

# DIE WREMER



Berichte und Informationen  
aus dem Turn- und Sportverein  
**Ausgabe 2022**



»Figur fit« heißt das ideale Kurs-Angebot für alle Wremerinnen  
**Gemeinsam fit bleiben und Spaß haben**



Die Sportwoche vom 20. bis 22. Mai 2022

Solidarität mit der Ukraine – Deichlauf am 21. Mai 2022

**Lauf für den Frieden**

# Na? Schon Lust auf eine Tour?



**Der Zweiradmeister**  
  
**Jörg Wichmann**  
[www.derzweiradmeister.de](http://www.derzweiradmeister.de)

**Sie finden mich in der Speckenstraße 44 in Dorum  
auf dem Gelände der ehemaligen Sägerei  
Telefon 0176 · 708 42 382**



## EDITORIAL

Aus dem Vorstand .....	3
------------------------	---

## DIE ABTEILUNGEN

Akrobatik.....	5	Tanzen für Kinder .....	43
Badminton .....	9	Tischtennis.....	45
Fit ab 50.....	11	Trampolin .....	47
Fitness mit Musik.....	13	Turnen / Frauengymnastik .....	49
Fußball / Herrenfußball .....	15	Kinderturnen .....	51
Damenfußball .....	23	Eltern & Kind Turnen .....	53
Jugendfußball .....	25	Volleyball / 1. Damen.....	55
Förderverein FCLW.....	30	2. Damen .....	57
Floorball.....	33	Freizeit-Volleyball.....	59
Karate.....	35	Pritsch-Perfects.....	61
Lauftreff.....	37	Walken.....	63
Sportabzeichen.....	41		

## THEMEN

Essen vor und nach dem Sport .....	69	Der KSB Cuxhaven beim TuS .....	83
Ehrungen 2021.....	71	Figur fit – Ein neues Kursangebot.....	85
Unvergessen Michael Ternes und Gerd Ruhlandt.....	73	Bogenschießen – Ein Versuch im TuS .....	87
Blick zurück – Bilder aus der Vereinsgeschichte.....	75	Was hilft eigentlich gegen Rückenschmerzen?.....	89
Immunsystem – Vitamin D und Sport .....	81		

## AKTUELL / WISSENSWERT / UNTERHALTSAM

Ein Spartenleiter auf Abwegen .....	91	Sportplatz lässt zu wünschen übrig... ..	103
Neue Angebote und Sportarten beim TuS.....	93	Hallenbelegungspläne .....	104
Danke Wolf-Dieter! .....	95	Ukraine-Flüchtlinge – Spendenaufruf.....	106
WurtenHopper – Teilen statt Besitzen!.....	97	Programm Sportwoche 2022 .....	107
Die Hütte brennt! .....	101	Ausschreibung zum 34. Wremer Deichlauf für den Frieden .....	108

## DIVERSES

Beitrittsformular .....	111
Vereinsorganigramm/Impressum.....	112

Titelbild: FigurFit (Foto: Arno Zier/Gestaltung: Hendrik Friedrichs)  
Die nächste Ausgabe erscheint im Frühjahr 2023.

**WENN**

schnelle Hilfe

gefragt ist,

**DANN**

fragen Sie mich!

**VGH Vertretung Tim Vetter**

Poststr. 3d

Wurster Nordseeküste OT Dorum

Tel. 04742 9260328

Fax 04742 9260338

[www.vgh.de/tim.vetter](http://www.vgh.de/tim.vetter)

[vetter@vgh.de](mailto:vetter@vgh.de)

 Finanzgruppe

**VGH**   
fair versichert

**LIEBE VEREINSMITGLIEDER!  
LIEBE WREMERINNEN!  
LIEBE WREMER!**

Nachdem im ersten Halbjahr 2021 keine sportlichen Aktivitäten wegen der Corona Pandemie im Verein durchgeführt werden konnten, haben wir uns auf die Lockerungen im 2. Halbjahr gefreut, um wieder voll durchstarten zu können.

Doch daraus wurde nichts, denn am 28. Juni 2021 erhielt ich im Urlaub auf Norderney die Hiobsbotschaft, dass die Schulturnhalle sowie die TuS-Halle samt angrenzenden Räumlichkeiten durch einen Wasserschaden stark beschädigt wurden. Die Riesensumme von 40.000 Liter Wasser hatte bei-

de Hallenböden angehoben, so dass diese komplett erneuert werden mussten.

Außerdem liefen über mehrere Wochen die Trocknungsgeräte, um die Böden der angrenzenden Räume zu trocknen. Die Malerarbeiten in der TuS Halle wurden von uns in Eigenarbeit durchgeführt. Vielen Dank dafür an Rainer Frese und unseren Hallenwart Bernd Meyer. Der Gesamtschaden beläuft sich im sechsstelligen Bereich und ist durch eine Versicherung abgedeckt. Am Inventar entstand nur ein geringer Schaden.

Durch den Wasserschaden konnte im gesamten 2. Halbjahr 2021 kein Hallensport betrieben werden. Jetzt war es die Aufgabe des Vorstandes für Ersatzräume zu sorgen, um den Sportbetrieb durchführen zu können.

Das hat sehr gut geklappt und ich möchte mich an dieser Stelle bei den Nachbarvereinen Mulsum, Padingbüttel, Dorum, Neu-



*Großes Malheur: Wasserschaden in TuS-Halle und in der Schulturnhalle*



## AUS DEM VORSTAND

enwalde dem OSC Bremerhaven und bei der Kirchengemeinde Wremen recht herzlich für die Unterstützung bedanken. Auch unseren Mitgliedern und den Übungsleiter/innen gilt mein Dank für ihre Flexibilität.

Noch vor Ende des Jahres 2021 konnten wir dann beide Turnhallen und sämtliche Räume wieder in Betrieb nehmen. Vielen Dank an alle Firmen für ihre geleistete Arbeit.

Da auch die geplante Jahreshauptversammlung (JHV) im März 2021 wegen Corona ausfiel, wurde diese am 22.10.21 nachgeholt. Dort standen Ehrungen, Berichte aus den Sparten sowie Wahlen auf der Tagesordnung. Für seine langjährigen und besonderen Verdienste wurde Willy Jagielki zum Ehrenmitglied ernannt. Unsere Kassenwartin Lisa Lucks-Besmehn berichtete über eine konstante Mitgliederzahl um die 700, sowie über eine positive Kassenlage.

Außerdem ist eine Neugestaltung der Vereins-Homepage in Arbeit. Ich möchte mich hier bei Peter Valentinitz bedanken, der die Homepage über viele Jahre betreut hat. Im Frühjahr wollen wir mit Hilfe von Werner Blohm versuchen als neue Sportart Bogenschießen anzubieten.

Leider musste die geplante JHV im März 2022 wegen Corona abgesagt werden. Diese werden wir im Laufe des Jahres nachholen. Dafür sind die Planungen für das Sportwochenende vom 20. bis 22.Mai in vollem Gang.

Besonders freue ich mich, dass unsere Vereinszeitschrift dank der tollen Arbeit der Redaktionsmannschaft 2022 wieder erscheinen kann.

Eine weitere negative Nachricht erhielten wir Ende Februar, als uns ein Feueralarm erreichte. Bei regnerischem und stürmischem Wetter stand am späten Abend der Holzunterstand auf dem Sportplatz plötzlich in Flammen und brannte bis zu Hälfte nieder.

Die Brandursache konnte bisher nicht ermittelt werden.

Leider erhielten wir im Januar und Februar zwei Todesnachrichten langjähriger Mitglieder. Anfang des Jahres starb Gerd Ruhlandt, der über viele Jahre Übungsleiter beim Trampolinspringen war. Außerdem war er maßgeblich am Bau unserer Turnhalle beteiligt und bis zu seiner Erkrankung auch der Hallenwart.

Im Februar trauerten wir um Michael Ternes, der im Alter von 67 Jahren verstarb. Als aktiver Tischtennisspieler hat sich Michael mit großem Engagement für die Sparte eingesetzt und wie kein anderer die Tischtennisabteilung des TuS Wremen geprägt.

Der Vorstand des TuS bedankt sich bei Gerd und Michael für die geleistete Arbeit und wird beide immer in guter Erinnerung behalten.

Die kriegerischen Handlungen in der Ukraine stimmen uns sehr traurig und so werden wir, falls gewünscht Ukrainische Flüchtlinge im Verein sehr gerne begrüßen und aufnehmen.

Da sämtliche Veranstaltungen der örtlichen Vereine wegen Corona im letzten Jahr ausfielen, findet als erstes wieder das Osterfeuer 2022 unter Federführung des TuS am Ostersonntag statt.

Am Ende meines Berichtes möchte ich mich, besonders für die Unterstützung in den letzten Jahren, bei allen Übungsleiter/innen, Vorstandsmitgliedern sowie bei allen Helferinnen und Helfern recht herzlich bedanken, die trotz der widrigen Umstände eine hervorragende Arbeit geleistet haben! Ich hoffe, dass der TuS zukünftig von allen negativen Ereignissen verschont bleiben mag.

***Mit sportlichem Gruß  
Uwe Friedhoff, 1. Vorsitzender***



**Spartenleiterin:** KATHLEEN GIERSCH  
Tel. 04705-6603717  
E-Mail: kathleen@akrobatik.net

**Wann:** Donnerstags ab 19:30 Uhr und sonntags nach Vereinbarung  
**Wo:** TuS Turnhalle



## MAL CORONA, MAL KEIN CORONA

Corona hat, wie in vielen anderen Sparten, auch bei den Wremer Akrobaten dafür gesorgt, dass kein, oder nur ganz selten mal ein Trainingsabend stattgefunden hat.

... und das, obwohl wir uns mitten in den Vorbereitungen einer Akrobatik-Show für den „Tag des Sports“ im Sommer befanden. Doch: Der „Tag des Sports 2020“ in Cuxhaven fiel aus.

Wir wollten auf einer großen Bühne eine Show zeigen und auf der Sportmeile „Akrobatik zum Mitmachen“ anbieten, sicher nicht zuletzt auch in der Hoffnung, neue Leute für die „Wremer Akrobatik“ zu interessieren ... wenn nicht sogar zu begeistern ;o)



*Akrobatischer Magnetismus: Leonard und Laura gehören zu den sogenannten „Nord-Krobaten“. Sie stoßen einander ab. Auch Kathleen gelingt es nicht den Abstand zwischen beiden zu verringern. Anja staunt nicht schlecht.*

Der ausgefallene „Tag des Sports“ sollte

nun 2021 ebenfalls in Cuxhaven nachgeholt werden. Pandemiebedingt fand aber auch 2021 kein „Tag des Sports“ statt. Als es die Corona-Maßnahmen wieder zuließen, trainierten wir weiter. Juhu!

... und dann kam der Wasserschaden.

Hm... was nun?

Wir suchten nach einem alternativen Ort für unser Training und suchten gar nicht lange. Mit offenen Armen wurden wir vom TV Mulsum in ihrer Turnhalle aufgenommen.



*Nicht nur im hohen Alter, auch für junge Leute sehr sinnvoll, Gleichgewichtsübungen! Das sehen auch Christiane, Mirjam, Tobi, Heike, Jens und Kathleen so. Wie schnell kommt man sonst beim Handstand, der Menschenpyramide oder dem dreifachen Rittberger ins Straucheln?!*

Die Gruppe der Line-Dancer rückte für uns ein wenig zusammen und wir konnten sogar zu unserer gewohnten Trainingszeit am Donnerstagabend in Mulsum trainieren.

Lena, die Leiterin des Line-Dance, trainierte sogar einige Male bei den Wremer Akrobaten mit.

An dieser Stelle noch einmal: Vielen Dank



*Bei zu kleiner Halle müssen die Akrobaten eben gestapelt werden. So ist Platz für Michael, Leonard, Jannik, Christiane, Mirjam, Bianca, Kathleen, Harry und natürlich alle, die noch Lust haben mitzumachen.*

für die unkomplizierte, schnelle Hilfe, die überaus herzliche Aufnahme und Eure Gastfreundschaft während der gemeinsamen Trainingsabende; besonders an Lena und Wolfgang.

Durch die gesamten Corona-Jahre hindurch war mal der eine, mal die andere verhindert, und wir waren immer in kleiner Runde in Aktion. Das hat viel Spaß gemacht und wir haben die schon bekannten Techniken verbessert und verfeinert. Viele neue Tricks haben wir allerdings nicht ins Repertoire aufgenommen. Das kommt demnächst wieder!

In den letzten Wochen haben einige talentierte „Neu-Akrobaten“ unsere Gruppe verstärkt. Und so sind nun wieder ein paar mehr Leute in der Halle.

Wir trainieren wieder in Wremen und freuen uns über die frisch renovierte Halle.

Die Gruppe der Wremer Akrobaten ist immer offen für neue Leute.

Vorkenntnisse sind dabei nicht erforderlich. Ein klein wenig Körpergefühl vielleicht, ... und los geht's!

Und was ist mit dem „Tag des Sports“?

Den soll es in diesem Jahr nun wirklich geben. Die offiziellen Vorbereitungen in Cuxhaven sind angelaufen. Ob wir es nun allerdings noch schaffen, unsere Show auf die Beine zu stellen, ist nicht sicher.

Aber wenn wir es schaffen, sind wir am Samstag, den 2. Juli, auf der großen Bühne in der Grimershörnbucht zu sehen.

Hier findet man uns entweder auf der Bühne, oder an einem Stand auf der sogenannten „Sportmeile“. Kommt doch vorbei! Ob mit oder ohne uns: Das wird sicher ein toller Tag... obwohl mit uns ist's sicher besser ;o) Details dazu unter folgendem Link: <https://ksb-cuxhaven.de>, oder auch telefonisch bei Kathleen unter 04705 – 660 37 17.

**Kathleen**



# AKROBATIK

## FÜR ERWACHSENE

Die mehrfache Deutsche Meisterin in Akrobatik *Kathleen Giersch* zeigt Dir als absolutem Anfänger, worauf es ankommt. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Solltest Du allerdings schon Vorkenntnisse haben, bekommst Du hier sicher ne Menge wertvoller Tipps.

Du siehst: **Jeder** kann mitmachen - auch Du!  
Und wenn Du magst, sogar zweimal jede Woche.  
Sei dabei!

Du brauchst noch weitere infos? Dann schreib eine  
Email an [Kathleen@Akrobatik.net](mailto:Kathleen@Akrobatik.net)  
oder ruf an: **04705.660 37 17**

Immer **donnerstags um 19:30 Uhr**  
und **sonntags nach Absprache**  
in der Turnhalle in

*Wremen*

## Altes Pastorenhaus Misselwarden

Kultur & Private Feste an der Wurster Nordseeküste



Konzerte - Theater - Vorträge  
Geburtstage - Hochzeiten - Jubiläen

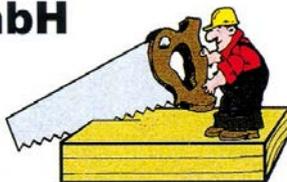
Für Ihre private Festveranstaltung  
bieten wir das stilvolle Ambiente

Kontakt und Informationen:  
Telefon 04741-180422  
[www.altes-pastorenhaus.de](http://www.altes-pastorenhaus.de)

# Torsten Appel

## Zimmerei & Holzbau GmbH

Holzrahmen & Massivhausbau  
Türen & Fenster  
Reparaturservice rund ums Haus



Speckenstraße 36a · 27639 Dorum · Büro: Tjüchenweg 4  
Telefon 04742 254790 · Telefax 254791  
Mobil 0171 6929485 · [www.zimmerei-appel.de](http://www.zimmerei-appel.de)



## BERND GOLDHAMMER

- Kfz-Meisterbetrieb
- Ford-Service

**CLASSIC** Tankstelle mit Sonntagsdienst · LPG Autogas  
(außerhalb der Öffnungszeiten Tankautomat)



Mulsumer Landstr. 27 · 27639 Wurster Nordseeküste · Tel. 04742/922174 · Fax 922173



**Übungsleiter:**

**LOTHAR MÜLLER**

Tel. 04705-810039

E-Mail: lutmueller@t-online.de

**Trainingszeiten:**

Montags 20:00 – 22:00 Uhr Sporthalle Wremen

Donnerstags 20:00 – 22:00 Uhr Kreissporthalle Dorum



Die Zeit seit der letzten Ausgabe der Vereinszeitschrift „Die Wremer“ im Frühjahr 2020 war leider geprägt von Corona Einschränkungen. Viele Monate, in denen Hallensport verboten war, wurden nur unterbrochen von Zeiten, in denen Sport nur unter Hygieneauflagen und der Beachtung von Abstandsgeboten erlaubt war, d. h. ein geregelter Sportbetrieb war fast für zwei Jahre unmöglich und auch gesellige Treffen und Feiern mussten ausfallen. Trotzdem, und das ist das Positive, sind alle Spieler bei der Stange geblieben und fast alle spielen inzwischen wieder regelmäßig. Wir hoffen, dass es dabei bleiben kann.

Da die letzte Vereinszeitschrift vor rund zwei Jahren erschienen und sicher nicht mehr jedem zur Hand ist, möchte ich hier die Sparte Badminton des TUS Wremen kurz neu vorstellen: Wir bilden seit eini-

gen Jahren eine Trainingsgemeinschaft mit den Spielern des TUS Dorum, und die besteht aus knapp 20 Hobbyspielern im Alter zwischen 30 und 70 Jahren. Hobbyspieler heißt, wir spielen, um uns in Gemeinschaft fit zu halten und aus Freude an dem schönen und schnellen Sport. In einer festen Liga spielen wir nicht, da alle unseren Sport als Hobby ohne Zwang und feste Pflichten durch Spieltage zumeist an Wochenenden sehen. Ein wenig Ehrgeiz gehört natürlich auch beim Hobbyspiel dazu. Sollte Corona zukünftig auch wieder eine Hobbyliga im Landkreis zulassen, freuen wir uns darauf, an den Übungsabenden auch wieder andere Vereine und Spieler in unseren Hallen zum gemeinsamen Spiel und Austausch begrüßen zu können.

Die Spiel- und Trainingsgemeinschaft mit Dorum bietet uns den Vorteil an zwei Aben-



*Die Badminton Abteilung freut sich, nach Corona und Wasserschaden zu einem regelten Sportbetrieb zurückkehren zu können.*



## BADMINTON

den in der Woche, montags und donnerstags, spielen zu können. Die Hallenzeiten und Orte sind oben angegeben

Eine Jugendgruppe gibt es derzeit leider nicht, da uns keine Hallenzeiten an Nachmittagen oder am Vorabend zur Verfügung stehen. Junge Spieler können aber ab ca. 14 Jahren bei uns mitmachen.

Über den Sport hinaus treffen wir uns zukünftig auch wieder regelmäßig zu geselligen Anlässen, wie Spargelessen, Fahrradtour, Grünkohltour, Sommerfest oder Weihnachtsfeier. Leider mussten alle die

geselligen Treffen in den letzten beiden Jahren coronabedingt ausfallen, aber spätestens im Mai 2022 kann es hoffentlich wieder losgehen.

Bei Interesse am Badmintonsport, einfach mal an einem unserer Übungsabende vorbeikommen. Außer Spaß am Spiel und an Geselligkeit muss nichts mitgebracht werden. Schläger zum Üben/Testen sind vorhanden.

*Bis bald,  
Lothar Müller*

**Im Dorumer Bahnhof**

**der Radgeber**

**Tel. 04742 926608**

**E-Bikes • Service • Fahrradvermietung**

**RUHWEDEL**

Gartenservice & Microbaggerarbeiten

0160 7726268

Großer Feldweg 5 · Misselwarden  
27639 Wurster Nordseeküste  
marc.ruhwedel@gmx.de



**Ansprechpartner:** DR. GERT KÖNIG-LANGLO

Tel. 04705-1296

E-Mail: gkl@wremen.de

**Wann?**

Donnerstag um 19:30 Uhr

**Wo?**

Sporthalle Wremen



## 15 JAHRE „FIT AB 50“

Seit dem Frühjahr 2020 hat unsere Gruppe wechselvolle Zeiten erlebt. Die Ursachen sind bekannt – Pandemiebestimmungen und die Sporthallenflutung.

Ein besonderer Ersatz-Übungsort war im Herbst 2021 die Sporthalle in Padingbüttel. Es gab wegen des Wasserschadens in der Turnhalle keinen Ausfall der wöchentlichen Übungszeiten. Dank gebührt der Vereinsführung für die schnelle Organisation der Ersatzsportstätten.

Coronabedingt war das anders. Wochenlang fand kein Sport in der Gruppe statt. Hier gab es also Ausfälle aufgrund der Vorgaben der Gesundheitsbehörden. Gert versorgte uns aber mit einer Übungsanleitung für Zuhause.

Fit ab 50 findet donnerstags ab 19:30 Uhr mit Übungsleiter Gert König-Langlo in der Schulturnhalle statt. Gert informiert die Teil-

nehmer über eine App und per E-Mail immer super gut.

Der Sport gliedert sich in 60 Minuten abwechslungsreiche Gymnastik und 20 bis 30 Minuten Spiel. Der Teilnehmerkreis wechselt, meist sind es 8 bis 12 Männer. Die Gesamtgruppe umfasst allerdings ca. 20.

Die Gymnastik fördert Kräftigung und Entspannung verbunden mit Dehnung. Wir versuchen einfach elastisch zu bleiben.

Favoritenspiel ist Floorball (Hallenhockey). Abwechslung gibt es hin und wieder mit Volleyball oder Basketball.

Der älteste Teilnehmer ist 87 Jahre, der jüngste noch keine 60. Das Alter spielt für die Teilnahme keine Rolle, jeder nimmt teil so gut er kann. Neben der wöchentlichen Übungszeit gibt es manch geselliges Highlight. Geburtstage werden oftmals mit einem Umtrunk nach dem Sport begangen, jährlich findet mindestens eine Fahrradtour zu einem Lokal unserer Wahl statt. Und dann muss die Weihnachtsfeier erwähnt werden. Sie war und ist



*Gymnastik mit Terra-Bändern - Sport im Freien war im Juli 2021 erlaubt. Teilnehmer von links nach rechts: Walter, Theo, Helmut, Hans-Hermann, Jürgen, Bernd, Rainer, Willy, Horst und Henning.*



*Bauchmuskeltraining: Drei Serien Beine strecken, spreizen, anziehen jeweils dreimal - Helmut ein guter „Vorturner“ und auch Walter hält wunderbar mit!*



*Gleichgewichtsübung auf einem Bein - je dreimal auf dem rechten bzw. linken Bein, ... und zum Schluss der „sterbende Schwan“ Gert, Sigg, Horst, Helmut, Thomas, Walter und Arno*

ein Höhepunkt der Geselligkeit. Livemusik unplugged und diverse Einlagen lassen den Abend zur Extraklasse werden.

Übrigens hat die Sparte in diesem Jahr ein kleines Jubiläum: Sie existiert seit 15 Jahren. Die Idee dazu hatte der damalige TuS-Kassenwart Theo Schüssler. Er sprach Gerhard Bourbeck aus Mulsum an, ob er als junger „Ruheständler“ nicht Lust hatte einen Übungsleiter-Lehrgang zu machen und ein Sportangebot für die älteren Herren anzubieten. Die neue TuS-Sporthalle war gerade eingeweiht worden. Gerhard leitete die Übungsabende 10 Jahre lang sehr erfolgreich. Nun ist er immerhin noch einfaches aktives Mitglied der „Fit ab 50“-Sparte.



*Strecken und Gleichgewicht halten - Sigg gibt sich alle Mühe*

## Henning Siats



*Mit den Armen den Hintern hochdrücken und jeweils linkes bzw. rechtes Bein strecken. Gert in Aktion.*



*Sportliche Radtour nach Speckenbüttel - die Geselligkeit wird geschätzt. Uwe, Willy, Jürgen und Gert auf dem Deich in Weddewarden*



**Übungsleiterin:** CLAUDIA SCHWARZER  
 Tel. 04705-730  
 E-Mail: claudia.schwarzer@wremen.de

**Wann?** Mittwoch 19:30 - 20:30 Uhr

**Wo?** TuS-Halle



Unsere Gruppe ist trotz Pandemie und Hallenüberflutung recht stabil geblieben, wir konnten uns sogar über Zuwachs von drei Teilnehmerinnen freuen.

Der Sport hat, immer wenn es möglich war, stattgefunden und durch die „Soforthilfe“ der Kirchengemeinde konnten auch wir im Gemeindesaal Sport treiben. Auch hier nochmal im Namen der Sportfrauen „Fit-

ness mit Musik“ vielen Dank für die Gastfreundschaft!

Jetzt starten wir wieder voll durch in der frisch renovierten Halle und auch diese Gruppe ist noch offen für neue Mitstreiterinnen.

**Claudia**

**Kraftzuwachs - Steigerung der Ausdauer - Gleichgewichtstraining  
 Koordination - Dehnung - Entspannung - Mobilisation - besseres Körpergefühl**



Die Sportlerinnen auf dem Foto von links: Kerstin Holz, Annette Bramann, Conny Jonas-Schmidt, Gesa Langlo, Sabine Bröcker, Bettina Lucks, Beate Kopf, Claudia Schwarzer, Regina Lübs.

**NEU**

# KOMBITICKET

## WURSTER NORDSEEKÜSTE

# EINS FÜR DREI

... UND KINDER IMMER FREI

### KURIOSES MUSCHEL-MUSEUM

OSTERFERIEN – HERBSTFERIEN: DI. – SO.:  
10.00 – 12.00 UHR UND 14.00 – 16.30 UHR  
[WWW.MUSCHEL-MUSEUM-WREMEN.DE](http://WWW.MUSCHEL-MUSEUM-WREMEN.DE)



### MUSEUM FÜR WATTENFISCHEREI

OSTERFERIEN – HERBSTFERIEN:  
DI. – SO.: 14.00 – 17.00 UHR  
[WWW.MUSEUM-WREMEN.DE/CMS](http://WWW.MUSEUM-WREMEN.DE/CMS)



### DEICHMUSEUM LAND WURSTEN

MAI – OKTOBER:  
MO. – SO.: 14.00 – 17.00 UHR  
[WWW.DEICHMUSEUM-LANDWURSTEN.DE](http://WWW.DEICHMUSEUM-LANDWURSTEN.DE)



**JETZT  
SPAREN!  
3 Museen in  
einem Ticket!**





**FC LAND WURSTEN 2005 E.V.**

*1. Vorsitzender:*     **ANDREAS LINDER**  
 E-Mail: andreas.linder68@gmx.de  
 Oberende 7  
 27639 Wurster Nordseeküste, OT Midlum



**ALLGEMEINE ENTWICKLUNG**

Es wurde seit 2018 im Landkreis Cuxhaven sowie in den umliegenden Kreisen eine Vielzahl an Mannschaften abgemeldet. Immer weniger Jugendliche, Damen und Herren wollten den Freizeitsport Fußball, mit allen seinen schönen Seiten aber auch Verpflichtungen der Mannschaft gegenüber, nicht mehr betreiben. Das führte zu einem dramatischen Verlust an Spielern und auch wir mussten Jugend-, Damen- und Herrenmannschaften über alle Altersklassen hinweg abmelden.

