184. Ausgabe November/
Dezember 2007

VfL Sportecho

Mitgliederzeitung des VfL Lichtenrade 1894 e.V.

Badminton

Basketball

Faustball

Gesundheitssport

Gymnastik

Handball

Zum Tod von Heinz Krause - Seite 4

Leichtathletik

Tanzen

Trampolin

Turnen

Volleyball

Wandern

Inhalt

Unsere neuen Mitglieder.....3
Zum Tod von Heinz Krause.....4
Vorstand
Suche eines/r Geschäftsführers/in.....5
Allgemeines
Mauerradweg Dresdener Bahn.....6
Badminton
Allgemeines zur Abteilung, Aus dem Badminton – Alltag 8
Basketball
13. Mixed-Turnier der Basketball Top-Oldies.....13
Gesundheitssport
Vom Alex über die Spandauer Vorstadt nach Charlottenburg, Herzinformationstag. Herbstwanderung 2007.....15
Gymnastik
Gymnastikreise vom 9. bis 11.11.2007 nach Schöneck im Vogtland.....19
Handball
Martin Wisboreit, Eine Ära geht zu Ende.....21
Leichathletik
Lieber Ralf.....24
Tanzen
Besuch bei Heinz Krause, Wir wollen uns vergrößern.....26
Trampolin
Bundesligafinale 2007.....27
Turnen
Bericht von Unique.....28
Volleyball
Lichtenrader Volleyballer beim Dahme-Pokal 2007, Suchmeldung.....30
Wandern
Wanderreise vom 22.-25.10.2007 nach Alt Ruppin, Von Strahlau zur Oberbaum-City, Wanderkalender 2008.....32

RED ZAC
Meisterbetrieb
natürlich zu Radio Möller wohin sonst
Videocameras, Videorecorder, Hi-Fi-Anlagen, TV-Geräte, Telekommunikation
Kundendienst-Werkstatt
Elektrohaus
MARIENDORF
Ersatzgeräte, Waschmaschinen, Kühlschränke, Geschirrspüler, Kleingeräte, Elektro-Installationsmaterial
Mariendorfer Damm 76-78
(am U-Bahnhof Westphalweg)
12109 Berlin (Mariendorf)
☎ (030) 706 30 15
Fax (030) 705 10 26

Unsere neuen Mitglieder

Badminton:
Dominic Seelmann

Basketball:
Nico Golze, Steven Abraham, Dirk Matthias Howaldt, Marco Reim, Paul-Yannic Linsener, Christoph Klewer, Nick Morgenstern, Fabian Kliesch, Malte Laubisch, Mert Caylak, Lukas Earvin Haack

Faustball:
Reinhard Bach

Gesundheitssport:
Semire Oktay, Annemarie Wilde, Karin Opdenhoff, Siegfried Scherf, Sabine Rutwalt

Handball:
Delia Sänger, Michelle Sandfuchs, Canset Faelligen, Leopold Hanisch, Ariane Wrobel

Leichathletik:
Laura Rzazonka, Katharina Jäger, Sophie Jäger, Marie Glockenmeier, Jana Kanzler, Sophie Raczkowski

Trampolin:
Jenny Wojke, Marie Skaletzki, Svenja Lorenczat, Gemma Loichen, Svenja Schilling, Ann-Katrin Bendig, Daniela Langer

Turnen:
Finya Ludewig, Tanja Schulz, Noina Karohl, Antonia Dibus, Melissa Dibus, Josephine Freyberg, Christopher Hertting, Max Jonathan Seidel, Ines Seidel, Josefina Ziegler, Bettina Röhricht, Dennis Fichert, Jessy-Lee Hartmann, Jonas Persi, Louis Eißing, Jessia Eißing, Barbara Guntsch, Melanie Braun, Maximilian Braun, Simon Braun, Paul Waligora, Antonia Steinlechner

Volleyball:
Jasmin Petter, Toni Pinkowski

SCHLÜSSEL
MÜLLER
SICHERHEIT DURCH KOMPETENZ
LICHTENRADER DAMM 31, 12305 BERLIN, Tel.: 76 28 98 11
ANFERTIGUNG ALLER SCHLÜSSEL, SCHLOSSREPARATUREN
BERATUNG ZUR HAUS- ODER WOHNUNGSABSICHERUNG
SCHLIESSANLAGEN UND ZYLINDER ALLER HERSTELLER
---- NOTDIENST RUND UM DIE UHR ----

Zum Tod von Heinz Krause

Als am 1. Mai des Jahres 1931 ein 9 jähriger Junge, angeleitet vom Vater, adrett gekleidet mit kurzen Hosen, das Haar gescheitelt, sich anschickte, im VfL Lichtenrade das Turnen zu betreiben, ahnte er ganz bestimmt nicht, dass er es einmal zu einem unglaublichen Rekord, und damit zu einer Legende in unserem Verein bringen würde.
Denn nach nunmehr mehr als 76 jähriger Vereinszugehörigkeit hat der Tod diese einmalige Verbindung von Mensch und Verein beendet.
Am Samstag, dem 17. November 2007, verstarb unser dienstältestes Mitglied

Heinz Krause.

Wer Heinz in seinen letzten Lebensjahren begleitet hat, kam aus der Bewunderung nicht heraus, wie er die wirklich allerschlimmsten, lebensbedrohenden, gesundheitlichen Niederschläge wie ein Stehaufmännchen weggesteckt hat.
Grundlage für diese Stärke war sicherlich der Umstand, dass er sein ganzes Leben lang dem Sport aktiv verbunden war. Denn nicht nur das Turnen als Jugendlicher, das Prellball - und Faustballspielen als Großer, sondern auch die Tatsache, dass er als Fortbewegungsmittel fast ausschließlich das Fahrrad benutzte, und das bei Wind und Wetter, haben ihm eine eiserne Konstitution verliehen.
Aber nicht nur der Sport zum eigenen Vergnügen hat Heinz bewegt und umgetrieben, sondern ebenso die bei ihm zur Pflicht gewordene Verantwortung, junge wie ältere Sportler beim Turnen anzuleiten und zu betreuen. Er hat bis in ein Alter, in dem andere schon lange den Ruhestand in heimischer Umgebung genossen haben, regelmäßig als Übungsleiter fungiert. Ein Umstand, der ihm eine unglaubliche Bekanntschaft und Beliebtheit gesichert hat. Denn wer mit ihm einmal durch Lichtenrade ging, konnte gewiss sein, dass er unentwegt von vielen Menschen aller Altersklassen angesprochen wurde.
Und wenn man mit Menschen ins Gespräch gekommen ist, die einmal unter der Fuchtel von Heinz gestanden haben, dann wurde immer deutlich, mit welchem Respekt von und über ihn gesprochen wurde, und das, obwohl ja hinlänglich bekannt war, dass er durchaus ein Mensch war, der nicht selten mit handfesten „Argumenten“ sich durchzusetzen wusste.
Er war ein Mensch, der sich nicht durch eine akademische Grundhaltung auszeichnete, sondern der es verstand, mit einfachen Worten sich mitzuteilen. Das und seine Ehrlichkeit, seine Zuverlässigkeit und seine Loyalität waren der Schlüssel für einen aufrechten Charakter.
Dem Verein, seinem Verein, hat er gedient und hat ihm viel gegeben. Das Echo waren die Anerkennung seiner Leistung durch die Mitglieder und die Vereinsführung, die beschloss, ihn auf der Mitgliederversammlung am 6. Februar 1987 zum Ehrenmitglied des VfL Lichtenrade zu machen.
Wenn wir an dieser Stelle eine, gemessen an seiner Leistung, viel zu kurze Würdigung von Heinz Krause versucht haben, so wollen wir nicht vergessen, dass seine Gefährtin Eva ihn mit einer aufopferungsvollen Hingabe in den Jahren, in denen die Gesundheit abnahm und die Gebrechlichkeit zunahm, gepflegt und umsorgt hat. Ihr sei dafür viel tausendmal gedankt.
Wir verneigen uns in Ehrfurcht und Dankbarkeit für alles, was Heinz Krause für den Verein und die Menschen im Verein getan hat.

Heinz Krause hat sich um den VfL Lichtenrade verdient gemacht.

Jens Grunert, Berlin im November 2007

Vorstand

VfL Lichtenrade 1894 eV

Kirchhainer Damm 68
12309 Berlin
Tel/Fax 744 04 77

Zur Unterstützung der Verwaltungsarbeit des Vorstandes sucht der VfL Lichtenrade 1894 e.V. eine/n

Geschäftsführer/in.

Die Position wird als Teilzeitstelle ausgeübt und beinhaltet folgende Aufgaben:

- Bearbeitung der Ein- und Ausgangspost
- Korrespondenz mit Vereinen, Verbänden, Behörden
- Teilnahme und Vorbereitung der Sitzungen des Vorstandes und des Geschäftsführenden Vorstandes
- Bearbeitung der Steuer- und Sozialversicherungsangelegenheiten
- Bearbeitung der Hallenverteilung

Voraussetzungen sind:

- Kenntnisse des Vereinsrechtes
- Teilnahme mit Abschluss an einem Organisationsleiterseminar des LSB, oder vergleichbare Ausbildung
- Kaufmännische Grundkenntnisse
- PC-Kenntnisse (Internet, word, excel)

Die Tätigkeit kann von einem Heimarbeitsplatz aus ausgeübt werden und erfordert einen Zeitaufwand von ca. 15 Wochenstunden. Die Anwesenheit in der Geschäftsstelle des Vereins ist in Abstimmung mit den Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle erforderlich.

Bewerbungen sind schriftlich zu richten an :
Vorstand des VfL Lichtenrade 1894 e.V.; Kirchhainer Damm 68, 12309 Berlin

Allgemeines

Unsere Vereinszeitung wird leider nicht mehr von **Mädy** in den Turnhallen verteilt. Wer hat Lust ihre langjährige und ehrenamtliche Tätigkeit zu übernehmen?
Mädy ist seit 1946 sportlich dabei, sie begann mit Kinderturnen und turnte in der heutigen Käthe Kollwitz Schule. Ihr Trainer war Reinhold Meyerhof, stets liebevoll Reini genannt. Die Besatzungsmacht ließ damals keine Vereine zu, die sportlichen Tätigkeiten wurden durch die Bezirke organisiert. Es dauerte bis zum Jahre 1949. Am 1.8.1949 wurde der VfL Lichtenrade 1894 e.V. als Sportverein zugelassen und Mädy war dabei. 1950 beim Lichtenrader Waldlauf, konnte Ilse Fleischer (heute als Mädy Schmidt bekannt) in der weiblichen Jugend einen Sieg für den VfL erringen. 1952 gab es eine starke Handball - Frauen - Mannschaft und Mädy war erfolgreich dabei. 1954 bei der Berliner Meisterschaft im Hochsprung und im 100 m Lauf belegte Mädy den 6. Platz. 1956 setzte sie sich im Lauf gegen die Berliner Spitze durch und holte den Sieg für Lichtenrade. Sie war immer sportlich tätig und ist es bis heute geblieben.
Im Jahre 1963 wurde die Vereinszeitung ins Leben gerufen. Leider wurde die Zeitung 1965 zum Ende des Jahres eingestellt. Der VfL gab ab April 1983 wieder eine Vereinszeitung heraus und Mädy verteilte sie von da an unter den Sportlern in den Turnhallen. Sie spielt immer noch jeden Montag Handball und anschließend, zum Ausklang, treffen sich die Spielerinnen bei Petra im Vereinsheim.
Vielen Dank möchten wir dir sagen und wünschen dir dass du noch recht lange gesund und weiterhin so fröhlich bleibst.
R.D.

