

EINE KULINARISCHE REISE UM DIE WELT



Erfolgreiche Gerichte nach beliebten
Original-Rezepturen aus aller Welt.
Schnell serviert – für jeden Geschmack
und zu jeder Gelegenheit.



Frosta ist für alle da.



Die

Vereinszeitung des TuS Wremen 09

Nr. 11
1. Ausgabe
1998

Wremer

Turn- und Sportverein

erreichten 12 Wremer Marathonläufer

ihr großes Ziel



Am 11. September 1988

Ihr Fachmarkt mit Fachberatung für

**Haus- & Hobbybedarf
Elektromaschinen
Kamine & Kachelöfen
Farben & Lacke
Gartenmöbel**



...und vieles mehr!

Marktleiter Günter Strohauer:

„In allen Bereichen finden Sie
bei uns genau das richtige
– und das zu attraktiven
Preisen inklusive einer fach-
kundigen Beratung!“

durchgehend von 9-19⁰⁰ & Sa. von 9-14⁰⁰

KISTNER
Haus & Hobby

27576 Bremerhaven • Hafenstraße 56-60 • Telefon: 489-360 • Eigener Parkplatz

INHALT

Editorial

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

Die Abteilungen

Aerobic	7
Badminton	11
Basketball	13
Eltern- und Kind-Turnen	15
Frauengymnastik	17
Fußball	19
Jugendfußball	21
Kinderturnen	25
Lauftreff	29
Seniorengruppe	33
Sportabzeichen	35
Trampolin	37
Volleyball	39
Walking	43

Thema

Vor 10 Jahren: Bremen Marathon '88 – Teilnehmer erinnern sich	45
---	----

Aktuell und Wissenswert

Ehrung langjähriger Vereinsmitglieder	53
Gerd Hey: 70 Jahre Mitglied im TuS Wremen 09	55
Verabschiedung der Turnwartin Dorte Kaschubatz	59
Dorte Kaschubatz: 65 Jahre aktiv im TuS Wremen 09	60
Sportwoche '98	63
Deichlauf im Internet: Ein Blick hinter die Kulissen	64
Bewegung braucht der Mensch	71
Skilanglauf	73
Inlineskating	73
Mit Auto und Fahrrad im Altmühltal	73
Beweglich blieben mit Rumpfgymnastik (II)	79
Der Kochtip: Gemüserisotto	81

Unterhaltsam

Skandal: Vorstandsmitglieder verfüttern Vereinsgelder!	83
Wremer Hundehitparade	85

Diverses

Grünkohlwanderungen	88
Weihnachtsfeier '97	90
Kindermaskerade '98	92
Dank an die Sponsoren	94
Termine & Veranstaltungen: 9. Wremer Windsurfing-Slalom	98
Dit un Dat	100
Hallenbelegungsplan	102
Vereinsorganigramm	104

Titelfoto: Vor zehn Jahren: Marathonpremiere '88 – fotografiert von Marlies Valentinitsch,
weitere Bearbeitung Beate Uhlig · Die nächste Ausgabe erscheint im Oktober 1998
Anzeigenschluß: Ende September 1998 · Redaktionsschluß: 15. September 1998

Wir machen den Weg frei

Kontoführungs-Direkt
SIE SICH
FREIEREN SIE
VON RAUM
UND ZEIT

Erledigen Sie Ihre
Bankgeschäfte aus-
von zu Hause aus.
Rund um die Uhr.
7 Tage die Woche.



Volksbank eG Bremerhaven-Wesermünde



MITTEILUNGEN DES VORTANDES

Die diesjährige JHV fand am 13. März erstmalig in der gut besuchten „Wremer Fischerstube“ statt. Dort konnte ich den Mitgliedern für das abgelaufene Jahr 1997 aus sportlicher Sicht nur Positives berichten. Am erfolgreichsten sind derzeit unsere Volleyball-Damen, die den Aufstieg von der Landesliga in die Verbandsliga schafften – herzlichen Glückwunsch dazu! –.

Trotz der konstanten Mitgliederzahlen von z. Zt. ca. 740, belasten den Verein steigende Kosten. Da wir bereits 1996 ein Minus ausweisen mußten und dieser Trend sich leider fortgesetzt hat, sehen wir uns gezwungen, die Mitgliedsbeiträge in diesem Jahr anzupassen. Für die einstimmige Beschlußfassung zu dieser Beitragserhöhung bedankt sich der Vorstand bei den Mitgliedern.

Im letzten Jahr verstarb unser Mitglied und Träger der goldenen Ehrennadel, Helmut Gütebier. Er hat den Verein durch sein turnerisches Können in frühen Jahren weit über die Grenzen bekannt gemacht. Wir werden den Verstorbenen in Ehren gedenken.

Höhepunkt war, wie in jedem Jahr, die Ehrung verdienter Mitglieder. Mit der silbernen Ehrennadel wurden Gisela Breuer, Wilhelm Hörmann, Jens Follstich, Dieter Müller, Jürgen Brandt, Heiko Feldwehr und Uwe Friedhoff ausgezeichnet. Die goldene Ehrennadel erhielten Hinrich Schüßler, Bernhard Schüßler, Dieter Wöbber, Konrad Herfort und Claus Cassebohm.

Die nunmehr 70jährige Mitgliedschaft von Gerd Hey und seine langjährige Unter-

stützung für den Verein haben wir zum Anlaß genommen, ihn zum Ehrenmitglied im TuS Wremen 09 zu ernennen.

Die Fußballabteilung des Vereins besteht in diesem Jahr 50 Jahre. Das Jubiläum werden wir während der diesjährigen Sportwoche im kleinen Rahmen begehen. Auf dem Kreissporttag in Langen im Februar d. J. wurden unsere Mitglieder Manfred Uhde und Harjo Dahl mit der silbernen Ehrennadel des KSB ausgezeichnet.

Wie vielen bekannt ist, ging Ende letzten Jahres Walter John, der Hausmeister der Grundschule Wremen, in den Ruhestand. Ich möchte mich für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung im Namen des Vorstandes recht herzlich bedanken und ihm für die Zukunft alles Gute wünschen.



Uwe Friedhoff – unser 1. Vorsitzender



BP-Station und Shop Goldhammer



Sonntagsdienst

Telefon (04742) 92 21 74 · Telefax (04742) 92 21 73
Wurster Landstraße 27 · 27632 Mulsum

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 6.30 – 19.00 Uhr
Samstag: 7.00 – 19.00 Uhr
Sonntag: 10.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 19.00 Uhr

Achtung Klärgrubenbesitzer!

GOLDHAMMER

Wurster Landstr. 27
27632 Mulsum
Tel. (04742) 92 21 74
Fax (04742) 92 21 73

Kfz.-Reparatur · Landmaschinen

Envicon

**der Umwelt
zuliebe!**

Wir beraten Sie gern und unverbindlich!

- Vorteile:
- problemloser Einbau in bestehende Grube
 - keine Erd- und Betonarbeiten
 - kostengünstige Installation
 - hohe Reinigungsleistung
 - geringer Wartungsaufwand
 - rundum gesichertes Betriebssystem

Als seine Nachfolgerin hat jetzt Marianne Hachmann diese Aufgabe übernommen und wir werden seitens des Vereins ihre Arbeit unterstützen und hoffen, damit eine gute Zusammenarbeit zu erreichen. Hier noch eine Bitte an alle Aktiven: In den Umkleieräumen und in der Halle bitte nicht rauchen und diese Räumlichkeiten sauber halten!

Die Berichte der Spartenleiter waren, wie in jedem Jahr, sehr ausführlich und informativ.

Die Neuwahlen ergaben einige Veränderungen. Nach langjähriger Tätigkeit als Betreuer und Fußballjugendleiter schied Manfred Uhde aus dem Vorstand aus. Für seine geleistete Arbeit bedankte sich der TuS mit einem Zinnbecher und Buchgeschenk. Als sein Nachfolger wurde Thomas Neubert für dieses Amt gewählt. Der bisherige 2. Vorsitzende Harjo Dahl wurde einstimmig wiedergewählt. Ebenfalls für weitere zwei Jahre wurde unser langjähriger Schriftwart Willy Jagielki gewählt.

Ein besonderer Dank gilt unserem Ehrenmitglied Dorte Kaschubatz, die nach 65-jähriger aktiver Mitgliedschaft und über 60jähriger Tätigkeit als Turnwartin diese Aufgabe beendete. Mit den besten Wünschen für die Zukunft und daß sie dem Verein noch lange erhalten bleibt, überreichten wir ihr als Anerkennung einen Zinnteller und einen Präsentkorb. Als Nachfolgerin übernahmen ihre ehemalige Schülerin und bereits erfahrene Übungsleiterin der Kinderturnabteilung Meike Kracke seit Anfang d. J. diese Aufgabe.

Dank auch an Ursel Schübler, die nach fast 20jähriger Tätigkeit aus dem Festauschuß ausschied. Neu hinzugewählt wurden Elke Frese und Marion Heinz. Bedanken möchten wir uns auch bei Kerstin

Rörig, die zum Anfang des Jahres das Eltern-/Kindturnen an Petra Opiela übergab.

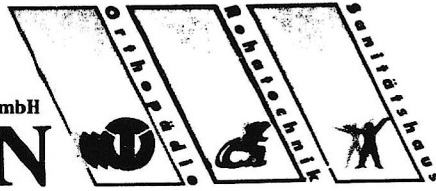
Vielen Dank auch an die Sponsoren der Firma Goldhammer, die die 2. Fußball-Herrenmannschaft mit neuen Trikots ausgestattet hat, der Firma Frosta, von der unsere Aerobic-Damen neue Anzüge bekamen, sowie der Autohandelsges. Wallhöfen, die Trikots für die F-Jugendfußballer stiftete. Außerdem bei Herrn Norbert Finke, der die G- und F-Jugendlichen mit neuen Sweat-Shirts beschenkte. Weiterhin bei der Firma Ingo Ehler, von der die Seniorenmannschaft neue Trikots erhielt. Auch herzlichen Dank an die Volksbank Wremen, die aus dem Zweck-ertrag der Gewinnspargemeinschaft der Volks- und Raiffeisenbanken einen Scheck in Höhe von 1.300,- DM für den Jugendbereich spendete.

Die bereits angekündigten neuen Banden-Werbeflächen wurden auf dem Sportplatz angebracht. Für diese Unterstützung bedanken wir uns bei den Firmen Bernd und Christa Goldhammer, Gerd Thies, Holger Dahl, Johann Heidmann, Harjo Dahl und Manfred Friedhoff.

Am Ende meines Berichtes möchte ich mich bei allen, die auch im letzten Jahr den TuS Wremen unterstützt haben, den Inserenten der Vereinszeitschrift, Betreuern, Trainern, Übungsleitern, Helfern, der Redaktionsmannschaft, der Gemeinde Wremen, dem Bauhof der SG Land Wursten und nicht zuletzt bei meinen Vorstands- und Gesamtvorstandskollegen und -kolleginnen für die Unterstützung bzw. die geleistete Arbeit herzlich bedanken und allen ein gesundes und glückliches 1998 wünschen.

Uwe Friedhoff, 1. Vorsitzender

FIRMENGRUPPE GmbH
Koenen



Orthopädie · Rehathechnik · Sanitätshaus · Pflegecenter
Seit 30 Jahren kompetent und zuverlässig

Koenen GmbH
Orthopädie

Krankenhaus Seepark · 26607 Langen-Debstedt
Telefon (0 47 43) 3 77 · Fax (0 47 43) 93 92 22

Orthesen · Prothesen
Fußeinlagen · Orth. Schuhzurichtung
Bandagen · Korsetts

Koenen GmbH
Rehathechnik

Krankenhaus Seepark · 26607 Langen-Debstedt
Telefon (0 47 43) 93 92-0 · Fax (0 47 43) 93 92 22

Rollstühle · Gehhilfen · Krankenbetten
Sonderbau von Hilfsmitteln
Reparatur-Service · Beratung vor Ort

Koenen GmbH
Sanitätshaus

Alsumer Straße 16 · 27632 Dorum
Telefon (0 47 42) 92 20 14 · Fax (0 47 42) 92 20 16

Leher Landstraße 78 · 27607 Langen
Telefon (0 47 43) 2 74 84 · Fax (0 47 43) 2 74 86

Stoma-Versorgung · Inkontinenz-Versorgung
Sanitätshaus-Artikel
Blutzuckermeßgeräte · Blutdruckmeßgeräte

Zulassung zu allen Kranken- und Pflegekassen sowie Verbänden.

Wichtig für Sie

**24 Std.-
Notdienst
(0 47 43) 93 92-0
Sie sprechen
mit
Fachleuten!**

Schulung

**Kennen Sie die
Termine unserer
Seminare für
Patienten und
Angehörige?
(0 47 43) 3 77**

**Seit 1. 7. 1997
Sanitätshaus
LANGEN
Leher Landstraße 78
Telefon (04743) 2 74 84
Fax (04743) 2 74 86**



AEROBIC

Leitung: Helena Bursy · 27632 Dorum
Übungsstunden: Dienstags ab 20.00 Uhr
Wo: Turnhalle Wremen

BEITRAG DER ÜBUNGSLEITERIN

Vieles hat sich geändert, seitdem ich Anfang der achtziger Jahre in Jane Fondas Aerobicstudio in Los Angeles war. Heutzutage gibt es nicht mehr nur Aerobic-Dancing, sondern auch Low-Impact, High-Impact, Body-Forming, Step, Rebound usw.

Was sich aber nicht geändert hat, ist die Freude am Sport und der Bewegung überhaupt.

Es ist richtig schön, daß so viele Frauen (und ein Mann!) beim TuS Wremen Lust und Motivation haben, sich durch Aerobic fit zu halten.

Ich hoffe, daß die Gruppe auch in Zukunft so groß bleibt. Helena Bursy

Aerobic, gymnastische Übungen, mit denen die Funktionen von Herz und Kreislauf trainiert werden: Die Sauerstoffaufnahme im Körper wird so verbessert und die Herzfähigkeit effektiver. Seit Ende der siebziger Jahre haben Aerobic-Übungsprogramme erheblich an Beliebtheit gewonnen, wie die große Zahl von Videos, Büchern und Fernsehsendungen zu diesem Thema sowie kommunale Sportangebote und Kurse in Fitnesscentern zeigen. Typische Aerobic-Übungsprogramme enthalten eine etwa 20-minütige ununterbrochene Ausdauer-gymnastik, die drei- bis fünfmal pro Woche durchgeführt wird. Vor der Teilnahme an einem Aerobic-Programm wird eine ärztliche Untersuchung empfohlen. Es wurden weniger belastende Aerobic-Programme entwickelt, um Beanspruchungen an Füßen und Beinen zu reduzieren – Körperstellen, an denen erhöhte Verletzungsgefahr besteht.

Entnommen aus MS-ENCARTA '98

8er-TAKT UM ACHT

Das erneute Zittern um eine(n) Aerobic-TrainerIn ist, Meike sei Dank!, beendet. Seit Februar ist in der Turnhalle dienstags ab 20.00 Uhr wieder der Bär los. Bei flotter Musik sorgt unsere neue Trainerin Helena für erhöhten Puls bei den zahlreichen Aerobicfans – und jede Menge Schweiß in den T-Shirts.

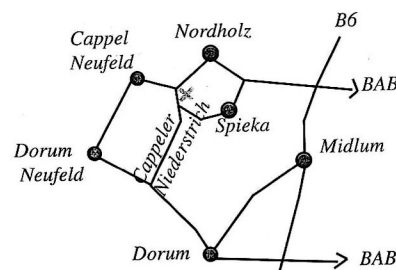
Für alle, die nicht wissen, was Aerobic eigentlich ist, eine kurze persönliche Zusammenfassung: Nach der Aufwärm-

phase, dem „Warm-Up“, wird im Takt der Musik mit schnellen, einzelnen Bewegungsabläufen, die dann zu einer Übungseinheit zusammengefaßt werden, der Puls kontinuierlich erhöht und über einen längeren Zeitraum gehalten. Bei diesen Übungen wird der gesamte Körper beansprucht. Es folgt das langsame Herunterfahren des Pulses, der „Cool-Down“. Übungen wie vorher, nur ein paar Takte langsamer. Danach beginnt dann



Genießen Sie
die Atmosphäre in
unserem Hofladen und
verwöhnen Sie
sich mit dem
vielfältigen Ange-
bot von frischem
Obst und Gemüse

Gemüsehof Olendiek Familie Wohlers



Dienstag-Freitag
9-12 Uhr und ab 15 Uhr

Samstag
9-12 Uhr

Tel. 04741/1317
Fax 04741/3667

* Wir bringen ein Sortiment von frischem Obst & Gemüse der Saison zu Ihnen nach Hause - immer freitags - einfach mal bestellen!

der Kraftteil. Wegen der oftmaligen Wiederholungen, von vielen als reine Folter gefürchtet, dient er dazu, die meist verkümmerte Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur zu kräftigen. Der eine oder andere Seufzer übertönt dann schon mal die Musik! Tröstlich: Gemeinsames Leid ist geteiltes Leid. Schließlich werden dann die strapazierten Muskelpartien gedehnt und der ganze Körper entspannt. Wichtig bei allen Übungen ist, daß ein jeder sein persönliches Leistungsvermögen erkennt und sich nicht überfordert.

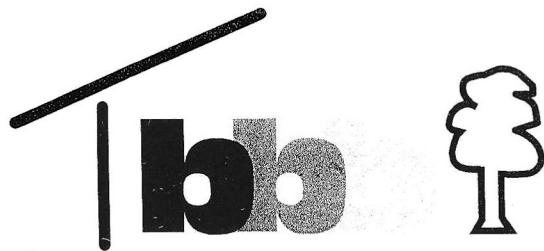
Übrig bleibt am Ende eines Übungsabends ein gutes Körpergefühl und das Wissen, etwas für sich getan zu haben. Aerobic eignet sich übrigens hervorragend für Läufer, die genau wissen, daß Stretchen zum Laufen gehört, dafür aber „nie Zeit“ haben. -pv



Erlebnis-Gastronomie Gasthof **CORDES** Hotel · Restaurant

Lange Straße 3 · 27607 Langen-Sievern
Tel. (0 47 43) 70 91-92 · Fax (0 47 43) 65 51

Ob Hochzeiten, Betriebsfeste, Jubiläen, Empfänge oder Kohl- und Pinkelessen – bevor Sie Ihr nächstes Fest planen, sollten Sie sich unbedingt unsere neuen Räumlichkeiten anschauen!
Von 2 Personen bis 300 Personen immer die richtige Lösung.



**Berghorn & Brockmann
Bauträger GmbH**

**27632 Dorum
Im Speckenfeld 4**

**Tel. (0 47 42) 92 93 - 0
Fax (0 47 42) 23 00**

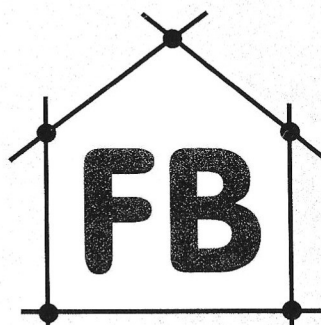
Klaus
Berghorn GmbH

TISCHLEREI - ZIMMEREI

Erstellung schlüsselfertiger
Wohn- u. Geschäftshäuser

27632 Dorum
Im Speckenfeld 4

Tel. (0 47 42) 92 93 - 0
Fax (0 47 42) 23 00



**Planungs- und
Ingenieurbüro**
Dipl. Ing. (TU)
Frank Berghorn

27632 Dorum
Im Speckenfeld 4

Tel. (0 47 42) 92 93 17/18
Fax (0 47 42) 23 00



BADMINTON

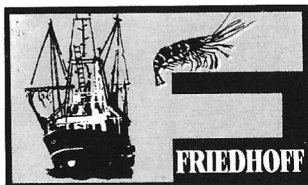
Spartenleiterin: Gisela Dahl · Telefon (04705) 750
Wann: jeden Montag 20.00 - 22.00 Uhr
Wo: Turnhalle Wremen

NEUES VOM BADMINTONSPORT

- Beim Kreissportfest in Neuenwalde 1. Platz im Damendoppel der nicht am Punktspielbetrieb teilnehmenden Spieler (Heide Fiehn/Gisela Dahl)
- Einstieg in den Punktspielbetrieb unter Leitung von Kalle Mehrstens
- Seit Januar 1998 Training für Kinder und Jugendliche
montags 15.30 - 16.45 Uhr Kids ab 8 Jahre
montags 16.45 - 18.00 Uhr Jugend ab 12 Jahre



Der Badminton-Nachwuchs mit den Betreuerinnen



„Wremer Fischerstube“

Telefon (04705) 1249 · Am Wremer Tief 4

„**DER KUTTERFISCHER**“
im Schaufenster Fischereihafen
Telefon (0471) 30 10 600

FRIEDHOFF · FISCH- & GASTRO-SERVICE GMBH · TEL. (04705) 323



Sie finden uns auf den Märkten in:

Leherheide und Lehe jeweils mittwochs und samstags,
Altenwalde jeden Donnerstag, **Wremen** immer freitags.

Außerdem beliefern wir den Hofladen Feldmann in Sievern.

Man kann ebenfalls täglich bei uns zu Hause
Kohlarten und anderes Gemüse kaufen.

Altendeich 40 · Padingbüttel · Tel./Fax (04742) 1259



BASKETBALL

Leitung:

Günter Kempf · Telefon (04705) 1369

Wann:

jeden Donnerstag 15.30 - 17.00 Uhr 15 Jahre und älter

Wo:

Schulturnhalle Wremen

Die erste Saison in der Punktspielrunde des Bezirks Lüneburg hat unsere männliche A-Jugendmannschaft erfolgreich beendet. Mit den gezeigten Leistungen und den Ergebnissen sind wir im großen und ganzen zufrieden.

Hinter dem übermächtigen ATS Cuxhaven (16:0) und dem TSV Altenwalde (12:4) belegen wir mit 8:8 Punkten den dritten Tabellenplatz. Nachfolgend Berichte über die einzelnen Spiele:

TSV Elmlohe - TuS 38:45

In Elmlohe gelang uns der erste Sieg in einem Punktspiel. Lars Darnedde mit 14 Punkten und in der entscheidenden Phase Jan Stelling (5 P.) waren in einem stets knappen Spiel die Matchwinner. Weiter spielten André Stürcken (11 P.), Gordon Domke (7), Sebastian Schmidt (4), Robert Wolff (4) und Sebastian Heitmann.

TSV Altenwalde - TuS 74:43

Bei den routinierten Altenwaldern hatten wir keine Chance. Lars Köpp überzeugte mit 17 Punkten. Die anderen Punkte erzielten Domke (6), Stelling (5), Stürcken und Wolff (je 4), Schmidt und Darnedde (je 3) und Neubert (1).

TuS - TuS Alfstedt 104:27

Ein Kanter Sieg gegen einen schwachen Gegner. Punkteverteilung: Köpp (32), Domke (14), Schmidt (12), Darnedde (11), Stelling und Wolff (je 10), Neubert (8), Stürcken (7).

TuS - ATS Cuxhaven 42:110

Auch im Rückspiel hatten wir keine

Chance gegen den ATSC, obwohl es schon wesentlich besser lief als im Hinspiel. Punkte: Darnedde (9), Stelling und Neubert (je 7), Stürcken und Heitmann (je 6), Schmidt (3), Domke und Wolff (je 2).

TuS - TSV Elmlohe 43:34

In einem harten Spiel, in dem drei Elmloher mit fünf Fouls vorzeitig vom Feld mußten, setzten wir uns in der zweiten Halbzeit entscheidend ab. Bester Werfer war wieder einmal Lars Köpp, der es auf 16 Punkte brachte. Weitere Punkte erzielten: André Stürcken (6), Darnedde und Wolff (je 4), Domke, Christian Stürcken und Stelling (je 3), Heitmann und Schmidt (je 2).

TuS - TSV Altenwalde 56:62

Im Heimspiel gegen Altenwalde zeigten wir die beste Saisonleistung. Wir führten bis sechs Minuten vor Schluß, dann zogen die Altenwalder noch knapp an uns vorbei. Auch in diesem Spiel überragte Lars Köpp mit 30 Punkten. Aber auch Schmidt als Anspieler (8 P.), A. Stürcken (8), Darnedde (4), Domke, Stelling und C. Stürcken (je 2) und Heitmann überzeugten.

TuS Alfstedt - TuS 45:47

Eine schwache Leistung gab es dagegen im letzten Punktspiel beim Tabellenletzten TuS Alfstedt. Nach dem hohen Hinspielsieg spielten wir viel zu überheblich, dazu kam eine erschreckend schwache Wurfleistung. Erst Sekunden vor Schluß gingen wir zum ersten Mal durch Jan

Stelling, dem besten Spieler des Tages, in Führung; das reichte dann zum glücklichen Sieg. Punkteverteilung: Stelling (22), Domke und Schmidt (je 8), Darnedde (4), A. Stürcken (3), C. Stürcken (2).

Da einige Spieler in der nächsten Spielzeit zu alt für die A-Jugend sind, müssen wir dann eine Herrenmannschaft melden. Es wäre aber wichtig, daß noch ältere Spieler dazukommen und daß wir eine Trainingszeit in den Abendstunden erhalten. Ansonsten ist ein Spielbetrieb kaum durchzuführen. Günter Kempf



Vom 17. Mai 1998 - 13. September 1998
sonntags von 10.00 - 11.00 Uhr geöffnet



S. Kröger

27638 Nordseebad Wremen

Lange Straße 24 · Telefon (04705) 780

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7.30 - 12.30 u. 14.30 - 18.00 Uhr, Sa 7.30 - 12.30 Uhr

NEU: Liefer-Service · Bitte informieren Sie sich!

v. RÖNN & HEY

Inhaber: Georg Hey

Immobilien · Vermietungen · Hausverwaltungen
Wir beraten Sie gerne in allen Immobilienfragen

Mitglied im Ring Deutscher Makler
Mitglied der Immobilienbörse Bremerhaven e.V.

Debstedter Straße 1 · 27607 Langen
Telefon (04743) 78 02 · Telefax (04743) 70 49



ELTERN- UND KINDTURNEN

Spartenleiterin:

Petra Opiela · Am Ostertor 22 · Telefon (04705) 1321

Wann:

Dienstag 15.30 - 16.30 Uhr (Kinder bis 4 Jahre)

Wo:

Turnhalle Wremen

Seit Beginn des Jahres habe ich von Kerstin Rörig das Eltern-Kind-Turnen übernommen. Ich heiße Petra Opiela und bin mit meiner Tochter Katharina, jetzt 2 1/2 Jahre alt, seit einem Jahr immer dienstags beim Turnen dabei.

Für Kinder ist der Eintritt in die Eltern-Kind-Gruppe nicht nur die erste Begegnung mit dem organisierten Sport, sondern gleichzeitig auch ihre erste organisierte Aktivität in einer größeren Gruppe. Es ist häufig das erste Heraustreten aus der Vertrautheit der Familie in eine unbekannte Gruppe und Umgebung und liegt zeitlich noch weit vor dem Besuch des Kindergartens.

Die meisten Kinder verhalten sich im Anfang zurückhaltend und schüchtern. Doch schon nach kurzer Zeit fühlen sie sich in der Turngruppe wohl und nehmen Kontakt

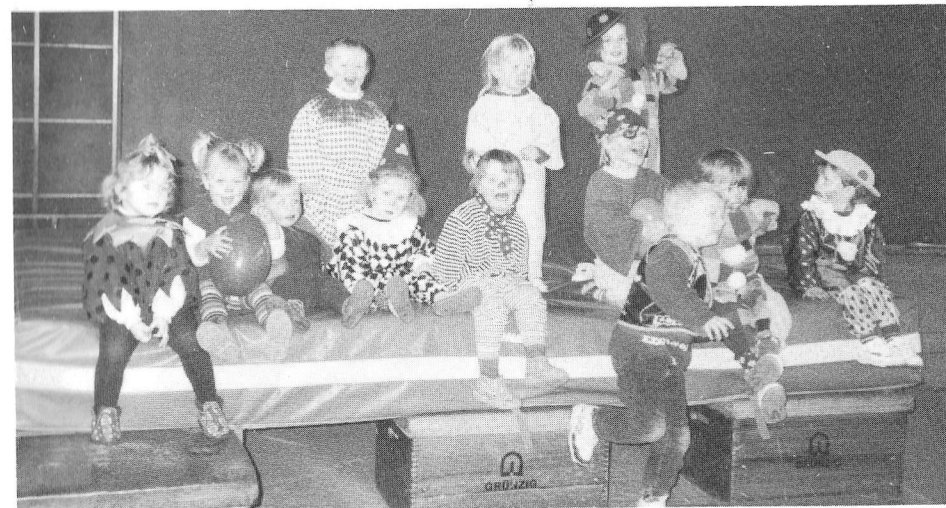
zu anderen Kindern und Eltern auf.

