

BETRIEBSSPORT VERBAND HAMBURG

SPORT IM BETRIEB

3 | 2019

◆ Partner für Sport, Fitness und Gesundheit



AKTUELL:
FOTOAUS-
STELLUNG
BEIM BSV

SPORTLICH:
HAMBURGIADE
UND MEDAILLEN-
SPIEGEL 2019

GESUND:
MINIVORTRÄGE
IN HAMBURGER
UNTERNEHMEN

EINER KENNT
DEN WEG. ACHT 'NE
ABKÜRZUNG.

MB Vito 9-Sitzer
72,- / Tag
100 km frei

Werbung der STARCAR GmbH, Verwaltung, Süderstr. 287, 20537 HH



Den neuen Vito bei
STARCAR günstig mieten:
0180/55 44 555*
*0,14 €/Min. aus dem Festnetz; max.
0,42 €/Min. aus den Mobilfunknetzen

STARCAR
Autovermietung

Mit diesem Voucher erhalten Sie bis zu **20% Rabatt** auf die günstigen STARCAR PKW- und LKW-Tarife. Einfach bei der Anmietung vorlegen oder Sonder-Kundennummer 1055556 nennen. Gute Fahrt!

Jan Rickert ist Ihr Ansprechpartner bei STARCAR.
So erreichen Sie ihn: 040 / 65 44 11 13 oder eine E-Mail an rickert@starcar.de
Zur Identifizierung nutzen Sie einfach die Parole „Betriebssportverband“ oder unsere Sonder-Kundennummer 1055556 und los geht's!



Liebe Betriebssportlerinnen, Betriebssportler, Partner und Freunde des BSV Hamburg!

70 Jahre Betriebssportverband Hamburg (BSV) – Wenn der BSV Hamburg in diesem Jahr auf 70 erfolgreiche Jahre zurückblicken kann, ist dies insbesondere darauf zurückzuführen, dass die jeweils Verantwortlichen in der Verbandsführung es über Jahrzehnte geschafft haben, Betriebssportler für das Ehrenamt zu gewinnen, die bis heute mit ehrenamtlich besetzten Ausschüssen den Wettkampfsport gemeinsam mit vielen zusätzlichen Unterstützern organisieren. Unterstützt wird das Team dabei durch einen Berufungsausschuss und einen Ehrenrat, der sich aus ehemaligen

Funktionären zusammensetzt, der das Präsidium bei seinen wichtigen Entscheidungen berät.

Hierfür danke ich allen Ehrenamtlichen und verbinde damit den Wunsch, dass Sie uns auch in Zukunft unterstützen.

Wenn der BSV Hamburg aktuell fast 500 Mitgliedsunternehmen mit ca. 60.000 Mitgliedern bei der Organisation von Betriebssport im Unternehmen unterstützt, zeigt insbesondere die Entwicklung in den vergangenen Jahren, dass die betriebliche Gesundheitsförderung und damit verbundene Bewegungsangebote, zu denen Trendsportarten wie z.B. SUP gehören, für die Unternehmen insbesondere außerhalb der Arbeitszeit eine immer größere Rolle spielt.

Für die Unterstützung der Unternehmen steht dem BSV Hamburg ein umfangreiches Netzwerk von Partnern und ein eigenes kompetentes Team zur Verfügung. Ich danke an dieser Stelle unseren Partnern und unserem eigenen Team und freue mich auf eine weitere erfolgreiche Zusammenarbeit.

Mit betriebssportlichen Grüßen

Bernd Meyer
(Präsident BSV Hamburg)



AKTUELL

ANGEBOT	Feriencamp – so wird Familie und Beruf vereinbart ...	03
EHRUNG	Mannschaft des Jahres	03
NEU	Turnierserie im Billard	04
NACHRUF	Karin von Remmen	04
STECKBRIEF	Holger Witt	04
AUSSTELLUNG	Fotokreis Hamburg – Ausstellung & Wettbewerb	05

SPORTLICH

ROLLSTUHLSPORT	Rollstuhl-sport selbst erleben – erfolgreicher Aktionstag	08
BLINDENTENNIS	Blindentennis im BSV Hamburg	08
KART	Die Sparte wächst!	10
RAD	City Nord Radrenntage, 18./19.5.2019	11
TISCHTENNIS	Ein Deutscher Meister ist unter uns	13
	Der Kioskbetrieb in der Sporthalle Sachsenweg	13
FAUSTBALL	Faustball Abschluß Saison 2018/2019	14
	Pokalturnier 2019 / Senioren in der ERGOsports	14
EUROPARMEISTERSCHAFT	Salzburg 2019 – Erfolgreiche Spiele für Hamburger Leichtathletinnen und Leichtathleten	15
TENNIS	Rotation Cup 2019	16
DARTS	Steeldarts!	16
GOLF	Indoorgolf die nächste	16
IRONMAN	Was war das für ein Triathlon Fest?	17
CHOR	28. BSV-Chorkonzert in der Laeiszhalle Hamburg	17
HAMBURGIADe	Die Hamburgiade 2019 bricht mehrere Rekorde!	20

GESUND

MINIVORTRÄGE	Gesundheitsvorträge für Unternehmen	26
AUSZEIT	Beach- und Fitnesswochenende	27
BSV	Premium-Partner	28

INFORMATIV

KONTAKTE AUF EINEN BLICK	31
---------------------------------	----

Feriencamp – so wird Familie und Beruf vereinbart ...

ANGEBOT] Ferienangebote Für Kids von 6 – 12 Jahren ganz nach dem Motto „Meine Eltern müssen arbeiten, ich habe Ferien“ bieten wir Kindern und Jugendlichen ein Trendsport Camp an und erleichtern Ihnen somit die Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Wann und Wo
Sportpark Wendenstraße Hamburg

Betreuungszeiten
Flexible Bring- und Abholzeiten
Tägliche Betreuung (Mo-Fr) ab 7.45 Uhr bis 17.30 Uhr in den Sommerferien bis 17.00 Uhr in den Frühjahrs- und Herbstferien

Das Programm
Auf dem Programm stehen Trendsportarten wie DiscGolf, Slackline oder auch CrossBoccia und Wikingerschach. Fuß-, Hand-, Basketball und die Beach Games, aber auch Kanuausflüge und Stand Up Paddling (ab 10 Jahre) sorgen für den Wasserspaß. Wir beginnen immer mit einem gemeinsamen Frühstück vor unserer ersten Warm-up Einheit am Morgen mit Team- und Kennenlernspielen.

Bei unseren vielfältigen Angeboten wie z.B. Tennis, Golf, Ultimate, Flag Football, Streetball bis hin zu Longboard Ausflügen stehen der gemeinsame Spaß und das soziale Miteinander stets an erster Stelle.

Kosten
Kernzeit 10-16 Uhr Trendsportcamp: 185 € pro Kind/Woche
Frühbetreuung (8:00 – 10:00 Uhr) und Spätbetreuung (16:00 – 18:00 Uhr): 60 € pro Kind/Woche inkl. Mittagessen, Vollwert, Getränke & Obst, Nutzung sämtl. Sport- und Spielgeräte!

Anmeldung unter:
claudia.bergmann@bsv-hamburg.de



Herbst 2019 | 07.10.–11.10. und 14.10.–18.10.2019

Frühjahr 2020 | 02.03.-06.03. und 09.03.-13.03.2019

Sommer 2020 | 29. Juni bis 17. Juli 2020

Mannschaft des Jahres: Schützen der BSG Stadtwerke Norderstedt Mixed-Mannschaft des Jahres 2018

EHRUNG] Zum zweiten Mal nach 2015 konnten die Sportschützen der BSG Stadtwerke Norderstedt die begehrte Auszeichnung als Mixed-Mannschaft des Jahres 2018 in Empfang nehmen.

Der BSV Hamburg würdigt damit die Leistungen der treffsicheren Athleten, die im letzten Jahr alles gewonnen haben, was es im Bereich des Betriebssportes zu gewinnen gab.

Auf internationaler Ebene gewannen sie bei den erstmals auch für Sportschützen ausgetragenen World Company Sport Games in La Baule / Frankreich drei Mal Gold, zwei Mal Silber und ein Mal Bronze. Bei den Betriebs-

sportwettkämpfen in Hamburg gewannen die Stadtwerke-Schützen sowohl mit der Luftpistole als auch mit dem Luftgewehr die Liga-Wettbewerbe und die Pokalmeisterschaft.

(Redaktion)



Jürgen Schumacher (li) und sein Team freuen sich über die Auszeichnung durch den Sportreferenten Detlev Smarsly (re)

Turnierserie im Billard

NEU] Wenn die Tage kürzer werden, beginnt die Zeit des Indoorsports. Nach erfolgreichem Turnier zur Hamburgiade 2019, wagen wir nun Turnierserien im Billard.

Fragen zu Trainingsmöglichkeiten und Partnerangeboten beantworten wir per Email unter:
billard@bsv-hamburg.de

(Redaktion)

Wir werden in regelmäßigen Abständen immer wieder in wechselnde Spielstätten einladen. Alle Termine, Orte und Zeiten, sowie Turnierformen veröffentlichen wir auf bsv-hamburg.de oder auf [facebook/bsvhamburgstrategie](https://facebook.com/bsvhamburgstrategie)

Den Auftakt im Herbst gibt es gleich mit „Deutschland spielt Billard“ am 7. und 8. September in Hamburg.



bsv-hamburg.de
[facebook/bsvhamburgstrategie](https://facebook.com/bsvhamburgstrategie)

“Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt, der ist nicht tot, der ist nur fern. Tot ist nur, wer vergessen wird.“

NACHRUF] Wir sind sehr betroffen, dass Karin von Remmen nicht mehr unter uns weilt. Sie starb am Sonntag, den 19. Mai 2019. Wir wussten alle von der schweren Krankheit, trotzdem kam ihr Tod für uns sehr plötzlich. Karin war jahrelang eine sehr, sehr gute Keglerin (15mal Hamburger Meisterin, davon 14mal in Folge). Darüber hinaus hat sie sich viele Jahre als stellvertretende Vorsitzende im Spieldausschuss engagiert. Karin war in jeder Hinsicht ein sportliches Vorbild. Unsere Gedanken sind auch bei ihrer Familie. Karin – wir werden Dich alle vermissen. (Redaktion)



Steckbrief

Holger Witt

Mein Name:
Holger Witt

Jahrgang: 1957

Mein Wohnort:
Schenefeld (bei Hamburg)

Sternzeichen: Krebs

Familienstand: verheiratet

Hobby: Laufen, Radfahren, Reisen und das Kultivieren von Bonsais

Funktion im Präsidium:
Sportreferent seit 23.04.2019

Betriebssportgemeinschaft und Funktion:
Elbe-Sport e.V. als Vorstand Verwaltung

Ich bin im BSV Präsidium, weil ich die Zusammenarbeit zwischen dem BSV Hamburg auf der einen Seite, den anderen Sportverbänden und den Kultur- und Bürgervereinen der Freien und Hansestadt Hamburg auf den anderen Seite, verbessern und intensivieren möchte. Mir geht es darum, gleiche Interessenlagen und gemeinsame Ziele mit den Beteiligten herauszuarbeiten und anschließend gemeinsame Aktionen zu definieren und diese zum Wohle aller auf den Weg zu bringen.

TERMINE]

7./8.9.	Billard	Deutschland spielt Billard
7./28.9.	Darts	DBSM Steeldarts in Hannover
18.9.	LA	Bahnabschlußsportfest
Ende September	Curling	Eismachen
12.10.	LA	Speicherstadtlaf mit DBSM
12.10	Rad	Hamburg Berlin Teamzeitfahren
17.11.	LA	25km Quickborn
30.11	Multi	Adventscup 2019

Fotokreis Hamburg – Ausstellung & Wettbewerb

AUSSTELLUNG] Anspitzspäne, ein Steg in Schwarz-Weiß und eine Holzkonstruktion: Diese drei besonderen Fotografien schnitten beim 48. Wettbewerb des Fotokreises Hamburg, einem Zusammenschluss mehrerer Betriebs-sport-Fotogruppen, im Frühjahr am besten ab. Das Thema lautete diesmal: „Holz“.

