



JUDO

Titel verteidigt! - RTV erneut Hamburger Meister

SOMMERFEST

RTV-Mitglieder & Freunde sind herzlich eingeladen

LEICHTATHLETIK

RTV-Übungsleiter Volker Weise im Interview

Wir nehmen Ihre Herausforderung sportlich!



Und wenn es schnell gehen muss – dann sprinten wir!



Beraten
Gestalten
Digitalfotos
Druckvorstufe
Digitaler-Großformatdruck



Digitaldruck
Offsetdruck
Verarbeitung
Mailings
Konfektion

**Schnackburgallee 158 • 22525 Hamburg • Tel: 040.830 25 27
info@printpoint-hamburg.de • www.printpoint-hamburg.de**

Liebe RTV-Mitglieder!

Für das Jahr 2017 haben wir ein positives Jahresergebnis erreicht, darüber freue ich mich sehr. Das gelingt nur gemeinsam.

Bedanken möchte ich mich insbesondere bei den SportlehrerInnen, den Abteilungs- und ÜbungsleiterInnen für ihren unermüdlichen Einsatz im RTV. Das sorgt für ein gutes Klima und damit für stabile oder sogar zunehmende Mitgliederzahlen. Die Anerkennung gilt natürlich auch unserer Geschäftsführung und meinen Vorstandskollegen sowie den fleißigen gastronomischen und handwerklichen Helfern.

Bis Mitte dieses Jahres möchten wir die Erneuerung des Belüftungssystems in der Schmidt-Schaller-Halle abgeschlossen haben. Hier werden wir investieren müssen, um den Luftaustausch verbessern zu können.

Weiter verbessern möchten wir auch die öffentliche Wahrnehmung des RTV. Dafür haben wir eine mobile Messeausrüstung mit einer Messetheke, einer Messewand, Roll-Ups und Bannern erworben. Für Veranstaltungen lassen sich diese Bausteine hervorragend einsetzen, um den RTV gut zu präsentieren. Unser Geschäftsführer Dirk Feierbach beantwortet gern weitere Fragen.

Übrigens liegt in der Geschäftsstelle die spartenübergreifende RTV-Kleidung aus. Wir haben damit durch das Tragen von Polohemden

und T-Shirts die Möglichkeit, noch häufiger auf unseren tollen Verein aufmerksam zu machen.

Schaut doch auch auf unserer Internetseite und bei Facebook oder Instagram (@rellingerturnverein) vorbei.

Der RTV ist bekannt für sein intensives Engagement in Rellingingen. Dieses zeigt sich in den zahlreichen Veranstaltungen, die unser Verein zusammen mit der Ortsjugendpflege durchführt. Der RTV verfügt über die Fachkompetenz und über die notwendige Personalstruktur, um beispielsweise in den Ferien Kindern und Jugendlichen ganztägige Betreuungsangebote zu bieten, und dies unabhängig von einer Mitgliedschaft. Dies wäre zugleich ein weiterer Baustein zur Erhöhung der Standortattraktivität der Gemeinde Rellingingen.

**Zum Schluss habe ich noch eine persönliche Bitte:
Engagiert euch im RTV!**

Ganz gleich, ob bei Sportveranstaltungen, im Trainings- oder Spielbetrieb, im kaufmännischen oder handwerklichen Bereich: Jeder ist bei uns herzlich willkommen - wir freuen uns auf euch!

Und nun viel Spaß beim Lesen des „RTV SportSchnack“.

Sportliche Grüße,
Sven Schubert
1. Vorsitzender





8 Volker Weise
im Interview



54 RTV-Gewinnspiel
mit Sudoka



34 Judoka sind
Hamburger Meister

Impressum

Herausgeber

Rellinger Turnverein von 1900 e.V.
Hohle Straße 14, 25462 Rellingen, Tel. 04101 22670, E-Mail: info@rellinger-turnverein.de

Redaktion

Michael Erichsen (Leiter), Sabine Scholz, Mona-Celene Huth, Rainer Ahrens, Jörg Riccius

Anzeigen, Mediadaten

Telefon 04101 22670, info@rellinger-turnverein.de

Layout

Dirk Feierbach, info@rellinger-turnverein.de

Druck

Print Point, Hamburg
Auflage: 1.500 Exemplare, erscheint halbjährlich

Editorial 3

Sportblick 6

Die große Handballfamilie

Wir stellen vor 8

Volker Weise - Übungsleiter Leichtathletik

Ratgeber & Gesundheitstipp 10

Verspannungen vorbeugen

Mitteilungen 12

Veranstaltungshinweise des RTV

Sportprogramm 16

Angebote und Trainingszeiten auf einen Blick

Ansprechpartner 24

Wir helfen euch weiter: Vorstand und Abteilungsleiter

Beiträge 25

Abteilungsnews 26

Gesundheitssport: Kursstaffel Frühling

Handball: Herern 1 im Aufstiegskampf

Judo: RTV erneut Hamburger Meister

Radwandern: Ausfahrten der Gruppe

Ski: Nordic-Reise nach Abtenau

Tischtennis: Wir sind dabei - Deutsche Pokalmeisterschaft

Volleyball: Meister der Bezirksklasse

Walking: Was ist Nordic-Walking?

Kniffliges & Gewinnspiel 54

Sudoku für Alle und das RTV-Gewinnspiel

Turnerheim 56

Mieten Sie das Turnerheim für eine ganz besondere Feier

Vor 20 Jahren 58

Landesliga-Kampftag 1998 - eine spannende Geschichte

**Wir
sind
RTV**

Die große Handballfamilie





Volker Weise - Übungsleiter Leichtathletik

Im Interview mit Geschäftsführer Dirk Feierbach erzählt uns Übungsleiter Volker Weise über seine Liebe zur Leichtathletik und seine Arbeit als Pastor einer freien Gemeinde in Niendorf.

Wie bist du auf den RTV aufmerksam geworden?

Ich habe selber als Kind und Jugendlicher im Verein Sport getrieben und als ich mit meiner Familie nach Rellingen zog, habe ich meine Kinder zuerst im Kinderturnen angemeldet. Als ich dann mitbekam, dass ein neuer Übungsleiter für die Leichtathletik gesucht wurde (und auch meine eigenen Kinder gerade in dem Alter sind) habe ich mich gemeldet.

Was ist das tolle an der Leichtathletik?

Leichtathletik ist ein ungemein vielseitiger Sport in dem viele verschiedene Bewegungsabläufe geübt werden und somit eigentlich für jeden etwas dabei ist.

Was war dein persönlich größter Erfolg im Sport?

Ich habe im Rudern den Endlauf der deutschen Juniorenmeisterschaft erreicht. Zur Leichtathletik

bin ich während meines Austauschjahres in den USA gewechselt und habe dort mit der 4x800 Meter Staffel das Finale des Bundesstaates erreicht.

Bist du sonst in Rellingen noch beruflich oder hobbymäßig aktiv?

Ich selber versuche mich mit der Freizeitgruppe des RTV und Ausdauerläufen durch Rellingen und Umgebung fit zu halten.

Hauptberuflich bin ich Pastor einer freien Gemeinde in Niendorf, wo ich auch viel mit Kindern und Jugendlichen arbeite.

Es ist mir ein Anliegen Menschen allen Alters Hoffnung und Perspektive für dieses Leben und darüber hinaus zu geben.

Was hast du mit den Kids im Leichtathletik noch alles geplant für dieses Jahr?

Wir sind eine junge Gruppe, die hauptsächlich Spaß an der Bewegung hat. Wir sind gespannt, wenn es dann im Frühjahr zum ersten



Volker Weise trainiert die 6-12 Jährigen in der Leichtathletik beim RTV

Mal nach draußen geht und wollen dann auch an dem einen oder anderen Wettkampf unsere Kräfte messen.

Wenn du also zwischen 6 und 12 Jahre alt bist und dich an Bewegung erfreust, dann schau gerne mal am Donnerstag zwischen 16 und 18 Uhr in der Turnhalle Egenbüttel oder im Sommer auf der Sportanlage Egenbüttel vorbei.

BERATUNG PLANUNG INSTALLATION – VOM MEISTERBETRIEB



Eggers

DAS PROFI BAD KOMPLETT
 Profibad komplett zum Festpreis
 Bad-Renovierung zum Fixtermin

Festpreis-Garantie

Pinneberger Weg 29 | 25499 Tangstedt | Tel. 04101/204748 | Fax 04101/207822
 www.sanitaer-heizungs-eggers.de | info@sanitaer-heizungs-eggers.de



HEIDRUN BAEHR M.A.
 Rechtsanwältin
 Fachanwältin für Familienrecht
 Sinologin (Chinawissenschaften)

- Familienrecht
- Erbrecht
- Arbeitsrecht
- Urheber- und Wettbewerbsrecht
- Mietrecht
- Allgemeines Zivil- und Vertragsrecht

KANZLEI BAEHR · 25462 Rellingen · Poststraße 5
 Tel: 04101.53 87-567 · Fax: 04101.53 87-566
 www.rechtsanwaeltin-baehr.de · mail@rechtsanwaeltin-baehr.de





Gesundheitstipp

Verspannungen vorbeugen: So bleiben die Muskeln locker

Schmerzen im Rücken oder in der Schulter treffen nahezu Jeden hin und wieder. Doch mit einfachen Verhaltensregeln lassen sich Verspannungen vorbeugen. Was Sie für Ihre Muskeln tun können.

Nahezu jeder leidet im Laufe seines Lebens mehrmals unter schmerzhaften Verspannungen. Häufig kommt es im Bereich der Schulter und des Rückens durch einseitige und starre Haltungen zu einer Minderdurchblutung und damit zu einer Unterversorgung der Muskulatur mit Sauerstoff. „Dies erhöht die Grundspannung des Muskels und führt damit zu mehr oder weniger schmerzhaften Verspannungen“, erklärt Haag von der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH). „Besonders langes Sitzen vor dem Computer und im Auto, aber auch genereller Bewegungsmangel sind Risikofaktoren, da die Muskulatur hier für einen längeren

Zeitraum nur unzureichend aktiviert wird.“

Normalerweise klingen Verspannungen nach einigen Tagen von alleine wieder ab. Sollte der Zustand jedoch länger als eine Woche anhalten, große Schmerzen verursachen oder regelmäßig wiederkehren, ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen, um den Ursachen auf den Grund zu gehen.

Nackenschmerzen sind nicht immer zu verhindern, aber die Häufigkeit ihres Auftretens kann durch einige Verhaltensweisen meist reduziert werden.

Das können Sie selbst für sich tun

- **Bewegung:** Bewegen Sie sich ausreichend, gerade auch im Arbeitsalltag. Dabei gilt es vor allem, regelmäßig aktive Bewegungspausen einzulegen, also zum Beispiel beim Telefonieren aufzustehen. Ein Spaziergang in der Mittagspause, ein Meeting im Stehen oder hin und wieder ein paar einfache Dehn- und Streckübungen können dabei helfen, lästigen Verspannungen vorzubeugen.
- **Ausgleich:** Sorgen Sie für einen Ausgleich zum stressigen Alltag. Dabei kann es auch helfen, ein Entspannungsverfahren zu erlernen, wie Autogenes Training oder Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson.
- **Selbstmassage:** Streichen Sie mit sanftem Druck über die schmerzende Stelle und versu-

chen Sie dabei, dem betroffenen Muskel zu folgen. Dort, wo die Verspannung am größten ist, können Sie mit kleinen kreisenden Bewegungen die Massage intensivieren.

- **Wärme:** Tun Sie sich mit einer „heißen Rolle“ mal etwas Gutes. Falten Sie ein Handtuch der Länge nach und rollen es anschließend fest zusammen. Dann gießen Sie ins Innere des Handtuchs langsam heißes Wasser. Warten Sie kurz, bis die Wärme des Wassers nach außen dringt und legen Sie sich dann entspannt auf die wärmende Nackenrolle. Darüber hinaus kann auch ein heißes Bad für Linderung sorgen.

Quelle: Kaufmännischen Krankenkasse über www.apotheken.de

Der Gesundheitstipp wird unterstützt von
Ahmet Tekin, Post Apotheke + Brunnen Apotheke, Rellingen

 <p>Brunnen Apotheke</p> <p>Ahmet Tekin Hauptstraße 25 25462 Rellingen Tel: 04101 207800</p>	 <p>Post Apotheke</p> <p>Ahmet Tekin Hauptstraße 35 25462 Rellingen Tel: 04101 200110</p>
--	---



MITGLIEDER- VERSAMMLUNG

Mittwoch, 18. April
20.00 Uhr im RTV-Turnerheim



Wohin gehen WiR?

