



# GERMANEN<sup>6</sup><sub>5</sub> SPORT



# GERMANEN<sup>6</sup><sub>5</sub> SPORT

## TRADITION • MODERNE • QUALITÄT



**Werner Sietas** Raumausstattermeister  
Bahnhofstr. 36, 21781 Cadenberge  
Tel.: 04777 292 oder 015566852097

E-Mail: [raumausstattung-sietas.de](mailto:raumausstattung-sietas.de)  
[www.raumausstattung-sietas.de](http://www.raumausstattung-sietas.de)  
INSTAGRAM: [raumaustattung.sietas/](https://www.instagram.com/raumaustattung.sietas/)

Sandberg 3 · 21781 Cadenberge  
Tel. 04777/800540

Ihr Friseur für die ganze Familie!

ADENBERGER-HÜPFBURGEN-VERLEIH

SPIEL ★ SPASS ★ BEWEGUNG

[www.huepfburgen-cadenberge.de](http://www.huepfburgen-cadenberge.de)

Cadenberger-Hüpfburgen-Verleih GbR  
Inh. Michaela Robohm & Thomas Bock  
Wachholderweg 7  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-8009707  
Mobil 0151 - 656 331 62

FLIESEN- UND BADKONZEpte  
DIRK JONAS

RÜTER GEEST 16  
21781 CADENBERGE

Tel. 04777-808 347  
Fax 808 348  
Mob. 0172- 456 3715

IHR PARTNER  
FÜR SICHERHEIT UND  
VORSORGE!

Service-Büro Philipp Stangneth  
Am Markt 5 · 21781 Cadenberge  
Tel. +49 (4777) 1849  
[philipp.stangneth@concordia.de](mailto:philipp.stangneth@concordia.de)

CONCORDIA.  
EIN GUTER GRUND.

 CONCORDIA  
Versicherungen

Ihr Computer-Service vor Ort...

CCV – seit 29 Jahren ihr Servicepartner:

Wir helfen bei allen Fragen zu Hard- & Software, sowie Netzwerken und führen Reparaturen, diverse Softwareinstallationen und Internetdienstleistungen aus. Mit unserer Erfahrung möchten wir auch Ihnen zur Seite stehen.

[www.ccvcomputer.de](http://www.ccvcomputer.de)

Alter Postweg 69 · 21781 Cadenberge · Tel. (04777) 931341 · [info@ccvcomputer.de](mailto:info@ccvcomputer.de)

robu / Adobe Stock

RATHAUS  
APOTHEKE

Clara Hörstrup  
Am Markt 6  
21781 Cadenberge  
Tel. (04777) 567

Germania-fit!



## HANDBALL Seite 5-25

- Beachhandballturnier
- Reinigungsaktion am Beachhandballplatz
- Rückblick auf das erste eigene Handball-Camp
- Ehrung für Dominik Schmarje
- Bericht zur Ferienspaß-Aktion
- Einlaufkinder beim Buxtehuder SV
- Five a Side
- Grundschulaktion
- Sommeraktion
- Juxspiel
- Wechsel im Amt der Jugendwartin
- Mixturnier
- Minis/Maxis Cadenberge
- Damen
- Weibliche B-Jugend
- Weibliche D.-Jugend
- Weibliche E-Jugend
- Herren
- Männliche B/C-Jugend
- Männliche D-Jugend (25/26)
- Männliche E-Jugend 1
- Neue Mannschaft der HSG Land Hadeln

## FUSSBALL Seite 27-35

- Auftakt einer Partnerschaft auf Augenhöhe
- Mähroboter im Sophienpark
- Einweihung der LED-Beleuchtung
- Superkicker Fußballschule
- 1. Herren
- U4/U5
- U14
- U6/U7
- U11

## SCHWIMMEN Seite 36-37

- Rückblick

## TURNEN Seite 38-54

- Turnangebot
- Fit in die Woche
- 1. Fitnesstag
- Fortbildungen
- Body & Mind
- Frauensporttag
- HIIT
- Eltern-Kind-Turnen
- Training für den Mann
- Meditation & Achtsamkeit
- Silvesterlauf 2024
- Power-Workout
- Montags-Ladies
- Step-Aerobic
- Schwitzen im Sitzen
- TriloChi
- E-Bike

## TENNIS Seite 55-57

- Rückblick
- Besondere Ehrungen
- Tag der offenen Tür

## TISCHTENNIS Seite 58-59

- Rückblick

## BADMINTON Seite 60

- Rückblick

## SCHACH Seite 61

- Rückblick

## JU-JUTSU Seite 62

- Rückblick

## Sehr geehrte Leserinnen und Leser des Germanensports,

der Sommer ist bereits lange vorüber. Ich hoffe Sie hatten eine entspannte Zeit zum Erholen. In der Vereinsarbeit gibt es immer Vorgänge, auch wenn der Sportbetrieb mal Pause hat, die Entscheidungen in den Ferien erfordern.

Zum einen erfolgte der Zusammenschluss der Fußball Herrenmannschaften mit dem VFL Wingst unter dem Namen „SG Am Dobrock“. Gemeinsam wird nun um Tore und Punkte gespielt. Die Entscheidung war richtig um den zukünftigen Spielbetrieb zu sichern.

Zum anderen stellen wir uns dem Schutzkonzept „Verein(t) gegen sexualisierte Gewalt im Sport – AUSGEZEICHNET“.

Dieser Prozess wird von uns sehr ernst genommen. Über einen einem Zeitraum von ca. 2 Jahren werden bereits ausgewählte Mitglieder des TSV hierfür vom Kreissportbund Cuxhaven geschult.

Allen Lesern wünsche ich Spaß beim Lesen der Ihnen vorliegenden 65. Ausgabe des Germanen Sport.

Mein Sport – Mein Ort

Hartmut Römer  
1.Vorsitzender



### Happy versichert – mit den Versicherungen der LVM!

Darum kümmert sich  
mein Vertrauensmann!

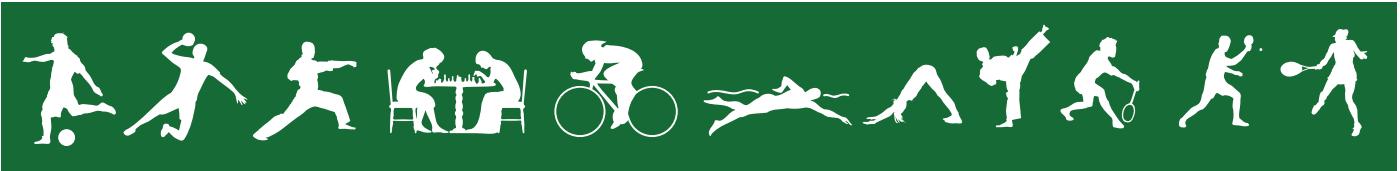
**Michael Diehr**

Cuxhavener Str. 7  
21781 Cadenberge  
Telefon 04777 800657

Stader Str. 29  
21745 Hemmoor  
Telefon 04771 3396  
[info@diehr.lvm.de](mailto:info@diehr.lvm.de)



**LVM**  
VERSICHERUNG



## Beachhandballturnier Weißenhäuser Strand 27.-29. Juni 2025

Was war das für eine tolle Fahrt!!!!

Kurz vor den Sommerferien ging es für unsere Handball-Mädchen aus der E-, D- und C-Jugend zum Beachhandballturnier zum Weißenhäuser Strand an die Ostsee. Mit Ihnen zahlreiche Eltern und Geschwister als Fans sodass wir auf 60 Teilnehmer kamen und für ordentlich Stimmung am Strand sorgen konnten.

Am Freitag trafen wir uns am späten Nachmittag nach individueller Anreise am Grillplatz des Resorts und haben uns zum Auftakt mit Bratwurst und Fleisch im Brötchen gestärkt und Organisatorisches besprochen.

Anschließend haben uns dann gemeinsam auf den Weg zum Strand gemacht. Dort fand am Abend die feierliche Eröffnung mit dem Einlaufen der einzelnen Mannschaften statt. Unter lauter Musik und der Ansage der Moderatoren liefen ca. 90 Kinder- und Jugendmannschaften ein. Welch ein Gänsehautmoment mit malerischer Kulisse direkt am Meer und in der Abendsonne. Es war perfekt! Jeder Verein wurde unter tosendem Applaus von den mitgereisten Fans begrüßt. Natürlich haben wir als HSG Land Hadeln mit 60 Teilnehmern für besonders viel Stimmung sorgen können.

Nach der Eröffnung ging schon die erste Spielrunde los und die Kinder konnten sich bereits am ersten Abend mit jeweils einer gegnerischen Mannschaft messen. Im Sand zu spielen ist mega-anstrengend – wer je am Strand gespielt hat, egal ob Handball, Fußball oder Volleyball, weiß das nur zu gut. Unsere Kinder haben in der Vorbereitungsphase zahlreiche

Einheiten auf dem Beachhandball-Platz in Cadenberge trainiert und auch das etwas veränderte Regelwerk studiert.

Das hat sich bezahlt gemacht! Wir als Eltern haben gut vorbereitete Kinder spielen sehen, die das ganze Wochenende mit viel Leidenschaft und Kampfgeist den Turnierplatz gestürmt haben.

Am Samstag ging es für uns früh raus, frühstücken und dann wieder ab zum Strand. Wieder mit super Laune und bestem Wetter bei Sonnenschein zogen wir ausgestattet mit Schirm, Decken, Strandstühlen, Sonnenhüten, Getränken und Snacks los um es uns am Strand bei den Dünen gemütlich zu machen. Wir sahen spannende Spiele, spektakuläre Würfe und auch einige Siege unserer Teams. Besonders das Zusammenspiel und der leidenschaftliche Einsatz unserer HSG’lerinnen war wunderschön anzusehen. Das machte uns Eltern schon sehr stolz.

Es herrschte den gesamten Tag über beste Stimmung und strahlender Sonnenschein. Wir Eltern hatten durch drei teilnehmende Mannschaften, deren Spiele sich zum Teil überschnitten, zeitweise Not, den Weg durch den Sand, vorbei an den Felsen und zwischen den Fans hindurch, rechtzeitig den Anpfiff zu schaffen. Ab zu musste auch der Bierwagen passiert werden.

Das Turnier wurde vom Veranstalter nahezu perfekt organisiert und es gab nur wenige zeitliche Verzögerungen. Allerdings machten diese es den Mädchen, die doppelt spielten, sowie den Trainern und Betreuern recht schwer, ebenfalls pünktlich zu sein.

# GERMANEN<sup>6</sup><sub>5</sub> SPORT

Am Abend trafen wir uns wieder intern und haben in sehr angenehmer Runde wieder den Grill angeschmissen und einen sehr netten Abend bei gemütlichem Schnack verbracht. Einige Kinder sind noch ins Schwimmbad gegangen, einige haben neben der Grillfläche Basketball oder Beachvolleyball gespielt. Später am Abend konnten einige ältere Mädchen in kleinen Gruppen noch in die resorteigene Disco gehen; viel los war dort aber nicht und es war zu merken, dass die meisten doch kaputt waren, wir Eltern natürlich auch.

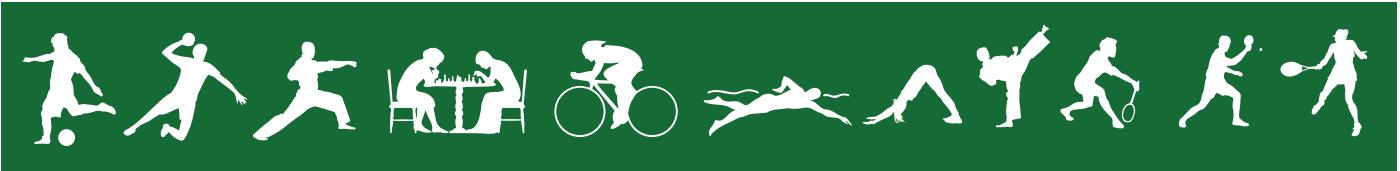
Am Sonntag fanden wir uns nach dem Frühstück erneut am Strand ein und trugen die Endspiele aus. Es waren wieder hart umkämpfte Bälle, äußerst engagierte Spielerinnen und spannende Partien zu sehen. Die Location am Strand war am Sonntag bei strahlendem Sonnenschein ebenfalls so perfekt wie am Vortag. Welch für ein Glück wir mit dem Wetter hatten! Am frühen Nachmittag wurden nach und nach die Siegerehrungen durchgeführt. Unsere Mannschaften gewannen einige Spiele, dennoch reichte es für alle nur auf hintere Tabellenplätze. Das war schade, trübte aber das Mannschaftsgefühl nicht.

Abschließend ist zu sagen, dass es ein großartiges Turnier für die Kinder war und sie sportlich alle über sich hinaus gewachsen sind. Es war bemerkenswert, was im Sand von ihnen geleistet wurde. Wir Eltern wünschen uns, dass sie noch lange dem Handball treu bleiben und bedanken uns für die wertvolle Arbeit der Trainer und Betreuer in der gesamten HSG. Besonders bedanken wir uns bei Klaus Witt, der als Initiator und Verantwortlicher alles geregelt hat. Vielen Dank an alle Betreuer, die neben der Linie standen und unsere Kinder voller Leidenschaft geochtzt haben. Dank alle Eltern, die als Fans unterstützt und die Teilnahme der Kinder ermöglicht haben.

Debbie Sill

P.S. auch ich kam als Oldie noch in den Genuss, zwei Partien bei einer Damenmannschaft aus Kassel mitzuspielen, die wir am Bierwagen kennen gelernt haben. Ich kann nur sagen, es war höllisch anstrengend und nicht sehr erfolgreich ... Aber Spaß hat's auch gemacht.





## Reinigungsaktion am Beachhandballplatz der HSG Land Hadeln

Der Sommer kann kommen – bzw. der Sommer war da. (mehr oder weniger)

Im Mai versammelten sich rund 60 engagierte Mitglieder der HSG Land Hadeln zur großen Reinigungsaktion auf dem Beachhandballplatz. Mit vereinten Kräften wurde der Platz für die bevorstehende Sommersaison auf Vordermann gebracht: Unkraut wurde gejätet, der Platz gründlich aufgeräumt und frische Spielfeldlinien gezogen.

Bei bestem Wetter liefen die Arbeiten zügig und mit guter Laune. Im Anschluss konnte man schnell zum gemütlichen Teil des Abends übergehen. Als kleines Dankeschön gab es für alle Helferinnen und Helfer eine leckere Bratwurst und kühle Getränke.

Besonders die Kinder freuten sich über den hergerichteten Platz und nutzen die Gelegenheit, sofort loszuspielen. Ein großes Dankeschön an alle helfenden Hände – so macht Vereinsleben richtig Spaß!



## Rückblick auf das erste eigene Handball-Camp der HSG Land Hadeln

Vier Tage voller Schweiß, Spaß und unvergesslicher Momente liegen hinter uns – unser erstes eigenes Handball-Camp für die Jugend der HSG Land Hadeln war ein voller Erfolg!

Nachdem wir das Camp im letzten Jahr noch gemeinsam mit dem THW Kiel organisiert hatten, haben wir uns in diesem Jahr der Herausforderung gestellt, das Camp komplett eigenständig auf die Beine zu stellen. Von der Organisation über die Anmeldung bis hin zu den Camp-Trikots – alles wurde in Eigenregie geplant und umgesetzt.

Die Leitung des Camps übernahmen Alex Braun und Kathrin Luh, die mit ihrem Engagement, ihrer Erfahrung und ihrer Leidenschaft für den Handball vier großartige Tage für unsere Nachwuchsspielerinnen und -spieler gestaltet haben. Es war beeindruckend zu sehen, wie sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Tag zu Tag weiterentwickelten und mit wachsender Begeisterung bei der Sache waren. Der Spaß am Handball stand dabei stets im Vordergrund – genau so, wie wir es uns gewünscht haben.

Ein großer Dank geht an das Hotel MarC5, das uns bei der Durchführung des Camps unterstützt hat.

Der größte Dank gilt jedoch unserem tollen Helferteam: Anika, Lea, Kasia, Christoph, Silas, Niklas, Justin, Tobi und Domi – ohne euch wären diese vier Tage nicht möglich gewesen. Und natürlich ein riesiges Dankeschön an Kathrin und Alex, die mit ihrer Camp-Leitung den Grundstein für hoffentlich viele weitere Camps gelegt haben.

Wir freuen uns jetzt schon auf eine mögliche Wiederholung in den nächsten Osterferien – Camp Luft 2.0 kann kommen!



## Ehrung für Dominik Schmarje

Der Kreissportbund Cuxhaven (KSB) und der Landkreis Cuxhaven führten zum zweiten Mal die Verleihung der „Küstensterne im Sport“ gemeinsam in den Seeland Hallen in Otterndorf durch.

In der Kategorie „langjährige ehrenamtliche Tätigkeit“ hatte der TSV unser Vereinsmitglied Dominik Schmarje vorgeschlagen.

Der nominierte Germane Dominik erhielt den „Ehrenbrief in Silber“ des Kreissportbundes Cuxhaven. Überreicht vom KSB Vorsitzenden Rüdiger Sauer und dem ex. Sportmoderator Norbert König, der auch die Moderation an diesem Abend leitete.

Gewürdigt wird Dominik für seine langjährige Arbeit als stellv. Vorsitzender und amtierender Vorsitzender der Handball Abteilung. Zu erwähnen ist auch seine Tätigkeit als Trainer im Handballsport, sowie seine Mitgestaltung der 2018 gegründeten Spielgemeinschaft -HSG Land Hadeln-

Hartmut Römer



## Bericht zur Ferienspaß-Aktion der HSG Land Hadeln 2025

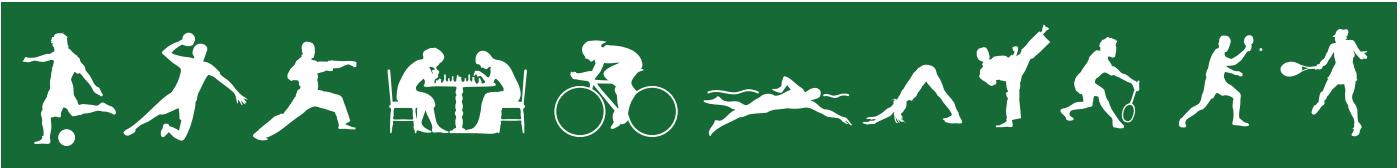
Wie auch in den vergangenen Jahren beteiligte sich die HSG Land Hadeln wieder an der Ferienspaß-Aktion der Samtgemeinde Land Hadeln. Bei super Wetter durften wir insgesamt 18 Kinder auf unserer Beachhandballanlage begrüßen – darunter erfreulicherweise auch einige Nicht-Mitglieder, die so erstmals Handballluft schnuppern konnten.

Nach einer kurzen Begrüßung ging es direkt sportlich los. Zum Aufwärmen starteten wir mit einem kleinen Spiel, gefolgt von einer Runde „Tik Tak Toe“ – natürlich in sportlicher Variante. Anschließend konnten sich alle bei einer gemeinsamen Pause mit Snacks und Getränken stärken, bevor es mit verschiedenen Übungen rund um Passspiel, Wurftechnik und Laufkoordination weiterging.

Der Höhepunkt war wie immer das abschließende Spiel, bei dem die Kinder ihr neu erlerntes Können unter Beweis stellen konnten. Es war ein gelungener Nachmittag voller Bewegung, Teamgeist und Spaß – und das bei bestem Wetter!

Ein großer Dank gilt Julia, Daggi und Domi, die mit viel Engagement die Organisation und Durchführung übernommen haben. Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Jahr!





## Unsere Jugend als Einlaufkinder beim Buxtehuder SV – Ein unvergesslicher Tag

Im Januar durfte unsere Jugend ein ganz besonderes Handball-Highlight erleben: Wir waren zu Gast beim Bundesligaspiel des Buxtehuder SV gegen Bayer Leverkusen – und das nicht nur als Zuschauer, sondern als Einlaufkinder.

Mit zwei Bussen machten wir uns auf den Weg nach Buxtehude. Schon auf der Hinfahrt war die Aufregung deutlich spürbar – die Kinder redeten aufgeregt durcheinander, malte sich den großen Moment aus und konnten es kaum erwarten.

Vor Ort wurden wir herzlich vom BSV empfangen und zu unserer Kabine begleitet. Nach dem Umziehen ging es in die Halle, wo wir den Bundesligaspielerinnen beim Aufwärmen zusehen durften. Je mehr sich die Ränge füllten, desto größer wurde die Nervosität. Dann war es endlich soweit: Jedes unserer Kinder wurde einer Spielerin des BSV zugeteilt. Hand in Hand liefen sie vor ausverkaufter Halle ein – ein Moment, der sicher lange in Erinnerung bleiben wird.



Im Anschluss durften wir das Spiel direkt vom Feldrand aus verfolgen. Wir erlebten eine packende Partie und konnten am Ende gemeinsam den Heimsieg des BSV feiern. Nach dem Abpfiff drehte die Mannschaft eine Ehrenrunde, verteilte Autogramme und posierte geduldig für Fotos mit unseren Kids.

Die Rückfahrt verlief entspannt – in den Gesichtern war der Stolz und die Freude über diesen besonderen Tag deutlich zu sehen.

Ein herzliches Dankeschön an den Buxtehuder SV für die Einladung und die herzliche Betreuung. Für unsere Kinder war es ein Erlebnis, das sie so schnell nicht vergessen werden.



## Five a Side – Handball für Fortgeschrittene und Spaßliebhaber

Unsere neugegründete Five a Side-Mannschaft trainiert seit Ende März immer mittwochs von 20:30 bis 22:00 Uhr in der Heideweg-Turnhalle in Cadenberge.

### Was ist Five a Side?

In erster Linie: Spaß! Denn der steht bei uns an erster Stelle. Natürlich gehören dazu auch sehenswerte Spielzüge, schön herausgespielte Tore und spektakuläre Torwartparaden – manchmal alles innerhalb weniger Minuten. Wer so etwas erlebt, versteht schnell, dass es sich um Handball für Fortgeschrittene handelt... na ja, fast.

Five a Side ist Handball ab 30 Jahren auf kleinerem Feld mit vier Feldspielern plus Torwart – und das Ganze ohne großen Körperkontakt. Eine Besonderheit: Unsere Torhüter spielen im Feld mit, um Überzahlssituationen zu schaffen. Das sorgt für viel Bewegung, schnelle Wechsel und reichlich Schweiß – denn kleiner heißt definitiv nicht weniger anstrengend.

Mitmachen erwünscht!

Wer sich mal wieder sportlich betätigen möchte, ohne dass der Spaß zu kurz kommt, ist jederzeit willkommen. Wir suchen immer neue Mitspielerinnen und Mitspieler – einfach vorbeikommen und ausprobieren!

Ein Dank an den LSB

Ein herzliches Dankeschön geht an den Landessportbund (LSB), der uns bei der Anschaffung eines neuen Tores unterstützt hat. Ohne diese Hilfe wäre unser Start deutlich schwieriger gewesen.

Sportliche Grüße

Eure Five a Side-Mannschaft der HSG



## Grundschulaktion



Auch in der Saison 2024/25 nahm die HSG Land Hadeln wieder mit viel Engagement an der bundesweiten Grundschulaktion des Deutschen Handballbundes (DHB) teil. Während der Aktionstag deutschlandweit normalerweise an einem einzigen Termin stattfindet, entschieden wir uns aufgrund der Vielzahl beteiligter Schulen für eine zeitliche Staffelung.

