



Unsere neuen Mitglieder.....	2
Allgemeines.....	3
Badminton.....	5
Gesundheitssport.....	7
Handball.....	9
Leichtathletik.....	12
Tanzen.....	15
Trampolin.....	17
Turnen.....	21
Volleyball.....	25
Wandern.....	27



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:** Nadine von Lonski, Rosan Ahmadi, Sebastian Jüngling, Vanessa Strauß, Tim Onasch, Oliver Dümcke, Kai Flöricke

**Basketball:** Daniel Grill, Daniel Feghali, Patrick Siebert, Tom Lippke, Christopher A. Liebig, Paul Thelen

**Gesundheitssport:** Eva Grosser, Günther Kloor, Bernd Fritz, Hans Radunz, Bernd Schmidt

**Gymnastik:** Karin Fanselow

**Handball:** Julius Bremer, Christian Schirrmeister, Lara Lietke, Nico Adamscheck, Eduard Kaiser, Niklas Günther, Felix Morro, Dennis Wernig, Marko Colic

**Leichtathletik:** Jörg Vanauer

**Tanzen:** Lisa Adermann, Ramona Kutzner

**Trampolin:** Paula-Laureen Dietzold

**Turnen:** Leonie Kollow, Alexander Hess, Daniela Hess, Leo Zeilinger, Helena Fehrmann, Serena Stenger, Mareike Matschke, Helena Rheinbay, Tatjana Schlicht, Linnea Schlicht, Lea Janke, Andrea Janke, Victor Lorenz, Susanne Köppen, Vincent Friedrich, Renée Franke, Merle Rasmus, Charlotte Freyberg, Ricco Freyberg, Yeliz Aksar, Tanja Aksar

**Volleyball:** Shanon-Star Benkel

# Allgemeines

Liebe Mitglieder,

es ist uns aus gegebenem Anlass ein wichtiges Anliegen, mit diesem Artikel noch einmal an die Begleichung der Vereinsbeiträge zu erinnern. Diese sind jedes Jahr bis zum 31.3. zu entrichten. Doch auch in diesem Jahr, wie in den vorangegangenen Jahren, haben wir wieder eine prekär hohe Anzahl an nicht bezahlten Rechnungen. Da nicht gezahlte Beiträge auch zu Lasten der zuverlässigen Mitglieder gehen, werden wir durch Mahnungen, auch gerichtliche, auf die Begleichung drängen. Wir möchten diesen Artikel auch dazu nutzen, um Euch zwei „Hilfestellungen“ zu geben. Zum einen bieten wir unseren Mitgliedern das Einzugsverfahren an, das für beide Seiten einen nicht zu vernachlässigenden Vorteil darstellt. Wir als Geschäftsstelle haben hiermit ein um einiges geringeren Verwaltungsaufwand, den wir uns doch alle wünschen. Doch auch Ihr habt Vorteile. Zum einen müsst Ihr nicht selbst an die Begleichung denken; doch was noch viel wichtiger ist: Ihr habt noch etliche Wochen nach der Abbuchung die Möglichkeit, bei Euren Banken diese Beiträge stornieren zu lassen, wenn Ihr glauben solltet, dass die Abbuchung nicht rechtens war. Solltet Ihr indes doch einmal nicht in der Lage sein, Euren Vereinsbeitrag rechtzeitig oder auf einmal zahlen zu können, dann genügt ein Schreiben an den Vereinsvorstand, der in begründeten Einzelfällen stets ein offenes Ohr für eine Ratenzahlung hat. Dieses kann natürlich nur für Einzelfälle gelten, da der Verwaltungsaufwand naturgemäß bei Ratenzahlungen extrem hoch ist und uns allen dadurch Kosten verursacht, die wir, da der Verein von Beitragszahlungen lebt, selbstverständlich so niedrig wie möglich halten wollen.

Unsere Worte sollen keineswegs den erhobenen Zeigefinger darstellen. Wir möchten einfach nur für uns alle unseren Verein so kostengünstig wie möglich führen, damit wir auch weiterhin zu den Vereinen gehören, die die geringsten Beiträge erheben. Da wir allerdings durch den enormen Aufwand, den wir durch die Vielzahl der zu versendenden Mahnungen haben, ein Mehr an Verwaltungskosten haben, mussten wir auf der diesjährigen Mitgliederversammlung, die am 28.3. im Gemeinschaftshaus Lichtenrade stattfand, beschließen, die Mitgliedsbeiträge leicht zu erhöhen. Und zwar für Erwachsene um 6 Euro jährlich und für Jugendliche um 3 Euro jährlich. Diese Erhöhungen werden allerdings den Mitgliedern erlassen, die ihre Beiträge per Einzug abbuchen lassen.

Wir hoffen und wünschen, dass diese Worte nicht ungelesen und unbeachtet in Eure Papierkörbe wandern **(Das Lastschriftformular findet Ihr auf Seite 8.)**

Die Geschäftsstelle  
Jutta, Moni, Hanni

BLUMENHAUS

## Kabisch

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



... kreatives Gestalten  
mit Blumen

Lieferung in alle Bezirke

## Helferessen am 19.05.06

Zum diesjährigem Helferessen erschienen ungefähr 85 Personen. Petra, unsere Vereinswirtin, hatte wieder ihren leckeren Salat für die fleißigen Helfer zubereitet. Ihr Sohn Olli stand am Grill und versorgte alle mit Schweinerippchen, Nackensteak und Petras vorzüglichen Bouletten.



Axel, der Handballcoach, spielte auf dem Akkordeon, es war eine fröhliche Stimmung und es wurde viel erzählt und berichtet, auch einige bekannte Lieder gesungen.

Axel spielt bei jeder Gelegenheit, es macht ihm und den Zuhörern viel Freude. Er organisiert jedes Jahr eine Woche Winterurlaub. Es geht dann mit dem Doppeldeckerbus nach Südtirol. VfLer, Schüler der Heinemann Schule und ganze Familien sind dann dabei. Früh um 8:15 Uhr spielt Axel den Schneewalzer und holt den letzten Langschläfer aus dem Bett. Nach dem Skilaufen organisiert er abends Rodeln mit Fackeln, Eisstockschießen oder Laufen im knirschendem Schnee.



Es müsste öfter so ein Treffen stattfinden, wurde allgemein geäußert.

R.D.

Werden Sie jetzt

**SAMMELBESTELLER**

OHNE Umsatzdruck

Beziehen Sie die Ware zum

**EINKAUFSPREIS**

UND verkaufen Sie sie zum Katalogpreis  
Verdienstspanse : 20-40 %  
Auf JEDES Produkt

Bei ca. 2.400 Produkten  
Aus den Bereichen :

Wellness  
Beauty  
Jako – Sportmode  
Duft  
Körperpflege  
Aloe Vera  
Gesundheit  
Kosmetik  
Versch. Weltneuheiten  
Nahrungsergänzung  
u.v.m.

Info : Vivien Pulat  
Waldsassenerstr. 6  
12279 Berlin – Marienfelde  
Tel./Fax : 030 – 75 65 49 33 / 34  
Mobil : 0179 – 290 41 71  
e-mail : Vpulat@aol.com

**Krankengymnast**  
**Frank Löffler**

PNF, Elektrotherapie,  
Osteopathie, Brügger,  
Rückenschule, Massage,  
Cyriax, Sportphysiotherapie

Bahnhofstr. 50 · 12305 Berlin · ☎ 764 10 10



# Badminton

Abteilungsleiter  
Lutz Sand

12109 Berlin  
Tel.: 705 38 08

## Anekdoten, Geschichten 1

Aus dem Alltag eines Trainers und Betreuers

Die Betreuung der Badminton – Ranglistenturniere haben - wie viele andere Sportarten auch – ihre spezifischen Besonderheiten. Eine derartige Angelegenheit ist immer meine persönliche Zeitplanung für einen solchen Tag.

Örtlichkeit, Anzahl der Teilnehmer, Alter und die Leistungsklasse der Kinder und Jugendlichen, die Erfahrung des Veranstalters, sie alle bestimmen ganz wesentlich über meine Verweilzeit in den Hallen, letztlich über den Rest meines persönlichen Wochenendes.

Vor kurzem war wieder einmal so eine totale Fehlplanung, die Zeit rann dahin, die Spieler mussten, wollten immer für ihren nächsten Einsatz aufgebaut werden. Ich witterte bereits hinsichtlich meiner weiteren Tagesgestaltung ein gewisses Unbehagen in mir aufsteigen.

Sehr viele Kinder hatten sich überraschender Weise zur Teilnahme gemeldet, 40 Jungen aus Berlin und Brandenburg waren auch erschienen. Zusätzlich galt es noch eine weitere RL auszuspielen. Die Ausrichter dokterten mit den Aufstellungsplänen herum. Gute 100 Personen füllten die Kampfstätte.

Seit 14.00 Uhr war ich nun schon in der Halle. Es war 18.00 Uhr, als mein Magen energisch Botschaften des Hungers aussandte. Ich hatte mich darauf eingestellt, zum Abend wieder am heimatlichen Tisch verweilen zu können. Hatte mir ein schnuckeliges Abendmahl eingeplant. Innerlich hatte ich es schon abgesagt, das war so gegen 20.00 Uhr. Unermüdlich kämpfte sich einer meiner Jungen aufwärts.

Bei mir stiegen gelegentlich Gewissensbisse auf, vor allem dann, wenn meine Aufmerksamkeit nicht mehr bei einem Spiel verweilen

musste. Zuhause, da wartet eine liebe weibliche Erscheinung auf mich, sicher recht sehnsüchtig und garantiert immer fordernder. Ach ja, die holde Weiblichkeit, man(n) darf sie nicht warten lassen, sie darf das aber schon. Ärger war also vorprogrammiert. Die Zeiger der großen Hallenuhr wanderten immer weiter. Meinen Spieler musste ich während seiner Spielpausen bei Laune halten, vor allem aber Wachsen. Die Zeiger der Hallenuhr und mein schlechtes Gewissen korrespondierten auf ihre besondere Weise. In dieser vertrackten Situation half mir auch mein Handy nicht.

