



CLUBZEITUNG

DER CLUB AN DER ALSTER | AUSGABE 2-2021

HAMBURGER SPORTGALA
ZWEI AUSZEICHNUNGEN
FÜR DEN DCADA

Q & A MIT PEER LAUX
WAS MACHT EIN LEITER
EINER TENNISCHULE?

NATIONALSPIELER IM DCADA
DIE KADER SIND GUT
BESTÜCKT MIT ALSTERANERN





PRIVATE HOMES IMMOBILIEN

BUEHRICH SCHROEDER



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

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

ALSTER • ELBE • SYLT WIR FINDEN IHRE TRAUMIMMOBILIE



TOP SECRET ELBE

Zwei sehr schöne Besitze warten auf Sie!
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

VORWORT



Tim Jessulat, Hockeyvorstand Erwachsene seit 2018 - I. Hockeyherren 2007-2017, ehem. Nationaltorhüter, aktuell 3. Herren.

Liebe Clubmitglieder, liebe Alsteraner!

Licht am Ende des Tunnels oder auch Sonnenschein auf unserer wunderbaren Clubterrasse. Das sind die Aussichten, welche uns positiv in Richtung Sommer blicken lassen. Wir haben eine lange Zeit reichlich Verzicht geübt und große Entbehrungen erlebt. Wir sind diszipliniert gewesen und haben die Sorgen und Ängste der Mitmenschen respektiert und geachtet. Nun werden wir belohnt. Das Schwimmbad wird geöffnet, wir dürfen wieder mit mehreren Personen unseren Lieblingssport ausführen und anschließend auf der Terrasse unsere Clubgastronomie die Zeit genießen.

Wir sind allerdings noch nicht am Ende des Weges angelangt. Das gilt auch weiterhin in unserem Club. Eine geregelte Öffnung ist die Grundlage, dass wir alle auch weiterhin gesund bleiben und wir die aktuell positive Entwicklung nicht bremsen oder umkehren. Bitte beachten Sie weiterhin die Vorgaben und Auflagen auf

unseren Anlagen, welche wir auf den gewohnten Wegen kommunizieren werden und lassen Sie uns gemeinsam daran halten. So gut, wie wir das bisher auch getan haben.

Noch länger als die COVID-19-Pandemie hat die Saison unserer Hockey-Erwachsenen angedauert. Über 600 Tage und drei Jahreszahlen hat die Rekordsaison auf ihr Ende warten lassen. Aus sportlicher Sicht sind wir zufrieden. Es kann nicht jedes Jahr ein Titel erlangt werden. Am Ende gehen alle Beteiligten erleichtert aus dieser Saison heraus. Wir sind alle gesund geblieben, haben tolles Hockey gespielt und die Damen uns auch würdig auf europäischer Bühne vertreten. Wir haben viele Jugendspieler in die Teams integriert und international stellen wir eine Rekordzahl von 22 Spieler*innen ab. Die Nominierungen zu den Olympischen Spielen stehen kurz bevor. Drücken Sie unseren Alsteraner*innen die

Daumen. Wem Sie die Daumen drücken und einen ausführlichen Saisonrückblick finden Sie in dieser Ausgabe.

Zwei Titel haben wir allerdings dennoch in den Club geholt. Bei der Wahl der Hamburger Sportler wurde Noma Noha Akugue Sportlerin des Jahres und unsere Damen wurden als Mannschaft des Jahres ausgezeichnet. Auszeichnungen, welche sich alle Beteiligten mehr als verdient und erarbeitet haben. Wir sind stolz auf Euch. Herzlichen Glückwunsch.

Wer längere Zeit nicht mehr die Anlagen betreten hat, wird sehr viel Neues entdecken. Die Zeit der Pandemie haben wir sinnhaft genutzt und haben einen sehr großen Schritt Richtung Erneuerung gemacht. Ich habe in Europa und auf der Welt viele schöne Hockey und Tennis Vereine gesehen und erlebt. Einen vergleichbaren Club in dieser Kombination habe ich allerdings noch nicht gefunden.

Um so mehr freuen wir uns, Sie bald wieder alle im Club begrüßen zu dürfen und unser tolles Clubleben wieder aufleben zu lassen.

Bleiben Sie gesund. // Ihr/Euer Tim Jessulat - Vorstand Hockey Erwachsene



DIE ANLAGE ERWACHT IM MAI
Unser Club und die Mitglieder erblühen



WUSSTEN SIE SCHON DASS...

REDAKTIONSSCHLUSS

04.06.2021

Beiträge an
clubzeitung@dcada.de

4 ...**Luca Wolff** zum ersten Mal im Aufgebot der A-Nationalmannschaft stand und sein erstes Spiel im Rahmen der Pro League in London gegen Team GB absolviert hat.

...in **Wellingsbüttel** die nächste Bauphase angelaufen ist und der Bundesligaplatz auf FIH-Richtlinien angepasst wird. Somit können auch europäische oder internationale Wettkämpfe ausgetragen werden.

...wir im Heft eine Übersicht aller unserer **National-spielerinnen und -spieler** im Kurzporträt vorstellen.

...die **Hockeydamen und -herren** in den vergangenen zwei Dekaden die meisten Titel im Erwachsenenbereich eingesammelt haben.

...im Herbst der Baustart mit dem noch vergrabenen **Tennisplatz M3** beginnen.

... sich die Spieler, die Fans und das Redaktionsteam nach den Spielen immer sehr über tolle Bilder freuen, im **Interview der Top-Fotograf Frank Uijlenbroek**, der uns etwas hinter die Kulissen blicken lässt.

...einige Alsteraner gute Chancen für ein Ticket für die **Olympia-Mannschaft** haben. Die Nominierung erfolgt leider erst, nachdem die Zeitung in den Druck gegangen ist und wir werden ausführlich in der nächsten Ausgabe berichten.

...sich die **Tennissaison der Damen**, wie bereits im Newsletter angekündigt, in den August verschoben hat.

...die **Tennisherren** bereits im Juli ihr erstes Spiel bestreiten werden. Die ersten vier Spiele allerdings erst auswärts ausgetragen werden und das Team am 25.07.21 zum ersten Mal am Rothenbaum gegen Bremer TC aufschlägt.

SPIELTERMINE Bundesligen 2021

DATUM	ZEIT	HEIM	GAST
So. 11. Juli 21	11:00	LTTC „Rot-Weiß“ Berlin	- Der Club an der Alster
Fr. 16. Juli 21	13:00	TC 1899 Blau-Weiss Berlin	- Der Club an der Alster
So. 18. Juli 21	11:00	TP HerzensSACHE Versmold I	- Der Club an der Alster
Fr. 23. Juli 21	13:00	Suchsdorfer SV v. 1921	- Der Club an der Alster
So. 25. Juli 21	11:00	Der Club an der Alster	- Bremer TC v. 1912 e.V.
Fr. 30. Juli 21	13:00	Der Club an der Alster	- TK BW Aachen
So. 01. Aug. 21	11:00	TC Iserlohn I	- Der Club an der Alster
Fr. 06. Aug. 21	13:00	Der Club an der Alster	- TC Bredeney I
So. 08. Aug. 21	11:00	Der Club an der Alster	- Oldenburger TeV

Wussten Sie schon dass... ●



GUSTAFSEN & CO

IMMOBILIEN SEIT 1931



Erfolgreicher mit GUSTAFSEN & CO verkaufen!

Wünschen Sie den bestmöglichen aktuellen Kaufpreis und eine hanseatische seriöse Abwicklung? Dann sind wir IHR passendes Maklerunternehmen. Übrigens seit 1931. Gern ermitteln wir kostenfrei und unverbindlich den aktuellen Marktwert Ihrer Immobilie. Durch unsere erfolgreiche Marktpräsenz und das erstklassige Netzwerk stellen wir den bestmöglichen Kaufpreiserlös für Sie sicher. Unsere Expertin für Stadthäuser, Villen und Eigentumswohnungen, **Frau Andrea Dieckmann**, und unser Experte für Zinshäuser und Anlagenimmobilien, **Herr Philip Wex**, freuen sich auf Ihren Anruf!

GUSTAFSEN & CO IMMOBILIEN GMBH & CO. KG | HOCHALLEE 2 | 20149 HAMBURG
DIECKMANN@GUSTAFSEN.DE | WEX@GUSTAFSEN.DE
TELEFON: 040 41 40 95 0 | FAX: 040 41 40 95 49
BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET UNTER WWW.GUSTAFSEN.DE



HAMBURGER SPORTGALA

Gleich zwei Auszeichnungen gehen an den
Der Club an der Alster

Am 13. April 2021 wurden unsere I. Hockeydamen beim digitalen Publikumsvoting der Hamburger Sportgala zur Mannschaft des Jahres 2020 gewählt. Es blieb jedoch nicht nur bei der Ehrung des Hockeyteams. Noma Noha Akugue, das Nachwuchstalente am Rothenbaum, erhielt die Auszeichnung „Sportlerin des Jahres 2020“ – Auf alle Sportlerinnen sind wir sehr stolz!

Die Sportgala fand dieses Jahr unter der Moderation von Vanessa Seiferts und Alexander Laux erstmals digital statt. Dabei gab es einige live Zuschaltungen unter anderem von Sandra Reichel im Center Court am Rothenbaum. Auch Steffi Kluge, Teammitglied der Atlantikruderrinnen, und der ehemalige Handballer Pascal Hens waren dabei.



Mannschaft des Jahres

Stellvertretend für das Team war Emily Wolbers zugeschaltet. Unser Damen Team setzte sich mit über 200 Stimmen Vorsprung gegen die Beachvolleyballer Julius Thole/Clemes Wickler und das Hamburger Judo Team durch.

„Dazu kommt die steigende Anerkennung des Hockeysports in Hamburg.“

Coach Jens George übernahm mit der Stürmerin Marie Jeltsch (22) die Trophäe: „Wir freuen uns sehr über die Auszeichnung, die wir uns sicherlich auch mit dem Gewinn der Feldmeistertitel 2018 und 2019 verdient haben.“

Dazu kommt die steigende Anerkennung des Hockeysports in Hamburg,“ freut sich Stürmerin Jeltsch über diese Ehrung.