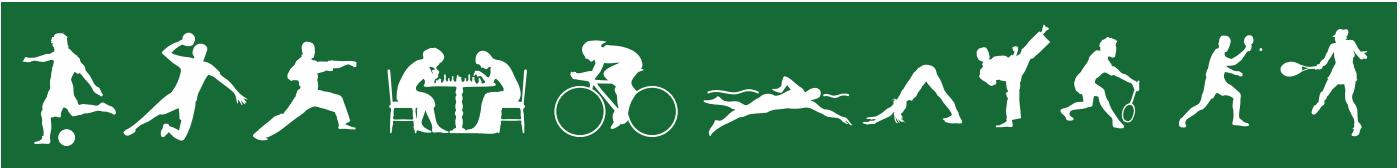
Den Auftakt machten Ende des vergangenen Jahres die Grundschulen in Otterndorf und Neuhaus. Zu Beginn des neuen Jahres setzten wir die Aktion in der Grundschule Cadenberge fort, bevor wir mit dem Besuch der Grundschule in der Wingst den diesjährigen Grundschulaktionstag erfolgreich abschließen konnten.

Insgesamt hatten wir die großartige Gelegenheit, rund 420 Kindern den Handballsport näherzubringen – für uns der schönste Sport der Welt!

Unser Ziel war es, den Kindern Freude an Bewegung zu vermitteln und sie für den Mannschaftssport zu begeistern. Vielleicht dürfen wir ja einige von ihnen bald in einem unserer Trainings wiedersehen.

Ein besonderer Dank gilt allen engagierten Mitgliedern der HSG, die mit viel Herzblut vor Ort waren und unsere HSG hervorragend vertreten haben. Ebenso möchten wir uns herzlich bei den Grundschulen sowie den Lehrerinnen und Lehrern bedanken, die uns offen empfangen und unterstützt haben. Ohne diese Zusammenarbeit wäre ein solches Projekt nicht möglich gewesen.

Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste Aktion und hoffen, dass Handball weiterhin viele Kinder begeistert!



## Sommeraktionen der HSG Land Hadeln – Gemeinsam aktiv!

Auch in diesem Jahr lud die HSG Land Hadeln alle Jugendspielerinnen und -spieler zu gemeinsamen Aktionen ein. Den Auftakt machten die Mannschaften von der E- bis zur B-Jugend, die sich auf dem Aqua Park in Otterndorf austoben konnten.

31 Kinder nutzten dieses Angebot und verbrachten einen erlebnisreichen Tag auf dem Wasser. Eine Woche später waren dann auch die Minis und Maxis an der Reihe: Im Spiel- und Sportpark in der Wingst standen Spiel, Spaß und Bewegung im Mittelpunkt. Allen Kindern hat es hervorragend gefallen – die Freude war ihnen deutlich anzusehen.

Darüber hinaus war die HSG auch beim Kinderfest in Neuenkirchen vertreten. Mit unserer beliebten Wurfgeschwindigkeitsmaschine konnten Groß und Klein ihre Kräfte messen und ihr Können unter Beweis stellen. Eine tolle Veranstaltung, bei der wir hoffentlich auch das Interesse des ein oder anderen Kindes für ein Probetraining bei uns wecken konnten.

Ein herzlicher Dank gilt allen Helferinnen und Helfern, die diese Aktionen möglich gemacht haben – besonders Julika, Biggi, Klaus und Silas. Ohne euren Einsatz wären solche Veranstaltungen nicht denkbar.

Der größte Dank gilt jedoch unserem tollen Helferteam: Anika, Lea, Kasia, Christoph, Silas, Niklas, Justin, Tobi und Domi – ohne euch wären diese vier Tage nicht möglich gewesen.

Und natürlich ein riesiges Dankeschön an Kathrin und Alex, die mit ihrer Camp-Leitung den Grundstein für hoffentlich viele weitere Camps gelegt haben.

Wir freuen uns jetzt schon auf eine mögliche Wiederholung in den nächsten Osterferien – Camp Luft 2.0 kann kommen!





## Mini Spielfest der HSG Land Hadeln

Im November begrüßten die Jüngsten der HSG ihre Gäste in der Heideweg Turnhalle in Cadenberge. Den Beginn machten die Minis mit insgesamt 5 Mannschaften im Modus jeder gegen jeden plus ein Spiel. So hatte jede Mannschaft insgesamt 5 Spiele und konnten ihren Eltern und Verwandten, zeigen, was sie gelernt haben. In diesen 5 Spielen zeigten unsere Minis ihr ganzes Können und konnten alle Spiele positiv gestalten. Sodass wir als Trainer schon sehr verblüfft waren, was die Kids gelernt haben.

Im Anschluss spielten unsere Maxis (insgesamt 3 HSG Mannschaften) ihr Spielfest mit insgesamt 12 Mannschaften. Hier wurden 2 Gruppen mit je 6 Mannschaften gebildet und so hatte auch hier jede Mannschaft insgesamt 5 Spiele. Alle 3 Mannschaften der HSG spielten ein super Turnier und wurden von Spiel zu Spiel sicherer und konnten sehenswerte Tore erzielen. Im Anschluss beider Turniere erhielt jedes Kind seine verdiente Medaille und konnte so voller Stolz und mit vielen tollen Momenten die Halle verlassen.

An diesem Tag begrüßte die HSG also insgesamt 17 Mannschaften mit ungefähr 170 spielenden Kinder. Die immer fair geführten Spiele wurden von unseren drei Jungschiedsrichter Silas, Class, Lea und unser Schiedsrichterwart Klaus mit Bravour geleitet.

Auch einen großen Dank an die Eltern, die beim Verkauf und der Kuchenspende geholfen haben und auch an das Waffel-Team der weiblichen D Jugend zusammen mit Debby.

Und der letzte Dank geht an Edeka Keil aus Otterndorf für die Unterstützung/Bereitschaft bei dem Turnier.

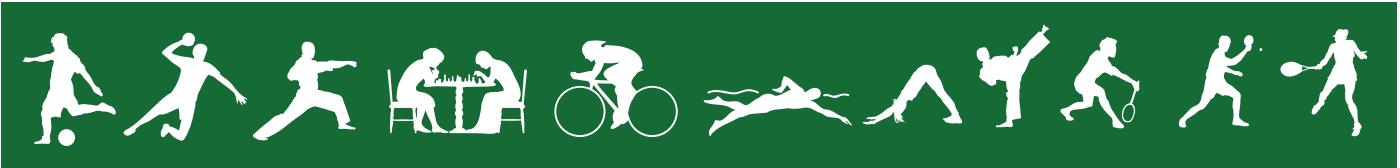
Folgende Mannschaften nahmen teil- VfL Stade, TSV Altenwalde, TSV Bremervörde, Hagener SV, JSG Himmelpforten/Oldendorf und die HSG Land Hadeln

Im April fand dann noch ein zweites Spielfest in Cadenberge statt.

Das Turnier startete am Vormittag. Insgesamt konnten wir drei Mannschaften mit ihren Minis bei uns begrüßen. Drei Mannschaften, der TV Gut Heil Spaden, HSG Land Hadeln 1 (TSV Otterndorf) und HSG Land Hadeln 2 (TSV Germania Cadenberge), traten in einer Hin- und Rückrunde gegeneinander an.

Die Nachwuchsspieler\*innen zeigten großen Kampfgeist und ließen sich auch durch Rückschläge nicht entmutigen.

Die Mannschaften kämpften mit großem Einsatz und zeigten, dass sie den Sieg unbedingt wollten. Das Mini Spielfest der HSG Land Hadeln in Cadenberge war ein voller Erfolg.



Die Spieler\*innen aller drei Mannschaften zeigten, dass sie nicht nur talentiert, sondern auch mit viel Herz bei der Sache sind. Nachdem die Minis ihre Medaillen erhielten, war es an den älteren Kindern, ihr Können zu zeigen.

Neben den beiden Heimvereinen waren die Mannschaften des TSV Altenwalde und dem TV Schiffdorf zu Besuch. Jeder Verein hat so viel Nachwuchs, dass sie mit jeweils 2 Mannschaften antreten konnten.

Das Turnier der Maxis war so organisiert, dass jede Mannschaft gegeneinander antrat, jedoch nicht gegen den Heimverein. Diese Regelung sorgte für eine interessante Dynamik und eine faire Wettkampfatmosphäre. Sie unterstützten sich gegenseitig und sorgten für eine positive Atmosphäre auf und neben dem Spielfeld.

Die Spiele waren durchweg spannend und von großem Einsatz geprägt.

Das Turnier in Cadenberge war ein voller Erfolg für die Maximannschaften. Die Spieler\*innen aller Mannschaften zeigten nicht nur ihr Talent, sondern auch ihre Leidenschaft und Hingabe für den Handballsport. Dieses Turnier war ein bedeutender Schritt in ihrer sportlichen Entwicklung und eine wunderbare Gelegenheit, die Werte des Handballsports zu erleben und zu leben.

Wir freuen uns schon auf das nächste Turnier und sind gespannt, welche talentierten Nachwuchsspieler\*innen dann ihr Können unter Beweis stellen werden. Die Veranstaltung hat gezeigt, dass der Handballsport nicht nur körperliche Fähigkeiten, sondern auch Teamgeist und Fairness fördert. Die Zukunft sieht vielversprechend aus für die jungen Handballtalente aus den teilnehmenden Vereinen



## Juxspiel gegen die Fußballer der SG Am Dobrock

Wie jedes Jahr trafen wir uns im Rahmen des Herbert-Gluth-Turniers zu einem freundschaftlichen Vergleich mit den Fußballern der SG Am Dobrock im Sophienpark. Bei bestem Wetter und in gewohnt lockerer Atmosphäre stand der Spaß im Vordergrund – auf und neben dem Platz.

In der ersten Halbzeit wurde klassisch Fußball gespielt. Hier zeigten die Gastgeber ihre ganze Klasse und entschieden den ersten Durchgang deutlich mit 5:1 für sich.

Nach dem Seitenwechsel durften wir in unserer Paradedisziplin, dem Handball, ran. Mit viel Einsatz, Teamgeist und ein paar sehenswerten Treffern holten wir Tor um Tor auf, sodass am Ende ein gerechtes 9:9-Unentschieden auf der imaginären Anzeigetafel stand.

Beide Teams konnten sich über ihre jeweilige Halbzeit freuen – und das wohlverdiente Kaltgetränk im Anschluss schmeckte umso besser. Gemeinsam verfolgten wir anschließend noch den Turniersieg der SG Am Dobrock, zu dem wir herzlich gratulieren.

Vielen Dank für die Einladung und die tolle Organisation – wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.



## Wechsel im Amt der Jugendwartin

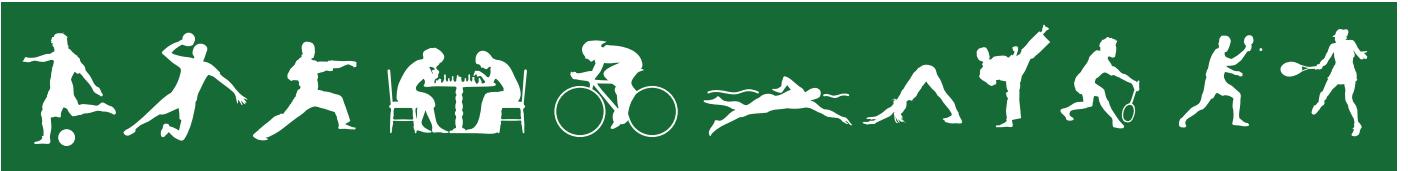
Auf unserer Jahreshauptversammlung Anfang des Jahres kam es zu einem Wechsel im Vorstand:

Nach fünf tollen Jahren als Jugendwartin hat Nicole Leichter ihr Amt aus zeitlichen Gründen niedergelegt. Nicole war stets eine wertvolle Stütze für unser Vorstandsteam und immer zur Stelle, wenn man sie brauchte. Mit großem Engagement hat sie viele Projekte begleitet – unter anderem das erste Camp mit dem THW Kiel – und zahlreiche weitere Veranstaltungen unterstützt.

Wir vom Vorstand bedanken uns herzlich bei Nicole für ihren Einsatz, ihre Zuverlässigkeit und ihre Begeisterung für die Jugendarbeit.

Gleichzeitig freuen wir uns sehr, dass wir mit Dagmar Heinsohn („Daggi“) eine neue Jugendwartin gewinnen konnten. Wir heißen sie herzlich willkommen im Team und wünschen ihr viel Freude und Erfolg bei ihren neuen Aufgaben





## Mixturnier

Am 30.04.2025 hat in der Otterndorfer Sporthalle das alljährliche Mixturnier der HSG Land Hadeln stattgefunden. Rund 70 Teilnehmer:innen verteilt auf 8 Mannschaften haben an dem Turnier teilgenommen.

Neben den mehr oder weniger erfahrenen Handballspielerinnen haben auch viele Handball-Unerfahrene und Sportbegeisterte am Turnier teilgenommen.

Insbesondere sind hier unsere Gastmannschaften der Team Landkreis (B)Allstars, Team Firma Hanke und Friends und das Team Käptn Clean und die Saufmatrosen hervorzuheben. Bei guter Verpflegung bot sich nicht nur für die Teilnehmer:innen, sondern auch für die Zuschauer:innen runde sechs Stunden Spannung und Spaß bei den Handballspielen.

Nach der Siegerehrung wurde ein kleines Geschenk in Form von einem Becher für jede/n Teilnehmer/in verteilt, welche durch Teilsponsoring durch die Firmen Hanke Haustechnik und Auto Classic Hamade bereitgestellt werden konnte.

Der Festausschuss bedankt sich für diesen großartigen Tag und die geleistete Unterstützung. Ebenfalls freuen wir uns bereits jetzt auf das Mixturnier 2026!

Der Festausschuss  
(Steffi, Boomer, Niggi und Karina)



## Minis/Maxis Cadenberge – Rückblick Saison 2024/25 und Ausblick

Die Saison 2024/25 liegt nun hinter uns – und wir dürfen stolz berichten, dass sich unsere Minis/Maxis wieder toll entwickelt haben. Sechs Kinder wechseln nun in die zukünftige E-Jugend. Wir wünschen ihnen weiterhin viel Spaß, Erfolg und viele Tore auf ihrem weiteren sportlichen Weg. Wir Trainer werden mit Sicherheit das eine oder andere Punktspiel besuchen, um sie anzufeuern.

Zur neuen Saison 2025/26 starten wir mit etwa 14 Kindern und weiterhin drei engagierten Trainern. Trainiert wird immer dienstags von 16:20 bis 17:30 Uhr in der BBS-Turnhalle in Cadenberge.

Damit wir auch in Zukunft fleißig an Spielfesten teilnehmen können, freuen wir uns jederzeit über neue Spielerinnen und Spieler der Jahrgänge 2017–2020 (ab 5 Jahren). Traut euch, kommt vorbei und probiert es aus! Ebenso sind wir auf der Suche nach weiterer Unterstützung für unser Trainerteam – jede helfende Hand ist herzlich willkommen.

In der vergangenen Saison nahmen wir regelmäßig an Spielfesten in der Umgebung teil und richteten sogar zwei eigene Turniere aus. Dort zeigten unsere jüngsten HSG-Handballerinnen und -Handballer ihr ganzes Können – und natürlich auch ihre Begeisterung für den Sport. Die Freude über kleine und große Erfolge motiviert uns, diesen Weg fortzusetzen.

Sportliche Grüße  
Euer Trainerteam & Maskottchen Ben



## Damen - Erste Saison in der neuen Liga

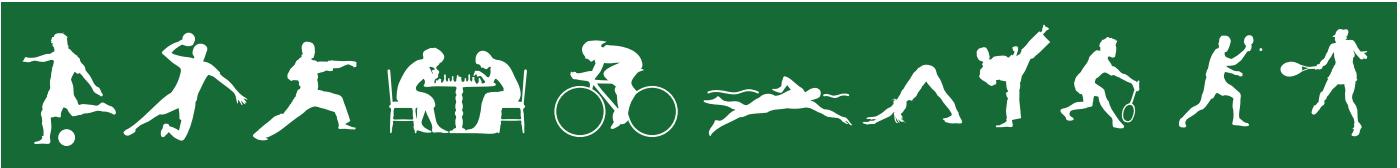
Die Saison 2024/2025 stand ganz unter dem Stern des Zusammenwachsens als Team mit neuem Trainer sowie das erste Kennenlernen der neuen Liga. Weite Anfahrtswege in der Regionsliga Nord (Bremen-Nordsee) nach Woltershausen, Bremen und Ganderkesee – teilweise in der Woche waren eine Herausforderung.

Die neuen Teams waren teilweise sehr stark und wir mussten uns an die schnellere Spielweise gewöhnen. Am Ende der Saison wurde die Mannschaft der HSG Ligra verdienter Meister und wir beendeten die Saison mit dem sechsten Tabellenplatz mit einer

Tordifferenz von 351:374.

Einige Spielerinnen mussten uns aus verschiedenen Gründen verlassen – manchmal auch nicht ganz freiwillig.

So mussten wir bei unserem letzten Spiel in Altenwalde unsere langjährige Spielerin Sherife Ziegler verletzungsbedingt in den Handballruhestand schicken. Mit ihr verlieren wir eine hochmotivierte und immer gut gelaunte Spielerin. In diesem Sinne wünschen wir natürlich nochmal alles Gute und wir werden dich vermissen.



Vermissten werden wir auch unsere anderen Abgängen, Merle Schmidt, Mira Strodtmann, Jana Hanke, Rhodee van Rossum und Denise Burrmann – hier sind wir aber optimistisch, dass nach Elternzeit und Studium eine Rückkehr in Planung ist.

#### Ziel für die kommende Saison

Die Damen stehen unter der Leitung von Coach Klaus Schreier vor einer anstrengenden Vorbereitung für die neue Saison 2025/2026. Die Spielerinnen arbeiten stets daran, ihre Fähigkeiten zu verbessern und neue Ziele zu erreichen. Als neue Mannschaften in der Liga begrüßen wir die HSG Schwanewede und den TV Oyten und wir freuen uns schon die Absteiger ein wenig zu ärgern.

Die oben benannten Verluste werden glücklicherweise mit Nachwuchs aufgefüllt. Die weibliche B-Jugend ist hochmotiviert und unterstützt die Damenmannschaft bereits jetzt, was wichtige Impulse für die Zukunft des Teams liefert.

Ein besonderer Dank geht an dieser Stelle auch nochmal an unseren Trainer: Wer kann schon rund 20 Damen plus die jungen Wilden der B-Jugend ohne zu verzweifeln bei Laune halten?! Richtig – wenn das einer kann, dann unser Coachi.

Es ist nicht immer leicht und man muss mit uns auch einige Trainerambitionen zurückstecken, dennoch sind wir immer mit Herzblut dabei und geben unser Bestes.

Coachi Klaus Schreiner und wir Damen sind bereit für die Herausforderungen der kommenden Saison und freuen uns darauf die HSG erfolgreich zu vertreten.

Wir sehen uns in der Halle!  
Karina Steen; Die HSG Damen



## Weibliche B - Motiviert aus der Sommerpause

Nach einer wohlverdienten und entspannten Sommerpause, in der wir eigenständig unsere Laufrunden absolviert haben, um fit und bestens vorbereitet zu sein, sind wir voller Vorfreude und Motivation in die neue Trainingsphase gestartet.

Das Ziel ist klar: Die anstehende Landesliga-Qualifikation! Neben unseren gewohnt intensiven, anspruchsvollen und gleichzeitig sehr produktiven Trainingseinheiten durften wir in den vergangenen Wochen eine ganz besondere Erfahrung machen: Wir hatten die Gelegenheit, gemeinsam mit unseren Damen zu trainieren. Diese Einheiten waren für uns nicht nur lehrreich und spannend, sondern haben uns auch die Möglichkeit gegeben, neue Eindrücke zu sammeln, uns spielerisch weiterzuentwickeln und von der Erfahrung der Damenmannschaft zu profitieren.

Einige unserer Spielerinnen haben ab dieser Saison sogar die tolle Chance, mit einem Doppelspielrecht die Damenmannschaft zu unterstützen – eine große Ehre und zugleich eine wertvolle Möglichkeit, noch mehr Spielerfahrung auf höherem Niveau zu sammeln. Ein riesiges Dankeschön geht an unsere beiden Trainer, Katharina Müller und Niklas Ahlf.

Mit ihrem Engagement, ihren kreativen Ideen und ihrem unermüdlichen Einsatz bringen sie immer

wieder neue Impulse ins Training und sorgen dafür, dass wir als Mannschaft stetig wachsen. Durch ihre Unterstützung und die motivierende Atmosphäre im Training entwickeln wir nicht nur unser Zusammenspiel weiter, sondern auch unseren Teamgeist.

Wir spüren mit jedem Training, dass wir immer enger zusammenrücken und als Einheit auf dem Feld auftreten. Bei unserem erstes Qualifikationsspiel am 13.09.2025 gegen die HSG Unterweser werden wir alles geben. Wir sind fest entschlossen, zu zeigen, dass wir zu Recht um einen Platz in der Landesliga kämpfen. Wir hoffen, euch alle bei unseren Heimspielen auf der Tribüne zu sehen und vor allem zu hören.

Eure weibliche B-Jugend.  
Marika & Lea



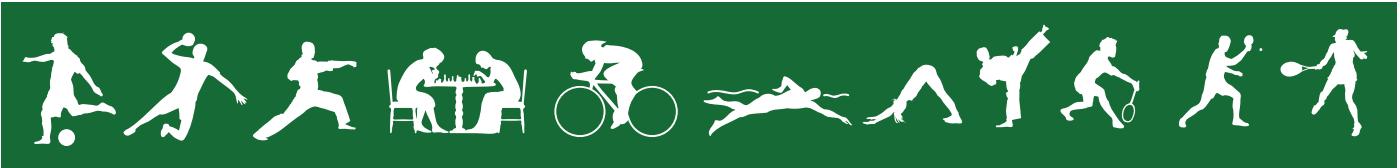
## Weibliche D-Jugend - Rückblick und Vorschau

Die letzte Saison war unsere erste in einem neuen Team mit neuem Trainerteam. Alles musste sich erstmal einspielen.... und besonders am Ende der Saison 24/25, die wir im Mittelfeld abgeschlossen haben, zeigte sich das ganze Potential der Mannschaft.

In die neue Saison 25/26 starten wir mit 12 Mädels, die Vorbereitung läuft gut und wir haben sogar ein kleines Trainingslager realisieren können.

Wir freuen uns auf das was kommt!!!





## Weibliche E-Jugend - Die neue Saison kann kommen – E-Jugend-Mädchen möchten durchstarten

Mit viel Vorfreude und einer großen Portion Teamgeist blickt die weibliche E-Jugend auf ihre kommende Saison 2025/2026. Das junge Team setzt sich aus Spielerinnen der Jahrgänge 2015 und 2016 aus Otterndorf und Cadenberge zusammen.

