

# ZEITSPRUNG

## SPORTLEREHRUNG 2019|20|21

Fr | 17. Juni 2022 | 19 Uhr | Einlass 17 Uhr

TAG DES SPORTS

Sa | 18. Juni 2022 | 14 - 17 Uhr

BIKEATHLON

So | 19. Juni 2022 | 9 Uhr



Elmshorner Schützenplatz | Turnstraße 5 | 25335 Elmshorn



Liveauftritt

»Leider Wir«

Fr | 17. Juni | 18 - 19 Uhr

Sportlerehrung



Eintritt  
frei



# VORWORT

## BÜRGERMEISTER

### Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Sportlerinnen und Sportler,

zur Sportlerehrung der Jahre 2019, 2020 und 2021 der Stadt Elmshorn begrüße ich Sie sehr herzlich.

Das diesjährige Motto der Veranstaltung »Zeitsprung« passt mehr als gut. Denn pandemiebedingt gab es einen großen Zeitsprung von der letzten durchgeführten Sportlerehrung bis heute. In diesem Jahr werden nun Sportlerinnen und Sportler für ihre Leistungen der vergangenen drei Jahre geehrt.

Und die diesjährige Ehrung ist mehr als verdient. In den vergangenen zwei Jahren gehörte noch mehr Motivation, Disziplin und Durchhaltevermögen als bisher dazu, sich auf Wettkämpfe und Herausforderungen vorzubereiten und die gewünschten Leistungen und Ziele zu erreichen.

Viele von den zu Ehrenden sind seit Jahren sehr erfolgreich und teilweise schon Stammgäste bei unseren Sportlerehrungen. Dabei hat auch die heutige Veranstaltung einen eigenen Rekord gebrochen: Mit 433 zu ehrenden Aktiven allein für das Jahr 2019 und 683 insgesamt werden heute so viele Sportlerinnen und Sportler für ihre Leistungen ausgezeichnet wie nie zuvor.

Das spricht auch für Elmshorn. Unsere Stadt darf sich zu Recht als Sportstadt bezeichnen, denn sie beheimatet eine Vielzahl an Sportvereinen, die eine sehr gute Arbeit sowohl im Breiten- als auch im Leistungssport leisten. Deshalb haben die gute Zusammenarbeit mit den Vereinen und der regelmäßige Austausch am Runden Tisch Sport für mich einen ebenso hohen Stellenwert wie die Sportentwicklungsplanung der Stadt.

Denn: Sport ist wichtig für unsere Gemeinschaft und trägt zur Identität Elmshorns bei.

Wie wichtig Sport für die Aktiven selbst ist, können Sie in dieser Broschüre nachlesen. Einige der Sportlerinnen und Sportler, die heute zur Ehrung auf der Bühne stehen werden, bieten uns darin einen kleinen Einblick in ihre Wettkampfvorbereitungen. In kleinen Interviews beschreiben sie ihren Weg zum Erfolg und wie viel Ehrgeiz und Training darin stecken, um ihre Leistungen »auf den Punkt« abrufen zu können – vor der Pandemie, aber auch mit allen dadurch bedingten Einschränkungen. Für ihre Beiträge zu unserer Veranstaltungsbroschüre danke ich allen Beteiligten herzlich.

Ich freue mich auf die Ehrung unserer Sportlerinnen und Sportler und wünsche ihnen auch für die Zukunft viele Erfolge für sich, ihre Vereine und für Elmshorn.

Genießen Sie das supersportliche Rahmenprogramm der Sportlerehrung 2019, 2020 und 2021!

Herzliche Grüße

Ihr

Volker Hatje | Bürgermeister



# Elmshorn

# ZEITSPRUNG.

## SPORTLEREHRUNG 2019|20|21

# INHALT

Stadtlauf	4-5
<b>Die Sportler*innen im Interview   Teil 1</b>	
→ Crosslauf	6
→ Baseball	7
→ Schach	8-9
<b>PROGRAMM SPORTLEREHRUNG</b>	
10-17	
→ Tag des Sports	18
<b>Die Sportler*innen im Interview   Teil 2</b>	
→ Kung Fu-Schule	18
→ Floorball	19
→ Schießen	20
→ Triathlon	22
→ Taekwondo	25
→ Rudern	26
→ Schwimmen	27
→ Cheerleader	28
→ Cheerleader Lieth All Stars	30
→ Tanzen	32
<b>SHOWACTS</b>	
Hula Hoop	33
Leider Wir	34-35
Breakdance	36-37
Chung Mu	38
Kung Fu   Fechten	39



## 20. Auflage: Dieses Sportevent bringt Elmshorn auf Trab!

Der Elmshorner Stadtlauf feiert Jubiläum. Im Jahr 2001 ins Leben gerufen, ist er längst die größte Sportveranstaltung der Stadt und zu einem Markenzeichen geworden. Nach pandemiebedingten Ausfällen lädt die Leichtathletikgemeinschaft Elmshorn LGE (EMTV/FTSV) ein: zur 20. Auflage des Stadtlaufs am Sonntag, 25. September 2022.

Die Zahl der Teilnehmer\*innen am Elmshorner Stadtlauf ist von Beginn hoch. Zuletzt waren mehr als 2200 Läuferinnen und Läufer am Start, darunter ganze Familien und Kindergartengruppen, Hobbyläufer ebenso wie Spitzensportler. Kein Wunder, denn die Mischung aus Sportereignis und attraktivem Programm drum herum plus kulinarischen Angeboten lockt mindestens so viele Zuschauer wie Akteure aus nah und fern in die Stadt, die „ihre Laufstars“ begeistert anfeuern

– so wird die City am Stadtlaufsonntag zur Vergnügungsmeile!

Mitmachen können kleine und große Laufbegeisterte ab fünf Jahren. Die Erwachsenen haben die Möglichkeit, einen Rundkurs von fünf und zehn Kilometern (zwei Runden) zu laufen oder beim Walking/Nordic Walking über eine Distanz von fünf Kilometern an den Start zu gehen. Die Strecke verläuft durch die Innenstadt sowie durch den Steindamm- und Krückaupark. Bei den Kinderläufen haben die Lütten ihre Chance, auf 600 Metern (ab fünf Jahren) oder 1500 Metern (ab acht Jahren) ihre Fitness unter Beweis zu stellen. »Wir freuen uns sehr auf unseren Jubiläums-Stadtlauf. Natürlich hoffen wir auf keine weiteren Einschränkungen und ein Erlebnis wie vor der Pandemie«, wünscht sich Olaf Seiler, Vorstandsmitglied LGE und Cheforganisator des Stadtlaufs.

# STADTLAUF

## 20. ELMSHORNER STADTLAUF

Unter dem Motto »Fit für den Stadtlauf« bietet die LG Laufkurse für Anfänger und Freizeitläufer, die schneller werden wollen, an.

Das Trainer-Duo **Martina Tschirch** und **Uwe Lüders-Bahlmann** steht bei zwei Kursen mit Rat und Tat zur Seite:

**Kurs 1 | läuft noch bis 30. Juni**

**Kurs 2 | 4. August - 22. September**

Beide Kurse finden jeweils donnerstags um 19 Uhr auf dem EMTV-Platz am Koppeldamm statt und umfassen je acht Termine.

Die Kursgebühr von **80 Euro** enthält auch das Startgeld für den Stadtlauf am 25. September.

Die Anmeldung für die Kurse bei:  
**uweluedersbahlmann@web.de**  
Weitere Infos: **www.elmshorner-stadtlauf.de**



# CROSSLAUF

## »Über den Stadtlauf zur Crosslauf-Landesmeisterin«



Dass der Elmshorner Stadtlauf keine Einbahnstraße ist beweist der Werdegang von Sandra Sue. Für die 42-Jährige war er der Einstieg in den Laufsport, das Sprungbrett zur erfolgreichen Teilnahme an zahlreichen weiteren Wettkämpfen. Jetzt siegte Sandra Sue mit ihren Teamkolleginnen bei der Crosslauf-Landesmeisterschaft im Bereich »Mannschaft W 40/45«.



Uwe Lüders-Bahlmann (Laufrainer der LGE), mit den Läuferinnen Sandra Sue, Claudia Bohnenkamp, Mirna Ratunde und Gesa Tschirner.

### Die Laufsportlerin erzählt:

»2005 und 2006 habe ich das erste Mal am Stadtlauf teilgenommen. Dann war Pause, ich bekam zwei Kinder und bin die Jahre hindurch nur so locker mal zwischen der Tochter auf dem Fahrrad und unserem Hund hergelaufen.«

»2015 bin ich dann das erste Mal wieder beim Stadtlauf an den Start gegangen. Angefangen habe ich mit der 5-Kilometer-Strecke, was gut geklappt hat. Mein Mann meinte nach dem

Stadtlauf: »Nächstes Mal läufst du 10 Kilometer«. So bin ich ab 2016 für Orlen Deutschland beim Stadtlauf angetreten. Bis mich 2017 zwei Freundinnen motivierten, doch mitzumachen bei »Fit für den Stadtlauf«, dem Lauftrainingsangebot der Leichtathletikgemeinschaft Elmshorn. Der Effekt des Trainings war deutlich zu merken und 2018 stieg auch mein Mann in dieses Training mit ein. 2019 dann der Sieg in der AK W 40 mit 46:59 Minuten. Auf der 5-Kilometer Distanz habe ich zudem meinen Sohn (8) begleitet.«

### 2019 Halbmarathon | Stadtlauf | Crosslauf

Vor 2 Jahren nahm die Laufkarriere von Sandra Sue dann so richtig Fahrt auf. Beim Störlauf-Halbmarathon konnte sie die 21,1 Kilometer lange Distanz gut durchhalten.

