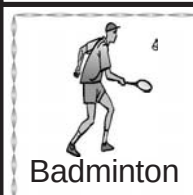




185. Ausgabe Januar/
Februar 2008

VfL Sportecho

Mitgliederzeitung des VfL Lichtenrade 1894 e.V.



Badminton



Basketball



Faustball



Gesundheitssport



Gymnastik



Handball

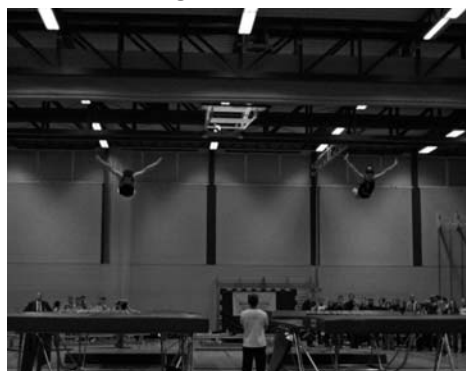
Badminton

Der Turnier-Dezember - Seite 8

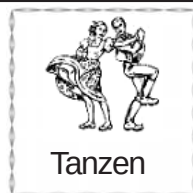


Trampolin

Bundesligafinale - Seite 20



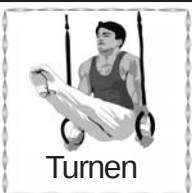
Leichtathletik



Tanzen



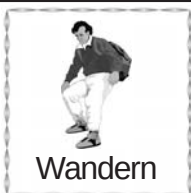
Trampolin



Turnen



Volleyball



Wandern

Inhalt

Unsere neuen Mitglieder	3
Vorstand	
Mitgliederversammlung.....	4
Allgemeines	
Kinderweihnachtsfeier, Blauer Dunst im Sportverein.....	6
Badminton	
Der Turnier - Dezember.....	9
Gesundheitssport	
Doris und die Steine.....	13
Gymnastik	
Geburtstag von Renate Sauer.....	14
Handball	
Handball-Oldie-Treffen 2007, Kunterbuntes Handballfest, Mein liebes D-Team.....	15
Leichtathletik	
Silvesterlauf, Das erste Jahr Kinderleichtathletik.....	18
Trampolin	
Bundesligafinale - Tolle Atmosphäre und Highlights in den Übungen.....	20
Turnen	
Berliner Meisterschaft im Turnen - Interview mit Brigitte und Sabrina Giffhorn, Bericht von Unique.....	22
Volleyball	
Jahresabschluss bei der weibl. Jugend A.....	28
Wandern	
Wanderung nach Rangsdorf und Umgebung, Wanderkalender.....	30

	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:

Marcel Schenke, Jasmin Zimdahl, Sven Lütke

Basketball:

Jonas Looock, Milan Zeilinger, Jonas Thiel, Jakob Weiß

Gesundheitssport:

Lothar Köppen, Frank Lehmann, Horst Mensing, Anneliese Pachely, Dagmar Wien, Wolfgang Nicklaus, Susanne Meinck von der Mehden, Dr. Andrea Jung, Sibylle Baldzuhn, Dagmar Schultz-Barz, Dr. Bernhard King, Dr. Jürgen Kaufmann, Gunter Brücker, Stefan Donat

Gymnastik:

Bernd Fabisch, Regina Ludwig

Handball:

Markus Budde, Maurice Nohl, Steffen Bluhm, Angelina Roth

Trampolin:

Johannes Schmager, Antonia Scheier, Maxi-Beate Scheier

Turnen:

Caroline Theil, Charlotte Lindner, Leonie Holtfreter, Britta Hertel, Felix Frank, Charlotte Frank, Jonas Bastiansen, Justuns Bastiansen, Jesseca Bastiansen, Vamelia Born, Andrea Born, Tim Labrenz, Tim Glagow, Carlotta Schmiereck, Sandra Kiebgis, Alisha Kießig, Benno Kießig, Claudia Langweg, Reneée van Hees, Johannes Bade, Til Deuker, Sebastian Klemke, Benjamin Dümmel, Marie-Luise Röhrich, Max Röhrich, Sabina Hoffmann

Volleyball: Birgit Dinges, Yeliz Meler, Jürgen Steigerwald, Peter Ingenhütt, Ulrich Pless, Alexander Häuslein, Helmut Aull, Jürgen Baars, Guido Scholtes

Die Redaktion wünscht allen Leserinnen und Lesern ein frohes, neues Jahr, viel Gesundheit und das ein oder andere bisschen Glück im Sportalltag!



Vorstand

EINLADUNG

Zur ordentlichen Mitgliederversammlung des VfL Lichtenrade 1894 e.V.

am: Dienstag, 18. März 2008

um: 19.00 Uhr

wo: Gemeinschaftshaus Lichtenrade
Lichtenrader Damm/Ecke Barnetstraße

Tagesordnung:

1. **Begrüßung und Eröffnung der Versammlung**
2. **Feststellung der Beschlussfähigkeit**
3. **Bericht des Vorstandes und der Abteilungen**
4. **Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer**
5. **Ehrungen**
6. **Wahl des/der Alterspräsidenten/in und eines Wahlausschusses**
7. **Entlastung des Vorstandes**
8. **Wahlen**
 - 8.1 **für 2 Jahre werden gewählt**
 - **der/die 2. Vorsitzende**
 - **der/die 1. Kassierer/in**
 - **der/die 2. Leiter/in der Öffentlichkeitsarbeit**
 - **der/die 2. Schriftführer/in**
 - 8.1.1 **Benennung eines/r Jugendwartes/tin**
 - 8.2 **für 1 Jahr werden gewählt:**
 - **mind. 3 Kassenprüfer**
9. **Anträge:**
 - **Antrag des Vorstandes zur Beitragsordnung**
 - **Erhöhung der Mitgliedsbeiträge**

(Anträge müssen bis spätestens am 3. März 2008 eingegangen sein, sie müssen schriftlich gestellt werden und mindestens von einem Vereinsmitglied unterschrieben sein.)

10. **Verschiedenes**

VfL Lichtenrade 1894 e.V.
-Vorstand-

17. Januar 2008

ZEIG' DOCH GEFÄLLIGST! ETWAS PROFIL!

M+S REIFENANGEBOT*

*Preise ohne Montage / ohne Auswuchten

155/70R13T	Hausmarke	30,40 €
	Continental	54,20 €
175/65R14T	Hausmarke	38,30 €
	Fulda	51,50 €
185/60R14T	Matador	52,90 €
	Fulda	54,- €
195/65R15V	Pneumant	63,- €
	Continental	71,80 €

*Montage/Auswuchten + Achsvermessung 70,- €

**Winter- oder Ganzjahresreifen
jetzt montieren!**

**Statt sich mit Kleinigkeiten rumzuschlagen-
fragen Sie nach unsere Komplettangebote!**



**auto
reparatur**

**Lichtenrader Damm 271
12305 Berlin-Lichtenrade**

☎ 707 84 722



Ein erfreulicher Jahresanfang für das Sportecho! Unser Inserentenpartner Herr Überscheer hat nach einer schweren Krankheitspause nun wieder die Kraft und Initiative seine Kfz- Werkstatt am Lichtenrader Damm 271 weiterzuführen. Dies geschieht mit dem bewährten Know-how aber unter neuem Namen: aus „Point Lichtenrade“ wurde jetzt „**Kfz-Schmiede**“ unter neuer Leitung aber mit der gleichen Sorgfalt und den günstigen Preisen. Übrigens werden alle Kfz-Marken repariert und gewartet!

Bei Vorlage des Vereinsausweises gewährt die Kfz-Schmiede auf die erbrachte Dienstleistung bis auf weiteres 10 % Rabatt.

Liebe Vereinsmitglieder, vergleicht Preise und Leistungen, unsere Inserenten freuen sich auf erkennbare Resonanz und natürlich auch über erteilte Aufträge.