Die Wettbewerbsbeiträge in der Kategorie „Papier“ waren von Mitte Mai bis Ende Juni in der BSV-Geschäftsstelle ausgestellt worden. Aus insgesamt 230 Einsendungen wählte eine Jury aus professionellen Fotografen die drei Siegerbilder aus.

In der Kategorie „Papier – Farbe“ gewann Reiner Alexander von Hapag-Lloyd mit seinem Bild „Alles angspitzt“ – eine außergewöhnliche Aufnahme von einem Anspitzer mit viel Späne drumherum. Den ersten Platz in der Kategorie „Papier – Schwarz-Weiß“ belegte Chris Hass-Guthrie. Ihr Beitrag „Step by Step“ zeigt einen Steg im Meer.

Im Bereich „Projektion“ wurde Stephan Wippermann von der BSW-Fotogruppe Hamburg Altona mit seinem Bild „geschwun-

gen“. In diesem Jahr wurde zudem ein Sonderpreis verliehen. Dieser ging an Silke Tramberger, Mitglied der BSW-Fotogruppe Hamburg Altona, für ihren Beitrag „verschwommen“.

Die Preise wurden am 19. Mai in der Geschäftsstelle des BSV überreicht. Dabei präsentierte sich auch die Hapag-Lloyd-Fotogruppe mit einer Beamer-show zum Thema „Interne Ausstellungen der letzten Jahre“. Zu dem Fotokreis gehören die Fotogruppen von der BSW Altona, von

Gasnetz Hamburg, Hapag-Lloyd, HamburgCity (Hochbahn), Kulturverein Holm sowie Die Blende und Einzelsender der Sezession Hamburger Lichtbildner.

Ausrichter des Wettbewerbes war in diesem Jahr Hapag-Lloyd. Im kommenden Jahr veranstaltet die Fotogruppe Die Blende den Wettbewerb. Dann lautet das Thema: „Tierisch, Tierisch“. Weitere interessierte Fotogruppen sind herzlich willkommen.

(BSG Hapag-Lloyd, Sparte Foto)



1. Platz Schwarz-Weiß, Chris Hass-Guthrie „Step by Step“



Sonderpreis der Jury: Silke Tramberger „verschwommen“



Kategorie Papier: 1. Platz Farbe, Reiner Alexander „Alles angspitzt“



Kategorie Projektion: 1. Platz, Stephan Wippermann „geschwungen“



Kategorie Papier: 2. Platz Farbe, Wilfried Drobek „verwunden“



Kategorie Papier: 3. Platz Farbe, Jutta Büren „Friedhofstor“



Kategorie Projektion: 3. Platz, Chris Hass-Guthrie „Norwegian“

Kategorie Projektion: 2. Platz, Volker Leisten „Regenbogeneucalyptus“

Ansprechpartner:
Reiner Alexander
myhometownhamburg@t-online.de
www.fotokreis-hamburg.de



+ zusätzlich zur jeweils gültigen Rabattaktion

10%*

EXKLUSIV NUR FÜR BSV-MITGLIEDER

AUF IHREN EINKAUF

* Gültig beim Neukauf bis zum 30.11.2019. Ausgenommen sind die im Möbelhaus als bereits reduziert gekennzeichneten Artikel, Ausstellungsstücke, Toppreis-, Happy-Preis- und Dauerniedrigpreis-Artikel, Lebensmittel, Bücher, Elektrogeräte und Waren aus der TV-Sendung „Die Höhle der Löwen“. Keine Barauszahlung möglich. Alles Abholpreise. Nur unter Vorlage dieses Original Coupons.



Möbel Schulenburg GmbH & Co. KG
Wohnmelle Hamburg-Halstenbek
Gärtnerstraße 133-137
25469 Halstenbek
www.moebel-schulenburg.de
Telefon 04 101 / 499 - 0
Mo. - Fr. 10 - 19 Uhr, Sa. 10 - 20 Uhr

Möbel Schulenburg Vertriebs GmbH
Direkt an der B207
Immenberg 1
21465 Wentorf bei Hamburg
www.moebel-schulenburg.de
Telefon 040 / 720 003 - 0
Mo. - Fr. 10 - 19 Uhr, Sa. 9 - 19 Uhr

SCHULENBURG
8x im Norden! Wohn Dich glücklich!

Rollstuhlsport selbst erleben – erfolgreicher Aktionstag im Wilhelmsburger Inselepark

ROLLSTUHLSPORT Rollstuhlbasketball ist eine spektakuläre Sportart: schnell, akrobatisch, leidenschaftlich und inklusiv! Rollstuhlfahrer gehören mittlerweile zum alltäglichen Bild in Bus, Bahn oder am Arbeitsplatz – und in einigen Sportvereinen wird die Korbjagd im Rollstuhl auch schon angeboten. Doch die meisten Menschen wissen nicht, wie es sich anfühlt, einen solchen Stuhl zu bewegen oder sogar als Sportgerät zu nutzen. Der BSV bot am 11. August in Kooperation mit Parksportinsel

e. V. und dem Deutschen Rollstuhlsport-Verband (DRS) allen Besuchern des Sportfestes „Unified by ParkSport“ die Möglichkeit, eigene Erfahrungen im Rollstuhl zu sammeln und einen spannenden Perspektivenwechsel zu erleben. Unter der Anleitung von U23-Nationaltrainer Peter Richarz fanden im Wilhelmsburger Inselepark mehrere Workshops und Demonstrationsspiele statt, an denen auch Ali Ahmadi, Ex-Nationalspieler und Spieler der BG Baskets in der 1. Bundesliga teilnahm.



Bis zu 15 SpielerInnen waren gleichzeitig auf dem Multicourt aktiv und probierten sich nach einem kurzen Eingewöhnungstraining in einfachen Pass- und Dribbelübungen. Nachdem alle Beteiligten immer erst einmal richtig „fit“ gemacht waren, kam es abschließend zu mehreren Demonstrationsspielen, die denen die Teilnehmenden mit großer Begeisterung auf Korb- und Punktejagd gingen. Jetzt einen Workshop Rollstuhlbasketball beim BSV buchen:

Der BSV bietet diesen spannenden Workshop ab sofort in Kooperation mit den Experten des DRS auch seinen Mitgliedsunternehmen an! Die Teilnehmerzahl pro Workshop beträgt sechs bis zwölf Personen.

Erleben Sie eine begeisternde Teambuildingmaßnahme aus einer völlig neuen Perspektive! Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Claudia Bergmann. claudia.bergmann@bsv-hamburg.de

(Redaktion)



Warm Up im Rollstuhl

Blindentennis im BSV Hamburg



BLIDENTENNIS Es war Ronald Hinz, BSG Justiz Hamburg, der nach langer Odyssee durch Hamburgs Tennisclubs, mit dem BSV Hamburg die Grundlagen für eine in Größe und Form einmalige Gruppe schuf. Inzwischen auf über 20 Aktive angewachsen, sind Damen und Herren in drei Sehklassen organisiert, die in regelmäßigem Trainingsbetrieb die Anlage im Sportzentrum

Wendenstraße nutzen, um mehrmals im Jahr an Deutschen und Internationalen Vergleichswettkämpfen an den Start zu gehen. Highlight ganz sicher der Teamauftritt im Juli in Spanien, als bei der Weltmeisterschaft Medaillen. Alle Details und Informationen unter bsv-hamburg.de/blindentennis

Ronald Hinz, Justiz Hamburg, Initiator und treibende Kraft der Gruppe Blindentennis, im Gespräch mit den Medien

Jetzt ausprobieren:
Workshop am 23.10.2019, 16–18 Uhr in der BSV Tennishalle
Anmeldung unter: claudia.bergmann@bsv-hamburg.de



Mit welcher Tarifgruppe starten sie in die nächste Saison?

Unser langjähriger Partner und Versicherer HDI Versicherung hatte zum 1.1.2018 bei gleich gebliebenen Leistungen die Beiträge der Tarifgruppen deutlich reduziert. Entscheiden sie sich jetzt für „mehr Schutz für wenig Beitrag“ und treffen sie ihre Auswahl mit dem nächsten Bestandserhebungsbogen im November dieses Jahres!

Tarifgruppe 7:

„hohe Leistungen bei Unfall“

Neben den bekannten Leistungen zur Haftpflicht-, Rechtsschutz-, Vertrauensschaden- und Reisegepäckversicherung der Tarifgruppen 3 + 5 bietet diese Tarifgruppe höheren Schutz in der Unfallversicherung bei folgenden Leistungsarten:

Bei Invalidität 90.000,- Euro max. Leistung 180.000,- Euro Heilkosten 2.500,- Euro

Diese Tarifgruppe ist insbesondere für unsere Mannschaftssportler sowie für unsere Sportarten mit höherem Unfallrisiko gedacht. **Der Jahresbeitrag pro**

Sportler beträgt lediglich 4,34 €

einschließlich der gesetzlichen Versicherungssteuer von derzeit 19%.

Tarifgruppe 7 R:

„für Motorsportler“

Zusätzlich zu den Leistungen gemäß Tarifgruppe 7 besteht Versicherungsschutz bei der Ausübung von motorsportlichen Aktivitäten.

Der Jahresbeitrag pro Sportler beträgt lediglich 10,55 Euro.

Tarifgruppe 9: „Unfallschutz plus lebenslange Unfallrente“

Diese Tarifgruppe enthält in der Unfallversicherung die versicherten Summen gemäß der

Tarifgruppe 5, z.B. bei Invalidität **60.000,- Euro** bzw. maximal **120.000,- Euro** bei Vollinvalidität. Zusätzlich erhält jeder Verletzte nach einem schweren Unfall bei einem Invaliditätsgrad von mehr als 50% eine lebenslange, monatliche Unfallrente von **500,- Euro**. **Der Jahresbeitrag pro Sportler beträgt lediglich 4,44 Euro** einschließlich Versicherungssteuer und wird angeboten, weil in vielen Fällen leider kein Unfallschutz über die Berufsgenossenschaften gewährt wird. Wenn sie verschiedene Tarifgruppen innerhalb ihrer Betriebsport-

gemeinschaft nutzen wollen, so sind die Tarifgruppen und Sportlergruppen eindeutig zu benennen, z.B. Tarifgruppe ... für alle Sportler einer Sparte (Fußballer, Handballer, etc.) oder für alle Spielerpassinhaber o.Ä.. Zum 1.1.2019 haben sie wieder die Möglichkeit, den Schutz ihrer Mitglieder zu verbessern.

Entscheiden sie sich jetzt für „mehr Schutz für wenig Beitrag“ und treffen sie ihre Auswahl mit dem nächsten Bestandserhebungsbogen im November dieses Jahres!

Vorsorge und Versicherungen

Wenn es wichtig ist, jederzeit am Ball zu bleiben.

Auf die richtige Aufstellung kommt es an – und das nicht nur im Fußball. Deshalb bieten wir Fußballspielern und -vereinen mit unseren vielseitigen Lösungen rund um Versicherung und Vorsorge passgenaue Sicherheit. Ob auf dem Spielfeld oder im privaten Umfeld – wir geben Ihnen die notwendig Rückendeckung.

HDI hilft.