Gerätekombinationen und -parcours sollen den Kindern Mut zum Entdecken und Ausprobieren geben. Den Eltern kommt dabei eine besondere Aufgabe zu: Beim Hüpfen, Springen, Werfen, Fangen, Schaukeln, Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern und Rutschen sollen sie einerseits Partner und Spielgefährte ihres Kindes sein, andererseits ihr Kind aber auch ermutigen, Trost zusprechen, Ängste abbauen und Erfolgserlebnisse verschaffen, indem sie Unterstützung und Überwindungshilfen geben.

Also los, liebe Kinder (vom Laufalter bis 4 Jahre) und Eltern. Wir erwarten Euch jeden Dienstag (außer in den Ferien) von 15.30 - 16.30 Uhr in der Turnhalle.

Bis dann!

Eure Petra Opiela





Neubauten Umbauten
Altbausanierung
schlüsselfertige Häuser



FRAUENGYMNASTIK

Übungsleiterin: Annette Kluge · Telefon (0471) 47323
Übungsstunden: Donnerstags 19.45 - 20.45 Uhr
Wo: Wremer Turnhalle

„Warum kommst Du zum Gymnastikkurs?“, habe ich die Teilnehmerinnen gefragt. Hier einige der Antworten: „Es ist schön!“ – „Es macht mir großen Spaß.“ Aber wir haben nicht nur Spaß, wir kommen alle auch ganz ausgeglichen nach Hause: „Es ist ein Ausgleich zu Haushalt, Familie und Beruf.“ – „Gymnastik ist für mich eine Stunde der Entspannung, Ausgleich für Körper und Seele.“ Darüber hinaus hat der Kurs auch eine gesundheitliche Funktion: „Ich habe Rückenprobleme und die Gymnastik hier tut mir einfach gut.“ Einige messen dem Kurs sogar Jungbrunnenqualitäten zu: „Ich komme gerne hierher, weil ich mich hinterher wie neugeboren fühle.“

Und was sagt unser Übungsleiterin über uns? „Die Gruppe ist einfach perfekt!“ Das Lob ist aber ein bißchen dicke hat sich

ihre Tochter wohl gedacht und unmißverständlich klar gemacht, warum sie ihre Mutter so gerne begleitet: „Mir macht es Spaß, weil Karin immer hier ist.“

Na, sind Sie jetzt neugierig geworden? Schauen Sie doch einfach mal vorbei. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht. Ach so, Sie wollen noch wissen, was wir so machen? Also, nach einer teilweise tänzerischen Aufwärmphase werden alle Muskelpartien bearbeitet im Stehen, Hocken oder Liegen, allein oder zu zweit. Körper und Seele werden gedehnt, gekräftigt und gelockert bei anregender, bzw. entspannender Musik. Zum Schluß kommen wir alle gemeinsam noch einmal ganz groß heraus (im Zehenspitzenstand) und gehen so gestärkt nach Hause und freuen uns schon auf das nächste Mal.

Gesa Langlo





Wir sind für Sie da
Montag bis Samstag
08 - 12 und 14 - 18 Uhr
☞ Sonntag Ruhetag!

Feldmann's Hoflädchen in Sievern



- ☞ Knackfrisches Gemüse nach Saison
- ☞ popowarme Eier
- ☞ verschiedene Getreidesorten
- ☞ fest- & weichkochende Kartoffel
- ☞ Säfte & Marmelade
- ☞ Geflügel & Kaninchenfleisch nach Vereinbarung
- ☞ Fleisch und Wurst von eigenen Rindern
- ☞ Wein aus der Pfalz direkt vom Weingut!

Verkauf frisch vom Hof

Wurster Land . . . hier stimmt das Klima!

Wursti's Tip: Schwimm dich fit!

Beheiztes Schwefelsole-Wellenfreibad
mit 60 m langer Wasserrutschbahn
und neuer Breitwandrutsche

Öffnungszeiten: 10.00 - 18.00 Uhr

Quellenfreibad Midlum
mit 34 m langer Wasserrutschbahn
und großem Spielplatz



Information: Kurverwaltung Land Wursten, Westerbüttel 8, 27632 Dorum
Telefon (04742) 8750-54 · Fax (04705) 82 64
Verkehrsverein Nordseebad Wremen e.V.
Dorfplatz · 27638 Wremen · Tel. (04705) 210 · Fax (04705) 13 84



FUSSBALL

Ansprechpartner: Rolf Zeitler · Am Dorfe 10 · 27632 Misselwarden · Tel. (04742) 509
Mannschaften: 1. Herren – 2. Herren – Alte Herren – Oldies (über 40 Jahre)
Ort: Wremen und Mulsum
Übungsleiter: Volker Beckmann, Eike Seebeck, Harry Krebs,
Ronald Käckemester

SCHWIERIGE SAISON FÜR I. UND II. HERREN! SPIELER GESUCHT! ES FEHLEN IMMER NOCH SCHIEDSRICHTER! RÜCKTRITT VON THOMAS HARMS EIN GROSSER VERLUST!

Außer bei den Oldies gibt es bei allen Herrenmannschaften **kleinere**, aber auch **größere** Probleme. Die Oldies, zum ersten Mal in der Altliga Süd, in einer Doppelrunde spielend, machen äußerst **positiv** auf sich aufmerksam. Ronald Käckemester hat eine gute Truppe beisammen, von der sportlich noch einiges zu hören sein wird. Auch das Gesellige kommt dabei nicht zu kurz, wie übrigens auch bei der Alten Herren nicht. Nur hier werden sportliche Erfolge, wie in den vergangenen Jahren, nicht so zu erwarten sein. Das hat einen einfachen Grund, es fehlen der Alten Herren die Spieler im Alter von 32 - 40 Jahren. Dieses wird sich in absehbarer Zeit auch nicht ändern. Der neue Trainer, Harry Krebs, ist um seine Aufgabe nicht zu beneiden. Trotz aller Probleme, viel Glück Harry, für Deine schwierige Arbeit. Eike Seebeck ist mit seiner 2. Herren zuletzt zweimal aufgestiegen. Die Luft in der II. Kreisklasse ist doch etwas rauher. Deswegen ist der Klassenerhalt ein schweres, aber nicht unmögliches Ziel. Das umso mehr mit dem kleinen Kader, der Eike zur Ver-

fügung steht. Dieser kleine Kader ist auch das größte Problem mit dem sich Volker Beckmann bei der I. Herren zu befassen hat. Aber nicht nur, sondern **Disziplinosigkeit**, fehlende **körperliche** und **mentale** Fitness, bringen die Mannschaft in **vermeidbare** Schwierigkeiten. Nur **intensive** Vorbereitung und **rege** Trainingsbeteiligung können neben sportlichem Auftreten wieder bessere Zeiten bringen. Jahrelange Arbeit darf nicht kaputt gemacht werden. Oder?

Persönliche Probleme zwingen mich leider, mich 1999 nicht zur Wiederwahl zu stellen. Dies ist der Fußballabteilung und dem Vorstand bekannt. Es ist zugleich eine Chance, jemanden mit Computer zu finden, denn der Trend im NFV führt leider dahin. Leider deshalb, weil dabei das **persönliche Miteinander**, was ja gerade den Sport und die Arbeit dafür ausmacht, in den Hintergrund gedrängt werden könnte. Wir können uns auf Dauer aber nicht verschließen. Ich werde und kann auch gar nicht dem Fußball ganz verloren gehen. Vielleicht könnte ich weiter Eintritt

kassieren, auch würde ich, falls gewünscht, dem neuen Fachwart, besonders aber auch dem neuen Jugendwart, gerne mit Rat und Tat, soweit es **mir möglich ist**, zur Seite stehen. Auch als Beisitzer im Kreissportgericht kann ich bestimmt etwas für unseren Fußball tun. Ich wünsche allen Mannschaften viel Erfolg, uns allen Gesundheit. Haltet zusammen, dann wird es sportlich wieder aufwärts gehen. Allen Sponsoren, hier besonders der Familie Bernd Goldhammer und Manfred Friedhoff für ihre Hilfe mein großer Dank.

Euer Fußballfachwart Rolf Zeitler

SPIELABSAGEN, EIN PROBLEM

Ich möchte nochmals auf das leidige Thema Spielabsagen eingehen und ein paar entscheidende Punkte dazu klarstel-

len. Der Platz ist ein **Gemeindeplatz**, somit ist der von der Gemeinde eingesetzte **Platzwart** für Absagen **zuständig**, und nicht der Verein, schon **gar nicht ich**. Ich muß aber den Platzwart vor **unsachlichen** und **ungerechtfertigten** Unterstellungen in Schutz nehmen. Unser Platz war vor der Saison so gut wie lange nicht mehr. Dies ist zum größten Teil dem neuen Platzwart zu verdanken. Wenn die Witterungsverhältnisse sehr unsicher sind, ist eine Absage manchmal auch als Vorsichtsmaßnahme gedacht, denn Spiele müssen leider schon bis 10.00 Uhr abgesagt werden, und das ist dann oft ein Glücksspiel. Gerade in den Herbst- und Wintermonaten ist eine Wiederherrichtung wie Walzen usw. meist unmöglich. Und wo und von wem kann der Platzwart Hilfe erwarten? Am wenigsten von denen, die sich am meisten aufregen. Kritik ja, aber bitte sachlich und fair, denn jeder, auch der Platzwart, versucht sein Bestes.

Rolf Zeitler, Fußballfachwart

Falsch



Mit einem herkömmlichen Kopfkissen ist der Nacken unzureichend gestützt. Die Halswirbel sind nicht entlastet.

Richtig



Mit RUHEWOHL ist der Nacken perfekt gestützt. Egal, wie man sich dreht und wendet.

Das Kissen für den Nacken

Ist es möglich?

Sie haben noch nicht unser »Ruhewohl-Kopfkissen« getestet??
5 Tage kostenloses Probeliegen
(allerdings in Ihrem eigenen Bett)!

GIWA
MEDIZINBEDARF

Wurster Landstraße 156
27638 Wremen
Telefon 04705 / 1226



JUGENDFUSSBALL

- Ansprechpartner:** 1. Jugendwart: Thomas Neubert · Am Bahnhof 8 · 27638 Wremen
Telefon (04705) 1219
2. Jugendwart: Axel Heidtmann · Telefon (04705) 1300
- Mannschaften:** A-, B-, C-, D-, E-, F- und G-Jugend
- Übungsleiter:** **A-Jugend:** Axel Heidtmann · Telefon (04705) 1300
Matthias Endrowait · Telefon (04742) 2393
B-Jugend: Michael Bösch · Telefon (04742) 8608
Lutz Behme · Telefon (04742) 8584
C-Jugend: Jens Schüßler · Telefon (04742) 2233
Birger Menke · Telefon (04742) 578
D-Jugend: Björn Seebeck · Telefon (04742) 8327
Torben Eibs · Telefon (04705) 365
Sebastian Schmidt · Telefon (04705) 458
E-Jugend: Kay Schlutow · Telefon (04705) 1223
F-Jugend: Lüder u. Tini Menke · Telefon (04705) 689
G-Jugend: Annegret u. Frank Knippenberg · Tel. (04705) 582

„NEUES“ AUS DER JUGENDFUSSBALLABTEILUNG

Die Fußballspiele der Vorrunde sind nach dem neuen „Play-Off-System“ im Jugendfußballbetrieb abgeschlossen und die Tabellen geben den Stand der „SG Wremen/Mulsum“ wieder.

A-Junioren, Staffel I

1. MTV Lüdingworth	5	25: 7	12
2. Nordh./Land Wu.	6	17:15	10
3. Groden/Altenb.	5	12:12	10
4. Duhnen/Sahlenb.	6	9:29	0

B-Junioren, Staffel I

1. Nordh./Land Wu.	9	54: 9	25
2. RW Cuxh. II	9	37:20	16
3. Wremen/Mulsum	8	30:19	15
4. TuS Dorum	10	11:42	12
5. Groden/Altenbr.	8	20:27	9
6. Duhnen/Sahlenb.	8	7:42	0

C-Jugend, Staffel III

1. Siev./Ho./N'wa.	10	67:17	27
2. Langen/Debst.	10	61:11	27
3. Groden/Altenbr.	10	39:29	15
4. Nordh./Land Wu.	10	27:43	12
5. Wremen/Mulsum	10	27:71	9
6. Duhnen/Sahl. II	10	0:50	0

D-Jugend, 8er, Staffel IV

1. Wehdel/G'seth	8	35:17	19
2. Langen/Debst. II	7	24:20	13
3. Schiffdorf/Bramel	8	23:22	9
4. Wremen/Mulsum	6	14:16	7
5. FJSG Bederk. III	7	13:34	4

E-Jugend, Staffel VIII

1. FJSG Bederk. III	7	33: 9	19
2. 1. FC Schiffdorf	8	23:31	12
3. Langen/Debst. II	8	19:21	10
4. TSV Midlum	8	18:22	10
5. Wremen/Mulsum	7	10:20	4

F-Jugend, Staffel VII

1. TSV Sievern	5	23: 2	15
2. Wremen/Mulsum	5	9: 6	8
3. FJSG Bederk. II	5	6: 4	7
4. TSG Nordholz II	5	11:11	7
5. Langen/Debst. II	5	13:15	3
6. Langen/Debst. V	5	1:25	0

Die **A-Jugend** belegte in der Tabelle einen vorderen Platz und mußte ein Entscheidungsspiel auf dem neutralen Platz in Neuenwalde durchführen. Das Entscheidungsspiel wurde nach einer glanzvollen Mannschaftsleistung gegen **Groden/Altenbruch** mit **1:0 gewonnen**.

Die **A-Jugend** „SG Wremen/Mulsum“ spielt jetzt in der spielstärksten Staffel des Kreises Cuxhaven.

Den Trainern und Spielern dazu: „**Herzlichen Glückwunsch**“

Auch unsere **B-Jugend** konnte durch kontinuierliche Leistung überzeugen und schaffte die Einstufung zur Rückrunde in die spielstärkste Staffel.

Der Trainer Michael Bösch muß nach seinem schweren Verkehrsunfall noch passiv die B-Jugend führen.

Michael – **GUTE BESSERUNG – die SG und wir brauchen Dich!!!**

Aber Lutz Brehme hat von Freunden viel Mithilfe erfahren und wir können beruhigt die neue Runde angehen.

Trotz der personell schwachen **C-Jugend** schaffte Jens Schüßler es immer wieder, seine Jungen zusammenzuhalten. Dieses ist besonders zu würdigen, denn Jens ist beruflich auch sehr stark eingebunden. Eine Rückrunde in der nicht so spielstarken Staffel wird wieder für genügend Motivation sorgen.

Bei der **D-Jugend** lief es in der Vorrunde nicht so „rund“ und mit dem neuen Trainergespann Sebastian Schmidt, Björn Seebeck und Torben Eibs werden sich die Erfolge für die Mannschaft wieder einstellen.

Dank gilt hier dem 1. Vorsitzenden des TuS Mulsum, Helmut Klotzke, der sich bei der Trainersuche sehr einsetzte und die o. g. zu überzeugen vermochte.

Kay Schlutow hat seine **E-Jugend** trotz mehrerer Niederlagen zu einer tollen Mannschaft geformt und in der neuen Staffel werden sich dann auch bald wieder die Erfolge einstellen.

Tini und Lüder Menke haben wie gewohnt ihre **F-Jugend** sehr gut im Griff und können sich immer wieder über neue Mitspieler freuen. Der Zulauf in der F-Jugend ist sehr stark. Wenn man dann über einen großen Spielerkader verfügt, bleiben die Erfolge nicht aus.

Auch die **F-Jugend** ist in eine spielstärkere Klasse aufgestiegen. Vor einigen Monaten waren Lüder und ich bei der Fa. „auto-handelservice“ in Wallhöfen eingeladen. Wir konnten uns einen Satz Trikots für unsere F-Jugend aussuchen. Dieser Satz wurde vor einer Woche ausgehängt. Dadurch wurde unsere Vereinskasse wieder ein wenig verschont. Auf diesem Wege dem Sponsoren nochmals vielen Dank.

Mit wenigen Kindern begann die Arbeit von Frank und Annegret Knippenberg in der **G-Jugend**.

Zwischenzeitlich nimmt diese Mannschaft am offiziellen Spielbetrieb teil und schied erst kurz vor der Endrunde bei den Hallenmeisterschaften aus. Auch hier ist reger Zulauf zu verzeichnen und der Grundstock für eine starke Fußballjugend wird hier gelegt. „Klein fängt man an!“

So wie es bei den Trainern immer mal wieder Veränderungen gibt, habe ich nach vielen Jahren meiner Tätigkeit bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung des TuS Wremen 09 nicht wieder kandidiert. Dieses konnte ich mit gutem Gefühl machen, denn **Axel Heidtmann** als 2. Jugendwart und **Thomas Neubert** als Trainer haben durch ihre langjährige Erfahrung im Jugendfußballbereich oft unter Beweis gestellt, daß sie die neuen Aufgaben meistern werden.

Thomas Neubert wurde von der Versammlung am 13. 3. 98 zum neuen Jugendwart einstimmig gewählt. Ich wünsche Thomas viel Erfolg.

Auch wünsche ich ihm so viele sportliche Erfolge und schöne Erinnerungen, die mir

die langjährige Arbeit als Jugendtrainer und Jugendwart der **SG Wremen/Mulsum** gaben.

Auf diesem Wege möchte ich mich nochmals bei den Trainern, Spielern, Eltern und Helfern bedanken, die dazu beigetragen haben, daß der Jugendfußball „SG Wremen/Mulsum“ einen hohen Stellenwert erhalten hat.

Beim Vorstand möchte ich mich für das tolle Abschiedspräsent, ein Buch von Norbert Kuntze, „**WERDER BREMEN – Eine Karriere im kühlen Norden**“ und dem Zinnbecher mit Widmung recht herzlich bedanken. Auch diese nette Geste zeigt, daß es schön ist, Mitglied des **TuS Wremen 09** zu sein. Euer Manni Uhde

Der Zweiradmeister



Fahrräder und Zubehör

Jörg Wichmann · Speckenstr. 15a · Dorum · ☎ 0 47 42/22 67

Unser Service: Rund ums Rad

- Große Auswahl an Fahrrädern
- Hol- und Bringservice
- Ausliefern von Neu-Fahrrädern
- großes Ersatzteil- & Zubehörsortiment
- Fachkundige Beratung
- Reparatur- und Wartungsservice
- Kinderparadies für meine kleinen Kunden

*Sie wollen in stilvoller Umgebung Ihr
Familienfest, Ihr Firmenjubiläum feiern?*

*Altes Pastorenhaus
Misselwarden*



*Für Ihren
Geburtstag, Ihre
Hochzeit bieten
wir den
unvergeßlich
schönen Rahmen.*

*Terminabsprache mit
Joachim Hauck,
Tel. 04742 / 8125*

Zimmerei u. Holzhandel Udo Wisch

Zimmermeister

Wurster Landstr 38, 27632 Mulsum
Tel. + Fax 04742/8409

oder Vorweg 10, 21762 Otterndorf



**ASBESTENTSORGUNG
NEU- U. INNENAUSBAU
TREPPENBAU,
FENSTER U. TÜREN
SOWIE REPARATUREN**



KINDERTURNEN

Übungsleiterin:

Meike Kracke · Wremen · Telefon 309 sowie
Mirja Itjen, Kathy Kracke und Daniela Busch

Wir turnen:

Freitags 16.00 bis 17.00 Uhr
mit allen Kindern ab 4 Jahren

Freitags 17.00 bis 18.00 Uhr
mit allen Kindern ab 7 Jahren

Mittwochs 17.00 bis 18.00 Uhr
mit allen Kindern und Jugendlichen ab 10 Jahren
(in den Ferien wird nicht geturnt!)



HALLO!

Ich wollte nur kurz erklären, warum man mich nicht mehr so oft beim Turnen sieht. Im letzten Jahr beendete ich meine Ausbildung und wechselte meine Arbeitsstelle, wodurch sich dann meine Arbeitszeiten änderten. Nur ab und zu schaffe ich es, zum Turnen zu kommen, was ich sehr schade finde. Ich wünschte, ich hätte mehr Zeit, aber wie jeder weiß, Arbeit geht vor.

Die letzten Jahre waren sehr schön. Die Kinder haben mir viel Freude gemacht. Es war zwar nicht immer alles einfach, aber wir hatten eine Menge Spaß, egal ob wir turnten, spielten, sangen oder tanzten. Auch bei den Sportfesten und Ausflügen gab es viel zu lachen.

Ich werde auch in diesem Jahr versuchen, an den Sportfesten teilzunehmen, um die Kinder anzufeuern und um mich über die guten Leistungen zu freuen. Natürlich werde ich weiterhin Meike dabei helfen, die Kinder zu betreuen und zu beschäftigen.

Ich möchte mich noch bei allen bedanken, die mir ihr Vertrauen gaben und mir ihr Kind überließen. Ganz besonders danke ich Meike, die mir so viele Dinge beigebracht hat. Ohne sie wüßte ich nur halb so viel über Geräte, Kinderspiele, Kindertänze etc.

So, nun ist aber gut, schließlich will ich ja nicht aufhören. Ich werde versuchen, so oft wie möglich beim Turnen zu sein, um noch mehr Spaß zu haben und zu lernen.

Eure Mirja

In der sogenannten „dunklen Jahreszeit“ waren auch wir beim Kinderturnen sehr fleißig.

Ich versuche, das Kinderturnen so fit und fetzig wie möglich zu gestalten. Wir turnen an unseren Geräten, spielen, üben mit Handgeräten und auch die Musik darf nicht fehlen. Aber auch die Gesundheitsförderung wird im Bereich Kinderturnen immer wichtiger. 30 - 40% der Schulkinder haben Schwächen in den Bereichen Ausdauer, Haltung, Koordination und Verhalten. Wobei nicht immer alle Schwächen gleichzeitig auftreten, sondern auch einzeln bei den Kindern vorhanden sind. Erschreckend diese Zahl, wenn ich bedenke, daß die Kinder den größten Teil ihres Lebens noch vor sich haben. Trotzdem soll alles beim Kinderturnen Spaß machen, manchen fehlt das Selbstbewußtsein, andere wirken schwächlich und wiederum gibt es Kinder, die unkonzentriert und hibbelig sind. Aber alle Kinder bewegen sich gern, nur wenn sie merken, daß sie nicht so schnell sind wie die anderen, meiden sie Spiele, bei denen sie sich anstrengen müssen. Dadurch werden kleine Schwächen oft noch stärker ausgeprägt. Ich versuche, in spielerischen Bewegungsaufgaben diese Kinder zu motivieren. Zum Beispiel sollen die Kleinen über eine Langbank balancieren. Als nächstes wird dann rückwärts versucht und der Höhepunkt ist dann mit geschlossenen Augen. Aber alle Kinder balancieren, jeder so wie er kann, jedoch selbstermachen und ausprobieren wie weit man kommt! Oft hilft schon, wenn ich nur daneben stehe und absichere. So kommt es auch vor, daß wir einen großen Teil der Stunde mit den Bällen probieren. Wir versuchen, uns den Ball zuzuspielen, in einen Kasten zu werfen oder wir beschäftigen uns allein mit dem Ball. Aber alle haben einen Ball und jeder kann damit umgehen! Spielerisch wärmen wir uns auf und beenden auch unsere Zeit.

In der zweiten Stunde, für die Kinder ab sieben Jahren, wird die Zeit mehr turnerisch verbracht, wobei das spielerische nicht zu kurz kommt. Gerade steht das Turnabzeichen auf dem Programm.

Die Kinder und Jugendlichen ab 10 Jahren setzen ihre eigenen Prioritäten in der Gestaltung der Stunde. Je nach Lust und Laune wird hier geturnt, gespielt, getanzt oder gerade das geübt, was in der Schule auf dem Programm steht.

Unser gemeinsames Turnjahr haben wir mit einer gemütlichen Weihnachtsfeier in unserem Geräteraum abgeschlossen. Auch hatten wir hohen Besuch von dem Mann mit dem roten Mantel, der einen von den Kindern gestalteten Julklap überbrachte.

In diesem Jahr werden wir auch wieder am Kreisturnfest in Lüdingworth (21. 6. 98), sowie am Kreissportfest in Langen

(19. 7. 98) teilnehmen. Bitte schon einmal die Termine vormerken. Auch ist wieder ein Tanz in der dritten Gruppe in Arbeit, also wer noch Lust hat mitzumachen, ist herzlich willkommen.

Nach dem tollen Erfolg unserer Kindermaskerade, denken wir über eine Disco für Kinder am Nachmittag und für Kids am Abend nach. Jedoch fehlen noch die genauen Einzelheiten, wer aber Ideen und Lust hat mitzumachen, bitte melden!!!

Auch plane ich wieder eine kleine Fahrradtour zum Abschluß der Saison vor den Sommerferien. Für alle, die bereits teilgenommen haben oder teilnehmen werden, vielleicht gibt es schon Anregungen oder Ideen für diese Aktion.

Wie Ihr seht, 'ne Menge los im Bereich Kinderturnen. Wer also Lust hat mitzumachen, kommt vorbei!!!

Wir sehen uns in der Turnhalle!

Eure Meike



Hotel · Pension
„Treibsand“
 Bistro · Gartenterrasse

27638 Wremen · Lange Straße 46
 Telefon 0 47 05 · 9 49 30 · Telefax 0 47 05 · 94 93 16

New und
 Gebrauchtwagen
 Finanzierung
 Leasing
 Kundendienst
 Ersatzteile



*Sympatisch
 & Zuverlässig*

• **Autohaus** •
Land Wursten

Schlieben · Dorum
 Telefon 0 47 42 / 92 90-0
 Telefax 0 47 42 / 92 20 27

Das leistungsfähige Autohaus zwischen Cuxhaven und Bremerhaven



LAUFTREFF

Zu allen Terminen sind Neubürger, Kurz- und Langurlauber herzlich willkommen.

Ansprechpartner: Hellen Struck · Telefon (04705) 12 45
 Carola Niemeyer · Telefon 664
 Theo Schüßler · Telefon 201 oder (04742) 15 73
Wann: Montag, Mittwoch, Freitag 18.00 Uhr Volksbank
 Sonntag 10.00 Uhr Parkplatz Arztpraxis
 Montag und Donnerstag 19.00 Uhr Schulhof

DIE EINZELNEN LAUFTREFFGRUPPEN HABEN SO IHRE EIGENE ART!

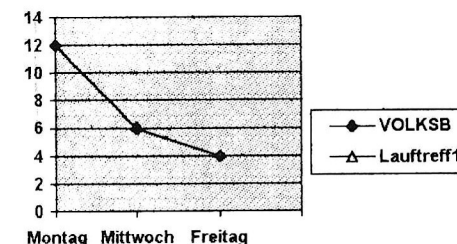
Diese Gruppen möchte ich allen Interessierten hier einmal vorstellen.

Montags – Mittwochs – Freitags jeweils um 18 Uhr an der Volksbank trifft sich eine feste Gruppe im Alter von 30 bis 55 Jahren weiblich und männlich. Zwei Gruppen mit verschiedenen Geschwindigkeiten bilden sich bereits beim Start. Mit etwa 7 Min. pro Kilometer sind die sinigeren Jogger unterwegs – für die schnelleren ist das Tempo so etwa zwischen 5 1/2 und 6 Min. pro Kilometer. Die gemeinsame Laufstrecke führt fast immer von der Volksbank Richtung Hofe auf dem Fahrradweg entlang nach Hülsing. In Schottwarden am Deich geht's dann Richtung Norden unten auf dem sogenannten „Deichverteidigungsweg“ oder oben auf der Deichkuppe zum Wremer Tief. Hier teilen sich die Strecken – die 6-km-Freaks düsen auf der Strandstraße zum Ausgangsort und die Tempobolzer laufen am Deich weiter über Rintzeln und Üterlue Specken zurück insgesamt ca. 8,5 km.

Das Reden unterwegs gehört sicher zu jeder gemeinsamen Laufrunde.

Themen?? Tempo?? und Theo von der Volksbank

vielleicht mit den neuesten Aktienkursen?