Diesen Trend konnten wir im Jahr 2020 – 2021 für den FC Land Wursten im Laufe des Jahres stoppen. Die Mitgliederentwicklung zum Jahresende 2021 ist mehr als positiv zu bewerten, es konnte der Stand an Mitgliedern von 2019 fast wieder erreicht werden. Wie ist es dazu gekommen? Im Jugendbereich hatten wir einen vermehrten Zulauf in den jüngeren Mannschaften, was wohl auch auf die Neubaugebiete zurückzuführen ist. Für den Herrenbereich wurde ein Arbeitskreis gegründet, um Spieler, welche den Verein verlassen hatten, anzusprechen und für den FC Land Wursten zurückzugewinnen, was auch gelang. Weiterhin soll der Arbeitskreis die Schnittstelle zwischen den Herrentrainern sowie der U19 sein. Es werden im Arbeitskreis alle relevanten Themen für diese Personengruppe (Austausch und Förderung v. Spielern etc.) besprochen und koordiniert.

Durch Eigeninitiative von vier Spielern konnten wir eine neue 2. Herren zum Spielbetrieb 2020/2021 anmelden. Alle Mannschaftsverantwortlichen arbeiten bis heute sehr gut im Arbeitskreis zusammen! Somit waren wir, die Verantwortlichen, mit der Entwicklung des FC Land Wursten zufrieden.

**CORONA**

Als ich den Vorsitz übernommen hatte, war mir bewusst, dass ich mich den großen internen und externen Problemen, welche auf den Verein einwirkten, stellen musste. Aber mit so was konnte eigentlich keiner rechnen.

Im Winter 2019 wurden die ersten Fälle des Covid-19 Corona-Virus in China bekannt. Weit weg, haben wir alle gedacht, aber plötzlich war der Virus da, die Globalisierung (Flugreisen etc.) machte es möglich.

Am Anfang haben wir die Situation noch sehr reserviert betrachtet und hofften für uns alle, dass es keine Auswirkung auf unser tägliches Leben mit Familie, Freunden, im Berufsleben sowie Freizeitsport hat. Aber wir wurden alle eines Besseren belehrt.

Dieser kleine Virus hatte die Welt und uns auf einmal im Würgegriff.

- Lockdown, die Wirtschaft bricht ein, Kurzarbeit, Betriebsschließungen, Homeoffice und mobiles Arbeiten ziehen in die Berufswelt vermehrt ein.
- Private Feiern werden auf eine max. Grup-



pengröße begrenzt oder gar ganz untersagt.

- Öffentliches Leben, besonders Kultur (Veranstaltungen), fallen dem Virus fast komplett zum Opfer.

Auch der Fußball war betroffen, es erfolgte ein Verbot von Kontakt- und Hallensport im Frühjahr 2020. Es wurde die laufende Saison erst ausgesetzt und schließlich als beendet erklärt.

Der Verband verfügte daraufhin auf einer außerordentlichen Verbandstagung, dass es keine Absteiger geben wird. Aufsteiger wurden mit einer Quotenberechnung ermittelt.

Es wurde vom DFB und Niedersächsischen Fußballverband, ein Hygieneleitfaden für den Trainingsbetrieb entworfen, welcher das Training in kleinen Gruppen und unter bestimmten Voraussetzungen ermöglichte. Uns war allen klar, dass dieses doch sehr einfache Konzept sich nicht für den Spielbetrieb eignen würde.

Im Juni erfolgten die ersten Mitteilungen des DFB wie ein Neuanfang für den Fußball erreicht werden kann. Das Zauberwort hieß „Hygienekonzept“. Gerade hatten wir

diese Pille geschluckt, dass wir ein Konzept erstellen müssen, als die Gemeinde Wurster Nordseeküste kurzfristig alle Vereine einladet und ein Hygienekonzept für den Hallensport forderte, was uns als Freiluftsportler zu diesem Zeitpunkt noch nicht betraf. Also nutzen wir die Zeit und informierten uns, was alles zu berücksichtigen ist, damit wir in den Trainings- und Punktspielbetrieb im Sommer gehen konnten.

Ich begab mich deshalb auf eine Rundreise auf die Sportplätze und schaute mir die Gegebenheiten, obwohl ich diese aus meiner aktiven Zeit als Trainer kannte, noch einmal genauer an. Nach einer kurzen Zeit hatte ich das erste Hygienekonzept fertig und es wurde an die Trainer per Mail verteilt.

Die Tinte vom ersten Hygienekonzept war noch nicht einmal richtig trocken, als schon Änderungen eingearbeitet werden mussten. Da sich die allgemeine Situation ständig änderte, wurde das Hygienekonzept diverse Male angepasst, so dass das jetzige Hygienekonzept mittlerweile ein Ausmaß von 23 Seiten angenommen hat.

Im Oktober 2020 folgte der 2. Lockdown (light). Es erfolgte die Spielaussetzung im



**EBBE UND FLUT  
PHYSIO • FITNESS**

**Ebbe & Flut**

**Physio • Fitness**

**Wremer Straße 156**

**27639 Wurster Nordseeküste**

**Telefon 0 47 05 / 12 26 • Fax 0 47 05 / 81 02 86**

**E-Mail-Adresse: [info@physiotherapie-wremen.de](mailto:info@physiotherapie-wremen.de) • Web: [www.physiotherapie-wremen.de](http://www.physiotherapie-wremen.de)**

**Montag bis Donnerstag von 7 bis 19 Uhr • Freitag 7 bis 15 Uhr**





Jugendbereich ab dem 27.10. und im Damen- und Herrenbereich ab dem 30.10.2020 vorerst bis zum 30.11.2020.

Am 30.10.2020 informierte uns die Gemeinde Wurster Nordseeküste über die Sperrung aller Fußballplätze, mindestens bis zum 30.11.2020. Somit stellten auch wir unseren Spiel- und Trainingsbetrieb mit sofortiger Wirkung ein.

Ein Hallenspielbetrieb (Turniere und Freundschaftsspiele) inkl. Hallenkreismeisterschaft für den Jugend-, Damen- und Herrenbereich fand im Winter 2020-2021 nicht statt. Es konnte nicht einmal der Trainingsbetrieb in der Halle aufrecht erhalten werden. Zu diesem Zweck hatte ich zwar ein weiteres Hygienekonzept entworfen um ein Training durchführen zu können, was aber aufgrund der Corona Lage nicht zur Anwendung kam.

Die Saison wurde nach dieser Unterbrechung im Sommer 2021 mit einer Quotenberechnung beendet. Dabei wurden die Siege durch die Punkte geteilt und mit diesem Berechnungsergebnis die Meister ermittelt, welche aufgestiegen sind. Absteiger gab es keine.

## **HERRENBEREICH**

### **1. Herren**

Die 1. Herren steht zurzeit im Mittelfeld der Kreisliga und spielt um das Erreichen der Aufstiegsrunde.

### **2. Herren**

Im Sommer 2021 hat die 2. Herren die KSB Plakette im Finale gewonnen und steht im laufenden Wettbewerb bereits erneut im Halbfinale.

Die Mannschaft hat für die Flutopfer im Ahrtal/Ahrweiler ein Benefizspiel organisiert und es konnte eine Spendensumme von

2.700,- EUR an den Kreis Ahrweiler überwiesen werden.

Die 2. Herren ist in der laufenden Saison in der 3. Kreisklasse zweiter in der Tabelle und wir hoffen auf einen Aufstieg in die 2. KK.

Die weiteren Herrenmannschaften haben am Spielbetrieb teilgenommen und sind munter dabei. Die eine Mannschaft mal mehr oder weniger erfolgreich, aber ich denke, hier steht der Spaß und die Freude an der Bewegung im Vordergrund.

### **1. Damen**

Die 1. Damen spielt in der laufenden Saison in der 1. Kreisklasse Süd und ist Tabellenführer.

## **JUGENDBERICHT FC LAND WURSTEN/TSG NORDHOLZ = JSG WNK**

### **U19**

Die U19 hat sich nach anfänglichen Schwierigkeiten als Mannschaft zusammengerauft und spielt in der Kreisliga. Es bleibt abzuwarten, ob alle dem Fußball treu bleiben (Ausbildung etc.) und somit die Stammvereine personell unterstützen!

### **U17 JSG WNK**

Die U17 hat leider das letzte Spiel in der Landesliga verloren und muss als Dritter in der Tabelle eine erneute Qualifikationsrunde spielen, um in die Landesliga erneut aufsteigen zu können. Wir drücken den Jungs die Daumen.

### **U15 - U12**

Diese Mannschaften werden durch Trainer und Betreuer der TSG Nordholz und des FC Land Wursten trainiert und betreut. Es macht Spaß dieser Mannschaften beim Training oder Spiel zu beobachten.



### U10 - U7

Unsere jüngsten Fußballer sind nicht in der JSG WNK sondern auf den Plätzen der Stammvereine des FC Land Wursten anzutreffen. Um unnötige Transportwege und fremde Örtlichkeiten zu vermeiden, wird durch die Trainer und Betreuer versucht, das Training in den Heimorten durchzuführen. Hier haben sich viele Änderungen zum Spiel bzw. Spielablauf ergeben, was man als alter Fußballer erst einmal sacken lassen muss, z.B. kein Schiedsrichter, vier Tore und noch einige andere Änderungen.

Nun sind wir im Winter 2021/2022 angekommen, und man hat teilweise das Gefühl, Corona gibt es gar nicht. Die Menschen verhalten sich wie im Sommer 2019, was wohl auch der langen Enthaltbarkeit geschuldet (Freunde treffen, Party, Fußball etc.) ist. Ich hoffe für

uns alle, dass wir einen entspannten Winter und ein entspanntes Frühjahr erleben, ohne größere Einschränkungen durch das Virus für unseren Sport, unsere Leidenschaft.

Mein Respekt und Dank gilt den Trainern/innen, Betreuern/innen und Übungsleitern/innen des FC Land Wursten. Wir als Vorstand, versuchen alles, damit es weiterhin möglich ist unseren Sport ausüben zu können. Aber die Umsetzung obliegt diesen Frauen, Männern und Jugendlichen, dafür noch einmal „Danke!“

Auch möchte ich mich bei allen Mitgliedern der Stammvereine und des FC Land Wursten bedanken, die uns trotz dieser sehr schwierigen Situation, immer die Treue gehalten haben.

Daher wünsche ich uns allen: bleibt gesund.  
**Andreas Linder**

## Wremer Geschenke Ecke



**Wremer Straße 132, Telefon (0 47 05) 6 66  
27639 Wremen, Ortsmitte**

- **Buchhandlung • Zeitschriften, Zeitungen**
- **Maritimes und Dekoratives • Karten**
- **Schulbücher, Schulbedarf, Schreibwaren**
- **Tabakwaren • Filme**
- **Hermes Paketshop**



## ASSMANN SONNENSCHUTZ SPONSERT COACHJACKEN FÜR DEN WINTER

Das Trainerteam der 1. Herren bedankt sich bei der Firma Assmann Sonnenschutz für die gesponserten Winter-Coachjacken. Die Firma Assmann Sonnenschutz aus Langen

steht seinen Kunden mit geschulten Mitarbeitern in den Bereichen Sonnen-, Sicht- und Wetterschutz als kompetenter Partner zur Seite.



V.l.: Olaf Zander, Michael Zander, Thorsten Wähling, Kalle Mehrrens

## EDEKA MENDES SPONSERT TASCHEN

Unsere 1. Herren bedankt sich bei EDEKA Mendes-Inhaber Marco Mendes für die gesponserten Taschen. Bei EDEKA Mendes in Dorum bekommt ihr unter anderem viele frische Lebensmittel und eine große und vielfältige Auswahl an Haushaltsartikeln.



Vorne:  
Philipp Strunk, Tom Kleberhoff,  
hinten: Mitja Bieren, Fabien Heins,  
Timon Siebke



### FYLING PIZZA SPONSERT KURZE PRÄSENTATIONSHOSEN FÜR DIE 2. HERREN

Unsere 2. Herren bedankt sich bei Khalil Khalil, Inhaber von Flying Pizza, Loxstedt-Stinstedt, für die gesponserten Präsentationshosen. Flying Pizza bietet eine tolle

Auswahl von vielen Gerichten wie Pizzen, Baguettes oder Burger, die bequem vor die Haustür geliefert werden.



Vorne: Jan Hajek, Fynn Grastorff, Yanneck von Oesen, Jendrik Tants, Khalil Khalil, Dennis Lühr, Marek Endter, Julian Rabanus Lucas Busch. Hinten: Lasse Schaumkell, Eric Kaib, Daniel Rinko, Lukas Demke, Mirco Mehrtens, Leon Bronsart, Christoph Lührs

### ENTSTEHUNG DER NEUEN 3. HERREN DES FC LAND WURSTEN

Im Frühjahr 2019 kam bei drei Jungs aus Cappel die Idee auf, eine Freizeit-/Thekenmannschaft zu gründen. Damals war von einer festen Mannschaft im Ligabetrieb noch gar nicht die Rede. Der ursprüngliche Plan bestand darin, sich mit ein paar alten Kollegen und Freunden – mal mehr und mal weniger – regelmäßig zum Fußballspielen zu treffen und im Sommer ein paar Freizeitturniere zu bestreiten. Da der Sportplatz in Cappel schon lange nicht mehr verwendet wurde, hat es sich damals angeboten, diesen für unsere anfänglich noch recht unregelmäßigen Trainingszeiten zu nutzen. Wir haben uns mit 6-7 Mann 2-3 mal im Monat getroffen und haben in klassischer

Bolzplatzmanier ein bisschen zusammen gekickt.

Über die Zeit haben sich jedoch immer mehr Jungs gefunden, die genau so viel Spaß am Fußball hatten wie wir. Die Treffen wurden zunehmend regelmäßiger und langsam packte uns der Ehrgeiz, sich auch abseits des Tresens – an dem wir ohnehin stets unsere Höchstform abrufen – zu verbessern. Anschließend hat uns das damals neuartige Coronavirus erst einmal einen Strich durch die Rechnung gemacht. Die neuen Hygieneauflagen haben es zu dem Zeitpunkt absolut unmöglich gemacht zu einem Fußballtraining zusammen zu kommen.

Im Sommer 2020 konnten wir unser Training



dann wieder langsam aufnehmen. Da wir uns schnell einig waren, dass uns der Fußball in der Zeit sehr gefehlt hat, haben wir uns ab dem Zeitpunkt zweimal die Woche mit festen Zeiten zum Training getroffen. Dabei waren wir verpflichtet, uns stets an die derzeit geltenden Corona-Maßnahmen zu halten, was den Trainingsbetrieb mitunter erschwert hat. Auch das brachte uns jedoch nicht dazu, die Freude am Fußball zu verlieren. Und so fassten wir trotz Corona den Entschluss, unsere Mannschaft in den Ligabetrieb zu befördern.

Nun galt es also, einen Träger für unsere Mannschaft zu finden. Örtlich bedingt war es naheliegend, dass wir zunächst auf den Sportverein in Cappel zugegangen sind. Diesem fehlten jedoch die Mittel, um unser Vorhaben zu unterstützen, weshalb wir Ende 2021 auf den FC Land Wursten zugegangen sind, wo wir mit offenen

Armen empfangen wurden. Ab Sommer 2022 werden wir die 3. Herren des FC Land Wursten stellen und unseren Spielbetrieb auf dem Sportplatz in Wremen aufnehmen. Unsere Trainingseinheiten werden bereits vor Beginn des Spielbetriebs in aller Regelmäßigkeit auf dem Wremer Sportplatz stattfinden.

Sollte bei euch Interesse bestehen ebenfalls wieder mit dem Fußballspielen anzufangen, meldet euch gerne bei uns oder beim Verein direkt. Egal ob wenig oder viel Erfahrung – wir haben Platz für jeden, der Spaß am Fußball hat.

Ansonsten hoffen wir, euch zum Start der kommenden Saison bei einer Bratwurst und einem Bier an unserem Spielfeldrand als Unterstützung begrüßen zu dürfen!

**Eure 3. Herren des FC Land Wursten**  
**Bericht: Kåre Schulz**



*Die 3. Herren des FC Land Wursten – noch Platz für interessierte Spielkameraden. Obere Reihe von links: Jan Heskamp, Jarne Eggeling, Maurice Kallaene, Jehad Karo, Tobias Oest. Untere Reihe von links nach rechts: Tim Reichert, Patrick Neundörfer, Lucas Brockmann, Kåre Schulz, Nico Neundörfer*



# TAXIRUF

Land Wursten

Inh.: Jörg Johannis



**Einkaufsfahrten • Boten- und Kurierfahrten • Schülertransporte • Discotaxi  
Geschenkgutscheine • Krankenfahrten • Bus-, Bahn-, Schiff- und Flughafentransfer**

### **Unser Team und unsere Fahrzeuge**

Für unsere Fahrgäste stehen heute 8 Fahrzeuge und 22 Mitarbeiter bereit. Unsere zwei Großraumtaxis, zwei Mercedes-Limousinen und vier VW-Touran sind allesamt klimatisiert. In der Regel ist keines unserer Fahrzeuge älter als drei Jahre und somit bieten wir unseren Fahrgästen immer die neuesten Sicherheitsstandards. Mit den Großraumtaxi können wir bis zu 8 Personen befördern.

### **Krankenfahrten**

Wir fahren Sie zum Arzt, zur Behandlung ins Krankenhaus (Bestrahlung, Dialyse u.s.w.) aber auch gerne zur Reha oder Kur. Bei der Abwicklung der Fahrten mit Ihrer Krankenkasse helfen wir natürlich, sprechen Sie uns einfach an.

### **Transfer zu Flughäfen und Kreuzfahrterminals**

Zahlreiche Geschäfts- und Privatkunden vertrauen seit Jahren auf unsere Transferfahrten zu den Flughäfen Bremen, Hamburg und Hannover oder lassen sich pünktlich und stressfrei zu ihren Kreuzfahrtschiffen bringen.

0 47 42  
21 21

**kundenfreundlich • schnell • zuverlässig • vielseitig**



**Dorum • Speckenstraße 46a • 27639 Wurster Nordseeküste • [www.taxiruflandwursten.de](http://www.taxiruflandwursten.de)**

**FC LAND WURSTEN 2005 E.V.**

**Damenwartin:** STEFFI FRESE  
steffi.frese@ewetel.net  
Tel. 0151-40445928



Die Damenmannschaft des FC Land Wursten hat zur neuen Saison 2021/22 fünf neue Spielerinnen verpflichtet und somit hat der Trainer Marcel Zymara rund 20 aktive Spielerinnen zur Verfügung. Die Mädels sind sehr gut in die Saison gestartet und stehen zum Ende der Hinrunde auf dem 1. Tabellenplatz. Man konnte fünf Spiele gewinnen und hat nur ein Unentschieden und eine Niederlage hinnehmen müssen. Nun stehen in der Rückserie noch fünf Spiele aus und man möchte die Tabellenspitze verteidigen und Meister der 1. Kreisklasse werden.

Des Weiteren wurden die Damen mit neuer Spiel- und Trainingskleidung ausgestattet.

Es gab neue Aufwärm-Shirts (Unterstützung von Herbert Polack), neue Aufwärm-Pullover (Firma Thiele Dental Technik) und neue Trainingsanzüge (Seniorenheim Lindenhof Geestland). Unter anderem mit Unterstützung des FCLW bekam die Mannschaft auch neue Trikots.

Die Mädels harmonieren untereinander sehr gut, sodass es eine tolle Gemeinschaft gibt. Im Winter wurde zusammen eine Grünkohl-Tour gemacht. Neben dem normalen Training wird durch Spielerinnen eine weitere Einheit für die eigene Körperkräftigung und Stabilisation in der Halle durchgeführt.

**Steffi Frese**



# Kaib

# Gerüstbau



Peter Kaib  
Gerüstbau GmbH  
Bremerhaven

**Anschrift:**

Van-Heukelum-Straße 8  
27568 Bremerhaven

**Telefon:**

(0471) 951 23 50

**Telefax:**

(0471) 951 23 52

Heizung • Sanitär • Klempnerei • Alternative Energien  
Badmanager • Öfen



**HERBERT  
POLACK**

Heizung, Sanitär u. Klempnerei GmbH & Co.KG



Dorum · Im Speckenfeld 1 · 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon (0 47 42) 92 82-0

eMail: [info@polack-kg.de](mailto:info@polack-kg.de) · [www.polack-kg.de](http://www.polack-kg.de)



## FC LAND WURSTEN 2005 E.V.

**Leiter Jugend-** SÖREN SCHOLTYSSSEK  
**betrieb:** Tel. 0172-7834462  
soerenscholtyssek@web.de



## VGH VERSICHERUNGEN TIM VETTER SPONSERT TRIKOTS

Die U9 des FC Land Wursten bedankt sich bei der VGH Versicherungen Tim Vetter für die gesponserten Trikots. Die VGH-Agentur

in Dorum berät in allen Fragen individueller Vorsorge und Sicherheit.



## U12 UNTERNIMMT MANNSCHAFTSFAHRT NACH BERLIN

Unsere U12 hatte im Herbst 2021 eine tolle Mannschaftsfahrt nach Berlin. Insgesamt nahmen 22 Spieler\*innen, drei Trainer und zwei Betreuerinnen an diesem Event teil.

Folgendes stand für unseren JSG WNK-Nachwuchs auf dem Programm:

**Sonntag, 24.10.21:** Anreise.

**Montag, 25.10.21:** Frühstück, Ernährungstheorie sowie 2 Freundschaftsspiele:

- Adlershofer BC 08 (Bezirksliga) – JSG WNK 4:3
- SV Berlin-Chemie Adlershof (Landesklasse) – JSG WNK 4:2.



**Dienstag, 26.10.21:** Stadionbesichtigung und Besuch des Nachwuchsleistungszentrums beim 1. FC Union Berlin mit kleiner Trainingseinheit und Spiel auf dem Trainingsplatz hinter der „Alten Försterei“ und anschließend ein Grillabend mit Stockbrot und DFB-Pokal schauen auf der Leinwand.

**Mittwoch, 27.10.21:** Sightseeing Berlin Zentrum (Brandenburger Tor, Reichstag, „Alex“) sowie 2 Freundschaftsspiele:

- Adlershofer BC 08 (Bezirksliga) – JSG WNK U12 2:2
- Grünauer BC 08 (Bezirksliga) – JSG WNK

3:1 (ohne Abseitstore, Endstand nach Berliner Regeln (spielen ohne Abseits) wäre 8:1).

- und anschließend gemeinsames Abendessen in einer Pizzeria.

**Donnerstag, 28.10.21:** Rückfahrt

Ein großer Dank an die beiden Fördervereine des FC Land Wursten und der TSG Nordholz für die finanzielle Unterstützung sowie an den Real-Markt in Spaden und EDEKA Mendes in Dorum für die Verpflegung.

*Stefan Glufke*

# Miete-mich!

Fahrradfahren  
mit  
Rückenwind



Wiebusch E-Bikevermietung  
Am Wremer Tief 14, OT Wremen  
mobil: 01755200333 Festnetz: 04705 - 250



**ELEKTRO DAVIN SPONSERT NEUE TRIKOTS FÜR DIE JSG WNK U19**

Die U19 der JSG WNK bedankt sich bei der Firma Elektro Davin für die gesponserten Trikots. Elektro Davin in Nordholz kümmert sich um alle Belange im Bereich Elektro-

technik und ist zudem qualifizierter Miele-Fachhandelspartner.

*Philip Käckenmester*



V. l.: Beckmann(TR.), T. Heimbuechel, Z. Kimmich, M. Toellner, D. Kocken, P. Balle, L. Hajek, D. Salzwedel, K. Kocken (TR.), J. Garbrecht, S. Wejhdani, P. Fiebig, K. Plep, T. Kocken, L. Müller, V. Gerades, H. Kasten.



Ihr sympathisches Seminar- und Ferienhotel ... direkt hinterm Deich

**Marschenhof Wremen**  
In der Hofe 16  
27639 Wurster Nordseeküste  
Telefon 04705/18-200  
info@marschenhof-wremen.de

Betreuungs- und Erholungswerk e.V.