HDI

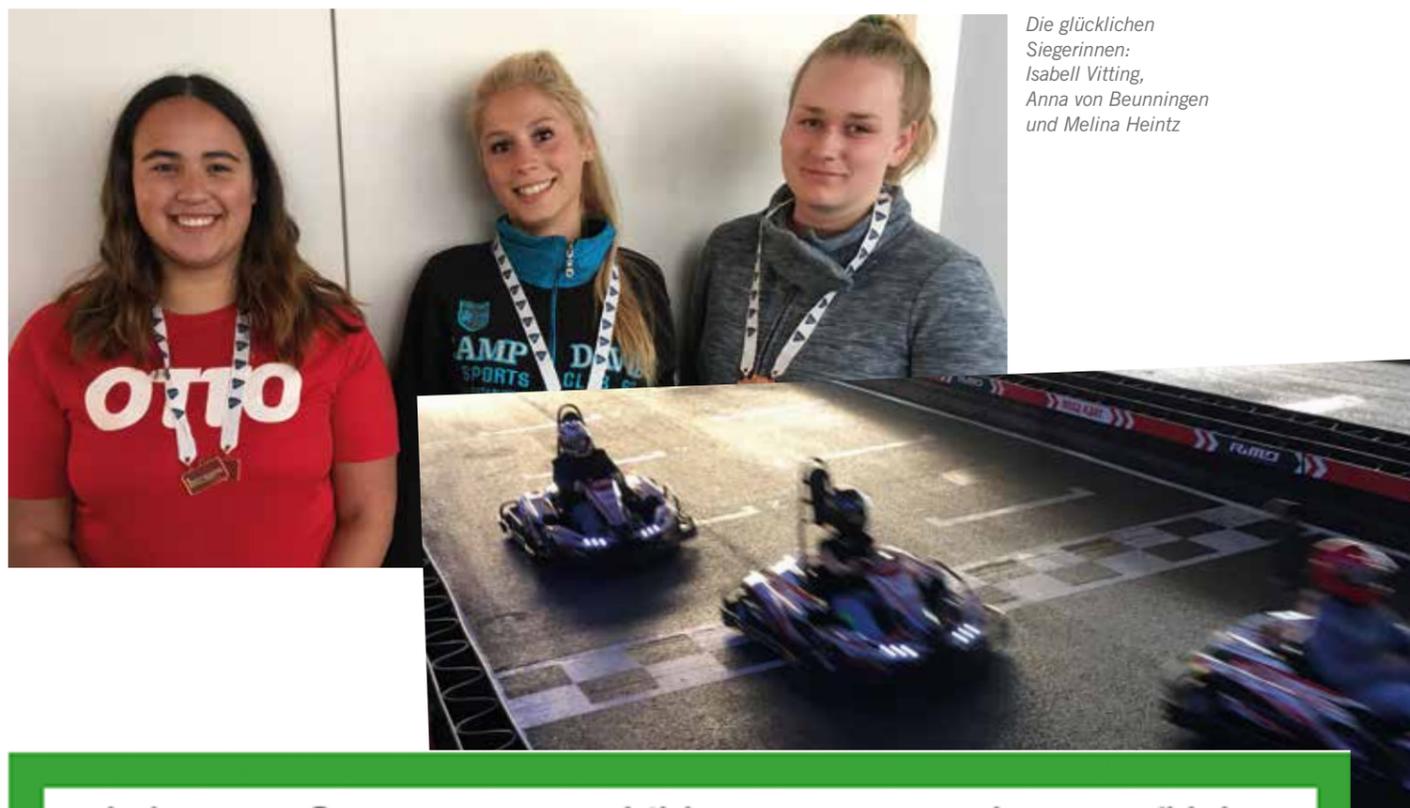
HDI Generalvertretung
Klaus-Dieter Klimpel
Kampnorbste 14
22117 Hamburg
Telefon 040 71401014
Telefax 040 71401015
Mobil 0172 2402409
klaus-dieter.klimpel@hdi.de
www.hdi.de/klaus-dieter.klimpel

Die Sparte wächst!

KART] Zur Hamburgiade 2019 fanden sich 33 Pilotinnen und Piloten aus knapp 20 BSG'en auf der brandneuen E-Kart Anlage bei Mega Kart in Nordstedt ein. Großer Sport und knappe Rennen sorgten wir diese Podeste.

Die Saisonrennen der Sparte werden überwiegend in Bispingen ausgetragen. Alle Ansprechpartner und Informationen findet man unter sprintcup-hamburg.de auf bsv-hamburg.de/kart oder auf [Facebook/motorsport](https://www.facebook.com/motorsport) (Redaktion)

Medaille	Name	Firma
Gold	Anna von Beuningen	Hamburger Sparkasse
Silber	Isabel Vitting	OTTO
Bronze	Melina Heintz	Hamburg Wasser
Gold	Maurice Zernikow	Airbus
Silber	Holger Schemion	IT.UV Software GmbH
Bronze	Christian Panske	TÜV Nord Group



Die glücklichen Siegerinnen:
Isabell Vitting,
Anna von Beuningen
und Melina Heintz

City Nord Radrenntage, 18./19.5.2019



RAD] Erlebnisbericht: Puh, was für ein Wochenende! Jetzt muß ich erstmal alles sortieren und fange einfach mal an, so einiges aufzuschreiben. Am Wochenende waren die Radrenntage in der City Nord – eine große Rennveranstaltung, die komplett ehrenamtlich organisiert wird. Dafür erstmal Riesen Dankeschön.

Wir haben uns schon gleich am Samstag Morgen auf den Weg gemacht, um die Sportler anzufeuern. Der erste Renntag war geprägt vom Einzelzeitfahren.

Über 5 Stunden ging es in allen denkbaren Kategorien für Einzelzeitfahrer auf den ca. 1,7 km langen Rundkurs. Den Anfang machten die Jedermann und –frauen. Es folgten den Vormittag über bis in den frühen Nachmittag hinein von U11 bis Elite nahezu alle Klassen. Hier konnte man die ganze Bandbreite des Sports beobachten. Nicht nur alters- und leistungsmäßig war die Bandbreite groß. Auch in Sachen Anspruch und Material war hier alles vertreten. Da waren sehr ambitionierte Fahrer mit Zeitfahrrad und -helm genau so auf der Strecke wie „normale“ Rennradfahrer, die einfach nur mal so zum Spaß dabei sein wollten. Einfach mal Zeitfahren

ausprobieren. Warum auch nicht ...? Hauptsache, man hat Spaß. Und wer weiß, vielleicht hat der eine oder andere ja Blut geleckt ...

Beim Einzelzeitfahren – wie auch einen Tag später beim Mannschaftszeitfahren – ist jeder Teilnehmer selbst dafür verantwortlich, die richtige Anzahl an Runden zu fahren. Schön, wenn man sich hier seine privaten Helfer mitgebracht hat. Dann muß man nicht selbst zählen.

Wir waren nicht die ganze Zeit vor Ort, denn parallel zu dieser Veranstaltung lief ja noch die Velo Hamburg. Dort haben wir zwischendurch auch noch vorbeigeschaut. Dazu später an anderer Stelle mehr.

Aber pünktlich zum Rundstreckenrennen für Jedermann waren wir wieder vor Ort. Im Vergleich zum Einzelzeitfahren kann man hier natürlich viel besser beobachten, wie sich so ein Rennen entwickelt und wer wo positioniert ist. Für den Zuschauer ist das sicherlich deutlich interessanter als Zeitfahren. Ich empfand das Rennen jedenfalls als extrem kurzweilig. Durch den Rundkurs kamen die Fahrer ja auch sehr oft am Start-/Zielbereich vorbei. Und so sahen

wir erst, wie sich ein Fahrer absetzen konnte. Später gesellte sich ein zweiter dazu. Beide konnten sich Runde für Runde vom Hauptfeld entfernen und machten so im Zielsprint den Sieg unter sich aus.

Genau so auf der Strecke wie „normale“ Rennradfahrer, die einfach nur mal so zum Spaß dabei sein wollten. Einfach mal Zeitfahren ausprobieren. Warum auch nicht ...? Hauptsache, man hat Spaß. Und wer weiß, vielleicht hat der eine oder andere ja Blut geleckt ...

Beim Einzelzeitfahren – wie auch einen Tag später beim Mannschaftszeitfahren – ist jeder Teilnehmer selbst dafür verantwortlich, die richtige Anzahl an Runden zu fahren. Schön, wenn man sich hier seine privaten Helfer mitgebracht hat. Dann muß man nicht selbst zählen. Wir waren nicht die ganze Zeit vor Ort, denn parallel zu dieser Veranstaltung lief ja noch die Velo Hamburg. Dort haben wir zwischendurch auch noch vorbeigeschaut. Dazu später an anderer Stelle mehr.

Aber pünktlich zum Rundstreckenrennen für Jedermann waren wir wieder vor Ort.

Im Vergleich zum Einzelzeitfahren kann man hier natürlich viel besser beobachten, wie sich so ein Rennen entwickelt und wer wo positioniert ist. Für den Zuschauer ist das sicherlich deutlich interessanter als Zeitfahren. Ich empfand das Rennen jedenfalls als extrem kurzweilig. Durch den Rundkurs kamen die Fahrer ja auch sehr oft am Start-/Zielbereich vorbei. Und so sahen wir erst, wie sich ein Fahrer absetzen konnte. Später gesellte sich ein zweiter dazu. Beide konnten sich Runde für Runde vom Hauptfeld entfernen und machten so im Zielsprint den Sieg unter sich aus.

Danach waren die ganz kleinen Nachwuchsfahrer dran: Bambini-Rennen. Aufgeregte Kinder – und teils noch aufgeregte Eltern – warteten mit ihren Kinderrädern und Laufrädern auf den Start, um zwei Runden auf einer abgekürzten Kinderrunde zu absolvieren. Großartig, wie diese Kleinen voller Begeisterung dabei sind. Wirklich ein Highlight!

Der komplette Bericht auf www.helmuts-fahrrad-seiten.de

(Gastautor: Sonja)



Pokale Gravuren Schilder Stempel Aufkleber

KÖNIG GmbH
Gravuren+Schildertechnik

T-Shirt Druck

Pokale für Sieger ...



...und Besiegte

Langenhorner Chaussee 360
22419 Hamburg

Tel.: 040 / 5 31 21 77
Email: info@schilderkoenig.de

www.schilderkoenig.de

Zwischensprint bei Kilometer 20?

Wir hier oben können das ab.

wittenseer.de



Wittenseer
Aus Liebe zum Norden.

Ein Deutscher Meister ist unter uns



TISCHTENNIS] Und der heißt Rene Graumann von der SG Hansa Basler des BSV Hamburg. Wir waren leider nicht vor Ort, aber uns wurde berichtet, es war wohl ein spannendes Wochenende am 11. und 12. April 2019 in Bruchköbel bei Hanau. Es liefen die Deutschen Meisterschaften im Para-Tischtennis der Klassen 6-10 und AB. AB heißt „Allgemeine Behinderung“ aber

die ist Rene Graumann nicht anzusehen, denn er hat gelernt, mit den schweren Folgen einer Kopfoperation zu leben. Das kann er inzwischen so gut, dass er den großen Coup landete und in der Klasse AB den Deutschen Meistertitel abräumte. Angetreten ist er dort mit einer Nennung des TSV Rostock Süd e.V.

Wer also ist Rene Graumann und woher kennen wir ihn? Zu allererst ist er ein netter Kerl und wir hatten bereits mehrere Gelegenheiten, seine Erfolge mit ihm zu feiern. Er setzte sich im vergangenen Jahr bei seiner ersten Teilnahme am Mixed-Turnier auf Anhieb mit Platz 1 bei den Herren durch und sicherte sich auch den ersten Platz in der Klasse VB bei den

Hamburger Einzelmeisterschaften des BSV-Hamburg. Auf der Internet-Seite www.tischtennis-in-rostock.de gibt es einen ausführlichen Bericht zum Nachlesen und auch wir gratulieren Rene Graumann recht herzlich zu seinem großen Erfolg.

(Ronald Geduhn)



Rene als Sieger beim Mixed-Turnier 2018 (rechts)



Rene siegt in der Klasse VB bei den HEM 2019 (Mitte)

Der Kioskbetrieb in der Sporthalle Sachsenweg



TISCHTENNIS] Ach ja, noch etwas: wir wollen nicht vergessen, zu erwähnen, dass das Ehepaar Rowedder uns wieder wunderbar mit tageszeitlich wechselnden Speisen und Getränken zu fair kalkulierten Preisen versorgt hat.