Ich unterstütze mein Team und was machst du im April?

Besucht die letzten Heimspiele der Saison unserer Handballer und Tischtennispieler. Der Eintritt ist frei.

Alle Teams freuen sich über deine lautstarke Unterstützung.

Für das leibliche Wohl bei den Handballspielen in der Großen Sporthalle Egenbüttel sorgt unsere Cafeteria mit Würstchen, Kuchen, Süßigkeiten und Getränken!



SOMMERFEST

für alle Mitglieder & Freunde des RTV

Sonntag, 27. Mai
12.00 - 17.00 Uhr

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Team	Ort
16. Apr	20.00 Uhr	Tischtennis	Damen I,II,III Herren III	Sporthalle Ellerbeker Weg
20. Apr	17.45 Uhr 19.45 Uhr	Tischtennis	Jungen I,II Herren I,II	Sporthalle Ellerbeker Weg
21. Apr	12.00 Uhr 13.00 Uhr 14.00 Uhr 15.15 Uhr	Handball	männlich E2 weiblich D männlich C weiblich B	Sporthalle Egenbüttel
22. Apr	9.30 Uhr 10.30 Uhr 11.30 Uhr 12.30 Uhr 13.45 Uhr 15.15 Uhr 17.00 Uhr 18.15 Uhr	Handball	männlich D2 männlich D1 weiblich E2 weiblich E1 Frauen 1 weiblich C2 Herren 3 männlich A	Sporthalle Egenbüttel
23. Apr	19.30 Uhr	Tischtennis	Herren IV, Damen I	Sporthalle Ellerbeker Weg



Buntes Treiben bei der Spiel- und Spaß-Olympiade 2017

6. Spiel- und Spaß-Olympiade

Turn mit Pippi Langstrumpf

Am 18.11.2017 fand in der Sporthalle Ellerbeker Weg wie schon in den vergangenen Jahren unsere Spiel- und Spaß-Olympiade mit Irene Baaße, Julia Loelf, Meike Schröckert und vielen fleißigen Helferinnen und Helfern statt.

Eröffnet wurde das Kinderfest mit einem Pippi-Tanz der beiden Tanzgruppen mit Kindern im Alter von drei bis sechs Jahren.

Über 100 Kinder turnten mit Pippi Langstrumpf über die Hoppetosse, ritten auf Kleiner Onkel, wagten Pippis Mutsprung und sammelten damit Häkchen auf ihren Laufkarten. Diese durften zum Abschluss wieder gegen Medaillen und einen Siegesapfel getauscht werden.

Für Kaffee und Kuchen sorgten erneut die Handballer, unterstützt durch viele leckere Kuchenspenden der Eltern und Großeltern. Auf diesem Wege ein großes Dankeschön an alle fleißigen Bäcker und Helfer!

Für November 2018 ist die nächste Spiel- und Spaß-Olympiade geplant. Meike Schröckert



SENIORENAKTIVTAG

Fit und Gesund ins dritte Lebensalter

Samstag, 22. September

Vorträge und Praxisübungen beim RTV
Informationen über die RTV-Geschäftsstelle



FAMILIENLAUF

Sonntag, 23. September

Anmeldestart online ab Mai 2018!



Das Sportprogramm des Rellinger Turnvereins besteht aus über 20 verschiedenen Sportangeboten – alle Trainingszeiten haben wir Ihnen auf den folgenden Seiten zusammengestellt. Die Auflistung der Beiträge finden Sie weiter hinten in diesem Heft.

Bei Fragen zum Sportangebot wenden Sie sich an den betreffenden Abteilungsleiter oder die RTV-Geschäftsstelle.

Badminton					Harm Heuer - Tel. 04101 35219
Jugend 8 - 18 Jahre	Montag	19.00 - 20.30 Uhr	Harm Heuer	Sporthalle Krupunder	



Freizeitsport					RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670
Jung & Alt	Montag	20.30 - 22.00 Uhr	Dirk Lüdeke	Sporthalle Krupunder	
Jung & Alt	Dienstag	20.00 - 22.00 Uhr	Erik Borrs	Sporthalle Krupunder	



Gesundheitssport					RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670
Gesundheits- und Fitnesskurse sind über zeitlich begrenzte Kursstaffeln organisiert. Das aktuelle Kursprogramm erhalten Sie über die RTV-Homepage oder direkt im Turnerheim.					



Gymnastik					RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670
Fitnessgymnastik					
Gesund und fit	Montag	20.00 - 22.00 Uhr	Rita Nickel	Schmidt-Schaller-Halle	
Gesund-Fit-Fun	Dienstag	9.00 - 10.00 Uhr	Andrea Jetschiny	Schmidt-Schaller-Halle	
Fit & Aktiv	Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	Ursula Voirin	Sporthalle Krupunder	
BBRP	Donnerstag	10.00 - 11.00 Uhr	Uta Philipp	Schmidt-Schaller-Halle	
Skigymnastik					
Damen und Herren	Montag	20.00 - 21.30 Uhr	Karen Holzmann	Schmidt-Schaller-Halle	
Damen und Herren	Dienstag	20.00 - 22.00 Uhr	Ursula Voirin	Turnhalle Egenbüttel	
Step-Aerobic					
Fortgeschrittene	Montag	18.00 - 19.00 Uhr	Katrin Kachel	Schmidt-Schaller-Halle	
Seniorengymnastik					
Ladygymnastik 60+	Montag	17.00 - 18.00 Uhr	Marion Bauer	Schmidt-Schaller-Halle	
Gesund-Fit-Fun	Dienstag	10.00 - 11.00 Uhr	Andrea Jetschiny	Schmidt-Schaller-Halle	



Handball					Nils Fock - Tel. 0176-32322568
Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Sommer- und Wintertrainingspläne der Handballer!					
Erwachsene					
1. Damen / 2. Damen	Mittwoch	20.30 - 22.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel	
1. Damen	Freitag	20.15 - 22.00 Uhr		Sporthalle Egenbüttel	
1. Herren	Dienstag	20.30 - 22.30 Uhr	Georg Pohl	Sporthalle Egenbüttel	
1. Herren / 2. Herren	Donnerstag	20.30 - 22.30 Uhr	Georg Pohl	Sporthalle Egenbüttel	
2. Herren / 3. Herren	Montag	20.00 - 22.00 Uhr		Sporthalle Egenbüttel	
Senioren (ab 40 Jahre)	Freitag	20.30 - 22.30 Uhr	gerade Woche	Sporthalle Egenbüttel	
	Freitag	20.00 - 22.00 Uhr	ungerade Woche	Sporthalle Krupunder	



Handball		Nils Fock - Tel. 0176-32322568		
weibliche Jugend				
weiblich B1	Mittwoch Freitag	19.00 - 20.30 Uhr 17.30 - 19.00 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
weiblich B2	Montag Freitag	17.00 - 19.00 Uhr 17.30 - 19.00 Uhr		Sporthalle Krupunder Sporthalle Egenbüttel
weiblich C1	Mittwoch Freitag	19.00 - 20.30 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
weiblich C2	Dienstag Mittwoch	17.45 - 19.15 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Krupunder
weiblich D	Dienstag Mittwoch	16.00 - 18.00 Uhr 17.00 - 18.15 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Ellerbeker Weg
weiblich E	Mittwoch Donnerstag	16.00 - 17.00 Uhr 16.15 - 17.45 Uhr		Sporthalle Ellerbeker Weg Sporthalle Egenbüttel
männliche Jugend				
männlich B1	Dienstag Donnerstag	19.00 - 20.30 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
männlich B2	Dienstag Donnerstag	17.00 - 19.00 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr		Sporthalle Ellerbeker Weg Sporthalle Egenbüttel
männlich C1	Dienstag Donnerstag	19.00 - 20.30 Uhr 17.45 - 19.15 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
männlich C2	Dienstag Donnerstag	17.45 - 19.15 Uhr 17.45 - 19.15 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
männlich D1	Mittwoch Freitag	17.00 - 19.00 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
männlich D2/D3	Mittwoch Freitag	17.00 - 19.00 Uhr 16.00 - 17.30 Uhr		Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Egenbüttel
männlich E	Montag Mittwoch Donnerstag	16.00 - 17.00 Uhr 15.00 - 16.00 Uhr 15.00 - 17.45 Uhr		Sporthalle Krupunder Sporthalle Ellerbeker Weg Sporthalle Egenbüttel
Minis		Melanie da Silva Mendes - Tel. 0176-66670070		
Minis 1: Jg. 2010	Mittwoch	14.00 - 15.00 Uhr	Mellie Mendes	Sporthalle Ellerbeker Weg
Minis 2: Jg. 2010-2011	Montag	14.15 - 15.15 Uhr	Mellie Mendes	Sporthalle Krupunder
Minis 3: Jg. 2012-2013	Montag	15.15 - 16.00 Uhr	Mellie Mendes	Sporthalle Krupunder

Hockey

RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670

Kooperation mit dem VfL Pinneberg. Grundbeitrag im Stammverein - Spartenbeitrag beim VfL.



Judo		Michael Scholz - Tel. 04101 204938		
Neuinteressenten melden sich bitte direkt beim Abteilungsleiter Michael Scholz				
Fortgeschrittene 8-14 J.	Dienstag Donnerstag	17.00 - 18.30 Uhr 17.00 - 18.30 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
Fortgeschrittene ab 12 J.+Erw.	Dienstag Donnerstag	18.30 - 20.30 Uhr 18.30 - 20.00 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
Jugend ab 14 J.+Erw.	Donnerstag	20.00 - 22.00 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
Anfänger Gruppe 1	Freitag	17.15 - 18.30 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
Anfänger Gruppe 2	Freitag	18.30 - 19.45 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle



Karate		Karen Mumme - Tel. 04101 8145701		
Anfänger 6-10 Jahre	Mittwoch	17.00 - 18.00 Uhr	Karen Mumme	Schmidt-Schaller-Halle
Fortgeschr. ab 10J+Erw.	Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	Karen Mumme	Schmidt-Schaller-Halle



Leichtathletik		RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670		
Kinder 6-12 Jahre	Donnerstag	16.00 - 18.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr	Sommer Winter	Sportanlage Egenbüttel Turnhalle Egenbüttel
Sportabzeichen	Mittwoch	18.30 - 20.00 Uhr	Mai bis Oktober	Sportanlage Egenbüttel



Radwandern

Waldemar Gerdes - Tel. 04101 836720

Die Radwandergruppe veranstaltet monatlich verschiedene Fahrten und Ausflüge. Informationen erhalten Sie direkt beim Ansprechpartner Waldemar Gerdes.



Rehasport

Rita Nickel - Tel. 04101 25291

Sport neurologische Erkrankungen	Montag Donnerstag	10.30 - 11.30 Uhr 15.30 - 16.30 Uhr	Rita Nickel	Turnerheim Saal
Diabetessport	Dienstag	16.00 - 17.00 Uhr	Beate Ulich	Turnerheim Gym.raum
Orthopädie	Zeit auf Anfrage im RTV-Büro			
Sport nach Krebs	Zeit auf Anfrage im RTV-Büro			

Japp
VERANSTALTUNGSSERVICE

seit über
40 Jahren

- Fingerfood, Buffets, Menüs
- Getränke
- Servicepersonal, Köche, Künstler
- Technik & Equipment
- Zeltverleih, Mobiliar, Gläser, Bestecke, Porzellan
- Private Feiern
Geburtstage, Hochzeiten, Konfirmation, Jubiläum
- Firmenveranstaltungen
Kundenevents, Mitarbeiterfeiern, Weihnachtsfeiern etc.