»Nachdem ich 2018 und 2019 bereits beim offenen Crosslauf der LGE dabei war, meinte unser Trainer Uwe Lüders-Bahlmann, wir sollten doch als Mannschaft bei der Landesmeisterschaft im Crosslauf starten. Zumal die 2019 hier bei uns stattfindet – ein Heimspiel also. Dank Uwe haben wir als Team zusammengefunden. Die Chancen standen gut, weil einige starke Mannschaften nicht gemeldet waren. Und obwohl wir vier sonst nicht zusammen laufen, haben wir uns im Wettkampf intuitiv gegenseitig gepusht und abwechselnd die Führungsrolle übernommen. Im Team spüre ich die größtmögliche Motivation. Jetzt hat Uwe mich am Haken, ich werde weiter machen, unter anderem auch bei der Landesstraßenmeisterschaft in Kiel und beim Halbmarathon in Itzehoe.«



## »Von 0 auf 100 – eine filmreife Saison«

**Der Nachwuchsbereich der Elmshorn Alligators ist 2019 das erste Mal nach sehr langer Zeit wieder in den Ligabetrieb eingestiegen. Ergebnis: Meister der Schülerliga von Hamburg und Schleswig-Holstein in der ersten Saison! »Ein Gänsehautmoment, der bis heute anhält«, sagt Marina Merkelbach, Jugendwart der Elmshorn Alligators. Hier erzählt sie, wie es dazu kam.**

»Alle Kinder in der Mannschaft im Alter von acht bis zwölf Jahren waren absolute Neulinge und hatten überhaupt keine Erfahrungen im Baseballsport. Dementsprechend lief es dann auch in den ersten Spielen. Teilweise wussten die Kinder nicht, wo der Ball hingeworfen werden musste oder wann sie besser nicht loslaufen sollten. Ratlose Blicke und völliges Unverständnis bei Schiedsrichterentscheidungen waren an manchen Spieltagen an der Tagesordnung.

### Baseballgeist erwacht im Sommercamp

In den Sommerferien hat die Sparte dann ein Sommercamp angeboten, das 90 Prozent der Kinder nutzten, um mit ehemaligen Na-

tionaltrainern, eingekauften Amerikanern und erfahrenen Spielern aus der Bundesliga zu trainieren. In diesem Camp ist der sogenannte Baseballgeist erwacht! Die Kinder haben sehr viel Spielverständnis entwickelt, Basics vertieft und sind während dieser Zeit zu einer Einheit zusammen gewachsen. **Diesen Spirit konnten sie in die zweite Hälfte der Saison mitnehmen.**

Die jungen Echsen gewannen eins ums andere Spiel und holten zum Schluss – zusätzlich angestachelt durch unser Zweitbundesligateam, das ebenfalls Meister geworden ist und somit um den Einstieg in die Bundesliga kämpfte – **die Meisterschaft«.**



# BASEBALL

# Riesensprung für den Elmshorner Schachclub

Der Elmshorner Schachclub (ESC) ist erstmals größter Verein seiner Art in Schleswig-Holstein. Nach 73 Jahren, in denen stets Kiel und Lübeck an der Spitze standen, ist der ESC mit 210 Mitgliedern per 1. Januar 2020 die Nummer 1 vor dem Lübecker SV (203) und Tura Harksheide (98) geworden.

Ebenso ist es hinsichtlich der Anzahl der weiblichen Mitglieder: Der ESC hat 60, Tura Harksheide 46 und im Lübecker SV sind 28 mit von der Partie.

Auch im Bereich Jugend ist der ESC jetzt Spitze: mit 134 Jugendlichen vor Lübecker SV mit 72 und Tura Harksheide mit 61 Nachwuchsspieler\*innen.

Bundesweit machte der ESC ebenfalls einen Riesensprung nach vorn: Platz 7 (Vorjahr Platz 41) unter 2400 Vereinen im Deutschen Schachbund! Bei den Frauen sogar Nummer 4 – und ebenso bei den Jugendlichen insgesamt: 134 bedeuten hinter den Schachzweigen Magdeburg (783), Hamburger SK (309) und Baden-Baden (140) Platz 4 im bundesweiten Vergleich.



Der ESC bietet  
jeden Freitag  
von 17.30 - 18.30 Uhr  
Kinder- und Jugendtraining an  
im Haus der Begegnung  
Hainholzerdamm 11-13.  
Danach spielen ab 18.30 - 20 Uhr  
Mädchen und Frauen.  
Neu ist der Kurs für Frauen ab 18 Jahre  
freitags von 20 - 21 Uhr.  
Ebenfalls neu ist das Schachtraining für  
Senioren (50+) ab 18.45 Uhr.  
Termine siehe

[www.elmshorner-schachclub.de](http://www.elmshorner-schachclub.de)

## SCHACH

Susanna Margaryan:

## »Ich hab' richtig Gas gegeben«

**Bei der Schachlandesmeisterschaft „U14w“ 2018 landete sie noch unter ferner liefen – 2019 holte sie den Titel! Wie ist ihr das gelungen? Susanna, Mitglied im Elmshorner Schachclub von 1896 e. V., erzählt:**

»**Meine Motivation war: Ich wusste, ich kann mehr!**« Deshalb habe ich einfach mehr trainiert, statt nur einmal pro Woche dann dreimal und zusätzlich noch zuhause mit meinem Bruder Harut und nach den Büchern von unserer Trainerin Natasa Strizak. Sogar in den Sommerferien habe ich täglich geübt. Anfang 2019 hatte ich das Gefühl, dass ich besser bin, als vorher. Ein bis zwei Monate vor dem Turnier, das im April in Neumünster stattfand, habe ich dann richtig Gas gegeben und täglich mit meinem Bruder trainiert. Motiviert hat mich auch meine Familie. Mein Vater und meine drei Geschwister Harut (15), Sofia (13) und Mane (9) spielen ebenfalls Schach, alle würden sich sehr freuen, wenn ich es gut mache bei der Landesmeisterschaft.

### »Ich gebe mein Bestes«

Beim Turnier habe ich 6 Punkte geholt in 9 Partien. In der letzten Partie hatte ich Glück: Ich hatte etwas übersehen, dann hatte mein Gegner meine Dame. Am Ende habe ich aber doch gewonnen und über mich selbst gelacht.

Beim nächsten Mal trete ich wieder an. Aber dann wird die Konkurrenz aus S-H stärker sein. Ich gebe mein Bestes!

Bedanken möchte ich mich bei unseren Trainer\*innen und bei unserem Schachwart Heiko Spaan vom Elmshorner Schachclub. Sie investieren viel Zeit, um uns gut zu machen und zu fördern.“

**Übrigens: Als Ausgleich zum Schachsport tanzt Susanna in der EBS AG und spielt Trompete im EBS Blasorchester.**



# PROGRAMM SPORTLEREHRUNG

## »LEIDER WIR« | Konzert

### ERÖFFNUNG der Sportlerehrung der Stadt Elmshorn

Begrüßung durch den Bürgervorsteher Herrn Andreas Hahn

#### Ehrungsblock 1

##### Cheerleading

Maria Abgaryan | Ayla-Melissa Akyuz | Anna Borgonge | Julie Fruchtenicht  
Lilly Groterjahn | Anna Hansen | Stina Henningsen | Anna Jonas | Manizha Joya  
Dilan Karakaya | Kimberly Lempfert | Luana Lempfert | Silva Rezko | Lena Ristau  
Maria Semmelhack | Charleen Schimp | Sofia Schlosser | Kira Taratuta | Zoe Thies  
Larissa Tamm | Melissa Velcani | Emmelie Wendt

##### Taekwondo

Tarhan Saliov | Michael Stamm | Ingo Lebens | Markus Meist | Andre Meier

##### Schach

Susanna Margaryan

##### Rudern

Carina Hein | Jolina Westphal | Martje Westphal

#### Ehrungsblock 2

##### Schach

Mane Margaryan | Omelia Falke | Michael Moskalenko

##### Cheerleading

Sara Yasmin Jelliti | Hanna Recke | Louis Tyler Jakobasch | Laney Lara Jakobasch  
Vivian Zoe Peto | Fenja Josefine Bendt | Annika Zobel | Zoe Lyn Thies  
Stina-Sophie Henningsen | Lenja Josefine Block | Anneke Kluger | Frederike Levgrün  
Laura Schneider | Lilly Münsterberg Melissa Velcani | Vivian Stephanie Kelting  
Jella Marie Bartl | Julie Fruchtenicht | Anthea Lilith Kendzia | Zoe Josephine Lukeit  
Zoé Marie Schlüter | Sarah Lützwow | Frida Zerwig | Nele Wiese | Sophia Michelle Rieper  
Marie Noélise Lackmann | Thekla Möser

#### Ehrungsblock 3

##### Schwimmen „Jugend trainiert für Olympia“

Nele Prätorius | Pepita Stamer | Eileen Soika | Deike Leslie | Sarah Bunk  
Jolina Westphal | Inga Prätorius | Mette Tschirner | Nantke Ludewig

##### Geräteturnen

Johanna Le | Tommy Austen

##### Beachvolleyball „Jugend trainiert für Olympia“

Elise Hell | Freya Wichmann | Lucy Knapowski | Anna Rehbock | Bjarne Mohr | Sercan Er  
Kevin Gehm | Pawel Matusik

##### Luftgewehr

Jan Kasten | Markus Kauntz | Martin Koppelman

##### Tennis

Olga Shaposhnikova

##### Tischtennis

Regine Mohr | Elke Lohse

##### Fechten

Flinn Siebke | Jayden Mengel | Lennart Delfs | Lea Fürstenau | Finn Frauen  
Jannik Fürstenau | Gerald Hinz

