen uns freitags um 9 Uhr im Fischbektal und walken 90 Minuten durch die schöne Fischbeker Heide. Das Tempo darf jeder für sich selbst bestimmen, zwischendurch machen wir Lockerungs- und Dehnungsübungen. Wir sind eine lustige Truppe und freuen uns über jeden, der sich uns anschließen möchte. Treffpunkt ist am Parkplatz Fischbektal.

Wunderschönes Walking-Wochenende in Malente

HNT Nordic Walking-Gruppe unterwegs

Es ist eine schöne kleine Tradition geworden: Jedes Jahr ist die Nordic Walking-Gruppe von Susanne Kaden für ein langes Wochenende in der Holsteinischen Schweiz unterwegs. Dieses Mal ging es mit insgesamt 14 Personen vom 14. bis 16. April nach Malente – natürlich mit den Walking-Stöcken im Gepäck. Es wurde ein rundum gelungenes, wunderschönes Wochenende mit viel Spaß und Bewegung, aber auch leckerem Essen und Erholung in der schönen Natur. Am Freitag gab es zunächst einen herzlichen Empfang in dem liebgewonnenen, gemütlichen Hotel, in dem die Gruppe immer wieder gerne zu Gast ist. Bei der anschließenden dreistündigen Fahrrad-Draisinen-Fahrt mussten die „Treter“ für den Schwung sorgen, während die „Sitzer“ einen Blick in die wunderbare Landschaft genießen durften. Ein Picknick an einem Holzlagerplatz und ein gemeinsames, fröhliches Abendessen im Hotel rundeten den ersten Tag ab.

Der Samstag brachte dann strahlenden Sonnenschein. Perfekte Bedingungen für eine entspannte Fünf-Seen-Tour von Malente bis Fegetasche. Dann wurde es sportlich: Auf einer zehn Kilometer langen Walking-Tour ging es bis zum Anleger Timmdorf, wo die Gruppe von den Wirtsleuten mit einem köstlichen Picknick überrascht wurde. Nach der Rückkehr nach Malente endete Tag zwei mit einem Abendessen im Bootshaus und einem traumhaften Sonnenuntergang über dem See. Am Sonntag ging die Gruppe dann noch mal auf Tour: zwei Stunden Achtsames Wandern entlang der Spiegelteiche am Dieksee. Es folgte ein entspannter Ausklang des Wochenendes am Kellersee mit leckeren Fischbrötchen, heißen Waffeln und Eis.

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

HNT-Judoka Brian Thomé
Erstmals bei U18-Meisterschaften

Nach einem dritten Platz bei der Hamburger U18-Meisterschaft hat sich HNT-Nachwuchs-Judoka Brian Thomé (Foto rechts) auch bei der Norddeutschen U18-Meisterschaft teuer verkauft. Beim Turnier am ersten Februarwochenende des Jahres im niedersächsischen Visbek wurde Brian Siebter in seiner Gewichtsklasse bis 55 kg. „Die ersten zwei Kämpfe hat er etwas unglücklich verloren. Im Stand hat er viele Würfe angesetzt und hat den Gegnern kräftig eingeheizt“, analysierte HNT-Trainer Johannes Kröger nach dem Turnier. Schon bei der Hamburger U18-Landeseinzelmeisterschaft im Januar in Wandsbek hatte Brian ein starkes Halbfinale gezeigt, den Einzug ins Finale aber leider verpasst. Für den 15-Jährigen waren es die ersten Meisterschaften in der höheren Altersklasse bis 18 Jahre. Entsprechend war das Ergebnis für Brian zufriedenstellend. „Er hat beide Male ein gutes Turnier gekämpft“, sagte Trainer Kröger. „Wir sind zufrieden mit der Leistung und leiten daraus jetzt für ihn weitere Trainingsmaßnahmen ab, damit er im nächsten Jahr noch erfolgreicher in der U18 sein wird.“

Internationales Turnier
HNT-Judoka in Rendsburg am Start

Ende Januar ging es für fünf HNT-Judoka zum großen Neujahrsturnier mit internationaler Beteiligung nach Rendsburg. In der Altersklasse Männer U15 kämpfte Dima Slepzow und entschied einen Kampf mit einer schnellen Wurftechnik und einem Haltegriff für sich. Das brachte ihm den verdienten dritten Platz. Auch bei den Frauen ging ein dritter Platz in gleicher Weise an Annike von Bremen von der HNT. In der Altersklasse Männer Ü30 waren Michael Slepzow, Wjatscheslaw Malyschew und Murad Demir für die HNT in Rendsburg am Start. Trotz einer starken Premiere nach längerer Wettkampfpause konnte Michael leider keinen Kampf für sich entscheiden. Wjatscheslaw gewann einen Kampf mit einer guten Wurftechnik und landete auf Platz zwei. Murad zeigte bei seinem ersten Turnier eine tolle Leistung und sammelte viel Erfahrung, musste sich jedoch am Ende seinen Gegnern geschlagen geben.

Erste Vereinsmeisterschaft
Novum für die HNT Judoabteilung

Am Sonntag, 12. Februar war es so weit: In der Sporthalle der Schule An der Haake startete die erste Vereinsmeisterschaft der HNT Judoabteilung. Alle HNT-Judoka kämpften in verschiedenen Alters- und Gewichtsklassen gegeneinander – angefangen mit den kleinsten Judoka der Altersklasse bis U9. Die Leistungen der Judokinder waren super. Selbst schwierigere Judowürfe wurden angesetzt und führten zu großen Wertungen (Waza-ari) und letztlich zum Sieg mit Ippon. In der Altersklasse U11 waren die Pools größer. Besonders Daimen überzeugte mit einer spektakulären Wurftechnik, die ihm den Sieg in seiner Gewichtsklasse brachte. Das viele Training zahlte sich hier sichtbar bei den Judoka aus. Die Trainerinnen Britta und Belinda unterstützten am Mattenrand und Michael Zart, Maximilian Reich sowie Johannes Kröger begleiteten als Kampfrichter die Kämpfe. Auch dank der Tischbesetzung mit Jana, Briana, Brian, Florian und Leon lief das erste Vereinsturnier ohne große Probleme. Ein besonders Dank gilt nicht zuletzt Abteilungsleiter Michael Zart für die großartige Organisation. Alle Judoka waren begeistert und freuten sich über dieses Kräftemessen innerhalb des Vereins.