An der Bahn 6 • 22844 Norderstedt
Tel. 040/ 522 24 28 • Fax 040/ 522 73 73
www.japp-catering.de • info@japp-catering.de



Tanzen

RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670

Tanzen & Singen

ab Laufen bis 3 Jahre	Montag	9.30 - 10.30 Uhr	Meike Schröckert	Turnerheim Saal
 kreativer Kindertanz 				
3 - 4 Jahre	Mittwoch	15.00 - 16.00 Uhr	Meike Schröckert	Turnerheim Gym.raum
5 - 6 Jahre	Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr	Meike Schröckert	Turnerheim Gym.raum
 Hip-Hop, Video-Clipdance 				
7 - 8 Jahre	Freitag	14.30 - 15.15 Uhr	Claudia Meier	Schmidt-Schaller-Halle
9 - 12 Jahre	Freitag	15.15 - 16.15 Uhr	Claudia Meier	Schmidt-Schaller-Halle
ab 13 Jahre	Freitag	16.15 - 17.15 Uhr	Claudia Meier	Schmidt-Schaller-Halle
 Tanzkreis 				
Paartanz Erwachsene	Mittwoch	20.00 - 21.30 Uhr	Holger Knief	Schmidt-Schaller-Halle



Tischtennis

Markus Hobmeier - Tel. 0172-8791049

Jugend

Wettkampftrain. für alle	Montag	17.30 - 19.30 Uhr		Turnhalle Egenbüttel
Basis & Aufbaugruppe	Mittwoch	18.15 - 19.45 Uhr	Sebastian Kossen	Sporthalle Ellerbeker Weg
Leistungsgruppe	Donnerstag	18.00 - 20.00 Uhr	Florian Haas	Turnhalle Egenbüttel
Basis & Aufbaugruppe	Freitag	17.30 - 19.30 Uhr	Florian Haas	Sporthalle Ellerbeker Weg

Erwachsene

Freies Training	Montag Mittwoch Freitag	19.00 - 22.00 Uhr 19.45 - 22.00 Uhr 19.30 - 22.00 Uhr		Sporthalle Ellerbeker Weg
Angeleitetes Training	Montag	19.45 - 21.15 Uhr		Sporthalle Ellerbeker Weg

Senioren

Dietrich Grothkopp - Tel. 04101 207480

freies Spiel für Damen und Herren	Montag Mittwoch Freitag	9.00 - 12.00 Uhr 9.00 - 12.00 Uhr 11.45 - 14.00 Uhr	Dietrich Grothkopp	Schmidt-Schaller-Halle
-----------------------------------	-------------------------------	---	--------------------	------------------------



Turnen		RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670		
Windelsport				
ab 5. Monat	Montag	15.00 - 16.00 Uhr	Susanne Rix	Schmidt-Schaller-Halle
Eltern-Kind-Turnen				
ab Laufen	Dienstag	16.30 - 17.30 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Krupunder
ab Laufen	Mittwoch	15.00 - 16.00 Uhr	Nicole Matthias	Schmidt-Schaller-Halle
ab Laufen	Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr	Nicole Matthias	Schmidt-Schaller-Halle
ab Laufen	Freitag	9.30 - 10.30 Uhr	Meike Schröckert	Schmidt-Schaller-Halle
ab Laufen	Freitag	10.30 - 11.30 Uhr	Meike Schröckert	Schmidt-Schaller-Halle
Kinderturnen				
3 + 4 Jahre	Montag	16.00 - 17.00 Uhr	Julia Kisiel	Schmidt-Schaller-Halle
3 + 4 Jahre	Dienstag	15.30 - 16.30 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Krupunder
3 + 4 Jahre	Donnerstag	14.45 - 15.45 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
5 + 6 Jahre	Dienstag	14.30 - 15.30 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Krupunder
5 + 6 Jahre	Donnerstag	15.45 - 16.45 Uhr		Schmidt-Schaller-Halle
5 + 6 Jahre	Freitag	14.00 - 15.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Gerätturnen		Bodo Krüger - Tel. 04122 4083012		
Jungs/Mädchen 6-10 J.	Montag	15.00 - 16.30 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Mädchen 6-9 Jahre	Mittwoch	15.00 - 17.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Krupunder
Trampolinturnen		Bodo Krüger - Tel. 04122 4083012		
Jungs/Mädchen 6-8 J.	Donnerstag	14.30 - 16.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Jungs/Mädchen ab 8 J.	Donnerstag	16.00 - 18.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Wettkampfturnen		Bodo Krüger - Tel. 04122 4083012		
Mädchen ab 6 Jahre	Montag	16.30 - 19.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Mädchen ab 6 Jahre	Freitag	15.00 - 17.30 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Ellerbeker Weg
Psychomotorisches Turnen		Irene Baaße - Tel. 04101 856296		
3 - 5 Jahre	Dienstag	14.30 - 15.30 Uhr	Irene Baaße	Schmidt-Schaller-Halle
6 - 9 Jahre	Dienstag	15.45 - 16.45 Uhr	Irene Baaße	Schmidt-Schaller-Halle
Erwachsenenturnen		Bodo Krüger - Tel. 04122 4083012		
16 - 61 Jahre	Mittwoch	17.00 - 19.00 Uhr	Bodo Krüger	Sporthalle Krupunder



Volleyball		Meral Wirkus - Tel. 04101 592452		
Damen	Montag Donnerstag	19.00 - 20.30 Uhr 20.00 - 22.00 Uhr	Ortrun Wesemüller	Sporthalle Egenbüttel Sporthalle Ellerbeker Weg
Freizeit Herren	Montag	20.30 - 22.00 Uhr	Dirk Lüdeke	Sporthalle Krupunder
Mixed Team	Dienstag	20.00 - 22.00 Uhr	Uwe Rechter	Sporthalle Ellerbeker Weg
Beachvolleyball im Sommerhalbjahr: Termine anfragen bei Abteilungsleiterin Meral Wirkus				



Walking/Nordic-Walking		RTV-Geschäftsstelle - Tel. 04101 22670		
Nordic-Walking	Montag	10.00 - 11.30 Uhr	Marion Bauer	Treffpunkt: Turnerheim
Walking	Mittwoch	9.00 - 10.00 Uhr	Irmgard Schmidt	Treffpunkt: Turnerheim

Kommen Sie unverbindlich und kostenfrei zu einer Probestunde vorbei!
Eine Voranmeldung ist mit Ausnahme beim Judo nicht erforderlich.

Bitte beachten Sie, dass sich Trainingszeiten immer wieder ändern können. Die aktuellen Termine finden Sie auf der RTV-Homepage:

www.rellinger-turnverein.de

Sportstätten im Überblick:

Sporthalle Krupunder	Heidestraße 84, 25462 Rellingen
Große Sporthalle Egenbüttel	Schulweg 2-4, 25462 Rellingen
Kleine Turnhalle Egenbüttel	Pinneberger Straße 54, 25462 Rellingen
Sporthalle Ellerbeker Weg	Ellebeker Weg 6, 25462 Rellingen
Schmidt-Schaller-Halle	Jahnstraße 1, 25462 Rellingen
Turnerheim/Gymnastikraum	Hohle Straße 14, 25462 Rellingen

Euer RTV

Geschäftsstelle

Postanschrift

Rellinger Turnverein
Geschäftsführung: Dirk Feierbach
Hohle Straße 14
25462 Rellingen

Telefon: 04101 22670

Fax: 04101 25864

E-Mail: info@rellinger-turnverein.de

www.rellinger-turnverein.de

Facebook: @rellingerturnverein

Instagram: @rellingerturnverein

Öffnungszeiten

Mo-Mi und Fr 9.00 - 12.00 Uhr
Mo 18.30 - 19.30 Uhr

Bankverbindung

Volksbank Pinneberg-Elmshorn eG
DE36 2219 1405 0002 1401 90
BIC: GENODEF1PIN

Spendenkonto

Volksbank Pinneberg-Elmshorn eG
DE79 2219 1405 0002 1401 92
BIC: GENODEF1PIN

Vorstand

Vorsitzender	Sven Schubert
Vorstand Sportbetrieb	Thilo Dohrmann
Vorstand Marketing	Jörg Riccius
Vorstand Finanzen	Ingrid Wirkus
Vorstand Schriftführung	Sabine Scholz
Vorstand Jugend	Swen Ebinger

Sportlehrer

Melanie da Silva Mendes	0176-66670070
Bodo Krüger	04122 4083012

Abteilungs-/Spartenleiter

Badminton	Harm Heuer	04101 35219	harm.heuer@gmx.de
Handball	Nils Fock	0176-32422568	nils.fock@web.de
Judo	Michael Scholz	04101 204938	m.scholz@rtvjudo.de
Karate	Karen Mumme	04101 8145701	karen.mumme@gmx.de
Tischtennis	Markus Hobmeier	0172-8791049	markus.hobmeier0504@gmail.com
Turnen	Bodo Krüger	04122 4083012	bodo.krueger2016@gmail.com
Volleyball	Meral Wirkus	04101 592452	mswirkus@aol.com



Grundbeitrag RTV-Mitglieder	Monatlicher Beitrag	Aufnahme (einmalig)
Erwachsene	16,50 €	8,00 €
Kinder/Jugendliche (bis 18 Jahre), Auszubildende, Studenten, FSJ	10,00 €	5,00 €
Familie	32,00 €	15,00 €
Passive Mitglieder	7,00 €	

Abteilungsbeitrag	Monatlicher Beitrag
Badminton	beitragsfrei
Freizeitsport	beitragsfrei
Gesundheitssport	6,00 €
Gymnastik	beitragsfrei
Handball	
Erwachsene	6,50 €
Jugend	5,00 €
Minis	beitragsfrei
Hockey (siehe VfL Pinneberg)	
Judo	2,50 €
Karate	4,00 €
Leichtathletik	beitragsfrei
Rehasport	
mit Verordnung	beitragsfrei
ohne Verordnung	5,00 €

Abteilungsbeitrag	Monatlicher Beitrag
Skigymnastik	beitragsfrei
Tanzen	
Tanzkreis	7,00 €
Kindertanz/-jazz	3,50 €
Tischtennis	3,00 €
Turnen	
Turnen 1+2. Lebensjahr	beitragsfrei
Turnen ab 3. Lebensjahr	3,00 €
Gerätturnen	3,00 €
Psychomotorik	9,00 €
Trampolinturnen	5,00 €
Wettkampfturnen	7,00 €
Volleyball	beitragsfrei
Walking/Nordic-W.	beitragsfrei

Beitrag Kurzzeitmitglieder	einmalig	Monatsbeitrag
Aufnahmegebühr	8,00 €	
Kursstafelgebühr Gesundheitssport		30,00 €

Hinweise zu den Beiträgen

- Schüler, Auszubildende, Studenten und FSJ: Nach Vollendung des 18. Lebensjahres muss jährlich unaufgefordert nachgewiesen werden, dass die Ausbildung/Studium/FSJ noch nicht abgeschlossen ist. Andernfalls wird von diesem Zeitpunkt an der Beitrag für Erwachsene eingezogen.
- Familien: Erziehungsberechtigte und ihre Kinder (Schüler, Auszubildende, Studenten, FSJ) mit mindestens 3 Personen oder Familien mit 3 oder mehr Kindern.



Kursstaffel Frühling

Fitness- und Gesundheitskurse für Jedermann und Jedefrau

Am 9. April 2018 ist die neue Kursstaffel Frühling gestartet. Im 12-wöchigen Kursprogramm ist von Entspannung und Rückengymnastik bis hin zu Powerfitnesskursen und Yoga alles vertreten.

Neu im Programm in der Frühlingstaffel ist der Kurs „**Balance und Entspannung**“ am Mittwochabend. Sicher ein Wohlfühlabend am Bergfesttag der Woche.

Der Einstieg in die laufende Kursstaffel ist jederzeit möglich. RTV-Mitglieder zahlen je Kurswoche 1,50 € und unsere Kurzzeitmitglieder 7,50 €. Im Kurspreis ist die pauschale Nutzung aller Kurse enthalten.

Kursbeschreibungen

Balance und Entspannung Beweglichkeit der Gelenke verbessern und kräftigende Elemente für mehr Stabilität im Körper mit Übungen aus Functional Training, Yoga, Stretching und Faszientraining.

Body-Styling Das Rundum-Fit-Programm für den ganzen Körper.

Chiro-Gymnastik Sanfte Rückengymnastik mit intensiver Kräftigung des Rumpfes.

Complete-Body-Workout Allgemeines Fitnessstraining mit Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur.

Fit ins Wochenende Ganzkörpertraining unter Einsatz verschiedener Kleingeräte.

Fitness-Cocktail Ganzkörpertraining unter Einsatz verschiedener Kleingeräte.

Funktionelles Muskelaufbautraining für Jedermann und Jedefrau.

Gesund & Fit Fit ins Wochenende mit einem dynamischen Workout.

Hatha-Yoga Bewegungstechniken zur Gesunderhaltung des Körpers und Ausgeglichenheit des Geist.