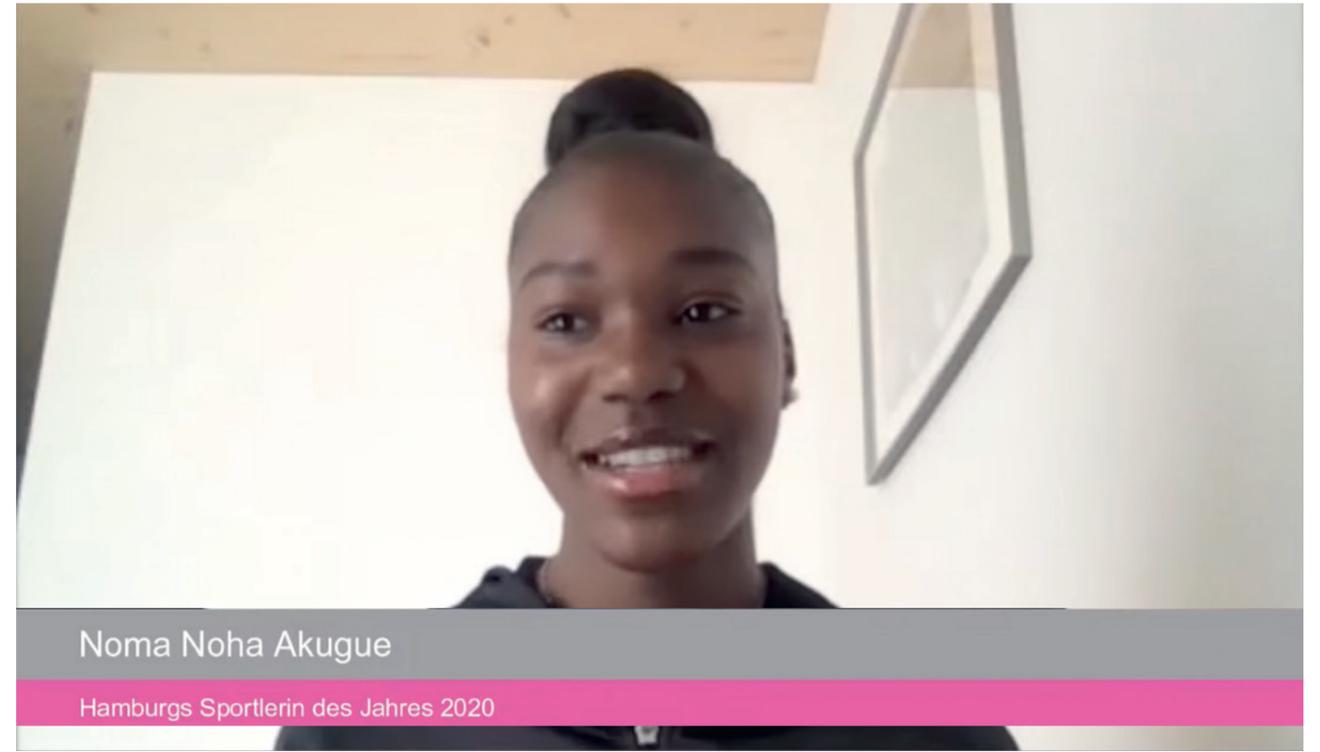




Die Entscheidung bei der Wahl "Mannschaft des Jahres".

Sie versprach, den Publikumspreis als Ansporn für weitere Titel zu betrachten. Das Team hat sich erfolgreich bis in die Final Fours der Deutschen Meisterschaft gespielt. Den dritten Feldmeistertitel in

Folge haben sie im Halbfinale leider knapp im Penalty shoot out verpasst. Das Jahr geht nun weiter und die Mädels haben die Chance, den Deutschen Meistertitel in der Halle zu holen.



Noma Noha Akugue

Hamburgs Sportlerin des Jahres 2020

Überglückliche "Sportlerin des Jahres 2020" als Noma von Ihrer Auszeichnung erfährt

Noma Noha Akugue

Das Nachwuchstalente aus dem Porsche Junior Team, Noma Noha Akugue, wurde mit der Auszeichnung „Sportlerin des Jahres 2020“ geehrt. Sie sah ihren Titel ebenfalls als Ansporn für ihr Talent. Für die Wahl hatte der Hamburger Sportbund und das Abendblatt der Jury drei Kandidaten/innen vorgeschlagen: Badminton-Crack Thuc Phuong Nguyen und Para-Ruderin Sylvia Pille-Steppat.

früheren Bundesliga-Volleyballerin Nina Braack (VT Aurubis) und Abendblatt-Sportchef Alexander Laux.

Obwohl die gebürtige Reinbekerin neben zahlreichen Erfolgen auf dem ITF Junior-, Women´s Circuit, den Deutschen Meister Titel im Dezember holte, schien sie über die Auszeichnung sehr überrascht: „Ich fühle mich sehr geehrt und hätte mit dieser Auszeichnung niemals gerechnet.“

„Ich fühle mich sehr geehrt und hätte mit dieser Auszeichnung niemals gerechnet.“

Die Jury sowie auch die ehemals erste Bundestrainerin des Deutschen Tennis Bundes und aktuell Head of Women´s Tennis, Barbara Rittner, sind überzeugt von der 17-Jährigen. Rittner kommentiert: „Noma hat eine unglaublich schnelle Hand. Sie kann schnell aufschlagen und die Bälle sehr früh nehmen. Wenn sie ihr Spiel noch etwas mehr sortiert bekommt, dann wird sie eine sehr gefährliche Spielerin.“ // CH & FW



DR. THOMSEN & KOLLEGEN – DIE SPEZIALISTEN FÜR IHRE ZAHNGESUNDHEIT



Dr. Jens Thomsen
Zahnarzt und Arzt
Ästhetische Zahnheilkunde
und Prävention,
Schnarchtherapie



Dr. Tore Thomsen
Zahnarzt
Ästhetische Zahnheilkunde,
Wurzelkanalbehandlungen,
Abrasionsgebisse



Dr. Coralie Thomsen
Fachzahnärztin für
Kieferorthopädie,
unsichtbare Zahnspangen



Dr. Giedre Matulienė
Fachzahnärztin für
Parodontologie, Peri-
implantitisbehandlung



Dr. Rafael Hasler
Fachzahnarzt für
Oralchirurgie,
Implantologie

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



NATIONALSPIELER IM DCADA

In den sportlich eher ruhigeren Zeiten, fehlt es schmerzlich, die Emotionen auf dem Platz aufzusaugen, mitzufiebern oder selbst auf dem Platz zu stehen. Für manche ist es kaum vorstellbar, wie gut es sich anfühlen kann, mit offenen, blutigen Knien vom Platz zu gehen. Genug von schmerzlichen Vorstellungen! Traumhafte Pässe, grandiose 3D-Soli und natürlich spektakuläre Tore. So wollen wir den „schönsten Sport der Welt“ in vollen Zügen genießen und bestaunen!

Erst national, dann international. Der Lohn für die vielen Trainingseinheiten auf dem Platz und zahlreichen Stunden in Gyms, auf Laufbahnen und bei Physios sorgen für Teilnahmen bei Meisterschaftsendrunden

und Final Fours. Von dort aus geht es für einige weiter in den Erwachsenen- und Nachwuchsnationalteams.

In diesem Jahr liegen die Maßnahmen der Jugendnationalmannschaften nahezu brach und es gibt nur wenig internationale Luft zu schnuppern. Aber da gibt es noch dieses eine ganz besondere Turnier in Japan, bei dem sich so einige Alsterspieler Hoffnungen machen können.

Wir stellen hier alle aktuellen Nationalspieler von Alster vor und geben einen kleinen Einblick in ihre internationalen Karrieren.