Oben ist die Winterkurve der Teilnehmerzahlen zu sehen, im Frühjahr und Sommer sieht sie ganz anders aus!

Laufneulinge, Anfänger und Fortgeschrittene sind willkommen.

Willi-Heide-Karl-Heinz-Otto-Annette-Theo-Rita-Thorsten-Elke-Barbara-Bäbel-Marlies u. a. freuen sich auf Mitläufer.

Sonntags um 10 Uhr an der Arztpraxis geht eine weitere Lauftruppe ans Werk. Bereits seit über 10 Jahren gibt es diesen Lauftreff an dem Ort zu dieser Zeit.

Wir sind so zwischen 4 und 10 Läuferinnen und Läufer, die sich um ein gemeinsames Tempo bemühen und immer öfter die zur Zufriedenheit der langsameren und schnelleren sich einigen – wichtig ist, daß jeder weiß, welche Geschwindigkeit sie/er braucht und dies der laufenden Gruppe mitteilt.

Die Strecke führt zumeist über Üterlue Specken zum Deich – um unterwegs einen unserer Senioren aufzugabeln. Von dort wenden wir uns je nach Lust und Windrichtung nach Weddewarden oder zum Zollhaus nach Norden. Über das Binnenland führt der Weg zurück – eine Streckenlänge von 15 - 18 km.

In letzter Zeit stießen immer mal wieder neue Läufer dazu, Johan, der Wikinger und Udo, der fleißige Trainerer. Ab und an haben wir Ambitionen, an einem Volkslauf teilzunehmen. Streckenlänge bis hin zum Marathon. Die wöchentlichen Trainingsrunden werden dafür dann für einige Monate auf 50 - 70 km ausgedehnt.

Montag und Donnerstag um 19 Uhr auf dem Schulhof trifft sich Bübis und Heikes Lauftruppe. Am Donnerstag regelmäßig mit 3 bis 6 Teilnehmern. 8,5 km oder 12 km stehen auf dem Programm, je nach Jahreszeit. Hofe - Hülsing - Schottwarden - Tief - Rintzeln und zurück zum Ort oder noch weiter nördlich bis Schmarren wird gelaufen. Die Geschwindigkeit richtet sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmer und wird unterwegs ausgehandelt.

Bei allen Lauftreffgruppen stehen die Gespräche untereinander oben an – wer noch reden kann beim Laufen hat das richtige Tempo! Man kümmert sich um die festen Teilnehmer.

Für alle Anfänger oder Wiederanfänger seien hier einige Zeilen aus dem „Zen des Laufens“ zum Trost zitiert: „Wenn du zunächst mit jedem Schritt schwer keuchend aus- und einatmest, was dann? Lauf ein wenig weiter, tanzend und froh, voller Liebe zu der Gabe, die uns allen innewohnt. *Nach und nach, wenn sich dein Lauf verlängert, wird auch dein Atem länger.*“

Henning Siats

SILVESTERLAUF VON WREMEN ZUM WELLENBAD DUHNEN

Auch im vergangenen Jahr ließen es sich Mitglieder unserer *international(!)* besetzten Sonntagslaufgruppe¹ nicht nehmen, am letzten Sonntag des Jahres '97 zum traditionellen Jahresabschlußlauf zum Duhner Wellenbad aufzubrechen. Nachdem unsere Taschen im TuS-Bus sicher verstaut waren, einiges an logistischer Vorarbeit war auch diesmal zu leisten, trabten Heike Vogler, Renate Samsel, Henning Siats, Johan Wigger, Hartmut Holst, Peter Valentinitsch, Gerd Anders, Gerhard Reese und Renates Bruder Joachim Grützner, der dafür extra aus Augsburg anreiste, und die „Sport-Hundedamen“ Dina und Fabi pünktlich um neun Uhr bei angenehmer Temperatur in Richtung Cuxhaven los. Unsere leibliche Versorgung war dermaßen ausgefeilt, daß uns Durstigen alle 10 Kilometer warmer Tee oder Saft und den Hungrigen Obst und Früchtepriten aus Renates Back-



Lauftreff Silvesterlauf:
Von Wremen nach Duhnen
Pause am Bunker nördlich von
Spieka-Neufeld

ofen – meine persönlichen Favoriten – von den begleitenden (Ehe)partnern erreicht werden konnte. Unter – für diese Jahreszeit – fast optimalen Witterungsbedingungen verging denn auch die Zeit wie im Flug, zumal leichter Rückenwind unterstützend eingriff. Ein paar Neuerungen unterwegs, wie den „Streckenaus-

SPORT KANZLER
IHR SPORTFACHGESCHÄFT IN

SPORT 2000
the point of sport

DEBSTEDTER STRASSE 3
27607 LANGEN
TELEFON 0 47 43 / 60 49
TELEFAX 0 47 43 / 42 10

adidas NIKE ONYX

DUNLOP BABOLAT DOUBLE LINE

asics ellesse erima

JAE JEANTEX

Joola killtec

Lotto HEAD hummel

Reebok HEAD ONYX

SPEEDO Sergio Tacchini

YORK WILSON

BEFE & BELFE ACTIVE

UMBRO FILA



Vor dem 33 km-Lauf

bau“ südlich von Sahlenburg (befestigte Trasse für Radfahrer und Reiter!), nahmen wir freudig zur Kenntnis, dafür waren nördlich des Posterholungsheimes in Arensch am Deich ein paar Stacheldrahtzäune mehr zu überwinden als im Jahr zuvor. Nach knapp vier Stunden standen wir schließlich alle verschwitzt unter der heißen Dusche und ließen uns danach auf den Wellen treiben, die alle 20 Minuten im Bad für Bewegung sorgen. Erst auf der Rückfahrt wurde uns so richtig be-

wußt, was für einen Riesentörn wir uns zugemutet haben. So ganz aus dem Stand heraus, ist so eine Strecke sicher nicht zu bewältigen. Jeder von uns hatte sich selbstverständlich gründlich auf diesen Lauf vorbereitet. So bleibt zu hoffen, daß der geplante Umbau des Wellenbades bis zum Dezember dieses Jahres entweder abgeschlossen ist, oder noch nicht begonnen hat: Denn, wir kommen wieder!

-pv

Deutschland, Österreich, Norwegen



Nach 33 km-Lauf in Duhnen

Karin, Achim, Gerhard, Jeffrey, Hartmut, Henning, Johan, Renate, Peter, Heike, Gerd

Ihr Fachgeschäft
im Lande Wursten

**HERBERT
POLACK**

Klempner-, Installateur- und Heizungsbaumeister

- Heizung ● Lüftung ● Ölfeuerung ● Bauklempnerei
- Sanitär ● Solar- und Wärmepumpentechnik ● Kundendienst

27632 Dorum · Im Speckenfeld 1 · Tel. (04742) 92 82 - 0 · Fax 92 82 20

SENIORENGRUPPE

Leiterin:

Wann:

Wo:

Anja Schmidtman · Telefon (04742) 2361

Dienstags 19.00 Uhr

Turnhalle Wremen



Ende des letzten Jahres hörte ich, daß in Wremen eine neue Gruppenleiterin für die Seniorengruppe gesucht wird. Nach kurzer Überlegung sagte ich mir: toll, das ist was für mich! Dann nach zwei, drei Telefonaten stand fest, daß ich jeden

Dienstag von 19 - 20 Uhr von meinem Sofa runterkomme. Seit Anfang Januar fordere ich nun meine tolle Gruppe von immerhin 12 Frauen auf, mit mir leichte Dehnübungen, Gymnastik und Bodenturnen zu machen und zu guter letzt noch was für die Muskelentspannung zu tun.

Auch den Sommer haben wir schon verplant mit einigen Aktivitäten. Wattlaufen, Fahrradtouren und sicherlich auch mal ein gemütliches Beisammensitzen bei einem erfrischenden Eis.

Wenn auch Sie ab ca. 50 Jahre mit und ohne „kleine Wehwehchen“ dienstags eine Stunde mit uns in guter Laune aktiv sein wollen, dann sind Sie bei uns genau richtig und gerne gesehen.

Ich freue mich auf ein gemeinsames „Schwitzen“.

Anja Schmidtman

Bäcker Dahl

Bäckerei - Konditorei



Fitmacher-Brote aus
biol. Vollkorngetreide –
Dinkel, Weizen, Roggen

Wurster Landstr. 143 · Tel. (04705) 252

27638 Nordseebad Wremen

Konditorei

Eiscafé Dahl

Das Sommercafé inmitten von
Palmen und uralten Bäumen.

Spielplatz für die Kleinen vorhanden.
Leckere Sahnetorten und köstliches Eis –
alles aus eigener Herstellung.

Täglich ab 14.30 Uhr geöffnet.

Lange Straße 41 · Tel. (04705) 810 900

27638 Nordseebad Wremen

Drogerie Dieter Wöbber

... Ihr Foto-Service
Entwickeln, Kopieren, Vergrößern



Nordseebad Wremen

LOTTO + TOTO



LOHNSTEUER HILFE-RING

Deutschland e.V. (Lohnsteuerhilfverein)
An der Kattrepel 4 · 27638 WREMEN

Mitglieder beraten wir und helfen ihnen ganzjährig bei allen

- Lohnsteuerangelegenheiten
- Kindergeldsachen
- Anträgen auf Eigenheimzulage

Termine nach telefonischer Vereinbarung: (0 47 05) 482



HANDGEWEBTES
auf 225 Jahre alten Bauernwebstühlen:
Schafwollbrücken, Tischläufer, Kissen, Wandbehänge
GALERIE, WOLLBOUTIQUE, KERAMIK,
GESCHENKE, **MARITIME BEKLEIDUNG**

Wurster Webstube
Eike Döhle-Kaya, 27638 Wremen, Wurster Landstraße 140,
täglich 11-18 Uhr, ☎ (04705) 752



SPORTABZEICHEN

Übungsleiter:

Anke Menke, Klaus Schulte, Wolfgang Tietje · Telefon (04742) 578

Übungsstunden:

Im Juni, im Juli bis zu den Sommerferien und im September
jeweils montags um 19.00 Uhr auf dem Sportplatz Wremen,
gelegentlich auch auf der Dorumer Sportanlage.
Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Im vergangenen Jahr war der allgemeine Trend auf Kreisebene – nämlich Rückgang der Sportabzeichenabnahmen – in unserem Verein nicht zu verzeichnen. Die durchschnittliche Teilnehmerzahl in den letzten Jahren war 13 – in '97 waren wir 14 Teilnehmer. Aus Mulsum kamen Wolfgang Tietje und Andres Eickenjäger sowie drei Jugendliche neu zu uns. Wolfgang

Tietje ist künftighin bereit, bei den Abnahmen mitzuhelfen, worüber ich mich sehr freue. So muß ich nicht lückenlos den ganzen Sommer montags parat sein, sondern wir können uns bei Bedarf auch mit Klaus Schulte abwechseln. Besonderheit in '97 war, daß wir zu dritt – Hermann Follstich, Christa Uhde und ich – in Folge zum 10. Mal das Sport-



Von links: Uwe Friedhoff, Norma Schröter, Britta Vierling, Walter Heyroth, Renate Heitmann, Matthias Tietje, Andreas Eickenjäger, Christa Uhde, Daniel Schelllauf, Anke Menke, Wolfgang Tietje, Hermann Follstich.

abzeichnen gemacht haben. Schön wäre es, wenn wir noch einige Jahre anhängen könnten und auch die übrigen treuen Wiederholer das 10. und mehr Abzeichen machen.

Wir waren schon rechtzeitig im Herbst mit allen Disziplinen durch und ich hatte schon Anfang Dezember die Urkunden vom DSB zurück. Um nicht in die terminreiche Zeit vor Weihnachten zu kommen, haben wir die Verleihung Anfang Februar '98 in der „Fischerstube“ vorgenommen. In diesem Jahr fangen wir im Juni mit den Übungen und Abnahmen an. Genaue Informationen werde ich auf einem Plakat am Kassenhäuschen am Sportplatz geben. Teilnehmer waren:

Erwachsene

Hermann Follstich (Gold 10 Wiederholer)
Walter Heyroth (Gold Wiederholer)
Reinhard Rehwinkel (Gold Wiederholer)
Wolfgang Tietje (Bronze Neuverleihung)
Andreas Eickenjäger
(Bronze Neuverleihung)

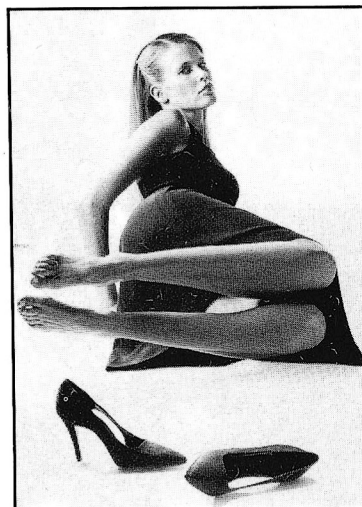
Renate Heitmann (Gold)
Christa Uhde (Gold 10 Wiederholer)
Anke Menke (Gold 10 Wiederholer)

Jugendliche

Matthias Tietje (Bronze Neuverleihung)
Daniel Schellong (Bronze Neuverleihung)
Carsten Sierck (Bronze Neuverleihung)
Norma Schröter (Silber)
Britta Vierling (Silber)

Schülerin

Kristin Sachse (Bronze Neuverleihung)
Anke Menke



House
of
Style

Exklusive Schuhmode & Accessoires.

Schillerstraße 6
Cuxhaven
Telefon 71 19 35 / 36

JOOP!

KENZO
PARIS

BOND. James BOND



TRAMPOLIN

Übungsleiter:

Gerhard Ruhland · Telefon (04705) 1319

Wann:

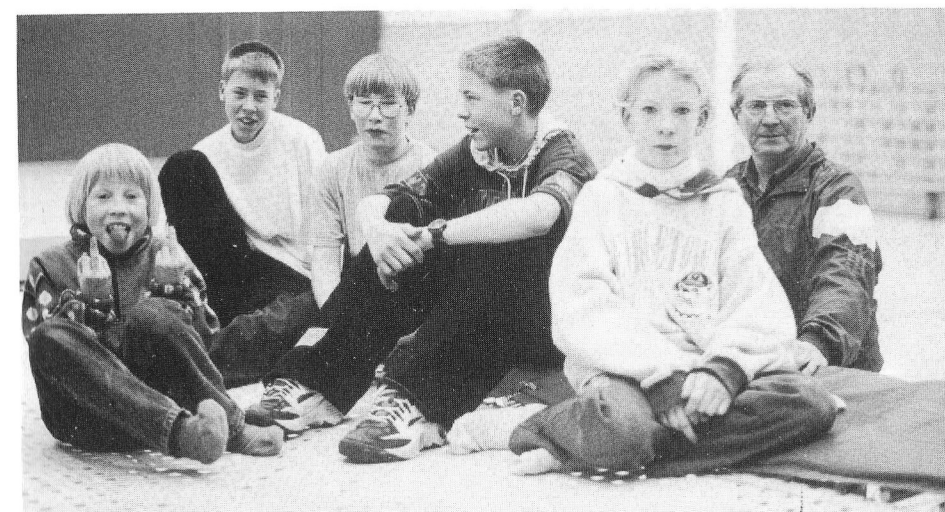
Dienstags 18.00 - 19.00 Uhr

Wo:

Wremer Schule

Ob Fußball, Handball, Tennis, Reiten oder Golf – Auf's und Ab's, das wissen alle Aktiven und deren Trainer, Betreuer und Begleiter, gibt es überall. Mal zur großen Freude beim Auf, mal zum Frust beim Ab. Gute Placierungen im Wettkampf sind wichtig für die eigene Motivation und schlechte Ergebnisse und Tabellenplätze taugen nicht für ein harmonisches Wochenende im Kreise der Familie. Wer kennt z. B. nicht die Stimmung eines Torjägers nach einem spielentscheidenden verschossenen Elfmeter?! Auf und ab geht's auch auf dem Trampolin. Nur mit einem wesentlichen Unter-

schied zu vielen anderen Sportarten: Auf ist schön und ab ist genauso schön – vielleicht sogar noch schöner! Es ist ein herrliches Gefühl, nach dem Sprung unter die Hallendecke auf dem Trampolin zu landen, um mit frischem Schwung erneut in die Höhe katapultiert zu werden. Super! Eins steht fest, unmittelbar nach Bungee-Jumping kommt „gefühlstechnisch“ das Trampolin. Wer's nicht glaubt, kann es gern mal ausprobieren. Ihr wißt ja, Dienstag gibt's zum Fernsehabend eine gesunde Alternative – Trampolinturnen in der Wremer Sporthalle.



Gerhard Ruhland mit einigen seiner hoffnungsvollen Talente.

NEUERÖFFNUNG

einer Pension und eines Cafés in der Strandstraße 13

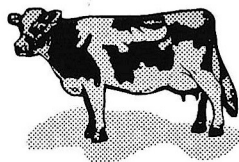
Im April eröffnen wir die ehemalige Pension Meeresfrieden.
Genießen Sie die gemütliche Atmosphäre in unserem Café sowie auf
der sonnigen Terrasse bei Eis und hausgemachtem Kuchen und Torten.

Die Fremdenzimmer mit TV und Telefon wurden liebevoll renoviert.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Inh.: M. Annis · Telefon (04705) 455

**Fleisch und Wurst
direkt vom Bauern**



VERKAUF

in der Wurster Landstraße
neben der Bäckerei Dahl

Freitag: 8-12 u. 14-18 Uhr

Samstag: 8-12 Uhr

Matthias Brüggemann

**Lange Straße 6 · 27607 Sievern
Telefon (04743) 16 92**

Verkauf ab Hof
14 - 16 Uhr



**Florale Trockenbinderei
Dekoration**

Sabine Sievers

**Hinter der Bahn 22 · 27632 Mulsum
Tel. + Fax (04742) 1727**

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr · Sa 9.00 - 13.00 Uhr



VOLLEYBALL

Spartenleiterin: Kathrin Dahl · Telefon (04705) 1251

Übungsleiter für die Leistungsgruppe der Damen:

Hans Werner Grevenstein und Holger Wieting

Ansprechpartner der Freizeitmannschaft:

Rik von Brückner

Übungszeiten:	Montag	17.00 - 18.30 Uhr	Jugend
		18.30 - 20.00 Uhr	Leistungsgruppe
	Mittwoch	20.30 - 22.00 Uhr	Freizeitgruppe
	Freitag	18.00 - 19.00 Uhr	Jugend
		19.00 - 21.00 Uhr	Leistungsgruppe

Wo:

Wremer Turnhalle

HEY, IHR SPORTSKANONEN!!!

Wir Volleyballerinnen der Jugendgruppe laden Euch ganz herzlich zu unserem immer wieder lustigen Training ein. Dieses „äußerst“ amüsante Training findet jeden Mittwoch und Freitag jeweils von 18.00 - 19.30 Uhr in der Wremer Sport-halle statt. Wir würden uns tierisch über

jedes neue Gesicht freuen, das uns mit aller Kraft unterstützen will. Unsere Gruppe besteht bis jetzt leider nur aus acht Leuten. Ach ja! Wir sind alle so im Alter von 14 - 17 Jahren und halten auch nach dem Training gerne noch mal ein kleines Pläuderchen. Da wir es in den letzten drei Monaten mit Hängen und Würgen geschafft haben, in der



V. l. n. r.: Mareike Schumacher, Julia Kortzak, Sonja Dahl, Silvana, Katrin Dahl, Janin Kortzak, Varina Neubert, Josef Vollmannshauser.

Landesliga Bremerhaven unter die ersten drei Plätze zu gelangen, macht es uns jetzt doppelt so viel Spaß, unseren hart erkämpften Platz zu verteidigen. In diesem Zusammenhang wollen wir es uns nicht nehmen lassen, unserem einzigartigen Trainer Josef Vollmannshauser herzlich zu danken. Nur durch sein Engagement ist es uns gelungen, so weit zu kommen. Wir haben es allerdings nicht nur geschafft unter die ersten drei Plätze zu kommen, sondern haben auch eine tolle Mannschaftsgemeinschaft aufgebaut. Deswegen herrscht bei unseren Spielen immer eine super Atmosphäre. Also, wenn Ihr Lust bekommt habt und auch dazugehören wollt!? Dann nichts wie auf's Fahrrad geschwungen und rauf auf's Volleyballfeld. Wir freuen uns schon auf Euch!!!
Varina Neubert i. V.

der Jugendvolleyballmannschaft



3 D - von vorne: Varina Neubert, Mareike Schumacher, Janin Kortzak, Sonja Dahl, Katrin Dahl

Kurz vor Redaktionsschluß haben wir noch eine gute Meldung: An unserem letzten, über unseren Aufstieg entscheidenden Spieltag, haben wir es geschafft, den bisher ungeschlagenen Tabellenführer BTS Neustadt 3:1 zu schlagen. In der vorherigen Saison hatten wir leider in der Rückrunde einige Verletzte zu beklagen und konnten dadurch den angestrebten Aufstieg nicht schaffen. Dieses Jahr hatten wir weniger Ausfälle und auch zusätzliche Spielerinnen, so daß wir am Ende auf dem 2. Platz in der Landesliga gelandet sind und somit direkt in die Verbandsliga aufsteigen werden.
Kathrin Dahl

FUN-VOLLEYBALL

Schon seit vielen Jahren spielen wir am Mittwohabend ab 20.30 Uhr Freizeit-Volleyball.

Wir, das sind Männlein und Weiblein im Alter zwischen 18 und uralt.

Wir, das sind Anfänger, Fortgeschrittene und „Halbprofis“.

Wir, das sind Schüler/innen, Azubis, Lehrer, Krankenschwestern, Beamte, Angestellte, Hausfrauen, Ärzte und, und, und...

Wir, das sind Laute und Ruhige, Lustige und Ernstere, Dicke und Dünne, Große und Kleine.

Um einen schon seit Jahren festeren Kern verändert sich die Gruppe immer wieder, was bedeutet, daß wir jederzeit für alle Interessenten offen sind.

Ansprechpartner: Rik von Brückner, Telefon (04705) 331, Fax (04705) 950004.



Vordere Reihe: Birgit Ropers, Katrin Walker, Martina Preckel.

Hintere Reihe: Svenja Mehrrens, Martina Recht, Kathrin Truhart, Kathrin Dahl, Heike Schneider, Holger Wieting

Es fehlen: Imke Figger, Hans-Werner Grevenstein

IHR
GUTER

VOLLKORN-
BÄCKER



FACHGERECHT AUS EINER HAND
RAUM AUSSTATTUNG Raumausstatter
 Handwerk
VOM
RAUM AUSSTATTER

Mitglied der Innung



*Sicht- und Sonnenschutz · Teppiche · Gardinen
 Tapeten · Bodenbeläge · Polsterei und Möbel*

Raumausstatter-Meisterbetrieb K. H. Mahr

Lange Straße 7 · 27632 Dorum

Telefon (04742) 20 09 · Telefax (04742) 655



GÄRTNEREI

+ BLUMENHAUS

NORDSEEBAD DORUM

EICHENHAMM 7 · TELEFON 0 47 42/20 13

AM MARKT 5 · TELEFON 0 47 42/20 24

Pakusch

elektro

**Elektroinstallateur-
 Meisterbetrieb**

Installation von

● **Elektro-Anlagen** ● **Speicherheizungen** ● **Antennen-Anlagen**

Üterlüespecken 35 • 27638 Wremen

☎ (04705) 95 00 40 • Fax (04705) 95 00 41



WALKING

Ansprechpartnerin: Rita Bourbeck · Tel. (04742) 1503

Treffpunkt: Drogerie Wöbber

Wann: jeden Montag und Donnerstag 18.30 Uhr

In diesem Winterhalbjahr ging in unserer Walkinggruppe ein kleines Teufelchen um, welches uns eingeflüstert hat, daß nach einem stressigen Tag ein Abend auf dem Sofa ja wohl einem flotten Gang an der frischen Luft vorzuziehen sei. Es ist ja draußen so dunkel, kalt, naß, windig und überhaupt.

So kam es, daß in diesem Winter auch mal die eine oder andere Walkerin allein an unserem Treffpunkt stand und so allein auch nicht unbedingt Lust verspürte, in flottem Tempo unsere Winterlaufstrecke auf dem Fahrradweg Richtung Mulsum und zurück zu walken.

Walken ist praktisch für jedermann/-frau geeignet. Eine besondere Ausrüstung ist nicht notwendig. Legere sportliche Kleidung, Sportschuhe oder sportliches Schuhwerk genügen. Für's Walking gibt es bereits spezielle Schuhmodelle. Sie besitzen einen abgeschrägteren und niedrigeren Absatz als Joggingsschuhe und sind auch an der Schuhspitze abgerundet. Der Fuß kann dadurch beim Gehen von der Ferse zu den Zehen besser abrollen.

Hier in der Gegend sind spezielle Walkingschuhe aber schwierig zu bekommen. Einzig in einem Geschäft in Bremerhaven wurden wir fündig. Dort gab es ein Paar Walkingschuhe. Anders in den USA: Dort habe ich in meinem Urlaub im Oktober 1997 die Erfahrung gemacht, daß Walking **die** Freizeitbeschäftigung für jedermann/-frau ist.

In den Sportgeschäften gab es ca. 30 verschiedene Modelle Walkingschuhe zur Auswahl, so habe ich mir auch ein Paar Schuhe mitgebracht.

Walken kann man in jedem Alter – und dann noch gemeinsam mit anderen. Außerdem ist Walking wesentlich gelenkschonender als Jogging. Die Gelenke müssen bei jedem Schritt nur das 1,5-fache des Körpergewichts abfedern (beim Laufen das 3 - 4-fache). Walking ist auch kommunikativ – man hat immer genügend Luft für eine Unterhaltung.

So werden unsere guten Vorsätze fürs Frühjahr – mehr Bewegung an der frischen Luft – wohl in die Tat umgesetzt werden.

Rita Bourbeck





qualifizierter
Meisterbetrieb
für Fenster+Türen

Rolf Saß

Bautischlerei – Innenausbau

Fenster, Türen, Verglasungen, Treppen,
Decken- und Wandverkleidungen

27638 Wremen

Wurster Landstraße 166

☎ (04705) 236

Fax (04705) 795

Appartment-Ferienhaus

KRABBE

Marion Herfort

Wurster Landstraße 120 · ☎ (04705) 605 · 27638 Wremen

Ganzjährig geöffnet

SPAR



H. Holling • Poststraße 3 • 27632 Dorum
Das Einkaufsparadies im Lande Wursten Telefon (04742) 645

Bei Abgabe dieser Anzeige erhalten Sie im SPAR-Markt Dorum:
3 Tafeln Ritter-Sport-Schokolade für 2,- DM

KOMMEN SIE ZU UNS:

Das freundliche SPAR-Markt-Team erwartet Sie. Parkplatz rund um den SPAR-Markt.

Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 19.00 Uhr · Sa 8.00 - 13.00 Uhr

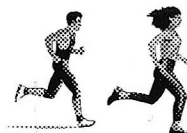
Filiale: SPAR-Markt Midlum · Dorfstraße 8 · Telefon (04741) 31 97

MARATHON 1988 IN BREMEN

12 Wremer starten das erste Mal

Vor 10 Jahren sind 12 Wremer zusammen für alle das erste Mal in Bremen Marathon gelaufen. Daran erinnert das schöne Bild, daß die Nummer 11 der Vereinszeitschrift als Titelbild ziert und das alle 12 vor der Bremer Stadthalle nach dem Lauf in bester Gesundheit zeigt. Anlässlich des 10. Jahrestages dieses denkwürdigen Ereignisses wurden alle, die damals dabei gewesen sind, zu einer Stellungnahme zu folgenden Fragen gebeten:

- Was bedeutet Dir das Laufen heute noch? Läufst Du noch, viel, Wettkämpfe, Marathons, oder machst Du anderen Sport?
 - Was hat das Laufen Dir sonst noch gebracht, hat es etwas in Deinem Leben verändert?
 - Wie ist Deine Erinnerung daran?
- Wir drucken hier die Antworten der 12 ab.