Die Beiden machen das übrigens inzwischen seit 25 Jahren und wie sie mir erzählten, ausschließlich für Tischtennisturniere. Wir finden, die Beiden verdienen auch mal ein großes Lob.

Besonders, wenn man bedenkt, wie lang so ein Turniertag wird. Ware besorgen und vorbereiten, damit startet für die Rowedders der Tag lange bevor wir die Schlä-

ger zur Hand nehmen. Wenn wir die letzten Siegerehrungen genießen, sind die Beiden noch immer bereit, ein letztes Getränk zur Feier des Tages zu verkaufen und erst danach räumen sie

die kleine Küche aus und schaffen alles zu sich in den Keller. Ein 14-Stunden-Tag ist da also durchaus Satz. Das nenne ich auch mal sportlich. Also auch für Eure Leistung ein herzliches

Dankeschön. Insgesamt betrachtet haben wir wieder zwei tolle Turniertage erlebt mit vielen sportlich mitreißenden Wettkämpfen und – auch wie immer eigentlich – viel guter Laune und trotz Ferienanfangs doch einer zahlenmäßig guten Beteiligung.

So mancher Spieler verließ die Halle mit zufriedener Erschöpfungsgefühl in den Knochen und freute sich, dabei gewesen zu sein. So soll es sein.

(Ronald Geduhn)



Ehepaar Rowedder versorgte alle mit Speisen und Getränken

Faustball Abschluß Saison 2018/2019



FAUSTBALL] Die Saison 2018-2019 konnte sowohl beim Punktspielbetrieb als auch beim Training – ohne Problem durchgezogen werden. Es hat keine Änderungen gegeben, die gleichen Mannschaften und Spieler wie in der vorhergehenden Saison.

Sporthalle Lohkamp

Wie in den Vorjahren waren die Mannschaften von Weiß – Blau Allianz, Beiersdorf, Feuerwehr und Signal – Iduna dabei. Pro Spielabend waren jeweils 3 Mannschaften mit Hin- und Rückspielen beteiligt, eine Mannschaft war spielfrei.

Die Mannschaft von Feuerwehr war die ganze Saison sehr konstant und dominant! Blau-Weiß Allianz hielt gut mit. Damit wurde erneut die BSG Feuerwehr Hamburger Faustballmeister Herren im Betriebssport!

ERGO-Sporthalle

Auch hier in der Seniorenrunde standen vier Mannschaften – Weiß -Blau Allianz, Beiersdorf, Ergo sports und Signal Iduna im Wettstreit. Gespielt wurde einmal im Monat. Im Gegensatz zu den vergangenen Jahren konnte Weiß-Blau Allianz diesmal nicht den Titel verteidigen. Durch das Fehlen ihres Schlagmanns bei einigen Abenden wur-

den deutlich weniger Punkte geholt. Durch das bessere Ballverhältnis konnten sie aber noch den 3. Platz halten. Dafür zeigte sich Signal-Iduna mit Hilfe von Ersatzleuten aus der Feuerwehr sehr stark und wurde damit BSG Signal Iduna Hamburger Faustballmeister Senioren im Betriebssport! In der nächsten Saison wird Signal Iduna offiziell eine Spielgemeinschaft mit Feuerwehr bilden. Wir treffen uns hier nur einmal im Monat, aber für alle ist dieser Abend immer ein besonderer Event mit vielen guten Gesprächen am Spielfeldrand.

Ausblick auf die neue Saison
Weiterhin steht uns für die Saison die Kleinfeldhalle in der Schule Lohkamp am Montag zur Verfügung und die ERGO-Halle einmal im Monat. Die Punktspiele und das Training sind bereits im vollen Gange!

Hoffen wir, dass alle in der kleinen Faustballgemeinde gesund bleiben und wir unseren schönen Sport noch lange betreiben können. Es wäre schön, wenn doch der Eine oder Andere zu uns kommen würde – es macht richtig Spaß!! Viel Freude in der neuen Saison.

(Günter Andrae)

Pokalturnier 2019 / Senioren in der ERGOsports

FAUSTBALL] Am 3.4.2019 trafen sich die Faustballer der Seniorenpunktspiele zum traditionellen Pokalturnier in der ERGO sports Halle.

Dieses Turnier beendet die Punktspielsaison 2018/19. Im Gegensatz zu den vorhergehenden Punktspielen war die Teilnehmerzahl sehr gering, sodass sich die Teams gegenseitig aushelfen mussten. Dadurch wurden zum einen die Spielstärken der einzelnen Teams im Vergleich zu den Punktspielen verändert, sodass es keinen klaren Favoriten gab.

Zum anderen musste jeder Spieler mehr Spiele machen und sich die Kräfte gut einteilen.

Sehr knapp konnte sich Signal Iduna auf Platz 2 vor ERGO sports durchsetzen. Beiersdorf kam auf Platz 4. Durch die aus-



Faustball Senioren Pokalrunde 2019

geglichenen Mannschaftsstärken gab es sehr spannende, intensive Spiele, die oft erst im letzten Viertel des Spieles entschieden wurden.

Der Pokal ging, wie auch 2018, wieder an die WB Allianz Mannschaft. Herzlichen Glückwunsch dazu. Nach dem Turnier wurde noch mit einem Kaltgetränk angestoßen. Vielen Dank an Jens.

Ich möchte allen Teilnehmern für den Einsatz danken und den Mannschaften zu den Platzierungen gratulieren.

(Alwin Habeck)



Salzburg 2019 – Erfolgreiche Spiele für Hamburger Leichtathletinnen und Leichtathleten

EUROPAMEISTERSCHAFT] Ende Juni 2019 war Salzburg das Zentrum des Betriebssports in Europa. Über 7.000 Betriebssportlerinnen und Betriebssportler aus 25 Ländern wetteiferten um die begehrten Medaillen. Wie bei den zurückliegenden Spielen trugen die Leichtathletinnen und Leichtathleten des BSV Hamburg mit ihren Erfolgen dazu bei, dass Deutschland im Medailenspiegel wieder den 1. Platz belegte. Bei hochsommerlichen Temperaturen von weit über 30 Grad wurden an zwei Tagen die Bahnwettbewerbe durchgeführt. Etwas zu gute Bedingungen für Sprinter, Springer und Techniker, eine Herausforderung für die Mittel- und Langstreckler.

Dauergast auf dem Siegespodest und damit erfolgreichste Hamburger Sportlerin wurde Monika Toggler/NDR. Ihre Starts auf den Laufstrecken von 200m bis 5.000m wurden stets mit einer Medaille belohnt. Den drei Goldmedaillen über 200m, 1500m und 5000m in der AK E (60 Jahre und älter) folgten zwei Silbermedaillen für ihre Starts über 400m und 800m. Stefan Mahn/Basler war erstmalig bei Europäischen Betriebssportspielen dabei und grüßte zweimal von der obersten Stufe des Siegespodestes seine Fans. Mit deutlichem Vorsprung siegte er über 200m und 400m in der AK D (51-60 Jahre), knapp geschlagen belegte er Platz 2 im 100m-Sprint.



800m Lauf



Vier Hamburger Sprinter



Vier fröhliche Hamburgerinnen

Auf den letzten Metern überholte Jörn Esemann/Haspa (AK E) noch mehrere Mitstreiter und fügte seiner Medailiensammlung eine weitere Bronzemedaille hinzu. Über die gleiche Distanz konnte sich David Alexander/Leser in der AK C (41-50 Jahre) ebenfalls über Platz 3 freuen. Mit jeweils Silber und Bronze wurden die kämpferischen Leistungen von Thomas Ebel/NDR (AK D) und Uwe Lüders-Bahlmann/NDR (AK E) über 1500m und 5000m honoriert. Über eine Stadionrunde sowie im 800m-Lauf wurde Katja Baumann/ERGOsports (AK C) Vize-Europameisterin. Beim 1500m-Lauf und 5000m-Lauf war Jutta Glöde/Lufthansa SV

(AK D) knapp an einer Medaille vorbei gelaufen, groß war die Freude bei Jutta, nachdem sie als Drittplatzierte des 800m-Laufes zur Siegerehrung aufgerufen wurde.

Während bei den Laufdisziplinen die Hamburger Sportlerinnen und Sportlern zahlenmäßig gut vertreten waren, beteiligten sich nur wenige an den Sprung- Stoß- und Wurfwettbewerben. Für seinen weitesten Satz wurden für Stefan Mahn 5,14m gemessen, das war der zweitbeste Sprung in seiner AK. Hanno Heubel/NDR und Katharina Höhn/SG Stern fehlten nur wenige Zentimeter an einer Medaille. Ralph Behrens/Lufthansa SV war der einzige und damit auch beste Hamburger beim Kugelstoßen sowie beim Hochsprung.

Beim ECSG City Run über 5 km bzw. 10 Km am Abschlusstag war man bei immer noch tropischen Temperaturen gut beraten, die von freundlichen Helfern ange-

botenen Wasserbecher anzunehmen. Gut erholt von seinem Start beim Radrennen am Vortag zeigte sich Peter Tilch/HPA und lief beim 5 Km-Lauf in der AK E auf den 2. Platz. Keine Läuferin des 10 Km-Laufes war in der AK E schneller als Dagmar Kleinmeyer/HEK. Uwe Lüders-Bahlmann lief in seiner AK auf Platz 2. Jutta Glöde, Monika Toggler und Thomas Herrmann/HEK (AK E) strahlten, als ihnen bei den Siegerehrungen Bronzemedailen umgehängt wurden.

Salzburg war für die Leichtathletinnen und Leichtathleten des BSV Hamburg eine Reise wert. Als Lohn für ihren erfolgreichen Einsatz bei extrem warmen Temperaturen wurden 24 x Hamburger Sportler*innen zur Siegerehrung gebeten und freuten sich über sechs Gold-, zehn Silber- und acht Bronzemedailen. Lob und Anerkennung allen Aktiven, auch denen, deren Motto lautete: Nicht der Sieg sondern die Teilnahme ist wichtig.

Die 23. Europäischen Spiele finden 2021 in Arnheim statt. Bis dahin sollte von den Verantwortlichen der EFCS die für die älteren Aktiven unbefriedigende AK-Einteilung verbessert werden. Dem Gedanken des Betriebssports entspricht es, dass Sportlerinnen und Sportler auch nach der Beendigung ihres Berufslebens durch weiteren aktiven Sport in ihrer BSG den Kontakt zu ihren ehemaligen Kollegen aufrechterhalten. Die Ergänzung mit einer AK 70+ würde dem Wunsch vieler Betriebssportler entsprechen.

(Orlo)

Ralph Behrens beim Kugelstoßen

Rotation Cup 2019



TENNIS | Sensationelle 52 Spielerinnen und Spieler auf 13 Plätzen, fanden sich zum Aufschlag des Mixed Turnieres auf der Anlage an der Wendenstraße ein. In 25 Minuten Spielen, mit immer

wieder neu zugelosten Spielpartnern, mussten möglichst viele Spielpunkte gesammelt werden. Danke allen Organisatoren und Helfern, besonders Location Coach Guido Eberhard, der eine

blitzsaubere Turnierleitung hinlegte, sowie Karsten Marsch und Team für die Betreuung.

Informationen rund um die Tennissport im BSV haben

wir auf bsv-hamburg.de/tennis aufgeführt. Bilder und aktuelles vom weißen Sport findet man nun auch auf [facebook/bsvhamburgtennis](https://www.facebook.com/bsvhamburgtennis)



Mixed Turnier auf der Anlage des BSVs an der Wendenstraße

Steeldarts!