DEUTSCHER A-KADER

10



Lisa Altenburg
1989

Länderspiele | 145

Tore | 46

3. Olympia 2016



Hannah Gablac
1995

Länderspiele | 109

Tore | 22

I. Europameisterschaft 2018



Hanna Granitzki
1997

Länderspiele | 68

Tore | 3

2. Europameisterschaft 2019



Kira Horn
1995

Länderspiele | 41

Tore | 2

I. Europameisterschaft 2018

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

DEUTSCHER P-KADER



Viktoira Huse
1995

Länderspiele | **83**

Tore | **18**

1. Hallen
Weltmeister 2018



Anne Schröder
1994

Länderspiele | **173**

Tore | **24**

3. Olympia 2016



Nele Aring
1997

Länderspiele | **11**

Tore | **0**

2. Europameister-
schaft 2015



Emma Davidsmeyer
1999

Länderspiele | **9**

Tore | **1**

2. Europameister-
schaft 2016



Mark Appel
1994

Länderspiele | **26**

Tore | **1**

2. Hallen
Weltmeisterschaft
2018



Anton Boeckel
1995

Länderspiele | **24**

Tore | **3**

3. Hallen-
Europameister-
schaft 2018



Maire Jeltsch
1999

Länderspiele | **0**

Tore | **0**



Kathi Kirschbaum
1998

Länderspiele | **5**

Tore | **0**

1. Hallen-
Europameister-
schaft 2018



Dieter Linnekogel
1992

Länderspiele | **72**

Tore | **9**

4. Europameister-
schaft 2019



Luca Wolff
2001

Länderspiele | **1**

Tore | **0**



Carlotta Sippel
2001

Länderspiele | **2**

Tore | **0**

3. Europameister-
schaft U21 2019

SCHOTTISCHER A-KADER



Amy Gibson
1989

Länderspiele | III

Tore | 0

I. Europameisterschaft || 2019



Laura Swanson
1995

Länderspiele | II

Tore | 0

DEUTSCHER U21-KADER



Nick Kerner
2001

Länderspiele | 19

Tore | 3



Mali Wichmann
2000

Länderspiele | I

Tore | 0

SCHOTTISCHER U21-KADER



Felicia Wiedermann
2002

Länderspiele |

Tore |



Struan Walker
2003

Länderspiele | 5

Tore | 2

DEUTSCHER U18-KADER

Sophie Perschk
2004

DEUTSCHER U16-KADER

Nic Lehne
2005

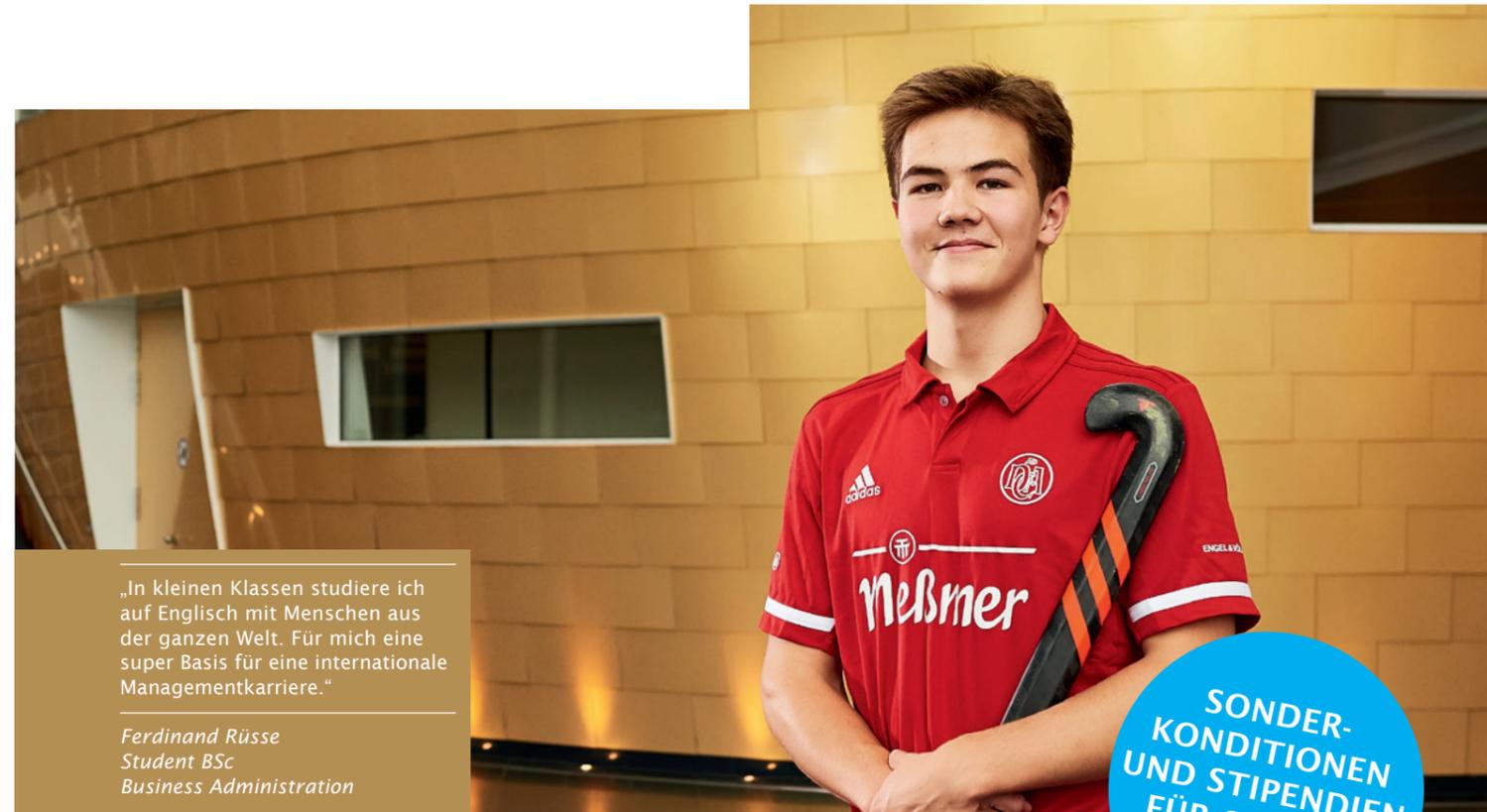
Noah Lund
2006

Nicolaus Hansen
2006

Filippo Nadler
2005

Nationalspieler im DcCada ●

FÜR ALLE, DIE GROSSE ZIELE HABEN – SO WIE FERDI



„In kleinen Klassen studiere ich auf Englisch mit Menschen aus der ganzen Welt. Für mich eine super Basis für eine internationale Managementkarriere.“

Ferdinand Rüsse
Student BSc
Business Administration

SONDERKONDITIONEN UND STIPENDIEN FÜR SPITZENSORTLER

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





VIEL GELEHRT

Die EHL, European Hockey League – eine absolute Premiere für uns.

16

Nachdem wir 2019 beim EHCCC bereits internationale Luft schnuppern durften, war es nun endlich so weit. Die EHL – European Hockey League – eine absolute Premiere für uns. Das erste Mal, dass bei diesem großartigen Turnier neben den Herren auch die besten Damenteams Europas den Titel unter sich ausspielen dürfen.

Lange Zeit hieß es abwarten und Daumen drücken, denn eine Absage aufgrund der Corona Pandemie war jederzeit möglich. Einige Wochen vor dem Turnierstart hieß es dann aufatmen, wir werden Ostern in Amsterdam verbringen.

„Hochmotiviert und voller Vorfreude konnten wir dann endlich am Samstagmorgen gegen die Madrilenninnen unser Können unter Beweis stellen.“

Das Hockeystadion des AH&BC diente als Austragungsort und bot den 4 besten Mannschaften Europas im Herren und Damenbereich eine Bühne. Leider mussten die Zuschauerränge leer bleiben und die Fans sich mit einer Livestream-Übertragung zufriedengeben. Völlig verständlich allerdings betrachtet man die aktuelle Situation. Wir, die Damen des Club an der Alster, waren dennoch glücklich,

das Privileg zu genießen, während der Pandemie ein Hockeyturnier spielen zu dürfen. So bestiegen wir nach ausreichenden Testungen allesamt die Busse und machten uns am Gründonnerstag auf den Weg in die Niederlande.

Nachdem wir zuletzt mit der Bronzemedaille nach Hause kamen, wollten wir dieses Mal nichts anderes als den Titel gewinnen.

Der Anreisetag wurde genutzt, um es sich im Hotel gemütlich zu machen, denn außer zum Training und zu den Spielen durfte das Hotel nicht verlassen werden.

Bevor es am Samstag mit dem Halbfinale gegen Club de Campo Madrid losging, wurde der Freitag für taktische Besprechungen und ein letztes vorbereitendes Training genutzt.

Hochmotiviert und voller Vorfreude konnten wir dann endlich am Samstagmorgen gegen die Madrilenninnen unser Können unter Beweis stellen.

Nach einem hart umkämpften Spiel hieß es am Ende 1:1 – es geht in ein Penaltyschootout. Lisa Altenburg hatte durch ihren Treffer die Hoffnung auf eine Finalteilnahme aufrechterhalten.

Das Penaltyschießen verlief leider nicht zu unseren Gunsten und wir mussten akzeptieren, dass das fehlende Quäntchen Glück und vielleicht auch die ein oder andere fragwürdige Schiedsrichterentscheidung uns den Einzug ins Finale verwehrten.

War die Enttäuschung zwar riesig, wollten wir das Turnier dennoch mit einem Sieg im Spiel um Platz 3 abschließen.

Am Sonntag mussten wir gegen den Gastgeber Ah&BC noch einmal alle Reserven aktivieren und zeigten eine ordentliche Teamleistung. Am Ende mussten wir uns allerdings auch in diesem Spiel gegen die starken Niederländerinnen mit 4:2 geschlagen geben.



Wir zahlten eine Menge Lehrgeld und konnten glücklicherweise schnell die positiven Aspekte des Wochenendes herausziehen. Ein sehr starkes Niveau und Spieltempo begleitete uns aufgrund dieser Turnier Erfahrung durch die gesamte Saison und wir sehen uns auf das Final Four bestens vorbereitet. Die Stimmung im Team ist sehr gut und wir wollen nächstes Jahr definitiv wieder bei der EHL um die europäische Krone spielen.

Vielen Dank an alle, die uns – wenn auch momentan nur digital – begleiten und unterstützen. Wir hoffen, dass wir Euch bald wieder am Spielfeldrand sehen können. // Eure I. Damen – Hanna Valentin

17

DR. ISABELLE OLLINGER
Fachzahnärztin für Kieferorthopädie

Tel: 040 - 41 35 65 23

Kieferorthopädie Harvestehude
Mittelweg 46 • 20149 Hamburg
info@kfo-harvestehude.de
www.kieferorthopädie-harvestehude.de

Besuchen Sie uns zu unseren Sprechzeiten:
Mo 9.00 - 12.00, 13.00 - 18.00
Di, Do 9.00 - 12.00, 13.00 - 17.30
Mi, Fr 9.00 - 12.00



INTERVIEW

FRANK UIJLENBROEK

World Sport Pics Fotograf Frank Uijlenbroek ist – immer auf der Jagd nach dem perfekten, unwiederbringlichen Moment – auf den Hockeyplätzen dieser Welt zu Hause. Er zählt zu den gefragtesten und bekanntesten internationalen Hockeyfotografen der Szene. In den Hallen und Arenen dieser Welt dabei immer sportliche Hochleistungen, Adrenalin, Jubel, Tränen und Emotionen im Fokus. Den Finger ständig am Drücker, um den perfekten Moment einzufangen und dabei immer hochkonzentriert – Ein Profi in seinem Element eben.

Findet ein großes nationales oder internationales Hockeyevent statt, Frank ist am Ball. Deutsche, Belgische oder Niederländische Endrunden, EHL der Damen und Herren, Events der EHF bei Europameisterschaften oder

der FIH bei WMs und den Olympischen Spielen. Mit vielen Hockeyspielerinnen und -spielern auf der Welt per Du und immer für ein kurzen „Talk“ zu haben.

Wie bist Du zur Fotografie gekommen und hast Du schon Preise gewonnen?

Leider keine Sportpreise gewonnen, weil ich nie was einsende. Meine Familie bedauert das sehr, aber ich kann mich nie entscheiden, welches Foto nun das richtige ist.

Als kleiner Junge war ich schon begeistert von der Fotografie, hatte mit 8 Jahren eine Kamera, für Kenner ein 6x6 Film.



“Mo Fürste's winning goal in the 2016 Olympic Quarter-Final”

Worin liegt die Herausforderung bei der Sportfotografie?

Gefühle zeigen, Heldenbilder machen und verdeutlichen, was einen Spitzensportler ausmacht, also Menschen, die einen großen Teil ihres Lebens opfern, um zur Weltspitze zu gehören, Weltspitze zu sein.

Wie sieht Deine Standard-Ausrüstung aus, wenn Du zu einem Sportevent losziehst?

Zwei Nikon D6 Kameras mit einem WLAN-Transmitter, mit dem die Bilder zu meinem Editor geschickt werden.

Objektive: 24-70 mm, 80-200 mm und 400 mm.

Was macht ein richtig gutes Sportfoto aus?

