

S P O R T

I M B E T R I E B

03
2021



BSV goes Olympia

Kooperation mit der Stiftung
Leistungssport im Rahmen der
Team Hamburg Lounge weiter
ausgebaut.



BETRIEBSSPORT
VERBAND HAMBURG



STIFTUNG LEISTUNGSSPORT
HAMBURG

TEAM
HAMBURG

Ihre Vorteile

- ✓ Aufbau und Pflege von Geschäftsbeziehungen im Club
- ✓ Zugang zum Netzwerk des Clubs (Verbände, Organisationen, etc.)
- ✓ Trainingseinheiten mit Athleten und Athletinnen: „Ich zeig' dir, wie es geht!“
- ✓ Regelmäßige Netzwerktreffen mit Athletentalk
- ✓ Zusendung des Stiftungsmagazins „TEAM 040“
- ✓ Sonderkonditionen beim Golf- & Indoor-Fußball-Turnier der Handelskammer Hamburg
- ✓ Sonderkondition bei Partnern des Clubs
- ✓ Teilhabe an der Sicherung des Hamburger Spitzensports

Mitglied werden:

Werden Sie jetzt Mitglied im TEAM HAMBURG Business Club: www.stiftung-leistungssport.de/business-club



LIEBE BETRIEBSSPORTLER*INNEN, PARTNER UND FREUNDE DES BSV HAMBURG,

unter dem Motto „BSV meets Olympia Lounge“ hatte der BSV Hamburg als langjähriger Partner der Stiftung Leistungssport die Möglichkeit, mit Vertretern aus dem Präsidium, dem BGF-Team und seiner Servicegesellschaft Gast in der „Team Hamburg Lounge“ zu sein.

Dabei bestand zu zwei vorher vereinbarten Terminen für uns die Möglichkeit, auf dem Dach der Handelskammer Netzwerktreffen durchzuführen, dabei die olympischen Wettbewerbe zu verfolgen und Hamburger Olympiateilnehmer*innen, die nach ihrem Wettbewerb bereits wieder nach Hamburg zurückgekehrt waren, zu begrüßen.

Einen Rückblick finden Sie hierzu auf der Seite 30.

Am 9. September wurde der zweite Teil der diesjährigen Hamburgiade auf der Jahnkampfbahn gestartet. Bis zum 19. September wurde mit einem umfangreichen Programm das Angebot des Active City Summers ergänzt. Der BSV Hamburg hat dabei erneut das Ziel verfolgt, seinen Betriebssportgemeinschaften ein zusätzliches Angebot zum laufenden Sportbetrieb zu bieten und Unternehmen mit ihren Mitarbeiter*innen einzuladen, die Möglichkeiten des Betriebssports z.B. für Teambuilding-Maßnahmen auszuprobieren.

Einen Rückblick finden Sie hierzu auf der Seite 15.

In den vor uns liegenden Wochen wird sich das Präsidium unter Berücksichtigung der bisherigen Entwicklung, die sehr stark durch die Auswirkungen der Corona-Pandemie geprägt ist, mit der Zukunft des Verbandes beschäftigen. Als Vorbereitung auf eine hierfür im November 2021 geplante ganztägige Klausur wird das Präsidium Vertreter*innen unserer größten BSGen und die Verantwortlichen für den Betriebssport in unseren Sportausschüssen einbinden. Hierfür werden wir im Vorfeld gemeinsame Sitzungen durchführen und Erkenntnisse aus den Gesprächen in der Klausur berücksichtigen.

Ich bin sicher, dass dies der richtige Weg ist, um dann im kommenden Frühjahr auf dem nächsten Verbandstag des BSV Hamburg die notwendigen Weichenstellungen für die Zukunft zu beschließen.

Mit betriebssportlichen Grüßen,

Bernd Meyer

Präsident



Raus aus dem Office - Fitness im Freien

Mehr als 35 playfit® Bewegungs-Hot-Spots im Stadtgebiet von Hamburg



Hier geht's
zu den HH
Standorten!



KONTAKT



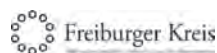
playfit GmbH
Brauerknechtgraben 53
20459 Hamburg



Tel: +49 40 37503519
Fax: +49 40 37502124



info@playfit.eu
www.playfit.de





INHALT

SiB Blitzlicht	6
Gleich zwei dicke Highlights, die Freude machten!	8
Networking at it's best	9
SPORT	
Betriebssport-Veranstaltungskalender ist prall gefüllt	10
Bowling: Erfolgreiche Deutsche Betriebssport-Meisterschaften	11
Tolle Aktion: der Plan International Kilometerzähler	13
HAMBURGIADE MULTISPORT GAMES	
Erfolgreiches Comeback des Live-Sports	15
Hamburgiade-Spotlight: das inklusive Floorball-Turnier	17
Porträt aus den Sparten: Manfred Schwarz (Radsport)	18
GESUNDHEIT	
Hybride Gesundheitsförderung	19
Fehlzeiten-Auswertung: BGF lohnt sich	20
CBD – erst informieren, dann verwenden	21
Joggen nach dem Piks: Sport nach der Corona-Impfung?	23
DAK-Gesundheit stellte fest: Krankenstand historisch niedrig	25
SERVICE	
AGA-PraxisForum: Online-Vortragsreihe zum Thema BGF	26
Neue Kooperation: FiHH	29
BSV meets Team Hamburg Olympia Lounge	30
IM INTERVIEW	
Sybill Petermann. Die Sprecherin der IG City Süd	32
Kontakte / Impressum	34

SIB BLITZLICHT





Hamburgiade-Leichtathletiksportfest

Tolle Atmosphäre herrschte beim Nachtlauf auf der ehrwürdigen Jahnkampfbahn zum Auftakt der Herbst-Hamburgiade. Dank einer Volunteering-Kooperation mit der Stadtteilschule Horn konnten sich zudem über 100 Teilnehmende das Deutsche Sportabzeichen im Rahmen der Multisport Games abnehmen lassen.

Foto: Gerrit Staron



Gleich zwei dicke *HIGHLIGHTS*, die Freude machten!

Endlich war es wieder soweit! Wir haben wieder Sport gemeinsam erlebt – live, vor Ort, im direkten Wettbewerb miteinander, echtes Teambuilding im Rahmen der „klassischen“ Hamburgiade Multisport Games! Was haben wir lange darauf gewartet, und mit uns sicher viele Sportlerinnen und Sportler aus der Metropolregion Hamburg. Und am Ende hatten die Organisatoren um BSV-Servicegesellschaft-Geschäftsführer Alexander Jamil völlig Recht damit, es einfach zu machen. Denn man hat rund 1.000 Hamburgerinnen und Hamburger wieder in Bewegung gebracht.

Natürlich war es auch so, dass sich noch nicht alle, die gern dabei sein würden, auch schon getraut haben, an den Wettbewerben teilzunehmen. Das gehört in diesen nach wie vor schwierigen Zeiten für Sportevents natürlich zur Wahrheit dazu. Auch einige Unternehmen waren noch nicht bereit, ihrer sportlichen Belegschaft die Teilnahme an einem Multisport-Event ans Herz zu legen. Dennoch: Man kann auch die Hamburgiade 2021 wieder als Erfolg verbuchen.

„Unser Hauptanliegen hat sich durch die Pandemie und die Lockdowns ja nicht verändert. Wir wollen den Breitensport fördern, wir wollen so viele Menschen wie möglich in Bewegung bringen und damit ihre Gesundheit nachhaltig verbessern“, unterstreicht Alexander Jamil. „Und das geht besonders gut über solche Events wie die Hamburgiade, die ein niedrighschwelliges Angebot vorhalten und Anreize setzen, auch mal Sportarten auszuprobieren, mit denen man bislang noch keine oder kaum Berührungspunkte hatte. Deshalb war es für uns wichtig, den Menschen in der Metropolregion wieder dieses Angebot zu machen.“

Und die Teilnehmenden dankten es. Wettbewerbe wie das Leichtathletik-Sportfest in der Jahnkampfbahn, der Fun- und Trendsportabend in der City Süd, Bowling, Tischtennis, Wikingerschach, Darts, Basketball und auch Floorball – oft auch mit einem klaren inklusiven Gedanken – wurden gut besucht.

Jetzt ist dann aber die Zeit, sich zu sammeln und zu analysieren. Was hat gut geklappt? Was lässt sich gegebenenfalls anpassen, verändern, besser machen? Die Organisatoren werden sich in den nächsten Tagen zusammensetzen und beraten, wie das Konzept für die Hamburgiade Multisport Games 2022 aussehen könnte. Die Ergebnisse dieser Beratungen werden dann auf der Hamburgiade-Website entsprechend kommuniziert.

Klar ist aber schon: Wie immer sich die Corona-Pandemie im kommenden Jahr auch entwickelt, es wird wieder eine Hamburgiade geben - ob, und das wünschen wir uns alle, wieder im ganz klassischen Format, also mit Live-Sport, oder im "Notfall" wieder als hybride Veranstaltung. Der BSV und das Organisationsteam sind auf nahezu alle Eventualitäten vorbereitet. Denn im besten sportlichen Sinne heißt es: Weiter, immer weiter!



Networking at it's best!

Es gab im Spätsommer noch ein weiteres Veranstaltungshighlight, an dem der Betriebssportverband beteiligt war. Der BSV engagierte sich als offizieller Partner der „Team Hamburg Lounge“ während der Olympischen Spiele in Tokio und hatte so eine Plattform, nicht nur die Beziehungen zu langjährigen Kooperationspartnern und Unterstützern auf bestmögliche Art und Weise zu pflegen. Dazu nutzten die BSV die Möglichkeit, viele wertvolle neue Kontakte aus den Bereichen Wirtschaft und Sport zu knüpfen.

Die „Team Hamburg Lounge“ auf der Dachterrasse der Handelskammer stellte einen in Deutschland nahezu einzigartigen Sport-Business-Netzwerk-Hotspot dar, der von der Stiftung Leistungssport initiiert wurde. Gäste und Partner – von ehemaligen Olympiasiegern und aktuellen Sportstars bis hin zu den wichtigsten Entscheidern aus der Hamburger Wirtschaft - konnten Olympische Wettbewerbe verfolgen, aber auch an Talkrunden und einem anspruchsvollen Rahmenprogramm teilhaben.