Reifentype	neu/gebraucht	Stück	Größe	Fabrikat	Bemerkung	Stückpreis/Netto
Sommerreifen						
Sommerreifen	neu	2	P215/75R15	Cooper		40,00 €
Sommerreifen	neu	2	225/45ZR14 91Y	Pirelli Rosa Asim		105,00 €
Sommerreifen	neu	2	185/70R14 88T	Goodride		31,00 €
Sommerreifen	neu	2	195/65R15 95T	Stonner		31,00 €
Sommerreifen	gebraucht	4	185/60R14 82T	Matador Elite MP42	Polo gel. 7000 Km	34,00 €
Allwetter						
Allwetter	neu	2	195/65R15 91T	Tigar		28,00 €
Allwetter	neu	4	195/50R16 83V	Nankang	A & B Klasse mit ALU Felgen	105,00 €
M&S						
Winterreifen	neu	4	175/65R14 82T	Bridgestone LM-20	mit Stahlfelge	45,00 €
Winterreifen	neu	4	185/65R15 88H	Fulda Supremo		45,90 €
Winterreifen	neu	4	185/70R14 88T	Presa Snow		32,00 €
Winterreifen	neu	2	175/70R13 82T	GY Ultra Gripp 7		28,00 €
Winterreifen	gebraucht	4	205/55R16 91T	Michelin Alpin	mit Stahlfelge BMW E36 3000 Km gelaufen	110,00 €

Allgemeines

Kinderweihnachtsfeier

Auch wenn es jetzt schon zwei Monate wieder her ist, hier noch ein kleiner Bericht über die sehr schöne Kinderweihnachtsfeier. Die Kinder fragen mich immer, ob denn ihr Foto in der Vereinszeitung auch erscheinen wird, vielleicht kann ich nur antworten.

Am 9. Dezember 2007 um 15:30 Uhr, wurden wie in den vergangenen Jahren die jungen sportlichen Kinder des VfL Lichtenrade zur Weihnachtsfeier in das Gemeinschaftshaus in der Barnetstraße eingeladen.

Als um 15:00 Uhr die ersten Kinder mit ihren Eltern und Großeltern erschienen, war schon alles für sie bereit. Die vielen ehrenamtlichen Helfer hatten die Tische mit roten Kerzen und Tanne geschmückt. Zwei sehr schön geschmückte Weihnachtsbäume standen auf der Bühne. Das Kuchenbüfett wurde immer reichhaltiger, die Eltern hatten fleißig gebacken und auch mit bunten Zuckerverzierungen nicht gespart. Lecker, lecker.

Nach der Ansprache von unserem Vorsitzenden, Jens Grunert, stürmte die Kinderschar zu den Leckereien. Schnell wie in den vergangenen Jahren fanden die Leckereien einen Kinderteller. Der kleine Junge balancierte seinen Teller geschickt durch den ganzen Saal, er hat nur wenig verloren.

Für diese Kinder war das Glücksrad wichtiger als der leckere, bunte Kuchen.



Ein neues Geschicklichkeitsspiel was bei den Jungens, obwohl es nur Holzautos waren, sehr begehrt war, sie hatten richtig viel Spaß und Freude daran.



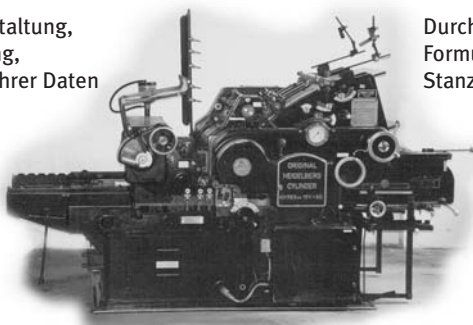
Hier waren bei Monika geschickte Hände und ein gutes Auge für die Größe der Deckel gefragt, manchmal dauerte es ein wenig aber es lockte die Belohnung. Flummibälle waren der Renner. Die Kinder zogen sich ihre Jacken an und spielten damit vor der Tür, es war sehr kalt draußen.



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

Wir machen Druck

Beratung, Gestaltung,
Satzherstellung,
Verarbeitung Ihrer Daten



Durchschreibesätze,
Formulare/Numerierung/Perforation
Stanzen und Nuten

Groß- und Kleinauflagen,
Vereinsdrucksachen

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



Sie machte sich gar nicht erst die Mühe, die Ringe auf die Stäbe zu werfen, schwups einfach aufgefädelt und fertig.



Bis sie endlich den Ball ins Tor schießen konnten, mussten sie lange warten und anstehen.



Der kleine Junge balancierte seinen Teller geschickt durch den ganzen Saal, er hat nur wenig verloren.

Die Vorstellung fing mit einiger Verspätung an, der Zauberer musste erst seine vielen Kisten hinter dem Vorhang verstauen. Als es endlich los ging, hatte der Zauberer die Kinder in seinen Bann gezogen, sie waren ein sehr kritisches Publikum, aber er wusste sie zu überzeugen. Als Zauberer muss man geschickt und schnell sein, was ihm auch gelang. Nach den Seifenblasen reckten sich



viele Arme in die Luft um sie zu erwischen.

Ein Junge konnte sehr gut vier am Stock sich drehende Teller balancieren.

Dann kam endlich der Weihnachtsmann auf die Bühne.

Leider war nun jetzt die schöne Vorstellung vorbei und alle Kinder wurden an der Tür mit einem kleinen Knut in einer Tasse verabschiedet. Ein tolles Weihnachtsgeschenk.

Vielen Dank den Organisatoren und den fleißigen Helfern, bis zum nächsten Weihnachtsfest.

R.D.



Auszüge aus:
Vereinsberater in SiB 12/2007

Am 1. Januar 2008 trat das Nichtraucherschutzgesetz in Kraft
Blauer Dunst im Sportverein

Von einigen (natürlich den Nichtrauchern) freudig begrüßt, von anderen (natürlich den Rauchern und Gastwirten) zähneknirschend zur Kenntnis genommen, tritt am 1. Januar 2008 das „Gesetz zum Schutz vor den Gefahren des Passivrauchens in der Öffentlichkeit“ – Kurz Nichtraucherschutzgesetz (NRSG) – in Kraft. Abgesehen davon, dass viele Vereine ja ohnehin schon die Raucher vor die Tür verbannt haben, gibt es nun sogar ein Gesetz, das es verbietet, die Sportstätten in blauen Dunst zu hüllen. Nachfolgend sollen die Auswirkungen auf den Sport erläutert werden:

Im § 2 des Nichtraucherschutzgesetzes wird aufgeführt, in welchen Einrichtungen und Räumlichkeiten das Rauchen künftig verboten ist. Im Punkt 5 dieses Paragraphen werden Sportstätten benannt, die im § 3 Abs. 4 näher definiert werden: „Sporteinrichtungen im Sinne dieses Gesetzes sind Sportanlagen gemäß § 2 Abs. 2 des Sportförderungsgesetzes ... sowie sonstige Räumlichkeiten, in denen Sport ausgeübt wird.“

Wie werden „Räumlichkeiten“ definiert? Der § 2 Abs. 2 des Nichtraucherschutzgesetzes sagt dazu: „Das Rauchverbot ... gilt in Gebäuden und sonstigen vollständig umschlossenen Räumen.“

§ 2 Abs. 2 des Sportförderungsgesetzes führt aus:

(2) Sportanlagen im Sinne dieses Gesetzes sind insbesondere:

1. Sportplätze und andere Sportflächen,
2. Sporthallen,

...

6. Räumlichkeiten für soziale und Verwaltungszwecke, die im Zusammenhang mit sportlichen Maßnahmen stehen.

Das Gesetz unterscheidet nicht, ob es sich um landeseigene Sportstätten, private oder im Besitz des Vereins befindliche handelt.

Demnach ist generell in Sportstätten das Rauchen verboten.

Im § 2 Abs. 2, Punkt 6 des Sportförderungsgesetzes ist ebenfalls festgeschrieben, dass **auch Vereinsräume die z.B. der Verwaltung, Schulung, für Versammlungen oder auch geselligen Veranstaltungen dienen**, den Sportstätten zuzurechnen sind.

Handelt es sich nicht um Sportstätten im Sinne des Gesetzes, gilt § 3 Absatz. 4, wonach **auch alle anderen Räumlichkeiten, in denen Sport ausgeübt wird**, darunter fallen. Das könnte z.B. ein Privathaus sein, um darin Schach zu spielen oder ein Kellerraum, eine Garage oder ein ehemaliges Firmengelände für Kampfsport oder Gymnastik. Darin ist nun künftig ebenfalls das Rauchen verboten.

Weiterhin regelt das Nichtraucherschutzgesetz, dass das Rauchen **in Gaststätten verboten** ist. Es gibt allerdings eine Ausnahmeregelung. Nach § 4 Abs. 3 können die Betreiber in der Gaststätte oder der Vereinsgaststätte in Sporteinrichtungen **abgetrennte Nebenräume einrichten**, wenn diese für Raucher und Nichtraucher voneinander getrennt und abgeschlossen sind.