Pilates Workout für die Seele. Eine Kräftigung der Tiefenmuskulatur.

Pilates-Faszientraining für mehr Geschmeidigkeit und ein festes Bindegewebe.

Rücken-Fit Ganzkörpertraining mit gezielten Rückenübungen.

Sanftes Ganzkörpertraining Reduzierung des Osteoporoserisikos und Verbesserung der Kraftwerte.

Stabilisierung und Beckenboden Kräftigung und Stabilisierung der Beckenbodenmuskeln.

Strong by Zumba™ Hochintensives Power Intervalltraining.

Wirbelsäulengymnastik Kräftigung und Mobilisation von Rücken-, Nacken- und Bauchmuskulatur für Beweglichkeit und Gangsicherheit.

Yoga & Qigong Körper- und Atemübungen zur Lösung von stressbedingten Verspannungen.

Zumba Fitness Tanz-Fitness-Workout mit Partyfeeling zu lateinamerikanischer Musik.

Zumba Gold Tanz-Fitness-Programm für Einsteiger zum Erlernen der Bewegungen.

Kursplan Frühlingstaffel vom 9. April bis 30. Juni 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
17.00 - 18.00h Rücken-Fit Kurs 130 • Katrin	9.00 - 10.00h Sanftes Ganzkörpertraining Kurs 220 • Rita	9.00 - 10.00h Rücken-Fit 50+ Kurs 300 • Katrin	9.00 - 10.00h Funktionelles Muskelaufbautraining Kurs 420 • Susanne G.	9.30 - 10.30h Gesund & Fit Kurs 500 • Natalia	10.00 - 11.00h Chiro-Gymnastik Kurs 600 • Rita
18.00 - 19.00h Wirbelsäulengymnastik Kurs 140 • Rimmera	10.00 - 11.00h Wirbelsäulengymnastik Kurs 210 • Rita	10.00 - 11.00h Rücken-Fit „Soft gym“ Kurs 320 • Katrin			11.00 - 12.00h Fit ins Wochenende Kurs 610 • Juliane & Rimmera
19.00 - 20.00h Pilates Kurs 150 • Rimmera	17.30 - 18.30h Pilates-Faszientraining Kurs 260 • Helga		15.00 - 15.50h Zumba Gold Kurs 430 • Susanne L.	17.30 - 18.45h Hatha-Yoga Kurs 511 • Claudia	
19.30 - 20.30h Strong by Zumba™ Kurs 170 • Susanne L. Kleine Halle Egenbüttel	18.30 - 19.30h Pilates-Faszientraining Kurs 270 • Helga	17.30 - 18.30h Chiro-Gymnastik Kurs 380 • Rita	17.00 - 18.00h Stabilisierung und Beckenboden Kurs 450 • Rita		
20.00 - 21.00h Body-Styling Kurs 160 • Rimmera	19.30 - 20.30h Complete-Body-Workout Kurs 250 • Juliane	19.30 - 20.30h Zumba Fitness Kurs 330 • Susanne L. Kleine Halle Egenbüttel	19.15 - 20.15h Fitness-Cocktail Kurs 460 • Katrin		Zertifizierung von Präventionskursen nach §20 SGB V

Alle Kurse finden im RTV-Turnerheim, Hohe Str. 14, Rellingen statt. Ausnahme Zumba Fitness und Strong by Zumba in der Turnhalle Egenbüttel, Pinneberger Str. 54, Rellingen.



Abteilungsleiter Handball

Nils Fock

Telefon 0176 - 32322568

Nur Druck macht aus Kohle Diamanten!

So sprach einst ein weiser Mann. Ob in diesem Fall der selbstauferlegte Druck für uns 1.

Nach einer intensiven Saisonvorbereitung mit zwei Turniersiegen stand gleich zu Beginn der Saison das schwierigste Spiel an. Wir mussten auswärts gegen Hamburg-Nord ran, ein Team größtenteils bestehend aus ehemaligen Oberliga-Spielern. Trotz einer kämpferischen starken Leistung verloren wir am Ende denkbar knapp gegen die erfahrene Truppe. Dennoch konnten wir aus diesem Spiel viel Positives für den weiteren Saisonverlauf mitnehmen und bestritten in der Folge den Rest der Hinrunde äußerst erfolgreich. Es gelang uns alle übrigen Spiele zu gewinnen, sodass wir am Ende des Jahres vom zweiten Tabellenplatz grüßten. Zudem zeigten gerade die Spiele gegen Alstertal und Eimsbüttel, die wir erst in der Schlussphase knapp gewinnen konnten, dass die richtige Einstellung immer da war, wir allerdings

Herren, endlich wieder in die Landesliga aufzusteigen, für so einen Effekt sorgt, bleibt abzuwarten.

bis zur letzten Minute kämpfen und konzentriert spielen müssen.

Nach unserem Sieg im Just-as-well-Pokal in der Vorsaison wäre uns in der ersten Pokalrunde der aktuellen Saison gegen den Hamburg-Ligisten HT Norderstedt fast eine faustdicke Überraschung gelungen. Durch die starke Unterstützung der Fans erspielten wir



uns Mitte der zweiten Hälfte eine verdiente Sechs-Tore-Führung. Gegen Ende der Partie kamen die Norderstedter auch aufgrund von Fehlern unsererseits nochmal zurück und erzielten kurz vor Schluss den Ausgleich. In der Verlängerung hatten wir schlussendlich knapp das Nachsehen, konnten aber stolz auf unsere starke Leistung sein. Auch wenn wir uns in diesem Spiel nicht belohnen konnten, spielten wir insgesamt betrachtet eine starke und erfolgreiche Hinrunde, welche wir mit einer grandiosen Weihnachtsfeier im Gröninger Brauhaus abschlossen. So konnten wir die knappen Niederlagen schnell vergessen und hatten gerade durch das gemeinsame Singen norddeutscher Seemannslieder und einen ausgelassenen Abend die Möglichkeit, uns als Team von einer anderen Seite kennenzulernen und für die Rückrunde noch näher zusammenzurücken. Die Rückrunde begann gleich wieder mit dem Spitzenspiel gegen den punktverlustfreien Tabellenführer Hamburg-Nord. Für uns war

dies die letzte realistische Chance auf den direkten Aufstieg, dementsprechend motiviert gingen wir in das Spiel vor heimischer Kulisse. Allerdings konnten wir, anders als im Hinspiel, den Gegner aufgrund zu vieler leichter Fehler nicht nochmal vor allzu große Probleme stellen und mussten uns am Ende etwas deutlicher geschlagen geben. Trotzdem richtete sich unser Blick direkt wieder nach vorne mit dem Ziel, den zweiten Platz zu sichern und somit die Chance auf den Aufstieg über die Relegation zu wahren. Da unser ärgster Konkurrent Eimsbüttel im Kampf um Platz zwei zuletzt zwei wichtige Zähler gegen den Nachbarn aus Halstenbek liegen ließ und wir zudem den Hinspielsieg im Rücken haben, könnte unsere Ausgangslage kaum besser sein. Darüber hinaus stimmen uns unsere bisherigen Leistungen in der Rückrunde mit teilweise deutlichen Siegen positiv, dass wir unser Ziel am Ende auch erreichen. Ein großes Dankeschön geht an dieser Stelle an unser Trainerteam Georg und Matze, die einen großen Anteil an unserem Erfolg haben und uns in jedem Spiel richtig einstellen.

Was ist nun noch zu sagen? Die Saison ist fast vorbei, es ist Frühling und der direkte Aufstieg ist realistisch gesehen nicht mehr möglich. Der Druck hat die Kohle zwar nicht zu Diamanten werden lassen, aber sind wir mal ehrlich – zum Grillen im Sommer kann man Kohle eh viel besser gebrauchen.

Eure 1. Herren - Daniel Rechter



2. Damen: Ziel Klassenerhalt

Mit einem derzeit guten 5. Platz sollte sich die Mannschaft ihren Bezirksliga-Platz mit derzeit 13:13 Punkten bis zum Saisonende sichern.

Das Schlussprogramm beginnt mit den Spielen gegen die Tabellenachten und -neunten. Dann

kommen die Tabellenplätze 1-3 auf die Mannschaft zu. Erkältungswelle und Langzeiterkrankungen schwächten das Team, nun soll aber noch einmal vor der Sommerpause Gas gegeben werden. Mit Meiers Frischecenter hat die Mannschaft einen neuen Trikotsponsor gefunden!

Baan Namō

Traditionelle Thai Massage

Neu in Rellingen

Heidestrasse 94-96
25462 Rellingen
nong@baan-namo.de



Tel: 04101- 8333883
Mobil: 0177- 4207779
www.baan-namo.de

Senioren erneut im Pokalendspiel

Wir spielen in der Kreisklasse - mit unserem Durchschnittsalter von deutlich über 50 sind wir dort auch gut aufgehoben.

Da sich nur wenige Teams angemeldet hatten, wird eine sogenannte Dreierunde gespielt. Es werden also drei Spiele gegen denselben Gegner, jedoch mit unterschiedlichem Heimrecht, ausgetragen. Die Saison ist bis jetzt recht erfolgreich verlaufen, wir liegen derzeit auf dem 2. Tabellenplatz. Immer wenn wir Verstärkung von Ü40-Spielern aus der 3. Herren hatten, konnten wir sehr gute Ergebnisse erzielen. Zum Saisonende finden noch zwei Auswärtsspiele gegen starke Gegner, den FC St. Pauli und die HSG Elbvororte, statt. Unser Ziel ist es, beide zu gewinnen und somit den Titel zu holen.

Davor findet traditionell das „Kurt Giles Turnier“ statt. Dies ist die offizielle Pokalmeisterschaft für die Senioren Ü50. Voraussichtlich fünf Seniorenteams werden sich am 24. März in der Sporthalle Egenbüttel zum Turnier treffen und den Hamburger Pokalmeister Ü50 ermitteln. Die Senioren richten auch in diesem Jahr wieder das Turnier für den Hamburger Handballverband aus.

Und wie geht es in der kommenden Saison weiter?

Wir bekommen Verstärkung aus der 3. Herren: Drei Spieler wech-

seln fest in den Seniorenkader. Wir werden uns also erheblich verjüngen und verstärken, um dann in der kommenden Saison wieder erfolgreich am Spielbetrieb teilzunehmen, in welcher Liga wird sich noch zeigen.

Nach der Saison geht das Training natürlich weiter. Es gilt sich fitzuhalten für unser geplantes Einladungsturnier der Senioren.

Das Training findet abwechselnd in Krupunder und in Egenbüttel statt. In Krupunder werden immer die drei Disziplinen Fuß-, Hand- und Basketball gespielt; in der Großen Halle in Egenbüttel wird „intensiv Handball“ einschließlich Spielzugtraining trainiert.

Und was war noch? Die Senioren hatten diesmal zwei Mannschaften für den Pokal gemeldet. Die 1. Mannschaft wurde aus Spielern der 3. Herren (Ü40) und Senioren aus dem Stammteam gebildet. Nach einem Freilos und gewonnenen Spielen gelang der Einzug ins Halbfinale. Im Spiel gegen Barmbek waren wir chancenlos. Das Endergebnis von 11:33 spricht hier eine deutliche Sprache.

Und die 2. Senioren Pokalmannschaft, bestehend aus Spielern aller Mannschaften, die bereits 40 Jahre alt sind, hat es ins Pokalfinale geschafft. Das Endspiel findet am 29. Mai voraussichtlich in der Halle Langenfort in Barmbek statt. Fans sind natürlich gern gesehen!!

Detlev Wegeng



Unsere Minis stellen sich vor

Die lütten Handballer des RTV strotzen vor Spaß, Freude und spielerischer Begeisterung – wer will noch mitmachen?

Sie sind klein, aber oho. Sie sind jung, aber oftmals schon ausgebufft wie alte Hasen. Und vor allem sind sie eines: leidenschaftliche Handball-Minis und begeisterte Sportler. Unsere Minis sind seit jeher der Beweis dafür, dass Bewegung, Spiele und Handballseinheiten nicht nur körperlichen Spaß bereiten, sondern auch den Gemeinschaftssinn stärken und dem Selbstbewusstsein jedes Kindes guttun.