„Für uns hat sich diese Veranstaltung sehr gelohnt“, unterstrichen BSV-Präsident Bernd Meyer und Alexander Jamil, Geschäftsführer der BSV Servicegesellschaft, unisono. Man habe in diesem hochwertigen Rahmen die Rolle des BSV als wichtiger Sport-Akteur in der Active City festigen können, langjährige Partner einbinden und wichtige neue Kontakte knüpfen können.

Alles in allem waren die letzten zwei Monate mit der Hamburgiade und der Team Hamburg Lounge für den BSV nicht nur ausgesprochen erfreulich, sie markierten zugleich einen wunderbaren Restart nach der langen und schwierigen Pandemie-Phase!

Betriebssport-Veranstaltungskalender ist prall gefüllt

Die nach wie vor grassierende Corona-Pandemie sorgt vielerorts leider weiter dafür, dass viele Veranstaltungen – sei es sportlich oder auch kulturell – abgesagt werden müssen. Bestes Beispiel war zuletzt die erneute Absage der Hamburg Cyclclassics. Beim Betriebssportverband aber ist der Veranstaltungskalender pickepackevoll.

„Ich will mich nicht festlegen, aber ich meine, der BSV ist einer der wenigen, wenn nicht der einzige Sportverband, der zurzeit in dieser Breite Sportangebote macht“, mutmaßt BSV-Sportreferent Ulli Krastev. „Wir bieten derzeit nicht weniger als 26 Sportarten an – vom Schach über Curling, Segeln und Kartfahren bis zum Triathlon.“

„Kein Wettkampf, kein Problem“, hieß es etwa erneut bei den Triathleten. Auch im zweiten Jahr der virtuellen Sommerserie musste niemand auf Wettkämpfe verzichten. Ob auf der Sprint-, Kurz-, auf der Mittel- oder Langdistanz im Duathlon-Modus oder sogar mit dem regulären Schwimmen – hier war für jeden etwas dabei.

Mit gutem Beispiel voran, traf sich der Triathlon-Vorstand mit Ines, Kristof und Frank am Oortkatener See zur gemeinsamen olympischen Distanz. Mit genug Abstand, einem 1a-Rolling-Start beim Schwimmen, einer entspannten Wechselzone, einer fast windlosen Deichrunde auf dem Rad und dem abschließenden 10-km-Lauf rund um den See, hat der Ausschuss bei optimalen Bedingungen abgeliefert. Und nicht wenige Mitglieder standen dem in nichts nach.

Schon 2020 wollten vier Betriebssportler die Neuwerk-Challenge angehen: Mit dem Rad nach Sahlenburg bei Cuxhaven, von dort per pedes durchs Watt zur Insel Neuwerk, sich dort den Stadtradeln-Stempel abholen – und retour. Letztes Jahr machte die Tide den Jungs einen Strich durch die Rechnung, jetzt hat es geklappt.

Anfang September startete auch erneut die Charity-Aktion „Jemah-Langdistanz“ als Teil der Sommerserie. Dabei mussten die Sportlerinnen und Sportler zunächst individuell einen Marathon absolvieren, tags darauf ging es auf die „Road to Wolfenbüttel“ zur Bundeszentrale des JEMAH e.V., der fleißig Spenden statt Startgelder einsammelt. Dort traf man sich mit Vertretern des Vereins und schloss gemeinsam die Langdistanz mit einem 10-km-Lauf vor Ort ab.

Doch es läuft nicht nur beim Triathlon wieder alles in Richtung mehr Normalität: Beim Curling ist im September die Betriebssportliga wieder gestartet, die Abteilung Casting war auf der Hochsee zum Angeln unterwegs, die Kart-Liga fährt wieder Rennen, es wird Tischtennis gespielt, bebowlt, geradelt – und, und, und. Der BSV-Kalender ist richtig voll! Der QR-Code führt direkt zum Kalender.



Skat und Schach gehen auch Open Air

Nach vielen Monaten Pause, in denen gar kein Spielbetrieb stattfinden durfte, konnten zuletzt im Betriebssportverband Hamburg sogar wieder klassische Indoor-Sportarten wie Schach und Skat aktiv werden. Im August und September traf man sich immer montags auf der Terrasse des Betriebssport-Casinos, um das Spiel der Könige zu spielen oder ein paar Runden Skat zu „kloppen“.

„Seit Mai hätten wir eigentlich wieder spielen dürfen“, berichtet der Schach-Vorsitzende Achim Kaliski. „Aber in geschlossenen Räumen müssen dafür 10 qm pro Spieler zur Verfügung stehen. Zudem lassen viele Unternehmen noch keine Gäste ins Haus. Draußen dagegen dürfen wir ohne Einschränkung spielen.“ Und so habe man die Idee von BSV-Sportreferent Ulli Krastev sehr gerne aufgenommen, um den Schachfreunden überhaupt mal wieder etwas anbieten zu können. Immerhin fast anderthalb Dutzend Aktive nahmen das Angebot gerne an, andere übten sich aufgrund von Corona weiter in nachvollziehbarer Zurückhaltung.

Unabhängig vom Sommer Open Air wurde zuletzt auf der Spartenleiter-Versammlung beschlossen, dass man im Oktober auch wieder den normalen Spielbetrieb aufnehmen wolle. Und für den Fall, dass man dann weiterhin keine Räumlichkeiten in Partnerunternehmen nutzen könne, stehe ersatzweise auch ein Mehrzweckraum im BSV zur Verfügung.

Wie beim Schach, so wurde auch beim Skat das Open-Air-Angebot gut angenommen. „Es war schön, dass wir überhaupt wieder spielen konnten, auch wenn wir natürlich nur rund 20 Prozent der sonst aktiven Spieler in den Turnieren dabei hatten, weil ja im Sommer normalerweise Saisonpause ist“, so Klaus Fandrich, stellvertretender Vorsitzender der Skat-Sparte. Dazu hätten einige BSGen während der Corona-Pandemie ihre Teams abgemeldet. Am Ende waren aber dann doch alle zufrieden, zumal „meistens“ auch das Wetter mitgespielt hat.




Bowling: Erfolgreiche Deutsche Betriebssport-Meisterschaften

Erst im Juli öffneten in Hamburg die Bowlingcenter wieder ihre Pforten, und schon Anfang August fand an drei Standorten in der Hansestadt die 15. Deutsche Betriebssportmeisterschaft im Doppel und Mixed statt.

Immerhin über 500 Aktive in insgesamt 357 Teams warfen in den Gilde Bowlingcentern in Wandsbek und Othmarschen sowie U.S. Fun in Barmbek um die Medaillen. Das klingt nach einer stolzen Teilnehmerzahl, zumal in diesen Zeiten. „Unter den gegebenen Bedingungen waren wir sehr zufrieden, und es lief auch alles reibungslos“, konstatierte Bowling-Spartenleiter Wolfgang Großmann. „In der Vergangenheit hatten wir aber auch schon über 600 Teams dabei.“ Grund für einige Absagen war die Verlegung der Titelkämpfe aus dem März in den August und die Vorgabe, dass man nach dem 3G-Konzept die Schutzmaßnahmen gegen Corona einhalten musste.

Am Ende aber gab es wieder sportlich spannende Wettbewerbe und dramatisch knappe Ergebnisse. Einige Finals wurden erst mit dem letzten Wurf entschieden, und nur wenige Hölzer entschieden über Sieg oder Niederlage. Je nach Leistungs- und Altersklasse gingen die Titel in den verschiedenen Wertungen diesmal nach Berlin, Hamburg, Stuttgart, Hannover, Duisburg, München, Münster, Herzogenaurach und an die Küste nach Bremerhaven. Alle Ergebnisse gibt's im Internet unter www.bsv-hamburg-bowling.de.





**Erleben Sie
Teambuilding,
Spaß und Innovation
aus einer Hand**

**VORTRÄGE
WORKSHOPS
EVENTS**

Die BGF-Expert*innen
des BSV Hamburg
freuen sich auf Ihre
Kontaktaufnahme:
bgf-team@bsv-hamburg.de
040 – 219 8821 15



BETRIEBSSPORT
VERBAND HAMBURG

Weitere Informationen:
www.sport-im-betrieb.de



Plan International Kilometerzähler: *Ziel vorzeitig erreicht!*

Nach dem großen Erfolg im vergangenen Jahrgang der Kilometerzähler unseres Charity-Partners Plan International in diesem Jahr in eine neue Runde. Zwischen dem 12. September und dem Welt-Mädchentag am 11. Oktober sollte es dabei für die Gleichberechtigung symbolisch einmal um die Welt gehen. Das gemeinsame Ziel waren 40.075 absolvierte Kilometer und so viele Euro wie möglich an Spenden für Gleichberechtigung. Ob zu Fuß, auf dem Rad oder im Wasser – jeder Kilometer und jeder Euro zählte – und zählt auch weiterhin.