[...]

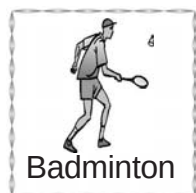
Auch wenn Vereinskantinen oder sog. Sportlerversorgungen nicht unbedingt öffentlich und nur bestimmten Personenkreisen (nämlich den Vereinsmitgliedern) zugänglich sind, fallen sie nach dem Nichtrauchergesetz unter die Gaststättenregelung. Ab Juli 2008 drohen bei Missachtung Bußgelder bis zu 1.000 Euro.

Fazit: Das Rauchen ist künftig in allen Räumen, die im weitesten Sinne dem Sport dienen sowie Vereinsgaststätten verboten. Den Rauchern bleibt also nur übrig, ins Freie zu gehen – oder die Chance zu nutzen, um mit dem Rauchen aufzuhören...

Heidolf Baumann

Im VfL Lichtenrade wurde vom Vorstand beschlossen, dass auch in den Nebenräumen Berliner Zimmer und im hinteren Sitzungsraum sowie in den Jugendräumen Rauchverbot herrscht. Außerdem wird angestrebt, in der Nutzergemeinschaft mit dem SSVL ein generelles Rauchverbot im ganzen Haus zu beschließen.

D.T.



Badminton

Abteilungsleiter
Lutz Sand
Mariendorfer Damm 35d
12109 Berlin
Tel.: 030 - 705 38 08

Der Turnier - Dezember

Turnier zum 1. Advent

Donnerstag, 29. November: Es ist wieder einmal spät geworden. Der Organisator ist mit seinem Jonglieren zu einem Ende gekommen. „Na ja, am Samstag erklärst du bestimmt wieder diese Einteilung für ungültig...“

Sein Selbstgespräch endet abrupt mit einem Seufzer.

Für das traditionelle Kind-Eltern-Paten-Turnier mussten 30 Meldungen für dieses Doppeltturnier möglichst gerecht in sechs Gruppen eingeteilt und einige Joker noch zu „Paten“ erklärt werden.

Die Urkunde war entworfen, ihr Ausdruck für eine Sechziger Auflage vorbereitet. Vordrucke für die Ansätzungen und die jeweiligen Spielpläne waren ebenso erstellt, die sehr zeitig bestellten Pokale waren endlich angekommen. Zwei bewährte Hilfen konnten reaktiviert werden, Lutz und Manuela sprangen ein.

Am Samstag galt es zunächst einmal bei den nur 24 anwesenden Paarungen aus den geplanten sechs vier Gruppen zu bilden. Die bereits eingeteilten Paarungen mussten in etlichen Fällen in andere Gruppen verschoben werden. Die Reserve stehenden „Joker“ galt es zu aktivieren und zu Paten zu verpflichten.

Der Laptop war aufgebaut, Druckerverbindung hergestellt. Oh je, das Verbindungskabel zur Steckdose fehlte. Kein Hindernis, jedenfalls zunächst.

Nach der Begrüßung und nochmaliger kurzer Regelkunde starteten auf sämtlichen Feldern die Wettkämpfe. Immerhin konnten 16 echte

altersmäßig jüngeren Kindern traf das zu. Hinter den Kulissen wurde weiterhin nach dem speziellen Kabel geforscht. Waren da unbekannte Geister im Spiel...?

Ergebnisse:

U 13 M + J

1. Florian Reinecke mit Vater Martin
2. Diana Trockel mit Vater Frank
3. Pascal Sahr mit Vater Carsten

U 15 nur Jungen

1. Philipp Nickel mit Vater Klaus
2. Sebastian Gierhards mit Mutter Birgit
3. Nico Papke mit Patenonkel Andreas



Florian und Vater

U 15 M

1. Kim Kordel mit Vater Witold
2. Vanessa Demos mit Vater Witos
3. Jasmin Zimdahl mit Vater Alexander

U 17 M + J

1. Florian Groß mit Vater Andreas
2. Frederik Groß mit Patenonkel Jörg
3. Nicolas Purschke mit Bruder Dominic



Jasmin und Vanessa

Die Gruppe U 17 spielte wegen der großen Teilnehmerzahl in zwei Gruppen, die anschließend in Überkreuzvergleichen ihren Sieger ermittelten. In den anderen drei Gruppen kam es zwischen den jeweils Erst- und Zweitplatzierten ebenso zu Überkreuzvergleichen, diese jedoch außerhalb der offiziellen Wertung.

Es waren spannende Spiele, etliche Begegnungen waren erst nach einem dritten Satz entschieden worden. Wie gewohnt - leider - : bei der Zuteilung zu den Gruppen musste im Nachhinein festgestellt werden, dass der Organisator die Auswahl etwas Günstiger und Gerechter hätte treffen können. Geneigter Leser, übe Nachsicht...

...und was war mit dem Drucker? Das Verbindungskabel ist immer noch nicht aufgefunden worden! Allerdings: der Organisator hat nach vergeblicher Sucherei am Samstag die Nachforschungen noch nicht wieder aufgenommen. Manuela druckte am stationären Heim - PC die jeweiligen Daten ein; danke für diese sportliche Laufarbeit.

Doppeltturnier für die Donnerstag-Gruppen

Zunächst einige Informationen zu diesen Gruppen. Die erste Gruppe von 17.00 bis 18.30 setzt sich aus Teilnehmern zusammen, die ihr Handwerk schon gut beherrschen, und etlichen, die bereits aus den Ranglisten-Turnieren ihre Erfahrungen gesammelt haben. Hinzu kommen Leistungsspieler, die aus unterschiedlichen Gründen an ihren Trainingseinheiten nicht dabei sein können. Oft ist eine drangvolle Spielsituation gegeben, der Spielbetrieb mit Pausen auf der Bank unterbrochen, denn dort sitzen schon einige, warten sehnsüchtig auf ihren Einsatz.

Die zweite Gruppe findet ihre Spielmöglichkeit von 18.30 -20.00 Uhr.

Sie setzt sich aus Mädchen und Jungen der Altersgruppe von 15 bis 19/20 (noch Schulgänger) zusammen. Etliche unter ihnen wollen vor allem spielen, etwas hinzulernen, sich aber nicht allzu sehr quälen.

Zum 13. Dezember waren alle Spielerinnen und Spieler zu einem Doppeltturnier von 17.00 bis 20.00 eingeladen. Mit ständig wechselnden Gegnern wurden Sieger und Platzierte ermittelt. Diese Form des Turnierablaufs ermöglicht es auch schwächeren Spielern, an der Seite von starken Partnern ganz weit nach vorne zu kommen.



Timo und Johannes



Joker warten auf ihren Einsatz

24 Mädchen und Jungen waren bereit, sich einer solchen Tortur zu stellen, andere zogen es vor, die Zuschauerplätze zu bevölkern. Einige waren aufgrund von vorherigen anderweitigen Verpflichtungen nicht in der Lage, noch zeitig in das Geschehen einzugreifen, dazu gehörte auch die Konfirmandenschar.

Ergebnisse nach der Endrunde

Sebastian Gierhards mit Pascal Sahr 8 Punkte
 Tobias Friedel mit Amelie Kubina 7 Punkte
 Kim Kordel mit Vanessa Demos 6 Punkte
 Nico Papke mit Dominik Seelmann 6 Punkte

Schleifchenturnier für die Leistungsspieler

Am 19. Dezember wurden die Angehörigen der Mittwoch/Freitag – Trainingseinheiten von 18.30 bis 21.15 zu einem besonderen Turnier geladen. Mit ständig wechselnden Partnern galt es Sieg-Punkte zu sammeln. Auch auf diese Art können schwächere Partner in den Kreis der Punktesammler kommen. Ein Grippevirus und eine Schulveranstaltung der GBO reduzierte bedauerliche Weise die Zahl der Teilnehmer beträchtlich.

„Wie ist diese Schar von Mitspielern für eine turnierpraktikable Durchführung anzureichern?“

Das war die Frage von Christian, der an diesem Tag die Organisation zu bewältigen hatte.

Zwei ältere finstere, herumvagabundierende, männliche Gestalten erregten seine Aufmerksamkeit und: schon fanden sie sich auf der Starterliste wieder. Der Turnierverlauf fand auf diese Weise seinen besonderen vorweihnachtlichen spaßigen Kick. Inwieweit die Liaison dieser Gestalten allerdings die Erwartungen ihrer jeweiligen Partnerinnen oder Partner auch nur annähernd erfüllten, dass müssen diese beantworten. Aber immerhin: da traten doch tatsächlich in einer Begegnung auf der einen Feldhälfte 113 Jahre auf.