✓ barrierefrei

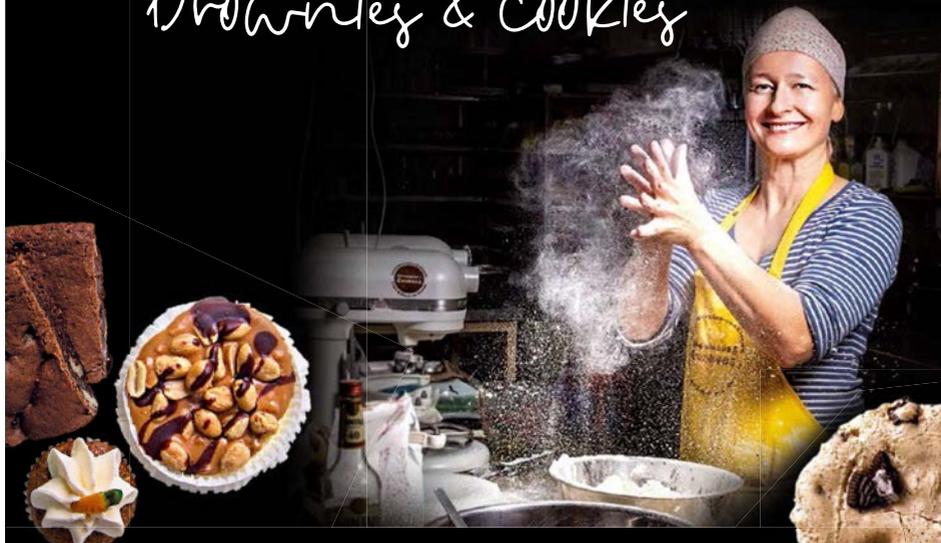
**Tagung geplant?  
Familienfeier in Sicht?  
Einfach gut essen?**

Wir sind Ihr starker Partner und bieten Ihnen und Ihren Gästen:

- ✓ Seminarbetrieb
- ✓ Ferienhotel
- ✓ Einzel- und Doppelzimmer mit eigenem Bad
- ✓ täglich wechselnden Mittagstisch
- ✓ Sommerterrasse
- ✓ Biergarten
- ✓ parkähnlicher Gartenbereich
- ✓ Partyservice
- ✓ Saal für Veranstaltungen ab 20 bis 100 Personen



# brownies & cookies



PRÄSENTE, VERSANDSERVICE & CATERING  
**BROWNIESUNDCOOKIES.DE**

Facebook Instagram @browniesundcookies

## STRANDHUS WREMEN

Instagram @strandhuswremen

## WREMER SUMMERHOUSE

Vermietung über airbnb, Link über Instagram

Instagram @wremersummerhouse



## WIR SUCHEN PERSONAL BEWIRB DICH JETZT!

Brownies & Cookies, Inh. Michaela Reinhardt, Backstube Wremen  
Wremer Straße 143, 27639 Wurster Nordseeküste  
**0175 9404470**





**JSG WNK-FUSSBALLSCHULE IM SOMMER WAR EIN VOLLER ERFOLG**

Die Jugendspielgemeinschaft zwischen dem FC Land Wursten und der TSG Nordholz untermauerte vom 27.-30.07.21 ihre Zusammenarbeit und bot mit der „JSG WNK-Fußballschule“ eine neue Plattform für Kinder, um in der Ferienzeit mit lizenzierten Trainern auf anspruchsvollem Niveau trainieren zu können. Hier ist auch bei intensiven und fordernden Trainingsübungen der Spaß nicht zu kurz gekommen. Ein großer Dank an die Trainer Eric Schürhaus, Olaf Zander und Frank Döscher, für

die Organisation an Martin Schulz, Thorsten Wähling, Luca Sperling, Marvin Wähling sowie Philip Käckenmester und ganz besonders an Michael Zander, der das ganze Projekt wieder mit ins Leben gerufen und eingeleitet hat. Auch nochmal ein Dank für die Spenden von der Firma Frosta und EDEKA Mendes sowie unseren Fördervereinen. Alle sind sich einig dieses Projekt zu wiederholen.

*Stephan Schölermann*



**Ortsverband  
Wremen**

**Blutspendetermine in Wremen**

**28. Juli 2022,**

organisiert von der Wremer Feuerwehr

**27. September 2022,**

organisiert vom DRK-Ortsverband

**Ihr Blut kann Leben retten!**



# Wir brauchen Dich!

## Fördere Deinen Verein



Förderverein FC Land Wursten

Beitrittserklärung / Aufnahmeantrag

Hiermit beantrage ich die Aufnahme als Mitglied im Förderverein FC Land Wursten.

Name, Vorname/ Firma : \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Strasse, Hausnummer \_\_\_\_\_

Postleitzahl, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon, Handy \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_

Die Vereinsatzung ist mir bekannt.

### Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich den Förderverein widerruflich, meinen Jahresbeitrag von meinem nachstehenden Konto abzubuchen. Die Abbuchung erfolgt einmal jährlich.

Kontonummer \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Bankname/Bankleitzahl \_\_\_\_\_

Vereinsbeitrag 12,00 €

Freiwillige Spende \_\_\_\_\_ €

Jahresbeitrag \_\_\_\_\_ €

Für Beträge die den Jahresbeitrag übersteigen wird auf Antrag eine Spendenbescheinigung erstellt.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_



Wir als Förderverein des FC Land Wursten unterstützen den Jugendfußball, indem wir Wert darauf legen, die Mannschaften, die Trainer und im Allgemeinen das Ehrenamt zu fördern.

Neben dem sportlichen Aspekt ist es uns wichtig, den Zusammenhalt der Mannschaften zu stärken und die Spieler an den Sport und den Verein zu binden.

In dem Zusammenhang haben wir uns entschlossen, während der Corona-Pandemie Teambuilding-Aktionen in allen Jugendmannschaften zu finanzieren. Zudem fördern wir gerade die Jugendtrainer-Ausbildung sowie diverse Fahrten zu überregionalen Turniereinladungen.

Aktuell sind wir acht Vorstands- bzw. Beiratsmitglieder. Coronabedingt konnten die beliebten Bundesligafahrten die letzten zwei Jahre nicht stattfinden. Wir hoffen, dass wir zur neuen Saison diesbezüglich wieder in die Planung einsteigen können.

Außerdem würden wir uns freuen, neue Fördermitglieder aufzunehmen (Der Mindestbeitrag pro Monat beträgt nur 1€) und heißen Interessierte zur aktiven Mitarbeit herzlich willkommen.



*Hintere Reihe v.li.: Michael Bösch, Dennis Carstens, Dirk Hei-  
Be. Vordere Reihe v.li.: Stephan Schölermann, Birger Menke,  
Bernd Icken. Es fehlen Thorsten Müller und Tobias Alexander.*

Für Fragen stehen euch die Vorstands- bzw. Beiratsmitglieder gerne zur Verfügung.

### **Michael Bösch**

Förderverein FC Land Wursten  
Michael Bösch  
1. Vorsitzender  
mb@rave-boesch.de  
Tel. 0151-64929156

# **Kleberhoff**

*Malereifachbetrieb*

**Frank Kleberhoff**  
- Malermeister -

Tjede - Peckes Str. 34  
Dorum



Maler- und  
Tapezierarbeiten

Wärmedämmung

Fassadenbeschichtung

Bodenbelagsarbeiten

kreative Maltechniken

Tel.: 04742 - 25 36 82  
Fax: 04742 - 25 36 93  
Mobil: 0172 - 788 26 22

Email: frankkleberhoff@web.de



Fahrausbildung  
aller Klassen

Inh. Willi Wollny

# FAHRSCHULE Land Wursten

- Moderne Lernmittel vom Papier bis zur App
- Fahrausbildung aller Klassen vom Mofa bis zum Bus
- Aufbaueminare Führerschein auf Probe (A S F)
- Fahreignungsseminar (F E S)  
ab 01.05.2014 früher ASP
- Berufskraftfahreraus- und weiterbildung BUS/LKW  
nach dem BKrFQG und BRrFQV
- Beschleunigte Grundqualifizierung BUS/LKW  
für Umsteiger, Quereinsteiger
- Ladekran, Autokran, Brückenkran,  
Baumaschinen, Flurförderfahrzeuge  
Aus- und Weiterbildung

Tel. 0 47 41 / 21 70  
Mobil 0172 / 4 25 69 39  
fs-lw-dorum@t-online.de

27472 Cuxhaven · Poststr. 22  
27639 Wurster Nordseeküste · Nordholz · Elbestraße 1  
27639 Wurster Nordseeküste · Dorum · Speckenstr. 24

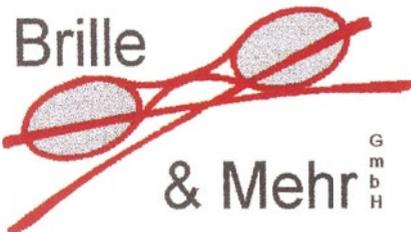


## NEUBAU, UMBAU, ANBAU UND SANIERUNG



Im Ellhorn 2 · Wremen · 27639 Wurster Nordseeküste  
☎ (0 47 05) 2 16 · E-mail: kracke-bauunternehmen@gmx.de

Brille



& Mehr G m b H

Uhren - Schmuck  
Porzellan - Bestecke  
Kontaktlinsen - Gläser  
Geschenkartikel

Inhaber Harjo Dahl  
Am Markt 2 - Wurster Nordseeküste - OT Dorum  
Telefon 04742 368 · Fax 04742 8697

**Übungsleiterin:** SIMONE BÜRGER, Wremen, Südersteinweg 4  
Tel. 0176-81795857, simone.buerger01@gmail.com

**Assistent:** Gert König-Langlo, Wremen, Üterlüe Specken 49  
Tel. 0157-863757708, gkl@wremen.de

**Wann?** Mittwochs 17:00 – 18:00 Uhr in der Schulturnhalle,  
Freitags 15:00 – 16:00 Uhr in der Schulturnhalle



## FLOORBALL OHNE HALLE?

Geht natürlich nicht. Schließlich heißt Floorball auch Hallenhockey. Die Corona-Pause gerade durch und wir hätten wieder loslegen können, da waren beide Turnhallen kaputt: Geflutet durch einen Rohrbruch. Unbespielbar. Dümmer hätte es nicht kommen können.



*Die Feuerwehr beseitigt 40.000 Liter Wasser aus den Hallen*

Die Aussichten waren schlecht. Der ganze Fußboden inklusive Fußbodenheizung mussten raus, monatelang brummt Trockner und mit neuen Fußböden war vor Jahresende nicht zu rechnen. Eine so lange Zwangspause hätte das Floorball-Team nicht überstanden.

Doch zum Glück kam es anders: Uns wurden als Ersatz Hallenzeiten in der Turnhalle von Padingbüttel angeboten. Die Halle war zwar viel kleiner als unsere Schulturnhalle, aber die Zeiten, in denen 15 und mehr Floorballer einen kleinen Plastikball mit Schlägern

traktierten, war Vergangenheit. Durch die Corona-Pause waren einige Spieler abgesprungen oder hatten was Besseres gefunden (kaum vorstellbar, aber manche hängen eben auch mal lieber ab, als sich beim Floorball die Lunge aus dem Hals zu hetzen). Unser harter Kern bestand aus ca. acht Wremern und ein paar Dorumer. Die Wremer passten alle in den TuS-Bus, die Dorumer wurden eh von den Eltern gefahren. Der Transport nach Padingbüttel war somit kein Problem. Im Gegenteil: Mit der Zeit bürgerte es sich ein, dass alle Spieler, die auf dem Weg nach Padingbüttel wohnten, vor ihrer Haustür aufgepickt wurden. Sehr praktisch. Manche kamen selbst bei Wind



*In der Padingbütteler Halle von links nach rechts: Christian, Hannah, Nathan, Janne, Robbi und Tamino. Im Tor Till und Paul*

und Wetter ohne Jacke mit kurzer Sporthose aus ihrem Haus gelaufen, wenn sie den TuS-Bus kommen sahen. Echt irre: Nie haben wir auch nur auf einen warten müssen und



## FLOORBALL

immer hatten alle ihre Coronamaske dabei, die es im Bus zu tragen galt. Hochachtung! Diese Truppe ist super!!!

Die Ältesten sind bereits 17 Jahre alt und bald doppelt so lang wie die Jüngsten. Den Großen ist klar, dass sie Rücksicht auf die Kleineren nehmen müssen. Manchmal passiert es dennoch, dass im Eifer des Gefechts ein etwas zu hart geschlagener Ball schmerzliche Aufschreie verursacht. Doch mehr als blaue Flecke hat es beim Training nie gegeben.

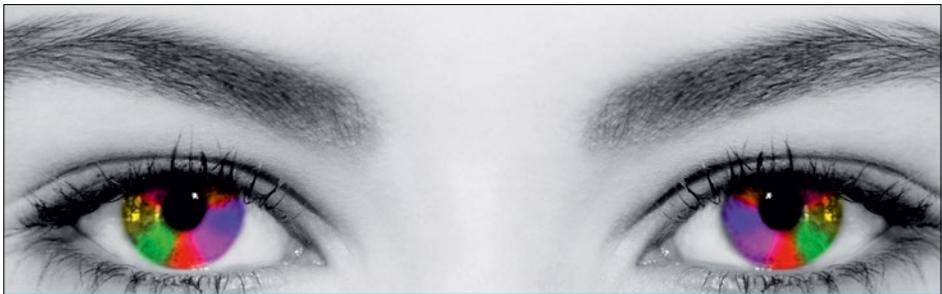
Floorball ist sehr anstrengend und Schweiß treibend. Daher machen wir in der Halbzeit stets eine kurze Trinkpause. Bei gutem Wetter allein schon aus Corona-Gründen gerne auch vor der Tür. Ein weiteres Problem kam auf uns zu. Simone fiel wegen Krankheit lange aus und ich hatte für den Januar 2022 beruflich in der Antarktis zu tun. Ein Leben



*Tamino, Nathan Paul und Robbi in der Halbzeitpause*

ohne Floorball ist zwar möglich, aber sinnlos. So oder ähnlich dachten Christian und Janne und boten an, das Training ersatzweise zu übernehmen. Zum Glück waren die Wremer Hallen wieder bespielbar, die Fahrerei entfiel und die beiden haben die ihnen zugefallene Verantwortung mit Bravour gemeistert.

**Gert König-Langlo**



Fahrzeugbeschriftungen ▪ Textilveredelung  
Beschilderung ▪ Schaufensterbeschriftung  
Leinwanddruck ▪ Banner ▪ Rollup-Displays  
Lichtwerbungen ▪ Aufsteller ▪ Tassendruck



Kusajda  
Werbetechnik GmbH  
Nordstraße 76  
27580 Bremerhaven

T 0471-926971-03  
F 0471-926971-04  
werbetechnik@kusajda.de



**Übungsleiter:** FABIAN SIEVERT  
 Tel. 0171-5577852

**Wann:** Donnerstag Kinder 17:15 – 18:00 Uhr  
 Jugendliche/Erwachsene 18:00 – 19:00 Uhr

**Wo:** TuS Halle



Hallo! Mein Name ist Fabian Sievert, ich bin 18 Jahre alt und leite das Karate-Training seit neuem. Ich selber mache Karate seit inzwischen gut zehn Jahren. Das Training findet Donnerstags von 17:15 bis 18:00 Uhr für Anfänger und Neueinsteiger und von 18:00 bis 19:00 Uhr für Fortgeschrittene statt. Aufgrund der Corona-Pandemie ist unsere Abteilung stark ausgedünnt und ich würde mich sehr freuen, wenn bei Interesse ein-

fach mal vorbeigeschaut wird, oder ihr mich anruft unter 0171-5577852.

Das Training ist für alle geeignet und ist fordernd für Körper und Geist. Im Verlauf des Trainings wird den Schülerinnen und Schülern auch die Selbstverteidigung beigebracht, die gerade in der heutigen Zeit immer wichtiger wird.

Ich freu mich, euch kennenzulernen.

**Gruß, Fabian**



*Fabian führt einen Ushiro Geri aus, einen Fußtritt aus der Drehung.*



*Steven wehrt einen Faustangriff von Janne ab.*

# Eier aus regionaler Biohaltung



## Hof von der Lieth

Geestallee 63  
27624 Geestland (Elmlohe)  
Tel.: 04704 230435  
www.rentahuhn.de

Abholstation im  
**CAP Markt Wremen**  
oder über die  
**„Grüne Kiste“**



*Alles im grünen Bereich!*

**oehmsen &  
alexander**

Garten- und Landschaftsbau

### UNSERE BÜRO-ÖFFNUNGSZEITEN

**Sommerzeit · März bis Oktober**

Montag – Freitag: 07.30 – 17.00 Uhr

**Winterzeit · November bis Februar**

Montag – Freitag: 08.00 – 16.00 Uhr

Poststraße 49 · 27639 Würster Nordseeküste

Tel.: 04742 - 92 21 63 · Fax: 04742 - 92 21 65

info@oehmsen-alexander.de

www.oehmsen-alexander.de



- Pflege aller Art
- Hecken- und Rabattenschnitt
- Gehölz- und Obstbaumschnitt
- Vertikutieren
- Erdarbeiten
- Dachbegrünung und Dachreinigung
- Rollrasenverlegung



- Terrassenpflasterung
- Pflasterung von Auffahrten
- Fachgerechte Drainageverlegung
- Teichbau
- Zaun- und Sichtschutzbau aller Art
- Wege und Mauern
- Holzarbeiten



- Montage von Gartenbeleuchtung
- Winterdienst
- Grabgestaltung
- Gartenbauzeichnungen



**Ansprechpartner:** ARNO ZIER • Tel. 0170-5871772 • arno@zier.de  
 WILLY JAGIELKI • Tel. 0157-30183033 • willy.jagielki@ewetel.net

**Wann?** Montag und Mittwoch bei der Volksbank  
 Beginn bitte telefonisch erfragen!



### 34. DEICHLAUF 2022 - IN DIESEM JAHR EIN LAUF FÜR FRIEDEN UND SOLIDARITÄT

Der 34. Wremer Deichlauf soll am Sonnabend, 21. Mai 2022, wieder im Rahmen der Sportwoche stattfinden. Nach 2 Jahren „Corona – Pause“ freuen wir uns schon alle auf diese schöne Laufveranstaltung. Wir bieten eine „kurze“ 5.000 Meter Runde und eine „lange“ 15.800 Meter Runde durch die grüne Marsch an. Die Strecken verlaufen überwiegend auf asphaltierten Rad- oder Wirtschaftswegen. Auf der „langen Runde“ wird auch außendeichs auf dem Treibselräumweg direkt an der Wasser-/Wattkante und auf Grasboden am Deichfuß gelaufen.

Auf der 5.000 Meter-Runde bieten wir wieder einen gesonderten Walkingwettbewerb an. Auch wieder dabei ist Thomas Hargus aus Otterndorf, der mit seiner professionellen



*Thomas Hargus*

Ausrüstung eine automatische Zeitnahme durchführt. Auf einer großen Uhr können die Läufer gleich beim Zieleinlauf ihre Zeit



Heike, Karin und Karin empfangen die Läufer/innen im Zieleinlauf.



Großes Tortenbüfet nach dem Duschten.

ablesen und anschließend sofort auf einem großen Monitor ihre Platzierung sehen. Im Zieleinlauf gibt es wieder Erfrischungen und Obst für die Läuferinnen und Läufer sowie ein reichhaltiges Kuchenbüfet in der

TuS Halle. Anmeldungen sind unter [www.wattzeit.de](http://www.wattzeit.de) oder über die TuS Homepage [www.tus-wremen09.de](http://www.tus-wremen09.de) möglich. Wir hoffen wieder viele Läuferinnen und Läufer begrüßen zu können.

**Mit sportlichen Grüßen, Arndt**

## DER DEICHLAUF IST (AUCH) EIN WETTTLAUF, ABER 2022 SOLL DER FRIEDEN ERSTER SIEGER SEIN



Der Wremer Deichlauf ist sicher eine famose Sport-Veranstaltung hier in der Region und erfolgreich ist der Lauf allemal. Würde er sich sonst etwa seit 35 Jahren bei den teilnehmenden Läuferinnen und Läufern so großer Beliebtheit erfreuen? Sicherlich nicht. Und trotzdem, für viele Aktive – nicht für alle – ist er ein Wettkampf, auf neudeutsch eine Challenge. Es geht um Gewinnen oder Verlieren, um eine gute Platzierung. Natürlich wollen die Cracks, die sich lange und intensiv auf solche Wettkämpfe vorbereiten, einen der vorderen Plätze erringen. Es geht auch beim Wremer Deichlauf – wenn auch nicht um olympisches Edelmetall, so doch zumindest um den persönlichen Erfolg, der sich schlussendlich dann auch in Minuten, Sekunden und in der Platzierung ausdrückt. Ja, es geht 2022 auch in Wremen um schnelle

Zeiten, aber es geht in diesem Jahr auch um Frieden!

### **Nicht jede(r) will, kann, muss gewinnen**

Und was machen nun die Leute, die sich auch gern bewegen, die sich dem Stress und Leistungsdruck eines sportlichen Wettkampfes aber nicht aussetzen wollen, weil sie vielleicht im Job und der Familie schon zur Genüge gefordert sind und sich das nicht auch noch antun wollen?

### **Sportler für den Frieden!**



Solche Sportler, die gerade jetzt im Frühling mit einem Gefühl von Lust und guter Laune, gemeinsam mit Gleichgesinnten lediglich etwas für ihr körperliches Wohlbefinden tun möchten. Nun denn – da bietet es sich an, beim Lauftreff des TuS Wremen 09 ein-



zusteigen. Ganz entspannt kann man sich hier einreihen und mit netten Leuten bei interessanten Gesprächen über Gott und die Welt, den richtigen Laufschuh oder die beste Kneipe vor New York im Wohlfühltempo durch die Wurster Feldmark traben. Ihr alle seid herzlich eingeladen! Nein, es geht nicht immer um schnelle Zeiten und Rekorde, manchmal geht`s aber eben auch beim Laufen einfach um Bewegung und besonders in diesem Jahr um Frieden. Denn ohne Frieden taugt auch der schönste Lauf nix!

**Laufen für den Frieden!**



Eingeladen sind natürlich alle -egal ob mit oder ohne Ambitionen auf eine vordere Platzierung – zum 34. Wremer Deichlauf. Im Jahre 2022 wird diese Sportveranstaltung unter

dem Motto „Sportlerinnen und Sportler laufen für den Frieden“ stattfinden. Nach Putins Einmarsch in die Ukraine und seiner unvorstellbar brutalen Kriegsführung gegen die Zivilbevölkerung seines Nachbarlandes, sind wir alle aufgefordert Solidarität zu zeigen und uns für eine rasche Beendigung dieser menschenverachtenden Aggression einzusetzen. Der Wremer Deichlauf am 21. Mai 2022 soll auch eine Demonstration für den Frieden in der Ukraine und auf der ganzen Welt sein. Der TuS Wremen 09 lädt alle Sportlerinnen und Sportler ein – egal in welcher Geschwindigkeit sie unterwegs sein mögen – sich dem Motto anzuschließen, beim „Deichlauf für den Frieden“ dabei zu sein und so ihrer Sehnsucht nach einer friedlicheren und gerechteren Welt Ausdruck zu verleihen! Denn beim Deichlauf 2022 soll in diesem Jahr der Frieden erster Sieger sein. **Arno Zier**



**Einfach besser. Das Hauskraftwerk.  
Solarstrom für alles.**

**Eigene Energie maximal nutzen**

Private Energiewende – unabhängig vom Energieversorger

**Intelligentes Energiemanagement**

Hausgeräte, Wärmepumpe und Wallbox gezielt ansteuern

**Speichern für effizienten Klimaschutz**

Eigener Solarstrom bedeutet: kein Netzbezug, kein CO<sub>2</sub>

**Keine Energiekosten mehr**

Für Komfortstrom, Wärmeversorgung und E-Mobilität

**Sicherheit bei Stromausfall**

Echte Ersatz- / Notstromversorgung mit Solarenergie

**Volle Flexibilität – ready for future**

PV-Speicherlösungen von E3/DC sind dauerhaft erweiterbar

**Elektro Fischer e.K.**  
Wremer Specken 30 | 27639 Wurster Nordseeküste  
Tel.: 04705/95 00 40 | [www.etechnik-fischer.de](http://www.etechnik-fischer.de) | [info@etechnik-fischer.de](mailto:info@etechnik-fischer.de)



# Moderne Heizsysteme Heizungs- und Sanitärservice



OT Dorum · Alsumer Straße 34  
27639 Wurster Nordseeküste  
Tel. 0 47 42 – 25 42 96  
[www.heisse-heizung.de](http://www.heisse-heizung.de)



**Übungsleiter:** WOLFGANG TIETJE · Tel. 04742-1485, wolfgang.tietje@t-online.de  
ANDREAS EICKERNJÄGER · andreas.eickernjaeger@web.de

**Wann?** 20. Mai 2022 um 17:30 Uhr  
**Wo?** Sportplatz Mulsum



## ABLEGEN DES SPORT- ABZEICHENS IN ZEITEN DER CORONA-PANDEMIE - DIE ZWEITE

Im vergangenen Jahr war es mindestens genauso schwierig, wie in 2020, die Sportabzeichenabnahmen durchzuführen. Die ständig wechselnden und immer wieder neuen gesetzlichen Auflagen machten das ganze Unterfangen nicht einfach. Trotzdem hatten sich wieder einige unentwegte Sportler dazu entschieden das Sportabzeichen abzulegen. Und es gab im Sommer tatsächlich Zeiten, an denen wir uns in Mulsum oder auch Dorum zur Abnahme von Schleuderball, 50m-Sprint, Kugelstoßen oder auch Weitsprung, um



*Von links stehend: Marcel Frischkorn, Björn Seebeck, Meta Schmidt, Renate Heidtmann Meike Sell, Michaela Berke-mann, Walter Heyroth. Unten kniend: Sabine Wisch, Andreas Eickernjäger. Es fehlt auf diesem Foto der Leiter Wolfgang Tietje.*

nur einige Disziplinen zu nennen, treffen konnten – immer mit respektvollem Abstand.

Die Schwimmdisziplinen haben die Teilnehmer, die diese unbedingt benötigten, dann in Eigenregie von einem lizenzierten Bademeister abnehmen lassen. Zum Teil wurden auch separate Termine zum Ablegen einzelner Disziplinen abgesprochen. Durch diese Maßnahmen konnten wir das Infektionsrisiko für alle auf ein Minimum reduzieren.

Ein großes Problem ist die Verleihung der „erarbeiteten“ Sportabzeichen.

Seit nun zwei Jahren haben wir uns nicht im großen Kreis treffen können. Wir hoffen dies nun in 2022 in einer den erzielten Leistungen angemessener Form nachholen zu können.

Dieses Jahr planen wir im Mai in Mulsum mit den Abnahmen zum Sportabzeichen zu beginnen.

Die derzeit festgelegten Abnahmetermine sind: 20.05.2022 / 17.06.2022 / 08.07.2022 / 26.08.2022 / 23.09.2022 und als Reservetermin der 14.10.2022. (jeweils freitags um 17:30 Uhr; erstes Treffen in Mulsum, danach Festlegung des Abnahme-Ortes nach Bedarf)

Zusätzlich noch ein Abnahmetermine für die Schwimmdisziplinen im Herbst. Dieser wird aber erst im Jahresverlauf mit den Teilnehmern abgesprochen.

**Mit sportlichem Gruß**  
**Wolfgang Tietje und Andreas Eickernjäger**

# nordMARKE

MARKEN | DESIGN | STRATEGIE

Wir helfen Marken und Firmen  
wahrgenommen zu werden  
und besonders zu sein.