Wir alle wünschen uns eine Welt, in der Mädchen und Jungen die gleichen Chancen auf ein selbstbestimmtes Leben haben. „Gerade Mädchen in Afrika, Asien und Lateinamerika sind von Geburt an oftmals stärker benachteiligt als Jungen“, sagt Kathrin Hartkopf, Sprecherin der Geschäftsführung von Plan International Deutschland. „Damit Mädchen auf dieser Welt die gleichen Chancen auf ein selbstbestimmtes Leben haben wie Jungen, legen wir in unserer Arbeit einen besonderen Fokus auf ihre Bedürfnisse. Mit der Aktion Kilometerzähler für Gleichberechtigung haben wir in Deutschland alle eingeladen, uns zu unterstützen und mitzumachen, ein starkes Zeichen für die Rechte von Mädchen zu setzen.“

Die Aktion wurde auch in diesem Jahr von vielen prominenten Sportlerinnen und Sportlern unterstützt – darunter Biathletin Vanessa Hinz, Marathonläufer Philipp Pflieger und Handballspieler Dominik Klein. Doch die Teilnehmenden mussten nicht unbedingt sportlich sein. Jede Art von Bewegung zählte: Laufen, Radfahren, Schwimmen, Walken, Rudern, Treppensteigen, Spaziergehen, selbst der Weg

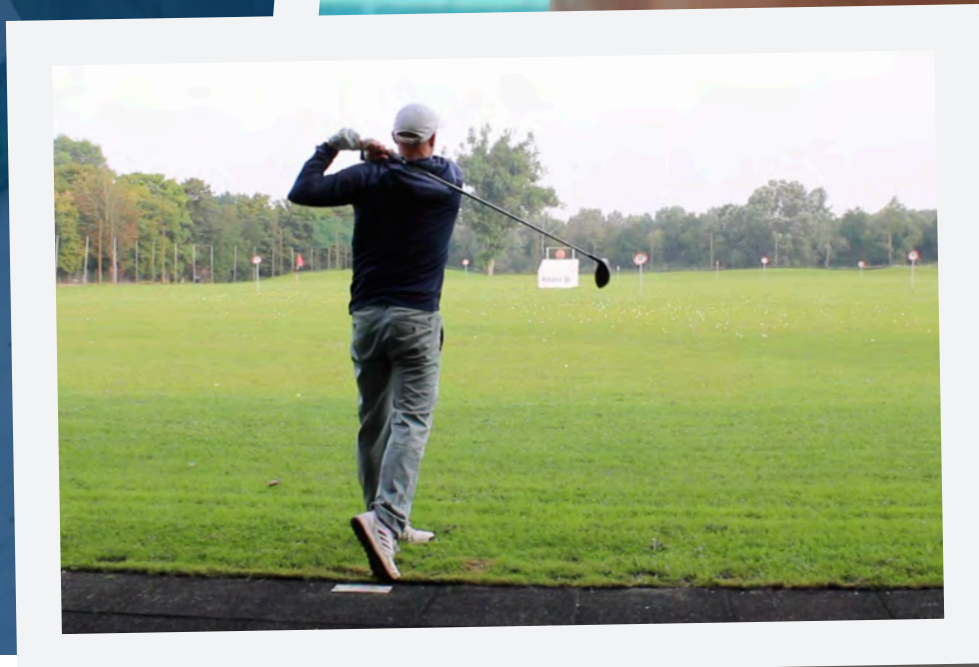
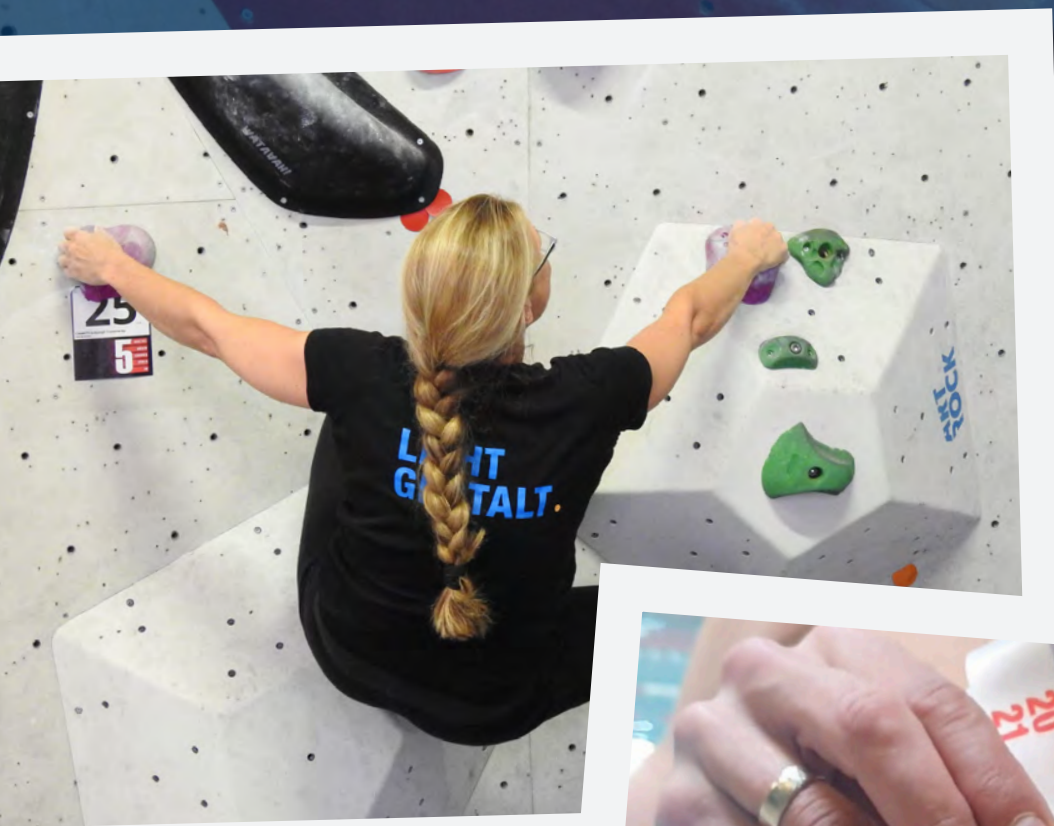
zur Arbeit. Hauptsache, die Bewegung erfolgt aus eigenem Antrieb. Auch der Gang um den Block in der Mittagspause oder die mit dem E-Bike zurückgelegten Kilometer können zur Gesamtsumme beitragen.

Und nicht nur an dieser Stelle decken sich die Interessen von des Betriebssportverbandes Hamburg e.V. und dessen Partner Plan International. „Die weltweit noch immer ungleiche Behandlung von Mädchen und Jungen, von Frauen und Männern, stellt nach wie vor ein Problem dar, auf dass man unbedingt aufmerksam machen muss“, so Bernd Meyer, Präsident des Betriebssportverbandes Hamburg e.V. „Daher ist es auch uns ein Anliegen, diese hervorragende und kreative Aktion unseres Charity-Partners zu unterstützen und unseren Mitgliedern wie allen Sporttreibenden ans Herz zu legen.“

Und die Menschen haben sich beteiligt: Die angestrebte Strecke von 40.075 Kilometern wurde schon knapp eine Woche vor dem Welt-Mädchentag erreicht. Und auch die erzielte Spendensumme sorgte bei Plan International für Freude. Denn alle Erlöse dieser Kilometerzähler-Aktion gehen direkt in den Plan International Mädchen-Fonds, der weltweit Hilfsprojekte für Mädchen und junge Frauen fördert.

Mehr Informationen über Plan International und die weiteren Projekte des BSV-Charity-Partners finden Sie hier:







Erfolgreiches Comeback des Live-Sports bei den **HAMBURGIADE 2021** MULTISPORT GAMES

Endlich konnten sich die aktiven Sportlerinnen und Sportler aus der Metropolregion Hamburg wieder live und vor Ort zu Wettbewerben in vielen verschiedenen Sportarten und an mehreren unterschiedlichen Veranstaltungsorten treffen. Eine spürbare Erleichterung – nicht nur für die seit vielen Monaten stark eingeschränkten sportbegeisterten Menschen, sondern auch für die Organisatoren der Hamburgiade Multisport Games. Insgesamt rund 1000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren über zehn Veranstaltungstage dabei.

„Es war ein wunderbares Gefühl, endlich wieder die Sportlerinnen und Sportler persönlich zu treffen und wieder live dabei zu sein, wie sie sich in den unterschiedlichsten Disziplinen miteinander messen“, so Hamburgiade-Organisationschef Alexander Jamil. „Natürlich waren die Rahmenbedingungen nach wie vor alles andere als einfach. Wir konnten – was die Vielfalt der Sportarten angeht – natürlich noch nicht das komplette Programm anbieten, was wir gerne angeboten hätten.“

So habe auch unter den Sportbegeisterten sowie bei dem einen oder anderen Unternehmen ob der noch immer präsenten Pandemiesituation nach wie vor noch ein wenig Zurückhaltung geherrscht. „Wir sind aber überzeugt, dass es die richtige Entscheidung war, wieder live Sport stattfinden zu lassen. Und wir sind am Ende froh und einmal mehr sehr zufrieden mit der Resonanz auf die Hamburgiade Multisport Games. Bei dieser Gelegenheit möchte ich auch unseren Partnern einen herzlichen Dank aussprechen. Ohne das Engagement der Hamburg Active City, der DAK-Gesundheit, von LOTTO Hamburg und vielen weiteren gleichgesinnten Unterstützern wäre es kaum möglich gewesen, unser Hauptanliegen, nämlich die Förderung von mehr Sport, Bewegung und damit auch der Gesundheit in so einem tollen Rahmen umzusetzen.“

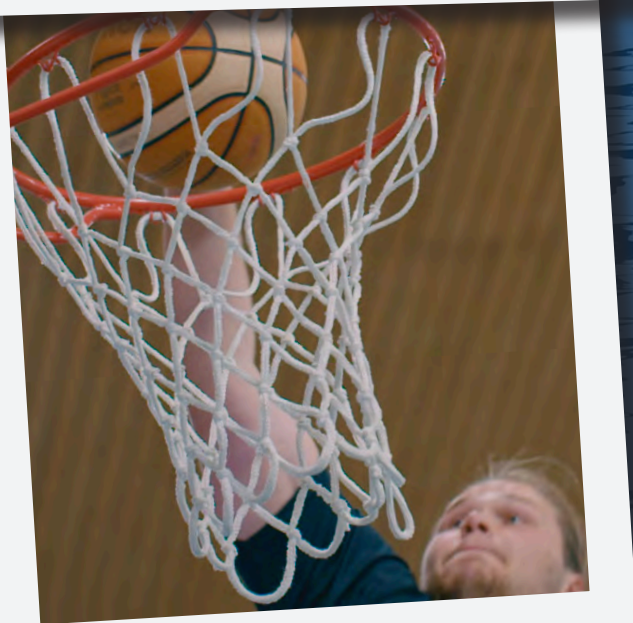
Der erste Höhepunkt dieser Hamburgiade fand gleich am 9. September in der altherwürdigen Jahnkampfbahn im Hamburger Stadtpark statt. Gemeinsam mit dem SV Polizei Hamburg konnten Interessierte im Rahmen des Leichtathletik-Sportfestes zum Beispiel

nicht nur an einem Nachtlauf teilnehmen. Ausgebildete Sportlehrer*innen nahmen auch zahlreiche Prüfungen für das Deutsche Sportabzeichen ab. Erfreulich war, dass diese Möglichkeit auch zahlreiche Schülerinnen und Schüler verschiedener Hamburger Oberstufenklassen nutzten. So waren zum Auftakt der Hamburgiade schon mal weit über 100 Sportlerinnen und Sportler wieder aktiv.

