



Der Club an der Alster

CLUBZEITUNG 6/20





PRIVATE HOMES IMMOBILIEN

BUEHRICH SCHROEDER

ALSTER • ELBE • SYLT
WIR FINDEN IHRE TRAUMIMMOBILIE



Birgit Bührich-Otto
bbo@privatehomesimmobilien.de
M 0172 560 72 75

Elisabeth Schroeder
es@privatehomesimmobilien.de
M 0172 401 80 78

Private Homes Immobilien OHG | Oderfelder Straße 11 | 20149 Hamburg
T +49 40 20 20 11 90 | F +49 40 28 41 64 59
info@privatehomesimmobilien.de | www.privatehomesimmobilien.de

Illustration Cover: Julia Waller

Foto Carsten Lütten:
Hamburger Abendblatt/Marcelo Hernandez

Vorwort



Liebe Alsteraner!

Dies ist die letzte Clubzeitung in einem sehr von Corona bestimmten Jahr 2020.

Voller Tatendrang sind wir gestartet - waren sportlich im Jugend- und Erwachsenenbereich sehr erfolgreich und haben unser Clubleben genießen können. Nach den Märzferien war nichts mehr wie vorher. Der Club war „zu“! Lediglich Bautätigkeiten waren erlaubt und das haben wir genutzt, um möglichst viele Vorhaben vorzeitig zu realisieren.

Dabei haben uns die Corona Einschränkungen sogar ein wenig geholfen und viele Projekte konnten vorzeitig fertiggestellt werden. Im Sommer profitierten unsere Outdooraktivitäten von den Neurungen und Kapazitätserweiterungen. Tennis wurde mit dem neuen Flutlicht bis in die späten Abendstunden, Padeltennis bis in die Nacht gespielt und gemeinsame Treffen mit Abstand auf der neuen Terrasse waren erlaubt.

Jetzt sind die Infektionszahlen wieder angestiegen und der Teil-Lockdown ist für uns zu einem kompletten Lockdown geworden. Auch wenn wir mit mehreren Sonderanträgen alles versucht haben, musste unter anderem auch das Schwimmbad nach zehn Tagen wieder geschlossen werden. Die Tennissaison wurde aber verlängert, die Plätze entsprechend weiter präpariert und mit Flutlicht spielten wir bis in den Dezember hinein. Unsere Gastronomie versucht mit dem Abholmarkt alles Erdenkliche, um uns mit unseren lieb gewonnenen Speisen zu versorgen. Trotzdem ist unser Clubleben unglaublich eingeschränkt. Wir vermissen unsere Sportaktivitäten und sozialen Kontakte. Wir werden auf Teile unserer Wintersaison verzichten müssen - auch wenn unsere Trainer mit Online-Formaten und Zoom-Konferenzen vieles kompensieren.

Der Club versucht alles, um die Ausfallzeiten so kurz wie möglich zu halten. Trotzdem werden wir eine große Solidarität benötigen, um die Zeit mit den Einschränkungen bestmöglich zu meistern.

Jeder von uns ist ein Teil des Ganzen!

Darum bitte ich jeden, einen kleinen Teil zur Krisenbewältigung beizutragen. Nur so können wir die geplanten Instandsetzungen und Erneuerungen erfolgreich abschliessen.

Hoffen wir auf die „Nachcoronazeit“, in der wir den neuen Kunstrasen einweihen und auf unserer erweiterten Terasse mit der neuen Pergola wieder feiern werden.

Dass wir wieder Hockey, Tennis und Padel spielen, Schwimmen gehen, den renovierten Fitnessbereich nutzen und unsere Jugendlichen unbeschwert miteinander trainieren und sich wieder im Club treffen können.

Abschliessend möchte ich mich persönlich bei allen Mitarbeitern und Ehrenamtlichen für den großartigen Einsatz in 2020 ganz herzlich bedanken. Es ist für Externe schwer vorstellbar, was dieses Jahr Euch abverlangt hat!!! Dank gilt auch an unseren Sponsoren, Unterstützern und Spendern, die uns in dieser Zeit die Treue gehalten haben.

Uns und unseren Familien wünsche ich Gesundheit und eine gesegnete Weihnachtszeit.

Frohe Weihnachten und ein in allen Bereichen erfolgreiches Jahr 2021. // Ihr/Euer Carsten Lütten



WUSSTEN
SIE SCHON,
DASS...



...uns in der letzten Ausgabe leider ein Foto durchgerutscht ist und wir hiermit das schöne Foto von Clara von Weiss zum Artikel „Mädchen Jahrgang 2011 & die Corona-Zeit“ noch nachreichen möchten.

...Padel (auch zu zweit) im Lockdown „Light“ super angenommen wird und der Club sich freut, wenn wieder munter zu viert gespielt werden kann!

...es auf Seite 42 ein Update aus Wellingsbüttel mit tollem Luftbild und dem weiteren Zukunftsplan und die ersten Bilder der neuen Pergola auf der Clubterrasse am Rothenbaum gibt.

...die Alster Hockey-Kids tolle Briefe an die Hockeydamen und Hockeyherren geschickt haben. Und auch wunderbare Antworten bekommen haben?! Klasse wenn die Kleinsten sich um die Großen kümmern ;) Die Briefe und Antworten der Damen folgen in der nächsten Ausgabe.

Wir helfen im Trauerfall

KRÖPP
BESTATTUNGEN

Tag und Nacht

☎ 35 27 48

ständige Dienstbereitschaft

Mittelweg 44 · 20149 Hamburg

...auf der Clubterrasse die neue Pergola fertiggestellt wurde, die im Winter vor der Kälte schützt, im Sommer Schatten spendet und vor Regen schützt.

...wir täglich tolle Preise in unserem digitaler Alster Adventskalender verlosen?!

...die dritte Folge „Meßmer – Auf einen Tee mit...“ im Kasten ist und wir diesmal Flo und Pierre aus unserer Gastro als Hauptdarsteller gewinnen konnten! Die ganze Folge finden Sie auf dcada.de.

PERFEKTES ZUSAMMENSPIEL

Wir verdienen uns das Vertrauen unserer Kunden und Freunde immer wieder, weil wir ihnen durch alle Zeiten zuverlässig zur Seite stehen. Persönliches Engagement der Partner, kurze Entscheidungswege, gelebte Diskretion und individueller Service sind Vorteile, die so nur eine wirklich unabhängige Privatbank bieten kann.



M.M. WARBURG & CO
BANK

Hockey-Zehnkampf der Knaben und Mädchen

Der Kampf um den Hockeyschläger ist nun fast schon eine Tradition bei uns. Wie in jedem der letzten Jahre ging es wieder Ende Oktober / Anfang November mit der Überprüfung der inzwischen erzielten Fertigkeiten in Technik und in läuferischer Qualität los. 10 Übungen, davon drei reine Laufübungen und sieben Tests mit dem Schläger, standen wieder auf dem Programm. Hier die neuen Aufgaben:

1. Mit Abständen von maximal 5 Minuten 3 mal 250 m Lauf.
2. Zwischen zwei Linien im Abstand von 6,40 m ist der Ball möglichst weit zu schlagen. Höchstpunktzahl für drei Schläge von 75 m.
3. Um zwei Pfosten ist der Ball in Achterschleife 5 mal zu führen. Die Föhnchen stehen im Abstand 90 cm; Wer nur 16 sec. oder weniger braucht bekommt 10 Punkte.
4. 3mal Kurzlauf (1/4 des Hockeyplatzes) mit Pausen. Wer insgesamt nur 30 sec. oder weniger benötigt, bekommt 10 Punkte.
5. Um 5 Fäden im Abstand von 2,5 m ist der Ball im Schlangenlauf zu dribbeln. Für 8 sec. oder weniger gibt es 10 Punkte.
6. Zwischen zwei Linien im Abstand von 6,40 m ist der Ball so weit wie möglich zu schlenzen. Für 50 m gibt es 10 Punkte.
7. Im Abstand von 7 m zu einem kleinen, durch zwei Pfosten gebildeten, Tor von 30 cm Breite ist der Ball hindurch zu schlenzen. 5 Versuche. Wenn der Ball den Boden berührt, nur 1 Punkt, sonst zwei Punkte.
8. Auf eine Entfernung von ca. 25 m ist der Ball 5mal durch ein 2,5 m breites Tor zu schlagen, bei dem die beiden Ecken durch zwei weitere Pfosten im Abstand von 30 cm von jeweiligen Außenpfosten gekennzeichnet sind. Geht der Ball durch eine der Ecken 2 Punkte, sonst 1 Punkt.

Das ausdrucksstarke Mienenspiel

Können Sie dieses Mienenspiel der Darsteller von Ih Theaterplatz noch gut erkennen? Wahrscheinlich nicht. Wir empfehlen Ihnen für Ihre künftigen Theaterbesuche gutes Theaterglas. Es verhilft Ihnen zu gesteigertem Gen des Theater-Erlebens.

Darum gilt der kluge Rat: „Sind's die Augen, geh zu Ruhnke!“

Optiker Ruhnke

HAMBURG Gr. Johannisstraße 9 • Steindam
SPEZIALGESCHÄFT FÜR AUGENGLÄSER • LIEFERAN

8



Halef's Sammlung

Aus dem Bestand unseres Mitglieds Claus Hartge (+2018) veröffentlichen wir Exemplare der Clubzeitung aus längst vergangenen Jahrzehnten. Eine Zeitreise, auf der man Freunden, Verwandten, und sogar sich selbst begegnen kann – viel Spass beim Stöbern !

Die Redaktion freut sich über weitere Exemplare der Clubzeitung zur Ergänzung ihres Archives. Wo sind die Seventies?



Hier geht es zum
Clubzeitungsarchiv



Natürlich schöne Haut

Dr. med Susanne Steinkraus Skin Treatment -
die Gesundheit Ihrer Haut liegt uns am Herzen

Haut ist unsere große Leidenschaft! Hohe Fachkompetenz und langjährige Erfahrung zeichnen uns aus. Gemeinsam mit meinen Kolleginnen biete ich das gesamte Spektrum der Dermatologie an:

**Medizinische, operative und ästhetische Dermatologie - Allergologie -
Lasertherapie - Narbenbehandlung - Phlebologie - Vorsorge -
Dermatologische, medizinische und ästhetische Kosmetik - Pro Youthing**



Dr. med.
Susanne Steinkraus



Dr. med.
Birgit Ter-Nedden



Dr. med.
Anna-Lena Kuhlo



Fachärztin für Dermatologie
Nora Hauptmann



Jungfrauenthal 13, 20149 Hamburg, T: 040/41 42 32 54
praxis@steinkraus-skin.de, www.steinkraus-skin.de
Montag - Freitag, 8 - 19 Uhr, Samstag 10 - 16.00 Uhr



Dr. med.
Susanne Steinkraus

Digitaler Adventskalender

Da ist er, der digitale Advendskalender, und im Dezember gibt es ordentlich was zu gewinnen!

Liebe Mitglieder, in der nahezu sportfreien Zeit im Club, wollen wir für etwas Abwechslung sorgen und starten in diesem Jahr mit dem digitalen Adventskalender in den letzten Monat des Jahres. Täglich erwarten Sie und euch tolle Gewinne für Groß und Klein. Von Sachpreisen bis Trainingsstunden mit unseren Leistungsspielern ist alles dabei. Hierfür möchten wir uns ganz herzlich bei allen Preisstiftern bedanken!

Und jetzt kommt das Entscheidende:
Wie und wo kann man gewinnen?

Einfach den abgedruckten QR-Code scannen oder unter www.dcada.de/digitaler-adventskalender mitmachen. Am jeweiligen Tag kann das Türchen geöffnet werden und man kann sehen, welche(n) Preis(e) es an jenem Tag zu gewinnen gibt. Dann gilt es nur noch das Alster-Rätsel zu lösen und schon sind Sie bzw. seid Ihr im Gewinnertopf.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer // Forza Alster





In der dritten Episode „Meßmer – auf einen Tee mit...“ sind dieses Mal Flo und Pierre aus unserer geliebten Alster Gastro unsere Gesprächspartner. In der ersten Ausgabe unseres Videoformats haben wir Carlotta Sippel von den 1. Hockeydamen und in der zweiten Ausgabe unsere Tennistrakete David Eisenzapf vorgestellt.

Und so sportlich geht bei uns nämlich in der Gastro zu! Aktion in der Küche mit Flo oder sympathischer Service in sportlicher Eleganz mit Pierre und seinem „Service-Team“.

Jetzt geht es aber ans Eingemachte! In dieser (dritten) Folge von „Meßmer – auf einen Tee mit...“ kommen wir voll auf unsere (Geschmacks-)Kosten! Wir wollen nicht spoilern, aber was glauben Sie, wo Flo und Pierre beruflich gelandet

wären, wenn nicht im Club? Die Teeverkostung zeigt, wie fein die Gastro-Näschen sind. Blind den Geschmack erkennen, trotz frischer Zwiebeln im Mund ... das können nur wenige! Aber genug verraten!!!

Code scannen diese und die anderen Folgen genießen.

P.S.: Am Ende wartet noch ein kleiner Leckerbissen auf Sie!



Da ist ja einer leckerer als der andere.

Die neuen Meßmer Ländertees.



Meine etwas andere Trainingswoche am Rothenbaum

Wie so viele Wochen im Jahr habe ich auch diese Woche auf der wunderschönen Anlage des DCadA verbracht, um zu trainieren und an mir zu arbeiten. Nur waren in dieser Woche die Bedingungen und die Trainingspartner etwas andere als sonst. Zum ersten Mal habe ich mich als Hitting Partner beim ATP Turnier in Hamburg beworben, um mit den besten Spielern der Welt trainieren zu können.

Wie ich vorwegnehmen darf: Eine sehr gute Entscheidung, die mir unheimlich viele positive Eindrücke und Erlebnisse beschert hat.

Doch was genau ist eigentlich meine Aufgabe als Hitting Partner bei einem ATP Turnier? Wie der Begriff schon sagt, bin ich hauptsächlich als Spielpartner für die Profis da und sie haben durch mich den Vorteil, dass sie mit einem Hitting Partner im Training ganz genau auf ihre spielerischen und taktischen Bedürfnisse eingehen können, was mit anderen Spielern manchmal eher schwierig sein kann.

Wenn ein Spieler beispielsweise 15 Minuten lang genau einen Schlag trainieren möchte, dann ist es mein Job mit ihm immer wieder diesen Ball oder die jeweilige Situation durchzuspielen, bis er zufrieden ist.

Im Endeffekt bin ich also ein Dienstleister für die Profis. Und es ist zweifelsfrei ziemlich cool mit den Größten unseres

Sports auf dem Platz zu stehen, aber man könnte sich berechtigterweise fragen: „Das ist ja ganz nett, aber bringt dir das selbst überhaupt etwas für dich und dein eigenes Tennis?“

Die Antwort ist eindeutig „Ja!“ Natürlich passe ich mich den Trainingsinhalten der Profis an, aber die Chance 10 Tage lang jeden Tag auf diesem Niveau die Bälle zu schlagen, sich die technischen Details und die Arbeitsweisen der Spieler abzuschauen hat für mich einen enorm großen Wert. Denn wann kommt man denn schon mal den Stars so hautnah?

Während die 30-minütigen Warm-ups mal mehr, mal weniger intensiv oder spannend sind, stellen die längeren Trainingseinheiten (teilweise auch über 2 Stunden) meine Wochenhighlights dar. Denn vor allem sich in den Punkten messen zu können, mit Top-Spielern wie Benoit Paire, Pablo Cuevas oder Roberto Bautista-Agut ist natürlich eine Chance, die ich nicht jeden Tag erhalte und gibt mir ein durchaus wertvolles Feedback zu meinem eigenen Spiel. Außerdem gewöhnt man sich doch auch relativ schnell an das Level der Profis und spielt selbst viel intensiver und disziplinierter.

Für diejenigen im Club, die mich noch nicht kennen: Ich bin selbst hauptberuflich Tennisspieler, trainiere im Club bei Matthias Kolbe und bin aktiv auf der Profi Tour im Tennis.



Leider hatte ich mit meinen 24 Jahren bisher noch nicht den Erfolg, den ich mir gewünscht hätte. Außerdem warf mich ein schwerer Autounfall 2017 für längere Zeit aus der Bahn. Mein bis dato höchstes ATP Weltranglisten-Ranking liegt bei 1147. Somit ist für mich momentan der Alltag die ITF Future Tour, auf der sich im World Ranking eher niedrig platzierte Spieler messen (ca. 300 ATP und abwärts), und nicht die ATP Tour.

An die Standards bei einem ATP Turnier könnte ich mich zweifelsfrei sofort gewöhnen. Neue Bälle zu jedem Training, gewaschene Wäsche vor Ort und perfekt getimte Mahlzeiten, die auch noch komplett auf Spitzensportler abgestimmt sind gehören hier zur Tagesordnung. Bedingungen von denen man auf der Future-Tour nur träumen kann. Nicht nur deshalb hat mich diese lange Woche beim Turnier auch nochmal wahnsinnig motiviert alles dafür zu investieren, irgendwann selbst auf dem Center Court zu stehen und dort aufschlagen zu dürfen.

Insgesamt stand ich jeden Tag zwischen 4 und 5 Stunden auf dem Trainingsplatz und kam selbst fast gar nicht zum Zuschauen, da ich eigentlich fast dauerhaft im Einsatz war. Erst ab dem Halbfinalsamstag wurde es deutlich ruhiger.

Was mich besonders gefreut hat war, dass sich manche Spieler jeden Tag aufs Neue mit mir verabredeten. So spielte ich zum Beispiel an mehreren Tagen hintereinander mit Paire, Cuevas, Bublik, Rublev und Bautista-Agut. Auch dies kann ich durchaus als positives Feedback für meine Trainingsqualität werten. Mein absolutes Wochenhighlight war eine sehr nette Geste von Bautista-Agut, der mir nach unserem Training anbot für seine Viertelfinal-Partie gg. Andrey Rublev in seine „Box“ zu kommen. Da musste ich natürlich nicht lange überlegen!

Leider verlor der Spanier die Partie und Rublev gewann ja, wie allgemein bekannt, das Turnier. An dieser Stelle gibt es noch eine nette, kleine Anekdote zu erzählen:

Unser 1. Herren Coach Tobias Hinzmann und Edelspieler Sebastian Schönholz waren die Tage in Hamburg für das Warm-Up Training von Stefanos Tsitsipas zuständig, während ich ab dem Viertelfinale immer Andrey Rublev aufwärmte. Somit lieferten wir uns bis zum Finale ein kleines, internes „Hitting-Partner-Duell“ und flachsten darüber, wer denn wohl wen besser eingeschlagen hätte.