Mein Rückblick auf den Bremer Marathon vor 10 Jahren

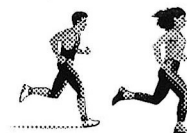
Eigentlich laufe ich regelmäßig seit

1968, mit kleinen Unterbrechungen. Daran hat sich bis heute nicht viel geändert. Im Vergleich zu damals laufe ich allerdings eher langsam und genieße es dafür viel intensiver. Außerdem gesellten sich im Laufe der Jahre neue, verlockende Sportarten hinzu. Und so verteile ich heute einen Teil meiner Freizeit, die ich am Anfang nur mit Laufen verbracht habe, sozusagen auf mehrere Bewegungsarten wie Radfahren, Schwimmen, Bergwandern oder Inlineskaten. Meine Wahl fiel und fällt immer auf Sportarten, die mir eine Ausdauerleistung an der frischen Luft ermöglichen. Die Zeit der Marathons (3),

Triathlons (5) und anderer Wettkämpfe (ungezählt) liegt hinter mir, zu beweisen gibt's nichts mehr. Das schließt andere Läufe, wie z. B. Wremen - Duhnen am Jahresende, nicht aus. Bloß wettkampfmäßig läuft, im Moment jedenfalls, nichts. Ein Leben ohne ganzjährig zu betreibenden Sport in freier Natur kann ich mir nicht mehr vorstellen. Dabei wollte ich damals nur gegen meine Migräneattacken etwas unternehmen – mit Erfolg. Nicht nur die Migräne verschwand wie durch Zauberhand, auch viele andere kleine Wehwehchen gleich mit. Ärzte, mein Zahnarzt ausgenommen, werden durch mich jedenfalls nicht reich. Aber vielleicht ist mein gesundheitlicher Vorsprung nur aufgeschoben, wer weiß.

Die Erinnerung an meinen ersten Marathon gehört sicher zu den herausragenden Ereignissen in meinem Leben. Das Gefühl, optimal vorbereitet an diesem Tag nichts verschenkt und die eigene Leistungsfähigkeit genau richtig eingeschätzt zu haben, war deeer Kick überhaupt! Der erste Marathon ist immer Neuland, voll der Spannung und Ungewißheit. Übrigens gelang es mir nicht, die 3 Stunden und 22 Minuten meines ersten Marathons zu unterbieten. Für mich kann ich sagen, daß nach dem ersten die „Luft raus“ war und die nachfolgenden nie wieder dieses Prickeln in mir erzeugen konnten.

Peter Val.



Das Laufen bedeutet mir auch nach meiner Operation sehr viel. Ich laufe zwar nicht mehr so

viel und verbissen wie vorher, aber immer noch zwei- bis dreimal in der Woche.

Wettkämpfe möchte ich zwar nicht mehr so viel laufen, ich laufe mehr für mich, um ein wenig fit zu bleiben, dazu gehört auch das Schwimmen am Sonntagmorgen mit der Familie. Sehr gern mache ich auch größere Spaziergänge am Deich. Das Laufen hat mir persönlich die eine oder andere Freundschaft gebracht, die bis heute anhält. Das Laufen hat mein Leben dadurch verändert, daß ich gesundheitsbewußter lebe. Die Erinnerung an die gemeinschaftlichen Stadtmarathons (Hamburg, Berlin) waren die schönsten.

P. S.: Zum Laufen muß man einfach Lust haben, sonst sollte man es erst gar nicht anfangen! Nach einem guten Lauf fühlt man sich einfach gelöst und locker, wie nach einer guten Nacht im Himmelbett. War mir ein Vergnügen! Bubi



Nach unserem erfolgreichen ersten Marathon in Bremen 1988 erlebte die Begeisterung für das

Langstreckenlaufen in Wremen und umzu neue Höhepunkte. Gemeinsam bereiteten wir uns in den folgenden Jahren auf weitere Volksläufe und Stadtmarathons vor. So war ich 1989 und 1990 beim Berlin-Marathon, 1990 nochmals beim Bremen-Marathon dabei. In sehr guter Erinnerung sind mir auch die Volksläufe auf Sylt.

In den letzten Jahren habe ich allerdings nicht mehr viel Zeit gefunden für intensives Lauftraining und Teilnahme an Wettkämpfen. Meist komme ich nur ein- oder zweimal in der Woche zum Joggen, oft nur am Wochenende. Auch betreibe ich je nach Wetter und Jahreszeit jetzt mehr andere Sportarten wie Radfahren oder Schwimmen. Ich halte das Laufen und andere Ausdauersportarten weiterhin für wichtig zur Gesunderhaltung und zum Streßabbau im Berufsleben und hoffe, in Zukunft wieder mehr Zeit dafür zu finden.

Peter Augustin

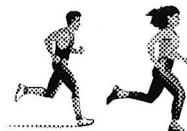


Daß ich meinen ersten Marathon vor 10 Jahren in Bremen geschafft habe, mich hinterher bom-

big gefühlt habe und nicht wenig stolz auf meine Leistung war, kann ich noch gut erinnern. Ich weiß noch gut, wie wir uns in der Gruppe gewissenhaft darauf vorbereitet haben, Beate und ich ganz mutig als einige Frauen in der Männer-schar. Danach kamen noch vier weitere Marathonläufe, unter anderem in Berlin und New York, aber das Glück war nie wieder dasselbe. Ich laufe immer noch, aber nicht mehr so viel, so oft, so lange. Aber regelmäßig. Immerhin bin ich Silvester 34 km von Wremen nach Cuxhaven gelaufen. Aber Wettkämpfe, Volksläufe oder Marathonläufe mache ich nicht mehr, wozu auch. Diese Hetzerei bei den Läufen sehe ich nicht ein. Ich laufe nämlich viel lieber langsam und sinnig und mit Genuß. Und damit stehe ich ja auch nicht allein hier in Wremen. Außer Laufen, soweit es meine etwas knappe Zeit erlaubt, gehe ich Schwimmen und fahre im Sommer Rad – Rennrad oder Mountainbike oder Tourenrad, je nachdem. Ab und zu möchte ich auch Inlineskaten. Am liebsten bewege ich mich also in der frischen Luft und unserer schönen Wurster Landschaft, aber auch anderswo.

Seit mit den Wremer Frühjahrskuren die Bewegung in mein Leben kam, hat sich viel verändert. Ich behaupte, regelmäßiges Laufen, so wie wir das betreiben, erzeugt Wohlbefinden und bis jetzt jedenfalls auch Gesundheit. Außerdem gibt es viele Freundschaften mit netten Leuten, Kameradschaften und angenehme Kontakte auch nach außerhalb. Ein Leben ohne all das kann ich mir kaum noch vorstellen.

Renate Samsel



Christian Seiberts-
häuser schreibt:

Ich habe sehr schöne Erinnerungen an die Zeit vor 10 Jah-

ren, als wir zusammen den Marathon gelaufen sind. Ich laufe jetzt natürlich nicht mehr so viel wie damals, sondern spiele mehr Tennis und das recht intensiv. Ich laufe ca. einmal in der Woche, so 40 Minuten, zusammen mit meiner Frau Helga und das tut uns auch immer ganz gut. Aber ich muß sagen, daß ich der Zeit schon etwas hinterher trauere. Man hat sich damals was vorgenommen und das dann auch geschafft. Heute würde ich das wohl nicht mehr so können, dazu fehlt schon etwas die Zeit, aber wenn man sich so ein Ziel noch mal fest vornehmen würde, könnte man wohl doch noch mal so einen Lauf bestehen. Andere können das ja auch und sind teilweise noch älter. Die Erkenntnisse, die ich damals gewonnen habe, dadurch, daß man das Laufen an sich selber erfahren hat, kann ich jetzt in der Beratung meiner Patienten gut gebrauchen und rate oft, mit dem Laufen anzufangen. Ich weiß eben, wovon ich spreche.

Ich habe mich jedenfalls sehr gefreut, als ich das jetzt 10 Jahre alte Gruppenbild von uns 12 Marathonis wiedergesehen habe. Zurückdenken tue ich immer gern.



Marathon in Bremen 1988

Den Marathon vor 10 Jahren in Bremen, den wir zusammen gelaufen sind, habe ich in allerbesten Erinnerung. Ich war nämlich in der Schule in Sport nie eine Leuchte und habe auch nie gern Sport betrieben. So habe ich den Lauf als schönen Erfolg erlebt, und zwar als Erfolg für mich selber. Das Gefühl, was für mich selber hinbe-

kommen zu haben und was geschafft zu haben, hat mir gut getan. Durch das Laufen war meine Zeit in Wremen sehr schön. Es ging ja nie um Leistung, das Ziel war, genußvoll und spielerisch etwas zu schaffen. Auch die Kontakte zu den anderen LäuferInnen habe ich in guter Erinnerung. Die freundschaftliche Rivalität und das Kräfteressen unterwegs war oft ganz spannend. Es gab Kameradschaft und Freundschaften, die teilweise bis heute anhalten.

Ich wohne jetzt ja schon seit Jahren in Bremen, habe viel Arbeit durch die Schule und durch meine Doktorarbeit, außerdem haben wir inzwischen einen 1 1/2-jährigen Sohn, der viel Zeit beansprucht. Leider habe ich mir auch eine Knieverletzung zugezogen. Im Moment kann ich aus diesen Zeit- und Verletzungsgründen keinen Sport machen und bin seither auch etwas dicker geworden, ich werde aber sicher irgendwann wieder damit anfangen.

Thomas Theye (telefonische Befragung)



Einmal im Leben einen Marathon laufen, das war mein großes, sportliches Ziel. Jetzt ist es 10

Jahre her, daß die Gesamtkonstellation der Ereignisse und Situationen mir dies Ziel zu ermöglichen schien. Ich hatte viel mehr Zeit, und die Kraft, meine Faulheit zu überwinden, das dafür nötige Aufbau-training durchzuziehen. Erinnern kann ich mich an die unwahrscheinlich gute Laune, die der große Wremer Haufen beim Start an den Tag legte. Ich erinnere mich an die wahnsinnig langen Strecken durch die Weiden im Bremer Blockland. Wohl nie vergessen werde ich die letzten paar hundert Meter zurück zur Stadthalle. Meine Füße brannten wie Feuer, die Waden schmerzten, wie noch nie zuvor und meine Oberschenkel wollten den Dienst

verweigern mich Schritt für Schritt nach vorne zu tragen. Aber ich kann mich nicht daran erinnern, ob mich noch irgendetwas schmerzte als ich dann in die Stadthalle einlief. Und dann die letzten Schritte durchs Ziel, ich wußte nicht, und ich kann es noch heute empfinden, sollte ich lachen, sollte ich heulen vor Glück, ich hätte alle, alle die dort waren, umarmen können, so glücklich war ich. Ich hatte einen Marathon gelaufen.

Heute bin ich ein wenig älter und 6 Kilo schwerer. Und wenn ich dann doch mal laufe, bestraft mich der Muskelkater. Aber es ist Wehmut und ein bißchen Neid, wenn ich dann abends an den Lauftruppen vorbeifahre, und Bewunderung in mir, wenn ich Arno Abend für Abend bei uns vorbeilaufen sehe. Aber ich habe auch meine Erinnerung. Ich bin einen Marathon gelaufen.

Holger



Marathon-Erinnerungen

Mit der ersten Frühjahrskur begann bei mir nach langjähriger

sportlicher Bewegungslosigkeit ein neuer Lebensabschnitt. Nach dem ersten Marathon in Bremen ging's erst richtig los! Das Laufen wurde zum Mittelpunkt des Gefühls für körperliche Leistungsfähigkeit – viele Volksläufe und jetzt 11 Marathonläufe reihten sich im Laufe der Jahre aneinander. Dreimal Bremen, zweimal Wellen, dreimal Berlin, Hamburg, Hannover und als Krönung New York.

Seit 2 - 3 Jahren allerdings hat die Volkslaufbegeisterung und auch -teilnahme nachgelassen. Zum Laufen sind andere vielleicht altersangemessenere Betätigungen gekommen. Radfahren mit dem Rennrad oder auf Urlaubstouren mit dem Trekkingrad, Wandern und zeitweise Schwimmen fallen mir ein.

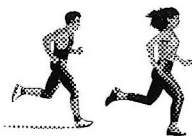
Trotzdem empfinde ich das Laufen immer noch als einfachste und leichteste Mög-

lichkeit, körperliches Wohlbefinden zu erzeugen. Das heißt, zum Teil als Gefühl die eigene Kraft und Leistungsfähigkeit zu spüren, zum anderen als Möglichkeit, Entspannung zum Stressabbau zu erreichen. Voraussetzung dabei ist aber ein angemessener Trainingszustand.

Das Laufen hat insgesamt viele schöne Erinnerungen hinterlassen. An gemeinsame Fahrten und Wettkämpfe denke ich genauso, wie an landschaftlich schöne Strecken. Hier kann ich die Fahrten zur Insel Sylt besonders hervorheben. Zweimal liefen wir die Strecke von Hörnum nach List über 33.333 m. Der Elbe-Weser-Wanderweg von Bremerhaven nach Wischhafen hat uns Läufer an mehreren Wochenenden in den Bann gezogen. Am schönsten ist immer noch die Volkslaufstrecke vom Zollhaus bis nach Rintzeln an der Wattkante entlang.

Der Klönschnack in einer Laufgruppe ist dabei eine willkommene Abwechslung.

Henning



Marathon brachte mir die Erfahrung, meine körperlichen und geistigen Kräfte besser einteilen und

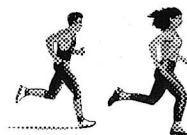
einschätzen zu können.

Über das Laufen kam ich in den letzten Jahren zum „Ausdauerwandern“.

Ich bevorzuge als Wandergebiet nordische Gebirgsregionen, in denen keine Wege existieren und man auf Karte und Kompaß angewiesen ist. Die gesamte Ausrüstung, einschließlich Zelt und Verpflegung, trägt man auf dem Rücken.

Der Reiz dieser sportlichen Betätigung liegt für mich darin, daß man für einige Zeit ganz auf sich allein gestellt ist und mit allen Anforderungen der Natur fertig werden muß.

Beate



Marathon Bremen '88 und mein Leben danach

Es gibt im Leben von Menschen nur weni-

ge Ereignisse, die völlig einschneidende Veränderungen nach sich ziehen: z. B. die Geburt, die Pubertät, der Eintritt ins Rentnerdasein. Ich habe da noch ein weiteres solches Ereignis: der Bremen Marathon '88.

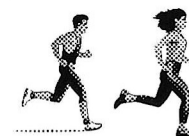
(Fast) nichts in meinem Lebensentwurf zwischen meinem 20. bis zu meinem 40. Lebensjahr war nach dieser Zeit noch so wie vorher: aus meinem Liegestuhl wurden Laufschuhe, aus dem Motorrad wurde ein Rennrad, statt Zigaretten- und Pfeifenqualm zog nun hektoliterweise frische Luft durch meine Lungen, aus dem ewig erschöpften und überlasteten Stubenhocker wurde ein unruhiger, hungriger Weltengänger. Fast schon verschüttene Charakterstrukturen aus meiner Jugend (immer etwas neues machen und erleben zu wollen, neugierig zu sein auf möglichst vieles in der Welt, Freundschaften zu suchen, zu schätzen und zu pflegen etc.) wurden wieder freigelegt und konnten sich nun erst recht entfalten. Mein (vorzeitiges) geistiges und körperliches Altern hatte einen Stop erfahren, usw. usw. Gleichzeitig steht dieses Ereignis auch dafür, etwas geschafft zu haben, was mir nicht so einfach wie viele andere Dinge in den Schoß gefallen ist. „Ausdauer“ (egal wo und wie) war nie mein Ding gewesen und hier mußte ich sie mir so quasi aus dem Nichts planmäßig und allmählich erwerben: ein für mich erstaunlicher Selbstversuch – und das im Angesicht so vieler Zeugen im Dorf, die auf den Doktor schauten.

Meine Lebensqualität hat sich seit dieser Zeit in vielerlei Hinsicht enorm gehoben und vielleicht auch die meiner sozialen Umwelt, da ich seither bestimmt besser zu ertragen bin (aber da müßten mir nahe

stehende Personen etwas dazu sagen). Mein letzter Marathon in einer ganzen Reihe war der von New York 1990. Anschließend zog es mich zum Triathlon. Ich laufe wegen eines angeborenen Handicaps (das mir eine neue Hüfte vor einigen Jahren bescherte) heute nur noch selten (eher Walking) und mache auch keine Wettkämpfe mehr. Dafür sitze ich viele 1000 Kilometer im Jahr auf dem Fahrrad, liebe dabei besonders hohe Berge, schwimme regelmäßig einige Kilometer jede Woche oder gleite mit Inline-Skatern durch Land Wursten. Bewegung ist ein Teil meines Alltags und, was natürlich ganz praktisch in diesem Zusammenhang ist, auch mittlerweile Teil meines Berufes geworden. Bei den vielen Ausbildungs- und Fortbildungsaktivitäten von Studenten, Sportlern, Trainern, (Sport-)Lehrern etc. im Rahmen meiner beruflichen Tätigkeit innerhalb und außerhalb der Universität ist mir die Praxis (auch die eigene) des Sportes immer ganz wichtig. Ich rede nicht nur über Bewegung, sondern ich lebe sie.

Kurzum: Für dies alles und noch mehr stehen symbolisch die 42,195 km des Bremen Marathon '88. Es war eine kleine, private, psychische, soziale und körperliche Revolution in meinem damals 41-jährigen Leben, die bis heute in ihrer Wirkung anhält.

Walter Samsel



Laufen ist für mich ein Stück Lebensqualität und bedeutete mir Spaß und Wohlbefinden. Lau-

fen gehört zum festen Bestandteil meiner Wochenplanung.

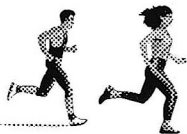
In der Woche laufe ich drei- bis viermal (ca. 40 - 60 km). Fester Bestandteil ist der Lauftreff am Sonntag, ansonsten bin ich

alleine oder nach Verabredung unterwegs.

Zu Wettkämpfen gehe ich heute nur noch nach Lust und Laune, früher habe ich diese mehr als Motivation für das Laufen gebraucht.

Neben dem Laufsport spiele ich noch Tennis.

Gerhard Reese



Fußballer – die besseren Läufer?

Also, geändert hat sich bei mir seit dem Marathon vor zehn

Jahren eigentlich nix. Es ist höchstens etwas gewachsen, nämlich die Erkenntnis, daß ich gar kein Läufer bin.

Ich flaxe beim Laufen ja laufend, daß ich als untersetzter italienischer Danny De Vito-Typ wahrscheinlich bei einer Sportart wie Ringen oder Gewichtheben besser aufgehoben wäre. Tief im Innersten meines Herzens – ehrlich – bin ich aber weder Läufer noch Gewichtheber.

Tief im Innersten meines Herzens bin ich Fußballer. Vom Kopf her mache ich diese ganze Lauferei nur, um beim nächsten Spiel fit zu sein. Mental laufe ich also nicht als Läufer, sondern ich laufe als Fußballer!

Das mag nun auch für einen Zehnjahresrückblick „Marathon 1988“ so wenig ergiebig sein, wie es scheinbar für den außenstehenden Leser völlig „Banane“ ist. Doch Obacht, Banane ist es eben nicht! Zeigt es uns doch erstens: Auch Fußballer können – wenn sie es wollen und sich Mühe geben – sehr lange Strecken mehr oder weniger schnell geradeaus laufen. Wichtiger aber zweitens: Der Fußballer ist eine ganz besondere Spezies von Läufer!

Da sind ja Typen unterwegs!

Diese Fußballerspezies unterscheidet sich z. B. von den „wassergeldsparenden Sauberläufern“, die nur laufen, um an-



schließend günstig in der Turnhalle duschen zu können, den „Familiendavonläufern“, weil einmal am Tag braucht man seine Ruhe, oder von den esoterischen Gattungen der „Alterungsprozeßentgegenläufer“, die wie die „Gewichtsreduktionsbewegten“, die „Libido-steigerungsaktiven“ und „Wohlfühlgefühl-nachrenner“ immer einen großen Unterhaltungswert auf der Strecke beizusteuern haben. Schöner sind da fast nur noch die „Outfitpräsentier“, vor allem wenn es sich dabei um schöne Körper und nicht um Ballonseide handelt, sie also wirklich etwas zu präsentieren haben!

Die Aufzählung ließe sich beliebig fortführen und es bietet sich geradezu an, das Thema „Läufertypen“ mal wissenschaftlich seriös aufzuarbeiten.

Fußballerläufer sind anders

Fest steht aber schon jetzt: Der Fußballerläufer hat mit diesen ganzen therapeutischen Beweggründen „sich zu bewegen“ aber auch gar nichts am Hut. Fußball spielt man nicht, um irgendeine Art Gleichgewicht oder Einklang von Körper, Geist und Seele zu erlangen, der präsenilen Bettphase zu entrinnen und auch

nicht, weil man abzunehmen gedenkt und sich auf die Bikini-Saison vorbereiten will. Der Fußballer will siegen!

Fußball ist ein Spiel, bei dem es darum geht, mehr Tore zu schießen als der Gegner! Fußball ist ein Kampfspiel! Kampf ist Alltag und deshalb ist Laufen für einen Fußballerläufer – Alltag. Laufen ist für mich Alltag. Im Alltag halte ich mich laufend fit. Ich nehme laufend ab und laufend zu. Ich laufe, wenn ich fröhlich bin, aber auch, wenn ich traurig bin. Vor wichtigen Entscheidungen – laufe ich. Nach wichtigen Entscheidungen – laufe ich auch. Es regnet, ich laufe. Schönes Wetter, die Sonne scheint, es wird gelaufen. Es ist Montag, Mittwoch oder Freitag, warum sollte ich nicht kurz eine Runde laufen. Karin möchte walken, ich laufe natürlich – **nicht!** Habe ich viel Zeit, laufe ich – langsam. Habe ich keine Zeit – laufe ich schnell. Nach einem schönen Essen – jetzt erst recht! Raus auf die Piste. Die Familie möchte eine Radtour machen – kein Problem – sie fährt, ich laufe nebenher. Manchmal geht es mir vorm Laufen richtig mies, manchmal erst hinterher. Das Schönste am Laufen ist das Duschen danach, ich dusche aber auch ohne vorher zu laufen – manchmal.

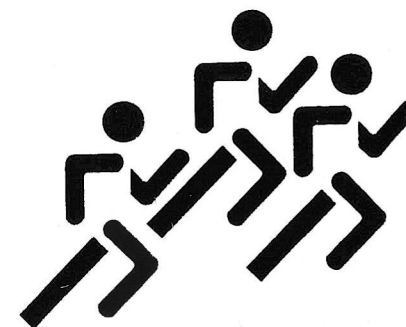
Sport treiben oder Leben wie Flasche leer!?

Laufen ist für mich als Fußballer keine Religion oder Weltanschauung. Laufen ist total normal. Alltag eben. Bisher hat mir das Laufen wenig geschadet, denke ich. Vielleicht hat's sogar irgendwas genützt!? Ob denn noch Zeit für andere Dinge bleibt? Aber hallo! Ich verliere beim Laufen doch keine kostbare Zeit, sondern ich gewinne Lebensqualität und Energie für all die anderen Sachen, die im Leben Freude machen (Familie, Arbeit, Fußball im Fernsehen zum Beispiel!). Und wenn das Laufen mir keine Freude mehr macht, dann schwimme ich oder fahre Rad oder

mähe unseren Rasen einmal mehr in der Woche und ärgere den Maulwurf. Langweilig wird es schon nicht werden. Wie immer ich aber meinen „kämpferischen Alltag“ gestalte, um es mit einem Zitat des wenig berühmten englischen Landsmannes Mr. Church Hill zu sagen, „Never without sports!“ So, ich haben fertig!

Ach Renate, bevor ich ins Schwafeln komme, wie war doch gleich Deine Frage???

Arno



Deutscher Sportbund:

Leben mit Sport ist...



SPORT-BILD
© DSF/SB

... Guthaben an Energie anzulegen

JOHANN HEIDTMANN

Bauklempnerei · Gas- und Wasserinstallation
· Heizungsbau · Ölfeuerungsanlagen

Reuters Hof 5
27638 Wremen

Telefon (04705) 301
Telefax (04705) 683

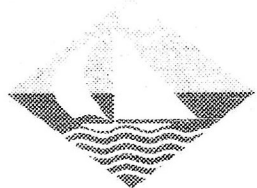
Baugeschäft – Bauelementehandel

Klaus Kracke

Maurermeister

Neubauten
Altbausanierung
Verblendungsarbeiten
Planung

Ellhornstraße 2
27638 Wremen
☎ (04705) 216
Fax (04705) 633



Ein Name steht für Qualität:
**Küstenfahrschule
FRANK ZEITLER**

Dorum und Wremen • ☎ (04742) 18 72

SERVICE IST SELBSTVERSTÄNDLICH:

Fahrstundeneinteilung: Jederzeit (außer an Sonn- und Feiertagen)

Abholen zu den Fahrstunden: - von zu Hause, - von der Schule,
- von der Arbeitsstelle, - von Freunden und Bekannten

Fahrausbildung und Prüfung in Bremerhaven oder Cuxhaven

AKTUELL UND WISSENSWERT

EHRUNGEN VON LANGJÄHRIGEN VEREINSMITGLIEDERN

Während der diesjährigen Jahreshauptversammlung in der „Wremer Fischerstube“, Am Wremer Tief, wurden wieder einige Mitglieder für ihre langjährige Vereinszugehörigkeit gebührend geehrt. Vom Vorsitzenden Uwe Friedhoff und seinem Stellvertreter Harjo Dahl wurden den Jubilaren unter dem Beifall der Versammlungsmitglieder die Ehrennadeln mit Urkunden verliehen.



Von links: 2. Vorsitzender Harjo Dahl, Jens Follstich (Silberne Ehrennadel, 36 Jahre Mitglied), Jürgen Brandt (Silberne Ehrennadel, 34 Jahre), Hinrich Schübler (Goldene Ehrennadel, 59 Jahre), Wilhelm Hörmann (Silberne Ehrennadel, 38 Jahre), Bernhard Schübler (Goldene Ehrennadel, 50 Jahre), Gerd Hey (Ehrenmitgliedschaft für 70 Jahre Mitglied), Dorte Kaschubatz (Verabschiedung nach 65 Jahren Aktivzeit), 1. Vorsitzender Uwe Friedhoff (Silberne Ehrennadel, 35 Jahre), Konrad Herfort (Goldene Ehrennadel, 50 Jahre).

Es fehlten bei der Ehrung: Gisela Breuer und Dieter Müller, beide Silberne Ehrennadel und jeweils 35 Jahre Mitglied.

Die Auszeichnung für unseren 1. Vorsitzenden, der dem Verein seit 35 Jahren angehört, wurde vom 2. Vorsitzenden und unserer Sozialwartin Ursel Allers vorgenommen.



Dieter Wöbber
(Goldene Ehrennadel, 50 Jahre)

EHRENMITGLIEDSCHAFT FÜR HERRN GERD HEY

Eine ganz besondere Ehrung wurde unserem Mitglied Herrn Gerd Hey zuteil. Seit nunmehr 70 Jahren gehört Herr Hey dem Turn- und Sportverein an und kann damit auf die längste Vereinszugehörigkeit zurückblicken. Bereits als 8-jähriger ist Herr Hey 1928 in den TuS eingetreten. Stets hat er sich als Aktiver, Förderer und Kommunalpolitiker (davon 20 Jahre als Bürgermeister) in den Verein eingebracht und sich für die anstehenden Belange des TuS eingesetzt. (Siehe dazu Seite 55, „70 Jahre Mitglied im TuS Wremen 09“)

Für die lebenslängliche Vereinstreue und die zahlreichen Verdienste um unseren Verein wurde Herrn Hey die Ehrenmitgliedschaft des TuS verliehen. WJ



2. Vorsitzender Harjo Dahl überreicht dem Jubilar die Ehrenurkunde.

70 JAHRE MITGLIED IM TUS WREMEN 09

Als ich ein kleiner Junge war, da ging ich natürlich, wie damals alle Kinder meines Alters, zum Turnen. Und so wurde ich vor nunmehr 70 Jahren auch Mitglied des Vereins.

„Geräteturnen“ ist in jenen Jahren großgeschrieben worden. Schließlich hatte der Verein ja auch große Vorbilder. Bei den Verbandsturnfesten der Jahre 1927, 1928 und 1929 errang die Wremer Riege mit Hans Brandt, Gerhard Harms, Friedrich Hülsemann und Hans Gütebier jeweils die vom Landkreis Lehe gestiftete Jahnplakette, die dann auch 1929 in das Eigentum des Vereins übergang. Geturnt worden ist im Saal des „Deutschen Hauses“. Handstand am Barren, Sprünge über Kasten und Langpferd und selbst Versuche zur Riesenfelge am Reck, das immer direkt vor der Bühne aufgebaut worden ist, gehörten zum Übungsprogramm. Im Sommer kam die Leichtathletik dazu. Auf dem Mühlenberg bei Hans Brandt wurden Weitsprung, Kugelstoßen, Hoch- und Stabhochsprung geübt, und der 100-Meterlauf fand auf dem Südersteinweg statt.