22.00 Uhr, abgekämpft verließen wir die Halle, jeder auf seine Weise. Nun noch rasch den übermüdeten Jungen den Eltern übergeben und dann nach Hause.

Parkplatzsuche, die günstigsten waren schon alle belegt. Endlich war ich an der Wohnungstür,

vorsichtig öffnete ich die Tür. Dunkelheit im Flur, in den anderen Zimmern .Augen funkelten mich vorwurfsvoll, ja geradezu vernichtend an, berühren zwecklos, kein Ton der Begrüßung. Totales Schweigen, lautlos, bedächtig, erhobenen Hauptes drehte sie sich um. Zaghaft hatte ich den Lichtschalter bedient, richtete die ersten Worte der Entschuldigung an sie. Das Schweigen, ungewöhnlich, es lag eine bedrückende Stimmung im Raum, Vorwurfsvolles Umdrehen, erhobenen Hauptes stand sie vor mir.

Ihre Körpersprache vermittelte mir nur eins: „Gib mir endlich mein Fressen, wenigsten hättest du mir vor deinem Weggehen etwas in den Napf legen können!“. „Ja Kätzin, du hast doch recht, aber ich dachte ja, dass ich spätestens gegen 19.00 Uhr wieder Zuhause sein würde“.

So ist das, wenn man(n) denkt...

## Ansehnliche Erfolge...

Der kleine Ball mit seinem weißen Federkleid fliegt weiter; die nächste Station für einige VfL'er waren die Doppel- und Mixed Ranglisten im „Badmintonverband Berlin Brandenburg“. Abiturstress und/oder der fehlende Partner bzw. die Partnerin bremsten die Teilnahme in den Leistungsklassen U15 und U 17.

So traten am letzten Aprilwochenende unsere U13 Vertretungen allein in die Arena der Berliner Güntzelstraße auf.

Nach spannenden und harten Kämpfen unterlag unser Jungendoppel Frederik Groß/Ben Biller erst im Finale dem Doppel Ciaran Fitzgerald/Alexander Witte von Rot-Weiß Neuenhagen/BC Potsdam.

Frederik und Ben freuten sich jedoch auch über ihre Silbermedaille.

Im Mixedturnier stellten sich Frederik Groß und Lisa Pollak ihren vielen Gegnern aus Brandenburg und Berlin.

Wie das Schicksal so spielt: Frederik traf erneut auf den ihm bereits aus etlichen Wettkämpfen bekannten Ciaran. Diesmal war ihm Juliette Maciuga vom BC Potsdam an seiner Seite.

Eltern und Betreuer fieberten an den Seiten mit ihren Schützlingen; die Bälle wogten hin und her, der Punktestand kletterte zäh in die Höhe, eindeutige Vorteile wollten sich jedoch nicht zeigen. Einige gekonnte Schmetterbälle von Lisa und die unermüdliche Laufarbeit von Frederik brachten den Erfolg im ersten Satz. Der Krimi wurde fortgesetzt, die Leiden der

Randpersonen verstärkt. Es wurde mit sich selbst gelitten, mit den Spielern. Das Betreuerherz strapaziert, nur nicht nervös werden alter Mann und dort auf dem Feld.

Diese unglücklichen Returns von Frederik, sind das Ermüdungserscheinungen?

Wolfgang predigt doch immer: „Zeit lassen für den Aufschlag, Luft holen, Ruhe in den aufgewirbelten Körper bringen, der Ball beißt nicht, ist auch nicht elektrisch geladen...“, wozu diesen wenig konzentrierten Aufschlag?“

Am Ende dieses spannenden Finales, mit sehr ansehnlichen Ballwechseln und etlichen Zuschauern, strahlten Lisa und Frederik über ihre goldene Plakette, freuten sich über ihren Sieg.



Das war es wieder einmal, euer Chronist.



## HANACK Dachdeckerei GmbH

- Flach- und Steildach
- Bauklempnerei
- Solartechnik
- Schornsteinbau
- Gerüstbau
- Zimmerei



Innungsmittelstand

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



# Gesundheitssport

Abteilungsleiter  
Dieter Schewe

Rangsdorfer Straße 64  
12307 Berlin

Tel.: 030-744 56 55



## Führung im Berliner Olympiastadion 22. März 2006

Als die Teilnehmerlisten für die Führung im Berliner Olympiastadion auslagen, waren die Listen schnell gefüllt. Das ist verständlich, denn mit Olympia hat jeder einmal in seinem Leben einen Bezugspunkt. So ging es auch mir und ich werde gern davon berichten.

Mit dem Olympiastadion war ich schon als Bau – Ing. beschäftigt, eine Zeit lang wohnte ich in der Nähe des Stadions, sah auch den Papst und andere „Größen“, natürlich besuchte ich auch Fußballspiele. Andere Gesundheitssportler waren in weitaus sportlicheren Tagen im Schwimmstadion oder auf dem Hockeyplatz. Auch hörte ich bei der Führung, dass einige von uns sogar aktiv im Stadion waren und warum nicht, eine ehemalige Sportlerin hatte sich im Schwimmstadion verliebt.



So ist es verständlich, dass das Interesse groß war, das neue Stadion zu besichtigen.

Der erste Eindruck war überwältigend, die Blickbeziehung zum Glockenturm, das fast schwebende Stadionsdach, die blaue Tartanbahn. So gewaltig schien es nicht von der äußeren Ansicht.



Bei der Führung gab es nicht nur viel zu sehen, wie die Umkleidekabinen, Sanitäreinrichtungen, Aufwärmhalle, Ehrentribüne, den VIP – Bereich, sondern wir haben auch einiges erfahren.

Das Stadion wurde z.B. von 1931 bis 1936 geplant und gebaut, die Fassade besteht aus fränkischen Muschelkalk, der Architekt war Werner March. Im Krieg war das Stadion zerstört und wurde vom Senat über mehrere Jahre in Etappen saniert.

1998 beschloss der Senat eine Komplett-sanierung, was einem Neubau gleichkam, wobei vom Denkmalschutz viele Auflagen zu berücksichtigen waren. Jede einzelne Muschelkalkplatte wurde demontiert, nummeriert, gereinigt und wieder an die ursprüngliche Stelle montiert. Die Fläche im Innenraum wurde um etwa 1,60 m abgesenkt. Das waren Auflagen der FIFA bzw. des IAAF ( Internationaler Leichtathletik – Verband ) Das Stadionsdach besteht aus einer transluzenten Außenhaut und ruht auf schlanken Rundstahlstützen. Das Stadion verfügt jetzt über 74400

# 8

Sitzplätze.

Nicht zu übersehen und zu überhören war, das Mexikanische Fan-Statisten einen Werbefilm drehten. Ob schon ein Deutscher Film gedreht wurde, war nicht zu erfahren.



Wir haben unseren Wissensdurst gestillt und uns anschließend im Stadionrestaurant gestärkt. Nicht jeder war mit dem Essen zufrieden, aber alle waren dankbar für die Organisation des Tages, besonders, dass jeder Lebenspartner die Möglichkeit besaß, an der Führung teilzunehmen.



## Teilnahmeerklärung zum Lastschrifteinzugsverfahren

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname des Mitgliedes (bei Familien alle Vornamen)

\_\_\_\_\_  
Straße, Nr. PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Fax

\_\_\_\_\_  
email

**Ich ermächtige hiermit den VfL Lichtenrade 1894 e.V. - bis auf Widerruf, die von mir zu entrichtende(n) Vereinsbeiträge von dem nachstehenden Bankkonto einzuziehen:**

\_\_\_\_\_  
Bezeichnung der Bank

\_\_\_\_\_  
Bankleitzahl Konto-Nr.

\_\_\_\_\_  
Kontoinhaber/in:

Das Geldinstitut ist berechtigt, die Lastschriften abzubuchen. Ich verpflichte mich, für die nötige Deckung zu sorgen. Mir ist bekannt, daß die Lastschriften den Zahlungsgrund enthalten und dieser an das kontoführende Geldinstitut weitergegeben wird.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des/der Verfügungsberechtigten



# Handball

Abteilungsleiter  
Horst Dannert  
Kastanienstraße 15  
15827 Blankenfelde  
Tel.: 03379-57422

## Abenteurer Kienbaum

Das Sportzentrum Kienbaum präsentiert sich sechzehn Jahre nach der Wende hübsch an einem kleinen See gelegen, die Anlage ist gepflegt und inzwischen fast total saniert.

Aber wer hat sich diesen Schildbürgerstreich ausgedacht? Die Unterkünfte von Kienbaum II liegen satte eintausend Meter von Turnhalle und Speisesaal entfernt! Und das in diesem Frühjahr, wo ungeahnte Heerscharen von mordlustigen Stechmücken (*Culex pipiens*) Jagd

auf unschuldige junge Mädchen machten. Mehrmals am Tag mussten wir diese Marterstrecke, die unter anderem durch ein finsternes Waldstück führte, zurücklegen. Da die Männchen nur Wasser und Pflanzensäfte aufsaugen, waren es somit ausschließlich die bösen Weibchen, die sich genüsslich auf unseren geplagten Körpern niederließen. Traurige Rekordhalterin war Taschi, sie hatte nicht weniger als 25 Stiche.

Welches Paradies erwartete uns dagegen in der Turnhalle! Hier konnte man völlig unbelästigt Mutproben wagen, gestreckte und gehockte Salti springen, Handstandüberschläge machen und sich in butterweiche Schnitzelgruben stürzen! Unsere beiden Jüngsten waren gerade

einmal sechs Jahre, meine Assistentinnen Laura und Franzi zwanzig Jahre alt.

Nach diesem Turn-Event gehen wir wieder zur Tagesordnung über. Und das heißt viermal Handballtraining die Woche, die nächste Saison beginnt im September.

Axel Rasmus  
( Coach )

## Männliche D-Jugend Jahrgang 94/95 für die Oberliga qualifiziert

Durch hervorragende Leistungen in zwei Qualifikationsrunden spielt die mD in der Saison 2006/2007 mit dem Jahrgang in der höchsten Spielklasse Berlins.

Auch die Zweite schlug sich tapfer und wird in der kommenden Saison in der Stadtliga spielen.