---

Wir entwerfen Logos & Markenzeichen.

---

Wir entwickeln Marketing-Strategien,  
entwerfen analoge und  
digitale Markenerlebnisse  
und programmieren Websites  
für unsere Kunden in aller Welt.

---

Post In der Langen Straße 24 | 27639 Wurster Nordseeküste | Inh. Harry Zier  
Telefon 04705.660 3960 Email [info@nordMARKE.de](mailto:info@nordMARKE.de) Netz [www.nordMARKE.de](http://www.nordMARKE.de)



**Übungsleiterin:** ANGELIKA HEITMANN  
angelikaheitmann@online.de

**Wann?** mittwochs 17:00 – 18:00 Uhr  
**Wo?** TuS-Halle Wremen



## HALLO LIEBE TANZFREUNDE!

Dieser Kurs richtet sich an alle Kinder ab 6 Jahren. Natürlich war die Maske ein Handicap, aber trotzdem waren alle mit Begeisterung dabei. Jeden Donnerstag von 16:00 bis 17:00 Uhr tanzen wir zu Kinderliedern und moderner Pop-Musik.

Die Mädchen und Jungen lernen eine Vielfalt an Tanzschritten kennen und üben Choreografien ein. Die Kinder bekommen die Gelegenheit sich frei zur Musik zu bewegen und können ihrer musikalischen Phantasie freien Lauf lassen. Es werden Bewegungsspiele mit Musik gemacht.

**Angelika**



*Natürlich war die Maske ein Handicap, aber trotzdem waren alle mit Begeisterung dabei.*

### Probleme mit Gleitsichtgläsern?

Nicht mit unserer optometrischen DNEYE Augenprüfung und den neuen individuellen Rodenstock Gleitsichtgläsern.

Sie sehen schärfer und kontrastreicher, was vor allem in der Dämmerung spürbar ist. Höchster Komfort und beste Verträglichkeit machen das Seherlebnis perfekt.

Nutzen Sie Ihr persönliches Sehpotenzial. Zu 100%



**weinrich**<sup>KG</sup>  
**AUGENOPTIK**

www.Weinrich-Augenoptik.de

AUGENOPTIK • OPTOMETRIE • HÖRGERÄTEAKUSTIK

Dorum • Speckenstr. 2

27630 Wurster Nordseeküste • Telefon (04742 - 8991)

*Ihr Zentrum für Augenoptik, Optometrie und Hörgeräteakustik*

# Lagerverkauf - Kunst und Keramik vom Wattenmeer GmbH

Wremen, Wremer Specken 40 - am Bahnübergang

Mo - Fr 10.00 - 18.00 Uhr Sa + So 10.00 - 18.00 Uhr



Im Internet:  
Kunst-Keramik.de

**Spardosen mit Namen**



**Kinderbecher mit Namen  
werden sofort angefertigt !**



**Haustürschilder Frühstücksbretter mit Namen**



**Fisch oder Seeferd  
Holz auf Treibholz  
nur € 6,99**

**nur € 4,99**

*Hof Siats*



*De groote Deel achten Dieks*

Ferienwohnungen

Flammkuchen

Familienfeiern

Cappel-Neufeld ~ Deichweg 103 ~ 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon 04741/1329 ~ [www.hof-siats.de](http://www.hof-siats.de)

Mobil 0151 708 77 22 6

**www.Holz-Michel.info**

**Michael Prüß**

Ihr Fachmann für individuelle Holzbau Lösungen

Deichweg 141a  
27639 Wurster Nordseeküste  
(Nordholz/Cappel-Neufeld)

Telefon 0 47 41 / 18 100 08

Mobil 0175 / 24 555 35

- Zimmerei, Dachsanierung, Innenausbau
- Holzrahmenbau, Treppenbau
- Holzdecken, Türen / Fenster
- Carports, Terrassenüberdachungen
- individuelle Holzbau Lösungen





**Übungsleiter:** LENNART ZIER, Tel. 0173-2920865 · lennart@zier.de  
**Übungsabende:** Montag ab 18:00 Uhr Erwachsene  
 Dienstag ab 15:00 Uhr Jugend, ab 19:30 Uhr Erwachsene  
 Freitag ab 16:00 Uhr Jugend, ab 19:30 Uhr Erwachsene  
**Wo?** TuS-Halle Wremen



## TISCHTENNIS IN EINER SEHR SCHWIERIGEN SAISON

Die Saison 2021/2022 stellte die Tischtennis-Abteilung vor viele Herausforderungen. Die Corona-Pandemie sorgte dafür, dass die Spielzeit unterbrochen werden musste und eine Fortsetzung lange Zeit unklar war. Als Hallensportart waren wir zudem durch den Wasserschaden in den Turnhallen von jetzt auf gleich nicht mehr in der Lage, unseren Sport in Wremen auszuüben.

Ein großer Dank gilt daher den Vereinen in der Umgebung, die unsere Sportler aufgenommen haben und uns einen Platz zum

Trainieren boten. Hauptsächlich konnten wir in die dreifach Turnhalle in Dorum und zum OSC Bremerhaven ausweichen. Ohne Halle waren leider auch keine Heimspiele möglich, sodass wir in der Hinrunde der Saison mit allen vier Mannschaften nur Auswärtsspiele ausgetragen haben. Für uns sehr schade, denn in der eigenen Halle spielt es sich doch immer etwas leichter. Für uns alle unfassbar ist, dass unser Freund Michael Ternes im Februar für immer von uns gegangen ist! Tischtennis in Wremen wird ohne ihn nie wieder so sein wie vorher!

### Die Platzierungen der Mannschaften

Im Spielbetrieb konnten wir respektable



*Lange nicht gesehen - Volle Halle beim Turnierbetrieb.*



## TISCHTENNIS



*Die Tischtennis-Abteilung freut sich auf die Spiele in eigener Halle.*

Leistungen erzielen. Unsere erste Mannschaft belegt zum jetzigen Zeitpunkt den dritten Platz in der Landesliga. Der zweite Platz ist noch in greifbarer Nähe. Unsere zweite Mannschaft belegt in der Bezirksliga einen Relegationsplatz. Die dritte Mann-

schaft spielt in dieser Saison in der Bezirksklasse und liegt dort derzeit ebenfalls auf einem Relegationsplatz. Die vierte Mannschaft kämpft in der 1. Kreisklasse um den Klassenerhalt und ist nur aufgrund des ungünstigeren Spielverhältnisses noch nicht „gerettet“.

Es bleibt also abzuwarten, wie sich die Mannschaften bis zum Abschluss der Saison positionieren. Mit der nun sanierten Halle ist endlich wieder ein Punktspielbetrieb und das Training in den eigenen Hallen möglich. Wir freuen uns schon darauf, nach einer gefühlten Ewigkeit die ersten Heimspiele auszutragen.

Wenn auch du Lust hast Tischtennis einmal auszuprobieren, dann schau doch einfach mal beim Training vorbei.

**Lennart Zier**

**unverpacktTruck** ... unser Bio - Sortiment

jeden Mittwoch von  
15 - 18 Uhr in Wremen

Parkplatz Zahnarztpraxis Richter

Nudeln & Reis  
versch. Cerealien  
Körner & Mehl  
Hülsenfrüchte & Ölsaaten  
Nüsse & Trockenfrüchte  
Nützliches für Küche und Bad  
Reinigungsmittel  
Backwaren

moin@unverpackttruck.de  
weitere Standorte unter [www.unverpackttruck.de](http://www.unverpackttruck.de)



**Übungsleiterin:** DORIS SÖHL · Tel. 04704-2131  
SIMONE BÜRGER · Tel. 0176-81795857

**Wann?** Montag 16:00 – 18:00 Uhr (Kinder ab 6 Jahre)  
**Wo?** Schulturnhalle und TuS-Halle



Corona ging auch an uns nicht spurlos vorüber. Lange durften wir nicht in die Halle. Doch sobald es wieder erlaubt wurde, haben wir trainiert. Erst draußen dann wieder in der Halle. Dann kam der Wasserschaden und wir mussten wieder aufhören. Die beiden großen Trampoline wurden verkauft,



*Eine ungewöhnliche Perspektive*

weil die Halle für die Reparatur des Wasserschadens komplett geräumt werden musste. Es wurden jedoch 2 sehr gut erhaltene Trampoline als Ersatz angeschafft. Das ganze Hin und Her hat leider dazu geführt, dass momentan kaum Kinder zum

Training kommen. Aber Nachwuchs ist in Sicht: In der Schul-AG gibt es wieder Kinder, die das Trampolinspringen erlernen und viel Spaß daran haben.

Die Gruppe wieder aufzubauen wird gelingen. Am besten mit **DIR** und deinen **FREUNDEN**. Alle die mindestens 6 Jahre alt sind, sind willkommen. Kommt vorbei. Hier kann man sich die Welt in hohen Sprüngen von oben anschauen oder sogar einen Salto wagen.



*Bald sind wir wieder so viele wie 2020*

Frische Bilder gibt es in dieser Ausgabe leider nicht. Wovon auch? Vom Wasserschaden? Von Corona? Als Ersatz hier die Bilder von 2020.

**Doris**



# NORDSEEKOM

TELEFONIE  INTERNET



**WIR VERBINDEN**  
KOMMUNIKATION AUS LEIDENSCHAFT

 [WWW.NORDSEEKOM.DE](http://WWW.NORDSEEKOM.DE)  04705 951720  NACH VEREINBARUNG





**Übungsleiterin:** CLAUDIA SCHWARZER  
Tel. 04705-730 · claudia.schwarzer@wremen.de

**Wann?** Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr  
**Wo?** TuS-Halle



## HURRA ES GIBT SIE NOCH - DIE ABTEILUNG FRAUEN- GYMNASTIK!

Hurra!!!! Uns gibt es noch! Trotz der vielen widrigen Umstände der letzten zwei Jahre mit Corona und damit verbundenen Auflagen und Ausfällen im Sportbetrieb und dann auch noch die Überschwemmung der Turnhallen ist die Gruppe noch fast komplett. Das ist toll zu sehen, wie wichtig die Gruppe wohl für die meisten ist, sowohl unter dem sportlichen als auch sozialen Aspekt.

Besonders zu erwähnen ist dabei die Reaktion der evangelischen Kirchengemeinde, die unserer Gruppe im Gemeindesaal „Asyl“

gewährt hat, sodass alle Damen zu Fuß oder mit dem Rad zum Sport kommen konnten. Das hat sicher auch mit zum Fortbestand der Gruppe beigetragen.

Dafür nochmal vielen Dank an dieser Stelle für die spontane und unkomplizierte Unterstützung. Wir haben uns sehr wohl gefühlt. Was das Sportliche angeht, machen wir weiter wie bisher mit kleinen Einschränkungen und freuen uns auch sehr über die „neue“ alte Sporthalle. Geändert haben sich unsere Zeiten: Wir turnen jetzt von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr !!! Nicht geändert hat sich, dass wir uns immer über neue Teilnehmer/innen freuen!!!

***Kommt mal rein!!***  
***Claudia***



Von links: Renate Heitmann, Barbara Fischer, Heidi Klett, Ilse Holst, Annegret Junge, Ursel Schüssler, Claudia Schwarzer, Elke Waitschies, Rita Schüssler, Gerda Lammers, und Irene Schölermann.

# Zuhause ist, wo es Kaffee gibt.

Unsere Berater servieren euch nicht nur den Kaffee, sondern auch die Baufinanzierung ganz nach eurem Geschmack!



[www.volksbankeg.de/baufi](http://www.volksbankeg.de/baufi)

**Volksbank eG  
Bremerhaven-Cuxland**





**Übungsleiterin:** DORIS SÖHL

Tel. 04704-2131

**Wann?**

Kleinkinderturnen: Donnerstag: 16:00 – 17:00 Uhr, 3 – 6 Jahre

Kinderturnen: Donnerstag: 17:00 – 18:00 Uhr, 6 – 13 Jahre

**Wo?**

Schulturnhalle Wremen



Das Jahr fing mit Corona an, so dass wir nichts machen durften. Dann durften wir und es lief gut an, aber dann kam der Wasserschaden. Unser erster Vorsitzender hat alle Hebel in Bewegung gesetzt und für unsere Mitglieder eine Ausweichmöglichkeit geschaffen.

Dann ist das neue Schuljahr angefangen und Kerstin Schmidt – die das Kinderturnen geleitet hatte – ist arbeitsbedingt ausgeschieden, so dass ich das Kinderturnen

wieder mache. Pia unterstützt mich dabei. Kinderturnen fördert wie keine andere Sportart Vielseitigkeit und umfassend alle motorischen Grundlagen: Springen, Werfen, Schwingen, Hängen, Rollen und Dehnungen um alle Körperachsen. Dabei orientiert sich das Kinderturnen an den Fähigkeiten und Bedürfnissen jedes einzelnen Kindes. Es legt die Grundlagen für alle weiterführenden Sportarten.

Also: Worauf noch warten? Ab in die Halle mit dem Nachwuchs, Eure Doris.



*So schaut 's aus in der Wremer Turnhalle beim Kinderturnen und wenn keiner einen Fotoapparat dabei hat.*

# *Ideenreiche & starke Produkte für Ihren Erfolg!*

## **Das können Sie von uns erwarten:**

MEDIENDESIGN für kreative Lösungen und Ideen – ein professionelles Logo und ein einprägsames sowie wirkungsvolles Corporate Design.

OFFSET- und DIGITALDRUCK.

Individuelle WEBSEITEN im responsiven Webdesign – optimiert für mobile Endgeräte sowie Suchmaschinen. Hochwertige WERBETECHNIK für Fahrzeugbeschriftungen, Schilder, Banner und Aufkleber. Geschäftsdrucksachen für den kompetenten Firmenauftritt sowie WERBEARTIKEL für ein perfektes Marketing!



**Druckhaus Wüst**  
Die Kreativdruckerei



**Übungsleiterin:** STEPHANIE WILKE  
 Tel. 0157-3211164  
 stephanie\_wilke@t-online.de

**Wann?** Mittwoch 15:45 - 16:45 Uhr

**Wo?** TuS-Sporthalle



## WETTRENNEN UND BALLSPIELE QUER DURCH DIE HALLE

Ich habe im Herbst 2020 das Eltern-Kind-Turnen übernommen. Wir dürfen die große Schulturnhalle nutzen, was klasse ist, da wir so viele abwechslungsreiche Stationen aufbauen können. Die Kinder sind im Alter von 1 Jahr bis 4 Jahren. Gemeinsam mit den Eltern toben die Kinder quer durch die Halle. Sehr beliebt sind Aufbauten mit großen

Kästen und Matten, auf denen wie auf einem Parcours geklettert werden kann. Die Auswahl an Geräten ist groß, sodass wir viele Möglichkeiten haben, viele verschiedene Stationen aufzubauen. Die Eltern helfen fleißig beim Aufbau mit, sodass wir viel ausprobieren können. Gerne schaukeln die Kids auch an den Turnringen. Wettrennen und Ballspiele gehören ebenso dazu. Wir treffen uns immer mittwochs um 15:45 Uhr, kommt gerne vorbei, wenn Ihr Interesse habt.

**Stephanie**





---

# VIELFÄLTIG, FRISCH UND FAIR!

Alles für Ihren täglichen Bedarf!

---



In der Langen Straße 24 | Wurster Nordseeküste  
**Mo-Fr 7:00-19:00 | Sa 7:00-13:00 | So 8:00-12:00**  
Betreiber: Elbe-Weser Welten gGmbH (Partner der EDEKA)

[eww.de](http://eww.de)



**Übungsleiterin:** KATHRIN DAHL

Tel. 04705-810800 • kadahl@gmx.de

**Wann?**

1. Damen: Mo. und Fr. 18:30 – 20:00 Uhr

2. Damen: Mo. 16:30 – 18:30 Uhr, Do. 18:00 – 19:30 Uhr

**Wo?**

Schulturnhalle



## FEIERN MAL ANDERS ... HORST LÄSST GRÜSSEN!

Corona hat auch den Breitensport ganz fest im Griff. Erster Lockdown im März 2020 war für uns alle noch wie eine etwas längere Volleyball-Pause nach der Saison. Gut erholt konnten wir dann im Mai wieder mit der Saison-Vorbereitung auf dem Beachfeld starten. Die nächste Saison begann dann am 19. September mit einem Heimspiel.

Ende Oktober dann die Hiobsbotschaft, dass der Spiel- und Trainingsbetrieb 20/21 bis auf Weiteres ausgesetzt ist.

Unsere Weihnachtsfeier haben wir dann von zu Hause per Zoom-Konferenz gefeiert. Nicht nur Horst hatte dabei sehr viel Spaß ... Feiern können wir ... Da macht uns keiner was vor ...

Daher ruft Horst ein zweites Mal zur Feierei auf. Dieses Mal zum Osterfest! Auch das haben wir mit Bravour gemeistert ... Das verlernt man so schnell nicht.

Anfang Juni 2021 können wir dann endlich wieder mit dem Training starten ... Jörg musste dann schnell feststellen, dass das halbe Jahr Pause sportlich von allen sehr unterschiedlich genutzt wurde. So haben manche in der Zeit stark an ihrem Bizeps gearbeitet, in dem sie Bierflaschen und Pralinen gestemmt haben. Aber besser als nichts, und somit eine weitere Herausforderung für den Trainer ... Aber das macht Jörg ja gern, seinen Hühnerhaufen zur Höchstleistung zu treiben.

Nachdem wir dann endlich wieder in die Halle durften, kam Ende Juni der Supergau. Wasserschaden in der Wremer Halle. Was nun? Der Tus Dorum und der TSV Neuen-



*Saisonzubereitung auf dem Beach-Feld*



*Weihnachtsfeier per Zoom-Konferenz - geht ...*



*... und Karneval wohl auch, wie man sieht.*

walde kamen uns zu Hilfe und versorgten uns mit Trainingszeiten in deren Hallen. Auf diesem Weg nochmal ein Dankeschön an die Verantwortlichen. Wir konnten uns also weiterhin auf die Saison 21/22 vorbereiten. Am 13. November 2021 hatten wir dann unser erstes Spiel seit langer, langer Zeit. Das haben wir dann auch prompt leider 1:3 verloren. Aber das nächste Spiel zwei Wochen später konnten wir mit 3:0 für uns verbuchen. Leider wurde dann wiederum Corona-bedingt unser Heimspiel Anfang Dezember abgesagt und der Spielbetrieb auf Eis gelegt. Ab dem 5. März 2022 ging es dann aber mit einer verkürzten Saison und ohne Zuschauer für uns weiter ...

Wir haben in diesen zwei Jahren einiges zu verzeichnen. Unsere langjährigen Mannschaftskolleginnen Frauke Mangels (20 Jahre beim TuS), Svenja Kaschewski (25

Jahre beim TuS) und Heike Schneider (40 Jahre beim TuS) haben unsere Mannschaft leider als aktive Mitglieder verlassen. Wir vermissen euch und freuen uns, dass ihr uns als passive Exis erhalten bleibt.

Dafür haben wir seit 2021 zwei Neuzugänge, die wir auf diesem Wege noch einmal herzlich willkommen heißen möchten: Jule Berkemann und Marie Cichy werden unseren Kader in Zukunft tatkräftig unterstützen. Und unseren Altersdurchschnitt um einiges senken.

Des Weiteren haben wir gleich zweimal Nachwuchs bekommen: Im Juni 2020 erblickte Lotta das Licht der Welt. In Zukunft kann sie dann irgendwann ihre Mama Tahnee Cohrs ablösen.

Und im April 2021 ist der kleine Bela geboren, der dann später seine Mama Pia Stolpmann anfeuern kann. **Anna Achilles**



*Und was wegen Wasserschaden in der Halle nicht geht, ...*



*...muss man eben draußen erledigen.*



## 2. DAMEN UND FRIENDS

### 2. Damen Saison 2019/2020

Die letzte fast normale Saison war 2019/2020 und das war UNSERE Saison. Leider ist der Spielbetrieb am 12. März 2020 wegen Corona offiziell eingestellt worden und die Saison wurde nie zu Ende gespielt, aber hey ...



Wir waren zum Zeitpunkt des Abbruchs auf dem zweiten Tabellenplatz und somit auf einem Relegationsplatz!!



In der Saison 2020/2021 sind wir wieder angetreten, aber die Saison wurde fast schneller wieder abgebrochen als sie überhaupt gestartet ist. Zwei Spiele und dann war Schluss ...



Nachdem uns erst Corona einen Strich durch die Rechnung gemacht hatte und später dann auch noch die Halle wegen des Wasserschadens nicht nutzbar war, mussten wir eine Zwangspause einlegen. Zu Beginn des Jahres 2022 (also dieses Jahr ;-)) haben wir einen Neustart gewagt. Durch den Weggang wegen Studium/Beruf und den Wechsel in die 1. Damen war unsere Mannschaft stark ausgedünnt. Und dann kamen die ...

### ... und Friends ...

ins Spiel. Wir haben uns um einen netten „Haufen“ volleyballbegeisterter Jungs vergrößert.



Unser Supertrainer Holger scheucht uns mit seinen Superkräften durch die Halle und versucht die Corona-Lethargie zu vertreiben. Nebenbei gibt er alles, um auch unsere Technik zu verbessern. Wir haben alle sehr viel Spaß beim Training und sind mit Begeisterung dabei.

# BIERGARTEN

In gemütlicher Atmosphäre in Misselwarden

*Wir freuen uns  
auf Sie!  
Ihre Familie Semrau*



Reservierung erbeten

Tel. 04742-8151

WhatsApp 0170-5833239

**Verschiedene Themenabende  
und Veranstaltungen**

Öffnungszeiten unter:

[www.pslw.de](http://www.pslw.de)



Termine entnehmen Sie bitte unserer Homepage auf dem QR Code.



## "Die Fahrschule"

Cuxhaven · Altenwalde · Nordholz · Dorum

Spaß am Fahren... mit Sicherheit!

Führerscheinausbildung vom Mofa bis zum LKW  
Aufbauseminar für Fahranfänger

**Rollerführerschein Klasse AM jetzt mit 15!**

**Zeitgemäßes Lernen  
mit dem „Theo“ oder der Fahrschul-App**

Inhaber: Rüdiger Schwarze - Dirk Engeler - Harald Junge

Cuxhaven  
Elfenweg 25

Altenwalde  
Hauptstr. 69

Nordholz  
Schulstr. 6

Dorum  
Poststr. 3b

**Info:  
04741-  
8531**

[www.rd-die-fahrschule.de](http://www.rd-die-fahrschule.de)



**Türöffner:** JÖRG KNÜTTGEN · joerg.knuettgen@yahoo.de  
**REGINA LÜBS** · Tel. 04705-348

**Wann?** Mittwochs ab 18:00 Uhr  
 bis open end

**Wo?** Schulturnhalle



## LIEBE VOLLEYBALLFREUNDE UND ALLE DIE ES NOCH WERDEN WOLLEN

Wir sind eine Freizeit Truppe, bei der der Spaß am Volleyball spielen im Vordergrund steht. Alle sind herzlich zum Mitspielen ein-

geladen. Ob jung oder alt, ob m/w/d, ob spielstark oder Anfänger alle können mitspielen und das macht die Truppe aus. Es gibt immer viel zu Lachen und der Einsatz eines jeden wird anerkannt und bejubelt. Wir hoffen, dass wir nach der Coronazwangspause und den Reparaturarbeiten nach dem Wasserschaden in der Halle



*Unsere Freizeit Truppe ist international*



*Beachen kann man auch bei kaputter Halle ...*



## FREIZEIT / VOLLEYBALL

schnell wieder zu unserer alten Teilnehmerzahl zurückfinden. Ab 18 Uhr geht es los. Doch etliche kommen später noch dazu, denn wir haben die Halle open end.

kurzfristig zum Beachvolleyballspielen auf dem Beachfeld in Wremen. Teilweise auch spontan auch an anderen Tagen und Zeiten. Wenn Du nun Lust bekommen hast bei uns



*... aber nur nach getaner Arbeit*

Über unsere WhatsApp-Gruppe verabreden wir uns in den warmen Jahreszeiten auch

mitzuspielen komme einfach vorbei und spiele mit und habe Spaß! **Jörg Knüttgen**

Landschlachtereie und Party-Service

# Themann & Sohn

Inh. Thomas Themann

Freerkedamm 12 · 27607 Geestland OT Langen-Imsum

Telefon 0471 85292

Unsere Zeiten am Wremer Dorfplatz:

dienstags 9.00 - 14.00 Uhr

## SPEZIALIST FÜR SPANFERKEL



**Trainer:** HANSI GREVENSTEIN  
 grevenstein@gmx.net  
 Tel. 04742-3443137

**Wann?** Freitags 17:00 – 18:30 Uhr

**Wo?** Schulturnhalle



Wir sind die „Pritsch Perfects“ und haben 2017 als „Volleyball Zwerge“ angefangen Volleyball zu spielen. Durch die zwei Coronajahre und wegen des Wasserschadens in der Turnhalle haben wir viel Trainingszeit verloren und waren umso glücklicher, als das Training wieder losging. Unsere coolen und lustigen Trainer Hansi und Holger

trainieren uns jeden Freitag in der Wremer Schulturnhalle von 17:00 – 18:30 Uhr. Wir haben immer viel Spaß beim Volleyballtraining und suchen noch weitere Teammitglieder im Alter von 12 – 15 Jahren. Wir würden uns freuen, wenn ihr euch für Volleyball interessiert und mal vorbeischauen würdet.



*Tschüss bis hoffentlich nächsten Freitag, euer „Pritsch Perfects“ Team*



# Der Deichhof

- direkt am Seedeich -

Im Nordseebad Wremen mit dem kleinen Sielhafen und seinen Krabbenkuttern!  
Nur 1 Gehminute bis zum Deich und 1/4 Autostunde bis nach Bremerhaven.

Das über 200 Jahre alte niedersächsische Bauernhaus und die dazugehörige große Scheune wurden in den letzten Jahren mit viel Liebe zum Detail renoviert und ausgebaut. Dabei ist ein Ambiente entstanden, das in überzeugender Weise den Charme des alten Deichhofes mit dem Wohnkomfort und den Lebensansprüchen unserer Zeit vereint.

Heute können Sie in der behaglichen Atmosphäre gemütlicher Ferienwohnungen Ruhe und Entspannung finden.