## »BREAKDANCE« | Breakdance-Gruppe AWO Hainholz

#### Ehrungsblock 4

##### Schwimmen

Karla Dieckmann | Jascha Druminski | Seike Schlump | Miron Drewinski | Erik Thoms  
Jessica Schütt | Kolja Dieckmann | Kjell Boyens | Lara Günther | Nele Prätorius  
Christian Derdak | Inga Prätorius | Lina Malin Voß | Lasse Tschirner | Florian Hoppe  
Miriam Fraß | Kiara Boyens | Moritz Hell

##### Badminton

Elena Rathmann | Ronja Rathmann | Amelie Rejzek | Niklas Pötsch | Lilly Stempel  
Marwin Roschild | Hannah Osterland

##### Finswimming

Anna-Marisa Petersen | Carlotta Behnke | Paulina Seils | Sven Jensen | Jette Fee Leeck  
Kai Grenz | Vanessa Urbanczyk

#### Ehrungsblock 5

##### American Football

Magnus Augustin | Marlon Bach | Delfin Bielenberg | Daniel Bretschneider | Harm Dallmeyer  
Henri Dostal | Hjalmar Eskes | Mattis Glagowski | Fynn Götsch | Johannes Graack  
Sean-Andrews Gustmann | Nick Jordt | Benedikt Kaiser | Jona Anton Keil | Dominik Körner  
Justin Köster | Anton Elijah Krebs | Jannik Kröger | Peer-Ole Lauritzen | Tjark Preuß  
Tom Schäfer | Matti Kjell Schmitz | Louis Schreger | Jonas Semmelhack | Timon Sierk  
Moritz Leo Thomulka | Tjorge vom Endt | Tobias Will | Leonhard Wittenburg  
Samuel Zobinou | Paul Stockfleth | Sandro Doulis | Josh Hartigan | Christophfer Leben  
Kevin v. Borstel | Phillip Entress

# PROGRAMM SPORTLEREHRUNG

## Ehrungsblock 6

### Cheerleading

Alyssa Baumann | Amanda Heinemeyer | Angelie Rambasky | Anatoli Stefanski  
Emilie Pleger | Emma Liedtke | Freja Eggers | Isabell Schlosser | Jule Voß | Kejsi Velcani  
Kiara Pfüller | Letizia Pal-Chowdhury | Magdalena Youseff | Marie Hintelmann | Melina Meisiek  
Samira Meisiek | Milijana Cirkovic | Nele Graupmann | Ngoc Anh Nguyen | Pia Cristofoli  
Tabea Tamm | Katinka Laubinger | Celina Lindenberg

### Floorball »Jugend trainiert für Olympia«

Julia Hoppe | Ilana Hochschild | Tjara Pankraz | Jonathan Heins | Malte Noldt | Tom Kunze  
Neele Riepen | Alina Flater | Jakob Heins

»CHUNG MU« | Fit mit Kick | Taekwondo

## Ehrungsblock 7

### American Football

Timor Breuer | Paul Magunia | Sebastian Bröcker | Connor Gersdorf | Constantin Korth  
Nils Maringer | Sean Alexander Wolff | Laurin Pekka Barte | Finn Lukas Brünjes  
Justin Pascal Hoffmann | Jannik Kuhlmann | Rasmus Paul | Miro Maschke  
Nick Anton Schuckschdies | Vachagan Atoyán | Jordan-Dean Gustmann | Eric Jonas  
Julius Korth | Kevin Rathsach | Leo Daren Spring | Felix Weisner | John-Szymon Evers  
Till Kuckuk | Louis Benedict Müller | Aiden Orlando Kupsa | Colin Noel Kupsa

### Schwimmen

Sarah Bunk | Malte Derdak | Anne Julia Fischer | Richard Fellbs | Ludwig Bartminn  
Sebastijan Janjetovic | Eric Mackus | Mette Tschirner | Deike Lesle

## Ehrungsblock 8

### Finswimming

Marco Schopper | Kristin Ludwig | Josef Tierock | Miriam David | Jule Rothkirch

### Minigolf

Ramona Christiansen

### Floorball »Special Olympics«

Dimitri Gorbunow | Marc Zerrahn

### Bowling

Thomas Hatje | Wilfried Stahl | Andreas Wolff

### Volleyball

Uwe Lorenzen | Frank Schwerdtfeger

### Schwimmen

Chiara Böwig

### Fechten

Loreley Wall | Emilie Wrage | Elen Arazyan | Daria Kalyapina | Emma Berwing | Karin Körth  
Nils Lienau | Lilli Löhler | Thomas Mädler | Lorenz Mohr | Lasse Brackert

## Ehrungsblock 9

### Einrad

Nina Beckmann | Fiene Ende | Anna Kock | Katharina Machtans | Luisa Stick  
Clara Tischer | Karoline Voß | Laura Weise | Kim Blanck | Korinna Voß | Ronja Armbrrecht  
Katharina Balemann | Jule Segebrecht | Matthias Müller | Göta Bürkner | Thomas Voß |  
Andrea Dürkob-Lööck | Monika Stoldt | Anja Schöttke-Kentenich | Heidi Kleuker | Julius Voß

### Minigolf

Susanne Wriedt | Hans Wriedt | Walter Rinke | Dennis Rosburg | Mario Jürs | Gabriele Jürs

### Friesenkampf

Emilie Wrage | Elen Arazyan | Arsenij Wall | Sonia Plucinska | Lea Fürstenau | Anja Kölln  
Jannik Fürstenau | Gerald Hinz

»HULA HOOP« | Fit mit bunten Reifen

## Ehrungsblock 10

### Baseball

Kjell Bargmann | Bosse Noel Bock | Luisa Bovenz | Lasse Diekert | Luka Dinklage  
Johan Cornelius Faber | Bruno Hansen | Kilian Keßler | Lasse Merkelbach | Stina Merkelbach  
Jonah Nitsch | Jonte Richter | Alexander Soos | Nikolas Wäller | Emil Winneke

### Tennis

Dr. K. Ulrich Rubehn | Hans-Werner Bandelmann | Hugo von Laak | Jochen Boyke  
Herrmann Ramcke | Andreas Hahn | Wolfgang Osterloh | Uwe Marzinkowski | Holger Waterstraat

### Volleyball

Slava Ivantsov | Michael Dircks | Volkert Schmidt | Hans-Joachim Patzer | Rüdiger Proske  
Hans-Hagen Bartsch

## Ehrungsblock 11

### Schwimmen

Till Fruchtenicht | Kolja Dieckmann | Johannes Liebmann | Niklas Fischer | Tanja Scholz

### Tischtennis

Hartmut Lohse

### Olympisches Boxen

Silja Wittmaack

### Fechten

Grete von Wolff | Anna von Wolff | David von Wolff

# PROGRAMM SPORTLEREHRUNG

## Ehrungsblock 12

### Schwimmen

Marta Stepanek-Thebes | Ines Bunk | Urte Jacobs | Konstantin Dieckmann | Frank Reimann  
Corinna von Appen-Wehde | Heiko Hell | Jacob Heidtmann | Tanja Schwindt-Urbanczyk  
Arti Krasniqi

### Volleyball

Anne Radzuweit | Angela Martens | Nicole Zscharnack | Meike Borbe | Katja Saß  
Silvia Boyens | Anne Gaarz | Maritt Mokolke | Astrid Schiewe-Carstens | Inke Pöhlmann  
Susanne Reimer Andrea Sommer

### Fußball

Matti Stempel | Kenneth Knoll | Michel Schwarz | Marius Wagner | Alexander Deligas  
Mats Schröder | Josiah Anunike | Abdulkadir Cakmak | Mirco Rumler | Emre Yaris  
Felix Cords Tim Burmeister | Leopold Lisson | Noah Semmelhaack | Heinrichsen Carl  
Kevin Lukas | Leon Bork | Leon Bublitz | Pia Cristofoli | Tino Meißner

### Triathlon

Claudia Bohnenkamp | Sebastian Gebauer | Katja Ritzmann | Dr. Britt Günther

### Tanzen

Annette Reumann, Andreas Reumann

»KUNG FU SHOW« | Kung Fu Schule Elmshorn

## Ehrungsblock 13

### Kung-Fu

Ilana Hochschild | Luka Hochschild

### Wasserball

Roland Bräuer | Stephan Hars | Dag Junge | Christian Killmaier-Kummerfeld  
Lars Kummerfeld | Carsten Penisch | Torsten Radloff | Mathias Riecherd | Sascha Semmler  
Jens Seyffert | Gerrit von Appen | Tim Sommer | Holger Tamschick | Stefan Wesenberg  
Axel Wittern | Werner Göring | Sebastian Beyer

## Ehrungsblock 14

### Tanzen

Mats Reumann | Jette Wetzel

### Leichtathletik

Nadine Baumann

### Minigolf

Moritz Peters | Björn Voß

### Triathlon

Lina Günther

### Volleyball

Sven Hesebeck | Gerrit Siems | Thomas Beiersdorf | Pawel Majerowski | Joannis Veletas  
Christian Niedermeier | Martin Stegmann | Volkert Stümke

## Ehrungsblock 15

### Bowling

Kenneth Ankerdal | Meike Vogel | Maren Schmidtke | Peter Knopp | Agata Becker  
Michaela Wildfang | Chris Kasten | Karsten Krüger | Lars Nielsen | Benjamin von Prondzinski  
Christoph Schmidtke | Peter Becker | Ulf Teichmann | Tanja Semmelhaack | Anka Reitmeister  
Christopher Höner | Daniel Gerdau | Matthias Fieberg | Siegbert Zdziarstek | Volker Blecken  
Uwe Kranz | Astrid Bolz | Bruno Retzke | Jan Mohr | Sven Polz | Daniela Polz