Gefühl und Aktion sind ein guter Hintergrund, so wie es z.B. die Olympischen Spiele bieten.

Hast Du eine Lieblingssportart, die Du besonders gerne in Szene setzen willst?

Abgesehen von Hockey ist Rafting sehr spektakulär und nicht einfach zu fotografieren.



“Flying UHC Player” Carlos Nevado
EHL FINAL FOUR 2009



“Julian Hofmann-Jeckel scores the winner vs. Club de Campo”
EHL K.O. 16, 2009

Gibt es eine Sportart, die Du bisher noch nicht fotografiert hast, die dich reizt?

Cricket: Wenn ich in Melbourne bin oder in London, fahre ich immer mal zu Cricketspielen. Ich frage mich immer, wie man das sauber ins Bild bringen kann mit allen Emotionen, die es auch in diesem Sport gibt.

Was macht Hockey so besonders?

Das Spiel ist unglaublich schnell, ein Spieler muss sowohl spielerische wie auch technische Entscheidungen innerhalb von Bruchteilen von Sekunden treffen, davon kann ein Fußballspieler nur träumen. Diese Handlung richtig ins Bild zu bringen, ist nicht einfach. Hinzu kommt, dass Hockey in einer sehr angenehmen Atmosphäre gespielt wird. Wenn ich bei der FIH oder EHF bin, ist es immer wie bei einem Treffen von Veteranen. Es gibt eine weltweite Hockeyfamilie, – nennen wir das mal so – in der auch die deutschen Spieler und Spielerinnen eine sehr große Rolle spielen.

Erinnerst Du Dich noch an ein Hockeyspiel besonders, bei dem Du als Fotograf warst?

Ich erinnere mich an viele Spiele. Der Club an der Alster vs. Campo (EHL Belgien), wo der Torwartwechsel Alster aus dem Takt brachte, aber doch noch durch ein Tor von Julian Hofmann-Jeckel gewann, das EHL Finale 2009 zwischen UHC und Bloemendaal in Rotterdam war das beste Clubhockey, was ich je gesehen habe.

Was mir am meisten im Gedächtnis geblieben ist, ist das Spiel zwischen Neuseeland und Deutschland in

Rio, wo Deutschland auf unglaubliche Weise aus einem Rückstand wieder auferstand und ins Halbfinale kam.

Deine drei Hockey-Lieblingsbilder?

Die drei Bilder auf diesen Seiten sind die drei Favoriten aus Franks Hockezfundus.

Portrait Frank Uijlenbroek

Alter 65 Jahre

Herkunft Niederländer

Werdegang Fotofachschule, Fotojournalist seit 1981 für regionale und landesweite Zeitungen wie der Telegraaf und das Algemeen Dagblad in den Niederlanden.
1986-1996 Sport Eisschnelllauf, ist ein typischer holländischer Sport.

2005-2010 Dakar Rally in Africa und Argentinien mit Ellen Lohr, der einzigen Frau, die je einen DTM Lauf gewonnen hat und bis heute eine sehr erfolgreiche Rennfahrerin ist.

1997-heute Hockey Fotografie für FIH, EHF, EHL, Hockey India, Australian Hockey, England Hockey, Hockey Belgium, Ireland, DHB und Der Club an der Alster.



EINE STARKE SAISON

und ein bitteres Ende



Die wohl längste Saison in der Hockeygeschichte – am Wochenende vom 08. Mai endete sie dann auf einmal doch ganz plötzlich und zu früh für uns, die I. Damen vom Club an der Alster. Angefangen hat alles im Herbst 2019, das Corona-Jahr 2020 war geprägt von einem Hin und Her, eine Zeit lang lief der Spielbetrieb, doch kam es aufgrund der Umstände auch immer wieder zu Unterbrechungen und Pausen. Nachdem die Hallensaison 2020 / 2021 dann pandemiebedingt abgesagt wurde, starteten wir voller Vorfreude im Januar mit unserer Vorbereitung auf die langersehnte Rückrunde.

Während wir zunächst einmal eine knackige Athletikvorbereitung mit vielen Läufen, Sprints und Krafttraining absolviert hatten, freuten wir uns umso mehr, endlich wieder den Schläger in die Hand zu nehmen. Voller Tatendrang starteten wir ins Training, auch wenn die noch

recht winterlichen Temperaturen um diese Jahreszeit sich in Form von dem ein oder anderen Schneesturm und Bodenfrost bemerkbar gemacht haben.

Es folgte eine Reihe von Trainingsspielen, auch die Wochenenden verbrachten wir von nun an fast ausschließlich auf dem Hockeyplatz. Wir haben uns alle sehr gefreut und waren dankbar, dass trotz der schwierigen Umstände wieder ein Stück Normalität für uns zurückgekehrt ist. Die meisten Vorbereitungsspiele bestritten wir gegen Hamburger Teams wie UHC, Flottbek oder HTHC. Aber auch der Berliner HC reiste kurz vor Saisonstart Mitte März für ein Wochenende nach Hamburg.

Nach endlos vielen Trainings, Videobesprechungen und Vorbereitungsspielen hatte das Warten ein Ende, und



es ging endlich wieder richtig los. Für das erste Saisonspiel reisten wir nach Köln und standen direkt einem sehr starken Gegner gegenüber. Schlussendlich konnten wir uns mit einem 4:2-Sieg durchsetzen, es war ein gelungener Start in die Rückrunde. Es folgte ein Flutlichtderby gegen den HTHC am darauffolgenden Freitag sowie eine spannende Partie gegen die Damen in Rüsselsheim, beide Spiele konnten wir zu null für uns entscheiden.

Es folgte der erste Höhepunkt der Saison, die EHL in Amsterdam. Die Aussicht auf dieses wahnsinnige

Erlebnis – das größte Turnier Europas auf Vereinsebene – hat uns die vielen Wochen der Vorbereitung stets motiviert. Leider mussten wir uns mit zwei Niederlagen geschlagen geben. Viel Zeit zum Durchatmen blieb nicht, die Bundesliga war ja in vollem Gange und der Deutsche Meistertitel war das nächste große Ziel, das wir unbedingt erreichen wollten.

Die nächsten Spiele gegen die Wespen, Flottbek, München und Mannheim haben wir alle souverän ohne Gegentor gewonnen. Es scheint, dass die internationale Härte und die Erfahrungen der EHL uns positiv

AMBULANTE UND
STATIONÄRE OPERATIONEN
DES GRAUEN STARS
(CATARACT)

PREMIUM
INTRAOKULARLINSEN
UND OP MIT
FEMTOSEKUNDENLASER

FRÜHERKENNUNG UND
BEHANDLUNG VON
MAKULADEGENERATION

INTRAVITREALE INJEKTIONEN

**AUGEN
ÄRZTE
TORNOW
EIMSB
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





beeinflusst haben. Aufgrund des neuen Spielmodus standen nun auch schon die Viertelfinalsplele auf dem Programm. Für uns bedeutete das eine Fahrt nach Berlin, ein Wochenende später stand das Rückspiel gegen den Berliner HC auf unserer Anlage an. Unsere sehr gute Defensivleistung wurde immer mehr zu unserer Stärke, denn wieder konnten wir beide Spiele gewinnen, ohne dass wir ein Gegentor kassiert haben.

Hochmotiviert fuhren wir dann am 07. Mai nach Mannheim zum Final Four. Während das andere Halbfinale zwischen RW Köln und Mannheim ausgespielt wurde, ging es für uns im Halbfinale zunächst gegen den Düsseldorfer HC. Gezieltes Training, sowie Videoanalysen und gute Laune haben uns sehr positiv gestimmt. Das Spiel war geprägt von vielen Torchancen unsererseits. Zu unserer Enttäuschung ist es anders gekommen, als von allen so sehr erhofft. Das

Glück war nicht auf unserer Seite und so beendeten wir das Spiel trotz guter Leistung und hartem Kampf mit einem 0:0. Auch im Penaltyschießen hatten wir leider nicht mehr Glück, sodass wir den Einzug ins Finale um Haaresbreite verpasst haben.

Trotz des sehr unglücklichen Endes dieser wahnsinnig langen Corona-Saison hatten wir eine Menge Spaß, haben viel gelernt und freuen uns umso mehr auf die nächste Saison, in der wir wieder um den Titel kämpfen werden.

Vielen lieben Dank an alle, die vorm Livestream mitgefiebert oder uns anderweitig unterstützt haben. Wir wünschen allen einen warmen und gesunden Sommer – bis ganz bald!

// Eure I. Damen – Jule Grashoff

SPIELTERMINE

Bundesliga 2019/20/21

DATUM	HEIM	GAST	ERGEBNIS
So. 21. Mär. 21	Rot-Weiss Köln	- Der Club an der Alster	2 : 4
Sa. 27. Mär. 21	Harvestehuder THC	- Der Club an der Alster	0 : 2
So. 28. Mär. 21	Rüsselsheimer RK	- Der Club an der Alster	0 : 5
Sa. 10. Apr. 21	Der Club an der Alster	- Zehlendorfer Wespen	9 : 0
So. 11. Apr. 21	Großflottbeker THGC	- Der Club an der Alster	0 : 2
Sa. 17. Apr. 21	Der Club an der Alster	- Münchner SC	6 : 0
So. 18. Apr. 21	Der Club an der Alster	- Mannheimer HC	3 : 0
VF1 Sa. 24. Apr. 21	Berliner HC	- Der Club an der Alster	0 : 6
VF2 Sa. 01. Mai. 21	Der Club an der Alster	- Berliner HC	1 : 0
HF Sa. 08. Mai. 21	Der Club an der Alster	- Düsseldorfer HC	2 : 3

Eine starke Saison ●

PODCAST: KURZE ECKE - MIT JENS GEORGE



HarbourTown Radio
Kurze Ecke - Mit Jens George



Erster Gast im Hockey-Podcast ist Jens George – Trainer der Damenmannschaft des Traditionsvereins Club an der Alster Hamburg. Euch erwarten viele Neuigkeiten und aktuelle Informationen rund um den Sport, die Verbandsarbeit und unseren Gast.



FERDINAND & DAVID
HAMBURG

Uhren von Ferdinand & David vereinen hanseatisches Design mit deutscher Handwerkskunst. Dabei werden ausschließlich beste Materialien, wie kratzfeste Saphirgläser, wasserfeste Edelstahlgehäuse und präzise Schweizer Uhrwerke verbaut.