Ihren Höhepunkt der Qualispiele erreichte die mD1 jedoch gegen einen der selbsternannten Oberligamannschaften, Eintracht Berlin. Diese Mannschaft besteht aus körperlich sehr starken Spielern. Doch die D1 zeigte ein wahnsinnig schnelles und technisch außergewöhnliches Spiel. So kamen alle Beteiligten sichtlich ins Schwärmen mit welcher Intensität, Laufbereitschaft und Einsatzwillen die Eintracht 35:14 besiegt wurde. Jetzt muss man



## 10

sehen wie sich die Oberliga zusammensetzt. Wenn alle auf dem Boden bleiben, kann von der Mannschaft viel erwartet werden.

Nun heißt für die weitere Entwicklung der Mannschaft zu planen. So wird die mD Turniere in Bremen, Magdeburg und Hamburg spielen. Auch über Lund wird in diesem Jahr noch nachgedacht. Natürlich werden auch noch einige Freundschaftsspiele die Spielfähigkeit erweitern.

Dies alles wäre jedoch ohne die tollen Eltern dieses Jahrgangs nicht möglich. Ob Bereitstellung von Autos, Fahrern, Hilfe am Verkaufsstand, Elternabende usw., es sind immer viele dabei. Dickes Lob und ein herzliches Danke dafür.

Ohne Eure Unterstützung wäre vieles schwieriger.

Die Spiele:

1. gegen Rudow II 21:5
2. gegen Rudow I 11:6
3. gegen Buckow 29:3
4. gegen Narva 4:0 Abbruch Narva
5. gegen BTV 50 28:5
6. gegen Eintracht 35:14

Spieler der mD:

Jonathan, Patrick, Marcel, Paul, Simon, Pascal, Kai, Edgar, Julius, Eduard, Darius, Fabian, Jonas, Lukas, Thimo, Tim, Max, Nils, Tim, Patrick, Karl, Nico

Allen sei Dank gesagt und uns weiterhin die optimalen Erfolge.

Euer Stefan

### **Treffen der Handball-Oldies**

Nach 4 Jahren fand am 4. November 2005 im Vereinsheim wieder ein Oldie-Treffen der Handballer der 50er und 60er Jahre statt.

Helga Pooch und Uschi Klaar hatten den Termin extra mit Fritz Gentzmer, unserem Trainer in diesen beiden Jahrzehnten, abgestimmt, aber dann konnte er leider doch nicht kommen. Einige Wochen zuvor hatte er sich einer Knieoperation unterzogen, nach der

die Genesung seiner allgemeinen körperlichen Verfassung jedoch nicht so gut verlief, wie er sich das erhofft hatte.

Von den 158 angeschriebenen, ehemaligen Handballern hatten 70 zugesagt, leider antworteten 56 überhaupt nicht.

Tatsächlich fanden sich dann am Abend 60 ehemalige Handballer und Handballerinnen ein - „diesmal jeder mit einem Namenschild gekennzeichnet“ -, die keine Entfremdung gescheut hatten. Der älteste Teilnehmer, Holi Kindt (Jahrgang 1917), reiste aus Steinhausen an der Murr an, Margit Wimmer, die Tochter unseres ehemaligen Platzwartes Fiebiger, kam aus Waidring in Österreich, Monika Schmidt und Ilse-Dore Becker trafen aus Hamburg und Norderstedt ein, Horst Freyer flog aus Frankfurt/M ein und Achim Quander kam aus Maintal. Einige nutzten dieses Treffen sicher auch dazu, um Berlin und ihre Verwandten und Freunde mal wieder zu besuchen.



Bei so weiten Anreisen musste natürlich nach einer kleinen Begrüßungsrede von Helga zunächst der große Hunger gestillt werden. Petra hatte für kleine Imbisse aber auch für kräftige Mahlzeiten vorgesorgt. Schon beim Essen hatte man Gelegenheit, über die gemeinsam erlebten Handballjahre und Erlebnisse zu plauschen.

Anschließend wurde dann in den drei ausliegenden Alben eifrig geblättert, denn interessant war natürlich für den Einzelnen, in welchen Jahren er/sie mit den anderen zusammen in einer Mannschaft gespielt haben. Dabei fiel so manchem ein, zu welchem Zeitpunkt er/sie überhaupt in den VfL eintrat und wie lange sie dem Verein treu blieben.

Bei den Oldies gibt es eine ganze Reihe vor allem männliche Handballer, die schon über 50 Jahre dem Verein die Treue halten (von denen aber nicht alle anwesend waren): z.B. Günter Bossog, Uli Clemens, Horst Dannert, Fiedel, Fritz Gentzmer (und seine Frau Margot!), Reiner Ludwig, Pussi Mayer, Wolf-Dieter Nitz, Dieter Schewe, Stocki, Günter Voigt, Arnim Wegner, Hans Weise und Adolf Zägenhagen (hoffentlich habe ich keinen vergessen !). Einige von ihnen gehen noch regelmäßig zum Handballtraining der „unter

100“ oder nehmen an der Gymnastik für die Wirbelsäule teil. Die älteste anwesende Spielerin war Elfi Krätzig, Jahrgang 1921.

Zu später Stunde rückten die kleinen Grüppchen immer näher zusammen, bis sich um 2 Uhr in der Nacht die letzte Gesprächsrunde auflöste. Leider endete das Treffen für eine Oldie-Frau im Krankenhaus. Es regnete an diesem Abend und die Straßen waren bedeckt mit feuchtem Laub. Bei der Heimfahrt rutschte Gesas Fahrrad beim Einbiegen in die Horstwalder Straße weg und sie fiel auf die Hüfte. Sie musste von der



Feuerwehr ins Krankenhaus gebracht werden, wo man eine Knochenabsplitterung feststellte. Inzwischen ist sie zu Hause und auf dem Wege der Besserung.

Helga Pooock und Uschi Klaar planen schon den Termin für das nächste Treffen, das dann hoffentlich wieder mit Fritz und seiner Familie stattfinden wird.

Bis dann - wir hoffen, ihr seid beim nächsten Mal alle wieder dabei!

Gisela Michel

**17. JUNI 2006**





**SOMMERFEST 2006**



- Spielstände für die Kinder
- Kaffee und Kuchen
- Trampoline
- Grillstand
- Diskjockey



Von 15.00 bis 18.00 Uhr




**Spezial Guests: Steelband**

**VEREINSHEIM AM KIRCHHÄINER DAMM 68, 12309 BERLIN**



# Leichtathletik

Abteilungsleiter

Horst Wodke

Alt-Lichtenrade 121 K

12309 Berlin

Tel.: 030-76 40 31 55

## 50 km Straßenlauf, Kienbaum 25. 03. 2006

### Deutsche Meisterschaften der DUV (Deutsche Ultramarathon- Vereinigung)

Im Rahmen des jährlichen 100 km-Straßenlaufs in Kienbaum am 25. 03. fanden in diesem Jahre auch die Deutschen Meisterschaften der DUV im 50 km-Straßenlauf statt. Um 7:00 Uhr starteten die 39 Teilnehmer/innen des 100 km-Laufs, um 9:00 die 50 km-Läufer/innen und um 10:00 Uhr im Rahmenprogramm die 5 x 10 km-Staffel-Läufer/innen.

Unsere Laufgruppe hatte zwei Teilnehmer für die 50 km-Meisterschaft gemeldet sowie eine gemischte Staffel, die bei sehr unangenehmen Wetterbedingungen eine respektheischende Probe ihres Trainingsstandes und ihrer Motivation lieferten. So belegte die Staffel mit Dr. Dirk Kautz, Andrea Wodke, Yvonne Rehder, Géraldine Nay und Jürgen Neubrandt einen ehrenhaften dritten Platz und trug viel zu der positiven Stimmung trotz „vorfrühlingshaft“ nass-kalter Witterung bei. (Auf Deutsch: Trotz ... genau solchen Wetters!)

Ralf Trebuth (SSV) war schon im Vorjahr beim Berlin-Cup zweitbesten seiner Altersklasse, aber ihm fehlten völlig die längeren vorbereitenden Ausdauerläufe über zwei Stunden. Das war nicht nur für den Trainer die spannende Frage: Wie solide würde seine Ausdauer sein.

Deshalb ging auch Ralf mehr als vorsichtig an („Ich könnt' auch schneller laufen – Tu's aber nicht“), hatte die zu erwartenden konditionellen Probleme in der zweiten Hälfte, lieferte aber wie generell geübt „nach hinten raus“ eine

bewundernswerte Punktlandung. Die Vorgabe am Start formulierte er selbst treffsicher: „Unter vier Stunden!“ – Das sichere „Ja!“ des Trainers beseitigte alle Unsicherheiten, und zum Schluss erkämpfte er sich eine erfolgreiche Premiere bei den Ultras: 3:59:11. Das war der 7. Platz in der starken AK M40. Eine ganz andere Laufgeschichte lieferte Horst Wodke, der mit seinen Kameraden von der Ultra-Laufgruppe des SCC diesen Lauf ja nur so als Vorbereitungswettkampf für die am 29. April d. J. folgenden Deutschen Meisterschaften in Hanau-Rodenbach aus dem vollen Training wahrnehmen wollte. Kein bisschen ausgeruht. Gemeinsam mit Ralf die ersten zwei Runden á 5 km, nicht schneller als 5 Minuten/km. Und? Km 1 in 4:45 – Obwohl wir alle ziehen ließen. Bis man merkt, dieser km war offensichtlich in allen 10 Runden relativ schnell, also offensichtlich weniger als 1 km. Bei km 10 wird Ralf auf die Reise geschickt, der hakt sich eine Weile bei dem „ersten 100 km-Weltrekordler“ Roland Winkler (6:42 Stunden in Kienbaum vor vielen Jahren) ein und marschiert dann langsam weiter vor. Horst bleibt lange bei Roland Winkler („Ich könnt...“).