### Volleyball

Susanne Maier | Britta Schümann | Anja Svensson | Anne Schmitt

### Boxen

Erik Krhshoyan

»FECHTSHOW« | Fechten EMTV

## Ehrungsblock 16

### Baseball

Dennis Scherfisee | Christopher Kegel | Thomas Venzke | Luis Meven | André Lopacinski  
André Glawe | Robert Ingram | Tim-Oliver Urban | Sören Entress | Jan Lopacinski  
Simeon Bünsow | Noah Jens | Gunnar Radtke | Oliver Knaack | Mike Lempfert | Dennis Weiß  
Marcel Bassitta | Tim Laubach | Jan Ohlert | Jonathan Smart | Matthias Diekert | Nick Harz  
Thore Strüben | Lilli Blauermel | Lars Hempel | Anja Kunkel

### Leichtathletik

Amelie Baumann | Nadine Garbrecht | Ernst-Günther Hansen | Frank Meyer | Mirna Ratunde  
Alisa Rohlfing | Rene Schmidt | Michael Sue | Claudia Bohnenkamp | Hans-Jürgen Fründt  
Ingrid Holzknacht | Arthur Johannes | Uwe Lüders-Bahlmann | Holger Nielsen  
Volker Schmitz | Claudia Sticher | Sandra Sue | Gesa Tschirner

# PROGRAMM SPORTLEREHRUNG

## Ehrungsblock 17

### American Football

Henning Apenburg | Sören Becker | Reinhold Bredfeld | Jake Brennicke | Jesse Bünger  
Damian Cischewski | Bennet Dammann | Florian Dörries | Robin Eckert | Philipp Ehlers  
Jan-Niklas Elert | Philipp Else | Phillip Entress | Wladimir Esterlin | Marten Feyerabend  
Christian Gallert | Jonathan Gehrken | Jan Luka Geisler | Timon Grabow | Leon Grimm  
Kai Grümmner | Til Hesse | Ole Christian Höpner | Marc Jensen | Daniel Kesner  
Ramon Kippenberg | Tom Klaffki | Andreas Koch | Moritz Kremer | Björn Kröger | Tim Kuffel  
Corvin J. Marotz | Arne Meininghaus | Björn Moeschler | Stefan Pebler | Julian Pelka  
Axel Roemersma | Lukas Schäfer | Alexander Schmidt | Thore Schneeweiß | Joel Schütz  
Daniel Schwarz | Gerrit Schwinkendorf | Constantin Siebold | Kevin Stehr  
Johannes Stolzenberg | Jannes Voß | Simon Wegenast | Jan Steffen Wunderlich  
Maik Sievers | Michael Scherinick | Fabian Adler | Tobias Franke | Patrick Möller  
Hannes Thiele | Justin Hands | Tobias Tietjen | Jan Meininghaus | Daniel Antonowitsch  
Lasse Hinders | Julian Renke Pelka | Julius Hagemann | Janne- Henrik Wilske | Malte Rommel  
Robin Fensch Sebastian Kataroshi | Ben Taege | Michael Beling | Timo Winter  
Friedemann Peters | Manuel Roso | Dennis Kenzler | Leif Albrecht | Robert Kloninger  
Miguel Alessandro Boock | Clifford Laukens | Daniel Laporte | Nassim Amroun  
Hendrik Schenk | Phillipp Schulz | Marco Franz | Sascha Moritz | Kahairi Dickson  
Michael Schernick | George Bender | Justin Schieck | Levi Kruse | Jan- Pascal Diehn  
Gian De Guzman | Jeremy Sarfo | Julian Trekel | Dominic Aboagye-Doah | Eidert Terekuu  
Sebastian Kyereh | Orkan Güzel | Gregor Hartmann | Diego Anthony Sanchez | Timo Hilker  
Ryan Michael Sample | Robert Duane Kennadall | Brandon Tdarrell Lebeau  
Giovanni Herve- Kevin Lionel Naguy | Maurice Witzig | Patrick Mabaca  
Theophli Noakh Kodjo Atohun | Benjamin Mau | Stephen Felix Thomas Nguendjo Yepmo  
Pau Philippe Marie Durand | Damien Pierre Lehmann | Jacob Scott Adelman | Nico Behns



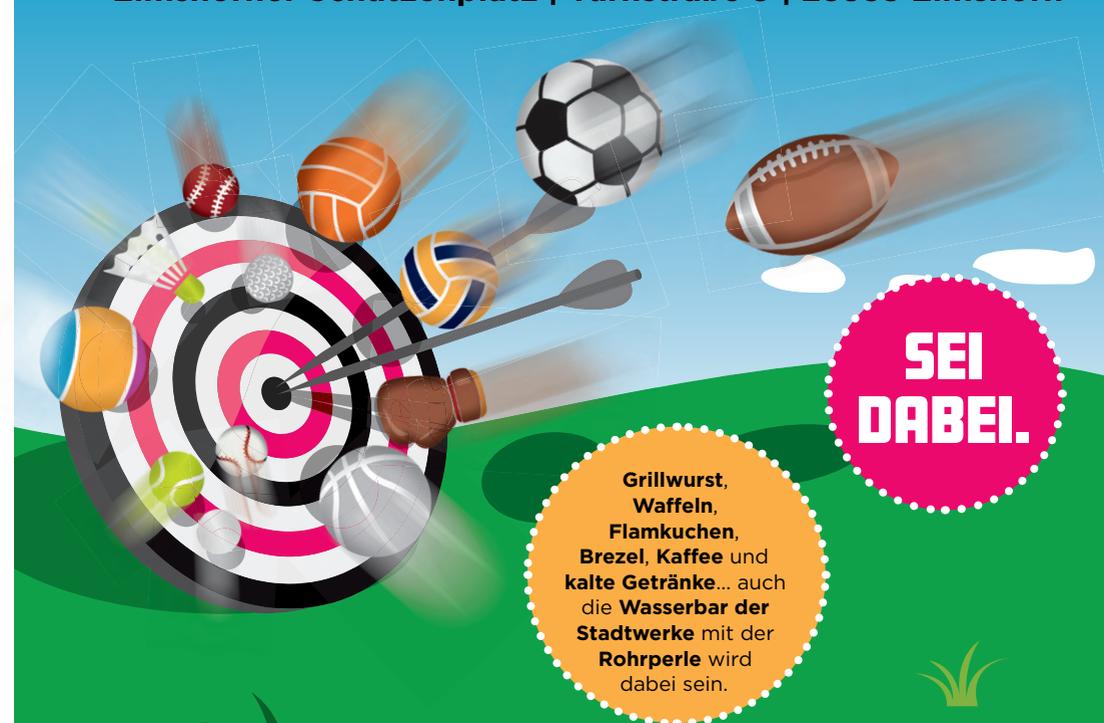
# TAG DES SPORTS

Sa | 18. Juni

2022

14 - 17 Uhr

Elmshorner Schützenplatz | Turnstraße 5 | 25335 Elmshorn



SEI DABEL.

Grillwurst,  
Waffeln,  
Flamkuchen,  
Brezel, Kaffee und  
kalte Getränke... auch  
die Wasserbar der  
Stadtwerke mit der  
Rohrperle wird  
dabei sein.

## AKTIONEN ZUM MITMACHEN:

Tanz » Kinderleichtathletik » Fechten » Schwertschaukampf  
MOBS Bus » Bewegungsspiele » Taekwondo » Jonglieren mit  
Bällen, Keulen, Tücher » Diabolo Slackline » Tennis » Turnen  
Einrad » Baseball » Kung-Fu » Handball » Fahrrad » Rikscha-  
fahrt » Qigong » Bogenschießen » Luftgewehr » Rhönrad »  
Bewegung speziell für Kinder » Yogasession



# KUNG FU-SCHULE

## Zweimal Weltmeistertitel im Doppelpack

**Luka Hochschild** hat sein sportliches Ziel konsequent und sehr erfolgreich weiter verfolgt. Nachdem der Kung Fu-Kämpfer bei seiner Weltmeisterschafts-Premiere 2018 bereits einen Doppeltitel holte, konnte der Elmshorner im April 2019 erneut zwei erste Plätze erreichen. Bei der »World all Styles Championship« in Caldas da Rainha (Portugal) war Luka Hochschild (22) in den Klassen »Epty Hand Formen« Herren Farbgurte Ü17 und in den »Waffenformen« Herren Farbgurte Ü17 gestartet.

### Der Clou:

Auch seine Schwester **Ilana Hochschild** erkämpfte bei dieser WM einen Doppelsieg. Die 19-Jährige war in den Klassen »Epty Hand Formen« Damen Farbgurte bis 17 Jahre und in den »Waffenformen« Damen Farbgurte bis 17 Jahre überragend. Die Geschwister trainieren in der Kung Fu-Schule Elmshorn, die von Frank Germann betrieben wird.



Luka Hochschild



Ilana Hochschild

Die beiden Weltmeister **Luka Hochschild** und seine Schwester **Ilana Hochschild** mit ihrem Lehrer und Betreiber der Kung Fu Schule Elmshorn **Frank Germann**.



## Floorball bei der SG Kölln-Reisiek

Die Sportgemeinschaft Kölln-Reisiek e.V. von 1968 führt folgende Floorball-Trainings durch:

**Jugend** | Montags 17.30 bis 19.00 Uhr  
in der SchulSportHalle - SSH -

**Ü 30** | Sonntags 19.00 bis 21.00 Uhr  
in der SSH

Nähere Info erteilt Floorball-Spartenleiterin Beate Petersen.