– Urlaub einmal anders! –

*Auf Wunsch jeden Morgen friesisches Frühstück!*

**Telefon (04705) 242 · Fax (04705) 1332**

**e-mail: [dircksen@deichhof.de](mailto:dircksen@deichhof.de)**

**Internet: [www.deichhof.de](http://www.deichhof.de)**



GESCHÄFTSSTELLE DIRK PAUL E.K.

## Unser Ziel ist Ihre Sicherheit & Vorsorge!



Sport hält fit und gesund. Deshalb ist in unserer Kranken-Zusatzversicherung „Prävention“ auch die Übernahme der Beiträge für Sportvereine bis zu 60,- € im Jahr enthalten. Wir beraten Sie gern.

**Geschäftsstelle Dirk Paul**

Alsumer Str. 11 · 27639 Wurster Nordseeküste  
Telefon 0 47 42/9 26 05 30  
[wurster-nordseekueste@concordia.de](mailto:wurster-nordseekueste@concordia.de)

**CONCORDIA.  
EIN GUTER GRUND.**



**CONCORDIA**  
Versicherungen



**Ansprechpartnerin:** GESA LANGLO  
 Tel. 04705-1296  
**Wann?** Montags um 14:30 Uhr  
 Montags um 18:00 Uhr  
**Wo?** Treffpunkt: Dorfplatz Wremen



Das Schöne am Walken ist, dass dieser Sportart Corona oder ein Wasserrohrbruch in der Halle nichts anhaben können. Wir sind also die gesamte Zeit hindurch regelmäßig gelaufen. Unsere Gruppe hat in der Zeit sogar Zuwachs bekommen. So freuen wir uns über drei neue Teilnehmerinnen. Natürlich ist auch die männliche

Spezies immer herzlich willkommen. Das Laufen mit den Nordic-Walking-Stöcken ist schnell erklärt. Jede/r läuft in ihrem/seinem Tempo, wobei wir darauf achten, dass niemand allein walken muss. Unsere



*Abendgruppe: Regina De Walmont, Gesa Langlo, Renate Heidtmann, Gert König-Langlo, Anke Trilk*



*Anke Trilk, Brunhild Happ, Renate Heidtmann, Regina De Walmont, Bettina Lucks, Gesa Langlo, Rita Bourbeck, Heike Schmidt*



*Nachmittagsgruppe: Rita Bourbeck, Brunhild Happ, Karin Poltrock-Zier, Heike Schmidt, Bettina Lucks*



*Im Klostersgarten in Neuenwalde*

Gruppe trifft sich einmal die Woche, um ca. eine Stunde gemeinsam zu laufen. Das macht den Kopf frei, stabilisiert den Kreis-



lauf und trainiert unsere Muskeln. Also herzlich willkommen!

Aber auch die Geselligkeit kommt bei uns nicht zu kurz. Im vorletzten Jahr war dies coronabedingt jedoch nur unter Schwierigkeiten möglich. Unsere jährliche Wochenendreise musste ausfallen. Stattdessen haben wir in unserer Gegend eine ganztägige Fahrradtour unternommen mit uralten Essenspausen im Freien.

Ein Besuch in der Eisdielen im Sommer gehörte auch zu den „Must Haves“. Einige Mutige haben sich das Essen zuvor bei heftigem Wind und starkem Sonnenschein bei einer Fahrradtour erstrampelt.

Und im letzten Herbst genossen wir unsere seit über einem Jahr geplante Städtetour. Diesmal ging es nach Osnabrück. Renate Heidtmann hat die wichtigsten Ereignisse

wieder in einem Gedicht zusammengefasst.

**Gesa Lange**



*Beim Bummel durch die schöne Stadt Osnabrück*



*Im Eiscafé*



*In freudiger Erwartung eines leckeren Abendessens*



*In Vorfreude auf unsere Walking-Reise*



*Auf der Wanderung rund um den Piesberg*



## UNSERE WALKINGTOUR NACH IRGENDWO 2021 VON RENATE HEIDTMANN

### 1. Tag

Gewartet haben wir nun zwei Jahr,  
jetzt wird es endlich wieder wahr.  
Brunhild hat es kalt erwischt,  
ist sie doch von der Treppe geglitscht.  
Schade, dass sie nicht dabei ist,  
aber wir denken an sie ganz fest.

Anders als gedacht,  
stehen wir jetzt bei Engelmann auf „hab Acht“.  
Die Bahn streikt und wie sollen wir es jetzt hinkriegen,  
wir sind dann kurzerhand auf's Auto umgestiegen.

Bei Anke und Regina ins Auto rein,  
die Verabschiedung zweier Enkel von der Oma musste sein.  
Das Gepäck stellte kein Problem dar,  
eine Zuladung immer noch möglich war.

Über Landstraßen und Autobahnen ging die Fahrt,  
das Geheimnis des Ziels blieb gewahrt.  
In Osnabrück war unser Geheimnis versteckt,  
mitten im Zentrum war unser Hotel, das war perfekt.

Durch die Fahrt im Auto waren wir zeitig vor Ort,  
Zimmer belegen, Beine vertreten war heut unser Sport.  
Im Café am Markt ließen wir uns den leckeren Kuchen schmecken,  
es wimmelte von Menschen an allen Ecken.  
Dann machten wir einen zweistündigen Stadtrundgang,  
die Stadtführerin machte es für alle interessant.

Bei Holling waren Plätze zum Abendessen reserviert,  
wir waren uns alle einig und aßen „Burger“, außer Karin, die hat vegetarisch diniert.  
In der Nähe des Hotels wir noch einen Absacker nahmen,  
dann ging's ins Bett für die Damen.

### 2. Tag

Da gab es eine Überraschung, Gesa ganz aus dem Häuschen geriet,  
sie war in der Nacht zum 2. mal Oma geworden von Neo Piet.  
Das gute Frühstück hat uns allen gefallen,  
danach wurde der Dom besichtigt und nach Schnäppchen Ausschau gehalten.



Im Kofferraum gab's noch freie Stellen,  
die mussten wir nutzen, auf alle Fälle.  
Hier eine Hose, da ein Kleid,  
auch etwas für ein Baby lag bereit.

Dann ging's zum Piesberg, der lag außerhalb der Stadt,  
eine 8 km-Wanderung hatte sich das Orga-Team ausgedacht.  
Das Wetter war herrlich, wir gut zu Fuß,  
so gingen wir durch die Natur, es war ein Genuss.

Unterwegs hatten wir ein Picknick eingelegt,  
jetzt war uns nach Kaffee, ein Stück Kuchen wär auch nicht verkehrt.  
Unser Café war an einem SAMSTAG geschlossen!  
Wir hatten dann unser Getränk woanders genossen.  
Das Abendessen wurde uns bei „Weinkrüger“ serviert,  
Das Haus wurde in Brahmische abgebaut und in Osnabrück wieder montiert.

Die Bedienung war äußerst freundlich und kompetent,  
die Abrechnung regelte sie sehr patent.  
Bettinas Essen enthielt Zwiebeln, die sie nicht bestellt,  
es gab ein neues Gericht zum halben Preis, das 1. wurde nicht in Rechnung gestellt.  
Eine Runde Grappa nach dem Essen Gesa übernahm,  
wir tranken auf Neo Piet und ein gesundes Leben fortan.

Bei Anke und Regina saßen wir in gemütlicher Runde,  
tranken unsere Weine und führten die Naschereien zum Munde.  
Um 1 Uhr war es Zeit für's Bett,  
Unsere Fahrerinnen mussten am nächsten Tag sein fit.

### 3. Tag

Nach dem Frühstück ging es in den Botanischen Garten,  
da sahen wir Büsche, Bäume, Blumen aller Arten.  
Für einen Kaffee war danach noch Zeit,  
dann waren wir für das Felix Nussbaum-Haus bereit.  
Die Führerin erklärte uns alles mit Sachverstand,  
die Stimmung war bedrückt, das Thema allen bekannt.

Vor der Abfahrt noch ein Getränk, dann ging es nach Hause,  
die Fahrt verlief reibungslos, ohne Pause.  
Für das Austüfteln und die abwechslungsreichen Tage sagen wir  
DANKE dem Orga-Team vor Ort,  
ebenso den Fahrerinnen für den sicheren und umsichtigen Transport.



**Personal - Sicherheit - Facility**

## **Dienstleistungen GmbH**

**info@psf-dienstleistungen.de**

**www.psf-dienstleistungen.de**

**Grauwallring 21**

**27580 Bremerhaven**



**Wir sind ein junges Unternehmen und suchen  
zur Verstärkung unseres Teams :**

**- Wachpersonal, - Brandwachen, - Betriebssanitäter  
Weiterbildung möglich!**



**Werbetechnik u.G.**

**Beschriftungen, Textildruck,  
Digitaldruck, Gravuren,  
Schilder aller Art**

*...mit Sicherheit ein starkes Team!*



# INSTITUT FÜR ERNÄHRUNG & GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Dipl. Oec. troph. Petra Hencken  
Ernährungswissenschaftlerin

## **Wir bieten an:**

- ▶ **Ernährungskurse für Jeden**
- ▶ **individuelle Ernährungsberatung**
- ▶ **regelmäßige Vorträge und Workshops zu den Themen Ernährung und Stressbewältigung**
- ▶ **betriebliche Gesundheitsförderung**

Zertifiziert  
und von  
den Krankenkassen  
anerkannt!



Wremer Specken 4 · 27639 Wurster Nordseeküste - OT Wremen  
Telefon 04705 810801 · E-mail: [info@petra-hencken.de](mailto:info@petra-hencken.de) · [www.petra-hencken.de](http://www.petra-hencken.de)



# IS GREEN.de

**GARTEN  
DESIGN**



## **Kreativität in Ihrem Garten**

Rene Schmidt

Strandstraße 59 | Wremen | 27639 Wurster Nordseeküste  
Telefon 0 47 05 / 81 00 45 | E-mail: [info@isgreen.de](mailto:info@isgreen.de)

## WAS UND WIE ESSEN VOR UND NACH DEM SPORT?

Dipl. Oecotrophologin Petra Hencken / Institut für Ernährung & Gesundheitsförderung Wremen



Essen und Trinken spielt im Sport eine wichtige Rolle. Nicht nur was gegessen wird ist von großer Bedeutung, sondern auch wie, wann und wieviel. Wer sich entsprechend ernährt, ist fitter und hat mehr Kraft und Ausdauer, nimmt ab oder nicht zu und/oder hält sein Gewicht. Eine ausgewogene Ernährung mit guten Kohlenhydraten aus Vollkorn, reichlich Gemüse und Obst und ausreichend Eiweiß ist dafür bestens geeignet.

### Viel und das Richtige trinken

Zwei Liter pro Tag mindestens sollte jeder schon ohne körperliche Ertüchtigung trinken. Wenn Sie zum Sport gehen oder eine Runde joggen, trinken Sie mindestens 2,5 Liter. Wer länger als eine Stunde Sport macht, sollte auch zwischendurch immer mal wieder kleinere Mengen trinken. Greifen Sie zu Wasser mit einem hohen Magnesium-, Calcium- und Natriumanteil oder zu Saftschorlen im Verhältnis 1:3 (Saft: Wasser). Auch ungesüßte Kräuter- und Früchte-tees sind prima Durstlöcher.

### Wann essen vor dem Sport?

Große Mahlzeiten eine halbe Stunde vor dem Sport zu essen, ist keine gute Idee.

Essen Sie daher die letzte größere Mahlzeit zwei bis drei Stunden vor der Bewegung.

### Gute Energiespender

Wer kurz vorher einen Energieschub benötigt, der isst zum Beispiel Naturjoghurt mit einigen Tropfen Leinöl, eine kleine Menge Nüsse, körnigen Frischkäse, eine kleine Menge Trockenfrüchte oder einfach eine Banane. Zur Abwechslung und bei knapper Zeit kann man sich auch einen O-Saft mit 2 Essl. Instantflocken mixen. Wer vorher etwas gegen den Hunger unternimmt, läuft nicht Gefahr nach dem Sport und kurz vor dem Zubettgehen, sich den Bauch voll zu schlagen.

### Und nach dem Sport?

Essen Sie etwa eine bis 1,5 Stunden nach dem Training eine leicht verdauliche Mahlzeit. Bevorzugen Sie eine Mahlzeit mit leicht verdaulichen Kohlenhydraten und Eiweiß, statt Pizza, Pommes und Burger. Mit Pellkartoffeln und selbstgemachtem Kräuterquark oder einem Salat mit Feta liegen Sie garantiert richtig. Auch Rührei mit Gemüse und/oder fettarmer Fisch sind leicht verdaulich. Und für Nicht-Vegetarier sind auch Hähnchenfleisch oder ein mageres Steak empfehlenswert.





# Bremer Fischerstube

## Maritime Gastronomie vom Kutter bis zum Teller

Lassen Sie sich verwöhnen mit traditionellen Krabben- und Fischgerichten. Unsere Spezialität und Besonderheit sind unsere fangfrischen Krabben, diese werden bei uns vor Ort handgeputzt und sind ohne Konservierungsstoffe!

**Unsere Küchenöffnungszeiten:**

Dienstag bis Sonntag 12:00 bis 20:00 Uhr · Montags Ruhetag

Inh. Sakib Hasanspahic

Am Bremer Tief 4 · 27639 Wurster Nordseeküste  
Telefon (0 47 05) 12 49 · Telefax (0 47 05) 81 08 00  
[www.bremer-fischerstube.de](http://www.bremer-fischerstube.de)

# Auto Lohse GmbH

OPEL

- Fachwerkstatt mit Karosserie-Instandsetzung
- Jahres-/Gebrauchtwagen mit Finanzierung
- 2 x in der Woche Hauptuntersuchung nach § 29 StVZO
- Klimaanlage-Service
- Elektronische Achsvermessung
- Reifenservice-/Einlagerung
- Ersatzteilservice

**Wir sind immer für unsere Kunden da!**

Ellhornstraße · 27639 Wurster Nordseeküste · Tel. 04742 2063



## EHRUNGEN WÄHREND DER JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG 2021

Es ist schon lange her, dass der TuS im Herbst seine langjährigen Mitglieder ehrte. Bis 1994 geschah dies während unserer Turnerbälle jeweils im November. Zuletzt im Marschenhof, davor im Vereinslokal „Deutsches Haus“. Danach jeweils im März während der Jahreshauptversammlungen. Und nun wieder in der dunklen Jahreszeit. Geschuldet dem Jahrhundertereignis, der Corona-Pandemie. Denn die im März angesetzte Jahreshauptversammlung fiel aus und fand im letzten Oktober statt.

weniger, immer wie es die beruflichen und privaten Situationen zuließen.

**Christa Falk** turnte noch bis vor einigen Jahren aktiv und war auch als Sozialwartin von 2003 bis 2008 in die Vorstandsarbeit eingebunden.

Bei den Jungs gings von den Turnschuhen in die Fußballstiefel. **Holger Dahl** verharnte in den Kreis-Klassen, hatte er doch als Bäckermeister, Taucher bei der DLRG und als Neptun noch genug um die Ohren.

**Manfred Uhde** liebte als eingefleischter



Foto der Geehrten. V. l.: Vorsitzender Uwe Friedhoff, Theodor Schüssler, Christa Falk, Willy Jagielki, Inge Frese, Holger Dahl, Traute Friedhoff und Manfred Uhde

Die Wremer Fischerstube war sehr gut besetzt. Der Kamin spendete wohlige Wärme und der Vorsitzende Uwe Friedhoff fand für die geladenen Jubilare würdige Worte. Für ihre 65jährige Vereinszugehörigkeit wurden **Traute Friedhoff, Christa Falk, Holger Dahl und Manfred Uhde** geehrt. Alle begannen ihre sportlichen Übungen beim Kinderturnen mit „Tante Dorte“ Kaschubats. **Traute Friedhoff** nahm am Frauenturnen ihr Leben lang weiter teil, mal mehr oder

Werderfan auch den bodenständigen Fußball. Nach seiner aktiven Zeit engagierte er sich insbesondere bei den Jugendlichen. Als Trainer, Betreuer und als verantwortungsbewusster Jugendwart war Manni von 1989 bis 1998 auf dem Rasen. Seine Jungs honorierten das sehr gute Miteinander mit manchen Erfolgen und das nicht nur auf dem Platz. Für ihre 70jährige Vereinstreue wurden **Inge Frese** und **Theodor Schüssler** mit einer besonderen Urkunde ausgezeichnet.



## EHRUNGEN

**Inge Frese**, die in diesem Jahr 90 geworden ist, hat bis vor kurzem noch am Fraueturnen teilgenommen und war eine der beständigsten Teilnehmerinnen und stets mit großer Freude dabei.

**Theodor Schüssler** hat während der vergangenen sieben Jahrzehnte ein vielseitiges Sportlerleben hinter sich gebracht. Nach dem Kinderturnen war Fußball seine große Leidenschaft. Ab Mitte der 80er war der Lauffreizeit seine zweite sportliche Heimat. Theo war nebenbei noch 33 Jahre im Vorstand tätig, davon 24 Jahre als Kassenwart. Natürlich war er bei der Herausgabe der Vereinszeitung und beim Turnhallenanbau dabei. 2020 wurde Theo für die Verdienste um den Verein die Ehrenmitgliedschaft verliehen. Bis heute ist er aktiv bei der Männergymnastikgruppe „Fit ab 50“ und ein Ende ist noch lang nicht in Sicht.

Zum Schluss der Ehrungen wurde ich, Unterzeichner dieses Textes, mit der Verleihung der Ehrenmitgliedschaft überrascht. Nun über mich zu schreiben, nee – geht nicht. Nur so viel, ich habe mich darüber tüchtig gefreut. Eine Auszeichnung die meine Verbundenheit zum TuS widerspiegelt. Danke!

Heute kann ich rückblickend sagen, dass mir diese sogenannte „Vereinsmeierei“ Spaß gemacht hat und sehr gut bekommen ist. Sie gehört zu meinem Begriff Heimat dazu. Das soziale und faire Miteinander, andere Menschen kennenlernen, freundschaftliche Verbundenheiten erleben, gemeinsame Ziele erreichen, neue stecken, auch Ärger, Streit und andere Meinungen ertragen und hinnehmen müssen, ohne gleich den Kram hinzuschmeißen, all dies und vieles mehr gehörte für mich dazu.

Ach ja, noch eins, neben viel Sport treiben, konnte und kann man im Verein feiern, heftig, gut und schön. Siege, Erfolge, Feste, Niederlagen und sonstiges zu jeder Jahreszeit.

Früher fing alles bei „Tante Dorte“ beim Kinderturnen an, heute beim „Eltern-Kind-Turnen“.

Wer von den Kleinen möchte, kann im späteren Alter eine vielfältige und bunte Vereinskultur beim TuS erleben und mitbestimmen. Es lohnt sich!

So jetzt ist aber Schluss, habe doch mehr geschrieben als ich wollte.

*Willy Jagielki*



*Liebe Wremer,*

*Auch dieses Jahr wieder ein ganz dickes DANKESCHÖN für die letzte Saison mit Euch in unserem Café.*

*Wir werden das Café wieder am 1. Juni öffnen und schließen dann am 30. August.*

*Die Öffnungszeiten bleiben: täglich außer montags (da machen wir einen Ruhetag) von 14:30 bis 21:00 Uhr.*

*Wegen unserer Verpflichtungen in Berlin können wir leider wieder nicht früher und nur für die drei Sommermonate öffnen.*

*Bis hoffentlich bald. Wir freuen uns schon wieder auf unsere Zeit mit Euch in Wremen.*

*Henner und Scott*

## UNVERGESSEN - MICHAEL TERNES

Am 27.02.2022 verstarb unser Freund Michael Ternes. Michael war seit 2007 aktiver Spieler und hat sich in den vergangenen Jahren wie kein anderer für den Tischtennis-sport im TuS Wremen eingesetzt. Michael hatte die Vision, mit dem TuS Wremen 09 die Verbandsliga zu erreichen und für dieses Ziel hat er alles eingesetzt. Michael konnte auf eine einmalige Weise motivieren und Menschen von einer Idee überzeugen. Kein Wunder, dass wir uns seiner Idee anschlossen und uns mit ihm zusammen auf den Weg in die höheren Spielklassen machten. Die Landesliga haben wir nur dank seines Engagements erreicht.



*Die Tischtennisabteilung des TuS trauert um Michael Ternes - er verstarb am 27. Februar 2022*

Unzählige Abende und Stunden haben wir zusammen in der Halle beim Training verbracht. Unzählige Stunden auch bei den Gesprächen vor der Halle, bei der Analyse sämtlicher sportlicher aber auch privater Probleme in allen erdenklichen Lebenslagen. Michael hatte für jeden ein offenes Ohr, hat sich für jeden einzelnen eingesetzt und jedem ein gutes Gefühl gegeben. Die gemeinsamen Wege zum Punktspiel

werden wir nie vergessen. Dass er im Punktspiel mit jedem unserer Spieler mitgefiebert hat und in der Satzpause stets an der Bande stand, um Tipps zu geben, zu motivieren oder einfach nur zu beruhigen, werden wir nie vergessen. Den gemeinsamen Heimweg egal ob nach Sieg der Niederlage, bei dem der Bus immer langsamer wurde, um noch nicht so schnell zu Hause anzukommen, werden wir nie vergessen.

Michael hat sich allen Spielern verpflichtet gefühlt. Er nahm nicht nur an den Punktspielen seiner Mannschaft teil, sondern begleitete viele Punktspiele aller Mannschaften als Coach.

Ohne Michael wäre die Jugendarbeit in unserer Abteilung nie realisierbar gewesen. Unsere Jugendspieler, die nun bereits in die Erwachsenenmannschaften nachgerückt sind, sind nicht zuletzt wegen Michael zum TuS Wremen gekommen und auch geblieben.

All diese Erinnerungen und noch viele mehr werden wir in unseren Köpfen behalten und dafür sorgen, dass Michael dort immer weiterleben wird.

*Lieber Michi,*

*es fühlt sich falsch an zur Halle zu fahren und zu wissen, dass Du nicht dort sein wirst, es fühlt sich falsch an zu wissen, dass Du nie wieder bei einem Punktspiel zum Abklatschen an der Bande stehen wirst, es fühlt sich falsch an, nie wieder die Begeisterung für den Tischtennis-sport in Deinen Augen strahlen zu sehen.*

*Du hast Deinen Schläger bei dir, irgendwann spielen wir wieder 'ne Runde!*

*Lennart, Deine Freunde vom TT-Team des TuS Wremen 09 und der Vorstand des Vereins.*

## ABSCHIED VON UNSEREM EHEMALIGEN HALLEN- UND GERÄTEWART GERD RUHLANDT



Unser Sportfreund Gerd hat uns seit 2013 schon so manches Mal gefehlt, denn seit dieser Zeit war es ihm leider

gesundheitlich nicht mehr möglich am aktiven Sportgeschehen teilzunehmen. Nun wird er uns ganz fehlen. Am 06.01.2022 ist Gerd verstorben. Von unserer Abteilung Männergymnastik „Fit ab 50“ haben wir ihn zu Grabe getragen.

Wir blicken gern auf Gerds engagiertes Vereinsleben zurück. 1979 trat Gerd in den TuS ein und sah als ehemaliger aktiver Turner seine Aufgabe beim Kinderturnen. Ein Jahr später hüpfen und sprangen die ersten Kinder auf einem Trampolin. Von nun an war Gerd 30 Jahre lang wöchentlich in der Schulturnhalle zu finden. Seine Kinder liebten das Trampolin. Es waren oft zu viele Kinder. Die Mädchen und Jungen standen Schlange. Jeder durfte auf das Sprungtuch, immer mehrmals. Gerd war sehr geduldig und freute sich über die begeisterten Kinder. Da Gerd auch als Handwerker einer war, der überall Hand ankrigte, wurde er 1988 zum ehrenamtlichen Hallen- und Gerätewart gewählt. Klemmte, drückte oder fehlte etwas, Gerd half. Aber auch bei Kindermaskeraden, Sportwochen, Erntenumzugswagen und Kinderflohmärkten war er stets eifrig dabei. 2004 konnte Gerd auf eine 25jährige Vereinszugehörigkeit zurückblicken und erhielt die Silberne Ehrennadel. In dem Jahr wurde auch mit dem TuS-Hallenanbau begonnen. Gerd gehörte selbstverständlich fast ein Jahr lang zum harten Kern der Helfenden unermüdlich, tatenvoll und mit Ideen. Es wurde auch „seine Halle“, die er gern in

sein Aufgabengebiet mit aufnahm. Nach Umorganisation der immer größer werdenden Kinderturnabteilung übergab Gerd das Trampolinspringen an seine Nachfolgerin und unterstützte sie bis zu seiner Erkrankung 2013.

Die Gruppe Männergymnastik wurde 2007 ins Leben gerufen. Eine Abteilung so recht Gerds Geschmack. Er gönnte sich von nun an jede Woche diese Aktivität. Trotz seiner zwei neuen Hüften hatte seine Geschmeidigkeit und Gelenkigkeit nicht gelitten. Mit besonderem Elan mischte er stets beim anschließenden Hockeyspielen mit.

Im April 2013 erhielt Gerd für seine langjährigen und verdienten ehrenamtlichen Vereinstätigkeiten die Goldene Ehrennadel mit Urkunde vom Kreissportbund Cuxhaven. Eine langverdiente Würdigung seiner Leistungen. Wir haben in der WREMER Ausgabe 2014 darüber berichtet.

Einige Wochen später erlitt Gerd einen Schlaganfall. Er erholte sich zwar in den folgenden Monaten sehr gut, aber er war leider auf einen Rollstuhl und seine liebe Ehefrau Wilma angewiesen. Bis zuletzt blieb Gerd dem TuS sehr verbunden und an dem Sportgeschehen interessiert.

Gerd besuchte weiterhin die Jahreshauptversammlungen, nahm an unseren Grünkohlessen und Weihnachtsfeiern teil. Mitendrin und unter uns genoss Gerd diese Geselligkeiten und erheiterte uns so manches Mal mit Witzen aus dem Leben.

Wir werden Gerd durch unsere Erinnerungen an die gemeinsamen Erlebnisse mit ihm weiterhin unter uns haben.