Tut mir leid Jungs, aber am Ende hatte ich wohl leider knapp die Nase vorn. Kleiner Spaß. // Euer Flemming

Doppelt erfolgreich bei den **Weserpark Junior Open**

Wir hatten Ende September ein schönes, erfolgreiches sportliches Wochenende, diesmal in Bremen. Unsere beiden Jungs haben beim Turnier WESERPARK HEAD Junior Open gespielt. Alexander (in weiß) hat den 1. Platz in der Kategorie U14

bekommen, Nick hat im Finale in der Kategorie U16 knapp verloren und ist zweiter geworden. // Irina Heyser



Halten Sie Ihre Finanzen auf Course. Mit dem Privaten Vermögensmanagement der BW-Bank.

Klare Strategien und Erfahrung spielen nicht nur beim Golf, sondern auch im Vermögensmanagement eine große Rolle. Erfolg zeigt sich hier in der Qualität und Verlässlichkeit der Beratung. Wir kennen unsere Kunden – der intensive Kontakt bildet die Grundlage für herausragende Leistungen, eine exzellente Performance und nachhaltige Erfolge. Sie möchten mehr erfahren?

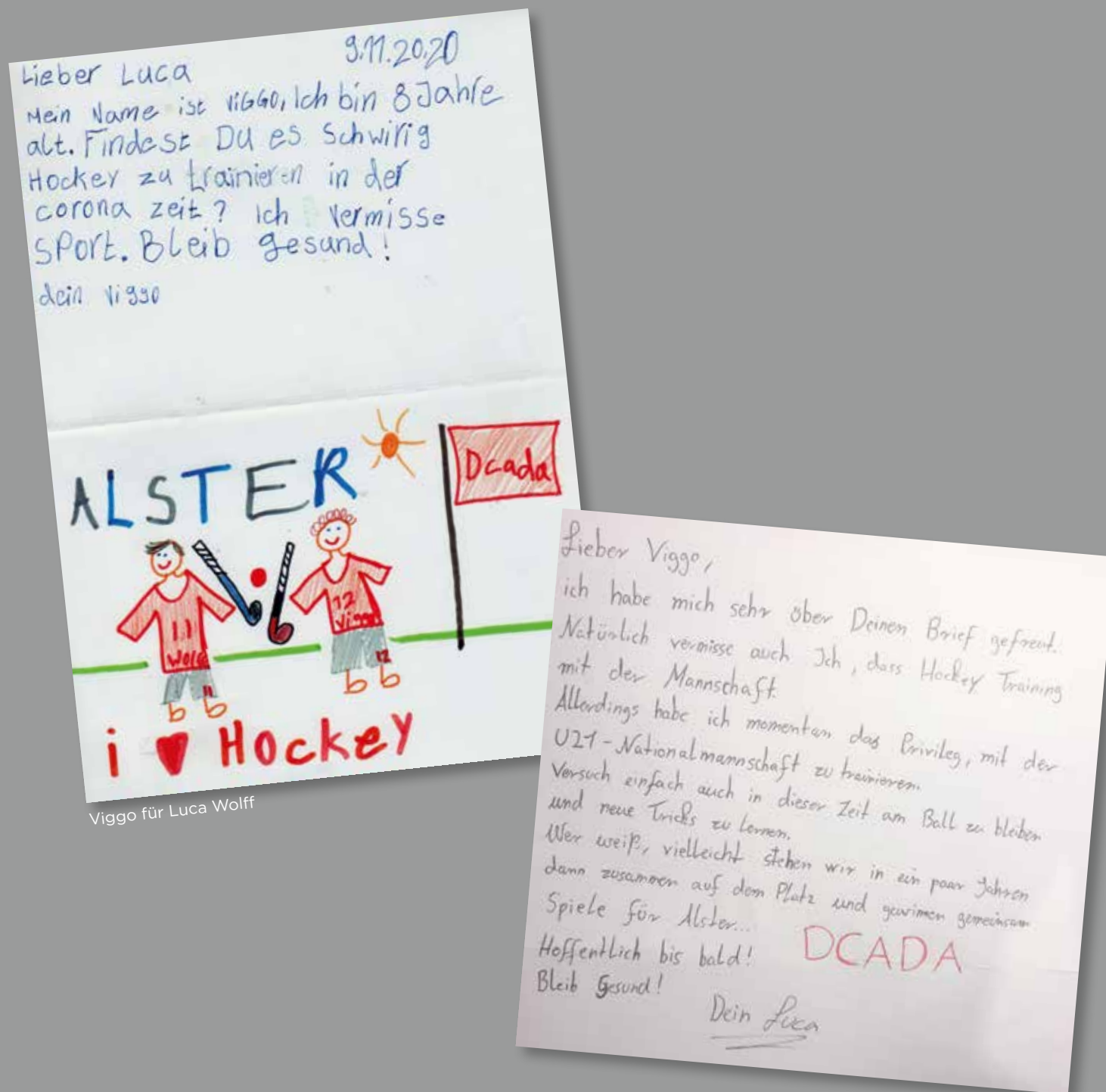
Wir zeigen Ihnen gern, was unser Privates Vermögensmanagement für Sie ganz persönlich leisten kann.

Oliver Pohl
Telefon 040 3069873-94
oliver.pohl@bw-bank.de

www.bw-bank.de/vermoegensmanagement

Privates Vermögensmanagement
Ein Unternehmen der LBBW-Gruppe

BW BANK



Eine kleine Freude schenken...

Gerade in der Halle gestartet, müssen wir zwangspausieren. Kein eigenes Training, keine eigenen Spiele und noch nicht einmal beim Hockey zuschauen. Dabei ist es doch gerade spannend, bei unseren 1. Damen und 1. Herren des DCadA, live am Rand dabei zu sein!

Damit die Kids des Jahrgangs 2012 aber trotzdem etwas über die Damen und Herren lernen können und um diesen ebenfalls die Zeit ohne Hockey etwas angenehmer zu gestalten, bekamen sie die Aufgabe einen Brief / Karte oder

ein Bild zu schreiben / malen um damit mehr über den jeweiligen Spieler heraus zu finden.

Das Resultat lässt sich wahrlich sehen und hat vielen auf beiden Seiten ein Lächeln ins Gesicht gezaubert.

Jetzt lasst uns die Daumen drücken, dass sich die Mädels und Jungs bald auch live mit den Damen und Herren auf dem Hockeyplatz treffen können um ihren Idolen nachzueifern.



SIE LEIDEN UNTER CHRONISCHEN
SCHMERZEN DES BEWEGUNGSAPPARATES?

Vereinbaren Sie gerne einen Termin

T 040 86692 - 244 · F 040 86692 - 143
schmerzszentrum@tabea-krankenhaus.de

www.tabea-fachklinik.de

GEMEINSAM STARK GEGEN DEN SCHMERZ –

das Krankenhaus Tabea baut sein Angebot zur Therapie chronischer Bewegungsschmerzen aus

Schmerzen: Jeder Mensch kennt und fürchtet sie. Wo gelegentlicher Schmerz erträglich ist, können chronische Schmerzen die Lebensqualität der Betroffenen erheblich mindern. In Deutschland leiden etwa 12 Millionen Menschen an langanhaltenden, chronischen Schmerzen, darunter besonders verbreitet: der Rückenschmerz.¹ Oft sind Patienten mit chronischen Schmerzen so stark eingeschränkt, dass sie ihren Beruf nicht mehr ausführen können, psychische Erkrankungen wie Depressionen, dauerhafte Alltagsbelastungen und Konflikte innerhalb der Familie können folgen.

Wenn eine Operation der letzte Ausweg zu sein scheint, wird im interdisziplinären Team des Krankenhaus Tabea alles daran gesetzt, sorgfältig zu prüfen, ob es alternative Behandlungsmöglichkeiten gibt. Die Praxis zeigt, dass sich eine OP in sehr vielen Fällen vermeiden lässt: „Nur etwa 30% der Patienten, die uns durch niedergelassene Fachkollegen vorgestellt werden, kann mit einer OP geholfen werden“, erklärt Dr. med. Christian Möller-Karnick, Chefarzt der Abteilung für Wirbelsäulen- und Neurochirurgie der Blankeneser Klinik.

**Fachübergreifende Kompetenz bei
Schmerzen – stationär wie teilstationär**

Deutlich häufiger kann im Tabea auf ein konservatives Behandlungsangebot zurückgegriffen werden, welches das interdisziplinäre Team aus Schmerztherapeuten, Orthopäden, Psychologen und Physiotherapeuten anbietet. Dieses umfasst einerseits eine umfassende stationäre Therapie und seit neuestem auch ein teilstationäres Konzept.

Bei der vollstationären Therapie wird der Patient für rund 9 bis 16 Tage in die Klinik aufgenommen und erhält ein auf ihn individuell zugeschnittenes Therapieangebot, bestehend aus verschiedenen Bausteinen. Der Schmerz wird hierbei nicht eindimensional als reine

Erkrankung, sondern immer in Beziehung zu individuellen körperlichen, seelischen und sozialen Folgen und Auswirkungen auf den Alltag gesehen. Dementsprechend besteht die Behandlung aus ärztlicher Therapie, psychologisch übenden und psychotherapeutischen Verfahren, Physiotherapie sowie Schulungen zum Thema Schmerz.

Die im April 2019 eröffnete Tagesklinik für Patienten mit chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates bietet nun zusätzlich die Möglichkeit, einen vollstationären Aufenthalt in der Klinik zu umgehen. Das sogenannte teilstationäre Behandlungskonzept sieht vor, dass die Patienten über vier Wochen täglich bis zu acht Stunden in der Klinik behandelt werden, am Abend jedoch in ihr gewohntes Umfeld zurückkehren. Nur wenige andere Kliniken in der Hansestadt bieten diese Form der Schmerztherapie an; die Behandlungsplätze in Hamburg sind mit 50 Plätzen entsprechend rar.

Die Therapie erfolgt nach einem multimodalen und multiprofessionellen Behandlungsplan, der medizinische, psychotherapeutische und körpertherapeutische Anteile, schulende Elemente und Entspannungsverfahren umfasst.

**Das aktive Training – ein zentraler
Bestandteil der Therapie**

Gemeinsam mit Physiotherapeuten und einer Sportwissenschaftlerin trainieren die Schmerzpatienten aktiv und erlernen Maßnahmen zur Schmerzbewältigung, so beispielsweise Übungen, die den Bewegungen und Beanspruchungen im Berufsalltag entsprechen. Hierbei werden individuelle Arbeitssituationen simuliert, wodurch die Betroffenen lernen, alltägliche Anforderungen im Beruf in Hinblick auf Kraft, Ausdauer und Motorik rückenfreundlich zu bewältigen.

„Das Ziel ist, dass die Patienten wieder in ihren Beruf zurückkehren können und langfristig ar-

beitsfähig sind“, erklärt Dr. med. Jan-Henrich Stork, Chefarztlicher Leiter der Abteilung Anästhesie, Intensivmedizin und Schmerztherapie.

Doch nicht jeder Patient kommt für eine teilstationäre Behandlung in Frage. Hinweise, dass eine solche Therapie sinnvoll sein kann, sind u. a. eine vorige erfolglose ambulante Schmerztherapie oder eine bereits längerfristige Einnahme von Schmerzmedikamenten ohne ausreichende Schmerzlinderung.

Um festzustellen, ob der jeweilige Betroffene sich für eine teilstationäre Therapie eignet, wird zunächst die Patientenakte mit dem individuellen Krankheitsverlauf geprüft. Anschließend findet ein Assessment Tag zum persönlichen Kennenlernen statt. „An diesem Tag führen wir mit dem gesamten Team Gespräche und auch ärztliche Untersuchungen durch. So können wir anschließend einschätzen, inwiefern eine teilstationäre Schmerzbehandlung, z. B. im Fall von Bewegungsschmerzen hilfreich sein kann“, sagt Dr. med. Jan Schilling, Orthopäde und Chefarzt der Abteilung für Wirbelsäulen- und Neurochirurgie.

Die teilstationäre Behandlung in einer Tagesklinik ermöglicht den Patienten, ihren Alltag weiterhin zu leben. Sie absolvieren ihre Therapie in kleinen Gruppen à fünf Personen, kommen abends wieder nach Hause und können die in der Klinik erlernten Bewältigungsstrategien leichter in ihren Alltag integrieren.

Krankenhaus Tabea
Kösterberstraße 32
22587 Hamburg



KRANKENHAUS TABEA
Hamburg

Lieber Jesper
 Mein Name ist Max und ich
 bin 8 Jahre alt.
 Ich habe mit 5 angefangen
 Hockey zu spielen.
 Am liebsten spiele ich im
 Sturm, genau wie du.
 Wie lange spielst du schon
 Hockey? Wie viele Tore hast
 du in der letzten Saison
 geschossen?
 Viele Grüße, dein Max

Max, 8 Jahre, für Jesper Kamlade

Moin Max,
 Ich habe, genau wie du, mit
 5 Jahren mit dem Hockeyspielen
 angefangen.
 Meine Tore habe ich nicht
 mitgezählt, mir ist immer
 nur wichtig, dass wir als Team
 gewinnen.
 Ich habe mich sehr über
 deine Post gefreut und hoffe
 wir sehen uns im neuen
 Jahr auf dem Hockeysplatz.
 In dem Sinne
 Frohe Weihnachten mit deiner
 Familie.
 Jesper

Ich bin Ferdinand und 8 Jahre alt
 Wie lange spielst du schon Hockey? Was bist du in der Position?
 Ich hab zwei Schwestern hast du auch Geschwister?
 Wie bist du so gut geworden?



Ferdinand für Didi Linnekogel

Hi Ferdi, danke für deinen Brief!
 Ich habe auch eine Frage an dich und zwar: seit wann spielen Igel auch
 Hockey?
 Als ich aus Kolumbien nach Deutschland kam war ich 7 Jahre alt und habe
 dann gleich angefangen Hockey zu spielen, also schon seit 21 Jahren.
 Ehrlich gesagt spiele ich im Mittelfeld weil man dort am meisten den Ball
 hat und man Tore schießen sowie verhindern kann - also eigentlich macht
 man alles.
 Ich habe keine Geschwister, aber ganz früher wollte ich einen Bruder.
 Jeden Tag Hockey spielen! Egal wo du bist, immer spielen bis du umfällst.
 So wirst du besser.
 Wünsche dir schöne Weihnachten und hoffe dir gehts gut!
 Aller Beste Grüße
 Didi



DRES. THOMSEN & KOLLEGEN – DIE SPEZIALISTEN FÜR IHRE ZAHNGESUNDHEIT



Dr. Jens Thomsen
Ästhetische Zahn-
heilkunde, Prophylaxe



Dr. Tore Thomsen
Restaurative Zahn-
heilkunde, Endodontie



Dr. Giedre Matuliene
Parodontologie



Dr. Rafael Hasler
Implantologie, Oral-
chirurgie



Dr. Milena Katzorke
Kieferorthopädie

Sie haben Fragen? Für ausführliche Informationen besuchen Sie unsere
Homepage, oder rufen Sie uns an.

Heilwigstraße 115 | 20249 Hamburg | Tel: 040-44 59 71 | www.dr-thomsen.com



DRES. THOMSEN & KOLLEGEN

Harries GmbH

Münzen - Edelmetalle



Ankauf - Verkauf - Beratung

Seltene Münzen und Sammlungen



Gold- u. Silber-Barren u. -Münzen



Scheidgut in Form von Zahngold,
Schmuck, Medaillen, Bestecken etc.



Seit 40 Jahren beraten wir Sie
in persönlicher Atmosphäre.



Harries GmbH
Hofweg 12 • 22085 Hamburg
Tel: 040/ 229 00 77
www.harries-gmbh.de



Deutsche Bank Kapitalmarktausblick: Was bringt 2021 für die Vermögensanlage?

Das Jahr 2020 war ein Jahr voller Herausforderungen – auch für Anleger. Die Corona-Pandemie hat die Gesellschaft, die Weltwirtschaft und zeitweise auch die Kapitalmärkte hart getroffen. Wie es 2021 weitergeht, wird weiterhin in hohem Maße davon abhängen, wie sich die Pandemie entwickelt. Trotz aller Unwägbarkeiten blicken wir optimistisch ins neue Jahr: Aus Anlegersicht sollten die Chancen die Risiken überwiegen.

Stärkstes Wachstum seit Jahrzehnten

Im „Corona-Jahr“ hat die Pandemie tiefe Spuren hinterlassen: Das globale Bruttoinlandsprodukt (BIP) schrumpft 2020 nach Berechnungen von Deutsche Bank Research voraussichtlich um 3,5 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Für 2021 erwarten die Experten ein Wachstum von 5,9 Prozent. Diese Gegenbewegung wäre das stärkste Wachstum seit Jahrzehnten. Zur Jahreswende blicken die Investoren natürlich stark auf die USA. Der neugewählte Präsident Joe Biden dürfte den Druck auf China beibehalten, dabei aber multilaterale Ansätze fahren. Der Handelskonflikt mit der EU könnte sich entschärfen. Wichtige Player sind auch die Notenbanken. Sie haben eine nochmalige Ausweitung ihrer expansiven Politik in Aussicht gestellt. 2021 wird das noch nicht zu Inflation führen. Der Markt rechnet aber damit, dass es darüber hinaus zu einer Trendwende bei der Inflation kommt.

Was tun in diesem Umfeld?

Zinserhöhungen durch die Notenbanken sind 2021 nicht zu erwarten. Spareinlagen werden also weiterhin kaum Rendite abwerfen. An den Rentenmärkten sieht es anders aus: Wenn mit der wirtschaftlichen Erholung eine Normalisierung einsetzt und Investoren wieder umschichten, könnten die Anleihenkurse kurzfristig stärker nachgeben und deren Renditen entsprechend steigen. Chancen finden Anleger vor allem an den Aktienmärkten. Erholen sollten sich solche Werte, die 2020 besonders gelitten haben. Das sind vor allem preiswerte, zyklische Aktien aus den Branchen Tourismus, Industrie, Automobile sowie Metall- und Bergbau, weil sie von einer Konjunkturerholung profitieren. Darüber hinaus sehen wir Chancen bei Gesundheitsaktien. Weniger gut könnten teure defensive Werte wie Gebrauchsgüter sowie Nahrungsmittel und Getränke laufen. Bei Technologiewerten stimmt der langfristige Trend. Kurzfristig könnte es aber aufgrund der teilweise hohen Bewertungen sein, dass sie sich in den kommenden Monaten schlechter entwickeln als die Titel anderer Branchen. Entsprechend erscheint Europa als Anlageregion interessanter als die USA, wo IT- und Internetwerte für rund 40 Prozent des Aktienmarktes stehen. Einen Favoritenwechsel gibt es vermutlich bei Rohstoffen:

Industriemetalle sollten sich besser entwickeln als Edelmetalle. Kupfer beispielsweise profitiert von der zunehmenden Nachfrage nach Elektroautos. Gold dürfte weniger gefragt sein, wenn die Wirtschaft sich weiter erholt.