Mauerradweg Dresdener Bahn

Der weiterführende Mauerweg unter der Dresdener - Bahntrasse ist von der Bahn nicht geplant. Der Grünen – Europa – Abgeordnete Michael Cramer setzte sich für die Untertunnelung der Bahn ein und er konnte im Oktober beim Erörterungstermin zum Anhörungsverfahren zur Planfeststellung in Mahlow sich erfolgreich einsetzen. Radfahrer, Läufer und Spaziergänger müssten einen großen Umweg in Kauf nehmen. Entweder über die Goltzstraße oder über die Ziethener Straße. Die Gemeinde Blankenfelde - Mahlow wird eine Unterführung unter der Dresdener Bahn bauen lassen. Wie genau die Finanzierung ausgeführt werden soll, muss noch in Gesprächen mit der Bahn und dem Land geklärt werden. Die Unterführung der Anhalter – Bahn- Trasse ist ja auch gelungen.
R.D.

HANACK Dachdeckerei GmbH
• Flach- und Steildach • Bauklempnerei • Solartechnik
• Schornsteinbau • Gerüstbau • Zimmerei
Schillerstraße 117
12305 Berlin-Lichtenrade
% (030) 742 76 87
Ibsenstraße 73
115831 Mahlow
% (0 33 79) 37 07 04
Fax (0 33 79) 39 47 6
Innungsmitglied
www.Hanack.de

Silvesterparty

in eurem VfL Vereinslokal

2007 / 2008

mit großem Silvesterbuffet
Rotwein, Weißwein, Sekt,
allen Bieren, Softdrinks, Kaffee,
Silvesterpfannkuchen
und Live Musik mit
"Spree- Manne"

Karte: 56,00 Euro - Einlaß : 19.30 Uhr

Kinder bis 5 Jahre frei
Kinder bis 10 Jahre 10,00 €
Kinder bis 13 Jahre 15,00 €
Kinder bis 16 Jahre 25.00 €

Reservierungen und Verkauf der Karten bis 05.12.07!

Badminton

Abteilungsleiter
Lutz Sand
Mariendorfer Damm 27d
12109 Berlin
Tel.: 030 - 705 38 08

Seit 35 Jahren wird bei uns im VfL Lichtenrade Badminton gespielt.

Wir bieten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Freizeitbereich Trainings- und Spielmöglichkeiten.

Sportlich Ergeizige können auf Berlin-Brandenburger Verbandsebene an Turnieren und ggf. Mannschaftsspielen teilnehmen.

Abteilungsleiter:
Lutz Sand
Tel. 030 705 38 08 AB

Jugendwart:
Wolfgang Reiche
Tel. 030 746 82 666 AB
E-Mail: lupo.reiche@arcor.de

Interesse...?!

Für den Seniorenbereich sind spielfreudige Erwachsene besonders willkommen, auch Anfänger und Freizeitspieler.

Trainer
Christian Neumann (Jugend-Mannschaftsspieler)

Wolfgang Reiche (Jugend und Schüler)

Lutz Sand (Erwachsene)

- -	Jahresbeitrag	Aufnahmegebühr	Badminton Umlage
Erwachsene	**90,-- €**	**40,-- €**	**9, -- €**
Jugendliche **Auszubildende** **(gem. Nachweis)**	**60,-- €**	**10,-- €**	**6,-- €**
Kinder (bis 12 Jahre)	**60,-- €**	**5,-- €**	6,-- €
passive Mitglieder	20.-- €	- -	- -

Tag	Zeiten	Halle	Gruppe	Verantwortliche
dienstags	16.30 17.30 17.30 18.30	GS im Taunusviertel Wiesbadener Str.	Schüler 1 Schüler 2	Wolfgang Reiche Florian Groß NN
mittwochs	18.30 20.00	Geeorg Büchner Schule (GBO) Lichtenrader Damm	Mannschafts- und Ranglistenspieler	Christian Neumann Wolfgang Reiche
mittwochs	20.00 21.50	GBO	Erwachsene	Lutz Sand Wolfgang Reiche Jan Wittke
donnerstags	17.00 18.30 18.30 20.00	GBO	Schüler 3 Schüler/Jugend	Wolfgang Reiche Johannes Jasper NN
freitags	17.00 19.50	Sporthalle der UvH Briesingstraße	Mannschaftsspieler	Christian Neumann
sonnabends	18.00 21.00	GBO	Erwachsene offen für alle	Jan Wittke

Aus dem Badminton – Alltag
- Die und Das -

70 bis 80 Mädchen und Jungen im Alter von 7 bis 20 Jahren nehmen die Gelegenheit wahr, die kleinen schnellen Federbälle durch die Halle zu jagen, zu schlagen, bei anderen zu bestaunen.
In drei verschiedenen Hallen werden Trainingsmöglichkeiten angeboten. In der >Grundschule im Taunusviertel< (Wiesbadener Str.) stehen uns einmal in der Woche dafür sechs Felder zur Verfügung; in der Georg-Büchner-Oberschule zweimal in der Woche vier Felder und einmal in der Woche sind wir auf drei Feldern in der UvH - Sporthalle zu finden.
Ich werde in den Ausgaben die jeweiligen Trainingsgruppen etwas näher vorstellen.

… die Dienstag-Gruppen
Für zwei Stunden treffen sich hier 30 bis 35 Mädchen und Jungen im Alter von 7 bis ca. 12 Jahren, um hier den Badmintonsport zu erlernen, ihre Fähigkeiten zu vertiefen, notwenige Konditionen aufzubauen, ggf. zu stabilisieren. Es gilt gute Aufschläge zu erlernen, die richtigen Laufwege zu verinnerlichen und die folgerichtigen Schritte sowie die richtigen Bein- und Armbewegungen umzusetzen.
Verletzungsmöglichkeiten durch stärkere Belastungen für den Fuß-, Arm- und Schulterbereich sind mit umsichtigen Trainingsübungen weitgehend zu minimieren.
Unterschiedliches Können und Altersstufen haben eine Teilung der Gruppe bereits vor Jahren notwendig werden lassen.
Die Sechs - Felder - Halle bietet für uns optimale Trainingsmöglichkeiten.
Einzel - und Doppelspiele können erlernt und gut geübt werden, ja, es bietet sich sogar die Gelegenheit in Sonderübungen auf einem Feld mit 16-24 Plastikbällen ganz bestimmte Übungen vorzunehmen, eine „Power-trainigseinheit“ durchzuführen.

Eine Trainingsstunde ist dafür natürlich sehr kurz, erfolgversprechend sind die Trainingsziele nur mit dafür geeigneten Übungshelfern zu erreichen.
Vor allem in der ersten Gruppe steht seit September dafür keine geeignete Persönlichkeit mehr an meiner Seite. Die qualifizierten Stützen Sarah Pahl und Antonia Hoppe sind nicht mehr dabei. Sarah hatte bereits vor dem Ablegen ihres Abiturs ihre Mitarbeit auf den Donnerstag eingeschränkt. Es fehlen mir nun vor allem für die erste Gruppe zwei befähigte weibliche Übungshelferinnen, um damit die Trainingsziele weiterhin gewährleisten zu können.

In der zweiten Trainingsgruppe sind vor allem Kinder, die bereits günstigere Voraus-

Die Dienstag-Gruppen

setzungen für den Badmintonsport mitbringen, ehrgeiziger von Natur aus sind, nach weiteren intensivieren Trainingseinheiten geradezu lechzen. Jedoch sind hier auch Ältere dabei, die am Donnerstag aus vielerlei Gründen keine Zeit haben.
Mit Florian Groß ist hier ein erfahrender Übungshelfer, der selbständig mit wenigen Mädchen und Jungen Übungseinheiten leiten und praktisch durchführen kann.

Die meisten Kinder aus beiden Gruppen wünschen sich mehr Trainingstage, zumindest längere Übungseinheiten. Das Hindernis dafür ist die Vier - Felder - Halle der GBO, hier können nur bis zu 16 Kinder ein günstiges Training durchführen. Am Donnerstag sind die zwei Trainingseinheiten mit badmintonwütigen Jungen und Mädchen der Altersgruppen 12 bis ca. 16 und 16 bis 18/19 gut besucht. Vor allem in der ersten Gruppe sind viele Spieler, die sich an den RLT auf Berlin-Brandenburger Ebene beteiligen und in die Mannschaften hineinwachsen sollen. Es gibt jedoch bestimmte wichtige Übungen, die hier aufgrund der Hallenbeschaffung gar nicht richtig durchgeführt werden können.

Mit Johannes Jasper ist für die beiden Trainingsgruppen ein geeigneter Gehilfe aus dem Jugendbereich eingesprungen.

Johannes Jasper und Florian Groß

…Übungsleiter und Übungsgehilfen
Erfolgreiches Training ist nicht nur abhängig von den Trainern, sondern ebenso von Übungsgehilfen und vor allem von der Anzahl der angebotenen Trainingsstunden und den für Badmintonsport geeigneten Hallen.

Sarah fand leider den für sie erforderlichen Studienplatz nur in Cottbus. Toni war bereits seit längerem bekannt, dass Sarah zumindest einstweilen ihre Mitarbeit einstellen muss. Antonia erlag jedoch der Abwerbung ehemaliger VfL'er zu Beginn der Mannschaftsspiele. Sie fand ihre neue Heimat beim BC Tempelhof. Es lockte das Versprechen von bis zu fünf Trainingstagen… Das Spiel, das hier ablief, war mehr als ärgerlich, hier schlich sich jemand aus seiner Verantwortung; ein wichtiges Leitbild für die Mädchen erlosch, ein Baustein für erfolgreiches Training im VfL.

… Berlin-Brandenburger Einzelmeisterschaften
Im November wurden wieder die Meister in allen drei Disziplinen gesucht. Wir waren auch diesmal in allen Alterklassen vertreten. Befriedigende bis gute Plätze wurden bei diesem KO-System erspielt.

Herausragende Leistungen sind vom Wochenende in Rathenau für U 13 hervorzuheben:
3. Platz JD Ben Biller / Sebastian Gierhards

Sebastian Gierhards und Ben Biller

2. Platz Mixed Ben Biller / Lisa Lazar
5. Platz Einzel Ben Biller

Bezeichnend ist, dass wir bei den unteren Altersklassen oft mit herausragenden Ergebnissen dabei sind. Für die oberen Altersklassen (U 17 und U 19) zeigen sich die Defizite aufgrund er nur geringen Trainingseinheiten, wir müssen uns mit den mittleren Plätzen zufrieden geben.

Es gibt jedoch zwei weitere beachtliche Problemkreise:

Der zunehmende Leistungsdruck für die Kinder an den Berliner Schulen. Dieser zeigt sich vor allem in den 6. Klassen und den 7. und 8. Klassenstufen, sowie in der 10. Klasse und in der E-Phase. Dazu kommen die oft langen Unterrichtszeiten, die vermehrt bis in den späten Nachmittag hinein reichen. Kollidieren diese Termine mit den wenigen Trainingstagen, so bleibt etwas hintendran.

… weitere Aktivitäten

Im Dezember finden noch Mannschaftsspiele der Jugend statt. Das beliebte >Eltern-Kind-Turnier< zum Advent wartet auf seine Durchführung; für die Donnerstag-Gruppen wird ebenfalls ein Doppelturnier stattfinden.

Das war es wieder einmal, Euer Chronist.
Er wünscht allen Lesern angenehme weihnachtliche Tage und einen positiven Start in das Jahr 2008.

