

# Sporting

h a m b u r g

## stadtsportmagazin

Hamburg  
**ACTIVE  
CITY**

September 2023  
monatlich & kostenlos

## Klettern an der Alster

**Ruder-Bundesliga:**  
Sprinten auf der Alster

**Segeln:**  
Sanni Beucke auf hoher See

**Andy Grote:**  
Die Active City auf gutem Weg

Anzeige

NEU

GANZ NÜCHTERN BETRACHTET:  
**EIN GROSSARTIGES PILSENER.**

RATSHERRN PILSENER. JETZT AUCH **ALKOHOLFREI** - 0,0 %.

**RATSHERRN**

**ALKOHOLFREI**

0,0%

PILSENER - KALTGEHOPT

131  
kcal

\*je 100 ml



# BESTE JOBS – NATUR ON TOP

Mit dem Golf Lounge Resort sind wir ein attraktiver, stark wachsender, privater Sport- und Freizeitanbieter in Hamburg. Und wir wollen mehr und immer besser. Wir freuen uns auf Dich (m/w/d), wenn Du unseren Weg mitgestalten und/oder mitwachsen willst, in Teil- oder Vollzeit als

- » Eventmanager/in
- » Sportmanager/in
- » Gastromitarbeiter/in
- » Service/Empfang
- » Golf-Scout (m/w/d)

Kontakt: [mail@golflounge.de](mailto:mail@golflounge.de)

# Liebe Leser:innen,



© Foto: Thomas Hampel

wir sind ja mal gespannt, was Euch während der Lektüre dieser wunderbaren neuen Ausgabe auffallen würde, wenn wir Euch das nicht jetzt schon verraten würden: Frauen sind die besseren Sportler! Ohne -innen.

Finden wir in der Ausgabe September. Warum: Weil sie sich allein auf schwimmenden Rennziegen auf Rund-um-die-Welt-Regatten vorbereiten (Hallo, Sanni!). Weil sie, ohne überhaupt auch nur einen Hauch damit rumzudröhnen, auf 8.000er steigen und drei Stunden mit 25 kg Zusatzgewicht auf dem Stairmaster rumackern, da in der Heimat maximal

der Waseberg als Hausberg erhalten muss (Glück auf, Simone!). Oder weil sie schon mit 9 Jahren in Rissen das Kickboxen anfangen, damit sie, wenn sie groß sind, selbstbewusst auf den Kiez gehen können, ohne dass die Eltern schlaflose Nächte haben. Weil sie sich beim Leergut abgeben zum Triathlon inspirieren lassen, von uns nämlich, und das dann auch komplett durchziehen (Danke, Carmen!). Oder eben unser Cyclastics-Frauenteam, die wieder als Newbies schwer euphorisch immer noch die Welt umarmen (Wir sind stolz auf Euch!). Und weil sie sehr selbstbewusst und erfolgreich ganze Tennisturniere stemmen, vorantreiben, weiterentwickeln und sich nicht unterkriegen lassen (Danke, Sandra!). Fast der einzige Typ in dieser Ausgabe: Andy Grote; der kann das sehr gut aushalten.

Viel Spaß beim Lesen.

*Martin Blüthmann*

Euer Martin Blüthmann (martin@sporting-magazin.de)



© Foto: Mediaserver Hamburg/Ingo Boeffter

Partner:



sport und inklusion



Folge uns auf  
**Instagram**



sporting  
hamburg



Hamburg  
tritt an!

Editorial	3
Active City: Die Aktivsten! Sportsenator Grote im Interview	5
Hochseesegeln: Sanni Beucke Die die Wetterbücher liest	9
Extrem-Bergsteigen Hoch, höher, Simone	12
MOVE Eine Bewegung für mehr Bewegung	15
Laufen: Ganz schnell Speedcrew Hamburg	17
Must-See: Ruder-Bundesliga Spitzenrudern, Achter-Sprint – hautnah!	19
Tennis: Happy End?! Interview mit Sandra Reichel	22
Die <b>sporting</b> -Tipps im September	25
Active City kurz notiert EURO 2024/Basketball Supercup/Oberbillwerder	27
BEMER Cyclastics Stolz. Happy. Gänsehaut.	29
Frauen im Sport Kickboxen in Rissen	31
Allianz-Sponsoring Alle stolz!!!	33
STADTRADELN Zu einfach, um nicht mitzuradeln	37
Tanzen: Die S-Klasse Club Céronne	39
HAMBURG WASSER World Triathlon Das Schicksal schreit Triathlon	41
Mitklettern! Hoch hinaus! Klettern an der Alster	44
Hamburg tritt an! Nur noch vier Monate!!	48
Impressum	49



# Die Aktivsten!



Sport- und Innensenator Andy Grote freut sich über die aktuelle Bilanz seiner Active City-Strategie.

**E**inmal im Jahr schnacken wir mit dem ersten Sportler der Stadt: Andy Grote, Sportsenator, Innen macht er auch. Status Active City, what's new, what's best, what's up?

Und wir schauen in ganz zufriedene Augen. Gerade hatte nämlich die DKV zusammen mit der Sporthochschule Köln empirisch ermittelt und veröffentlicht, dass die Hamburger:innen die körperlich aktivsten Menschen der Republik sind. Yiiiiieehhhaaahhh! Und befragt nach den Errungenschaften der letzten Monate, tritt Andy Grote im Grunde die Beweisführung an: „Die Reichweite der Active City, die Bekanntheit, wird immer besser. Wir sind ganz gut in der unmittelbaren Ansprache“, sagt er, „insbesondere bei Kids und Jugendlichen.“ Fest macht er das auch an der Resonanz z. B. auf den Active City Summer, ein Angebot vieler Vereine, das sich for free an alle Hamburger:innen richtet. Läuft in diesem Jahr noch bis Ende September. „Des Weiteren sind wir in Sachen Stärkung der Vereine sehr gut unterwegs“, erklärt er. Knapp 22.000 Nach-Corona-Re-Startergutscheine, überproportional eingelöst von Kids und Jugendlichen, führen zu einer wieder deutlich positiven Mitgliederentwicklung in den Vereinen. Die Gutscheine sorgten sogar national für Furore, wie auch insgesamt der Erfolg von Active City ausdrücklich anerkannt wird. Auch die Unterstützung bei den Energiekosten durch Förder-Nothilfen, bei der Trainerausbildung und zur Förderung des Ehrenamts stärken die Hamburger Sportvereine, „darauf sind wir stolz.“ Und selbst auf so poshen, nationalen Events wie dem Sport Bild Award