Ab 285€

www.ferdinand-david.com



INTERVIEW

CHRISTIAN RIDDER

Herzlich Willkommen (zurück)

Der DCadA muss zwar nicht, wie im Fußball, eine Transfersumme hinblättern. Soweit wird es im Hockey hoffentlich auch nie kommen, aber wir sind sehr glücklich, dass der gebürtige Rheinländer wieder Teil des Trainerteams im DCadA ist! Nachdem Christian von Oktober 2017 bis 2020 schon ein Intermezzo im Club hatte und die Knaben A, männlicher Jugend B und A (ab Feld 2018 sogar Bereichstrainer KA/MJB) bis zu Hamburger und Deutschen Endrunden geführt hat, ist er nun wieder zurück!

Seine bisher größten Erfolge als Alster-Trainer: Halle 2018 DM Endrunde Knaben A, Feld 2018 DM Zwischenrunde MJB, Feld 2019 DM Endrunde MJB, DM Zwischenrunde KA, Halle 2020 DM Endrunde KA.

Vor seiner ersten „Amtszeit“ im Club kam er vom TTK zu Alster, wo er auch die letzten rund zwei Jahre verbrachte. Seit April dieses Jahres schmückt ihn wieder das DCadA-Logo, die damit verbundenen rot-grauen Farben und wir wollten natürlich wissen, wie es dazu kam.

Erstmal herzlich willkommen zurück! Wie wir erfahren haben, freut sich das Trainerteam sehr auf dein „Comeback“. Was war ausschlaggebend für deine Rückkehr?

Evi, Michi und Eiko haben sich wahnsinnig ins Zeug gelegt, um mich zurückzuholen. Heraus kam dann das spannende Packet im jüngeren Mädchenbereich plus die beiden Co-Trainerrollen bei der WJB und den Herren.



Deine Aufgabenbereiche haben sich etwas verändert und Du bist im weiblichen Bereich nun als Trainer aktiv. Was macht die neue Aufgabe so spannend?

Ich habe ja schon bei allen meinen Stationen immer beide Geschlechter trainiert. Die erste Hallensaison bei Alster habe ich ja auch die MB I (jetzige WJB) trainiert. Wir hinken momentan im Mädchen-Bereich etwas hinterher und das wollen wir ändern. Da macht es Sinn, von unten wieder etwas aufzubauen.

Worin liegt für Dich der größte Unterschied zwischen dem Training mit Mädchen und Jungen?

Beides ist wahnsinnig spannend. Das Mädchen Hockey hat sich aber in den letzten 10 Jahren wahnsinnig positiv entwickelt. Mädchen sind disziplinierter, Jungs intuitiver.

Wie siehst Du deine Rolle als Trainer?

Als Trainer sind wir nicht nur Ausbilder im Hockey. Ein guter Trainer kann so viel mehr sein. Dazu ist aber nötig, dass man starke Bindungen/Beziehungen zu seinen Schützlingen aufbaut. Der Football Coach der Clemson University hat kürzlich über sich gesagt: „Wenn meine Spieler keine ehrenhaften Bürger und gute Ehemänner werden, habe ich meinen Job nicht gemacht. Wir Trainer sind absolute Vorbilder“. Dieser Rolle sollten wir uns klar sein. Der DCadA steht in erster Linie für Werte, die wir vermitteln und nicht nur für das reine Vermitteln von sportartspezifischen Fähigkeiten.

Wo siehst Du dich als Trainer in zwei, fünf und zehn Jahren?

Ich hoffe, dass wir in zwei Jahren das aufgeholt haben, was wir in der Pandemie verloren haben. Das könnte aber eher fünf Jahre dauern. In zehn Jahren werden wir dann sehen, wer aus den jetzigen C und D Jahrgängen es in die Bundesliga oder Nationalmannschaft geschafft hat. Und ansonsten hoffe ich noch als Trainer bei Alster viele Titel gewonnen zu haben und vielen kleinen Menschen etwas mitgegeben zu haben.

Interview Christian Ridder ●



MÄDCHEN B2

Dieser Abschied fiel besonders schwer...

Liebe Feli, wir möchten uns ganz herzlich für die letzten drei Jahre bei Dir bedanken. Deine Mädchen werden Dich sehr vermissen und haben Dich tief in ihr Herz geschlossen. Du bist, warst und wirst immer die erste Trainerin bleiben, die Ihnen das Hockeyspielen beigebracht hat.

Du hast sie geprägt und viele Dinge werden sie niemals vergessen, wie Dein charmantes und auf den Punkt gebrachtes Brüllen, Dein: „Guten Morgen ...“, Deine Gruppenumarmung egal ob gewonnen oder verloren und Deine Regeln fürs Leben. Du hast stets ein offenes Ohr, kennst jedes Kind ganz genau und merkst, wenn der Tag gerade nicht so läuft. Du hast Deine Mädels mit Deinem positiven Geist und Deiner Kraft ganz weit nach vorn gebracht.

Wir wünschen Dir weiterhin so viel Glück und Erfolg mit tollen neuen Mannschaften.

Wir werden Dich vermissen! // Deine 2011er-Mädels




ZAHNÄRZTE
HARVESTEHUDE

Sportzahnmedizin | Veneers | Implantologie | Bleaching
zahnärztliche Schlafmedizin | Wurzelkanalbehandlung
Kiefergelenkstherapie | Invisalign | Prophylaxe

040/420 01 23

www.zahnaerzte-in-harvestehude.de

Hansastraße 2-3, 20149 Hamburg



Nachdem die Hallensaison Corona bedingt ausfiel, waren wir alle umso glücklicher, als wir erfuhren, dass die Rückrunde auf dem Feld stattfinden wird. Dieses Mal jedoch anders als sonst. Wir wussten, dass keine Fans am Platzrand stehen und uns anfeuern würden. Wir wussten, dass es diese Unterstützung vom sogenannten „zwölften Mann“ in dieser Saison nicht geben wird. Diese Motivation, die durch das Jubeln und Applaudieren entsteht, wird in der ganzen Rückrunde nicht da sein. Deswegen mussten wir uns etwas anderes überlegen, um diese Motivation auch ohne Zuschauer zu erreichen. Die Mannschaft muss noch mehr zusammenschweißen, um enormen Willen, Teamgeist und letztendlich hundert prozentige Motivation zu erlangen. Doch wir wussten, dass uns ein langer Weg bevorsteht.

Wir fingen im Januar 2021 an zu trainieren. Anfangs war an Hockey nicht zu denken, da der Platz dauerhaft gefroren war und Verletzungen nicht riskiert werden konnten.

KAU- GUMMI- SAISON

mit dem Sprung
in die Play-offs

Also mussten wir erstmal unsere Fitness unter Beweis stellen und machten in kleinen Gruppen Krafttraining. Als es ein bisschen wärmer wurde, kam das Athletikprogramm dazu. Mitte Januar war es dann endlich soweit. Die ersten Tage über 5 Grad gaben uns die Möglichkeit, wieder auf dem Platz zu stehen, den Schläger in der Hand zu halten und den Hockeyball zu schlagen. Wohl eher gesagt, zu zerschlagen.

Die nächsten Wochen liefen ähnlich. Der Fokus lag definitiv auf der Athletik, doch wenn es die Temperaturen zugelassen haben, standen wir 2-3-mal die Woche auf dem Hockeyplatz. Wohl gemerkt mussten wir uns

vor jedem Training testen lassen, um das Infektionsrisiko zu verringern. Infolge dessen durften wir sogar Kontaktsport betreiben, was natürlich ein totales Privileg in dieser schwierigen Phase war.

Nach einigen Einheiten im Februar folgte das Trainingslager in der ersten Märzwoche. Coronabedingt mussten wir dieses Jahr leider in Hamburg bleiben und konnten keine 20 Grad in Barcelona genießen.

Neben Hockey lag ein ganz klarer Fokus in dem Bereich des Teambuildings. Wir spielten zusammen Golf, hatten eine lange Besprechung mit unserem Mental-Coach Zille und verfassten dabei unsere Ziele für die kommende Rückrunde. Glückwunsch übrigens an Didi Linnekogel der zum „besten Golfer der Mannschaft“ ernannt wurde. Mit dem vierten Tag endete das Trainingslager.

Trotz Schnee, Regen, Hagel und Sturm haben wir jede Einheit durchgezogen. Nun stand uns dem Spiel gegen BHC nichts mehr entgegen.

„Mit unserem direkten Konkurrenten im Abstiegskampf.“

Die Wochen vor dem ersten Punktspiel hatten wir noch einige Trainingsspiele und waren gut vorbereitet. Endlich war es soweit. Am 20.03.21 spielten wir gegen die Berliner. Jedoch kam es anders als erwartet. Wir mussten uns mit einem 0:3 geschlagen geben. Der Auftakt lief nicht wie geplant und wir befanden uns im Tabellenkeller. Was solls. Mund abwischen weitermachen, da schon am nächsten Wochenende das Derby gegen HTHC und Groß Flottbek anstand und 6 Punkte essenziell waren.

Durch eine gute Trainingswoche gingen wir hoch motiviert in das erste Spiel gegen HTHC. Die Partie hatte Höhen und Tiefen. Wir lagen zuerst zurück und unser Torwart Mark Appel verletzte sich schwer, weshalb Tommy Brückner sein Debüt gemacht hat. Wir drehten das Spiel zum 3:1 und gewannen das so wichtige Derby. Den Tag danach war Groß Flottbek an der Reihe. Mit hoher Konzentration und Spielfreude gewannen wir das Spiel 4:0 und sicherten uns 6 Punkte, die im Abstiegskampf sehr wichtig waren. Nun mussten wir nur noch den Sprung in die Play-offs statt den Play-downs schaffen, was sich am darauffolgenden Wochenende entscheiden sollte. Mit unserem direkten Konkurrenten im Abstiegskampf, dem CTHC startete das Doppelwochenende. Das Spiel war total wichtig, da der Verlierer prognostisch in die Play-downs rutschen würde und somit eine gewisse Chance hätte, abzustiegen. Jedoch hatten wir an diesem Tag die Motivation und den Willen, das Spiel zu gewinnen und erkämpften uns ein 3:2. Bis dato waren wir so gut wie sicher in den Play-offs. Am nächsten Tag stand das Spiel gegen Uhlenhorst Mülheim an. Wir waren hoch konzentriert und gingen mit breiter Brust in das Spiel rein. Nach dem ersten Viertel lagen wir schon 2:0 vorne.

