

2. Ausgabe 2026 60. Jahrgang

BLICK•PUNKT

Vereinsnachrichten



Sport, der begeistert!



Kahlschlag
HEUTE
Sportzentrum
MORGEN

Delegiertenversammlung

16. Juni 2026, um 19 Uhr
Volkshaus Berne

TERMINE • TERMINE • TERMINE • TERMINE

11.05.2026 - 15.05.2026
09.07.2026 - 19.08.2026

Hamburger Schulferien

23.05. 10:00 Uhr 2. Berner Backyard Ultra

16.06. 19:00 Uhr Delegiertenversammlung

Abteilungsversammlungen

08.06. 19:00 Uhr Fußball

VOLKSHAUS BERNE

27.06. 20:00 Uhr Monday Monday meets Big Band Berne

28.06. 11:00 Uhr Monday Monday meets Big Band Berne

04.10. 15:30 Uhr Bidla Buh

Jugendausschuss

31.05. 10:00 - 12:00 Uhr Stratego

26.06. - 28.06. Wochenende I

13.07. - 17.07. Wochenausfahrt

28.08. - 30.08. Wochenende II

11.10. 11:00 - 12:30 Uhr Herbstbasteln

31.10. 14:00 - 16:00 Uhr Halloweenaktion

29.11. 14:00 - 16:00 Uhr Weihnachtsaktion

Vom 20.07. bis 07.08.2026 bleibt unsere Geschäftsstelle geschlossen!

Mündliche Kündigungen und Wechsel der Sportarten

bei den Abteilungsleitungen, Trainern etc. sind **rechtsunwirksam**. Änderungen der Sportart müssen der Geschäftsstelle in **Textform** angezeigt werden. Auf Wunsch sind Änderungsformulare in den Sportgruppen erhältlich.

Jedes Mitglied kann seinen Austritt nur in **Textform** mit einer Frist von 6 Wochen zum **31. März, 30. Juni, 30. September oder 31. Dezember** (Tennis nur zum 31. Dezember) erklären.

Die Kündigung wird von der Geschäftsstelle **in Textform** bestätigt.

Info SEPA-Verfahren

Unsere Gläubiger ID: DE02ZZZ00000548856

Ihre Mandatsreferenz: Ihre Mitgliedsnummer

Unsere Einzugstermine: jeweils am 1. Februar, 1. Mai, 1. August und 1. November bzw. am darauffolgenden Werktag.

Einzugsbetrag: Quartalsweise Mitgliedsbeiträge gemäß der aktuellen Beitragsübersicht (immer aktuell unter www.tusberne.de/beitraege oder als pdf unter www.tusberne.de/beitraege.pdf).

BLICK•PUNKT

Vereinsnachrichten

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--------------------------------------|----|
| Vorstand | 2 |
| Ski und Wandern | 5 |
| Tennis | 6 |
| Fußball | 6 |
| Blaue Seiten | 7 |
| Turnen, Fitness und Prävention | 10 |
| Folkloretanz | 11 |
| Vereinsorchester | 13 |
| Volkshaus Berne | 14 |
| Trendsport | 15 |
| Unser Sportangebot | 16 |

Bevorzugt bitte unsere Inserenten:

A. Gehrman – Baugeschäft

André Maiwald – Ihr Hamburger Tischler

Berner Schloss

Fahrschule Angerer

Gartenstadt Hamburg eG –
Wohnungsgenossenschaft

Hermann Töpfer – Bautischlerei

Horst Söhl oHG – Ihr Partner am Bau

Kfz.-Werkstatt Michael Janssen
– Leistung rund ums Auto

Policke – Herrenkleidung

Michael Rieß GmbH – Malerbetrieb

Sozietät Einhausen – Steuerberatung

UTU Glaserei – Torsten Uckermark

IMPRESSUM

Herausgeber: Turn- und Sportverein Berne e.V.
E-Mail: blickpunkt@tusberne.de

Redaktion: Gabi Schlösser (verantwortlich)
Dietbert Pfullmann

Anzeigen: Gabi Schlösser
Tel.: 60 44 28 80

Herstellung: Druckerei Nienstedt GmbH
Bargkoppelweg 49
22145 Hamburg
Tel. 679 44 90

Eingesandte Berichte werden nur namentlich veröffentlicht und geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für die Inhalte der Artikel ist einzig der jeweilige Verfasser verantwortlich. Kürzungen und orthografische Angleichung vorbehalten. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Auflage 3.000 Stück (erscheint dreimal jährlich, jeweils im Februar, Mai und Oktober)

Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 01.04.2010

**Nächster Redaktionsschluss:
31. August 2026**

Später eingehende Berichte können frühestens für den darauf folgenden Blickpunkt berücksichtigt werden.



SHOP

Hier gibt es alles für die Sportler im tus BERNE
und Ihre Fans!

Auf viele Produkte können Logos, Namen oder
Nummern aufgedruckt werden.

tusberne.shoptextilien.de

**JETZT ANMELDEN UND
5€ GUTSCHEIN ERHALTEN!**



Liebe Vereinsmitglieder,

die notwendigen Baumfällungen entlang des St.-Jürgens-Wegs sind inzwischen abgeschlossen. Damit wurde der Platz für die nächsten Bauabschnitte geschaffen. Das Parken vor der Halle in der Lienastraße ist nicht mehr möglich.



Noch im Februar wurden die Baumfällarbeiten durchgeführt

Mit Beginn der Sommerferien planen wir den Teilabriss der Mehrzweckhalle. In dem Zuge wird auch die Baustellenzufahrt eingerichtet. Zeitweise wird der Fußweg zwischen der Lienastraße und der Berner Allee gesperrt sein.

Die Bauarbeiten werden sich auch auf das diesjährige Sommerferienprogramm auswirken. Aktuelle Informationen dazu findet ihr rechtzeitig auf unserer Internetseite.

Wir danken euch für euer Verständnis und eure Unterstützung.

Hamburger Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele

Hamburg steht vor einer Entscheidung von besonderer Tragweite – für unsere Stadt, aber auch ganz konkret für den Sport und unsere Vereinsarbeit. Die Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele ist weit mehr als ein internationales Großereignis. Sie ist eine große Zukunftschance für Hamburg und für uns als Verein. Olympia in Hamburg ist eine Chance für uns alle.

Als Vorstand des tus BERNE erleben wir jeden Tag, welche Kraft Sport entfaltet. In unserem Verein kommen Menschen aller Generationen zusammen. Hier entstehen Gemeinschaft, Freundschaften und Zusammenhalt. Sport fördert Gesundheit, stärkt Selbstvertrauen und vermittelt Werte wie Fairness, Respekt, Teamgeist und Engagement. Genau diese Werte stehen auch im Mittelpunkt der Olympischen und Paralympischen Spiele.

Bessere Bedingungen für den Sport vor Ort

Für uns als Verein bedeutet Olympia vor allem eines: bessere Bedingungen für den Sport vor Ort. Bereits im Vorfeld der Spiele werden zusätzliche Investitionen in die Sportinfrastruktur fließen. Trainingsstätten sollen modernisiert,

Anlagen saniert und langfristig nutzbar gemacht werden. Doch der Mehrwert endet nicht mit dem letzten Wettkampf. Erfahrungen früherer Austragungsorte zeigen, dass Einnahmen aus der Durchführung der Spiele gezielt in den lokalen Sport zurückfließen. Auch Hamburg verfolgt dieses Ziel. Überschüsse werden nach den Spielen dem Breiten- und Vereinssport zugutekommen und Vereine finanziell stärken - etwa für Nachwuchsarbeit, neue Angebote und den weiteren Ausbau unserer Sportstätten. Besonders am Herzen liegt uns die Förderung von Kindern und Jugendlichen. Mehr Bewegung im Alltag, bessere Sportangebote und eine stärkere Verbindung von Schule und Verein schaffen die Grundlage für eine gesunde, aktive Generation. Für unseren Verein bedeutet das neue Chancen, junge Menschen für den Sport zu begeistern und sie langfristig zu begleiten.