[floorball@sg-koelln-reisiek.de](mailto:floorball@sg-koelln-reisiek.de)

**Klare Sache, das Floorball-Team der Elsa-Brändström-Schule (EBS) ist gut drauf. Das belegt ihr Landesmeisterschaftstitel ebenso wie ein 4. Platz im Bundesfinale. Zuvor waren die Spieler bereits Kreis- und Bezirksmeister geworden. Wie haben sie das geschafft, obwohl alle Teammitglieder in unterschiedlichen Vereinen spielen?**

## Teamgeist gut - Leistung gut

Achim Jürgens, Sportlehrer und Betreuer des EBS-Floorball-Teams, erzählt:

»Wir haben gar nicht so viel mit allen zusammen trainiert. Nur etwa 14 Tage vor den Wettkämpfen jeweils zwei bis drei Stunden pro Woche. Wir haben versucht, unser Spiel auf Jonathan und Jakob Heins zuzuschneiden. Die beiden spielen seit zwölf Jahren Floorball im Verein, anfangs bei der SG Kölln-Reisiek, heute bei Blau-Weiß Schenefeld. Diese beiden Floorballer haben natürlich das Spiel getragen. Das Finale haben wir mit Glück aber auch sehr verdient im Penalty-Schießen gewonnen, das ist wie Elfmeterschießen im Fußball. **Unser Teamgeist ist gewachsen, und so kommt gute Leistung zustande.**

Wir nehmen seit vier Jahren an Wettkämpfen teil. Mit unterschiedlichen Teams, weil gemäß der Regeln die Jahrgänge der teilnehmenden Spieler\*innen eingehalten werden müssen. 2020 darf nur noch Jakob Heins (Jahrgang

2004) mitspielen, die anderen sind dann zu alt. Aber neue Spieler\*innen finden wir im Sportprofil, den Abiturklassen mit Schwerpunkt Sport. Da sind Sportler\*innen dabei, die schnell andere Sportarten lernen.«



**Das erfolgreiche Floorball-Team der EBS:** (stehend v. li.) Tjara Pankraz, Ilana Hochschild, Tom Kunze, Jacob Heins und ihr Sportlehrer und Betreuer Achim Jürgens. Vorn im Bild: Jonathan Heins (li.) und Malte Noldt. Nicht im Foto: Neele Riepen, Alina Flater, Julia Hoppe.

# FLOORBALL

# SCHIESSEN

Sie haben sich erst 2016/2017 dem Schießsport verschrieben. Bereits 2018 machten Jan Kasten (41), Markus Kauntz (46) und Martin Koppelman (41) den 4. Platz bei der Landesmeisterschaft als Mannschaft mit Luftgewehr Auflage, 10 Meter, und 2019 standen sie ganz oben auf dem Treppchen.

## Schützen-Trio auf Erfolgskurs

»Wir waren sehr enttäuscht, nachdem wir 2018 das Treppchen nur knapp verpasst hatten. Eine Medaille sollte es schon sein, und wenn es nur Bronze wäre.«, erzählt Markus Kauntz. Mit diesem Ziel traten die drei Schützen im Folgejahr zum 2. Versuch bei der Landesmeisterschaft an.

»Wir mussten im ersten Durchgang starten, und die Top Favoriten auf den Titel mussten nach uns ran.

Als wir durch waren, bin ich durch die Reihen gegangen, um zu sehen, was die anderen geschossen hatten. Ich dachte, das könnte reichen! Wir hatten 20 Ringe mehr in der Mannschaftswertung, als 2018. Als dann die Siegermannschaft von 2018 vom Stand kam und uns gratulierte, brauchten wir drei einige Zeit, um zu realisieren, dass wir den Titel gewonnen hatten.«



Das sind die Landesmeister als Mannschaft in der Disziplin »Luftgewehr Auflage, 10 Meter.« (v. li.) Jan Kasten, Martin Koppelman und Markus Kauntz.

»Wir waren einfach geschlossen besser an diesem Tag.« Alle drei hatten ihre persönliche Leistung nochmal gesteigert, durch kontinuierliches Training von zwei- bis dreimal pro Woche jeweils zwei Stunden. »Dabei haben wir uns gegenseitig angestachelt, das hat die Motivation zusätzlich erhöht. Die alt eingesessenen Mannschaften aus dem Land waren echt erstaunt, dass wir als Anfänger so gute Ergebnisse erzielten.«, sagt Jan Kasten.

»Wir haben Talent und durch unser kontinuierliches Training und unser junges Alter in dieser Disziplin erwarten wir viele weitere Erfolge in den nächsten Jahren.« Markus Kauntz verspricht: »Wir sehen uns bestimmt in den nächsten Jahren wieder!«



# Mehr als nur ein Glücksmoment.

## Sportschießen...

### ...ist langweilig und nur was für Erwachsene?

»Schießen ist abwechslungsreich, ein Zusammenspiel von Körper und Geist. Es ist ein Sport der Konzentration und der Selbstbeherrschung, bei dem Physis und Psyche im Einklang arbeiten müssen. Das funktioniert bei den meisten Leuten nicht gleich von Anfang an, sondern bedarf eines langen Trainings«, sagt Jan Kasten, Trainer und 1. Jugendleiter.

Das Besondere dabei sei, dass Menschen jeden Alters und auch mit Handicap den Sport ausüben können. »Inklusion ist bei uns ein Thema! Wir kooperieren mit verschiedenen Trägern und Vereinen«, so Jan Kasten.

»Du suchst ein neues Hobby oder möchtest Leistungssport betreiben? Ob Bogen, Gewehr oder Pistole – du bist herzlich eingeladen, unseren Verein und den Schießsport kennenzulernen«, sagt Jan Kasten.

Wir trainieren mittwochs Kinder und Jugendliche ab 16.30 Uhr und Erwachsene ab 19.30 Uhr bei der ESG am Schützenplatz | Turnstraße 5

### Weil Sport uns alle verbindet,

engagiert sich die Sparkassen-Finanzgruppe ganz besonders in diesem Bereich. Ob alt oder jung, Hobby- oder Leistungssportler:in, Menschen mit oder ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in unsere Gesellschaft.

Mehr Infos unter:  
[mehralsgeld.sparkasse.de/sportfoerderung](https://mehralsgeld.sparkasse.de/sportfoerderung)



Sparkasse  
Elmshorn

Weil's um mehr als Geld geht.

# TRIATHLON



**Gleich drei Triathletinnen und ein Duathleth vom EMTV holten sich jeweils einen Landesmeistertitel:**

**Claudia Bohnenkamp (49) und Katja Ritzmann (42) siegten in ihren Altersklassen auf der Sprintdistanz (750 m Schwimmen – 20 km Rad fahren – 5 km Laufen). Dr. Britt Günther (55) siegte auf der Mitteldistanz (1,9 km – 90 km – Halbmarathon). Beim Duathlon machte Sebastian Gebauer (24) das Rennen (6 km – 30 km – 6 km).**

**Schwimmen, Rad fahren, Laufen – Tri EMTV ganz groß**



(v. li.) Dr. Britt Günther, Claudia Bohnenkamp, Sebastian Gebauer und Katja Ritzmann.

**Wie konntet ihr auf den Punkt zum Wettkampf eure tollen Leistungen abrufen?**

**Claudia Bohnenkamp:** »Ich bin als Reserve gestartet, weil jemand ausgefallen war. Eigentlich war ich gar nicht so richtig fit. Anfang April hatte ich zwar eine Woche auf Mallorca trainiert, konnte dann aber verletzungsbedingt drei Wochen lang nicht laufen. Eine Woche vor dem Wettkampf hat der Orthopäde die Blockade im Sprunggelenk gelöst. Im Lauftraining war ich also nicht drin. Am Wettkampftag war es ziemlich kalt, es war ganz schön zugig auf dem Rad. Das Laufen – eigentlich meine Paradedisziplin –

hat dann relativ gut geklappt, zwar nicht in Bestzeit, aber noch unter 25 Minuten. Dass Landesmeisterschaften waren, das wusste ich gar nicht. Meine Teilnahme und mein Sieg waren Zufall und Glück.«

**Katja Ritzmann:** »Der Wettkampftag war der heißeste Tag des Jahres. Da ich zwölf Wochen zuvor Thorsten Tischer mit Hitzemanagement auf den Iron Man Marathon vorbereitet habe, denn dafür musste er 10 Kilo abnehmen. Von der Erfahrung habe ich dann profitiert und habe nichts anderes gemacht als Vorbereitung für meinen Wettkampf. Zum Beispiel muss man genug Salz und Flüssigkeit im Körper haben, um keine Kreislaufprobleme zu bekommen. **Zudem war ich vorher lange Zeit gesund, und wenn ich zwei- bis dreimal pro Woche trainiere, bin ich fähig, meine Leistung auf den Punkt abzurufen.**«

**Dr. Britt Günther:** »Seit 1997, also seit 25 Jahren mache ich Triathlon. Nach meiner Erfahrung darf man die Tage vor dem Wettkampf nicht zu viel machen. Seit 20 Jahren schon mache ich vorher zwei Ruhetage. Im September/Oktober geht es richtig los mit dem Training.«

**Sebastian Gebauer:** »Eigentlich wollte ich beim Volksbank-Duathlon nur als Helfer mitmachen. Dann fragt mich Jens Völling (1. Vorsitzender Tri-EMTV), ob ich nicht Lust hätte zu starten. Mein Teamkollege Stefan Naumann hatte das vorgeschlagen. Das war am Mittwochabend, Sonntag war Wettkampf! Ich habe an den Tagen aber nicht extrem trainiert, sondern noch was rausgenommen. Das mache ich immer so. Die Strecke kenne ich gut, und ich hatte einen guten Tag erwischt. **Da ich als einziger aus unserem Verein gestartet war, wollte ich unbedingt vorn sein, damit die Elmsborner stolz auf mich sind.**«

## 32. VOLKSBANK

# DUATHLON

IN ELSHORN



JEDERMANN  
und  
LANDESMEISTERSCHAFT  
SCHLESWIG-HOLSTEIN

AM 18. SEPTEMBER 2022

6 km Laufen - 32 km Radfahren - 6 km Laufen

VERANSTALTER



[www.tri-emptv.de](http://www.tri-emptv.de)

# AUS LIEBE ZUR REGION.



Seit vielen Jahren versorgen wir Elmshorn und unsere Nachbargemeinden zuverlässig mit sauberem Ökostrom.