Ich habe mich warm angezogen – Für einen derartigen Wettkampf sehr warm. Und doch nicht warm genug. Bei km 10 FRIEREN MIR DIE HÄNDE WIE IN SIBIRIEN IM WINTER. Andrea ist da und hat die warmen Handschuhe. Die Rettung, es kann bei den geplanten Runden á 25 min bleiben. Aber die Füße, von Anfang an nass. Obwohl die Organisatoren das Wasser mit dem Besen von der Straße schieben. Die nassen Socken auf „modernen“ Kunststoffeinsätzen. Eine leichte Blase unter dem linken Fuß wächst sich aus zu einem großen Ballon im Kopf. Kilometer 39 bis 40 wird „gewandert“. Roland, der treue Weggefährte, zieht weg. Aber Dirk sorgt für

Rettung: Andrea rettet. Die nassen Schuhe wechseln, die guten alten Ledereinlegesohlen, trockne Socken – Die Blase? Ich laufe wie am Anfang, die letzte Runde wieder wie die erste, der letzte Kilometer wird doch noch der schnellste. Im Ziel trotz der „Wanderung“ knapp hinter Roland!

Und was für eine Überraschung:

Horst wird Deutscher Meister im 50 km-Straßenlauf der DUV in der Altersklasse M 60, ganz ohne Absicht, ganz nebenbei, eben mal so bei einem Trainingswettkampf.

Verrückt.

Aber das ist das Schönste, wie sich alle miteinander freuen können, dabei zu sein und diese - nicht geschenkt, sondern erarbeiteten – Erlebnisse zu teilen.

Es wäre mehr als reizvoll, im nächsten Jahr mit fünf oder sechs Staffeln diese Laufveranstaltung zu unserer Probe zu machen. Nein, nicht die 50 oder 100 km. Das muss sich keiner abverlangen. Aber die Staffel kreisen lassen. Das fetzt.

Horst W.



### Sportlicher Start ins Frühjahr der V.f.L. Laufgruppe!

Der Winter war lang und hart, sodass sich das Laufen und Walken zu dieser Zeit recht schwierig gestaltete, zumal oft Glatteis die Trainingzeiten erschwerten.

Dennoch war der 2. April der lag ersehnte Auftakt zum Berliner Halbmarathon.

Das ließen sich einige hoch motivierte Teilnehmer der V.f.L Laufgruppe nicht nehmen, einen Vergleich ihrer Leistung in einem Teilnehmerfeld über 16.500 Läufern und 372 Walkern zu testen. Die Erwartungen - welche auch immer- jeder an sich stellte, wurde jedem unserer Mitläufer gerecht! Waren es die Zeiten, das gute Laufwetter oder die herrliche Kulisse am Straßenrand?

Für alle Beteiligten, selbst für die am Straßenrand Zuschauenden, war es ein gelungener Start in den Frühling.

K.-H. Dr.

# KEINE HALBEN SACHEN!

Statt sich mit Kleinigkeiten rumzuschlagen - nutzen Sie unsere Komplettangebote!

## AUTO CREW

Telefon: 030 - 707 84 722    Lichtenrader Damm 271  
wasgibts@point-berlin.de    12305 Berlin-Lichtenrade

Aktuelle Angebote finden Sie im Internet unter: [www.point-berlin.de](http://www.point-berlin.de)



**Die Kfz-Profis**

# Point

Lichtenrade



Gruppe	Übung	Schülerinnen		Weibliche Jugend		Schüler		Männliche Jugend		Frauen					Männer												
		8/9	10/11	12	13	14/15	16/17	8/9	10/11	12	13	14/15	16/17	18-29	30-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	ab 80			
1	Alter im Kalenderjahr	in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit			
	50-m-Schwimmen	in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit		in beliebiger Zeit	
2	Hochsprung	0,70	0,80	0,95	1,00	1,05	1,10	0,75	0,85	1,00	1,10	1,20	1,30	1,10	1,05	1,00	0,95	0,90	0,85	0,80	0,75	0,70	0,65	0,60	0,55	0,50	
	Weitsprung	2,20	2,40	2,80	3,10	3,30	3,50	2,40	2,80	3,00	3,50	4,00	4,40	3,50	3,25	3,00	2,90	2,80	2,70	2,60	2,50	2,40	2,30	2,20	2,10	2,00	
3	Standweitsprung	-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-	
	Sprung:	-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-	
4	Hocke o. Gratsche	0,90	1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	0,90	1,00	1,00	1,10	1,20	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	1,10	
	50-m-Lauf	10,4	10,0	9,5	9,0	-	-	10,3	9,9	9,2	8,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	75-m-Lauf	-	-	13,2	12,9	12,7	12,5	-	12,7	12,3	11,8	11,0	12,4	13,0	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4	12,4
	100-m-Lauf	-	-	-	-	16,5	16,2	-	-	-	-	-	15,0	14,2	16,0	17,0	18,5	20,0	21,0	22,0	23,0	24,0	25,0	26,0	27,0	28,0	29,0
6	400-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	1.000-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	300-m-Radfahren (fliegender Start)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	500-m-Radfahren (fliegender Start)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	300-m-Inline-Skating	1,05	1,00	0,54	0,52	0,49	0,47	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	500-m-Inline-Skating	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	weitere Angebote ab 6 Jahre	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Kugel	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	Steinstoß (15 kg, links u. rechts)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Schlagball (80 g)	10,00	13,00	17,00	23,00	28,00	32,00	17,00	20,00	27,00	36,00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11	Wurfball (200 g)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Schleuderball (1 kg)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
12	Schleuderball (1,5 kg)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Medizinball (2 kg)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13	100-m-Schwimmen	3:10	2:55	2:40	2:35	2:25	2:15	3:00	2:45	2:30	2:15	2:05	1:55	2:00	2:10	2:20	2:30	2:40	2:50	3:00	3:20	3:40	4:00	4:20	4:40	4:60	4:80
	Geräturnen: Kombination	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
14	Reck-Boden bzw. Boden-Barren	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	weitere Angebote ab 9 Jahre	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
15	800-m-Lauf	5:20	5:00	4:50	4:40	4:35	4:30	4:50	4:30	4:10	4:00	3:50	3:40	3:30	3:20	3:10	3:00	2:50	2:40	2:30	2:20	2:10	2:00	1:50	1:40	1:30	1:20
	1.000-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
16	2.000-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	3.000-m-Lauf	-	-	13:30	13:10	12:40	12:20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	5.000-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	10.000-m-Inline-Skating	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
18	10-km-Wandern	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	7-km-Walking/Nordic Walking	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
19	20-km-Radfahren	25:00	40:00	34:00	30:00	28:00	26:00	25:00	40:00	34:00	30:00	28:00	26:00	25:00	24:00	23:00	22:00	21:00	20:00	19:00	18:00	17:00	16:00	15:00	14:00	13:00	12:00
	600-m-Schwimmen	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
20	1.000-m-Schwimmen	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Ski-Kanglauf	4 km in beliebiger Zeit	-	-	-	-	-	4 km in beliebiger Zeit	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
21	weitere Angebote ab 6 Jahre	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	weitere Angebote ab 6 Jahre	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



# Tanzen

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

## Bericht über den Tanzauftritt am 23.3.06 im Kammermusiksaal

Vor ein paar Monaten wurde von Malle und Hanni ein Hilferuf gestartet Was zu retten war? Eine Veranstaltung für tanzbegeisterte Berliner Schüler im Kammermusiksaal, welche in diesem Jahr am 23.3. stattfand. Da jedoch fast nur noch moderne Tänze aufgeführt wurden, rückten Folkloretänze leider in den Hintergrund, was den Veranstaltern gar nicht gefiel. Sollte deshalb die ganze Veranstaltung ins Wasser fallen?

Dieser Ansicht war keine von uns. So starteten wir am 23.3. unser Vorhaben. Mit der S-Bahn ging es Richtung Potsdamer Platz. Endlich angekommen, bahnten wir uns den Weg durch die vielen Gänge des Kammermusiksaals, in dem sonst große, bekannte Musiker ihre Werke vortragen. Schließlich erreichten wir unser Ziel, ein ziemlich

kleines Zimmer(chen), in das wir uns ungefähr zu zwanzigst hinein quetschten, weil es unser Aufenthaltsort bis zum Anfang der Auftritte sein sollte. Die Zeit bis dahin verging schleppend, nur vom Umziehen unterbrochen. Die zahlreichen Toilettenbesuche nicht mitgezählt. Außerdem hatten wir um 17 Uhr Stellprobe auf

der richtigen Bühne, auf der später die Auftritte stattfanden. Die Probe verlief reibungslos, die Aufregung unter uns Tänzern war trotzdem groß, besonders unter unseren „Kleinen“.

Doch schon bald wurde es Zeit, unsere Plätze im Saal einzunehmen. Und schon ging es los. Da unsere „Kleinen“ erst an ungefähr 8.Stelle und wir, d.h. die „Großen“, an ca. 16.Stelle (es gab 20 Auftritte insgesamt) dran kamen, wurde die Zeit bis dahin zu Feuerprobe. Besonders durch so manch beeindruckenden Tanz der anderen Teilnehmer saßen wir wie auf glühenden Kohlen. Doch dann war es endlich so weit! Während eifrig gefilmt und Fotos geschossen wurden, absolvierten die „Kleinen“ ihre Tänze fast ohne Fehler.

Schließlich kamen auch wir Großen zum Tanzen. Schon als wir die Bühne betraten, war die Aufregung wie weggeblasen. Als dann (endlich!) die Musik erklang, gab es nur noch die Bühne für uns. War das ein schönes Gefühl! Der Auftritt ging leider viel zu schnell vorbei. Danach warfen wir uns noch einmal in Pose, denn Malle hatte Gefallen am Fotografieren gefunden. Die Fotos sind aber auch wirklich schön geworden, nur auf das gedrehte Video sind wir noch gespannt. Mich wundert es nicht, wenn alle Tanzbegeisterten an diesem Tag erschöpft und müde, jedoch auch glücklich in ihre Betten fielen. Die Anstrengung hat sich



**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 ----

trotzdem für uns gelohnt und vielleicht rücken wir nächstes Jahr wieder zur Hilfe an...