Die geschickte Regie von Christian sorgte am Ende für Ausgleich und Gerechtigkeit: Sebastian Gierhards und Tobias Friedel teilten sich zum Abschluss den ersten Platz.

Christian ermöglichte zum Schluss im Rahmen einer Tombola kleine weihnachtliche Geschenke. Wolfgang wurde mit einem gut(en)-Schein als Nahrungshilfe für sein Auto verwöhnt. Einen Stern bekam er sogar noch dazu; einen wunderschönen Weihnachtsstern. Er ist weiterhin bei bester Gesundheit, seine Blätter leuchten in kräftigem Rot, eingerahmt vom saftigen Grün der Kongruenzblätter. Ich darf auch verraten, dass dieser Stern in einer gekühlten Wohnung für sieben Tage die Abwesenheit von menschlichen Lebewesen sehr gut überstanden hat.

BBMM - Jugend

Ein weiterer Termin war am 9. Dezember das letzte Spiel der Jugendmannschaft. Mit gutem „Ersatz“ auf den Mädchenpositionen wurde gegen Lichterfelde mit 8:0 Punkten gewonnen, also zu guter Letzt noch ein versöhnlicher Sieg.

Ach, da war doch noch etwas? Geneigter Leser, haben Sie diese beiden vagabundierenden Gestalten namentlich identifiziert...?

Sicher doch!

Das war's wieder einmal, Euer Chronist, mit einem Bericht aus dem vergangenen Jahr.



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

Doris und die Steine

Doris, die Frau unseres Abteilungsleiters Dieter Schewe, hatte einen besonderen Geburtstag.

Ob Bergkristall, Amethyst, Achat oder Kosenquarz, Doris begeistern alle und Jahr für Jahr versucht sie, auf der Mineralis immer mehr Menschen in den Bann dieser Schönheiten zu ziehen.

Aber Doris überrascht auch immer wieder mit neuen Hobbys und der Weg von diesen zu einer Geschäftsidee ist bei ihr nicht weit.

Ein Beispiel dafür sind die Kalender der Sonntagsmaler u. a. mehr.

Wenn Doris gar nichts mehr zu tun hat, betätigt sie sich so nebenher als Bauherrin und baute mal eben zwei Doppelhaushälften um bzw. völlig neu auf.

Dabei bleibt sie stets lieb und freundlich und

wem sie wirklich einmal Nein sagen muss, dann klingt es kaum danach.

Außerdem findet Doris auch noch Zeit selbst Sport bzw. Gymnastik zu treiben oder Dieter bei seinen Koro - Aktivitäten zu unterstützen.

Unvergessen sind die Fahrten und Wanderungen in der Fränkischen Schweiz mit Schmierpausen in urigen Besenwirtschaften bei einem zünftigen Bier und deftigen Schweinshaxen.

Liebe Doris, die Abteilung und die angeschlossenen Sportfreundinnen und -freunde gratulieren Dir sehr herzlich und wünschen Dir für das neue Lebensjahr viel Glück und Gesundheit.

Moni und Gerhard



**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 ----



Gymnastik

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

Renate Sauer feierte am 12. Januar 08 ihren 70zigsten Geburtstag.

Wir gratulieren dir herzlich und wünschen noch weiterhin viel Freude an deiner Trainertätigkeit im VfL Lichtenrade.



Wir erinnern uns: Sie war Sport – und Biologielehrerin und mit einer kleinen Unterbrechung kam sie 1972 wieder zurück zum VfL Lichtenrade. Sie trainierte die gesamte weibliche Handballmannschaft und spielte auch mit. Organisierte Fahrten mit dem Bus zu den Turnieren nach Proppenbüttel, Hamburg, Cuxhaven, Hannover und anderen Austragungsorten. Übernachtet wurde in Turnhallen. An der damaligen Grenze musste man immer mit langen Wartezeiten rechnen, es wurde dann viel gesungen. Sie hat immer ein abwechslungsreiches Training gemacht, was nach ihrem Abgang die Handballerinnen sehr vermissten. Nach der Wende fand das erste Spiel mit Lok-Rangsdorf statt.

Auch das Mutter-Kindturnen hat sie in der Theodor-Haubach Schule als Trainerin ausgeführt. 1994 –95 beendete sie ihre Aufgabe bei den weiblichen Handballerinnen und wendete sich dem Gymnastiksport für Senioren zu. 8 Jahre lang vermittelte sie mit Freude den Gymnastiksport. Mit dem Motto, wer rastet der rostet. Dann entdeckte sie für uns Taiji – QiGong und erwarb viele erforderliche Trainingsscheine. Am letzten Sommerfesttag konnten wir bei einer Vorführung uns ein kleines Bild von diesen sanften Bewegungen machen. Sie hat mit viel Energie und Fleiß uns allen gezeigt, dass Bewegung den Körper stark macht. Liebe Renate, wir danken dir dafür!

R.D.



Handball

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

Handball-Oldie-Treffen 2007

Am 2. Oktober hatten die Handballer wieder ein Oldie-Treffen – Spieler und Spielerinnen, die zwischen 1949 und 1968 im VfL trainierten.

Von 140 angeschriebenen Handballspielerinnen / -spielern waren 50 mit 7 Gästen der Einladung gefolgt und plauderten aus der Vergangenheit.

In diesem Jahr haben leider wieder zwei Oldies unseren Kreis verlassen:

Günter Vogt und Martin Wisboreit, die stets gern und regelmäßig beim Treffen dabei waren.

Wir freuen uns immer, wenn Trainer Fritz Gentzmer, der die Handballabteilung von 1949 – 1968 leitete, mit seiner Frau Margot aus dem Harz angereist kommt und diesmal nicht nur mit uns den Abend verbrachte, sondern als Überraschung mit einigen auch ein gemeinsames Frühstück einnahm.

In den 2 Jahrzehnten war Fritz Abteilungsleiter, trainierte alle Mannschaften und betreute sie auch bei den Punktespielen, falls es nicht zu Überschneidungen kam.



Er selbst spielte lange in der 1. Männermannschaft, wurde auch als Schiedsrichter gebraucht, und die Familie mit seiner Frau und seinen beiden Söhnen Jürgen und Lutz verbrachte das ganze Wochenende auf dem Sportplatz oder in der Halle beim Handball.

Wir spielten damals noch auf dem Großfeld.

Im Winter fand das Training in der Turnhalle der Ulrich-von-Hutten-Schule und später in der Halle am Sportplatz Halker Zeile statt.

Als die Frauen in die Oberliga aufstiegen, wurde in der Boshalle trainiert und in der Schöneberger Sporthalle wurden die Punktespiele ausgetragen.

Wir wurden vom Trainer noch angehalten, am Abend vor dem Spiel rechtzeitig ins Bett zu gehen, nicht zu rauchen und keinen Alkohol zu trinken.

Die Entschuldigung, am Training wegen starker Erkältung nicht teilnehmen zu können, wurde nicht angenommen, denn wenn man kein Fieber hatte, konnte man ruhig draußen trainieren, die Nase war frei und man bekam besser Luft.

In diesen Jahren organisierte Fritz für die 1. Herren und 1. Frauen noch gemeinsame Handballreisen z. B. nach Nordhorn, Heppenheim und Ortenberg, um dort an Turnieren teilzunehmen, die bei allen sicher sehr gute Erinnerungen hinterlassen haben.

Doch im Alltag gab es viele Meinungsverschiedenheiten:

Der eine sehr konservativ, die Jugend natürlich sehr contra eingestellt.

Aus den Jugendlichen wurden Erwachsene und die wollten auch als solche angesehen und als solche behandelt werden. Lange Haare waren u. a. ein anhaltender und wiederkehrender Diskussionspunkt.

1968 waren die Meinungsverschiedenheiten (besonders mit den 1. Männern) so groß, dass Fritz aus dem VfL austrat und mit der fast geschlossenen 1. Frauenmannschaft zu Adler Mariendorf wechselte, einige Spielerinnen gingen zu Blau-Weiß.

Es dauerte lange Zeit, bis sich bei Lichtenrade wieder eine gute Frauenmannschaft zusammenfand.