Der Zuschlag für Hamburg ist auch eine Chance für den tus BERNE

Dabei geht es heute nicht mehr um die Frage, ob Olympische Spiele nach Deutschland kommen - sondern wohin. Wenn Hamburg den Zuschlag erhält, fließen Investitionen, Fördermittel und Aufmerksamkeit in unsere Stadt und damit auch in unsere Vereine. Erhält eine andere Region den Zuschlag, profitieren dortige Sportanlagen und Vereinsstrukturen. So ehrlich muss man das formulieren.

Wir als Vorstand sind überzeugt: Diese Chance sollten wir für Hamburg und für den tus BERNE nutzen. Olympische und Paralympische Spiele können unseren Sport nachhaltig stärken, unsere Infrastruktur verbessern und unsere Gemeinschaft weiter zusammenführen.

Deshalb stehen wir geschlossen hinter der Hamburger Bewerbung - aus Überzeugung für den Sport, aus Verantwortung für unsere Vereinsmitglieder und aus Vertrauen in die Zukunft unserer Stadt.

Tschüss, Renate!



Nach gut 28 Jahren Tätigkeit in unserer Geschäftsstelle und großem Engagement für den Sport verabschieden wir Renate Heinisch Ende Mai in ihren wohlverdienten Ruhestand.

Mit viel Herzblut hat Renate sich um die

Verwaltung unserer Mitglieder gekümmert, mit allem was dazugehört. Dabei kam ihr die persönliche Verbundenheit im und mit dem Stadtteil zugute. Viele unserer Mitglieder waren Renate als Nachbarn, Bekannte oder sogar als Freunde bekannt. Nicht zuletzt kamen auch durch ihre ei-

genen sportlichen Aktivitäten im tus BERNE viele Bekanntschaften und Freundschaften zustande. Wie eng Renate mit ihren Sportkameraden verbunden ist, zeigte sich, als sich die Frischvermählten Renate und Harry als Hochzeitsreise die Wanderwoche mit ihrer Sportgruppe aussuchten. Selbstverständlich wurde auch die Wanderwoche 25 Jahre später zur Silberhochzeits-Reise ...

Unvergessen auch die Winterlauf-, Nordic Walking-, Walking- und Wanderserie im tus BERNE. Jeweils einen Sonntag im Monat von Oktober bis März führte Renate zusammen mit ihrem Mann Harry und mit Unterstützung weiterer fleißiger Helfer die Laufveranstaltung durch. Mangels Nachfolge und aufgrund gleichzeitig sinkender Teilnehmerzahlen endete diese allseits beliebte Serie nach 40 Jahren zum Ende des Jahres 2016.

Dass kaum eine unserer vielen Vereinsveranstaltungen ohne Renates Unterstützung standfand ... selbstredend. Sommerfeste, Infostände, Veranstaltungen im Volkshaus – auf Renates Hilfe konnten wir immer zählen!

Auch beim Hamburg Marathon war Renate über viele Jahre stets als Helferin fest eingeplant.

Mit ihrer fachlichen Kompetenz, ihrer Offenheit und ihrem Humor war Renate bei unseren Mitgliedern, Abteilungs- und Übungsleitungen gleichermaßen beliebt und stets ein verlässlicher Part für ihre Kolleginnen, die sie schon jetzt vermissen.

So sagen wir DANKE für alles! Für all deine Mühe, deine Zuverlässigkeit und dein Engagement, das den tus BERNE mitgeprägt hat. Wir sind sicher, dass du uns als Teil unserer Vereinsfamilie noch viele Jahre verbunden bleibst.

Liebe Renate, wir wünschen dir für deinen Ruhestand alles Gute, viel Freude, Gesundheit und Erfüllung, vor allem ganz viel Zeit für deine Familie, deine Freunde und deine Hobbys.

Mit den allerbesten Wünschen

Der gesamte Vorstand und dein Geschäftsstellenteam

Dr. Benjamin Schulz
1. Vorsitzender

Stephanie Kroll
2. Vorsitzende

EINLADUNG

zur Delegiertenversammlung
(diese findet als **persönliche Sitzung** statt)

Dienstag, 16. Juni 2026, um 19:00 Uhr
Sport- und Kulturzentrum Volkshaus Berne

Saselheider Weg 6
22159 Hamburg

Tagesordnung

- TOP 1** Begrüßung und Eröffnung der Versammlung
- TOP 2** Feststellung der form- und fristgerechten Einladung sowie der Beschlussfähigkeit
- TOP 3** Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 17.06.2025
- TOP 4** Bericht des Vorstandes sowie Kassenbericht
- TOP 5** Bericht der Revisoren.
- TOP 6** Entlastung des Vorstandes
- TOP 7** Wahl des Vorstandes: gemäß § 15.2 der Satzung stehen zur Wahl
 - Der/die 1. Vorsitzende(r)
 - Die/der Sportwart*in
 - Der/die Schriftführer*in
- TOP 8** Anträge
 1. Satzungsänderung in §13 der Satzung (Delegierte)
 2. Antrag auf Ermächtigung zur Durchführung zukünftiger Delegiertenversammlungen als rein virtuelle Sitzungen
 3. Ggfs. Aktualisierung Kreditaufnahme für Investitionen im Projekt Sportzentrum Berne
- TOP 9** Verschiedenes
 - Veranstaltungs-Information

Anträge für die Delegiertenversammlung sind spätestens drei Wochen vor der Versammlung in der Geschäftsstelle einzureichen.

Der Vorstand

Hermann Töpper GmbH

Bautischlerei · Fenster · Türen
Reparaturen · Einbruchssicherung

Am Stadtrand 94 – 98
22047 Hamburg / Wandsbek

Telefon: 040 – 688 79 54 0

Fax: 040 – 688 79 54 20

Email: info@toepper-gmbh.de

ALBERT GEHRMANN BAUUNTERNEHMUNG GMBH

Maurermeisterbetrieb seit 1966

Maurer-, Putz-, Beton- und
Reparaturarbeiten

Saseler Str. 51
22145 Hamburg

Telefon 040 / 679 91 02
Mobil 0172 / 408 75 04

Antrag: Satzungsänderung §13 Delegierte

Der Vorstand beantragt, die Satzung in §13 (Delegierte) wie in vorgelegter Tabelle mit Stand 18.03.2026 zu ändern. Zentrale Änderung ist die Einführung von Ersatzdelegierten in Satz 3. Daraus ergibt sich in den Sätzen 5 und 6 des §13 weiterer Änderungsbedarf bezüglich der Wahlsystematik.