Ramona

Am 21. Februar war es soweit, die Bewohner aus dem Senioren Centrum Kastanienhof in der Bruno-Walter Strasse in Lichterfelde hatten uns zu ihrer Faschingsfeier eingeladen. Wir waren auch der einzige Programmpunkt, sodass die älteren Menschen, alle um die 80 Jahre alt, sich auf die kleinen Tanzmäuse konzentrieren konnten. Ein früherer Termin wurde abgesagt, weil sie mit drei verschiedenen Darbietungen überfordert waren. Wir wurden freundlich von Schwester Uschi, die sich als Matrose verkleidet hatte, empfangen und gleich in den Kellerraum gebracht, wo sich die Mädchen in Engel, Indianer, Prinzessin, Chinesin oder Cowboy verwandelten. Es dauerte eine Weile bis sich alle wieder beruhigt hatten und ihr Aussehen durchs schminken verändert hatten. Im geschmückten Gemeinschaftsraum erwarteten uns überwiegend Frauen mit einem freundlichen Beifall. Schwester Uschi begrüßte die Senioren und uns mit ein paar netten Worten und dann konnten die Tanzmäuse endlich loslegen. Malle erzählte den aufmerksam zuhörenden Senioren etwas über die jeweiligen Tänze und ihrem Ursprungsland. In ihrer launigen Art, sie kümmert sich selbst jede Woche um eine Stuhlgymnastik mit älteren Frauen, sorgte sie für eine heitere Stimmung. Die Tänzerinnen bemühten sich auf der kleinen Fläche, die ihnen nur zur Verfügung stand, ihre Tänze vorzutragen. Bei der bekannten Melodie „die Berliner Luft“ klatschen alle begeistert mit. Man hatte bei vielen den Eindruck,



sie würden am liebsten selber mitmachen. Nach dem Ende von einem gelungenen Auftritt konnten die Mädchen auch wieder entspannt lächeln. Mit viel Beifall versehen konnten wir zurück in den Kellerraum, wo uns Getränke und Süßigkeiten erwarteten. Der Geräuschpegel war beträchtlich lauter als vorher, Malle, zwei Väter, die freundlicherweise die Kinder im Auto transportiert hatten und ich freuten uns über die glücklichen Kinder. Schwester Uschi bedankte sich und berichtete von der guten Resonanz der von ihr liebevoll betreuten älteren Menschen. Mit einem guten Gefühl, wir haben für eine halbe Stunde ein bisschen Abwechslung in ihren Alltag gebracht, fuhren wir zufrieden zurück nach Lichtenrade. Einige Kinder kamen noch zum Training in die Halle, andere wurden ihren wartenden Müttern gegeben. Es war ein schöner Nachmittag, auch wenn er mit Organisation und ein bisschen Aufregung verbunden war. Wir waren bestimmt nicht das einzige Mal in dieser Einrichtung, den Kindern hat es auch Spaß gemacht.

Hanni

**Wir nehmen uns Zeit für Sie, in gemütlicher Atmosphäre, zu fairen Preisen!**

# Haarstudio

## INA



**Hilbertstraße 30  
12307 Berlin  
Tel. 030 / 74 44 202**

**Öffnungszeiten:**  
Di - Fr 9 - 18 Uhr  
Sa 8.30 - 13 Uhr





# Trampolin

Abteilungsleiter  
Jürgen Tschierschke  
Titlisweg 21a  
12107 Berlin  
Tel.: 030-74792333

## Enttäuschende Berliner Mannschafts- Meisterschaften

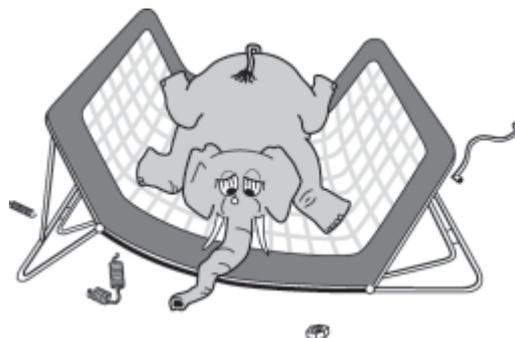
Nur einen Titel konnten wir bei den Mannschaftsmeisterschaften verzeichnen. Ein etwas enttäuschendes Ergebnis.

Bei den Schülerinnen erreichte die Mannschaft mit Clara Budde, Nadja Schlenner, Jana Schiewer und Svenja Edlich mit 196,9 Punkten hinter dem TuS Lichterfelde (203,1) den zweiten Platz.



Der weibl. Jugend blieb es an diesem Tag vorbehalten, wenigstens einen Meistertitel mit 205,5 Punkten für den VfL zu holen. Die Mannschaftsmitglieder mit Saskia Freyer, Franziska Gerstmann, Valeska Genrich und Solange Balamou konnten sich knapp vor der Mannschaft des TuS Lichterfelde (204,6) behaupten.

Bei den Turnerinnen (Jennifer Kohlhoff, Jennifer Deider, Farina Ziese, Anne Budde) reichte es an diesem Tage leider nicht. Sie mussten sich mit 247,1 Punkten dem SSC Südwest (250,7) geschlagen geben.



## Berliner Synchron-Meisterschaften

Bei den diesjährigen Synchron-Meisterschaften konnte der VfL keinen großen Erfolg verzeichnen.

Bei den Schülerinnen (Jahrg. 1992 und jünger) mit insgesamt 10 Teilnehmerpaaren erreichten Saskia Freyer und Franziska Gerstmann noch einen beachtlichen dritten Platz hinter dem TuS Lichterfelde, der die beiden ersten Plätze für sich gebucht hatte.

1. TuS Lichterfelde  
Janine Schwarz/Josy Nätebus 102,2 Punkte
2. TuS Lichterfelde  
Rebecca Schulenberg/Miriam von Lampe 98,5 Punkte
3. VfL Lichtenrade  
Saskia Freyer/Franziska Gerstmann 97,7 Punkte

Während wir bei den Schülern keine Teilnahme melden konnten, waren unsere Jugendturnerinnen (Jahrg. 1989 bis 1991)

erwartungsgemäß erfolgreich. Anne Budde und Farina Ziese belegten mit deklassierend weitem Abstand zu den Zweitplatzierten in der gemeinsamen Übung den ersten Platz und wurden somit Berliner Meister.

1. VfL Lichtenrade  
Anne Budde/Farina Ziese 111,7 Punkte
2. SSC Südwest  
Svenja Boes/Filia Bähr 68,1 Punkte

Bei den Turnerinnen (Jahrgang 1988 und älter) dominierten die Mannschaften des SSC Südwest und so reichte es für unsere beiden großen Jenni's nur für den dritten Platz.

1. SSC Südwest  
Daniela Wagner/Henrike Lerch 116,4 Punkte
2. SSC Südwest  
Daniela Gansauge/Vanessa Bähr 109,8 Punkte
3. VfL Lichtenrade  
Jennifer Deider/Jennifer Kohlhoff 107,6 Punkte

In dem Mixed-Rahmenprogramm belegten Jennifer Kohlhoff (VfL Lichtenrade) und

## Schirina

Moderner **BAUCHTANZ** nach internationaler Musik.  
Fernab der klassischen Art.  
Zum Mitmachen wird animiert.  
Für fast alle Events wie zum Beispiel:

**Gala-Abende, Bälle, Neueröffnungen,  
Firmenfeiern, Hochzeiten, Jubiläen,  
Geburtstage .....**

den Anlässen sind keine Grenzen gesetzt.

*Lassen Sie mich Ihre Gäste verzaubern*

Rufen Sie jetzt an

**Telefon: 030-756 54 997  
Mobil: 0179-2904171**

Auf Wunsch erstelle ich Ihr persönliches Angebot.

Informieren Sie sich auf meine Homepage  
[www.Bauchtanz-Schirina.de](http://www.Bauchtanz-Schirina.de)  
Nutzen Sie das Kontaktformular



Norman Hähmel (SSC Südwest) den ersten Platz.

### **VfL dominiert beim Jahrgangsbestenwettkampf**

Der VfL Lichtenrade war am 13.05.2006 der diesjährige Ausrichter der Veranstaltung.

Von den insgesamt gemeldeten 55 Teilnehmer/innen nahmen dann 52 an der Veranstaltung teil. Gemeldet hatten die Vereine TSV Rudow, natürlich der VfL als Gastgeber, SSC Südwest, Tus Lichterfelde und SG FEZ Wuhlheide. Geturnt wurde in 4 gemischten Jahrgangsgruppen.



Alle Teilnehmer

Die von uns nominierten Turnerinnen und Turner haben sich durchweg gut zu der Gesamtkonkurrenz geschlagen, was sich auch in den Platzierungen widerspiegelte.

Unsere drei jüngsten Turnerinnen Xenia Heuschkel, Pia Budde und Sabrina Munke haben den Verein bei den Jahrgängen 1997 und jünger vertreten. Trotz ihrer Abbrüche in der ersten Kürübung konnten sich Xenia und Pia noch für das Finale qualifizieren und die dritten und vierten Plätze in der Gesamtwertung belegen.

Den ersten Platz belegte Lena Zinnen vom TuS Lichterfelde, die Ihre Konkurrentinnen mit 69,2 Punkten auf Distanz halten konnte.

3. Xenia Heuschkel 60,0 Punkte
4. Pia Budde 58,4 Punkte
7. Sabrina Munke 25,7 Punkte



Xenia Heuschkel und Pia Budde

Bei den 16 Teilnehmern im zweiten Durchgang, den Jahrgängen 1994 – 1996, haben drei von vier VfL'er für den Endkampf qualifiziert. Solange Balamou und Xenia Poploth vom TSV Rudow lieferten sich am heutigen Tag ein Kopf an Kopf Rennen. Beide erreichten beim Wettkampf 74,0 Punkte. Solange konnte sich aufgrund der schwierigeren Finalkür den ersten Platz sichern. Franziska Gerstmann steigerte sich nach schwacher Pflichtübung in den Kürübungen erheblich und sicherte sich nicht nur die Finalteilnahme, sondern auch einen für sie guten 5. Platz in der Gesamtwertung. Auch Annika Königs konnte sich heute einen sehenswerten 6. Platz erturnen.