Als die Frauen dann älter wurden und ihre Karriere als Mannschaftsspielerinnen aufgaben, traten sie z.T. wieder bei Lichtenrade ein.

1988 kamen die Frauen auf die Idee, die ehemaligen Spielerinnen anzuschreiben und zu einem Treffen einzuladen.



Als 1992 das Treffen in unserem Vereinsheim stattfinden konnte, lud man auch die Männer dazu ein, und nun treffen wir uns regelmäßig jedes Jahr!

Gisela Michel



Mein liebes D-Team,

vier Jahre habe ich versucht, euch in so manche Geheimnisse des Handballspiels einzuweihen.

Vom ersten Tag an dabei waren Feli, Kiki, Lui, Lucie, Maja, Taschi und Uli! Aber auch alle anderen, die im Laufe der Zeit zu uns gekommen sind, waren immer herzlich willkommen.

Bei unserem Training ging es häufig zu als würde hier eine Riesenparty stattfinden. Phonmessungen hätten mitunter beachtliche Werte ergeben. Das war für mich als Coach manchmal etwas anstrengend, aber ich habe das gerne in Kauf genommen, weil ich überzeugt war, dass das dem Teamgeist nur förderlich sein konnte. Und siehe da, in der laufenden Saison spielt Ihr erstmals in der Landesliga und habt in der Hinrunde einen der mittleren Tabellenplätze belegt.

Aber bei uns wurde nicht nur Handball gespielt. So waren wir mehrmals in so schönen Orten wie Dobbrikow, Oranienburg, Kienbaum und

sogar in Südtirol zum Wintersport. Aber auch bei unseren regelmäßigen Fragestunden konnte jeder von euch überprüfen, ob im mentalen Bereich auch Leistungen vollbracht werden können!

Ich hab noch eine Bitte an euch! Sagt euren Eltern, dass sie entscheidend dazu beigetragen haben, dass aus diesem Team eine Erfolgsstory geworden ist! Wann immer ich um Hilfe gebeten habe, immer war jemand aus der Elternschaft zur Stelle.

Und zum Schluss noch ein Lob! Eure Broschüre mit den hübschen Photos und den netten Texten hat mich außerordentlich erfreut. Und der großzügige Bücher-Gutschein eurer Eltern war eine glänzende Idee!

Axel Rasmus
(Coach)



Unser erfolgreiches D-Team



Leichtathletik

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

Silvesterlauf

Beinahe hätte unserer Silvesterlauf nicht stattfinden können. Es gibt ja nun wie gewohnt keinen Platzwart mehr als Ansprechpartner in den Feiertagen. Wenn Schlüssel für den Sportplatz und die Räume in dieser Zeit gebraucht werden, muss ein Antrag 4 Wochen vorher im Bezirkssportamt gestellt werden. Sonst reichten 3 Tage vor der Veranstaltung und der Platzwart war dann auch zugegen. Horst Wodke musste sich sehr bemühen, dass wir die erforderlichen Schlüssel noch rechtzeitig bekamen.

Das Wetter war gut, nicht so kalt wie im vorigem Jahr. Läufer, Walker und Nordic Walker trafen wieder zahlreich ein. Immer mit freudiger Begrüßung, denn oft hatten sich viele schon lange nicht mehr gesehen. Horst hielt noch eine kleine Ansprache und stellte heißen Glühwein, Schmalzstullen und Pfandkuchen bei der Rückkehr in Aussicht.

Am Tor drängten sich noch mal alle zu einem Startfoto zusammen. Dann sprinteten alle los.



Die Nordic Walker zum Schluss, die Stöcker sind eine nicht geringe Gefahr.

Alle trafen so nach und nach auf dem Sportplatz an der Halker Zeile ein. Die fleißigen Helfer hatten die Stullen geschmiert und den Glühwein erhitzt, jeder tat noch eine kleine Spende in den Topf und ließ es sich bei einem Gespräch schmecken.

Lieber Horst, wir danken für deine Organisation und freuen uns schon auf das nächste Mal.

R.D.



Das erste Jahr Kinderleichtathletik

...haben wir hinter uns und das neue Jahr hat begonnen.

Horst, unser Leichtathletik - Abteilungsleiter, hatte sich im Herbst 2006 vorgenommen, die Nachwuchsförderung junger Sportler mehr in den Focus seiner Abteilung zu rücken.

Aus der VfL- Laufgruppe heraus nahmen wir, Marion und Michl, uns dieser Aufgabe an.

Zunächst ging es an die Mitgliederwerbung und innerhalb weniger Monate wurde aus einem Grüppchen eine Gruppe. Aus der einen Gruppe wurden zwei. Für eine Gruppen wurden es zu viele Kinder und auch die Altersspanne von 5 – 12 Jahren war nicht praktikabel.

Parallel dazu bekamen wir mit der Übungsleiter C- Lizenz das entsprechende fachliche Rüstzeug. Zu guter Letzt erwarben wir auch noch die Prüfberechtigung zur Abnahme des deutschen Sportabzeichens, - ein erklärtes Jahresziel für das noch frische Jahr für einige begabte Kinder.

Derzeit tummeln sich je 15 5-8-jährige und 9-14-jährige Athleten und Athletinnen, die seit Mitte Dezember dienstags von 17.00 bis 19.00 Uhr (aufgeteilt in die beiden Altersgruppen) in der Sporthalle bzw. dem Sportplatz in der Halker Zeile trainieren.

Die Kinder sind im Laufe des Jahres zu einer homogenen Gruppe zusammengewachsen. Sie konnten neben den leichtathletischen Disziplinen Laufen, Springen und Werfen spielerisch ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten entwickeln.

Hierbei steht bei uns der kreative, spielerische Aspekt im Vordergrund, wobei wir natürlich speziell bei den Älteren den Wettkampfgeist mehr und mehr fördern wollen. Wir sind jedoch beide der Meinung, dass der Spaß die sportliche Leistung fördert und deshalb den Schwerpunkt in unserer Trainingsplanung bildet.

Wir bemühen uns, ein vielseitiges, alle Sinne ansprechendes Trainingsprofil zu bieten: Abenteuer, Experimente, Musik und andere ungewöhnliche Trainingsmethoden nutzen wir gerne.

Aerobic zum Aufwärmen, Schneeballschlacht mit Schwämmchen zum Austoben, Traumreisen zum Entspannen...

Nicht ganz so einfach war für uns die Infrastruktur für die Aktivitäten zu gewährleisten.

Wir hatten zunächst keinerlei Trainingsmittel zur Verfügung und die Beschaffung erinnerte uns schon sehr an die Erfüllung des 5-Jahres-Plans der DDR. Jeder Ball und jedes Springseil musste begründet werden – das kostete viel Kraft und nervte extrem.

2008 teilen wir uns nun die Gruppe: Michl übernimmt die Trainingsplanung der 5- bis 8-Jährigen und Marion die 9- bis 14-Jährigen. Natürlich unterstützen und ergänzen wir uns gegenseitig in den beiden Gruppen.

Da wir beide inzwischen ein gut eingespieltes Team sind, versuchen wir nun die Gruppen auf jeweils 20 Kinder aufzustocken.

Wir planen im Jahr 2008 ca. 4 Wettkämpfe für die Kinder. Das wird eine neue Herausforderung für unsere Athleten und Athletinnen, die das Trainingsprogramm noch spannender macht. Die Kinder werden neue Erfahrungen sammeln und sich mit anderen messen können.

In den Sommerferien planen wir außerdem ein gemeinsames Wochenende mit den Kindern im Umland. Das wird den Zusammenhalt untereinander noch mehr fördern.

Wir freuen uns auf ein spannendes und sportliches Jahr 2008 mit unseren jungen Leichtathleten und Leichtathletinnen.

Marion und Michl





Trampolin

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

Bundesligafinale - Tolle Atmosphäre und Highlights in den Übungen

Dass Berlin eine Reise wert ist, wurde von den teilnehmenden Vereinen und den DTB-Verantwortlichen bestätigt. Eine tolle Atmosphäre erwartete die Zuschauer beim Finale in der Reinhold-Meierhofhalle. Beim VfL Lichtenrade konnten die Berliner am Sonnabend, dem 08.12., die besten Trampolinturnerinnen und -turner aus ganz Deutschland hautnah erleben und bewundern. Für viele Aktive, die selbst turnen ein unvergessliches Erlebnis.

Nach 35 Jahren Bestehen der Bundesliga hat es der VfL Lichtenrade geschafft, das Finale nach Berlin zu holen.