DARTS | Als Vorbereitungsturnier zur Deutschen Betriebs-sportmeisterschaft, veranstaltet der BSV Hamburg am 7. September ein 501, double out Turnier im Cafe Kö, Winterhuder

Weg 40. Anmeldungen ab sofort unter: darts@bsv-hamburg.de

Ab Oktober ist wie beim Billard eine Trunierserie gep-

lant, die vier wöchentlich alle BSV Hamburg Aktiven an die Scheibe ruft. Näheres unter: bsv-hamburg.de oder auf [facebook/bsv-hamburg-darts](https://www.facebook.com/bsv-hamburg-darts)



Indoorgolf die nächste

GOLF | Im April offiziell eröffnet, finden sich immer mehr BSV Golfer aus den 50 Mitgliedsunternehmen mit Sparte Golf. Es ist nicht einfach nur der kurze Weg, nach Abschlag und Drive den Ball zu holen und erneut zu schlagen, sondern die vielfältigsten Analyse-möglichkeiten des derzeit meistgenutzten Videosystems in der Golf-szene: Trackman. Ob mit oder ohne Trainer lässt sich jeder Schlag ganz genau analysieren, um auch dem geübtesten Aktiven noch Potentiale aufzuzeigen. Vorführungen nach Absprache sind unter indoorgolf@bsv-hamburg.de möglich, ebenso wie Saisonbuchungen oder Anfragen für Events und Schulungen.



(Redaktion)

Herzlichen Glückwunsch



Alle Sieger der Hamburger Meisterschaft im Golf 2019

Was war das für ein Triathlon Fest?



IRONMAN | Die Bühne des Cruise Centers in der Hafencity war noch warm von den Profis, als unsere Betriebs-sportathleten im feierlichen Rahmen geehrt worden sind.

Erstmals fanden die 11. Betriebs-sportmeisterschaften auf der Langdistanz beim 3. Ironman 2019 in Hamburg statt.

Bei der Megastimmung auf dem Rathausmarkt feierten tausende Zuschauer entlang der Strecke die Eisenfrauen und Eisenmänner. Berichten zu Folge war die Stimmung auf dem Laufkurs entlang der Binnen- und Außenalster mit nichts bisher Dagewesenem zu vergleichen.

Dazu beitragen konnten wir mit unserem BSV Hotspot an der Außenalster. Mit Musik, kühler Getränken und jede Menge Applaus haben wir jeden einzelnen unserer Betriebs-sportathleten ins Ziel gepusht. Sogar ein blauer Hase soll dabei gewesen sein.

Die Gänsehautmomente waren jedenfalls unvergesslich. Das schreit nach einer Wiederholung im nächsten Jahr. Wenn alles gut geht, machen wir als Betriebs-sport den nächsten Schritt: wir holen die Deutsche Meisterschaft nach Hamburg. Den Termin 21.06.2020 gilt es jetzt schon mal zu blocken!

(Frank Hillebrecht)



Premierenmeister! Weltweit die erste Firmenwertung in einem IRONMAN Triathlon Langdistanzwettbewerb durch den BSV Hamburg. Von links nach rechts: Katharina Voss, Asklepios die für Nina Schulz, Lufthansa SV (13:32:02 h) den Pokal für den 3. Platz entgegennahm, Ines Kersten, BSG NDR (13:21:52 h), Platz 2 und Championess Carmen Rehkopf, DAK Gesundheit (12:13:18 h). Daneben Marek Milewski, SG Stern (10:58:39 h), Platz 3, Andreas Peppel, Hamburger Laufladen (9:55:27 h) und Champion Maximilian Reisert, SG Airbus (9:42:10 h). Herzlichen Glückwunsch!

We're going to sing – 28. BSV-Chorkonzert in der Laeishalle Hamburg

CHOR 1 Der diesjährige Konzertabend im kleinen Saal der Laeishalle wurde um 18.00 h vom Geschäftsführer des BSV Hamburg – Herrn Ulrich Lengwenat-Hahnemann – eröffnet. Herr Lengwenat-Hahnemann begrüßt das Publikum und berichtet in seiner Rede u.a. von der 4. Hamburgiade unter der Schirmherrschaft von Andy Grote, dem Senator für Inneres und Sport. Unter den Gästen befand sich auch der Präsident des Betriebssportverbandes Hamburg, Herr Bernd Meyer, der ebenfalls herzlich willkommen heißen wurde. Im Anschluss daran übernahmen Ingo Scholz (Die Techniker) und Olaf Buckreus (Otto Group) die Moderation und führten – neben ihren eigenen Auftritten in den Chören „TKantate“ (Chor der Techniker Krankenkasse) und „Ottoneans“ (Chor der Otto Group Hamburg) durch den Abend.

Chor des Lufthansa SV

Kazuo Kanemaki startet mit seinem Chor – dem Chor des Lufthansa Sportvereins – in den musikalischen Reigen. In seiner verbalen Eröffnung geht Kazuo Kanemaki auf den Titel „Moero“, einem japanischen Traditionslied ein, das zum Gegenstand hat, dass sich alle Tiere im Wald im Dezember - zur Neige des Jahres – zusammenfinden, um gemeinsam Zeit zu verbringen. Moero steht dabei für Wärme, Lagerfeuer oder auch Gemeinsamkeit – hier kann der Zuhörer seiner Phantasie freien Lauf lassen. Dieser Vorrede folgte der Auftritt des Chores und die Zuhörer konnten das verbal gezeichnete Bild den Anregungen von Kazuo Kanemaki musikalisch assoziieren. Darüber hinaus wurden „You raise me up“, „Wenn ich ein Glöcklein wär“ und ein „Ave Verum“ ausdrucksstark zum Besten gegeben.

ERGO cantamus

Der Chor ERGO cantamus unter der Leitung von Thekla Jonathal nahm auch in diesem Jahr wieder am BSV-Konzert teil. Traditionsbewusst besang der Chor den Frühling („Lieber Frühling sei begrüßt“), sang ein Lied aus Dalmatien und berichtete musikalisch in einem kroatischen Lied von der Schönheit der dort lebenden Mädchen und der Konkurrenz zweier Dörfer um genau die Schönheit dieser Mädchen, wünschte allen musikalisch einen schönen Tag („Have a nice day“) und gab den Hinweis „Mit Musik geht alles besser“. Thekla Jonathal hatte eine klare Botschaft an das Publikum: Genießen Sie den Tag.

Frauenchor musica mundi e.V.

Es folgte der Frauenchor Musica Mundi unter der Leitung von Patrick Scharnewski in der Auftrittsfolge und bestach durch einen Auftritt, der von Musical- und Film-Einflüssen geprägt war. Neben „Ich hätt getanzt heut Nacht“ (My Fair Lady), „Que Sera“ (Der Mann, der zu viel

wusste) wurden zwei Titel aus dem auch in Hamburg erfolgreichen Musical Mary Poppins präsentiert („Chim Chim Cherie“ und „Supercalifragilisticexpialidocious“). Der Chor begeisterte das Publikum durch die Freude am Singen, die sich auch in den lächelnden Gesichtern der Sängerinnen widerspiegelte.

Gemischter Chor der Hamburger Hochbahn

Patrick Scharnewski, der als Chorleiter nicht nur musica mundi, sondern ebenso den Gemischten Chor der Hamburger Hochbahn musikalisch leitet, trat mit musica mundi nach links von der Bühne ab, um – Sekunden danach – von rechts wieder auf die Bühne zu treten, um den musikalischen Abend mit dem Gemischten Chor der Hamburger Hochbahn fortzusetzen. In seiner Einleitung zum Auftritt dieses Chores berichtet Scharnewski über das Auftragswerk von Udo Jürgens für die Deutsche Fernsehlotterie im Jahre 1971 „Zeig



TKantate



Frauenchor musica mundi



Ottoneans

mir den Platz an der Sonne“, das einen Tag nach dem Geburtstag Scharnewskis veröffentlicht wurde. Der Chor sang darüber hinaus das Lied „Über sieben Brücken musst Du gehen“, das – zwar von Peter Maffay interpretiert – von der Band Karat gesungen wurde (Komposition Ed Swillms, Text Helmut Richter). Das „Mailied“ und „Die Gedanken sind frei“ runden den Auftritt dieses Chores ab.

TKantate

Nach der Pause startet der Chor der Techniker Krankenkasse „TKantate“ unter der Leitung von Catrin Jacobsen in die zweite Halbzeit. Der Chor beginnt mit einem Titel „Totale Finsternis“ und entführt das Publikum damit in die Welt des Musicals „Tanz der Vampire“. Es folgen ein mehrstimmiges accapella vorgebrachenes schwedisches Trinklied mit dem Titel „Bort allt vad or gör“ sowie der Titel „How deep is your love“ – eine Pop-Ballade der BeeGees. Aus dem Film The Greatest Showman – der Filmografie des Zirkuspioniers P.T. Barnum wird anschließend der Titel „A million dreams“ dargebo-

ten, um letztlich – hinter Masken – aus dem Musical „Das Phantom der Oper“ den Titel „Maskenball“ zu präsentieren. Auch in diesem Jahr hat es dem Chor wieder sehr viel Freude bereitet, das Publikum begeistert zu haben.

Ottoneans

(Chor der Otto Group Hamburg)

Wieder einmal bunt und notenlos präsentieren die Sängerinnen und Sänger des Chores der Otto Group Hamburg unter der Leitung von Michael Zlanabnitig einen Teil Ihres Repertoires. Der erste Titel „Free your soul“ wird ganz nah am Publikum am vordersten Rand der Bühne vorgebracht. In Chorformation geht es dann auf dem Podest mit dem Grönemeyer-Titel „Land unter“ weiter, der im Auditorium die eine oder andere Gänsehaut verursacht. Mit „I want to know what love is“ wurde das Publikum zum Mitsingen eingeladen. Der Auftritt endete mit dem – wieder in „offener Formation“ nah an der Bühne vorgetragenen Titel „Walking on sunshine“, zu dem viele Hände und Füße des Publikums in Bewegung versetzt wurden.

Gemeinsames Singen von TKantate, Ottoneans und dem Publikum

Nach dem Auftritt der Ottoneans findet erstmalig in der Geschichte des BSV-Chorkonzertes eine Neuerung statt. Der Chor TKantate gesellt sich noch zu den auf der Bühne stehenden Ottoneans. Beide Cöre tragen – unter der gemeinsamen Leitung von Catrin Jacobsen und Michael Zlanabnitig – in der Laeishalle vor und bewegen das Publikum dazu, mitzusingen.

Zunächst wird der ABBA-Klassiker „Danke für die Lieder“ angestimmt für das Publikum gab es entsprechende Textzettel. Der Applaus gab dieser Neuerung recht. Das Publikum sang fröhlich mit.

Im Anschluss daran wird mit dem Publikum der Kanon „Dona nobis pacem“ angestimmt. Der gemeinsame Chor von TKantate und Ottoneans bildeten die erste Stimme, das Publikum wurde in zwei weitere Stimmen unterteilt und der Kanon 3 stimmig gesungen. Die Laeishalle erlebte somit einen mehrere hundert Stimmen großen Chor.

Beendet wurde der Abend mit dem Heidi Kabel – Klassiker „In Hamburg sagt man Tschüss“. Wir freuen uns schon jetzt auf das BSV-Chorkonzert im Jahr 2020.

(Ingo Scholz, TK)



ERGO cantamus



Chor des Lufthansa SV



gemischter Chor der Hamburger Hochbahn



Gemeinsamer Auftritt der Chöre TKantate und Ottoneans



Die Hamburgiade 2019 bricht mehrere Rekorde!

Die 4. Auflage der vom BSV organisierten HAMBURGIADE Company Games hat neue Maßstäbe gesetzt. Neben einer neuen Rekord-Teilnehmerzahl von knapp 8.000 Aktiven in über 50 Sportarten wuchs auch die Anzahl der teilnehmenden Unternehmen aus der Metropolregion von 250 auf über 400 an! Aber auch was die öffentliche Wahrnehmung angeht, konnte die Hamburgiade in diesem Jahr einen deutlichen Schritt nach vorn machen: Neben festen Medienpartnern wie dem Abendblatt oder Hamburg 1 TV berichteten mehrere TV- und Radiosender von den Wettkämpfen zwischen dem 11. und 26. Mai.