Die künftigen Berufstätigen konnten sich darüber hinaus an einem Infostand der Einstellungsstelle der Polizei Hamburg auch über Möglichkeiten einer Karriere bei den „Freunden und Helfern“ der Hansestadt informieren, was viele auch gern nutzten.

Auch der „BSV-Multisporttag“ am 15. September auf der vielfältigen Anlage an der Wendenstraße in der City Süd war wieder eine gut besuchte Veranstaltung, bei der es um verschiedene Fun- und Trendsportarten ging. Auch wenn man wegen des „mäßigen“ Wetters zwischenzeitlich in die Sporthalle umziehen musste, wurden neben Turnieren im Streetball und Fußball-Tennis auch Crossboccia, Teppichcurling und das traditionell sehr beliebte Wikingerschach gespielt.

Aber das war natürlich längst nicht alles. Ob Bowling in Wandsbek, Klettern, Schwimmen und Fünfkampf im Wilhelmsburger Inselepark, Darts im Café Kö, Golf in Moorfleet oder das besonders inklusive Tischtennis-Event in der Barakiel-Halle: Der Livesport ist zurück, und alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben das genossen und hatten riesigen Spaß an Bewegung und Wettbewerb. Und das ist es doch, worauf es wirklich ankommt.



Hamburgiade-Spotlight: das inklusive Floorball-Turnier

Als besonders gelungenes Event im Rahmen der Hamburgiade Multisport Games 2021 muss das inklusive Floorball-Turnier am 10. September auf dem Multicourt des Betriebssportverbandes Hamburg in der City Süd hervorgehoben werden, welches in Kooperation und mit Unterstützung von Special Olympics Hamburg, Aktion Mensch und ParkSportInsel e.V. stattfand.

Dabei bekamen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, zu denen auch Aktive mit Handicap gehörten, zunächst eine umfassende Einweisung in den Umgang mit den Schlägern und den markanten Bällen mit den 26 Löchern, bevor es dann in ein spannendes Turnier um die Hamburgiade-Medaillen ging. Hervorragend und kompetent betreut wurden die über 40 Teilnehmenden an diesem Nachmittag von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Special Olympics.

„Aus unserer Sicht war das sicher eines der Highlights dieser Hamburgiade“, unterstreicht Organisationschef Alexander Jamil. „Wir sind froh darüber, dass wir jetzt vor allem mit Special Olympics, aber auch mit dem ParkSportInsel e.V., der schon länger ein wertvoller Unterstützer der Hamburgiade ist, Partner an unsere Seite haben, mit denen wir den inklusiven Gedanken, den wir ausdrücklich auch mit den Multisport Games verfolgen, künftig weiter ausbauen können. Ich bin sehr gespannt, wie sich dieser Bereich durch eine so vielversprechende Zusammenarbeit in Zukunft für alle Beteiligten auszahlt.“

Auch Special-Olympics-Projekt-kordinator Christian Schirmacher bewertete die Kooperation im Rahmen der Hamburgiade sehr positiv.

„Mir hat besonderes der Spirit auf dem Floorballplatz zwischen den Spieler*innen mit und ohne Behinderung gut gefallen. Es war ein tolles Miteinander und ein sehr rücksichtsvoller Umgang miteinander. Ich freue mich, wenn wir die Zusammenarbeit mit dem BSV und ParkSportInsel im kommenden Jahr weiter ausbauen.“

ParkSportInsel-Geschäftsführerin Beate Wagner-Hauthal hob ebenfalls die gelungene Kooperation der beteiligten Akteure hervor: „Dank der Unterstützung von Aktion Mensch und der gemeinsamen Initiative mit Special Olympics sowie dem Betriebssportverband war dieses inklusive Floorball-Turnier ein voller Erfolg. Man konnte wieder einmal erleben, dass tolle Aktionen entstehen, wenn sich mehrere Partner mit denselben Zielen zusammenschließen.“



RADSPORTLER

kommen kreativ durch die Pandemie

In unserer Serie mit Porträts über die echten „Macher“ aus den verschiedenen Sparten des Betriebssportverbandes Hamburg ist in dieser SiB-Ausgabe der Radsport an der Reihe. Überraschenderweise hat der Radsport im BSV unter der Pandemie weit weniger „gelitten“, als man es hätte vermuten können. Denn Spartenleiter Manfred Schwarz und sein Team haben die Lockdowns und die damit verbundenen Einschränkungen vor allem kreativ „umfahren“.



„Es war eigentlich immer ein Angebot für unsere Mitglieder da, und das wurde in der Regel auch immer sehr gut angenommen. Daher hatten wir auch keine nennenswerte Zahl von Austritten“, berichtet Manfred Schwarz. Zwar seien viele Veranstaltungen ausgefallen, aber der BSV haben dann eben eine eigene Sommerserie auf die Beine gestellt, bei der insgesamt gut 100 Teilnehmende individuell bestimmte Distanzen zurücklegten. „Wenn man da die Kilometer zusammengerechnet hat, sind sicher zwei Erdumrundungen dabei herausgekommen.“

Und auch zuletzt hatten sich die „Radler“ etwas Kreatives ausgedacht – die Märchentour. Von April bis Ende September wurde dabei jeden Monat einen Märchentitel vorgegeben. Jeder oder jede, die mitmachen, mussten innerhalb von vier Wochen für jeden Buchstaben im Titel einen Ort anfahren, der mit diesem Buchstaben beginnt. Dazu gab es noch die eine oder andere Extra-Wertung, etwa für 4000 erklommene Höhenmeter. Dabei wurde für den guten Zweck geradelt. Pro absolvierten Kilometer geht

1 Cent an den basis & woge e.V., einen gemeinnützigen Träger für soziale Dienstleistungen in Hamburg.

„Ohne die Märchentour wäre ich, wie sicher viele andere auch, immer meine übliche Rennradtour gefahren. Aber so musste man doch auf eine Karte schauen, um Orte mit den entsprechenden Anfangsbuchstaben zu finden und hat so neue Strecken kennengelernt. Da bin ich dann schon mal für einen Buchstaben 150 Kilometer geradelt.“

Aber auch darüber hinaus finden derzeit überall wieder Brevets, Landeszielfahrten und Radtourenfahrten statt – allerdings nach wie vor mit einigen Pandemiebedingten Einschränkungen. Bei der Hamburgiade allerdings konnte die Radsportsparte diesmal nicht dabei sein. Einmal wird in der City Nord umfangreich an der U5 gebaut, und eine geeignete Ersatzstrecke hat sich noch nicht finden lassen. Dazu mangle es, so Manfred Schwarz, an der nötigen Anzahl an freiwilligen Helfern für so ein Event.

„Es ist in den letzten Jahren nicht nur wegen Corona schwieriger geworden“, so Schwarz, der die

Radsportsparte im BSV seit 2008 leitet. Vor rund 30 Jahren ist der heute 67-Jährige Ruheständler, der 40 Jahre Busfahrer bei der Hamburger Hochbahn war, noch Marathons gelaufen, hat sich als Ausgleich aber immer wieder aufs Rad geschwungen. Er nahm an den ersten drei Cycclassics teil, bevor es ihm dort zu voll und zu hektisch wurde. Dann hat er seine sportliche Heimat im BSV gefunden und dort nach und nach mehr Aufgaben übernommen. Im vergangenen Jahr hat Schwarz rund 11.000 Kilometer gefahren, und in diesem Jahr sind es auch schon über 7.000. Auch seine Frau Susanne Büttner ist dabei, macht in der Sparte und im Verein RG BSV die Betreuung für die rund 650 Mitglieder. Seine zwei Söhne allerdings teilen die Sportbegeisterung ihrer Eltern nicht.

Da die Hamburgiade in diesem Jahr kein Event für die Radsportsparte war, lag der Fokus bis zuletzt weiter auf der Märchentour. Dort war im September übrigens noch das Grimm-Märchen „Wichtelmänner“ zu bewältigen.





Hybride Gesundheitsförderung

Im vergangenen Jahr gab es so viele digitale Gesundheitsangebote wie nie zuvor. Sowohl Dienstleister in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) als auch Fitness-Studios, Personal Trainer sowie Physiotherapie-Praxen haben ihre Angebote digitalisiert. Viele Unternehmen registrierten allerdings schnell sinkende Teilnehmerzahlen.

Größere Gesundheitsplattformen erreichen in Unternehmen teilweise weniger als ein Prozent Anmelde- und Aktivitätsquote innerhalb einer Maßnahme. Das Problem rein digitaler Angebote ist fehlende Motivation sowie persönliche Interaktion, und damit verbunden auch fehlende Individualität der Maßnahmen. Außerdem haben viele Angestellte schlichtweg keine Lust mehr auf rein digitale Angebote. Sogenannte hybride Lösungen können hier eine Lösung sein.

Eine Möglichkeit wäre ein wöchentlicher Online-Gesundheitskurs, bei dem der Trainer einmal im Monat in den Betrieb kommt. Diese Einheit würde ebenfalls digital gesendet werden. So hätten die Teilnehmer die Möglichkeit, den kompletten Kurs aus dem Homeoffice zu absolvieren, könnten aber auch einmal im Monat persönlich Korrekturen bekommen. Alternativ kann man Online-Kurse auch mit persönlichen Angeboten wie Präsenzvorträgen oder Coachings kombinieren.

Eine weitere Möglichkeit sind Gesundheits screenings. Es gibt inzwischen gute Gesundheitsuntersuchungen, die mit Sensoren durchgeführt werden, welche sich die Mitarbeitenden nach Hause schicken lassen können. Der Sensor wird 48 Stunden am Körper getragen und liefert medizinisch verwertbare Daten über Stress-Symptome, Schlafdauer und -Qualität, Alltagsaktivität (inkl. Schritte pro Tag) sowie über das individuelle Risiko für Schlaganfall, Herzinfarkt und Diabetes. Insgesamt werden über 2.000 Datenpunkte pro Sekunde erhoben. Die Auswertung erhält der Mitarbeitende nach Hause. Basierend auf den Messergebnissen kann der Mitarbeitende beraten werden, welche Gesundheitsangebote beziehungsweise Verhaltens- oder Ernährungstipps für ihn hilfreich sind.