Der Vorstand und Fit ab 50  
*Willy Jagielki*

## IMPRESSIONEN AUS DER JÜNGEREN WREMER SPORTGESCHICHTE

Da im Jahre 2021 wegen Corona keine Sportwoche stattfand, können wir natürlich auch keine schönen Fotos präsentieren. Wir haben uns alternativ zu einem fotografischen Blick in die TuS Geschichte entschieden.

Bei unserem kleinen Streifzug findet ihr auch Sportkameradinnen und Sportkame-

raden, die nicht mehr unter uns weilen. Sie sind für uns aber unvergessen und wir wollen auf diesem Wege auch dazu beitragen, dass die Erinnerung an unsere verstorbenen Vereinsmitglieder aufrecht erhalten bleibt.

Zusammengesucht von Arno Zier:



*Tante Dorte und ihre Turnkinder. Erntewagen 1965*



*TuS Feier im unfertigen Schützenhaus Juli 1980*



*Die Wremer A-Jugend, ab 1969 dreimal in Folge den Pokal der Landstube Land Wursten gewonnen. Stehend v.l.: Rolf Zeitler, Robert Harms, Jürgen Klenck, Dieter Müller, Holger Seebeck, Heiko Feldwehr, Rainer Döscher, Bernd Alexander, Günter Strohauser. Kniend, v.l.: Klaus Brüning, Uwe Friedhoff, Rolf Balmer, Rainer Frese, Heiko Dahl, Harry Krebs*



*Die Wände waren noch nicht verputzt. Verputzt wurden aber die Würstchen und Steaks von Grillmeister Bernhard Krey*



*Wilfried Kohlhoff preisknabelt und Uwe Friedhoff und Burghard Fitter achten darauf, dass die Gewinne nicht zu hoch ausfallen*



*TuS Weihnachtsfeier im fertigen Schützenhaus*



*Sportwoche 1982. Kleine Stärkung in der Turnier-Spielpause. Klaus Kassebohm, Wolfgang Bultmann und Micky Kassebohm im sportlichen Austausch*



*Sportwoche in den 80ern. Präsident Dieter Menke und Vize Fietze Friedhoff bei der Preisübergabe an Peter Klatt. Dr. Walter Samsel und eine Sportgemeinde schauen aufmerksam zu*



*Autorialley am 22. Mai 1982 in Mulsum. Henry de Walmont informiert über die Aufgaben und Helmut Klotzke, Norbert Bos, Rolf Müller, Frau N.N., Hans-Joachim Datzko (verdeckt), Rainer Schmidt und Toni Schwarz lauschen mehr oder weniger gespannt*



*Ja, gespielt und geschwitzt wurde auch. Aber danach ist eben fast ein bisschen schöner. Mit dabei: Wolfgang Struck, Otto Bremer, Udo Heer, Gerhard Schmidt, Hans Kiesewetter, Hans Ehlers, Harjo Dahl, Heiner Korff, Walter Albrecht, Helmut Klotzke*



*Die Teilnehmer\*innen sitzen in den Startblöcken und warten auf das Go! 1. Sieger: Dieter Müller wahrscheinlich im VW Taunus?*



*Frauenturnen 1985. V.l.: Sabine Bursee, Traute Brömmmer, Barbara Meyer, Beate Strothauer, Bettina Lucks, Karin Poltrock-Zier. Trainerin (liegend) unbekannt*



*Pokalturnier in Mulsum. Wie schön! Nach den Spielen: V.l.: Willy Gütebier, Eike Seebeck, Heiko Dahl, Hans-Joachim Datzko, Rainer Döscher, Holger Kranz*



*Unsere Turnfrauen 1987. Stehend v.l.: Hellen Struck, Anneliese Junge, Else Wiebalk, Wilma Otten, Erna Schwarz, Anneliese Fiehn, Mariechen Wentzin, Elisabeth Hachmann, Hanni Friedhoff. Sitzend v.l.: Lieselotte Harms, Dorte Kaschubatz, Martha Kortzak, Hildegard Zier, Lieselotte Cordts*



*Alle angekommen! 12 Wremer\*innen beim Bremen Marathon 1988. V.l.: Peter Valentinitich, Peter Augustin, Friederich (Bübi) Fiehn, Renate Grütznert, Peter Seibertshäuser, Thomas Theye, Alke Siats (Begleitung), Holger Dahl, Walter Samsel, Henning Siats, Gerd Reese, Beate Uhlig, Arno Zier*



*21 Sportabzeichen in allen Altersklassen gingen 1995 nach Wremen. Wolfgang Tietje macht einen tollen Job als Sparleiter*



*Goldene und Silberne TuS Ehrennadeln wurden 1996 für treue Mitgliedschaft vergeben. V.l.: Uwe Friedhoff (Präsident), Veronika Schwarz, Hans Schwarz, Inge Frese, Werner Frese, Melitta Dahl, Werner Dahl, Hellen Struck, Jürgen Friedrichs, Ingrid Brandt, Claus Brandt, Harjo Dahl (Vize-Präsident)*



*TuS Aerobic Damen im Jahre 2000. Erkennt stehend v. l.: Silke Pape, Marion Schröter, Susanne Berner. Sitzend: Meike Neif, Nicole Friedhoff, Mirja Itjen, Silke Hohmann, Jutta Bohlen, Marlies Roes, Hilke Lübs, Regina de Walmont*



*Badminton – Das Ziel Kreisliga im Jahr 2001 erreicht! Erkennt v. l.: Kalle Mehrtens, Michael Wiesenbach, Heino Langer, Hein Eibs, Ruth Kattenbeck, Gisela Dahl, Heide Fiehn, Joan Schwarzer-Wiggen, Dominik Zimdahl, Joost Osterndorf*

*Gefürchtete Fankurve am Spielfeldrand des TuS-Stadions. V.l.: Horst Wulf, Rolf Jürgens, Rolf Zeitler, Heiko Dahl, Friedhelm Sandt, Robert Harms, Erich Kranz, Holger Kranz, Imke Figger*



*Die TuS Walking Abteilung nach Erfindung des Walking Sticks. V.l.: Karin Poltrock-Zier, Heike Schmidt, Regina de Walmont, Ingrid Waitschad, Brunhild Happ, Rita Bourbeck*



KATHLEEN GIERSCH

HEILPRAXIS

HEILPRAKTIKERIN & DIPLOM BIOLOGIN

## Kompetenz & Wissen aus der Natur-Heilkunde

- bei allen chronischen Erkrankungen
- Darmsanierung | Colon-Hydro-Therapie
- alternative Krebstherapie
- Schwermetallausleitung | Entgiftung
- Chelat-Therapie



[www.Kathleen-Giersch.de](http://www.Kathleen-Giersch.de) ■ Hünkemansweg 12 ■ 27639 Wremen

[www.nordMARKE.de](http://www.nordMARKE.de)

Sie erreichen uns unter: 04705.660 37 17

## **IMMUNSYSTEM, VITAMIN D UND SPORT**

Um Erkältungskrankheiten wirksam abwehren zu können, ist eine gute Immunfunktion besonders wichtig.

Unser Immunsystem ist sehr komplex: Es gibt verschiedene Botenstoffe und unterschiedliche Zelltypen, die sich gegenseitig beeinflussen und zum Teil entgegengesetzte Wirkungen haben. Damit alle Zellen gut arbeiten können und die entsprechenden Botenstoffe gebildet werden, müssen diverse Vitamine und Mineralstoffe in ausreichender Menge vorhanden sein. Die „Klassiker“ Zink, Selen und Vitamin C haben sich ja mittlerweile herum gesprochen. Auch das Vitamin D wird nicht mehr nur als „Knochen-Vitamin“ gesehen. Die Bedeutung von Vitamin D für ein funktionierendes Immunsystem wird immer klarer.

## **GERINGERES RISIKO MIT VITAMIN D**

Auch in Bezug auf Covid 19-Infektionen gibt es erstaunliche Studien. Wer gut mit Vitamin D versorgt ist, hat ein viel geringeres Ri-

siko, sich anzustecken. Und falls man doch erwischt wird, sind die Chancen für einen leichten Verlauf sehr hoch.

Dabei genügt es aber nicht, dass der Blutspiegel gerade so den unteren Grenzwert erreicht. Er sollte in der Mitte oder am oberen Ende des Referenzbereiches liegen! Das erreicht man nur durch die Einnahme von Vitamin-D-Präparaten.

Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D mit Hilfe der Sonne gelingt in unseren Breiten so gut wie nie.

Eine Unterdosierung von Vitamin D bleibt für das Immunsystem ohne Effekt.

## **ÜBERDOSIS VERMEIDEN!**

Aber auch eine Überdosierung sollte man vermeiden. Überdosierung ist zwar viel seltener als man früher angenommen hat, aber es ist theoretisch möglich. In diesem Fall kann das Immunsystem sogar gehemmt werden oder es treten andere unerwünschte Nebenwirkungen auf. Ich empfehle deshalb, den Vitamin-D-Spiegel bestimmen zu lassen. (Und wenn man schon mal dabei ist, kann man Zink und Selen gleich mit untersuchen lassen, denn



Inhaber : Marita Barth / Udo Schmidt  
Tel. 0471/32017  
Mobil. 01792003945

**Obst + Gemüse aus der Region  
und Leckeres aus aller Welt  
Dienstag + Freitag  
von 09 - 14 Uhr**

**auf dem Dorfplatz**

diese beiden Mineralien sind auch oft Mangelware.).

Vermutlich erfährt man durch einen solchen Test, dass die Vitamin-D-Versorgung ungenügend bis mittelmäßig ist. Wieviel Vitamin D dann eingenommen werden sollte, hängt vom ermittelten Ist-Wert und dem Körpergewicht ab.

### **BITTE KEINE PAUSCHALEN EMPFEHLUNGEN!**

Eine pauschale Empfehlung wäre hier falsch. Die im Allgemeinen angegebenen Dosierungen auf der Packung sind nur selten ausreichend. Aber ganz wichtig:

Wieviel Sie auch einnehmen – kontrollieren Sie den Wert bitte nach einigen Wochen.

Ich wiederhole mich: Es kann sein, dass man trotz Einnahme von Vitamin D Präparaten den optimalen Spiegel nicht erreicht, aber es besteht eben auch die Gefahr einer Überdosierung.

Ansonsten ist eine Ernährung mit viel Gemüse und wenig verarbeiteten Produkten günstig für das Immunsystem, bzw. für eigentlich alle Organsysteme unseres Kör-

pers, weil man nur so den Bedarf an Mikronährstoffen decken kann.

Stark verarbeitete, mikrogewellte und verkochte Nahrung enthält kaum noch Vitamine und Enzyme.

### **AM BESTEN AN DER FRISCHEN LUFT**

Auch Sport, am besten an der frischen Luft, freut unser Immunsystem. Durch die vertiefte Atmung wird der Körper mit Sauerstoff geflutet. Die Durchblutung des gesamten Körpers wird verbessert und der Zellstoffwechsel wird angekurbelt. Außerdem werden Endorphine – Glückshormone – freigesetzt, und diese haben eine immunstärkende Wirkung!

Das sind nur einige Aspekte für ein funktionierendes Immunsystem.

Die „ganze Geschichte“ ist natürlich viel komplexer, aber irgendwo sollte man anfangen um erkältungsfrei durch das Jahr zu kommen.

*Viele Grüße*

*Ihre Kathleen Giersch*

# K O S M E T I K S T U D I O



**Margret Olbers**

**T. 04705 / 81 08 89**

[www.kosmetik-wremen.de](http://www.kosmetik-wremen.de)

[kontakt@kosmetikstudio-wremen.de](mailto:kontakt@kosmetikstudio-wremen.de)

Im Büttelfeld 6 | Wremen

- Allgemeine Gesichtspflege
- Entspannungsmassage
- Professionelles Make-up
- Permanent Make-up
- Ultraschall Schönheitsbehandlungen
- Körperbehandlungen
- Depilation
- Maniküre / Pediküre
- Kosm. Lymphdrainage

## 15 JAHRE ÜL AUSBILDUNG DES KREISSPORTBUNDES CUXHAVEN BEIM TUS WREMEN



*Michael Vathke -  
Sportreferent für  
Bildung beim KSB*

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde im TUS Wremen, gerne nutze ich die Gelegenheit, über unsere tolle erfolgreiche Kooperation zu berichten, die seit 15 Jahren Bestand hat. Im Jahre 2006 machte ich mich auf den Weg, einen neuen Ausbildungsstandort für den Kreissportbund

Cuxhaven zu suchen. Die Kriterien waren vorgegeben: Es musste ein Standort sein, an dem Sporthalle, Übernachtungsmöglichkeiten und Seminarräume vorhanden sind. Wremen stellte sich als Ort der „kurzen Wege“ heraus. Die Wiedereröffnung des

Marschenhofes war Anlass, gemeinsam mit dem ehemaligen KSB-Vorsitzenden Harald Graw nach Wremen zu kommen und ein Gespräch mit Uwe Friedhoff zu führen. Bei der gemeinsamen Besichtigung der Sportanlagen kamen wir schnell zu einer Übereinkunft für unsere Zusammenarbeit. Außerdem wurden diverse Geräte und Ballmaterialien angeschafft, die bis heute gemeinsam genutzt werden.

Nun findet jährlich ein komplette ÜL-C Lizenzausbildung (120 Stunden) in den Hallen des TUS Wremen statt. Im Jahre 2014 wurde außerdem die B-Präventionssportausbildung von Stade nach Wremen verlegt, die im 2-Jahresrythmus organisiert ist. Da unsere Ausbildungen stets mit rund 25 Personen



*Spaß und gute Laune bei der Übungsleiterausbildung des KSB in der TuS Halle.*



ausgebucht sind, können wir gemeinsam stolz sein, über 350 lizenzierte Übungsleitende in Wremen ausgebildet zu haben.

Der Standort hat sich mittlerweile auch landesweit rumgesprochen. Die Nähe zum Wasser, die gesunde Luft und die vielen abendlichen Freizeitmöglichkeiten lassen die Übernachtungen während der Ausbildung immer höher schnellen. Teilnehmende aus Göttingen, Goslar oder Osnabrück sind keine Seltenheit mehr. Ich erinnere mich gerne an einen jungen Teilnehmer, der noch nie das Watt in natura gesehen hat. Voller Enthusiasmus sprang er vor den Augen der Gruppe in den Schlick. Natürlich gibt es auch tragische Momente, wie der Verlust des Eherings einer Teilnehmerin. Der Ring rollte in die seitliche Ritze des alten Hallenbodens und wurde nie wieder gefunden.

Ich möchte auch erwähnen, dass in Corona-

zeiten das Hygienekonzept des TuS Wremen bei vielen anderen Kreisportbünden und im „Wissensnetz“ des LSB Niedersachsen als Mustervorlage verwendet wurde.

Übrigens ist unsere Übernachtungsstätte, der Marschenhof Wremen, seit 2022 offizieller Außen- Akademiestandort des Landessportbund Niedersachsen. Von nun an werden regelmäßig Workshopthemen aus der Welt des Sports angeboten. Den Auftakt bildet am 14.05.22 ein Sportforum zu den Themen Sport und Ernährung sowie Diabetes.

Zu guter Letzt bedanke ich mich für die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Vorsitzenden Uwe Friedhof. Danke auch an Kathrin Dahl und Lennart Zier für die immer zuverlässigen Absprachen bei der Hallennutzung.

*Euer Michael Vathke*

**AXEL HEIDTMANN**

Wasser  
Gas  
Heizung  
Bauklempnerei  
Kernbohrung  
Schornstein-sanierung

Telefon (04705) 301 · Telefax (04705) 683  
E-Mail: [info@axel-heidtmann.de](mailto:info@axel-heidtmann.de)

## MITTEN INS HERZ - DER NEUE KURS FÜR FRAUEN

Als Mutter von zwei Kindern kenne ich die typischen weiblichen Problemzonen: Bauch, Beine, Po, Arme und Rücken nur zu gut. Auch der Beckenboden wird oft viel zu sehr vernachlässigt. Diese Wehwehchen können uns dann im Alltag stark beeinträchtigen.

Da man meist unter der Woche viel zu tun hat und von einem Termin zum anderen rennt, dachte ich mir, dass das Wochenende genau der richtige Zeitpunkt wäre, für Entspannung und um neue Energie zu schöpfen. Mit „Figur fit“ verbinde ich etwas Schönes. Ein Kurs, der auf die typisch weiblichen Bedürfnisse abgestimmt ist. Eine Stunde ohne negative Eindrücke und ohne Stress. Ein Sonntags-Workout, der einen wieder erstrahlen lässt. In diesem Kurs soll die innere

Stärke und die Muskelkraft aufgebaut und Balance sowie Harmonie wieder hergestellt werden. Die verschiedenen Übungen sollen die Beschwerden minimieren, sodass man wieder unbeschwert durch den Tag gehen kann bzw. besser durchhalten kann.

Ein Schnupperkurs startete erstmalig im März 2022. Das Interesse war groß! Die Halle war gefüllt. Knapp 20 motivierte Frauen standen vor mir. Die Begeisterung war auf beiden Seiten zu spüren. Das Feedback war super! Alle waren zufrieden. Aus Gesprächen erfuhr ich immer wieder, dass sich die Übungen positiv auf die Gesundheit meiner Teilnehmerinnen auswirkten. Die Teilnehmerinnen fanden die Musik klasse sowie die fließenden Übergänge. Wir trainieren mit den unterschiedlichen Materialien, wie



*Schwing dich fit mit Stabyflex. V. l.: Martina Hiller, Maren Bösch, Christine Müller, Saskia Stöwing, Rebecca Seebeck, Anna Achilles, Lisa Lucke-Besmehn, Sabrina Kracke, Magaret Hoffmann. Vorn: Kursleiterin Angelika Heitmann und Simone Luther*

Gummibändern und Steppbrettern. Wir machen Übungen auf der Matte und im Stand. Besonders viel Spaß bereitet den Teilnehmerinnen das Training mit den neuen Schwingstäben. Auch bekannt als Stabyflex. Kurze Anwendung, aber eine nachhaltige Auswirkung auf den ganzen Körper, was deutlich am Muskelkater zu spüren ist. Mir ist es wichtig, dass im Kurs immer wieder angespannt wird und die Muskeln wachgekitzelt werden. Aber auch immer wieder kleine Momente zum Entspannen gefunden

werden, in denen wir uns dehnen und bewusst ein- und ausatmen. Einfach mal loslassen. Das ist meine Prämisse. Jede macht selbstständig Pause, steigt wieder ein, wie sie kann und führt die Übungen nach ihrer eigenen Geschwindigkeit aus. Ich liefere das Angebot und die Teilnehmerinnen schauen, wie intensiv sie mitmachen möchten. Training ist immer sonntags von 10:30 bis 11:30 Uhr in der Wremer TuS-Halle. Die nächste Power-Stunde für SIE wartet schon!  
**Eure Angelika**



Mitglieder erfahren  
**Unterstützung und Beratung**  
 rund um die Themen Rente, Pflege, Behinderung, Gesundheit und Hartz IV  
 und in Wremen sind Mitglieder und Nichtmitglieder zu  
 Knobelnachmittagen, Ausflugsfahrten und Weihnachtsfeiern eingeladen.



## „Wein-Büro“

Rainer Schlieker

Süder Steinweg 9

Wremen

Deutsche Weine aus verschiedenen Anbaugebieten

Französische, italienische und spanische Weine

Bioweine

Gerne sende ich Ihnen meine Weinliste zu

Tel.: 04705 810675

email: [wein-buero@web.de](mailto:wein-buero@web.de)



## BOGENSCHIESSEN - MEHR ALS NUR IRGEND EIN SPORT

Zumindest als Kind hat wahrscheinlich jeder einmal die Faszination erlebt, die vom Schießen mit Pfeil und Bogen ausgeht. Ich weiß nicht, was euch/Ihnen in den Kopf kommt, wenn vom Bogenschießen die Rede ist. Bei denjenigen, die der älteren Generation angehören und noch ohne Computerspiele und Smartphone aufgewachsen sind, sind es häufig Bilder aus der Kindheit vom selbst gebauten „Flitzbogen“ aus Weidenzweigen und einem Stückchen Schnur. Bei Angehörigen der jüngeren Generation kommt das Gespräch dagegen meist schnell auf hochwertige, technisch anspruchsvolle ‚HighTech‘-Sportbögen. Häufig kommt Jugendlichen auch Robin Hood in den Sinn. Aus Filmserien wissen sie, dass der englische Kämpfer für soziale Gerechtigkeit mit Pfeil und Bogen im Wald von Nottingham unterwegs war.

Wie bin ich zum Bogenschießsport gekommen? Durch meinen Sohn (er gehört der angesprochenen jüngeren Generation an). Wir wollten etwas zusammen machen. Und Bogenschießen war eine Sportart, auf die wir uns einigen konnten. Bei der Bogensportgruppe des Schützenvereins Midlum haben wir die grundlegenden Dinge im Umgang mit Pfeil und Sportbogen gelernt. Mein Sohn hat den Sport inzwischen wieder aufgegeben – ich bin dabei geblieben. Das Bogenschießen macht mir Spaß. Ein weiterer Vorteil: Der Sport kann auch im Alter ausgeübt werden. Im Schützenverein Misselwarden gibt es seit etwa fünf Jahren eine kleine Gruppe aktiver Bogenschützen, die von mir betreut wird.

### Gut für Körper und Geist

Bogenschießen ist der perfekte Ausgleich zum Stress des Alltags. Die Sportart übt eine entspannende Wirkung aus, der ein

leicht meditativer Charakter innewohnt. Man benötigt Spannung, Konzentration und Ruhe. Beginnend mit dem Ausziehen der Sehne, dem Aufbau der Rückenspannung, dem Anvisieren des Ziels und dem anschließenden Lösen des Pfeils ist eine maximale Konzentration und innere Ruhe erforderlich. Zwar kann das Bogenschießen (noch) nicht als Trendsportart bezeichnet werden, aber der Sport erfreut sich steigender Beliebtheit. So schätzt der Deutsche Schützenbund die Zahl der aktiven Bogenschützen hierzulande auf 70.000 bis 80.000.

Neben einer beliebten Freizeitbeschäftigung ist Bogenschießen auch ein anerkannter Gesundheitssport – es wird als therapeutische Methode sowohl bei orthopädischen Beschwerden (Rücken und Wirbelsäule profitieren, da beim Bogenschießen die Muskulatur gestärkt und der aufrechte Stand eingeübt wird) als auch bei psychischen Problemen (inneres Gleichgewicht finden; Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit stärken) empfohlen.



*Beim Bogenschießen sind Kraft und Konzentration nötig*

### Wissenswertes zu Pfeilen und Bögen

Dass zum Bogenschießen Pfeil und Bogen nötig sind, versteht sich von selbst. Bei den Bögen werden vier unterschiedliche Arten unterschieden.



## BOGENSCHIESSEN

**PRIMITIVBOGEN:** Im Bogensport spricht man von einem Primitivbogen, wenn es sich um einen Bogen handelt, der aus natürlichen Materialien gefertigt wurde. In diese Kategorie fällt etwa der weiter oben schon genannte „Flitzbogen“ aus Weidenruten.

**LANGBOGEN:** Die Geschichte des Langbogens beginnt im Mittelalter. Er entspricht der ursprünglichen Form des Bogens und kann im ungespannten Zustand die Größe eines Menschen erreichen. Häufig wird der Langbogen aus nur einem Stück Holz gefertigt und ähnelt daher dem Primitivbogen. Der Langbogen kommt vor allem beim traditionellen Bogenschießen zum Einsatz.

**RECURVEBOGEN:** Der Recurvebogen ist im Prinzip eine Weiterentwicklung des Primitivbogens. Er ist der am meisten verwendete Bogen im Bogenschießsport. Mit diesem Bogen wird bei den Olympischen Spielen geschossen. Das typische Merkmal des Recurvebogens sind die Wurfarme, die an den Enden nach vorne gebogen sind. Mit einem Recurvebogen kann bei geringer Zugkraft eine hohe Schussenergie erreicht werden.



*Bogenschütze mit Recurvebögen.*

**COMPOUNDBOGEN:** Bei einem Compoundbogen handelt es sich um einen technisch aufwendig gestalteten Bogen. Die Sehne wird hier über ein System aus

mehreren Umlenkrollen geführt. Dies bewirkt, dass vom Schützen weniger Kraft aufzuwenden ist. Mit einem derartigen Bogen können hohe Pfeilgeschwindigkeiten erreicht werden, die es erlauben, auch auf große Entfernungen zu schießen.



*Bogenschütze mit einem Compoundbogen.*

Für Bogensport-Anfänger empfehle ich einen Recurvebogen. Auch ein Compoundbogen wäre denkbar. Die Handhabung anderer Bogenarten erfordert mehr Übung und ist für Einsteiger nicht zu empfehlen. Die Pfeile können aus Holz, Aluminium oder Carbon sein. Durch die Befiederung auf dem Pfeilschaft wird der Pfeil während des Fluges stabilisiert. Neben der Befiederung ist die Steifigkeit des Pfeils wichtig für dessen Flugeigenschaften. Diese wird als sogenannter „Spinewert“ angegeben. Der Spinewert der verwendeten Pfeile muss zwingend mit dem verwendeten Bogen harmonisieren, um eine ideale Kombination aus Stabilität und Flexibilität zu erreichen.

### Schnupperschießen

Auf dem Sportwochenende des TUS Wremen wird am 22. Mai die Möglichkeit bestehen, einmal selbst einen Sportbogen in die Hand zu nehmen und mit Pfeil und Bogen auf eine Zielscheibe zu schießen.

**Werner Blohm**



## WAS HILFT EIGENTLICH GEGEN RÜCKENSCHMERZ?



Rückenschmerzen kennt fast jeder von uns. Neben Atemwegsinfektionen sind Rückenschmerzen der häufigste Grund für eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung. Und auch bei den Verordnungen für Physiotherapeuten sind Rückenschmerzen ganz weit vorne vertreten. So wurden 2019, allein bei der AOK, 2.361.850 Behandlungen verordnet, nur mit der Begründung von Rückenschmerzen. Bekannte Bandscheibenprobleme, Operationen und andere bekannte Erkrankungen im Rücken sind hier nicht mitgerechnet (1). Denn Rückenschmerzen sind erst einmal ein Symptom – keine Krankheit. Sollte die Suche aber keinen körperlichen Ursprung hervorbringen, nennt man die Ursache idiopathisch. Was nichts anderes bedeutet als: Wir glauben Ihnen, dass Sie Schmerzen haben, aber wir wissen gerade nicht warum. Und genau dazu gehört die oben genannte Zahl.