ist Active City angesagt. „Die Rückmeldungen aus der gesamten Sportwelt werden immer positiver“, stellt der Senator fest und zählt weiter auf: Highlights, weil auch aufmerksamkeitsstark, zum Beispiel die Partizipation und Erfolge der Hamburger Athlet:innen bei den World Games der Special Olympics, auch für Grote eine Herzensangelegenheit; die Tatsache, dass bei den European Open am Rothenbaum mit Sascha Zverev ein Hamburger gewinnt und Noma Noha Akugue aus Hamburg sensationell im Finale steht; dass beim Beachvolleyball ein Hamburger Duo (Tillmann/Müller) Bronze holt; zum Weinen schön: der Sieg der deutschen Staffel bei der Triathlon-WM, unter anderem vor den Augen von IOC-Präsident Thomas Bach, der Hamburg einen Besuch abgestattet hatte. Das sind schon viele positive Signale, bis hin zu Bewegungsinseln, fünf davon sogar inklusiv, die ebenso wie die Angebote des Active City Summers auch untermauern, dass Vereinssport wichtig, aber kein Muss ist, um sich zu bewegen. „Wobei wir uns natürlich freuen, wenn am Ende auch die Vereine profitieren“, führt Andy Grote aus. Nicht schön, wirklich nicht, der schlimme Unglücksfall des Begleitmotorradfahrers beim IRONMAN, „so etwas überschattet natürlich eine ganze Veranstaltung und führt auch bei uns intern zu vielen Gesprächen.“ Auch nur so mäßig die Performance der Top-Mannschaften: der wiederholte Nicht-Aufstieg des HSV, die Sea Devils und auch die Towers blieben hinter ihren Erwartungen zurück – die Kehrseiten der Medaille einer Sportstadt.

In naher Zukunft, auch sehr bemerkenswert für die Hamburg Active City, der Final Draw für die EURO 2024. „Der findet in der Elbphilharmonie statt und natürlich werden wir versuchen, die weltweite Aufmerksamkeit auf die ganze Stadt zu lenken.“ Wie auch die EURO insgesamt eine große Chance ist, etwas zu bewegen, natürlich durch die Spiele selbst, aber auch im Rahmen des Beiprogramms: „Wir haben bis Ende September unter dem Motto ‚Hamburg – Deine EURO‘ einen vielbeachteten Ideenwettbewerb laufen, der dazu führen wird, dass die EURO in der ganzen Stadt stattfindet, in Form von unterschiedlichsten Aktivitäten die Menschen nachhaltig zusammenbringt.“ Man muss gar nicht so weit in die Zukunft schauen, offensichtlich. „Im Januar findet unter anderem in Hamburg die Handball-EM statt, und wir wünschen uns die Beachvolleyball-WM 2027, das kann man auch ruhig schon sagen, wir haben Bock.“ Neugierig und interessiert schielt er auf Multisportevents wie die Finals oder die European Championships, hierbei merkt er allerdings an: „Wir können kein Leichtathletik.“ Grote weiter: „Und wir probieren gern aus, testen neue Formate, dafür haben wir zum Beispiel unser kleines Versuchslabor, die Active City Arena.“ Hier wurde in diesem Jahr u. a. Padel-Tennis geboten, Beachvolleyball natürlich „... und Breaking, das war richtig cool“. Das hatte dort federführend der Kulturpalast Hamburg veranstaltet, „womit wir, denn Breaking ist ja olympisch, auch hier immer wieder auch neue Hamburgerinnen und Hamburger, jüngere, erreichen.“ >>



Die Active City Arena betrachtet unser Sportsenator als „Versuchslabor“. Beachvolleyball funktioniert.  
Unten: Die Schnittstelle zur Wissenschaft wird ausgebaut; hier als Partner des Sports, Medicine and Health Summit.





Ein dicker Brocken für Hamburg wird natürlich die EURO 2024. Damit möglichst alle Hamburger:innen erreicht werden, gibt es u. a. einen fluffigen Ideenwettbewerb.

Anlässlich der EURO 2024 ist im Mai ein sehr bekanntes HipHop-Battle, das Juste Debout, das sonst immer in Paris stattfindet, in Hamburg geplant: „Da freue ich mich sehr drauf, das ist Jugendkultur“, strahlt er. „Natürlich geht es im Sport immer wieder auch um Vielfalt, Diversität, da passt dieses Event wunderbar. Weswegen wir immer wieder nach Schnittstellen in andere Bereiche suchen“, erklärt er, „mit der Idee, viele Menschen zusammenzubringen und auch die Stadt sowohl behördlicherseits als auch mit anderen Disziplinen, Professionen noch besser zu vernetzen.“ Die Wissenschaft, der Gesundheitssektor sind für ihn zum Beispiel so Bereiche: „Wir waren zum einen ein Teil des Sports, Medicine and Health Summits, haben zum anderen das Projekt Scientific Support Active City, zusammen mit der Uni.“ Hier entsteht der Hamburger Bewegungsbericht. „Wir wollen ja wissen, welche Maßnahme bringt was, welche wirkt nicht. Ein Ziel könnte ein wissenschaftlich fundiertes Screening aller Grundschulkinder sein, um Defizite zu erkennen, aber auch Talente zu entdecken“, wünscht er sich. „Sport muss in unserer Gesellschaft maximal selbstverständlich sein, niemand darf ausweichen können.“ Das sind hehre Ziele, ist eine große Herausforderung, denn immerhin läuft der gesamtdeutsche Trend traurigerweise in die andere Richtung: „Immer weniger Bewegung, immer mehr Bewegungsarmut, Home Office ist nicht bewegungsfördernd“, erklärt er. „Dagegen müssen wir

anarbeiten.“ Andererseits muss er sich auch gegen Zielkonflikte einer stark wachsenden Stadt stemmen. Stichwort: Flächenkonkurrenz, für uns ein neues, gar nicht so schickes Wort, meint: „Liegen öffentliche Flächen, die durchaus für Freizeit und Sport nutzbar sind, eine längere Zeit brach, klopft der Wohnungsbau an“, und wer will dagegen was sagen. In Hamburg leben 45.000 Menschen in Unterkünften für Geflüchtete; Wohnraum ist knapp. „Da müssen wir ständig aufpassen, immer abwägen ...“