Immobilien und nachhaltige Anlagen

Immobilien sollten Anleger nicht pauschal als sicher einschätzen. Es gibt viele Chancen, jedoch auch einige Risiken. Die gute Nachricht lautet „Das Büro steht noch“. Das heißt, auch wenn die Menschen künftig öfter im Homeoffice oder mobil arbeiten, dürfte der Bedarf an Büroflächen längerfristig steigen. Schließlich verändert sich die deutsche Wirtschaft weiter in Richtung Dienstleistung. Gleiches gilt für die Nachfrage nach Lagerflächen, getrieben vom Onlinehandel. Der Einzelhandel steht hingegen vor Problemen und das nicht nur wegen des Internethandels. Autos werden aus den Innenstädten verdrängt, das macht das Einkaufen für viele dort unattraktiver. Die Preise für Wohnimmobilien dürften vor allem in den Großstädten weiter steigen.

Sehr spannend: Zunehmend entdecken die Anleger, dass mit ESG-Investitionen Geld zu verdienen ist. Die drei Buchstaben ESG stehen für das Berücksichtigen von Kriterien aus den Bereichen Umwelt (Environmental), Soziales (Social) und verantwortungsvolle Unternehmensführung (Governance). Der Klimawandel beschäftigt Politik und Wirtschaft. Die Rettungs- und Fiskalprogramme der Staaten und Notenbanken sind teils an ESG-Kriterien gebunden. Der künftige US-Präsident Biden will grüne Energien fördern, und auch China setzt zunehmend auf erneuerbare Energien. Besonders deutsche Industrieunternehmen sind hier sehr stark. Anleger sollten das Thema nicht außer Acht lassen, auch um ein besseres Chance-Risiko-Profil zu erzielen und damit die Risiken im Portfolio breiter zu streuen.

Jederzeit am Puls der Märkte

Auf [deutsche-bank.de/marktmeinung](https://www.deutsche-bank.de/marktmeinung) finden Anleger regelmäßig Einschätzungen zu aktuellen Kapitalmarktthemen – eine ideale Grundlage für ein Gespräch mit dem Berater oder der Beraterin bei der Deutschen Bank.

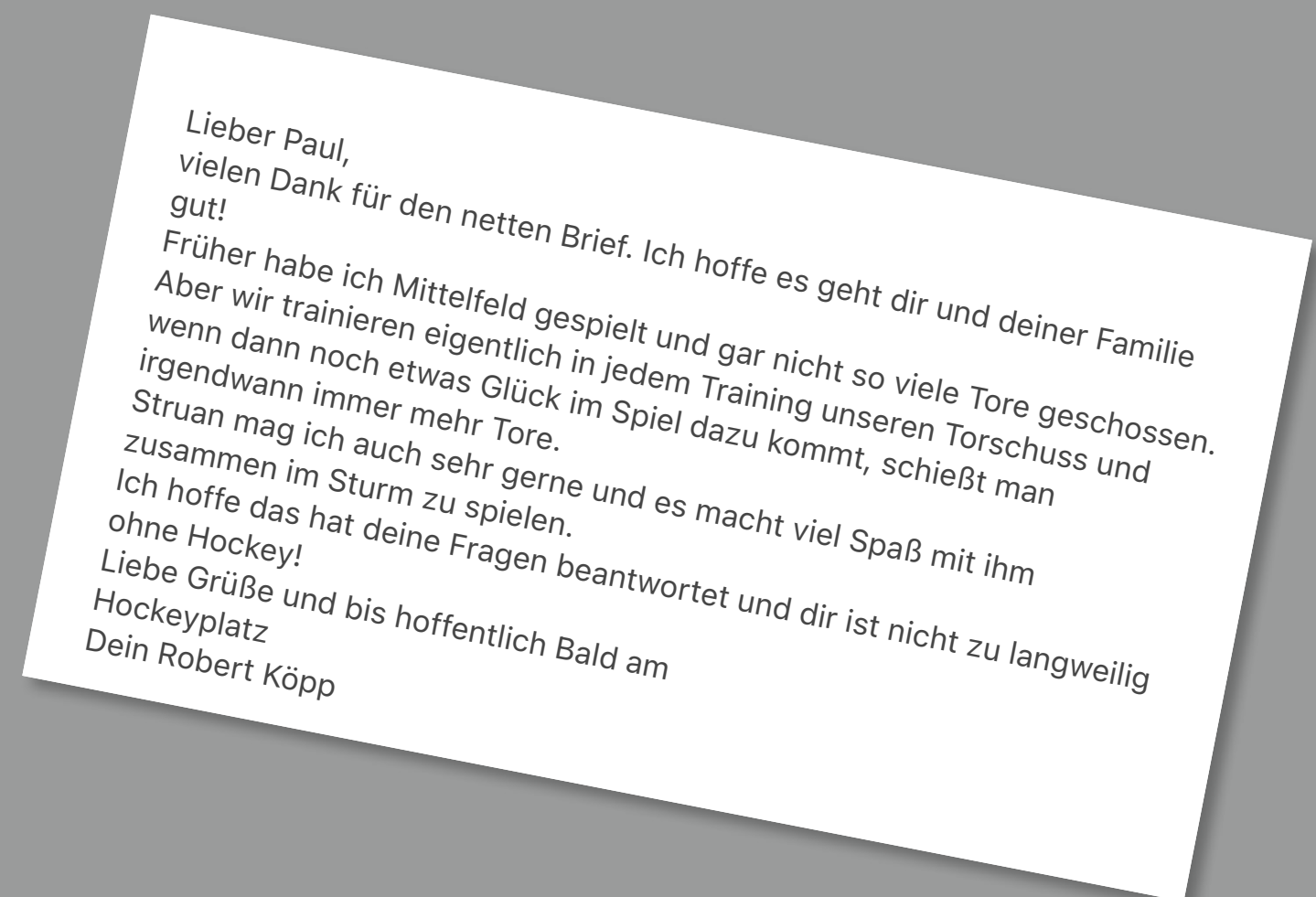
Kontakt:

Stefan Knoll, Leiter Privatkunden Region Nord,
Telefon (040) 3701-2200, stefan.knoll@db.com

Deutsche Bank



Paul für Robert Köpp



Neue Hoffnung für Schmerzpatienten

Corona-INFO:

Die Praxisraumluft wird 15 mal pro Stunde durch HEPA-Filter von Viren & Co gereinigt!

Das ZIM Scholz hilft Patienten mit Schmerzen mit einem richtungsweisenden Therapiekonzept

Der Schmerz als ständiger Begleiter im Alltag: Diese belastende Erfahrung teilen zahlreiche Menschen.

Denn die möglichen Schmerzorte erstrecken sich über den gesamten Körper – angefangen beim Kopf über Schulter und Nacken, den Rücken, die Hüfte und die Knie bis hin zu den Fußsohlen oder dem gesamten Muskelapparat.

Oft haben die Betroffenen nach einer Reihe von Behandlungsversuchen resigniert und sich mit ihrem Zustand arrangiert. Doch die wenigsten Schmerzen sind unabwendbar: In der Regel mangelt es in solchen Fällen nicht an einer geeigneten Therapie, sondern am ganzheitlichen Blick des Mediziners, um die wirkliche Ursache der Beschwerden zu erkennen. Nur wenn er die Zusammenhänge vollständig ergründet, lässt sich die tatsächliche Schmerzursache ausmachen – und effektiv behandeln.

Zum Beispiel das folgende Beschwerdebild: Kribbeln, Taubheitsgefühle und Schmerzen im Gesäß und unteren Rücken, die in den Oberschenkel ausstrahlen und bis in den Fuß hinabziehen. Hier wird häufig ein Bandscheibenvorfall oder ein Hüftproblem diagnostiziert werden, obwohl der wahre Verursacher der Beschwerden aber der Piriformis-Muskel

sein kann. Unterhalb des großen Gesäßmuskels liegend, verbindet er Kreuzbein und Oberschenkel. Er kann diese komplexe Schmerzsymptomatik auslösen,



„Wir beginnen da, wo andere erfolglos waren.“

– FRANK SCHOLZ –

indem er sich verhärtet: durch ständige Fehlhaltung oder Überlastung, zum Beispiel beim Joggen, oder durch eine Funktionsstörung des Iliosakralgelenks, das sich im höheren Lebensalter oder auch bei Bewegungsmangel im wochenlangen Homeoffice schnell verkantet.

In seinem Zentrum für Integrative Medizin in Hamburg-Falkenried deckt

Frank Scholz die ganze Bandbreite der modernen Diagnostik und Therapie ab und erstellt für jeden seiner Patienten ein individuelles, multimodales Behandlungskonzept, das von seinem erfahrenen Praxisteam umgesetzt wird. „Wenn ich die wahre Schmerzursache erst einmal erkannt habe, bietet mir die Medizin von heute sehr wirksame Methoden, um sie zu beseitigen“, erklärt der Osteopath und Heilpraktiker Frank Scholz. Die seit Längerem oder seit langer Zeit bestehenden Schmerzsyndrome lassen sich so innerhalb weniger Monate massiv vermindern und bestenfalls sogar vollständig beseitigen.

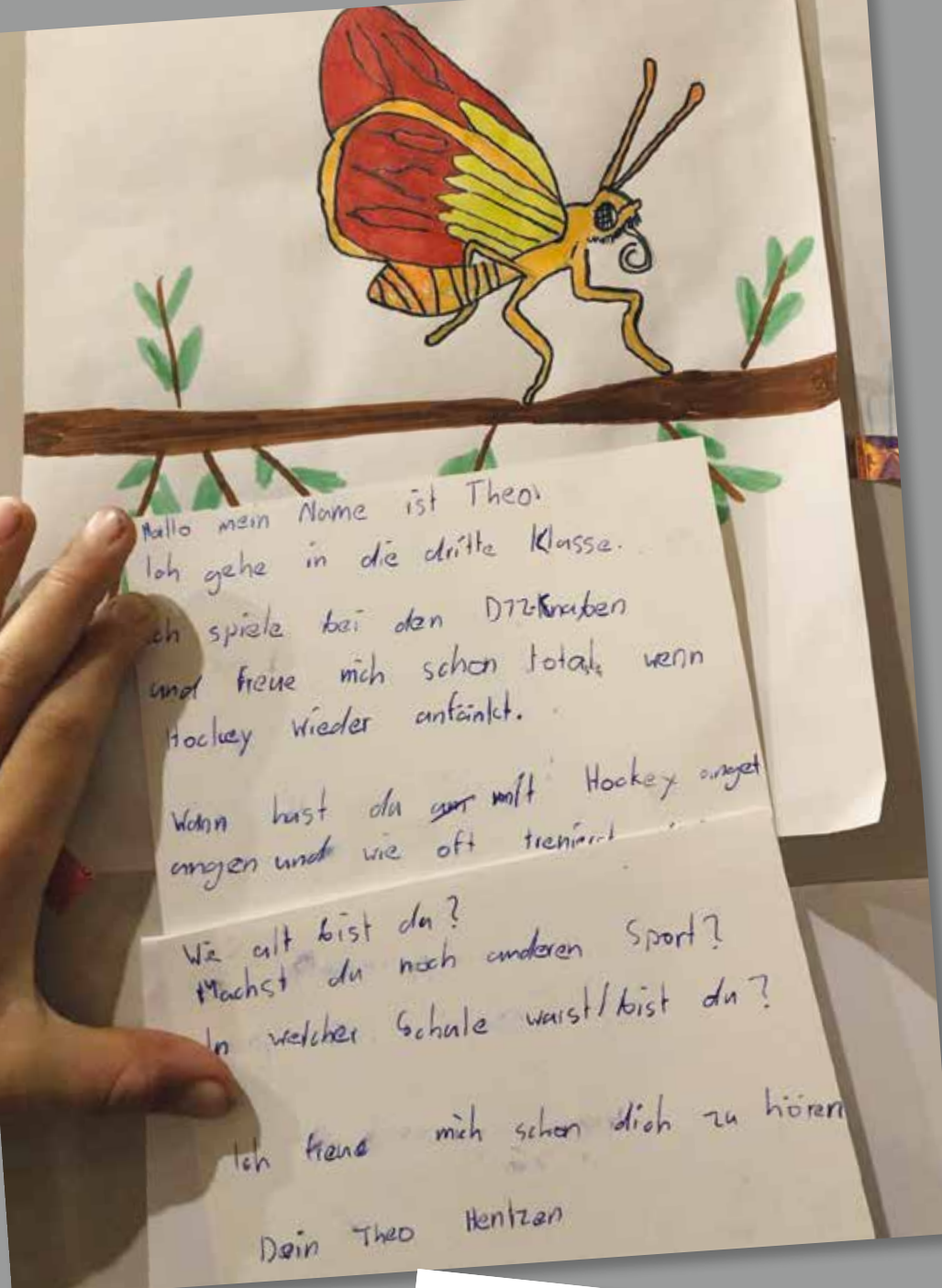
„Wir beginnen da, wo andere erfolglos waren“, sagt Frank Scholz, „und freuen uns, dass die Patienten erleben: Da geht ja noch was!“

ZENTRUM FÜR INTEGRATIVE MEDIZIN SCHOLZ

Hoheluftchaussee 20
20253 Hamburg

Telefon 040/25178774
rezeption@zim-scholz.de
www.zim-scholz.de

Alle privaten Kassen, Selbstzahler
und Zusatzversicherungen

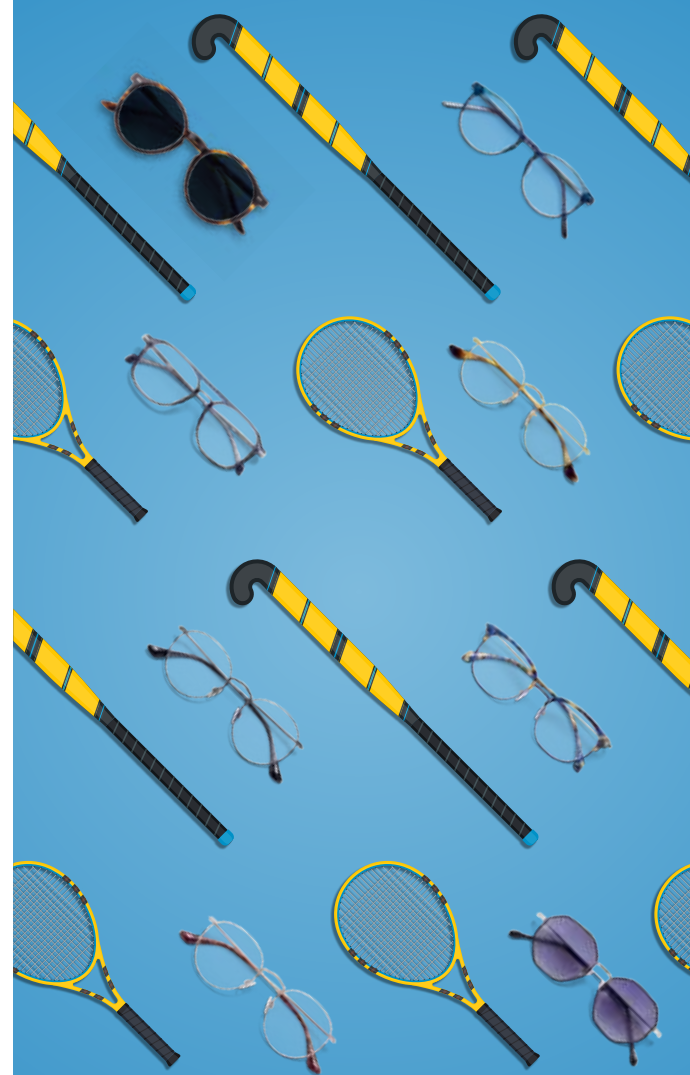


Theo für Max Schnepel

Hallo Theo,
ich hoffe Dir und deiner Familie geht es ebenfalls gut und alle sind gesund.
Ja, ich freue mich auch sehr wenn Hockey wieder losgeht.
Ich bin übrigens 26 Jahre alt und komme aus Hannover. Auf der Bismarckschule Hannover war ich und habe dort das Abitur gemacht (wirst du auch "bald" machen). Nun studiere ich.
Ich stand mit vier Jahren das erste Mal auf dem Hockeyplatz und seit dem gab es keine andere Sportart mehr für mich.
Wenn du nächstes Jahr zu einem Punktspiel vorbei schaut, komm gern auf mich zu. Dann können wir Hockey spielen und quatschen.
Ich wünsche Dir eine tolle Weihnachtszeit mit deinen Liebsten.
Wir sehen uns und bis dann,
Max Schnepel #4

TEAMPLAYER SEIT 1938.