Budo in der HNT

Aikido – Judo – Ju-Jutsu – Karate

alle Infos auf www.hntonline.de

NORDHAUSEN
Raumgestaltung

Bodenbeläge • Gardinen
Sonnenschutz • Wohnaccessoires
Markisen • Insektenschutz • Kurzwaren

Groot Enn 1-3 • 21149 Hamburg-Neugraben
Telefon (040) 701 70 24
www.nordhausenraumgestaltung.de

Erfolgreiche Teilnahme an den German Open

Medaillenregen für das Ju-Jutsu Showteam der HNT

Am 1. April fanden die German Open der Ju-Jutsu-Verbände ICO und WKC in Bad Segeberg statt. Unter den knapp 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmern befanden sich auch zwölf Aktive der HNT. Die Acht- bis 15-Jährigen traten in den Kategorien Kata, Kreative Formen ohne Musik, Kreative Waffenformen mit Musik und Traditionelle Waffenformen an. Das Ergebnis kann sich mehr als sehen lassen: Mit fünf Gold- und ebenso vielen Silber- sowie zwei Bronzemedaillen war das von Trainer Hans Kautz betreute Ju-Jutsu Showteam der HNT eine der erfolgreichsten Mannschaften des Turniers.

1.000 Euro für neue Ju-Jutsu-Matten

HNT erhält Fördermittel aus dem Haspa LotterieSparen

Bevor der HNT Ju-Jutsu-Nachwuchs mit dem Training starten kann, ist Aufbauen angesagt. Die ganze Halle muss mit quadratischen Matten ausgelegt werden. Unter den zahlreichen Matten sind auch 20 neue Exemplare. „Wir sind sehr froh, dass wir die neuen Matten bekommen haben. Einige der alten Matten waren über 30 Jahre alt und nicht mehr zu gebrauchen“, sagt Ju-Jutsu-Abteilungsleiter Michael Richter. Möglich gemacht wurde die Anschaffung der neuen Matten durch die Hamburger Sparkasse mit einer Förderung von 1.000 Euro aus dem LotterieSparen der Haspa. „Beim LotterieSparen wird mit einem Schritt dreimal etwas bewegt: Sparen, helfen und gewinnen. Es ist ganz einfach und bequem, ein Mitglied unserer Gemeinschaft ‚Gut für Hamburg‘ zu werden“, betont Andreas Kurth, Leiter der Haspa Neugraben. Die Teilnehmer spielen jeden Monat ein oder mehrere Lose für je fünf Euro, von denen vier Euro gespart werden und 25 Cent an einen guten Zweck fließen. Eines dieser Projekte ist in diesem Jahr die Ju-Jutsu-Abteilung der HNT.

HNT-Geschäftsführer Mark Schütter: „Die Matten sind bei uns ständig im Gebrauch und verschleißen daher mit den Jahren. Damit unsere Aktiven ordentlich trainieren können, müssen sie nach einer gewissen Zeit ersetzt werden. Dass die Haspa uns dabei unterstützt, ist ein großes Geschenk.“ Am LotterieSparen kann man in jeder Haspa-Filiale oder online unter haspa.de/lotteriesparen teilnehmen.

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

Line Dance: Viel Spaß mit guten Freunden

19 befreundete Gruppen kamen zur „Dance with Friends“-Party

Am Samstag, 29. April war es endlich so weit: Die Line Dance Party der Jolly Boots konnte nach 1279 Tagen endlich wieder stattfinden! Passenderweise fiel die 4. Auflage der „Dance with Friends“-Party auf den Welttanztag. Mit 19 befreundeten Gruppen wurde der neue verlegte Tanzboden im Landhaus Jägerhof von den Line Dancern eingeweiht. Die „Dancing Hall“ der Gastwirtsfamilie Soltau wurde von fleißigen Händen liebevoll dekoriert und ein Hauch von Western wehte durch den Raum.

Nach der Begrüßung der Gäste wurde die Musik aufgedreht und die Line Dancer strömten auf die Tanzfläche, um nach den ersten Klängen zu tanzen. Aus über 500 Tanzwünschen hatten Britta und Norbert eine Liste mit 80 Titeln zusammengestellt. Auch die Neulinge ließen sich nicht aufhalten und tanzten fleißig mit.

Im Laufe des Abends wurde nicht nur nach Country-Musik getanzt, sondern auch nach allen möglichen Melodien, von aktuellen Hits bis hin zu irischen Klängen. Das Duo „Schischi & The Duke“ aus Neu Wulmstorf sorgte dafür, dass die Tanzfläche immer belegt war. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer hatten sichtbar jede Menge Spaß und es war ein sehr gelungener und stimmungsvoller Abend.

Als die Organisatoren gegen 1 Uhr morgens erschöpft, aber zufrieden nach Hause fuhren, konnten sie, da alles gut funktioniert hatte, eine positive Bilanz ziehen, die Lust auf die nächste Line Dance Party macht. Wir bedanken uns bei Familie Soltau und ihrer Crew, die uns bei der Vorbereitung und Durchführung der Veranstaltung unterstützt haben.

Unsere Line Dance Party war wieder ein tolles Beispiel dafür, wie man gemeinsam tanzen und Spaß haben kann. Der persönliche Austausch mit anderen Gruppen hat gut getan! Es war eine gelungene Veranstaltung, die hoffentlich im nächsten Jahr wieder stattfinden wird. Wir freuen uns dann wieder gemeinsam mit Freunden tanzen zu können.

Neues aus der Tanzabteilung

Schon viele neue Mitglieder im ersten Quartal

Die Tanzabteilung hatte in den letzten Monaten viel zu bieten. Besonders erfolgreich war der vierwöchige Schnupperkurs „Wiedereinsteiger für Standard & Latein“ im Februar. Acht Paare hatten sich für den Kurs angemeldet und waren mit viel Freude dabei. Einigen Paaren hat es so gut gefallen, dass sie sich nach dem Kurs in der Tanzabteilung als neue Mitglieder angemeldet haben.