„Aber so grundsätzlich sind wir in Sachen Sport und Sportinfrastruktur auf einem sehr guten Weg“, sagt Andy Grote nicht un stolz. „Es gibt auch europaweit nicht viele Städte, die sich Bewegung derart auf die Fahne geschrieben haben. Liverpool macht das zum Beispiel wirklich gut“, weiß er zu berichten. Ob es größere Pläne gibt, möchten wir wissen und wissen gar nicht, ob wir eine Olympia-Diskussion anschieben wollen, so toll wie das alles wäre. „Wenn der DOSB uns fragt, ob wir in Gespräche über eine Bewerbung neuer Art einsteigen wollen, dann sprechen wir erst mal miteinander; denn da gehört Hamburg, bei vermeintlich mehreren Standorten, immer dazu, dann steigen

wir in einen solchen Prozess mit ein“, sagt Grote sehr bedacht. Und auch, nach seinem eigenen Sport befragt, dass er aktuell am liebsten mit seinem Sohn, der neuerdings nämlich Radfahren kann, durch die Gegend cruist. Klingt gut.



Sehr stolz ist er auf inzwischen 5 inklusive Bewegungsinseln. Hier die Eröffnung der Bewegungsinsel in Bergedorf.



Hast Du schonmal von SUDEP gehört? Als Patient:in kann man diesem Risiko aktiv entgegenwirken. Wenn man weiß, was zu tun ist. Und wenn Freunde, Familie und Team das auch wissen. Du kennst jemanden mit Epilepsie? Überlebenswichtige Informationen bei [www.sudep.de](http://www.sudep.de)



DER BESTE SCHUTZ GEGEN SUDEP:  
**WISSEN,**  
**WAS MÖGLICH IST**

**stop**  
**sudep** PLÖTZLICHER  
EPILEPSIETOD

# Die die Wetterbücher liest

**U**nd noch so 'ne Powerfrau. Vor der sich die Jungs mal ganz schön in Acht nehmen sollten – aber auch so ein Spruch ist Eighties. Wir haben mit Sanni Beucke vom Norddeutschen Regatta Verein geschnackt.

Sie ist eine der erfolgreichsten Seglerinnen des NRV, die dann mal nach der Silbermedaille in Tokio gesagt hat, tschüss olympisches Segeln, ich mache jetzt mein eigenes Ding. Und zwar Offshore, meint draußen, ganz weit draußen, Hochseesegeln, und zwar die sportliche, schnelle Variante. Wahrscheinlich dachte sie sich, was (Clubkamerad) Boris Hermann kann, kann ich auch. Deswegen treffen wir sie auch nicht mal eben im Elbgold in Eppendorf, sondern sie ist in Lorient, in der Bretagne, auf'm Boot, wir so, laaaaangweilig. Besser noch: Sie gerade Urlaub, wir nicht. Und was macht sie im Urlaub? „Surfen“, ist klar. „Ich liebe Wellenreiten“, auch nicht überraschend.

Ihr Leben hat Sanni komplett eingestellt auf das langfristige Langfristziel, dass uns aktuell so unterkommt: 2028 will sie Vendée Globe. Und würde man ihr jetzt unterstellen, sie will Boris Herrmann dann die Rücklichter zeigen, täuscht man sich auch hier schwer. Viel zu ehrfürchtig und respektvoll geht Sanni an die Sache ran. Und extrem konzentriert: „Kein Jahr zu viel ist das“, so der Langfristplan für ihre Vorbereitung. Der Schwerpunkt des letzten Jahres und auch aktuell: Das Team, sechs Personen. „Es ist ungeheuer wichtig, die richtigen Leute um sich zu haben“, sagt sie. „Ich habe mit Krugmedia eine Agentur, die vieles für mich organisiert; ich habe natürlich einen Trainer hier vor Ort, er heißt Bertrand Pacé; ich habe meinen alten 49er-Coach Ian Barker ideellerweise, auch als Mentor, absolut an meiner Seite; und ich habe einen Bootspräparateur hier in Frankreich. Die Crew ist schon mal amtlich und maximal verlässlich und cool“, ist sie happy. Und wenn sie Crew sagt, meint das nicht, dass die

DB SCHE  
BayW

Kolleg:innen in der Back sitzen, in die Sonne blinzeln, Beck's trinken und schlau reden, sondern sie sind der Stab im Hintergrund, denn Sanni ist ein Unternehmen. „Eigentlich bin ich ein Start-up“, klingt sportlich, meint noch viel mehr. „Ich habe letztlich ein Unternehmen, eine Verantwortung, kann keine Erfolge garantieren, aber eine Vision.“ Und sie erklärt gleich mit, dass die ganze Nummer längst nicht durchfinanziert ist. Und wer gedacht hat, dass die Deutsche Bahn mit ihrer Logistik-Sparte, im letzten Jahr sehr prominent in den Medien mit diesem Engagement, bis 2028 die Tickets gelöst hat, täuscht sich. „10 bis 20 Mio. kostet so eine Kampagne, über einen solchen Zeitraum“, erklärt sie. Schluck. Allein das Boot kostet 5 Mio. Euro. Und na klar, als Olympiasportlerin will man dann jährliche Höhepunkte, Meisterschaften etc., „... ist aber nicht, noch nicht“, sagt Sanni. „Ich muss mich begnügen, auch mit sportlichen Entwicklungen, aber vielmehr mit Erfolgen im administrativen Bereich.“ Denn: „Als Kaderathletin wird Dir alles vorbereitet, organisiert, das mache ich jetzt alles selbst, und ich bin die Chefin.“ Und: „Erst im nächsten, übernächsten Jahr spreche ich von Ergebnissen.“ Basta. Sie ist nämlich auch noch entspannt.