- 1.Solange Balamou 74,0 Punkte
- 5.Franziska Gerstmann 69,2 Punkte
- 6.Annika Königs 69,1 Punkte
- 16.Nadja Schlenner 39,8 Punkte



Solange Balamou, Franziska Gerstmann, Annika Königs

Auch im zweitstärksten Feld mit insgesamt 15 Teilnehmer/innen in den Jahrgängen 1991-1993 konnte der VfL überzeugen.

## 20

Hier setzte sich erwartungsgemäß Anne Budde mit dem ersten Platz und 84,5 Gesamtpunkten gegen Nicolas Bennewitz vom SG FEZ Wuhlheide (83,2 Punkte) durch. Ebenfalls für das Finale konnten sich Saskia, Svenja und Jennifer qualifizieren. Jennifer hatte an diesem Tag Ihre Nerven im Griff und turnte recht gute Übungen.

1. Anne Budde 84,5 Punkte
5. Saskia Freyer 68,4 Punkte
6. Svenja Edlich 68,1 Punkte
9. Jennifer Bock 66,9 Punkte
11. Clara Budde 42,8 Punkte
12. Francois Balamou 38,3 Punkte



Anne Budde, Saskia Freyer, Svenja Edlich, Jennifer Bock

Bei den „Oldies“ (Jahrgänge 1990 und älter) belegte Jennifer Kohlhof aus unserem Verein mit weitem Vorsprung vor Svenja Boes vom SSC Südwest (78,5 Punkte) den ersten Platz, verfehlte aber die 90-Punkte-Marke knapp.

1. Jennifer Kohlhoff 89,7 Punkte
6. Valeska Gennrich 64,9 Punkte
10. Laura Schuster 40,9 Punkte



Jennifer Kohlhoff, Valeska Gennrich

as

WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE

Was ist der Unterschied zwischen einem Trampolin und einem Banjo?

Man zieht die Schuhe aus, bevor man auf dem Trampolin herumspringt...

---

Staubsaugervertreter zu Jungem Bub: "Kann ich deinen Vater sprechen?"

Bub: "Der is vom Tacker überfahrn."

Vertreter: "Und deine Mutter?"

Bub: "Auch vom Träcker überfahrn."

Vertreter: "Und deine Großeltern?"

Bub: "Auch vom Träcker überfahrn."

Vertreter: "Und deine Geschwister?"

Bub: "Auch vom Träcker überfahrn."

Verteter: "Was machst du denn den ganzen Tag?"

Bub: "Träcker fahrn."

WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE

WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE

Was sind die letzten Worte eines Turnlehrers?

Alle speere zu mir!

---

Im Trainingslager ist eingebrochen worden.

Der Kommissar fragt einen 100-Meter-Laeufer:

"Haben Sie denn nicht versucht, den Kerl einzuholen?"

"Oh ja," sagt der Läufer, "ich überholte ihn sogar und blieb in Führung, aber als ich mich umdrehte, war er weg!"

WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE WITZE



# Turnen

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

Am 1.4.2006 haben wir erfolgreich den **7-Dörfertreff** bestritten.

Von den Leistungsstufen B5 – B10 turnten unsere Mädchen mit folgenden Ergebnissen für den VfL Lichtenrade:

Teilnehmer:	Punkte	Platzierung
<b>Gruppe 1</b>		
Isabelle Arndt	7,1	16
Julia Gaska	11,3	13
Madeline Klaiber	10,9	14
Johanna Düntsch	13,95	9
Kim Baranofsky	16,35	2
Charlotte v. Heckel	13,35	10
<b>Gruppe 2</b>		
Anny Andres	14,8	8
Antonia Arendt	16,95	7
Katharina Winke	13,85	9
Helena Rheinbay	19	4
Neele Gaudian	20,6	2
Lea Jerzynski	20	3
Izabela Socha	22,05	1
<b>Gruppe 3</b>		
Paula Krüger	19,7	3
Vanessa Vanauer	20,7	2
<b>Gruppe 3a</b>		
Annika Hamrol	21,1	6
Charleen Knauer	26,2	2
Katharina Lauchardt	23,95	5
Leslie Lewerenz	25,95	3
<b>Gruppe 4</b>		
Nadja Martin	25,85	7
Nikola Garling	27,1	5
Viktoria Ptak	27,6	4
Laura Reith	28,8	2
<b>Gruppe 5</b>		
Mareike Giffhorn	32,1	2
Svenja Weinz	34,9	1



**Nun möchten wir noch die neusten Erfolge unserer Mädchen aus der Landesturnschule vermelden:**

Mara Reichert belegte beim Leistungsvoraussetzungstest (LVT) am 04.03.2006 in der Altersklasse 8 den **1. Platz** und erfüllte mit ihrer Punktzahl die Norm für den Landeskader!

Am 17.06.2006 finden die Berliner Meisterschaften in ihrer Altersklasse statt und sie hat gute Chancen auf einen Medaillenplatz.

Leonie Hamrol hat bei ihrem LVT im 03.03.2006 in der Altersklasse 10 verletzungsbedingt die Kadernorm knapp verpasst. Am 10.05.2006 wurde Sie jedoch **Berliner Meisterin!** Sie wurde für die Mannschaft des Berliner Turnerbundes nominiert und startete beim Bärchen-Pokal gegen die starke Konkurrenz aus dem gesamten Bundesgebiet.

Herzlichen Glückwunsch an beide Mädchen zu ihren tollen Erfolgen und weiterhin „toi, toi, toi“.

Am 6./7. Mai fanden die **Jahrgangsbestenwettkämpfe** der Schülerinnen und weiblichen Jugend in der Gretel-Bergmann-Halle statt. Auch hier haben unsere Mädchen mit tollen Ergebnissen abgeschnitten.

Wir beginnen mit den Jüngsten:

**Jahrgang 97 Stufe B6:**

Lea Jerzynski 1. Platz  
Katharina Winke 3. Platz  
Anny Andres 4. Platz

**Jahrgang 96 Stufe B6:**

Charlotte von Heckel 5. Platz

## 22

### **Jahrgang 95 Stufe B6:**

Neele Gaudian 1. Platz

Lea Heyn 3. Platz

### **Jahrgang 95 Stufe B8:**

Sarah Todd 1. Platz

### **Jahrgang 94 Stufe B7:**

Vanessa Vanauer 3. Platz

### **Jahrgang 94 Stufe B8:**

Nadja Martin 2. Platz

### **Jahrgang 93 Stufe B7:**

Laura Reith 1. Platz

Victoria Ptak 2. Platz

Charleen Knauer 3. Platz



### **Jahrgang 92 Stufe B8:**

Nicola Garling 1. Platz

### **Jahrgang 91 (Jugend) Stufe B7/8:**

Leslie Lewerenz 1. Platz

### **Jahrgang 88 (Jugend) Stufe B9:**

Mareike Giffhorn 1. Platz

Beim Spiel- und Staffeltwettbewerb, auch bekannt als „Mach mit, Machs nach, Machs besser“, haben wir am 13.05.2006 mit „**sehr gut**“ abgeschnitten.

Hier gibt es anders als bei unseren üblichen Wettkämpfen eine Einteilung nach Schulklassenstufen.

...und nun unsere Ergebnisse:

1. Klasse 2. Platz

2. Klasse 2. Platz

3. Klasse 1. Platz

4. Klasse 1. Platz

5. Klasse 3. Platz

Weiterhin können wir aus der Turnabteilung berichten, dass unser angehender **C Trainer** Jörg Vanauer seine erste schriftliche Prüfung bestanden hat.

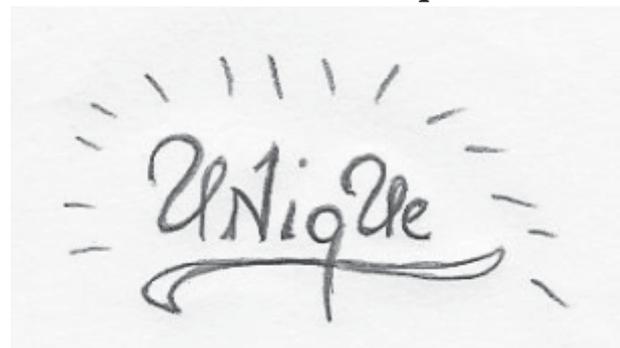
Für die angehenden **Kampfrichter** hat am 13. Mai die Prüfung stattgefunden, Ergebnisse werden in der nächsten Ausgabe veröffentlicht.

Auch die nächsten Wettkämpfe stehen schon ins Haus, sodass uns der Berichtsstoff auch für die Juli-Ausgabe gesichert ist. Hier berichten wir über das Mahlower Turnfest, die Rangsdorfer Mini-Meisterschaften, die Küstenmeisterschaften in Gägelow. Unser Trainingslager in Kienbaum wollen wir natürlich auch in Erinnerung behalten.

Weiterhin viel Erfolg für alle unsere Turnerinnen in diesem Turnjahr bis zur nächsten Ausgabe

Eure Kerstin, Ines, Tanja

### **Bericht von Unique**



Ja, es ist kein Lesefehler – wir haben uns noch einmal und zum hoffentlich letzten Mal umbenannt. Von jetzt an wird an dieser Stelle immer das Neueste von Unique (sprich: juhnik) zu lesen sein. Das Logo hat Kristin entworfen und wird von jetzt an immer ein treuer Begleiter der Gruppe sein. Unser Forum findet man bis zur Erstellung einer eigenen Homepage unter [www.cheerdancegruppe-unique.de.vu](http://www.cheerdancegruppe-unique.de.vu), in

dann hoffentlich unsere Homepage bekannt geben, bei deren Gestaltung uns Diane behilflich sein will, vielen Dank schon mal im Voraus!