Die Mannschaft vereint sowohl erfahrene Spielerinnen als auch viele frische Talente. Mit Larina und Liv stehen zwei Mädchen auf dem Feld, die bereits ihre zweite Saison in der E-Jugend bestreiten. Auch Natalie bringt wertvolle Erfahrung mit, nachdem sie schon als Maxi-Spielerin Jugendluft schnuppern konnte. Neu in der E-Jugend, aber keineswegs unerfahren, sind Miriam, Anna, Raquel, Marleen, Luisa, Cila und Eva, die aus den Maxis hochgekommen sind. Ergänzt wird die Gruppe durch die Neuzugänge Marieke und Mylana, die sich schnell in das Team integriert haben.

Das Trainerduo Kasia und Klaus sorgt für den richtigen Mix aus sportlicher Förderung und Spaß. Trainiert wird mittwochs ab 17 Uhr in Cadenberge.

Auf dem Programm stehen nicht nur Kondition, Passen und Werfen, sondern auch Werte wie Zusammenhalt und Teamgeist.

Einen ersten Härtetest gab es bereits beim Turnier in Cuxhaven. Dort belohnte sich die Mannschaft mit einem sechsten Platz und sammelte wichtige Erfahrungen für die bevorstehenden Aufgaben. Gleichzeitig zeigte sich, dass das Team schon jetzt zusammengewachsen ist.

„Wir sind gespannt, was die Saison für uns bereithält, und freuen uns auf jede Herausforderung“, so das Trainerteam. Mit dieser Einstellung ist die weibliche E-Jugend bestens gerüstet für die kommenden Spiele.

Kasia Mahler



## WjE - Starker Auftritt beim Beachturnier in Cuxhaven

Am 23. und 24. August absolvierte die neu formierte weibliche E-Jugendmannschaft ihr erstes gemeinsames Turnier – und das direkt in einer besonderen Kulisse: am Strand von Cuxhaven.

Trotz nasskalten Wetters zu Beginn ließen sich die Mädchen ihre Motivation und Vorfreude nicht nehmen. Schon im Auftaktspiel gelang dem jungen Team ein überzeugender Sieg, der das Selbstvertrauen stärkte. Mit viel Einsatz und Teamgeist sicherten sie sich am ersten Turniertag die Qualifikation für die Finalrunde am Sonntag – Platz 8 von insgesamt 16 Mannschaften war damit bereits sicher.

Ein besonderes Highlight folgte im spannenden Duell gegen den HV Lüneburg:

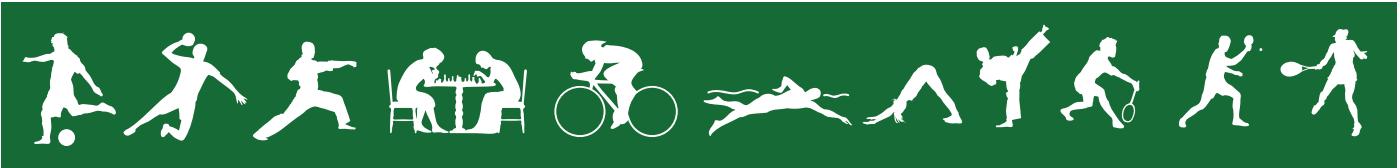
Nach einer intensiven Partie entschied Torfrau Larina die Verlängerung mit starken Paraden für sich und brachte ihre Mannschaft auf die Siegerstraße.

Am Ende belohnte sich das Team mit einem hervorragenden 6. Platz – ein beachtliches Ergebnis für das erste gemeinsame Turnier.

Mit dabei waren: Larina, Marieke, Miriam, Mylana, Anna, Marleen, Eva, Cila und Natalie

Ein großer Dank gilt auch den mitgereisten Eltern, die mit Snacks, tatkräftiger Hilfe und viel Unterstützung zum gelungenen Wochenende beitrugen.





## Herren

Die Herren der HSG Land Hadeln haben in der Saison 2024/2025 in der Regionsliga Nord den 7. Tabellenplatz belegt. Am Ende der Saison stand mit 5 Siegen, 1 Unentschieden und 10 Niederlagen ein Punktekonto von 11 zu 21 Punkte in der Tabelle. Der Klassenerhalt war damit gesichert. Zum Ende der Saison standen einige Verabschiedungen an sei es aus beruflichen Gründen, gesundheitlichen Gründen oder der Suche nach neuen Herausforderungen in einem anderen Verein. In der neuen Saison 2025/2026 starten die Herren erneut in der Regionsliga Nord. Es warten altbekannte Mannschaften aber auch vollkommen neue, bisher unbekannte Mannschaften.

Aufgrund einiger Abgänge wird die Saison eine Herausforderung, da der Kader nicht allzu groß ist. Es bleibt spannend.

Die Saison begann am 13.09.2025 mit einem Heimspiel in Cadenberge.

Bedanken möchten sich die Herren bei der KHTC Consulting GmbH aus Lamstedt, die die Herren zur Saison 2025/2026 mit neuen Auswärtstrikots ausgestattet hat. Bereits in den Vorsaisons wurden durch den Sponsor Trikots gesponsert.

Die Herren der HSG Land Hadeln bedanken sich nochmal herzlich für das Sponsoring.  
Timo Kluge



## MB/C - Neuer Trikotsatz

Neuer Trikotsatz, sonniges Beachturnier und große Dankbarkeit – Jugendhandball B und C im Sommermodus

Unsere Handballjugend der B- und C-Jugend freut sich über einen neuen Trikotsatz! Möglich gemacht hat dies die großzügige Unterstützung der Weser-Elbe-Sparkasse, bei deren Gewinnspiel wir erfolgreich teilgenommen haben. Gemeinsam mit Sport Herold Bremerhaven entstand so eine tolle Kooperation, die es unserer Jugend ermöglicht, zukünftig in frischen Trikots aufzulaufen. Ein herzliches Dankeschön an die Weser-Elbe-Sparkasse für das Sponsoring und die Unterstützung unseres Nachwuchses!

Direkt im neuen Outfit ging es für die B-Jugend vom 08.08. bis zum 10.08.2025 zum Beachhandballturnier, bei dem Vereine aus ganz Niedersachsen

vertreten waren. Bei strahlendem Sonnenschein und bester Stimmung belegten unsere acht Jugendlichen einen respektablen 19. Platz. Das sportliche Wochenende wurde begleitet von unseren engagierten Betreuern Christoph, Matthias und Silas – auch euch ein großes Dankeschön für euren Einsatz!

Lust auf Handball bekommen?

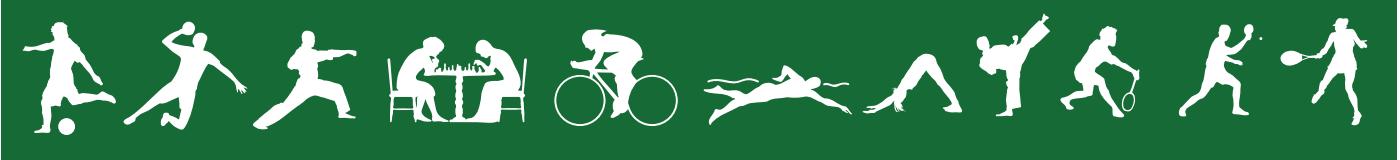
Dann schaut gerne zu unseren Trainingszeiten vorbei:

- Dienstag: 18:20 – 20:00 Uhr  
in der Turnhalle Otterndorf
- Mittwoch: 16:30 – 18:00 Uhr  
in der BBS-Turnhalle Cadenberge

Wir freuen uns über neue Gesichter – kommt einfach vorbei und macht mit!

Christoph Grell





## Frischer Auftritt für die männliche D-Jugend (25/26)

Die männliche D-Jugend der HSG Land Hadeln startet in dieser Saison nicht nur sportlich voller Elan, sondern präsentiert sich auch in einem neuen Outfit. Dank der großzügigen Unterstützung der Dachdeckerei Udo Brose konnte die Mannschaft mit einem kompletten Satz neuer Trikots ausgestattet werden.

Die 11 Spieler der Mannschaft freuen sich sehr über die neuen Trikots, die nicht nur für ein einheitliches Erscheinungsbild sorgen, sondern auch die Identifikation mit dem Verein stärken. „Es ist toll, in den neuen Trikots aufzulaufen – das gibt uns ein richtiges Mannschaftsgefühl“, so einer der jungen Spieler begeistert.

Auch die Trainer zeigten sich dankbar über die Unterstützung aus der Region: „Ohne Sponsoren wie die Dachdeckerei Udo Brose wäre es für uns kaum möglich, unsere Mannschaft so gut auszustatten. Dafür sagen wir im Namen der gesamten HSG Land Hadeln ein herzliches Dankeschön.“

Die Jungs trainieren jeden Dienstag ab 15:30-17:00 Uhr fleißig in Otterndorf und mittwochs 16:15-18:00 Uhr in Cadenberge (BBS). Jeder der Interesse am Handballspielen hat und Jahrgang 2013/2014 ist, kann gerne auch unangemeldet zum Schnuppern vorbei kommen! Mit neuem Selbstbewusstsein und den frischen Trikots soll in den kommenden Begegnungen an die guten letzten Leistungen der

vergangenen Saison angeknüpft werden. Sie haben sich ehrgeizige Ziele gesetzt.

Das Trainerteam aus Marie Müller, Silas Häuschen und Mir, Robert Eilrich, sowie die HSG Land Hadeln freut sich über die positive Entwicklung ihrer Nachwuchsmannschaften und ist stolz, junge Talente für den Handballsport zu begeistern.

Mit der Unterstützung von Sponsoren wie der Dachdeckerei Udo Brose ist der Verein bestens aufgestellt, um die sportliche Zukunft weiter erfolgreich zu gestalten.

Robert Eilrich + Team



## Männliche E-Jugend 1 – Mit Teamgeist in die neue Saison

Zur Saison 2025/26 starten wir im Verein erstmals mit gleich zwei männlichen E-Jugend-Mannschaften. Beide Teams setzen sich aus den Jahrgängen 2015 und 2016 zusammen. Die männliche E-Jugend 1 trainiert immer montags von 16:30 bis 18:00 Uhr in der Heideweg-Turnhalle in Cadenberge und die E 2 immer montags von 17:00 bis 18:30 Uhr in der Schulsport halle in Otterndorf.

Die vergangene Spielzeit 2024/25 verlief für uns äußerst erfolgreich. In der Regionsklasse erkämpften sie sich einen hervorragenden 2. Platz. Am letzten Spieltag bestand sogar noch die Chance, mit etwas Schützenhilfe den Titel zu holen. Unsere beeindruckende Serie von zehn Siegen in Folge reichte am Ende knapp nicht für Platz 1 – doch der Stolz über die gezeigte Leistung überwiegt deutlich. Jeder Spieler/in hat einen enormen Entwicklungsschub gemacht und gezeigt, was man mit Teamgeist, Einsatz und Freude am Handball erreichen kann.

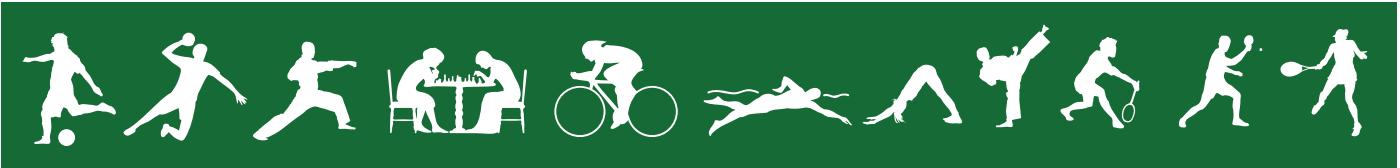
Zur neuen Saison müssen wir leider drei Leistungsträger in die männliche D-Jugend verabschieden. Diese Lücken werden wir mit Spielern aus den „Maxis“ sowie mit Neuzugängen füllen. Wir sind überzeugt, dass wir auch in neuer Besetzung attraktiven und erfolgreichen Handball spielen werden.

Als besonderes Highlight zum Saisonabschluss ging es für die Mannschaft ins Jumphouse nach Bremerhaven – ein gelungener Ausklang, bei dem der Spaß klar im Vordergrund stand.

Ein großer Dank gilt den Eltern, die uns immer mit Leidenschaft unterstützen, ob in der Halle, beim Fahrdienst oder am Spielfeldrand. Ein besonderes Dankeschön geht außerdem an Janine Blockhaus für die großzügige Trikotspende.

Wer Lust hat, unsere Jungs live zu erleben oder selbst Teil dieser tollen Truppe zu werden, ist herzlich eingeladen, bei einem unserer Spiele vorbeizuschauen.





## Neue Mannschaft der HSG Land Hadeln

Die HSG Land Hadeln freut sich sehr darüber, dass wir in der kommenden Saison eine zweite männliche E-Jugend Mannschaft stellen können. Diese Mannschaft besteht nur aus Spielern aus dem Stammverein Otterndorf.

Die Mannschaft wurde aufgrund der hohen Nachfrage an Trainingsangeboten in der Altersgruppe 8 bis 9 Jahre gegründet, um allen jungen Handballern die Möglichkeit zu geben, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln, Spaß am Sport zu haben und gemeinsam im Team zu wachsen.

Die Mannschaft besteht aus 13 motivierten Nachwuchshandballspielern. Der Großteil der Mannschaft kennt sich bereits seit den Minis. Die Gründung der Mannschaft ist ein klares Zeichen für das große Interesse und die positive Entwicklung des Handballs in der Region. Die jungen Spieler trainieren regelmäßig mit viel Engagement und Freude, wobei sie sowohl ihre technischen Fähigkeiten als auch ihre taktischen Kenntnisse verbessern. Die Trainer, die die Mannschaft betreuen, sind hoch motiviert und setzen alles daran, die Kinder individuell zu fördern und ihnen die Freude am Handball zu vermitteln.

Sie sorgen für eine positive und motivierende

Trainingsatmosphäre, in der sich die Spieler optimal entfalten können.

Das Team wird von zwei engagierten Trainern betreut. Wir freuen uns sehr, Robert Urban in unserem Trainerstab willkommen zu heißen. Seine Unterstützung ist ein wichtiger Baustein, um die jungen Talente optimal auf die Herausforderungen der Liga vorzubereiten. An seiner Seite steht Lea Steinacker. Sie selbst spielt aktiv in der weiblichen B-Jugend und ist auch als Schiedsrichter für die HSG Land Hadeln unterwegs. Ebenfalls ist sie seit einigen Jahren unterstützend bei Mini-, Maxi- sowie in den vorherigen E-Jugend-Mannschaften als Trainerin unterstützend dabei.

Die Mannschaft freut sich bereits auf die erste Saison in der Liga, die für die meisten Spieler eine neue Erfahrung sein wird. Mit viel Vorfreude blicken die Jungen den kommenden Spielen entgegen. Das Ziel ist es, nicht nur sportlich erfolgreich zu sein, sondern vor allem Spaß zu haben, fair zu spielen und gemeinsam als Team zu wachsen.

Steinacker



# GERMANEN<sup>6</sup> SPORT<sup>5</sup>

Schlosserei  
Metallbau  
Elektrotechnik

**GRANTZ** GmbH & Co. KG  
Bahnhofstraße 29 | 21781 Cadenberge  
Telefon 04777 93360 | Fax 933612  
info@grantz-metallbau.de | www.grantz-metallbau.de

FLIESEN- UND BADKONZEpte  
DIRK JONAS

RÜTER GEEST 16  
21781 CADENBERGE

Tel. 04777- 808 347  
Fax 808 348  
Mob. 0172- 456 3715

**Hess**  
Feine Fleisch- und Wurstwaren & Partyservice  
aus eigener und frischer Herstellung  
Inh. Lothar Fastert, Fleischermeister  
Bahnhofstraße 19 . 21781 Cadenberge

Tel. (0 47 77) 267  
[www.fleischerei-hess.de](http://www.fleischerei-hess.de)

**J.P. Hair & Beauty Team**  
Schönheit von Kopf bis Fuß

Damen- und Herrensalon für alle Anlässe,  
Hochsteckfrisuren, Styling, Maniküre, Waxing,  
Nagelmodellage (Gel, Acryl- und Schablonentechnik)  
Piercing  
Fußpflegestudio nach medizinischen Richtlinien  
Intensivbehandlung: ca. 45 min inkl. Fußbad und Massage

**Öffnungszeiten:** Dienstag - Freitag 8.30 - 12.00 Uhr & 13.30 - 18.00 Uhr  
Samstag 8.00 - 13.00 Uhr · Montag Geschlossen  
Fußpflege nach Terminvereinbarung  
Am Markt 5 · 21781 Cadenberge · Tel. (0 47 77) 808385

**Jan Krukowski**  
-Fenster - Haustüren - Rolläden -

Waldwiese 21 - 21781 Cadenberge  
Mobil 0170 4777980  
[info@fenster-krukowski.de](mailto:info@fenster-krukowski.de)  
[www.fenster-krukowski.de](http://www.fenster-krukowski.de)

**GARTEN & AMBIENTE**  
BLUMEN DEKO GESCHENKE

Inh. Dörte de Vries  
Schmiedestraße 4 · 21781 Cadenberge  
Tel. (0 47 77) 80 83 84 · [gartenundambiente.com](http://gartenundambiente.com)

NACHHALTIGE LÖSUNGEN MIT CHARAKTER

**MARKUS RÖCKER TISCHLEREI**

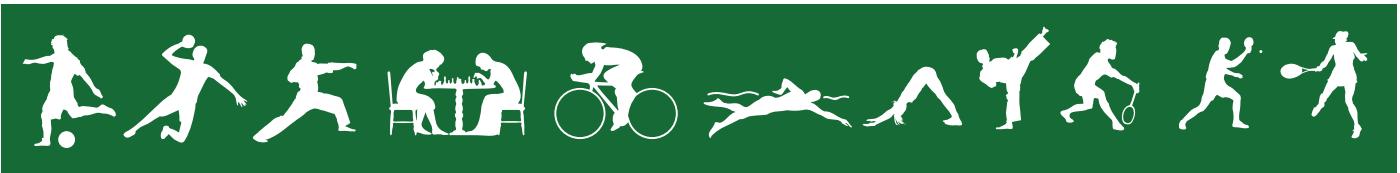
Bahnhofstraße 15-17  
21781 Cadenberge

[info@roecker-tischlerei.de](mailto:info@roecker-tischlerei.de)

- ⇒ Beratung und Planung
- ⇒ Fenster und Türen aus Holz + Kunststoff
- ⇒ Parkett + Laminat
- ⇒ Insektenschutz
- ⇒ Innenausbau
- ⇒ Trockenbau
- ⇒ Rolläden
- ⇒ Treppen
- ⇒ Reparaturen

UND VIELES MEHR!  
Fragen Sie uns,  
wir beraten Sie gerne!

**04777 80 87 12**



## SG Am Dobrock: Auftakt einer Partnerschaft auf Augenhöhe

Zum 01.07.2025 ging die SG Am Dobrock offiziell an den Start. Die beiden Fußballabteilungen bündeln damit ihre Kräfte und gehen den Weg, den vorher schon anderen Vereine gehen mussten.

Bereits im Laufe der letzten Saison wurden die ersten Gespräche geführt, da beide Vereine die Notwendigkeit sahen, dass sich etwas verändern muss. Es wurde ein Gremium aus beiden Vereinen gegründet, dass die Abwicklung und Ausrichtung der SG koordiniert. Alleine – so waren beide Vereine einig – wäre ein hochwertiger Spielbetrieb nicht mehr möglich gewesen.

In der Jugend klappt durch die Jahre unter der Pandemie ein großes Loch, da viele Spieler den Sport hinter sich ließen. Dieses Problem betrifft aber alle Vereine im Umkreis.

Natürlich gab es auch kritische Stimmen zu diesem Prozess. Diese Stimmen wurden gehört und diese Dinge auch mit aufgenommen. Final gab es dann eine gemeinsame Abendveranstaltung bei „Butt am Zollbaum“, wo dann die Fußballer beider Vereine geladen waren. Hier merkte man eine Aufbruchsstimmung. Nun geht das Projekt an den Start mit drei Herrenteams, drei Altseniorentools und einer breit aufgestellten Jugend.

Die kommenden Monate werden genutzt, um die Abläufe zu verbessern und sich für die weitere Zukunft aufzustellen. Man darf gespannt sein – der Start war schon mal sehr gut!

## Moin Lüüd!

### Weißt du noch?

Wenn man älter wird - werden darf - begegnet einem diese Frage immer häufiger.  
st das wirklich schon so lange her?

Heute möchte ich euch an Erinnerungen teilhaben lassen. Im nächsten Jahr jährt sich zum 60. Mal der Aufstieg der 1. Herrenmannschaft des TSV Germania Cadenberge in die damalige Verbandsliga Nord.

Zum Einstieg in die Fußballhistorie des TSV habe ich euch die Tabellen der Verbandsliga Nord der Saison 1966/67, 1967/68, 1968/69 herausgesucht, einfach um zu schauen, gegen welche Vereine die Germanen damals gespielt haben.

Seid gespannt auf die nächste Ausgabe des Germanensports, dann folgen die Saison 1969/70. 1970/71.

Außerdem habe ich noch weitere interessante Informationen für euch.

Bleibt sportlich!  
Euer Walter



1. Reihe oben: Rolf Pieper, Leo Bremert, Hans Georg Heidenreich, Reinhard Reimer, Helmut Böhm, Peter von der Leyde, Joachim Mösch (?).  
2. Reihe: Siegmund Sieger, Klaus Höpker, Klaus Bräuer (?).  
3. Reihe unten: Eckhard Rock, Helmut Döbel, Jürgen Hilberg, Sieges Stötzel (?).

Mannschaftsbild Spielsaison 1967/1968

1.	VfL Oldenburg (<)	88-22	54- 8
2.	Kicker Emden	81-51	38-22
3.	Wilhelmshaven 05 (-)	65-50	35-25
4.	Blau-Weiß Bremervörde	60-46	33-27
5.	TuS Einswarden	62-54	33-27
6.	TSV Otersberg	51-45	33-27
7.	SC Bremervörde (+)	53-60	29-31
8.	SpVg. Aurich (+)	37-42	28-32
9.	Blau-Weiß Borkum	43-55	27-33
10.	Friese Wilhelmshaven	44-57	27-33
11.	Germania Cadenberge	35-57	26-34
12.	TSV Stevern	39-57	24-36
13.	Germania Leer	39-57	24-36
14.	VfL Brake	42-67	24-36
15.	Roll-W. Scheeßel (>) *	57-63	22-38
16.	SV Brokenswalde *	47-66	22-38

\* Einziger Absteiger Scheeßel nach Entscheidungsspiel (wegen Punktegleichheit) gegen Brokenswalde.