Begründung:

Mit der Einführung von Ersatzdelegierten wird es für die Abteilungen leichter, wirklich zu jeder Delegiertenversammlung Vertreter schicken zu können, um ihre Interessen zu wahren. Auch bei kurzfristigen Verhinderungen ist dann die Interessenvertretung durch die Ersatzdelegierten gegeben.

| Aktueller Stand | | Vorgeschlagene Änderungen Stand 18.03.2026 | | Neue Version | |
|-----------------|---|---|---|--------------|--|
| Satz | Inhalt | Satz | Inhalt | Satz | Inhalt |
| Nr. | | Nr. | | Nr. | |
| 1 | Die Delegiertenversammlung besteht aus den Delegierten der Abteilungen (Rede-, Antrags-, Wahl- und Stimmrecht) und allen anwesenden Mitgliedern (Rede- und passives Wahlrecht). | 1 | Die Delegiertenversammlung besteht aus den Delegierten der Abteilungen (Rede-, Antrags-, Wahl- und Stimmrecht) und allen anwesenden Mitgliedern (Rede- und passives Wahlrecht). | 1 | Die Delegiertenversammlung besteht aus den Delegierten der Abteilungen (Rede-, Antrags-, Wahl- und Stimmrecht) und allen anwesenden Mitgliedern (Rede- und passives Wahlrecht). |
| 2 | Jeder Delegierte hat eine Stimme, die Versammlung ist unabhängig von der Anzahl der erschienenen Delegierten beschlussfähig. | 2 | Jeder Delegierte hat eine Stimme, die Versammlung ist unabhängig von der Anzahl der erschienenen Delegierten beschlussfähig. | 2 | Jeder Delegierte hat eine Stimme, die Versammlung ist unabhängig von der Anzahl der erschienenen Delegierten beschlussfähig. |
| 3 | Wie viele Delegierte eine Abteilung stellt, ergibt sich aus der Abteilungsgröße. Pro angefangene 50 Mitglieder einer Abteilung wird ein Delegierter gewählt. | 3 | Wie viele Delegierte eine Abteilung stellt, ergibt sich aus der Abteilungsgröße. Pro angefangene 50 Mitglieder einer Abteilung wird ein Delegierter gewählt. Für jeden Delegierten können bis zu zwei Ersatzdelegierte gewählt werden. OPTIONAL: Die Delegiertenstimmkarten der Abteilung werden auf der Versammlung den anwesenden Delegierten ausgeteilt. Sind mehr Delegierte einer Abteilung anwesend, als diese Abteilung Stimmen hat, wird nur die Anzahl Delegiertenstimmkarten ausgegeben, die der Stimmzahl der Abteilung entspricht. Sind weniger Delegierte anwesend als diese Abteilung Stimmen hat, erhält jeder anwesende Delegierte der Abteilung eine Delegiertenstimmkarte. | 3 | Wie viele Delegierte eine Abteilung stellt, ergibt sich aus der Abteilungsgröße. Pro angefangene 50 Mitglieder einer Abteilung wird ein Delegierter gewählt. Für jeden Delegierten können bis zu zwei Ersatzdelegierte gewählt werden. Die Delegiertenstimmkarten der Abteilung werden auf der Versammlung den anwesenden Delegierten ausgeteilt. Sind mehr Delegierte einer Abteilung anwesend, als diese Abteilung Stimmen hat, wird nur die Anzahl Delegiertenstimmkarten ausgegeben, die der Stimmzahl der Abteilung entspricht. Sind weniger Delegierte anwesend als diese Abteilung Stimmen hat, erhält jeder anwesende Delegierte der Abteilung eine Delegiertenstimmkarte. |
| 4 | Delegierter kann jedes Abteilungsmitglied werden, welches das 16. Lebensjahr vollendet hat und dem Verein mindestens ein Jahr angehört. Stichtag für den Delegiertenschlüssel ist der 1. Januar des Jahres der Delegiertenwahl. Die Wahlperiode der Delegierten beginnt am 1. März gerader Jahre. | 4 | Delegierter kann jedes Abteilungsmitglied werden, welches das 16. Lebensjahr vollendet hat und dem Verein mindestens ein Jahr angehört. Stichtag für den Delegiertenschlüssel ist der 1. Januar des Jahres der Delegiertenwahl. Die Wahlperiode der Delegierten beginnt am 1. März gerader Jahre. | 4 | Delegierter kann jedes Abteilungsmitglied werden, welches das 16. Lebensjahr vollendet hat und dem Verein mindestens ein Jahr angehört. Stichtag für den Delegiertenschlüssel ist der 1. Januar des Jahres der Delegiertenwahl. Die Wahlperiode der Delegierten beginnt am 1. März gerader Jahre. |

| Aktueller Stand | | Vorgeschlagene Änderungen Stand 18.03.2026 | | Neue Version | |
|-----------------|---|---|--|--------------|---|
| Satz | Inhalt | Satz | Inhalt | Satz | Inhalt |
| Nr. | | Nr. | | Nr. | |
| 5 | Beim vorzeitigen Ausscheiden eines Delegierten wird von der zuständigen Abteilung ein Nachfolger für die verbleibende Restzeit der Wahlperiode gewählt. | 5 | Beim vorzeitigen Ausscheiden eines Delegierten wird von der zuständigen Abteilung ein Nachfolger für die verbleibende Restzeit der Wahlperiode gewählt. | 5 | |
| 6 | Auf der Abteilungsversammlung der Abteilungen sind Delegierte zu wählen, und zwar nicht mehr als die maximal mögliche Anzahl. | 6 | Auf der Abteilungsversammlung der Abteilungen sind Delegierte zu wählen, und zwar nicht mehr als die maximal mögliche Anzahl. | 6 | Auf der Abteilungsversammlung der Abteilungen sind Delegierte zu wählen. |
| 7 | Die Amtszeit eines Delegierten beträgt zwei Jahre. | 7 | Die Amtszeit eines Delegierten beträgt zwei Jahre. | 7 | Die Amtszeit eines Delegierten beträgt zwei Jahre. |
| 8 | Eine Vertretung eines Delegierten ist nicht gestattet, der Delegierte muss persönlich an der Delegiertenversammlung teilnehmen. | 8 | Eine Vertretung eines Delegierten ist nicht gestattet, der Delegierte muss persönlich an der Delegiertenversammlung teilnehmen. | 8 | Eine Vertretung eines Delegierten ist nicht gestattet, der Delegierte muss persönlich an der Delegiertenversammlung teilnehmen. |



Ski und Wandern

Wahlen zur Abteilungsleitung

In der Jahreshauptversammlung am 25. März 2026 wählten die Mitglieder für die nächsten zwei Jahre ihre Abteilungsleitung.

Abteilungsleiter

Dietbert Pfullmann

Stellvertretende AbteilungsleiterIn
N.N.

Kassenwartin

Helga Meier

Wanderwart

Harald Hinsch

Pressewart/Schriftführer

Frank Giesselbach

Revisorinnen

Elke Keppner und Jutta Kallweit

Tourenausschuss

Leitung Harald Hinsch, weitere Interessenten können sich noch melden

Festausschuss

N.N. erfolgt fallweise

Delegierter

Dietbert Pfullmann

Alle gewählten Personen stehen allen gerne mit Rat und Tat und Auskünften zur Verfügung.

August-Wanderung mit Bus

Besonders zu erwähnen ist die **August-Wanderung** in die Lüneburger Heide nach Handeloh. An diesem Tag (Sonnabend, 08. August 2026) steht uns wieder ganztägig ein Bus zur Verfügung. Ein geschickt gewählter Termin, da ab dieser Zeit die Heideblüte beginnt.

Wochenendwanderung in Stade

19. bis 21. Juni 2026

Alle Zahlungen an Helga Meier bitte in bar vornehmen, da das Girokonto aus Kostengründen aufgelöst wurde. Die Anmeldeunterlagen wurden verteilt – bis heute neun Anmeldungen.

Frank Giesselbach

Nachruf auf Renate Franz

Anfang Januar 2026 ist unser langjähriges Mitglied im tus BERNE und 2. Vorsitzende der Abteilung Ski und Wandern, Renate Franz, mit 79 Jahren verstorben. Renate hat den Posten in der Abteilung mit sehr viel Umsicht und guten Ideen ausgefüllt. Zum Beispiel war ihre Aufgabe, die Unterkünfte für die Wochenwanderungen auf dem E 1 (Europäischer Fernwanderweg Nr. 1 von Flensburg bis Genua) zu besorgen. Es war eine Gruppe von 25-30 Wanderern und Wanderinnen und die Quartiere sollten möglichst nahe an der Wanderroute liegen. Diese Aufgabe kostete sie sehr viel Zeit und Geduld und sie hat sie immer zu aller Zufriedenheit erledigt.