Am 1. April standen zwei Auftritte auf unserem Programm, mittags zuerst einmal zum „Warmmachen“ eine kleine Show zum Abschluss des 7-Dörfer-Treffs und am Nachmittag als Showprogramm bei der Informationsveranstaltung der Abteilung Gesundheitssport im VfL, die im Gemeinschaftshaus Lichtenrade in der Barnetstraße stattfand. Da Julia am Vormittag arbeiten musste und somit nur am Nachmittag mitanzusehen konnte, hatten wir bei beiden Auftritten verschiedene Aufstellungen, was das Denkvermögen unserer Mädchen zusätzlich strapazierte. Aber im Nachhinein können wir sagen: Diese beiden Auftritte wurden von allen so souverän gemeistert, sodass alle voll des Lobes waren. Auch wenn Kleinigkeiten bei der einen oder anderen nicht so 100-prozentig liefen, wie der Anspruch einer jeden an sich selbst war, so war doch der Gesamteindruck bei beiden Veranstaltungen ein ausgesprochen positiver. Ein besonderer Dank auf diesem Weg an Dieter Schewe und seine Organisation, selten sind unsere Mädchen fürsorglicher durch eine Veranstaltung geführt worden. Schade nur, dass die Mädchen zwischen beiden Auftritten bei mir Spaghetti satt bei mir bekommen haben, somit wurde das liebevoll vorbereitete Catering kaum angerührt, weil alle noch „nudeldickesatt“ waren. Auf die kleinen Schwierigkeiten reagierten die Mädchen professionell; nachdem sie z. B. merkten, dass ihre Socken, mit denen sie immer auftreten, auf dem glatten und somit rutschigen Parkettboden zum Tanzen nicht geeignet waren, tanzten sie eben einfach barfuß weiter. Auch die Zusammenarbeit mit dem Tonmeister war ausgesprochen routiniert. Fazit: Wir kommen gerne wieder!

Die nächsten Wochen, nur unterbrochen durch die Osterferien, waren von exzessiven Wettkampfvorbereitungen geprägt. Zweimal konnten wir während der Ferien-Zwangsunterbrechung im großen Jugendraum des Vereins-

heimes trainieren, so konnten wir in der heißen Phase eine enorme Leistungssteigerung verzeichnen. Die Spiegel im großen Jugendraum waren dann für viele ein Aha-Erlebnisse in Sachen Armhaltung und –spannung. Besonderen Dank an Sara, die wir erst vor den Osterferien überreden konnten, als Neunte im Bunde unsere Wettkampftruppe zu verstärken. Eigentlich fühlte sie sich am Anfang dieses Jahres noch nicht so weit, zum Schluss war sie ein wichtiges und akzeptiertes Mitglied unserer Gruppe und hat durch die Vorbereitungen und das verstärkte Training einen Riesensprung gemacht. In der letzten Woche vor dem Wettkampf wurde dann noch das Equipment fertig gestellt, nämlich fünf Schilder mit der Aufschrift „Don't try this at home!“ sowie ein großes Tuch mit der Aufschrift „Unique“ für das Schlussbild und je ein Shirt für Svenja und mich, damit wir als Ansprechpartner zu erkennen sind.



Vielen Dank auch an Diane, die uns beim Umnähen des Lakens geholfen hat, denn ich habe keine Nähmaschine, und per Hand wären die langen Nähte für mich ein Riesenakt geworden. Am Freitag, den 12.5., war dann die Generalprobe als Sondertraining (vielen Dank an Brigitte, dass wir ein Drittel der Nahariyahalle bekommen konnten!), und viel zu schnell hieß es am Samstag, den 13. Mai um 7:30 Uhr: Abfahrt nach Riesa! Kurz vor ½ 11 Uhr kamen zwei Wagenladungen mit Cheerleaderinnen und Fans vor der Wettkampfhalle in Riesa an, die zwei anderen Autos mit Kristin und Dani + Anhang waren schon da. Nun war gar nicht mehr so viel Zeit, es hieß sich in unserem Raum (eine Squashzelle, die wir mit Lisa aus Dres-

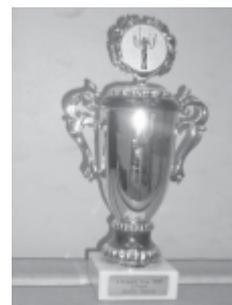
den, die im Individual startete, und ihrer Mutti sowie der netten Trainerin teilten) einrichten, Mittagessen (ein Teil von uns hat die angebotenen Nudeln mit Bolognesesoße bestellt, der Rest war Selbstversorger), dann um 11:40 die kurze Stellprobe (ein Durchlauf mit Musik, wo nichts ausgetanzt wird, sondern nur die Orientierung gefunden werden soll). Darum gerankt war das Warmmachen, Dehnen, Schminken, Frisieren (dabei half uns ganz spontan die Trainerin von Lisa). Um 13 Uhr Einlauf und Eröffnung der Veranstaltung, dann noch kurze Besinnungspause und um 13:45 Uhr war es dann soweit – der große Auftritt! Eigentlich wollte ich auch von unten Fotos machen, aber ich war viel zu gebannt von der tollen Show, die unsere Mädels geliefert haben. Es klappte einfach alles, die letzten Wochen des harten Trainings, das Svenja als Vorbereitung gemacht hat, ließ sie auf den Punkt genau fit sein für eine großartige Show. In der Mitte etwa, nach dem zweifachen Spagat (rechts und links) fiel mir auf, dass Djamilia bitterlich weinte, aber ganz sauber tanzte.



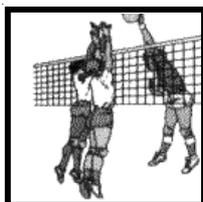
„Nanu,“ dachte ich, „hat sie sich irgendwie veranzt und ist sauer auf sich selbst?“ Unter Tränenschleier winkte sie nochmal ins Publikum wie alle anderen und dann merkten wir es – irgendetwas ist mit ihrem Knie nicht in Ordnung! Wir haben sie sofort zum Sanitärer gebracht, der meinte, dass sie gleich ins Krankenhaus muss. Mit dem Rettungswagen ging es dann gleich los. Wie gut, dass Djamilas Mutti mit dabei war, so konnte sich ihre Tochter begleiten. Dieses Mädels muss unsagbare Schmerzen gehabt haben und hat dennoch den halben Tanz zu Ende getanzt, um den Wettkampf für uns nicht platzen zu lassen. Wenn das kei-

ne Teamfähigkeit ist! Der Arzt im Krankenhaus hat dann natürlich mit ihr geschimpft. Im Krankenhaus konnte ihr aber nicht viel mehr als mit einem professionellen Verband geholfen werden, wahrscheinlich eine Bänderüberdehnung, soll in Berlin beim Orthopäden geklärt werden. Nach einer guten Stunde war sie jedenfalls wieder zurück und konnte noch mit den anderen den Rest der Wettkampfbeiträge verfolgen und zu Siegerehrung antreten (sprich: „anhumpeln“). Zwischendurch gab es von mir noch eine Lage Zitronenmuffins und Schokoladenpudding mit Vanillesoße zur Stärkung. Die Siegerehrung um kurz vor 19 Uhr ließ noch einmal große Spannung aufkommen und dann war es klar: Wir sind 2. geworden! Die Sieger in unserer Kategorie, die gleiche Mannschaft, die letztes Jahr auch beim Schneeballcup in Gera gewonnen haben, hatten größere technische Schwierigkeiten drin, was zu ihrer Aufwertung führte. Aber der Punkteabstand war weitaus nicht so groß wie letztes Jahr, das zeigt doch, wie sehr wir uns verbessert haben. Glückwunsch und macht weiter so!

Nach der Siegerehrung wurde eine Fotosession veranstaltet, dann hieß es zusammenpacken, eine Runde „Celebration“ genießen und die Autos geentert. Der Großteil machte am Autobahnanfang noch eine kleine Pause bei McDonalds, und um 23 Uhr erreichten wir Berlin. Ein langer, aufregender Tag neigte sich dem Ende zu. Vielen Dank allen Mädels nicht nur für den Wettkampf in Riesa, sondern auch für die letzten Wochen, die vielen blauen Flecke besonders an den Knien, für den tollen Teamgeist und die beachtliche Leistungssteigerung, vielen Dank auch den Begleitern für Chauffieren, Fotografieren, Filmen und Däumchendrücken. Die Schlacht ist geschlagen, neue Aufgaben warten auf uns.



(Copyright der Fotos: Hans-Hendrik Huber)



# Volleyball

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

## Uns gibt's immer noch!

Endlich, nach einigen Jahren Pause, hat es die Volleyballabteilung geschafft, am 6.5.2006 ein vereininternes Turnier zu veranstalten. Ziel war es, dass alle Volleyballmannschaften einfach einmal zusammenfinden und sich kennen lernen.

Da fast jede Mannschaft in einer anderen Halle Training hat, ist der Kontakt unter den Mannschaften sehr gering bis gar nicht vorhanden.

Eingeladen wurden alle Mannschaften. Immerhin haben wir zwei Damen-, zwei Herren-, drei Freizeit-, eine Oldie- und drei Jugendmannschaften.

Die Planung und Organisation des Turniers übernahm die erste Herrenmannschaft.

Wie immer, wenn diese Truppe etwas übernimmt, war fast alles perfekt. Pünktlich um 15.00 Uhr waren die Spielfelder aufgebaut, der Grill war angefeuert und die Getränke standen bereit. Jede Mannschaft brachte noch Kuchen und Kuchen (eigentlich sollte hier Salate stehen) mit und so war für das leibliche Wohl gesorgt.



Grillmeister Palle

Schade war, dass die erste Damenmannschaft nicht kommen konnte. Die Spielerinnen waren alle zu einer Hochzeitsfeier eingeladen. Auch die zweite Herrenmannschaft erschien

mannschaft waren zwei Spielerinnen da, ebenso aus der Oldie-Truppe. Die weibliche A-Jugend trat mit sieben und die weibliche B-Jugend mit 6 Spielerinnen an. Aus dem Freizeitbereich kamen fünf Spieler und die erste Herrenmannschaft erschien fast komplett.

Durch Lose wurde nun ermittelt, wer in welche Mannschaft kam. Das Losverfahren war so angelegt, dass die Mannschaften total durchmischt waren, d.h. in jeder Truppe waren Jugendspielerinnen, junge Männer, ältere Männer und Frauen.

Insgesamt konnten gut sechs Mannschaften gebildet werden, nämlich die Kängurus, die Springmäuse, die Gazellen, die Grillen, die Kolibris und die Delfine.