Verbandsliga Nord		
1.	TSV Einswarden (*)	68-41
2.	Germania Leer	78-43
3.	Friese Wilhelmshaven	56-29
4.	Roll-Weiß Scheeßel	54-48
5.	TSV Ottersberg	62-41
6.	Germania Cadenberge (+)	60-57
7.	Blau-Weiß Borkum (-)	59-53
8.	Kicker Emden	52-47
9.	SV Brokenswalde	53-51
10.	Blau-Weiß Bremervörde	47-51
11.	VfL Oldenburg	41-49
12.	VfL Brake	43-59
13.	SpVg. Aurich (*)	54-47
14.	SC Bremervörde (+)	54-60
15.	TSV Active (+)	22-70
16.	Viktoria Oldenburg (>)	52-61
		26-40
* Absteiger VfL Oldenburg und Bremervörde nach Entscheidungsspielen mit Achtspielen.		
Verbandsliga Nord		
1.	VfL Oldenburg *	98-34
2.	Kicker Emden *	73-35
3.	Friese Wilhelmshaven	68-44
4.	TuS Einswarden	73-55
5.	VfL Brake	73-50
6.	TSV Otersberg	49-44
7.	Blau-Weiß Bremervörde	55-48
8.	Germania Leer	54-60
9.	Blau-Weiß Borkum	56-59
10.	SV Brokenswalde	63-65
11.	Germania Cadenberge	46-55
12.	TSV Stevern (*)	39-45
13.	Roll-Weiß Scheeßel	47-55
14.	Sturm Emden (+?)	51-73
15.	TSV Achim (+)	43-104
16.	Germania Wilhelmsh. (->)	30-153
		15-45
* Oldenburg Sieger in zwei Entscheidungsspielen (wegen Punktegleichheit) um die Meisterschaft gegen Emden.		

1968/69

## Mähroboter im Sophienpark

Der Bauhof der Samtgemeinde Land Hadeln mäht alle Sportplätze in ihrem Zuständigkeitsbereich. Das geht nicht nur mit hohen Werkstatt- u. Personalkosten einher, sondern auch mit Anschaffungskosten für Mähdrescher und Kraftstoff. Jetzt sollen diese Arbeiten mit einem Mähroboter durchgeführt werden.

Auch im Sophienpark ist nun auch nach erfolgter Ausschreibung durch die Gemeinde Cadenberge solch ein Gerät incl. RTK-Antenne von der Fa. Hagenah aus Düdenbüttel installiert worden. Das Gerät arbeitet ohne Begrenzungskabel und sucht sich seinen Arbeitsplatz über GPS-Antenne. Der Roboter wurde angelernt, die dazugehörige App wurde bei den Verantwortlichen der Fußballabteilung installiert.

Bei Störungen laufen automatisch Alarne an den Handys auf und es können viele Einstellungen wie Mähzeiten, Höhe usw. vorgenommen werden.

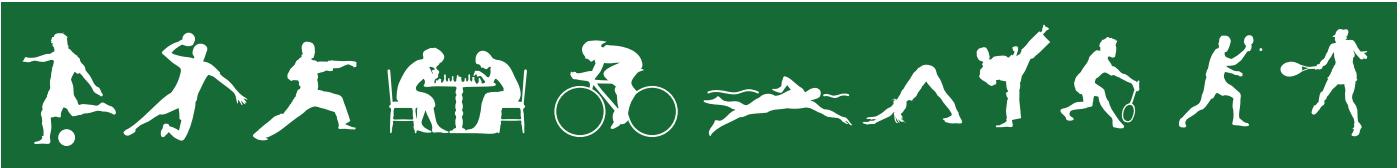
Die Stromversorgung für die RTK-Antenne sowie der Parkplatz mit Ladestation wurden von der Fußballabteilung in Eigenarbeit hergerichtet.

Auch unser 1. Vorsitzende Hartmut Römer hat Zugriff auf den Roboter, beseitigt Störungen und reinigt ihn wöchentlich mit Pressluft.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen, wenn der Platz auf 35mm geschnitten wurde und das Schnittmuster regelmäßig wechselt, sieht der Platz wie ein Teppich aus.

Wir hoffen auf einen störungsfreien Betrieb!





## Einweihung der LED-Beleuchtung im Sophienpark-Stadion

Ende August konnten wir vom Hauptvorstand des TSV sowie dem Vorstand der Fußballabteilung die neue LED-Beleuchtung im Sophienpark offiziell in Betrieb nehmen.

Nach jahrelanger Planung, Bearbeitung der erforderlichen Anträge zu der Finanzierung, freuen wir uns in den Vorständen über den Abschluss der Modernisierung.

Nach erfolgter Genehmigung der gestellten Förderanträge erfolgte die Vergabe an die Firma LUMO-SA, die die Umrüstung an einem Tag umsetzte.

Die Vorteile der Umrüstung sind vielfältig:

- Insektenschutz, keine Verbrennungsschäden mehr bei Insekten.
- deutliche Senkung der Energiekosten.
- klare Hell/Dunkelgrenzen, Nachbargrundstücke werden nicht mehr beleuchtet.
- verschiedene Licht-Modi können geschaltet werden: 100%-60%-30% Helligkeit, 50% Platz Beleuchtung, oder nur der Torraum wird ausgeleuchtet.

Zudem kann auch „Torjubel“ angesteuert werden.  
- jeder Trainer kann via Appsteuerung in seiner Trainingszeit die Helligkeit individuell regulieren.

Wir danken allen Unterstützern und Förderern für diese Modernisierung:

Kreissportbund Cuxhaven, Gemeinde Cadenberge, Sporthilfe Landkreis Cuxhaven, Fußball Förderkreis sowie allen privaten Spendern.

Nach einem kurzen Trainingsspiel mit Spielern der neu gegründeten „SG Am Dobrock“ wurde die Beleuchtung zusammen mit dem Bürgermeister Wolfgang Hess, Hans-Jürgen Hartmann und Hartmut Römer per Buzzer in Betrieb genommen.

Hartmut Römer



## Superkicker Fußballschule

In der Zeit vom 21.07.25 bis 23.07.25 fand auf dem Sportplatz Sophienpark eine Fußballschule statt. Diese wurde von den Verantwortlichen der JSG Am Dobrock angeschoben und von der Firma „11 Sport Events“ durchgeführt. Jeder angemeldete Spieler im Alter von 5-15 Jahren wurde zu Anfang mit einem Trikotsatz (Trikot, Hose u. Stutzen) ausgerüstet.

Morgens wurden bereits die ersten Trainingseinheiten absolviert, welche von ausgebildeten Fußballtrainern überwacht und durchgeführt wurden. In der Mittagspause ging es in den Clubraum, wo dann die Kiddies mit Essen und Getränken versorgt wurden.

Nach kurzer Pause ging es wieder auf dem Platz, wo viele kleine Turniere ausgespielt und die

anschließende Siegerehrung vorgenommen wurde. Am letzten Tag der Fußballschule spielte zwar der Wettergott nicht richtig mit, aber insgesamt war es eine gelungene Aktion, wo die Jugendlichen viel Spaß mit Bewegung hatten und einiges in Richtung Fußball dazu gelernt haben.

Frank Griemann





## 1. Herren 2025

Die Fußballsaison 2024/25 ist seit mehreren Wochen abgeschlossen und die Mannschaften bereiten sich mittlerweile voller Vorfreude auf den Start der neuen Saison vor. An dieser Stelle möchten wir auf das vergangene Fußballjahr zurückblicken und Einblicke in die neuen spannenden Entwicklungen bei der 1. Herrenmannschaft geben.

In der letzten Ausgabe des Germanensports hatten wir bereits berichtet, dass sich die Mannschaft im September 2024 nach den ersten Spielen der Saison in der 1. Kreisklasse auf dem 2. Platz eingefunden hatte. Unter dem Trainerteam Bernd Meyer und Mario Bösch wurden weiter fleißig Punkte gesammelt, auch wenn der eine oder andere Punktverlust nicht zu vermeiden war. Personalengpässe, Verletzungen und Sperren sorgten immer wieder dafür, dass wir mit wenig Mann unsere Spiele bestreiten mussten und auf Unterstützung aus der 2. Herren angewiesen waren. In Hechthausen und Wanna/Lüdingworth konnten wir jeweils in den letzten Spielminuten einen wichtigen Sieg sichern und auch das kleine Derby gegen die zweite Mannschaft aus Geversdorf entschieden wir souverän mit 7:1 für uns.

In der Winterpause traten wir bei der Qualifikation zum Hallenmasters gegen andere Kreisklassisten und Kreisligisten an und verpassten die Qualifikation zur Endrunde mit einem starken zweiten Platz nur knapp hinter den Sportfreunden aus Sahlenburg, die zu diesem Zeitpunkt auch die Liga vor uns anführten.

Nach der Winterpause verloren wir bei Rot-Weiß Cuxhaven II und in Bornberg, konnten aber Unentschieden gegen Sahlenburg und in Basbeck-Osten sowie Siege gegen die Zweitvertretungen von BLSON und Geversdorf feiern. Zum Saisonabschluss sicherten wir mit einem deutlichen 5:1 Heimsieg gegen Hechthausen den zweiten Platz hinter Meister Sahlenburg und damit einen direkten Aufstiegsplatz. Unsere Bilanz nach 18 Spieltagen lautete 12 Siege, 2 Unentschieden und 4 Niederlagen, sodass wir mit 38 Punkten und einem Torverhältnis von 57:29 die Saison in der 1. Kreisklasse 8 Punkte hinter Meister Sahlenburg und 6 Punkte vor dem Drittplatzierten Wanna/Lüdingworth abschlossen.

Trotz aller Widrigkeiten konnte das große Ziel, der Aufstieg in die Kreisliga, erreicht werden. Damit wurde das große Engagement von Mannschaft, Trainerteam, Abteilung, Förderkreis und Fans nach

vielen Anläufen in den vergangenen Jahren schlussendlich belohnt. Der Aufstieg und Saisonabschluss wurde gebührend mit den Fans gefeiert und Rene Becker als langjähriger Leistungsträger und treuer Germane in seiner letzten Saison als Spieler des Jahres geehrt.

Wie bereits auf verschiedenen Kanälen berichtet wurde, standen nun im Sommer bedeutende Veränderungen bevor, die die gesamte Fußballabteilung des TSV Germania Cadenberge betreffen. Da sich in den vergangenen Jahren immer stärker abzeichnete, dass bei Germania immer weniger aktive Spieler für den Herrenfußball zur Verfügung standen, und dies auch auf unsere Nachbarn aus der Wingst zutrifft, erörterte man seit dem Frühjahr gemeinsam die Möglichkeit zukünftig eine Kooperation einzugehen. Vor allem nach dem geglückten Aufstieg in die Kreisliga, aber auch bei einem Antritt in der seit Neuem auf den gesamten Kreis ausgeweiteten 1. Kreisklasse, würde der Personalmangel die Aussicht auf sportlichen Erfolg stark beeinträchtigen. Allen Beteiligten war daher klar, dass eine Zusammenlegung der Fußballmannschaften beider Vereine diesem Problem entgegenwirken und wieder hohe Trainingsbeteiligungen ermöglichen würde.

Mit Abschluss der Saison wurde die Gründung der Spielgemeinschaft Am Dobrock von den Abteilungsleitern Kevin Griemann und Steffen Frommhold verkündet und die Personalplanungen vorangetrieben. Mit einem großen Kader, der sich zu gleichen Teilen aus Cadenbergern und Wingstern sowie einigen Neuzugängen zusammensetzt, wird das Trainerteam um Niklas Hinck in die Kreisliga starten. Heimspiele werden in regelmäßiger Wechsel in Cadenberge und der Wingst stattfinden.

Die Saison ist bereits gestartet. Das bedeutet viel Schweiß, Konditionstraining am Olymp, Testspiele und Teambuildingmaßnahmen. Aber auch das alljährliche Herbert-Gluth-Gedächtnisturnier fand dieses Jahr am Sophienpark statt. Zum ersten Mal war die SG Am Dobrock als Ausrichter dabei und stellte gleich zwei Mannschaften. Wie zuletzt vor zwei Jahren, konnte auch dieses Mal der Gastgeber im Finale triumphieren. Die SG Am Dobrock I siegte im Elfmeterschießen gegen den TSV Lamstedt, nachdem man zuvor in der Gruppe bereits den FC Basbeck-Osten und den FC Wanna/Lüdingworth schlagen konnte.

# GERMANEN<sup>6</sup> SPORT<sup>5</sup>

Einen besseren Auftakt als diesen Turniersieg kann man sich als neuformierte Mannschaft nicht wünschen. Wir hoffen, dass die kommende Saison ähnlich erfolgreich verläuft und wir viele von Euch auf

den Sportplätzen in Cadenberge und der Wingst begrüßen dürfen.

Autor: Jan-Lukas Huhn



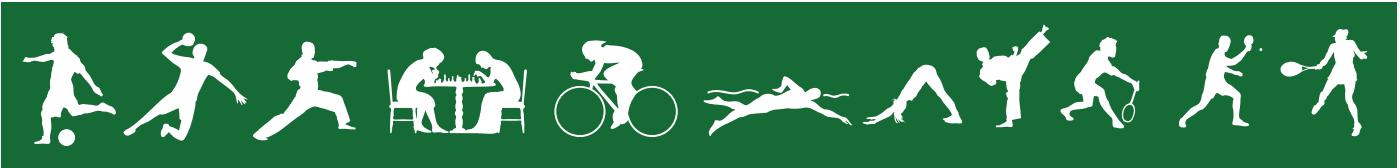
Verabschiedung der Aufstiegstrainer Bernd Meyer und Mario Bösch



Ehrung des Spielers der Saison Rene Becker



SG Am Dobrock als Sieger des Herbert-Gluth-Turniers 2025



## U4 / U5 – Fußball für die Kleinsten

Vor etwa einem Jahr – inspiriert durch das Alter unserer eigenen Kinder – entstand die Idee, etwas ganz Neues ins Leben zu rufen:

Fußball für Kinder im Alter von 3 und 4 Jahren. Mit viel Herzblut und Kreativität haben wir ein Konzept entwickelt, das genau auf diese Altersgruppe zugeschnitten ist. Im Mittelpunkt stehen: viele kleine, spielerische Übungen, erste Ballkontakte, das behutsame Heranführen an Begriffe wie „Team“, „Regeln“ sowie „Sieg oder Niederlage“, und vor allem: Spaß und Freude an Bewegung. Und der Erfolg gibt uns recht: Jeden Donnerstag – ob auf dem Rasenplatz oder in der Turnhalle – trainieren mittlerweile 10 bis 14 Kinder regelmäßig bei uns.

Aktuell nehmen wir noch nicht am offiziellen Spielbetrieb teil, da Fußball in diesem jungen Alter noch wenig verbreitet ist.

Unser Ziel ist es jedoch, unsere „Minis“ Schritt für Schritt an erste Spiele und Turniere in der nächsthöheren Altersklasse heranzuführen – mit einer soliden Basis, viel Selbstvertrauen und vor allem mit Begeisterung für den Ballsport.

Svea Hellwege & Florian Meyn



## U 14 JSG Am Dobrock

Nach der sehr erfolgreichen Saison 23/24, in der wir ohne Niederlage souverän in die Kreisliga aufgestiegen sind, war die Saison 24/25 wie zu erwarten eine ganz andere Herausforderung. Nach anfänglichen Startschwierigkeiten konnte sich unser Team dank eines starken Saisonendspurts einen Platz im Mittelfeld der Tabelle sichern. Tolle Leistung Jungs! Auch in unserem Trainerteam war im letzten Jahr viel Bewegung. Leider hat Kai Hellwege nach 4 tollen gemeinsamen Jahren aus zeitlichen Gründen aufhören müssen. Hat Spaß mit dir gemacht, Danke dafür Kai! Außerdem hat uns leider, auch aus zeitlichen Gründen, Kevin Brandt verlassen der das Team immer Montags mit anspruchsvollem Training „gequält“ hat. Vielen Dank auch an dich Kevin! Neu dabei im Trainerteam ist seit dem Frühjahr Benny Winn, der mit ganz viel Einsatz, Begeisterung und vielen Ideen eine echte Bereicherung für uns ist.

Die neue Saison beginnt schon vielversprechend. Wir können uns bereits über den Einzug ins Kreispokalhalbfinale freuen und sind sehr zuversichtlich uns dieses Jahr im oberen Tabellendrittel festsetzen zu können. Ein besonderes Highlight im September war unser Besuch bei einem Heimspiel der Fishtown Penguins.

Dank der im letzten Jahr gewonnenen Tickets konnten wir dieses Spektakel zusammen als Mannschaft erleben.

Wir möchten uns sehr bei Oliver Roth dem Geschäftsführer von Hörger Maschinen bedanken. Die 16 neuen Trinkflaschen werden uns bei unseren Spielen mit immer genügend Wasser versorgen.

Es wird sicher ein spannendes Jahr und ich freue mich euch in der nächsten Ausgabe davon zu berichten.

Sven Dreyer



## Kleine Kicker, großer Spaß – Fußball mit der U6 & U7

In den jüngsten Altersklassen des Fußballs – unserer U6 und U7 – geht es vor allem um eines: mit Begeisterung und Freude das Spiel mit dem Ball zu entdecken. Kinder der Jahrgänge 2019 und 2020 schnüren bei uns die Fußballschuhe und tauchen in die faszinierende Welt des Fußballs ein. Und auch wenn die Tore manchmal noch größer wirken als die Spieler selbst, ist der Ehrgeiz und die Freude auf dem Platz nicht zu übersehen!

Unter der liebevollen und engagierten Leitung von Sandra und Christine lernen die kleinen Superkicker Schritt für Schritt die Grundregeln des Spiels: Wie führe ich den Ball richtig? Wann ist ein Pass sinnvoll? Und natürlich – wie treffe ich ins Tor? Doch neben Technik und Koordination steht vor allem eines im Mittelpunkt: das Gefühl von Gemeinschaft. Denn bei uns zählt das Team, nicht nur das Ergebnis.

Wir sind eine lebendige, fröhliche Gemeinschaft, in der der Spaß am Fußball und das Miteinander im Vordergrund stehen. Ein wichtiger Teil dieses Miteinanders ist auch das Engagement der Familien – ihre Unterstützung im Hintergrund trägt wesentlich dazu bei, dass Trainings, Spiele und Veranstaltungen reibungslos gelingen.

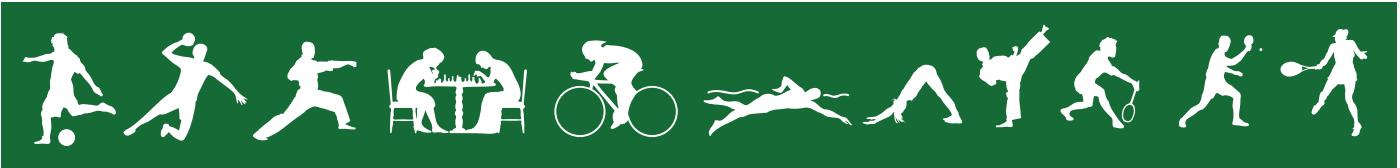
Besondere Highlights sind unsere Spiele-Nachmittage im Champions-League-Modus. Hier geht es nicht nur ums Gewinnen, sondern um spannende Matches, faire Begegnungen und strahlende Kinderaugen. In der kalten Jahreszeit verlagert sich das Geschehen in die Halle – bei der Winterrunde wird dann mit viel Tempo und Spaß auf engem Raum weiter gekickt.

Unser Training findet immer donnerstags um 16 Uhr statt – ein fester Termin in der Woche, auf den sich alle Kinder mit großer Vorfreude freuen.

Aktuell sind wir ein fröhlicher, aufgeweckter Haufen kleiner Fußballhelden – und wir freuen uns immer über neue Gesichter. Wer also Lust hat, in die Fußballschuhe zu schlüpfen und Teil unseres Teams zu werden, ist herzlich willkommen.

Komm vorbei und mach mit – beiden Superkickern der U6 & U7!





## U11 – ein erfolgreicher Jahrgang

Es ist schon der helle Wahnsinn, was 2x pro Woche auf dem Sportplatz los ist. 28 Kinder gehören zum Team und sind in der Mehrzahl beim Training auch zu finden. In der aktuellen Saison 25/26 spielen wir mit zwei Mannschaften in einer „Fairplay-Liga“, damit möglichst viele Kinder am Wochenende aktiv Fußball spielen können. Bislang war der Start äußerst positiv und kein Team hat bis dato ein Punktspiel verloren.

In der letzten Saison spielten wir noch als U10 mit zwei Teams und waren hier viel unterwegs. Zu Beginn der Saison machten wir einen Teamausflug zum HSV. Für viele Kinder war es der erste Stadionbesuch überhaupt in ihrem Leben. Danke an dieser Stelle nochmal den TSV und die Fördervereine der JSG, die uns diese Fahrt mit ermöglichten. Neben den angesetzten Spieltagen des NFV waren wir bei vielen privaten Turnieren und Leistungswettbewerben. Dazu gehörte vor allem der EWE-Cup, den wir gemeinsam mit den besten Kickern der Jahrgänge 2014 und 2015 spielen durften. Die Vorrunde wurde ungeschlagen überstanden. Gegner waren hier u.a. in Drochtersen, Himmelpforten oder Oldendorf beheimatet. Als Gruppensieger fuhren wir dann zur Zwischenrunde nach Grasberg. Hier gelangten wir nach der Vorrunde unter die letzten 16 und mussten uns dann leider im Viertelfinale geschlagen geben. Eine Runde weiter und wir wären in der Endrunde am Bremer Weserstadion dabei gewesen.

Trotzdem war es eine mega Erfahrung und zeigte, was in den Jungs steckt.

Auch die NFV-Runden waren ziemlich erfolgreich und zufriedenstellend. Im Laufe des Jahres wurden 5 unserer Kinder in die Kreisauswahl berufen. Auch dies ist ein Zeichen für die gute Entwicklung. Zum Abschluss der Saison spielten wir zuhause unseren ersten „Midsommar-Cup“ unter Flutlicht. Ein Turnier, was sehr gut ankam und 2026 wiederholt wird. Zu Gast waren wir u.a. beim PNE-Cup in Elmlohe und bei der JSG Geest in Deinste.

Beides waren äußerst gut besetzte Turniere, die wir am Ende jeweils gewinnen konnten. Siegprämie beim PNE-Cup waren Freikarten für ein Heimspiel der Fischtown-Pinguins für die gesamte Mannschaft.



## Schwimmabteilung - Was war los im Jahr 2025

### Ausflug am Anfang des Jahres und im September

Anfang März fuhren wir mit gut 50 begeisterten Kindern und Jugendlichen nach Harsefeld in die Eis- sporthalle zum Schlittschuhlaufen. Die Kinder hatten wieder sehr viel Spaß auf dem Eis und nach jedem Schlittschuh-Ausflug fahren 3-4 Kinder, die das erste Mal dabei sind, besonders stolz nach Hause, weil sie das Schlittschuhlaufen gelernt haben.

Kurz vor Drucklegung fand unser jährlicher Ausflug ins Ahoi-Bad in Cuxhaven statt. Auch dieser Ausflug ist bei den Kindern sehr beliebt, so dass sich in diesem Jahr sogar 60 Kinder und Jugendliche dafür angemeldet haben.



### Teilnahme am Kinderschwimmfest der DLRG Otterndorf

Auch in diesem Jahr nahmen wir wieder mit über 20 Kindern an dem Kinderschwimmfest der DLRG Otterndorf mit Übernachtung in der Otterndorfer Schule und dem Staffelwettkampf in der Soletherme teil. Für die Kinder ist dieser Wettkampf immer ein riesiges, sehr abwechslungsreiches Abenteuer und für viele von ihnen ist es das erste außerhäusige Übernachten in der „Fremde“. Mit großer Begeisterung nahmen alle an den Staffelwettkämpfen teil und konnten sich teils im oberen, teils im unteren Mittelfeld platzieren.