Auch wenn es mal Unstimmigkeiten gab, hatte Renate immer für alle ein offenes Ohr. Sie sorgte auch mit Spaß und guter Laune für Stimmung in der Wandergruppe.

Liebe Renate, wir werden dich nicht vergessen.

Im Namen aller Wanderfreunde und Wanderfreundinnen sagt Tschüss:

Elfriede Hinsch



Damen 40 steigen in die Regionalliga auf

Die Damen 40 haben den Sprung in die Regionalliga geschafft – die höchste deutsche Liga im Mannschaftsspielbetrieb dieser Altersklasse. Und das nach einem bemerkenswerten Durchmarsch: Erst in der vergangenen Wintersaison war das Team aus der Hamburg-Liga in die Nordliga aufgestiegen, nun folgte direkt der nächste große Schritt.

Bereits im letzten Sommer stand die Mannschaft mit einem Fuß in der Regionalliga. Im Aufstiegsspiel gegen den Staffelfweiten der Ostliga musste sie sich Anfang September jedoch denkbar knapp mit 4:5 gegen den PTC Rot-Weiß Potsdam geschlagen geben. In der Wintersaison überzeugte das Team mit Konstanz, Kampfgeist und beeindruckender Nervenstärke. Viele Begegnungen waren äußerst eng, häufig fiel die Entscheidung erst in den Doppeln.

Gerade hier lag eine besondere Stärke der Mannschaft: Eingespielt, taktisch klug und mit großem Vertrauen untereinander holten die Doppel immer wieder die entscheidenden Punkte. Ob Ivonne, Sabine, Jeni, Petra, Tina, Maja oder Susanne – jede stellte sich in den Dienst des Teams. Verletzungen sowie starke Gegnerinnen, etwa die überragend aufspielende deutsche Meisterin vom SC Victoria Hamburg, machten die Saison anspruchsvoll. Doch der Zusammenhalt war größer als jede Herausforderung.



Nach dem Aufstieg in die Regionalliga erwartet die Damen 40 ein deutlich höheres sportliches Niveau

Die Freude nach dem feststehenden Aufstieg war riesig. Glückwünsche aus dem gesamten Verein und spürbarer Stolz begleiteten diesen Moment. Dieser Erfolg ist kein Zufall, sondern das Resultat kontinuierlicher Entwicklung und echter Teamstärke.

Im kommenden Winter warten neue Dimensionen: Auswärtsfahrten bis Osnabrück oder Hannover – und ein noch einmal deutlich höheres sportliches Niveau. Dort treffen die Damen 40 auf die stärksten Teams Nord- und Ostdeutschlands. Eine reizvolle Herausforderung, der sich die Mannschaft mit Respekt und großer Vorfreude stellt. Zunächst steht jedoch erneut die Nordliga-Saison im Sommer an. Auch hier will das Team wieder angreifen. Vielleicht steht die Mannschaft Ende Juni erneut ganz oben – und darf noch einmal um den nächsten Schritt spielen.

Eines hat dieses Team längst bewiesen: Es wächst mit seinen Aufgaben. Und gemeinsam scheint für die Bernerinnen immer noch ein bisschen mehr möglich.

EINLADUNG

zur diesjährigen Mitgliederversammlung der Abteilung Fußball

Montag, 08. Juni 2026, um 19:00 Uhr
tus BERNE-Vereinszentrum
Berner Allee 64a, 22159 Hamburg

Tagesordnung

- TOP 1** Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 2** Genehmigung des Protokolls der Abteilungsversammlung vom 28.04.2025
- TOP 3** Entgegennahme und Diskussion des Kassenberichts
- TOP 4** Jahresberichte der Abteilungsleitung, der Kassenwartin, der Jugendleitung
- TOP 5** Entlastung der Kassenwartin und der Abteilungsleitung
- TOP 6** Wahl der Abteilungsleitung inkl. Kassenwart*in
- TOP 7** Wahl/Bestätigung der Jugendleitung
- TOP 8** Wahl/Bestätigung der Delegierten
- TOP 9** Bericht über geplante Vorhaben
- TOP 10** Mitarbeit in der Abteilung
- TOP 11** Sonstiges

Anträge und Ergänzungen zur Tagesordnung können schriftlich bis zum **25. Mai 2026** bei der Abteilungsleitung eingereicht werden. Wir hoffen auf eine rege Beteiligung an der Versammlung, denn hier besteht die Möglichkeit, die Abteilung mit zu gestalten und Fragen zu stellen.

Mit sportlichen Grüßen
Eure Abteilungsleitung Fußball



HORST SÖHL

Wir verwirklichen Ihre Träume ...

Rollläden • Terrassendächer
 Markisen • Fenster + Türen
 Insektenschutz
 Raffstore • Glasoasen

Wohldorfer Damm 12 • 22395 Hamburg
 Tel.: 040 / 643 10 01 • Fax: 040 / 645 23 31
 info@soehl.net • www.soehl.net



Markisen
Terrassendächer
Glasoasen®



ROLLLÄDEN
RAFFSTOREN
TEXTILSCREENS

Blaue Seiten



Termin!
Merken, bevor
es zu spät ist!



Zu spät...
Der **Blick**
zuRück

JA auf Reisen!



Urlaub!
Der **JA**
auf Reisen

Jugendausschuss
tus
BERNE
sports, fun and more...

Rückblick Fasching 2026

Am 15. Februar durften wir wieder zusammen mit 31 Kindern Fasching feiern.

Es gab wie jedes Jahr wieder super tolle, schöne und niedliche Kostüme, sowohl bei den Kindern als auch den Betreuern. Es wurde sehr viel getobt, gespielt, getanzt und natürlich auch verschiedenes genascht.

Wir freuen uns jetzt schon auf das nächste Mal!

Eure JA'ler

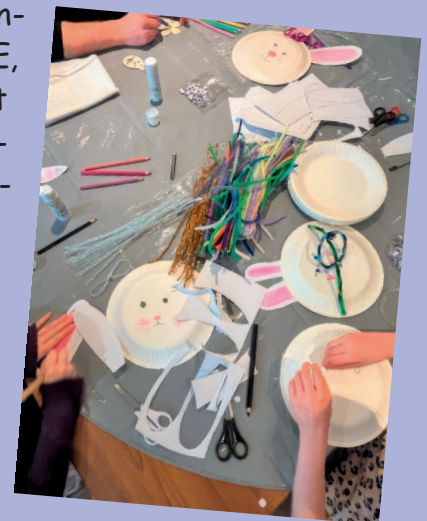


Rückblick Basteltag



Am 29. März trafen sich zahlreiche Kinder im Vereinszentrum des tus BERNE, um gemeinsam kreativ zu werden. Mit viel Spaß wurden Ostergeschenke gebastelt, Mandalas ausgemalt und zahlreiche Hasen mit Glitzer verziert.

Natürlich durfte auch eine kleine Stärkung zwischendurch nicht fehlen: Ein Buffet mit Süßigkeiten, Obst und Getränken stand für alle bereit.



Wir Betreuer hatten wie jedes Jahr viel Freude daran, den Vormittag mit euch zu verbringen.

Wir freuen uns schon jetzt auf den nächsten Basteltag im Herbst!