Seit dem 21. April läuft bereits ein weiterer Tanzkurs. Diesmal richtet sich der Workshop an Schulabgänger, Eltern, Großeltern und Lehrer. Im Gegensatz zum vergangenen Jahr haben sich diesmal auch viele Schülerinnen und Schüler angemeldet. In vier Wochen werden sie nun fit für die Tanzfläche gemacht.

Auch im Line Dance hat sich in den letzten Monaten einiges getan. Der Line Dance Workshop für Anfänger, der im Januar begann, war ein voller Erfolg. Über 30 von ihnen wollten nach dem Kurs unbedingt weitermachen und sind nun Mitglied der „Jolly Boots Familie“ geworden. Aufgrund der großen Resonanz wurde eine neue Anfängergruppe gegründet.

Die Tanzabteilung war auch beim Dance-Feriencamp im Frühjahr beteiligt. Die Kinder im Alter von sechs bis elf Jahren bekamen einen kleinen Einblick in den Line Dance.

Die Tanzabteilung bedankt sich bei ihren Trainern Caro, Volker, Kerstin und Barbara. Dank ihres unermüdlichen Engagements konnte die Tanzabteilung bereits im ersten Quartal des neuen Jahres viele neue Mitglieder gewinnen. Es ist einfach schön zu sehen, dass die Tanzabteilung so erfolgreich ist und immer mehr Menschen für das Tanzen begeistern kann. Wir sind gespannt, was die Zukunft bringt, und freuen uns auf weitere tolle Veranstaltungen und Kurse.

Nach dreijähriger Unterbrechung der jährlichen Gala-Serie soll es sie in diesem Jahr wieder geben: Statt in der kalten Jahreszeit erstmals im Sommer und anlässlich des 10-jährigen Bestehens seit der Neugründung der HNT-Ballett-Compagnie auf einer größeren Theaterbühne.

Der seit 2013 wieder bestehende Auftritts- und Leistungskader der Ballettsparte hat seitdem unzählige Aufführungen und Wettbewerbe absolviert und – ebenso erfolgreich wie charmant – weit über die Grenzen Hamburgs hinaus für die HNT geworben. Das Repertoire umfasst die Demonstration von klassischem Balletttraining, Solo-Variationen und Ensemble-Tänze namhafter Choreografen der Ballettgeschichte sowie Charakter- und Nationaltänze und Modern & Contemporary Dance. Erstmal stehen auch Eigenkreationen der fortgeschrittenen Schülerinnen auf dem Programm, die sie selbst präsentieren oder von Mitschülerinnen und Mitschülern zeigen lassen.

Neben den extra für die Gala einstudierten Stücken sollen Einblicke in die aktuelle Probenarbeit gezeigt werden und auch die Breitensportgruppen für Kinderballett, Tänzerische Früherziehung und Kindertanzen bereiten sich auf ihren – für die meisten Kinder allerersten – Auftritt vor.

In einer Retrospektive soll auch auf die Entwicklung der letzten zehn Jahre zurückgeschaut werden: die Zuschauer dürfen gespannt sein, altbekannte Gesichter von Ehemaligen wiederzusehen.

Nicht fehlen darf natürlich die HNT Irish Dance Academy, deren Kader und Kindergruppe sich ebenfalls mit den erfolgreichsten und vielfach preisgekrönten Tänzen vorstellen wollen. Informationen und Tickets gibt es in Kürze auf **hntonline.de** und über die Social-Media-Kanäle.

6. Just Dance Competition
30. September in der CU Arena

Am Samstag, 30. September findet in der Neugrabener CU Arena die 6. Just Dance Competition statt. Und aus den vergangenen Jahren wissen wir: Das wird ein Spektakel! 2022 kamen über 500 Teilnehmerinnen und Teilnehmer und begeisterten das Publikum mit ihren mitreißenden Tanzvorführungen. Wiederholung in diesem Jahr? Garantiert! Aktuell habt ihr noch die Möglichkeit, euch einen der letzten Startplätze für das Event zu sichern. Dafür einfach online anmelden auf **justdancecompetition.de/anmeldung**. Die JDC ist das verbandsunabhängige Turnier für Hip-Hop- und Videoclip-Formationen im Raum Hamburg. Nach dem Motto „Just Dance“ bietet es eine Plattform, auf der ihr eure Leidenschaft fürs Tanzen präsentieren und euch im freundschaftlichen Rahmen mit den besten Formationen aus dem Norden messen könnt. In Sachen Kreativität und Ausrichtung einzelner Tanzstile sind den Tänzerinnen und Tänzern keine Grenzen gesetzt. Neu in diesem Jahr: Neben den altbekannten Altersklassen Kids, Juniors und Adults gibt es eine vierte Kategorie „Minis“. Für Aktuelles folgt der JDC auf Facebook oder Instagram. Auf justdancecompetition.de findet ihr weitere Infos, etwa zum Regelwerk und Teilnahmebedingungen.

Neu: Schnupperkurs
Modern & Contemporary Dance

Mit unserer neuen Dozentin Dominique Heuser beginnt am 24. Mai ein neuer Schnupperkurs für tanzbegeisterte Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren – immer mittwochs von 16 bis 17 Uhr in der HNT-Vereinshalle, Cuxhavener Straße 253. Tänzerische oder turnerische Vorkenntnisse sind gern gesehen, aber keine Voraussetzung. An insgesamt fünf Terminen können Interessierte diesen besonderen Tanzstil ausprobieren. Anschließend an den Kurs soll ab Juli eine feste wöchentliche Unterrichtklasse entstehen.

Modern & Contemporary Dance vereint Elemente aus verschiedenen modernen und zeitgenössischen Tanztechniken mit Akrobatik und kann zu jeder Musik getanzt werden, von Klassik bis Pop. Einem breiteren Publikum wurde diese Art zu tanzen vor allem durch Fernsehshows wie „Let’s Dance“ bekannt. Im Modern & Contemporary Dance kommen das Erlernen der (Basis-)Tanztechnik, Bewegungsfluss, Bodenarbeit, dynamische Schrittfolgen durch den Raum und Improvisation zusammen. Die Koordination und das Ausdrucksvermögen werden geschult und die Musikalität und Muskulatur trainiert. Modern und Contemporary Dance eignet sich für alle, die Spaß an Bewegung haben neue tänzerische Herausforderungen annehmen wollen. Der Schnupperkurs kostet pauschal 15 Euro, anmelden könnt ihr euch online unter **hntonline.de/kurse**. Fragen beantwortet Anna Krüger unter E-Mail a.krueger@hntonline.de

HNT-Boxer auf dem Podest

Dritter Platz beim Ostseepokal

Platz drei beim renommierten Ostseepokal, das kann sich sehen lassen: Die beiden HNT-Nachwuchsboxer Farzad Noorie und Alin Armani Stuparu lieferten am letzten April-Wochenende beide starke Leistungen ab und erkämpften sich beim Internationalen Ostseepokal in der Sportschule Zinnowitz jeweils einen Platz auf dem Treppchen. Während Farzad in der Gewichtsklasse bis 46 kg an den Start ging, startete Alin Armani in der etwas leichteren Klasse bis 42 kg.