### Viele Schwimmabzeichen und Rettungsschwimmabzeichen

Wie in jedem Jahr zwischen Oster- und Sommerferien haben wieder alle Kinder und Jugendliche fleißig für das Ablegen ihrer jeweiligen Schwimmabzeichen geübt. Wir konnten so viele Schwimmabzeichen abnehmen, wie noch nie: Fast 100 Abzeichen! (15 x Bronze, 27 x Silber, 38 x Gold 3 x Leistungsschwimmabzeichen Hai und 15 x Junior-Retter). Die Abnahme und Abschlussprüfung der Junior-Retter-Abzeichen erfolgte wieder im Hallenbad Lamstedt unter Zusammenarbeit mit der DLRG Ortsgruppe Lamstedt. Vielen Dank an dieser Stelle für die Kooperation, ein besonderer Dank geht an den Ausbildungsleiter Erik Oudemast.

### Neuen Wassersport etabliert: Aquaball



### Sommerfest im Freibad Wingst

Bei herrlichem Sonnenschein und heißen Temperaturen fand in diesem Jahr unser Sommerfest mit über 50 Kindern und Jugendlichen im Freibad Wingst statt. Die Kinder konnten nach Lust und Laune im Freibad schwimmen, rutschen, springen spielen. Alle halbe Stunde fand ein Spielangebot auf der großen Wiese statt. Die Teilnahme war freiwillig. So gab es einen Badekappenfüllwettbewerb, Ballspiele und diverse Staffelspiele. Einen ganz besonderen Reiz bot der Prämienstand, von dem sich jedes Kind ein kleines Präsent aussuchen durfte. Eltern und Trainer hatten Gelegenheit sich auszutauschen, den Kindern beim Spielen zuzuschauen und ein Eis am Stiel zu genießen.

Da die Kinder nicht ausschließlich Bahnen schwimmen möchten, sondern auch gerne mal spielen, haben wir seit einigen Jahren das einmal im Monat stattfindende und bei allen Kids sehr beliebte „Spielschwimmen“ eingeführt. In diesem Jahr haben wir nun auch ein Angebot für die Jugendlichen eingeführt.



Mit finanzieller Unterstützung von AOS Stade und einem Förderfond der Weser-Elbe-Sparkasse konnten wir Bälle und Leibchen anschaffen. Mit großer Begeisterung spielen die Jugendlichen einmal im Monat innerhalb ihrer Trainingsstunde Aquaball. Dieses schnelle Ballspiel ähnelt dem Wasserball, hat aber einen entscheidenden Unterschied, es findet im flachen Wasser statt, die Spieler/innen bewegen sich also laufend vorwärts. Das hat den großen Vorteil, dass selbst Schwimmer/innen, die noch nicht so ausdauernd schwimmen können, beim Aquaball-Spiel mitmachen können.

### **Totenkopfschwimmen und Adventsschwimmen im November**

Für alle interessierten Schwimmer/innen bieten wir auch in diesem Jahr das Totenkopfschwimmen an, bei dem es ausschließlich um Ausdauer und Durchhaltevermögen geht und nicht um Schnelligkeit. Wer sein Totenkopfabzeichen ablegen will, muss eine, eineinhalb oder sogar zwei Stunden ohne Pause schwimmen. Ende November wird unser Adventsschwimmen, das als kleiner interner Schwimmwettkampf mit teilweise ungewöhnlichen Disziplinen angeboten wird, stattfinden. So können sich die Kinder und Jugendliche neben 25 m, 50 m und 100 m Schwimmstrecken in Schmetterling, Rücken, Brust, Kraul und Lagen auch für den Arschbombenwettbewerb und die Spaßstaffel anmelden. Es wird wieder Urkunden und Teilnahmemedaillen für alle geben. Erstmals sollen in diesem Jahr die Schwimmer/innen mit der besten Steigerung, zum einen zeitlich und zum anderen technisch, ausgezeichnet werden.

### **Stickeralbum für sportliche Erfolge**

Da das Interesse sowohl bei den Kindern und Jugendlichen als auch bei deren Eltern bezüglich des Wettkampfschwimmens in den letzten Jahren immer weiter zurück gegangen ist, und wir neben dem Üben für die Schwimmabzeichen und Rettungsschwimmabzeichen einen weiteren Anreiz zum Schwimmtraining geben wollen, werden wir in den nächsten Wochen ein Stickeralbum einführen, in das die Kinder und Jugendlichen Sticker kleben können, wenn sie die Lerninhalte der jeweiligen Leistungsstufe erreicht haben. Dabei geht es nicht nur um das klassische Erlernen der jeweiligen Schwimmlagen, sondern auch und insbesondere um stabilitätsfördernde Athletikübungen sowie Koordinations-, Dehn- und Streckübungen an Land. Außerdem geht es um Gleiten, korrektes Tauchen,

Wassergefühl, Reaktionsvermögen. Es wird sechs Lernstufen geben, bei denen es pro Lernstufe einen Sticker geben wird. Da wir uns mit dem Thema „Stickeralbum“ ausschließlich in den Wintermonaten beschäftigen werden und die Sticker nur bei routiniertem Können der Inhalte vergeben werden, wird es mindestens 2 Jahre dauern, bis jemand sein Stickeralbum komplett gefüllt hat. Wir sind gespannt, wie gut die Kinder und Jugendlichen diese Variante der Motivation im Schwimmsport annehmen werden. Das Stickeralbum soll außerdem den Nutzen haben, die Eltern über die Lerninhalte, die gerade beim Schwimmtraining von ihren Kindern trainiert werden, zu informieren.

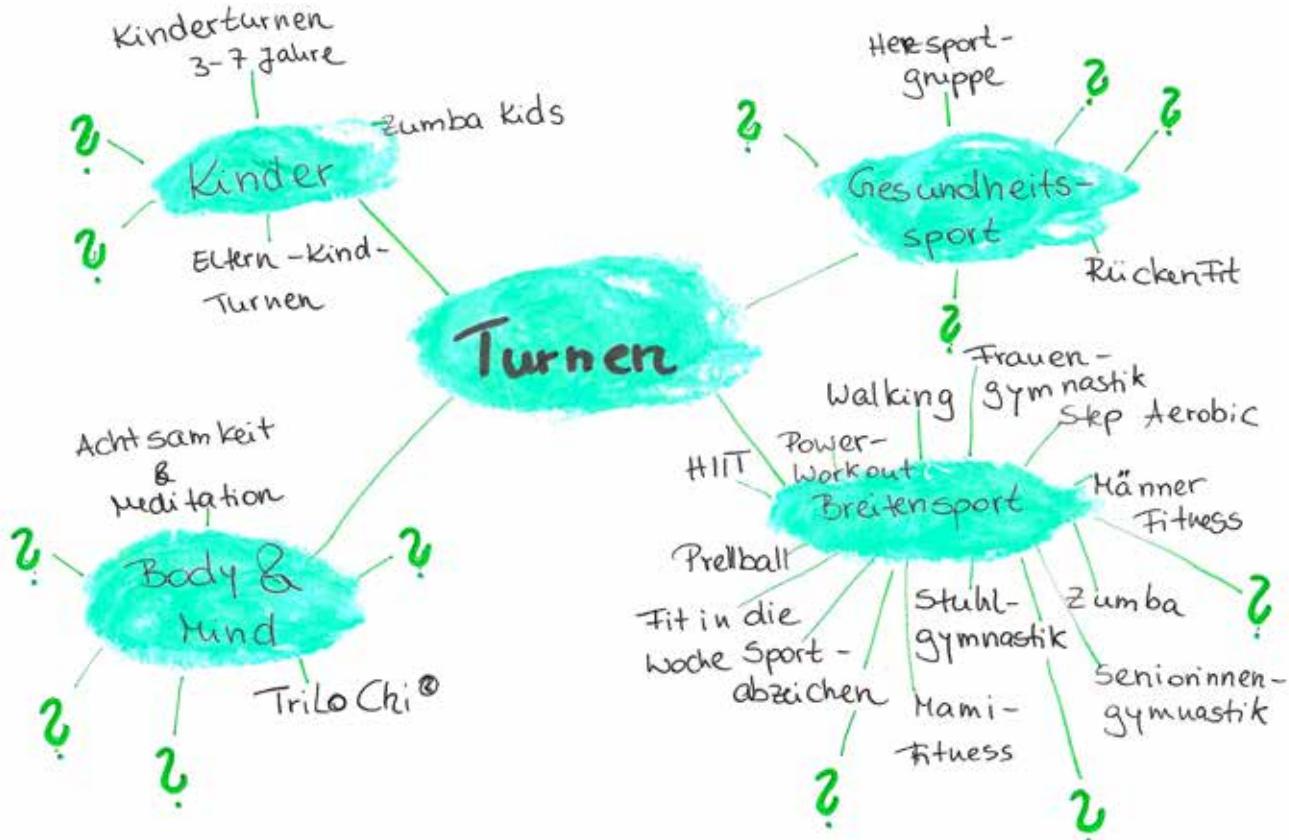


An Nachfrage nach Schwimmtraining, insbesondere bei den sieben bis 10-Jährigen, mangelt es nicht. Alle Bahnen sind voll, sowohl bei den Jüngsten als auch bei den Ältesten, denn auch das Schwimmtraining bei Erwachsenen erfreut sich großer Beliebtheit. Insgesamt kommen wir auf die stolze Zahl von 230 Schwimmer/innen, die jede Woche ein bis drei Mal in den Trainingszeiten der SSG An der Oste im Hallenbad Hemmoor und/oder im Hallenbad Wingst ins Wasser springen.

Wir möchten uns auf diesem Wege bei den Schwimmeistern und Badangestellten der Hallenbäder Wingst und Hemmoor herzlich für die stets gute Zusammenarbeit bedanken.

Das Team der SSG An der Oste  
(Anette Lührs, Schwimmwartin und Trainerin)

## Unser Turnangebot – Vielseitig, modern und für alle!



Die Turnabteilung bei uns hat richtig viel zu bieten – für jeden, der sich bewegen, etwas für die Gesundheit tun oder einfach mal abschalten möchte. Egal ob im Breitensport, im Gesundheitsbereich oder bei Body & Mind: Wir haben für jedes Fitness-Level und jede Interessenlage das passende Angebot! Seit vielen Jahren bieten wir ein abwechslungsreiches Kursprogramm, das ständig weiterentwickelt wird. Unsere Übungsleiter sind immer auf dem neuesten Stand und integrieren regelmäßig neue Trends und Übungen in die Stunden. Und das Beste: Ab 2026 erweitern wir unser Angebot nochmal! Freut euch auf neue feste Kurse und flexiblere Optionen.

### Wie kannst du teilnehmen?

Ganz einfach – mit unserer 10er Karte! Kauf dir eine Karte für deinen gewünschten Kurs und komm einfach so oft du magst. Du kannst dir aber auch eine Mitgliedschaft im TSV Germania Cadenberge sichern und in allen Bereichen durchstarten. Und das ist noch nicht alles!

Unser Ziel: Das Angebot weiter auszubauen. Geplant sind ZPP-zertifizierte Präventionskurse im Gesundheitssport und noch mehr Reha-Sport-

Möglichkeiten. Zudem wollen wir den Bereich Prä- und Postnatal ausbauen, weil wir wissen, dass es dafür einen echten Bedarf gibt – vor allem in der Region.

Body & Mind wird ein ganz großer Bereich bei uns – lasst euch überraschen, was da noch kommt! Jetzt seid ihr gefragt!

Was wünscht ihr euch? Mehr Kurse? Neue Gruppen? Oder vielleicht etwas ganz anderes? Seid kreativ und lasst uns wissen, was euch interessiert! Schickt uns eure Ideen bis zum 31. Januar 2026 per E-Mail an: maria86mothes@gmail.com. Wir sind gespannt auf eure Vorschläge!

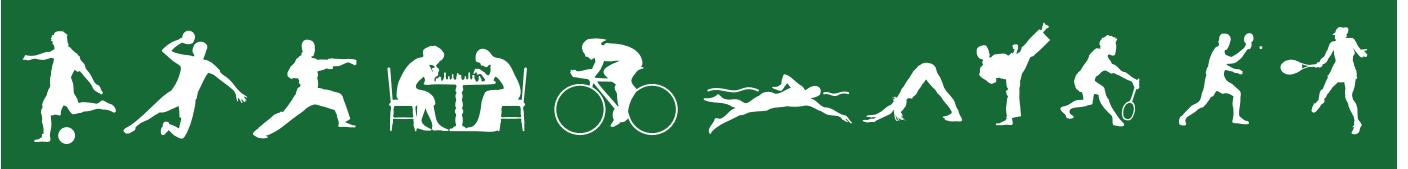
Und noch eine Bitte:

Falls du selbst Lust hast, als Übungsleiter oder vielleicht auch im Vorstandsteam mitzumischen – wir freuen uns über engagierte, sportbegeisterte Menschen! Melde dich einfach unter 0151/26755541 oder per E-Mail: maria86mothes@gmail.com.

Wir freuen uns auf eure Ideen und darauf, gemeinsam weiter zu wachsen!

Herzliche Grüße

Maria, Ute, Resi und Doris



## Fit in die Woche

Die Bauch-Beine-Po-Gruppe habe ich im Januar 2025 von Marita übernommen.

Seit August nennen wir uns Fit in die Woche, denn wir trainieren weit mehr als nur Bauch, Beine und Po. Konzentration, Koordination, Kondition und Kraft werden mit verschiedenen Übungen, Geräten, Bällen sowie in Partnerschafts- und Gruppenspielen gefördert.

Zum Jahresabschluss feierten wir im Vereinsheim eine schöne Weihnachtsfeier mit Kaffee und selbstgemachten Kuchen. Ein großes Dankeschön geht an Dagmar und Elke für die tolle Organisation.

Auch unsere Sommertour fand großen Anklang: 17 Frauen fuhren mit dem Fahrrad nach Balje zu den „Zwei Linden“, wo ein leckeres Essen auf uns wartete. Vielen Dank dafür an Marita und Petra.

Wer Lust hat, unsere Gruppe kennenzulernen und sich in fröhlicher Runde zu bewegen, ist herzlich eingeladen:

Montags von 19.30 bis 20.30 Uhr im Heideweg.

Mit sportlichen Grüßen, Bärbel König



## 1. Fitnessstag des TSV Germania Cadenberge am 08.02.2025

Nach langer Planung war es am Samstag, den 08.02.2025 endlich soweit: der 1. Fitnessstag des TSV Germania Cadenberge stand an! Alle Altersklassen und Geschlechter waren an diesem Tag willkommen, um ausgewählte Sportarten des TSV Germania Cadenberge auszuprobieren. Angeboten wurden unter anderem Step Aerobic, Yoga, Stuhlgymnastik und ein HIIT-Training unter der Leitung der jeweiligen Übungsleiter/innen des TSV Germania Cadenberge. Und so starteten an diesem Tag 48 motivierte Sportler und Sportlerinnen in das abwechslungsreiche Programm.

In der Mittagspause wurde eine kleine Stärkung in Form von verschiedenem Joghurt, Obst und Müsli sowie Kaffee und Kuchen gereicht, welche zum Teil von Edeka Cohrt aus Cadenberge gespendet wurde. Vielen Dank dafür nochmal!

Die Planungen für den Fitnessstag 2.0 sind bereits in vollem Gange und auch das Datum steht schon fest: 21.02.2026. Tragt Euch den Termin am besten jetzt direkt in euren Kalender ein und seid dabei beim Fitnessstag 2.0!



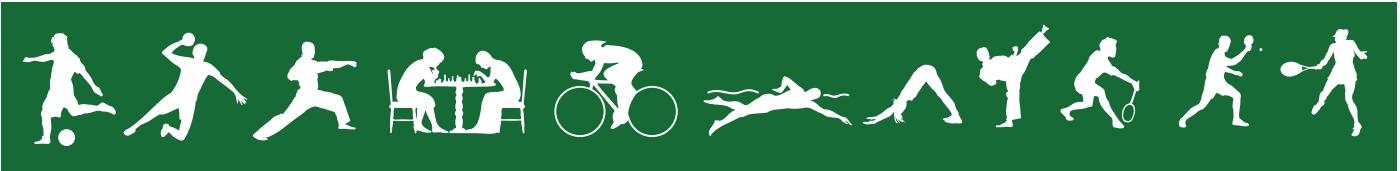
Die Anmeldung beginnt am 05.01.2026 und ist dann unter [fitnessstag-cadenberge@gmx.de](mailto:fitnessstag-cadenberge@gmx.de) möglich. Eine Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00€ ist zu entrichten.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmende und einen tollen Tag mit viel Bewegung und Spaß mit Euch! Bringt auch gerne eure Nachbarn, Verwandten und Freunde mit.

Euer Orga-Team

Carmen Sodtke, Petra Schumacher, Bärbel König, Marita von Bargen und Kyra Herchenhan





## Fortbildungen 2025

Auch in diesem Jahr haben wir wieder an verschiedenen Fortbildungen und sportlichen Events teilgenommen. Besonders schweißtreibend war unsere Tabata/HIIT-Fortbildung in Stade: Kyra, Marita, Carmen, Bärbel und ich waren dabei, haben intensiv trainiert und viele neue Ideen fürs Training mitgebracht.

Im März nahmen Carmen und Bärbel am Kongress des Turnkreises Cuxhaven in Otterndorf teil. Dort sammelten Sie für die Verlängerung Ihrer Übungsleiter-Lizenz weitere Lerneinheiten im Bereich Fitness & Gesundheit.

Ein echtes Highlight: Kyra und ich haben die Jumping-Fitness-Instructor-Ausbildung absolviert. Wir freuen uns darauf, euch künftig auch auf dem Trampolin ordentlich ins Schwitzen zu bringen. Wir hoffen, dass wir im nächsten Jahr einen Kurs anbieten können.

Beim Giants Run in der Wingst sind wir ebenfalls gestartet: Petra und Bärbel meisterten die 9 km,

Kyra wagte sich sogar an die 18 km – starke Leistungen!

Im November werden Bärbel, Carmen und ich einen Workshop in Loxstedt besuchen. „Partner Workout mit und ohne Geräte“. Das wird bestimmt auch ein sportlicher und spaßiger Kurs für uns, den wir in unseren Sportstunden einsetzen können.

Und aufgepasst: Im September steht der Frauensporttag in Spaden an. Kommt vorbei, probiert Angebote aus und lasst euch von der Stimmung mitreißen!

Wir würden uns sehr darüber freuen, wenn wir sportliche Unterstützung bei unseren Aktivitäten bekommen. Meldet euch einfach und seid dabei!

Liebe Grüße  
Petra Schumacher



## Body & Mind? Was ist das eigentlich? Brauchen wir das?

Die Antwort ist ein klares JA!

Körper und Geist in Einklang zu bringen – das haben wir im Alltagstrubel oft vergessen. Dabei ist genau das heute wichtiger denn je. In einer Welt voller Stress, Mehrfachbelastungen, Ängste und Sorgen brauchen wir Orte und Methoden, die uns zur Ruhe bringen und wieder mit uns selbst verbinden.

TriloChi, Achtsamkeit, Meditation, Yoga, Tai Chi oder Qi Gong – all diese ganzheitlichen Ansätze bieten wunderbare Möglichkeiten, den Körper zu bewegen, den Geist zu entspannen und beides wieder in Balance zu bringen.

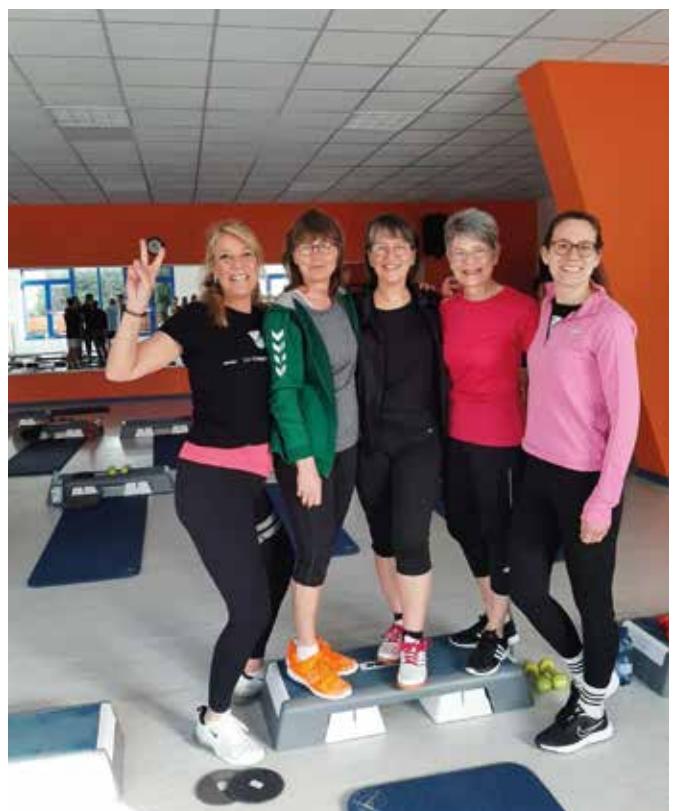
Genau hier setzen wir an: Anne-Marie und Maria. Im Frühjahr haben wir gemeinsam unsere Reise in die Welt des Yoga begonnen – mit voller Energie und Herzblut. Inzwischen stecken wir mitten in der 200-Stunden-Yogaausbildung

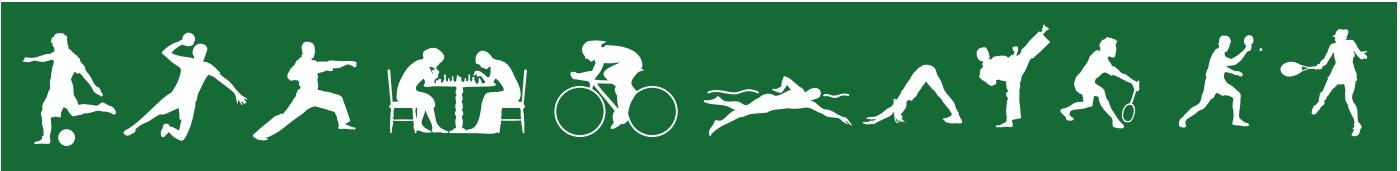
Was wir bisher gelernt haben? Eine Menge! Wir tauchen ein in Asanas (Körperhaltungen), verschiedene Entspannungstechniken – auch speziell für Kinder – und natürlich in die Kunst der Meditation. Zugegeben: Manchmal raucht uns ganz schön der Kopf vom ganzen Input. Aber auf der Matte, in der Praxis, zählt nur der Moment. Und der ist einfach magisch.

Yoga ist für uns mehr als Bewegung. Es ist Kreativität, Spiritualität und tiefes Wissen.

Und wir sind noch lange nicht fertig – im Gegenteil! Wir lernen weiter, lassen uns inspirieren und freuen uns riesig darauf, 2026 unsere Vision mit euch zu teilen.

Namasté  
Anne-Marie & Maria





## Frauensporttag

Wir waren dabei...