*Sanni hat mit 7 Jahren mit dem Segeln angefangen. Nach ihrer Silbermedaille in Tokio wechselte sie 2021 zu Offshore, nahm 2023 als einzige Deutsche am Ocean Race teil.*

Natürlich geht sie raus, mit dem Boot, immer allein, und sie trainiert auf den gefährlichsten, anspruchsvollsten Revieren der Welt, Atlantik, Biskaya, Ärmelkanal: „Schnell wechselnde Wetter, Winde und Strömungen, Seegang und ein wahnsinnige Berufsschiffahrt.“ Die immer Vorfahrt hat, by the way. „Verkehrsstreuungsgebiete“ nennt man das, „da ist die Strategie sehr wichtig“, erklärt sie. Aber nicht täglich. „Das geht gar nicht. Mein Boot liegt ja nicht bei Käpt'n Prüsse: einsteigen, loslegen. Ich brauche zwei Stunden zum Aufbauen, zwei Stunden zum Abbauen. >>>



Anzeige

**ddm**  
DIERICHS DRUCK+MEDIA

DEIN ZEITSCHRIFTENDRUCKER



IBGEN DEINE  
DRUCKEREI



PRINT MEDIA GROUP

**ddm**  
DIERICHS DRUCK+MEDIA

ColorDruck::  
solutions

PMGi

PubliKom Z

printTailor

Zweimal im Monat gehe ich für vier Tage raus, plane dafür alles durch, Proviant, Material, alles muss perfekt sein“, beschreibt sie. Dazu kommt dann im Schnitt eine Regatta im Monat. „Es braucht eine extreme Gewissenhaftigkeit in der Vorbereitung dieser Regatten, bei allen Dingen, die ich tue. Ich lerne zum Beispiel gerade Französisch“, erzählt sie. „Das ist wichtiger als jede Kniebeuge, weil ich selbst hier auf dem Steg viel lerne, und mein Trainer ist Franzose. Ich muss ALLES verstehen, was er sagt, auch die Untertöne. Denn es geht um alles, ein kleinster Fehler kann fatale Folgen haben.“ Im letzten Jahr auf der „La Solitaire du Figaro“, der größten Offshore-Regatta Frankreichs, war sie erstmalig allein am Start. „Da ging es ums pure Überleben“, sagt sie, aber auch: „Diese Regatta macht süchtig“, ist aber eine echte Herausforderung: Männer und Frauen segeln unter denselben Wettbewerbsbedingungen und einer einheitlichen Wertung; es gibt keinen Frauen-Bonus.

Der Kurs führt die Segler:innen über mehrere Etappen von Caen in der Normandie über Kinsale (Irland) und Spanien bis zum Ziel in Piriac-sur-Mer (Bretagne). „Da darf man keinen Manöver-Fehler machen, nur fünf Frauen sind dabei, und in diesem Jahr will ich mithalten.“ Von Angreifen ist sie weit entfernt. „Zwei, drei Stunden hinter dem Leader wäre ein totaler Erfolg.“ Eine Etappe dauert 2 bis 3 Tage an, jeweils vier Stunden Schlaf gönnt sie sich, in ca. 20 Minuten-Blöckchen. „Müdigkeit fühlt sich an Bord anders an“, da sie während der Rennen voller Adrenalin ist, auch, weil sie alles unter Kontrolle haben muss. Wahnsinn. Wie sie sich abends in ihrer Wohnung in Frankreich entspannt, wollen wir wissen. „Ich habe hier viele Freunde, bin viel bei meiner Familie, meinem Partner, und hier ist eine echte Offshore-Community.“ Und wenn sie was liest, liest sie Wetterbücher. Autsch. Spannend? Für sie ja. „Es bleibt mir wenig Zeit, auch wenn das Fernziel erst in 2028 ist“, sagt sie. Langer Turn? „Meine Olympiemedaille hat letztlich auch 15 Jahre gedauert“, kommt prompt zurück. „This Race is Female“, heißt ihre Kampagne. Her Race is Sanni, trifft es eher. Sie redet nicht über Female Empowerment, sie empowert.





# Hoch, höher, Simone

**W**enn Ihr in den nächsten Tagen und Wochen eine charmante junge Frau mit schwerem Gepäck und Gewichtsmanschetten an den Füßen durch Winterhude wandern seht, macht bitte entweder eine ehrfürchtige Verbeugung oder sprecht sie doch einfach an, denn sie hat richtig was zu erzählen.



Es handelt sich dann nämlich mit größter Wahrscheinlichkeit um Simone Molter. Sie ist 38 und sie klettert im September auf die Annapurna IV, das ist „nur“ ein 7.500er; und weil sie noch was nachholen will, danach noch gleich auf den Manaslu, einer der 14 Achttausender weltweit. Sie ist aus Winterhude, und wenn man uns fragen würde, wie sieht eine Hamburger Bergsteigerin aus, hätten wir ganz sicher nicht Simone beschrieben. Aber der Reihe nach: Seit zehn Jahren lebt Simone in Hamburg, sie ist Anästhesistin, kommt eigentlich aus dem Bergischen Land, ist ja klar, allerdings dem bei Köln. Sie hat von Haus aus eine Challenge zu meistern, um gleich mit der Tür ins Haus zu fallen, sie hat eine angeborene Leber- und Nierenerkrankung. „Irgendwann droht die Dialyse“, sagt sie, „und es kann mir niemand sagen, wann.“ Und weil dann Höchstleistungen im wahrsten Wortsinne nicht mehr möglich sein werden, hat sie – die eigentlich „sportlich normal“, Radfahren bis Triathlon (schon auch mal zwei an einem Wochenende) drauf ist – sich die Berge vorgeknöpft. Angefangen hat das in Südafrika, „da bin ich wahnsinnig viel gewandert“, erzählt sie, „und es ging auch die Berge rauf, das hat meinem Körper sehr gut getan, und dem Kopf auch.“ >>

Richtig frosty: Simone im Zelt in Camp 3 am Manaslu (6.800 m).  
Oben: auf dem Gipfel des Großglockners (3.798 m).