Unsere Region liegt uns sehr am Herzen. Daher unterstützen wir gern Vereine aus dem Mannschafts-, Breiten- und Spitzensport bei uns im Kreis Pinneberg.

  
**STADTWERKE.**  
ELMSHORN



Tarhan Saliov



Ingo Lebens



Michael Stamm

## In die Wohlfühlzone kommen.

Sie trainieren bei **Chung Mu**, Elmshorns einzigem Taekwondo-Verein, und treten seit Jahren gemeinsam im Team-Wettbewerb für den Landeskader an. 2019 holten **Michael Stamm** (v. li.), **Ingo Lebens** und **Tarhan Saliov** Bronze bei den German Open in der Disziplin »**Formen**«.

**Tarhan Saliov, Träger des 4. Dan und Taekwondo-Lehrmeister, erzählt:**

»**Auf den Punkt topfit zu sein**, das beginnt mit der Entscheidung, überhaupt an einem Wettkampf teilzunehmen. Ab da beginnt die Vorbereitung, die Intensivierung des Trainings einschließlich einiger Vorbereitungs-Wettkämpfe, in denen man schon eine entsprechende Rückmeldung bekommt.

Training bewirkt viel, letztendlich muss jeder Wettkämpfer aber für sich selbst festlegen, wie er in eine »**Wohlfühlzone**« kommt – körperlich und mental. Kompetente Rückmeldungen sowohl vom Trainer als auch von Trainingspartnern sind dabei unentbehrlich.«

Zwei weitere  
Chung Mu Mitglieder  
werden geehrt für ihre  
Erfolge 2019: **Markus Meister**  
wurde Landesmeister im »Bruchtest«  
ab 18 Jahren. **André Meier** erkämpfte  
sich den Landesmeistertitel im  
Einzel in der Leistungsklasse 3  
(18-30 Jahre).

## TAEKWONDO



Carina Hein

# RUDERN

Leistungssport betreibt sie seit 2008 und hat schon so viele Titel abgeräumt, dass sie die kaum noch aufzählen kann. Carina Hein (33) hat ihren Schwerpunkt im Einer-Rudern und wurde 2019 Deutsche Meisterin beim Einer Masters über 1000 Meter der Frauen AK 27+. Nachdem die Wassersportlerin vom Elmshorner Ruderclub (ERC) in den vergangenen beiden Jahren bei den Norddeutschen Meisterschaften jeweils einen 3. Platz erreichte, siegte sie 2019 über 2000 Meter Ergometer-Rudern in der offenen Altersklasse 19 bis 29 Jahre teil.

## Siegreich im Einer und beim Ergometer-Rudern

**Carina Hein:** »Komischerweise habe ich früher gar nicht so viel Ergo trainiert, auch 2018 nicht, ich bin halt viel lieber draußen. Und dann bin ich als Oldie bei den Küken mitgefahren! Bis zwei Wochen vor dem Wettkampf war ich wegen einer Grippeerkrankung außer Gefecht gesetzt. Dann habe ich erst wieder trainiert. Irgendwie war das wohl gut so, ich sollte vielleicht immer vorher krank werden.

**Vielleicht liegt mein Ergo-Erfolg auch darin begründet, dass ich keine großen Erwartungen hatte.** Ich habe auf dem Bildschirm nicht gesehen, dass ich die ganze Zeit auf Position 2 war, ich hatte meine Brille nicht dabei. Erst, als die Paralympics fertig waren, habe ich mich mal umgedreht und geschaut. Vor der DM im 1000 Meter Einer Masters bin ich am Mittwoch vor dem Wettkampf noch zweimal 1000 Meter auf der Krückau gerudert, habe Donnerstag Ausdauertraining gemacht und Freitag kurze Einheiten trainiert. Traditionell gab's am Freitag eine Pastaparty, um Kohlenhydrate im Körper aufzufüllen. So war ich fit für den Wettkampf am Samstag.«

In ihrer Familie wird Sport groß geschrieben. Martje Westphal (19) und ihre Schwester Jolina (15) sind schon als Kinder gerudert und nehmen seit Jahren erfolgreich an Wettkämpfen teil. 2019 wurde Martje Landesmeisterin mit den Sprint Juniorinnen im A Doppelvierer. Jolina siegte gleich zweimal bei der Landesmeisterschaft: über 3000 Meter im Einer bei den 13-jährigen Mädchen und im Winter über 1000 Meter auf dem Ruder-Ergometer. Beim Bundeswettbewerb erreichte Jolina im Einer Platz 3 im B-Finale.

## Viel auf dem Wasser und ein Ziel im Kopf

**Martje Westphal:** »Ich bin an vielen Wochenenden zu Regatten oder ins Trainingslager nach Bremen, Kiel oder Lübeck gefahren. So konnten meine Teamkolleginnen und ich uns häufig sehen und gemeinsam trainieren. **Denn was zählt ist das Zusammenspiel im Boot.** Unser Team kam aus vier Vereinen, wir hatten unterschiedliche Trainer, Bedingungen und auch Techniken. Das musste alles unter einen Hut gebracht werden. Da war es gut, die Freizeit und das Training zielstrebig zusammen zu bringen.«

**Jolina Westphal:** »Ich durfte schon als Kind mit zum Steuermann ins Boot. Rudern macht mir einfach Spaß. **Um gute Leistungen zu erzielen braucht man Training, Training, Training** und muss möglichst viel auf dem Wasser sein. Und man muss sich im Kopf seine Ziele festlegen und daran arbeiten.«

Martje und Jolina Westphal



Die Schwimmerinnen beim Bundesfinale in Berlin.



**Die Landessieger Mädchen:** (hintere Reihe von li.): Jolina Westphal, Nele Prätorius, Sarah Bunk, Eileen Soika (vordere Reihe von li.): Mette Tschirner, Deike Lesle, Nantke Ludewig, Inga Prätorius. Nicht im Foto: Pepita Stamer, die für die verhinderte Jolina beim Bundesfinale in Berlin startete.

**Neun junge Schwimmerinnen von der Elsa-Brändström-Schule (EBS) siegten bei der Landesmeisterschaft im Bereich »Jugend trainiert für Olympia SH WIV Mädchen.«. Sechs davon absolvieren ihr Training beim Swim-Team Stadtwerke Elmshorn (STE). EBS-Sportlehrerin Urte Jacobs, die gemeinsam mit ihrem Kollegen Olaf Horneburg die Mädchen sportlich betreut, lobt:**

### »Wir profitieren von der hervorragenden Vereinsarbeit«

»Im Verein gibt es Spitzensportler, wir schöpfen davon unsere Leistungsstärke ab. Man weiß, wer in welcher Disziplin am besten ist, danach stellen wir in Abstimmung mit den Schwimmerinnen das Team zusammen. So profitieren wir von der hervorragenden Arbeit beim STE. Am Wettkampftag spulen die Mädels ihre routinierten Abläufe ab, die sie vom Vereinssport gewohnt sind, und schwimmen sich eigenständig ein. Die 25-Meter-Strecken sind für Vereinsschwimmer totales Pillepalle,

den Staffelwechsel haben wir aber geübt«, erklärt Urte Jacobs den Erfolg bei der Landesmeisterschaft.

### Was ist anders, wenn ihr für die Schule schwimmt, statt für den Verein?

#### Wir fragten die Schwimmerinnen.

**Inga:** »Bei der LM sind mehrere Leute am Start und man startet von beiden Seiten.«

**Nantke:** »Man ist vielleicht bei »Jugend trainiert für Olympia« aufgeregter, weil man für die Mannschaft schwimmt und ins Bundesfinale kommen möchte.«

**Deike:** »Ich bereite mich für einen Vereinswettkampf vor.«

Das erfolgreiche Team möchte 2022 wieder Landessieger werden, um erneut ins Bundesfinale nach Berlin zu kommen. **»Aber das wird schwer werden ohne Nele.«**, meint Urte Jacobs.

# SCHWIMMEN



## Cheerleading Fighting Pirates

Sie feuern leidenschaftlich die Footballer der Junior Pirates auf dem Kunstrasenplatz auf Holsatia an. Nach der Footballsaison konzentrieren sich die Missy Maniacs ganz auf die eigene Meisterschaftssaison. Ziel des Junior Allgirl Teams der Elmshorn Fighting Pirates: Die Teilnahme am Cheerleading World Cup 2019 in Japan - und es hat geklappt:

### Ein Traum wurde Wirklichkeit - Missy Maniacs auf Weltklasseniveau

Mit ihrem Sieg bei den Deutschen Meisterschaften im Mai 2019 hatten sich die elf- bis fünfzehnjährigen Cheerleader-Mädels qualifiziert für die Teilnahme an der Weltmeisterschaft. Nachdem viele Spenden und Zuschüsse gesammelt werden konnten, stand dann im September fest: »**Abenteuer Japan - wir kommen!**«

Im November düsten die Missy Maniacs mit ihren drei Trainerinnen Aniða, Melina und Nancy samt ihren Betreuern ins Land der aufgehenden Sonne.

»Für die meisten war es das erste Mal, alleine so weit weg von zu Hause, für einige sogar das erste Mal fliegen«, erzählt Aniða Nowak. Es versprach also eine spannende Reise zu werden...