Markenbrillen & beste Beratung
15x in Hamburg



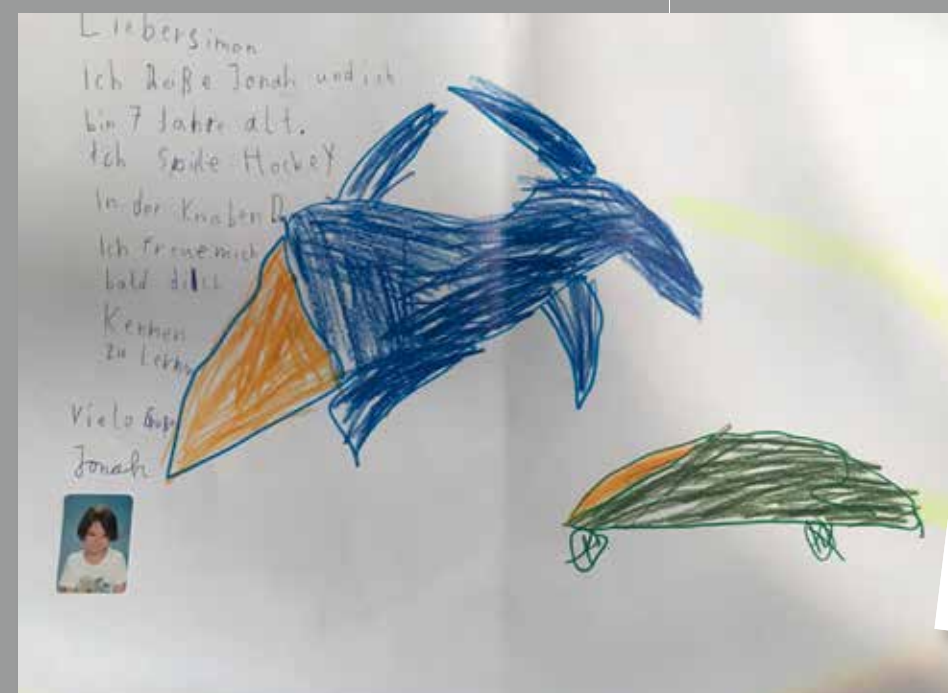
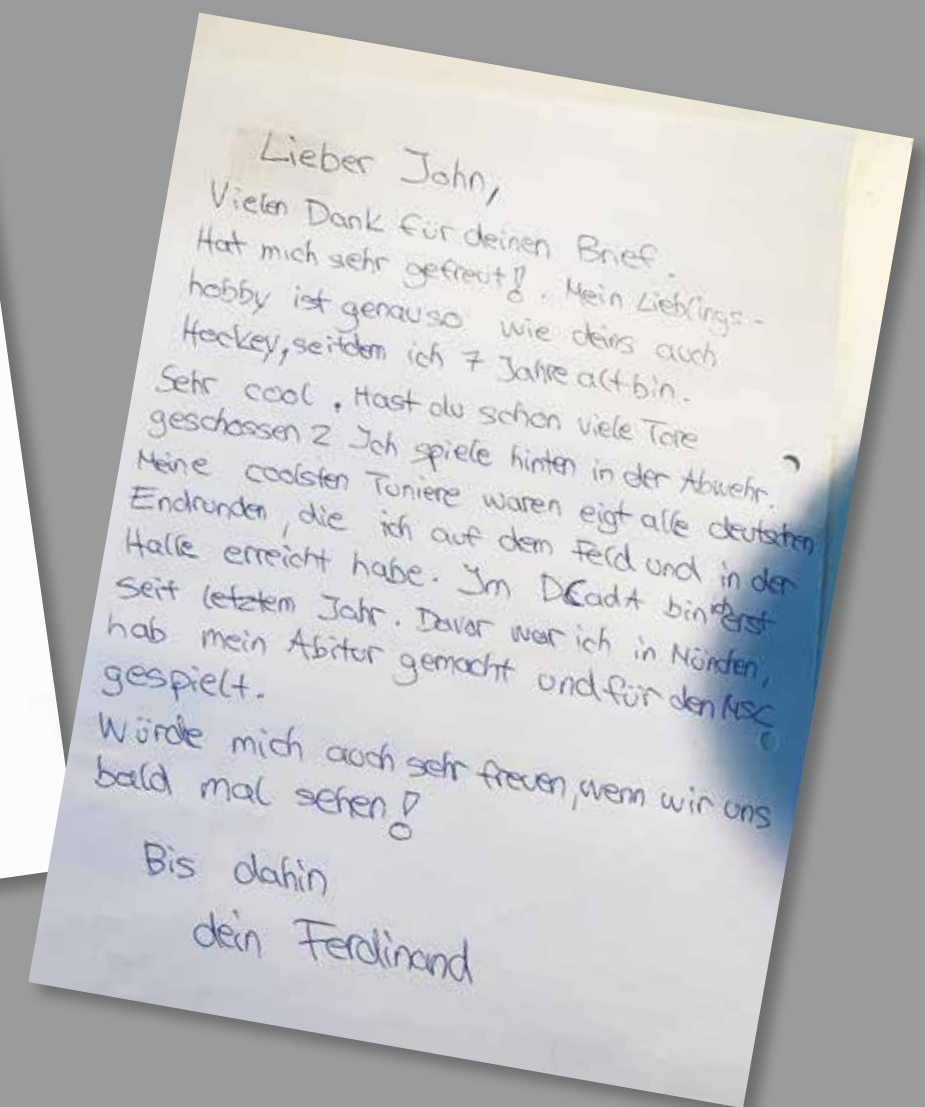
CHANEL GUCCI TOM FORD
SAINT LAURENT Cartier Dior

OPTIKER BODE

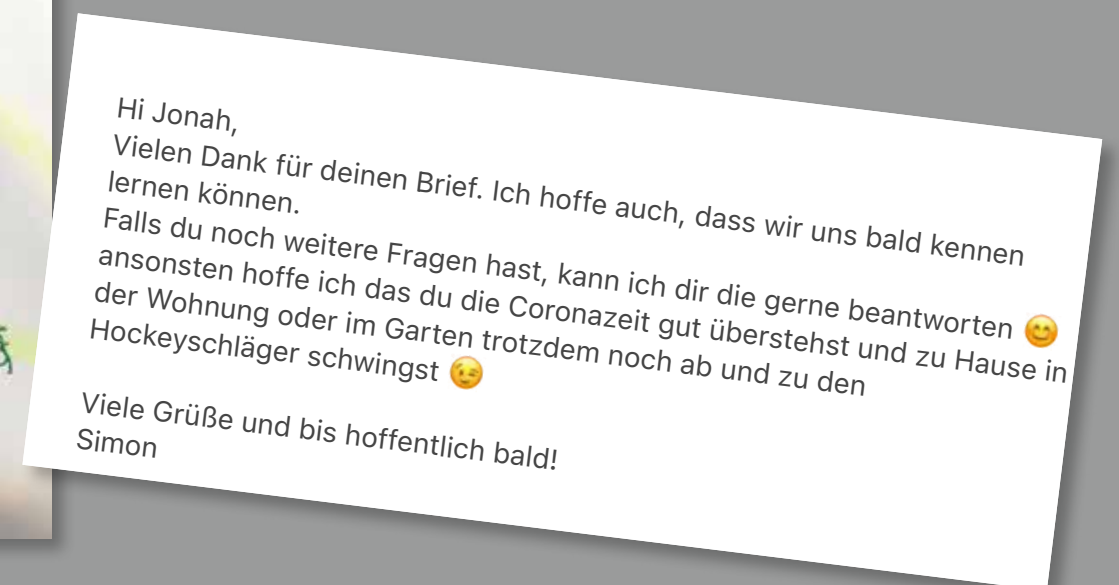
Gute Brille · Gutes Gefühl



John für Ferdinand Rüsse



Jonah für Simon Mundorf



Moin Felix,

mir geht es super, Danke
der Nachfrage! Ich trainiere
jeden Tag mit unseren Physios
von Alster, um so schnell wie
möglich auf den Platz zu stehen. ☺

Leider sind solche Verletzungen nicht
sehr schnell heilbar und man
braucht viel Geduld und einen
klaren Kopf.

Ich hoffe im April, spätestens Mai
wieder zu 100% Hockey spielen
zu können. Vorher werde ich
bestimmt schon auf dem neuen
Kunstrasen trainieren können.

Wir sehen uns bald wieder Felix!

Liebe Grüße
Tobi ☺



Felix für Tobi Schnepel

Lieber Tobi
Ich hoffe es geht
dir gut Wann kommst
du wieder Hoberg
spielen?

Dein Felix

Lieber Johan ☺

Vielen Dank für deinen tollen Brief, da habe ich mich wirklich sehr gefreut.
Ich spiele schon ganz lange Hockey, seit fast 22 Jahren, also habe ich mit 3 Jahren im
Hockeykindergarten angefangen.
Bevor ich zu Alster gekommen bin, habe ich 3 Jahre bei Polo gespielt und davor die ganze Zeit im UHC.
Bei Alster bin ich nun etwas über 1 Jahr. ☺

Ich habe auch lange Tennis gespielt und gehe sehr gerne Golfen. Schwimmen kann ich auch, super, dass
du dein Silber Abzeichen schon gemacht hast. Dann kommt hoffentlich nächsten Sommer das goldene
Abzeichen dazu ☺

Ich freue mich, wenn wir uns bald mal bei einem Spiel, oder auch so im Club sehen.
Ganz liebe Grüße, auch an deine Familie,

Dein Jendrik

Lieber Jendrik,
Ich heiße Johan und bin
8 Jahre alt. Ich spiele Hockey
bei Alster bei den D-Knaben.
Wie lange spielst du schon bei
Alster? Wo hast du davor
gespielt? Hast du noch andere
Hobbys? Ich spiele noch
Tennis und gehe gern
schwimmen. Diesen Sommer
habe ich mein Silber Abzeichen
gemacht. Ich habe viele
Spiele von euch gesehen
und hoffe dich bald mal
kennen zu lernen.
Dein Johan

Johan für Jendrik Silaff



DERMATOLOGIE IN EPPENDORF



Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8-19 Uhr

Eppendorfer Landstrasse 42
20249 Hamburg

T: 040 - 70 70 81 50

M: info@dermatologie-eppendorf.de

www.dermatologie-eppendorf.de

PRIVATPRAXIS FÜR DERMATOLOGIE, ALLERGOLOGIE UND VENEROLOGIE

Im Herzen von Eppendorf befindet sich das Zentrum für
moderne Diagnostik und Therapie von Hauterkrankungen.

**Unser Anspruch ist es, Ihrer Haut das Beste zu geben -
in Diagnose, Therapie, Fürsorge und Pflege.
Dem fühlen wir uns verpflichtet.**



DR. MED.
KATHI TURNBULL



DR. MED. PHILIP
FLAMMERSFELD



DR. MED.
LILIA PLATE



DR. MED.
ALEXANDRA GUST



DR. MED.
NICOLA OTTE

LEISTUNGSSPEKTRUM

Hautvorsorge | Operative Dermatologie | Allergologie | Lasertherapie
Ästhetische Dermatologie | Venenerkrankungen | Kindersprechstunde
Dermatologische Kosmetik | Medizinische Fußpflege

KIRCHNER & MARES

International Yacht Brokerage
Hamburg • Kiel



SIE WOLLEN IHRE GEBRAUCHTE YACHT VERKAUFEN?

Als internationaler Yachtmakler, mit über 25 Jahren Erfahrung, sind wir Ihnen gerne behilflich! Unabhängig vom Liegeplatz! Legen Sie den Verkauf in professionelle Hände.



Ihr
Florian Kirchner & Kai Mares

OFFICE HAMBURG OFFICE KIEL
Rödingsmarkt 39 | 20459 Hamburg Erlenweg 16 | 24229 Dänischenhagen
Fon: 040 - 60 56 31 86 Fon: 04349 - 91 99 30
www.kirchner-mares.com | info@kirchner-mares.com

Name: Moritz Datum: 11.11.20 Blatt: 1

Lieber Mark,
ich heiße Moritz und bin 8 Jahre alt.

Seit 4 Jahren spiele ich bei Hester Hockey.

Ich habe dich im Internet gesehen - in der Hallensaison möchte ich auch Torward werden.

Jetzt müssen wir erst mal Corona überstehen.

Vielleicht lernen wir uns mal kennen.

Dein Moritz

Moritz für Mark Appel

Name: Victor Klasse: 3C Datum: 10.11.2017 Blatt: 240

Hallo Tobi
Ich heiße Victor, ich bin 8 Jahre alt. Wie geht es dir?
Mir geht es gut.
Wie bist du überhaupt auf die Idee gekommen Hockey zu spielen?
Mir gefällt am Hockey, dass man auf das Tor schießen kann.
Ich hoffe, dass ich dich mal beim Spiel sehen kann.

LIEBE GRÜSSE

Dein Victor

Torr rrrrrr
Tobi hat sich ja geschoss

Victor für Tobi Terber

Lieber Moritz,
ich habe mich sehr über deinen Brief gefreut.
Meine Antwort kommt etwas später, da ich gerade noch mein Studium beendet habe und noch mit der Nationalmannschaft unterwegs war.

Wenn du Fragen zum Torhüter haben hast, komm gerne auf mich zu!

Für mich geht es am Freitag erstmal wieder nach Mannheim zur Nationalmannschaft.

Halt durch und lass dich von Corona nicht zu sehr ärgern!

Dein Mark

Lieber Victor,
vielen Dank für deinen netten Brief. Mir geht es super, ich hoffe dir auch?
Nur finde ich es sehr schade, dass wir momentan bei Hockey spielen dürfen und du durch deine Spiele von uns sehen kannst. Ich hoffe, dass dies bald wieder möglich sein wird.
Nun zu deiner Frage:
Ich bin zum Hockey gekommen, weil meine beiden älteren Schwestern auch Hockey spielen. Somit habe ich schon mit drei Jahren angefangen.
Wenn ich mal ein Hockey spielen möchte, bin ich bei der Polizei und ausserdem da.
Ich würde mich freuen, wenn wir uns bald bei einem Spiel von mir sehen. Wenn du Lust auf Hockey hast, sag mir, wo du wohnst.
Trüffl von mir mit.
Beste Grüße,
Tobi #15

URLAUB. GENIESSEN.

SYLT

2021

LIST
LISTER HUS
BLIDSSEL BUCHT
KAMPEN
RESIDENZ
MEERESLEUCHTEN
WENNINGSTEDT
VILLA JANSEN
KEITUM
HAMPTON ISLAND
MORSUM
WESTER LAND
ARNIKA HOF
APARTEMENT
ABENDROT
HÖRNUM

IBF

Appartementvermietung auf Sylt
Jede Sekunde auf Sylt
ist eine bessere Minute in Ihrem Leben!
Immobilien Brigitte Führ GmbH
Hauptstraße 11 • 25996 Wenningstedt/Sylt
Hotline: 04651 98420 • info@ibf-sylt.de • www.ibf-sylt.de



Lieber Levi von Wedel,
 Ich bin Geron des Berlin und
 lebe erst ein Jahr in Hamburg.
 Ich freue mich sehr, dass
 ich im Hockey Club Dada mitspielen darf.
 Wie lange lebst du schon in Hamburg?
 Wie oft habt ihr schon in der
 Bundesliga gewonnen?
 Wie viele Tore hast du schon geschossen?
 LG & Geron Melius

Geron für Levi von Wedel

Lieber Geron,
 vielen Dank für deinen netten Brief! Ich habe mich
 sehr darüber gefreut. Du hast geschrieben, dass du
 erst seit einem Jahr in Hamburg lebst. Ich hoffe
 du fühlst dich gut eingelebt und du hast
 viele neue Freunde gefunden. Ich selber bin vor
 vier Jahren aus München nach Hamburg gezogen.
 Deswegen weiß ich, wie wichtig es ist, Freunde
 zu finden. Ich denke aber, dass der Hockeysport
 dabei eine große Hilfe ist. Wie oft wir in
 der Bundesliga Geschichte schon gewonnen
 haben, kann ich dir leider nicht genau beantworten.
 Was ich dir aber sagen kann ist, dass wir alles
 dafür geben, nach einige Siege einzufahren.
 Viel mehr Spaß macht das natürlich mit euch
 als Zuschauern! Ich persönlich bin gerade erst
 aus der Jugend zu den Herren gekommen und
 Da ist also noch mächtig Luft nach oben.
 Bleib fit und Gesund und bis hoffentlich bald
 mal am Spielfeldrand!

Hi Jack. Ich habe eine Frage.
 Wie hast du es geschafft
 zu den ersten Herren zu
 kommen. Ich hoffe ich
 bekomme eine Antwort.
 und tschüss. Titus 2012

Titus für Jack Heldens

Moin Titus,

Ich habe mich sehr über deine Nachricht gefreut. Als ich 4 war, habe ich
 mit dem Hockey bei Alster angefangen. Je älter ich wurde, desto mehr
 wurde mir bewusst, dass ich irgendwann bei den 1. Herren spielen will.
 Also habe ich immer mein bestes gegeben zu jeder Trainingseinheit zu
 gehen und mich dabei immer voll reingehangen. Wichtig war natürlich
 auch noch Spaß zu haben. Gleichzeitig habe ich immer daran geglaubt,
 dass ich es schaffen kann und nie aufgegeben, wenn ich, zum Beispiel, zu
 einem Spiel nicht aufgestellt wurde oder ich mich mal verletzt habe.
 Und ich glaube fest daran, dass du das auch schaffen kannst, solange du
 immer an dich glaubst und Spaß am Hockey hast!

Dein Jack
 #33





L'AFRIKA

DIVINE DESIGN

L'AFRIKA ist Importeur und Wiederverkäufer, von feinen Stoffen und anspruchsvollen Kunsthandwerk aus Südafrika. Hervorzuheben sind die einzigartigen Ardmore Keramiken, die in der L'AFRIKA GALLERY AND SHOWROOM ausgestellt und erhältlich sind. Das Angebot an Wohndekor umfasst u.a. auch Möbel, Kissen, Tischläufer, Tischdecken, Servietten und Platzsets.

Adresse: Niedernstraße 121, Kontorhaus Viertel, Hamburg
 Öffnungszeiten : Di bis Fr 12:00 – 18:00, Sa 11:00 – 17:00
 Tel. + 49 (0)172 977 5814 E-Mail: linda@lafrika.de
www.lafrika.de



Luis für Fredy Gohlke

Hallo Luis,
 Ich habe mich sehr über deinen Brief gefreut!
 Ich bin 23 Jahre, du hast also noch ein bisschen
 Zeit, bis du mich einholst.
 Wohnen tue ich in Eimsbüttel. Ich hoffe, wir
 können uns bald auf einem Hockeyplatz im Club
 treffen und sehen.
 Bis dahin wünsche ich dir alles gute!
 Liebe Grüße, Fred

Sportradiologie, MRT-Diagnostik und Vorsorge in Hamburg



**RADIOLOGIE
AM ROTHENBAUM**
 Hamburg | Hansastraße
 Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz



Radiologie am Rothenbaum
 Hansastraße 2-3
 20149 Hamburg

- ✓ Sportradiologie
- ✓ MRT der Prostata (mpMRT)
- ✓ Schmerztherapie an der Wirbelsäule

Ein starkes Team – Diagnostik und Therapie für Ihre Gesundheit

- Zwei Privatpraxen in zentraler Lage
- Schnelle Termine auch am Samstag & kurze Wartezeiten
- MRT aller Körperbereiche (3 Tesla MRT)
- CT aller Körperbereiche (Mehrschicht-Spiral-CT)
- Persönliche Betreuung & direkte Befundübermittlung

Termin vereinbaren:

Radiologie am Rothenbaum
 Radiologie am Rathausmarkt
 Alle 13 Praxen

Tel 040 - 32 55 52 - 109
 Tel 040 - 32 55 52 - 101
 Tel 040 - 32 55 52 - 100

oder online über
www.radiologische-allianz.de



- + Mammadiagnostik
- + Herzdiagnostik
- + Neuroradiologische Sprechstunde

Radiologie am Rathausmarkt
 Mönckebergstraße 31
 20095 Hamburg



**RADIOLOGIE
AM RATHAUSMARKT**
 Hamburg | Mönckebergstraße 31
 Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz

Sportradiologie

Verletzungen und Erkrankungen an Knochen, Muskeln, Sehnen und Gelenken können mithilfe modernster bildgebender Verfahren genau diagnostiziert werden.

Bei der Beurteilung des Bewegungsapparates spielt die MRT-Diagnostik in der Sportmedizin – insbesondere zur frühzeitigen Therapiefindung – eine zentrale Rolle. Klassisch und jedem bekannt sind Verletzungen an Bändern und Knochen im Rahmen eines akuten Unfalls, wie z.B. Umknicken oder Sturz.