So nach und nach kam auch das Fußballspielen in Gang. 1937 habe ich mit Rudi Struß, Helmut Gütebier, Georg und Helmut Steinert und Heinz Friedrichs die **erste Wremer Fußballmannschaft** gegründet. Gespielt worden ist am Außen-deich nördlich des Hafens auf dem „Marktplatz“. Das Spielfeld mußte jedesmal neu ausgemessen werden, die Torpfosten von Anton Stumpf (heute Wiebusch) über den Deich geholt und mit ihren Eisenspitzen in den Boden gerammt werden. Auf- und Abbaumühen haben uns die Freude am Spiel nie genommen. – Im Verein kam es dann auch zur Gründung einer Damenriege, für die auch bekannte Turnlehrer verpflichtet worden sind. Beim Beginn des Krieges, als schon die mei-

sten männlichen Vereinsmitglieder bei der Wehrmacht waren, ist die Artistengruppe mit Otto Büsching, Helmut Gütebier und Günter Wolf gegründet worden.

Der Verein hat immer einsatzfreudige Vorstände gehabt. Die Vorsitzenden waren von 1934 - 1946 Hans Brandt, von 1946 - 1956 Friedrich Hülsemann und ab 1956 dann Dr. Heinz Popp. Zum 40. Jubiläum konnte der auf dem von der Kirche gepachteten Gelände zwischen Haus Kaminski und Haus Eckel errichtete Sportplatz eingeweiht werden. In Eigenarbeit ist später ein Geräte- und Umkleidehaus gebaut worden.

Die nächsten Jahre war ich in Hamburg und konnte das Vereinsgeschehen nur aus der Ferne verfolgen. Aus der Großstadt zurückgekehrt übernahm ich 1960 die Leitung unserer Schule, und mit der gleichzeitigen Reform des ländlichen Schulwesens in Niedersachsen ging es um die Standorte für 16 Mittelpunktschulen. 1964 wurde ich zum Bürgermeister unserer Gemeinde gewählt, und es gelang uns, alle Voraussetzungen für den Bau einer neuen Mittelpunktschule zu schaffen. Die Gemeinde erwarb die benötigten Grundstücksflächen, und der Sportplatz wurde als neuer moderner Sportplatz hinter das Schulgebäude verlegt. Schon 1965 konnte der Bau des neuen Sportplatzes nach Einbeziehung vieler Eigenleistungen mit 180.295,- DM abgerechnet werden. Zum 60jährigen Bestehen (1969) des mitgliederstärksten Wremer Vereins ist hier noch einmal das Grußwort des Bürgermeisters.

Grüße zum Jubiläum

„60 Jahre Vereinsgeschichte – ein Spiegel unserer Gesellschaft in diesem Jahrhundert! Ein Bogen mit der Spannweite vom Kaiserreich bis zur Bundesrepublik Deutschland!“

Von dieser Zeit habe ich 40 Jahre politischer Entwicklungen und gesellschaftlicher Lebensformen bewußt miterlebt. Auch der Sport konnte sich den Wandlungen nicht entziehen. Die Formen seiner Ausübung änderten sich: die Schwerpunkte der sportlichen Betätigung wechselten. In all dieser Zeit gehörte der TuS Wremen 09 zu den führenden Vereinen unseres ländlichen Bereichs. Wir waren eine Hochburg des Geräteturnens, wir erzielten beachtliche Erfolge im Tischtennis, und heute spielen unsere Fußballer in der Bezirksliga. – Sport und Spiel sind zentrale Orte besonders für den jungen Menschen. Sie fordern Einsatz, Mut und Ausdauer, sie erziehen zur Selbstkontrolle

und Selbstdisziplin, sie geben dafür die wunderbare Freude am eigenen Können, an der Leistungsfähigkeit und Kraft. Sie führen hin zur Hilfsbereitschaft und Kameradschaft. Wir wissen, daß ein Verein nicht gedeihen kann ohne Menschen, die fähig und bereit sind, ihm Leitlinien zu geben. Unsere Vereinsgeschichte zeigt uns, daß wir das Glück hatten, solche Menschen zu finden. Und wir haben sie auch heute. Besonders schwierig ist es jetzt, wo eine Abwendung vieler Jugendlicher vom Sport durch die Verlockungen der Konsumgesellschaft schon bedenklich stark geworden ist. Wir alle sind dazu aufgerufen, dieser Entwicklung entgegenzuwirken, um die hilfreichen Bemühungen



Oktober 1970

Überreichung des 1.000.000. Korbs mit gesammelter „Einlage“ durch Ingo Annis (Kistenfabrik Ellernwurth) an Herrn Dr. Heinz Popp, dem 1. Vorsitzenden des Turn- und Sportvereins als Grundstock für den Bau der Turnhalle im Beisein von Bürgermeister Gerd Hey.

unseres Sportvereins nicht in Frage zu stellen. Ein besonderer Dank gilt den Verantwortlichen vom TuS Wremen 09, an der Spitze unserem 1. Vorsitzenden Herrn Dr. Popp. Wir kennen alle seine außerordentliche Verbundenheit mit der Leibeserziehung und dem Sport, wir wissen von seiner Sorge um unsere Jugend, und wir wünschen ihm Stunden der Freude und Genugtuung über Erreichtes. In der Dynamik der Zeit war und bleibt der TuS Wremen 09 immer ein Ort idealistischen Bemühens um den jungen Menschen! – Für mich persönlich wäre es eine große Freude und die Verwirklichung eines eigenen Wunsches aus Kinder- und Jugendzeit, wenn es bald gelänge, in guter Zusammenarbeit mit dem Sportverein ein wichtiges Ziel zu erreichen: **den Bau einer Turnhalle.** – Ich wünsche unserem TuS Wremen 09 und seinem Vorstand für das 7. Jahrzehnt seines Wirkens weiterhin eine erfolgreiche Arbeit für die Gesundheit und Tüchtigkeit unserer Jugend! In aufrichtiger Verbundenheit“.

Die Forderungen nach einer Turnhalle wurden nun immer eindringlicher. Gemeinde und TuS zogen jetzt am gleichen Strang. Herr Dr. Popp ließ nicht mehr locker und brachte das Thema „Turnhalle“ immer wieder ins Gespräch, und auch der Gemeinderat hat sein Versprechen gehalten. Beim Turnerball im Herbst 1970 konnte der Bürgermeister erklären: „Für uns in Wremen ist der Bau einer Turnhalle das wichtigste Nahziel. Die Entscheidung über die Planung ist vor Monaten gefallen, alle Unterlagen sind zur Genehmigung eingereicht worden. Es ist beabsichtigt, in absehbarer Zeit die Pläne und ein Modell der Turnhalle in unserer Gemeinde auszustellen. Sollte es zur Bildung einer Samtgemeinde Wursten kommen, so wird sich der Rat mit allem Nachdruck dafür einsetzen, die Verwirklichung des Vorhabens noch zu beschleunigen.“ Wenn auch der Schwerpunkt zur Zeit im

Ballspielen lag, so war aber erfreulicherweise die Turnabteilung nicht kleiner geworden. Das war in erster Linie ein Verdienst von **Frau Dorte Kaschub** und **Klaus Brandt**.

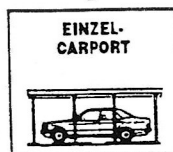
Und dann passierte etwas Besonderes: Das Spankorbwerk von Ingo Annis auf dem Hof „Ellernwurth“ stiftete den Jubiläumskorb für einen guten Zweck. Der millionste Korb sammelt für den Bau einer Turnhalle. Als der Firmenchef Ingo Annis Herrn Dr. Popp den millionsten Korb mit einer dicken Spende überreichte, da sagte Dr. Popp: „Darin wird kein Altländer Obst verpackt, sondern eine große Hoffnung, nämlich die, daß dort viel Geld für den Bau der Wremer Turnhalle hineinfällt!“ Der Bürgermeister erschien dann mit einem großen Blumenstrauß und dankte der Firma und der Belegschaft. Und dann war es endlich soweit: Am Freitag, 7. Mai 1976 erfolgte um 18.00 Uhr die Grundsteinlegung für die Turnhalle in Wremen! Zu den herausragenden Leistungsträgern muß unbedingt der Turner **Helmut Gütebier** genannt werden, der sogar am „Deutschen Turnfest“ in Breslau teilgenommen hat.

Ein kritischer Punkt mußte in der Vergangenheit noch gemeistert werden. Wenige Jahre nach der Errichtung der Mittelpunktschulen in Niedersachsen gab es schon wieder eine Reform: die Bildung von Schulzentren. Nun war der Erhalt der Wremer Schule wenigstens als Grundschule äußerst wichtig, denn Turnhallen wurden nur als Schulturnhallen gebaut. Heute verfügt Wremen über ein vorbildliches Schul- und Sportzentrum, das in seiner Geschlossenheit von keiner Gemeinde übertroffen wird.

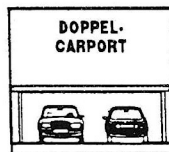
Da sind entstanden: Die Schule mit der Turnhalle, Sportplatz und Trainingsplatz, Jugendfreizeitstätte, Kinderspielkreis (jetzt Kindergarten), Schießsportanlage und Tennisplätze. Aus Träumen ist Wirklichkeit geworden!

Gerd Hey

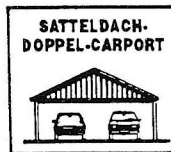
kwp NORDLAND-CARPORT® QUALITÄT MIT SYSTEM



EINZEL-CARPORT



DOPPEL-CARPORT



SATTELDACH-DOPPEL-CARPORT

Bausätze ab DM 895,-
– Lieferung als Bausatz
oder Montage
zum Festpreis

H A N K E
SEEGERS
HOLZPRODUKTE

- Einzel- u. Doppel-Carports
- Reihenanlagen
- Flach- u. Satteldächer
- Landhaus-Carports, weiß Leimholz/Schieferblende
- Alle Modelle in mehreren Größen, auch kombinierbar mit Abstellkammern

Speckenstraße 38
27632 Dorum (ehem. Molkerei)
Telefon (04742) 92 20 33
Fax (04742) 92 20 35
Mobil 0171-5 03 75 28

ENSLIN
JUNIOR

Getränke-Fachgroßhandel

Peilstraße 6 · 27637 NORDHOLZ · Telefon (04741) 8000

Der Taxiruf in Land Wursten

Wir führen sitzende Krankenfahrten durch, z. B. zur Einweisung ins Krankenhaus oder zu einer ambulanten Behandlung. Und wenn Ihre Krankenkasse die Kosten übernimmt, rechnen wir mit Ihrer Kasse ab. – Sie sparen so viel Zeit und Mühe.

URLAUB '98

Wir bringen Sie zum Flughafen, denn bei uns gibt es die günstigen Hin- und Rück-Angebote, auch für Gruppen. Rufen Sie uns doch einfach mal an!

Der Taxiruf in Land Wursten,
Jörg Johanns
Tel. (04742) 2121

VERABSCHIEDUNG UNSERER TURNWARTIN DORTE KASCHUBAT

Nach nunmehr 65 Jahren hat unsere Turnwartin Dorte Kaschubatz auf eigenen Wunsch ihre aktive Laufbahn im TuS beendet.

Seit 1933 hat sie sich unermüdlich um den TuS verdient gemacht. Nicht nur als Turnerin, sondern auch als Kassiererin, Übungsleiterin, Festausschußmitglied und treue Seele des Vereins war sie für ihre und unsere Mitglieder da. (Siehe „Rückblick – 65 Jahre aktiv im TuS“)

Mit einer beträchtlichen Anzahl von Ehrungen für die langjährige Vereinszugehörigkeit und die herausragenden Verdienste für den TuS wurde sie bereits ausgezeichnet.

1979 erhielt sie die Goldene Ehrennadel vom TuS und vom Kreissportbund Wesermünde, 1984 die Silberne Ehrennadel vom Landessportbund, Ehrenmitglied des TuS seit 1989 und am 25. 4. 98 steht während des Kreisturntages erneut eine besondere Ehrung an, die aber noch „geheim“ ist.

Mit einem Ehrenteller mit Widmung, einem reichlich gefüllten Präsentkorb, sowie einem bunten Blumenstrauß wurde sie während der Jahreshauptversammlung vom Vorstand verabschiedet. Der Vorsitzende dankte ihr nochmals für diese wohl kaum zu überbietenden Aktivitäten und wünschte ihr im Namen aller Mitglieder alles Gute, Gesundheit und weiterhin die Verbundenheit mit dem TuS. Die Redaktion schließt sich diesen Wünschen gern an und wird natürlich auch von der nächsten Ehrung für unser Ehrenmitglied berichten. WJ



Der 1. Vorsitzende Uwe Friedhoff und Stellvertreter Harja Dahl verabschieden unsere Turnwartin Dorte Kaschubatz.

RÜCKBLICK – 65 JAHRE AKTIV IM TUS

Wenn ich heute so zurückdenke, bleiben die 65 aktiven Jahre im Turnverein für mich unvergessen.

Wir haben das Jahr 1933. Damals mußten wir mit dem Fahrrad zu den Wettkämpfen nach Nordholz radeln. Morgens um halb sieben ging es los, was heute undenkbar wäre. Die wöchentlichen Turnstunden hatten wir im Saal von W. Engelmann. Nach dem Krieg besetzten die Amerikaner diese Einrichtung, deshalb turnten wir in verschiedenen Scheunen und Dielen. Manche von Ihnen können sich bestimmt noch erinnern.

In den Winterhalbjahren besuchte ich die Kreisturnschule in Bremerhaven. Auch besuchte ich einen 14-tägigen Lehrgang in Berlin im Jahre 1942. Später habe ich noch an vielen Fortbildungen und Seminaren teilgenommen.

An die Vorbereitungen und Feiern zum 25., 50. und 75. Bestehen des Vereins

erinnere mich gerne. Auch bleibt mir meine persönliche Ehrung zum 60. in guter Erinnerung. Ich werde nie vergessen, wie die Turnkinder mir 60 einzelne Rosen überreichten.

Ab 1977 benutzen wir unsere neue Turnhalle. Ich leitete die einzelnen Gruppen jeweils am Dienstag von 14.30 bis abends 22 Uhr. Der Tag war sehr anstrengend, doch die Freude und der Spaß waren immer groß. Vor 10 Jahren übernahm Meike Kracke die Kinder-Abteilung.

Vor 13 Jahren gründete der Verein eine Seniorengruppe. Diese habe ich bis 1997 noch geleitet. Jetzt ist die Zeit da, wo ich mich auch nur noch aktiv am Seniorenturnen beteilige. Ich wünsche allen Abteilungen bei ihrer Arbeit viel Glück und Erfolg.

Mit sportlichem Gruß

Eure Dorte Kaschubatz

AUSGESCHIEDEN...

ist auf eigenen Wunsch der Fußballjugendwart Manfred Uhde nach 11-jähriger Tätigkeit im Jugendfußball.

Seit 1987 hat er zuerst als Stellvertreter und später in eigener Regie stets die Belange und Geschicke, in der nicht immer problemlosen Jugendarbeit, zur Zufriedenheit des TuS und der vielen Eltern erledigt.

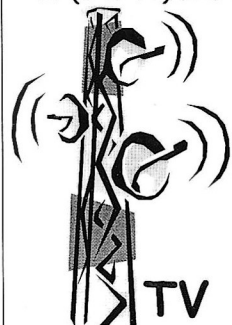
Aber nicht nur seine organisatorischen Fähigkeiten, sondern gerade das verständnisvolle Umgehen mit den kleinsten Kickern des Vereins zeichnete „Manni“ besonders aus.



Fernsehservice Gerhard Thies

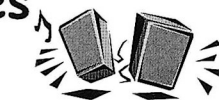
Zum Bahnhof 9 • 27632 Mulsum

☎ (04742) 92910 • Fax 92913

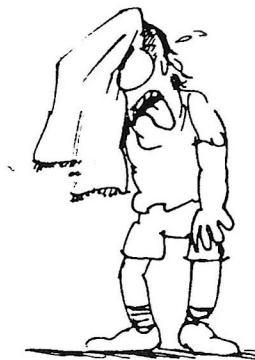


- ▶ geringe monatliche Rate
- ▶ ohne Anzahlung

- ▶ Lieferung sofort
- ▶ Anruf genügt



TV • Video • Satelliten-Anlagen



Ebenfalls auf eigenen Wunsch ist Ursel Schüßler aus dem Festausschuß ausgeschieden.

Seit 1981 gehörte sie diesem gefragten und stets arbeitsintensiven Gremium an. Unzählige Feste, Veranstaltungen und sonstige Festlichkeiten durfte sie mit planen, organisieren, ausführen und mit „über die Bühne“ bringen. Wenn es die Zeit zuließ, feierte sie natürlich kräftig mit, ohne die zu erledigenden Arbeiten aus den Augen zu verlieren.

Der Vorsitzende dankte beiden Mitgliedern recht herzlich für die jahrelangen geleisteten Arbeiten zum Wohl des Vereinslebens.

WJ

HORST BRANDT



HEIZOEL



Wurster Landstraße 52
27607 Langen-Imsum • ☎ (0471) 84774

BRILLEN • CONTACTLINSEN • METEOROLOGISCHE INSTRUMENTE

weinrich
AUGEN  OPTIK

HAFENSTRASSE 111 • 27576 BREMERHAVEN • TELEFON 04 71 / 41 55 52
AM MARKT 5 • 27632 DORUM • TELEFON 0 47 42 / 89 91

Seestern - Apotheke

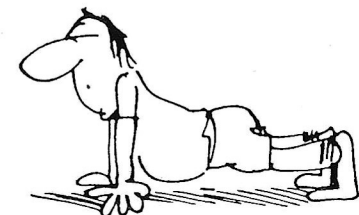
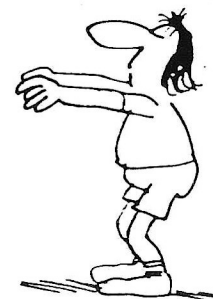


P. Augustin
Nordseebad Wremen



Wremen • Wurster Landstraße 136
Telefon (04705) 707 • Telefax (04705) 1345

SPORTWOCHE



Unsere diesjährige Sportwoche wird vom 4. bis 7. Juni stattfinden.

Vorgesehen sind u. a. eine abwechslungsreiche Fahrradtour für die ganze Familie (Do., 4. 6.); der 6. Fünfkampf (Juxspiele) für Jedermann (Fr., 5. 6.); der 12. Wremer Deichlauf (5 km und 15,6 km) (Sa., 6. 6.); Openair mit „Aquacity“ auf dem Sportplatzgelände (Sa., 6. 6.); die 16. Wremer Fußball-Straßen- und Firmenmeisterschaft (So., 7. 6.) und sicherlich noch einiges mehr.

Nicht zu vergessen, für das leibliche Wohl aller Sportler und Gäste wird natürlich ausreichend gesorgt.



VOM PC-XT BIS HIN ZUM INTERNET

EIN TECHNISCHER RÜCKBLICK AUF 11 JAHRE DEICHLAUF

Gegen Ende der Sportwoche, genauer gesagt am 6. Juni, geht's im Wremer Sportzentrum wieder hoch her: Pünktlich um 17.00 Uhr wird Klaus Nitsch's Startschuß eine Schar begeisterter HobbyläuferInnen auf eine der zwei Strecken des mittlerweile 12. Wremer Deichlaufs schicken. Auf den ersten Blick unterscheidet sich unser Lauf nicht von anderen Volksläufen. Erst ein weiterer Blick hinter die Kulissen zeigt, daß eine gute Organisation in Verbindung mit hochmotivierten Helfern und konsequentem EDV-Einsatz einen großen Anteil am reibungslosen Ablauf – und damit auch am Erfolg – einer Laufveranstaltung hat. So wurde bereits bei der Deichlauf-Premiere im Jahr 1987 sowohl die Zeitnahme als auch die Ergeb-

Natürlich brachte jede noch so kleine Programmerweiterung...

nisberechnung auf einem geliehenen(!) Amstrad PC-XT mit einem selbstgestrickten Programm unter dem Betriebssystem MS-DOS realisiert. Lediglich zum Erstellen der Urkunden waren drei schreibgewandte Damen im Einsatz. Bereits ein Jahr später übernahm das – bis heute laufend verbesserte – Programm auch diese Arbeit. Damit konnte endgültig auf die Schreibmaschinen verzichtet werden, die auch nach der Einführung des automatisierten Urkundendrucks für Notfälle – und zu meiner Beruhigung – vorgehalten wurden. Urkundenvordrucke wurden künftig als *Endlosformular* mit Lochrand in einer Druckerei in Auftrag gegeben und das Bedrucken der fast kartonstarken Urkunden mit den Ergebnissen übernahm dann am Tag X Renates „Heavy-Duty“-Drucker, der mich heute noch mit seiner

Robustheit beeindruckt. Jeder normale Nadeldrucker hätte sich an dieser Aufgabe die Zähne ausgebissen.

Natürlich brachte jede noch so kleine Programmerweiterung oder -änderung auch neue Risiken mit sich. Die Gefahr, daß mal irgendwas nicht funktioniert, wenn's drauf ankommt, blieb von Lauf zu Lauf bestehen, trotz ausgiebiger Tests. Die Portierung des Programmes unter das Betriebssystem MS-WINDOWS muß-

... neue Risiken mit sich

te, nach reiflicher Überlegung, aus Stabilitätsgründen unterbleiben. Die gut zweihundert Urkunden würde WINDOWS nie ausdrucken können, ohne Mehrfach-Abstürze zu produzieren. Microsoft-Anwender wissen, wovon die Rede ist!

Die exakte und schnelle Auswertung des Deichlaufes per EDV sprach sich damals bald herum. So kam es, daß „Kalle“ Michen, Organisator des Fischereihafenlaufes und mehrfacher Deichlauf-Teilnehmer, sich eines Tages mit der Bitte an Arno und mich wandte, ob wir denn bereit wären, die Wertung des 1. Fischereihafenlaufes zu übernehmen. Wir waren. Den Tag im September habe ich bis heute nicht vergessen. Von der Brücke des Museumsschiffes GERA aus (Start des Laufes 11 Uhr, um 10.40 Uhr war das Schiff immer noch fest verriegelt!), fernab des Geschehens und unter beengten Verhältnissen eine ordentliche Wertung durchzuführen, war nur mit Arno's unerschütterlichem Optimismus und der ihm eigenen humorvollen Gelassenheit denkbar. Auch unser Pilotversuch, die Startnummern und Zeiten der Läufer mit

Notebook und Strichcode-Lesegerät im Zielraum von einer jungen und hübschen Dame erfassen zu lassen, scheiterte an der mangelnden Kooperationsbereitschaft der Läufer. Die pflegen mit mehr oder minder hohem Tempo die Ziellinie zu queren und lassen sich in der Regel durch *nichts* davon abhalten! Kurzum, wir kamen damals mit einem blauen Auge davon.

Zurück nach Wremen. Ein paar Jahre später konnten sich Teilnehmer nicht nur konventionell (mündlich, fernmündlich, schriftlich oder per Fax) für den Lauf anmelden, sondern, sofern sie einen eigenen PC Zuhause hatten und bei einem *Online-Dienst* angemeldet waren, auch per elektronischer Post (*Email*). Studenten hatten es diesbezüglich besonders leicht, denn an der Uni ist der Gratis-Internet-Zugang obligatorisch. Diese zusätzliche Anmeldeart hat enorme Vorteile für beide Seiten: Weil eine Emailadresse beim Empfang der Post sozusagen automatisch im „Adreßbuch“ auf dem PC des Empfängers abgelegt wird, können die Absender später auf gleichem Wege mit Laufergebnissen versorgt, oder für den nächsten Lauf persönlich eingeladen werden. Bedauerlicherweise gingen relativ wenige Meldungen per Email ein. Trotzdem bin ich felsenfest davon überzeugt, daß über kurz oder lang das Versenden von Emails so normal sein wird, wie das tägliche Zähneputzen.

Seit Jahresanfang ist die Einladung und Ausschreibung des TuS Wremen zum Deichlauf nun auch im Internet zu finden. Das Netz der Netze verwandelt die Welt in ein Dorf. Rund um die Uhr von jedermann erreichbar, stellt das Internet heute einen in Größe und Umfang nicht mehr zu überbietenden Informations-Supermarkt dar. Der Besucher der Deichlaufseiten kann die Ausschreibung bequem aufrufen und

bei Bedarf selbst ausdrucken. Ein Anmeldeformular gehört ebenso zum Ser-

Der Gedanke, daß diese Seiten selbst im tiefsten amerikanischen Hinterland in wenigen Sekunden abrufbar sind...

vice wie das Blättern in der Ergebnisliste des Vorjahres. Der Gedanke, daß diese Seiten selbst im tiefsten amerikanischen Hinterland in wenigen Sekunden abrufbar sind, hat ohne Zweifel etwas Faszinierendes an sich. Doch wem nützt ein Angebot im Internet, wenn niemand um dessen Vorhandensein weiß? Mit der Präsenz im Netz alleine ist es also nicht getan. Ergo müssen Seiten auch publik gemacht werden, wenn sie Beachtung finden sollen. Hier bieten sich verschiedene Möglichkeiten an. Ein erster Schritt könnte sein, seine Seiten bei allen möglichen „Suchmaschinen“, wie z. B. „Yahoo!“, registrieren zu lassen. Zur Registrierung reicht es meist aus, der Suchmaschine die *URL* (Startadresse seiner „Site“ im Netz) zu benennen und dazu die passenden Suchbegriffe oder Stichworte, die das Angebot am besten beschreiben. Für viele „Surfer“ sind Suchmaschinen die erste Anlaufstelle, wenn sie „online“ gehen und nicht wissen, *ob* ein bestimmtes Angebot vorhanden ist, und wenn ja, *wo* es zu finden ist. So ist zum Beispiel bei „Yahoo!“ der Deichlauf mit dem Stichwort „Wremer“ oder „Wremer Deichlauf“ oder „Deichlauf“ leicht zu finden. Eine weitere Möglichkeit,

... hat ohne Zweifel etwas Faszinierendes an sich

seine Seiten im Web bekannt zu machen, stellt das Setzen sogenannter „Links“ (Verweis auf eine Adresse) auf Seiten von Anbietern, die ihrerseits gut besucht wer-

den. Auf meine Bitte hin hat der Betreiber des *Bremerhaven-City-Netzes* (<http://www.seeyou.de>) freundlicherweise auf der Hauptseite einen Verweis auf den Deichlauf eingefügt. Somit kann jeder Besucher des *Bremerhaven-City-Netzes* per Mausklick einen virtuellen Ausflug zum Deichlauf machen, wenn ihm danach ist. Das Thema Internet ist schier unerschöpflich, der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt – wohl aber dem Platzangebot in diesem Heft!

Nochmals zurück nach Wremen. Nicht-Surfer finden irgendwo in diesem Heft die ganz normale Ausschreibung für den 12. Wremer Deichlauf. Surfer und Cybernauten steuern

http://home.t-online.de/home/p_val

an. Die Anmeldung zum 12. Wremer Deichlauf landet in jedem Fall auf meinem Tisch. -pv





AUTO DIENST
ERICH TANTS
Wremer Specken 46 • 27638 Wremen
Tel. 04705 - 95 00 59

**KFZ-MEISTER-
BETRIEB**

12. Wremer Deichlauf

Samstag
06. Juni 1998
17 Uhr
Sportzentrum

http://home.t-online.de/home/p_val



DER TURN- UND SPORTVEREIN WREMEN 09 e.V.
VERANSTALTET IM RAHMEN DER WREMER SPORTWOCHE DEN

12. WREMER DEICHLAUF

DAZU LADEN WIR ALLE LAUFFREUNDE HERZLICH EIN

SCHIRMHERR der Veranstaltung ist die Gemeinde Wremen.

STRECKEN

Wir bieten eine "kurze" 5000 Meter Runde an und eine "lange" 15800 Meter Runde durch die Marsch. Die Strecken verlaufen überwiegend auf asphaltierten Rad- oder Wirtschaftswegen, aber auch auf Grasboden.

WERTUNG

Gewertet wird nach den Richtlinien des DLV; Die Startnummer ist beim Zieleinlauf für die Teilnehmer gut sichtbar zu halten, andernfalls besteht kein Anspruch auf Wertung. Die Ergebnisse werden nach dem Zielschluß ausgehängt.