Hasan Kiraz war nach dem Turnier mit beiden Schützlingen zufrieden, haderte jedoch mit einer Entscheidung. Nicht nur der HNT-Trainer hatte Alin Armani nach dessen Halbfinalkampf als Sieger gesehen. Trotz dieser strittigen Entscheidung können beide HNT-Boxer am Ende mit ihren Ergebnissen zufrieden sein, gilt der Ostseepokal doch als leistungsstärkstes Nachwuchsturnier der Altersklasse U15.

Mit Schwung in der Hüfte

Begeisterung für Hula Hoop-Kurse

Das neue Jahr begann bei der HNT mit ganz viel Schwung, Hüftschwung um genau zu sein. Das neue Kursangebot „Hula Hoop“ war so schnell ausgebucht, dass die HNT im Januar und Februar direkt einen zweiten Kurs mit Trainerin Jennifer Weßeloh anbieten konnte. „Wir waren wirklich begeistert, wie gut das Angebot angenommen wurde. Aber das ist auch kein Wunder. Das Hullern macht einfach richtig viel Spaß und bringt einen gleichzeitig auch ordentlich ins Schwitzen“, erklärt HNT-Spartenleiterin Andrea Lüdemann.

Viele der Teilnehmerinnen aus den ersten beiden HNT Hula-Kursen sind dabei geblieben und üben jetzt gemeinsam mit Jennifer regelmäßig einmal die Woche ihren Hüftschwung mit dem großen Reifen. Dazu ist im April ein weiterer Anfängerkurs gestartet. Das Hula Hoop-Fitnesstraining stärkt die Körpermitte. Es trainiert nicht nur die Bauchmuskulatur, sondern auch Rücken und Beckenboden profitieren von den Hula Hoop-Bewegungen. Daraus kann eine bessere Haltung resultieren. Für Fragen zum Thema „Hula Hoop in der HNT“ steht Andrea Lüdemann gerne unter der E-Mail-Adresse a.luedemann@hntonline.de zur Verfügung.

Als eine von über 60 Locations ist die HNT am Samstag, 24. Juni bei der 10. LANGENACHTDESYOOOGA dabei. Von 17 bis 23 Uhr steht auch in unserer HNT-Vereinshalle an der Cuxhavener Straße 253 alles im Zeichen des Yogas. Mitmachen können alle – egal ob ihr immer schon mal Yoga ausprobieren wolltet, einen neuen Stil kennenlernen oder die Wirkung des Yoga spüren möchtet. Die Teilnahme ist bei uns, wie auch bei allen anderen Anbietern, im Rahmen der LANGENACHTDESYOOOGA für alle kostenlos.

Die LANGENACHTDESYOOOGA wird organisiert vom gemeinnützigen Verein „Yoga für alle e.V.“. Zum 10. Mal schon lädt der Verein alle Menschen in Hamburg ein, die Vielfalt des Yogas kennenzulernen, auszuprobieren und die Wirkung zu genießen. Denn: YOGAHILFT! Gemeinsam mit Yogastudios, Sportvereinen, dem Parksportinsel e.V. und Active City Hamburg sollen am 24. Juni 5000 Menschen in Hamburg in Bewegung gebracht werden. Die HNT freut sich sehr, dass wir dabei sein dürfen und laden auch euch ganz herzlich ein, mit uns eine großartige LANGENACHTDESYOOOGA zu feiern.

Das Programm in der HNT-Vereinshalle Cuxhavener Straße 253:

- **17:00-17:45 Uhr Yogalates mit Katrin**
- **18:00-18:45 Uhr Yoga mit dem Stuhl mit Sylvia**
- **19:00-19:45 Uhr Yin Yoga I mit Justyna**
- **19:50-20:35 Uhr Yin Yoga II mit Justyna**
- **20:45-21:30 Uhr Hatha Yoga mit Sylvia**
- **21:40-22:25 Uhr Faszien Yoga mit Susann**

Topleistungen im Schwimmen und Laufen

HNT-Triathleten starten mit Medaillen in die neue Saison

Es war ein ungefährdeter Sieg für HNT-Triathletin Amina Reich (Foto links) zum Auftakt der Saison um den Kids-Cup 2023 beim Swim & Run in Bahrenfeld am 26. Februar. Als Schnellste stieg die Fünftklässlerin des Triathlonprofils an der StS Fischbek-Falkenberg nach 200 m aus dem Wasser und verteidigte ihren Vorsprung nach kurzer Pause beim abschließenden 1000 m-Lauf im Volkspark souverän. Am Ende blieb die Uhr bei 7:48 Minuten stehen. Damit hatte sie fast eine halbe Minute Vorsprung auf die Konkurrenz, die traditionell auch aus Bargteheide und Lüneburg angereist war. Ebenfalls bester Hamburger war Robert Harcenko (Foto rechts). Er musste sich nach 400 m Schwimmen und 2,5 km Laufen nur dem starken Lüneburger Kaderathleten Bosse knapp geschlagen geben. Für Robert, der ebenfalls im FiFa-Triathlonprofil trainiert, blieb die Uhr bei 16:10 Minuten stehen.