Zu den häufigsten Problemen von Sportlern zählen jedoch Sehnen-schädigungen und Überlastungen der Sehnen. Mit zunehmendem Alter verlieren die Sehnen an Elastizität. Bevor daraus größere Schäden entstehen, kann mit einer rechtzeitigen, exakten MRT-Diagnostik die optimale Therapie zur Ausheilung eingeleitet werden. Gleiches gilt bei Überlastungen, wie z.B. dem Tennisellenbogen oder Sehnen-scheiden-entzündungen. Auch in allen übrigen Gelenkstrukturen wie der Gelenkkapsel und insbesondere des Knorpels oder der Menisken im Kniegelenk können mittels MRT verlässlich frühzeitig auch kleinste Verletzungen und Veränderungen entdeckt werden. In der Muskulatur kann zwischen einer Zerrung und einem tatsächlichen Riss von Muskelfasern unterschieden werden. Eine präzise Diagnose hat Einfluss auf das Therapieverfahren und eine schnelle Genesung.

„Der fallorientierte fachliche Austausch mit den ärztlichen Kollegen der Orthopädie, Unfallchirurgie, Inneren Medizin und weiteren Fachrichtungen ermöglicht eine exakte Bewertung auch schwieriger Fälle und dient der optimalen Versorgung unserer Patienten.“, erklärt Dr. Jörg Gellißen von der Radiologie am Rothenbaum.

MRT-Diagnostik und Vorsorge am Beispiel der mpMRT der Prostata

Die multiparametrische Magnetresonanztomographie (mpMRT) der Prostata eröffnet gute Möglichkeiten zu Früherkennung von Prostatakrebs. Sie liefert zuverlässigere Ergebnisse als andere Untersuchungsmethoden – und das völlig schmerzfrei sowie nicht-invasiv. Die MRT der Prostata ist das zurzeit sicherste und beste Verfahren zur biopsie-freien Vorsorge und Früherkennung sowie zum Ausschluss eines Prostatakarzinoms z.B. bei auffälligem Tastbefund des Urologen oder erhöhtem PSA-Wert. Die Nachweisempfindlichkeit der mpMRT ist mit 85% anderen Verfahren weit überlegen. Mit etwa 90-prozentiger Sicherheit kann zudem Prostatakrebs ausgeschlossen werden.

Komplettes Leistungsspektrum unter einem Dach

Die Radiologische Allianz ist ein Zusammenschluss freiberuflich tätiger und unabhängiger Fachärzte. Sie bietet das gesamte Leistungsspektrum radiologischer, nuklearmedizinischer und strahlentherapeutischer Verfahren an. Mehr als 60 Fachärzte in 13 Praxisteams bringen ihre fachliche und menschliche Kompetenz unterstützt durch modernste medizinische Technik für eine bestmögliche Versorgung aller Patienten ein.

Hallo Bezzel!

Ich bin Jacob Benoit und bin 8 Jahre alt. Ich spiele seit 7 Jahren Hockey. In der letzten Saison habe ich alle 1 Herren Heim und Auswärts Spiele gesehen. Dann kam leider Corona. Das warf meine Zeit mit euch sehr. Letztes Jahr habe ich mit 1 Jahr älteren den Bären Cup gewonnen. Das war das Coolste was ich im Hockey erlebt habe. Was war dein cooles Hockey Erlebnis? Wie fühlst du dich jetzt? Wie alt bist du? Was ist dein Lieblingsspiel im Hockey? Hast du schon mal mehr als 10 Tore in einem Spiel geschossen? Ich schon! Viele Grüße Dein Jacob

Jakob für Philipp Bezenberger

Hi Jacob,

Ich habe mich sehr über deine Nachricht gefreut!

Ich finde es echt cool, dass du zu jedem Spiel von uns kommst und uns anfeuerst. Du bist ein echt treuer Fan! 😊 Leider wirst du mich dort in den nächsten Jahren nicht mehr sehen können, da ich nächstes Jahr nach München gehe, um dort zu studieren...

Den Bären Cup durfte ich früher auch einmal gewinnen, allerdings nicht mit den ein Jahr älteren ;)

Als ich so alt wie du war, war das auf jeden Fall auch das größte für mich und mein Team, das hat echt Spaß gemacht.

Mein coolstes Hockeyerlebnis war definitiv 2018 die Deutsche Meisterschaft mit meinem Jugend Team zu gewinnen. Wir waren in unserem Jahrgang ein echt eingespieltes Team und haben sehr oft versucht deutscher Meister zu werden. Leider sind wir in den ersten Jahren immer knapp gescheitert. Aber als ein Team haben wir zusammengehalten und im Finale Frankfurt geschlagen.

Das ist auch das mit Abstand wichtigste beim Hockey: Wenn man als Team zusammenhält ist alles, wirklich alles möglich!

Aktuell dürfen wir ja alle kein Hockey spielen 😞 deshalb treffe ich mich ab und zu mal mit anderen Jungs von den 1. Herren, um eine Runde um die Alster zu laufen.

Ich bin jetzt 19 Jahre alt und seit diesem Jahr mit der Schule fertig 😊

Mein Lieblingstrick ist der Vorhandzieher. Da die Aggi zu meinen Stärken gehört, lege ich mir den Ball so immer zum Tore schießen hin 😊

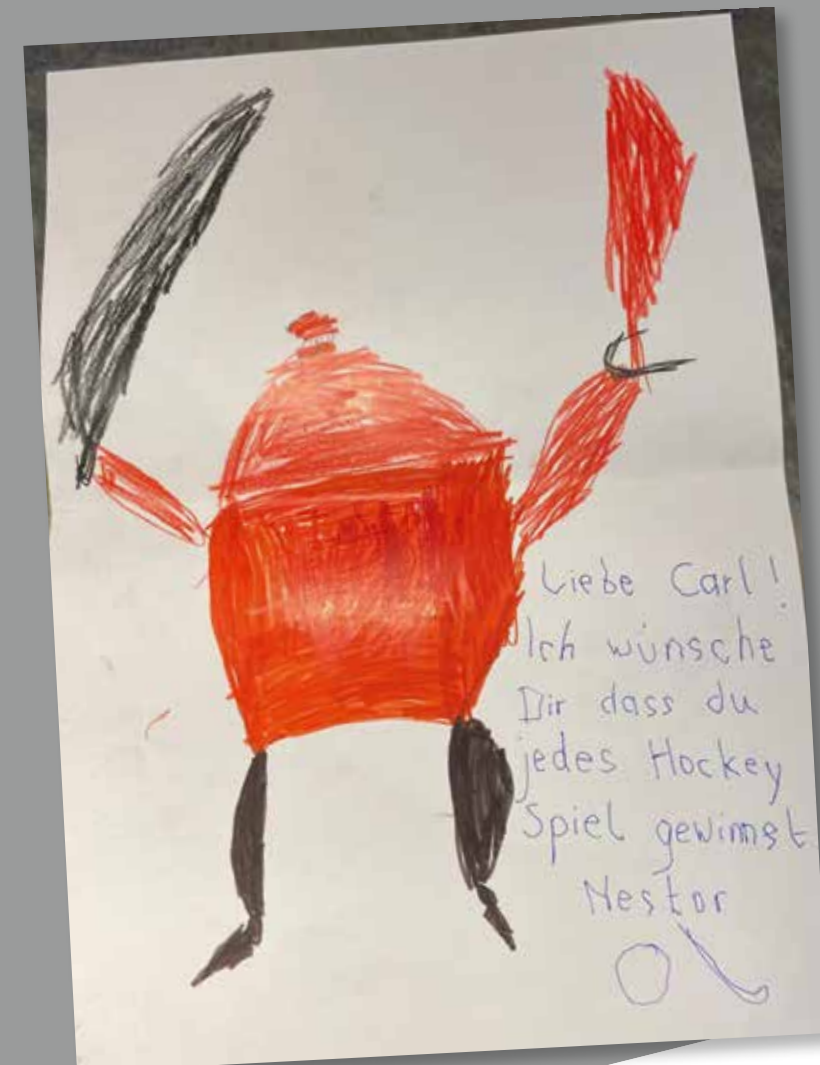
Eine Sache hast du mir aber auf jeden Fall voraus! Ich habe noch nie 10 Tore !! in einem Spiel geschossen. Das ist eine großartige Leistung!

Ich bin mir sicher, dass du es mit harten Training und viel Fleiß irgendwann schaffen wirst deine Tore bei den 1. Herren zu schießen. Bis dahin wirst du aber noch viel lernen und noch viel mehr erleben.

Ich hoffe ich konnte deine Fragen gut beantworten. Du kannst mir natürlich auch noch andere stellen wenn du willst 😊

Hoffentlich sehen wir uns bald mal! Ich wünsche dir viel Erfolg für die nächste Zeit!

Schöne Grüße 🍷 Bezzel

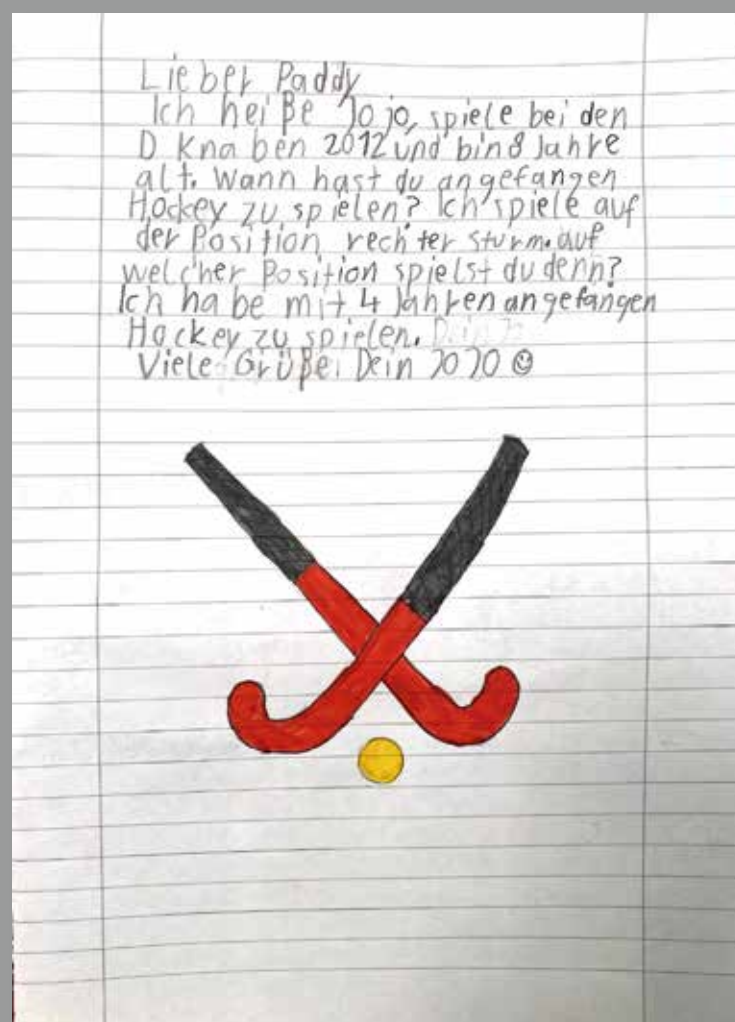


Nestor für Carl Alt

Hallo Nestor,

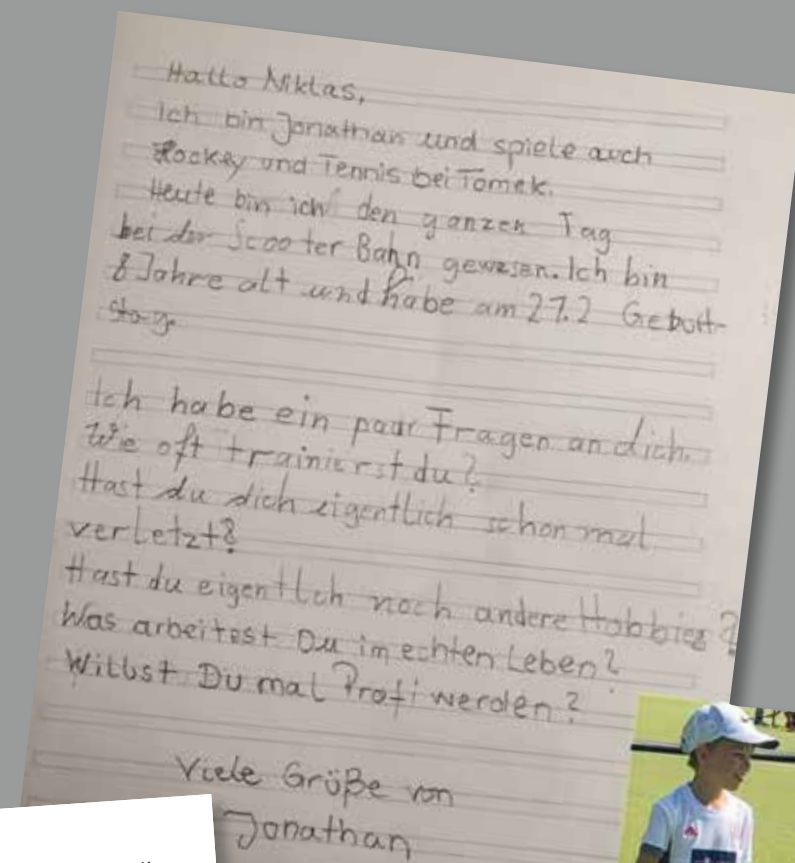
Danke für deine Nachricht und das schöne Bild. Wir geben immer unser bestes die Spiele zu gewinnen auch wenn das gerade auf dem Feld nicht so gut klappt. Vielleicht klappt es mit deiner Unterstützung nächstes Jahr besser. Falls du noch Fragen hast, lass mir die gerne über Jana schicken.

Sportliche Grüße, Carl



Jojo für Patrick Schmidt

Moin Jojo,
 vielen Dank für deinen tollen Brief, über den ich mich sehr gefreut habe!
 Ich hoffe es geht dir und deiner Familie gut und ihr langweilt euch nicht zu
 sehr in dieser verrückten Corona-Zeit.
 Für uns wurde nun leider auch die Hallensaison abgesagt, aber angesichts
 der Situation ist das bestimmt richtig, auch wenn ich sehr gerne mit euren
 Anfeuerungsrufen im Rücken gespielt hätte. Das gibt immer nochmal die
 extra Portion Motivation!
 Ich spiele schon Hockey seitdem ich 5 Jahre alt bin. Inzwischen bin ich
 schon 32 Jahre alt und es macht immer noch Spaß mit dem Team
 gemeinsam auf dem Platz für einen Sieg zu kämpfen! Ich spiele auch im
 Sturm, allerdings ist das bei den Herren nicht immer so richtig festgelegt
 auf welcher Seite man spielt, aber häufig tauche ich links auf. Ich wünsche
 dir weiterhin viel Erfolg und vor allem Spaß beim Hockey und mit deiner
 Mannschaft und hoffe, dass wir alle bald wieder richtig trainieren und
 spielen können! Spätestens dann freue ich mich auch dich vielleicht mal
 persönlich kennen zu lernen. Komm doch gerne einfach mal nach einem
 unserer nächste Spiele zu mir, dann quatschen wir man ne Runde und
 vielleicht kann ich dir ja noch einen Trick beibringen ;)
 Also, mach's gut, pass auf die auf und bleib gesund! Bis hoffentlich bald!
 Dein Paddy #28



Jonathan für Niklas Bruns

Hi Jonathan.
 Ich hoffe dir geht es gut und dein Tag bei der Scooter Bahn war cool!

Gerne beantworte ich dir deine Fragen :)

Momentan ist das mit dem Training ja leider sehr schwierig und die
 Hallensaison dürfen wir auch nicht starten. Das ist natürlich sehr schade.
 Wenn alles normal ist, trainieren wir 3 mal die Woche mit der Mannschaft
 Hockey. Nebenbei gehe ich natürlich auch noch laufen, auch wenn ich's
 nicht so gerne mag.

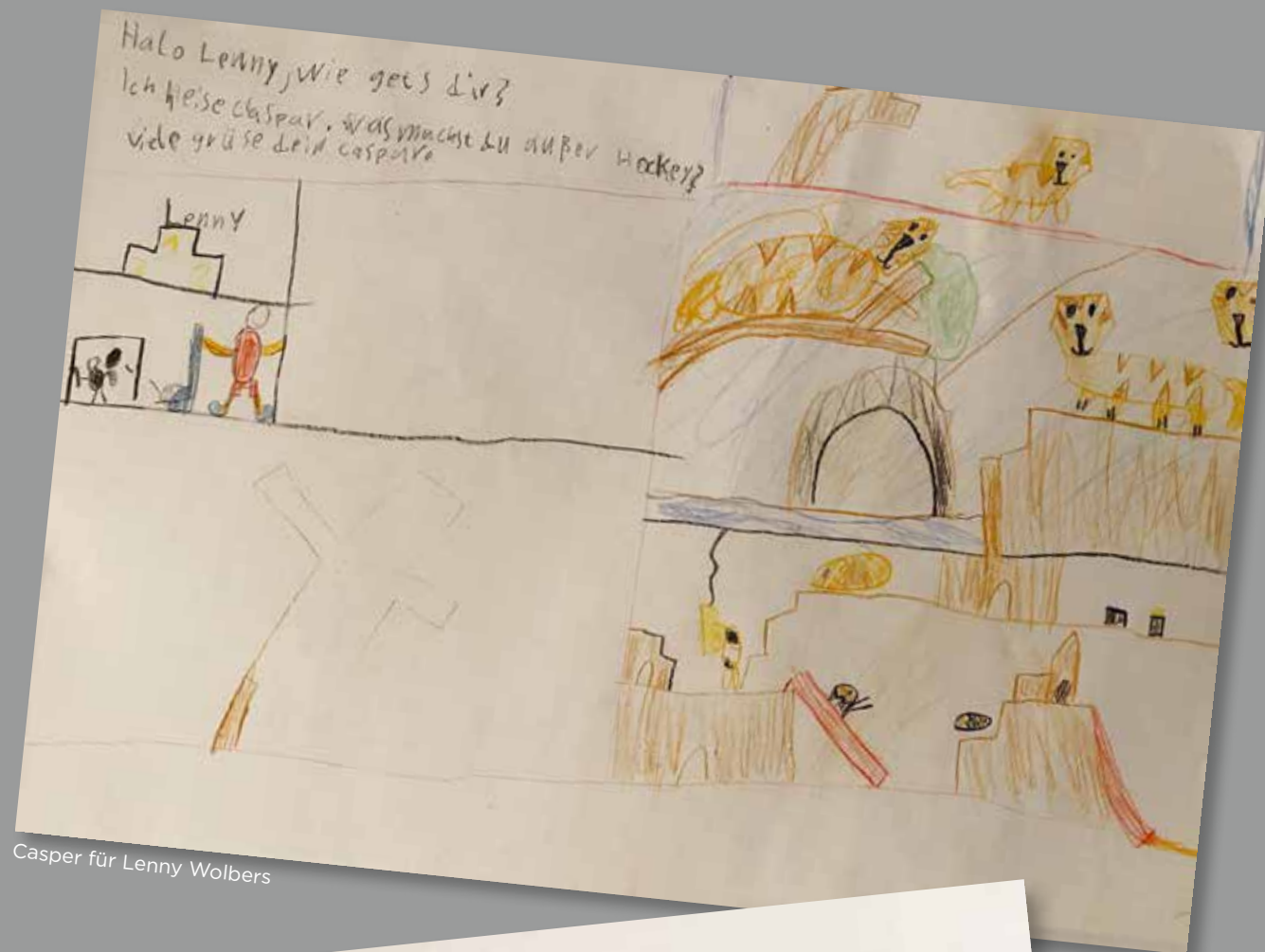
Leider habe ich mich tatsächlich schon 2-3 mal verletzt. Ich bin zum
 Beispiel mit meinem rechten muss so doll umgeknickt, dass ich sogar
 operiert werden musste und eine Schraube in meinem Knöchel steckte.
 Das ist natürlich immer echt traurig, wenn man nicht spielen kann. Aber
 wenn man gut trainiert, dann ist eine Verletzung auch gar nicht so
 schlimm.