AUSZEICHNUNGEN

Die Siegerehrung findet gegen 20 Uhr vor, oder, bei schlechtem Wetter, in der Schützenhalle statt. Die drei schnellsten Läuferinnen und Läufer jeder Strecke erhalten einen Pokal. Jede(r) TeilnehmerIn erhält als Auszeichnung eine Urkunde.

**Auf die drei Vereine mit der höchsten Gesamtkilometerzahl
(zeitunabhängig & beide Strecken gezählt)
warten 200 / 150 / 100 DM.**

Die Reihenfolge der Ehrung: Die drei Siegerinnen und Sieger beider Strecken, Kurzstrecke vor Langstrecke, Kinder und Frauen vor Männern, Ältere vor Jüngeren. Die Startnummer ist gleichzeitig Los für die Tombola.

VERPFLEGUNG

ist vollwertig, reichhaltig und wird im Zielraum geboten. Getränke zusätzlich bei Km 8 der Langstrecke.

VERANSTALTUNGSORT

Start- und Ziel ist das Sportzentrum am südlichen Ortsausgang. Start beider Läufe ist um 17 Uhr. Ihr Auto können Sie in der Nähe auf den ausgewiesenen Plätzen abstellen. Auswärtige Teilnehmer finden Wremen über die A27, Abfahrt Debstedt; dann der Beschilderung folgen.

ANMELDUNGEN

☞ auch unter http://home.t-online.de/home/p_val

☒ Peter Valentinitich, Üterlüe Specken 39, 27638 Wremen

☎ (04705)578 oder (04705)949922 Fax: (04705)949990 e-Mail: p_val@t-online.de

Sie können sich bis spätestens einen Tag vor der Veranstaltung, also bis zum 05.06. anmelden. **Bitte nutzen Sie die Möglichkeit der Voranmeldung.** Sie helfen uns damit, die Veranstaltung noch besser zu planen, organisieren und durchzuführen. Selbstverständlich ist eine Voranmeldung für Sie unverbindlich und verpflichtet zu nichts. Das Startgeld entrichten Sie erst wenn Sie Ihre Startnummer abholen; bitte legen Sie Ihrer Anmeldung KEIN Startgeld bei!

Anmerkung zum Datenschutz: Ihre Angaben auf dem Anmeldeformular dienen der Ergebnisermittlung und werden ausschließlich hierfür elektronisch gespeichert. Mit der Anmeldung geben Sie Ihr Einverständnis zur temporären Speicherung. Die Daten werden nach der Zweckerfüllung gelöscht.

STARTGELD

4 DM Kinder & Jugendliche bis einschließlich 17. Lebensjahr

7 DM Erwachsene

Das Startgeld ist erst bei Aushändigung der Startnummer zu entrichten. Bitte kein Geld der Anmeldung beifügen!

NACHMELDUNGEN

Kurzfristige Anmeldungen sind trotz der großzügigen Voranmeldefrist möglich. Jede Meldung am 06.06.97 ist eine Nachmeldung. Wir bitten um Verständnis, wenn für JEDE Nachmeldung ein Aufgeld von 3 DM erhoben wird.

NACHSENDEN

von Urkunden und Ergebnislisten ist mit einem erheblichen Aufwand verbunden. Wenn Sie die Urkunde nachgesandt haben möchten, dann hinterlassen Sie bitte einen an sich selbst adressierten, ausreichend großen und frankierten Umschlag an der Anmeldestelle.

QUARTIERWÜNSCHE

Teilnehmer, die die Veranstaltung mit einem Kurzurlaub an der Küste verbinden möchten, wenden sich bitte an das Verkehrsbüro Wremen, ☎ (04705) 210

KINDERHORT

Während der Veranstaltung kümmern wir uns auf Wunsch um Ihren Nachwuchs. Sie sollen deshalb nicht aufs Laufen verzichten ...

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

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

ALLGEMEINES

Ein umfangreiches Beiprogramm (Kaffee & Kuchen, Musik, Laufvideo, Tombola) sorgt für Ihre Unterhaltung bis zur Siegerehrung, die gegen 20 Uhr vor/in der Schützenhalle stattfindet. Die Schützenhalle befindet sich unweit des Start- und Zielbereiches. Bitte nehmen Sie sich nach Möglichkeit für den Samstagabend nichts mehr vor und bringen Sie Zeit mit für ein paar schöne Stunden nach dem Lauf! In der Sporthalle der Grundschule stehen Umkleieräume und Duschen zur Verfügung. Die Strecken sind markiert und ausgeschildert. Die Absicherung übernimmt freundlicherweise die Freiwillige Feuerwehr Wremen und die Polizeistaffel Dorum.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise,
angenehmes Laufwetter und viel Spaß!



Turn- und Sportverein
Wremen 09 e.V.

Uwe Friedhoff

Uwe Friedhoff,
1. Vorsitzender

! Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt !

SKILANGLAUF IN NORWEGEN

Eigentlich sollte es so um -15°C sein, im Februar in Norwegen. War es aber nicht, sonst hätten wir uns wohl etwas mehr anziehen müssen. Es war tagsüber in der Sonne etwas über, ab nachmittags und nachts dann unter 0°C . Die Sonne wärmte hier am 61. Breitengrad in der Nähe von Lillehammer schon ganz gut. Auf der Hochebene etwas östlich dieser netten kleinen Stadt, wo vor vier Jahren die olympischen Spiele stattfanden, auf ca. 800 m Höhe lag mehr als ein Meter Schnee. 300 km gespurte Loipen liegen auf der Hochebene mit geringen Steigungen und Gefälle. In der Nähe des Ortes sind die Loipen sogar mehrspurig. Etwas oberhalb des Sees von Sjusøen ähnelte die Loipe schon eher einer Autobahn, voll von langlaufenden großen und kleinen Menschen. Säuglinge und kleine Kleinkinder werden gut verpackt und geschützt in Metallschlitten mit Kufen untergebracht

und dann mittels Stangen an einem Beckengurt beim „Zugtier“ – in der Regel der Vater des Wesens – befestigt und durch die Wälder gezogen. Ob ihnen das gefällt? Jedenfalls sind sie immer dabei. Ab ungefähr drei Jahre kommen die Kinder aber auf eigene Ski und fahren dann mehr oder weniger selbständig, werden manchmal aber auch geschoben, getragen, oder müssen allein sehen, daß sie vorwärts kommen. Sie kommen meist auch gut zurecht, auch abwärts, wo die ungeübteren erwachsenen Skifahrer mit den Langlaufski schon eher mal Schwierigkeiten haben und etwas unbeholfen daherkommen und manchmal ja auch stürzen. Auf Langlaufski hat man nämlich keine so gute Führung wie auf Abfahrtski, der Schuh ist ja nur vorn fest auf dem schmalen Ski, dafür kann man damit aber in der Ebene ganz gut vorwärtskommen. Natürlich nicht so im Skating-Schritt und



Anmeldung zum Wremer Deichlauf

Zutreffendes bitte ☒

Strecke

5000

15800

Geschlecht

männl.

weibl.

Geburtsjahr

19



Waren Sie schon mal dabei?

ja

nein

Kinderbetreuung?

Anzahl

nein

Nachname

Vorname

Verein

Anschrift

☒ Peter Valentiniß, Uterlue Specken 39, 27638 Wremen

e-Mail: p_val@t-online.de

..... oder Fax an 04705-949990

6. Cuxland-Cup

1. Lauf in Wremen am 06.06.98 / 15800 Meter
2. Lauf in Bokel am 04.07.98 / 10000 Meter
3. Lauf in Wanna am 18.07.98 / 21100 Meter

auch nicht so schnell, wie man das ja neu-lich erst in Nagano bei der Olympiade be-wundern konnte. Langlaufski kann man auch ganz ruhig, langsam, sinnig laufen, je nach Können und Ausdauer. Das ist eine Bewegungsmöglichkeit im Schnee für Jung und Alt und alle Klassen. Und passieren kann eigentlich auch beim Sturz nicht viel.

Die Norweger lieben offenbar Langlaufski im Familienverband. Dabei geht es ge-mütlich zu. Um die Mittagszeit wird sgoar ein Picknick eingelegt, dafür wird an einem Sonnenplatz Schnee zu Sitzen ge-formt, die mitgebrachte Isomatte darauf gelegt, oder Tannenzweige oder sogar mitgebrachte Rentierfelle und dann kann sich die Familie niederlassen zum Mahl. Die Rucksäcke werden geleert, manch-mal wird sogar noch ein Feuer gemacht. So gestärkt geht es dann wieder auf die Loipe.

Es gibt schöne Wege durch die Wälder und um die vielen Seen. Knapp oberhalb des Dorfes ist schon die Baumgrenze, die etwas über 1000 m hohen Gipfel sind kahl und nur von Schnee bedeckt. Da in unse-rer Woche dort oben kräftiger Wind uns meist entgegenblies, konnten wir in dem Schneesturm die Hand nicht vor den Augen sehen und dann auch noch in ark-tischer Kälte dort oben, den Hausberg Neverfjell leider nicht besteigen und die schöne Aussicht bestaunen. Aber die Aus-sicht über die Hochebene, die vielen schneebedeckten Berge und die ewige Weite der norwegischen Landschaft war auch so schon von unserem Wohnungs-fenster schön genug. Während der kurzen Sonnenscheindauer am Tag und der ewig langen Dämmerung morgens und abends bot sich immer ein tolles Panorama vor unserem Fenster von der warmen Wohn-stube in der Holzhütte betrachtet.

Unsere Ausdauer ist ja bekanntlich ganz gut, so daß wir fast jeden Tag mehrere Stunden auf den Ski unterwegs sein

konnten, ohne uns zu überanstrengen, was man von manch anderen so nicht sagen konnte. Auch die Lauftechnik wurde von Tag zu Tag besser, die letzten Langlauferfahrten lagen für uns ja auch immerhin schon 12 Jahre zurück. Trotzdem mußten wir oft neidvoll den älte-ren und sogar richtig alten Norwegern und Norwegerinnen hinterherschauen, die am Hang an uns vorbeispurten und offen-bar ganz leichtfüßig die Steigungen bewältigten.

Der Schnee ist ja auch ganz unterschied-lich, am besten nimmt man Ski mit Schup-pen an der Unterseite, die laufen bei fast jeder Temperatur, wenn auch nicht son-derlich schnell. Bei anderen Ski muß man bei jeder Temperatur neu wachsen, sonst laufen sie gar nicht. Anfangs war lange kein Neuschnee gefallen, die Spur war eisig, die Steigungen ebenfalls vereist, so daß man kaum Halt bekam. So mancher machte dabei eine recht unglückliche Figur. Als dann mehrfach Neuschnee über Nacht gefallen war, wurden die Loipen morgens sofort wieder frisch gespur und die Ski griffen sehr gut und glitten dahin. Ist der frisch gefallene Schnee dann pul-verig, haften die Ski und man gleitet kaum noch vorwärts und alles wird anstrengen-der. Wegen des starken und kalten Winds suchten wir uns Loipen im Wald aus. Ent-fernten wir uns von unserem Ort, wurden die Begegnungen mit Menschen immer seltener, um so mehr hielten wir nach Tie-ren Ausschau. Es soll dort ja leibhaftige Elche geben, im Führer war die Rede so-gar von Bären. Aber wir sahen nur eine elchverdächtige Spur.

Tja, das war Langlaufski in Norwegen. Wenn die Anfahrt nicht so lang und teuer wäre... Aber vielleicht fällt ja auch in Norddeutschland irgendwann mal wieder Schnee. Warum dann keine Loipe machen am Deich oder im Deichvorland?

Renate

• NEU!!! • NEU!!! • NEU!!! • NEU!!! • NEU!!! • NEU!!! • NEU!!! •

Gemeinsam Inline-Skaten

Wann: jeden Sonntagabend 18 Uhr

Wo: Parkplatz am Wremer Tief

Wer: Eingeladen sind alle, die in der Gruppe fahren wollen und die gemütlich länge-re Strecken laufen wollen, die gern mal 1 bis 2 Stunden unterwegs sein wollen, nach Norden, nach Süden auf den autofreien Wirtschaftswegen, oder Rundkurse, je nach Lust und Wetter und Wind.

MIT AUTO UND FAHRRAD IM ALTMÜHLTAL

Samstag, d. 27. 9. 97

Abfahrt in Wremen um 7.10 Uhr auf die Autobahn in Richtung Bremen.

Am Abend vorher das Gepäck im Auto verstaut und den Fahrradträger auf's Autodach montiert, so daß morgens nur noch die Räder aufgesetzt werden brau-chen. Die Sättel werden mit Plastiktüten abgedeckt, es nieselt. Trotz Baustellen, böigem Wind und gelegentlichen Schauern kommen wir gut voran, sind um 12.10 Uhr bereits zwischen Fulda und Bad Brückenau und verzehren auf einem Parkplatz in der Sonne sitzend unser mit-genommenes Mittagsbrot. Treffen um 16.15 Uhr ohne Zwischenfälle am Zielort **Deising**, einem kleinen Ort nahe **Rieden-burg**, ein und beziehen unser Quartier, das jenseits der belebten Straße längs der kanalisierten Altmühl, dem Main-Donau-Kanal, in einer ruhigen Seiten-straße mit Blick auf die bewaldeten Hügel liegt. Bevor wir auspacken, genießen wir erstmal ein frisches, schmackhaftes baye-risches Bier. Da die Sonne lacht und wir neugierig sind auf die Altmühl, machen wir die Räder klar und radeln über die Brücke auf die andere Seite zum ausge-schilderten Radweg direkt am träge flie-ßenden Fluß entlang bis zur ersten Bie-gung. (Die Altmühl hat Schleifen wie

unsere Geeste in Bremerhaven). Dort, gegenüber dem Örtchen **Eggersberg**, auf dem höchsten Berg am steilen Ufer thront eine stolze Burg, sitzen wir auf einer Bank und beobachten den Frachtschiffsverkehr und genießen die herrliche Gegend. Wir entschließen uns, noch die nächste Bie-gung des Fließchens zu erkunden und schon taucht der Ort **Riedenburg** vor uns auf, aber so nahe, wie es scheint, ist es doch nicht. Nach ca. 15 km fahren wir über die im kräftigen Bogen gespannte Brücke ans andere Ufer in den belebten Ort, in dem sich alte und neue Bausub-stanz harmonisch ins bunte Bild einfügen. Nach einer flüchtigen Ortsbesichtigung machen wir uns auf „dieser“ Seite des Flusses über betonierte Wirtschaftswegen auf den Heimweg zum Ausgangspunkt unseres ersten Tages. Es wird schnell dunkel, wir müssen mit Licht fahren, von den Schönheiten der Natur und der Landschaft links und rechts bekommen wir nichts mehr mit, denn es ist wesentlich finsterer hier in den Bergen als bei uns im platten Land, wo man noch immer einen Lichtstreifen am Horizont gewahrt. Wir müssen aber doch noch wieder über den Fluß, denn in unserem Ort ist die einzige Wirtschaft überfüllt mit lärmenden Gä-sten. In **Meiherh** finden wir einen gemütl-

chen Gasthof, in dem nur einige Gäste und ein paar Einheimische, (wir hören es an der Sprache), an den Tischen sitzen. Schnell finden wir Kontakt zu zwei Ehepaaren aus Düsseldorf und Cottbus und erfahren so allerlei von der Gegend und, daß dieser Gasthof hier ein Geheimtip ist. Wir nehmen unser Abendbrot mit einigen süßigen Bieren ein, unterhalten uns angeregt und merken gar nicht, wie schnell die Zeit vergeht. Die anderen Gäste haben's überhaupt nicht eilig, denn sie wohnen hier im Hause. Inzwischen ist die Straßenbeleuchtung erloschen und wir haben Mühe, den Heimweg über die Altmühl zu finden. Heutige Fahrradstrecke: 26,1 km. Duschen und nun doch todmüde ins Bett!

Sonntag, d. 28. 9. 97

Nach reichlichem und gemütlichem Frühstück auf die Räder, bei Sonnenschein und guten Mutes über die Brücke, wieder auf den Radweg in Richtung **Riedenburg**. Den malerischen Ort nun ausgiebig be-

sichtigt und fotografiert. Weiter geht die flotte Fahrt am Ufer der Altmühl entlang in Richtung **Kehlheim**. Heute, am Sonntag, sind viele Leute mit Rädern unterwegs, man muß aufpassen, denn es kommen auch welche aus der entgegengesetzten Richtung. Die Fahrt geht an Burgen, Ruinen und Schlössern, die von den steilen Bergabhängen herunterschauen, vorbei, wo der Fluß begradigt wurde wegen der Schifffahrt, verblieben sogen. Altwasser. Hier steht das Wasser, allerlei seltene Pflanzen und tote, bizarre Bäume mit Moos überzogen sowie vielerlei Wasservögel verleiten uns zum Verweilen. An den Ufern sitzen Angler, stundenlang. In vielen Windungen geht es nach Kehlheim, von weitem grüßt schon die Befreiungshalle hoch über dem Fluß. Zurück in **Riedenburg** aßen wir im Gasthof „Zum Schwan“ zu Abend, zünftig bayerisch. Heutige Tagesleistung: 51 km.

Montag, d. 29. 9. 97

Nach dem Frühstück die Räder auf's

Autodach und nach **Kehlheim** auf den riesigen Parkplatz am Donauufer. Gingen zu Fuß den steilen Fußweg zur Befreiungshalle, eine herrliche Aussicht auf die Altmühl, die Donau und die Stadt. Nach eingehender Besichtigung der imposanten Säulenhalle, 5 km Fußweg durch den Wald, übersetzen mit einem Kahn zum **Kloster Weltenburg** in der Donau. Im Klosterhof unter schattigen alten Bäumen verzehrten wir zu schwarzem Klosterbier unsere Vesper. Danach Besichtigung der Kirche und der Wallfahrtskapelle, beide reichlich mit Gold, Prunk und Gemälden ausgestattet. Sahen auch einige Mönche in ihren langen Kutten. Danach Rückfahrt mit einem Kahn auf der spärlich wasserführenden Donau durch den Donaudurchbruch mit steilen Felsen zu beiden Seiten, sehr romantisch!

In Kehlheim eine Stunde lang über den Marktplatz und die große Fußgängerzone flaniert und ein Eis gelöffelt. Mit dem Auto zurück zum Quartier, unterwegs in **Altessing**, einem romantischen Örtchen an der alten Landstraße direkt an einem Altmühlaltwasserarm, in einer kleinen Privatbrauerei, von unserer Wirtin empfohlen, zu Abend gegessen, natürlich bayerisch.

Dienstag, d. 30. 9. 97

Diesmal geht's in entgegengesetzter Richtung mit den Rädern bei etwas diesigem Wetter vorbei an steilen Felsen, Stauwehren und einem entzückenden Kapellchen, das mit Eisenstäben und Elektronik gesichert ist, nach **Dietfurt** und **Beilngries**. Dort gibt es Mittagessen in einem alten, verräucherten Gasthof: Wieder bayerische Spezialitäten, lecker! Hakte mit dem Trageriemen hinter eine Stuhllehne, Kamera fiel aus der Hand, kaputt. Auf dem jenseitigen Uferweg führen wir zurück über **Meihern**, wo wir wieder zum Abendbrot einkehrten und nach

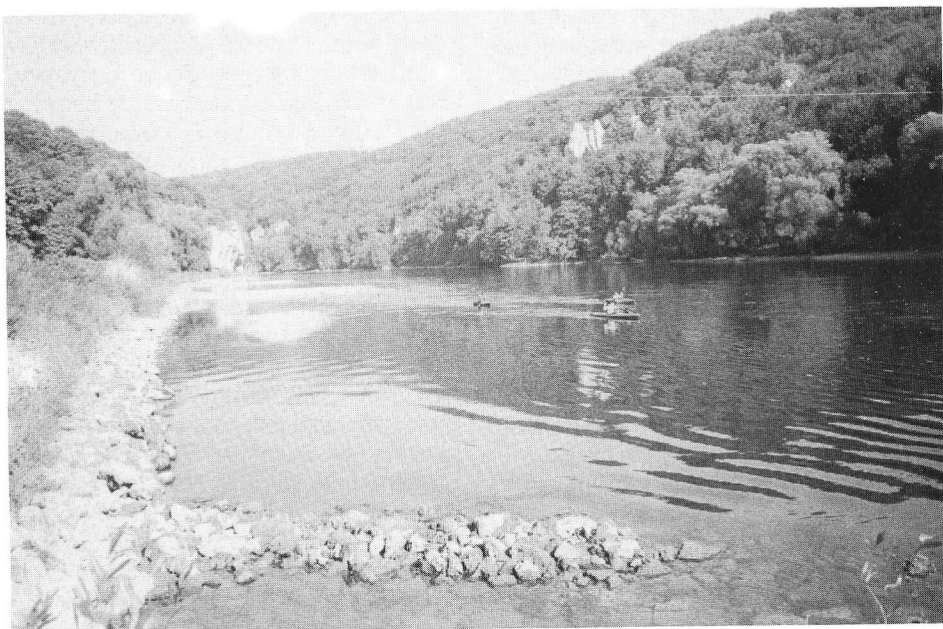
Hause telefonierten. Es waren heute gut 50 km.

Mittwoch, d. 1. 10. 97

Es regnet in Strömen. Entschließen uns, mit dem Auto nach Lauf a. d. Pegnitz zu Dortes Cousine Gesche zu fahren. Benutzten Landstraßen, um dem Autobahnstreß zu entgehen. Fanden Waggershauers Haus nach einigem Suchen trotz Schnürlregen und einigen Jahren des letzten Besuchs, keiner zu Hause, aber Garage offen. Den urigen Ortskern, Fußgängerzone, abgelaufen, Nürnberger Würstel aus der Hand gegessen und zurück zu Gesche, sie freut sich riesig. Wir verquatschen den Tag beim Tee, bis ihr Sohn Dirk aus der Kanzlei heimkommt. Auf der noch immer regnerischen Heimfahrt Station in **Dietfurt**, wo wir einen heimeligen Gasthof fanden, Dort bestellte hausgemachte Spätzle und ich Hirschbraten mit Preißelbeeren zu Preisen, die bei uns im Norden utopisch sind.

Donnerstag, d. 2. 10. 97

Blick aus dem Fenster: Die Sonne lacht, trocken! Per Auto, die Räder auf dem Dach, nach **Beilngries**. Ließen dort den Wagen stehen und längst der schönen Altmühl gings über **Kirchanhausen**, **Kratzmühle** und **Pfraundorf** nach **Untermemmendorf**, alles hübsche kleine Orte, kehrten dort wegen des starken Gegenwindes um, fuhren nach **Kinding**, sehen uns den niedlichen kleinen Ort an und fuhren zum Mittagessen nach **Beilngries** in denselben Gasthof wie vorgestern. Besuchten nach **Kipfenberg**, das uns von früher her geläufig ist, fanden den Ziegenbrunnen, an dem sich unsere damals kleinen Kinder so erfreuten. Die Räder sind mit gelbem Staub überzogen, an einer Tankstelle dürfen wir diesen mit dem „Reifendruckschlauch“ abpusten. In **Mühlbach** nahmen wir unser Abendmahl in einem gemütlichen Gasthof ein, von wo



aus ich meinen alten Schulkameraden Horst Wetjen aus Mulsum in **Manching**, wo er nach der Bundeswehr als Fluglehrer hängenblieb, anrief, (er freute sich sehr!), und verabredeten uns zu Sonntag.

Freitag, d. 3. 10. 97

Noch beim Frühstück ruft Gesche an, wir treffen uns um 12 Uhr in **Riedenburg** auf der Rundbogenbrücke. Sind mit den Rädern bei herrlicher Sonne trotz Plattfuß an Dortes Hinterrad bald am Verabredungsort, gewinne die Wette: Wagershauser sind noch nicht da. Nach ihrem Eintreffen, Andreas ist auch da, wandern wir gemeinsam auf **Schloß Rosenberg**, wo wir bei vielem Erzählen und einigen Bieren gut zu Mittag essen und dabei die schöne Aussicht auf die Altmühl genießen. Danach machten wir einen Spaziergang auf den gegenüberliegenden Berg, von wo aus wir einen herrlichen Blick auf **Riedenburg** und einen alten durch die Begrädnung der Altmühl stillgelegten Arm derselben hatten. Mit dem Auto wurden wir nach **Deising** von den beiden gebracht, denn Dortes Reifen war schon wieder platt. Nach dem Flickern desselben aßen wir mal in der Pension zu Abend und legten die Beine hoch.

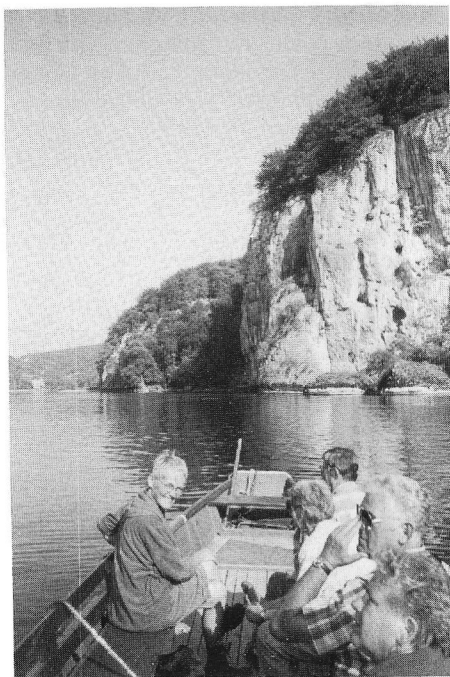
Samstag, d. 4. 10. 97

Fuhren bis **Kinding**, in einem großen Fahrradgeschäft kaufte ich mir eine Sattelfederung, denn der Hintern leidet auf dem harten Sportsattel. Ließen dort den Wagen stehen und fuhren mit den Rädern bei herrlicher Herbstsonne über **Kinding** bis **Kipfenberg**, vorbei an der Schloßruine **Arnsberg**. In **Pfünz** erlebten wir eine Hochzeitsgesellschaft, die im Freien im Biergarten eines idyllischen Gasthauses bei zünftiger Musik in Trachtenkleidung unter schattigen Bäumen kräftig feierte. Gleich gegenüber war Richtfest, ein Zimmermann in Tracht sprach den Richtspruch vom Dachstuhl

aus und wir mußten einen Obstler mitbringen. Zum Römerkastell mußten wir die Räder schieben, so steil war der Weg hinauf. Auf der anderen Seite der Altmühl gings ziemlich verschwitzt und müde wieder nach **Deising**, wo wir uns unter die Dusche stürzten. In Dietfurt schmeckte das Abendbrot wieder hervorragend, für drei Getränke, Suppe und zwei Gerichte nicht mal 40,- DM. Tagesleistung: ca. 56 km lt. Tacho.

Sonntag, d. 5. 10. 97

Bei herrlichem Sonnenschein längs der Altmühl mit den Rädern den nun schon bekannten, aber immer wieder schönen Radweg längs der Altmühl nach **Riedenburg** über die Brücke. In einem belebten Biergarten verzehrten wir Brezeln und jeder a Maß. Fuhren danach ins Schambachtal, wo Dorte über eine Steinkante mit dem Rad stürzte. Der Schrecken ist größer als die Blessuren an den Knien,



alles gutgegangen! Um 15 Uhr sind wir am Treffpunkt in Riedenburg, wo wir auf Horst und seine Frau trafen. Fuhren zum romantischen **Essing**, um dort gemeinsam Kaffee zu trinken in einem hübschen Gasthof abseits der verkehrsreichen Straße und das Erzählen und Erinnern an die alten Zeiten wollte kein Ende nehmen. Wanderten gemeinsam auf die Burg **Randeck**, von wo aus wir einen herrlichen Blick bis auf die Befreiungshalle in Kehlheim und auf die entfernte Raffinerie in Ingolstadt hatten. Erst im Dunkeln mit den Rädern den schon bekannten Betonweg zurück zur Pension. Heute nur ca. 35 km radgefahren.