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**



Wir verteidigten, was das Zeug hielt und kassierten trotzdem im dritten Viertel ein Tor. Dieses Tor hat uns allerdings nicht zurückgeworfen, sondern brachte uns dazu noch griffiger zu spielen. Wir wollten die Partie unbedingt gewinnen, um uns das Ticket für die Play-offs zu sichern. Wir hielten das 2:1 und gewannen somit seit langem wieder gegen Mülheim auf dem Feld. Jetzt war es sicher. Wir hatten die Chance durch die Play-offs ins Final Four zu kommen. In 2 Wochen sollte das erste Spiel der Play-offs stattfinden.

Allerdings spielten wir vorher noch gegen unseren Stadtrivalen, den UHC. Nach einem knackigen 3:3 waren wir immer noch 5 Spiele in Folge ungeschlagen und so sollte es gegen Rot-Weiss Köln im ersten Spiel der Play-offs weitergehen. Die wöchentliche Yoga- und anschließende Besprechungseinheit hat uns die Möglichkeit gegeben, gut zu regenerieren und taktisch auf einem hohen Level zu sein.

„Wir sind dennoch mit erhobenem Haupte vom Platz gegangen, weil wir ein top Spiel gemacht haben.“

In der Woche vor RWK haben wir alles noch mal besprochen und gut trainiert. Das Team war gut drauf und auch das mentale Coaching von Zille vor dem Spiel hat unseren Zusammenhalt nochmal gestärkt. Hoch motiviert gingen wir in das Spiel rein. Die Verteidigung auf beiden Seiten stand gut und so war das Spiel eher chancenarm. RWK nutzte allerdings ihre Möglichkeiten und schoss zwei Tore in Folge. Nach einigen guten Chancen von uns erzielten wir dann den Anschlusstreffer, der das Spiel noch mal anheizte. Bedauerlicherweise zu kurz vor Abpfiff. Wir mussten uns geschlagen geben, doch sind nicht kopfhängend vom Platz gegangen, weil uns noch zwei weitere Spiele gegen RWK bevorstehen sollten.

Wir hatten immer noch unser Ziel vor Augen und trainierten die darauffolgende Woche hoch motiviert, bevor wir die Reise nach Köln antraten.

Nachdem wir im Hotel angekommen sind, schauten wir alle zusammen Fußball. Danach ab ins Bett und am nächsten Morgen spazierten wir erstmal um aufzuwachen. Nach dem Frühstück und der Besprechung ging es dann an den Platz. Wir waren heiß und machten uns zügig warm. Jetzt hieß es alles oder nichts. Wir machten Druck, doch nach einem Konter kassierten wir erstmal das 0:1. Wir blieben weiter dran, doch RWK presste auch und schoss 2 weitere Tore. Unsere vielen Chancen entschärfte der belgische Nationaltorwart Vanasch gekonnt und erst im dritten Viertel machten wir die erste Bude. 1 zu 3. Geht da noch was? Wir erhöhten den Druck und fingen jeden Ball ab, doch unsere Chancenverwertung war miserabel. Kurz darauf machte Köln das 1:4. Wir pressten weiterhin, doch die Kölner verteidigten so solide, dass wir kein Tor mehr erzielten. Somit war klar, dass wir ausgeschieden sind.

Wir sind dennoch mit erhobenem Haupte vom Platz gegangen, weil wir ein top Spiel gemacht haben. Am Ende gewinnt eben der, der seine Chancen nutzt. In der Abschlussbesprechung waren wir uns alle einig, dass wir in der kommenden Saison an die Teamleistung, die Motivation und mentale Stärke anknüpfen werden.

Es war eine der längsten Saisons überhaupt, die trotz der Höhen und Tiefen erfolgreich war, auch wenn wir nicht das erreicht haben, was wir wollten.

Leider konnten wir alle nicht zusammen jubeln. Allerdings haben wir Eure Unterstützung total wahrgenommen. Egal ob die Nachrichten vor, oder nach dem Spiel. Die Glückwünsche und motivierenden Worte außerhalb des Platzes haben uns sehr geholfen. In dieser schwierigen Zeit habt ihr euer bestes gegeben, wofür wir Euch überaus dankbar sind. Wir sind zuversichtlich, dass Fans nächste Saison erlaubt sein werden und dann wird das Versäumte nachgeholt. Wir freuen uns!
// Eure Alsterherren – Tommy Brückner

SPIELTERMINE

Bundesliga 2019/20/21

DATUM	HEIM	GAST	
So. 21. Mär. 21	Der Club an der Alster	- Berliner HC	0 : 3
Sa. 27. Mär. 21	Harvestehuder THC	- Der Club an der Alster	1 : 3
So. 28. Mär. 21	Großflottbeker THGC	- Der Club an der Alster	0 : 4
Sa. 10. Apr. 21	Der Club an der Alster	- Crefelder HTC	3 : 2
So. 11. Apr. 21	Der Club an der Alster	- Uhlenhorst Mülheim	2 : 1
So. 18. Apr. 21	UHC Hamburg	- Der Club an der Alster	3 : 3
Vf1 Sa. 24. Apr. 21	Der Club an der Alster	- RW Köln	0 : 2
Vf2 Sa. 01. Mai. 21	RW Köln	- Der Club an der Alster	4 : 1

Meßmer
macht meinen Moment

**BRING WOW
IN DEIN WASSER!**

Ohne Kalorien
und Zucker*

Für kaltes Wasser

Beutel bleibt drin

NEU

Meßmer
**GOLD
TEA**
OHNE KALORIEN
für die Wasserflasche
Himbeere-
Zitrone
14 Pyramidenstunde
Fruchtensaft, natürlich
aromatisiert, Honig
Zitronen-Geschmack
500ml

STAY COOL AND
DRINK COLD TEA

auch in 5 weiteren leckeren Sorten

*enthält von Natur aus Zucker

Q&A MIT PEER LAUX

Was macht der Leiter einer Tennisschule?

Quelle: DEUTSCHER TENNIS BUND (7.4.2021.)

Beim Der Club an der Alster in Hamburg wird auf insgesamt zwölf Plätzen Tennis gespielt. Organisiert wird der Trainingsbetrieb von Peer Laux, der als Leiter der Alster Tennis GmbH (ATG) die wöchentlichen Trainingszeiten plant, regelmäßige Tenniscamps veranstaltet und den Punktspielbetrieb koordiniert. Er selbst ist A-Trainer, verrät aber im Interview, dass er kein Training mehr gibt – dazu fehlt schlichtweg die Zeit.

Herr Laux, 2017 wurde die ATG gegründet. Erklären Sie uns doch kurz, was die Aufgabe des Unternehmens ist.

Um die Tennissparte beim Der Club an der Alster zu professionalisieren, hat der Verein damals die ATG gegründet. Wir sind keine private Tennisschule, sondern organisieren den Spiel- und Trainingsbetrieb des Vereins an der Hallerstraße in Hamburg.

Ein Argument für das Gründen der GmbH waren die Vorteile im Anstellungsverhältnis. Alle Trainer*innen sind seitdem fest angestellt und sozial- und rentenversicherungspflichtig.

Warum ist das so wichtig?

Durch das feste Arbeitsverhältnis sichert man sich als Club ab. Wenn Trainer*innen über Jahre nur auf Honorarbasis gearbeitet haben, muss man im Worst-Case viele Jahre Versicherungsbeiträge nachzahlen. Da reden wir schnell von mehreren Zehntausend Euro. Natürlich bietet es sich nicht für jeden Verein an, eine GmbH zu gründen.

Aber sobald Trainer*innen organisatorische Aufgaben übernehmen oder Mannschaftstrainings durchführen, würde ich es jedem Verein raten, seine Trainer*innen fest anzustellen.

Alleine im Jugendbereich gibt es beim DCadA über 400 Mitglieder, die trainiert werden wollen. Wie viele Trainer*innen sind bei Ihnen angestellt, damit Sie den Trainingsbedarf decken können?

Insgesamt haben wir sechs A-Trainer*innen fest angestellt. Wir arbeiten sehr gut zusammen, sowohl ich mit den Trainer*innen als auch die Trainer*innen mit mir. Das gute zwischenmenschliche Verhältnis erleichtert die Arbeit enorm, gerade im organisatorischen Bereich.



Wie finden Sie Trainer*innen?

Wenn es Bedarf an Trainer*innen gab, habe ich mich, wie das in anderen Branchen auch der Fall ist, am Markt orientiert und viele Gespräche geführt. Im letzten Schritt gilt es dann immer eine Entscheidung darüber zu treffen, welche*r Kandidat*in am besten in das bestehende Team passt.

Stehen Sie überhaupt noch als Trainer auf dem Platz?

Nein, dafür fehlt die Zeit. Ich gebe kein Training mehr, sondern kümmere mich ausschließlich um die Organisation der ATG.

Dass ausgebildete Trainer*innen kein Training geben, kommt eher selten vor. Was genau sind denn ihre Aufgaben abseits des Tennisplatzes?

In erster Linie kümmere ich mich um das Personalwesen, den Spielbetrieb, Finanzcontrolling und die Tennisanlagen. Dadurch, dass wir Teil des Der Club an der Alster sind, fallen darüber hinaus auch die Mannschaftsbetreuung und das Organisieren von Clubturnieren in meinen Aufgabenbereich. Die Anforderungen müssen immer wieder angepasst werden, um dem Anspruch unserer Mitglieder gerecht zu werden. Mittlerweile sind zum Beispiel alle unsere Anmeldeformulare und Terminkalender digital.

Wie viel Zeit nehmen dabei betriebswirtschaftliche Aufgaben in Anspruch?

Das ist schwer zu sagen, aber man muss schon viel Zeit einplanen. Zwölf Mal im Jahr stehen die Monatsabrechnungen an, man ist immer wieder in Abstimmung mit dem Steuerberater und sowieso steht man im ständigen Austausch mit dem Finanzamt.

Hatten Sie Vorkenntnisse aus anderen Jobs?

Ich habe eine kaufmännische Ausbildung abgeschlossen und mehrere Semester BWL studiert. Das hat mir sehr geholfen, auch wenn man im Job natürlich noch viel dazulernt. Man braucht schon kaufmännische Vorkenntnisse, um diese Organisationsform zu leiten.

Ist ihr Arbeitshandy jemals aus?