Klar habe ich noch andere Hobbies. Ich mag zum Beispiel auch viele
 andere Sportarten:
 Ski fahren, Fußball spielen oder auch Tennis.
 Ansonsten Treff ich mich gerne mit meinen Freunden und bin viel draußen
 unterwegs.

Ich bin noch Student, also noch gar nicht richtig im echten Leben
 angekommen. Aber das macht auch Spaß und man hat mehr Freizeit als
 beim arbeiten. Das gefällt mir sehr gut :) so kann ja auch mehr trainieren

Ja Profi werden, das wärs!
 Leider gibt es ja beim Hockey nicht so viel Geld wie beim Fußball.
 So muss man, wenn man Hockey spielt eben auch die Schule zu Ende
 machen, studieren und danach arbeiten. Aber das ist eigentlich nicht so
 schlimm.
 Wichtig ist es das alles zu genießen!

Ich hoffe ich konnte deine Fragen gut beantworten.
 Natürlich hoffe ich auch, dass es dir gut geht und du weiter am Ball
 bleibst, auch wenn man gerade nicht so viel Hockey spielen darf wie
 sonst.
 Wenn du noch mehr fragen hast, dann schreib sie mir gerne!
 Ansonsten bis bald im Club Dein Niklas :)



Casper für Lenny Wolbers

Hallo lieber Casper,
 Vielen Dank für deinen netten Brief und
 die tollen Zeichnungen.
 Ich habe mich sehr darüber gefreut.
 Mir geht es eigentlich sehr gut. Ich würde natürlich
 sehr gerne Hallenhockey spielen, aber das ist ja
 aktuell leider nicht möglich. Geht dir bestimmt
 auch so.
 Neben dem Hockey arbeite ich bei einem
 Zeitschriftenverlag. Wenn es die Zeit neben dem Hockey
 zulässt, mache ich auch so noch gerne Sport mit Freunden.
 Ich spiele zum Beispiel gerne Fußball oder Paddle Tennis.
 Ich hoffe wir sehen uns bald mal auf dem Hockeyplatz.
 Viele Grüße Dein Lenny



Weihnachten steht vor der Tür.

Die Tennisplätze sind winterfest und die Hockeyspieler in die Halle umgezogen. Nun beginnt für uns alle die Zeit, in der wir für ein paar Tage die Hektik des Alltags vergessen und eine schöne Zeit im Kreise unserer Lieben verbringen können. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen und Ihren Familien besinnliche Weihnachten.

Heinsen OHG

Generalvertretung der Allianz
 Waldweg 5
 22393 Hamburg
 agentur.heinsen@allianz.de
www.allianz-heinsen.de

Tel. 0 40.60 09 73 03

Allianz 

Lieber Philip,

Ich bin Lorenzo und bin 8 Jahre alt. Ich wohne am Alfred-Beit-Weg, in der Nähe vom Floss Alster.

Wenn ich groß bin, (also so wie du) möchte ich Tennisspieler, Architekt, Erfinder werden. Meine Schule heißt: KSH. Meine Eltern sind: Robert und Nina Valeria. Seit 2 Tagen haben wir einen Hund. Ihr Name ist Caria. Bei dem „Club an der Alster“ spiele ich Hockey und Tennis. Meine Hobbys sind: Fußball, Hockey, Tennis, manchmal Schwimmen und Skifahren.

Mein Foto:



Viele Grüße
und
bis bald

Lorenzo

13. November HH



Lorenzo für Philip Rothländer

Lieber Lorenzo,

vielen lieben Dank für Deinen tollen Brief. Ich habe mich sehr gefreut. Ich bin Philip Rothländer, 26 Jahre alt und spiele seit 2013 bei Alster. Zusammen mit meiner Freundin Hanna Granitzki (1. Damen Spielerin bei Alster) wohne ich im Mittelweg, Ecke Oberstraße, also gar nicht weit weg von dir!

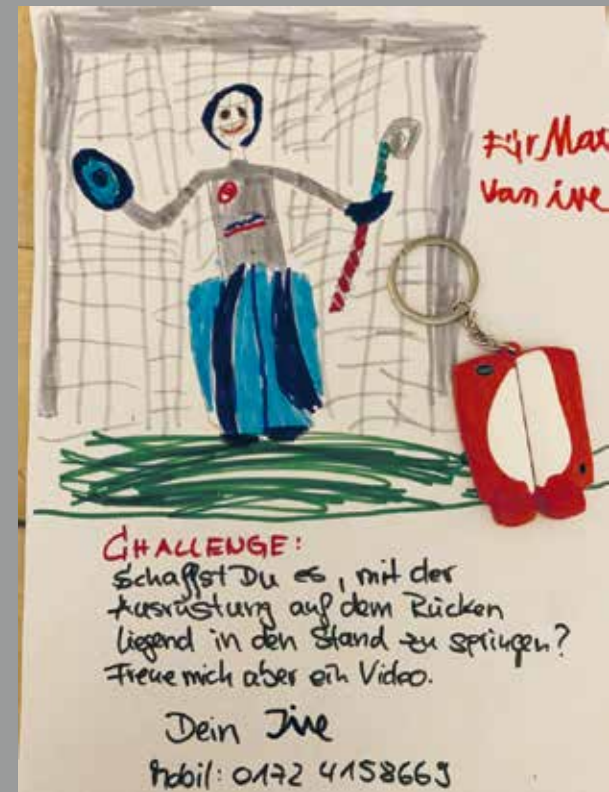
Ich arbeite in einer Firma die Segelveranstaltungen organisiert. In meiner Freizeit spiele ich gerne Golf und helfe mich mit Freunden. Für einen Hund haben wir leider noch keine Zeit, da wir beide sehr viele unterwegs sind. Aber in Zukunft könnten wir uns einen Hund auch sehr gut vorstellen.

Ich wünsche dir viel Erfolg bei allem was du so in Zukunft vor hast.

Und wenn du Fragen im Hockey hast, kannst du mir gerne jederzeit schreiben oder mich in Club aussprechen!!

Liebe Grüße

Dein Philip!



Ipe für Max Wollweber

Hi Ipe,

vielen vielen Dank für deine nette Karte und die Challenge. Ich habe mein Bestes gegeben, muss aber leider gestehen, dass mir vom Zoom-Workout am vorigen Tag sämtliche Muskeln wehgetan haben (hat Levi vielleicht erzählt :)) Dementsprechend ist es mir nicht so ganz gelungen... Ich werde aber weiterhin fleißig trainieren und schicke die kommenden Wochen gerne nochmal ein Update. Vielleicht hast du ja auch Tipps oder machst es mir mal vor. Darüber würde ich mich sehr freuen!

Also alles Gute und bis bald,
dein Max



Lieber Tom,
 Ich schreibe dir diesen Brief
 um dir eine Freude zu
 machen. Ich glaube du hast
 auch in Coronazeiten Langeweile.
 Deswegen schreibe ich dir und
 ich habe auch ein paar Fragen.
 Ich bin Pauli ich bin 8 Jahre alt.
 Ich gehe in die 3. Klasse und
 spiele super! Hockey, noch Fußball
 und Tennis. Frage Nr. 1: Was hat dich
 überzeugt Hockey zu spielen?
 Frage Nr. 2: Wer ist dein Idol?
 Frage Nr. 3: Welche Hobbys hast
 du außer Hockey noch?
 Ich hoffe der Brief gefällt dir.
 Du kannst mir zurück schreiben
 wenn du möchtest.
 Dein Pauli

Pauli für Tom Stroink

Lieber Pauli,

Ich habe mich sehr über deinen Brief gefreut und
 freue mich natürlich auch deine Fragen zu
 beantworten. So vergeht mir die Langeweile
 bestimmt 😊

Mich hat definitiv das Teamgefühl innerhalb der
 Mannschaft und die Möglichkeit mit seinen
 Freunden Sport zu machen überzeugt. Außerdem
 ist Hockey, wie ich finde, die spannendste
 Sportart der Welt.

Als ich so alt war wie du, war Carlos Nevado (ein
 ehemaliger Olympia Sieger im Hockey) mein Idol
 und zugleich auch mein Vorbild. Ich hoffe du hast
 auch eins, denn das hilft einem noch mehr seine
 Ziele im Leben zu erreichen.

Neben Hockey spiele ich noch sehr gerne Fußball
 mit meinen Freunden. So hab ich ein bisschen
 Abwechslung im Sport und kann was mit meinen
 engsten Freunden unternehmen.

Ich hoffe meine Antworten haben dir gefallen und
 du hast jetzt auch bisschen weniger Langeweile
 beim lesen 😊

Ich hoffe der lockdown ist bald vorbei, sodass
 endlich alle wieder Hockey spielen können.

Ebenfalls hoffe ich, dass du und deine Familie
 diese Zeit weiterhin gut überstehen werden.

Dein Tom

Lieber Christian, 11.11.2020
 Ich bin Gustav und spiele Hockey
 bei den 2012ern. Daneben
 spiele ich Fußball und Tennis.
 Es ist sehr schade, dass wir
 nicht trainieren dürfen.
 Wie hältst Du Dich fit in der
 Corona-Zeit? Und ich weiß
 dass du viele Tore schließt
 und das finde ich super!
 Bleib gesund
 Viele Grüße
 Dein Gustav
 Gustav für Christian Reimann

THE BRIDGE
 Lieber Gustav,
 Vielen Dank für Deinen netten Brief!
 Ich spiele auch sehr gerne Fußball und
 Tennis, wenn ich nicht gerade auf dem
 Hockeyplatz bin.
 Natürlich finde ich es auch sehr
 schade, dass wir nicht trainieren können.
 Deshalb versuche ich viel im die-
 Aster zu laufen und ein bisschen Skis
 zu machen. Außerdem gehe ich und
 wieder Golf spielen.
 Wir freuen uns sehr, dass Du
 unsere Spiele guckst und somit auch
 meine Tore siehst. Ich hoffe, dass Du
 auch viele Tore schließt und ich
 vielleicht auch mal an Spiel von Dir
 sehen kann.
 Bleib Du auch gesund!
 Liebe Grüße
 Dein Christian






WEIHNACHTSGENUSS:
JETZT BESTELLEN!



Ein Fest für die Sinne!

Verwöhnen Sie sich und Ihre Familie mit einem erlesenen
 FRIEDRICHS Meisterstück: feine Lachsfilets und ganze Lachsseiten
 aus unserer Manufactur. In einer wertvollen Schatulle auch ideal als Geschenk.
 Bestellen Sie jetzt sicher & bequem online bis zum 17.12. und freuen Sie
 sich auf eine pünktliche Lieferung zum Fest.

www.gottfried-friedrichs.de/shop

Hallo Anton!

Ich bin Antony. Also wie du aber
 mit x. Ich spiele Hockey bei den Knaben
 D. Was ich richtig gut kann! Brett legen
 In Corona Spiele ich viel mit meinen Brüdern.

Was kannst du beim Hockey am Besten?
 Welche Position spielst du?
 Wie alt bist du?
 Hat man als Hockeyer schon eine Freundin?
 Wast du als D. Knebe Auch schon so gut?
 Wie fräue mich
 Wenn wir uns Birsend wann wieder sehen.
 Viele grüßt dich Antony

Antony für Anton Boeckel

Lieber Antony,

Vielen Dank für deinen netten Brief, es hat mich sehr gefreut von dir zu hören.

Brett legen ist beim Hockey eine sehr hilfreiche Sache. Als ich in deinem Alter war, konnte ich noch nicht so gut Brett legen und musste das später noch lernen.

Ich bin 25 Jahre alt und spiele bei den Herren im Mittelfeld, hab aber auch schon mal in der Verteidigung und im Sturm gespielt. Ich würde auch sagen, dass es meine Stärke ist, dass ich auf jeder Position einsetzbar bin. Außerdem kann ich auch ganz gut dribbeln.

Eine Freundin habe ich, ja. Sie heißt Kira und spielt auch richtig gut Hockey bei unseren 1. Damen.

Wenn wir uns im Club demnächst, wenn es wieder erlaubt ist, mal über den Weg laufen, sag mir doch mal Hallo. Dann können wir uns mal in Person unterhalten.

Viele Grüße
 Dein Anton

Hallo Struan,

Ich heiße Emil und bin 8 Jahre alt.
 Ich gehe in die 3. Klasse und am Wochenende
 gehe ich gerne mit meinem Papa Angeln.
 Wie alt bist du?
 Aus welchem Land kommst du?
 Was sind deine Hobbys?
 Was für ein Auto fährst du?
 Seit wann spielst du Hockey?
 Liebe Grüße Emil



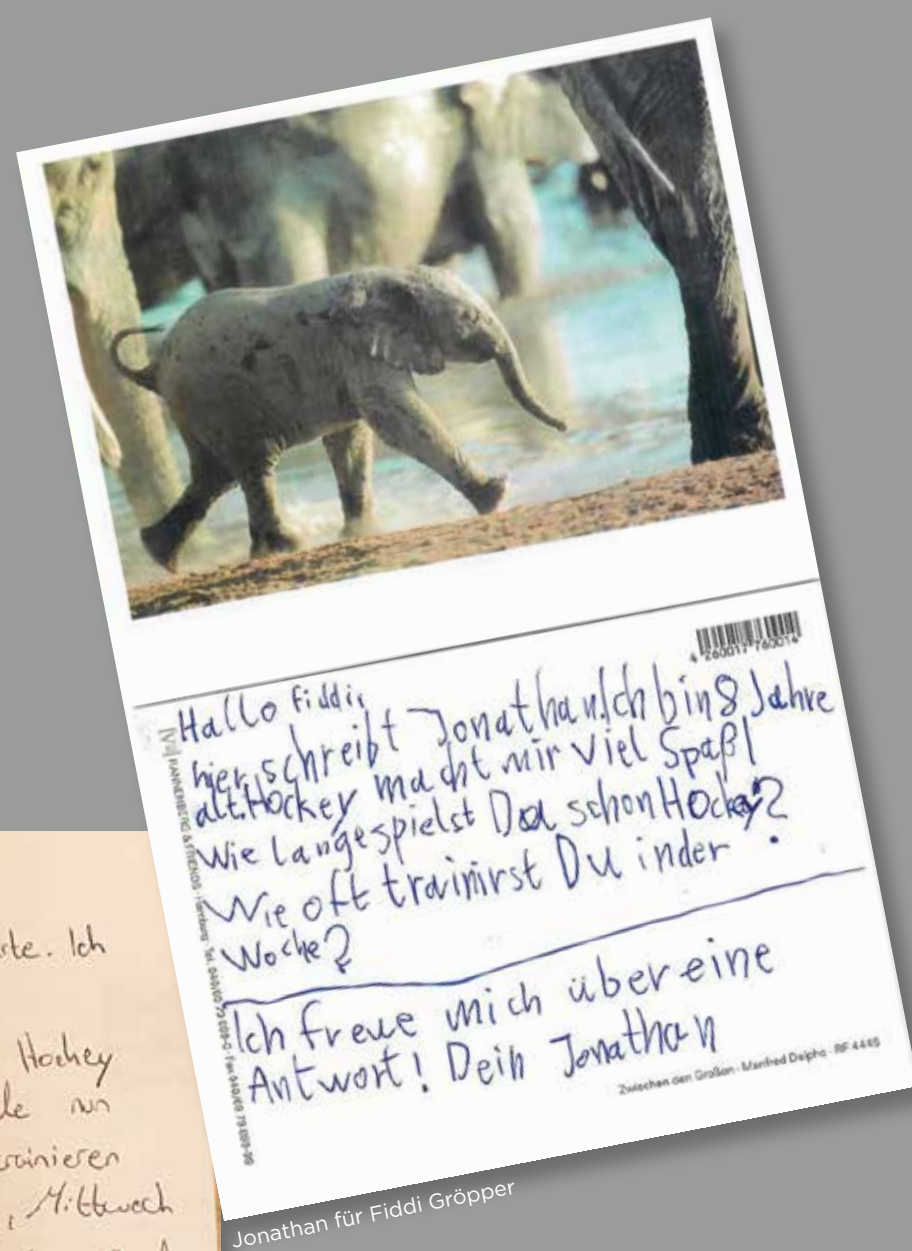
Emil für Struan Walker

Moin Emil, vielen dank für Deine Brief, er war so nett von ihnen. Ich kann dein fragen jetz Antwort. Ich bin 18 Jahre alt, und ich komme aus Schottland welche ist ein klein Land Über England. Ich habe viel Hobbys, ich gerne Gitarre spielen und Tennis auch, leider habe ich kein Auto in Deutschland aber in Schottland ich fahre ein skoda, sie ist noch toll aber ich mag meine Auto, ich habe Hockey angefangen wann ich war 7 Jahre alt und es ist die beste Sport, er tut mir leid ob meine deutsche ist nicht perfekt aber ich Habe versucht. Ich hoffe du wirst weiterhin Hockey spielen und es lieben !!! Dein Struan





Elijah für Nik Kerner

Lieber Elijah,
vielen Dank für deine nette Nachricht!
Ich habe mich sehr darüber gefreut.
Ich finde es sehr cool, dass du so
viele unterschiedliche Sportarten machst.
Ich habe früher auch nach Tennis und
Fußball gespielt. Allerdings ist das jetzt
zeitlich nicht mehr möglich. Ansonsten
verfolge ich aber eigentlich jede mögliche
Sportart.
Ich würde mir für dich wünschen,
dass du lange Zeit viele Sportarten
weiter verfolgst.
Bleib gesund!
Wir sehen uns bestimmt mal im Club!
Liebe Grüße.
dein Nik



Jonathan für Fiddi Gröpper

Hallo lieber Jonathan,
vielen Dank für deine nette Karte. Ich
habe mich sehr gefreut.
Wie schön zu hören, dass dir Hockey
so viel Spaß macht. Ich spiele nun
seit 20 Jahren Hockey. Wir trainieren
normalerweise Montag, Dienstag, Mittwoch
und Donnerstag; dazu kommen die Spiele
am Wochenende.
Das ist natürlich sehr viel, aber es
macht mir auch großen Spaß.
Ich hoffe wir können uns bald auch
mal auf dem Hockeyplatz treffen
und ein bisschen zusammen spielen.
Mit ganz vielen Grüßen, dein Fiddi!