... beim 20. Frauensporttag am 06.September 2025 in Spaden! Wir, das sind Marita von Bargen, Bärbel König, Petra Schumacher, Irene Wischhusen, Carmen Sodtke, Maren Gronau und Kyra Herchenhan, haben bei sonnigem Wetter und bester Laune einen sportlichen Tag mit vielen neuen Sportarten zum Ausprobieren in den Sportstätten in Spaden

verbracht. Wir konnten viele neue Eindrücke für unsere eigenen Sportstunden mitnehmen und freuen uns bereits auf den nächsten Frauensporttag im kommenden Jahr – kommt dann gerne auch vorbei!



## HIIT...Hoch Intensives Intervalltraining

Kurz zu mir....Hi, ich bin Anne-Marie 35 Jahre und hauptberuflich Physiotherapeutin. Seit Oktober 2023 bin ich jetzt Trainerin im TSV für HIIT. Während meiner Ausbildung zum Personal Trainer 2015 durfte ich mit vielen Sportarten in Kontakt kommen und bin für mich Privat und für Gruppen beim HIIT hängen geblieben. Nach dem zweiten Kind habe ich dann die Chance bekommen im TSV wieder mit einer Gruppe durchzustartet, mit vollem Erfolg. Seit dem Beginn der Gruppe sind immer zwischen 25 und 27 Teilnehmerinnen fester Bestandteil der Gruppe.

Was machen wir da eigentlich...?

Jeden Montag gibt es zwischen 18-19 Uhr volle Dröhnung Motivation, Schweiß, Ehrgeiz, Grenzerfahrungen und anschließenden Muskelkater.

Unser Ablauf startet meistens mit einem ausführlichen Mobilitäts- Training um die Gelenke und Muskeln auf starke Belastung vorzubereiten.

Dann folgt eine Cardio- Einheit um das Herz-Kreislaufsystem anzukurbeln. Der Hauptteil besteht dann aus dem HIIT in der Regel zwischen 21-25 Minuten Training je nach Intervallen zwischen Anstrengung und Ruhephase. Hierzu nutzen wir hauptsächlich unser eigenes Körpergewicht. Zusätzlich nutze ich aber auch gerne Material wie Kettlebells, Hantel/Hantelscheiben, Loop Bänder, Springseile, Booty Bands und Medizin Bälle. In diesem Jahr hatten wir besonders viel Glück und waren von März – Oktober größtenteils draußen für unser Training und haben dafür verschiedene Orte rund um die Sporthalle genutzt. Zum Schluss gibt es dann noch ein Cool Down.

Um einen besseren Einblick zu bekommen wie meine Teilnehmerinnen die Stunde empfinden habe ich Ihnen einen Satz vorgegeben und sie durften ihn mit ihrer persönlichen Meinung vervollständigen.

**HIIT mit Anne-Marie ist für mich....**

**Patricia:**... das wöchentliche Kopf abschalten, weil man im Training mit Anne keine Zeit zum Denken hat.

**Jana:** ...unverzichtbar ohne meine Montagsstunde bei ihr fehlt einfach etwas, das ich auf keine Fall missen möchte.

**Ramona:**... ist für ich einfach Mega klasse!!!!

**Kaddy:** ...meine Stunde Me-Time um ganz bewusst etwas für mich und meine Fitness zu tun. Fühle mich danach mega gut.

**Meike:** ...wöchentlich an seine Grenzen zu kommen, sich danach aber einfach gut zu fühlen.

**Katrin:**... Zeit mit Spaß am Sport und sich anschließend einfach gut und ausgepowert zu fühlen. Es ist einfach schön dabei sein zu dürfen.

**Bianca:**... der perfekte Ausgleich zum Alltagsstress.

**Meike:** ...ein Härtetest – und gleichzeitig der Beweis, dass ich stärker bin als ich denke.

**Carmen:** ...eine Sportstunde, in der ich angespornt werde, über meine Grenzen hinaus zu gehen.

**Petra:** ...eine super Sportstunde zum auspowern und ich freue mich jetzt auch einen Platz in der Gruppe bekommen zu haben.

**Tina:**... Spaß am Sport in der Gruppe, mein Ausgleich nach einem langen Tag, Me-Time, Körpergefühl und Zeit um alles unnötige auszupowern und wieder ganz bei sich anzukommen.

**Kerstin:**... Sport gemeinsam mit anderen Mädels zum auspowern, Muskelaufbau und um mich hinterher gut und jünger zu fühlen.

**Heike:**... mittlerweile unverzichtbar. Auspowern bis an seine Grenzen, mit ganz viel Spaß in der Gruppe und Abwechslung. Der perfekte Ausgleich.

**Katja:**... Dankbarkeit mit so tollen Mädels eine Stunde Me-Time zu verbringen und dabei immer Motivation zu erfahren.

**Johanna:** ...die perfekte Sportstunde! Auspowern, motivierende Trainerin, nette Gruppe, Kopf frei bekommen, Me-Time, mit einem guten Gefühl nach Hause zu gehen.

**Nele:** ...einmal die Woche richtig schwitzen!

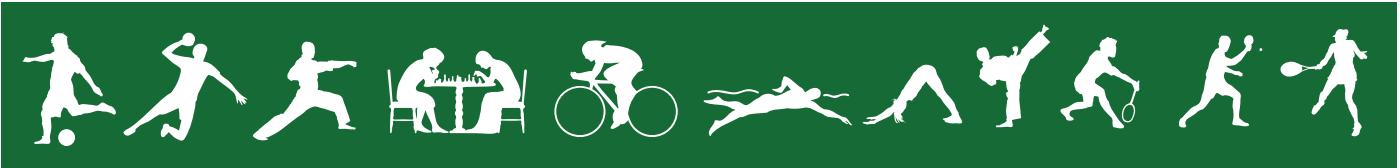
**Jasmin:**... mit Spaß an meine Grenzen zu kommen.

**Alexandra:**... etwas für mich zu tun, Me- Time, abschalten in einer tollen Gruppe.

**Alena:**...mit Vollgas in die Woche starten und Mittwochs kaum aus dem Bett kommen weil der Muskelkater kickt.

Auch der Spaß ohne „harten“ Sport darf natürlich nicht fehlen. Im Sommer 2024 haben wir eine gemeinsame Radtour „zur Schwalbe“ in die Wingst gemacht und dort lecker gegessen.

Im Dezember 2024 hatten wir unsere Weihnachtsfeier im Brauhaus Neuhaus, welche feucht fröhlich war. In diesem Jahr haben wir Wetterbedingt unser „Yoga & Picknick“ leider drinnen machen müssen,



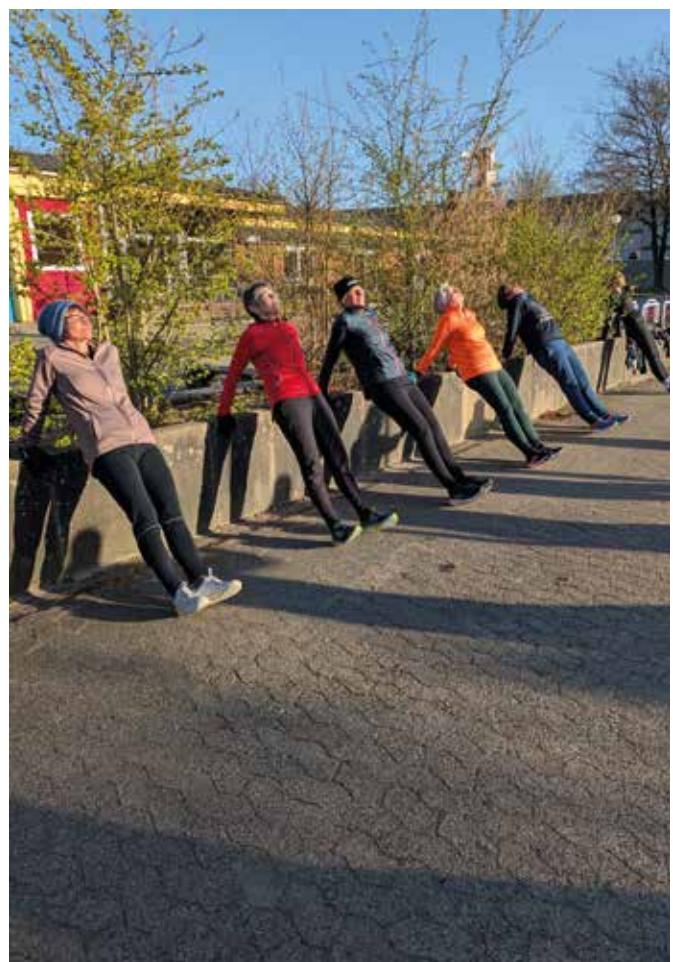
aber dennoch eine tolle Abwechslung. Im November folgte noch eine Bollerwagentour und im Dezember 2025 erwarten wir wieder eine tolle gemeinsame Weihnachtsfeier.

An dieser Stelle möchte ich mich einmal bei meinen HIIT-Mädels bedanken (auch die, die mal dabei waren und aus verschiedenen Gründen aufgehört haben)

Es ist eine unheimlich tolle Gruppendynamik, alle sind verständnisvoll, motiviert und leisten jeden Montag unglaubliches in unserer Stunde. Ich konnte bereits so viele positive Veränderungen an Haltung, Ausdauer und Disziplin bei den Teilnehmerinnen entdecken, was mich so unheimlich stolz und dankbar macht, so eine wundervolle Gruppe anleiten zu dürfen.

Sollte jetzt jemand Lust haben auch diesen wundervollen Sport zu machen, darf sich gerne melden. Allerdings besteht eine Warteliste, da wir im Spiegelsaal nicht so viel Platz haben.

Sportliche Grüße  
Anne-Marie Grantz- Maul



# GERMANEN<sup>6</sup> SPORT<sup>5</sup>

**HINCK**  
HEIZUNG SANITÄR SOLAR  
Horst Hinck GmbH  
HEIZUNG · SANITÄR · SOLAR  
FACHBETRIEB FÜR BARRIEREFREIE BÄDER  
Oberreihe 3 Tel.: 0 47 77 / 82 20  
21781 Cadenberge [www.horsthinck.de](http://www.horsthinck.de)

**bäcker buck**  
Hadler Backmanufaktur  
Gewerbestraße 6 | 21781 Cadenberge | [www.baeckerbuck.de](http://www.baeckerbuck.de)  
**04777 / 93 13 11**

*Sportlich fit durch leichte, gesunde Geflügelkost*

**Wir bieten:** Deutsches Frischgeflügel, Eier direkt vom Erzeuger, 50 Sorten magere Geflügelwurst, frische Salate, Wild aus hieser Jagd u.v.m.

Unsere Hähnchen heißen **ROASTER** und **KIKOK**, haben mehr Platz und wachsen langsamer. Sorgloser Genuss **OHNE ANTIOTIKAI** Man schmeckt den Unterschied.

Auch auf den Wochenmärkten in Cuxhaven (Mi. + Sa.), Otterndorf u. Hemmoor (Fr.) Cadenberge u. Hechthausen (Do. vormittags), Himmelpforten (Do. nachm.) Stade (Mi. + Sa.)

**EIER HEINSSSEN** Ihr Geflügelspezialist  
100 Jahre  
21781 Cadenberge, Alter Postweg 11  
Hausverkauf: Do. und Fr. 9 - 18 durchgehend geöffnet  
E-mail: [eier-heinssen@gmx.de](mailto:eier-heinssen@gmx.de), [www.eier-heinssen.de](http://www.eier-heinssen.de)  
*... bekannt für Frische und Qualität aus der Region*

**Sollte mal ein Taxi fehlen 1499 wählen!**

- Discofahrten
- Kurierfahrten
- Flughafentransfer
- Bestrahlungsfahrten
- Kranken-Dialysefahrten

Inh. Michael Wobser  
21781 Cadenberge

**TAXI**  
**Freese**  
**04777 - 1499**

**Andreas Gerdts**  
MALERMEISTER  
Waldwiese 8  
21781 Cadenberge  
Telefon 0 47 77 / 16 11  
Telefax 0 47 77 / 8 08 72 89

**Ausführung von:**  
Maler- und Tapezierarbeiten

**Elektro Brandt**  
Meisterbetrieb  
Planung u. Ausführung von modernen Elektroanlagen und Beleuchtungskörpern, Kundendienst  
Westercadewisch 13a • 21781 Cadenberge  
Telefon 04777/8727 • Telefax 04777/8778  
[www.elektrobrandt.de](http://www.elektrobrandt.de)

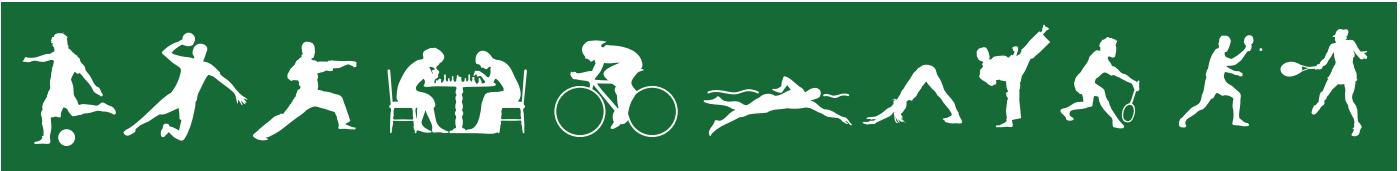
**Wir sind die Spezialisten für Küchen und Einbaugeräte**

KüchenTreff-Fachhändler garantieren ihren Kunden, wie jeder gute Elektro-Fachhändler, fachlich einwandfreie Leistungen. Dazu zählen ausführliche Kundenberatungen und alle relevanten Serviceleistungen wie Lieferung, Montage, Einweisungen in die Funktionen der Geräte und eine 5-Jahresgarantie.

Auch wer nur ein Gerät in seiner Küche gegen ein neues und energiesparendes Modell wechseln möchte, ist bei einem KüchenTreff-Fachhändler in besten Händen.

**KüchenTreff**  
**Mahler**  
in Cadenberge  
[www.kuechentreff-mahler.de](http://www.kuechentreff-mahler.de)

Cuxhavener Str. 5 • 21781 Cadenberge • Telefon (04777) 80 80 40 • Fax (04777) 80 82 95



## Eltern-Kind-Turnen & Kinderturnen

Nachdem Katrin und ich uns beim Kinderturnen so richtig eingelebt haben, viele neue Kinder begrüßten durften und regelmäßig neue Attraktionen und Erlebnisse für die Kinder ausdenken, haben wir die Sommerferien am 18. Juni 2025 mit einem großartigen Nachmittag bei bestem Wetter auf dem Spielplatz Alter Postweg in Cadenberge einläuten lassen. Für das leibliche Wohl war mit kleinen Snacks und Getränken für die Kids gesorgt und ein bisschen Smalltalk mit den Eltern war auch noch drin.

Auch das Mini-Sportabzeichen konnten wir, dank der Hilfe einiger Vereinskolleg\*innen, wieder durchführen. So fand am 25. Juni dann einmal das Mini-Sportabzeichen für alle Vereinskinder statt und am 16. Juli noch einmal aus dem Ferienspaß-Programm. Beide Termine waren ein voller Erfolg und tolle Nachmittage für Groß und Klein!

Erstmals haben Katrin und ich dieses Jahr als Ferienspaß-Aktion „Live Stratego“, ein Outdoor-Bewegungsspiel, angeboten. Bei diesem Spiel im Park bei der BBS Cadenberge konnten sich die großen und kleinen Kinder mal so richtig auspowern und sich in Teamarbeit ausprobieren. Wir alle hatten mächtig Spaß und werden diese Aktion definitiv wieder für Kinder ab 7 Jahren anbieten!

Seit Ende August 2025 findet nun, wie gewohnt, das Kinderturnen und die Eltern-Kind-Gruppe

statt, allerdings mit neuen Zeiten und (bald) neuen Co-Trainerinnen. Wir freuen uns auf die Kids, tolle Nachmittage und viele neue Spielideen – denn, ganz nebenbei, arbeiten Katrin und ich gerade an unserer Trainer-C-Lizenz, um Eure Kinder bestmöglich weiter fördern und fordern zu können!

Bei Interesse meldet Euch einfach bei uns!  
Katrin & Julia



## Fitness-Training für den Mann

Seit Oktober 2022 gibt es in unserem Verein dieses Sportangebot für den Mann. Weiterhin zählt diese Gruppe zu einer festen Größe in der Turnabteilung. 24 Sportler gehören zur Zeit zu dieser Gruppe, die sich jeweils mittwochs von 19-20 Uhr in der Heideweg-Turnhalle treffen.

Angeboten wird ein abwechslungsreiches Training (Kraft, Ausdauer, Koordination) unter Einsatz von vielen verschiedenen Sportgeräten und Bällen. Und es gehört natürlich auch ein bisschen Wettkampf dazu. Mit Spielen wie Basketball, Badminton, Softballtеннis, Völkerball oder auch Ball über die Leine wird so mancher Ehrgeiz geweckt.

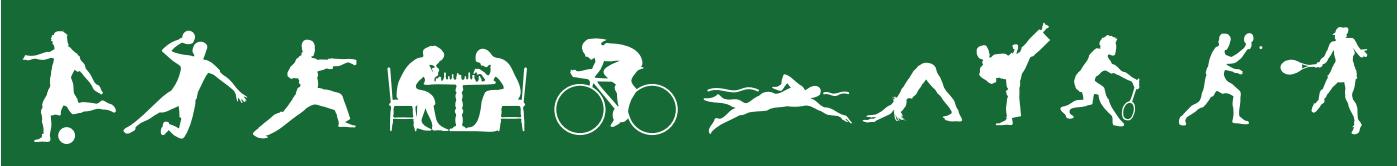
Auch die Disziplinen des Sportabzeichens haben wir gemeinsam absolviert. Während der Sommerzeit haben wir unser Training teilweise nach draußen (Sportplatz, Wald und Boulebahn) verlagert oder sind mit dem Fahrrad eine Stunde flott geradelt. Auch die Geselligkeit kommt nicht zu kurz. In diesem Jahr gab es eine Radtour nach Neuenkirchen mit gemütlicher Einkehr sowie ein Weihnachtsessen.



Interessierte Sportler sind jederzeit willkommen.

Mit sportlichem Gruß  
Carmen Sodtke





## Meditation & Achtsamkeit

Im Februar 2025 habe ich eine neue Kategorie im Sportverein geöffnet, Meditation und Achtsamkeit für Entspannung, Ruhe, abschalten, Gedanken ändern und/oder zur Ruhe bringen. 12 Teilnehmerinnen haben an dem ersten Kurs teilgenommen. Sicherlich ist das kein „typischer Sport“ und ebenfalls wird sich auch nicht jeder mit diesem Thema identifizieren können. In der Stunde haben wir uns größtenteils mit Achtsamkeits-übungen, unterschiedlichen Arten von Meditationen, Traumreisen und Yoga auseinander gesetzt. Die Nachfrage für diesen Kurs war höher als erwartet, sodass für den Winter 2025/2026 weitere Kurse geplant sind.

Die Gesellschaft verfällt heutzutage immer mehr in „Stress“, Arbeitsdruck, familiärer Druck, Anforderungen die bestimmte Gedanken und Situationen überschreiten und gar nicht machbar sind. Jede Person ist eigenständig und hat ein eigenes „Stress-level“ somit muss auch jeder selber überlegen wo seine/ihre Grenzen sind. Oft werden diese Grenzen jedoch überschritten und irgendwann kommt ein Punkt an dem man eventuell sagt „Ich kann nicht mehr“. Dann ist höchste Alarmbereitschaft und ein Zeichen das man ernst nehmen sollte, denn der Körper reagiert mit körperlichen und geistigen Problemen auf erhöhten Stress.

- Yoga und Meditation
- Yoga und Meditation sind eng miteinander verbundene Praktiken, die oft miteinander verwechselt werden. Yoga ist ein ganzheitliches System, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt, und umfasst körperliche Übungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayama) und ethische Prinzipien (Yamas und Niyamas). Meditation hingegen ist eine mentale Übung, bei der man sich darauf konzentriert, den Geist zu beruhigen und in einen Zustand der inneren Ruhe und Klarheit zu gelangen. Obwohl Yoga und Meditation eng miteinander verflochten sind, unterscheiden sie sich hauptsächlich in ihren Techniken und Schwerpunkten. Yoga zielt darauf ab, die Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele herzustellen und physisches und emotionales Wohlbefinden zu fördern, während Meditation sich auf den Geist konzentriert und das Bewusstsein erweitert.

Der Kurs ist dafür gemacht, sich und seinen Körper besser kennen zu lernen. In sich hinein zu schauen. Mehr zur Ruhe zu kommen und sich täglich mit sich und seinem Körper auseinander zu setzen. Achtsamkeit, Dankbarkeit und Ruhe wieder zu erlernen.

Namaste  
eure Anne-Marie

## Silvesterlauf in der Wingst 2024

Mit viel guter Laune nahmen in diesem Jahr auch vier Frauen aus unserer Gruppe am Silvesterlauf in der Wingst teil – allerdings nicht laufend, sondern beim Walken. Auf der 5,5 Kilometer langen Strecke herrschte beste Stimmung, und alle erreichten glücklich und zufrieden das Ziel.

Besonders erfreulich: Jede der Teilnehmerinnen konnte mit ihrer eigenen Leistung rundum zufrieden sein. Mit dabei waren Debbie, Marita, Bärbel und Carmen, die gemeinsam einen sportlich-fröhlichen Jahresabschluss feierten.



## Power Workout 2025

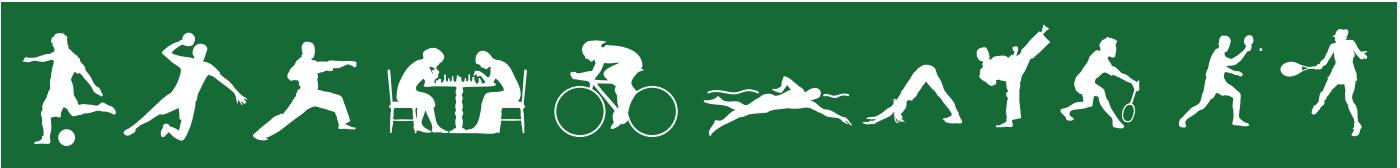
Wie schnell die Zeit vergeht: Schon steht der neue Bericht für den Germanen-Sport an – und wieder blicken wir auf ein tolles, sportliches Jahr zurück. Den Abschluss 2024 feierten wir gemütlich im Forsthaus bei leckerem Essen und viel Spaß. Im Januar starteten wir dann hochmotiviert ins Jahr 2025.

Unser Training bleibt abwechslungsreich: Mit Zirkeltraining, Tabata und HIIT halten wir uns fit und nutzen dafür viele Geräte – von Springseilen und Gymnastikbällen über Kettlebells und Loopbänder bis hin zu Stepbrettern. Im Sommer kamen die Hula-Hoops wieder zum Einsatz; das macht Laune, auch wenn man noch kein Profi ist. Eine Stunde nutzten wir außerdem für das Sportabzeichen: Es wurde gesprungen, gesprintet und der Schleuderball geworfen.

Als Sommerabschluss war ein Picknick geplant – doch ein Gewitter überraschte uns. Wir fanden Schutz an der Schule, und unter dem Dach der Mensa war es so gemütlich, dass niemand früh nach Hause wollte. Nach den Ferien ging es draußen sportlich weiter, und nun geht es schon wieder auf Weihnachten zu.