Vizemeister Ben mit seiner Partnerin Lisa Lazar

Basketball

Abteilungsleiter
Stefan Rudolph
Wankstraße 13a
12107 Berlin
Tel.: 030 - 701 31 140

13. Mixed-Turnier der Basketball Top-Oldies

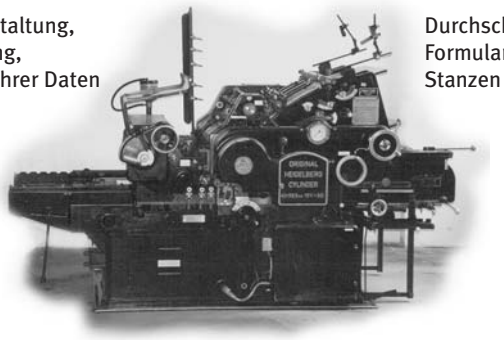
Ein Herr Dr. Ernst Bauer aus Düsseldorf organisierte vor 13 Jahren das erste Top Oldie Turnier der Basketballer. Zwischenzeitlich verstarb Herr Dr. Bauer und seine Frau kümmert sich seitdem um das Zusammentreffen der Basketball-Veteranen. Dafür wurde die heute 81-jährige Dame (steht noch auf dem Spielformular) vom DBB mit der goldenen Verdienstnadel geehrt.
In diesem Jahr fand das Turnier im August in Bernau bei Berlin statt und der dort ansässige Verein SSV Lok Bernau war der Veranstalter. Teilnehmen dürfen an diesem Mix-Turnier Damen, die über 55, und Herren, die über 63 Jahre alt sind.
Es wird wie bei den Minis nur mit vier Spielern gespielt, wobei immer zwei Frauen auf dem Spielfeld sein müssen. Reine Spielzeit ist 2x10 Minuten bei fliegendem Spielerwechsel.
Teilgenommen haben in diesem Jahr sechs Mannschaften aus Düsseldorf, Halle, Hamburg, Bad Kreuznach, Bernau und wir vom VfL.
Gewonnen hat das Team aus Düsseldorf vor Halle und Bad Kreuznach. Wir haben uns bei den Siegen über Hamburg und Bad Kreuznach über den vierten Platz sehr gefreut. Leider fielen bei uns eine Woche vor Turnierbeginn drei gemeldete Damen wegen Verletzungen aus. Unter dieser Voraussetzung ist die Leistung unser zwei verbliebenen starken Damen, Grepa Reiche und Doris Böhme-Schmökel besonders anzuerkennen. Beide Damen mussten alle fünf Spiele durchspielen und trugen durch gute Korbausbeute hauptsächlich zu unserem Erfolg bei. Besonders gefreut haben wir uns darüber, dass Grepa Reiche noch als beste Punktemacherin des gesamten Turniers geehrt wurde.
Als Verstärkung bei den Herren konnten wir Lüder Erdbrink (früher DBC) gewinnen, der mit für die nötigen Punkte sorgte.
Alfred Schüler, Thomas Wiese, Peter Huth und der aus Großburg-Wedel angereiste Hans Hoffmann ergänzten als Ballschlepper unser Team.
Auffallend bei diesem Turnier war die technische Rafinesse, die Wurfsicherheit und die gute körperliche Verfassung einiger Spielerinnen und Spieler im Seniorenalter.
Dieser Hinweis soll eine Motivation für unsere jüngeren Sportfreunde sein, dass Basketball auch noch in fortgeschrittenem Alter erfolgreich gespielt werden kann.
P.S.: Für die Bereitstellung der XXXL Trikots möchten wir uns Bei „Rudi“ bedanken.
P.H.

Wir machen **Druck**

seit 1934
DRUCKEREI
Walter Bartos GmbH

Beratung, Gestaltung,
Satzherstellung,
Verarbeitung Ihrer Daten

Durchschreibesätze,
Formulare/Numerierung/Perforation
Stanzen und Nuten



Groß- und Kleinauflagen,
Vereinsdrucksachen

Geschäfts- und Privatdrucksachen,
Briefbogen und -umschläge,
Hochzeits- und Geburtsanzeigen,
Visitenkarten, Trauerdrucke, Flyer,
Broschüren, Plakate, Notizblöcke

Kuvertieren,
Postoptimierung,
Versand,
Lieferservice

Zossener Straße 55, 10961 Berlin-Keuzberg, Tel.: 030/691 50 87, Fax: 030/691 60 75, druckerei-bartos@t-online.de, druck-bartos@versanet.de

Die neuen Termine **2008** für

unseren **Nichtraucher-**

Preisskat:

1.Termin: Donnerstag 17. Januar
2.Termin: Donnerstag 07. Februar
3.Termin: Donnerstag 06. März
4.Termin: Donnerstag 03. April

im **Vereinslokal**

des VfL Lichtenrade

Treffpunkt 18.00 Uhr, Beginn 18.30 Uhr

Startgeld: 8,00 €, bitte vorher anmelden !!!

unter Tel.: 74 404 74 (Mo - Fr ab 18.00 Uhr)

Wir freuen uns auf eure Teilnahme
und auf einen schönen, geselligen Abend
und bringt auch eure Freunde mit !!!

Eure Wirtin Petra und Team

Gesundheitssport

Abteilungsleiter
Dieter Schewe
Rangsdorfer Straße 64
12307 Berlin
Tel.: 030 - 744 56 55

Vom Alex über die Spandauer Vorstadt nach Charlottenburg

Drei Rundgänge auf denen Spuren des alten Berlin bzw. Charlottenburg

Rund um die Spreeinsel

Wir näherten uns der Spreeinsel vom Alexanderplatz, streiften das Marx-Engels-Forum und Nicolaiviertel. Quert man dann die Spree, befindet man sich auf einer Insel, die im Mittelalter zur Bürgerstadt Cölln gehörte. Die Hohenzollern bauten am östlichen Rand im 15. Jahrhundert eine Burg und ca. 200 Jahre später ein Barockschloss. An das Anfang der 50er Jahre abgerissene Stadtschloss erinnert heute noch das Portal am ehemaligen Staatsratsgebäude (heute eine private Managerschule), von dessen Balkon aus Karl Liebknecht am 9. November 1918 die sozialistische Republik ausrief. An Stelle des Schlosses baute die DDR einen Palast für's Volk, der nun aber auch der neuen Zeit weichen muss. Gebaut werden soll dann das Humboldtforum mit der Fassade des Stadtschlosses. Im Moment jedenfalls ist im Zentrum der alten Mitte nur das Skelett des Palastes zu sehen und damit ist wahrlich kein Staat zu machen. Die fünf Museen im nördlichen Teil der Insel, eröffnet zwischen 1830 und 1930, und der Berliner Dom ziehen Touristen aus aller Welt auf die Insel. Südlich der Grunertstraße gehört noch die Fischerinsel dazu, ein ehemals eng besiedeltes Viertel. Heute bestimmen dort Hochhäusern aus den 60er Jahren das Bild.

Durch die Spandauer Vorstadt

Da vom mittelalterlichen Berlin so gut wie nichts mehr vorhanden ist, steht die Spandauer Vorstadt (gehört zum Bezirk Mitte) unter Denkmalschutz, weil sie das älteste erhaltene Viertel unserer Stadt ist, inzwischen auch gut saniert, wobei Spandauer Vorstadt als Begriff nur wenigen bekannt ist. Als dort ab ca. 1695 vor der Stadtgrenze gebaut wurde, war Spandau der nächst größere Ort. Heute ist es eines der lebendigsten Viertel Berlins. So gehören die Neue Synagoge, 1866 als erste Synagoge an der Straße geweiht, das Postfuhramt und das Tacheles, ein alternatives Kunst- und Kulturzentrum, in der Oranienburger Straße zu den Sehenswürdigkeiten des Viertels. Taucht man dann aber in die Höfe ein, lassen sich hier viele Spuren des alten Berlin entdecken. Es sind sehr unterschiedliche Hofanlagen mit Restaurants, Geschäften, Galerien und kleinen Firmen. Die bekanntesten sind die Hackeschen Höfe, die skurilste Anlage ist die Villa Schwartzenberg in der Rosenthaler Straße.

Wo eigentlich ist die Charlottenburger Altstadt?

Groß-Berlin entstand 1920 durch Zusammenlegung von acht Städten, 59 Landgemeinden und 27 Gutsbezirken. So hat auch fast jeder unserer Bezirke einen eigenen Stadtkern und z.T. auch noch Reste der alten Dörfer, um die sie gewachsen sind. Charlottenburg war eine dieser Städte, eine der reichsten und deswegen auch nicht begeistert von diesem Verwaltungsakt. Als die Kurfürstin Sophie Charlotte, ab 1701 erste preußische Königin, einen Ort für ihre Sommerresidenz suchte, war dort, wo heute das Schloss steht, außer schöner Gegend nur noch das kleine Dorf Lietzow. Heute gibt es hinter dem Rathaus die Straße Alt-Lietzow und dort auch Reste vom alten Dorfanger. Ab 1695 wurde das Schloss, auch die Lietzenburg genannt, an der Spree gebaut und nach ihrem Tode 1705 in Charlottenburg umbenannnt. Im gleichen Jahr wurde die Stadt gegründet und erhielt so auch diesen Namen. Um den Gierkeplatz mit der Luisenkirche entstand die

barocke Altstadt, in der bis heute noch einstöckige Ackerbürgerhäuser erhalten blieben, die zwischen drei- und vierstöckigen Häusern und den fünfstöckigen aus der Gründerzeit durchaus ihren Platz haben. Auf der westlichen Seite von der Schlosstraße entstand nach der Fertigstellung des Westringes 1877 ein Arbeiterviertel, der „kleine Wedding“, in dem auch der Maler Heinrich Zille bis 1929 wohnte. Als dort in den 70er Jahren die Kahlschlagsanierung drohte, wurden Häuser besetzt und Bürgerinitiativen gegründet. Schließlich wurde einwohnergerecht saniert und Lücken behutsam geschlossen. Der Ziegenhof zwischen Danckelmann- und Sophie-Charlotte-Straße ist ein Ergebnis dieser Sanierung.
Hungern und Dursten mussten wir auf unserer Spurensuche nirgendwo!

Herzinformationstag

Am 14. November 2007 fand im Gemeinschaftshaus in der Barnetstraße ein Herzinformationstag statt. Abteilungsleiter aus der Gesundheitsabteilung, Dieter Schewe, hatte diesen Informationstag organisiert. Es ist gut, dass solche Veranstaltungen

abgehalten werden, man kann nicht genug über dieses Thema erfahren. Denn die Forschung mit ihren Ergebnissen gibt immer wieder neue Erkenntnisse. Wie schnell kann es passieren, dass auf der Strasse eine hilflose Person liegt. Wie gut ist es dann wenn man rettend eingreifen kann.
Die beiden Doktoren aus dem Weckebach-krankenhaus, Dr. R. Henzgen und Dr. Norbert Rambo, informierten die zahlreich erschienen Zuhörer. Jeder sollte wissen dass er die Risikofaktoren beeinflussen kann. An Erster Stelle steht das Rauchen, hoher Blutdruck ist mit regelmäßiger Einnahme blutdruck-senkender Mittel zu senken. Idealer Blutdruckwert ist 140 / 90. Übergewicht kann durch eine Mediterrane Speisekarte reduziert werden. Tägliche Bewegung mit viel Laufen und vielleicht ein bis zweimal in der Woche Gymnastik oder auch Schwimmen bekommt dem Körper in jedem Alter gut. Die Gespräche in der Gemeinschaft bei einem Glas Bier oder Wein sollte man nicht vergessen, auch dass tut dem Körper und dem Herzen gut.
Sollten sich mal plötzlich starke Schmerzen im Brustbereich, Kopf, Armen oder Rücken bemerkbar machen und vielleicht noch Atemnot, dann ist besondere Eile geboten. 112, diese Nummer sofort wählen und nicht mit hundert Ausreden die Situation verstreichen lassen. Nach sechs Stunden ist so gut wie keine Chance mehr, ohne bleibende Schäden zu überleben. Innerhalb von 24 Stunden ist die ideale Zeit dem Herzinfarkt mit einem sofortiger Kathederein-griff zu behandeln. Die instabile Angina Pectoris (Herzkrampf) wird oft mit einem Kathetereingriff behandelt. In 95% gelingt die Behandlung, die Sterblichkeit liegt bei 3% laut Statistik.