Eure JA'ler

Rückblick Kinderolympiade



Seit vielen Jahren veranstalten die TopSportVereine Hamburg jedes Jahr eine Kinderolympiade für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren.

Bei der Kinderolympiade durchlaufen die Kinder einen Bewegungs-Parcours mit Klettern, Hüpfen, Laufen, Balancieren und Rollen.

Am 28. März fand die Hamburger Kinderolympiade bei uns in der Sporthalle Lienustraße statt. Es war ein fröhlicher Vormittag voller Bewegung und Spaß.

Insgesamt nahmen 72 Kinder der Jahrgänge 2016 bis 2021 teil - 43 Mädchen und 29 Jungen. Mit viel Begeisterung, Ehrgeiz und vor allem Spaß stellten sich die jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer dem Parcours. Ob Laufen, Springen oder Balancieren - alle Kinder gaben ihr Bestes und zeigten großartigen Einsatz.

In diesem Jahr waren die Mädchen besonders schnell, sodass es richtig spannend bei den ersten Plätzen wurde.

Am schönsten war aber zu sehen, wie viel Spaß alle hatten.

Denn das Wichtigste war nicht das Gewinnen, sondern die Freude an der Bewegung.

Wir freuen uns jetzt schon auf die nächste Kinderolympiade!

Eure JA'ler



Unsere nächsten Aktionen und Ausfahrten im Überblick

Aktionen

| | | |
|------------------|--------------|--------------------------------|
| Stratego | 31. Mai | 10:00-12:00 Uhr - NEUE Aktion! |
| Herbstbasteln | 11. Oktober | 11:00-12:30 Uhr |
| Halloween | 31. Oktober | 14:00-16:00 Uhr |
| Weihnachtsaktion | 29. November | 14:00-16:00 Uhr |

Ausfahrten

| | | |
|------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Wochenende Erlenried | 26. Juni - 28 Juni | |
| Wochenausfahrt Malente | 13. Juli - 17. Juli | leider schon ausgebucht |
| Wochenende Hoppelino | 28. August - 30. August | |

Bitte meldet euch über das Buchungsportal für unsere Aktionen und Ausfahrten in diesem Jahr an, das Buchungsportal findet ihr rechts über den QR-Code.



PS. Mit diesem QR-Code (links) kommt ihr zu unserem neuen Newsletter und könnt diesen einfach abonnieren über WhatsApp.

Save the Date Ausfahrten 2027

| | |
|----------------|-----------------------|
| Wochenende I | 04.06.2027-06.06.2027 |
| Wochenausfahrt | 05.07.2027-09.07.2027 |
| Wochenende II | 20.08.2027-22.08.2027 |



Sommerprogramm 2026

In der Zeit der Sommerferien vom 9. Juli bis 19. August wird im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, wieder ein Sommerprogramm angeboten.

Es bietet allen Vereinsmitgliedern die Möglichkeit, am Montag oder Dienstag im Volkshaus, bei gutem Wetter auch in der nahen Umgebung, jeweils eine Stunde Sport zu treiben.

Montag

9:30 - 10:30 Uhr Bewegung trotz(t) Arthrose und Osteoporose

10:45 - 11:45 Uhr Bewegung trotz(t) Arthrose und Osteoporose

Wem langes Stehen schwer fällt, hat auch viel Freude bei der Sitzgymnastik:

11:40 - 12:35 Uhr Bewegung im Sitzen

Dienstag

Vormittags, von **10:00 - 11:00 Uhr**, und abends, von **19:30 - 20:30 Uhr**, wird ein Fitnessprogramm angeboten. Auch hier schon Gewohnheitssache, dass bei schönem Wetter ein Parksportprogramm durchgeführt wird. Bitte stets entsprechendes Schuhwerk mitbringen. Dieses Programm wird im Wechsel von den Übungsleiterinnen der Abteilung angeboten, so hat jeder Gelegenheit, einmal etwas Neues kennen zu lernen. Gäste sind zum Schnupper-Training immer herzlich willkommen.

KURSANGEBOTE

Alle Kurse sind online buchbar auf www.tusberne.de.

Intervall-Training

Intervall-Training ist in kurze 4-minütige Einheiten aufgeteilt, bei denen du 20 Sekunden lang trainierst und 10 Sekunden pausierst.

Das Ziel des Trainings ist überschüssiges Körperfett zu reduzieren und die Kondition sowie die Beweglichkeit des Körpers zu verbessern.

Dieses Komplett-Workout beinhaltet: Aufwärmen, 10 einzigartige Workout-Serien je 4 Minuten und Dehnen. Kein Equipment nötig - Ideal für Neu-Einsteiger – fast alle Übungen im Stehen – einfache Übungsabläufe.

Beschleunigt den Stoffwechsel – effektive Fettverbrennung

Stimmungsaufhellend – bringt Energie und Spaß

Formt deine Muskeln – strafft den Körper

Starte jetzt durch und fühl dich schon bald fitter, schlanker und selbstbewusster!

Kurstermine (6x)

05.05.2026-09.06.2026

Dienstag, 18:00-19:00 Uhr

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Spiegelsaal, EG, linker Seiteneingang), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Kursgebühr Euro 32,- Vereinsmitglieder / Euro 54,- Gäste

Faszio®

FASZIO® ist ein ganzheitliches und abwechslungsreiches Trainingskonzept für funktionale Leistungskraft und pure Lebensfreude. Es werden sieben Strategien und fünf Leitbahnen angesprochen, die Impulse an den gesamten Körper und alle Sinne geben. Dadurch wird die Körperwahrnehmung geschult und Spaß an Bewegung vermittelt. Die

Faszie spielt eine wichtige Rolle für die Gesunderhaltung. Verlasse deine Komfortzone und entdecke deine vitale Bewegungsfreiheit.

Kurstermine (6x)

18.05.2026-29.06.2026

Montag, 16:45-17:45 Uhr

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Spiegelsaal, EG, linker Seiteneingang), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Kursgebühr Euro 36,- Vereinsmitglieder / Euro 58,- Gäste

Ashtanga Yoga!

Ashtanga Yoga hat eine lange Tradition und gilt als eine anspruchsvolle Yoga-Richtung. Die asana-Positionen werden gemäß einer vorgegebenen Reihenfolge eingenommen und sind mit einer vinyasa-Bewegungsabfolge miteinander verbunden. Ashtanga Yoga beansprucht für sich, für jede:n geeignet zu sein. Denn jede:r wird individuell abgeholt und kann die asana-s ggf. mit Modifikationen erlernen. Wir lernen gemäß der Ashtanga Tradition Schritt für Schritt die erste Serie kennen und erarbeiten uns die asana-s und Bewegungsabläufe. Mit einer guten und regelmäßigen Übungspraxis stärken wir besonders die Bauchmuskulatur und entwickeln Kondition und Kraft sowie Flexibilität.

Der Kurs ist geeignet für Jugendliche ab etwa 16 Jahre und Erwachsene.

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits Vorkenntnisse in dieser yoga-Richtung haben oder ashtanga yoga-Kurse beim tus BERNE besucht haben.

Kurstermine (6x) 20.05.2026-01.07.2026

Mittwoch, 19:30-21:00 Uhr

Veranstaltungsort Gymnastikhalle Grundschule Bekassinenau, Bekassinenau 32, 22147 Hamburg.

Kursgebühr Euro 54,- Vereinsmitglieder / Euro 76,- Gäste



KURSANGEBOTE

Alle Kurse sind online buchbar auf www.tusberne.de.

BOOSTAR® - Erlebe schier unendliche Lebensfreude!

Dieser ganzheitliche Cardio-Mix kombiniert einfache athletische Bewegungen zu einem sehr abwechslungsreichen Herzkreislauf-Booster mit rekordverdächtigem Kalorienumsatz!