Nicht wirklich, einen klassischen Feierabend habe ich nicht. Grundsätzlich sollte man für die Mitarbeiter*innen und die Verantwortlichen des Clubs fast immer erreichbar sein. Es gibt immer wieder wichtige Themen, die umgesetzt werden müssen.

DIE TENNIS-JUGENDARBEIT IM CLUB

Trainingsprogramme und Ziele

Im DCadA spielen mehr als 400 Kinder und Jugendliche Tennis. In den letzten Jahren nahmen jeweils 8-10 Mannschaften an den Punktspielen teil. Besonders erfolgreich waren die Jungenmannschaften im Alter von 10 bis 14 Jahren, die in der höchsten Hamburger Liga spielen. Viele unserer Kinder treten auch bei Turnieren an, so stellen wir bei den Yonex-Cup-Turnieren für Kinder unter 10 regelmäßig die meisten Teilnehmer. Bei diesen Turnieren waren die Alsterkinder mit Siegen und guten Platzierungen sehr erfolgreich.

In den nächsten Jahren hoffen wir durch intensives Training noch weitere talentierte Jugendliche an das hohe Spielniveau unserer Damen- und Herrenteams heranzuführen.

Neben den leistungsorientierten Kindern finden aber auch alle Kinder, die Tennis weniger intensiv betreiben und einfach nur Spaß haben möchten, ein vielfältiges Trainingsangebot.

TRAININGSPROGRAMME

Für das Tennistraining im DCadA ist die Tennisschule Alster Tennis GmbH (ATG) verantwortlich. 5 hauptberufliche Tennislehrer trainieren ca. 400 Kinder und Jugendliche.

Trainingsmethodisch wird dabei ein spielorientierter Ansatz verfolgt, d.h. nicht das isolierte Training von tennisspezifischen Techniken steht wie im traditionellen Tennistraining im Mittelpunkt, sondern der Spielgedanke. Die Kinder sollen möglichst schnell

spielfähig werden, also miteinander spielen können. Die Technik ist dabei Mittel zum Zweck. Selbstverständlich sollen die Tennistechniken erlernt werden, aber immer eingebunden in eine spielorientierte Aufgabe. Die Erfahrung hat gezeigt, dass diese Methode den Kindern nicht nur mehr Spaß bringt, sondern auch deutlich effektiver ist.

4-6 JAHRE

Die Kleinsten (4-6 Jahre) beginnen im Tennis-Kindergarten. Hier werden sie spielerisch an das Tennis herangeführt. Allgemeine koordinative Übungen und sportliche Grundlagen wie Laufen, Werfen und Fangen stehen im Vordergrund.

6-8 JAHRE

Im Alter von 6-8 Jahren spielen die Kinder in Gruppen (4-8 Kinder) im Kleinfeld mit Softbällen, jetzt werden bereits spezielle Schlagtechniken erlernt. Durch das Spiel im Kleinfeld können die Kinder bereits frühzeitig Ballwechsel spielen und auch Wettkämpfe bestreiten. Einen großen Raum (bis zu 50%) nimmt aber noch das allgemeine koordinative Training ein.

8-10 JAHRE

Zwischen 8-10 Jahren erfolgt der Übergang vom Spiel im Kleinfeld zum Großfeld. Die Tennistechniken werden weiter entwickelt, die Kinder lernen im Großfeld miteinander zu spielen. Talentierte Kinder nehmen bereits an ersten Turnieren teil.



10-13 JAHRE

Im Alter von 10-12 werden den Kinder möglichst viele Schlagtechniken vermittelt, sie lernen ihre Schläge zielgerichtet und situationsgerecht einzusetzen. Weiter wird intensiv im koordinativen Bereich trainiert, allerdings zunehmend tennisspezifischer.

Mit 12 Jahren trainieren die Kinder wettkampforientierter, talentierte Spieler werden gezielt auf Turniere vorbereitet. Taktisches Training spielt eine größere Rolle und auch mentale Aspekte des Wettkampfs werden thematisiert.

AB 13 JAHRE

Ab ca. 13 Jahren bei den Mädchen bzw. 15 Jahren bei den Jungen werden talentierte Spieler in das Damen- bzw. Herrentraining miteinbezogen.

In jeder Alterstufe fördert der Club besonders talentierte Kinder. Diese erhalten neben dem normalen Jugendtraining zusätzliche Trainerstunden in kleinen Gruppen. Je nach Leistung bzw. Leistungsprognose wird diese Förderung weiter intensiviert.



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

JUGEND- RANGLISTEN

Deutsche Ranglisten
der Juniorinnen & Junioren

Aufgrund der coronabedingten Wettkampfpause sowie der zahlreichen Ausfälle im Ligen- und Turnierbetrieb hat der Ausschuss für Ranglisten und Leistungsklassen entschieden, die Ranglistenwertung anzupassen.

Stichtag 31.03.2021
Aktuelle Information (Stand 16.04.21):

U12 Juniorinnen Pkte
10 Michelle Geznenge 131,0

Junioren
26 Julius Erdmann-Jesnitzer 78,0
57 David Fuchs 55,0
134 Adrien Hoffmann 28,0

U14 Junioren
90 Alexander Heyser 169,6

U16 Juniorinnen
1 Seidel Ella 3516,0
5 Gergec Ada 1444,0
425 Andersen Nike 74,0

Junioren
26 Karl Nagel-Heyer 632,0
46 Simon Luigs 483,0
102 Henry Hirsch 340,0

U18 Juniorinnen
1 Noha Akugue Noma 8098,0
56 Korpys Michelle 1009,0
99 Weinstock Michelle 661,0

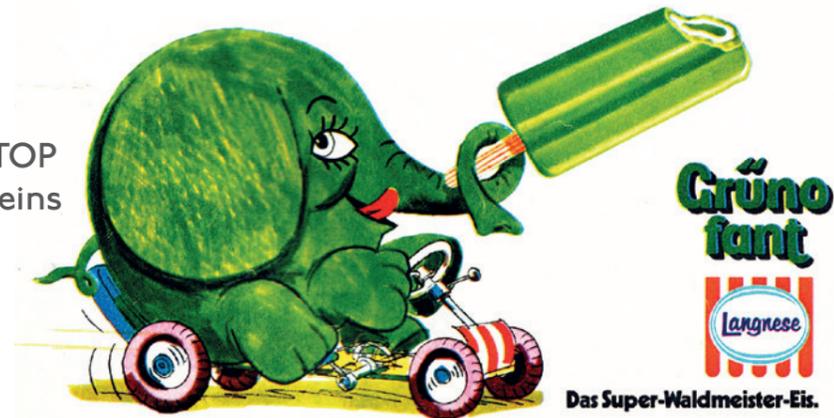
Junioren
64 Bunjes Mika 692,4
79 Herzog Julian 624,5
127 Reer Christian 456,0
161 Rake Benedikt 392,0
168 Herzog Leander 383,0
188 Laatz Leopold 357,0

Jugendranglisten

SOMMERDRINK FÜR KIDS

& 80“ Junggebliebene (wie ich) 😊

...wenn mich ein Geschmack an meine Kindheit erinnert, dann Waldmeister! Knallgrüne Geschichte am liebsten als TRI TOP Sirup, am liebsten dann eins zu eins gemischt oder natürlich für die Kenner: Langnese Eis GRÜNOFANT... pure 80“



Nun folgt hier 40 Jahre
später die gesunde
Variation

- Die frischen Waldmeister Blätter zupfen und auf einem Küchenpapier am Fenster (gerne auch in der Sonne) einen Tag lang trocknen lassen. Dadurch entwickelt sich erst der typische Geschmack.
- Am nächsten Tag die Zitronen heiß abspülen und mit einem Sparschäler die Schale abschälen. Die Zitronen in Scheiben schneiden.
- Wasser aufkochen und den Zucker darin auflösen. Kurz stehen lassen! Dann, in das noch sehr heiße aber nicht mehr kochende Wasser, die angetrockneten Blätter Waldmeister, die Zitronenschale und Scheiben hineingeben. Kurz, ganz kurz erhitzen (nicht mehr kochen) und 45 Minuten ohne Hitze ziehen lassen.
- Nun den Fond durch ein Sieb gießen und die Zitronen und Waldmeister Reste entfernen.



- Den Fond (ab jetzt Sirup genannt) aufkochen und in eine saubere Flasche nach dem Erkalten abfüllen. Hält ewig im Kühlschrank!
- Bei Durst: Ein wenig vom Sirup (5cl) mit Mineralwasser auffüllen, mit Zitronen und Eiswürfeln dekorieren.

...80“ Trash: Schmeckt auch mit Sekt 😊

// LG Flo

ZUTATEN QUANTITÄT

frischen Waldmeister (ja, das gibt es wirklich).. erhältlich auf dem Isemarkt	2 Töpfe
Leitungswasser	600 ml
Zitronen (BIO)	3
Zucker	nach Geschmack ca. 170g

Sommerdrink



Ortho-Altona

Dr. Helge Beckmann - Dr. Michael Green

Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezielle Unfallchirurgie, Chirurgie, Chirotherapie und Sportmedizin
Bahnenfelder Strasse 244, 22765 Hamburg
Tel. +49 40 390 68 01 · Fax: +49 40 39 36 01
praxis@ortho-altona.de · www.ortho-altona.de



Karl's Eck



MÄI 2021 | Ausgabe 02 | ALSTER EDITION | Preis: Unbezahlbar

CLUBLEBEN MACHT DAS LEBEN LEBENSWEIT



Liebe Mitglieder,
was fällt Ihnen sofort auf, wenn Sie dieses Foto unserer Clubterrasse betrachten? Doch sicher, dass sie wesentlich grösser als vor einem halben Jahr und mit einer Markise versehen

ist, die sich, nicht sofort erkennbar, in fünf Teilen aus- und einziehen lässt und die seitlich durch absenkbare durchsichtige Planen ebenfalls nach außen und innen geöffnet oder verschlossen werden kann, je nach Jahreszeit und Wetterlage – eine tolle Bereicherung für Sie und unsere Gastronomie.

Aber was fällt Ihnen ebenfalls auf, wenn Sie das Foto näher betrachten? Ganz klar, keine Gläser, kein Porzellan auf den Tischen, auch keine Blumen – und keine Gäste auf den Stühlen. Jeder weiß, woran es liegt, es fängt mit „C“ an, aber das Wort wird hier auf keinen Fall erwähnt ... Jetzt kann es nun endlich wieder losgehen. Sie können sicher sein: Unsere Gastronomen Florian Rentner und Michael Zischg, ebenso Pierre, Elena und die weiteren freundlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter warten sehnsüchtig auf die Zeit, zu denen zumindest die Terrasse wieder geöffnet

werden darf, und dann erwarten wir Sie, liebe Mitglieder, zum großen Zusammensein, das ist doch wohl klar – bei dem wir uns dann endlich, nach Tennis, Hockey, Schwimmbad oder auch ohne dies endlich wiedersehen können.