Trainerin Mellie stellt uns jede Woche montags mit Unterstützung der Jungtrainerinnen Kaja und Lisa neue Aufgaben und Spiele bereit. Dabei geht es nicht nur um Handball, sondern auch um Körpergefühl, Koordination und spielerische Herausforderungen jeder Art. „Die Kinder mögen den bunten Mix während unserer

Trainingszeiten, wir achten immer auf ein ausgewogenes Programm, um Bewegungsabläufe zu erlernen, zu verbessern und den tollen Spieltrieb der Kleinen zu fordern und zu fördern“, sagt Mellie. Wir besuchen schon Mini-Spielfeste im Kreis Pinneberg, wo immer alle Teilnehmer als Gewinner die ersten Wettkampfspiele beenden. Zuletzt waren wir Ende März Gastgeber eines solchen Mini-Spielfestes in unserer Halle in Egenbüttel.

Bei Mini-Spielfesten erleben die Kids garantiert Gewinnermomente mit Siegerehrungen.

Wer Lust hat dabei zu sein oder einfach mal zuzuschauen möchte, der sollte einfach vorbeikommen. Unsere Minis treffen sich immer montags in der Sporthalle Krupunder, von 14.15–15.15 Uhr sind die Mädels und Jungs der Jahrgänge 2009/10 am Start, von 15.15–16.00 Uhr die Superminis (ab Jahrgang 2011).

C1-Deerns mit einer „Achterbahnfahrt“

Höhen und Tiefen in der Hamburg-Liga sorgen für wechselhafte Gefühlslagen – Tendenz: steigend

Wer kennt sie nicht, die Gefühle der ersten Achterbahnfahrt? Erst Bauchkribbeln, vielleicht auch Vorfreude, dann abwechselnd Euphorie und Schreckmomente, ein ewiges Auf und Ab. Die bisherige Saison unserer C1-Mädels in der Hamburg-Liga entspricht in etwa diesem rasanten Wechsel von Freude und Schrecken, von Spaß und Enttäuschung.

Zunächst wusste niemand von unseren C1-Deerns so richtig, was die Saison bringen würde. Buxte, Hamburg-Nord, AMTV waren die Megakaliber, dazu eine Vielzahl von Gegnern auf Augenhöhe. Leider, und das zeigte sich sehr schnell in der Hinserie, mangelte es der Mannschaft unter der Leitung der Trainer Heiko und Finn an Konstanz. Starken Minuten mit toller Deckung und mutigen Vorstößen folgten viel zu oft kollektive Aussetzer mit mehrminütigen Schlafphasen. Der Mittelfeldplatz im Winter passte zu den Auftritten.

Mittlerweile ist bei den Deerns in ihren pinken Trikots einiges passiert. Coach Heiko verabschiedete sich im Winter auf eigenen Wunsch, dafür sprang der erfahrene Mädels-Trainer Jörn ein. Die Findungsphase in der Hamburg-Liga ist längst vorbei. Die C-Mädels lieferten

sich zuletzt mehrfach packende Duelle. Die Freudephasen übersteigen mittlerweile deutlich die Schreckmomente. „Die Mädchen sind lernwillig und haben Appetit bekommen“, lobt Trainer Finn die Entwicklung.

Schon jetzt arbeiten Torhüterin Lena und ihre Vorderleute intensiv im technischen und spieltaktischen Bereich – das zweite Jahr, dann als älterer Jahrgang, in der Hamburg-Liga kann kommen.

Tabbe, Jil, Maxime, Lüsü, Jay-Jay, Jaimie, Lena, Lisa, Kaja, Tini und Marie müssen an ihrer Konstanz arbeiten, als echte Einheit auftreten und mutig in jedes Spiel dieser höchsten Hamburger Spielklasse gehen, denn dann wird die „Achterbahnfahrt“ noch deutlich mehr Spaß bereiten. Und vielleicht ist dann sogar mal eines der Riesenkiliber fällig.





Hamburg-Liga-Meister und 2. im Ligapokal Die Gejagten siegen



Abteilungsleiter Judo

Michael Scholz
Telefon 04101 204938

Nachdem die Mannschaft des RTV im Jahr 2016 Meister und 3. im Ligapokal wurde, war klar, dass wir 2017 die Gejagten sind. Wir haben deswegen von Beginn an wieder so aufgestellt, dass möglichst jeder kämpfen kann. Die Saison begann dann auch gleich mit einem Unentschieden, einem Sieg und dann wieder einem Unentschieden. Damit war für uns bereits am zweiten Kampftag klar, dass wir diese Saison nicht ganz vorn landen werden. Denkste.....

Nachdem dann aber die nächsten Kämpfe alle gewonnen wurden, kam aus der Mannschaft heraus der Wille, die Meisterschaft doch noch in Angriff zu nehmen. Von nun an wurde etwas mehr auf die optimale Besetzung in einzelnen Gewichtsklassen geachtet (eigentlich sind wir ja überall gut besetzt) um jeweils möglichst gute Ergebnisse zu erzielen. Hierzu



BERATUNG PLANUNG INSTALLATION – VOM MEISTERBETRIEB



Eggers

DAS PROFI BAD KOMPLETT
Profibad komplett zum Festpreis
Bad-Renovierung zum Fixtermin

Festpreis-Garantie

Pinneberger Weg 29 | 25499 Tangstedt | Tel. 04101/204748 | Fax 04101/207822
www.sanitaer-heizungs-eggers.de | info@sanitaer-heizungs-eggers.de

mussten einige Mannschaftsmitglieder etwas zurückstecken, was jedoch der guten Stimmung keinen Abbruch tat.

Der wichtigste Kampf um die Meisterschaft war dann der Kampf gegen JGS-Bergedorf, der äußerst knapp mit wahn-sinnig spannenden Kämpfen gewonnen wurde.

Alle Kämpfer haben sich immer wieder gegenseitig motiviert und gepusht.

Letztendlich sind zwei Dinge entscheidend für den großen Erfolg gewesen:

- Unsere Mannschaft war immer konstant anwesend und damit gut besetzt, so dass wir immer zuverlässig alle Gewichtsklassen besetzen konnten. Ein Mannschaftsmitglied hat sogar seinen Urlaub darauf ausgerichtet, dass er dabei sein kann, andere haben mehrere Kilo Gewicht abgenommen um in der notwendigen Gewichtsklasse kämpfen zu können und unser Berufsmusiker hat trotz mangelnden Trainings den letzten Kampftag sogar krank absolviert. Jeder hat immer vollen Einsatz gezeigt und nie aufgegeben. So kam es auch vor, dass Kämpfe nach einem Rückstand im Verlaufe des Kampfes erst 10 Sekunden vor Schluss zu unseren Gunsten entschieden wurden.

- Unsere Mannschaft besteht aus Kämpfern vom TuS Appen, dem VfL Pinneberg und dem Rellinger TV. Dennoch trainieren alle Kämpfer regelmäßig zusammen bei uns

in Rellingen, als würden Sie einem Verein angehören.

Nach dem dann noch ein deutlicher 7:1 Sieg gegen Ahrensburg erreicht wurde, war die Meisterschaft bereits vor dem letzten Kampftag gesichert. Im Ligapokal am 09.12.2017 bei TuRa Harksheide setzte sich dann die Erfolgsserie fort. Eigentlich lag dort der Fokus nun auf der Integration von jungen Kämpfern bzw. dem Einsatz von Kämpfern, die nicht so oft zum Einsatz gekommen sind. Dies haben wir auch genauso durchgezogen und dennoch standen wir plötzlich im Finale. Was nun? Von unserer Linie abweichen und den stärksten Kader für das Double aufstellen oder der Linie treu bleiben und junge „frische“ Kämpfer einsetzen, denen noch etwas Erfahrung fehlt? Wir haben uns dazu entschieden der Linie treu zu bleiben und auch dem Nachwuchs eine Chance zu geben. Mit dem Ergebnis, dass wir am Ende plötzlich mit einem 4:4 und der Unterbewertung 37:37 auf der Matte standen..... ups.... Niemand hat damit gerechnet. Dann wurden nochmals drei Kämpfe ausgelost, die für uns aber leider etwas ungünstig waren. Wir haben diese dann gaaaaanz knapp mit 1:2 verloren, konnten aber wirklich stolz auf diese Leistung sein.

Theoretisch wären wir mit dieser Leistung berechtigt, an der Aufstiegsrunde zur 2. Bundesliga teilzunehmen, da die Regionalliga 2018 abgeschafft wird. Dies ziehen wir jedoch nicht in Betracht,

da der finanzielle Aufwand zu hoch und das kämpferische Niveau nur zum Teil für diese Liga ausreicht.

Dennoch werden 2018 Steffen Brohm und Swen Ebinger für das Liga-Team des Hamburger Judoverbandes in der 2. Bundesliga starten.

Und unsere Frauen Larissa Timm, Laura Scholz, Lilly Scholz und Stienecke Böhmer für das Bramfelder-Judoteam in der Regionalliga.

Wieder mal eine tolle Saison die sowohl mir als Trainer sowie auch dem Team Spaß gebracht hat.

Michael Scholz



Erfolgreiche RTV-Judoka bei den Norddeutschen Meisterschaften der Männer und Frauen: Larissa Timm, Marina Callsen und Steffen Brohm

mit einmal Gold, zweimal Silber und fünfmal Bronze ordentlich abgeräumt.

Wir freuen uns, dass unsere Athleten die Möglichkeiten wahrnehmen und sich auf den Turnieren mit Judoka aus anderen Vereinen messen. Im März steht schon das nächste Turnier an und wir sind gespannt, wohin die Entwicklung unseres Nachwuchses führt.

Swen Ebinger

Judoturniere im Jugendbereich

Schon zu Beginn des Jahres konnte sich der Nachwuchs der Judoabteilung auf verschiedenen Turnieren mit Judoka aus anderen Vereinen messen.

Bei den Hamburger Meisterschaften der U15, U18 und U21 sind Rellinger Judoka auf die Matte gegangen und haben um die begehrten Plätze für die Norddeutschen Meisterschaften und um den Titel des Hamburger Meisters gekämpft. Insgesamt sechs Kämpferinnen und Kämpfer sind in den Altersklassen an den Start gegangen und konnten am Ende jeweils einmal Gold, einmal Silber und einmal Bronze mit nach Hause nehmen. Zweimal sprang noch ein undankbarer 5. Platz dabei heraus. Alle Teilnehmer zeigten dabei, dass sie auf einem guten Weg sind

und mit weiterem Trainingseifer und vielleicht auch manchmal ein bisschen mehr Glück mit den besten ihrer Altersklasse in Hamburg mithalten können.

Bei zwei weiteren Turnieren in Buxtehude und Schenefeld konnten weitere Nachwuchs-Kämpfer Turniererfahrungen sammeln und waren ebenfalls sehr erfolgreich. In Buxtehude konnte sich Lasse Hansen einen sehr guten 3. Platz in einem starken Teilnehmerfeld erkämpfen.

In Schenefeld haben insgesamt neun Rellinger Judoka teilgenommen, wobei hier auch einige unserer Jüngsten aus dem Jahrgang 2010 gestartet sind. Auf dem Turnier konnten sich unsere Judoka zum Teil gegen starke Gegner durchsetzen und haben am Ende

Norddeutsche Meisterschaften U18/U21

Am 17./18. März ging es mit Lilly und Stienecke nach Hannover zu den Norddeutschen Meisterschaften. Während Lilly nur in der U18 starten durfte, hatte Stienecke dieses Jahr als ältester U18 Jahrgang dieses Jahr für beide Altersklassen ein Startrecht.

Samstag machte die U18 den Anfang. Nach eher mäßigen Hamburger Meisterschaften, die zur Qualifikation notwendig waren, gaben die Mädels dieses Wochenende richtig Vollgas. Nachdem im Training die Notwendigkeit von Griffkampf noch einmal besonders hervorgehoben wurde, machten die beiden ihre Sache dieses Mal deutlich besser. Heraus kam bei Lilly ein 7. Platz und bei Stienecke ein 5. Platz. Die Ergebnisse erga-

ben zwar keine Medaillen, ließen aber aufhorchen, da die Mädels mit etwas mehr Glück durchaus noch mehr hätten reißen können. Gute Leistung!

Sonntag war dann wieder Stienecke dran. Nochmal ein wenig mehr motiviert vom Samstag und dem knappen Vorbeischrammen an einer Medaille, reichte es Sonntag in der höheren Altersklasse dann doch tatsächlich für eine Medaille. Stark!