Wer Lust hat, eine Probestunde mitzumachen, ist herzlich willkommen. Wir treffen uns mittwochs von 18:00 bis 19:00 Uhr im Spiegelsaal der Turnhalle.  
Petra Schumacher





## Die Montags-Ladies

Die Montags-Ladies treffen sich regelmäßig montags von 18:30 bis 19:30 Uhr in der Turnhalle im Heideweg. Im Sommer trainieren wir gerne auch draußen an der frischen Luft. Auf dem Programm stehen abwechslungsreiche Übungen für Kraft, Ausdauer und Konzentration.

Besonders beliebt sind unsere Ballspiele – ob in der Gruppe oder zu zweit, der Spaß kommt dabei nie zu kurz. Und natürlich wird in unserer Stunde auch viel gelacht!

Unsere Sommertour führte uns dieses Jahr durch die Wingst nach Oppeln und zurück nach Cadenberge. Dort erwarteten uns leckere Würstchen, frische Salate und gekühlte Getränke – ein großes Dankeschön an das Orga-Team! Mit diesem schönen Abend verabschiedeten wir uns in die Sommerpause.

Auch die Weihnachtsfeier wird sicherlich wieder in gemütlicher Atmosphäre stattfinden. Wer Lust hat, etwas für seine Gesundheit zu tun und dabei nette Menschen kennenzulernen, ist bei uns herzlich willkommen. Wir haben noch Plätze frei!

Kommt gerne vorbei oder meldet euch bei uns.



## Step-Aerobic

Die Stepperinnen treffen sich jeden Montag von 19-20 Uhr im Spiegelsaal der Sporthalle im Heideweg. Eine Stunde lang werden verschiedenste Schritte der Step Aerobic zu aktueller Musik dargeboten und am Ende zu einer Choreografie zusammengefügt. Dies ist immer mit einer Menge Spaß und Schweiß verbunden.

Im Januar startete die Step Aerobic Gruppe, die Anfang des Jahres noch aus 16 aktiven Damen bestand, wieder motiviert in ein neues Sportjahr.

Durch den 1. Fitnessstag des TSV Germania Cadenberge am 08. Februar wuchs die Gruppe auf 23 aktive Stepperinnen im Alter von 13 bis 65 an. Bei gutem Wetter und voller Gruppenstärke haben wir das Training dann auch gerne mal nach draußen verlegt.

Vor den Sommerferien fand unsere jährliche Fahrradtour bei bestem Sommerwetter statt, die mit

einem geselligen Abend bei Heike Griemann und leckerer Pizza ihren Ausklang fand. Auch das Jahr 2025 wurde mit einer kleinen Weihnachtsfeier Anfang Dezember abgerundet. Ich freue mich auf ein sportliches neues Jahr 2026 und begrüße auch gerne neue Stepper und Stepperinnen montagsabends im Spiegelsaal.



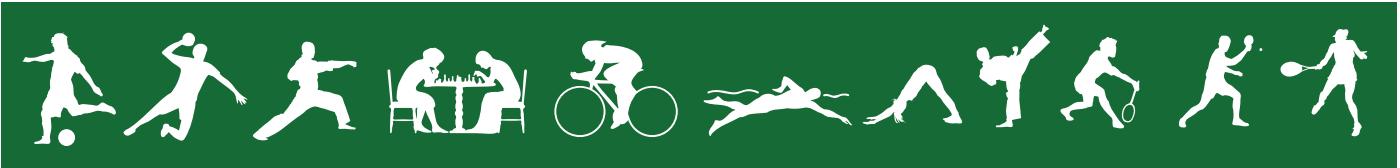
## Schwitzen im Sitzen (Stuhl- und Hockergymnastik)

Schon wieder ein Sportjahr vorbei. Diese Sportgruppe besteht jetzt seit 3 Jahren und erfreut sich weiterhin großer Beliebtheit. Zurzeit gehören 27 Sportlerinnen und Sportler zu dieser Gruppe. Jeden Samstag wird im Sportlerheim von 10-11 Uhr fleißig trainiert. Mit und ohne Sportgeräte werden in jeder Sportstunde unterschiedliche Übungen im Sitzen und Stehen angeboten. Mit kleinen Spielen oder Rätseln wird jede Sportstunde abgeschlossen. In der Gruppe herrscht ein gutes Miteinander. Neue Teilnehmer/-innen fühlen sich schnell wohl und gut aufgenommen. Im Sommer trafen sich die Sportrinnen und Sportler zum Eis essen. Abgeschlossen wird ein Sportjahr immer mit einem gemeinsamen Frühstück.

Bei dieser Gruppe handelt es sich um eine offene Gruppe. Interessierte (Frauen und Männer) können gerne vorbeischauen und mal probeweise mitmachen.

Mit sportlichem Gruß  
Carmen Sodtke





## Das ist TriloChi

Aber TriloChi ist so viel mehr als nur ein Workout! Es ist ein Gefühl, eine Verbindung, eine Reise zu dir selbst.

Im Interview mit den Teilnehmern über Marias TriloChi-Stunde

### Warum hast du dich entschieden, TriloChi auszuprobieren?

„Ich wollte etwas Neues ausprobieren! Das Zusammenspiel der verschiedenen Elemente hat mich sofort angesprochen. Außerdem schätze ich die Trainerin sehr und mache am liebsten morgens Sport – der perfekte Start in den Tag!“

### Warum bist du dabei geblieben?

„Die Verbindung von Körper und Geist ist einfach einzigartig. Ich merke, dass die Stunde mit Herzblut und Leidenschaft geführt wird. Die dynamischen Bewegungen lockern mich auf und entspannen mich gleichzeitig. Und was ich nach der Stunde empfinde, ist pure Freude und Dankbarkeit!“

### Was ist für dich das Beste an der Stunde?

„Die kurzen, aber sehr wirkungsvollen Entspannungsphasen. Yoga- und Pilatesübungen, die den ganzen Körper stärken. Und nicht zu vergessen: Das Lachen! Die wundervolle Musik sorgt für die perfekte Atmosphäre. Hier gilt: Alles kann, nichts muss. Die positive, wohlwollende Sprache lässt mich immer mit einem Lächeln aus der Stunde gehen.“

### Was sagen die Teilnehmer?

„Man spürt richtig das Herzblut, das Maria in jede Stunde steckt. Es ist ihr Herzensprojekt, und das spiegelt sich in der Atmosphäre wider. Die Entspannung holt mich immer ab, und ich kann mich total fallen lassen.“

„Du schaffst es, selbst an grauen Morgen den Tag mit Sonnenschein zu füllen. DANKE für alles – mach bitte weiter so!“

TriloChi ist mehr als nur eine Stunde – es ist eine Auszeit, die dich stärkt, bewegt und befreit. Bist du bereit, dir selbst etwas Gutes zu tun?

Namaste' Maria

## E-Bike

Gemeinsame Fahrradtour für Jedermann und geseliges Beisammensein am 25. Mai 2025

Am 25. Mai 2025 organisierte die e-bike Gruppe unter der Leitung von Erhard Horeis und Horst Wellbrock eine tolle Fahrradtour mit rund 25 Teilnehmer\*innen. Der Startpunkt war das Sportlerheim Cadenberge. Die Gruppe machte sich um 13:30 Uhr bei durchwachsenem Wetter auf den Weg. Das Ziel der Tour war Rüsches Sommergarten, ein beliebtes Ausflugsziel, das sich perfekt für eine entspannte Pause eignet.

Nach der Ankunft und einer angenehmen Zeit im Sommergarten kehrte die Gruppe zum Sportlerheim Cadenberge zurück, wo der Tag mit einem geselligen Grillen zu Ende ging. Es herrschte eine fröhliche und harmonische Stimmung, die durch den Sonnenschein am Ende der Fahrt noch verstärkt wurde. Die Veranstaltung war eine hervorragende Gelegenheit für die Teilnehmer\*innen, die Natur zu genießen, Kontakte zu knüpfen und die Freude am gemeinsamen Radfahren zu erleben.

Wer an unseren wöchentlichen Fahrten teilnehmen möchte, melde sich bitte bei Horst Wellbrock, Tel. 04777-1511 oder kommt zu unseren regelmäßigen Treffen Dienstags um 17:30 Uhr am Sportlerheim. Wir sind eine Gruppe von ca. 12 Herren, überwiegend im Rentenalter.

Wir freuen uns auf weitere Teilnehmer. Die Trainingszeiten findet ihr auf [www.germaniacadenberge.de](http://www.germaniacadenberge.de).  
Horst Wellbrock



## Fitnessgruppe - Sommertour 2025 nach Tossens (mit Hindernissen)

Nach einem gemeinsamen Frühstück bei Birgitt und Martin (Danke!) geht es endlich los. Die Sommertour der Fitnessgruppe des TSV Germania Cadenberge beginnt.

Eine langgestreckte Perlenkette grüner Trikots schiebt sich durch das Cuxland auf dem weiten Weg nach Westen. Ziel ist Tossens in Butjadingen. Unser Navigator Oliver hat eine Strecke von 85 km ausgesucht. Wir fahren am Kanal entlang nach Bovenmoor, durchqueren das Sietland und halten vor der Eisdiele in Bad Bederkesa. Das muss sein. Zwischenziel ist die Fähre rüber nach Blexen in Bremerhaven. Vorher der Schreck in der Morgenstunde: Holger übersieht einen Poller. Zum Glück fängt die Pedale die Bewegungsenergie ab und nicht die Kniescheibe. Ein kurzer Check erweist: Alle Knochen sind noch okay und die Chirurgen im nahen Bremerhavener Krankenhaus bekommen nichts zu tun. Im weiteren Verlauf der Fahrt wird vor jedem Poller lautstark gewarnt.

Die Fährfahrt dient der Erholung. In der Wesermarsch hält der Himmel sein Versprechen nicht und öffnete die Wolkentore. Das ist willkommene Gelegenheit für den Ausgleich des Flüssigkeitsdefizits im „Landhaus Tettens“.

Der Deich bietet Schutz vor dem Nordwind und wir kämpfen uns weiter nach Nordwesten vor, nur kurz unterbrochen vom Blick auf den romantischen Hafen von Fedderwardersiel.

Ein Event der besonderen Art blockiert in Langwarden die bequeme Deichroute.

Ein Seifenkistenrennen wird ausgetragen. Phantastische und emissionsfreie Selbstbaufahrzeuge nutzen die Schwerkraft, sausen vom Deich und kämpfen um die Wette.

Ohne große Ausreißversuche erreicht das Hauptfeld schließlich Tossens, das ersehnte Ziel aller Strapazen. Tossens ist eine Art Vintage-Village ohne eigene Apotheke und hat schon bessere Zeiten gesehen, erfährt aber dennoch den Zuspruch vieler Sommerurlauber.

Vom Deich aus hat man einen traumhaften Blick über den Jadebusen rüber nach Wilhelmshaven.

Unser Teamhotel „Strandhof“ wird für gut befunden und das Frühstück stärkt für die Rückfahrt entlang des Jadebusens. Wieder haben wir mehr als 80 km vor uns.

Oliver hat mit seinem untrüglichen Orientierungsvermögen und Komoot eine sagenhafte Route ausgewählt: Es geht am Busen der Natur entlang,

über Brücken, Bäche, Kanäle und Flüsse, schmale Pfade wechseln mit breiten Radwegen, meistens Asphalt, selten Schotter. Wir radeln durch die weite friesische Landschaft und durchqueren schnuckelige Dörfer.

Zwei Dinge sind noch berichtenswert: Zum einen der Versuch eines hungrigen Radlers, ein 500-Gramm-XXL-Schnitzel zu essen, das direkt vom Eisschrank in die Friteuse gewandert war.

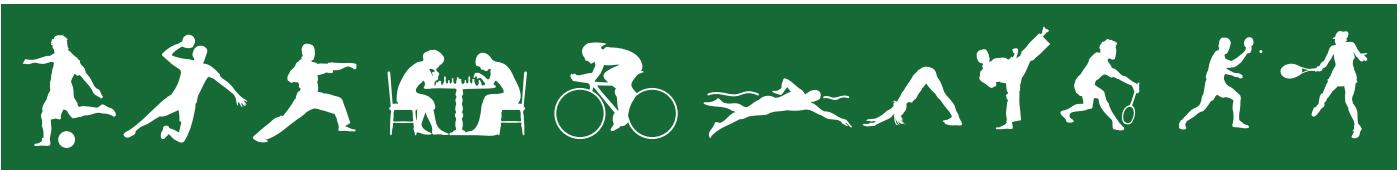
Der Versuch misslingt knapp und führt zu einem gewissen Völle-Gefühl. Zum anderen überraschen uns Wassermassen in Odisheim, die das Regenzeug überfordern.

Nun wird auch klar, warum Odisheim so viele Unterstände an seiner endlos langen Wasserstraße besitzt. Der Vorteil von Sandalen erweist sich darin, dass das Wasser schneller wieder ablaufen kann.

Mit dem „Lindenwirt am Zollbaum“ in der Wingst wird schließlich ein geeignetes Lokal für den gemütlichen Ausklang der Tour gefunden. Hier endet unsere abwechslungsreiche, tolle Zweitagetour. Vielen Dank den Organisatoren.

Hartmut Arbatzat





**GRAVE**  
HEIZEN ♦ BADEN ♦ SPAREN

Fichtenweg 5 · 21789 Wingst · Telefon 04777 1533  
[www.grave-shk.de](http://www.grave-shk.de)

**CUX-SPORT**

TEAMSPORT  
GRAVUREN  
BESTICKUNGEN  
TEXTILDRUCK

Wilhelm-Heidsiek-Straße 45  
Ecke Poststraße 4 | Cuxhaven  
Tel.: 04721 22000  
[www.cux-sport.de](http://www.cux-sport.de)

**WIR SIND  
OPEL**

**Unser Service für Sie:**

- Reparatur und Wartung
- Bremsencheck
- Klima-Service, -Wartung, -Reinigung
- Unfallinstandsetzung
- Autoglas-Service
- Räderhotel inkl. Reinigung
- Hol- und Bringservice
- Ersatzteile verschiedener Fabrikate

Georg Karkutsch GmbH  
Gewerbestraße 1  
21781 Cadenberge  
Tel. (04777) 1777  
Fax: (04777) 8505

Aktivbandagen, Eisspray  
und vieles mehr für den Sport

**KRONEN  
APOTHEKE**

Bahnhofstr. 2 · 21781 Cadenberge  
Tel.: 04777 / 239

**GOLD- UND  
SILBERANKAUF**  
(auch versilberte Bestecke)

Juwelier Wolfgang Hess • Bahnhofstraße 38 • 21781 Cadenberge

## Tennis - Vereinsbericht 2025

Auch das Jahr 2025 hat wieder mit unserem allseits beliebten Boßeln durch den Wingster Wald begonnen. Diesmal hatte unser Organisator allerdings ein neues Ziel im Visier. Da die Gaststätte Kröncke nicht mehr geöffnet hat, sind wir etwas früher abgeogen. Andreas Schaper hatte uns zu Lütt Mandus gelotst, wo wir einen schönen Abschluss des Tages fanden. Herzlichen Dank noch einmal an dieser Stelle.

Die Platzherstellung wurde in diesem Jahr durch eine externe Firma erledigt. Dies hatte mehrere Gründe. Zum einen sollten die Plätze einmal professionell überarbeitet werden und zum anderen haben wir mit der Entsorgung des alten Ziegelmehls zunehmend Probleme.

Ende April wurde die Spielsaison 2025 eröffnet und die Plätze für unsere Mitglieder und Gäste frei gegeben.

In der Sommersaison sind die Damen 50 für unseren Verein an den Start gegangen. Herrenmannschaften wurden aufgrund der fehlenden Mitglieder nicht mehr gemeldet. Die Damenmannschaft hat im

Doppel-Mixed der Region Süderelbe unter Führung von Jutta Popp leider keine einfachen Gegner gehabt. Gegen die starken Spielerinnen aus dem Stader Bereich hatten sie am Ende keine Chance.

Ich möchte an dieser Stelle meinen besonderen Dank an die Damenmannschaft aussprechen, die für uns als letzte Mannschaft die Fahne für unseren Verein hochhalten. Egal ob sie gewinnen oder nicht, dabeisein ist alles.

Die angedachte Ferienspaß-Aktion musste ganz kurzfristig aufgrund mehrerer, zeitgleicher Krankheitsfälle kurzfristig abgesagt werden. Leider konnten wir in der kurzen Zeit auch keine Ersatzbetreuer für die Kinder aktivieren. Das tut uns sehr leid und wir werden es im nächsten Jahr besser machen.

Wenn im Winter die Plätze ruhen, werden wir trotzdem weiter tätig sein. Das Adventssessen steht schon vor der Tür und weitere Aktionen sind in Planung, damit auch das neue Jahr 2026 im Zeichen des Sports und der Geselligkeit steht.

Marco Reinhardt

## Besondere Ehrung für ehrenamtliche Tätigkeit

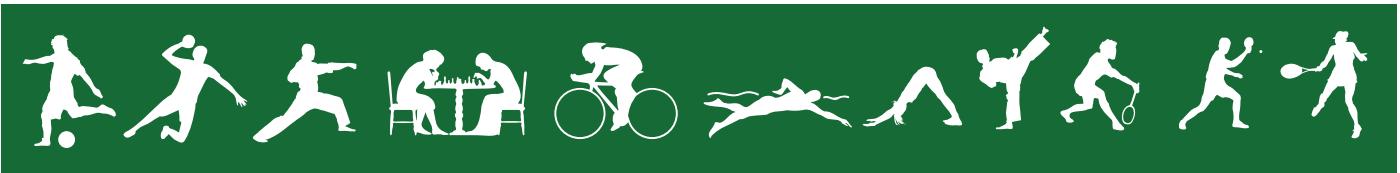
Erhard Horeis ist seit dem 01.01.75 Mitglied in der Tennisabteilung des TSV Germania Cadenberge und hat von 1982 – 1989 sowie von 1997 – 2005 im Vorstand die Tätigkeit des Sportwartes wahrgenommen.

Von 2009 – 2019 war er der 1. Vorsitzende der Tennisabteilung, die er mit großem Engagement geführt hat. Seine Ehefrau Susanne, die ebenfalls seit dem 01.01.75 Mitglied der Tennisabteilung ist, hat ihn bei der Wahrnehmung dieser ehrenamtlichen Tätigkeiten stets unterstützt.

Auf der Jahreshauptversammlung der Tennisabteilung am 13.02.2025 wurde Herrn Erhard Horeis die „Goldene Ehrennadel mit Urkunde“ des Tennisverbandes Niedersachsen-Bremen e.V. verliehen. Diese Auszeichnung wird nach der Ehrungsordnung des TNB unter anderem verliehen an ehrenamtliche, verdiente Mitarbeiter in den Vereinen, wenn sie mindestens 25 Jahre in verantwortlicher Position tätig waren.

Axel Schumacher





## Tag der offenen Tür beim Tennis

Am 21. Juli lud die Tennisabteilung zum Tag der offenen Tür ein und auch wenn der große Besucheransturm ausblieb, war die Stimmung rundum positiv. Die Vereinsmitglieder ließen sich davon nicht die Laune verderben. Bei bestem Wetter wurde zusammen gelacht und gespielt.

Alle hatten etwas zum Buffet beigesteuert - von selbstgebackenem Kuchen bis hin zu herzhaften Häppchen war für jeden etwas dabei. Dazu gab es frischen Kaffee und nette Gespräche am Rande des Platzes.

Auf dem Platz sorgten abwechslungsreiche Spiel-einheiten, Gruppenspiele und kleine Matches gegeneinander für viel Spaß und Bewegung. Jung und Alt waren vertreten und so wurde es ein richtig schöner, geselliger Vereinsnachmittag.

Trotz der überschaubaren Besucherzahl blicken wir auf einen gelungenen Tag zurück. Manchmal sind es eben die kleinen Runden, die besonders viel Freude machen!

Johanna Schlichting



## Das Tischtennisjahr 2025 – ein voller Erfolg

### Die Punktspielsaison 2024/2025

Nachdem die 1. Herrenmannschaft in der Vorsaison wenig erfolgreich agierte und folglich der Abstieg in die Kreisliga-Nord folgte, so konnte in der vergangenen Spielzeit postwendend, souverän und ungeschlagen der Wiederaufstieg mit 37:3 Punkten erreicht werden.

Auch unsere 3. Herrenmannschaft konnte sich am Saisonende den Meistertitel in der 4. Kreisklasse-Nord sichern und somit ebenfalls aufsteigen.

Die 2. Herren konnte die Punktspielsaison nach dem letzjährigen Aufstieg in die 1. Kreisklasse-Nord auf einem guten vierten Tabellenplatz beenden

// Foto 1. Herren + 3. Herren mit Pokalen



Die Damenmannschaft zeigte erneut einen souveränen Start-Ziel-Sieg in der Bezirksliga ROW/STD und wurde mit 12 Siegen mit deutlichem Vorsprung Meister.



Ebenfalls konnten bereits einige Einzelerfolge durch Birte Mangels bei den Landesmeisterschaften der Senioren (2. Platz Doppel sowie zwei 3. Plätze im Einzel und Mixed) sowie durch Robert Bulanov bei der Kreisendrangliste (3. Platz Einzel) erzielt werden.

### Veranstaltungen

Traditionellerweise findet in Cadenberge zu Jahresbeginn das Kreisranglistenqualifikationsturnier der Jugend statt. Zusätzlich wurde erstmalig ein „Anfängerturnier“ ausgerichtet, das auch den noch weniger spielstarken Kindern und Jugendlichen eine erfolgreiche Turnierteilnahme ermöglichte und so manches Lachen auf die Gesichter der Spieler und Spielerinnen und auch der Betreuer zauberte. Mit zusammen rund 145 Kindern und Jugendlichen sowie zusätzlich zahlreichen Betreuern, Freunden und Familien war die Halle so voll wie seit Jahren nicht mehr. Umso schöner ist es zu sehen, dass der Tischtennissport nach und nach wieder auf mehr begeisterte Nachwuchsspieler und -spielerinnen bauen kann.

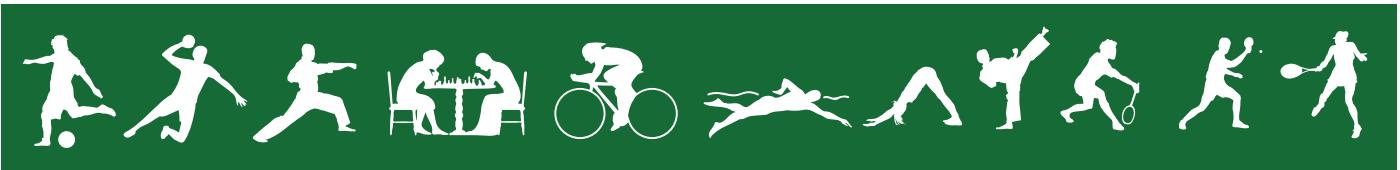


Zum Ende der Sommerferien beteiligte sich die TT-Abteilung erneut an der Ferienpassaktion der Samtgemeinde Land-Hadeln. Mit 16 angemeldeten Kindern und Jugendlichen, die mit viel Eifer und Spaß dabei gewesen sind, waren alle Plätze ausgebucht.