Zum Schluss der Veranstaltung konnte man an einer Gummipuppe die ersten Hilfemaßnahmen erlernen. Es sind schon wieder neue Erkenntnisse und Handlungen erforderlich. Wenn man eine hilflose Person antrifft, nicht erst den Puls suchen oder feststellen, ob sie atmet. Nein, ansprechen an den Schultern rütteln und in den Körper kneifen. Dann den Brustkorb ohne Scheu freilegen, eine Linie von Brustwarze zu Brustwarze ziehen und beiden Händen über Kreuz in der Mitte des Brustkorbes auf dieser gedachten Linie dreißig mal mit ausgestreckten Armen schnell pumpen. Dann den Kopf nach hinten beugen und bei Mund zu Mundbeatmung die Nase zuhalten und die Luft einblasen, wenn man die Luft in die Nase bläst, den Mund zuhalten. Dadurch dass der Kopf nach hinten gedrückt wird, hebt sich der Brustkorb und die Lungen werden mit Sauerstoff gefüllt. Ansonsten kommt die Luft in den Bauchraum und der Rettungsversuch schlägt fehl. Nur einmal die Luftspende, dann wieder dreißig Mal pumpen.
R.D.

Herzmasage

Mundbeatmung

Gesundheitssport im VfL Lichtenrade **Berlin, den 13.10.2007**

Beitrag für die Rubrik Gesundheitssport

Herbstwanderung 2007
Warum denn in die Ferne schweifen . . .

Nun können wir schon seit vielen Jahren grenzenlos wandern und doch richtet sich unser Blick eher in die Ferne. So haben wir uns gedacht, dass wir unseren Lichtenrader Lagevorteil einmal nutzen sollten und direkt von der Haustür weg eine Wanderung in unser unmittelbar benachbartes Brandenburger Land unternehmen.
Und so machten sich am 6. und am 7. Oktober 2007 Gesundheitssportlerinnen und Gesundheitssportler bei herbstlichem Wetter zur grenzenlosen Wanderung durch Feld und Flur auf – Treffpunkt war unser Vereinshaus am Kirchhainer Damm.
Sie passierten vertraute Pfade, entdeckten aber auch hier und da versteckte Winkel und Ecken. So zum Beispiel den nach der Wende wiedergeborenen „Hertateich", ein inzwischen zu einem bemerkenswerten Biotop herangewachsener Lebensraum.
Und dann ist da noch der „Fuchsberg" – der nach Höhenmetern höchste „Berg" vor unserer Haustür - zwischen Klein-Ziethen und der B 96 gelegen. Weiter ging es vorbei am „Roten Dudel" und der zu Blankenfelde-Mahlow gehörenden Neubausiedlung „Waldblick". Schließlich führte uns der Weg durch die „Nachtbucht" über die Wolziger Zeile in Richtung Kirchhainer Damm zurück zu unserem Vereinshaus.

Hier empfingen uns aus der Küche wohltuende Gerüche. Und so konnten wir bei Speis und Trank nach fast 13 km Laufleistung unsere müden Füße zufrieden unter den Tisch strecken und einmal mehr feststellen: . . . **sieh´, das Gute liegt so nah´!**

Michael Meincke

Gymnastik

Abteilungsleiterin
Jutta Schulz
Barnetstraße 70
12305 Berlin
Tel.: 030 - 745 43 91

Gymnastikreise vom 9. bis 11.11.2007 nach Schöneck im Vogtland

Kurz nach 10:00 Uhr fuhr der Reisebus von Freizeitreisen mit 39 Personen aus Lichtenrade Richtung Autobahn mit dem Ziel in das Vogtland nach Schöneck.

Wir waren eine gemischte Gruppe, einige Ehemänner hatten einen Fensterplatz besetzt. Wie in den vorigen Jahren, die Stimmung war großartig. Der Busfahrer, er hieß Olaf, versuchte erfolglos mit seinem Mikrofon sich Gehör zu verschaffen. Nach mehren Ansätzen gab er es auf, niemand hörte ihm zu, jeder hatte wichtiges zu berichten und es wurde fröhlich gelacht.
Wir freuten uns einfach wieder zusammen zu sein und schöne drei Tage zu genießen, wie die Jahre zuvor.

Auf der Autobahnraststädte Elbetor legten wir einen Zwischenstopp ein und dann ging es bei Sonnenschein flott weiter. Wir kamen zügig voran, bald machte Olaf uns auf Schneefelder in der Ferne aufmerksam. Es dauerte nicht lange, die Scheibenwischer mussten die ersten Schneeflocken beseitigen. Um so höher wir kamen um so schöner wurde die Landschaft, eine Winterlandschaft mit dick verschneiten Tannen, damit hat so manch einer nicht gerechnet.

Als wir am Hotel „IFA Ferienpark“ ankamen, zogen wir unsere Koffer mit vorsichtigen Schritten die kleine Anhöhe zum Hoteleingang hinauf, jeder kam gut in der Hotelhalle an und alle verteilten sich auf ihre Zimmer.

Um 18:30 Uhr erwartete uns ein reichhaltiges Büfett, es schmeckte allen sehr gut, die Vorsätze, nicht so viel zu essen, waren vergessen. Wir tanzen uns ja alles wieder ab.

Am nächsten Tag sollte eine Rundfahrt durch das Vogtland stattfinden.
Es schneite noch immer und es war keine Sicht.
So führte uns die Reiseleiterin nach Eibenstock in eine Stickerei-Schauwerkstatt mit Vorführungen und anschließendem Besuch der Verkaufsräume.
Die Maschinen aus den 20iger Jahren wurden jetzt mit dem Computer gesteuert und stickten mit Tempo gleich 25 Deckchen auf einmal. Das ließ das Mechanikerherz der Männer höher schlagen. Das Frauenherz schlug bei den preiswerten Angeboten höher und so manch einer wird diese Eroberungen auf dem Weihnachtstisch wiederfinden.

Dann fuhren wir im Schneetreiben zur Likörverkostung. Es wurde uns ein Film vorgeführt und anschließend alle angebotene Schnäpse gekostet.
Der Likör mit dem schönen Namen Angelika schmeckte am scheußlichsten. Ein Kräuterschnaps, nach einem Familienrezept, wurde reichlich gekauft.

Wir fuhren nach Tannenbergsthal, zum Besucherbergwerk „Grube Tannenberg“.
Mit gelben Helmen und olivfarbenden Umhängen ging es in die kalte und tropfende Höhle. Es wurde noch bis vor kurzem Zinn abgebaut mit mörderisch lauten Maschinen.
Die Menschen haben dort unten in der Grube schwer schuften müssen. Heute finden Führungen, Berggottesdienste, Hochzeiten und Grubenfeste in der feuchten und kalten Grube statt.

Der letzte Besichtigungsbesuch fand in Wohlhausen in einer Musikwerk-Ausstellung statt. Alte Grammophone mit den Liedern aus dem 19 Jahrhundert, Spieldosen, Orchestrions, Flötenuhr und Konzert-Orgeln wurden uns mit der Aufforderung zum Mitsingen und

Tanzen von einer lustigen Dame vorgeführt.

Wir kamen eine halbe Stunde vor dem Abendbüfett im Hotel wieder an.

So gingen viele erst nach dem Abendessen schwimmen und in die Sauna. Es war ja noch bis 24:00 Uhr Zeit zum Tanzen.

Am nächsten Morgen wurden die Koffer um 9:30 Uhr in den Bus geladen.

Wir mussten die Winterlandschaft verlassen. Wir machten Halt an einer Weihnachts-verkaufausstellung in Stützengrün und ließen die Kasse noch einmal kräftig klingeln.
Schnell waren die Tüten und Kisten verstaut. Es hatte angefangen zu stürmen und zu regnen, wir machten uns zur Heimfahrt bereit.

Die letzten liebevoll bereiteten Häppchen, der letzte Rotwein und Sekt wurde verteilt.
Nun fuhr der Bus leise brummend und einschläfernd Richtung Berlin.

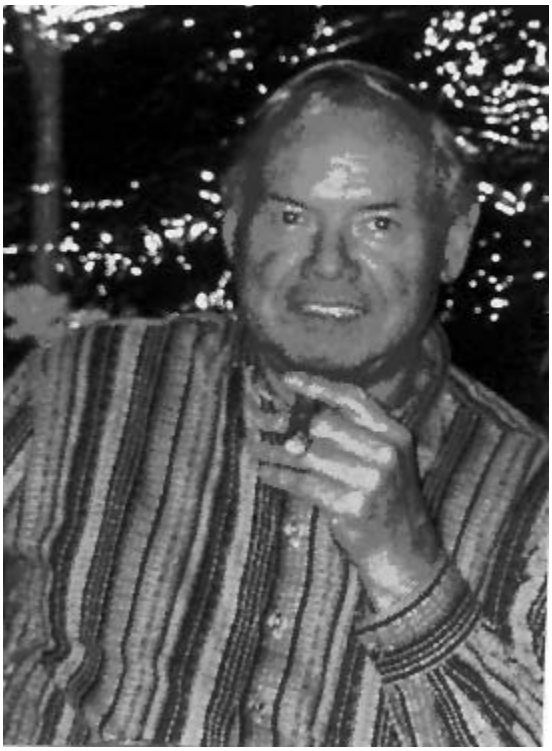
In unserer Erinnerung blieb eine schöne weiße Winterwelt, mal sehen ob es in Berlin in diesem Jahr auch so schön winterlich wird, Wald haben wir ja reichlich in und um Berlin.
R.D.

Handball

Handball

Abteilungsleiter
Wolfgang Heise
Meißnerweg 52a
12355 Berlin
Tel.: 030 - 660 987 50

Wir trauern um



Martin Wisboreit,

der am 11.08.2007 im Alter von 74 Jahren nach schwerer Krankheit verstarb.
Seit 1966 war er Mitglied der Handballabteilung, zunächst als Spieler, später als Schiedsrichter. Vorübergehend Pressewart begleitete er auch nach seiner aktiven Laufbahn das Vereinsgeschehen mit regem Interesse.
Große Freude bereitete es ihm, dass seine beiden Enkel in „seinem“ Verein ihre ersten sportlichen Schritte machten – von Opa finanziert.

Wir danken Dir und gedenken Deiner

Deine Familie und die Handballer des VfL Lichtenrade 1894 e. V.

Eine Ära geht zu Ende

Um Gerüchten vorzubeugen und Licht ins Dunkel der Auflösung der 1. Frauenmannschaft des VfL Lichtenrade zu bringen, haben wir uns entschlossen, Interessierten die Gründe, die zu dieser Auflösung führten, auf diesem Wege mitzuteilen.

Obwohl es am Ende der letzten Saison schon abzusehen war, dass die kommende Spielzeit personell eng werden würde, waren wir froh, dass sich Nicole bereit erklärt hatte, ihre Trainertätigkeit bei uns fortzuführen.
Aus beruflichen Gründen hatte Iris bereits frühzeitig angekündigt, dass dies ihre letzte Handballsaison bei uns gewesen sei.
Auch für Pezzi stand bereits früh fest, dass sie die Handballschuhe an den Nagel hängen würde, Sarah zog es zurück zu ihrer alten Mannschaft BFC Preussen, während Melina in der Zeit von August 2007 bis Februar 2008 ein Praktikum in Italien absolvieren würde. Jessy hatte sich ebenfalls dazu entschlossen ihre Handballkarriere zu beenden und Vivi äußerte zum Ende der Saison ebenfalls, dass ihr die Motivation für eine neue Saison fehle.