Amina und Robert gehören nicht zuletzt auf Grund des gelungenen Saisoneinstandes zu den Topfavoriten auf den Hamburger Kids-Cup, einer aus fünf Wettkämpfen bestehenden Rennserie. Bronze gab es zudem für Grundschülerin Lilly Gatzka, die bei den Schülerinnen C (100 m Schwimmen, 1 km Laufen) nach 5:09 Minuten den Zielstrich querte. Nach Streichung der Athleten aus Schleswig-Holstein und Niedersachsen liegen in der Cupwertung derzeit sieben FiFa-Profitriathleten auf Podestplätzen. „Das ist ein guter Einstand, den es nun zu verteidigen gilt“, sagte Trainer Martin Schulz. Vor allem die jüngeren Jahrgänge zeigten gute Leistungen. So liegen hinter Amina bei den Schülerinnen B gleich drei weitere HNT-Kids in Lauerstellung.

HNT Darts-Abteilung beendet Bezirksliga-Saison

Jetzt neue zusätzliche Trainingszeit am Dienstagabend

Die HNT-Darter haben die Saison in der Bezirksliga des Landesdartverband Hamburg e.V. (LDVH) mit Platz vier beendet. Damit wird die Mannschaft auch in der kommenden Saison in der Bezirksliga starten. Am Ende standen sieben Siege, zwei Unentschieden und fünf Niederlagen in der Abschlusstabelle. „Insgesamt geht dieses Ergebnis für die erste Saison vollkommen in Ordnung“, berichtet Abteilungsleiter Sebastian Alsgut. Im Zuge der Abteilungsversammlung wurde auch das Angebot ausgeweitet. Neben dem Donnerstag gibt es nun auch am Dienstag von 19 bis 22 Uhr eine Trainingseinheit. Wer Interesse hat, den Sport einmal auszuprobieren, der meldet sich bitte vorab bei Sebastian Alsgut, E-Mail s.alsgut@hntonline.de an. So kann er euch informieren, falls das Training doch mal nicht stattfindet.

Die zwölf besten Teams aus Norddeutschland zu Gast

Regionalspielfest U13 am Pfingstwochenende in der CU Arena

Am Pfingstwochenende 27. und 28. Mai spielen die besten zwölf U13-Teams der Jungen und Mädchen aus ganz Norddeutschland in der CU Arena ihre Meister aus. Das Volleyball-Team Hamburg ist Gastgeber des Regionalspielfestes und stellt bei den Mädchen selbst zwei Teams.

Auf kleinen Spielfeldern, mit niedrigerer Netzhöhe und je drei Spielern auf dem Spielfeld zeigt der Volleyball-Nachwuchs, was er schon alles kann. Es lohnt sich in der CU Arena zu Gast zu sein. Es ist beeindruckend, was die jungen Volleyballerinnen und Volleyballer in ihrer Sportart schon leisten können.

Zum Regionalspielfest qualifizieren sich jeweils die besten vier Teams der drei Landesverbände aus Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein und Hamburg. Das Volleyball-Team Hamburg stellt mit den Meisterinnen und Drittplatzierten bei der Meisterschaft des Hamburger Volleyball-Verbandes zwei Teams im Mädchenwettbewerb. Nach dem fünften Platz im vergangenen Jahr ist nun eine bessere Platzierung das Ziel.

Spielbeginn ist am Samstag um 11 Uhr. Am Sonntag fliegen die Bälle ab 9.30 Uhr. Die Endrunde wird ab 12.30 Uhr bis etwa 15 Uhr ausgespielt. Organisiert wird das Regionalspielfest von einem jungen Organisationsteam des VT Hamburg. Die Jugendlichen trafen sich im Vorfeld regelmäßig und wurden bei der Gestaltung von erfahrenen Volleyballerinnen und Volleyballern unterstützt.

Das Projekt findet die Unterstützung durch die Ingeborg-Grossmann-Stiftung im Rahmen des Förderprogramms Hamburger Aktivitäten zur Förderung jungen Engagements im Sport (HAFEN) der Hamburger Sport-Jugend.

Erfolgreicher Saisonabschluss in der Regionalliga

VTH-Damen sammeln Spenden und schaffen Klassenerhalt

Am vorletzten Spieltag der abgelaufenen Regionalliga-Saison gab es gleich doppelt Grund zur Freude für die 1. Damen des VT Hamburg: Mit dem 3:1-Heimerfolg gegen die VSG Lübeck war der Klassenerhalt in trockenen Tüchern. Außerdem unterstützten viele Zuschauer die Tafel-Aktion. Gemeinsam mit EDEKA Meibohm in Neugraben hatten die VTH-Damen zu Spenden für die Neuwiedenthaler Tafel aufgerufen. Als Dankeschön für die mitgebrachten haltbaren Lebensmittel gab es freien Eintritt zum letzten VTH-Heimspiel der Saison.

„Das war ein wirklich schöner Abschluss unserer Heimspielsaison“, sagte VTH-Trainer Grün nach der Partie. Er freute sich genau wie VTH-Helfer Thomas Brabandt über den großen Zuspruch für die Spenden-Aktion: „Ein großes Dankeschön, dass so viele Menschen unserem Aufruf gefolgt sind“, sagte Brabandt. „Unter der Woche wurde auch bei EDEKA schon gespendet, sodass am Ende einiges zusammengekommen ist.“ Gemeinsam mit Trainer Grün überreichte Brabandt die gesammelten Lebensmittel kurz nach der Partie an Karin Strietzel von der Neuwiedenthaler Tafel.

Für Gerd Grün und sein Team ging es im Anschluss noch zur Auswärtspartei nach Kiel. Insgesamt beenden die Neugrabener Volleyballerinnen die Regionalliga-Spielzeit 2022/23 auf Tabellenrang sieben. Zwölf Siege aus 23 Spielen reichten zum Klassenerhalt. Besonders stark präsentierte sich das VTH-Team zu Hause, wo es ganze zehn Siege gab. So darf es in der kommenden Saison in der CU Arena gerne weitergehen.

Jetzt schon vormerken:

VTH-Spendenlauf am 3. Oktober 2023

Nach dem großen Erfolg im vergangenen Jahr plant das Volleyball-Team Hamburg eine Wiederholung: Am 3. Oktober 2023 findet im HNT Sportpark Opferberg der 2. VTH-Spendenlauf statt.

Beachvolleyball
im HNT Sportpark Opferberg

Das Volleyball-Team Hamburg ist im Sommer 2023 Ausrichter vieler spannender Beachvolleyball-Turniere.

Kommt gerne vorbei und erlebt hochklassigen Sport auf der Beachanlage im HNT Sportpark Opferberg!