Solche Messungen eignen sich hervorragend für die Burnout-Prävention. Sinkt etwa das Stresslevel trotz genügend Schlaf nicht, ist das ein sicheres Zeichen dafür, dass die Erholungsfähigkeit des Körpers massiv eingeschränkt ist und die Gefahr eines Burnouts besteht.

Wenn Sie Fragen zu unseren BGF-Angeboten haben, wenden Sie sich an Jan Winter jan.winter@bsv-hamburg.de oder informieren Sie sich unter <https://sport-im-betrieb.de>

Fehlzeiten-Auswertung: Betriebliche Gesundheitsförderung lohnt sich

Die Corona-Krise hat massive Auswirkungen auf die Entwicklung der Fehlzeiten. Die Beschäftigten gehen später zum Arzt, fehlen allerdings krankheitsbedingt länger. Das ist ein Ergebnis eines Fehlzeiten-Reports des Wissenschaftlichen Instituts einer großen Krankenkasse. Die Studie vergleicht die Pandemiemonate von März 2020 bis Juli 2021 mit dem Vorkrisen-Zeitraum.

Die Beschäftigten waren vor allem wegen psychischer Erkrankungen länger krankgemeldet als vorher: Im Durchschnitt vier Tage. Bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen lag die Differenz bei 2,5 Tagen je Fall.

Was sich deutlich zeigte war, dass Beschäftigte mit den Folgen der Pandemie besser umgehen konnten, wenn ihr Unternehmen die Krise gut bewältigte. Wer sein Unternehmen als besonders anpassungsfähig, Führungskräfte als Unterstützung und den Zusammenhalt im Betrieb als gut empfand, berichtete seltener von gesundheitlichen Beschwerden. Im Schnitt hatten diese Beschäftigten 7,7 krankheitsbedingte Fehltage in den vergangenen zwölf Monaten.

Erwerbstätige, die ihr Unternehmen in der Pandemie besonders schlecht bewerteten, wiesen dagegen 11,9 Fehltage auf.

Dies zeigt, wie wichtig Teambuilding, Kommunikation und Wertschätzung gerade in Zeiten der Krise sind und wie sehr es sich für die Unternehmen rentiert, darin zu investieren. Der BSV Hamburg bietet in seinen BGF-Konzepten verschiedenste gesundheitsorientierte Maßnahmen in den Bereichen Teambuilding, Kommunikation und Führung an und setzt diese auf Wunsch in ganzheitlichen Konzepten um.

Wenn Sie Fragen zu unseren BGF-Angeboten haben, wenden Sie sich an Jan Winter jan.winter@bsv-hamburg.de oder informieren Sie sich unter <https://sport-im-betrieb.de>



Es kommt darauf an,
alles im Griff zu haben.

> Vorsorge und
Versicherungen



Im Handball dominieren Teamgeist und Schnelligkeit. Das sind Eigenschaften, die Sie auch von Ihrem Versicherer erwarten können. Deshalb bieten wir Handballspielern und -vereinen besonders flexible Versicherungs- und Vorsorgelösungen. Und im Schadenfall unterstützen wir Sie schnell und unkompliziert.



HDI Generalvertretung
Klaus-Dieter Klimpel
Kampmoortwiete 14
22117 Hamburg
Tel. 040 71401014
Fax 040 71401015
klaus-dieter.klimpel@hdi.de
www.hdi.de/klaus-dieter-klimpel

CBD – erst informieren, dann verwenden

Cannabidiol, kurz CBD, gehört zu den neuen Lifestyle-Produkten. In den USA verdoppeln sich die Verkaufszahlen von CBD-Produkten seit der Zulassung solcher Produkte jedes Jahr, und die europäischen Kunden hinken dem kaum hinterher. Cannabidiol ist ein natürlicher Wirkstoff, der aus dem weiblichen Hanf (Cannabis) extrahiert wird. CBD wirkt im Gegensatz zu dem bekannteren Cannabinoid THC nicht berauschend. Dabei wirken beide Stoffe über dasselbe System im Körper.

Dem CBD werden vor allem entkrampfende, entzündungshemmende, schmerzstillende, beruhigende und angstlösende Effekte nachgesagt. Weitere pharmakologische Effekte, wie beispielsweise eine antipsychotische Wirkung, werden noch erforscht.

Allerdings werden diese Effekte vor allem medizinischen CBD-Produkten zugeschrieben. Diese enthalten aber deutlich höhere Wirkstoffkonzentrationen als freiverkäufliche Produkte. So empfiehlt Norbert Schürmann, Chefarzt der Klinik für Palliativmedizin und Schmerztherapie am St. Josef Krankenhaus in Moers, für den Einsatz gegen psychische Erkrankungen mindestens zehn- bis 20-prozentiges CBD.

Handelsfertige CBD-Produkte haben zumeist eine fünfprozentige Konzentration von reinem Cannabidiol und maximal einen THC-Wert von 0,2 Prozent. Die Stiftung Warentest hat am 26. Februar dieses Jahres einen Produkttest mit CBD-Ölen und -Kapseln durchgeführt. Ergebnis: Nicht immer ist auf den angegebenen CBD-Gehalt Verlass. Er kann niedriger ausfallen. Außerdem wurden in manchen Proben unerwünschte Mineralölgehalte gefunden. Dazu stellte keiner der Anbieter im Test auf Nachfrage Studien zu seinem Produkt und dessen Nutzen zur Verfügung. Stiftung Warentest fand für freiverkäufliche Produkte mit CBD keine Beweise und Studien, die methodisch überzeugten. Fundierte Belege gibt es nur für zugelassene Medikamente.



Dafür gibt es aber rechtliche Probleme: Legal sind CBD-Produkte, die zum Verzehr gedacht sind, auch nicht. Im Dezember 2020 teilte die EU-Kommission mit, CBD-Produkte können als Lebensmittel angesehen werden. Dadurch dürften sie aber nicht automatisch auch legal verkauft werden. Denn Lebensmittel mit CBD-Anteil unterliegen der sogenannten Novel-Food-Verordnung. Diese müssen erst von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit untersucht und zugelassen werden. Daher ist nach der aktuellen Rechtslage nur der Verkauf von Kosmetikprodukten, E-Liquids, Kaltpressprodukten sowie Aromaextrakten zulässig.



WIR FEIERN DIE GLÜCKSSPIRALE!

50 JAHRE FÜR DEN SPORT



770 MILLIONEN

MEHR ALS 770 MIO. EURO FÖRDERUNG FÜR DEN
LEISTUNGS- UND BREITENSPIELSPORT.

Teilnahme ab 18 · Spielen kann süchtig machen · Hilfe unter 0800 – 137 27 00

[LOTTO-HH.de](https://www.otto-hh.de)

 **LOTTO® Guter Tipp.**
Hamburg

Joggen nach dem Piks: Ist Sport nach der *Corona-Impfung* empfehlenswert?



Immer mehr Menschen erhalten derzeit in Deutschland ihre Impfung gegen Covid-19. Wie sollte man sich nach einer Impfung in Bezug auf sportliche Aktivitäten verhalten? Ist es vernünftig, wie gewohnt abends joggen zu gehen?

Prof. Dr. med. Meike Hoffmeister, Professorin für Sportmedizin an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport (DHGS) sagt dazu: „Nach einer Impfung ist grundsätzlich nichts gegen leichte sportliche Betätigung einzuwenden. Jedoch sollte man nicht unmittelbar vom Impfzentrum im Sprinttempo nach Hause rennen. Nach sechs Stunden spricht jedoch nichts dagegen, seinem gewohnten Training nachzugehen, sofern man beschwerdefrei ist. Wer auf der sicheren Seite sein möchte, verschiebt sein Training auf den kommenden Tag.“

Dies gilt auch für andere Sportarten wie Tennis, Schwimmen oder Krafttraining: „Solange keine Reaktionen auftreten, ist nichts gegen den gewohnten Sport einzuwenden“, so Prof. Hoffmeister weiter. „Gegebenenfalls kann man auf ein Alternativtraining umsteigen, sollte beispielsweise der sogenannte „Impfarm“ auftreten und einem Sport wie Werfen oder Krafttraining mit den Armen entgegenstehen. Um unerwünschte Nebenwirkungen zu reduzieren, ist es wichtig, keine Überlastungen zu provozieren.“

Frühere Untersuchungen in Bezug auf die Grippeimpfung haben ergeben, dass der Gewohnheitsgrad in Bezug auf die sportlichen Aktivitäten auch in Zusammenhang mit einer physischen Immunantwort steht. Es gibt sogar Hinweise auf eine eher bessere Immunantwort, wenn die geimpfte Person weiterhin ihren Sport ausübt.

Man sollte allerdings nicht trainieren – wie auch sonst ohne Impfung – wenn Fieber auftritt oder bei starken lokalen Entzündungsreaktionen. Bei leichten Erkältungsbeschwerden ist jedoch nichts gegen ein Training einzuwenden.

Die prophylaktische Einnahme von Schmerzmitteln ist jedoch mit Vorsicht zu genießen. Aktuell ist noch unklar, ob sich diese unter Umständen störend auf die Immunantwort auswirken können, wenn sie direkt mit der Impfung eingenommen werden. „Zusammenfassend kann man sagen: Wer nichts merkt, kann nach einer kurzen Pause wieder dem gewohnten Training nachgehen“, so Prof. Hoffmeister.

(Quelle: Pressemitteilung DHGS)

DAK
Fitness-
Coaching

AKTIV. SPORTLICH. GESUND.

Wer regelmäßig Sport treibt, fühlt sich fitter, agiler und tut seiner Gesundheit und seinem Wohlbefinden etwas Gutes. Mit unserem Online-Fitness-Coach unterstützen wir Sie dabei, Ihre Ziele zu erreichen.