Unter der Schirmherrschaft des Hamburger Innen- und Sportsenators Andy Grote boten über 200 Einzel- und Teamentscheidungen auch in diesem Jahr wieder allen Sportbegeisterten die Möglichkeit, sich und ihr Unternehmen im Medaillenspiegel zu platzieren. Dabei freuten sich die Teilnehmenden nicht nur über gänzlich neue Sportangebote wie zum Beispiel Hamburgs ersten Indoor Triathlon überhaupt, sondern auch über abwechslungsreiche Standorte wie den Wilhelmsburger Inselepark, die Sporthalle Hamburg, die Golf Lounge oder auch den neu gestalteten BSV-Sportpark in der Wendenstraße.

Sieger des Medaillenspiegels wurde ERGO Sports vor OTTO und der Hamburger Sparkasse. Auch die großen Lauf- und Radwettbewerbe in der City Nord oder die Drachenbootrennen in der Hafencity zogen mehrere tausend Zuschauer an. Niedrigschwellige Trendsport-Wettbewerbe wie Tischkicker, Cross Boccia, Disc Golf oder Teppichcurling rundeten das Programm genauso ab wie klassische Betriebssportarten wie Kegeln und Darts.

„Wir haben uns im Organisationsteam bewusst etwas breiter aufgestellt und das Konzept ist sehr gut aufgegangen. Die Hamburgi-

ade hat sich 2019 endgültig als größtes Multi- und Breitensportevent der Metropolregion etabliert. Dazu haben wir einige neue Partner gewonnen und werden die Veranstaltung auch nachhaltig für den Ausbau des BSV-Netzwerks nutzen“, zog BSV-Präsident Bernd Meyer ein durchweg positives Fazit.

Auch Hamburgs Sportsenator Andy Grote lobte die Hamburgiade als wichtigen Baustein des Active-City-Konzepts der Stadt Hamburg: „Die hohen Teilnehmerzahl und die in dieser Form einmalige Sportartenvielfalt zeigt die Bedeutung der Hamburgiade für uns als Active City. Als

größtes Multi- und Breitensportevent ist diese Veranstaltung ein wichtiger Baustein, die Menschen für Bewegung und Sport in unserer Stadt zu begeistern“, so Grote. Neben der Global Active City und der Deutschen Bahn zählten in diesem Jahr vor allem der langjährige BSV-Partner Fitness First, Lotto Hamburg, die AOK und die HASPA zu den wichtigsten Förderern des Events. Daneben wurden mit



Kooperationspartnern wie Bäderland oder auch der Polizei Hamburg gemeinsame Kommunikationsmaßnahmen umgesetzt, die für eine deutlich erhöhte Wahrnehmung und Reichweite sorgten.

Neu im Programm war 2019 ein großes Familien-Abschlussfest für alle Teilnehmende, Partner und Förderer der Veranstaltung im BSV-Sportpark in der City Süd, dem auch Staatsrat Sport Christoph Holstein einen ausführlichen Besuch abstattete. Dabei begeisterten ihn und die anderen Besucher vor allem die Trendsportangebote, aber auch die Blindentennisspieler, die einen Teil des wachsenden

inkluisiven Hamburgiade-Angebots darstellten.

Im kommenden Jahr wird die Hamburgiade vom 5. bis zum 21. Juni ausgetragen, geplant sind wieder über 50 verschiedenen Sportangebote an gut einem Dutzend Strandorten in ganz Hamburg. Für 2020 hat das Organisationsteam bereits einige Weiterentwicklungen des Formats angedacht. So soll es zum Beispiel eine „Road to Hamburgiade“ mit mehreren „Pre-Events“ ab Oktober geben, als neuer Standort ist unter anderem das Gelände des Kooperationspartners HSV e. V. am Ochsenzoll angedacht.

„Wir wollen das Konzept soweit ausbauen, dass wir 2020 bis zu 10.000 Teilnehmer erreichen können. Wenn wir auf die gelungenen Bausteine von diesem Jahr aufbauen und noch einige neue Partner gewinnen, sind wir sehr zuversichtlich, dass wir diese Marke schon im kommenden Jahr knacken können“, so Organisationschef Alexander Jamil von der BSV-Servicegesellschaft.

Ansprechpartner für die Medien: Jörg Schonhardt
BSV-Hamburg Servicegesellschaft UG
 Wendenstraße 120 | 20537 Hamburg
joerg.schonhardt@bsv-hamburg.de | Telefon: 0172 – 40 69 755



Medaillenspiegel Unternehmen

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
1	ERGO Sports	12	3,75	7,5	23,25
2	OTTO	10	10,3	5,25	25,55
3	Hamburger Sparkasse	9,5	6	4,6	20,1
4	HELM AG	8,75	3	2	13,75
5	Berenberg	8	5	5	18
6	Lufthansa	7,5	7	9	22,5
7	SG Stern	6,25	5,25	1	12,5
8	Allianz	6	3	3	11
9	Airbus	4	7	7	18
10	Hochbahn	4	5	6	15

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
11	Jungheinrich	4	4	3	11
12	Unilever	4	4	2	10
13	Fit im BSV	4	3	3	10
14	DESY	4		1	5
15	Hamburger Laufladen	3,5	3	1	7,5
16	Kurt Gaden	3,5	2	1	6,5
17	Gast	3	9	4	16
18	Commerzbank	3	6		9
19	Signal Iduna	4	4	2	10
20	Asklepios	3	0,75	1	4,75

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
61	Parklane Capital	1			1
62	Public Imaging	1			1
63	Runner World	1			1
64	Seals Bikefitting	1			1
65	Senvion GmbH	1			1
66	S'tatics	1			1
67	Stiftung Leistungssport	1			1
68	Walter Messner GmbH	1			1
69	ZPD	1			1
70	Deutsche Bahn AG	1			1

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
61	Athletico Bacardi	0,5	1	2	3,5
62	Bramin	0,5		0,25	
63	AutoLiv	0,5			
64	Pöyry		2	3	5
65	Feuerwehr		2	1,5	3,5
66	Symbolic Link		2	1,5	3,5
67	Basler Versicherungen		2	1	3
68	Stadtreinigung Hamburg		2	1	3
69	EDEKA		1	1	2
70	ELBE Sport		1	1	2

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
21	Philips	2,25	3,25	4	9,5
22	Energie SV Hamburg	2,25	2	5	9,25
23	Hamburger Hochschulen	2	2	2	6
24	HSU Bundeswehr	2	2	1	5
25	TÜV Nord Group	2	2	1	5
26	Polizei Hamburg	2	2		4
27	Beiersdorf	2	1		3
28	Bundesbank	2	1		3
29	Desitin Arzneimittel	2	0,3		2,3
30	Hamburg Wasser	2		2	4

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
31	Techniker Krankenkasse	2		1	3
32	Jumphouse	2			2
33	SG Cycling	2			2
34	NDR	1	4	6	11
35	Jobcenter	1	2,3	2	5,3
36	Deutsche Bank	1	1	1	3
37	Justiz HH	1	1	1	3
38	Bäderland	1	1		2
39	Laufwerk Hamburg	1	1		2
40	Bigpoint GmbH	1		1	2

Königinnen und Könige der Hamburgiade

Rang	Name	Firma	GOLD	SILBER	BRONZE	Gesamt
1	Anna von Beuningen	Hamburger Sparkasse	6	3		9
2	Jason Marcus	HELM AG	7		1	8
3	Lisa Paukstadt	OTTO	3	4	1	8
4	Katharina Hoehn	SG Stern	4	2		6
5	Gerald Friedrichs	ERGO Sports	1	2	2	5
6	Janine Wilhelm	Energie SV Hamburg		1	4	5
7	Margret Warnecke-Jerol	SG Stern		3	1	4
8	Wolfgang Schalkowski	Airbus		3	1	4
9	Dorit Ewers	ERGO Sports	3		1	4
10	Andreas Groneberg	Jungheinrich	1		2	3
11	Marco Kosbü	Philips		1	2	3
12	Anne Lübbers	Lufthansa			3	3
13	Stefan Kmetsch	Commerzbank	2	1		3
14	Dmitrij Koptev	Berenberg		3		3
15	Sonja Barth	Berenberg		1	2	3
16	Andrea Bock	Bundesbank	2	1		3
17	Ivo Gericke	Lufthansa	2	1		3

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
41	Eurogate	1		1	2
42	Amtsgericht Hamburg	1			1
43	Bresewitz GmbH	1			1
44	BSB	1			1
45	Condor Versicherungen	1			1
46	Corpus	1			1
47	DAK	1			1
48	Deepshore	1			1
49	Denta Point	1			1
50	Dessous Sport	1			1

RANG	BSG/FIRMA	G	S	B	Gesamt
51	Deutsche Telekom	1			1
52	Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt	1			1
53	Dr. Wentzel Vertriebs GmbH	1			1
54	Evotec AK	1			1
55	intersoft consulting services AG	1			1
56	KPMG AG	1			1
57	Krankenhaus Wilhelmsburg	1			1
58	Massage Praxis Loll	1			1
59	Müller Tankanlagen	1			1
60	Olympus	1			1

Denk Events



Information & Buchung

Tobias Ain

10. Oktober

Trau dich

Mit Mut wird alles gut

Die größten Erfolge, die größten Unternehmen und die größten Erfindungen begannen mit einem ersten Schritt, mit einem mutigen Schritt. Ob als Berufseinsteiger, Führungskraft, Geschäftsführer, Vertriebsmitarbeiter, Fachabteilungsleiter, Auszubildender oder kreativer Einzelkämpfer, alle brauchen mehr Mut für bessere Ergebnisse und mehr Erfüllung im Beruf.

Egal in welcher Branche und egal in welcher Karrierestufe, alles verändert sich ständig und mit enormer Geschwindigkeit. Mut zur Veränderung ist eine der Schlüsselkompetenzen in unserer Zeit.

In diesem Vortrag lernen Sie auf unterhaltsame Weise, gespickt mit vielen Geschichten, die Zutaten für mehr Mut kennen. Der Vortrag inspiriert, motiviert und lässt die Zuhörer staunen. Diesen Vortrag vergisst so schnell keiner. Starke Ideen und Impulse animieren die Zuhörer nicht nur zu probieren, sondern endlich zu tun was sie weiterbringt. Der Vortrag aktiviert alle ganz ohne „Tschakka-Gedöns“, aber mit umsetzbaren Ideen.
- Wie man trotz Stress gut schläft

Buchungscode: HH-1010-REGENTA

Mehr Freude, Präsenz und Erfolg durch souveränes Auftreten

Frei reden lernen kann jeder – auch Sie! Das ist das Motto von Margit Lieverz. Denn was braucht es zum freien Reden? Vor allem freie Gedanken! Sich selbst frei sprechen von Ängsten und Sorgen und sich stattdessen auf sein eigenes Ziel zu konzentrieren. Wie das funktioniert und wie Sie schon in kürzester Zeit selbst frei reden können, das erfahren Sie im Impuls-Vortrag von Margit Lieverz.

In ihrem Vortrag „Reden ist Silber – Freireden ist Gold“ (zu dem auch im Mai 2017 ihr Buch erschienen ist) geht es um die Grundsätze der freien Rede und die Wirkung unserer Kommunikation. Wie wirkt was und wie kann ich ganz konkret meine gewünschte Wirkung erzielen. Wie bereite ich mich auf Präsentationen und Vorträge vor, was tun ich bei Lampenfieber und vieles mehr. Als Vortrags-Rednerin liebt sie es, Impulse zu geben, ihr Publikum zum Nachdenken anzuregen und Mut zu machen.