Verschiedene Ausdauermethoden – von aktivierend über herausfordernd und ruhig bis beruhigend – werden super harmonisch miteinander kombiniert. Du beginnst, wirst ins „Runner's High“ geführt – und plötzlich ist die Stunde auch schon vorbei. Gut 50 Minuten fühlen sich an wie 30. Du nimmst das wunderbare Gefühl von „Ich habe es geschafft“ mit. Durch Nutzung verschiedener Level kommen sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene auf ihre Kosten.

Nimmst du die Herausforderung an?

Kurstermine (6x) 18.05.2026-29.06.2026

Montag, 18:00-19:00 Uhr

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Spiegelsaal, EG, linker Seiteneingang), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Kursgebühr Euro 32,- Vereinsmitglieder / Euro 55,- Gäste

Yoga und Entspannung

Bei den Kursen werden verschiedene Atemtechniken und Meditationsübungen aus dem Hatha-Yoga und Kundalini-Yoga auf der Matte oder im Stand ausgeführt.

Die Kurse sind geeignet für Jugendliche ab etwa 16 Jahre und Erwachsene.

Kurstermine für Anfänger und Wiedereinsteiger (10x)

Kurs Mo 1.2: 08.06.2026-21.09.2026

Montag, 18:10-19:10 Uhr

Kurs Mo 1.3: 08.06.2026-21.09.2026

Montag, 19:20-20:20 Uhr

Kurs Mi 3.1: 17.06.2026-30.09.2026

Mittwoch, 16:00-17:00 Uhr

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Versammlungsraum, 1. OG, linker Seiteneingang), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Kurstermine für Fortgeschrittene (10x)

Kurs Mo 1.1: 08.06.2026-21.09.2026

Montag, 17:00-18:00 Uhr

Kurs Di 2.2: 09.06.2026-22.09.2026

Dienstag, 11:15-12:15 Uhr

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Versammlungsraum, 1. OG, linker Seiteneingang), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Kurs Mi 3.2: 17.06.2026-30.09.2026

Mittwoch, 17:30-18:30 Uhr

Veranstaltungsort tus BERNE-Vereinszentrum (Mehrzweckhalle, UG), Berner Allee 64a, 22159 Hamburg.

Kursgebühr Euro 70,- Vereinsmitglieder / Euro 99,- Gäste

Eine von uns

„...das habe ich jetzt nicht erwartet!“ Als wir unsere Mittänzerin Marlies König auf der letzten Abteilungsversammlung zu ihrer 60-jährigen Mitgliedschaft im tus BERNE beglückwünschten, war sie ziemlich überrascht. Auf die eigentliche formale Ehrung während der nächsten Delegiertenversammlung freuen wir uns jetzt schon.



Im Alter von fünf Jahren begann Marlies beim tus mit dem Kinderturnen. Zum Folkloretanz beim tus kam sie dann 1973, zwei Jahre nach Gründung der Tanzgruppe. Es folgten zehn Jahre mit vielen aufregenden Auftritten und Gruppenreisen. Nach weiteren zehn Jahren, in denen sich Marlies wegen ihrer drei Kinder mit anderen Sportangeboten beim tus fit hielt, kam sie 1993 zur Folkloretanzgruppe, die inzwischen Zugvogel hieß, zurück. Dort tanzt sie mit uns bis heute.

Auch organisatorisch kümmerte sich Marlies um den Zugvogel. Zum Beispiel, wenn das Volkshaus, in dem unser Training immer dienstagnachmittags und -abends stattfindet, gelegentlich von der Gartenstadt Hamburg während der Trainingszeiten gebraucht wurde. Sie hatte, bevor sie im letzten Jahr in den Ruhestand ging, als langjährige Mitarbeiterin in der Verwaltung der Gartenstadt immer die Übersicht und sorgte dann mit ihrem Organisationstalent für eine Lösung.

Nach den vielen Jahren ist die Folkloretanzgruppe für sie immer noch ein Quell für Leib und Seele: „Für mich gibt es am Dienstag Abend nichts anderes!“

mko

einhausen.com

Steuerfachangestellter (m/w/d)
bzw. Steuerfachwirt (m/w/d)

SOZIETÄT
EINHAUSEN

STEUERBERATUNG

in Voll- oder Teilzeit gesucht

Kontakt für Bewerbung:
Frau Pamela Borchardt, Tel. 040 / 600 190 0

Werden Sie Teil unseres Teams. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!
Meiendorfer Mühlenweg 8 · 22393 Hamburg-Sasel · bewerbung@einhausen.com

A group of five runners (three men and two women) are captured in motion, running along a cobblestone street in Hamburg. They are wearing athletic gear and sunglasses. The background shows a historic brick building with arched windows. The scene is overlaid with a graphic of colorful diagonal stripes in shades of green, blue, yellow, and red.

Sportstadt. Weltstadt. Und mit dir auch Weltsportstadt.

**Olympia und
Paralympics in Hamburg.
Eine Chance für alle.**



MONDAY MONDAY

meets Big Band Berne



▲ monday-monday.de • Pop-Jazz-Gospelchor aus Hamburg-Wandsbek
bigbandberne.de • Die Big Band des tus BERNE ▶

News des Vereinsorchesters: Unserer „Big-Band-Berne“

Was für ein Projekt – und was für ein Klang! Unsere „Big Band Berne“ wächst in diesen Wochen über sich hinaus. Gemeinsam mit dem Chor „Monday Monday“ entsteht etwas, das man nicht anders beschreiben kann als: pure musikalische Begeisterung. Schon bei den ersten Proben lag dieses besondere Knistern in der Luft. Bläsersätze, die präzise und kraftvoll durch den Raum tragen, dazu die Stimmen des Chors – mal sanft, mal mitreißend, immer auf den Punkt.

Das Repertoire könnte passender kaum sein: Die unvergesslichen Klassiker der „Andrews Sisters“ (Bei mir bist du schön) bringen den Charme vergangener Zeiten zurück – leicht, verspielt und voller Energie. Gleichzeitig sorgen die Stücke von Stefan Gwildis für eine moderne, groovige Note, die das Publikum garantiert mitreißen wird. Diese Mischung ist nicht nur abwechslungsreich, sondern zeigt auch, wie vielseitig unser Ensemble aufgestellt ist.

Was besonders beeindruckt: Das aus zwei eigenständigen Gruppen ein echtes musikalisches Team geworden ist. Chor und Big Band hören einander zu, reagieren, tragen sich gegenseitig. Jeder Einsatz sitzt, jede Phrase bekommt Raum. Man merkt: Hier entsteht nicht einfach ein Konzert – hier wächst etwas zusammen.

Wir freuen uns mit euch auf zwei schöne Konzerte im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Samstag, 27.06.2026

Beginn 20:00 Uhr (Einlass 19:30 Uhr)



Sonntag, 28.06.2026

Beginn 11:00 Uhr (Einlass 10:30 Uhr)



Karten gibt es für 18,- € in der Geschäftsstelle des tus BERNE, Berner Allee 64a, 22159 Hamburg oder online
Karten an der Abend-/Tageskasse kosten 20,- €.

🎵 Mitspielen statt nur zuhören! 🎵

Du liebst den Sound einer Big Band? Du bekommst Gänsehaut, wenn satte Bläsersätze durch den Raum klingen? Dann haben wir genau das Richtige für dich!

Das Vereinsorchester „Big Band Berne“ sucht engagierte Mitspielerinnen und Mitspieler – ganz besonders im Bläserbereich. Egal, ob Saxophon, Trompete oder Posaune: Wenn du Freude an flotter Musik, Swing, Jazz und modernen Arrangements hast, bist du bei uns genau richtig.