Oben: ... lest selber. Unten: Aufstieg von Camp 1 nach Camp 2 am Manaslu an einer ca. 80% Steilstufe über 8 bis 10m.

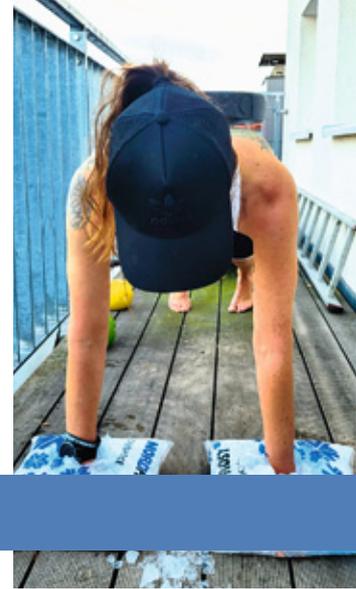
Und weil ihr der Kilimandscharo schon immer zugeblinzelt hatte, beschloss sie 2019, kurz nach ihrem letzten Triathlon, „denn ich war ja gut im Training“, gleich im Januar 2020 nach Tansania zu gehen, um dort in einer Vierergruppe auf den Bilderbuch-Berg, den höchsten Berg Afrikas, heute sagt sie, „zu wandern“. Der knapp 6.000 Meter hohe Berg und seine Besteigung haben eine starke Symbolkraft, auch für sie. Nach der langen 9-Tage-Route, „die ist nicht so bevölkert und gibt dem Körper mehr Zeit, sich an die Höhe zu gewöhnen“, war das Besteigen des Gipfels „ein sehr emotionaler Moment für mich“. Ein riesengroßes Glücksgefühl.

Zwei Dinge hatten sie offensichtlich gepackt, im Positiven: „Ich hatte mir was vorgenommen, etwas sehr Besonderes, und das habe ich geschafft“, also wurde weiter geplant. Zum anderen hat sie aber für sich festgestellt: „Ich bin kein Typ für Massenveranstaltungen.“ Denn sie erlebte gerade in Afrika, und auch aus dem Himalaya weiß sie davon inzwischen zu berichten, wie die Tourismus-Industrie das Thema Extrem-Wandern/-Bergsteigen längst für sich entdeckt hat. „Nicht mein Ding.“ Dennoch loderte das Feuer, das sie gefangen hatte, das erlebte Glück in ihr lichterloh und sie entschied, zurück in Hamburg, ich will mehr davon, vor allen Dingen, ich kann mehr davon. Die nächste, erste alpinistische Challenge war dann sozusagen ein Ausbildungstrip. Zu zweit, nur mit einem Bergführer, wagte sie sich an den Großglockner, so mit Steigeisen und so, „ein technischer Berg, da muss man gut sein“, und das war sie wohl. „Der Bergführer war von meiner Besonnenheit und meiner Leistungsfähigkeit begeistert, das hat mir Mut gemacht.“ Und mitten in Corona, im März 2021, Nepal war offensichtlich gerade wieder offen, aber leer, ist sie aufgebrochen und nur mal eben so zum Everest-Base-Camp gewandert. Bei „ausschließlich Minusgraden“ wollte sie gefühlt mal so die Lage checken, und zwar, wie sich das für sie selbst anfühlt. „Das ist alles sooo beeindruckend, die Natur, diese Dimensionen, Du als kleines Nichts vor dem Giganten“, sagt sie heute. Und es war eben leer, wenige Bergsteiger:innen, in einem Camp, das für bis zu 1.000(!) Menschen ausgelegt ist. Verrückt. Und dennoch war ihr nächster Plan da, der Manaslu sollte es sei. Ihr erster 8.000er, „ein optimaler erster 8.000er“, sagt sie. Mit dieser Idee im Kopf flog sie zurück nach Hamburg. Aus gesundheitlichen Gründen kam es dann aber zu einer 3-monatigen Zwangspause. Und sie schaffte es trotzdem in nur



8 Wochen, wieder fit zu werden, im September den Mont Blanc zu knacken. Für viele Bergsteiger:innen wäre da Ende Gelände, nicht für Simone aus Winterhude. „Ich habe am Mont Blanc gemerkt, wie wichtig der Kopf beim Bergsteigen ist. Natürlich ist Kondition Voraussetzung, sie macht vielleicht 40 % aus, aber der Körper kann viel mehr, wenn man will. Auch wenn es gar nicht mehr weiter geht, man hat immer noch Kraft“, sagt sie sachlich, fast ehrfürchtig. Ihre Erfahrung. Im Frühjahr 2022 machte sie dann den Sack zu, buchte den Trip für September, das ist ihr Monat, es sollte sein. Die Ehrfurcht war und ist groß. „Ab 7.500 Meter ist man in der Todeszone“, erklärt sie. „Der Körper ist da nicht mehr in der Lage, ausreichend Reserven zu bunkern, er baut zwangsläufig ab, und zwar exponentiell. Das, was Du verbrauchst, kannst Du nicht oben essen.“ Sie sagt ernst: „In allen Belangen sind bei einer solchen Unternehmung 100 % gefordert.“ Sie starteten in einer Gruppe, bei der sich wohl Bergsteiger-Kolleg:innen übernommen hatten, zu schlecht vorbereitet waren. All die Ziele, der große Traum, vergeht, weil die Tour vom Bergführer dann schlichtweg abgebrochen wurde. Simone beschreibt es kaum, aber der Frust saß tief, die Sehnsucht blieb. „Beim Triathlon kannst Du aufgeben und das kümmert eigentlich keinen, Du hörst einfach auf. Am Berg aber muss die ganze Gruppe zurück. Das ist bitter.“