Erleben Sie eine Expertin mit besonderer Ausstrahlung und frischer Art, die mit unterschiedlichen Themen umzugehen weiß und über langjährige Erfahrung in der Event-Branche sowie vor der Kamera genauso wie live auf der Bühne verfügt.

Buchungscode: SE-2011-REGENTA



Information & Buchung

Magit Lieverz



20. November

Reden ist Silber – Freireden ist Gold!

Wie Unternehmen öffentliche Zuschüsse und Fördergelder erfolgreich nutzen

Was es an Zuschüssen und Fördergeldern für welche Unternehmensinvestition gibt und wie aus den über 5.100 Förderprogrammen die richtigen Förderungen genutzt werden können. - dazu führt Sie der mehrfach ausgezeichnete Fördermittel-Experte Kai Schimmelfeder durch den Fördermittel-Dschungel.

Die meisten kleinen, mittleren und mittelständischen Unternehmen haben das Problem, dass sie sich nicht mit den öffentlichen Förderprogrammen, Zuschüssen und Subventionen auskennen. Dadurch verpassen diese Unternehmen die finanziellen und wirtschaftlichen Vorteile und können weniger Geschäftschancen umsetzen. Das führt dazu, dass die Umsatzrenditen und Ertragsrenditen auf Dauer zu gering sind, um den Veränderungen und Ansprüchen der Zukunft gerecht zu werden.

Die Co-Finanzierung notwendiger Unternehmensinvestitionen mit öffentlichen Förderprogrammen führt nachweislich zu mehr Unternehmenserfolg und Zukunftssicherheit.



Information & Buchung

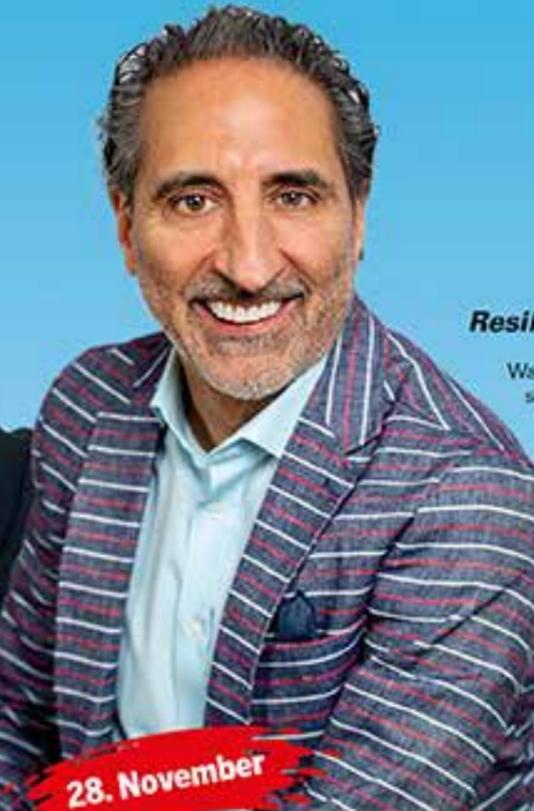
Kai Schimmelfeder

Buchungscode: HH-0711-REGENTA



7. November

Erfolgsfaktor Fördermittel



28. November

Ready...To Discover your Resilience

Resilienz is a choice... YOURS!

Was ist Resilienz überhaupt? Genetisch bedingt oder angeleert? Können wir es doch beeinflussen? Ein Experte im Thema „Never Ever Give Up“ sowohl im wissenschaftlichen Bereich wie durch eigene Erfahrungen erklärt Resilienz und die Vorteile im Alltag und Berufsleben. Resilienz führt zu einem besseren Fokus in den wichtigen Bereichen unseres Lebens und erhöht unsere Lebenszufriedenheit. Durch mehr Lösungsorientierung und Gelassenheit in privaten, wie beruflichen Situationen gehen wir souveräner durchs Leben. Interaktiv werden die Teilnehmer überrascht sein, was wirklich möglich ist. Durch Resilienz das Leben proaktiv gestalten.

Buchungscode: PI-2811-REGENTA



Information & Buchung

Randall Birnberg

Gesundheitsvorträge für Unternehmen

MINIVORTRÄGE] Mit unserem Partner „essential qinetics“ bieten wir Minivorträge im Unternehmen an. Schauen Sie einmal, ob hier auch interessante Themen für Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeiter dabei sind. Sprechen Sie uns gerne an, wir stellen für Sie individuelle Angebote zusammen.



1 Stress und Bewegung – was bringen Yoga Qigong & Co.?

Vor der Arbeit noch geputzt, nach der Arbeit einkaufen und soziale Kontakte pflegen, währenddessen immer erreichbar sein, schnell noch beim Bäcker eine E-mail beantworten. Unser Leben wird immer stressiger. Gleichzeitig fehlt der Ausgleich in Form von erholsamer Bewegung und vor allem dem Abschalten im Kopf. In diesem Vortrag geht es darum, wie Yoga und mentale Entspannungstechniken zu mehr Erholung und damit wieder zu größerer Leistungsfähigkeit beitragen können.

3 Ernährungsmythen

Ernährungs-Mythen sind allgegenwärtig, manche erscheinen unglaubwürdig und trotzdem stellen wir uns häufig die Frage: Stimmt's oder stimmt's nicht? In diesem Vortrag werden die häufigsten Ernährungsmythen einfach und verständlich erklärt und (wenn nötig) Alternativen aufgezeigt.

Kontakt: Melanie Gutzeit

Referentin für betriebliche Gesundheitsförderung beim BSV Hamburg
Tel. 040 – 219 882 115 | melanie.gutzeit@bsv-hamburg.de

Durchführung: Durch unsere Referenten

Anja Blondzik & Jan Winter von essential qinetics

Ort: Räumlichkeiten vor Ort oder beim BSV Hamburg in der Wendenstr. 120

2 Functional Food & Superfood – gesund oder nicht?

Funktionelle Lebensmittel, die zusätzlich zu ihrem reinen Nährwert noch einen gesundheitlichen Nutzen (und meistens noch einen zusätzlichen finanziellen Aufschlag haben). In diesem Vortrag erklären wir, welche dieser zusätzlichen Wirkungen belegt sind und wo es möglicherweise Risiken geben kann.

4 15-Minuten-Auszeit

Der durchschnittliche Büroangestellte sitzt zu viel bewegt sich zu wenig und fühlt sich gestresst. Zeit für Abwechslung! Die 15 Minuten Auszeit bedeutet aktive Entspannung ohne zu sitzen, Bewegung ohne Schwitzen und Erholung für den Kopf.

5 Gesundheitsrisiko Sitzen – welche Übungen helfen wirklich? „Sitzen ist das neue Rauchen!“

Solche oder ähnliche Sätze liest man immer häufiger. Was genau macht zu viel Sitzen mit unserem Körper? Wie hängt Bewegungsmangel mit Ernährung zusammen? Was kann man tun um die Auswirkungen des Sitzens zu verringern?

6 Faszientraining

Faszien sind in aller Munde. Was genau ist dieses wieder entdeckte Gewebe unseres Körpers, wofür ist es, wie kann man es trainieren und was warum sollte man das eigentlich tun? Dieser Vortrag gibt einen kurzen Überblick über die Funktionen von Faszien und den Nutzen von Faszientraining.

Beach- und Fitnesswochenende

AUSZEIT] Endlich ... nach langer Pause hatte der BSV gemeinsam mit dem VTF wieder ein Fitnesswochenende im Maritim Hotel Timmendorfer Strand durchführen können. 23 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus unterschiedlichen Betriebs-sportgemeinschaften freuten sich auf die Trainerin Eva Holdorf-Helmy und ein gemeinsames sportliches Wochenende an der Ostsee. Das Wetter spielte schon einmal mit und die meisten Teilnehmer nutzten es auch aus, vor der ersten Sporteinheit den Strand zu besuchen oder durch die Fußgängerzone zu bummeln.

Dann ging es los und wir lernten in der „Warm-up – Workout“ Stunde unsere Trainerin gleich von ihrer besten Seite kennen. Die Stunde hatte es in sich und wir hatten uns das Abendessen bei einem Functional Ganzkörpertraining hart erarbeitet und auch wirklich verdient. Manche hatten allerdings schon etwas Panik, wie ihr Körper sie am nächsten Morgen begrüßen wird und welche Herausforderung dann auf sie

zukommt und, ob sie sich überhaupt noch bewegen können. Der Samstag begann noch vor dem Frühstück mit Aquafitness im Pool des Hotels. Tatsächlich hatten alle Teilnehmer den Weg dorthin auch gefunden. Die Stunde war total toll und jeder hatte Spaß im Wasser, was nicht zuletzt auch an Eva lag. Das tolle an Eva war, sie braucht eigentlich keine Musik, denn sie konnte jedes Lied, was sie vorturnte, auch wunderbar mitsingen.

Nach dem reichhaltigen Frühstück ging es zum Walken oder Joggen an den Ostseestrand. Jeder konnte das machen, was sein Fitnesslevel hergab. Wichtig war nur, dass wir in Bewegung blieben. Am verabredeten Zielpunkt kamen alle wieder zusammen und wir wurden mit einzelnen Koordinationsübungen im Sand noch einmal gefordert. Im Anschluss gab es eine Erholungszeit, viele nutzten es für ein kurzes Schläfchen, andere gingen shoppen oder relaxten am Strand oder im Wellnessbereich des Hotels.



Workout am Strand



Alle Teilnehmer vor dem Start an den Strand

Ab 17.00 Uhr setzte sich das Fitnessprogramm mit einem Tabatatraining fort. Eva nutzte alle ihr zur Verfügung stehenden Zusatzgeräte wie Bänder und Bälle, aber vorwiegend brachte sie uns bei den Übungen mit dem eigenen Körpergewicht an unsere Grenze. Alle meisterten die Stunde super und nahmen die Herausforderung in

den unterschiedlichen Schwerpunkten in den Sporteinheiten an.

Der letzte Tag des Fitnesswochenendes startete bereits um 08.30 Uhr. Eigentlich war eine Außen-einheit geplant, jedoch war es Eva zu kalt und so starteten wir mit dem Sonnengruß entspannt auf der Matte im Fitnessraum in den Tag. Im Anschluss genossen wir den Sonntagsbrunch, um danach die letzte Sporteinheit bei Eva zu meistern.

Alle Teilnehmer kamen auf Ihre Kosten, haben sich ordentlich bewegt, jeden Muskel gespürt und wollen auch zu Hause wieder aktiver sein.

Das nächste Fitnesswochenende findet vom 17. bis 19. April 2020 im Seehotel Boltenhagen statt.

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und natürlich auf Eva.