Montag, d. 6. 10. 97

Morgens die Räder aufs Autodach und in **Beilngries** den Wagen auf einem Parkplatz abgestellt. Bei herrlicher Sonne immer an der Altmühl entlang in Richtung **Eichstätt**, dort das Städtchen angesehen und den Dom, an dem gebaut wurde. In einem Biergarten am Ufer der Altmühl den Mittagshunger gestillt, weiter im Tal der Altmühl, das sich allmählich erweitert. Wiesen und Äcker auf beiden Seiten, bevor die Felswände z. T. bewaldet oder zerklüftet das Tal begrenzen. Links verläuft plötzlich eine stark befahrene Eisenbahnlinie, alle Augenblick rumpelt ein langer Güterzug vorbei. Gerade, als wir unter einer Brücke hindurchfahren, werden wir von dem Getöse „überfahren“. An einem sehr steilen Felsvorsprung in **Dollnstein** üben ein paar junge wagemutige Leute, mit Seilen und Haken gesichert, das Bergsteigen. Wir legen uns ins Gras und schauen ihrem gefährlichen Sport zu, bis zwei den Gipfel erreicht haben. Ein Blick auf die Uhr sagt uns, wir müssen umkehren, wenn wir nicht wieder „In der Dunkelheit föhren wödd“. Ein Blick auf unsere Radwanderkarte sagt uns, daß es nur denselben zurück gibt, obwohl Dorte gerne „einen kleinen Umweg fahren“ wür-

de. In **Eichstätt**, der alten Bischofsstadt, sahen wir uns noch ein wenig um und eben hinter **Kinding** lädt ein stattlicher Gasthof zum Abendbrot ein. Diese alten bayerischen Gasthöfe üben auf mich eine magische Anziehungskraft aus, ist es das leckere Bier und die guten Speisen, oder macht's die volkstümliche Atmosphäre? Wir sitzen neben einem älteren Herren mit einem ebenso alten Dackel, wie sich herausstellt, einem Holländer, der sichtlich erfreut ist, Gesprächspartner gefunden zu haben. Es wird später und ist dunkel, als wir die Pension erreichten. Die Fahrräder fuhren heute 49 km.

Dienstag, d. 7. 10. 97

Es ist zur Gewohnheit geworden, vor 10.30 Uhr kommen wir nicht „von'n Hoff“. Fahren zum gestrigen Endpunkt, von dort per Räder immer im Tal der Altmühl entlang. Bei **Alten-Kohl** schauern wir uns unter hervorspringenden Felsen vor dem plötzlichen Regen. In **Solnhofen**, einem mehr häßlichen Industriestädtchen, aßen wir aber gut zu Mittag. Bei Sonne ging's dann bis **Pappenheim**. Wir trennten uns unfreiwillig, während Dorte schon in einer Kirche verschwunden war, um diese anzusehen, als ich fotografierte. Inzwischen fuhr ich auf die Burg über die malerische Burgzufahrt. Trafen uns in der engen Gasse vor dem Standbild des alten Generals des 30jährigen Krieges am Schloß wieder. Besichtigten gemeinsam die niedliche mittelalterliche Stadt sowie die Burg, welche sich in noch relativ gutem Zustand befindet, es wird allerdings kräftig restauriert. erinnerte mich aus meiner Schülerzeit an Schiller's Wallenstein: „... kenn doch meine Pappenheimer“. Radtour heute: 50 km.

Mittwoch, d. 8. 10. 97

Mit dem Wagen und den Rädern bis Pappenheim gefahren, um den letzten Teil des romantischen Altmühltals zu

durchfahren. In Treuchtlingen waren wir zu Mittag, sehr enttäuscht über die laute Stadt. Verließen diese schleunigst, nachdem wir trotz des Sonnenscheins in ein Café eingekehrt waren. In **Großdorf** im „Blauen Hecht“ Abendbrot, Tageskilometer heute: 45.

Donnerstag, d. 9. 10. 97

Entschließen uns beim Frühstück, nochmals nach **Kehlheim** mit den Rädern zu fahren, um die Stadt etwas mehr zu erkunden. Die Sonne lacht, wir lassen uns Zeit und fahren nochmals in Richtung

Donaudurchbruch, kehren dort im „Klösterle“ ein, dann nach **Bad Abbach** am Main-Donau-Kanal entlang. Der Ort ist sehr hübsch, die Fahrt dorthin allerdings weniger, da wenig abwechslungsreich. Zum Abschied fuhren wir nochmal nach **Dietfurt**, um beim Toni zünftig bayerisch zu essen. Waren rechtschaffen müde nach ca. 60 km Tagesmarsch per Rad. Am Freitag treten wir die Heimreise nach dem Frühstück an.

Dorte und Dieter Wöbber,
im Oktober 1997



Fahrschule Land Wursten Schlieben & Wollny

- Ausbildung aller Klassen
- Nachschulungskurse F.a.P.
- LKW u. Bus-Ausbildungsbetrieb
- Theorie leicht gemacht durch intensive Schulung

Telefon (04747) 2170
Telefon 0172-2082763
NORDHOLZ - Elbestraße 1

Telefon (04742) 400
Telefon 0171-4182400
DORUM - Speckenstraße 24

Donnerstag: 19.00 - 20.30 Uhr
Anmeldung ab 18.00 Uhr

Unterricht:

Dienstag: 19.00 - 20.30 Uhr
Anmeldung ab 18.00 Uhr oder tags-
über gegenüb. im Autohaus Schlieben

Der 2. Unterrichtstag in der Woche nach Vereinbarung

Frisches Putenfleisch

aus bäuerlicher Haltung



ANKE SIERCK

27632 Mulsum

Im Dorfe 5

Telefon (04742) 506

Verkauf freitags 9.00 - 18.00 Uhr · samstags 8.30 - 12.00 Uhr

In der letzten Ausgabe „Die Wremer“ wurde mit einer neuen Serie begonnen: „Der Rumpf – eine Schwachstelle des menschlichen Körpers?“. In dieser Folge soll es um das Training und um den Bauch gehen – oder besser: um die Bauchmuskulatur. Für das Verständnis der folgenden Ausführungen ist es vielleicht ganz sinnvoll, die letzte Ausgabe noch einmal vorher zu lesen.

WIE KRÄFTIGE ICH MEINE RUMPFMUSKULTUR?

oder: auf daß der Rumpf keine Schwachstelle des menschlichen Körpers mehr sei

Egal, welches Ziel man/frau vor Augen hat, ob gesundheitsorientiert, als Hobby-Sportler/in, als wettkampforientierter Läufer, Volleyballspieler oder Fußballer, eines ist allen gemeinsam: der Kräftigung der Rumpfmuskulatur und besonders der Bauchmuskulatur sollte mehr Zeit und Aufmerksamkeit gewidmet werden.

Vergessen wir bei den folgenden Ausführungen nicht, uns noch einmal an die in der letzten Ausgabe mit den „unfunktionalen Übungen“ der Rumpfmuskulatur zu erinnern, die uns vielleicht noch von früher bekannt sind oder die auch heute noch in Gymnastikstunden vorgeführt werden, in denen der oder die Übungsleiter/in leider wissensmäßig nicht ganz auf der Höhe der Zeit ist. Deshalb sollen hier das Verständnis für das Training und die prinzipiellen Schritte zur Durchführung der Übungen entwickelt werden.

Allgemeine Prinzipien zum Training der Rumpfmuskulatur:

Zunächst die allgemeinen Prinzipien beim Training der Rumpfmuskulatur. Sie gelten sinngemäß für alle Kräftigungsübungen der Rumpf- und Beinmuskulatur, auf die ich in dieser und den nächsten Ausgaben noch genauer eingehen werde. Hier sind sie:

Prinzipien beim Training der Rumpfmuskulatur

1. Alle Übungen zur Kräftigung erfolgen aus einer durch die Bauchmuskulatur gesteuerten Grundspannung (Ganzkörper-spannung)
2. Die Bewegungsqualität hat Vorrang vor Intensität und Umfang
3. Die Übungen erfolgen unter Beckenaufrichtung und Wirbelsäulenstreckung
4. Kräftigung kommt vor Dehnung
5. Prinzipien von 1. - 3. gelten sinngemäß auch für das Dehnen.

Diese Prinzipien finden in 3 Übungskomplexen ihre Anwendung. Damit werden bei regelmäßiger Anwendung praktisch alle wichtigen Haltungsprobleme abgedeckt.

1. Bauchmuskeltraining
2. Rumpfmuskel und Rückenmuskeltraining unter Einbeziehung des Schultergürtels und der Arme
3. Beinmuskeltraining im Stand unter Einbeziehung des Beckengürtels und des Rumpfes.

Zur Beachtung: Die folgende Beschreibung stellt lediglich die *Prinzipien* dar anhand der wichtigsten dazugehörigen Übung. Es sind jedoch vielerlei Abwandlungen denkbar, um den Übungsbetrieb spannender zu machen.

1. Kräftigung der Bauchmuskulatur

Ich will nun diese Prinzipien zunächst an der Kräftigung der Bauchmuskulatur darstellen. Ich habe in der letzten Ausgabe von „Die Wremer“ festgehalten, daß die Bauchmuskulatur (leider) das Paradebeispiel für eine Muskulatur ist, die bei Nicht-Gebrauch zum Schlaffwerden neigt. Man braucht, um zu sehen, daß diese Aussage stimmt, (meist) nur entweder an sich selbst herunterschauen oder hilfsweise auch einmal seine Mitmenschen zu betrachten, egal ob männlich (z. B. Bierbauch) oder weiblich (z. B. der immer zum Scheitern verurteilte Versuch, das ganze Problem mit Korsettagen zu lösen). Hier der Vorschlag zur (richtigen) Abhilfe. Am besten, Sie/Du gehen/geht mit dem weiteren Artikel so vor:

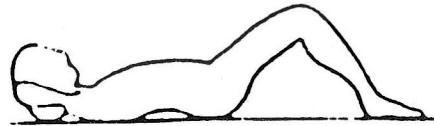
1. **Bild anschauen**
2. **Text zeilenweise lesen und**
3. **dabei gleich abschnittsweise nachmachen**
4. **mehrmals das ganze schrittweise gleich wiederholen.**

Das Bauchmuskeltraining kann man in vier Phasen unterteilen:

- a) die Ausgangsstellung
- b) die Vorbereitung
- c) die Durchführung
- d) die Beendigung

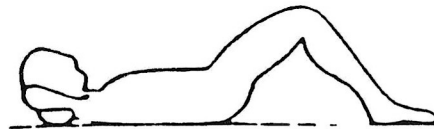
Also, los geht's. Am besten auf einer Isomatte oder einem Teppich(boden).

a) Ausgangsstellung:



1. Rückenlage
2. Beine angestellt
3. Hände am Hinterkopf verschränkt
4. Arme ca. 40 - 50 Grad abgewinkelt

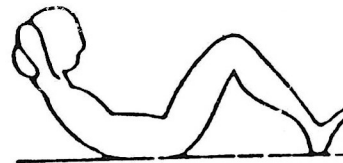
b) Vorbereitung:



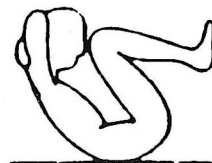
1. **Rücken flach auf den Boden drücken durch Anspannen der gesamten Bauchmuskulatur** (dadurch wird die Beckenkipfung aufgehoben)
2. **Schulterblätter beckenwärts ziehen**

c) Ausführung:

1. **Rumpf langsam 40 - 50 Grad aufrichten** (das kostet viel Kraft)



2. **Geschlossene Kniegelenke bei gebeugten Sprunggelenken stirnwärts ziehen und dabei (wenn möglich) Becken etwas anheben und einige Sekunden halten** (das kostet noch mehr Kraft)

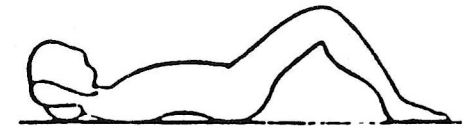
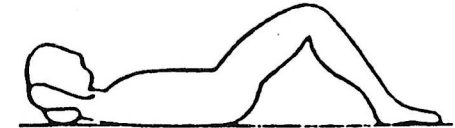
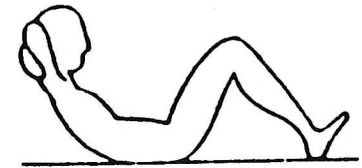


d) Beendigung

1. **Beine unter Beibehaltung der Rumpfspannung absetzen**
2. **Kopf ablegen**
3. **Erst nach dem Ablegen Spannung abbauen**

So, das wär's an sich. Man/frau muß jetzt halt nur noch üben. Und das recht fleißig, aber anfangs behutsam. Am besten die ganze Bauchmuskulübung zunächst ganz exakt und sauber 5 - 10 mal täglich. Bis zum nächsten „Die Wremer“. Dann geht's um den Rumpf und den Rücken.

Dr. Walter Samsel



Gemüserisotto

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Oliveöl
- 1 kleine rote Paprika
- 1 kleine grüne Paprika
- 1 kleine gelbe Paprika
- 1 1/2 Tassen (Aorio-)Reis
- 1 Fleischtomate
- etwas Basilikum
- etwas Thymian
- wenig Weißwein
- 1/2 Tasse Gemüsebrühe

kleinschneiden und in andünsten.

in kleine Stücke schneiden, zugeben und mit zusammen weiter andünsten. würfeln und zugeben. Mit und würzen und noch etwas dünsten lassen. Mit und ablöschen. Unter regelmäßigem Umrühren bei geringer Hitze kochen lassen. Wenn die Flüssigkeit aufgebraucht ist, weiter Gemüsebrühe zugeben, bis der Reis nach ca. 20 - 25 Minuten gar und noch leicht feucht ist.

30 g frisch gerieb. Parmesan unterrühren und noch etwas ziehen lassen.

Zu diesem Risotto schmeckt ein Stück gegrillter Fisch besonders gut.

Gerisko, GeSpuEr, Bremen

Gasthaus Wolters

RESTAURANT

ZUR BÖRSE

Lange Str. 22 • 27638 Wremen
Tel. 04705 / 1277 Fax 810077

Fisch, Krabben und
Fleischspezialitäten

Täglich wechselnder
Mittagstisch

Gemütliche Gaststube
und Clubzimmer



Voll im Trend Beratung
+ Verkauf
... und ganz wichtig Wartung
+ Ersatzteile

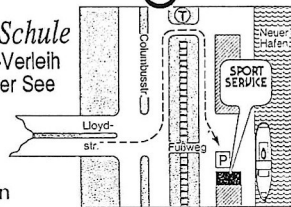
... und was wir sonst noch anbieten

- * Windsurfbretter + Zubehör
- * Neopren - Surfsegel + Masten
- * Flossen - Schnorchel - Masken
- * Rucksäcke - Wanderschuhe

SPORT SERVICE SCHNIEDER

Windsurfing-Schule
A-Kurse + Brett-Verleih
auf dem Spadener See

BAB-Ablauf
Mitte
Bremerhaven
Am Neuen Hafen
Tel. 0471/44500



**DAMEN- u.
HERREN-FRISEUR
DE PUTZBÜDDEL**

Susan Jentsch

Wurster Landstraße 151 • 27638 Wremen • Tel.: 0 47 05 / 12 90
Vorankündigung erbeten

UNTERHALTSAM

MINUSNULLWACHSTUM IN DER VEREINSKASSE

Alles wird teurer – nun auch noch der TuS

So, nun haben wir's, liebe Mitglieder des TuS Wremen 09. Jetzt geht's uns an die Geldbörse. Und wie es Funktionäre nun mal gerne treiben, die Schwächsten trifft es besonders hart. Die Kinder, jene, die außer ein paar Taler Taschengeld nicht eine müde Mark verdienen und die die Hoffnungsträger und die Zukunft unseres ehrwürdigen Vereins sind, trifft eine Beitragsangleichung von 100 (in Worten: einhundert) Prozent. Das darf doch wohl nicht wahr sein und schlägt dem Faß den Boden ins Gesicht!

Dick und satt von einer der zahllosen mitgliedergebührenfinanzierten Grünkohl-völlereien kommend, wird mal eben mirnix dirnix eine Beitragsangleichung verabreicht. Motto: Wir bezahlen zwei Märker drauf und die Kinder 200 Prozent ihrer bisherigen Beiträge!?

Und überhaupt, was heißt hier eigentlich „Beitragsangleichung“??? Das ist ja wie beim Bundesamt zur Verschönerung der Wirtschaftsdaten (BVW), da dürfen auch keine Rückgänge konstatiert werden. Der Begriff „Wachstum“ ist Pflicht, der ist positiv! Und wenn es wirklich mal weniger wird und rückwärts geht mit den Zahlen, dann heißt das nicht Rückgang. Dann heißt das „Minusnullwachstum“. Wachstum muß sein!

Ähnlich beim Turn- und Sportverein in Wremen. Beitragserhöhungen sind den TuS-Mitgliedern in der jetzigen wirtschaftlichen Situation nicht zuzumuten, „Erhö-

hung“ hört sich ja auch geradezu bedrohlich an, also läßt man das und „gleicht an“. Angleichen ist gerecht, ist positiv! Vorstände, die Beiträge erhöhen werden nicht wiedergewählt. Fünfzig Jahre ohne Beitragserhöhung – Logo, Wiederwahl. Na – wenn diese Angleichung man keine Erhöhung war?

Wer holt die Kinder von der Straße?

Andererseits – ist eine Beitragserhöhung nicht vielleicht doch mehr als gerechtfertigt!? Haben die TuS-Mitglieder nicht zu viele Jahre beständige Beiträge gehabt, während alles andere teurer wurde und auch die vielen Kosten für den Verein stiegen. Schauen wir uns doch mal die Preise in einer Mucki-Bude an oder war schon mal jemand Mitglied im OSC? Der TuS kostet nur einen Bruchteil. Ehrlich! Auch im Vergleich mit anderen Vereinen kann der TuS sich durchaus sehen lassen. Er liegt mit seinen Beiträgen sicher im unteren Drittel. Sind die sehr vorsichtigen Beitragserhöhungen nicht auch schon vielfach berechtigt durch kostenlose Trikots, Fahrten zu den Veranstaltungen, verfügbares Sportgerät, zahllose Trainerstunden, stundenlange Kinderbetreuung etc. pp. Selbst kritische Rechner kommen nach der Beitragserhöhung auf einen Stundensatz pro betreutes Kind von ca. 20 Pfennige! Wo gibt's das noch? Ist das etwa zu teuer? Natürlich nicht. Und wenn die freiwilligen Helfer, die allesamt viele Stunden im Jahr opfern und dafür sorgen, daß der TuS interessante Sportangebote

bereithalten kann und damit ganz nebenbei auch viele Kinder von der Straße geholt werden können, wenn diese Helfer einmal im Jahr ein „Grünkohl-Dankeschön“ für ihr Engagement erhalten – Wer hat damit ein Problem, der Einsatz ist es wert.

Miteinander reden!

Natürlich – eine Steigerung um 100 Prozent, wie oben genannt, hört sich drama-

tisch an, aber im konkreten Fall handelt es sich beim TuS auch hier nur um 2,- DM pro Monat oder 6,7 Pfennige pro Tag. Die Pfennige werden bezahlt, nicht die Prozentzahlen! Sollte im konkreten Fall der Beitrag für den TuS nicht aufgebracht und so eine Teilnahme am Vereinsleben verhindert werden, sprechen Sie die Verantwortlichen an. Es gibt immer eine Lösung.

A.KaZier

**Wer holt
die Kinder von
der Straße?**



Deutschlands mehr als
84.000 Sportvereine bieten Kindern und Jugendlichen das größte Freizeitangebot im Land – und oft 7 Tage in der Woche.

Deutscher Sportbund

Sportvereine
© 1991  **Für alle ein Gewinn**

WER IST ER???

Sehen Sie ihm nicht direkt in die Augen! Sprechen Sie ihn ruhig an! Laufen Sie nicht weg, wenn er Sie verfolgt!

Igeln Sie sich ein und schützen Sie mit Armen und Händen Kopf und Gesicht, wenn er die Situation eskalieren läßt!

Nun, wer ist er wohl? Richtig – es ist der älteste Freund des Menschen bis es Jogger gab, es ist der Hund. Drei Arten dieser Lebewesen gilt es zu unterscheiden:

1. Hunde, die Jogger sehr mögen. Oder waren es die Jogger, die die Hunde mögen? Na ja, Sie wissen schon!
2. Hunde, die Jogger gar nicht mögen und
3. Hunde, die den Leuten in die Vorgärten scheißen.

Interessant für unsere Betrachtung sind die unter Punkt 2. zu nennenden Exemplare. Die unter Punkt 1. fallenden Tiere lieben wir Jogger alle heiß und innig, sofern sie nicht auch zu den Gartenpupsern zählen.

Eine Runde für die Hunde

Begleiten wir den Wremer Lauftreff doch einmal bei einer Runde ums Dorf und nehmen die Vierbeiner unter die Lupe. Da ist gleich nach dem nördlichen Ortsschild der vorderasiatische Afghane, sehr grazil, sehr edel, ein bißchen nervös, aber immer sehr artig, wenn Herrchen bei ihm ist, wenn nicht – was aber fast nie vorkommt – dann hat er schon mal einen Heiden Spaß daran, uns ein wenig zu erschrecken. Sein Nachbar, der kleine Collie, ist auch kein Problem. Er startet zwar manchmal beeindruckend durch, passiert die Läufer aber immer im gebührenden Abstand. So wie wir es halt auch mögen.

Neue Wremer Züchtung – Vegetarische Balkonhunde

Drei Minuten weiter wohnt der Doc Dog, selbst Läuferhund und wahrscheinlich praktizierender Vegetarier, macht er den anaeroben Athleten keine Sorgen. Wenige Schritte und wir vernehmen ein gar fürchterliches Gebell. Nicht gerade gefährlich klingend zugegeben, aber umso engagierter gibt sich der Nachfahre Isegrims alle Mühe, auf sich aufmerksam zu machen. Als bald entdeckt die aufmerksame Läufergemeinde dann den Verursacher des Radaus. Ein Balkonhund ist's, hoch droben thronend über den Aktiven. Gott sei Dank – ein Balkonhund – Sicherheit!

7 Köpfe und 14 Beine

Erleichtert und beschleunigt durch dieses Erlebnis traben wir fort Richtung Ortsausgang Hofe. Der goldgelbe Apothekerhund ist als Läuferfreund einschlägig bekannt, aber was ist mit dem großen Braunen auf der anderen Straßenseite? Der hätte das Zeug zumindest einen von uns hochkant im Brötchen zu vernaschen. Aber – keine Gefahr, Angst völlig unbegründet, der Braune bleibt ungerührt und leidenschaftslos liegen. Läßt den Läufertrupp unbehelligt passieren. Entweder er ist satt oder schlau. Wie sagt doch Peter V. immer so schön: „Kein Hund ist so blöd, ein Tier mit sieben Köpfen und 14 Beinen allein anzugreifen!“ Am Braunen kommt man aber auch allein gut vorbei – ehrlich! Hofe – wir lassen diesen touristisch aufstrebenden Wremer Stadtteil rechts liegen – ist für Jogger noch absolut streßfrei. Alle Hunde gut erzogen. Das weiß man vom bellenden Schnuffi an der Wurster Landstraße vor Hülsing nicht. Was wir aber wissen, der Hund ist vorbildlich verwahrt, darauf ist Verlaß und so kann uns sein Anschlagen wenig anhaben.



SCHNITTPUNKT

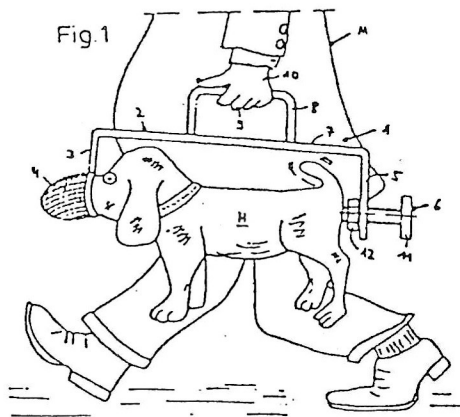
☎ 04705 / 1200

... denn auf den Schnitt kommt es an.

Wurster Landstraße 137 · 27638 Wremen

Der beißt nur, wenn er Hunger hat – oder?

Hinter Schottwarden geht's unterm Deich retour. Keine Häuser – keine Hunde!? Falsch gedacht! Denn wir können von Spaziergängern und -innen berichten, die scheinbar zunächst einen Mordsspaß daran haben, wenn ihre vierbeinigen Begleiter auf Sportler zuschießen. Um dann, wenn sich der kleine Liebling gerade in die teure Cool Max Legging verbeißt, mit den Worten „Der tut nix! Oh! Das hat er ja noch nie gemacht!“ versucht, beruhigend auf das geschockte Opfer einzuwirken. Und wenn dann schlußendlich bemerkt wird, daß aber auch nichts mehr unter Kontrolle ist, ja dann wird man nicht etwa laut, böse und handgreiflich gegenüber dem schutzbefohlenen Schmusetier – ihwo! – man geht einfach weiter, als hätte man mit dem gesamten Vorfall nichts zu tun. Sie zweifeln? Alles schon vorgekommen. So geht's nun aber wirklich nicht! Bei aller Liebe, die wir unseren tierlieben Besuchern und Feriengästen entgegenbringen, was zu viel ist, ist zu viel. Wir haben da eine ganz einfache Lösung: Hunde gehören unter Kontrolle oder an die Leine!



Die Zange von Rintzeln

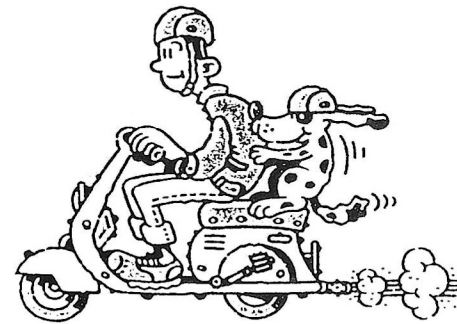
Nun aber weiter – am Wremer Tief vorbei Richtung Schmarren. Knurrt da nicht ein großer Vollmannshund oder freut sich da in der Strandstraße etwa schon ein kleiner Wolf auf uns? Denkste! Wir laufen links rum. Insider wissen aber, der kleine Wolf ist ein Lieber. Bei Bernhardiner Schröder wissen wir das nicht so genau. Er ist in letzter Zeit zwar wenig präsent, wir nehmen dennoch den vermeintlich sichereren Weg und landen natürlich prompt in der „Zange von Rintzeln“. Die „Zange“ besteht aus zwei sich gegenseitig alarmierenden Prachtbellos. Der Fairness halber muß aber gesagt werden, daß der Braune mit dem Schlappohr nur so mürrisch drauf ist, weil der Schwarze von gegenüber ihn mit seinem Krach tierisch nervt.

Der nervt aber nicht nur ihn, sondern so durchgeknallt, wie der sich benimmt, auch jeden Läufer auf der Strecke. „Eigentlich“ ist auch der große Schwarze harmlos und es besteht kein Grund zur Panik – wenn man's weiß. Man kann aber nicht alles wissen und nicht jeden Hund persönlich kennen oder darauf hoffen, daß er nur eine große Schnauze hat, von seinen scharfen Zähnen aber keinen Gebrauch macht.

Witzig ist es jedenfalls nicht, von solch einem durchaus imposanten Tier erst in Angst und Schrecken versetzt und anschließend durch Gräben und Feldmark gescheucht zu werden. So geschehen einer Sololäuferin an einem Winterabend Anno 1997.

Kinder und Frauen in die Mitte

Wir machen beim Anblick des schwarzen Riesen kehrt, nicht aus Angst „Gott bewahre!“. Weil's sportlich attraktiver ist ein paar Kilometer mehr zu laufen, biegen wir in den kurz hinter uns liegenden Feldweg ein und traben den Hasenweg Richtung Wremen-City zurück. Nicht groß und



„Gassifahren“ reicht nicht !

schwarz, aber ebenso laut und haarig, versucht jetzt ein wackerer Golden Retriever seine Agrarfabrik vor den feindlichen Eindringlingen zu beschützen. „Ist das Tier befestigt?“ schießt es uns als erstes durch den Kopf. Nein – natürlich nicht! Also liegt es im Ermessen des Hundes, was er nun aus der Situation macht. Wir nehmen die Kleinsten und die Frauen in unsere Mitte – ja so sind wir – und laufen mutig weiter, als gäbe es die Bedrohung gar nicht. Das war eine gute Strategie, denn wir erreichen alle gesund das



Ortsschild, was nun leider nicht immer selbstverständlich ist. („Die Wremer“ berichtete.)