Das war vor einem Jahr. Nun will sie es wieder wagen, aber wie zu Beginn gesagt, im Doppelpack. Zuerst die Annapurna IV, dann der Manaslu. Erst vier Frauen sind auf die Annapurna gestiegen, Nepalesinnen, und sehr wenig Frauen weltweit trauen sich einen 8.000er zu, ... und jetzt kommt Simone. Eben noch in der Alsterperle, jetzt ... Wahnsinn. In diesem Jahr



Posieren am Manaslu, letzter Abstieg von Camp 1 zum Basecamp. Rechts: Training zu Hause, Liegestützen auf Eisbeuteln.

soll es eine handverlesene kleine Gruppe sein. Zwei Briten, die hat sie übers Netz aufgetan. „Ich gehe ohne künstlichen Sauerstoff“, ist klar, „werde deswegen beim Aufsteigen mehrfach hoch und runter gehen, für die Gewöhnung. Mehr als 500 Höhenmeter am Tag sind nicht gut.“ Fünf Wochen hat sie sich Zeit genommen, für beide Gipfel, und aktuell noch in Hamburg macht die Anspannung sich bemerkbar. Drei Stunden Stairmaster mit 20 kg-Weste im Studio sind Programm. Mit den Händen auf Eisbeuteln Liegestützen, kann man machen, frau, Simone erst recht. Oder auf dem Balkon mit Steigschuhen über eine Leiter laufen. Beeindruckend, und so still, so klammheimlich, treibt Simone ihr Ding voran. „Das einzige Limit bist Du selbst“ ist ihre Botschaft. Wir werden Simone begleiten und Euch auf dem Laufenden halten.

Anzeige



Bewerben Sie sich bis zum 31. Oktober für den

## Werner-Otto-Preis im Behindertensport

Preiswürdig sind Projekte, die zur Inklusion und Förderung behinderter Menschen im Hamburger Sport beitragen. Insgesamt ist eine Preissumme von 30.000 Euro ausgesetzt. Neben dem Gewinner werden weitere Projekte ausgezeichnet und mit einem Preisgeld bedacht.

Die Ausschreibungsunterlagen finden Sie unter [www.alexander-otto-sportstiftung.de](http://www.alexander-otto-sportstiftung.de)

# MOVE – eine Bewegung für mehr Bewegung

© Foto: Sven Jürgensen

**T**ina Göpfert von der Evangelischen Stiftung Alsterdorf sagt: „Sichtbarkeit ist das Ziel.“

Sichtbarkeit darauf, dass es hamburgweit ein breites inklusives Sportangebot gibt, dass viele Menschen mit einer geistigen und körperlichen Behinderung Sport treiben, von Breiten- bis Leistungssport oder einfach zum Spaß. Aber vor allem auch dafür, mehr Menschen mit Behinderung (nachhaltig!) in Bewegung zu bringen. Um dem Hamburger Inklusionssport eine Bühne zu bieten, hat sich Initiator und Helga-Cup-Erfinder Sven Jürgensen mit der Stiftung Alsterdorf, Juliane Timmermann (Sportpolit. Sprecherin der SPD-Fraktion) und ihrer Kollegin Regina Jäck sowie Katharina von Kodolitsch (Präsidentin Hamburger Sportbund) zusammengetan und „MOVE“ entwickelt. Um es jetzt, erstmalig als Aktionszeitraum in Hamburg, kräftig anzuschieben. Und wir von **sporting** schieben einfach mal mit. Denn nichts tun ist auch keine Lösung. Die Idee, maximal vielen Menschen Sport näherzubringen, sie dazu zu motivieren, zuzuschauen, am besten selber aktiv zu werden, völlig egal ob mit oder ohne Behinderung, ist ja eigentlich sowieso unsere ;-).

Und weil es zusammen sowieso besser geht, bitte sehr. Auch Hamburg Active City und der HSB unterstützen diese lobenswerte Initiative. Einfach

mal anfangen, finden wir gut. „Der Hamburger Sportbund setzt sich schon lange dafür ein, dass Menschen mit und ohne Behinderungen gleichberechtigt Sport treiben können, wichtig dafür sind Angebote vor Ort in Sportvereinen. Vielfach gibt es dort schon Gruppen und Veranstaltungen, bei denen Inklusion im Sport funktioniert“, sagt Katharina von Kodolitsch. Eine Hürde ist eine Hürde. Die gefühlte Barriere „Traue ich mir das zu?“, fehlender Mut, mangelnder Drive bei denen, die mehr bzw. überhaupt Sport treiben könnten, egal ob mit Behinderung oder als Couchpotato unterwegs. Wichtig auch: deren Umfeld. Oft braucht es Freund:innen, Bekannte, die die Initiative ergreifen – sollten. Angebote gibt es vielfach, in Vereinen, auch in Institutionen wie z. B. der Evangelischen Stiftung Alsterdorf.

Es braucht eben einen Kick. Der kommt nun durch MOVE, oder eben diesen MOVE-Artikel. Und um gleich loslegen zu können, gibt es jetzt die **10 Aktionstage (01.–10. September)**, an denen viele Vereine und Einrichtungen ihr Sportangebot anbieten, vorstellen, for free, for fun, zum Mitmachen, Mut fassen, um dabei zu sein, wenn sich die Stadt bewegt. Das vielfältige Angebot, von Breiten- bis Spitzensport, von Athletik über Ballspiele für Kids und Drachenboot bis Rollstuhl-Skaten, könnt Ihr unter **[www.moveinclusion.com](http://www.moveinclusion.com)** einsehen – und auf der rechten Seite.