Ihr findet die Anlage ein Stück hinter dem Vereinshaus der HNT an der Cuxhavener Straße 253.

Die VTH-Beachturniere 2023:

Samstag, 03.06.:	Hamburger Meisterschaften U15
Sonntag, 04.06.:	Hamburger Meisterschaften U16
Samstag, 10.06.:	C-Turnier Damen
Sonntag, 11.06.:	A-Turnier Damen, höchste Kategorie in Hamburg
Donnerstag, 13.07.:	#WeBeach U15/U18 Jungen & Mädchen Jugendturniere
Samstag, 15.07.:	C-Turnier Damen
Sonntag, 16.07.:	A-Turnier Damen, höchste Kategorie in Hamburg
Samstag, 26.08.:	Firmencup - wer ist mit dabei?

Firmencup Beachvolleyball
Jetzt für den 26. August anmelden!

Das Volleyball-Team Hamburg veranstaltet am Samstag, 26. August von 14.30 bis 19.30 Uhr einen Firmencup Beachvolleyball. Beim Turnier könnt ihr in entspannter Atmosphäre mit euren Kolleginnen und Kollegen die besondere Sport- und Strandatmosphäre des Beachvolleyballs genießen. Gespielt wird in Viererteams und ihr werdet vom VT Hamburg durch das Turnier geleitet. So macht Teambuilding richtig Spaß und gute Laune! Also seid dabei und meldet euch am besten gleich an.

Das Anmeldeformular bekommt ihr über den QR-Code oder schickt eine E-Mail an thomas.brabandt@volleyball-team-hamburg.de.

DIE FREIZEIT-, EVENT- & GOLFLOCATION IN HAMBURG

Das citynahe Golf Lounge Resort in Moorfleet ist nicht nur für Golfer eine Bereicherung. Die gemütliche Elb-Lodge mit großzügiger Sonnenterrasse inmitten der Natur sorgt für einen entspannten Freizeitgenuss und stimmungsvolle Events jeglicher Art.

Golf Lounge Resort – Vorlandring 16 – 22113 Hamburg
Fon: (0 40) 819 78 79-0 – mail@golflounge.de – **www.golflounge.de**

GOLF LOUNGE Resort

Nils Hofmann gewinnt U16-Titel im Hallensiebenkampf

Erfolg bei den Landesmeisterschaften von Hamburg & Schleswig-Holstein

HNT-Leichtathletik-Talent Nils Hofmann ist neuer U16-Mehrkampfmeister in der Halle. Bei den gemeinsamen Landeshallenmeisterschaften von Hamburg und Schleswig-Holstein in der Leichtathletikhalle Hamburg lief, sprang und stieß sich der 14-Jährige am zweiten Februarwochenende auf Rang eins. Im zweitägigen Siebenkampf sammelte Nils insgesamt 3633 Punkte. Im 60 m Sprint lief Nils in 7,71 Sekunden die beste Zeit aller Teilnehmer. Beim Kugelstoßen verbesserte er sich im dritten und letzten Versuch noch mal um 50 Zentimeter auf 9,43 m und Rang acht. Mit Platz drei im Hochsprung (1,60 m) und Rang zwei im Weitsprung (5,55 m) festigte er seine sehr gute Position in der Gesamtwertung. Später bewies Nils seine Qualitäten als Sprinter. Über 60 m Hürden war er nicht zu bezwingen und lief mit 8,98 Sekunden die beste Zeit. Beim Stabhochsprung war für Nils bei 2,30 m Schluss, was ihn nicht vom Kurs abbrachte: Im abschließenden 1000 m Lauf sicherte er sich mit der sechstbesten Zeit (3:13,05 Minuten) den U16-Landeshallenmeistertitel im Siebenkampf. Vereinskollegin Kim Bonitz landete im U18-Fünfkampf auf Platz 13.

Leichtathletik-Team der HNT sammelt Podestplätze

Insgesamt 16 Medaillen bei U12- und U14-Hallenmeisterschaft

Bei der Hamburger U14-Hallenmeisterschaft und Hamburgs Beste Kinder U12 am 18. Februar in der Leichtathletikhalle Hamburg sammelte das 26-köpfige HNT-Team insgesamt sechs erste Plätze. Hinzu kamen jeweils fünf zweite und dritte Plätze sowie weitere gute Platzierungen. „Es war ein toller Wettkampf“, sagte HNT-Trainerin Houssaina Dridi. „Ich freue mich sehr für die Kinder und auch für unser Trainerteam.“ Drei Hamburger Meistertitel gab es für die HNT in der Altersklasse M13. Timm Nicklisch sprintete in 9,99 Sekunden über die 60m Hürden auf Rang eins. Auf der 800m Distanz gewann Johannes Arved Wolenski in 2:31,92 Minuten vor seinem Bruder und Vereinskollegen Theodor Jesper Wolenski in 2:32,02 Minuten. Im Hochsprung machte es Maximilian Seng spannend: Nachdem er die 1,41 Meter und 1,44 Meter erst im dritten Versuch überquert hatte, übersprang er am Ende die 1,50 Meter und lag damit klar auf Rang 1. In der Altersklasse M12 sprang Moris Fischer direkt im ersten Versuch des Weitsprungwettbewerbs auf unübertroffene 4,68 m. Für zwei weitere erste Plätze sorgte Clara Nicklisch in der Altersklasse W10. Über 800m gewann Clara in 2:58,84 Minuten. Der zweite Erfolg gelang ihr mit 9,42 Sekunden über die 50m Hürden. Houssaina Dridi freute sich besonders über die beiden Podestplätze ihrer U14-Staffeln. Während die Jungen über 4x100m auf Rang drei liefen, erreichte die HNT-Mädchen-Staffel den Silberrang. Da es für einige aus dem HNT-Team der erste Wettkampf war, waren Medaillen und Platzierung nicht alles. „Mir ist es am wichtigsten, dass es den Kindern Spaß gemacht hat und dass sie immer Freude dabei haben, egal welche Platzierung sie bekommen“, so HNT-Trainerin Dridi.