**Informationen unter
WWW.DAK.DE/DAKFITNESS-COACHING**

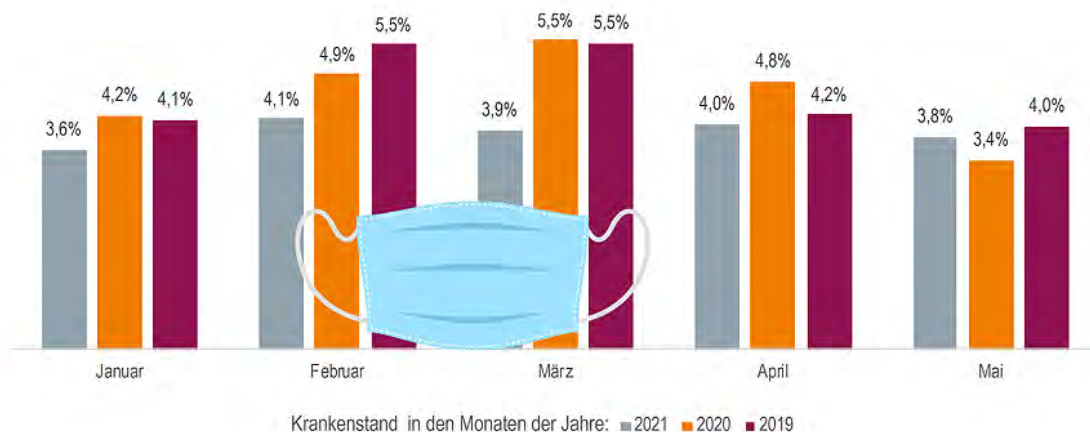
DAK-Gesundheit
Carolin Menk

Tel.: 040 25 30 562-11 08
Fax: 0172 54 28 670
carolin.menk@dak.de

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

HISTORISCH NIEDRIGER KRANKENSTAND

1. HALBJAHR 2021: TRADITIONELLE ERKÄLTUNGSMONATE
DANK HYGIENE-MASSNAHMEN AUSGEFALLEN



Im ersten Halbjahr 2021 gab es in Deutschland ungewöhnlich wenig krankheitsbedingten Arbeitsausfall. Beschäftigte hatten von Januar bis Juni pro Kopf durchschnittlich 6,7 Fehltage und damit 22 Prozent weniger als im Vorjahreszeitraum. Das geht aus der aktuellen Krankenstands-Analyse der DAK-Gesundheit hervor.

Ein Plus bei den psychischen Erkrankungen wurde statistisch durch ein sehr großes Minus bei den Atemwegserkrankungen mehr als ausgeglichen. Die Kasse sieht die geltenden Abstands- und Hygienemaßnahmen während der Pandemie als Ursache für den massiven Rückgang. Er betrifft alle Berufsgruppen, abgeschwächt auch das Klinik- und Kita-Personal. Insgesamt sinkt der Krankenstand bei den DAK-versicherten Beschäftigten auf 3,7 Prozent. Im ersten Halbjahr 2020 waren es noch 4,2 Prozent.

„Die Erkältungssaison 2021 ist nahezu komplett ausgefallen“, kommentiert Andreas Storm, Vorstandschef der DAK-Gesundheit, die Studienergebnisse. Bis Ende Juni 2021 kamen auf 100 DAK-versicherte Beschäftigte nur 48 Fehltage wegen Atemwegserkrankungen, rund 92 Tage weniger als im Vorjahreszeitraum. „Die wegen der Pandemie eingeführten Abstands- und Hygienemaßnahmen haben sich als wirkungsvoller Infektionsschutz erwiesen. Wir haben in der Arbeitswelt, etwa mit Plexiglasscheiben vor Supermarktkassen oder Belüftungskontrollen in Konferenzräumen, einen neuen Standard erreicht, den wir nicht mehr aufgeben sollten“, so Storm. „Viele Menschen werden sich zudem an Asien ein Beispiel nehmen und in Zukunft während der Erkältungszeit in der Öffentlichkeit konsequent eine medizinische Mund-Nasen-Bedeckung tragen. Die Maske ist im Kampf gegen Krankheitserreger so einfach wie wirkungsvoll.“

Auf www.dak.de/bewussterleben gibt die DAK-Gesundheit eine Vielzahl von Anregungen für einen gesunden Lebensstil und mehr Wohlbefinden. Schauen Sie einfach mal rein oder holen sich Tipps von Ihren Ansprechpartnern der DAK-Gesundheit ganz in Ihrer Nähe – vorbehaltlich der Pandemie-Bestimmungen auch für das persönliche Gespräch.

**Ihre Ansprechpartnerin ist
Antonia Storrer.
Telefon 0170 242 8073
E-Mail: antonia.storrer@dak.de**



AGA-PraxisForum: *Vierteilige* *Online-Vortragsreihe beim* *AGA zum Thema BGF*

Schon seit gut zwei Jahren kooperiert der Betriebssportverband Hamburg e.V. mit dem Arbeitgeberverband Groß- und Außenhandel (AGA), in verschiedenen Bereichen. Dabei profitiert der BSV vor allem vom Netzwerk des AGA, in dem mehr als 3.500 überwiegend mittelständische Unternehmen aus den fünf Küstenländern organisiert sind. So ist es möglich, das Thema Betriebliche Gesundheitsförderung einem breiten Interessentenkreis näher bringen zu können. Eine klassische Win-Win-Situation.

Denn in den Unternehmen, so hat sich gleich zu Beginn der Kooperation schnell herausgestellt, gibt es viele Fragen, was dieses Themenfeld angeht: Wie kann ich überhaupt das Thema BGF in meinem Unternehmen integrieren oder sinnvoll ausbauen? Welche Vorteile erwachsen daraus für die Firma und die Mitarbeitenden? Welche rechtlichen, steuerlichen und versicherungstechnischen Belange gilt es zu beachten?

„In den vergangenen Jahren ist in vielen Unternehmen das Bewusstsein dafür stetig gewachsen, dass man aktiv etwas dafür tun kann, dass die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesund und motiviert bleiben – zu ihrem eigenen und nicht zuletzt auch zum Vorteil des Unternehmens selbst“, so Bernd Meyer, Präsident des Betriebssportverbandes Hamburg e.V. „Weil genau da die Expertise des BSV liegt, haben wir 2019, noch vor der Corona-Pandemie, damit begonnen, beim AGA Präsenzvorträge für deren Mitgliedsunternehmen zu halten und uns als Beratungspartner vorzustellen. Wir freuen uns, dass es diese fruchtbare Kooperation mit dem AGA nach wie vor gibt. Und es wäre sicher für beide Seiten wünschenswert, wenn wir diese in den kommenden Jahren noch intensivieren könnten.“

Unternehmen stehen dabei vor der Herausforderung, alles zu tun, dass die vorhandenen Beschäftigten dem Betrieb möglichst bis zum Ende der regulären Lebensarbeitszeit gesund und zufrieden erhalten bleiben. Die Gründe dafür, dass Beschäftigte das reguläre Renteneintrittsalter nicht erreichen, sind vielfältig. Sie können aber im Wesentlichen immer noch darauf zurückgeführt werden, dass die Fehlzeiten im Alter steigen und Krankheiten zunehmen.

Der Gesetzgeber hat dies vor einigen Jahren erkannt und daraufhin das Präventionsgesetz unter anderem dahingehend angepasst, dass Krankenkassen künftig verpflichtet sind, insbesondere kleine und mittelständische Unternehmen bei der Durchführung präventiver Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung zu unterstützen.

Aus diesem Grund stellt der BSV zu den regelmäßigen PraxisForen, die der Unternehmensverband AGA seinen Mitgliedern offeriert, gern auch mehrere Referenten zu diesen relevanten Themen. Im September war der BSV erneut im Rahmen einer vierteiligen Online-Vortragsreihe mit einem PraxisForum Spezial zum Thema „Betriebliches Gesundheitsmanagement und Sport in kleinen und mittelständischen Unternehmen“ wieder mit mehreren Vorträgen und hochkarätigen Referenten dabei.



Zunächst stellte Uwe Dresel von BSV-Partner DAK-Gesundheit den Teilnehmenden das neue Präventionsgesetz vor und erläuterte, wie dieses überhaupt als Grundlage für den Betriebssport als Bestandteil der betrieblichen Gesundheitsförderung zu verstehen ist.

Im zweiten Vortrag der Reihe stellte sich die Frage: Wie passen Betriebliches Gesundheitsmanagement und die bereits bestehende Betriebssportgemeinschaft im Unternehmen eigentlich zusammen? Als Best-Practice-Beispiel stellte Dr. Tobias Stephan Kaeding von Hamburg Wasser vor, wie hervorragend dort die Betriebssportgemeinschaft mit dafür sorgt, dass die Kolleginnen und Kollegen gemeinsam gesund und leistungsfähig nicht nur durchs Arbeitsleben kommen, sondern wie man auch außerhalb der Arbeit davon profitieren kann.

Im dritten Online-Vortrag zeigte Ray Herz von der Verwaltungsberufsgenossenschaft Hamburg (VBG) auf, wie man beim Betriebssport durch den Versicherungsschutz durch die zuständige Berufsgenossenschaft des Unternehmens abgesichert ist. Und nicht zuletzt erläuterte der erfahrene Diplom-Finanzwirt und Steuerberater Günter Quast im vierten Online-Vortrag die steuerliche Behandlung von Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung und zeigte mögliche Fallstricke im Steuerrecht aber auch viele Vorteile auf.

Die AGA-Mitglieder haben die Angebote gern und zahlreich angenommen, und der BSV konnte weitere wertvolle Kontakte in die Unternehmen der Metropolregion knüpfen und diesen das Thema BGF näherbringen. Wie schon gesagt: eine klassische Win-Win-Kooperation!

Technik, Koordination und Power hautnah erleben.

**Buchen Sie jetzt unseren Workshop
in Kooperation mit dem Hamburger Boxverband.
Olympiateilnehmer und Profitrainer inklusive!**

VORTRÄGE WORKSHOPS EVENTS

Die BGF-Expert*innen
des BSV Hamburg
freuen sich auf Ihre
Kontaktaufnahme:
bgf-team@bsv-hamburg.de
040 – 219 8821 15



BETRIEBSSPORT
VERBAND HAMBURG

Weitere Informationen:
www.sport-im-betrieb.de

Neue Kooperation des BSV: Physiotherapie ohne Behandlungskosten für Betriebssportler



Der Betriebssportverband Hamburg und FiHH - Das Fortbildungsinstitut haben im September 2021 eine Kooperation beschlossen. Ziel der Zusammenarbeit ist, Betriebssportler*innen die Möglichkeit zu geben, sich im Rahmen von physiotherapeutischen Schulungen kostenlos behandeln zu lassen. Die Idee wurde bei einem gemeinsamen Treffen in der Team Hamburg Lounge - Stiftung Leistungssport entwickelt und innerhalb kürzester Zeit umgesetzt. Schließlich liegen die Vorteile auf der Hand. Beide Partner sind quasi Nachbarn. So ist FiHH direkt an der S-Bahn Hammerbrook gelegen nur 500 Meter vom Sportpark Wendenstraße entfernt.