### Es gibt einen riesigen Markt

Was Betroffenen bewusst werden sollte, ist, dass dies ein unglaublicher Markt ist. Es gibt spezielle Matratzen, Kissen, Stühle und Tische. Es gibt spezielle Bewegungssysteme und Übungssysteme, Cremes, Elektro- oder Massagegeräte. Die Liste kann man fast unendlich fortführen. Alle behaupten ihr Produkt würde helfen. Manchmal sogar, dass nur ihr Produkt helfen würde. Und ich behaupte nicht, dass dem nicht so ist. Aber es ist ein Markt – ein großer. Und viele Menschen verdienen viel Geld

damit. Und das allein gibt einem schon das Recht kritisch zu hinterfragen, was da wie helfen soll. Die offizielle Leitlinie zum Thema Kreuzschmerz (2) lautet heruntergebrochen so:

1. Vermeiden Sie, sich unnötig oft am Tage auszuruhen.
2. Bewegen, Bewegen, Bewegen – Dehnen, Kraftsport und Ausdauer. Ob mit Ihrem Physiotherapeuten, im Rehasport oder alleine.
3. Nutzen Sie Schmerzmittel (Paracetamol etc.). Ihr Arzt wird mit Ihnen den Einsatz verschreibungspflichtiger Medikamente (höher dosierte Mittel, Opioide, Muskelrelaxantien etc.) besprechen.
4. Sollten Sie psychosoziale Risikofaktoren (Stress, Depressionen, Angstzustände etc.) bei sich erkennen, besprechen Sie dieses mit Ihrem Arzt. Schmerz ist in hohem Maße psychisch beeinflussbar.

Recht schwammig könnten Sie denken. Aber das sind die Maßnahmen, die wissenschaftlich belegt sind. Das heißt nicht, dass die Wärmesalbe oder der neue Schreibtischstuhl Ihnen nicht helfen könnte. Aber es hilft nicht verlässlich bei jhedem.

### Es hilft dem Mann in der Werbung

Schmerz ist komplex und genau darauf baut der wirtschaftliche Markt hinter diesen Produkten auf. Also kann es vermeintlich Ihrem Nachbarn helfen, es kann sogar vermeintlich Ihnen helfen. Aber garantiert hilft es



## HILFE GEGEN RÜCKENSCHMERZ

dem nett lächelnden Mann in der Werbung. Bleiben Sie also kritisch und vertrauen Sie auf Ihr Körpergefühl. ‚Wer heilt, hat Recht‘ gilt immer nur bei einzelnen Personen, daraus lässt sich kein grundsätzliches Behandlungskonzept ableiten.

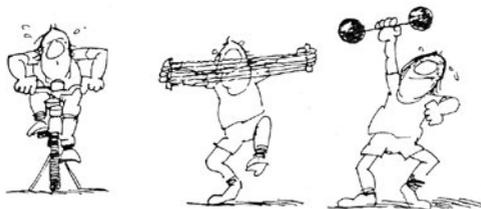
Die wirklich gute Nachricht ist: In den meisten Fällen sind die Schmerzen von nur schwacher Intensität und kurzer Dauer; in ca. 90% der Fälle gehen sie durch die aufgelisteten Maßnahmen oder auch ohne jede

Behandlung innerhalb von drei Monaten zurück.

**Eure Katrin Wohlers**

Quellen:

- (1) <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/701816/umfrage/top-10-diagnosen-fuer-verordnungen-von-krankengymnastik/#professional>
- (2) [https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/nvl-007k\\_s3\\_kreuzschmerz\\_2018-02-abgelaufen.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/nvl-007k_s3_kreuzschmerz_2018-02-abgelaufen.pdf)



Sie finden uns  
im historischen Ortskern  
(hinter der Kirche)

**Gasthaus Wolters**  
RESTAURANT  
**ZUR BÖRSE**  
Ältestes Gasthaus in Wremen

Mehrfachausgezeichnete  
Küche  
Wechselnder Mittagstisch



Genießen Sie im  
Sommer den Augenblick  
auf unserer **Maritimen  
Terrasse.**

In gepflegt,  
gemütlichem Ambiente  
erwartet Sie Familie Björn und Inge Wolters  
mit einer reichhaltigen Speisekarte und regionalen Gerichten der Saison.

Restaurant mit Gaststube, Clubzimmer und Bauernstube.

**In der Langen Str. 22 · Wremen · Tel. 04705 1277 · [www.zur-boerse.de](http://www.zur-boerse.de)**

## SPARTENLEITER AUF ABWEGEN

Kann man dem TuS so einfach den Rücken kehren und in der Weltgeschichte herumgondeln? Und das noch als Spartenleiter der Floorball-Kids und der Fit-ab-50-Männer? Diese Frage stellte sich mir, als ich im Herbst 2021 das Angebot bekam, Lektor auf zwei Schiffsreisen in die Antarktis zu werden.

Beruflich war ich mein halbes Leben immer wieder in der Antarktis. Meist wenn in Deutschland winterliches, windiges Schmuttelwetter war und die Tage kurz und grau. Was man hier halt so Winter nennt und einfach kein richtiger Winter ist. Nichts wie weg in den Süden. Nee, nicht Malle oder auf die Kanaren. Sondern in die Antarktis. Dort ist Sommer, wenn hier Winter ist. Die Tage sind 24 Stunden hell, und Schnee ist garantiert.

Seit ich Rentner bin, hat das mit meinen Winterfluchten nicht mehr funktioniert. Allein die Vorstellung auf einen weiteren Nordwinter im Nieselregen machte mir Gänsehaut. Und dann so ein Angebot: Auf dem Expeditionsschiff „Hanseatic inspiration“ in die Antarktis mitfahren zu dürfen. Andere zahlen dafür Unsummen und mir wurde sogar noch ein Honorar geboten. Versteht ihr, dass ich da schwach wurde und meinen lieben TuS einfach links liegen lassen musste?

Am 6. Januar 2022 ging es los. 13 Stunden dauert so ein Flug von Frankfurt nach Argentinien. Ich hatte einen Platz in der Mitte des Fliegers ohne Fenster, rechts und links eingemauert von Passagieren. Da werden 13 Stunden zur Ewigkeit. Und das auch noch mit FFP2-Maske.

Nach einem Tag in Buenos Aires flogen wir weiter nach Ushuaia zur südlichsten Stadt der Welt. Im Hafen warteten bereits einige Expeditionsschiffe. Manche vergeblich, denn Corona hatte auch hier zugeschlagen

und sie wurden zu Quarantäneschiffen umfunktioniert. Wir hatten Glück: Einen weiteren PCR-Test direkt vor der Abfahrt hatten alle bestanden und es ging los.



*Expeditionsschiffe im Hafen von Ushuaia*

Unser Ziel war die Antarktische Halbinsel, die wir nach einem – zum Glück windruhigen – Seetag erreichten. Die ersten Eisberge wurden bewundert, auf Eisschollen taperten Pinguine, sonnten sich Robben. Im Wasser tauchten Buckelwale auf. Man wusste gar nicht, wo man zuerst hinschauen sollte. Doch es kam noch besser: Mit Zodiacs (sehr robuste motorisierte Schlauchboote) wurden Anlandungen durchgeführt, denn Häfen gibt es in der Antarktis nicht.



*Ein Zodiac holt Passagiere für eine Anlandung*

Meine Aufgabe als Lektor bestand nicht nur im Halten von Vorträgen an Bord, son-

den Lektoren müssen auch dafür sorgen, dass an Land alle Umweltschutzaufgaben befolgt werden. Dazu mussten wir umfangreiche Regeln lernen und auch eine Prüfung bestehen. Wie wichtig das war, wurde mir gleich bei der ersten Anlandung klar. 100.000 Adelpinguine in einer Kolonie galt es vor Störungen zu schützen. Wir flaggten daher die Bereiche aus, in denen sich die Touristen in Kleinstgruppen unter Anleitung bewegen durften.

In so einer Kolonie stinkt es heftig. Der ganze Boden ist rot voller Pinguinkot. Die Nester bestehen nur aus ein paar kleinen Steinen. Es ist ein ständiges Kommen und Gehen. Die frisch und sauber aus dem Wasser gekommenen Pinguine haben sich den Magen voller Krill (so etwas wie Krabben) geschlagen. Die jungen Küken in ihren grauen Daunenfedern jagen ihren Eltern das Futter ab, denn sie können noch nicht selbst schwimmen.



*Adelpinguine, soweit das Auge reicht*

Natürlich sind die Pinguine die Stars auf solcher Reise. Aber das gute Essen an Bord ist auch nicht zu verachten, besonders wenn man ausgekühlt von einer Anlandung zurückkommt. Den 150 Passagieren an Bord wurden fast rund um die Uhr die tollsten Leckereien in einer piekfeinen Umgebung geboten. Und wem das egal war, der stand gerne auf dem Vorschiff und bestaunte die wunderschöne Landschaft.



*Der „Inspiration Walk“ am Vorschiff war immer gut besucht*

Auch die schönste Reise geht einmal zu Ende. Zurück über Ushuaia und Buenos Aires ging es nach Deutschland. Scheinbar hatte mich hier keiner ernsthaft beim TuS vermisst. Jedenfalls wurde ich als Spartenleiter hervorragend vertreten: Die ältesten unter den „Floorballern“ hatten das Training erfolgreich weitergeführt und unserem TuS-Vorsitzenden Uwe Friedhoff ist es gelungen, dass die Fit-ab-50er nicht aus der Übung kamen. Dafür meinen herzlichen Dank, Euer Gert



*Gert König-Langlo als Lektor auf der „Hanseatic inspiration“*

## NEUE ANGEBOTE UND SPORTARTEN BEIM TUS

Sportverein ist ja so ein bisschen auch immer Gemischtwarenladen. Okay, eingelegte Heringe oder Schnupftabak gibt's beim TuS nicht, aber man muss sich hier wie dort schon große Mühe geben, seine „Kunden“ bzw. Vereinsmitglieder zufriedenzustellen oder auch erst mal neue zu gewinnen und zum Mitmachen zu begeistern.

Nicht gerade einfach in einer Welt, in der es wirklich überall alles gibt, was das Herz begehrt und das vor allem auch ohne viel Bewegung!



*Vielleicht bald auch in Wremen? Dart-Sport.*

Warum sollte man hüpfen, rennen, springen, wenn man Ablenkung und Unterhaltung auch ganz bequem im Fernsehsessel in den sozialen Medien am Phone, Pad, Pod, PC und vorm TV genießen kann?

Nicht ganz einfach, die Leute dort beim Daddeln „abzuholen“ und für sportliche Übungen mit nach draußen oder in die Halle zu bekommen. Aber der TuS Wremen 09 gibt sich immer wieder alle Mühe und macht wirklich schon eine ganze Menge.

Seit Jahren stellt er in der „Wremer“ neue, noch nicht ganz so etablierte Sportarten vor. Und auch über das schon bestehende Sportangebot wird ständig berichtet und nachgedacht. Das muss auch so sein, sonst segelt man ganz schnell hinten raus. Denn

wie schnell aus Judo Karate wird, oder aus Beatgymnastik Step-Aerobic, das haben wir ja leibhaftig gesehen.

Ja, man muss stets für Neues, für Veränderungen und Innovationen offen sein, auch als Sportverein und auch wenn's manchmal schwer fällt und man lieber schön bequem auf alten, eingetretenen Pfaden unterwegs sein möchte. Der Erfolg gibt den modernen und wandlungsfähigen Vereinen Recht! E-Sports, wir hatten das Thema auch schon mal, hat schon lange seinen experimentellen Charakter verloren, aber wo daddelt das Wremer TuS-Team?

Beim TuS erfreut sich zum Beispiel die Sparte Akrobatik seit einiger Zeit großer Beliebtheit. Phantastisch, was diese Sportlerinnen und Sportler nicht nur beim Training in der Halle, sondern öffentlichkeitswirksam auch schon bei so manchem Jubiläums- oder Ernteumzug gezeigt haben.



*Akrobatik ist schon mal ganz toll angekommen bei uns im Verein.*

Oder – ganz neu – in Seminarform, erst einmal mit vier Durchgängen, auch für Nichtmitglieder, nur für Frauen und das am Sonntagvormittag: Das Frühstücksworkout „Figur Fit“ - neue Form und ungewöhnliche Zeit. Der TuS schreckt vor solchen Experimenten natürlich nicht zurück. Vielleicht

gibt's ja nach dem vierten Mal sogar eine Fortsetzung?! Und da wir gerade bei ungewöhnlichen Formaten sind.

### Turnen vorm Laptop

Alle Welt macht Homeoffice! Warum macht der TuS eigentlich (noch) nichts sportlich Aktives in den sozialen Medien? Statt Homeoffice – Home-Fitness! Yoga, Meditation, Pilates, Maga Krav oder sonst eine dafür geeignete Sportart unter professioneller Anleitung und persönlicher Betreuung vorm heimischen Laptop. Wenn wir's nicht anbieten, macht's über kurz oder lang jemand anders und wir gucken in die Röhre. Einige Wremer\*innen machen sowas heute schon mit großer Begeisterung.



*Homefitness - den Trend darf sich der TuS doch nicht entgehen lassen?!*

Warum übernimmt der TuS als Verein nicht die Federführung (nicht nur) für seine Mitglieder, schließt eine Vereinbarung mit versierten Trainern und bietet solche Kurse, natürlich gegen Entgelt, an? Im Internet, vorm TV und völlig unpersönlich, da gibt's das natürlich schon. Aber in Echtzeit beim TuS mit richtigem Personal-Trainer, der einem „auf die Füße schaut“, das wäre neu im Verein und ein schönes Aushängeschild für den TuS.

### Wo bitte geht's hier zur Fahrradgruppe?

Im Gespräch ist darüber hinaus auch eine

Fahrradgruppe. Wieso gibt es die eigentlich noch nicht beim heimischen Sportverein – unisex und altersunabhängig für alle, die Lust drauf haben?



*Radfahrgruppe beim TuS - Fehlanzeige. Wie lange noch?*

Im Radler-Eldorado Wurster Nordseeküste böte sich solch eine Sparte für den Sommer doch geradezu an. Und nach dem Radeln wird gesungen! Noch ist der Chor ein Geheimtipp. Aber wenn die „TuS-Lerchen“ erstmal offiziell das Licht der Welt erblickt haben, wird sicher die Frage schnell offenbar: Warum erst jetzt? Zahlreiche Engagements stehen dann sicher ins Haus.



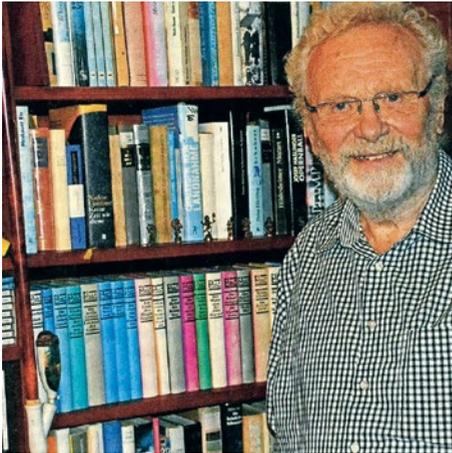
*Bogenschießen - da tut sich was beim TuS.*

Wir sehen, auch beim TuS muss man manchmal ein wenig quer denken. Das ist sportlich, kreativ und führt zu neuen Ideen. Ansonsten wäre auch so ein Projekt wie „Bogenschießen beim TuS“ sicher nie aus der Taufe gehoben worden und hätte nie eine Chance Wirklichkeit zu werden. Schauen mer mal, vielleicht kann bald zum Einschießen eingeladen werden?

**Arno Zier**

**DANKE WOLF-DIETER!**

Es muss wohl die historische und schriftstellerische Auseinandersetzung mit den Sportstätten in Wremen gewesen sein, die Wolf-Dieter in die Redaktion der Wremer Vereinszeitung führte. Es war weiland 2008, der TuS und natürlich allen voran die Wremer Vereinszeitung wollte ein ordentliches Jubiläumsheft für ihren Sportverein auf die



*Wolf-Dieter Lutz, langjähriges Mitglied, bester Tauzieher in Bundi und bester Auslandsredakteur bei der Wremer Vereinszeitung nahm Abschied von der Redaktionsarbeit*

Beine stellen und suchte händeringend frische, schreibwütige und talentierte Redakteure, die bereit waren, bei dieser Mammutaufgabe Hand anzulegen. Nun denn, es waren nicht viele, die kamen um zu helfen und zu bleiben. Einige gingen sogar. Wer aber bereit war, mit guten Ideen und Stift, Rat und Tat seine Hilfe anzubieten, das war Wolf-Dieter Lutz.

**Kann der das?**

Manch einer im Team war ein bisschen skeptisch. Ein Pädagoge, zugegeben im besten Alter, aber 42 Jahre Schuldienst,

50 Jahre Kommunalpolitik, davon 36 Jahre Ratsherr und 20 Jahre Bürgermeister, Träger des Bundesverdienstkreuzes am Bande, ausgezeichnet mit Ehrenzeichen, Ehrenringen, Ehrennadeln und Medaillen sowie Ehrenbürgerwürden und Ehrenmitgliedschaften, kann der das? Kann so einer recherchieren und Artikel für die Wremer Vereinszeitung schreiben? Und wie er konnte! Immer noch aktuell und lesenswert sein literarisches Debüt in unserer Zeitung über Turnhallen und Sportplätze unseres Vereins seit 1909. Das war keine nüchterne Dokumentation über Hallen und Plätze, das war –angereichert mit wunderbaren Anekdoten und zeitgenössischen Seitenblicken– die ganze Geschichte des TuS Wremen 09. Und ja, Sporthallen und -plätze kamen auch drin vor.

**Nach dem Jubiläumsheft ging's weiter**

Und dann folgten ein paar sehr schöne, interessante, spannende, diskussionsfreudige, freundschaftliche, lehr- und aufschlussreiche Jahre der Zeitungsarbeit, bei denen es um Inhalte, Überschriften, Titelbilder, Artikel, Fotos etc. ging, denn Wolf-Dieter verließ nach dem erfolgreichen Jubiläumsheft, sehr zur Freude des gesamten Teams, die Redaktion nicht, sondern er blieb der Vereinszeitung treu.

**Unser Mann für Sportgeschichte und Internationales**

Wolf Dieter machte nicht nur Ausflüge mit Turnvater Jahn in die Sportgeschichte, erinnerte sich an die Anfänge der inzwischen 45 Jahre alten Wremer Turnhalle und freute sich mit Willy über dessen Auszeichnung für's Ehrenamt, nein – für eine gute Story in der Wremer nahm Wolf-Dieter es sogar



## DANKE WOLF-DIETER!

auf sich und reiste auf eigene Kosten in die entferntesten Länder der Welt. Wer erinnert sich nicht an seinen Bericht über mayanmatischen Chinlon-Fußball auf Burma? Oder seine Impressionen aus Südafrika und dem miserablen Umgang mit dem aufwändig für die WM 2010 gebauten „Green Point Stadion“ sowie seine berechtigten Zweifel an der Zurechnungsfähigkeit der FIFA Oberen, die daraus folgten. Schönste Story allerdings sein Reisebericht aus Rajastahn (Nordindien) im Fürstentum Bundi, das er als Sieger eines Tauschwettbewerb (ohne seine liebe Frau Helga hätte er das nie geschafft) mit Urkunde, Pokal und einem großem Artikel auf der Sportseite einer indischen Zeitung verließ. Der Inhalt ist ihm aber bis heute

nicht bekannt, da Hindi zu lesen immer noch ein wenig befremdlich für ihn ist.

Nun hat Wolf-Dieter beschlossen, die Feder beiseite zu legen und die Redaktionsaufgaben als Auslandskorrespondent und Sportgeschichtler jemand anderen erledigen zu lassen. Über die frei werdende Zeit freuen sich jetzt Frau und Familie. Die TuS-Redaktion bedankt sich bei Wolf-Dieter für die freundschaftliche Zusammenarbeit und für die vielen tollen Artikel. Wir würden uns auch weiterhin über eine kritische Begleitung unserer Arbeit freuen und Gastbeiträge sind natürlich immer herzlich willkommen.

*Die Wremer Redaktion*

## Ihre Fahrradvermietung in Wremen

Inh. Jürgen Stoppel



- 3/7-Gang Fahrräder, Tandem
- Anhänger für Kinder und Hunde
- Kindersitze

- Kinder- und Jugendräder
- Service rund ums Rad
- Ersatzteile + Fahrradzubehör



**Tel. (04705) 810 81 81**

[www.fahrradvermietung-wremen.de](http://www.fahrradvermietung-wremen.de)

**27639 Wurster Nordseeküste — Strandstraße 31**

## Ferienwohnungen „Die Lütte Krabbe“

Inh. Jürgen Stoppel  
Tel. (04705) 8108181

Wremer Straße 122 + 124  
27639 Wurster Nordseeküste



[www.ferienwohnungen-stoppel.de](http://www.ferienwohnungen-stoppel.de)

## **„TEILEN STATT BESITZEN“: E-AUTO- UND E-LASTENRAD-SHARING FÜR DIE WURSTER NORDSEEKÜSTE**

Der noch junge Verein „WurtenHopper – Verein für Mobilität e.V.“ hat sich große Ziele gesetzt: Er möchte nicht nur die Mobilität in der Wurster Nordseeküste verbessern, sondern das auch noch nachhaltig und umweltschonend umsetzen. Dank des Modellprojektes „MultiMoNo“ des Landkreises Cuxhaven, das durch das Bundesamt für Ernährung und Landwirtschaft gefördert wird, konnte der Verein schnell durchstarten und mit einem E-Auto- und E-Lastenrad-Sharing die Mobilität in der Wurster Nordseeküste ordentlich durchwirbeln. Die Vision des Vorstands: Das Zweitauto überflüssig machen!



*E-Ladesäulen werden zukünftig in Dorum, Wremen, Midlum und Nordholz bereitgestellt.*

Die Flotte des Vereins besteht aktuell aus vier E-Autos und acht E-Lastenrädern, die über die gesamte Gemeinde verteilt sind und von den Mitgliedern des Vereins genutzt werden können.

Die E-Lastenräder warten in den Ortschaften Misselwarden, Padingbüttel, Cappel, Mulsum, Wremen, Dorum, Nordholz und Midlum auf motivierte Radler. Die genauen Standorte finden sich auf der Webseite des Vereins. Mit den E-Lastenrädern des Vereins kann man zum Beispiel eine aus-

gedehnte Tour durch die Region machen. Proviant, Schwimmsachen und Volleyball passen ohne Probleme in die großen Boxen. Wer losradeln will, zahlt in der Pilotphase bis zum 30. Juni 2023 nichts für die Nutzung der Räder – Der Nutzer ist allerdings dafür verantwortlich, dass das E-Lastenrad vollgeladen wieder abgestellt wird.

Die E-Autos werden zukünftig an festen Ladesäulen in Dorum, Wremen, Midlum und Nordholz stehen. Da diese noch nicht ausgebaut sind, hat sich der Verein für eine „Schnupperphase“ entschieden, in der die Autos durch die Gemeinde wandern und so jeder die Möglichkeit hat, ein E-Auto auszuprobieren – zum Beispiel für einen gemeinsamen Ausflug zum nächsten Fußballspiel! Auch das Angebot des Vereins ist dank der Förderung bis Ende Juni nächsten Jahres kostenfrei nutzbar. Die Verantwortung für die Aufladung – ob über die heimische Steckdose oder eine öffentliche Ladestation – liegt auch bei den E-Autos beim Nutzer. Das Ausleihen der Fahrzeuge ist kinderleicht: Mit der App des Vereins kann ein Fahrzeug für einen Zeitraum reserviert werden – das E-Auto maximal 72 Stunden lang und das E-Lastenrad für höchstens 24 Stunden am Stück. Mit derselben App wird das E-Auto oder E-Lastenrad auf- und wieder abgeschlossen. Wer kein Smartphone hat, kann beim Verein eine Karte beantragen, mit der das Fahrzeug auf- und zugeschlossen werden kann. Die Buchung erfolgt dann über den Computer.

Nach dem Motto „Lasst uns was bewegen“ freut sich der Verein über Mitglieder, die Lust haben, mit ihren Ideen und Fähigkeiten Mobilitätsprojekte – auch fernab des E-Auto- und E-Lastenrad-Sharings – mit-



Der WurtenHopper-Vorstand (v.l.n.r.): Jan-Hinrik Dircksen (Kassenwart), Jasmin Weißbrodt (Schriftführerin), Harald Schewe (stellvertretender Vorsitzender), Marcus Itjen (Vorsitzender), Lars Krüger (Beisitzer)

zugestalten und so „mehr Bewegung“ in die Wurster Nordseeküste zu bringen. Alle Infos zu Mitgliedschaft, „Schnupperphase“, Standorten und vielem mehr gibt's auf der Webseite des Vereins: [www.wurtenhopper.de](http://www.wurtenhopper.de) Fragen beantwortet gerne Lisa Blohm unter 04721-66 2724 oder [info@wurtenhopper.de](mailto:info@wurtenhopper.de)

Zudem besteht auf dem Sportwochenende am 22. Mai 2022 die Möglichkeit, sich über den Verein „WurtenHopper – Verein für Mobilität e.V.“ zu informieren. Der Verein wird an diesem Tag sein Projekt der gemeinschaftlichen Nutzung von PKW und E-Lastenrädern vorstellen.

**Lisa Blohm**

## Wir machen Ihr Haus zukunfts-fit:

Solarstrom

Solarheizung

Smart Home

Thermos-Speicher

Kaminofenkessel  
oder Pelletkessel  
oder Wärmepumpe

Stromspeicher

Solartankstelle

### Info-Vorträge online!

jeden 1. Sonntag im Monat • 14 Uhr  
jeden 3. Dienstag im Monat • 17 Uhr

Anmeldung unter  
Tel. 0 47 45 - 51 62

**ad fontes**  
Lösungen mit Energie

Solar ■ Heizung ■ Elektro

[www.adfontes.de](http://www.adfontes.de)

ad fontes Elbe-Weser GmbH . Bad Bederkesa . Drangstedter Str. 37 . 27624 Geestland. Tel. 0 47 45 - 5162

unterstützt durch



# Hurten Hopper

E-CARSHARING &  
E-LASTENRADSHARING

---

# LASST UNS WAS BEWEGEN!

---

WERDE JETZT MITGLIED!