Es blieben daher lediglich die sechs Feldspieler Kai, Astrid, Larissa, Marina, Kathi und Jenny sowie unsere beiden Torhüter Krissi und Andi übrig. Bei Gaby stand noch nicht fest, ob sie nach ihrer Rückkehr aus Hongkong mit ihrer Knieverletzung wieder würde Handball spielen können.

Dennoch hatten wir die Hoffnung über die Sommerpause und in der Vorbereitungszeit neue Spielerinnen für unsere Mannschaft gewinnen zu können. Diese Hoffnung war begründet auf den guten Kontakten und dem qualitativ guten Training von Nicole und der versprochenen Unterstützung unserer Abteilungsleitung.
Leider blieben Nicoles zahlreiche Telefongespräche ohne Erfolg und aus diesem Grund wurden nun andere Lösungsansätze diskutiert.
Zum einen kam der Vorschlag der Abteilungsleitung, dass uns Spielerinnen der A-Jugend in der kommenden Saison personell unterstützen sollten, weshalb beide Mannschaften über mehrere Wochen einmal pro Woche gemeinsam trainierten.

Zum anderen wurde angefragt, ob einige Spielerinnen der 2. Frauenmannschaft sich vorstellen könnten, dauerhaft bei den 1. Frauen auszuhelfen. Leider blieben auch diese Bemühungen erfolglos, so dass wir uns Anfang August mit dem Vorsitzenden der Abteilungsleitung, Wolfgang Heise, zu einer Krisensitzung trafen.

In Anwesenheit einiger A-Jugendlicher sollte zum letzten Mal sondiert werden, ob es für die 1. Frauenmannschaft in der BB-Liga eine Zukunft geben würde.
Nicole wollte diese Saison nur bestreiten, wenn zu den acht verbliebenen Spielerinnen noch mindestens zwei fest zusagen würden.

Stattdessen gab Kai in dieser Sitzung bekannt, dass auch sie uns in der kommenden Saison wegen einer im Mai beginnenden Weiterbildung nicht zur Verfügung stehen würde.
Unter diesen Vorraussetzungen war klar, dass keine spielfähige 1. Frauenmannschaft für den VfL Lichtenrade in der BB-Liga antreten könnte und es wurde vereinbart, die Mannschaft beim Handballverband zurückzuziehen.

Obwohl diese Entscheidung von uns allen getragen wurde, löste sie bei uns eine tiefe Betroffenheit und Traurigkeit aus.
Einige von uns sind bereits über zwei Jahrzehnte Mitglied im VfL Lichtenrade und haben in dieser Zeit den weiblichen Handballbereich des Vereins mitgeprägt.

Auch nach dem Übergang in den Frauenbereich konnte das Leistungsniveau kontinuierlich gesteigert werden und wir konnten uns als zusammengeschweißtes Team bis in die BB-Liga hochkämpfen.
Auch diese Liga haben wir über drei Jahre halten können. Gerade diese langjährigen Erfolge und der von uns geforderte Einsatz so

manche Saison auch mit wenigen Spielerinnen zu bestreiten, machen diese Situation für uns so tragisch.
Bereits über Jahre hatten einige der Stammspieler kürzer treten wollen, dies aber angesichts der Nachwuchsprobleme nicht in die Tat umgesetzt. Aufgrund dieser Überlegungen hat sich diese Problematik bereits seit langem abgezeichnet und war im Grunde genommen keine Überraschung.

Nachdem diese schwere Entscheidung getroffen war, stellte sich für diejenigen, die noch eine Saison spielen wollten, die Frage nach Alternativen.
Während Jenny und Krissi sich bis jetzt noch keine neue Mannschaft gesucht haben, spielt Kathi wieder mit ihren ehemaligen Spielkameradinnen in der 2. Mannschaft der SG ASC/VfV Spandau.
Marina hat sich ebenfalls von ihrer früheren Mannschaft beim SV Buckow zu einem Vereinswechsel überreden lassen, während sich Astrid, Andi und Lari dem TuS Neukölln angeschlossen haben.
Gaby hat sich dazu entschlossen, unsere 2. Frauenmannschaft zu unterstützen.
Da unser aller Herz allerdings nach wie vor am VfL hängt und wir den Kontakt zueinander in jedem Fall halten möchten, treffen wir uns einmal in der Woche zum gemeinsamen Sporttreiben und hoffen, dass uns diese Möglichkeit weiter erhalten bleibt.

Abschließend möchten wir uns bei all denen bedanken, die uns in den letzten Jahren unterstützt und begleitet haben. Vor allem Nicole hat in den letzten Monaten unermüdlichen Einsatz für uns gezeigt.
Kurzfristig erklärte sie sich im Februar diesen Jahres – mitten in der laufenden Saison – bereit, mit uns für den Klassenerhalt zu kämpfen.Kurz vorher hatte Michael Kruse sein Amt als Trainer eine halbe Stunde vor Beginn eines Pokalspiels niedergelegt. Diese für uns ausgesprochen überraschende und nicht nachvollziehbare Reaktion auf Schwierigkeiten zwischen Trainer und Mannschaft, brachte uns zu diesem Zeitpunkt in eine prekäre Lage.

Bis heute bedauern wir, dass Micha seitdem zu keinem Gespräch bereit war und uns damit keine Gelegenheit gegeben hat, klarzustellen, was wirklich passiert ist.
In dieser Situation schaffte es Nicole uns wieder zu motivieren und uns den Spaß am Handball zurückzugeben.
Bis zuletzt hat sie das Training auch mit wenigen Spielerinnen qualitativ gut und mit großem Einsatz geleitet.
Eine komplette Saison mit ihr hätte uns allen viel Freude gemacht und uns handballerisch sicher noch einmal vorangebracht.

Außerdem gilt unser Dank Aafke und Peter, die uns durch organisatorische und moralische Unterstützung aus jeder ausweglos erscheinenden Situation gerettet haben.
Weiterhin bedanken wir uns bei Stefan Förster für seine Hilfsbereitschaft und seinen Einsatz wenn Not am Mann war.
Auch Jörg Höland hat uns oft durch seine finanzielle Unterstützung zu einem optisch makellosen Auftritt verholfen.
Nicht vergessen möchten wir an dieser Stelle unsere treuen Fans, allen voran Laris Familie und Brigitte, die hoffentlich einen angemessenen Ersatz für die oft nervenaufreibenden 60 Minuten am Wochenende gefunden haben.

Für uns alle geht mit der Auflösung der Mannschaft ein wichtiger Lebensabschnitt zu Ende, der mit vielen schönen Erinnerungen verbunden ist und uns allen fehlen wird.

Wir hoffen, dass wir die Verbindung zum Vereinsleben des VfL zukünftig nicht ganz verlieren werden.

Die „ehemals“ 1. Frauen des VfL Lichtenrade

Leichtathletik

Abteilungsleiter
Horst Wodke
Alt-Lichtenrade 121 K
12309 Berlin
Tel.: 030 - 76 40 31 55

Lieber Ralf,

Beim Laufen kann man Höhepunkte haben, also Laufhöhepunkte.

Die Marathon-Staffel des SCC ist vorüber.

Es war wirklich für alle ein intensives Lauferlebnis und für den lieben Dirk waren es sogar zwei Lauferlebnisse (,wobei das mit unserer Staffel für ihn zwar das kürzere und zweite, aber hoffentlich das trotzdem schönere war!).

Dirk sei jedenfalls nochmal besonderer Dank, weil er mit diesem Doppeleinsatz sicher gemacht hat, dass keine unserer fünf Staffeln geplatzt ist.
Diese Formulierung ist nur für Eingeweihte, nicht für Gehörnte.

Noch in dem ein klein wenig stolzen Gefühl hierauf, konnte ich bei der Chip-Rückgabe mitansehen, wie ein Trainer-Kollege aus Potsdam die Chips für 19 Staffeln vollständig zurückgab, sodass ich ihm meinen Respekt sagen musste / wollte! Während bei uns zwei Chips fehlten, die nun womöglich als Souvenirs zum Preis von je 25,— € im Besitz der Familie E. sind, für Vater einer und für den Sohn auch einer...

Obwohl ich die eine Hauptbeschäftigung während der Veranstaltung darin sah, ca. 21-mal auf die mannschaftsweise Rückgabe der Chips hinzuweisen.

„Bitte mannschaftsweise in die Mannschaftstüten, sonst werden mir je Leihschip 25 Euro abgebucht.“
In der Ausschreibung steht schließlich, dass die Chip-Rückgabe nur am Veranstaltungstag möglich sei, andernfalls 25,— € Pfand einbehalten werden. So eine Ausschreibung sollte man vorher lesen.
Und auch diese beiden verabschiedeten sich gemeinsam und ich beide fragte nochmal: „Habt Ihr den Chip zurück gegeben?“ Tralala.

Es hört ja nie einer zu, wenn ich ausnahmsweise wirklich mal was Wichtiges sage. Das passiert. Ist passiert.

Aber bin ich blöd, ich versuch morgen / d. i. heute, nun doch wieder nochmal, das zu reparieren.

Und ach, wir hatten nach dem Rennen so leckeren Glühwein mit Variationen wie nie.

Obwohl mein Camping-Kocher nicht kochte.

Sechs Liter Spezial-Glühwein à la Horst + Alk und ohne sind vollständig versoffen worden von nur 27 Sportlerinnen.

Und sowas wie das leckerste Spezialbuffet haben die zwei Frauen-Mannschaften beigetragen. Ei, so kleine Bouletten, sowas an die 100 Stück, wo man einmal zubeißt „Schmeckt aber hinreißend“ und laufend, bzw. eben nicht mehr laufend denkt: „Nur noch eine“, und sofort hofft, dass das nicht sofort alle merken.
Und Käsehäppchen und so appetitliche Spießchen mit Oliven, Käsehäppchen, Salami-Scheibchen.
Und sternzackiger Spezial-Gugelhupf , von dem ich beinahe nichts abbekommen hätte.

Wenn ich mich da auf den allerletzten Drücker nicht ausnahmsweise mal absolut energisch

durchgesetzt hätte. Ich habe ein viel zu kleines Stück gerettet.

Na ja, nicht, dass Du nun denkst:
Was ist das denn?
Sind die nicht bei einem Staffel-Wettkampf gewesen?
Da passieren solche Sachen?
Bei einer Sportveranstaltung?
Ja, wirklich, tatsächlich. Und das war vielleicht wieder so eine Geschichte, warum Laufen in Horsts LangLaufGruppe Horst dann ganz besonderen Spaß macht.

Geht ja auch überhaupt nicht anders, weil, wenn das nicht solchen Spaß machen würde, würde z. B. unsere liebe Trainer-Kollegin Tanja überhaupt nicht laufen wollen.

Trotzdem: Noch mehr Spaß könnte es eigentlich nur machen, wenn wir bei so einem Lauf zugleich irgendwie **alle Deutsche Meister in irgendeiner Langlauf-Disziplin** werden könnten.

Aber das hier war immerhin schon suboptimal. Und ich schreibe Dir das, damit Du Dich ein wenig reinversetzen kannst.
Und damit es Dir ganz schön Leid tun soll, dass Du diesmal nicht mitrennen konntest.