Auch inhaltlich passt es wie die Faust aufs Auge. Mit über 3000 Kursen im Jahr gehört FiHH zu den stärksten medizinisch-therapeutischen Weiterbildungsinstituten Deutschlands. Dementsprechend groß ist der Bedarf an Patienten. Mit über 14.000 aktiven Betriebssportlern in der Metropolregion Hamburg ist der BSV Hamburg e.V. somit ein perfekter Partner.

Die Betriebssportler und Betriebssportlerinnen profitieren von Behandlungen, die deutlich umfangreicher sind als reguläre physiotherapeutische Termine. Häufig bekommen die Sportler sogar mehrere Termine.

Die Sportlerinnen und Sportler können die Behandlungen unter anderem nutzen, um sich eine kostenlose Zweitmeinung zu einer bestehenden Behandlung zu holen und neue Ansätze für Behandlungen kennenzulernen. Dadurch, dass die Untersuchungen und Behandlungen im Rahmen beruflicher Weiterbildungen durchgeführt werden, ist wesentlich mehr Zeit für den Patienten vorhanden als in einer regulären Physiotherapiepraxis. Auch werden sowohl die Untersuchungen als auch die Behandlungen von den Therapeuten gemeinsam mit den Dozenten durchgeführt, wodurch eine noch höhere Qualität der Arbeit erreicht wird. Diese Behandlungen werden durchgängig kostenfrei angeboten.

Wenn Sie Fragen haben, wenden sie sich gerne direkt an unsere Mitarbeiterin Anja Blondzik an unter: anja.blondzik@bsv-hamburg.de.

Die ersten Termine für orthopädische für Patienten sind:
Ab 12.10.21 // Ab 16.10.21 // Ab 08.11.21 // Ab 30.11.21

Jeweils drei Behandlungstermine pro Patient.

Weitere Termine für Patienten mit Kiefer- und Gesichtsbeschwerden, Tinnitus, Migräne und HWS sowie für Patienten mit neurologischen Problemen (MS, Parkinson, Schlaganfall, Lähmungen, etc.) folgen.

BSV MEETS

TEAM HAMBURG O

Die Kooperation des Betriebssportverbandes mit der Stiftung Leistungssport Hamburg wurde im Rahmen der Olympischen Spiele von Tokio auf ganz besondere Weise aktiviert: Der BSV engagierte sich als offizieller Partner der „Team Hamburg Lounge“ und förderte damit gleichzeitig die jungen Athletinnen und Athleten des Teams auf ihrem Weg zu den Olympischen Spielen. Im Vordergrund stand allerdings das Thema Networking, zu dem der Verband nicht nur wichtige Kooperationspartner wie die DAK-Gesundheit, dem Unternehmerverband AGA, die Stolle GmbH oder AWO an ausgewählten Tagen in die Business Lounge einlud, sondern auch wertvolle neue Kontakte knüpfen konnte.

Die Team Hamburg Lounge stellte ein in Deutschland einzigartiges Business-Netzwerk-Projekt dar, das von der Stiftung Leistungssport initiiert wurde. Vom 23. Juli bis 7. August konnten alle Gäste und Partner der Lounge jeden Tag zwischen 8 Uhr und 16 Uhr auf der Dachterrasse der Handelskammer die olympischen Wettkämpfe in Tokio in einem sportlich-exklusiven Ambiente auf zahlreichen Screens live verfolgen, aktuelle und ehemalige Sportstars hautnah erleben und Entscheider aus Politik und Wirtschaft treffen. Neben einem hochwertigen Catering genossen alle Partner ein spannendes Rahmenprogramm mit Talkrunden, Bühnenprogramm und einer großen Eröffnungsfeier.

Unter anderem waren mehrere Senatoren, die Geschäftsführung der Handelskammer und aller Hamburger Profisport-Vereine

vor Ort. Die Lounge wurde aber vor allem deshalb zum Sport-Business-Netzwerk-Hotspot, weil täglich neben mehreren Dutzend Entscheidern aus der Wirtschaft auch zahlreiche Olympiasieger und Sportstars wie Marcell Jansen, Moritz Fürste, Max Weinhold, Eric Johannesen, Bernhard Peters, Jonas Boldt, Marvin Willoughby, Martin Schwalb, die HSV-Handballer, Vertreter der Footballer der Sea Devils und des FC St. Pauli vor Ort waren. Dazu erlebten die Besucher in der zweiten Olympiawoche auch die Rückkehr von frisch gebackenen Medaillengewinnern wie Tennisstar Alexander Zverev oder Ruder-Ass Torben Johannesen live vor Ort!

„Für uns war die Kooperation mit der Lounge ein sehr wertvolles Investment, weil wir den BSV in einem tollen, hochwertigen Ambiente als Co-Gastgeber präsentieren konnten. Zum einen haben wir damit

unsere Rolle als wichtiger Sport-Akteur in der Active City weiter gefestigt, zum anderen wertvolle neue Kontakte knüpfen können“, so Alexander Jamil, Geschäftsführer der BSV Servicegesellschaft.

BSV-Präsident Meyer freute sich in erster Linie über die Einbindung langjähriger Partner des Verbandes in die „BSV-Tage“ im Rahmen der Lounge: „Wir haben dank der Kooperation mit der Olympia Lounge vor allem in Bezug auf das Thema Kundenbindung viele positive Gespräche führen können. In diesem Ambiente zwischen Sportstars und Wirtschaftsentscheidern herrscht natürlich auch eine ganz besondere Energie, und wir freuen uns, dass wir viele langjährige Partnern einladen und daran teilhaben lassen konnten.“



OLYMPIA LOUNGE



Intensives Netzwerken und Olympiasieger zum anfassen standen im Mittelpunkt der TEAM HAMBURG Lounge. Zahlreiche Partner folgten der Einladung des BSV und erlebten spannende Tage auf der Dachterrasse der Handelskammer.

„DER BSV HAMBURG HAT ALS SPORTLICHER KEYPLAYER EINE ENTSCHEIDENDE *BEDEUTUNG* FÜR DAS INTEGRATIVE UND TOLERANTE MITEINANDER IM QUARTIER“

Wenn es darum geht, Unternehmen und Institutionen in der City Süd zusammenzuführen, Kooperationen einzuleiten oder Synergieeffekte zu erkennen, landet man ganz schnell beim Namen Sybill Petermann. Die Sprecherin der IG City Süd erzählt im Interview mit der SiB über die Entstehungsgeschichte und Entwicklung der Gemeinschaft, anstehende Projekte rund um den Standort City Süd/Hammerbrooklyn sowie die Rolle des Betriebssportverbandes als sportliches Zugpferd des Quartiers.

Frau Petermann, wie lange gibt es die IG Süd schon und welche Ziele hat sie sich auf die Fahne geschrieben?

Die IG City Süd/Hammerbrooklyn wurde 1995 gegründet, als die City Süd noch reinen „Hinterhofcharme“ hatte – und es neben einigen neuen Bürobauten kaum Infrastruktur gab. Ziel war und ist noch immer, das Quartier kontinuierlich in all seinen Facetten und seinem Potenzial weiterzuentwickeln, noch attraktiver zu machen und die Community vor Ort mit Win-Win Projekten zu vernetzen und in den Dialog zu bringen.

Inwieweit sind Sie als Sprecherin mit der Entwicklung des Quartiers und der Gemeinschaft in den letzten Jahren zufrieden?

Sehr. Die IG steht für ein respektvolles, tolerantes Miteinander – nach innen und nach außen. Die Player des Quartiers sowie die relevanten städtischen Partner kennen und treffen sich „auf Augenhöhe“ – und gehen respektvoll und tolerant miteinander um. Hierzu gehören neben der Wirtschaft/Wissenschaft/Bildung und der Politik auch Kultur und Sport als wichtige Bindeglieder, sowie soziale Institutionen so wie das Winternotprogramm für Wohnungslose und Flüchtlings-Folgeunterkünfte und Vertreter von Kirche und Polizei. Der Standort selbst ist heute bekannter und positiver besetzt denn je. Nicht zuletzt durch die Wohnungsbauprojekte rund um den Sonninkanal und die dadurch enorm gestiegene Bewohnerzahl hat das Quartier einen echten Kick bekommen. Die City Süd/Hammerbrooklyn steht heute bei Projektentwicklern, Investoren und Mietinteressenten sowie bei Stadtplanern und unserem Oberbaudirektor ganz oben auf der Agenda. Die Lage ist inzwischen als „innerstädtisch“ zu bezeichnen – zu einem vergleichsweise attraktiven Mietzins.



Ein viel beachtetes Leuchtturmprojekt ist das Konzept „Hammerbrooklyn“. Was hat es damit genau auf sich?

Die Hammerbrooklyn Factory als neue Plattform und Treffpunkt interdisziplinärer digitaler Zusammenarbeit sowie das gesamte Oberhafenquartier mit dem Großmarkt, dem HWWI, dem Mehr! Theater und der Halle 424 sind spannende und inspirierende Juwelen unserer Gemeinschaft - als Mitglieder und Kooperationspartner. Weitere Leuchtturmprojekte sind im Bereich Mobilität geplant. Hier geht es um innovative Nutzung unserer Wasserwege, Drohnen-Einsatz und Micro Hubs zur Optimierung des Lieferverkehrs („last mile“). Diese Projekte werden zum Teil im Umfeld des weltweiten ITS Kongresses gefördert, der im Oktober in Hamburg stattfinden wird – übrigens tatsächlich analog.

Auch der Betriebssportverband ist seit vielen Jahren Partner der IG City Süd. Welche Bedeutung hat der BSV für das Quartier?

Eine große! Nicht zuletzt durch das Herzens-Engagement des Präsidenten Bernd Meyer und sein Interesse sowie seine Offenheit für Netzwerkthemen ist der BSV tatsächlich unser „sportliches Zugpferd“ im Quartier: Sportmöglichkeiten für Flüchtlinge auf dem BSV Gelände, die Kooperation mit Unternehmen im Rahmen der Hamburgiade, der Kontakt zu Schulen vor Ort inklusive attraktiver Ferienangebote für Schüler, innovative SUP-Angebote auf unseren Kanälen und vieles mehr sind neben den klassischen Betriebssport-Facetten wichtige Ergänzungen für unser Miteinander in Hammerbrooklyn).