**WURTENHOPPER -  
VEREIN FÜR MOBILITÄT E.V.**

[www.wurtenhopper.de](http://www.wurtenhopper.de)  
[info@wurtenhopper.de](mailto:info@wurtenhopper.de)  
04721-66 2724



# BÄCKEREI KONDITOREI KLÖNSNACKSTUBE

Ihr Handwerksbäcker in Wremen, Wremer Straße 143

Back- und Konditoreiwaren in Spitzenqualität

Frühstück von früh bis spät

Kaffee, Kuchen, Torten, Snacks

Viel Platz, hell und freundlich

Mo. – Fr. 6 bis 18 Uhr

Sa. 6 bis 12 Uhr, So. 7 bis 12 Uhr

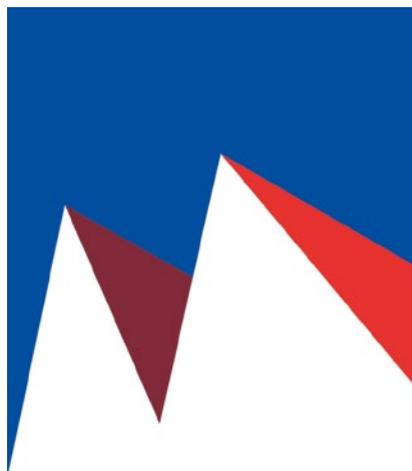
Brötchenbestellungen: Tel. 0 47 05 - 252

(kein Lieferservice)



**Kraßmanns**  
BACKSTUBE  
Der Elbe-Weser-Bäcker

Nordholz, Bundesstraße 21 / [www.krassmanns-backstube.de](http://www.krassmanns-backstube.de)



## Detlef Melzer GmbH

DACHDECKER  
MEISTERBETRIEB

### Dach und Fassade

Am Büttel 10a

27639 Dorum

Tel. 0 47 42 - 92 22 13

Steildach • Flachdach • Holzbau • Dachfenster  
Fassadenverkleidung • Schornsteinverkleidung  
Dachrinnen • Dämmung von Dach und Wand  
Thermografie • Photovoltaik • Kerndämmung

## UNTERSTAND AUF DEM SPORTPLATZ LICHTERLOH IN FLAMMEN

Der Unterstand, die sogenannte „Südtribüne“ auf dem Wremer Sportplatz, wurde durch einen Brand am späten Abend am 16. Februar dieses Jahres total vernichtet. Brandursache ungeklärt.

Im Herbst 1996 wurde dieser Unterstand durch Eigenleistungen einiger Fußballer, des damaligen Platzwartes Rolf Obst und Mitglieder des Vorstandes errichtet. Siehe auch „DIE WREMER“ Nr. 9, 1. Ausgabe 1997.



*Fleißige Hände schaffen schnell ein Ende... und schon stand im Herbst 1996 der erste Bauabschnitt der TuS-Südtribüne.*

In späteren Jahren erfolgte der Anbau eines verschließbaren Kabuffs, aus dem auch während der Fußballspiele Getränke und Bratwürste gereicht wurden.

Rund 28 Jahre wurde dieser Unterstand sehr gern von den Zuschauern, Fußballern

und Sportlern für Meisterschaftsfeiern, Grillpartys oder auch für sportliche Veranstaltungen von den Jugendmannschaften bis zu den „Alten Herren“ genutzt.



*An einem stürmischen 16. Februar 2022 wurde der schöne Unterstand am Sportplatz ein Opfer der Flammen.*

Zum Glück war dieser Unterstand „fair“ versichert. Der Vorsitzende gab während der letzten Vorstandssitzung bekannt, dass die Aufräumarbeiten abgeschlossen sind. Ein Teil des Unterstandes ist vom Brand verschont geblieben und kann weiterhin genutzt werden. Zusätzlich wird demnächst ein Container aufgestellt, der mit Fenster, Türen und weiteren Einrichtungsgegenständen entsprechend ausgestattet und farblich aufgehübscht wird.

*Willy Jagielki*



*Lichterloh in Flammen. Dank an unsere Feuerwehr, die schnell zu Hilfe war!*

Visionen  
verwirklichen!

Why not  
here?



Europäische Union  
„Investition in Ihre Zukunft“  
Europäischer Fonds für  
regionale Entwicklung

Bremerhavener Innovations- und  
Gründerzentrum (BRIG) GmbH  
Stresemannstr. 46, 27570 Bremerhaven  
Telefon 0471 140-0, [www.brig.de](http://www.brig.de)

## SPORTPLATZ LÄSST ZU WÜNSCHEN ÜBRIG

Jörg Chaveriat heißt der Mann, ist Trainer der Jugendfußballmannschaft U 10 beim FC Land Wursten und wenn darüber hinaus im Verein etwas gemacht werden muss, dann packt er an. So zum Beispiel geschehen beim Aufräumen bzw. wieder Herrichten der Infrastruktur für den abgebrannten Unterstand oder bei der Pflege des Wremer Sportplatzes, auf dem auch seine Jungs trainieren und ihre Spiele austragen.

Naturschutz stehende – Maulwurf nix mehr zu lachen.



*Trecker mit Walze – eine Wohltat für die Platzqualität*

### Eigeninitiative gefragt

Schon seit mindestens zwei Jahren lässt die offizielle Platzpflege sehr zu wünschen übrig, so dass sich der Maulwurf hier in aller Ruhe ausbreiten und den Platz nahezu unbespielbar machen konnte. Die einen kritisieren, schimpfen und meckern – durchaus berechtigt – über solche Zustände. Die anderen aber, und so einer ist Jörg, holen Schaufel und Harke aus der Garage, suchen sich Verbündete und nehmen in Abstimmung mit den zuständigen Leuten aus dem TuS Vorstand die Sache mit der Platzpflege selbst in die Hand. Seit diesem Frühjahr hat der – wenn auch unter

### Dank an Hansi Wendt

Jeder einzelne Haufen wurde von Jörg mit der Harke eingeebnet und dann der gesamte Platz gewalzt. Den Trecker und die Walze für die Arbeiten hat Hansi Wendt kostenlos zur Verfügung gestellt. Dafür sagt der TuS den beiden ein ganz herzliches „Dankeschön!“. Denn ohne solche nachbarschaftliche Hilfe und unkomplizierte Unterstützung wären viele Dinge wesentlich schwieriger zu verwirklichen. Falls sich jemand von Jörgs Initiative angesprochen fühlt und als freiwilliger Helfer bei der Platzpflege mithelfen möchte, können er oder sie sich gerne bei ihm melden: Jörg Chaveriat, Fon: 0171-4382194.



*Es gab einmal ... eine Zeit, da haben die Spieler noch selbst Hand angelegt – manchmal.*



# BELEGUNGSPLAN SCHULTURNHALLE

Von	Bis	Sportarten	Leitung	Telefon
<b>MONTAG</b>				
14.45-16.00		Ganztagsschule		
16.30-18.30		2. Volleyball Damen/Jugendliche	H. Grevenstein/ H. Wieting	04742-3443137
18.30-20.00		1. Volleyball Damen	K. Dahl/J. Nitsch	04705-810800
20.00-22.00		Badminton	L. Müller	04705-810039
<b>DIENSTAG</b>				
14.45-16.00		Ganztagsschule		
16.00-18.00		Tennisclub Wremen	B. Lehmann	04705-762
18.00-22.00		Tischtennis	L. Zier	0173-2920865
<b>MITTWOCH</b>				
14.45-16.00		Ganztagsschule		
16.00-17.00		Eltern-Kind-Turnen	S. Wilke	0157-32111642
17.00-18.00		Floorball Kind/Jugend	G. König-Langlo	04705-1296
18.00-19.00		Freizeitvolleyball	J. Knüttgen/K. Dahl	04705-810800
19.00-22.00				
<b>DONNERSTAG</b>				
14.45-16.00		Ganztagsschule		
16.00-17.00		Kinderturnen 3-6jährige	D. Söhl	04704-2131
17.00-18.00		Kinderturnen 6-13jährige	D. Söhl	04704-2131
18.00-19.30		2. Volleyball Damen	H. Grevenstein/ H. Wieting	04742-3443137
19.30-21.00		Fit ab 50	G. König-Langlo	04705-1296
21.00-22.00				
<b>FREITAG</b>				
15.00-16.00		Floorball Kind/Jugend	G. König-Langlo	04705-1296
16.00-17.00		Tennisclub Wremen	B. Lehmann	04705-762
17.00-18.30		Volleyball Jugendliche	H. Grevenstein	04742-3443137
18.30-20.30		Volleyball Damen	K. Dahl/ J. Nitsch	04705-810800
20.30-22.00		Tischtennis	L. Zier	0173-2920865
<b>SAMSTAG</b>				
Ab 10		KSB-Termine, siehe Küchenwandkalender Terminabsprachen bitte mit K. Dahl und L. Zier vornehmen!		
<b>SONNTAG</b>				

# BELEGUNGSPLAN TUS-HALLE



Von	Bis	Sportarten	Leitung	Telefon
<b>MONTAG</b>				
10.00-11.00		Kindergarten	A. Endrowait	04705-1211
14.45-16.00		AG Trampolin		
16.00-18.00		Trampolin	D. Söhl	04704-2131
18.00-22.00		Tischtennis	L. Zier	0173-2920865
<b>DIENSTAG</b>				
10.00-11.00		Kindergarten	A. Endrowait	04705-1211
15.00-22.30		Tischtennis	L. Zier	0173-2920865
<b>MITTWOCH</b>				
10.00-11.00		Kindergarten	A. Endrowait	04705-1211
15.00-16.00				
16.00-17.00				
17.00-18.00				
18.00-19.00		Frauengymnastik	C. Schwarzer	04705-730
19.30-20.30		Fitness mit Musik	C. Schwarzer	04705-730
20.30-22.00				
<b>DONNERSTAG</b>				
10.00-11.00		Kindergarten	A. Endrowait	04705-1211
16.00-17.00		Kidsdance	A. Heitmann	04705-2389830
17.00-18.00		Karate Kinder/Jugend	F. Sievert	0171-5577252
18.00-19.30		Karate Erwachsene	F. Sievert	0171-5577252
19.30-22.00		Akrobatik	K. Giersch/H. Zier	04705-6603717
<b>FREITAG</b>				
10.00-11.00		Kindergarten	A. Endrowait	04705-1211
15.00-16.00		Floorball für Kinder	G. König-Langlo	04705-1296
16.00-22.30		Tischtennis	L. Zier	0173-2920865
<b>SAMSTAG</b>				
Siehe Küchenwandkalender				
<b>SONNTAG</b>				
10.30-11.30		Figur - Fit	A. Heitmann	04705-2389830
19.00-22.00		Akrobatik	K.Giersch/H. Zier	04705-6603717



**TuS-Sammlung  
für die aus der  
Ukraine nach Wremen  
geflüchteten  
Menschen.**

Weil das Leid vieler Menschen uns seit einigen Monaten berührt, wollen wir auch über den Sport hinaus etwas tun und haben uns dafür entschieden, Spenden zu sammeln.

Alle Sportsfreundinnen und -freunde möchten wir herzlich dazu einladen, einen Beitrag zu leisten.

**Danke!**

**Spendenkonto:  
TuS Wremen 09  
Volksbank Bremerhaven-Cuxland  
BIC: GENODEF1BEV  
IBAN: DE26 2926 5747 0182 0010 02  
Stichwort: Ukraine Fluechtlinge**

**Programm der 40. TuS-Sportwoche  
vom 20. bis 22. Mai 2022**



Auf dem Sportplatzgelände und in den Sporthallen

**Freitag, 20.05.2022**

19:30 Uhr **Preisskat- und Knobelabend**  
Anmeldung bei Uwe Friedhoff, Tel. 04705-352  
und Rainer Frese 04705-512. Teilnahmegebühr 10,- Euro

**Samstag, 21.05.2022**

15:00 Uhr **Jux-Volleyball-Turnier für den Frieden**  
Anmeldung bei Kathrin Dahl, Tel. 04705-810800

17:00 Uhr **Deichlauf für den Frieden**  
Langlaufstrecken 5 Km und 15,8 Km  
Nordic-Walking 5 Km  
Teilnahme für Kinder ab 12 Jahre möglich

18:30 Uhr **Siegerehrungen Deichlauf**  
Anschließend musikalischer Ausklang vor und in der Halle

**Sonntag, 22.05.2022**

15:00 Uhr **Der TuS stellt sich vor**  
Spiel der Fußballjugend des FC Land Wursten  
Turnvorfürungen von Kinder- und Erwachsenen-Abteilungen  
Kids Dance – Tanzen für Kinder  
Akrobatik für Erwachsene zum Mitmachen  
Bogenschießen – Schnupperkurs  
Trampolinvorführung OSC Bremerhaven

**Samstag & Sonntag: Kaffee und Kuchenbüfett in der TuS Halle.**

Während der Sportwoche stellt der Verein „WurtenHopper – Verein für Mobilität e. V.“  
am Sonntag, 22. Mai 2022, sein Projekt der gemeinschaftlichen Nutzung von PKW und  
E-Lastenrädern vor.

Änderungen vorbehalten!

SPORTLERINNEN UND SPORTLER FÜR DEN FRIEDEN



## 34. Wremer Deichlauf für den Frieden

am Samstag, 21. Mai 2022, 17:00 Uhr  
Sportzentrum Wremen

Dieser Deichlauf wird vom Turn- und Sportverein Wremen 09 e.V. veranstaltet.  
Dazu werden alle Laufsportfreunde herzlich eingeladen.

**Anmeldungen unter:**

[www.tus-wremen09.de](http://www.tus-wremen09.de) und [www.wattzeit.de](http://www.wattzeit.de)

### Schirmherr

der Veranstaltung ist die **Ortschaft Wremen**, der Gemeinde Wurster Nordseeküste.

### Veranstaltungsort

Start- und Ziel ist das Sportzentrum am südlichen Ortsausgang, Wremer Straße 99.

Auswärtige Teilnehmer finden Wremen über die A 27, Abfahrt Debstedt.

Ihren PKW können Sie in unmittelbarer Nähe auf den ausgewiesenen Plätzen abstellen.

### Strecken

Wir bieten eine „kurze“ **5.000 Meter** Runde und eine „lange“ **15.800 Meter** Runde durch die grüne Marsch an. Die Strecken verlaufen überwiegend auf asphaltierten Rad- oder Wirtschaftswegen. Auf der „langen Runde“ wird auch außendeichs auf dem Treibselräumweg direkt an der Wasser/Wattkante und auf Grasboden am Deichfuß gelaufen.

Auf der 5.000 Meterrunde bieten wir einen gesonderten Walkingwettbewerb an.

Die Strecken sind markiert und ausgeschildert. Die Absicherung übernimmt freundlicherweise die Freiwillige Feuerwehr Wremen.

### Anmeldungen

Voranmeldungen sind bis zum **19. Mai 2022** online unter [www.tus-wremen09.de](http://www.tus-wremen09.de) oder [www.wattzeit.de](http://www.wattzeit.de) möglich.

Die Anmeldung ist nur gültig, wenn das gesamte Startgeld bis spätestens **20. Mai 2022** an den TuS Wremen 09, **IBAN: DE80 2926 5747 0182 0010 00** bei der Volksbank Bremerhaven-Cuxland überwiesen ist.

Bitte nutzen Sie die Möglichkeit der Voranmeldung. Sie helfen damit, die Veranstaltung noch besser zu planen, organisieren und durchzuführen.

Beachten Sie bitte bei der Anmeldung das **Mindestalter** nach der DLV-Richtlinie. 5.000 Meter Mindestalter 12 Jahre / 15.800 Meter Mindestalter 16 Jahre.

### Startgeld

**3,50 Euro** für **Kinder und Jugendliche** bis einschließlich Jahrgang 2005 / **8,00 Euro** für **Erwachsene** (Jahrgang 2004 und älter). Es werden **Startnummern**, zu-

## 34. WREMER DEICHLAUF FÜR DEN FRIEDEN



sammen mit den **Transpondern**, ab ca. 15:00 Uhr vor der TuS-Halle ausgegeben.

### Nachmeldungen

sind am Lauftag bis **spätestens 16:30 Uhr** gegen ein **Aufgeld von 2,00 Euro** möglich. Kinder und Jugendliche zahlen keine Nachmeldegebühr.

**Umkleidemöglichkeiten** und Duschen stehen in der Turnhalle der Grundschule bzw. der TuS-Halle zur Verfügung. Achten Sie auf die Ausschilderungen.

### Verpflegung

erfolgt im Zielbereich mit Gemüse und Obst sowie Getränken. Zusätzlich werden auf der langen Strecke Getränke bei Km 8 und bei ca. Km 13 angeboten.

### Wertung

Gewertet wird nach den Richtlinien des DLV. Die Zeitmessung erfolgt per Transponder. Dieser wird mit der Startnummer leihweise ausgehändigt. Der Besitz eines eigenen Transponders ist nicht erforderlich. Sollte der Transponder nach der Veranstaltung nicht zurückgegeben werden, wird eine Gebühr von 20 Euro fällig. Die Ergebnisse werden nach dem Zielschluss ausgehängt und online unter [www.tus-wremen.de](http://www.tus-wremen.de) und [www.wattzeit.de](http://www.wattzeit.de) veröffentlicht.

Dieser **Deichlauf** wird für den **CUXLAND-CUP** gewertet, der im Rahmen des **Sport-Fonds von der Weser-Elbe Sparkasse** unterstützt wird.



### Weitere Wertungsläufe für den CUX-CUP:

Bad Bederkesa „Rund um den Beerster See“ am 21.08.2022 / Wanna, Straßenlauf „Rund um Wanna“ am 03.09.2022.

### Auszeichnungen

Die Siegerehrung findet ab 18:30 Uhr für die kurze und ab 19:00 Uhr für die lange Strecke in der TuS-Halle statt. Die drei schnellsten Läuferinnen und Läufer jeder Strecke erhalten einen Pokal. Jede/r Teilnehmer/in erhält eine Urkunde.

Die Urkunde kann auch online unter [www.tus-wremen09.de](http://www.tus-wremen09.de) oder [www.wattzeit.de](http://www.wattzeit.de) ausgedruckt werden.

### Nachsenden

**Das Nachsenden von Urkunden und Ergebnislisten ist mit einem erheblichen Aufwand verbunden. Wenn Sie ihre Urkunde nachgesandt haben möchten, hinterlassen Sie bitte ein an sich selbst adressiertes, ausreichend großes und frankiertes Umschlag bei der Anmeldung.**



**Seestern**  
**APOTHEKE** Wremen

P E T E R   A U G U S T I N



Wremer Straße 136 • 27639 Wurster Nordseeküste • Telefon (047 05) 707 • Telefax 13 45  
[info@seestern-apotheke.de](mailto:info@seestern-apotheke.de) • [www.seestern-apotheke.de](http://www.seestern-apotheke.de)



## 34. WREMER DEICHLAUF FÜR DEN FRIEDEN

### Haftungsausschluss

Der Verein übernimmt keine Haftung für Schäden jeder Art. Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr.

### Allgemeines

Vor der **Siegerehrung** werden in der TuS-Halle ein umfangreiches Kuchenbüfett und Kaffee sowie diverse Erfrischungsgetränke angeboten.

Die Stempel für den **Laufsammler** und ggf. Hefte bekommen Sie bei der Anmeldung.

Der **DLV empfiehlt** Teilnehmern vor der Teilnahme an einer Laufveranstaltung eine sportmedizinische Untersuchung oder zumindest den PAPS-Test ([www.paps-test.de](http://www.paps-test.de)) im Internet.

Mit der Anmeldung erkennt jeder Teilnehmer die **Satzungen** und **Ordnungen** des **DLV**, insbesondere die Deutschen Leichtathletik-Ordnung (DLO), den DLV-Anti-Doping-Code (DLV-ADC) an und unterwirft sich den entsprechenden Bestimmungen.

**Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt!**

### Anmerkung zum Datenschutz:

Die Teilnehmer erklären sich damit einverstanden, dass in der Meldung angegebene personenbezogene Daten und die im Zusammenhang mit dem Wremer Deichlauf gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews in Rundfunk, Fernsehen, Werbung, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen ohne Vergütungsanspruch unsererseits genutzt und an die Sponsoren und Partner der Veranstaltung weitergegeben werden dürfen.

Wir wünschen den Teilnehmer eine gute Anreise, angenehmes Laufwetter und ein paar schöne und erfolgreiche Stunden im Nordseebad Wremen.

**TuS Wremen 09 e.V.**

**Der Vorstand**



**Feldmanns  
SB - Hus  
24h geöffnet**

**Feldmanns  
Hoflädchen**

Sievern - Schaafdrift 2 - 27607 Geestland  
Tel. 04743-27213 - Fax 04743-27215  
[info@hofladen-feldmann.de](mailto:info@hofladen-feldmann.de)

**Natürlich lecker!**  
**Feldmanns Käse aus Hofeigener Kuhmilch**

**[www.hofladen-feldmann.de](http://www.hofladen-feldmann.de)**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09 - 12 Uhr	09 - 12 Uhr 15 - 18 Uhr	Ruhetag	09 - 12 Uhr 15 - 18 Uhr	09 - 12 Uhr 15 - 18 Uhr	09 - 12 Uhr

An Sonn- und Feiertagen geschlossen. Sonderöffnungszeiten zu Weihnachten  
Samstags finden Sie uns auch auf dem Wochenmarkt in Bremerhaven Lehe!



## Turn- und Sportverein Wremen 09 e.V.

Gläubiger-Identifikationsnummer DE90ZZZ00000588691

### Eintrittserklärung / Einzugsermächtigung

#### Angaben zur Person

Name:	Vorname:
Straße / Nr.:	PLZ/Ort:
Geburtsdatum:	Telefon:
E-mail:	
Abteilung:	<input type="checkbox"/> Aktiv                      Eintrittsdatum ab: <input type="checkbox"/> Passiv

(Pflichtangaben)

#### Weitere Mitglieder (nur bei Familienbeitrag)

Vorname	Geburtsdatum	Eintrittsdatum	Abteilung

#### Beitragsformen (zutreffendes bitte im Feld ankreuzen)

- |  |              |
|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> Kinder bis 10 Jahre   | 2,50 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Schüler bis 14 Jahre  | 3,00 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Jugendliche, Schüler, Studenten, Wehrdienstleistende, Auszubildende | 3,00 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Vollmitglied, aktiv, ab 18 Jahre                                    | 6,50 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Familienbeitrag (Eltern und deren Kinder bis zum 18. Lebensjahr)    | 10,00 € mtl. |
| <input type="checkbox"/> Passivmitglied  | 2,00 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Spartenbeitrag <b>Karate</b> , Erwachsene                           | 6,00 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Spartenbeitrag <b>Karate</b> , Kinder & Jugendliche                 | 3,00 € mtl.  |
| <input type="checkbox"/> Spartenbeitrag <b>FC Land Wursten</b>                               | 5,00 € mtl.  |



## 1. Vorsitzender

Uwe Friedhoff  
Strandstraße 53 - Wremen  
27639 Wurster Nordseeküste  
Tel. (04705) 352  
E-Mail: uwe.friedhoff@web.de

## 2. Vorsitzender

Lennart Zier  
Gleiwitzer Straße 74A  
27578 Bremerhaven  
Tel. 0173 2920865  
E-Mail: lennart@zier.de

## 1. Schriftwartin

Nele Eibs  
Am Mahnhamm - Wremen  
27639 Wurster Nordseeküste  
E-Mail: n.eibs@web.de

## Kassenwartin/Mitgliederverwaltung

Lisa Lucks-Besmehn  
Wremer Specken 20 - Wremen  
27639 Wurster Nordseeküste  
Tel. 0170 4917195  
E-Mail: lisalucks@gmx.de

## 2. Schriftwartin

Gesa Langlo  
Üterlüe Specken 49 - Wremen  
27639 Wurster Nordseeküste  
Tel. (04705)1296  
E-Mail: gesa.langlo@wremen.de

## Sozialwartin

Regina Sierck  
Eckelehe 1 - Wremen  
27639 Wurster Nordseeküste  
Tel. (04705) 9510070  
E-Mail: torsten.sierck@t-online.de



Herausgeber	TuS Wremen 09 e.V. Strandstraße 53, 27639 Wurster Nordseeküste
Erscheinungstermin	1 Ausgabe pro Jahr – Mai
Redaktionsmitglieder	Arno Zier, Willy Jagielki, Gesa Langlo, Gert König-Langlo, Hendrik Friedrichs, Uwe Friedhoff und Werner Blohm
Auflage	1.200 Stück an alle Vereinsmitglieder und Wremer Haushalte
Layout/Druck	Druckhaus Wüst GmbH, Driftsethe (www.druckhaus-wuest.de)

Auch in diesem Jahr haben wieder viele Geschäftsleute mit ihren Werbeinseraten die Herausgabe unserer Vereinszeitung „DIE WREMER“ ermöglicht. Der Vorstand des TuS und die Redaktion danken ihnen ganz herzlich für diese großartige Unterstützung des Sports in unserem Dorf.

Wir bitten die Wremer Einwohner, bei ihren Einkäufen, Geschäften und sonstigen Dienstleistungen die Betriebe unserer Inserenten und Sponsoren zu bevorzugen.



**Physio-Akademie gGmbH**

Wremer Specken 4 • 27639 Wurster Nordseeküste

Fon: 04705-9518-0 • Fax: 04705-9518-10

eMail: [info@physio-akademie.de](mailto:info@physio-akademie.de)

[www.physio-akademie.de](http://www.physio-akademie.de)

**Sport ist,** wenn man die Zähne  
zusammenbeißt und am Ziel  
ein Lächeln im Gesicht trägt.

Und dabei helfen wir gerne!

Für eine zahngesunde  
Wurster Nordseeküste.

Wir sind bei  
Instagram



**PRAXIS RICHTER**  
ZAHNMEDIZIN AM MEER



[www.zahnarzt-wremen.de](http://www.zahnarzt-wremen.de)

**[P]ORT Wremen**



Üterlüe Specken 7  
04705 · 1055

**[P]ORT Dorum**



Berliner Straße 2  
04742 · 2025