Unterstützt von: MOVE



© Foto: istockphoto.com



© Foto: Sven Jürgensen

**02.09.2023, 11–17 Uhr**  
**Fußball Turnier der „Bunten Teufel“**  
 Wo: SVE, Furtweg 51, 22523 HH  
 Kontakt: SV Eidelstedt, stefan.schlegel@sve-hamburg.de

**02.09.2023, 13–16 Uhr**  
**Rollstuhl Skate Treff**  
 Wo: Rollstuhl Skate Treff, Baumacker 8a, 22523 HH  
 Kontakt: SIT'N'Skate, mail@sitnskate.de

**02.09.2023, 14–18 Uhr**  
**Sporttag Inklusiv**  
 Wo: Jahnkampfbahn, Stadtpark, Linnering 3, 22299 HH  
 Kontakt: HSB / BRSH / HLW, a.karras@hamburger-sportbund.de

**02.09.2023, 10:30–13 Uhr**  
**Tag der Offenen Tür mit inklusivem Hockey & Tennis**  
 Wo: Klipper THC, Eckerkamp 38, 22398 HH  
 Kontakt: Klipper THC, geschaeftsstelle@klipper.de

**02.09.2023, 14–16 Uhr**  
**Inklusives Schnupper-Rudern**  
 Wo: RC Favorite Hammonia, Am Alsterufer 9, 20354 HH  
 Kontakt: Ruder-Club Favorite Hammonia, buero@favorite-hammonia.de  
 Sonstiges: Teilnehmende müssen schwimmen können.

**02.09.2023, 10–16 Uhr**  
**Rollstuhl Basketball-Turnier für Erwachsene**  
 Wo: SVE, Sporthalle Steinwiesenweg 30, 22523 HH  
 Kontakt: SV Eidelstedt, stefan.schlegel@sve-hamburg.de

**02.09.2023, 15–18 Uhr**  
**Freizeit und Parkspiele für Alle**  
 Wo: Eichthalpark Wandsbek, Wiese beim Spielplatz, 21029 HH  
 Kontakt: Parksportinsel e.V., corinna.schmidt@parksportinsel.de

**02.09.2023, 14–18 Uhr**  
**Freizeit und Parkspiele für Alle**  
 Wo: Schillerufer Bergedorf, 21029 HH  
 Kontakt: Parksportinsel e.V., corinna.schmidt@parksportinsel.de

**03.09.2023, 11:30 Uhr–18 Uhr**  
**Golf sport für jeden**  
 Wo: ETV Sportzentrum Hoheluft, Lokstedter Steindamm 75, 22529 HH  
 Kontakt: ETV, martin@etv-golf.de

**03.09.2023, 10–16 Uhr**  
**Rollstuhl-Parkour für alle**  
 Wo: SVE, Redingskamp 25, 22523 HH  
 Kontakt: SV Eidelstedt, stefan.schlegel@sve-hamburg.de

**03.09.2023, Start: 9 Uhr**  
**Benefizregatta: Rudern Gegen Krebs**  
 Wo: RG HANSA, Schöne Aussicht 39, 22085 HH  
 Kontakt: Ruder-Gesellschaft HANSA e.V, vorsitzender@rghansa.de

**03.09.2023, 10 Uhr**  
**Schauinsland Muddy Angel Run**  
 Wo: Horner Rennbahn, Rennbahnstraße 96, 22111 HH  
 Kontakt: Special Olympics Hamburg, annika.kuenzel@outlook.de

**04.09.2023, 19–21 Uhr**  
**Dart Inklusiv**  
 Wo: Barakiel Halle, Elisabeth Flügge Str. 8, 22337 HH  
 Kontakt: HSV e.V., Inken.Pfeiffer@hsv.de

**05.09.2023, 17.30–18.30 Uhr**  
**Judo für Menschen mit geistiger Behinderung (ab 14 J.)**  
 Wo: ETV, Bundesstraße 96, Dojo 2, 20144 HH  
 Kontakt: ETV, VHarloff@etv-hamburg.de

**05.09.2023, 18.30–20 Uhr**  
**Judo für Blinde und Sehgeschädigte (ab 14 J.)**  
 Wo: ETV, Bundesstraße 96, Dojo 2, 20144 HH  
 Kontakt: ETV, VHarloff@etv-hamburg.de

**05.09.2023, 16–17 Uhr**  
**Ballspiele inklusiv für Jung & Alt**  
 Wo: Barakiel Halle, Elisabeth Flügge Str. 8, 22337 HH  
 Kontakt: SCALA, inklusion@scala-sportclub.de

**05.09.2023, 17–18 Uhr**  
**Ballspiele inklusiv für Kids**  
 Wo: Barakiel Halle, Elisabeth Flügge Str. 8, 22337 HH  
 Kontakt: SCALA, inklusion@scala-sportclub.de

**05.09.2023, 17–20 Uhr**  
**Rollstuhl Basketball-Training BG Baskets/HSV**  
 Wo: Horner Weg 89, 22111 HH  
 Kontakt: HSV e.V., Inken.Pfeiffer@hsv.de

**06.09.2023, 17–18 Uhr**  
**Aquaball inklusiv**  
 Wo: Schule Eberhofsweg, 22415 HH  
 Kontakt: SCALA, inklusion@scala-sportclub.de  
 Sonstiges: Teilnehmende müssen schwimmen können. Anmeldung erforderlich!

**06.09.2023, 17–18 Uhr**  
**Yoga im Sitzen (kostenfreie Schnupperstunde)**  
 Wo: Kunstklinik Eppendorf, Martinistr. 44a, 20251 HH  
 Kontakt: Quartiersnetzwerk martini-erleben, abbehome@lap.de  
 Kontakt: Rollstuhlgerechter Zugang

**07.09.2023, 14:30–16:30 Uhr**  
**Segeln mit und für Jugendliche**  
 Wo: NRV/Alster/Schöne Aussicht 37, 22085 HH  
 Kontakt: Campus Uhlenhorst/NRV, svenjuergensen@icloud.com  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**07.09.2023, 18–19 Uhr**  
**Athletik Training (ab 16 J.)**  
 Wo: ETV, Bundesstraße 96, Dojo 2, 20144 HH  
 Kontakt: ETV, VHarloff@etv-hamburg.de

**07.09.2023, 10–14.30 Uhr**  
**Inklusives Fußballturnier (12–16 Jahre)**  
 Wo: Schule Alter Teichweg 200, 22049 HH  
 Kontakt: Schule Alter Teichweg, s.goebels@atw-hh.de  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**07.09.2023, 16–20 Uhr**  
**Inklusiv Drachenboot fahren**  
 Wo: SVNA Bootshaus, Moorfleeter Deich hinter Hausnr. 536, 21037 HH  
 Kontakt: SV Nettelburg/Allermöhe, behn@svna.de