Volker, unser Abteilungsleiter, hielt noch eine kurze Ansprache und stellte noch einmal fest, dass der Sinn dieses Turniers das Zusammenspiel miteinander sein sollte und nicht unbedingt das Gewinnen um jeden Preis.

Obwohl der Spielplan eigentlich übersichtlich war, dauerte es noch eine Weile, bis jeder begriffen hatte, auf welches Spielfeld er jetzt musste. Bald war auch geklärt, dass nicht die Kolibris auf Feld 1 das Spiel der Gazellen gegen die Grillen pfeifen müssen, sondern jetzt selbst auf Feld 2 gegen die Grillen antreten mussten.

In den einzelnen Mannschaften wurde noch



Zuschauerränge dicht gefüllt

schnell die Aufstellung und das jeweilige Spielsystem besprochen und dann ging es endlich los. Alle hatten viel Spaß und es wurde wirklich versucht, als Team zusammen zu spielen.

Auch noch nicht so erfahrenen Spieler bekamen die Pässe gestellt und wurden in das Spielgeschehen einbezogen. Es wurde versucht, harte Aufschläge und Angriffe nicht unbedingt auf Anfänger zu schlagen. So kamen schöne Spielzüge zu Stande und jeder hatte Freude. Für die jüngeren Spielerinnen war es toll, dass sie von den Erwachsenen Ratschläge bekamen und die älteren Spieler staunten manchmal, was der Nachwuchs schon so drauf hat. Nachdem die Spiele der Gruppe 1 und Gruppe 2 beendet waren, gab es eine Pause. Dann begannen die Kreuz-, und anschließend die Platzierungsspiele. Alle Mannschaften haben toll gespielt und die Stimmung war gut. Zum Schluss standen sich schließlich die Kolibris und die Delfine im Endspiel gegenüber. Es wurde ein schönes Spiel, das dann die Delfine mit Peter, Manfred F, Rita, Sarah und Claus für sich entscheiden konnten.



Sieger-Mannschaft Delfine

Nun gab es noch eine richtige Siegerehrung und jeder vom 6. bis zum 1. Platz bekam seine Urkunde und damit auch eine Erinnerung an dieses gelungene Turnier.

Gemeinsam wurden dann die Netze abgebaut. Da das Wetter herrlich war, konnten wir anschließend noch im Garten der Schule zusammen sitzen, Grillfleisch und Kuchen essen und uns unterhalten.



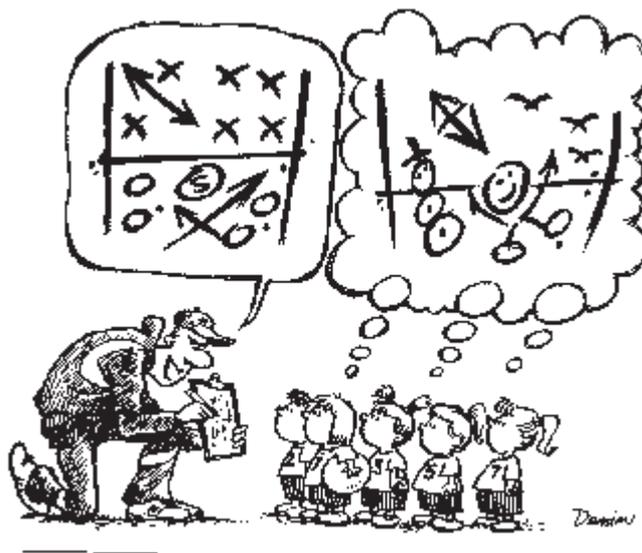
Alle Turnierteilnehmer mit ihren Urkunden

Alle waren sich einig, dass das Turnier im nächsten Jahr wieder stattfinden soll. Vielleicht auch mit mehr Teilnehmern aus den übrigen Mannschaften.

Herzlichen Dank noch einmal an die 1. Herrenmannschaft für die Organisation und für die Übernahme der Kosten.



Heike Stanske



# Wanderkalender

Wanderleiter siehe Kalender

**Ansprechpartner:**  
Wolfgang Heurich Tel.:721 12 06

## Wanderkalender für das Jahr 2006 Stand: 19.Mai 2006

Anmeldung mit Angabe der Telefonnummer bitte in der VFL Geschäftsstelle Tel.:744 04 77  
Nichtmitglieder zahlen einen Unkostenbeitrag von 2,50 Euro

Mon.	Tag	Art	km	Verpflegung	Geplantes Ziel	Teilnehmer u. Meldeschluss	Abfahrt Start	Wanderleiterin Wanderleiter
Jan.	Fr. 27. Fr.	Rundgang	max. 8 km	Einkehr best.	Rund um das Schloss Charlottenburg, Luisenbräu und Gipsformerei	max. 20 Pers. Meldeschluss 20.01.06	9:30 Uhr S-Bahnhof Lichtenrade	Andrea Wodke Tel.:764 03 155
Feb.	18.	Rundwanderung	Max. 12 km	Einkehr	Lichtenrade > Kleinbeeren > Lichtenrade	Pers. unbegr. Meldeschluss 10.02.06	10:00 Uhr S-Bahnhof Lichtenrade	Jutta Schulz Tel.:745 43 91
März	18.	Rundwanderung	max. 16 km	Einkehr gepl.	Um das Siethener Elsbruch	Pers. unbegr. Meldeschluss 15.03.06	9:10 Uhr S-Bahnhof Lichtenrade	Rosemarie Diesing Tel.:744 62 68
April	22.	Streckenwanderung	max. 12 km	Einkehr gepl.	Oranienburg > Lehnitz	Pers. unbegr. Meldeschluss 13.04.06	Aushang beachten	Rosi Drescher Tel.:745 71 10 Erika Köppe Tel.:744 69 96
Mai	20.	Streckenwanderung	Max. 15 km	Einkehr gepl.	Zu den Maiglöckchen bei Hangelsberg	Max. 20 Pers. Meldeschluss 12.04.06	Aushang beachten	Jutta Schulz Tel.:745 43 91
Juni	18.	Canadier – Paddelausflug		Rucksackverpflegung	Blossin, Wolziger See > Langer See usw.	Meldeschluss 22.05.06	Autofahrt Aushang bea.	Jürgen Trippen Tel.:746 46 89
Juli	01.	Fahrrad – Wanderung	max. 50 km	Einkehr und Rucksackver.	Glöwen >Havelberg > Elberadweg >Wittenberge	max.25 Pers. Meldeschluss 16.06.06	Aushang beachten	Wolfgang Heurich Tel.:721 12 06
Aug.	26.	Streckenwanderung	max. 16 km	Einkehr gepl.	Borgsdorf >Summt	max.20 Pers. Meldeschluss 18.08.06	Aushang beachten	Rosi Drescher Tel.:745 71 10 Erika Köppe Tel.:744 69 96
Sep.	23.	Rundwanderung	max. 18 km	Einkehr gepl.	Zur Quelle der Nieplitz	Pers. unbegr. Meldeschluss 08.09.06	Aushang beachten	Rosemarie Diesing Tel.:744 62 68
Okt.	19. bis 22.	Wanderreise	km tgl. versch.	Halbpension	Planung eröffnet Vorschläge erwünscht zu Reiseweg und Ziel	max. 30 Pers. Ende März	Aushang beachten	W. Heurich Tel.:721 12 06 H.J.Metzkow Tel.:663 27 92
Nov.	?	Stadtwanderung od. Streckenwanderung	6 km ?	Einkehr ?	Berlin Brandenburg	offen /.....	Aushang beachten	Andrea Wodke Tel.:764 03 155 Oder ????
Dez.	27.	Streckenwanderung	max. 12 km	Einkehr	Winterwanderung	max. 20 Pers. Meldeschluss 15.12.06	Aushang beachten	offen .....

# 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, Fr von 10-13 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 Maaßer: Tel.: 030-744 04 74

### Hausmeister:

Hans Kasper: Tel.: 030-744 05 64

### Redaktion:

Dieter Tormann, Dossestraße 4, 12307 Berlin

Tel.: 030 745 45 05; Fax: 030 746 80 400

e-mail: dieter@didisweinvertrieb.de

Rosemarie Diesing, Wünsdorfer Str. 119a, 12307 Berlin

Tel.: 030 744 62 68

e-mail: sportecho@vfl-lichtenrade.de

### Ständige Mitarbeiter:

W. Reiche	Badminton	746 826 66
S. Rudolph	Basketball	701 311 40
I. Weinz	Cheerleading	765 036 34
H. Kannenberg	Faustball	744 36 31
M. Meinke	Gesundheit	7448302
G. Michel	Gymnastik	744 56 43
F. Friedrich	Handball	797 24 56
H. Wodke	Leichtathletik	764 031 55
H. Wolke	Tanzen	746 47 43
A. Stanske	Trampolin	744 41 14
M. Erhard	Turnen	744 35 06
J. Weinz	Cheerleader	765 036 34
Ch. Grunert	Volleyball	033708-22911
Gerhard Mayer	Schaukastenbetreuung	746 43 62

**Erscheinungsweise:** alle 2 Monate

**nächster Redaktionsschluss:** 20. August 2006

**Druckauflage:** 1100

**Druckerei:** Walter Bartos GMBH

Zossener Straße 55; 10961 Berlin

### Termine:

jeden Mittwoch:	Lauftreff 18:30 Uhr Vereinsheim
jeden Sonntag:	Lauftreff 7:55 Uhr Kirchhainer Damm
23. Lichtenrader Meile	11. Juni 2006 ab 8.30 Schichauweg
Sommerfest	17. Juni 2006 15.00 - 18.00 Vereinsheim

### Redaktionstermine

Ausgabe Nr.	Redaktionsschluss
Aug/Sep 176	20. August
Okt/Nov 177	20. Oktober
Dez 178	20. November
Jan/Feb 179	20. Januar

### Eine Bitte:

Wir suchen weiterhin für unser Vereinsheim einen Overhead-Projektor, damit wir dort auch in Zukunft Aus- und Fortbildungsangebote der Verbände unterstützen können. Bitte melden unter [projektor@vfl-lichtenrade.de](mailto:projektor@vfl-lichtenrade.de) oder per Anruf in der Geschäftsstelle: 030 - 744 04 77.

Danke!!