Nach einem Tag Sightseeing in Tokio ging es dann nach Takasaki, dem Veranstaltungsort der Weltmeisterschaft. Dort stand bereits am Donnerstag vor der WM am 23. und 24. November noch einmal Training an. Am Freitag fanden dann die offiziellen Proben statt und die Wettkampffläche konnte ausprobiert werden. An den beiden Wettkampftagen Samstag und Sonntag zeigten die EMTV-Cheerleader dann ihre Programme vor Jury und Publikum. Am Sonntag leider mit einem kleinen Drop, bei dem eine Pyramide nicht ganz stand. Dennoch wurden die 15 Mädchen für ihre fast einjährige harte Arbeit mit dem 3. Platz belohnt. »**Die Siegerehrungszeremonie bot noch einmal einen perfekten und ehrenvollen Abschluss für diese unglaubliche Leistung und eine unvergessliche Lebenserfahrung**«, freut sich Aniða Nowak.

## CHEERLEADER

## Elmshorn wächst - und Du kannst mitwachsen

### Ausbildung 2023

- Verwaltungsfachangestellte\*r
- Verwaltungsfachangestellte\*r in Teilzeit

### Studium 2023

- Public Administration (B. A.)
- Bauingenieurwesen (B. Eng.)

Platz zu gestalten

[arbeiten-in-elmshorn.de](https://arbeiten-in-elmshorn.de)

Mehr erfahren und bewerben  
Stadtverwaltung Elmshorn



# CHEERLEADER

## Lieth Allstars Cheerleader Neue Sparte der SV Lieth mit furiosem Start



Die LA-Gründerinnen Daniela Hentschke-Jelliti (re.) & Maristella Loi.

Gegründet kurz vor Lockdown Nr. 2 im Oktober 2020, konnten die Lieth Allstars Cheerleader im Januar 2021 endlich durchstarten. Was mit Online Training und elf Mitgliedern begann, fand im Dezember 2021 seinen vorläufigen Höhepunkt. Trotz großer Konkurrenz räumten die Newcomer bei der Landesmeisterschaft Schleswig-Holstein des Cheerleading- und Cheerperformanceverband Deutschland (CCVD) richtig ab.

- Das Kinderteam »LA Rebels« (Mädchen 7-10 Jahre) holten den Vizemeistertitel in der Kategorie »Peewee Cheer Level 0«.
- Das Senior-Team »LA Guardians« errang die Vizemeisterschaft in der Kategorie »Coed Cheer Level 3«.
- Das Junior-Team »LA Inception« (ein All-Girl Team im Junior Level 1) errang den Landesmeistertitel.
- Das Junior-Leistungsteam Level 2, die »LA Fighters«, erkämpfte ebenfalls den Landesmeistertitel.

Alle Teams hatten sich somit auch für die Regionalmeisterschaft, die Ende März 2022 in Hamburg stattfand, qualifiziert. Auch dort riefen sie grandiose Leistungen ab und haben sich alle hohe Punktwertungen erkämpft. Für die Juniors des Teams »LA Inception« geht der Weg sogar noch weiter. Die jungen Sportlerinnen erreichten die Qualifikation zur Deutschen Pokal Meisterschaft am 12. Juni in Riesa.

### Die 1. Vorstandsvorsitzende Daniela Hentschke-Jelliti sagt:

»Die Lieth Allstars haben sich in dieser für sie ersten Saison erstmals als Sparte auf Verbandsmeisterschaften des CCVD präsentiert und können nun sicher sein, dass sie so schnell niemand mehr vergisst. Ein furioser Start, vier tolle Leistungen! Die Cheerleading-Welt in Schleswig-Holstein im CCVD ist leistungstechnisch sehr, sehr stark. Uns war nicht klar, ob wir da mithalten können, aber die Sportler\*innen haben alles getan. Wir sind an der Spitze der Teams aus S-H angekommen und da wollen wir auch bleiben. Dafür werden wir weiter hart trainieren.«



# BIKE ATHLON

Sonntag, 19.06.2022 • 09:00 Uhr  
Auf dem Schützenplatz, Turnstraße 5, Elmshorn



QR-Code scannen  
und hier anmelden!

Mach mit beim großen BIKEATHLON in Elmshorn! Hier treffen rasantes Radfahren und zielgenaues Luftgewehrschießen aufeinander. Sei dabei!

### Das erwartet dich:

**FREITAG, 17.06., 18 UHR:**

Sportlerehrung der Stadt Elmshorn

**SAMSTAG, 18.06., 14 – 17 UHR:**

Tag des Sports – Elmshorner Vereine stellen sich vor

**SONNTAG, 19.06., 9 UHR:  
BIKEATHLON 2022**

**SONNTAG, 19.06., ca. 14 UHR:  
Siegerehrung mit anschließender Pasta-Party**

Achtung: Die geradelten Kilometer können für das Ergebnis beim Stadtradeln genutzt werden.

Der große  
Spaß für alle  
ab 14 Jahren!

Veranstaltet von:





Von Pandemie und Lockdown ließ sich dieses Tanzpaar nicht stoppen: Mats Reumann und Jette Wetzels machten den 2. Platz in der Hauptgruppe B-Latein bei den gemeinsamen Landesmeisterschaften 2021 (Norddeutsche Landesmeisterschaften) und wurden damit Landesmeister Schleswig-Holstein. Seit 2019 tanzen sie zusammen.

#### Wie seid ihr ein Team geworden?

Mats Reumann (24) erzählt: »Seit ca. acht Jahren habe ich mit Tanzen was am Hut. Ich begann mit Dubstep-Dance, und erst nach drei Jahren fing ich an mich für Latein zu interessieren. Es hat noch weitere zwei Jahre und eine Tanzpartnerin gedauert, bis ich angefangen habe mit Jette zu tanzen. Gleich zu Anfang entschieden wir uns, für den Tanz-Turnier-Club Elmshorn zu starten. Die Räumlichkeiten in der Nähe des Liether Waldes an der B431 bieten ausgezeichnete Trainingsmöglichkeiten. Um uns die Wegstrecken zu teilen, tanzen wir beide auch noch in Jettes Heimatclub im TTC Savoy auf dem Vereinsgelände des Sportvereines Tura-Harksheide.«

#### Wie ist es euch gelungen, trotz der Pandemie weiterhin erfolgreich zu trainieren und auf den Punkt zum Turnier so starke Leistungen zeigen zu können?

Jette Wetzels (23) berichtet: »Kreativität und Durchhaltevermögen haben uns unser Niveau selbst während der Pandemie verbessern lassen. Tanzen unter freiem Himmel oder im Wohnzimmer wurden zum neuen Standard.«



#### Was macht euch zu so tollen Tanzpartnern?

Beide sind sich einig: »Wir glauben, der Spaß an der Freude und ein Humor, den wir beide teilen, sind große gemeinsame Nenner. Das Training wird deshalb immer von einer guten Atmosphäre begleitet, die Lust macht, am Ball zu bleiben (gerade in Pandemie-Zeiten). Außerdem haben wir durch viele Jahre des Turnens (Jette) und Leichtathletik (Mats) beide einen stabilen sportlichen Hintergrund, der uns bei der Entwicklung im Tanzsport physisch unterstützt. Und wir dürfen an dieser Stelle natürlich die Unterstützung und Begeisterung für den Tanzsport innerhalb der Familie nicht zu kurz kommen lassen. Für diese Family-Fan-Base sind wir sehr, sehr dankbar.«

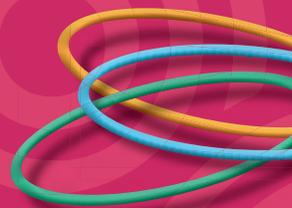
#### Eure nächsten sportlichen Ziele?

»Nachdem wir in diesem Jahr noch einige kleinere Turniere haben werden, arbeiten wir hauptsächlich auf ein gutes Ergebnis in Wuppertal hin. In Wuppertal in der historischen Stadthalle findet die alljährliche DanceComp statt. Außerdem wird der nächste große Meilenstein der Aufstieg in die A-Klasse Latein noch in diesem Jahr angestrebt«, sagt Mats Reumann.

## TANZEN

# Hula Hoop

## Fit mit bunten Reifen



Dieser Showact macht jung und alt so richtig Laune: Jennifer Kühnel zeigt ihr Können und die Möglichkeiten mit dem Hula Hoop-Reifen beim Hoopdance.

Jennifer Kühnel hat vor ungefähr sechs Jahren mit dem klassischen Hula Hoop angefangen. Damals hatte sie einen dicken, sehr schweren Reifen und dadurch leider immer blaue Flecken und Schmerzen. »Ende 2019 bin ich dann durch einen Zufall auf die »leichten« aber großen Reifen gestoßen und habe Hula Hoop für mich wieder neu entdeckt«, erzählt die 36-Jährige.

Fast zeitgleich kam Kühnel zum »Hoopdance«. Eine Sportart, die zu der Zeit noch recht unbekannt in Deutschland war, bei der ein kleiner, sehr leichter Reifen nicht an der Hüfte gedreht wird, sondern mit verschiedenen Tricks um verschiedene Körperteile gespielt wird, sodass eine Art Tanz mit dem Reifen entsteht. **Hoopdance!** Daraus hat sich (auch dank des Lockdowns) ganz schnell eine große Leidenschaft entwickelt und so absolvierte Jennifer Kühnel Anfang 2021 erfolgreich die Ausbildung zur Hoopdance-Trainerin.

»Mir liegt sehr am Herzen, dass Hula Hoop ein Sport wirklich für ALLE ist. Man braucht weder Erfahrung, noch einen super sportlichen Körper oder ein gewisses Alter. Mit dem richtigen Reifen klappt es eigentlich immer und es bringt unglaublich viel Spaß, Bewegung und Motivation«, verspricht die Hoopdance-Trainerin.