Und damit Sie schon etwas eingestimmt werden, über das, was passieren soll, nachfolgend einige Artikel aus früheren Clubzeitungen: UNSER CLUBLEBEN STARTET DURCH und wir sehen uns endlich alle wieder. Wir sind sicher: SIE SIND DABEI!

// KN

Historie Historie Historie

Der nachfolgende Aufruf stand in der Clubzeitung MÄI 1928. Zu der damaligen Zeit war das „Clubhaus“ ein Hausboot, das an der Alster beim Harvestehuder Weg lag.

Was noch nicht bekannt ist,

sind unsere wöchentlichen Veranstaltungen die auf bzw. in unserem Hausboot stattfinden. Da haben wir z. B. an jedem

Mittwoch

des Abends gemütliches Beisammensein nebst Feuerwerk. Dagegen

Donnerstags

stets die Zusammenkunft aller Junggefallen unseres Clubs. Sie können hier zu Abend essen oder Bridge spielen oder sonst allerlei Nettes machen. Die Herren, die ihr Abendbrot an diesem Tage hier einnehmen wollen werden gebeten, sich vorher bei Frau Bitter anzumelden, damit sie gegebenenfalls nicht zu kurz kommen.

Sonntags

5-Uhr-Tea, zunächst noch ohne Grammophon. Besitzer eines solchen werden gebeten freundlicherweise mit einem derartigen Instrument in Erscheinung zu treten.

Bitte, halten Sie sich den 3. Juli 1937, abends 21 Uhr, frei. Wir veranstalten an diesem Tage im Rahmen unseres Tennis-Turniers ein Abendfest in der Anlage unseres Schwimmbades. Wer das letzte Mal die Cocktail-Party mitgemacht hat, wird auch diesmal kommen. Markieren Sie sich den Tag vor und bringen Sie ihre Freunde und Bekannten mit.
Der Vergnügungsausschuß.



So

war's im letzten Jahr

und wer da war

kommt auch dieses Mal wieder

zu unserem großen

Abend-Fest

am

Sonntag, den 13. August 1938,

21 Uhr.

Das Fest findet wieder im Rahmen des Kreis-Tennis-Turniers, in der Anlage unseres Schwimmbades statt. Die Turnier-Teilnehmer, Mitglieder, sowie Freunde und Bekannte des Clubs sind alle herzlich willkommen.

Eintritt RM. 2.—. Turnierteilnehmer mit Ausweis haben freien Eintritt.

Bei regnerischem Wetter findet das Fest nicht statt! Sommeranzug.

MITOCARE

IM KERN GESUND

ADEK Vitamin Öl

4 VITAMINE IN NUR 1 TROPFEN

Mit natürlichem Vitamin E

Mit Vitamin D3*



*2000 I.E. Vitamin D3 pro Tropfen

38

Pionierwissen aus der Nähr- und Pflanzenwissenschaft. MITOCare entwickelt innovative und qualitativ besonders hochwertige Nähr- und Pflanzenstoffprodukte, die Ihr Wohlbefinden fördern und Ihnen helfen im Gleichgewicht zu bleiben. Die Kombination aus dem überlieferten Wissen der Natur mit modernster Ernährungswissenschaft macht MITOCare so unverwechselbar. Bitte bleiben Sie gesund – unser Anspruch und unsere Berufung.

Christian Burghardt, nachdem wir MITOCare seit April dieses Jahres als Partner und Namensgeber der Alster Hockey- und Tennishalle Teil der Clubfamilie vorgestellt haben, wollen wir unseren Mitgliedern noch mehr über „MITO“ erzählen und beginnen mit der Frage, was die Philosophie „im Kern gesund“ bedeutet?

Unsere Geschichte beginnt im Jahr 2013 mit der Vision zweier Ärzte. Für die Komplementärmediziner ist das Wohl ihrer Patienten oberstes Gebot. Durch das Wissen über natürliche Mikronährstofftherapien und dem Drang die Natur als Säule der Gesundheit zu betrachten, entstand MITOCare. Jedes unserer

Naturstoffprodukte ist eine revolutionäre Idee und hat eine besondere Geschichte. Unser Firmensitz ist in München. Das MITOCare Team möchte ganz einfach mehr Wohlergehen für alle Menschen dieser Welt. Dafür arbeiten wir Tag für Tag mit vollster Hingabe, Begeisterung und Leidenschaft.

Woher stammt das Wissen über die Naturstoffe?

Forschung und Diagnostik bilden die Grundlage unserer Arbeit. Hinzu kommen jahrelange labordokumentierte, therapeutische Praxiserfahrungen sowie eigene Studien und Verzehrobservationen. Daher liegt es uns sehr



am Herzen, unser gesammeltes Wissen verständlich aufzubereiten und an Sie zu vermitteln! Somit bieten wir Ihnen eine Vielfalt an qualitativ hochwertigen Naturstoffprodukten.

Worin sieht Ihr eure Vision für die Zukunft?

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, die Lebenswelt, Gesundheit und das Wohlergehen einer gesamten- und aller kommenden Generationen, nachhaltig zu verbessern und zu revolutionieren. Unsere Vision ist es, möglichst vielen Menschen dabei zu helfen, ein gesundes und glückliches Leben zu führen, indem sie ihr volles Potenzial ausschöpfen können.

Alexander Sahmel, Du bist als Teil von MITOCare zurück im DCadA in etwas anderer Rolle, wie fühlst Du dich in deiner neuen Position?

Für mich bedeutet diese Partnerschaft, etwas an den Hockeysport und den Verein zurückgeben zu können, der mich über zehn Jahre stark unterstützt hat. Ich bin durch das Hockey von diesem Teamgedanken geprägt worden, der mich heute in der Firma oder auch in meinem Praxisalltag ständig begleitet und der zu meiner Lebensphilosophie gehört.

// **Christian Burghardt**, Facharzt für Allgemeinmedizin, Mitbegründer des Burnout Diagnostik Instituts in München und Co-Gründer von MITOCare,

Alexander Sahmel, ehem. Spieler Alsterherren, Arzt und Markenbotschafter von MITOCare



39

Entdecke das
**Geheimnis
für Vitalität &
Leistungsfähigkeit**



Eine einzigartige Kombination aus natürlichen Inhaltsstoffen, Vitaminen und Enzyme, welche gezielt deine Mitochondrien, die Energiekraftwerke deiner Zellen, stärken.

MITOdrink mitodrink

[mito-drink.com](https://www.mito-drink.com)



DIE LIEGEWIESE

Die Stühle stehen fein poliert,
Neu angeordnet und sortiert,
Als ob gleich viel Damen kämen,
Um auf dem Plastik Platz zu nehmen,
Mit Sonnenöl und nassen Haaren
Mit Daunenjacke und den Blagen,
Jedoch sie bleiben vorerst leer,
Und träumen leise vor sich her,
Bis auf dass unsere Zahlen sinken
Und bald die Bademeister winken:
„Kommt her der Spuk ist jetzt vorbei,
die Badewiese ist nun frei!“

KONTAKT



Ihre Meinung
ist uns wichtig!

clubzeitung@dcada.de

REDAKTIONSSCHLUSS

Für die nächste Ausgabe
erbitten wir Ihre Beiträge
(Bitte Texte als .doc, Bilder
als .jpg in Originalgröße)
bis spätestens

04.06.2021

Beiträge 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: Amy Gibson, 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
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.

Sportradiologie, MRT-Diagnostik und Früherkennung in Hamburg



RADIOLOGIE AM ROTHENBAUM

Hamburg | Hansastraße
Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz

Hansastraße 2-3
20149 Hamburg
Tel 040 - 32 55 52 - 109
rob@radiologische-allianz.de



Radiologie am Rothenbaum

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

Ein starkes Team – Diagnostik und Therapie für Ihre Gesundheit

Die Radiologische Allianz ist ein Zusammenschluss freiberuflich tätiger und unabhängiger Fachärzte und bietet das gesamte Leistungsspektrum radiologischer, nuklearmedizinischer und strahlentherapeutischer Verfahren an. Mehr als 70 Fachärzte in 15 Praxisteams bringen ihre fachliche und menschliche Kompetenz unterstützt durch modernste medizinische Technik für eine bestmögliche Versorgung aller Patienten ein.

- 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
- Höchsten Komfort

Ärztlich &
unabhängig
geführt

Termin vereinbaren:

Radiologie am Rothenbaum	Tel 040 - 32 55 52 - 109
Radiologie am Rathausmarkt	Tel 040 - 32 55 52 - 101
Alle 15 Standorte	Tel 040 - 32 55 52 - 100



oder online über

www.radiologische-allianz.de

+ Mammadiagnostik
+ Herzdiagnostik
+ Neuroradiologische Sprechstunde

Radiologie am Rathausmarkt



RADIOLOGIE AM RATHAUSMARKT

Hamburg | Mönckebergstraße 31
Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz

Mönckebergstraße 31
20095 Hamburg
Tel 040 - 32 55 52 - 101
rat@radiologische-allianz.de

TUCANO

TRADING

Frühjahrs-Rabatt
20 – 60%!

LAGERVERKAUF FROSTFESTER PFLANZGEFÄSSE

Deutschlands größte Auswahl auf 3000 m²



Liebe Kund*innen,
Unser Lagerverkauf ist offen,
die Auswahl riesig.

Eine kleinere Auswahl finden Sie in unserem

Online-Shop
www.tucano.de

Wir freuen uns auf Sie!



Nur bei Tucano – 5 Jahre Gewährleistung auf jeden Topf!

Seit 1995 importiert Tucano hochwertige, frostfeste Pflanzgefäße. Mit unserer Auswahl sind wir Deutschlands Nr.1. Neben klassischer Terracotta und glasiertem Steinzeug finden Sie natürlich auch moderne, leichte Gefäße. Vergleichen Sie bitte: die Qualität, die Auswahl, die Kulanz. Und die Preise! Wir besuchen unsere Lieferanten regelmäßig und kaufen vor Ort ein – weltweit.