Fiddi →  ← Jonathan 

Wir spielen zusammen
Hockey!



Zweiter Kunstrasenplatz in Webü ist fertig

Am 16. Juni haben wir begonnen unseren neuen zweiten Kunstrasenplatz mit zusätzlichem Übungsfeld in Wellingsbüttel zu bauen (siehe Drohnenbild).

Die Arbeiten für eine neue Hockeyspielfläche von insgesamt 9.300qm waren aufwendig. Bis auf wenige Restarbeiten sind wir jedoch fertig. Auf der großen Fläche waren enorme Erdarbeiten erforderlich. Die Kenner wissen, dass ein

Hockeykunstrasen insgesamt 80-100cm mit einer Splitschicht, Drainage, einem wasserdurchlässigen Asphalt und einer elastischen Schicht unter dem eigentlichen Kunstrasen aufgebaut werden muss, um eine gleichmäßige Wasserdurchlässigkeit und ein perfektes Balllaufverhalten gewährleisten zu können.

Unsere neue Kunstrasen-Oberfläche von Polytan (Poligras Tokio GT) ist das neue Top-Produkt im Markt und wird auch

bei den Olympischen Spiele in Tokio gespielt werden. Die Faser des Kunstrasens ist dichter und somit schneller als alle bisherigen eingesetzten Produkte.

Die Produktion der Kunstfaser ist hauptsächlich biobasierend, d.h. sie wird aus nachwachsenden Rohstoffen gewonnen. Einen Weg den wir gerne unterstützen wollten! Die Produktion unserer neuen Fläche konnte insgesamt 41,1t

CO2 gegenüber einem herkömmlichen Kunstrasenplätzen einsparen. Der neue Platz ist durchgehend umzäunt und hinter den Toren sind wir mit 6,0m hohen Fangzäunen auf Nummer sicher gegangen, da davon auszugehen ist, dass unsere Gegner nicht so zielsicher sind wie wir.

Zum Einsatz kommt außerdem eine neue Bewässerungsanlage. Die Regner sind sehr leistungsstark



und können somit außerhalb des Spielfeldes platziert werden. Auf der Kunstrasenfläche gibt es also keine Unebenheit durch die Berieselungstechnik mehr.

Das Wasser kommt aus unserem eigenen Brunnen, den wir sogar ausbauen konnten, um die Fördermenge zu erhöhen. Damit wir immer ausreichend Wasser vorhalten, werden wir einen unterirdischen 50.000l Vorratsspeicher anschließen. Unsere beiden Plätze können wir damit jederzeit wässern. Den Bau der Tribüne zwischen den beiden Hockeyfeldern ist ebenfalls abgeschlossen. Zwei bis drei Stufen waren ohne zusätzliche Baugenehmigung möglich, das Plateau wird weiterhin Rasen sein, damit wir den Blick über das Naturgelände bewahren können. Bis zu 1.500 Zuschauer werden so Platz finden, auf der ebenen Fläche können wir bei größeren Veranstaltungen zusätzlich mobile Tribünen aufbauen.

Das Projekt des Belagwechsels von Naturrasen auf Kunstrasen konnten wir ohne Widersprüche aus der Nachbarschaft umsetzen. Dazu sind wir im Zeitplan und auch im Kostenrahmen geblieben. Wir freuen uns sehr auf die gemeinsame Einweihung mit Ihnen!

Viel Zeit zur Regeration haben wir nicht! Nach dem Platz (Spiel) ist schließlich vor dem Platz (Spiel). Für den neuen

Kunstrasen steht als nächstes die Genehmigung der Flutlichtanlage an und unser Bestandsplatz ist leider in die Jahre gekommen. Es bietet sich an, dessen Sanierung mit der Neugestaltung des Parkplatzes direkt im Anschluss zu machen, da die größeren Baufahrzeuge und Maschinen nie wieder so leicht an den Platz kommen.

Auch für unseren ersten Platz kommt der neue Belag Poligras Tokio GT zum Einsatz. Gleichzeitig möchten wir die Ausläufe den aktuellen Anforderungen des international Hockeyverbandes (FIH) anpassen. Die Unterstände für Spielerinnen und Spieler kommen auf die gegenüberliegende Seite, damit man von der Tribüne freie Sicht auf beide Plätze haben wird. Dieses Projekt möchten wir im nächsten Jahr direkt nach der Bundesligasaison unserer Leistungsmannschaften Mitte/Ende Mai angehen. Wir planen, dass der Bestandsplatz nach den Sommerferien 2021 wieder bespielbar ist und der Parkplatz dann im September fertiggestellt sein wird. // ER



Eine neue Terrasse, zwei neue Padelplätze und ein neuer Multicourt

Unser Clubleben ist um einige Attraktionen reicher. Der Hit ist sicherlich die neue Terrassenerweiterung. Sie wurde pünktlich zum Ende der Sommerferien fertig. In den Wochen danach belohnte uns die Sonne, so dass es viele Gelegenheiten gab, die zusätzliche Freiheit auf der Terrasse bei Drink und Essen auszuleben sowie die tollen Sonnenuntergänge beim Blick auf die belebten Hockeyplätze und die neuen Padelplätze zu genießen, denn die Padelplätze wurden nahezu zeitgleich fertig.

Seitdem ist auf dem ehemaligen Tenniskunstrasenplatz viel los! Auf den beiden neuen Courts treffen sich seit August Kenner, Könnner und Neugierige zum Doppelduell. Jeden Tag erfreuen sich Spieler und Zuschauer an dem neuen, rasanten Padelssport. Für außergewöhnliche Ballwechsel gab es häufig sogar Applaus von der neuen Terrasse. Weil eben noch „Platz“ war, entstand neben den Padelplätzen ein Multicourt für Fußball, Basketball oder andere Sportarten. Auch diese neue Sportfläche ist von Beginn an ausgelastet. Einen besseren Platz für die Ballschule unserer Kleinsten oder das Fußballspiel nach dem Tennis oder Hockey kann es gar nicht geben. Die Eltern haben von „oben“ alles im Blick, während „unten“ gepowert werden kann. Abgerundet werden unsere neuen Trendflächen von unserer großen Tenniswand. Hier trainieren die Kleinen wie Großen ihre Vor- und Rückhand oder das nächste Padeldoppel spielt sich hier bereits ein. Alle Plätze sind mit Flutlicht ausgestattet, so dass abends



bis 22 Uhr gespielt werden kann. Als nächstes kommen für die Terrasse noch eine Pergola-Markise im Oktober 2020 und die Verkleidung der Säulen bzw. der Decke im nächsten Geschäftsjahr.

Die Markise wird im Sommer per Fernbedienung ausreichend Schatten spenden, wenn dieser benötigt wird. Gleichzeitig dient die Markise auch als Regenschutz und enthält ausfahrbare Seitenwände, um bei kälterem Wetter gegen Wind geschützt zu sein. Wir sind dann im Stande, unsere Outdoor-Saison im Herbst/Winter auf der Terrasse deutlich zu verlängern und im Frühjahr vorzuziehen. Unser Clubleben wird es freuen! // ER

FÜR ALLE, DIE HÖCHSTE ANSPRÜCHE HABEN – SO WIE MARIE



„Dank des Stipendiumprogramms für Spitzensportler*innen habe ich an der KLU optimale Voraussetzungen, um meine berufliche und sportliche Karriere auf Top-niveau zu kombinieren.“

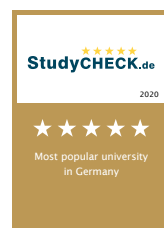
Marie Jeltsch
Studentin BSc
Business Administration

LASS DICH...

an einer von Deutschlands top-gerankten wirtschaftswissenschaftlichen Privathochschulen praxisnah auf eine internationale Managementkarriere vorbereiten.

Fragen?

Johannes Dietz hilft: 040 328 707-143



Kooperationspartner

OLYMPIASTÜTZPUNKT
HAMBURG/SCHLESWIG-HOLSTEIN



Eine Berg- und Talfahrt

Der langersehnte Klang der Trillerpfeife ertönte am 05. September auf der Hockeyanlage des Düsseldorfer HC. Das war das Startsignal für die Damen des Club an der Alster, endlich durfte wieder Hockey gespielt werden.

Nach der intensiven Vorbereitung war die Vorfreude bei den Mädels riesig und mit DHC und Uhlenhorst Mülheim warteten gleich am ersten Spielwochenende zwei starke Gegner. Die Freude jedoch wurde geschmälert, als die ersten Punkte auf sich warten ließen. So gingen die Partien im Westen mit jeweils 1:2 an die Gastgeberinnen.

Am folgenden Wochenende traten die Hanseatinnen einer starken Kölner Mannschaft gegenüber und konnten ein Chancenplus verzeichnen. Dennoch fehlte am Ende das Quäntchen Glück und das Match endete 2:3.

Die Niederlagen saßen zwar tief, das Team aber blieb optimistisch und beförderte sich durch eine vorbildliche Leistung gegen den Berliner HC wieder aus dem Abwärtstrend hinaus. Auf einen 4:0 Sieg gegen die Hauptstadtderinnen folgte ein 3:0 gegen den Münchener SC. Mit dem Mannheimer HC wartete anschließend wieder ein Top-Team auf den amtierenden Deutschen Meister. Ein dreckiges Spiel, welches bis kurz vor Schluss keinen klaren Sieger hervorbringen wollte, ging am Ende mit 3:2 an die Damen von Jens George. Damit war der unzufrieden stellende Saisonbeginn zunächst egalisiert.

Aufgrund der Gastfreundlichkeit der 1. Damen, ließen diese den Uhlenhorster HC bei einem Flutlichtderby mit einem 4:1 von dannen ziehen.

Nach dieser intensiven ersten Phase der Bundesligasaison wartete auf die Spielerinnen ein erholsames hockeyfreies Wochenende. Daraufhin folgte ein weiteres Flutlichtderby, aber genug der Freundlichkeiten, dieses Mal wanderten nach einem 2:0 die Punkte auf das Konto der Gastgeberinnen. Ein weiteres Heimspiel gegen den Großflottbeker THGC wurde mit 4:1 gewonnen.

Unerwarteterweise stellte sich in der folgenden Trainingswoche heraus, dass dieses Spiel den Saisonabschluss darstellen sollte. Aufgrund der steigenden Corona-Neuinfektionen wurde der Rest der Saison bis auf weiteres unterbrochen, und wird voraussichtlich im Frühjahr 2021 fortgeführt. Somit gestaltete sich das letzte Training kurzerhand zu einem Spaß-Training und die Damen verabschiedeten sich hiermit in eine unfreiwillige Hockeypause. Wir hoffen wir alle bleiben gesund und sehen uns so bald wie möglich auf oder neben dem Hockeyplatz wieder.

Alle Highlights YouTube
Code scannen





@dcada_1.Damen (Instagram)

Falsches Equipment in der Hand. Fussi können wir übrigens auch DERBE gut. (Unbekannte Quelle) ungewiss wann es jemals weiter geht, haben wir ein knackiges Abschlusstraining diese Woche mit ⚽ & 🏐 gehabt. Unser Spiele werden mit beidseitigem Einvernehmen leider dieses WE nicht stattfinden und so verabschieden wir uns in die ‚Winterpause‘..... 😞😞

😞 bis gaaaaanz bald WeBü, vielleicht dann ja mit einem wunderbaren 2. bespielbaren Platz. See you soon!

👉 #ForzaAlster

Sa, 07.09.19	GTHGC - DCadA	1:4	Do, 17.10.19	UHC - DCadA	2:4
So, 08.09.19	DCadA - RRK	2:1	Sa, 05.09.20	DHC - DCadA	2:1
Sa, 14.09.19	HTHC - DCadA	1:2	So, 06.09.20	HTCU - DCadA	2:1
So, 15.09.19	RWK - DCadA	1:3	So, 13.09.20	DCadA - RWK	2:3
Sa, 21.09.19	DCadA - MSC	6:3	So, 27.09.20	DCadA - BHC	4:0
So, 22.09.19	DCadA - MHC	0:2	Sa, 03.10.20	MSC - DCadA	0:3
Sa, 28.09.19	DCadA - DHC	0:2	So, 04.10.20	MHC - DCadA	2:3
So, 29.09.19	DCadA - HTCU	3:1	Fr, 16.10.20	DCadA - UHC	1:4
Sa, 12.10.19	BHC - DCadA	0:0	Mi, 21.10.20	DCadA - HTHC	2:0
So, 13.10.19	ZW - DCadA	1:5	So, 25.10.20	DCadA - GTHGC	4:1

AMBULANTE UND STATIONÄRE OPERATIONEN DES GRAUEN STARS (CATARACT)

PREMIUM INTRAOKULARLINSEN UND OP MIT FEMTOSEKUNDENLASER

FRÜHERKENNUNG UND BEHANDLUNG VON MAKULADEGENERATION

INTRAVITREALE INJEKTIONEN

**AUGEN
ÄRZTE
TORNOW
EIMSEL
ÜTTTEL**

DR. MED. CHRISTOPH TORNOW

DR. MED. KATHARINA TACHEZY

FRÜHERKENNUNG UND BEHANDLUNG DES GRÜNEN STARS (GLAUKOM)

LASERBEHANDLUNG VON Z.B. NACHSTAR, GLAUKOM UND DIABETES

CHECK-UP UNTERSUCHUNGEN

BILDSCHIRMARBEITSPLATZ-UNTERSUCHUNGEN G37

FÜHRERSCHEIN- UND SPORTBOOTGUTACHTEN

SPRECHSTUNDE OHNE TERMIN:

MO 9:00–12:00

DI 9:00–12:00 & 15:00–17:00

MI 9:00–13:00

DO 9:00–12:00 & 15:00–17:00

FR 9:00–13:00

SOWIE PRIVATSPRECHSTUNDE



ONLINE TERMINVEREINBARUNG FÜR DIE PRIVATSPRECHSTUNDE:

WWW.DRTORNOW.DE

TEL 040–40 50 30

FAX 040–40 50 24

OSTERSTRASSE 120

20255 HAMBURG



LOVE:40 feat. Demian Raab

Release beim DCadA

Auf dem Center Court durfte der neue „On-Court Weekender“ Ende November zum ersten Mal Tennisluft schnuppern.

Diese Tasche hat Geschichte: Gestartet ist die Idee mit einem Gespräch über nachhaltige Taschen und ideales Tennisgepäck beim Fanshop der Hamburg European Open 2020.

„Auf dem Markt gibt es aktuell einfach nicht die perfekte Tennistasche für mich“, schilderte Demian Lara von LOVE:40 die Situation. Er gibt Einblicke, wie er seine Schläger bevorzugt auf den Platz trägt und wie Wünsche und Ansprüche an eine stilvolle Tennistasche aussehen.

LOVE:40 ist ein Hamburger Label, das auch in diesem Jahr beim Turnier vertreten war. Die Kollektion spielt mit dem Einsatz recycelter Materialien und fertigt Taschen und Accessoires – grüne Tennisblenden sind das Markenzeichen. Nachhaltigkeit und Design stehen bei allen Produkten von LOVE:40 im Fokus und die lokale Produktion in Hamburg macht es möglich flexibel zu agieren.

Gemeinsam wird in Gedanken die perfekte Court-Tasche gezeichnet.

Ein wichtiges Ziel von beiden Seiten ist der stilsicher Einsatz

auch neben dem Platz, als niveauvoller Begleiter beim Wochenend-Trip soll diese Tasche ebenfalls funktionieren.

Das Gemeinschaftsprojekt von LOVE:40 und Demian Raab ist geboren. Noch ein Treffen nach dem Turnier und die Maße und das Material sind definiert. Die Materialauswahl fällt auf die schwarzen Blenden, welche mit einem dunkelgrauen Steppmaterial als Innenfutter kombiniert werden.

Das Briefing an die Schneiderei wird gestartet und der erste Designentwurf geht in die Bemusterung.

Eine Woche später ist die Mustertasche fertig und Demian macht den Profi-Check: Schläger passen. Tragekomfort gut. Sehr leichtes Eigengewicht und im Füllvolumen ein kleines Raumwunder. Perfekt!

Koproduktion erfolgreich abgeschlossen

Eine Seiten- und eine Innentasche werden in der Produktionslinie ergänzt.

Der „On-Court Weekender“ ist leicht und robust, hat ein Füllvolumen von 68L und die Maße 58cm x 38cm x 31cm. Am 14. Dezember geht die Mustertasche des „On-Court Weekenders“ in die Verlosung beim DCadA-Adventskalender.



Unterm Strich war alles dabei...

Was gibt es Neues? Wie war das Jahr 2020 für uns?

Mitte März standen wir in den Startlöchern! Wir wollten auf Punkte-Jagd gehen. Eine achtwöchige Athletik-Vorbereitung sowie ein Trainingslager in Barcelona lag erfolgreich hinter uns. Wir waren bereit! Doch Covid-19 machte uns ein Strich durch die Rechnung und wir wurden zum Pausieren gezwungen. Der eigentliche Saisonstart Anfang April wurde verschoben. Drei Monate durften wir keinen Mannschaftssport betreiben, sodass wir erst Mitte Juli bei einer erneuten Vorbereitung zusammen kamen.

Acht Wochen und zahlreiche Trainingsspiele später war es endlich soweit. Am 05. September 2020 standen wir dem Mannheimer HC vor rund 100 Zuschauern in Wellingsbüttel gegenüber. Schon zur Halbzeit stand es 0:3 für die Gäste. Man fand keinen Zugriff aufs Spiel und war weitestgehend chancenlos. Am Ende stand es 1:5 für den Mannheimer HC!