Obwohl es ja auch wieder gut war, dass Du gefehlt hast, sonst hätte Dirk nicht dieses doppelte Glücksgefühl erleben können, wenn er bei einer Laufveranstaltung zweimal Adrenalinschub erleben und Glückshormone ausschütten konnte.
Und natürlich auch doppelt Startgeld zahlen darf! Dies Vergnügen hat keiner umsonst.

Und nun warten wir in so einer feierlichen Laufstimmung wieder ein paar Wochen lang, bis die Organisatoren eine zutreffende Ergebnisliste fertig haben.
Zutreffend wäre eine solche Liste dann, wenn z. B. unsere stärkste Frauenmannschaft wieder mal einen ersten Platz erreicht hätte.

Das ist schon passiert, irgendwie, weil ja vor dem erwähnten Glühwein und diesen eigentlich fiesen Dickmacher-Häppchen alle, alle bis auf's Äußerste und an die Grenze ihrer ungeahnten Möglichkeiten gekämpft haben.

Und gleichermaßen hat wirklich sogar unsere schnelle Männermannschaft schon mal eine Platzierung geschafft, wenn auch nicht in jedem Falle den ersten Platz.

Und wenn das diesmal wider Erwarten nicht der Fall war, u. a., weil diesmal auf den engen Waldwegen gleich nach dem Start teilweise mehrere etwas rüpelige Drängler und Rempler anderer Vereine mein sonst sonniges Laufgemüt verstört haben, werden wir inzwischen um so überzeugter, noch regelmäßiger, auch intensiver und raffinierter trainieren, unsere Form und unseren läuferischen Kampfgeist kontinuierlich verbessern, damit dann, wie eben gerade am letzten Mittwoch, Tanja nochmal besonders hervorgehoben hat, Laufen (im Verein – noch mehr) Spaß macht.

Bis zum nächsten Lauftreff einen ganz fröhlichen Gruß,
Renntier Horst

Tanzen

Abteilungsleiterin
Hanni Wolke
Barnetstraße 75
12305 Berlin
Tel.: 030 - 746 47 43

Besuch bei Heinz Krause

Wer kennt ihn nicht?
Heinz Krause hat sich jahrelang um die Turnmädchen und -jungen gekümmert, fing mit Prellballspielen in unserem Verein an. Danach hat er sich mit Faustballspielen fit gehalten. Heinz hat auf keiner Mitgliederversammlung gefehlt, und stand uns später als Alterspräsident zur Verfügung.
Zur Zeit lebt er im Heim in Schlachtensee, wo er sich sehr wohl und geborgen fühlt. Zum Wohlfühlen gehört aber unbedingt seine Evi. Sie besucht ihn fast täglich und so kamen wir, vor allem Malle, auf die Idee, mit unseren jüngsten Tanzmäusen Heinz zu überraschen.

Wir, acht kleine aufgeregte, schnatternde Mädchen, vier Mütter, ein Papa und ich, machten uns auf den langen Weg mit der S-Bahn in den Kirchblick 8.
Wir wurden herzlich empfangen und sogleich in einen Raum geführt, wo die Mädchen sich umziehen konnten. Die Kinder entdeckten natürlich sofort die vielen Getränke, die für sie bereitstanden.
Malle hatte in der Zwischenzeit schon Heinz und Evi begrüßt und die Anlage im wunderschönen Garten aufgestellt, sodass die Mädchen nach einer kurzen Begrüßung durch Frau Kallweit mit dem ersten Tanz begangen. Malle fand wie immer launige Worte und versetzte die vielen Heimbewohner, die mit großer Freude an der willkommenen Abwechslung teilnahmen, in Erstaunen. Sie erzählte, dass sie bei Heinz dass Turnen gelernt hatte. Sie beschrieb ihn als manchmal strengen, guten und lebhaften Trainer und diese Aussage wurde mit einem Schmunzeln und Tränen in den Augen wahrgenommen. Malle hatte viele schöne Tänze rausgesucht, wobei die Kinder durch die Stuhlreihen hüpften, sodass auch alle Anwesenden mitbekamen, das an diesem Tag etwas besonderes im Heim stattfand.
Nach viel Beifall, dankenden Worten und dem Hinweis, dass wir jederzeit wieder kommen dürfen, wurden die Kinder mit Süßigkeiten freundlich verabschiedet. Alle waren zufrieden und glücklich.
Mit diesem Bewusstsein sind wir die bekannte Strecke wieder in unser schönes Lichtenrade, dass uns leider mit vielen Regentropfen empfing, zurückgefahren. Wieder in der Obhut der jeweiligen Mütter und Väter endete ein schöner Tag für uns. Vielen Dank an die netten und lieben Mitreisenden.

Alles Gute für Heinz und Evi wünschen die Tanzmäuse Malle und Hanni

---

Wir wollen uns vergrößern

Wir suchen tanzbegeisterte Jugendliche im Alter von 13-17 Jahren, die Interesse an internationalen sowie Jazztänzen haben.
Wir treffen uns jeden Dienstag in der Mellenerstraße, Käthe-Kollwitz-Grundschule in der oberen Turnhalle. Unsere Trainingszeit beträgt eine Stunde, wir beginnen um 18.30 und enden um 19.30 Uhr.
Wenn ihr Interesse habt mit uns zu tanzen, dann schaut doch einfach mal vorbei.

Trampolin

Abteilungsleiter
Jürgen Tschierschke
Titlisweg 21a
12107 Berlin
Tel.: 030 - 747 923 33

Bundesligafinale 2007

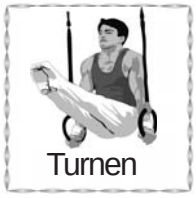
Das Bundesliga-Finale wird am 08.12. in Berlin ausgetragen. Wir werden hier die besten Trampolin Turnerinnen und Turner aus ganz Deutschland begrüßen können.

Die Trampolinabteilung des VfL Lichtenrade veranstaltet zusammen mit dem Bundesliga-ausschuss das diesjährige Finale. Nach den bisherigen Planungen findet der Aufstiegs-wettkampf in die 1. Liga um 14:30 Uhr statt. Das große Finale um den Titel der besten Vereinsmannschaft Deutschlands beginnt dann im Anschluss um 18:00 Uhr.
Die Veranstaltung wird in der Reinhold-Meyerhof-Halle in Berlin Lichtenrade, Briesingstr. 23 ausgerichtet.
Eintritt für Erwachsene 10,00 Euro
(Vorverkauf) 9,00 Euro
Eintritt für Schüler und Studenten 6,00 Euro
(Vorverkauf) 5,00 Euro

Im Anschluss wird ein rustikales Buffet in unserem nahe gelegenen Vereinsheim (Kirchhainer Damm 68, 12309 Berlin) zum Preis von 10,00 Euro angeboten. Hierfür ist unbedingt eine Vorbestellung notwendig.
Die Buffetbestellung ist bis spätestens zum 02.12. abzugeben.
Für weitere Informationen steht Euch Axel Stanske unter der Telefonnummer 0177-2341580 oder per Mail (axel.stanske(at)vfl-lichtenrade.de) zur Verfügung.
(Axel Stanske, Rehagener Str. 2, 12305 Berlin)

(Bitte Nennung des Vereins, des Besteller-Namens und der jeweiligen Anzahl).

Die Bezahlung im Vorverkauf erfolgt per Überweisung auf das Konto von Jürgen Tschierschke, Commerzbank, BLZ 10040000, Nr.0883371700, Stichwort: Buli Finale



Turnen

Abteilungsleiterin
Gabriela Lehmann
Kanzlerweg 18
12101 Berlin
Tel.: 030 - 785 86 92

Bericht von Unique

Lange hat man von uns nichts mehr gehört – wir waren sozusagen mit der Aufbauarbeit beschäftigt. Unser Probetraining im Mai hat uns einige neue Mitglieder geschenkt – unser Ziel hieß: Schnellstmöglicher Aufbau von mindestens zweier Mädels für den Anfang Oktober ausgeschriebenen Wettkampf in Leer, dem Frisia-Cup.

Große Sprünge für die Zukunft von Unique

Selbst in den Sommerferien haben wir deshalb fleißig Training gemacht.
Anfang Juni waren wir dann noch mit allen „Alten“ beim Workshop in Pegau, der sich zwar in der Grundorganisation als gut präsentierte, in vielen einzelnen Kursen aber bedauerlicherweise für uns nichts brachte außer einem netten gemeinsamen Ausflug – man merkte leider meist, dass man im Gegensatz zur Ausschreibung eben doch bei einem Karnevalverein zu Gast war…
Dann die Hiobsbotschaft zwei Wochen vor dem Wettkampf aus Ostfriesland: Wegen organisatorischer Querelen wird der gesamte Wettkampf abgesagt! Diese Enttäuschung

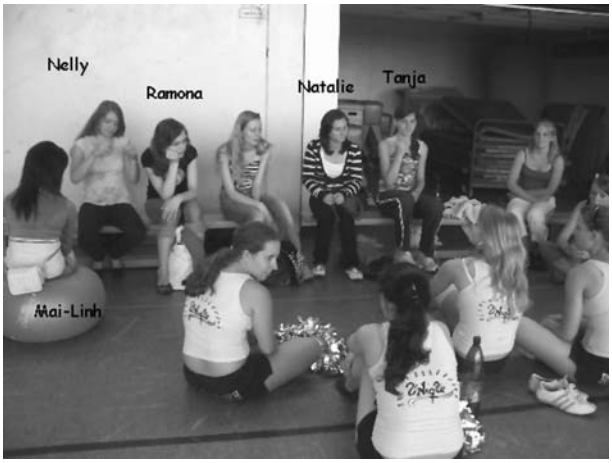
Pausenbesprechung vor historischer Kulisse in Pegau

kann man sich sicher vorstellen! Nicht nur von unserer Seite wird es nun leider künftig heißen: Ostfriesland – nein danke!
Diese unerwartete Luft in unserem straffen Trainingsplan verhalf uns zu einem Sondertraining zum Thema „Stunts“ für künftige Auftritte, kommen diese doch immer wieder gut an, sowohl bei den Mädels als auch bei Publikum und Veranstaltern. Besonders unsere Neumitglieder waren mit Feuereifer dabei!

Unser Gruppenkonzept haben wir ein bisschen geändert – unsere „alten Hasen“ Kristin, Mandy und Dani haben wir gleich seit dem Probetraining im Mai als „Mit-Trainer verkauft“, was eine Riesenentlastung für Svenja brachte. Auch Jule, die aber leider durch Umzug und Arbeit nur noch sporadisch kommen kann, hilft eifrig mit; dann ist uns nur noch Djamila geblieben, die aber durch Schule, Umzug und Rückenprobleme auch nicht mehr so regelmäßig kommen kann.

Das wir deshalb nun im Augenblick keine Auftritte machen können, wird jedem klar sein – mit nur 4 – 6 Altmitgliedern lässt sich kein großer Auftritt wirkungsvoll präsentieren. Und unsere Neuen müssen erst einmal in den Pflichtteilen auf Wettkampfniveau gepusht werden, da steht das Nachlernen der alten

Tänze bzw. das Neuerdenken ganz hintenan. Aber es ist immerhin besser, als wenn unsere Gruppe total auseinander gefallen wäre!
Nun heißt es fleißig weitertrainieren für den nächsten großen Wettkampf – dem 3. Beachcup von Elite am 12. Januar in Tropical Islands – sicher ein Höhepunkt für alle Cheerleader. Dazu müssen wir allerdings eine fast neue Wettkampfshow einüben. Es gibt viel zu tun – packen wir es an!
Aber zuerst einmal an dieser Stelle ein herzliches Willkommen bei Unique für Natalie, Ramona, Mai-Linh.,Tanja und Nelly!



Willkommen bei Unique!