Nachdem die Verantwortlichen beim Veranstalter viel Vorarbeit in Planung und Aufbau geleistet hatten, konnte der Wettkampf dann selbst in toller Atmosphäre durchgeführt werden. Die Halle war sehr gut besucht und die Aktiven wurden von dem fachkundigen Publikum bei Ihren Übungen mit viel Beifall und Jubel unterstützt.



Höhepunkt waren natürlich die gekonnt vorgetragenen Übungsteile der Top-Trampolinturnerinnen und -turner wie z.B. die Olympiasiegerin aus Athen 2004 Anna Dogonadze, die Dritte aus der Synchron-



Europameisterschaft 2006 Jessica Simon sowie von Henrik Stehlik und Markus Kubicka, die beide Mannschafts-Europameister 2006 gewesen sind.

Die Entscheidung war bis zum Schluss offen. Das überaus spannende Finale konnte dann die TG Jugenddorf Salzgitter mit 304,7 Punkten für sich entscheiden. Zweiter wurde der MTV Bad Kreuznach mit 398,0 vor den Frankfurt Flyers mit 397,3 Punkten.



Als kleine Einlage zum Schluss haben dann noch Anna und Henrik eine spontane Synchronübung präsentiert, die ebenfalls von den Zuschauern begeistert begleitet wurde.



Die Berliner, insbesondere die Aktiven des VfL, hatten hier die zum Teil einmalige Möglichkeit, die Top-Athletinnen und Athleten aus Deutschland hautnah zu erleben.

Im Aufstiegswettkampf von der 2. in die 1.Liga, der sog. Relegation, setzte sich überraschend deutlich der ETSV Itzehoe vor beiden Mitkonkurrenten mit 346,0 Punkten durch. Zweiter wurde der TSV Neufahrn mit 317,5 vor dem TV Schaafheim mit 281,1 Punkten.

Gratulation aus Berlin an den Bundesliga-Meister der Saison 2007 und den ETSV

Itzehoe als Aufsteiger in die 1. Liga.

Die Veranstaltung erhielt von allen Vereinen und den Offiziellen aus dem Bundesligaausschuss sowie dem Deutschen Turnerbund großes Lob, dem sich die anwesenden Medienvertreter anschlossen.

Leider glänzten hier die Berliner Medienvertreter mit Abwesenheit.

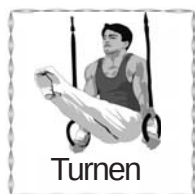
Mit einem kleinen Präsent wurden am Anschluss an die Wettkampfveranstaltung die beiden Abteilungsverantwortlichen Jürgen und Axel vom Deutschen Turnerbund vom Verbandsvertreter Markus Todzi geehrt.



Vor Allem aber meinen herzlichsten Dank an die vielen Helferinnen und Helfer, ohne die die Veranstaltung nicht möglich gewesen wäre.



Für die Veranstaltung haben wir von zwei Sponsoren ganz tolle Unterstützung erhalten. Wir möchten uns daher ganz herzlich bei der Fa. Ludwig Melosch (www.melosch.de), dem Unternehmen, das individuelle Lösungen für Firmen im Bereich Entsorgung, Dienstleistung und Vermakung anbietet, bedanken. Dieser Dank gilt natürlich auch dem Versicherungsagenten Herrn Frank Lüdtkke von der Allianz Versicherungsgruppe.



Turnen

Abteilungsleiterin
Gabriela Lehmann

Kanzlerweg 18
12101 Berlin

Tel.: 030 - 785 86 92

Berliner Meisterschaft im Turnen - Interview mit Brigitte und Sabrina Giffhorn

Zunächst herzliche Glückwünsche zur Berliner Meisterschaft KM3 Jahrgang 1997 und jünger und zur Vize-Meisterschaft KM2 Jahrgang 1993 und jünger!

Brigitte und Sabrina, ein paar Fragen dazu:

Wie wird man Berliner Meister?

Brigitte: „Durch viel hartes Training, Fleiß und persönliches Engagement, also Einsatz auch von jeder einzelnen Turnerin.“

Ist das eure 1. Meisterschaft?

Sabrina : „Nein, wir haben letztes Jahr schon einmal mit den Großen, die dieses Jahr Vizemeister geworden sind, die Berliner Meisterschaften geturnt, das Jahr davor waren

die auch bei den Meisterschaften dabei, allerdings in der kleineren Gruppe.“

Wie habt ihr euch vorbereitet?

Sabrina : „Ja, wie haben wir uns vorbereitet? Wir haben die Ligavorbereitungen mitgenutzt, da wir auch Ligawettkämpfe haben jetzt zur gleichen Zeit. Wir haben die Ligamannschaften in dem, wie sie jetzt turnen, fast belassen und haben dadurch eine relativ starke Mannschaft an den Start geschickt. In der KM3 hatten wir das Glück, dass wir ziemlich viele gute 97iger Turnerinnen haben und diese in die gleiche Stufe, in die KM3, schicken konnten.“

Waren die Wettkämpfe denn schwerer als erwartet?

Sabrina : „Nein, also zumindest in der KM3 nicht. Wenn man sie wirklich nur so turnt wie sie geturnt werden muss von der Ausschreibung her, von der Auslegung her, ist sie eigentlich relativ einfach, die Stufe KM3. Bei der KM2, da war schon mehr Konkurrenz und auch schwerere



Konkurrenz. Die Mädels, denke ich, haben sich wirklich ganz toll gesteigert im letzten Jahr, wobei die Kleinen, um in der Konkurrenz zu bestehen, auch einen sauberen Wettkampf führen mussten, was sie hervorragend gemacht haben. Nur zwei Turnerinnen sind am Balken gestürzt. Sonst sind fast 70 %, mindestens aber die Hälfte der Mannschaft runtergefallen. Ansonsten wurden auch gute Barrenübungen geturnt, sie haben also einen stabilen Wettkampf gezeigt.“

Welche Disziplinen sind eure besonderen Stärken (Balken ja nicht, wenn sie da immer runterfallen)?

Sabrina : „Wobei, bei den Balken haben wir uns beim letzten Verbandsligawettkampf z. B., die jetzt auch die KM2 geturnt haben, unseren 2. Platz gerettet, da dort, bis auf eine Turnerin, die vom Balken gefallen ist, ansonsten alle anderen die ganze Zeit drauf geblieben sind, was natürlich ein großer Vorteil ist. Wo ich nicht mit gerechnet hätte und wir im Vergleich zu den anderen Mannschaften auch relativ gut dastehen, das heißt die besten Wertungen hatten, war am Barren.“

Also wart ihr besonders gut, waren die Gegner nicht so gut oder war es Glück?

Brigitte: „Alles ein bisschen. Sie haben sich gesteigert, wir haben kontinuierlich einen sauberen Wettkampf gezeigt, und doch gehört ein bisschen Glück dazu. Da sich in einer anderen Mannschaft vielleicht jemand verletzt hat oder durch Verletzungen mehrere Ausfälle sind, was ja bei uns auch war. Wir hatten ja nun einige Umzüge am Anfang des Jahres, so dass mir gute Turnerinnen weg gebrochen sind aus beiden Mannschaften, aber zum Glück ist es gut gelungen, bis jetzt. Und die Mannschaften sind toll eigentlich. Die Turnerinnen arbeiten in der Mannschaft unheimlich gut mit. Es sind also nicht

nur einzelne individuelle Turnerinnen sondern wir arbeiten dann wirklich als eine Mannschaft.“

Ist das neue System der Punktevergabe gerechter, besser oder schlechter?

Brigitte: „Wenn es richtig angewendet wird, ist es fairer, weil technisch schlecht geturnte Teile eigentlich bestraft werden. Aber da jedes zuviel geturnte Teil im Prinzip gleich wieder beim technischen Fehler bestraft wird, es ist nicht so schön, weil eine Turnerin, die mehr zeigt, eigentlich höhere Abzüge bekommt.“

Also besser nur gute Pflicht und wenig schmückendes Beiwerk?

„**Sabrina** :Ja.“

Wie oft müsst ihr trainieren?

Sabrina :Meine Großen haben fleißig trainiert über die Sommerferien, wobei ich sagen muss, dass davor eine kleine Flaute war, da haben wir einen kleinen Hänger gehabt, aber seit den Sommerferien geht es wieder regelmäßig und läuft voran. Die Mädels sind fleißig und da sind sie 3 bis 4 Mal die Woche am Turnen.