### Neue Saison – neue Mannschaft

Zur Saison 2025/2026 fanden sich einige neue punktspielhunggrige Spieler aus der Hobby-Gruppe zu einer neuen Herrenmannschaft zusammen und geht als 4. Herren in der 7. Kreisklasse-Nord an den Start. Eine für die erste Saison hervorragende Liga, die sich überwiegend aus Punktspielneulingen zusammensetzt und somit nicht nur für die Herren, sondern auch für Jugendliche einen „sanften“ Einstieg in die Erwachsenenspielklassen bietet.

Neben den vier Herrenmannschaften gehen erneut unsere Damenmannschaft sowie zwei Jugendmannschaften im Punktspielbetrieb an den Start. Für die Jugendmannschaften konnte die



Tischtennisabteilung im Rahmen einer Aktion der Weser-Elbe Sparkasse einen Gutschein für Sportausstattung gewinnen, der direkt für die Anschaffung neuer Hoodies genutzt werden konnte.



### Die BBS Halle – ein kleiner Wermutstropfen

Leider ist unsere heimische Spielstätte in den vergangenen Jahren sichtbar „in die Jahre gekommen“. Neben schon fast chronischem Durchregnen in die Halle und Garagen ist seit geraumer Zeit die Wettkampfschaltung (Zusatzlicht) in einer Turnhallenhälfte nicht mehr funktionstüchtig, sodass sich der Spiel- und Trainingsbetrieb auf eine Hallenhälfte beschränken muss. Bei teilweise zwei zeitgleichen Punktspielen ist für den Trainingsbetrieb kein wirklicher Platz vorhanden, sodass wir notgedrungen den dunkleren Hallenbereich nutzen mussten. Insbesondere für schnelle Ballwechsel ist eine gute Ausleuchtung der Halle wichtig und dieser Zustand somit eher suboptimal. Zumindest besteht eine kleine Hoffnung auf Besserung – in den Herbstferien werden „Bauarbeiten an der Beleuchtung“ vorgenommen.

Nichtsdestotrotz war das Sportjahr (bisher) äußerst erfolg- und ereignisreich und macht definitiv Lust auf mehr.

Christopher Sodtke

**WT-Bau** GmbH  
*Bauen heißt Vertrauen!*  
Sperberweg 4, 21781 Cadenberge  
Tel.: 04777- 808 55 79  
Fax: 04777- 808 55 97  
E-Mail: info@wtbau-cadenberge.de  
[www.wtbau-cadenberge.de](http://www.wtbau-cadenberge.de)

**DENNIS**  
**FASTERT**  
Heizungstechnik  
**Meisterbetrieb**

Hinter den Höfen 6  
21781 Cadenberge  
Mobil 0172 966 98 15

**Krankengymnastikpraxis Heß**

- Krankengymnastik  
- Massage  
- Manuelle Lymphdrainage  
- Manuelle Therapie  
- Wärmetherapie  
- Fußpflege  
- Wellness  
- Kosmetik  
- Krankengymnastik am Gerät

Jetzt Termin vereinbaren!  
04777 / 931220

Krankengymnastikpraxis Heß  
Schulstraße 2a  
21781 Cadenberge  
[www.kg-praxis-hess.de](http://www.kg-praxis-hess.de)

## Badminton - Rückblick

Dreimal hintereinander eine erfolgreiche Saison zu spielen, wäre wohl auch des Guten zu viel gewesen. Nach zwei Meisterschaften in den letzten beiden Jahren in der Hobbyliga Cuxhaven, mussten wir uns diesmal mit dem 5. Platz von sechs Mannschaften begnügen.

Tabelle Bezirk Lüneburg – Saison 2024/2025

LG - Hobbyliga LG – (421) Hobbyliga Cuxhaven O40

	gespie lt	Punkt e	GE W	RE M	VE R	Spiel e	Sätze :	Spieldpunkt e
1 <a href="#">TSV Wellen 1</a>	10	16	8	0	2	3 : 5	1 : 5	21 : 49 = 7
2 <a href="#">TSV Sievern 1</a>	10	15	7	1	2	3 : 1	2 : 1	22 : 9
3 <a href="#">TV Langen 1</a>	10	11	5	1	4	3 : 3	2 : 3	21 : 6 = 4
4 <a href="#">TSV Sievern 2</a>	10	10	5	0	5	2 : 4	3 : 0	21 : 9
5 <a href="#">TSV Germania Cadenberge 1</a>	10	8	4	0	6	2 : 9	2 : 7	23 : 6
6 <a href="#">TuS Wremen 1</a>	10	0	0	0	10	1 : 0	4 : 6	23 : 4

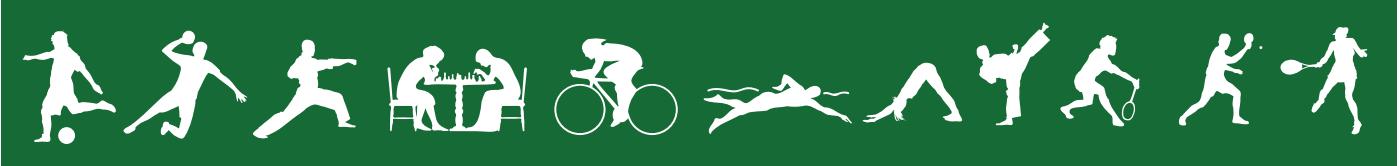
In der Spielzeit, die Anfang September begann und Ende März endete, war es ein stetiges Auf und Ab. Dies war auch dem geschuldet, dass wir stets mit einer anderen Aufstellung antreten mussten und somit nicht gut eingespielt waren. Dies wurde gerade in den Doppelspielen sehr deutlich. Dennoch hat diese Saison wieder sehr viel Spaß gemacht, auch weil viele Spiele sehr eng waren, obwohl wir die Mehrzahl davon verloren haben.



So erfreulicher war es, als wir im Rahmen der Jahreshauptversammlung zur Mannschaft des Jahres 2024 gewählt wurden. Dies hat uns trotz der erfolgreichen letzten beiden Jahre doch sehr überrascht. Wir haben uns sehr geehrt gefühlt und haben den Pokal voller Stolz entgegengenommen.

Bild 1: Mannschaft des Jahres 2024





## Schach - Rückblick 2024 / 2025

(vom Mannschaftsleiter der Schachgruppe Niederelbe Arne Joppien)

Im Schachsport werden offizielle Mannschaftskämpfe mit acht Spielern pro Mannschaft mit einer Bedenkzeit von 90 Minuten für 40 Züge plus 30 Minuten für den Rest der Partie plus 30 Sekunden Bonus für jeden ausgeführten Zug gespielt.

Dafür treffen sich die gegnerischen Mannschaften in einem Spiellokal von einem der beteiligten Vereine. Die Schachgruppe Niederelbe trägt Ihre Heimspiele normalerweise im MARC5 in Cadenberge aus, im Rathaussaal oder im Vereinsheim im Alten Postweg, wenn das MARC5 nicht zur Verfügung steht.

In der Punktspielsaison 2024 / 2025 der Schach-Verbandsliga Nord hat die SG Niederelbe mit 7 : 11 Mannschaftspunkten und 32 Brettpunkten den 6. Tabellenplatz (von 10 Mannschaften) erreicht und damit die Abstiegsplätze sicher hinter sich gelassen. Abgestiegen sind der SV Bad Bevensen und der MTV Dannenberg. Aufgestiegen in die Landesliga Nord sind die Schachfreunde Bremer Osten (Bremen Mahndorf) mit optimalen 18 : 0 Mannschaftspunkten und 47 Brettpunkten. (Siehe Link: <https://nsv-online.de/ligen/nsv-2425/verbandsliga-nord/>) Unsere SG Niederelbe hätte noch weiter vorne landen können, wenn wir nicht wieder so viele Partien kampflos abgegeben hätten: 11 von 72 ! Zum Vergleich: Von nur einer gegnerischen Mannschaft haben wir nur zwei kampflose Partien bekommen.

Das wird wahrscheinlich bald besser werden, denn es haben sich in der gerade zu Ende gegangenen Saison drei neue Spieler unserer Truppe angeschlossen. (Michael Tell ab dem 2. Spieltag, Serhii Yarina ab dem 9. Spieltag). Letzterer ist im Jahr März 2023 aus der Ukraine nach Otterndorf gezogen. Der Dritte ist Dominik von der Schmitt aus Cadenberge - er hat bisher noch kein Punktspiel bestritten.

Für die kommende Saison 2025 / 2026 hat ferner ein weiterer Spieler den Beitritt in die SG Niederelbe angekündigt. Der möchte im Dezember von Mecklenburg-Vorpommern nach Otterndorf ziehen.

Zu den kampflos abgegebenen Partien ist zu sagen, dass sie alle bereits mehrere Tage vor den Mannschaftskämpfen feststanden.

Im Grunde ist Schach ein Einzelsport. Außerhalb der Mannschaftskämpfe nehmen am häufigsten Frank Sturm, Serhii Yarina und der Mannschaftsleiter Arne Joppien an offiziellen Einzelturnieren mit den gleichen Bedenkzeiten wie bei Mannschaftskämpfen teil. Ich selbst habe vom 2. bis 8. August 2025 an einem Schach-Open in Kiel teilgenommen und 5,5 Punkte aus 9 geholt. Vom 3. bis 7. September 2025 spielte ich in einem Open in Bamberg und holte dort nur 2 aus 7. Ich führe dieses schlechte Ergebnis darauf zurück, dass der Abstand zwischen den beiden Turnieren zu kurz war. Wenn man zu viele Partien in kurzer Zeit spielt, gehen einem irgendwann die Ideen aus, die notwendig sind für gute Ergebnisse. Ich werde in Zukunft besser darauf Rücksicht nehmen.

Die nächste Punktspielsaison beginnt am 28. September 2025 mit einem Heimspiel gegen den Aufstiegsfavoriten SK Kirchweyhe III. Unsere Übungsabende sind mittwochs um 19:30 Uhr im MARC5

Viele Grüße vom Mannschaftsleiter der SG Niederelbe, Arne Joppien.



## Abteilung Ju Jutsu

Ju Jutsu ist ein Sport, welcher ursprünglich von der Polizei praktiziert und später für den Breitensport freigegeben wurde!

Er dient in erster Linie als Selbstverteidigungssport!  
Es gibt aber auch Wettkämpfe!

Die Abteilung in Cadenberge bietet Ju Jutsu als Selbstverteidigungs und Gesundheitssport an!

In unregelmäßigen Abständen werden Gewaltpräventions und Frauseselbstverteidigungskurse angeboten, bei Interesse gerne beim Verein melden!

Durch regelmäßige Lehrgänge bleibt der Trainer Jörg Thonak immer auf dem neuesten Stand!

Interessierte können sich anmelden, oder auch unangemeldet zu einem Probetraining erscheinen!

Die Trainingszeit ist Montags von 20.00 – 21.30 Uhr in der Sporthalle am Heideweg!





## SPORTFAHRPLAN

Trainingszeiten und Ansprechpartner auf  
**www.germania-cadenberge.de**

### TSV GERMANIA CADENBERGE E.V.

#### 1. Vorsitzender

Hartmut Römer  
Schäferstieg 8  
21781 Cadenberge  
Telefon: 0 47 77 - 83 38  
vorsitzender@germania-cadenberge.de

#### 2. Vorsitzender

Guido Griemsmann  
Oldenburgweg 6  
21781 Cadenberge  
Tel: 04777/316  
stellv.vorsitzender@germania-cadenberge.de

#### Kassenwart

Karl Seebeck  
Heideweg 62  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777/1430  
kassenwart@germania-cadenberge.de

#### Schriftührerin

Deborah Sill  
Altenfluth 6  
21781 Cadenberge  
Tel: 0176 31687178  
schriftfuehrerin@germania-cadenberge.de

#### stellv. Schriftührerin (kommissarisch)

Kirsten Tretop  
Althenfluth 2  
21781 Cadenberge  
stellv.schriftfuehrerin@germania-cadenberge.de

#### Beisitzer

Carsten Schlüer  
Bergstr.23  
21781 Cadenberge  
Tel.:0160 8087400  
beisitzer@germania-cadenberge.de

#### Mitgliederverwaltung

Martin Meiert  
Alter Postweg 60  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777/932073  
mitgliederverwaltung(at)germania-cadenberge.de

#### Sportwart

Kai Hellwege  
Am Sophienpark 2  
21781 Cadenberge  
Tel. 0170 9085880  
sportwart@germania-cadenberge.de

#### Social Media

Jörn-Hinnerk Krämer  
Mobil: 0172 - 423 09 55  
medien@germania-cadenberge.de

# GERMANEN<sup>6</sup> SPORT<sup>5</sup>

## FUSSBALL

### Abteilungsleiter

Kevin Griemsmann  
Splethweg 2  
21789 Wingst  
Mobil: 01759236275  
kgriemsmann@online.de

### Stellv. Abteilungsleiter

Fabian Zeidler  
21781 Cadenberge  
Mobil: 015110622424

### Kassenwart

Piet Hinck  
Am Habichtskamp 28  
21781 Cadenberge  
Mobil: 017682637791  
piethinck@yahoo.de

### Schriftführer

Jan-Lukas Huhn  
Ahornweg 5  
21781 Cadenberge  
Mobil: 017657880678  
jlhuhn@web.de

### Jugendwart

Jörn-Hinnerk Krämer  
Mobil: 0172 4230955

### 1. Beisitzer

Kommissarisch  
Thorben Steen  
Mobil: 01522601242

### 2. Beisitzer

Frank Griemsmann  
Splethweg 4  
21789 Wingst  
Telefon : 04777-647  
Telefax: 04777-223424  
Handy: 01781364764  
griemsmann@online.de

### 3. Beisitzer

Marco Dekarski  
Waldwiese 13  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-1585  
Handy: 0151 17578166  
marcocom@t-online.de

### 4. Beisitzer

Martin Wrede  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-931588  
Wrede566@gmx.de

## HANDBALL

### Abteilungsleiter

Dominik Schmarje  
Wiesenweg 14  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777 - 808 49 49  
cadenberge-handball@web.de

### Stellv. Abteilungsleiter

Niklas Ahlf  
Sanddornweg 2  
21781 Cadenberge  
Tel. 0160 - 834 91 97  
niggi61@web.de

### Kassenwart

Rainer Hottendorff  
An der Fluth 8  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777/8494  
kasse-tsv@t-online.de

### Spielwartin

Karina Steen  
Am Tiljak 1  
21787 Oberndorf  
Mobil: 0173 - 417 58 74  
karina.steen@gmx.de

### Schiedsrichterwart

Klaus Witt  
04777 - 735 98 92  
klaus-cadenberge@gmx.de

### Schiedsrichterwart

Dagmar Heinsohn  
Tel. 0176 -45 79 17 06  
dstaffeldt@web.d

### Schriftwart

Alexander Skora  
Mobil: 0160/7873398  
a-skora@t-online.de



## **TURNEN**

### **VORSTAND**

#### **Abteilungsleiterin**

Maria Mothes  
Alter Postweg 58  
21781 Cadenberge  
Mobil: 015126755541  
maria86@gmail.com

#### **Stellv. Abteilungsleiterin**

Ute Schmarje  
Danziger Straße 4  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-1279  
uteschmarje@gmx.de

#### **Schriftführerin**

Doris Römer  
Schäferstieg 8  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-8338  
dieroemer@web.de

#### **Kassenwartin**

Resi Tiedemann  
Langenstr. 41  
21781 Cadenberge  
Tel. 04777-1645  
mannresi@aol.com

## **BADMINTON**

### **Abteilungsleiter/Trainer**

Oliver Sommerfeld  
Altkehdingen 33  
21789 Wingst  
Tel. 04777/528  
oliver.sommerfeld@t-online.de

## **SCHWIMMEN SSG „AN DER OSTE“**

### **Abteilungsleiter**

Jörg Herrmann  
Telefon: 0 41 44 - 23 49 28  
Mobil: 0163 - 781 73 93  
joerg-herrmann@gmx.com

### **stellv. Abteilungsleiter**

Caroline Stolle  
Telefon: 0160 - 94900380  
caroline.stolle@t-online.de

### **2. Stellvertreterin**

Nicola Beck-Genilke  
Telefon: 0151 - 39126009  
nicola.beck@genilke.de

### **Schwimmwart**

David Stolle  
Telefon: 0174 - 44445333  
david-strunck@hotmail.de

### **Meldewart und Verwaltung der Mitgliederlisten**

Jan-Erik Feldberg  
Telefon: 0160 - 3812177  
jan.erik.feldberg2017@gmail.com

### **Homepage und Pressewartin**

Maxim Kuznecov  
Telefon: 01525 - 6409733  
max.kuznecov03@gmx.de

### **Kassenwartin**

Ulrike Martens  
Tel.: 04778-7613  
ulrike.martens(at)gmx.de

## **RADSPORT**

### **Abteilungsvorstand, Leitung**

Ute Schlichtmann  
Telefon: 04777 - 83 88  
u.schlichtmann@freenet.de

# GERMANEN<sup>6</sup><sub>5</sub> SPORT

## TENNIS

### Abteilungsleiter

Marco Reinhardt  
tennis.cadenberge@gmx.de

### Stellv. Abteilungsleiter

Dieter Kaster  
tennis.cadenberge@gmx.de

### Sportwart

Sebastian Merten  
Mobil: 01525 422 8757  
Sportwart-Tennis-Cadenberge@web.de

### Kassenwart

Axel Schumacher  
Telefon: 04777 - 17 31  
Ax.schumacher@gmail.com

### Schriftwartin

Klaus Schween  
Klaus.Schween@freenet.de

## SCHACH

### Abteilungsleiter

Arne Joppien  
Katthusen 13  
21763 Neuenkirchen  
Mobil: 0179-1202138  
arne.joppien@yahoo.de

## KARATE

### Übungsleiter

**Erwachsenen ab 14 Jahren / ab 8. Kyu**  
Jörg Albers 5. Dan  
Telefon: 04777 / 800 204  
Handy: 0160 / 15 47 829  
karate\_cadenberge@yahoo.de

## TISCHTENNIS

### Abteilungsleiter

Christopher Sodtke  
Telefon: 04777 - 808 66 11  
christophersodtke@gmx.de

### Stellv. Abteilungsleiter

Birte Mangels  
Telefon: 04777 - 80 81 50  
b.mangels@gmx.de

### Jugendwart

Tobias Landsiedel  
Mobil: 0151 - 41 29 72 74  
tobias.landsiegel@live.de

### Kassenwart

Sven Patjens  
Mobil: 0170 - 818 20 54  
svenpatjens@web.de

## JU-JUTSU

### Abteilungsleiter, Trainer

Jörg Thonak  
Pedingworth 27  
21763 Neuenkirchen,  
Tel. 04751/6564  
jj.toni@web.de

## Impressum

Redaktion:	Jörn-Hinnerk Krämer berichte@germanen-sport.de
Herausgeber:	Dabrock Werbung, Wingst
Erscheinungsweise:	Jährlich an jeden Haushalt in Cadenberge
Auflage:	2.000 Exemplare



## Aufnahmeantrag TSV Germania Cadenberge e.V.



Ich bitte um Aufnahme in den TSV Germania Cadenberge e.V.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Familienstand: \_\_\_\_\_

### Beitragsgruppen: (Die Beiträge werden grundsätzlich per Lastschrift erhoben)

- Familie\* (14,00€ monatlich)
- Erwachsene ( 7,00€ monatlich)
- Jugendliche ( 4,20€ monatlich)

\*bei Familienbeitrag sind die Personalaus sätzlicher Familienmitglieder zu vermerken:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Hinweis zur Kündigung der Mitgliedschaft:

Möchte ein Mitglied aus dem Verein austreten, so muss eine entsprechende Kündigung erfolgen. Dies erfolgt schriftlich an den 1. Vorsitzenden des Vereins. Die Kündigungsfrist beträgt 6 Wochen zum Quartalsende. Eine Kündigung per Email wird nicht akzeptiert.

Ich möchte in folgende Abteilung/Sparte des TSV Germania Cadenberge eintreten:  
(zutreffendes bitte ankreuzen)

- Turnen
- Karate
- Basketball
- Radsport
- Fußball
- Leichtathletik
- Badminton
- Volleyball
- Handball\*\*
- Schach
- Tischtennis
- Ju-Jutsu\*
- Sonstiges

\*\* Für die mit \*\* gekennzeichneten Sparten werden zusätzlich jährliche Spartenbeiträge erhoben.  
Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung und Ordnungen des Vereins in der jeweils gültigen Fassung an.

Cadenberge, \_\_\_\_\_  
Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift Antragsteller (bei Minderjährigen die gesetzlichen Vertreter)

### Datenschutzhinweis:

Die in der Anlage abgedruckten Informationspflichten gemäß Artikel 13 bis 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen. Ich bin damit einverstanden, dass die vorgenannten Kontaktdaten ausschließlich zu Vereinszwecken durch den Verein genutzt und hierfür auch an andere dazu befugte Mitglieder und Funktionäre des Vereins weitergegeben werden dürfen (zum Beispiel Abteilungsvorstände). Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung der vorbenannten Angaben freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann.

Der Widerruf ist zu richten an:

TSV Germania Cadenberge e.V., Schäfersieg 8, 21781 Cadenberge  
Email: [vorsitzender@germania-cadenberge.de](mailto:vorsitzender@germania-cadenberge.de)

Cadenberge, \_\_\_\_\_  
Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift Antragsteller (bei Minderjährigen die gesetzlichen Vertreter)

### Einzugsermächtigung durch SEPA-Lastschrift

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Anschrift: \_\_\_\_\_  
IBAN des Zahlungspflichtigen: \_\_\_\_\_  
Kreditinstitut: \_\_\_\_\_

Gläubiger-ID des TSV Germania Cadenberge e.V.: DE24ZZZ00000284523

Ich ermächtige / Wir ermächtigen den Zahlungsempfänger (Name siehe oben), Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger (Name siehe oben) auf mein / unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Einzugstermine sind der 01.03. und der 01.09. eines Jahres. Als Mandatsreferenznummer verwenden wir Ihre Mitgliedsnummer.

Cadenberge, \_\_\_\_\_  
Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift des Kontoinhabers

Vermerk durch den Verein:  
Hauptverein: \_\_\_\_\_  
Abteilung: \_\_\_\_\_

Mitgliedsnummer



# KRETHE

Fachmarkt für  
Heimwerker & Bastler

EISENWAREN  
WERKZEUGE  
FARBEN  
BERUFSKLEIDUNG

***Wir machen jeden  
Heimwerker glücklich!***

Stader Straße 1  
21781 Cadenberge  
Tel. (04777) 238

E-Mail [info@fachmarkt-krethe.de](mailto:info@fachmarkt-krethe.de)



**KRETHE**  
FENSTER • TÜREN • WINTERGÄRTEN

*Individuell geplant  
und solide gebaut*

e-mail: [info@krethe.de](mailto:info@krethe.de) · homepage: [www.krethe.de](http://www.krethe.de)

Stader Straße 53 · 21781 Cadenberge · Tel. 04777/9342-0 · Fax 04777/934222