#### Mitmachen, fitter werden und Spaß dabei haben!

Jennifer Kühnel gibt aktuell Hula Hoop Kurse und Workshops (Hula Hoop Fitness und Hoopdance) für Erwachsene und Kinder. Zusätzlich gibt sie beim TSV Sparrishoop jeden Dienstag abend und jeden Samstag morgen einen »HoopFun & Fit« Kurs.

Infos zu den Kursen unter [www.hoop-balance.de](http://www.hoop-balance.de)



# LEIDER WIR



## Eigene Songs, echte Storys

**Leider Wir erzählt die Geschichten, die man irgendwie erlebt, doch niemals vergisst!**

**Leider Wir**, das sind fünf Freunde, die bereits seit ihrer Schulzeit Musik machen. Zur Band gehören Scheroan Zibari (Gitarre), Simon Dallmann (Bass), Mahir Altunel (Klavier), Bjarne Thormählen (Schlagzeug) und Peer Eric Pöhlmann am Mikro. In ihren Songs erzählen die Jungs Geschichten aus ihrer bisher erlebten Jugend.

Der alternative Indie-Sound mischt sich bei Leider Wir mit Funk-, Soul- und Rockelementen, was die Band kürzlich in dem Nachtclub »**Nochtwache**« auf der Reeperbahn in Hamburg mit den Songs »**Im Rausch durch die Stadt**«, »**Rote Zora**« und »**Durch Rausch und Zeit**« beeindruckend performte. In Elmshorn organisierte die Band bereits Konzerte im Eventzentrum »**Kranhaus**«.





Absolut  
coole  
Erfolgsgeschichte  
...

## Breakdance Projekt

# CROSSING BORDERS



### Ende 2016 ging's los.

Die AWO Schleswig-Holstein gGmbH, Beratungs- und Therapiezentrum, startete »Crossing Borders« mit 20 Kindern aus Hainholz. Möglich wurde dieses spannende Projekt durch den Sprachförderungs- und Integrationsvertrag Schleswig-Holstein (Sul). Diese Landesmittel ermöglichen Sprachförderung und Begegnungsangebote für Schüler\*innen unterschiedlicher Herkunft.

### Jeden Freitag Treffpunkt »Haus der Begegnung«

Seit »damals« treffen sich jeden Freitag Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 9 und 15 Jahren aus Hainholz im **Haus der Begegnung**. Sie lernen in der Grundschule Hainholz und der KGSE.

Zwar wechseln die Teilnehmenden immer mal wieder, aber inzwischen hat sich eine feste Gruppe von 12 Mädchen und Jungen herausgebildet.

### Sinnvolle Freizeitgestaltung mit Profi-Trainern

Es geht beim Breakdance um sinnvolle Freizeitgestaltung durch Tanz und Bewegung, um die Entwicklung von **Social Skills (Soziale Fähigkeiten)**, um Schulung von **Rhythmusgefühl, Kreativität** und **Teamwork**.

Die Brüder Jango und Chris sind professionelle und sympathische Tanzlehrer aus Hamburg. »Beide haben ein unglaubliches Gespür dafür, bei den Kindern und Jugendlichen **Selbstvertrauen** und **Konzentration** aufzubauen. Sie lassen Raum für eigene Kreativität und den Aufbau von Solo-Darbietungen sowie Choreografien. Sie machen aber auch deutlich, dass **Kraft, Geschicklichkeit** und **Beweglichkeit** nur durch Training erarbeitet werden können und nicht vom Himmel fallen«, sagt Kerstin Thiel.



### Besondere Momente für die Gruppe sind natürlich öffentliche Bühnenauftritte

Beispielsweise beim **Breakdance Battle 2018** im Haus der Begegnung mit Hamburger Beteiligung, bei den **AWO Kinderfesten am 1. Mai**, während der **Interkulturellen Wochen Elmshorn 2019** im Rathaus oder zum **Weihnachtsbasar 2018 & 2019** in der KGSE.

### Nähere Info

#### Kerstin Thiel

Bereichsleiterin Beratung und  
Jugendarbeit bei der AWO SH  
Jugend- und Familienhilfe  
Beratungs- und Therapiezentrum  
Hainholzerdamm 13a  
T +49 (0) 4121 79123  
[btz-hainholz@awo-sh.de](mailto:btz-hainholz@awo-sh.de)

# CHUNG MU

FIT MIT  
KICK

## »Taekwondo ist ein faszinierender Sport - und absolut sehenswert!«

Das wird ein Team von **Chung Mu** mit einer Showeinlage im Rahmenprogramm der Sportlerehrung unter Beweis stellen. **Wolfgang Thormählen, 1. Vorsitzender von Chung Mu, sagt dazu:**

»Egal ob jung oder alt, Taekwondo bietet allen etwas. Schon das jedem Training vorangehende »Aufwärmen« beinhaltet für alle Alters- und Leistungsklassen eine solide Ganzkörperaktivität – da bleibt kein Muskel geschont, aber jeder macht nur so doll er mag und kann.«

### Wer wissen will, der muss erfahren

Gerade die Vielfalt an Techniken sowohl für Hand als auch für Fuß ist eine ideale Schulung der Motorik für Kinder, die ja

heutzutage oftmals schon große Defizite haben, und die älteren Herrschaften erhalten sich ihre Mobilität.

In Kombination fordern die Techniken dann auch das Hirn, da werden dann schnell mal neue Synapsen gebildet und die Konzentration gefordert und gefördert. Viele Übungen werden mit einem oder wechselnden Partnern durchgeführt, da lernen die Übenden Höflichkeit und Respekt. Und wer möchte, der kann dann das Ganze auch als Leistungssport betreiben, es ist gewiss für Jeden etwas dabei.

Unsere Vorführung wird einen kleinen Ausschnitt zeigen, wohin unser Training führen kann.

»Doch wer wissen will, der muss erfahren.«

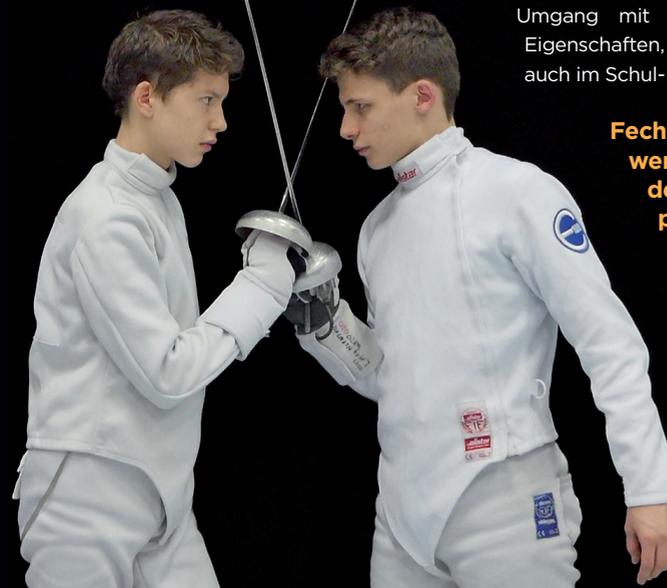


## Faszination »Fernöstliche Kampfkunst«



Ein Team der Kung Fu-Schule Elmshorn unter der Leitung von Inhaber **Frank Germann** zeigt auf der Sportlerehrungsbühne die Vielfältigkeit der fernöstlichen Kampfkunst, wie beispielsweise das Kung Fu der Richtung Wun Hop Kuen Do und Kajukenbo.

## »Fechten ist wie Boxen auf dem Schachbrett«



...so hat es einmal eine Deutsche Spitzenfechterin formuliert. Denn der Fechtsport fördert eine Menge positiver Eigenschaften: Konzentration, Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer, Geschick und Durchsetzungsvermögen sowie einen souveränen Umgang mit Erfolg und Misserfolg. Alles Eigenschaften, von denen die Sportler\*innen auch im Schul- oder Berufsalltag profitieren.

**Fechter\*innen des EMTV werden ihre Sportart auf der Sportlerehrungsbühne präsentieren.**

Es ist nie zu spät, mit dem Fechtsport anzufangen. Ob mit 7 oder mit 70, mit dem Fechten kann man in jedem Alter beginnen.

**Also, auf zum Fechten beim EMTV Elmshorn!**

Wir bedanken uns für die Unterstützung bei:



## Impressum

### Herausgeberin

Stadt Elmsborn | Der Bürgermeister  
H. Rosemann | Amt für Kinder, Jugend, Schule und Sport  
Schulstraße 15 - 17 | 25335 Elmsborn | T +49 (0) 4121 231 300  
amt fuer kinder jugend schule und sport@elmsborn.de | [www.elmsborn.de](http://www.elmsborn.de)

### Text

Stadt Elmsborn | Haupt- und Rechtsamt | Öffentlichkeitsarbeit | L. Gottfried

### Layout

Stadt Elmsborn | Haupt- und Rechtsamt | Öffentlichkeitsarbeit | S. Schon

### Bildquellen

Titel | artinspiring -stock.adobe.com - Rogatnev-stock.adobe.com

2 | M. Planer

6 | privat

7 | Sascha Reinhold - Marina Merkelbach

8 | ESC

9 | L. Gottfried

17 | anta-stock.adobe.com - Артём Ковязин-stock.adobe.com

18 | Kung Fu-Schule Elmsborn

19 | terovesalainen-adobe.stock.com | L. Gottfried

20,31 | Elmsborner Schützengilde von 1653 e. V.

21 | Sparkasse Elmsborn

22 | L. Gottfried

24 | Stadtwerke Elmsborn

25 | Chung Mu

26 | L. Gottfried

27 | EBS

28 | Cheerleading Fighting Pirates

29 | Stadt Elmsborn

30 | Gregor Kloeters, elmsbornyellowpress

32 | privat

33 | privat

34 | Leider Wir privat

36,37 | AWO SH

38 | Chung Mu

39 | EMTV