Am 11. März hat Stienecke die Ehre und das Vergnügen auf den Deutschen Meisterschaften in Frankfurt an der Oder zu starten.

Wir werden berichten, ob ihr in dem dann doch sehr starken Teilnehmerfeld die Überraschung gelingt.

Steffen Brohm



Die Radwandergruppe besucht das Airbus-Werk in Finkenwerder



Unsere Radwandergruppe

Ein Rückblick über das vergangene Jahr. Leider sind im vergangenen Jahr wieder einige Radtouren wegen schlechten Wetters ausgefallen. Aber wir hatten trotzdem viele interessante Ausflüge.

März 2017 Besuch bei Airbus in Finkenwerder

Es war herrliches Wetter und so begann unsere Tour zu Airbus schon mit einer kleinen Kreuzfahrt auf der Elbe. Im Jahr 2008 hatten wir schon einmal Airbus besichtigt und jetzt wollten wir wissen, was sich hier inzwischen alles getan hatte. Mit mehr als 12.500 Mitarbeitern gehört Airbus zu den größten Arbeitgebern und Ausbildungsbetrieben Hamburgs. Hier werden die vorderen und hinteren Rumpfsektionen aller Airbus Zivilflugzeuge montiert und ausgestattet. Dies umfasst auch den A350XWB, welcher zu 53% aus Kohlefaser-

verbundstoff besteht. Hamburg ist einer von drei Standorten für die Endmontage und Auslieferung der A320-Familie, dem erfolgreichsten Produkt von Airbus. Der A380, das größte Passagierflugzeug der Welt, bekommt hier seine Kabine und die Lackierung und wird an Kunden in Europa und dem Nahen Osten ausgeliefert.

Mit einem Werksbus fuhren wir auf dem Gelände zu den einzelnen Montagehallen und durften an den Flugzeugen entlanggehen. Wir waren überwältigt von der Größe und Höhe der einzelnen Segmente.

Nach dem Airbusbesuch ging es zur Stärkung in Finkenwerder zum Essen und anschließend wieder mit Fähre und S-Bahn zurück.

April 2017 Besuch im Maritimen Museum

Diesmal wollten wir uns im denkmalgeschützten Kaispeicher B nicht nur die maritime Sammlung

von Peter Tamm aus Handelsschiffahrt, Marinegeschichte, Meeresforschung und 3000 Jahren Seefahrtsgeschichte ansehen, sondern wir waren zu einer Fahrt am Schiffssimulator angemeldet. Wir wollten einmal Kapitän sein! Am Steuerstand sind alle wichtigen Funktionen vorhanden, wie z.B. Maschinentelegraf, Querstrahlrudder, Kompass, Typhon, etc. Zwei alte Lotsen erklärten uns den Simulator und dann durften Waldemar als Kapitän und Irmgard als Steuerfrau ein Containerschiff in den Hamburger Hafen einfahren. Dabei erklärten uns die Lotsen auch, was man alles beachten muss. Man muss jederzeit die Radarlinie und das Bild auf dem Radarschirm beachten besonders bei Nebel und schlechter Sicht.

Nachdem die erste Gruppe das Schiff sicher in den Hamburger Hafen gesteuert hatte, wechselte die Mannschaft und durfte nun

ein großes Schiff bei Sturm in den Rotterdamer Hafen bringen. Sturm und Wellen waren aber zu stark, so dass wir hier die Fahrt abbrechen konnten. Am Simulator geht das. Bevor wir uns dann unten im Restaurant zum Essen trafen, besuchten wir noch einen Teil der maritimen Ausstellung.

Mai 2017 Radtour Kollauwanderweg

Gleich zu Beginn unserer Fahrt überraschte uns in Ellerbek ein kurzer Regenschauer. Aber danach hatten wir wieder schönes Wetter. Diesmal hatten wir uns eine andere Tour zum Niendorfer Gehege ausgesucht. Von Ellerbek ging es durch die Feldmark nach Schnelsen. Für viele von uns eine ganz neue Strecke! In Schnelsen ging es über die Autobahnbrücke mit Blick auf die Baustelle der A7 und weiter immer durchs Grüne an der Kollau entlang ins Niendorfer Gehege. Im Waldcafé Corell machten wir unsere Mittagspause.



September 2017 Radtour in die Holmer Sandberge

Durch den Klövensteen ging es in die Holmer Sandberge. Wir wussten gar nicht, dass es hier so schöne Heideflächen gibt! In Holm lockte ein Schild: Tag des offenen Denkmals! Das Bauernhaus mussten wir besuchen. Einfach toll, was man aus dem alten Haus wieder gemacht hat. Eine kurze Mittagspause in Hetlingen im Haus „Op de Deel“. Danach fuhren wir durch die Wedeler Marsch und kamen an einem Forellenteich vorbei. Es roch verführerisch nach geräuchertem Fisch. Kurz vor Wedel bei der Baumschule Kleinwort war ein Hinweis auf ein Hoffest. Wenn wir gewusst hätten, dass wir bis zum Hof wieder ein ganzes Stück zurückfahren müssen, wären wir wahrscheinlich nicht hingefahren. Aber der leckere Apfelkuchen entschädigte uns.

Oktober 2017 Radtour ins Himmelmoor

Die letzte Fahrt mit der Torfbahn im Himmelmoor in diesem Jahr nutzte nur eine kleine Radlergruppe von fünf Personen. Während der Fahrt durchs Moor erklärte uns ein Mitarbeiter was es demnächst hier noch gibt. Bis zum Jahr 2020 soll der Torfabbau beendet sein. Deshalb wird schon ab 2018 der Torfabbau stark zurückgefahren und viele Gebiete wieder vernässt, d.h. renaturiert. Diese Gebiete werden unter Naturschutz gestellt. Neu war in diesem Jahr ein Holzbohlenweg durchs Moor. Wir wollten noch eine kleine Tour mit dem Fahrrad durchs Moor fahren aber dann hatte Hartmuts Fahrrad eine Panne und Waldemar hat ihn den ganzen Rückweg bis nach Rellingen abgeschleppt.

November 2017 Besuch des Hanse Museums in Lübeck

Das Museum zeigt die Entwicklung der Hanse zur wirtschaftlichen und politischen Macht, die bis ins 17.



Die Schlemmerdamen im Chocoversum Hamburg

Jahrhundert den Fernhandel in Nordeuropa beherrscht hat. Dem Städtebund gehörten zeitweise bis zu 200 Städte von den Niederlanden bis ins Baltikum, von Schweden bis nach Deutschland an. In dem gläsernen Fahrstuhl ging es hinab in die Unterwelt von Lübeck. Dort sind Ausgrabungen aus den verschiedensten Jahrhunderten zu sehen, die Archäologen während des Baus des Museums fanden. Von einer alten Kloake, bis hin zu einer Burgmauer.

Unsere Museumsführerin erzählte vom Wagemut der Fernhandelskaufleute, von Reichtum, Prunk und Macht. Handelsräume der Hansestädte waren aufgebaut mit den vielen verschiedenen Waren wie Stoffen, Gewürzen, Wachs, Wolle und anderen Kostbarkeiten. Doch auch die Rückschläge wie zu Zeiten der Pest und kriegerischen Auseinandersetzungen wurden gezeigt. Nach dieser interessanten Führung teilte sich unsere Gruppe. Einige von uns blieben zum Essen im Museumsrestaurant, andere sahen sich noch das alte Burgkloster an, gingen zum Essen in den

Kartoffelkeller unterhalb des Heiligen-Geist-Hospitals und anschließend über die Weihnachtsmärkte.

Januar 2018 Besuch im Chocoversum in Hamburg

Schokolade macht glücklich! Das wissen die Deutschen, die im Schnitt über 110 Tafeln im Jahr verzehren, ganz genau. Jetzt wollten auch wir wissen wie nun aus bitteren Kakaobohnen süßes Gold wird. Unser Genuss-Guide, eine Studentin, nahm uns mit auf eine sinnliche Reise vom tropischen Regenwald über den Hamburger Hafen bis hin zur Veredelung der Schokolade. Probieren und Mitmachen waren in diesem Museum ausdrücklich erwünscht! Das Highlight der 90-minütigen Tour war die Schokowerkstatt, in der wir unsere eigene Tafel Schokolade mit unseren Lieblingszutaten kreieren durften. Es war eine super interessante Führung! Nach so viel „Süßem“ brauchten wir jetzt etwas „Handfestes“. Dies gab es für uns schräg gegenüber im „Gröninger“. Wenn das Wetter mitspielt, werden wir ab April wieder in die Pedale treten.

Marlies Gerdes

H Heidis Modeladen

in den
Größen
36-54

Sportliche Mode in großer Auswahl

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 10 – 18 Uhr

Samstag 10 – 13 Uhr

Heidi Paske - Hauptstraße 74 - 25462 Rellingen Tel. 04101-819 88 33



Nordic-Reise nach Abtenau vom 17.2. bis 24.2.2018

Schon wieder liegt eine wunderschöne Abtenau-Woche hinter uns. Die Zeit verging wie im Flug. Gerne wären wir noch länger geblieben. Das Wetter hat gut mitgespielt, so dass wir jeden Tag etwas unternehmen konnten.

Morgens ging's für eine Gruppe Frühaufsteher ins Schwimm-

bad. Beim Frühstück wurde beraten, was wir an diesem



Tag unternehmen wollten. Dann machten wir unsere Wanderungen in die nähere Umgebung von Abtenau, fuhren mit Maria auf die Postalm zum Schneeschuhwandern oder Wandern, es ging per Pferdekutsche oder auf Schusters Rappen zum Fliehof. Der „Lustige Hans“ fuhr mit uns nach Gosau. In diesem Tal lag mehr Schnee als in den anderen Tälern.

Am nächsten Tag machten wir mit Maria eine Schneeschuhwanderung ins obere Lammertal. Hier haben wir sogar Gämsen gesehen. Und am letzten Tag fuhren wir mit der Seilbahn rauf zum Karkogel. Hier oben auf ca. 1140m Höhe genossen wir den traumhaften Blick auf das verschneite Abtenau.

Marlies Gerdes



Marion Bauer und die RTV-Reisegruppe unterwegs in den Bergen Österreichs



In Rellingen für Sie vor Ort

Im Rellinger Turnverein trifft man immer nette Leute, teilt gemeinsame Interessen und setzt sich füreinander ein. Wenn Sie einmal fachlichen Rat brauchen, bin ich gern für Sie da.



Jörg Riccius e.K.

Allianz Generalvertretung
Hohle Straße 27
25462 Rellingen

joerg.riccus@allianz.de
www.allianz-riccius.de

Tel. 0 41 01.8 08 89 10
Mobil 01 73.6 17 46 50



Besuchen Sie
unsere Homepage!

Allianz 



Abteilungsleiter Tischtennis

Markus Hobmeier
Telefon 0172 - 8791049



Die RTV-Tischtennis-Männer haben sich für die Deutsche Pokalmeisterschaft der Verbandsklassen vom 10. - 13. Mai 2018 in Baiersbronn (südlich von Stuttgart) qualifiziert. Als Sieger der Vorquali beim Turnier in Sasel holte man sich das Ticket für das Finalturnier!

Das Hamburger Qualifikationsturnier für die deutsche Pokalmeisterschaft für Verbandsklassen (kurz DPM) wurde dieses Jahr in Sasel ausgetragen. Nur der Sieger der vier teilnehmenden Teams qualifiziert sich für die Finalrunde in Baiersbronn. Gespielt wurde im System Jeder gegen Jeden um den Sieger zu ermitteln. Spielsystem war das modifizierte Swaythling-Cup-System für drei Spieler und ein Doppel.

Der RTV spielte mit folgendem Team: Karsten Heye, Oliver Wendt, Jannik Lustinetz und Markus Hobmeier.

Im ersten Spiel konnten wir uns

sehr klar mit 4:0 gegen GW Harburg durchsetzen - bis auf das Spiel von Markus Hobmeier waren alle Spiele in 3:0 Sätzen entschieden. Somit ist uns schon mal ein guter Start geglückt.

Unser 2. Spiel war gegen unseren bekannten Gegner aus Sasel, gegen den wir in der letzten Quali und auf den DPM gespielt hatten. Karsten Heye brachte uns mit 1:0 in Führung. Leider verloren Oliver Wendt und Markus Hobmeier nach hartem Kampf ihre Spiele und somit musste im Doppel der Anschluss geschafft werden. Dieses Vorhaben schlug leider fehl und somit stand es 1:3 gegen uns. Die



letzten drei Einzel könnten wir alle glücklicherweise für uns entscheiden und haben somit als Sieger die Tische verlassen.