Gelungener Halbmarathon mit 350 Läuferinnen & Läufern

Viel Lob von den Sportlern, großer Dank an die ehrenamtlichen Helfer

Der traditionelle Hamburger Halbmarathon durch das Alte Land hat Ende März wieder rund 350 Laufbegeisterte nach Neugraben gelockt. Das HNT-Orga-Team war im Anschluss sehr zufrieden: „Es hat wieder alles reibungslos funktioniert“, freute sich Mathias Thiessen. „Wir haben auch viel Lob von den Teilnehmenden erhalten. Auch die Organisation und Zusammenarbeit mit der Polizei war wieder sehr gut. Dafür ein Dankeschön.“ Den größten Dank schickte Thiessen aber ans Helferteam: „Wir hatten wieder ein super Team, das komplett aus Ehrenamtlichen bestand. Es gibt wirklich jede Menge zu tun. Ohne das große ehrenamtliche Engagement wäre die Veranstaltung gar nicht möglich. Daher sind wir so dankbar für die großartige Unterstützung.“ Den Sieg beim diesjährigen Hamburger Halbmarathon durch das Alte Land sicherte sich Thomas Polzin (Reha Bergedorf) in einer Zeit von 1:17:25 Stunden. Bester HNT-Starter war Marcel Schlag als Sechster. Bei den Frauen gewann Helena Baden in 1:39:41 Stunden. Über die Zehn-Kilometer-Distanz lief Lara Predki (Lüneburger SV) mit 38:10 Minuten die schnellste Zeit bei den Frauen. HNT-Läuferin Birte Völkner kam als Gesamtfünfte ins Ziel. Peter Langfeld siegte in 37:28 Minuten bei den Männern. Auf der Fünf-Kilometer-Strecke gewann bei den Männern Mattis Dietrich (Lüneburger SV) in 15:37 Minuten. Bei den Frauen ging der Sieg an Ann-Kathrin Balduhn (TH Eilbeck) in 17:56 Minuten, während HNT-Starterin Sandra Meyer-Lindloff als Sechste ebenfalls ein gutes Ergebnis erreichte.

Den 1,2 Kilometer langen Kinderlauf gewann Mia Alexandra Ortleb in 4:17 Minuten vor Marleen Mißfeld (HNT). Bei den Jungen lief Leon Schlag nach 4:07 Minuten als Erster über die Linie, gefolgt von Carl Stellamanns und Andreas Hust (HNT). Auf der wieder eingeführten 5 km Walking-Strecke ging der Sieg an Stefanie Naeve und Guido Lachmann.

4. Rosengartenlauf

27. August 2023

Das Laufevent für die ganze Familie durch Wald und Heide

Wir unterstützen den 4. Rosengartenlauf

Helmut Ziechner †

1. März 1936 – 27. Februar 2023

Schweren Herzens und voller Trauer nehmen wir Abschied von Helmut Ziechner. Der „Turnvater der HNT“ ist am 27. Februar kurz vor seinem 87. Geburtstag im Kreise seiner Familie eingeschlafen. Mit ihm verlässt uns ein guter Freund, ein langjähriger Weggefährte, ein engagierter Trainer, ein großartiger Mensch und eine Vereinsikone. Über 60 Jahre lang hat Helmut die HNT mitgestaltet. Er hat unseren Verein mit zu dem gemacht, was er heute ist.

Als Helmut vor über 60 Jahren die ersten Turnstunden in der HNT leitete, stand in der alten Opferberghalle noch ein uralter riesiger Bollerofen, beheizt mit Koks. Urtraditionelle Geräte, Sprungbretter auf LKW-Federn, selbstgebaute Reckstangen, keine Weichböden – eine ganz andere Zeit. Doch schon damals besaß Helmut eine unglaubliche Leidenschaft für das Turnen und eine große Hingabe als Trainer. Eigenschaften, die er bis zuletzt beibehalten hat.

Über die Jahre wurden dank des Engagements von Helmut aus den selbstgebauten Reckstangen moderne Turngeräte mit olympischer Norm. Helmut baute einen Turnnachwuchs auf, der über Jahrzehnte die Hamburger Turnszene dominierte und auch deutschlandweit Erfolge feierte. Helmut managte leidenschaftlich den weiteren Aufbau der HNT-Turnabteilung, die zur tragenden und größten Abteilung der HNT wurde.

Die meisten von uns erinnern sich aber wohl an den Trainer Helmut Ziechner, der tagein, tagaus mit seinen Schützlingen in „seiner“ Halle, der Turnhalle Hausbruch stand und trainierte. Wir erinnern uns an gemeinsame Ausflüge, Reisen, Fahrten zu Wettkämpfen bis in die USA und unzählige Auftritte. Seine „Flying Kids“ und „Jumping Boys“ begeistern uns mit ihren Showeinlagen auch heute noch jedes Mal aufs Neue und sind weit über die Grenzen Hamburgs hinaus bekannt.

Helmuts unglaubliches Engagement für das Turnen, die HNT und auch im Hamburger Landesverband bleiben für immer unvergessen. Es waren vor allem seine jungen Turner, die ihm besonders am Herzen lagen. Er hat Generationen von ihnen mit seiner Begeisterung für das Turnen angesteckt und ausgebildet. Bis ganz zum Schluss stand er mit ihnen auf der Matte. Wir werden dich und dein Lebenswerk immer in Ehren halten, lieber Helmut.

Ein Herzensthema von Helmut war über die Jahre auch die Deutsche Krebshilfe. Aus diesem Grund rufen wir gemeinsam mit der Familie in Gedenken an Helmut zu einer Spende auf:
Stiftung Deutsche Krebshilfe, Kreissparkasse Köln
IBAN DE65 3705 0299 0000 9191 91, „Helmut Ziechner“

HNT-Ehrungen für Treue und Engagement

Ehrennadeln und Ehrenurkunden für bis zu 70 Jahre HNT-Mitgliedschaft

Nach der Coronapause sind jetzt wieder Vereinsmitglieder mit den Ehrennadeln des Vereins ausgezeichnet worden – ganz besonders für die lange Treue zu ihrem Sportverein.

So wurden jetzt für eine 25-jährige HNT-Mitgliedschaft mit der silbernen Ehrennadel Karin Arnheim, Herbert Bott, Detlef Böhm, Monika Böhm, Hartwig Busch, Jens Dreier, Beate Emicke, Thomas Esser, Petra Exner, Erich Gerloff, Erika Gerloff, Gisela Gläscher, Helmut Helker, Kerstin Hirth, Elke Kagelmann, Jürgen Körner, Gisela Lacina, Uwe Lacina, Peter Lehmann, Monika Lohse, Timon Neidhold, Ulrike Schmidt, Christel Wagner, Rudolf Wagner, Karl-Heinrich Waldow, Ursula Waldow und Marius Wiese vom HNT-Präsidium geehrt.