Natalie

Ramona

Mai-Linh

Tanja, rechts oben, und Svenja beim Stunttraining

Volleyball

Abteilungsleiter
Volker Burghardt
Paplitzer Str. 40
12307 Berlin
Tel.: 030 - 746 82 320

Lichtenrader Volleyballer beim Dahme-Pokal 2007

Am letzten September-Wochenende fand der Dahme-Pokal 2007 statt, an fünf Spielorten im Dahmeland (Königs-Wusterhausen, Zeuthen, Eichwalde, Schulzendorf und Wildau) maßen sich insgesamt 47 Mixed-Freizeit-Volleyballteams, darunter so illustere Mannschaften wie „ Die Adoptierten“, „Dahme links-Herren rechts“, „Ab durch die Hecke“ und „Gestern ging's noch“ - als letztere firmierten die Lichtenrader, die aus dem Urgestein Marcus Köhler, den ins Dahmeland verzogenen Iris und Andreas Becker, Michaele Thiele und Ralf Donath bestanden. Komplettiert wurde die Mannschaft durch Sonnenseeveteran Björn Heimer. Heike Koy aus der Volleyballdynastie der Kurings und Yannick Becker pritschten am Samstag und Gabi Heimer am Sonntag.

Am Sonnabend morgen wurde das Turnier durch den Bürgermeister von Königs-Wusterhausen und den Präsidenten der Netzhoppers KW eröffnet, was zeigt, welch hoher Stellenwert dem Turnier in den beteiligten Gemeinden beigemessen wird. Es erfolgte der Umzug zu den jeweiligen Spielorten, wir spielten in Zeuthen gegen Amateure Miersdorf, Erfurt Kängerus, Six Pack und KSV 90 Pankow, wobei lediglich ein Satz abgegeben wurde. Als Gruppensieger kam es zum Überkreuzvergleich mit „Ab durch die Hecke“ und einem ungefährdeten 20:17 Sieg im ersten Satz. Leider erfolgte dann ein Einruch und der zweite Satz wurde mit acht Punkten Differenz verloren, der Zwischenrundensieg und damit die Teilnahme an der Runde der besten 10 Mannschaften am Sonntag in KW war verspielt. Nach einer kurzen intensiven Trauerphase wurde das Spiel um Platz drei des ersten Spieltages wiederum gewonnen und alle waren doch zufrieden, schließlich ist Yannick erst 14 Jahre alt und der große Rest strebt gen 50.

Am Abend war Spielerparty im Volkshaus Wildau, in einem geringen Eintrittspreis waren ein ordentliches Buffet und alle Getränke enthalten (heutzutage würde man dazu Flatrate-Party sagen), der Bürgermeister hielt wieder eine Ansprache, es gab Darbietungen der ortsansässigen Cheerleaders und RockandRoll-Tänzer und eine Tombola, bei der unser Ralf zwei Freikarten fürs Tropical-Island gewann - Ralf ist derzeit Single, sieht Hammermäßig aus, hat einen ebensolchen (beim Volleyball) und sucht nun eine Begleitung für das Badevergnügen. Ernsthafte Bewerber beiderlei Geschlechts können sich nach dem Training der Volleyballmänner dienstags ab 22.00 Uhr im Vereinsheim vorstellen...

Auch an der Theke gaben die Lichtenrader eine gewohnt solide Vorstellung, außer dass das „Urgestein“ mit Abwesenheit glänzte, aber es musste sich wohl intensiv auf den Sonntagsspieltag vorbereiten.

Der begann dann auch um 10.00 Uhr, diesmal in Eichwalde, acht Mannschaften spielten im Modus jeder gegen jeden die Plätze 11 bis 18 aus. Gegner waren unter anderem Sandwürmer, Adoptierte, Zwieträchtige und BlockBuster. Nach sechs Stunden Spielzeit mit hartumkämpften und knappen Partien verkündete der Saalsprecher: „obwohl der Name anderes verspricht - Sieger wurde Gesterngingsnoch“.

Den Siegerpokal für's Gesamtturnier überreichten Bürgermeister und Netzhoppers

Das Lichtenrader Team

Präsident am Sonntagabend dann den Killerbienen!

Insgesamt war's ein prima Turnier mit wirklich hochwertigem Sport, erstklassig organisiert und mit einer tollen Party, gesponsort von führenden Unternehmen (Ikea, Metro, Tropical Islands, A10-Center, Sparkasse etc.).
Im nächsten Jahr sind wir wieder dabei - auch gerne als „Gestern ging's noch", wenn uns die Lichtenrader Volleyballmänner wieder so selbstlos ihre Trikots überlassen und der Preis dafür (eine Runde Bier) nicht ansteigt.

Andreas Becker

Suchmeldung

Die älteren, ehemaligen Volleyball-Wettkampfspielerinnen des VfL Lichtenrade suchen dringend Verstärkung (keine Anfängerinnen)

Wir treffen uns jeden Mittwoch von

18.30 bis 20.00 Uhr

in der Sporthalle (oben) der Carl-Zeiss Oberschule in der Lutherstraße.
Interessentinnen melden sich bitte bei:
Erdmuthe Großpietsch: 7719481
oder
Carola Steuer: 74377612

Wandern

Wanderführer
Metzkow Tel.: 030 - 663 27 92
Heurich Tel.: 030 - 721 12 06

Wanderreise vom 22.-25.10.2007 nach Alt Ruppin

Die erste Wanderreise mit dem eigenem Auto. Die GDL, mit ihrem Streik hat uns veranlasst, aus Sicherheitsgründen mit dem Auto zu unserem Ziel zu fahren. Wir waren nun unabhängig und mussten nicht damit rechnen, irgendwo auf einem Bahnhof stundenlang auf einen Zug zu warten. Fiedel, unser Wanderleiter hat viele Telefongespräche führen müssen, damit geklärt wurde, wer fährt und wen er mitnimmt. Sieben Autos fuhren 21 Wanderer nach Alt Ruppin, in das schöne Hotel „Am Alten Rhin“. Ich muss sagen, die Fahrt machte mir viel Spaß. Die Sonne schien, man konnte die bunte Herbstfärbung der Bäume an der A 24 Richtung Hamburg genießen. Sehr oft sah man am Himmel die Zugvogelformation über uns hinwegziehen. Der Herbst zeigte sich von seiner schönsten Seite. Es war nicht weit, nur 100 km, von Tür zu Tür und schon waren wir in einer schönen Gegend. Lieber Wolfgang, du hast eine gute Idee gehabt uns zu zeigen, wie schön es doch dicht bei Berlin ist. Du musstest die Wanderleitung an Fiedel und Karl Heinz übertragen, da eine Kur nach deiner Hüftoperation genau in diese Zeit fiel. Inzwischen kannst du wieder ohne Schmerzen die Natur genießen, wir wünschen dir alles Gute.

Gleich am ersten Tag war eine Stadtführung in Neuruppin angemeldet. Wir liefen 4 km am Ruppiner See entlang zu unserem Treffpunkt. Neuruppin ist eine geschichtsträchtige Stadt.

1246 wurde vom Grafen von Arnstein ein Bettelorden gestiftet.
1256 fand eine erste urkundliche Erwähnung Neuruppins mit der Verleihung der Stadtrechte statt.
1688 wurde Neuruppin eine der ersten Städte der Mark, Garnisonsstadt.
1732 kam der Kronprinz Friedrich als Kommandeur eines Regiments nach Neuruppin und wurde 1736 zum König Friedrich Wilhelm II in Rheinsberg gekrönt. Er veranlasste, dass die Stadt Neuruppin eine bedeutende Städtebaukunst in der Mark Brandenburg wurde. Zum Dank stifteten ihm die Bürger eine Statue, sie befindet sich auf dem Schulplatz vor dem Alten Gymnasium.
1781 wurde Karl Friedrich Schinkel, einer der bedeutendsten Baumeister, in Neuruppin geboren. Sein Denkmal steht auf dem Kirchplatz.
1787 nach dem großem Stadtbrand wurde vom dem Baumeister Mattias Barsch der heutige Stadtkern errichtet.
21.9.1794, Gustav Kühn wird geboren. Eine Gedenktafel am Haus in der Karl-Marx-Straße 29 erinnert an den Beginn der Neuruppiner Bilderbogenproduktion. Die Neuruppiner Bilderbogen von Gustav Kühn waren die ersten märkischen Bilderzeichnungen, Vorläufer der Illustrierten. Er beschäftigte Kinder, zwischen 12 und 14 Jahren, bis zu 38 Stunden in der Woche. Sie malten stehend mit Borstenpinsel und Schablone die Schwarzweißdrucke aus, heute nicht mehr vorstellbar.
1903 wurde die gewerbliche Kinderarbeit endgültig verboten.
30.12.1819, Theodor Fontane wird in Neuruppin geboren. Sein Geburtshaus befindet sich in der Löwen-Apotheke in der Karl-Marx-Straße 84.
Viele kennen seine Bücher, „Wanderung durch die Mark Brandenburg“. ist wohl das bekannteste. Er hat nicht alles selber erlebt, er ließ sich auch vieles berichten und brachte es dann zu Papier.
1905, Eröffnung einer der ersten Handfeuerlöscher-Fabriken.

Seit 1991 fließen Städtebaufördermittel von Bund, Land und Stadt in die denkmalgerechte Sanierung der Stadt ein.
Bis 2005 konnten ca. 400 Gebäude und 100.000 qm Straßen - und Platzflächen denkmalgerecht saniert und damit über 25 Mio. Städtebaufördermittel in den Historischen Stadtkern investiert werden. Mit Hilfe der Förderung kann die preußischste aller Städte auch für das neue Jahrtausend als einzigartiges Geschichtsdokument bewahrt werden.
Es lohnt sich ein Besuch der Stadt Neuruppin. Sie ist am schnellsten über die A 24 zu erreichen (Abfahrt Neuruppin).

Der Naturpark Stechlin - Ruppiner Land mit seiner Seenkette bis nach Rheinsberg lässt sich zu Fuß und mit dem Fahrrad sehr gut erkunden. Wir Wandersleute aus dem VfL Lichtenrader Wanderverein haben es erlebt und waren begeistert. Die niedrige Hügellandschaft mit den großen Buchenwäldern und dem buntem Herbstlaub, wurden von uns erlaufen. Wir haben auch einen Waschbären auf dem Baum beobachten können, auch eine sprudelnde Kochquelle war auf unserem Weg. Hin und wieder schien die Sonne und schickte ihre Strahlen durch die bunten Herbstblätter, es war eine Freude für die Seele und das Herz.
R.D.