Was dich erwartet?

Ein offenes, motiviertes Ensemble, spannende Projekte (wie aktuell gemeinsam mit unserem Chor), ein abwechslungsreiches Repertoire von Klassikern bis hin zu modernen Grooves – und vor allem: jede Menge Spaß am gemeinsamen Musizieren. Ganz gleich, ob du schon lange spielst oder nach einer Pause wieder einsteigen möchtest – wir freuen uns über jedes neue Gesicht und jeden neuen Klang!

- 📍 Proben: regelmäßig in entspannter Atmosphäre
- 🎵 Auftritte: Konzerte, Projekte und besondere Events
- 👏 Gemeinschaft: Musik verbindet – bei uns ganz besonders

Neugierig geworden? Dann melde dich: info@bigbandberne.de
Wir freuen uns auf dich – denn gemeinsam klingt es einfach besser!

Weitere Termine

- 03.05.2026** Jazzclub Bergedorf
11:00 Uhr Innenhof des Bergedorfer Schlosses
- 21.06.2026** Midsommer im Saselhaus
16:30 Uhr Saseler Parkweg 3, 22393 Hamburg
- 27.09.2026** Pflanzen und Blumen
15:00 Uhr
- 09.10.2026** Kunstklinik
20:00 Uhr Martinistr. 44a, 20251 Hamburg



Bidla Buh Der Name ist Programm – die Abschiedstour

Nach 28 Jahren voller Musik, Comedy, Bühnenchaos, Lampenfieber, Gänsehaut, Lachtränen und einer ordentlichen Portion Wahnsinn sagen die drei Brüder von Bidla Buh „Tschüss“ – und das laut, lustig und mit ganz viel Herz. Das preisgekrönte Trio geht auf Abschiedstour und feiert noch einmal all das, was das Publikum an ihnen liebt: höchste musikalische Virtuosität, irrwitzige Instrumentenwechsel und eine einzigartige Bühnenpräsenz, die Herzen und Lachmuskeln gleichermaßen trifft.

Diese Tour ist ein Dankeschön an alle, die Bidla Buh begleitet, gefeiert und unterstützt haben – ein Abschied voller Freude, Erinnerungen und natürlich bester Laune.



Bidla Buh verabschiedet sich auf ihrer Abschiedstour auch im Volkshaus Berne

Freut euch ein letztes Mal auf eine ausgefeilte Bühnenshow mit klassischer Musik und Comedy, die einfach gute Laune macht!

Sonntag, 04.10.2026

Beginn 15:30 Uhr (Einlass 15:00 Uhr)

Volkshaus Berne

Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg



Karten gibt es ab dem 7. September bei den aufgeführten Vorverkaufsstellen sowie online auf:
<https://bidlabuh2026.cortex-tickets.de>

„Leistung rund um’s Auto“
Kfz-Werkstatt
MICHAEL JANSSEN

Klima Service · OBD · TÜV + AU
Fahrzeugdiagnose – Reparaturen fast aller Marken

Gewerbehof Schierenberg 68 · 22145 Hamburg · Tel. 695 46 71

Gut und sicher wohnen – in genossenschaftlicher Gemeinschaft



GARTENSTADT HAMBURG
Wohnungsgenossenschaft

Berner Allee 31a (Berner Schloss) • 22159 Hamburg
Tel.: 644 106-0 • Fax: 644 106-66 • e-mail info@gartenstadt-hamburg.de
Aktuelle Wohnungsangebote unter: www.gartenstadt-hamburg.de

M·M·R
Handwerksarbeit ist Vertrauenssache!

Malereibetrieb Michael Rieß GmbH
führt für Sie sämtliche **Maler- u. Bodenbelagsarbeiten** aus.

Brunnenkoppel 22 • 22041 Hamburg • Tel: 040 - 23 99 42 18

Kartenpreise:

23,- € (für Mitglieder vergünstigt: 18,-* €)

Vorverkaufsstellen:

- tus BERNE-Geschäftsstelle, Berner Allee 64a
- ReiseService, Hermann-Balk-Straße 137
- Hellfeuer Boutique, Hermann-Balk-Straße 124b
- Buchhandlung von Behr, Im Alten Dorfe 31 (Volksdorf)

** Vergünstigte Karten:*

Für Mitglieder des tus BERNE ausschließlich in der tus BERNE-Geschäftsstelle, für Mitglieder des Kulturkreises Berner Schloss ausschließlich bei ReiseService.



Kickboxen for fun – „Intensiv“, „Motivierend“, „Ein sehr guter Mix aus allem“

Als Trainer steht man ja oft vor der Frage, wie man sein eigenes Training vorstellen und für Neugierige schmackhaft machen soll. Natürlich ist jeder Trainer davon überzeugt, ein gutes Training anzubieten, aber überheblich oder zu selbst-lobend möchte man auch nicht erscheinen. Deshalb sollen hier einfach mal die Teilnehmer selbst zu Wort kommen und beschreiben, wie sie das Kickboxen for fun im tus BERNE erleben und was sie daran gut finden:

„Kickboxen for fun steht ganz klar der Spaß im Vordergrund. Es gibt keinen Leistungsdruck, niemand muss etwas „beweisen“ und trotzdem ist das Training intensiv und effektiv. Elemente aus Fitness und Kickboxen werden miteinander kombiniert, sodass man sich richtig auspowert“

„Hier kann jeder mitmachen. Wir trainieren hauptsächlich Tritt- und Schlagtechniken, Kraft und Ausdauer. Dabei entscheidet jede und jeder selbst, wie stark sie oder er sich belasten möchte. Kickboxen macht Spaß und hält fit. Wer Lust hat, sich donnerstagabends auszupowern, ist herzlich willkommen.“

„[...] Mix aus Technik und Ausdauer und alle in der Gruppe sind sehr taff und keiner zimperlich. Man kann die gelernte Technik direkt anwenden und durch das Ausdauertraining

trainiert man verschiedene Muskelpartien und natürlich die Kondition. Somit ein sehr guter Mix aus allem.“

„Das Training ist für Jung und Alt, man trainiert nach der eigenen Geschwindigkeit und einige Übungen sind auch gut für den Kopf und die Koordination“

„Schweißtreibend“, „Motivierend“, „Abwechslungsreich“, „Fair“, „Intensiv“, „Spaß“, „Selbstvertrauen steigt“

Obwohl das Training intensiv ist, macht es vor allem viel Spaß und niemand muss etwas beweisen.

Tja, dem kann ich wohl nur noch eins hinzufügen: Wer jetzt Lust hat, in unserer bunt gemischten Truppe dabei zu sein, der ist herzlich willkommen, donnerstags von 18:15 bis 19:45 Uhr, zum Probetraining in der Sporthalle Berne, Lienastraße 32, 22159 Hamburg, vorbeizuschauen :-)



BERNER



SCHLOSS

*feiern
tagen
heiraten*

Berner Allee 31a
22159 Hamburg,
Telefon: 644 106-0
Telefax: 644 106-66

www.berner-schloss.de

GLASEREI & FENSTERBAU UTU

Verglasungen aller Art · Spiegel- und Bleiverglasungen
Ausführung von Silicon- und Bauanschlussfugen · Terrassenwände und
Fenstermontage

Torsten Uckermark Glasermeister

Uhlenbusch 19 · 22962 Siek/Meilsdorf
Tel. 04107/85 02 81 · Fax 04107/85 02 82 · Mobil: 0177-214 83 29
info@glaserei-utu.de · www.glaserei-utu.de

FAHRSCHULE-



Angerer.de



Berne


Tel.: 647 88 99

Hermann-Balk-Str. 99
Mo, Fr 15.00 – 18.00 Uhr
Di, Mi, Do
15.00 – 18.30 Uhr

Theorie: Di, Mi, Do
18.30 – 20.00 Uhr

Mit uns immer einen Sprung voraus !