Die goldene Ehrennadel für über 25-jährige Vereinstreue erhielten Birgit Achner, Joachim Aldag, Melve Bergmann, Rolf Brodkorb, Hans-Heiner Fischer, Hildegard Frenzel, Ingrid Gentschev, Brigitte Grzelak, Uta Hansen, Gisela Harder, Nils Knüppel, Christel Lauritzen, Wolfgang Lenz, Mechthild Löpker, Olaf Lücke, Renate Matzanke, Gerd Uwe Melzer, Andrea Möller, Thorsten Repen, Susanne Rubbert, Werner Rubbert, Cornelia Schepanski, Helga Schermer, Barbara Schmiedel, Thomas Segler, Lutz Spörel, Cord Wolkenhauer, Julia Zirra und Roman Zirra.

Mit einer besonderen Ehrenurkunde würdigte das HNT-Präsidium Waltraud Heitmann, Günter Kleimenhagen, Hannelore Kretzmann, Bruni Lautz, Horst Rump, Ulrike Severon, Bernd Gruse, Heidi Meyer und Elke Voß für 50 Jahre Mitgliedschaft in der HNT; Cordula Prigge für 60 Jahre sowie Gerd Barda (Foto links), Günther Ebeling und Manfred Scholz (Foto rechts) für 70 Jahre Vereinstreue.

Neuanfang und Ruhestand

David Aslan und Karl-Heinz Sievers verlassen die HNT

Am 28. Februar hatte David Aslan seinen letzten Arbeitstag in der Verwaltung der HNT. Der 32-Jährige hatte im vergangenen Jahr seine Ausbildung bei der HNT abgeschlossen und war anschließend in den Bereichen Veranstaltung & Quartiersmanagement sowie als Teil des HNT-Teams Schulkooperation tätig.

Nun hat sich David dazu entschlossen, neue Wege einzuschlagen, für die wir ihm ganz viel Glück und Erfolg wünschen! Der leidenschaftliche Fußballer bleibt uns aber als Co-Trainer der 1. Herren-Mannschaft erhalten.

Einen letzten Tag hatten wir auch Ende März. Unser langjähriger Übungsleiter Karl-Heinz Sievers verabschiedete sich in den wohlverdienten HNT-Ruhestand. Der inzwischen 66-Jährige leitete zuletzt die Mittwochsgruppe „Fitness für Jedermann“ in der Sporthalle des Gymnasium Süderelbe.

Spartenleiterin Andrea Lüdemann: „Karl-Heinz hat über so viele Jahre großartige Arbeit als Trainer geleistet und seine Teilnehmerinnen und Teilnehmer immer wieder aufs Neue begeistert. Dafür noch mal ein großes Dankeschön. Wir wünschen ihm alles Gute für die Zukunft.“

Ob Sportbereich, Verwaltung oder auch Kooperationen: Das Mitarbeiterteam der HNT sucht in verschiedenen Bereichen noch helfende Hände. Mit rund 5000 Mitgliedern sind wir der größte Sportverein in Hamburgs Süden. Im vergangenen Jahr feierte die HNT ihr 111-jähriges Jubiläum und gehört zu den TopSportVereinen in der Metropolregion Hamburg. Vielleicht ist auch für euch das passende Jobangebot dabei:

Wir suchen Verstärkung!

Platzwart (m/w/d)
auf Minijob-Basis
ab sofort, Fragen und Bewerbung an:
m.schuetter@hntonline.de

Ballettlehrkraft (m/w/d)
nach den Sommerferien, Fragen und Bewerbung an:
j.luczak@hntonline.de

Übungsleiter (m/w/d) im Fitnessbereich
ab sofort, Fragen und Bewerbung an:
a.luedemann@hntonline.de

Übungsleitung (m/w/d) im Kinderturnen
ab sofort, Fragen und Bewerbung an:
m.gischkat@hntonline.de

Betreuungsperson (m/w/d) für Schulkooperationen
ab sofort, Fragen und Bewerbung an:
ganztag@hntonline.de

Reinigungskräfte (m/w/d)
auf Minijob-Basis
ab sofort, Fragen und Bewerbung an:
m.schuetter@hntonline.de

Die vollständigen Stellenanzeigen sowie weitere Jobangebote in unserem Verein findet ihr unter **hntonline.de/karriere**

Schon bestellt?

Zum Verschenken, als Erinnerung oder natürlich zum Selbsttragen: Ihr könnt unsere HNT-Vereinskollektion jetzt bequem online bestellen. Klickt euch dafür einfach auf unsere Webseite unter **hntonline.de/onlineshop** (oder QR-Code scannen). Dort findet ihr alle genauen Infos und ein Bestellformular, indem ihr die gewünschten Produkte eintragen könnt. Durch individuelle Aufdrucke wie zum Beispiel den Namen eurer Sportart oder eine Trikotnummer werden die Sachen zu eurem ganz persönlichen und einzigartigen HNT-Outfit. Das ausgefüllte Bestellformular schickt ihr per E-Mail an unseren Partner Sportsline. Ihr könnt eure Bestellung dort abholen oder sie direkt zu euch nach Hause liefern lassen.

Sports.LINE
DIE TEAMSPORTPROFIS
erima
erima
erima
SPORTSWEAR SINCE 1900
TEAMLINE
CHANGE by erima
Perfekt für jede Teamsportart!
HAUSBRUCH-NEUGRABENER TURNERSCHAFT VON 1911 e.V.
HN
HAMBURG
GEMEINSAM GEWINNEN | www.erima.de

Zum Glück gibt's guten Rat in Ihrer Nähe.

Und Sie entscheiden, wann, wo und wie.

Unsere Kundinnen und Kunden kennen wir meist persönlich. Und oft auch ihre Wünsche und Ziele. Dazu beraten wir sie individuell und kommen sogar zu ihnen nach Hause – mit unserer Video-Beratung.
Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Harburg-Buxtehude