Von Strahlau zur Oberbaum-City

Die Novemberwanderung war schon – wie in den letzten Jahren – eine Stadtwanderung. Unser Ziel war das östliche Friedrichshain, der Ausgangspunkt die Halbinsel Strahlau. Die Bahn streikte zwar, aber in Berlin kommt man eben auch mit Bus und U-Bahn überall hin. Die Fahrt hat zwar etwas länger gedauert, aber wir hatten ja auch keine Eile.
Wie vieles im Ostteil der Stadt befindet sich auch die Halbinsel Strahlau seit Jahren in Aufbruchstimmung. Hier entwickelt sich eine Stadtoase und Gutverdienende können sich den Traum vom Wohnen am Wasser verwirklichen. Mit dem Parkplatz kann man auch einen Bootsplatz mieten. Fährt man unter der Ringbahnbrücke durch bleiben Lärm und Hektik zurück. Auf der einen Seite die Spree, auf der anderen der Rummelsburger See, gibt es einige Stellen auf der Halbinsel, wo man glatt vergisst, dass man sich mitten in Berlin befindet. Aber spätestens am Ende kehrt man in die Realität zurück, denn auf der anderen Seite an der Rummelsburger Bucht sieht man nicht nur die qualmenden Schornsteine von einer Zementfabrik. Auch am ehemaligen maroden Zuchthaus Rummelsburg lässt sich nicht vorbeischauen.
Jahrhundertelang wurde auf „Strahlow“, wie die Halbinsel bis 1891 hieß, gefischt. Bekannt wurde sie durch den „Strahlauer Fischzug“, der seit 1574 am 24. August, dem Tag des Anfischens, nach der Laichzeit zwischen Ostern und dem Tag des Bartholomäus. Ab Mitte des 19. Jahrhunderts strömten Tausende Berliner zum „Fischzug“ und das Fest verkam immer mehr zum Saufgelage, so dass es 1873 untersagt wurde. Zwei Versuche in den 20iger und 50iger Jahren, die Tradition wieder aufzunehmen, scheiterten.
Ende des 19. Jahrhunderts kam die Industrie nach Strahlau: Teppich- und Glasfabrik, eine Brauerei und mehrere Bootswerften. Mietshäuser wurden gebaut, 1920 lebten ca. 5000 Menschen auf der Halbinsel.
1899 wurde hier auch der Beweis erbracht, dass man in Berlin eine U-Bahn bauen kann. Unter der Spree hindurch nach Treptow wurde erstmals in Deutschland eine Röhre im Schildvortrieb gebohrt und das Wasser mit Druckluft herausgepresst. Bis 1932 rumpelte die Straßenbahn durch den Tunnel zum Südufer der Spree. Heute erinnert nur noch die Tunnelstraße daran. Am Ufer kann man dann

in Richtung Westen vorbei an den neuen Stadtvillen und Wohnhäusern spazieren. An vielen Stellen wird aber noch gebaut. Die maroden Reste der Industriebauten stehen unter Denkmalschutz und warten auf Investoren.
10 Minuten von Strahlau, am Ostkreuz, empfing uns ein ganz anderes Friedrichhain. Hier geht es quirlig zu, leben viele junge Leute, Studenten, aber auch diejenigen, die auf preiswerte Wohnungen angewiesen sind. Als Mitte des 19. Jahrhunderts Industrie und Stadt rasant wuchsen, entstand auch der südöstliche Friedrichhain um das Dorf Boxhagen. Die größte Fabrik war die Knorr-Bremse-AG, deren denkmalgeschützte Bauten am Ostkreuz stehen und von BfA und AOK genutzt werden. Viele kleinere Fabriken findet man auch noch in den ausgedehnten Hofanlagen. Um die Fabriken wurden für die Arbeiter und ihre Familien die üblichen Mietskasernen gebaut. Mit dem Helenenhof unternahm der Beamten-Wohnungs-Verein den Versuch, den miserablen Wohnverhältnissen etwas entgegenzusetzen, allerdings waren die Wohnungen nur für Beamte zugänglich, aber für nicht so gut Verdienende. Zur gleichen Zeit ließ der Bau- und Sparverein von Alfred Messel für Arbeiterfamilien im nördlichen Friedrichshain eine Wohnanlage bauen, die auf der Weltausstellung 1900 in Paris eine Goldmedaille bekam. Solche Anlagen im Reformwohnungsbau konnten aber nur ein Tropfen auf dem heißen Stein sein. Die große Wohnungsnot war damit nicht zu mildern.
Nur wenige Straßen vom Helenhof entfernt fällt noch eine Anlage aus dem sonstigen Bild, die Knorrpromenade, zu Ehren des Bremsenfabrikanten Georg Knorr so genannt. Schon durch den Eingangsbereich setzt sie sich vom Arbeiterviertel ringsherum ab. Obeliskenbesetzte Pfeiler flankieren die Einfahrt, dahinter reich verzierte Häuser mit großzügigen Wohnungen. Am Ende waren schauten wir uns noch die Oberbaum-City an, einst Osram-, später Narva-Glühlampenfabrik. Sie gilt heute als Brückenschlag vom Industriezeitalter zur Dienstleistungs-gesellschaft. In den ehemaligen Fabriken gibt es großzügige Büros und Läden zu mieten, finden sich vor allem Firmen aus der Design- und Kommunikationsbranche.
Die S-Bahn hat uns zwar im Stich gelassen, aber dafür war das Wetter auf unserer Seite.

Stadtwanderung nach Friedrichshain am 15.11.2007

R.D.

Wanderkalender 2008

Wanderleiter: **Wolfgang Heurich Tel.:721 12 06, H.J. Metzkow (Fiedel) Tel.: 663 27 92**
Anmeldung mit Angabe der Telefonnummer bitte in der VfL Geschäftsstelle Tel.: 744 04 77
Die Teilnahme erfolgt immer unter Ausschluss jedweder Haftung der jeweiligen Wanderleiter/in
Nichtmitglieder erbitten wir einen freiwilligen Kostenbeitrag

Mon.	Dat	Art	km ca.	Verpflegung	Geplantes Ziel oder Strecke	Teilnehmer Meldeschluss	Abfahrt Start	Wanderleiterin Wanderleiter
Jan.	12.	Streckenwanderung	12 km	Einkehr geplant	Rangsdorf	max. 20 Pers. Meldeschluss 07.01.08	Aushang beachten	H.-J. Metzkow Tel.: 663 27 92
Feb.	09.	Streckenwanderung	15 km	Einkehr geplant	Kloster Zinna	max. 20 Pers. Meldeschluss 02.02.08	Aushang beachten	Elke Zachäus Tel.:721 17 25
März	15.	Stadtgang	8 km	Einkehr geplant	Spandau nur für Insider (d.h. für regelmäßige Wanderteilnehmer)	max. 20 Pers. Meldeschluss 18.04.08	Aushang beachten	Andrea Wodke Tel.:764 03 155
April	26.	Steckenwanderung	17 km	Einkehr geplant	Freizeitpark Marzahn und Wuhletal-Wanderweg	Max. 20 Pers. Meldeschluss 18.04.08	Aushang beachten	Jutta Schulz Tel.:745 43 91
Mai	17.	Rundwanderung	17 km	Einkehr geplant	Rundgang ab U-Bhf. Tegel	Pers. unbegr. Meldeschluss 09.05.08	Aushang beachten	Erika Köppe Tel.:744 69 96
Juni (1.)	14.	Canadier – Paddelausflug	Tages tour	aus dem Seesack	Blossin, Wolziger See > Langer See usw. 4 - Seenfahrt	10,20,30 Pers. (10 je Boot) Meldeschluss 14.05.08	09:00 Uhr S-Bhf. Lira PKW-Fahrgemein.	Jürgen Trippen Tel.:746 46 89
Juni (2.)	28.	Fahrradwanderung	55 km	Einkehr geplant	Altranft - > Küstrin Personalausweis ??? Abstecher nach Polen	Max. 25 Pers. Meldeschluss 09.06.08	Aushang beachten	Wolfg. Heurich Tel.:721 12 06
Juli	19.	Streckenwanderung	15 km	Einkehr geplant	Zossen > Mittenwalde > Königs Wusterhausen	Max. 25 Pers. Meldeschluss 11.07.08	Aushang beachten	K.-H. Drescher Tel.:745 71 10
Aug.	16.	Rundwanderung	14 km	Einkehr geplant	Oderin - > Märkisch-Buchholz -> Oderin (Badesachen!)	Max. 25 Pers. Meldeschluss 08.08.08	Aushang beachten	H.-J. Kerkau Tel.:745 83 97
Sep.	36./ 37. W.	Wanderreise (3 Übernachtungen)	Tgl. Ver-Schie.	Halbpension	Ziel in Planung (Vogtland? Seifen?)	Max. 25 Pers. Meldeschluss Ende März	Wird mitgeteilt	W. Heurich Tel.:721 12 06 H. J. Metzkow Tel.:663 27 92
Okt.	18.	Rundwanderung	15 km	Einkehr oder Rucksack	Döberitzer Heide	Max. 25 Pers. Meldeschluss 10.10.08	Aushang beachten	W. Heurich Tel.:721 12 06
Nov.	15.	Streckenwanderung	15 km	Einkehr geplant	Ins Blaue	Pers.unbegrenzt Meldeschluss 07.11.08	Aushang beachten	R. Diesing Tel.:744 62 68
Dez.	27.	Rundwanderung	15 km	Einkehr geplant	Lichtenrader Nachbarschaft	Max. 20 Pers. Meldeschluss 19.12.08	Aushang beachten	J. Schulz Tel.:745 43 91

Wandern ist des VFLers Lust

Seit 1905
Aus Tradition

Bestattungsinstitut
K U R T D A N N E R T
12305 Berlin-Lichtenrade Bahnhofstraße 14
Telefon (030) 744 50 07 Telefax (030) 744 56 47
Vorausbestattungsregelungen können festgelegt werden
P auf dem Hof

Impressum

Herausgeber:
Vorstand des VfL Lichtenrade 1894 e.V.
Geschäftsstelle:
Kirchhainer Damm 68, 12309 Berlin
Geschäftszeiten:
Mo, Mi und Fr von 10.00 - 13.00 Uhr
Tel.: 030 - 744 04 77
Fax: 030 - 707 64 750
E-Mail: info@vfl-lichtenrade.de
Homepage: www.vfl-lichtenrade.de
Vereinskonten:
Commerzbank: BLZ 10040000 Kto: 8635567
Postbank Berlin: BLZ 10010010 Kto: 425 71-107
Vereinsgaststätte:
Petra Maager: Tel.: 030 - 744 04 74
Hausmeister:
Hans Kasper: Tel.: 030 - 744 05 64

Redaktion:
E-Mail: sportecho@vfl-lichtenrade.de
Dieter Tormann, Dossestraße 4, 12307 Berlin
Tel.: 030 - 745 45 05 Fax: 030 - 746 80 400
E-Mail: d.tormann@didisweinvertrieb.de

Rosemarie Diesing, Wünsdorfer Str. 119a, 12307 Berlin
Tel.: 030 - 744 62 68

Ständige Mitarbeiter:

W. Reiche	Badminton	030 - 746 826 66
S. Rudolph	Basketball	030 - 701 311 40
I. Weinz	Cheerleading	030 - 765 036 33
H. Kannenberg	Faustball	030 - 744 36 31
M. Meincke	Gesundheit	030 - 744 83 02
G. Michel	Gymnastik	030 - 744 56 43
A. Rasmus	Handball	030 - 745 28 89
H. Wodke	Leichtathletik	030 - 764 031 55
H. Wolke	Tanzen	030 - 746 47 43
A. Stanske	Trampolin	030 - 744 41 14
M. Erhard	Turnen	030 - 744 35 06
Ch. Grunert	Volleyball	033708 - 22 9 11
G. Mayer	Schaukasten-betreuung	030 - 746 43 62

Termine:

jeden Mittwoch:
Lauftreff
18:30 Uhr
Vereinsheim

jeden Sonntag:
Lauftreff
7:55 Uhr
Kirchhainer Damm

Die Redaktion wünscht eine fröhliche Weihnachtszeit und einen Guten Rutsch ins neue Jahr!

Wir bedanken uns bei allen Lesern, vor allen aber bei den fleißigen Menschen, die uns regelmäßig so interessante Artikel zukommen lassen, die wir dann veröffentlichen dürfen!

Erscheinungsweise: alle 2 Monate
Nächster Redaktionsschluss: 20. September 2007

Redaktionstermine:

Ausgabe	Nr.	Redaktionsschluss
Jan/Feb	185	20. Januar
Mär/Apr	186	20. März

Druckauflage: 950
Druckerei: Walter Bartos GmbH
Zossener Straße 55
10961 Berlin