Habt Ihr Nachwuchs?

Sabrina :Da sieht es jetzt nicht so gut aus, dadurch, dass meine Großen jetzt nächstes Jahr alle wegbrechen, weil sie in den Jugendjahrgang fallen, wird es schwierig, es ist viel zu tun und von unten kommen zwar eine ganze Menge Kinder, aber nicht alle sind qualifiziert, so dass wir sie auch immer behalten können.

Was muss ein Mädchen können, um bei euch mitzumachen?

Brigitte:Es sollte schon eine gewisse Beweglichkeit und auch Muskulatur, also Kraft, mitbringen. Es muss auch noch nicht turnen können in dem Sinne, es braucht noch kein

BLUMENHAUS

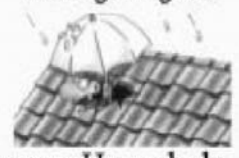
Kabisch

Paplitzer Straße 6
12307 Berlin - Lichtenrade
Tel. / Fax : 030 / 744 81 83



... kreatives Gestalten
mit Blumen

Lieferung in alle Bezirke

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	
		www.Hanack.de

Radschlag und noch kein Handstand zu können, aber die Voraussetzungen, dass es halt schon ein bisschen beweglich ist, ein gutes Körpergefühl hat, Koordination und auch schon ein bisschen Muskulaturansatz da ist. Sonst wird es auch für die Mädels zu schwierig, es sich anzutrainieren. Wir hatten auch schon Fälle, wo wir am Anfang gesagt haben, oh Mensch, ob das klappt, wissen wir noch nicht. Die haben dann durch hartes Training und sehr viel Disziplin gelernt. Andere, wo wir erst dachten, das wird was, haben durch mangelnden Einsatz alles wieder weggebracht.

Und sie sollten möglichst im Alter zwischen 5 und 6 Jahren das erste Mal bei uns vorbeigucken.“

Also ein Mädchen sollte zwischen 5 und 6 sein, wenn es anfängt?

„Ja.“

Was ist euer nächstes Ziel?

Sabrina : „Den 2. Platz in der Verbandsliga zu halten und in der Oberliga2 zu bestehen, den Startplatz zu halten und da nicht abzustiegen.“

Da drücken wir euch dann die Daumen, habt ihr Trainer noch Zeit für andere Hobbies oder seid ihr immer im Einsatz für den VfL?

Sabrina : „Zu 90 % VfL, zumal ich selber noch aktiv bin und mich noch auf den Regionalligawettkampf vorbereiten muss.“

In einem anderen Verein oder?

Sabrina : „Für einen anderen Verein, ich bin weiterhin Mitglied des VfL Lichtenrade, da der aber keine Mannschaft in meinem Leistungsniveau und meiner Altersklasse stellen kann oder nicht genügend Turnerinnen da sind, haben wir eine Startgemeinschaft in der TSG Steglitz gestartet oder bzw. genannt und die

startet jetzt in der Regionalliga.“

Das erklärt natürlich das Foto im Internet Sabrina : „Richtig.“

Möchtet ihr den Lesern der Vereinszeitschrift noch irgendetwas mitteilen?

Brigitte: „Also, wir sind dem VfL dankbar, dass er uns immer wieder mit der Möglichkeit unterstützt, neue Geräte anzuschaffen, auch dass wir doch einigermaßen viele Trainer haben und Trainingszeiten haben, weil sonst würde es nicht funktionieren.“

Und zum Weihnachtsspektakel sind Kuchenspenden auch willkommen?

Brigitte: „Na immer.“

Ok, dann an dieser Stelle erstmal vielen Dank. Über die Wettkämpfe in der Oberliga berichten wir in einer der nächsten Ausgaben.



Bericht von Unique



Das erste große Abenteuer des Jahres 2008 ist vollbracht, der III. Elite-Beachcup 2008! Es war zugleich auch der erste Wettkampf für vier unserer neuen Mädels.

Der Beachcup ist ja nicht nur stressiger Wettkampf, sondern bedeutet viel Fun für alle Teilnehmer und Fans, somit ein idealer Einstieg. Schon die Location ist außergewöhnlich – Tropical Islands ist eben nicht nur eine „langweile Halle“...

Die letzten Wochen standen unter dem Zeichen von viel, viel Arbeit. Selbst in den Ferien wurde fleißig durchtrainiert.



Gemeldet war nicht nur unsere „große“ Mannschaft, sondern auch noch drei Doppel-Teams und eine Show zu Viert in der Kategorie Group Dance.

Ein besonderes Lob an unsere beiden Youngsters Yasmin und Natalie, die den Sprung ins kalte Wasser gewagt haben und für den Double Dance gemeldet haben.

Um 7:20 trafen wir uns auf dem Parkplatz am Bahnhof Schichauweg und um 8:30 standen wir in der völlig überfüllten Vorhalle vom Tropical Islands.



Durch ein bisschen Tricksen waren wir denn doch nach einer guten halben Stunde durch alle Sperren (leider gab es dort eine schlechte Organisation, nur eine einzige Kasse für eine endlose Schlange von Fans!)

Nun wurde erst einmal geschminkt und frisiert, dann ging es zum Warmmachen an unsere alte Stelle hinter der „Südsee“.

Danach war es auch schon Zeit für die Stellprobe, dort wurden wir „an der Schleuse“ erst eine Stunde vor dem Auftritt eingelassen, als wir auf die Stellprobenmatte zugehen, wurde wir schon aufgerufen – Chaos pur...



Somit war diese Stellprobe für Svenja auch nicht zufrieden stellend durchgeführt – sie konnte vorher nicht ihre Rede loswerden, worauf alle achten sollten – wie konnten es denn unsere Neuen wissen...

Danach ganz flink in den Vorbereitungsbereich zum Aufmalen der Tribles, Tönen der Lippen und umziehen. Dann hieß es schon anstellen in der Schleuse zur Auftrittsmatte.

Ich suchte mir inzwischen einen schönen Platz zum Filmen aus und fand ihn auch in luftiger Höhe auf der Plattform, wo die Ballons zur Hallendecke starteten.

Was dann kam, ließ mir die Spucke wegbleiben – alle Mädels wuchsen über sich hinaus und zeigten eine Show wie noch nie zuvor in den zahlreichen Trainingseinheiten.

Sicherlich waren etliche Fehlerchen und Ungenauigkeiten drin, aber es war nicht so, dass wir uns mit unserem Tanz verstecken mussten.

Es wurde zwar der 7. Platz, aber trotzdem ließen wir ein internationales Team hinter uns, das in den anderen Kategorien immer ganz weit vorne landete.

Nach Beendigung der Teamkategorien und anschließender Siegerehrung wurden zum Schreck der Mädels alle Matten weggeräumt – die „Funkategorien“ (so vom Veranstalter nur genannt, weil es diese Konstellationen in keinem Wettkampf sonst gibt – sie wurden



aber mit aller Ernsthaftigkeit und Biss der Teilnehmer durchgeführt und gewertet) fanden auf der blanken linoleumbelegten Tropenbühne statt – blaue Flecke und Schürfwunden waren vorprogrammiert...



Als erste starteten Svenja und Kristin und legten einen sehr beachtenswerten Tanz hin.

Eine Viertelstunde später starteten Mandy und Juliane.

Gut 20 Minuten danach waren Yasmin und Natalie dran, die wegen ihres jugendlichen Alters (sie sind beide noch 15) in der Juniorkategorie starten konnten.

Für sie sprang der 21. Platz heraus (von 28...), für Mandy und Juliane der 16 und für die beiden zuerst gestarteten sogar der 11. (letztes Jahr waren sie 19. – also eine immense Verbesserung!).

Danach hieß es sich Vorbereiten für Svenja, Mandy, Juliane und Mareike zu ihrer Vierershow, die von der Choreographie sehr gut gelungen war – sah es die Jury auch so?

Um 18:15 waren sie dann endlich dran (inzwischen betrug die Verzögerung zum ursprünglichen Veranstaltungsplan schon 50 Minuten!) und legten eine tolle Show hin – von über 20 teilnehmenden Teams mit teilweise

atemberaubenden Leistungen konnten sie Platz 6 belegen – eine tolle Leistung!

Nach der Siegerehrung ging es dann ins Wasser – in der Lagune wurde eifrig von vielen Teams gestuntet, wechselnde Wasserspiele und Lichtshows machten das Baden zum Erlebnis.