Der Start war alles andere als erfolgreich. Naja, es hieß Mund abwischen und weitermachen, denn ca. 24 Stunden später musste ein Sieg her. Zu Gast war diesmal der TSV Mannheim. Wir begannen druckvoll und führten schnell 2:0. Dennoch ließen wir einige Torchancen liegen, sodass es am Ende nochmal unnötig knapp wurde. Der TSV konnte zeitweise

sogar zum 2:2 ausgleichen. Die Schlussphase gehörte wieder uns. Dementsprechend gewannen wir das Spiel 4:2 und konnten so den Anschluss an die obere Tabellenhälfte halten. Für die nächsten beide Spiele durften wir in den Westen von Deutschland reisen. Hier warteten zwei sehr wichtige Spiele (Mülheim & Krefeld) auf uns. In beiden Spielen wurden gute Torchancen heraus gespielt. Leider waren wir nicht cool genug und machte die Dinger einfach nicht rein. Deshalb mussten wir uns mit einer Niederlage in Mülheim und einem Unentschieden in Krefeld zufrieden geben.

Alle Highlights YouTube
Code scannen



Elektrisiert auch abseits des Spielfelds.

Soul, electrified. Der Taycan.

Zukunftsweisende Technik, maximale Performance, atemberaubende Beschleunigung. Erleben Sie den vollelektrischen Taycan bei uns in den Porsche Zentren in Hamburg.

Porsche Zentrum Hamburg
Porsche Niederlassung Hamburg GmbH
Lübecker Straße 2
22087 Hamburg
Tel. +49 40 21105-0
Fax +49 40 21105-234
info.pnhc@porsche-hamburg.de
www.porsche-hamburg.de

Porsche Zentrum Hamburg Nord-West
Porsche Niederlassung Hamburg GmbH
Holsteiner Chaussee 151
22523 Hamburg
Tel. +49 40 557768-0
Fax +49 40 557768-22
info.nordwest@porsche-hamburg.de
www.porsche-hamburgnordwest.de



PORSCHE





ERTEL
BEERDIGUNGS-INSTITUT
St.Anschar



*Tradition bewahren –
Zeitgeist leben.*

Ertel Beerdigungs-Institut
Neuer Wall 35 | 20354 Hamburg
info@ertel-hamburg.de
www.ertel-hamburg.de

Innenstadt **040-30 96 360**
Nienstedten **040-82 04 43**
Blankenese **040-86 99 77**
Horn **040-651 80 68**

Wir wollten aber mehr und legten im Training noch eine Schippe drauf. Der nächste Gegner hieß nämlich Rot-Weiss Köln. Hier wurde griffig verteidigt und stark dagegen gehalten. Dennoch ließ die Effektivität im gegnerischen Kreis noch zu wünschen übrig. Wir mussten uns erneut mit nur einem Punkt zufrieden geben - Endstand: 2:2. Dennoch waren wir mit der Leistung in Köln sehr zufrieden und blickten positiv gestimmt in die anstehenden Derby-Wochen. Es erwartete uns in den nächsten 14 Tagen der Großflottbeker THGC, Harvestehuder THC, Hamburger Polo Club und der UHC Hamburg - man kann, sagen es sind sehr schöne 14 Tage eines Hamburger Hockeyspielers. Alle vier Spiele waren heiß umkämpft und es ging ordentlich zur Sache. Zufrieden waren wir mit der Punkteausbeute - 4 Punkte - allerdings nicht. Wir gewannen 3:1 zuhause gegen

GTHGC, verloren 1:2 zuhause gegen HTHC, verloren 1:4 beim HPC und spielten 2:2 unentschieden zuhause gegen UHC.

Zum Abschluss der Rückrunde wartete noch ein echtes Schmankerl auf uns. Wir durften Ende Oktober nochmal in den Süden reisen zum großen Nürnberger HTC. Ein Sieg war erneut Pflicht um uns in eine bessere Tabellenposition zu bringen. Wie auch in den Spielen zuvor gelang es uns nicht Tore zu erzielen und hinten bekamen wir sehr einfache Gegentore. So stand es beim Schlusspfiff nur 3:3.

Mit diesen Ergebnissen verabschieden wir uns in die Winterpause! In diesem Rahmen möchten wir uns nochmal bei unserem großartigen Staff und dem ganzen Team ums Team bedanken. DANKE für alles! // PR

1. Bundesliga - Herren | Club an der Alster

Sa, 07.09.19	MHC - DDCadA	0:2
So, 08.09.19	TSVMH - DCadA	5:1
Sa, 14.09.19	DCadA - NHTC	4:3
So, 15.09.19	DCadA - RWK	3:5
Sa, 21.09.19	BHC - DCadA	1:2
Fr, 27.09.19	UHC - DCadA	2:1
Sa, 05.10.19	DCadA - HPC	3:5
So, 06.10.19	GTHGC - DCadA	2:3
Sa, 12.10.19	HTHC - DCadA	2:3
So, 13.10.19	DCadA - CHTC	2:3
So, 20.10.19	DCadA - HTCU	1:3
Sa, 05.09.20	DCadA - MHC	1:5
So, 06.09.20	DCadA - TSVMH	4:2
Sa, 12.09.20	HTCU - DCadA	2:0
So, 13.09.20	CHTC - DCadA	2:2
So, 27.09.20	RWK - DCadA	2:2
Sa, 03.10.20	DCadA - GTHGC	3:1
So, 04.10.20	DCadA - HTHC	1:2
Fr, 09.10.20	HPC - DCadA	4:1
So, 18.10.20	DCadA - UHC	2:2
So, 25.10.20	NHTC - DCadA	3:3



Endlich mal wieder

Immer wieder hat der Nachbarclub vom Voßberg in den letzten Jahren den Jungs Jahrgang 06 den Titel streitig gemacht. Einige Endspiele verloren die Jungs äußerst knapp - im letzten Jahr zusammen mit den 05ern, in diesem Jahr mit den 07ern. Sei es die Hamburger Meisterschaft oder das Finale der Norddeutschen Meisterschaft.

Die Emotionen liefen oft über, besonders deutlich erinnern wir uns an die Norddeutsche letztes Jahr in Braunschweig, wo einer völlig die Selbstbeherrschung verlor. Gefühlt aber ein sich oft bietendes Bild: 22 Jungs stehen auf dem Platz und „Schwarz-Gelb“ gewinnt mit einem Tor Vorsprung. Dieses Jahr sind wir wieder dran, so sagten sich die Jungs immer wieder aufs Neue. Aus Sicht der Eltern war alles gefühlt natürlich viel schlimmer. Die freundlichen Begrüßungen der anderen Eltern vor Spielbeginn, „Hauptsache es wird ein faires Spiel“, waren schwer zu ertragen. Ein Sieg musste endlich wieder her.

Bevor wir vom Ende reden, kehren wir an den Anfang der Saison zurück. Es gab ja keinen wirklichen. Die Bedingungen waren für

alle Sportler und Trainer eine Herausforderung. Die Kunst bestand darin, ohne Wettbewerb und Spielpraxis alle motiviert zu halten und eine Mannschaft mit diversen wertvollen Neuzugängen zu formen.

Zunächst aber mussten die Jungs den erneuten Abgang eines Trainers verdauen. Mit Christian Ridder sind alle letztes Jahr durch dick und dünn gegangen, er war allen so ans Herz gewachsen. Nach Lutz, Mats, wieder Lutz, Michi und nun Christian gefühlt ein paar Wechsel zu viel. Wieder ein Eingewöhnen auf einen Neuen. Einzige Konstante über die Jahre hinweg für viele der Jungs blieb Sönke Hansen.

Tobi Weißer war der Neue und er stellte sich zunächst nur per Whatsapp Video vor. Mehr ging ja nicht und das Training fing per Zoom an.

Schließlich, nach vielen Wochen, ging es langsam in kleinen Gruppen auf den Platz. Wofür eigentlich vorbereiten? Die Frage stand im Raum, ob überhaupt gespielt werden würde. Nach den ersten Wochen setzte ein gewisser Frust ein, immer wieder nur Stockübungen. Es wurde klar, dass auch Tobi etwas erreichen wollte und den Jungs wurden neue Strategien beigebracht und ein





neuer Jargon zog ein, den ich zumindest nicht verstand. Plötzlich war die Rede von 10er und 8er. Und das sollten Positionen sein? Wo war das gute alte Mitte Mitte oder Linksaußen geblieben? Uns als Familie wurde auch nach vielen Wochen deutlich, wie sehr wir die Wochenenden um die Spiele der Kinder gebaut hatten und wie sehr wir die Spiele am Wochenende, gemeinsam mit allen, doch sehr vermisst haben. Wir fieberten dem Ende des Kontaktbeschränkungen entgegen. Es war Anfang September.

Schließlich war es soweit. Es gab noch beträchtliche Größenunterschiede zwischen den Jungs. Bei einigen war die Pubertät voll im Gange, bei anderen ließ sie noch auf sich warten. Aber alle waren schnell, fit, gut vorbereitet, technisch hoch entwickelt und gefühlt

besser, als man es selber je war. Die ersten Spiele begannen recht holprig. Die Jungs wurden besser und blieben ohne Punktverlust. Es blieb nicht viel Zeit bis zum Saisonende und daher gab es für die HH Meisterschaft kein Final Four. Die Meisterschaft wurde über die ausgespielte Gruppe entschieden.

Es standen sich wieder, wie auch in den letzten Jahren, im entscheidenden Spiel schließlich zwei ungeschlagene Mannschaften einander gegenüber: der DCadA und der HTHC. Der HTHC lud spät am Abend bei Dauerregen an den Voßberg ein. Die Hoffnungen waren groß, die Jungs hatten ein Freundschaftsspiel gerade eine Woche zuvor 3:0 gewonnen. Aber es sollte anders kommen. Relativ unglücklich, aber recht deutlich ging das Spiel 3:1

verloren. Alle waren top vorbereitet, die Leistungsdichte ist so eng, dass zum Sieg alles passen muss. Da kam natürlich Pech dazu, wenn am Vormittag ein Mitspieler sich beim Buffen einen Bänderriss holt oder ein anderer vor Aufregung seine Kontaktlinsen vergisst und kaum durch die beschlagenen und verregneten Brillengläser schauen kann. Wieder verloren, wieder schlechte Laune.

Aber die Jungs waren qualifiziert als Hamburger Vizemeister für die Quali zur Norddeutschen. Es ging gegen Hannover 78. Erwartungsgemäß wurde das Spiel mit 7:1 nach Hause geholt. Das Augenmerk lag auf dem folgenden Wochenende. Zunächst stand UHC (4:0) auf der Agenda, aber klar war, was am Sonntag anstand. Finale der Norddeutschen, wieder gegen den HTHC.

Wieder bei Dauerregen versammelten sich alle am Hemmingstedter Weg. Die Spannung war kaum auszuhalten. Jetzt aber waren die Jungs mit einem Sieg an der Reihe, redeten sich alle Mut zu. Wieder freundlicher Austausch mit den Eltern der anderen Seite. „Ja, Hauptsache fair, es ist ja immer so knapp, ...“.

Anpfiff, Nervosität auf und neben dem Platz. HTHC ist zunächst stärker, aber die Jungs gehen in Führung. 1:0, 2:0 und 3:0 fallen in schneller Folge. Aber das Spiel fängt dann erst an und findet gefühlt die letzten 15 Minuten nur im eigenen Viertel statt. Dann fällt das 3:1, diverse Ecken, alle zählen die Minuten, 3:2 nach einer weiteren Ecke (zunächst

der Schuss am Torwart vorbei, auf der Linie gehalten und dann rutscht dem Jungen der klatschnasse Schläger aus der Hand und der Ball rollt, begleitet mit seinem „neeeiiiiinn...“, über die Linie), 3:2. Hecktische Sekunden folgen. Dann kommt der erlösende Abpfiff. Keine Sekunde zu spät. Die Jungs sind Norddeutscher Meister. Wie die Großen liegen sich alle in den Armen. Diesmal hat es geklappt, die Knaben A sind somit Nord-Deutscher Meister im Feld!

Wie es weiter ging, wissen alle. Die weiteren Spiele der Deutschen Meisterschaft wurden kurz vor dem Norddeutschen Finale abgesagt. Mit Glück konnte noch so lange gespielt werden, bevor die Infektionszahlen wieder alles eingeholt haben. Es bleibt eine tolle Erinnerung an eine Saison und an eine Mannschaft, die fair und respektvoll miteinander und dem Gegner auf dem Platz umgeht. Die Jungs verkörpern Mannschaftssport. Sie wurden auch durch Tobi Weißer ein ganzes Stück weiter gebracht. Immer



wieder suchte er mit jedem Spieler das Einzelgespräch und übte positive Einzelkritik. Die Mannschaft bedankt sich ebenfalls bei den diversen Zuschauern, die, ohne eigene Kinder auf dem Platz trotzdem gekommen sind.

Und nun fängt das Warten auf das nächste Training wieder an. Erstmals die kommenden Monate durchstehen....

// Edward Martens

CARL C. FRANZEN
HAUSMAKLER SEIT 1927

FROHES FEST & GUTEN RUTSCH

VERWALTUNG VERMIETUNG VERKAUF

www.ccfranz.de | info@ccfranz.de | Tel. 040/3202266

TOP
IMMOBILIEN
2020
HAMBURG
FOCUS
IMMOBILIEN
5

DR. ISABELLE OLLINGER
FACHZAHNÄRZTIN FÜR KIEFERORTHOPÄDIE

KIEFERORTHOPÄDIE
HARVESTEHUDE

DR. ISABELLE OLLINGER
FACHZAHNÄRZTIN FÜR KIEFERORTHOPÄDIE

+49. 40. 41 35 65 23
MITTELWEG 46 • 20149 HAMBURG
INFO@KFO-HARVESTEHUDE.DE
KIEFERORTHOPÄDIE-HARVESTEHUDE.DE

DR. ISABELLE OLLINGER
FACHZAHNÄRZTIN FÜR KIEFERORTHOPÄDIE

Sprechzeiten
MO, MI 9 - 12 und 13 - 18 Uhr
DI, DO 9 - 12 und 13 - 17.30 Uhr
Telefonsprechstunde
FR 9 - 12 Uhr

**DAS DARF
DOCH
WAHR SEIN...**

GLÜCKLICHT

Es sind zum Teil kalte oder gar eisige Temperaturen und die Sonnenstrahlen wollen auch nicht mehr so richtig durch den trüben von Wolken behangenen Himmel. Doch auf der Anlage blitzen immer wieder Lichtblicke auf, die den aktuellen Zeiten trotzen! Die Lichtblicke sind die strahlenden Tennis- oder Padelspieler/innen, die von den Plätzen kommen. Etwas abgekämpft oder eben freudestrahlend und glücklich, Hauptsache Sport im Club, das ist es, was zählt!

Schon morgens ab 7 Uhr werden die ersten Trainerstunden von den ganz hart gesottenen auf dem Tennisplatz wahrgenommen, dabei stehen die Trainer mehrere Stunden auf dem Platz und reißen eine Einzelstunde nach der anderen ab – Chapeau! Genauso ziehen wir unseren Hut vor den tapferen Mitgliedern, die die Filzbälle über den Platz zischen lassen. In mittlerweile gewohnter „Zwiebeltaktik“ – also mehrere Lagen übereinander – und trotzdem einigermaßen



beweglich bleiben, so das Motto aller aktiven Sportler, die bis spät in die Abendstunden bei Flutlicht sporteln. Die ganz motivierten sogar bis 23 Uhr.

Und dann gibt es da an der frischen Luft auch noch Padel. An den Wochenenden sind die Courts samstags und sonntags von 11 bis 18 Uhr meist voll durchgebucht. Familien, Ehepaare und Freunde haben großen Spaß am neuen Sport im Club, auch zu zweit, obwohl man eigentlich immer im Doppel gegeneinander antritt. Und das Flutlicht macht es möglich, auch beim Padel bis in die späten Abendstunden ordentlich Gas zu geben!

Wir können es kaum abwarten bald wieder bei wärmeren Temperaturen vom Court voll in Aktion zu sein oder von der Terrasse dem sportlichen Treiben begeistert zu folgen!

★
Die Redaktion wünscht Ihnen und euch fröhliche Weihnachten
★ und einen guten Rutsch ins neue Jahr! ★



**Ihre Meinung ist
uns wichtig !**

email: clubzeitung@dcada.de
Post: DCadA-Clubzeitung,
Hallerstr. 91, 20149 Hamburg

Redaktions- schluss

**Für die nächste Ausgabe
erbitten wir Ihre Beiträge
(Text als .doc, Bild als .jpg in
Originalgröße) bis spätestens**

**12.02.2021 an
clubzeitung@dcada.de**

Impressum

Der Club an der Alster e.V., Clubhaus, Sportanlage
und Alster-Halle: Hallerstraße 91, 20149 Hamburg,
info@dcada.de, www.dcada.de.
Tel. Clubhaus/Sekretariat: (040) 41 42 41-30
Verantwortlich für den redaktionellen Teil:
Kompetenzteam Kommunikation
Layout: Julian Hofmann-Jeckel
Verlag: L.A.CH. SCHULZ Gesellschaft für Anzeigen,
Werbung und Verlag mbH, Mattentwiete 5,
20457 Hamburg, Tel. (040) 369 80 40,
Fax (040) 369 80 444, www.lachschulz.de,
info@lachschulz.de.
Geschäftsführer: Michael Witte
Layout: Ines Wagner
Druck: Silber Druck oHG, Otto-Hahn-Str. 25,
34253 Lohfelden, Tel. (0561) 520070, Fax (0561)
5200720, info@silberdruck.de.
Der Bezugspreis für die Clubnachrichten ist im
Mitgliedsbeitrag enthalten. Verlagsort ist Hamburg.

JOCHEN
POHL



H. SPLIEDT

SYLT · Hauptstraße 15 · 25999 Kampen (Sylt) · Tel. 04651 41001
HAMBURG · Neue ABC-Straße 4 · 20354 Hamburg · Tel. 040 33441541



GUSTAFSEN & CO

IMMOBILIEN SEIT 1931



ERFOLGREICH UND ZUM ATTRAKTIVEN PREIS VERKAUFEN

Durch unser erstklassiges Netzwerk ist das sichergestellt. Den Marktwert Ihrer Immobilie ermitteln wir kostenfrei und unverbindlich. Unsere Expertin für Stadthäuser, Villen und Eigentumswohnungen Frau Andrea Dieckmann und unser Experte für Zinshäuser und Anlageimmobilien Herr Philip Wex freuen sich auf Ihren Anruf!

Die Beleuchtung unseres Gebäudes alljährlich zu Weihnachten hat eine lange Tradition. Erfreuen Sie sich auch in diesem Jahr in der Zeit vom 08. Dezember bis 30. Dezember an diesem festlichen Ereignis.

GUSTAFSEN & CO IMMOBILIEN GMBH & CO. KG | HOCHALLEE 2 | 20149 HAMBURG
INSTAGRAM: GUSTAFSENUNDCO | FACEBOOK: GUSTAFSEN & CO IMMOBILIEN
TELEFON: 040 41 40 95 0 | FAX: 040 41 40 95 49 | WWW.GUSTAFSEN.DE