Warum ist das Thema Sport ein wichtiger Baustein für Ihre Interessensgemeinschaft?

Neben der Kultur, zum Beispiel der bei uns aktuell wachsenden Kreativ-Szene, ist auch der Sport immer wieder Bindeglied zwischen den verschiedensten Gruppierungen einer Gesellschaft – und damit natürlich auch bei uns: Sport schafft Bewegungen und Begegnungen, bei denen Fairness, Toleranz, Respekt und Offenheit die Menschen in Kontakt und Dialog bringen.

Der BSV bietet den Unternehmen auch ein breites Spektrum an Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung an. Welche Rolle spielt das Thema Gesundheit – gerade in Zeiten von Corona – aus Ihrer Sicht für die Arbeitgeber der Zukunft?

Eine enorme! Prävention und Inklusion sind aus meiner Sicht dabei die zentralen Themen, bei denen ein attraktiver Arbeitgeber sich heute selbstverständlich gut aufstellen muss. Um Mitarbeiter*innen zu halten und ihre Arbeitskraft zu erhalten – und um neue Kolleg*innen am umkämpften Arbeitsmarkt zu gewinnen. Mitarbeiter*innen sind das wichtigste Kapital eines Unternehmens – und so langsam spricht es sich herum, dass Investitionen in attraktive und überzeugende Angebote zur physischen und mentalen Gesunderhaltung gute Investitionen sind, die sich auszahlen. Insbesondere heute durch Corona-bedingt gestiegene Burnout-Risiken. Mit seinem Selbstverständnis als Partner der Wirtschaft, der auf Beratung und Implementierung von Betrieblichem Gesundheitsmanagement setzt, ist der BSV Hamburg hier auf einem guten und richtigen Weg.

Noch ein kurzer Ausblick in die Zukunft. Wann dürfen wir uns auf den nächsten Netzwerkabend in der City Süd freuen?

Nach einem Jahr Pausieren der analogen Treffen, „ersetzt“ durch eine Vielzahl an digitalen Begegnungen, haben wir jetzt bereits wieder einen ersten persönlichen Netzwerk-Event organisiert – mit begrenzter Teilnehmerzahl und unter Einhaltung der Corona-Regeln. Weitere Treffen mit Schwerpunktthemen sind geplant. Bei Interesse an einer „IG -Schnupper-Mitgliedschaft“ bitte gern eine kurze Mail an petermann@tema-communication.de.

WIR SIND FÜR SIE DA.

PRÄSIDIUM

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

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

Wabner, Klaus
(Referent für Finanzen)
klaus.wabner@bsv-hamburg.de

Junghänel, Lars
(Referent für Rechtsangelegenheiten)
beachvolleyball@bsv-hamburg.de

Smarsly, Detlev
(Sportreferent)
detlev.smarsly@bsv-hamburg.de

Behrens, Ralph
(Sportreferent)
ralph.behrens@bsv-hamburg.de

Schmidt, Dr. Dominikus
(Sportreferent)
dominikus.schmidt@bsv-hamburg.de

Rischke, Marc
(Referent für Sonderaufgaben)
marc.rischke@bsv-hamburg.de

REFERENT DER GESCHÄFTSLEITUNG

Lengwenat-Hahnemann, Ulrich
ulrich.lengwenat-hahnemann
@bsv-hamburg.de

EHRENRAT

Aurin, Ingo (Sprecher)
ehrenrat@bsv-hamburg.de
Christoffers, Alfred
Fülscher, Helga
Holdhoff, Alfred
Inselmann, Uwe
Klages, Bernd
Siedhoff, Johannes

BERUFUNGSAUSSCHUSS

Matthiessen, Uwe (Vorsitzender)
berufungsausschuss
@bsv-hamburg.de
Kellermann, Lars (stv. Vorsitzender)
Dittmer, Urte
Hagendorf, Sieglinde
Wilmans, Ralph

BETRIEBSSPORTCASINO

Marsch, Karsten
www.betriebssportcasino.de
Telefon: 040/23 68 72 40

IMPRESSUM

Sport im Betrieb
Offizielles Organ des
Betriebssportverbandes Hamburg e.V.

Herausgeber:
Betriebssportverband Hamburg e.V.

Präsident:
Bernd Meyer
Vizepräsident:
Holger Witt

**Redaktion &
Anzeigenkoordination:**
Bernd Meyer (V.i.S.d.P.),
Jens Beeskow, Melanie Gutzeit,
Jan Winter, Jörg Schonhardt

ALLGEMEINER KONTAKT

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

FOTOQUELLEN

Uwe Wichmann
Gerrit Staron
Betriebssportverband Hamburg
Plan International
Alexander Jamil
Cemil Seker
Shutterstock
Helge Schwarzer
Jonas Gampe

SPORTAUSSCHÜSSE

Badminton
Hein, Yvette (Vorsitzende)
badminton@bsv-hamburg.de

Basketball
Mews, Stefan (Vorsitzender)
basketball@bsv-hamburg.de

Beachvolleyball
Junghaenel, Lars (Vorsitzender)
beachvolleyball@bsv-hamburg.de

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

Boule
boule@bsv-hamburg.de

Bowling
Großmann, Wolfgang (Vorsitzender)
Schmooch, Sigrid (stv. Vorsitzende)
bowling@bsv-hamburg.de

Casting
Walther, Michael (Vorsitzender)
casting@bsv-hamburg.de

Chorsingen
Scheer, Susanne (Vorsitzende)
Boettcher, Frances
chor@bsv-hamburg.de

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

Darts
darts@bsv-hamburg.de

Drachenboot
drachenboot@bsv-hamburg.de

Faustball
Feldmann, Jörg (Vorsitzender)
Habeck, Alwin (stv. Vorsitzender)
faustball@bsv-hamburg.de

Fitness und Gesundheit
Bergmann, Claudia
Gutzeit, Melanie
Winter, Jan
bgf-team@bsv-hamburg.de

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

Fußball-Schiedsrichter
Meyermann, Manfred (Vorsitzender)
Stiehl, Manfred (stv. Vorsitzender)
fussball-schiris@bsv-hamburg.de

Golf
Lapp, Stephan (Vorsitzender)
Schaller, Jochen (stv. Vorsitzender)
golf@bsv-hamburg.de

Handball
Melcher, Reiner (Vorsitzender)
handball@bsv-hamburg.de

Kartsport
Weise, Karsten (Vorsitzender)
kart@bsv-hamburg.de

Kegeln
Selvert, Monika (Vorsitzende)
Sietz, Sabine (stv. Vorsitzende)
kegeln@bsv-hamburg.de

Leichtathletik
Bank, Sönke (Vorsitzender)
leichtathletik@bsv-hamburg.de

RadSPORT
Schwarz, Manfred (Vorsitzender)
Bruder, Christian (stv. Vorsitzender)
radSPORT@bsv-hamburg.de

Rudern
rudern@bsv-hamburg.de

Schach
Kaliski, Achim (Vorsitzender)
Maifeld, Uwe (stv. Vorsitzender)
schach@bsv-hamburg.de

Schwimmen
Piekuszewski, Jan (Vorsitzender)
Quade, Andreas (stv. Vorsitzender)
schwimmen@bsv-hamburg.de

Segeln
Burmester, Jürgen (Vorsitzender)
Roubal, Hans-Georg (stv. Vorsitzender)
segeln@bsv-hamburg.de

Skat
Bunke, Marco (Vorsitzender)
Fandrich, Klaus (stv. Vorsitzender)
skat@bsv-hamburg.de

Sportschießen
Rosenfelder, Helmut (Vorsitzender)
Feil, Thorsten (stv. Vorsitzender)
sportschiessen@bsv-hamburg.de

Squash
Softwedel, Torsten (Vorsitzender)
Wagener, Ingo (stv. Vorsitzender)
squash@bsv-hamburg.de

SUP (Stand Up Paddling)
Frantz, Alexander (Vorsitzender)
sup@bsv-hamburg.de

Tennis
Siopiros, Maren (Vorsitzende)
Wende, Wolfram (stv. Vorsitzender)
tennis@bsv-hamburg.de

Tischfußball
Hanschmann, Stephan (Vorsitzender)
Kapmeier, Nicole (stv. Vorsitzende)
tischfussball@bsv-hamburg.de

Tischtennis
Geduhn, Ronald (Vorsitzender)
Röh, Johannes (stv. Vorsitzender)
tischtennis@bsv-hamburg.de

Triathlon
Hillebrecht, Frank (Vorsitzender)
Hübner, Susann (stv. Vorsitzende)
triathlon@bsv-hamburg.de

Volleyball
Molkentin, Marc (Vorsitzender)
volleyball@bsv-hamburg.de

BSV-NEWSLETTER BESTELLEN:

www.bsv-hamburg.de

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



BETRIEBSSPORT
VERBAND HAMBURG

Ihr Firmen Trikot mit Logo zum Sparpreis



inkl. 2 farbigem
Logodruck auf der
Rückseite

Jetzt bestellen!
040 25 30 48-0

Atmungsaktives Lauf-Shirt

Feuchtigkeitsregulierend, schnell trocknend, leicht und komfortabel. Stehkragen mit Reißverschluss. Kontrastfarbige Einsätze und Flatlocknähte. Modischer Reflexdruck am Rückenteil. Leicht tailliert. Oberstoff (125 g/m²): 100% Polyester

Muster**	50	100	250
15,00 €*	17,97 €*	16,12 €*	13,97 €*

** Muster je Stück ohne Logodruck, zzgl. der gesetzlichen MwSt. und den Versandkosten.

* Alle Preise verstehen sich je Stück, zzgl. der gesetzlichen MwSt. und den Versandkosten und bei Stellung von druckfähigen Daten. **Angebot gültig bis solange Vorrat reicht!**





AKTIV SEIN

IN HAMBURG

**Nicht was Du tust ist wichtig, sondern
dass Du etwas tust. Wir bewegen Hamburg.
Gemeinsam sind wir ACTIVE CITY.**

#HamburgActiveCity



Alle Infos:
www.hamburg.de/active-city
[@hamburg.active.city](https://twitter.com/hamburg.active.city)
[@HH_Active_City](https://twitter.com/HH_Active_City)