Das letzte Spiel gegen Lehmsahl musste aber auch gewonnen werden, da Sasel gegen Harburg auch 4:0 gewonnen hatte. Nach den ersten drei Einzeln stand es 2:1 für uns - schon mal ein guter Anfang. Beim Doppel haben wir diesmal andere Spieler aufgestellt - leider ging dieses auch verlo-

ren. Heye und Wendt konnten ihre folgenden beiden Einzel dann aber gewinnen und somit siegte der RTV mit 4:2.

Dies bedeutete die direkte Qualifikation für die Deutsche Pokalmeisterschaft in Baiersbronn im Mai.

Wir freuen uns schon auf das Wochenende im Schwarzwald.

Pokalmannschaft
TTG Rellingen Egenbüttel

HANACK UND PARTNER
VERMESSUNG

www.HanackundPartner.de



Leon Arneth gewinnt 4er-Tisch-Turnier

Am 05.11.2017 hat die TTR Rellingen-Egenbüttel zum wiederholten Male ein Vereinsinternes 4er-Tisch-Turnier veranstaltet – dieses mal mit immer wechselnden Partner anstelle von festen Paarungen über das ganze Turnier.

Nachdem die Turnieranmeldung etwas zögerlich verlief, nahmen im Endeffekt dann doch noch 16 Spielerinnen und Spieler teil. Da jeder wie üblich etwas für das Buffet mitgebracht hatte war dieses wieder mit vielen leckeren Sachen reichhaltig bestückt.

Aufgrund der immer wechselnden Partner musste sich jede Runde neu auf den eigenen Partner und die Gegner eingestellt werden. Durch dieses System kamen teilweise sehr starke Konstellationen und spannende Spiele heraus. Gespielt wurden jeweils immer 4 Sätze, so konnte also auch mal ein Unentschieden entstehen. Nach 10 Runden wurden dann die Sieger

Sieger 4er-Tisch-Turnier 2017 gekürt, ermittelt an der Anzahl der gewonnenen Sätze:

Sieger wurde Leon Arneth (Mitte) mit 19 Sätzen. Die Brüder Oliver und Sven Olaf Wendt (außen) wurden mit je 18 gewonnenen Sätzen gemeinsam Zweite.

Das Turnier war ein Erfolg und hat wie immer sehr viel Spaß gebracht! Wir freuen uns schon auf Ende dieses Jahres, wenn es das nächste Mal stattfindet (mal schauen wer die Orga übernimmt...

Die (diesjährige ;-)) Turnierleitung Birgit, Sabine und Markus

MIELKE & ERICHSEN

TORTECHNIK



HÖRMANN-Garagentore, Industrietore und Torantriebe

Tangstedter Chaussee 30 · Rellingen
☎ 04101/ 69 67 89-0

 **Beratung, Planung,
Verkauf und Montage**

 **Service für
alle Fabrikate**

 **Reparatur, Wartung
und UVV-Prüfung**

 **24 Stunden
Notdienst**



www.mielke-erichsen.de

Weniger ist
mehr

* Dieser Coupon ist bis zum 19.4.2018 gültig. Nur einlösbar im/ in hier angegebenen dm-Markt/dm-Märkten, nicht gültig bei Bestellungen auf www.dm.de. Je Einkauf ist 1 Coupon einlösbar. Jede Vervielfältigung ist unzulässig. Vom Rabatt ausgenommen sind Pfand-, Geschenkkarten, Handy- und iTunes-Guthabekarten und Erlebnisboxen. dm-drogerie markt GmbH + Co. KG, Carl-Metz-Str. 1, 76185 Karlsruhe. Stand: 11/2015

**5 % Rabatt auf Ihren
nächsten Einkauf.**

Einfach Original-Coupon* an
der Kasse abgeben und sparen.

dm-drogerie markt
**Krupunder Heide 2b
bei Edeka
25462 Rellingen**
Mo-Sa 8.00-20.00 Uhr
www.dm.de



923228517 156504



HIER BIN ICH MENSCH
HIER KAUF ICH EIN



Abteilungsleiterin Volleyball
Meral Wirkus
Telefon 0176 - 48898732



Der Aufstieg ist perfekt!

Und warum Aufhören keine Option ist!

Es hat ein wenig gedauert, aber wir haben es endlich wieder geschafft - wir sind in die Damen-Bezirksliga aufgestiegen! Auch wenn wir noch ein Spiel offen haben und auch andere Mannschaften ihr letztes Spiel noch spielen müssen, ist es nicht mehr möglich, uns einzuholen. Wir haben bisher nur ein einziges Spiel verloren, unser direkter Verfolger bereits vier. Unser Puffer ist also groß genug!

Doch es war ein beschwerlicher Kraftakt: nachdem wir uns vor drei Jahren über die Relegation in die Bezirksliga gekämpft haben, sind wir leider zum Ende der Saison auch wieder in die Bezirksklasse abgestiegen. Doch wir hatten das Ziel, es wieder zurück in die Liga zu schaffen. Leider hat es in den beiden letzten Jahren nicht ganz gereicht; letztes Jahr haben uns zwei unglückliche Niederlagen zum Ende der Saison den Aufstieg gekostet. Die Tabelle war sehr eng und es zählte jeder Punkt, teilweise jeder Satz. Aber Aufgeben

war nie eine Option! Dank unserer neuen Trainerin Ortrun, die unsere Stärken gefestigt hat und ein paar unserer Schwächen verbessern konnte, starker Willenskraft und Zusammenhalt als auch ein paar glücklicher Ergebnisse der Spiele anderer Mannschaften haben wir es geschafft. Personelle Engpässe haben uns dabei ganz schön zu schaffen gemacht: gleich zu Saisonbeginn hat uns eine Spielerin verlassen, um ins Ausland zu gehen. Eine andere fiel aufgrund von Knieproblemen nach dem ersten Drittel aus, eine weitere kämpft mit starken rheumatischen Schmerzen, eine Bänderzerrung ereilte die nächste. Und dann noch die Krankheitswelle, die uns zum Schluss stark minimierte. Teilweise konnten wir gerade antreten. So banale Sachen, wie ein wenig Husten, Rücken- oder Schulterschmerzen, eine Prellung am Auge oder „altersbedingte“ Zipperlein zählten nicht mehr. Damit ging es trotzdem aufs Spielfeld. Es gab zwischenzeitlich sogar Spiele, bei

dem „Kranke“ als Spieler eingetragen wurden, um sich im Zweifel zumindest auf das Feld zu stellen, damit wir vollzählig sind und nicht kampflos verlieren. Wie gesagt: Aufhören war keine Option!

Und der Einsatz hat sich gelohnt. Darauf sind wir unglaublich stolz und freuen uns, es den anderen jungen Mannschaften nochmal gezeigt zu haben. Umso mehr, wenn man nach einem Spieltag zufällig mitbekommt, wie die jungen Mädels (die meisten Jahrgang 2000 und jünger) sich zuraunen, dass „die alten Omis doch ganz süß seien“. Das konnten wir natürlich nicht auf uns sitzen lassen und haben prompt unseren Mannschaftsruf auf „Oma gib Handtasche“ geändert. Das haben wir uns in unserem Alter auch redlich verdient: im Gegensatz zu den anderen Mannschaften ist die Jüngste bei uns Jahrgang 1972 und das Durchschnittsalter 52 Jahre. Das schmälert aber nicht unseren Willen zu gewinnen, höchstens unsere Schnelligkeit und Wendigkeit. Dabei werden aber oft der eingeschworene Mannschaftsgeist, der Spaß, den wir am Spielen haben, und auch die Erfahrung

unterschätzt. Da tut es jedes Mal gut zu hören, wenn Gegner sich an unseren Spielzügen erfreuen oder um ein Freundschaftsspiel bitten, um von uns zu lernen.

Gut auch, dass wir in unserer Mannschaft Physiotherapeuten, eine Krankenschwester und eine Doktorin für Geriatrie (für diejenigen, die sich damit noch nicht auseinandergesetzt haben, das ist „Altersforschung“), eine Apothekerin und auch eine Bestattungunternehmerin dabei haben. So sind wir quasi „Selbstversorger“ und für viele Situationen gewappnet. Aber wir sind mehr als nur ein Volleyballteam: wir sind Kummerkasten, Diskussionsrunde, wir feiern zusammen – wir sind wie eine Familie. All das hält uns als Team und unsere Knochen zusammen.

Wir werden auch weiterhin mit Freude weiter am Ligabetrieb teilnehmen. Jedoch brauchen wir in jedem Fall tatkräftige Unterstützung und suchen dringend neue Spielerinnen!! Da es in unserem Alter nur noch wenig Damenmannschaften gibt, hoffen wir, dass genau das unser Pluspunkt ist. Wenn ihr also jemanden kennt, der

Hörgeräte | Zacho
Das Beste zum Hören

GUTSCHEIN

Wissen Sie, ob Sie noch gut hören?

Ein Hörtest gibt Ihnen Sicherheit und dauert nur wenige Minuten: Wir erstellen Ihr individuelles Hörprofil kostenlos und unverbindlich.

Machen noch heute den entscheidenden ersten Schritt um festzustellen, ob Sie noch gut Hören.

Ihr Gehör sollte es Ihnen Wert sein!

Frühzeitiges Handeln bringt Sicherheit.

Am besten Sie vereinbaren gleich einen Testtermin in einem der Zacho Fachinstitute.

www.zacho.de

25462 Rellingen • Am Rathausplatz 17 • Tel. 04101- 37 68 84
25469 Halstenbek • Gustavstraße 7 • Tel. 04101- 805 75 95
22459 HH-Niendorf-Markt • Zum Markt 1 • Tel. 040- 54 800 930
22455 HH-Niendorf-Nord • Rudolf-Klug-Weg 7-9 • Tel. 040- 780 122 00

Weitere Fachinstitute in HH-Blankenese u. HH-Othmarschen

Volleyball spielt oder gespielt hat, vielleicht eine Pause wegen Kindern, Beruf oder Umzug eingelegt hat, dann schickt sie zu uns! Wenn sie auch den Ehrgeiz hat, am Punktspielbetrieb teilzunehmen, sich regelmäßig bewegen möchte und Lust auf Geselligkeit und Spaß hat, ist sie bei uns genau richtig! Gerne könnt ihr mich dazu ansprechen oder meinen Kontakt weitergeben. Mit Blick auf die kommende Saison in der Bezirksliga wird es umso wichtiger, dass wir Unterstützung bekommen: Aufgrund einer Änderung des Spielmodus in der darüberliegenden Landesliga werden zum Ende dieser Saison sechs Mannschaften in die Bezirksliga absteigen. Das wird das

Spielniveau enorm anheben und es natürlich sehr viel schwieriger machen, sich zu behaupten. D.h. uns werden im wahrsten Sinne des Wortes die Bälle um die Ohren fliegen. Wir nehmen es eben als eine neue Herausforderung und hoffen, einigermaßen mithalten und vielleicht das eine oder andere Spiel für uns entscheiden zu können.

Ganz getreu unserem Motto: AUFHÖREN IST KEINE OPTION!

P.S.: Ihr könnt uns helfen, auch wenn ihr kein Volleyball spielen wollt/könnt. Unterstützt uns lautstark bei unseren Heimspielen im Ellerbeker Weg. Die Termine findet ihr ab September auf unserer Homepage des RTV. Meral Wirkus

NEUHOFF
Augenoptik und Juwelier ****



L A S S E N S I

E S I C H D O C H M

A L W I E D E R S E H E N

W I R F R E U E N U N S A U F I H R E N B E S U C H

www.neuhoff-rellingen.de



Am Rathausplatz 19 25462 Rellingen Tel: 04101-23472



Walking und Nordic Walking

Walking ohne Stöcke erfordert, wenn es effektiv ausgeführt werden soll, eine gewisse Körperspannung. Man hält den Oberkörper aufrecht und schaut 4-5 m vor sich auf die Wegstrecke. Die Füße werden, bei leicht gebeugten Knien, von der Ferse zur Spitze hin abgerollt. Somit wird die Druckbeanspruchung auf die gesamte Fußfläche verteilt. Die Arme werden rechtwinklig am Körper angebeugt und schwingen im Schrittrhythmus gegengleich mit. Durch

Beides sind Sportarten für fast Jedermann. Die Gelenke werden geschont und der Kreislauf ange-regt. Man ist stets an frischer Luft, auch Regen oder Schnee halten die Sportler nicht davon ab loszugehen.

die aufrechte Körperhaltung wird die Atemtechnik beeinflusst. Durch Anheben des Brustkorbes bekommen die Atemorgane mehr Platz zum Atmen und die Muskulatur wird ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Den Kreislauf regt man an oder kann ihn beeinflussen, indem man die Gehgeschwindigkeit reguliert.