Wir sind wieder da – Glückwunsch

Im Dorf nun werden wir teils mit Kopfschütteln „Die spinnen, die Jogger!“ teils auch wieder mit lautem, aber wohl gutgemeintem Gebell von einem schottischen und einem deutschen Schäfer empfangen. Inzwischen läßt selbst der von uns für Ablenkungsmanöver mitgeführte Beagle solche Attacken leidenschaftslos über sich ergehen. Wir auch. Vieles ist Gewöhnungssache. Sie freuen sich halt, die Kläffer, wenn es jemanden zu ärgern gibt. Wieder in der Ortsmitte angekommen, soll nun auch unser Lauf zu Ende gehen, nicht aber ohne eine abschließende Bewertung und nicht ohne die Bitte um Nachsicht und Verständnis für die vielen braven unauffälligen und hier nicht genannten Vierbeiner. Und nun – der Topact der Hitliste – the winner is: Mit weitem Abstand vor den weiteren Placierungen und uneinholbar konnte Yorkshire-Mollenhauer die Jury für sich gewinnen. Angstfreier als an Y. M. (sprich: whei em) kommt kein Läufer an einem Hund vorbei. Schon fast gemein, wie der einen Sportler ignorieren kann. Egal! Glückwunsch!

Tiere und Sport (TuS-Redaktion)

DIVERSES

DER TUS-VORSTAND DANKTE SEINEN HELFERN!

Auch in diesem Jahr ließ der Vorstand es sich nicht nehmen, seinen Trainern, Übungsleitern, Spartenleitern, Festausschußmitgliedern, Fahnenabordnung und sonstigen Helfern für ihre im vergangenen Jahr geleistete unentgeltliche Arbeit durch ein Grünkohlessen DANKE zu sagen. Den vielen Mitgliedern, die einen beachtlichen Teil ihrer Freizeit zum Gemeinwohl des Vereins opfern, kann dafür gar nicht genug Anerkennung gezollt werden. Gerade jetzt in der Zeit der knappen Kassen, wo von den Kommunen Zuschüsse gestrichen werden und eher daran gedacht wird, Beiträge von den gemeinnützigen Vereinen für „Benutzungen oder Ab-

nutzungen“ zu verlangen, sind ehrenamtliche Helfer umso mehr gefragt.

Der TuS befindet sich in der glücklichen Lage, daß zur Zeit durch eine Vielzahl von eben diesen freiwilligen Helfern nicht nur ein proppevoller Turnhallenbelegungsplan, sondern auch jede Menge von Sportwettkämpfen und Punktspielen nachzuweisen sind. Der TuS lebt und der Breitensport entwickelt sich erfreulicherweise weiter, dank unserer sportbegeisterten Helfer.

Nach kurzer Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden Uwe Friedhoff auf dem Dorfplatz ging es über den Büttel, vorbei am Osterfeuerplatz, über die Bahn, über den Hofener Weg Richtung Ilkenburg, Überquerung der Wurster Landstraße in Hülzing, in Schottwarden auf die Deichverteidigungsstraße und dann bis zur



„Wremer Fischerstube“ am Wremer Tief. Natürlich wurden wieder etliche Pausen eingelegt und es wurde fleißig geboßelt. Friedhelm (Porken) Sandt hatte sein letztjähriges Versprechen eingehalten. Er konnte einen neukonstruierten und von ihm in solider Handarbeit gefertigten Keschers vorweisen. „Neue Besen kehren gut“ – so war es auch mit diesem Keschers jedesmal eine Leichtigkeit, die im Rien-schloot versunkene Boßel herauszufischen.

Zur Abendbrotzeit trudelten dann die hungrigen Freizeitsportler bei Friedhoff's ein und ließen sich das wohlverdiente norddeutsche Nationalgericht mächtig schmecken. WJ



Neuer Grünkohlkönig Henry de Walmont (links)

Die Wremer Jogger waren auch während der diesjährigen Grünkohlsaison nicht nur mit den Turnschuhen unterwegs.

An einem frostigen, aber sonnigen Sonntagmorgen wurde dieses Mal rund um den Flögelner See gewandert. Mit einem Bollerwagen voll warmer Getränke ging es auf den idyllischen Rundkurs und nach etwa 6 km und gut 2 Stunden wurde die Gaststätte von Karl Seebeck erreicht. Man erwartete uns bereits und die Tische waren gedeckt. Der erwartete Hunger konnte bestens bekämpft werden. Schmackhafter Grünkohl, deftiger Pinkel und jede Menge Beilagen bis zum Abwinken. Und einer vergaß zu winken und wurde Kohlkönig: Henry de Walmont. Ob er nun wollte oder nicht, er mußte das Zepter von Otmar Sill übernehmen. Nach einem Verdauungsrundgang durch die City von Flögeln wurde nochmals bei Seebeck's eingekehrt und mitgebrachter

Kuchen und servierter Kaffee verputzt.
Erst am Spätnachmittag löste sich die

gemütliche Joggerrunde auf und fuhr gen
Wremen. WJ



Wanderpause am Flögelner See



Das Pastorenhaus toll geschmückt.

WEIHNACHTSFEIER 1997

Zum zweiten Male hatte der Vorstand und Festausschuß seine Mitglieder in das „Alte Pastorenhaus“ in Misselwarden zu einer Weihnachtsfeier für alle Sparten des Vereins eingeladen.

Der Zuspruch war enorm. Die 130 Karten gingen im Vorverkauf weg wie „warme Semmel“.

Wochen zuvor hatten (wie 1995) unsere Festausschußfrauen Regina de Walmont, Kerstin Rörig, Ursel Allers, Ursel Schüßler, Wendla Friedhoff, Meike Kracke, Elke Frese und Marion Heinz angefangen, Weihnachtsdekoration zu basteln. Für ihre Fleißarbeit und dem kreativen Können wurde den Frauen dann am Veranstaltungsabend reichlich Lob und Anerkennung ausgesprochen. Die Tenne des Pastorenhauses verbreitete eine einmalige weihnachtliche Atmosphäre. Man/frau mußte sich einfach wohlfühlen.

Nach dem schmackhaften Puteressen begeisterte der Wremer Jens Kornick mit irischen Volksweisen und Weihnachtsliedern zum Mitsingen die TuS-Mitglieder. Etwas besinnlicher ging es zu, als Theo Schüßler eine plattdeutsche Weihnachtsgeschichte von Rudolf Kinau vortrug. Der Programmhöhepunkt war dann der plattdeutsche Sketch „Dat Problem“. Die Akteure Theo Schüßler, Uwe Friedhoff, Kerstin Rörig und Willy Jagielki erhielten für ihre tolle Darbietung reichlichen Applaus. Danach war die Feier aber längst noch nicht vorbei. Im Gegenteil, nach den Discoklängen von Hanco wurde lange bis nach Mitternacht kräftig das Tanzbein geschwungen. Zwischendurch wurde ein von Heiko Dahl gespendetes Trikot mit den Unterschriften der deutschen Nationalspieler versteigert. Den Zuschlag erhielt Rainer Frese. Der Erlös für die Jugendmannschaften erbrachte 333 DM.

Alle Gäste waren sich einig, ein gelungenes Fest und einen großen Dank an die Festausschußfrauen für die Organisation und Gestaltung der Weihnachtsfeier. WJ



Jens Kornick – Musikdarbietung



TuS-Weihnachtsfeier 1997

WREMENS FÜNFTE JAHRESZEIT

Nun steht es fest: auch Wremen kennt die fünfte Jahreszeit.

Was bisher als eine Rheinische Eigenheit im hohen Norden müde belächelt wurde ist zumindest im TuS handfeste und „frohsinnige“ Tradition geworden.

Wovon ist die Rede? Natürlich vom Karneval.

Wie auch im letzten Jahr konzentrierten sich alle karnevalistischen Aktivitäten auf die kleinen „Närrinnen“ und „Narren“.

Die Kindermaskerade in der fröhlich bunt geschmückten Turnhalle war für alle Gäste, ob groß, ob klein, ein tolles Erlebnis.

Für die phantasievoll kostümierten „Karnevalsjecken“ war tanzen, toben und spielen angesagt. Das ein oder andere Kostüm wurde schon bald zur Aufbewahrung an Mutter oder Vater abgegeben, um

die Hitze erträglicher zu machen. Hin und wieder war auch Nachschminken nötig, weil alle so ins Schwitzen kamen.

Nur die Mütter, Väter, Tanten, Onkel, Omas und Opas mußten sich mit Kaffee und Tee aufwärmen. Dazu ein schönes Stück Kuchen von dem liebevoll hergerichteten Kuchenbuffet und auch die Erwachsenen waren zufrieden.

Eine hervorragend aufeinander eingespielte Helfertruppe sorgte für gute Laune und einen reibungslosen Ablauf der Party. So manches spontane Hilfsangebot wurde gerne angenommen und sorgte auch beim Aufwärmen und Saubermachen für ein rasches Ende.

Nicht zuletzt gilt der Dank auch den vielen fleißigen Kuchenbäckerinnen und -bäckern(?). Die haben für ein herrliches Buffet gesorgt und einen intensiven Rezeptetausch in Gang gebracht.

FAZIT: Was Kölner, Mainzer und Düsseldorf können, können Wremer schon lange!!!

Regina



Kinderkarneval in der Wremer Turnhalle



Unsere spaßigen TuS-Helferinnen

Mirja, Meike, Regina, Marion, Elke, Kerstin, Karin, Ursel A., Inkel, Ursel Sch.

SHECK FÜR DIE TUS-JUGEND

Über einen Scheck von DM 1.300,- freuen sich der Nachwuchs und die Verantwortlichen im TuS Wremen 09 e.V. Der Geschäftsstellenleiter der Volksbank in Wremen, Theo Schübler, übergab den Scheck, der aus dem Zweckertrag der Gewinnspargemeinschaft der Volks- und Raiffeisenbanken kommt und für gemeinnützige Zwecke verwendet werden muß. Der Vorsitzende des TuS Wremen 09 e.V., Uwe Friedhoff, und der Jugendleiter, Manfred Uhde, versprachen, daß die Mittel ausschließlich für den

Jugendbereich verwendet werden und bedankten sich bei der Volksbank für die Spende.

Die Wremer Jugend profitiert nicht das erste Mal von einer Spende aus dem Zweckertrag der Gewinnspargemeinschaft. „Vor der Übergabe der Spende habe ich dem Trainingsbetrieb, der von Tini und Lüder Menke geleitet wurde, beigezogen und erlebt, mit wieviel Eifer und Freude die Kinder bei der Sache sind. Es lohnt sich wirklich, die Jugendarbeit in den Vereinen durch Spenden zu unterstützen,“ führt Theo Schübler aus.



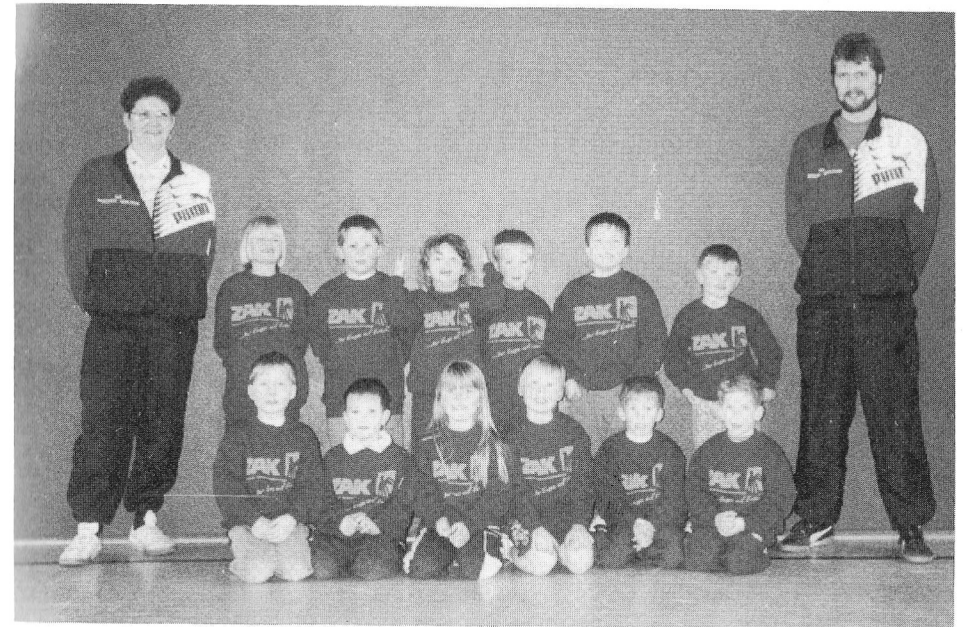
Von links: 1. Vorsitzender Uwe Friedhoff, Jugendwart Manfred Uhde, Geschäftsstellenleiter Volksbank Wremen Theo Schübler.

Vorne: Hauke Roes, René Becher, Tim Deutinger, Eike Heinz, Arne Dahl, Jussuf Simsek, David Mehrkens, Martin Schlutow.

Hinten: Florian Worthmann, Nils Käckemester, Lasse Langlo, Jan-Christoph Trilk, Mark Fieitz, Sina Werner, Trainer Lüder Menke, Betreuerin Tini Menke.

Zur großen Freude unserer jüngsten und kleinsten Kicker stattete die Firma „Zentrum für ambulante Krankenpflege GmbH“, Inhaber Norbert Finke aus Langen unsere G- und F-Jugend mit tol-

len Sweat-Shirts aus. Der TuS-Vorstand und die Betreuer/innen sagen dem großzügigen Spender nochmals einen dicken Dank.

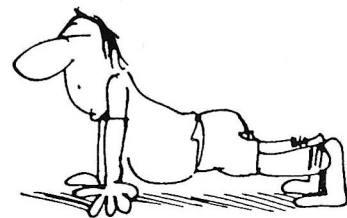


G-Jugend

Stehend von links: Trainerin Annegret Knippenberg, Xanda Peters, René Bürger, Laura Scheper, Florian Pönisch, Philipp Wortmann, Mirko Mehrkens, Trainer Frank Knippenberg.

Sitzend von links: Patrick Knippenberg, Philip Käckemester, Saskia Kneifel, Christopfer Schulte, Jannik Olbers, Steffen Olbers.

Es fehlen: Marek und Kira Endter





F-Jugend

Stehend von links: Philipp Wortmann, Trainer Lüder Menke, Marvin Schlutow, Lasse Langlo, Jan-Christoph Trilk, Mark Filitz, Nils Käckenmester, Eike Heins, Betreuerin Tini Menke.

Sitzend von links: David Mehrstens, Hauke Roes, Jusuf Simzek, Sina Werner, René Becher, Timm Deutinger.

Es fehlt: Arne Dahl

NEUES OUTFIT FÜR DIE F-JUGEND

Großen Jubel gab es bei kleinen Kickern der F-Jugend und deren Betreuern.

Die Firma „auto-handel-service gmbh“, (reimportierte PKW) aus Wallhöfen, überbrachte durch ihren Repräsentanten Joachim Veen einen kompletten Satz Trikots für die Wremer Fußballer.

Freudig wurde er von dem 1. Vorsitzenden Uwe Friedhoff, Jugendwart Manfred Uhde und Kassenwart Theo Schübler zu einem Fototermin auf dem Sportplatz empfangen. Herrn Veen wurde im Namen des TuS herzlich für die großzügige Spende gedankt und aufgetragen, seiner Firmenleitung diesen Dank mit den besten Grüßen zu übermitteln. WJ



Von links: Trainer Lüder Menke, Firma auto-handel Joachim Veen, Betreuerin Tini Menke.

Vorne: Hauke Roes, René Becher, Tim Deutinger, Eike Heinz, Arne Dahl, Marvin Schlutow, Jusuf Simsek, David Mehrstens.

Hinten: Florian Worthmann, Nils Käckenmester, Lasse Langlo, Jan-Christoph Trilk, Mark Filtz, Sina Werner, 1. Vorsitzender Uwe Friedhoff, Jugendwart Manfred Uhde.

DIE WREMER KARTE – SIEGESNUMMER

Die Wremer Karte war der Megahammer der Fußballsaison 1997/98. Wir berichteten in der Ausgabe Nr. 10 ausführlich. Nun folgt bald die zweite, hoffentlich ebenso erfolgreiche, Dauerkarte 1998/99. Inzwischen hat die Verlosung der Preisträgerkartennummer stattgefunden. Der Inhaber der Wremer Karte 97/98 mit der

Nr. 0006

ist der glückliche Gewinner. Auf ihn wartet eine bunte Palette attraktivster Preise. Vom Essen für 2 und einer neuen Wremer Karte über verschiedene Gutscheine, Verhüterlis wahlweise ein Satz Blitzventile und ein Sportdress bis hin zum Blumenstrauß reicht das Angebot. Also oberwichtig Wremer Karte Nr. 0006 bitte bei der Wremer-Redaktion vorlegen und Preise abholen. Dem Gewinner – herzlichen Glückwunsch! Für alle anderen gilt: Nicht verzagen! Neue Karte kaufen! Die nächsten Preise sind wieder super. Der Wremer Fußball, den sie sich für den Einsatz angucken können, ist es sowieso!

DIEBISCHE ELSTERN

Bei unserem ersten B-Jugend-Training im neuen Jahr wurde mir zu meiner eigenen Überraschung mein Portemonaie und eine Geldkassette mit der Mannschaftskasse geklaut. Nun könnte man behaupten, ich sei selbst Schuld, denn schließlich läßt man solche Sachen nicht unbeobachtet in der Turnhalle liegen. Zu meiner Entschuldigung kann ich jedoch sagen, daß ich gar keine Möglichkeit hatte, meine sieben Sachen in Sicherheit zu bringen. Ich erschien nämlich fünf Minuten zu spät zum Training (was sicherlich auch nicht positiv zu sehen ist) und unser Manager Lutz Behme hatte den Platz des Geschehens schon verlassen, denn er war kurz zuvor mit der Mannschaft zum Deichlauf aufgebrochen. Also entschloß ich mich, meine Fußballtasche zurückzulassen und der Mannschaft nachzulaufen. Ich hatte zwar schon gehört, daß in der Vergangenheit Dinge aus der Umkleidekabine entwendet wurden, aber ich dachte mir eben: „Es wird schon gut gehen“. Aber da sollte ich mich täuschen. Naja, im Nachhinein kann ich jedoch sagen, daß dieses Training ein sehr teures Training war, denn neben dem Geld aus dem Portemonaie mußte ich

über 100,- DM für die Wiederbeschaffung der Papiere, Scheckkarten, Autoführerschein, Euro- und Visacard etc. berappen. Aber Spaß beiseite! Bis ich alles wieder hatte, hatten sich tatsächlich 100,- DM summiert, von den unzähligen Laufereien mal ganz abgesehen. Mit der Mannschaftskasse taten die Diebe jedoch einen Fehlgriff. Denn bis auf die Aufzeichnungen befand sich nichts Brauchbares (und selbst die sind für uns brauchbar) in der Kassette, denn glücklicherweise hatten wir das Geld fast vollständig für unsere kleine Weihnachtsfeier ausgegeben.

Abschließend gebe ich noch allen den Tip, Wertsachen wegzuschließen oder gar nicht erst mitzubringen. Man braucht nämlich auch nicht darauf zu hoffen, daß man, wenn einem etwas geklaut wurde, irgendetwas wiederbekommt. Ich habe das Gelände der Turnhalle und umzu insgesamt zweimal mit Hilfe abgesucht und nichts gefunden, was mich interessieren könnte. Und auch jetzt, sieben Wochen nach dem Vorfall, habe ich noch nichts von den gestohlenen Dingen wiedergesehen. Außerdem sollten in Zukunft wohl lieber alle Leute, die nichts in der Turnhalle zu suchen haben, sofort weggeschickt werden!

Torben Menke

TERMINE

Sonntag, 3. Mai 1998

Laufen, Schiffe und Meer

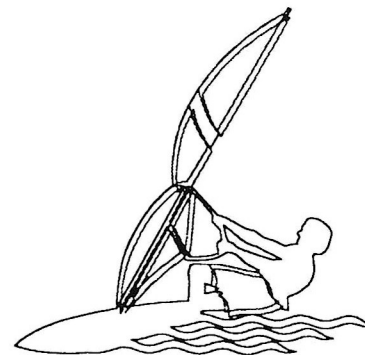
1. Bremerhavener Seemeile

Windsurfing Club Wesermünde e.V.
Telefon 0471 /66 166

9. WREMER SLALOM

Info:

Skippermeeting ist um 11:30 Uhr,
das Startgeld beträgt 20,00 DM,
Start voraussichtlich um 12,00 Uhr,
das Windlimit sind mind. 4 Bft



Es gelten die allgemeinen Bedingungen für Haftung und Haftungsausschluß und die allgemeinen Sicherheitsbedingungen.

Die Meldeanschrift ist:

Jörg Bergmann, Blumenstraße 2
27612 Loxstedt, Tel.: 04744/3678

Der 9. Wremer Slalom gilt als erster Lauf zur Ermittlung des Bremer Meisters im Windsurfen.

Zugleich wird eingeladen zum Surf-Materialtest 1998

**Slalom-
Regatta
am
9. Mai 1998
um
11:30 Uhr
WremerTief**

DIT UN DAT

Gefunden: Comiczeichner für „Die Wremer“

Henrik Friedrichs aus Hülising.

Viel Spaß beim Zeichnen wünscht die Redaktion



Die „Redaktion“

Von links: Renate Samsel, Arno Zier, Henning Siats, Theo Schübler, Willy Jagielki, Peter Valentinitsch, Anke Menke

MOECK, Alt-Blockflöte, Ahorn	50,- DM
Hitachi Videorekorder VT-M598EM, Multi-Norm, OSD,FB	190,- DM
Modellflug-Hochstartseil	20,- DM
Stehlampe, Eiche	70,- DM
Triathlon-Neoprenanzug, langarm, Gr. 48/50	200,- DM
3er-Drachenformation „Peter Powell“	120,- DM
ZYXEL-Modem U1496-E	100,- DM
Sony Mini-Pocket-Radio mit 7 Speicher, leicht defekt	20,- DM

Zu erfragen unter ☎ (04705) 578

VERKAUF

Zwei Paar schwarze Motarradstiefel
Größe 39 und Größe 43

Mehrere Tennisschläger zu verkaufen.

☎ 94990

Übungsleiter für Tischtennis gesucht!!!

Wer hat Lust und Freude am Tischtennis und möchte unsere Tischtennisspieler/innen wieder aktivieren? Turnhallenzeiten und Tischtennisplatten sind vorhanden.

Unser 1. Vorsitzender Uwe Friedhoff, Tel. 352 freut sich über jeden Interessierten.

Der TuS Wremen 09 gratuliert!

Der TuS gratuliert Frau Karin Struhs recht herzlich zum Amt als Schulleiterin. Wir wünschen ihr in der Wremer Schule stets alles Gute, viel Freude, erfolgreiches Schaffen und natürlich ein gut nachbarschaftliches und wohlgesonnenes Verhältnis zum TuS.



TUS WREMEN 09 / HALLENBELEGUNGSPLAN '98									
ab 14:00	ab 15:00	ab 16:00	ab 17:00	ab 18:00	ab 19:00	ab 20:00	ab 21:00		
MO	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn	BADMINTON FÜR JUGENDLICHE Ltg. Gisela Dahl & Heide Fiehn
DI	ELTERN & KINDTURNEN Ltg. Petra Opiela	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck	FUSSBALL D-Jugend Ltg. Torben Ebs / Björn Seebeck
MI	FUSSBALL G-Jugend Ltg. Frank Knippenberg	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow	FUSSBALL E-Jugend Ltg. Koy Schlutow
DO									
FR									
SA	ab 14:00 Uhr VOLLEYBALL PUNKTSPIELE Ltg. Katrin Dahl & Hansi Grevenstein	KINDERTURNEN ab 4 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 7 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke	KINDERTURNEN ab 10 Jahre Ltg. Meike Kracke
SO	ab 8:00 Uhr VOLLEYBALL PUNKTSPIELE Ltg. Katrin Dahl								

Hallenplan.xls

IN DER HALLE UND IN DEN NEBENRÄUMEN IST RAUCHVERBOT
ÄNDERUNGEN SIND VORBEHALTEN / DER HALLENORDNUNGSPLAN IST UNBEDINGT ZU BEACHTEN!

Stand: 25.03.98 / 18:45



Turn- und Sportverein Wremen 09 e.V.

Eintrittserklärung / Einzugsermächtigung

Angaben zur Person:

Name:	Vorname:
Straße:	Plz/Ort:
Geburtsdatum:	Beruf:
Aktiv/Passiv:	Abteilung:

Weitere Mitglieder (nur bei Familienbeitrag):

Name, Vorname	Geburtsdatum	Eintrittsdatum	Abteilung

Einzugsermächtigung:

Hiermit erteile ich dem TuS Wremen 09 e.V. die Ermächtigung, die Beiträge für die oben angeführten Mitglieder per Lastschrift abzubuchen.

Kontonummer: Kreditinstitut:

Kontoinhaber: Bankleitzahl:

Zahlungsweise (zutreffendes bitte ☐ jährlich:☐ ½-jährlich☐ ¼-jährlich

Ort / Datum:

Unterschrift / gesetzlicher Vertreter:

Beitragsformen (zutreffendes bitte

<input type="checkbox"/> Kinder bis 10 Jahre	4.- DM mtl.
<input type="checkbox"/> Schüler bis 14 Jahre	5.- DM mtl.
<input type="checkbox"/> Jugendliche, Schüler, Studenten, Wehrdienstleistende, Auszubildende	5.- DM mtl.
<input type="checkbox"/> Vollmitglied, aktiv	10.- DM mtl.
<input type="checkbox"/> Familienbeitrag (alle Familienmitglieder sind im Verein)	17.- DM mtl.
<input type="checkbox"/> Passivmitglied	35.- DM jährlich



VEREINSORGANIGRAMM

VORSTAND

1. Vorsitzender:

Uwe Friedhoff
Strandstraße 53, 27638 Wremen,
Tel. 352

2. Vorsitzender:

Harjo Dahl
Lange Straße 41a, 27638 Wremen,
Tel. 1251

Kassenwart:

Theodor Schübler
Alsumer Straße 36, 27632 Dorum,
Tel. 210 oder (04742) 1573

Schriftwart:

Willy Jagielki
Burweken 36, 27638 Wremen,
Tel. 309

Sozialwirtin:

Ursel Allers
Nordersteinweg 11, 27638 Wremen,
Tel. 353

Jugendwart:

Thomas Neubert
Am Bahnhof 8, 27638 Wremen,
Tel. 1219

IMPRESSUM

Herausgeber:

TuS Wremen 09 e.V.
Strandstraße 53, 27638 Wremen

Erscheinungstermin:

2 Ausgaben pro Jahr – April und Oktober

Redaktion:

Henning Siats, Südersteinweg 3,
27638 Wremen, Telefon (04705) 95 00 36, Fax (04705) 95 00 37

Redaktionsmitglieder:

Arno Zier, Anke Menke, Peter Valentinitsch, Renate Samsel,
Willy Jagielki, Henning Siats, Theodor Schübler

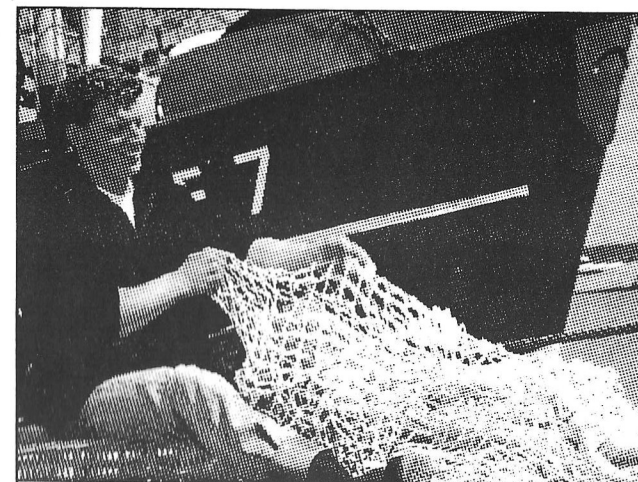
Auflage:

1.000 Stück an alle Vereinsmitglieder und Wremer Haushaltungen

Druck:

Fr. Riemann, Offsetdruck - Buchdruck, 27580 Bremerhaven

*Wir danken allen Inserenten und Spendern, die mit ihrer Unterstützung
das Erscheinen unserer Vereinszeitung erst möglich machen!*



**VGH Alters-
vorsorge**

Wir versorgen Sie *lückenlos.*

Die Rente wird immer weniger.
Zeit für eine renditestarke
Private ZusatzRente

Uwe Friedhoff

Strandstraße 53
27638 Nordseebad Wremen
Telefon (04705) 352

... fair versichert



 Finanzgruppe