Um 22:30 gingen dann die letzten von uns nach Hause, abgesehen von Familie Blücher, die sich das besondere Vergnügen gönnten, dort zu übernachten.

Nur noch ein kleiner Zwischenstopp bei McDonalds in Mahlow, und dann fand ein anstrengender und aufregender Tag sein Ende.

Isolde Weinz





Volleyball

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

Jahresabschluss bei der weibl. Jugend A

Viel Spaß war angesagt, als sich die Mannschaft wieder wie jedes Jahr bei Ihrer Trainerin Heike zur Weihnachtsfeier getroffen hat.

Fast alle hatten den Weg zum gemütlichen Beisammensein gefunden.

Zuerst war natürlich großes Geschnatter angesagt.

Denn man hatte sich ja so lange nicht gesehen und musste unbedingt „seine“ Neuigkeiten loswerden.

Der letzte Trainingstag im Jahr 2007 war ja schließlich schon lange her - nämlich ein Tag zuvor!

Von Heike war die Wohnung bereits liebevoll weihnachtlich dekoriert worden.

Getränke und Plätzchen waren vorbereitet.

Natürlich wurde auch noch mal der letzte Spieltag anhand von Foto- und Videoaufnahmen analysiert.

Man hatte es sich mal wieder selber schwer gemacht.

Im Großen und Ganzen konnte man doch mit der Saison zufrieden sein.



Alle Kinder - Entschuldigung - jungen Damen erhielten von Heike noch ein kleines Weihnachtspresent.



Auch die neuen Trainingsanzüge waren pünktlich ein paar Tage vorher eingetroffen.

So konnten sie auch gleich bewundert und mitgenommen werden.

Bemerkung des Autors: sie sind wirklich sehr schön geworden und mit den Farben rot-schwarz hatte man eine gute Wahl getroffen).



Insgesamt ein toller Abend.

Gegen 01:00 Uhr verließen uns dann die letzten Standfesten.

Ob die Eine oder Andere am nächsten Tag eine etwas strapazierte Stimme hatte?

Nach dem Abendessen mit Pizza wurden denn auch ausgiebig die Stimmbänder strapaziert. Karaoke war angesagt.

Viel Spaß, Lachen und vor allem lautstarkes Singen hallte durch das gesamte Haus. Es gab bestimmt kein Mitbewohner, der nicht davon nicht „profitierte“.

Allgemeiner Hinweis:

Die Internetseite der Volleyballabteilung wurde zwischenzeitlich aktualisiert.

Ruhig ab und zu mal ausprobieren.

Weitere Artikel sind ausdrücklich erwünscht und an den Webadmin Axel zu senden.





Wandern

Wanderführer

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

Wanderung nach Rangsdorf und Umgebung

Man sollte es nicht glauben, aber es waren bei dieser Wanderung 27 fröhliche Wanderer. Wie immer eine herzliche Begrüßung und gute Wünsche für das Neue Jahr bekam jeder auf den Weg mit. Mit der S-Bahn fuhren wir bis Blankenfelde, auf dem Parkplatz erklärte uns Fiedel, er war heute unser Wanderleiter, die Strecke, die er mit uns laufen möchte. Er ist die Strecke mit Marianne abgelaufen und hat sich das Lokal für uns ausgesucht. Es ist nicht immer so leicht, ein passendes Lokal zu finden, nicht weil wir mäklig sind, nein, es muss am Ende der Wanderung sein. Die Füße wollen am Schluss nicht mehr so freudig weiterlaufen und mit einem vollen Bauch lässt es sich nicht gut laufen.

Von Blankenfelde sind wir dann auf dem Naturlehrpfad am Glasowbach entlang immer durch den Wald Richtung Rangsdorfer See gelaufen. Unterwegs sahen wir die Jäger im Wald stehen. Sie hatten ein rotes Band um ihren Hut, damit sie sich gegenseitig gut erkennen können, denn heute wollten sie von 10:00 – 12:00 Uhr die Wildschweine in dem versumpften Glasowbach aufscheuchen und abschießen. Ob sie welche getroffen haben kann ich nicht berichten, aber es müssen sich sehr viele im Sumpf aufhalten. Die Erde

ist überall auf- und durchwühlt. Wir erreichten bald den Rangsdorfer See und bei unserer Pause gab es wieder Selbstgebackenes und Süßigkeiten. Weiter ging es mit frohem Schritt, denn das Wetter war schön nur die Hände froren. In Klein-Venedig braucht man keine Treppen über die vielen (vier) Brückchen zu gehen. Es führt jetzt ein breiter Weg darüber. An dem Feld angekommen sahen wir noch in der Ferne Kraniche am Himmel ziehen. Es führt kein Weg um den Rangsdorfer See herum, wir wollen die vielen Zugvögel, welche in großen Scharen auf dem Rangsdorfer See sich für den Weiterflug ausruhen, nicht stören und so hoffe ich auf Einsicht der Wanderer. Denn wenn sie immer wieder aufgeschreckt werden, kostet es viel Kraftreserven und die brauchen sie für den Flug in den Süden. Also gehen wir nach links am Feldrand entlang und kommen bald nach Rangsdorf rein. Hinter der Kirche sehen wir noch das Miniaturschloss von Sanssouci im Vorgarten, dann haben wir unser Lokal (BISTRO Casa Grande) erreicht. Es ist so klein, aber wir haben alle Platz und werden gut bedient. Bald machen wir uns wieder bereit zum Aufbruch. Die Gruppe teilt sich, einige fahren mit der S-Bahn, einige laufen nach Blankenfelde und die letzten nehmen sich den leckeren Eierlikörkuchen mit, um ihn bei Dieter mit einer Tasse Kaffee zu verputzen. Es war ein gelungener Tag, Danke Fiedel. R.D.



Wanderkalender 2008

Wanderleiter: **Wolfgang Heurich** Tel.:721 12 06, **H.J. Metzkwow (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
Von 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	15 km	Einkehr geplant	Rangsdorf und Umgebung	max. 20 Pers. Meldeschluss 07.01.08	9:30 Uhr S-Bahn Lichtenrade	H.-J. Metzkwow Tel.: 663 27 92
Feb.	09.	Streckenwanderung	15 km	Einkehr geplant	Jüterbog > Kloster Zinna	max. 20 Pers. Meldeschluss 02.02.08	8:05 Uhr S-Bahn Lichtenrade	Elke Zachäus Tel.:721 17 25
März	15.	Stadtgang	8 km	Einkehr geplant	Spandau <u>nur</u> für Insider (d.h. für regelmäßige Wanderteilnehmer)	AUS GEBUCHT	9:30 Uhr S-Bahn Lichtenrade	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	4 – Seefahrt und auf der Dahme	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.	09. bis 12.	Wanderreise (3 Übernachtungen)	Tgl. Ver- Schie.	Halbpension	Voigtland Falkenstein	Max. 25 Pers. Meldeschluss Ende März	Wird mitgeteilt	W. Heurich Tel.:721 12 06 H. J. Metzkwow 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 KURT DANNERT

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

Vereinskonto:

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: info@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. Wein	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

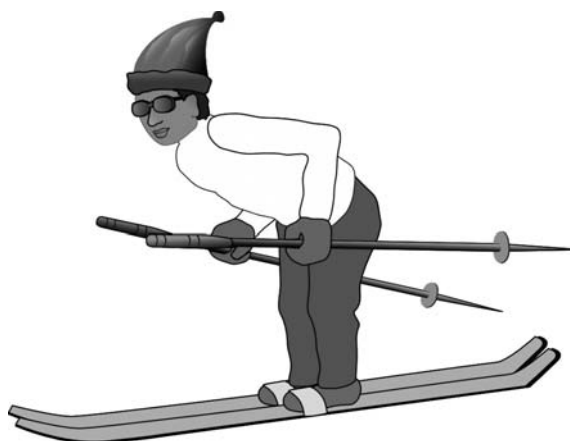
Vereinsheim

jeden Sonntag:

Lauftreff

7:55 Uhr

Kirchhainer Damm



Erscheinungsweise: alle 2 Monate

Nächster Redaktionsschluss: 20. März 2008

Redaktionstermine:

Ausgabe Nr. Redaktionsschluss

Mär/Apr 186 20. März

Mai/Jun 187 20. Mai

Druckauflage: 950

Druckerei: Walter Bartos GmbH
Zossener Straße 55
10961 Berlin