Die Steigerung zum Walken ist das Nordic Walking.

Die Grundhaltung ist ähnlich wie

beim Walken. Man rollt die Füße ebenfalls von der Ferse zur Spitze ab, nur geht man bei dieser Sportart mit langen Schritten und natürlich mit Stöcken. Der Schwung der Fortbewegung läuft ebenfalls parallel ab - linkes Bein hinten, rechter Arm vorn. Der Einsatz der Stöcke erfordert erst einmal etwas Übung. Um die richtige Handhabung zu erlernen, kann man die Stöcke erst einmal schleifen lassen. Wenn man meint, man hat den Parallelschwung erreicht, setzt man die Stöcke ein. Es hört sich ziemlich kompliziert an und wer Lust hat, sollte einfach mal eine Probestunde machen und unter Anleitung probieren, ob dies nicht die richtige Sportart für den Frühling sein könnte; denn selbst bei langsamen Tempo wird die Fettverbrennung angeregt und man kann Pfunde verlieren. Speziell für ältere Menschen ist Nordic Walking interessant; denn die Koordination und Beweglichkeit werden geschult.



Wir suchen Sie

als Auszubildende/n zum / zur Kaufmann / -frau für Versicherungen und Finanzen

Interesse an einer qualifizierten Ausbildung mit vielen Perspektiven? Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Michael Adler e. K.
Hauptstr. 57, 25462 Rellingen
Tel. 04101/28589
rellingen@provinzial.de
www.provinzial.de/rellingen

Alle Sicherheit
für uns im Norden.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Wir laufen immer montags von 10.00 - 11.30 Uhr beim Nordic-Walking und mittwochs 9.00 - 10.00 Uhr beim Walking! Treffpunkt am RTV-Turnerheim.

Fischhaus

Rellingen

Rathausplatz 13
Tel. 04101 - 222 30

*Frischfisch, Räucherfisch, Salate
und Marinade aus eigener Herstellung.*

*Unser Bistro bietet
kleine Gaumenfreuden an.*



Jan GERCKENS
Ihr Elektromeister

Pinneberger Str. 48
25462 Rellingen
☎ 0 41 01 / 341 55



www.jangerckens.de - info@jangerckens.de

Sport für den Kopf: Sudoku

1	7			8	2			
						8		
9	4	8	3			1		
					3		8	
			7				2	
7	6							
8	3		2	6		5		1
	2		9	4	1	7		8
					5	2		

Ziel des Spiels ist es, alle leeren Zellen mit den Ziffern 1 bis 9 so aufzufüllen, dass jede Ziffer in einer Spalte (senkrecht), in einer Zeile (waagrecht) und in einem Block (3 mal 3 Zellen) nur einmal vorkommt.

Viel Erfolg beim Lösen!

Die Lösung findet ihr auf der RTV-Homepage!

Gewinnspiel

Löse die drei aufgeführten Fragen, indem du aufmerksam den SportSchnack durchliest! Die richtigen Antworten sendest du unter Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer per E-Mail an info@rellinger-turnverein.de! Einsendeschluss ist der 20.05.2018!

Frage 1: Wo findet im Tischtennis die Deutsche Pokalmeisterschaft 2018 statt, an der 3 Spieler des RTV teilnehmen?

Frage 2: Wie lautet der Mannschaftsruf der Volleyballerinnen des RTV, der kurzfristig an einem Spieltag geändert wurde?

Frage 3: Wann findet der RTV-Familienlauf 2018 statt?

Und das gibt es zu gewinnen:

1. Preis: Teilnahme an der Kursstaffel Sommer oder Herbst
2. Preis: eine Currywurst mit Pommes und Getränk im Turnerheim
3. Preis: eine RTV-Chronik „100 Jahre Rellinger Turnverein“

Die Gewinner werden beim RTV-Sommerfest am 27. Mai 2018 im Garten des Turnerheims um 14.00 Uhr live gezogen!



LESESTOFF
MEINE BUCHHANDLUNG
Bücher Spiele Tickets

Max Wiedebusch KG
Hauptstraße 74 • 25462 Rellingen
Telefon: 04101-780 96 00
mail@lesestoffundmehr.de
[www. lesestoffundmehr.de](http://www.lesestoffundmehr.de)

**Bücher
Spiele
Kalender
Grußkarten
eBooks
Schulbücher
Vorverkaufsstelle für**

- Schleswig-Holstein Musik Festival
- Theaterverein Rellingen
- Veranstaltungen der Rellinger Kirche
- Reservix

und vieles mehr ...



Jan Börms
Ihr Buchhändler





HEINSEN'S
ELLERBEK

*Herzlich willkommen
an 7 Tagen*

*Brunch und Frühstück
Montag – Samstag 17.00- 21.00 Uhr
Sonntag ab 12:00*

*Heinsens Ellerbeek | Hauptstraße 1
25474 Ellerbeek | Tel.: 04101 - 37 77 0
Fax 04101 - 3 777 29 | www.heinsens.de*

Mit Freunden
zusammen sein:

Ihre Feier im RTV-Turnerheim

Das Vereinshaus des Rellinger Turnvereins ist ideal für Feste im kleinen oder großen Rahmen.

Ihre Feier gestalten Sie nach eigenen Vorstellungen. Wir beraten Sie gerne ganz individuell in Sachen Partyservice, Musik, Tischaufstellung, Dekoration, Blumenschmuck und Getränkeauswahl.

Für **kleine Gesellschaften** bietet unsere **Gaststube** Platz für bis zu 20 Personen:

- Versammlung
- Elternabend
- Infoabend
- Tagung
- Mannschaftssitzung

Größere Gesellschaften finden im **Saal** des Turnerheims mit 30 bis 80 Personen bequem Platz:

- Hochzeit
- Polterabend
- Geburtstagsfeier
- Jubiläum
- Konfirmation
- Empfang
- Brunch
- Weihnachtsfeier

Die Abnahme von Getränken und des Servicepersonals ist Grundvoraussetzung für Ihre Reservierung. Catering und Musik liegt in Ihren Händen.

In den Sommermonaten kann der Garten am Turnerheim gerne mitgenutzt werden.

Für weitere Informationen zum Saal und der Gaststube und

für genaue Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an die RTV-Geschäftsstelle.

Mietpreise

Gaststube:	60,- € inkl. Endreinigung
Saal:	175,- € inkl. Endreinigung
Stuhlhussen:	1,- € je Stuhl
Musikanlage:	50,- € je Veranstaltung

**Reservieren Sie gleich Ihren
Wunschtermin im RTV-Büro**

Tel.: 04101 22670

E-Mail: info@rellinger-turnverein.de



Vor 20 Jahren

Michael Naatz Michael Scholz
Tel.: 6 39 06 Tel.: 20 49 38

Judo



1. LANDESLIGA-KAMPFTAG '98

Normalerweise würde ich, ehrlich gesagt, über einen Kampftag wie diesen den Mantel des Schweigens breiten. Andererseits fühle ich mich verpflichtet, die Ereignisse der Nachwelt zu überliefern, damit sie daraus lerne, was alles schiefgehen kann. Hier also eine kurze Zusammenfassung:

Schon vorher wußten wir, daß es schwierig werden würde, denn wir mussten ohne Heiko Suhr (im Urlaub) und Robin Gedai auskommen; letzterer hatte sich beim Kindertraining einen Zeh gebrochen (ja ja, die kleinen Monster...). Glücklicherweise kam Robin wenigstens als Zuschauer mit, denn wir sollten seinen Zuspruch nötig haben. Beinahe hätte ich unsere Mannschaft eines weiteren Kämpfers beraubt, denn ich hatte Andreas Heyden eine falsche Adresse für den Austragungsort gegeben. Er traf trotzdem noch kurz vor Wiegenschluß ein—glücklicherweise, denn er war an dem ganzen Abend der einzige Rellinger, der einen Kampf gewann. Wir anderen waren bis zum Scheitel mit Grippemitteln zuge-dröhnt (Michael Scholz), mußten uns nach einem guten Kampf doch noch geschlagen geben (Heiko Holtorff), oder

verletzten uns (ich). Auch sollte ich wohl nicht verschweigen, daß wir nicht gerade in Hochform waren - beispielsweise erhielt ich für meinen ersten Kampf nur deshalb nicht die Auszeichnung „schwächste Vorstellung des Abends“, weil die Fehlleistungen der Kampfrichter einfach uneinholbar waren. Zwei der drei anwesenden Kampfrichter hatten derart den Kontakt mit der Realität verloren, daß Zweifel aufkamen, ob sie ihre Wertungen für das Geschehen vor ihren Augen abgaben, oder ob sie vielleicht über einen versteckten Monitor einen ganz anderen Kampf verfolgten—vielleicht auch in einer anderen Sportart, ganz sicher war sich in diesem Punkt niemand. Immerhin blieb uns der Trost, daß sich mit anderen Kampfrichtern am Gesamtergebnis nichts Wesentliches geändert hätte.

Soweit die Mißerfolgsübersicht. Der Chronist bittet den geneigten Leser, unsere Fehlleistungen möglichst schnell zu vergessen, den Artikel zu archivieren und ihn nicht vor Ablauf von fünfzig Jahren wieder hervorzuholen.

Michael Naatz

STELLENANGEBOT

sh:z das medienhaus

Wir suchen Zusteller/innen für Rellingen

Zur Übernahme von einem oder mehreren Zustellbezirken.

Werden Sie ein Teil unseres Teams!

Sie können sich vorstellen unsere Leser pünktlich bis 6 Uhr mit einer Zeitung zu beliefern? Dann rufen Sie uns an.

Wir bieten Ihnen:

- ein sicheres Nebeneinkommen auf 450,- € Basis
- eine krisenfeste Tätigkeit direkt vor Ihrer Haustür
- bezahlten Urlaub
- persönliche Betreuung durch einen festen Ansprechpartner
- Hilfsmittel wie Tasche, Lampe, Routenplan



VZG PINNEBERG

VZG VERTRIEBS- und ZUSTELLGESELLSCHAFT mbH

Damm 9-19 · 25421 Pinneberg · Telefon 0 41 01 / 5 35-6262 · E-Mail: personal@vzg.de · www.vzg.de

STELLENANGEBOT

sh:z das medienhaus

Wir suchen Verteiler/innen für Rellingen

Haben Sie Interesse – dann rufen Sie uns an!

Werden Sie ein Teil unseres Teams! Wir suchen Verstärkung im Bereich der Verteilung unserer Wochenblätter. Dieser Job eignet sich hervorragend für Schüler/-innen, Studenten, Hausfrauen, Rentner etc.

Voraussetzung:

Mindestalter für „Der Mittwoch“ 13 Jahre
Mindestalter für „tip – Tageblatt am Sonntag“ 18 Jahre

Wir bieten Ihnen:

- ein sicheres Nebeneinkommen auf 450,- € Basis
- eine krisenfeste Tätigkeit direkt vor Ihrer Haustür
- Hilfsmittel wie Tasche, Lampe, Routenplan
- einen festen Verteilbezirk
- persönliche Betreuung durch einen festen Ansprechpartner



VZG PINNEBERG

VZG VERTRIEBS- und ZUSTELLGESELLSCHAFT mbH

Damm 9-19 · 25421 Pinneberg · Telefon 0 41 01 / 5 35-6262 · E-Mail: personal@vzg.de · www.vzg.de

BEI UNS SIND SIE RICHTIG!

Wir sind Ihr Partner für

- Innentüren
- Fliesen
- Parkett
- Fenster + Türen

Besuchen Sie
unsere Ausstellung!

25462 Rellingen · Eichenstraße 30-40 · Telefon 0 41 01 / 50 20

www.hass-hatje.de

Hass + Hatje GmbH - Hauptsitz: Eichenstr. 30-40 · 25462 Rellingen · Tel.04101 / 502 - 0