Aikido

Abteilungsleitung
Simon Henning info@aikido-tusberne.de

Stellvertretung
Eleni Sotiroupolos info@aikido-tusberne.de



Handball

Abteilungsleitung
Alexander Suerkemper
alexander.suerkemper@gmx.net


Stellvertretung
Axel Schmietendorf



Poker

Abteilungsleitung
Peter Rober 0176 48 27 59 29

Stellvertretung
André Schnoor 0176 22 89 60 79



Badminton

Abteilungsleitung
Janina Helmer janina@tusberne-badminton.de

Stellvertretung
N. N.



Inline-Skating

Abteilungsleitung
Vanessa Förster 0176 45 87 60 18

Stellvertretung
N. N.



Reha-Sport

Abteilungsleitung
Marion Baldauf
richard.baldauf@hamburg.de

Stellvertretung
N. N.



Basketball

Abteilungsleitung
Sebastian Mellin 189 93 159



Judo

Abteilungsleitung
Oliver Ortmüller 0171 890 81 59

Stellvertretung
N. N.



Skat

Abteilungsleitung
Erwin Winkler 678 06 53

Stellvertretung
Uwe Hübener 644 39 33



Bogensport


Abteilungsleitung
Wolfgang Höber 0175 458 47 70



Ju-Jutsu

Abteilungsleitung
Bernhard Kempa 0171 524 94 86

Stellvertretung
Darius Kempa



Ski und Wandern

Abteilungsleitung
Dietbert Pfullmann 640 04 14

Stellvertretung
N. N.



Folkloretanz

Abteilungsleitung
Martin Kollwe 41 36 19 49

Stellvertretung
Ines Riemann-Plath 641 60 68



Kanu

Abteilungsleitung
Klaus-Peter Graefe 640 56 00




Steeldart

steeldart.tusberne@yahoo.com

Abteilungsleitung
Matthias Rastel

Stellvertretung
Timo Willhöft 0173 730 70 97



Fußball

fussball@tusberne.de

Abteilungsleitung
Jörn-Hendrik Matthiesen 0174 689 76 99

Stellvertretung
N. N.

Jugendleitung
Dennis Groneberg-Dudkowiak
fussball@tusberne.de

Schiedsrichterobmann
Luc Herrmann
obmann@tusberne-schiedsrichter.de



Karate

Abteilungsleitung, komm.
Ole Sproesser olesproesser@gmx.de



Leichtathletik

Abteilungsleitung
Bernd Springer 0151 23 05 42 17

Stellvertretung
N. N.



Taekwon Do

Abteilungsleitung
Philippe Krüger

Stellvertretung
Werner Kollar 0152 58 13 86 84



Tanzsport

Abteilungsleitung

Rolf Lustig service@tusberne-tanzsport.de

Stellvertretung

Lutz Rückfort
vertreter@tusberne-tanzsport.de



Trendsport

Abteilungsleitung

Nicole Jaworski
nicolejaworski599@yahoo.de

Stellvertretung

Stefanie Sellmann

Kickboxen for Fun

Markus Kessler
markus@kraft-und-ausdauer.de



Tennis

Abteilungsleitung

Patrick Prehn info@tusberne-tennis.de

Stellvertretung

Sascha Wittchen



Turnen, Fitness und Prävention

Abteilungsleitung

N. N.

Stellvertretung

N. N.

Leistungsturnen

Babett Stadthaler

Ballett

Claudia



Tischtennis

Abteilungsleitung

Dr. Benjamin Schulz 645 04 847

Stellvertretung

Sven Bohnensack



Vereinsorchester

Abteilungsleitung

Heike Jacoby heikejacob@gmail.com

Stellvertretung

Catharina Pflugk catharina.pflugk@gmx.de



Volleyball

Abteilungsleitung

Hadis Amiri Nejad hadis.amiri@outlook.de

Stellvertretung

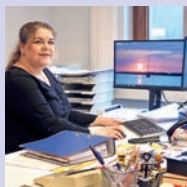
Elmar Dortschy

Wir sind für Sie da!



Turn- und Sportverein Berne e.V.

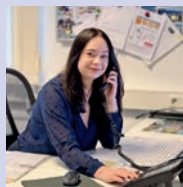
Berner Allee 64a • 22159 Hamburg
service@tusberne.de • www.tusberne.de



Natascha Wronski-Blunk
Buchhaltung



Gabi Schlösser
Service



Tina Koschwitz
Mitgliederverwaltung

Fotos: Anja Jorre

Geschäftsstelle

Bürozeiten: Mo 9-12 Uhr und 17-19 Uhr

Do 9-12 Uhr

604 42 88-0 (Telefon)

604 42 88-9 (Fax)

Gaststätte „Sporty's“

604 49 960

Fußball (Montag, 20:00-21:30 Uhr)

604 42 88-4

Tennisclubhaus Alter Berner Weg 136 • 22393 Hamburg

644 83 40

Sport- und Kulturzentrum

Volkshaus Berne Saselheider Weg 6 • 22159 Hamburg

Management: N. N.

volkshaus@tusberne.de

Vertretung und Vermietung: Natascha Wronski-Blunk

604 42 88-2

Bankverbindungen:

Hauptkonto: IBAN: DE25 2005 0550 1249 1262 00 BIC: HASPDEHHXXX

Volkshaus: IBAN: DE22 2005 0550 1249 1239 26 BIC: HASPDEHHXXX

Vorstand

1. Vorsitzender

Dr. Benjamin Schulz 645 04 847

2. Vorsitzende

Stephanie Kroll 0173 328 43 94

Schatzmeister

N.N.

Protokollführer*in

N. N.

Sportwart

Holger Maiwald 0171 261 23 75

Pressewart

Hans-Joachim Pütjer 0172 409 63 79

Jugendwartinnen

Chantal Bethke chantal.bethke@tusberne.de

Vanessa Förster, komm. 0176 45 87 60 18

vanessa.foerster@tusberne.org

Internet/Schaukästen

Internet/EDV

Gabi Schlösser und

Dr. Benjamin Schulz

604 42 880

Krisenbeauftragter

krise@tusberne.de

Datenschutzbeauftragter

datenschutz@tusberne.de

Turn- und Sportverein Berne e.V.
Berner Allee 64 a
22159 Hamburg
www.tusberne.de
Service@tusberne.de

GLÜCK IST:
„WENN FAIRNESS WIRKLICH ZÄHLT.“



Jeden Samstag die Chance auf
10.000€
monatlich, 20 Jahre lang.*

 **Guter Tipp.**
lotto-hh.de

*Chance 1:10 Mio. - Teilnahme ab 18 Jahren
Spielen kann süchtig machen
Hilfe unter check-dein-spiel.de
Whitelisted/GlÜStV 2021



**Ihr Hamburger
Tischler**

- Fenster u. Türen
- Holzterrassen
- Parkett u. Laminat
- Trockenbau
- Altbausanierung

Andre Maiwald Mandelweg 30 22175 Hamburg
www.Hamburger-Tischler.de
Tel. 040 180 33 99-0 Fax 040 180 33 99-1

POLICKE

HERRENKLEIDUNG



Für Hamburgs Männer super günstig:
Anzug, Hemd & Krawatte auf 700 qm.
Freizeitmode, Underwear, Schuhe, Jeans
und Aktuelles im Herzen von Hamburg.

Böckmannstraße 1a · 20099 Hamburg
Tel 040 - 28 40 95 90 · www.policke.de