(Redaktion)



BSV-Premium-Partner

BGF Aktiv



Neben der ganzheitlichen Beratung zum betrieblichen Gesundheitsmanagement und Programmen direkt am Arbeitsplatz, bieten wir vor allem nachhaltige Workshops und aktivierende Impulsvorträge an.

www.bgf-aktiv.de

Fitness First



Fitness First Germany betreibt in Hamburg 8 umfangreich ausgestattete Fitnessanlagen. Fitness First hat das Ziel ihre Mitglieder zu unterstützen Fitness in den Alltag zu integrieren. FitForWork ist das spezielle Firmenfitnessprogramm. Fragen zu FitForWork beantwortet gerne das Firmenfitness Team.

www.fitnessfirst.de

BIOBOB - BIO FÜRS BÜRO



BIOBOB - BIO FÜRS BÜRO ist ein zertifizierter BIO-Obst-Lieferservice für kleine, große und mittlere Unternehmen im Großraum Hamburg. Montags und mittwochs werden wöchentlich wechselnde Obst-Mischungen, bürotaugliches Gemüse, Nüsse, Kaffee und vieles mehr an den Arbeitsplatz geliefert.

www.biobob.com

Eyemobility



Stressmanagement beginnt beim Sehen, denn Bildschirmarbeit ist Hochleistungssport für die Augen! Wir helfen Ihren Mitarbeitenden durch gezielte Sehstressanalysen und Präventionsmaßnahmen. In Workshops, Seminaren und nachhaltigen Trainings vermitteln wir Methoden, um entspannter und leistungsfähiger durch den Arbeitstag zu kommen

www.eyemobility.de

G&S - Gesundheit & Sicherheit für Betriebe GmbH



Wir leiten Ihre BGF aus den Fakten der Arbeitsmedizin, dem betrieblichen Eingliederungsmanagement und der Arbeitssicherheit ab. Planen die Maßnahmen, führen sie durch und evaluieren sie, zum Wohle Ihrer Beschäftigten und Ihrem Unternehmen.

www.gs-team.de

Heike Niemeier



Dr. Heike Niemeier, Dipl.-Ökotrophologin, bietet Ernährungsberatung und -therapie von gesunden und erkrankten Menschen an. In Vorträgen, Trainings und Workshops werden die Theorie und (Küchen-) Praxis der individuell sinnvollen Ernährung leicht verständlich und appetitanregend vermittelt.

www.heikeniemeier.de

RehaCentrum Hamburg



Wir unterstützen Unternehmen mit Hilfe des kostenfreien Präventionskurses „Gestufte Ambulante Prävention“, die Mitarbeiter-Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Gesundheitliche Probleme werden aktiv angegangen, um den Alltag in Zukunft gesünder zu gestalten.

www.rehahamburg.de

Institut für Sport- und Bewegungsmedizin



Das Institut für Sport- und Bewegungsmedizin ist eine Einrichtung in der Universität Hamburg und lizenziertes Untersuchungszentrum des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Mit unserer jahrzehntelangen praktischen Erfahrung im Spitzensport und der wissenschaftlichen Kompetenz einer universitären Einrichtung helfen wir Ihnen, Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit nachhaltig zu verbessern und zu erhalten.

<https://www.sportmedizin-hamburg.com/>

Stolle's Vitalwelten



Wir unterstützen Unternehmen und Organisationen bei der Umsetzung verschiedener Maßnahmen umso zur Gesundheitsförderung ihrer Mitarbeiter beizutragen. Mögliche Maßnahmen sind: Venen- oder Fußdruckmessung, Lauf- und Bewegungsanalysen, Beratung zu sportorthopädischen Hilfsmitteln etc.

www.vitalwelten-stolle.de

Psyche und Arbeit

**Psyche
und
Arbeit**

Der Diplom-Psychologe Rainer Müller unterstützt Sie als Trainer und Coach bei Fragen zum Konfliktmanagement sowie zur Stressbewältigung und Burnout-Prävention (in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Matthias Burisch): Seminare, Einzelberatungen und Konfliktmoderation.

www.psyche-und-arbeit.de

„Deutschlands größte regionale Wirtschaftsmesse
für Unternehmer, Geschäftsführer und Entscheider!“

B2B NORD

22. Oktober 2019

10 bis 16 Uhr

MesseHalle
Hamburg-Schnelsen

Jetzt den QR-Code scannen
und die kostenlose Eintrittskarte downloaden!



Kontakte auf einen Blick:

PRÄSIDIUM

Meyer, Bernd (Präsident)
bernd.meyer@bsv-hamburg.de

Landmesser, Gerhard (Vizepräsident)

Wabner, Klaus (Referent für Finanzen)
k.wabner@peute.de

Smarsly, Detlev (Sportreferent)
bsv-hh@smarsly.com

Behrens, Ralph (Sportreferent)
ralph.behrens@la-lsv.de

Witt, Holger (Sportreferent)
holger.witt@bsv-hamburg.de

Rischke, Marc (Referent für
Gesundheit im Betrieb)
m.rischke@elbgaenger.de

BSV-GESCHÄFTSFÜHRER
Lengwenat-Hahnemann, Ulrich
(Geschäftsführer)
ulrich.lengwenat-hahnemann@
bsv-hamburg.de

EHREN RAT

Aurin, Ingo (Sprecher)
ingo.aurin@hamburg.de

Christoffers, Alfred
Holdhoff, Alfred
Inselmann, Uwe
Klages, Bernd
Siedhoff, Johannes
Vielhauer, Hans-Günther

BERUFUNGS AUSSCHUSS

N.N. (Vorsitzender)
Matthiessen, Uwe (stv. Vorsitzender)
uwemattiessen@t-online.de

Hagendorf, Sieglinde
Kellermann, Lars
Wilmans, Ralph

BETRIEBSSPORT-CASINO
Marsch, Karsten
www.betriebssportcasino.de

Badminton
Neumann, Carsten (Vorsitzender)
casaneumann@gmx.de

Salzer, Jörg (stv. Vorsitzender)
josa@kabelmail.de

Basketball
Mews, Stefan
basketball@bsv-hamburg.de

Beachvolleyball
Junghaenel, Lars
beachvolleyball@bsv-hamburg.de

Billard
Klaus Dittkrist (Vorsitzender)
billard@bsv-hamburg.de

Boule
boule@bsv-hamburg.de

Bowling
Großmann, Wolfgang (Vorsitzender)
ws.grossmann@t-online.de

Schmoock, Sigrid (stv. Vorsitzende)

Casting
Walther, Michael (Vorsitzender)
casting_bsv@email.de

Chorsingen

Schalk, Sigrid (stv. Vorsitzende)
sigridschalk@alice-dsl.de

Curling
Matthias Steiner (Vorsitzender)
curling@bsv-hamburg.de

Darts
darts@bsv-hamburg.de

Drachenboot
drachenboot@bsv-hamburg.de

Faustball
Feldmann, Jörg (Vorsitzender)
jofe@online.de

Habeck, Alwin (stv. Vorsitzender)
alwin.habeck@gmx.de

Fitness und Gesundheit
Gutzeit, Melanie
melanie.gutzeit@bsv-hamburg.de

Fußball
Rohde, Roland (Vorsitzender)
fussball@bsv-hamburg.de

Klein, Thomas (stv. Vorsitzender)
fußball@bsv-hamburg.de

Fußball-Schiedsrichter
Meyermann, Manfred (Vorsitzender)
Fussball-schiris@bsv-hamburg.de

Stiehl, Manfred (stv. Vorsitzender)
Manfred.stiehl@alice-dsl.de

Golf
Lapp, Stephan (Vorsitzender)
stephan.lapp@gmx.de

Schaller, Jochen (stv. Vorsitzender)
jooochen@aol.com

Handball
Melcher, Reiner (Vorsitzender)
r-melcher@outlook.de

Maack, Horst (stv. Vorsitzender)

Kartsport
Weise, Karsten (Vorsitzender)
kweise@holborn.de

Geßwein, Katharina (stv. Vorsitzende)

Kegeln
Selvert, Monika (Vorsitzende)
m.selvert-sportkegeln@gmx.de

Sietz, Sabine (stv. Vorsitzende)
sabine.sietz@t-online.de

Leichtathletik
Schröder, Birger (Vorsitzender)
betriebssport.leichtathletik@gmail.com

Orlowski, Bernd (stv. Vorsitzender)
orlobsvhh@t-online.de

Radsport
Schwarz, Manfred (Vorsitzender)
radmanne@gmx.de

Bruder, Christian (stv. Vorsitzender)
ch.brunder@ndr.de

Rudern
rudern@bsv-hamburg.de

Schach
Kaliski, Achim (Vorsitzender)
Achim.Kaliski@arcor.de

Maifeld, Uwe (stv. Vorsitzender)
uwe.maifeld@hamburg.de

Schwimmen

Piekuszewski, Jan (Vorsitzender)
schwimmen@bsv-hamburg.de

Quade, Andreas (stv. Vorsitzender)
Andreas.quade@bsv-hamburg.de

Segeln
Burmester, Jürgen (Vorsitzender)
0407009446@online.de

Roubal, Hans-Georg (stv. Vorsitzender)

Skat
Marco Bunke (Vorsitzender)
Marco.Bunke@web.de

Klaus Fandrich (stv. Vorsitzender)
klaus.fandrich@web.de

Sportschießen
Rosenfelder, Helmut (Vorsitzender)
helmutrosenfelder@web.de

Feil, Thorsten (stv. Vorsitzender)
ts.fe@web.de

Squash
Soltwedel, Torsten (Vorsitzender)
tsoltwedel@aol.com

Wagener, Ingo (stv. Vorsitzender)
ingo.wagener@norderstedt.de

SUP (Stand Up Paddling)
sup@elbgaenger.de

Tennis
Siopiros, Maren (Vorsitzende)
Maren.siopiros@bsv-hamburg.de

Wende, Wolfram (stv. Vorsitzender)
Wolfram.wende@bsv-hamburg.de

Tischfußball
tischfussball@bsv-hamburg.de

Tischtennis
Geduhn, Ronald (Vorsitzender)
rg_tt@breedmusic.de

Röh, Johannes (stv. Vorsitzender)
roeh@gmx.de

Triathlon
Hillebrecht, Frank (Vorsitzender)
Frank.Hillebrecht@bsv-triathlon.de

Hübert, Susann (stv. Vorsitzende)
susann.huebert@t-online.de

Volleyball
Kaspereit, Thilo (Vorsitzender)
thilo.kaspereit@vattenfall.de

Molkentin, Marc (stv. Vorsitzender)
marcmolkentin@gmx.de

IMPRESSUM

Sport im Betrieb
Offizielles Organ des **Betriebssport-**
verbandes **Hamburg e.V.**

Herausgeber:
Betriebssportverband Hamburg e.V.
Präsident: Bernd Meyer
Vizepräsident: Gerhard Landmesser

Schriftleitung & Redaktion:
Ulrich Lengwenat-Hahnemann

Geschäftsstelle:
Betriebssportzentrum
„Claus-Günther Bauermeister“
Wendenstraße 120, 20537 HH
Telefon: 040-219 88 21-0
Telefax: 040-23 37 11
info@bsv-hamburg.de
www.bsv-hamburg.de

Bankverbindung:
Deutsche Bank
IBAN DE05 2007 0000 0016 0960 00
BIC DEUTDE33XXX

Redaktion & Anzeigenkoordination:
BSV Hamburg e.V.
Ulrich Lengwenat-Hahnemann
Wendenstraße 120, 20537 HH
Telefon: 040-21 98 821-0

Gestaltung:
Jana Backhaus
mail@janabackhaus.de

Druck & Verarbeitung:
HK Printmedia Logistik GmbH
Neumann-Reichardt-Straße 27-33
22041 Hamburg
Telefon 040/52 60 57-0
olaf.hagen@hk-printmedia.de

Bei der Veröffentlichung von
Zuschriften, die mit dem Namen
des Verfassers gekennzeichnet
sind, übernimmt die Schriftleitung
lediglich pressegesetzliche Ver-
antwortung.

MITMACHEN

Wer interessante Artikel
aus dem Betriebssport in
Hamburg und/oder Fotos
(in hoher Auflösung als
jpg-Datei separat und nicht
in Word-Text eingebaut)
liefern kann, sende diese
bitte an:

redaktion@bsv-hamburg.de

Redaktionsschluss für die
nächste Ausgabe ist:
20. Oktober 2019
Änderungen behält sich
die Redaktion vor.

FOTOS

In dieser Ausgabe wirkten
u.a. mit:

istock Titel und (Seite 4/5)
Bernd Orlowski (Seite 15)
Jens Duhm (Seite 18/19)

BSV-Newsletter bestellen!
www.bsv-hamburg.de

Dieser erscheint einmal im Monat und informiert Sie über alles Wichtige im Betriebssport in Hamburg.



Hamburg
Messe + Congress

Ihr Messe-, Kongress- und Eventerlebnis in bester Citylage.

Mieten Sie genau die richtige Fläche von
2.500 bis fast 100.000 m² auf dem größten
Veranstaltungsgelände der Stadt Hamburg.

Jetzt persönlich beraten lassen! hamburg-messe.de/veranstalter