**07.09.2023, 18:15–20.15 Uhr**  
**Leichtathletik nach Grundsätzen Special Olympics**  
 Wo: Sportplatz Neuallermöhe Ost, Henriette Herz Ring 143a, 21035 HH  
 Kontakt: SV Nettelburg/Allermöhe, behn@svna.de

**07.09.2023, 10–14 Uhr**  
**Inklusives Lauf- und Walkingfest der Hamburger Schulen**  
 Wo: Parksportinsel Wilhelmsburg, 21109 HH  
 Kontakt: BSB Schulsport und Special Olympics HH, SchulsportHHRegioGE@gmail.com  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**07.09.2023, 17–20 Uhr**  
**15 Jahre Rollstuhlsport im HSV – Alle sind willkommen**  
 Wo: Sporthalle Horner Weg 89, 22111 HH  
 Kontakt: HSV e.V., Inken.Pfeiffer@hsv.de  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**08.09.2023, 16–17 Uhr**  
**Tennis-Probetraining**  
 Wo: ETV Sportzentrum Hoheluft, Lokstedter Steindamm 75, 22529 HH  
 Kontakt: ETV, office@etvtennis.de  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**09.09.2023, 12–18 Uhr**  
**Unified Sportfest meets Active City Festival**  
 Wo: Parksportinsel Wilhelmsburg, 21109 HH  
 Kontakt: Special Olympics Hamburg, sonja.mensing@hamburg.specialolympics.de  
 Sonstiges: Anmeldung erforderlich!

**09.09.2023, 15–18 Uhr**  
**Freizeit und Parkspiele für Alle**  
 Wo: Eichthalpark Wandsbek (Wiese beim Spielplatz), 21029 HH  
 Kontakt: Parksportinsel e.V., corinna.schmidt@parksportinsel.de

**09.09.2023, 14–18 Uhr**  
**Freizeit und Parkspiele für Alle**  
 Wo: Schillerufer Bergedorf, 21029 HH  
 Kontakt: Parksportinsel e.V., corinna.schmidt@parksportinsel.de

**10.09.2023, 11–17 Uhr**  
**Sportiv-Inklusiv-Aktiv**  
 Wo: Stadtpark Norderstedt, Am Kulturwerk 1, 22844 Norderstedt  
 Kontakt: Lebenshilfe Norderstedt e.V., ifritsche@lhwn.net

**10.09.2023, Start: 9:35 Uhr**  
**Triatlogischer Triathlon**  
 Wo: Stadtparkbad, 22303 HH  
 Kontakt: Das Rauhe Haus, freiwillig@rauheshaus.de

**10.09.2023, 14–16 Uhr**  
**Ballett für Blinde**  
 Wo: Petit Ballett Hamburg, Gertigstraße 44, 22303 HH  
 Kontakt: Ballett für Blinde, ballettfuerblinde@gmail.com

**10.09.2023, 11–12:30 Uhr**  
**Special Skate– Skateboard, Skaten, Rollstuhl-Skaten**  
 Wo: Planen un Blumen, Rollstuhlbahn, Holstenwall 30, 20355 HH  
 Kontakt: Skateboard e.V. Hamburg und SIT'N'SKATE, jassy@skateboarddev.de



# Ganz schnell

© Foto: Andreas Orth



**D**ie Speedcrew Hamburg ist auch toll. Warum? Weil auch so konsequent.



© Foto: Andreas Grieb

Spitzenathlet:innen made in Hamburg: Louise Wieland hat gerade bei der Leichtathletik-WM den 6. Platz mit der dt. 4 x 100 m Staffel belegt. Rechts: Siegerehrung HSV-Sportfest 2023.



© Foto: privat

Wir treffen Dominik Ludwig (42), er ist Sportlehrer bei der Polizei, einer der zwei Landestrainer im Hamburger Leichtathletikverband und verantwortlich für die Speedcrew Hamburg. Das ist eine Truppe äußerst ambitionierter Athlet:innen zwischen U20 und den Aktiven, meint die Pros, die Senioren-, Männer-, Frauenklasse, you name it. Aktuell sieben Athleten und Athletinnen ackern unter den beiden Coaches für maximalen Erfolg. Derweil Louise Wieland gerade auf der WM(!!!) in der Staffel antritt, gesellen sich zwei ihrer Team-Kameraden zu uns: Junior Boateng und Paul Erdle (beide 21). Paul ist Sprinter, meint 100/200 Meter. Junior war das ursprünglich auch, plus Weitspringen, was eng beieinander liegt, weil schneller Anlauf. Dann sprang er 2019 als Jugendlicher 7,50 m, und seitdem schielt die ganze Leichtathletik-Welt auf Junior, weil 7,50 m sehr weit ist für das Alter. Seitdem ist andererseits aber bei Junior „nur Quatsch passiert“, sagt er, und da schwingt auch Frust mit. Eine Verletzung nach der anderen, fiese Sachen. So fies, dass selbst Mike Powell, bester Weitspringer, Junior einen Gruß schickte, er müsse weitermachen, dranbleiben, gesund werden.

Nun wird Junior also wieder gesund und springt dann quer durch den Stadtpark, hat enormen Mut, ist sehr ehrgeizig und glaubt an sich. Das tun auch die Trainer im Verband, das tut auch der HSV, der ihn toll unterstützt, sagt er, allen voran der HSV-Leichtathletik-Leistungssportkoordinator Nils Lillie, der mal Winter hieß und vor kurzem auch im Abendblatt wild abgefeiert wurde. „Das Team hilft mir auch sehr“, erklärt Junior, die Gemeinschaft, auch begründet durch die Nähe, die entsteht, wenn man zwar getrennt, aber im Training gemeinsam immer wieder an seine Grenzen geht. Obwohl aber alle letztlich nur für sich unterwegs sind, liegen die Messlatten für alle gleich (sehr) hoch. Dominik: „Wir formen Sportler:innen, die Potenzial haben, bei den Deutschen ganz vorn mitzumischen, die

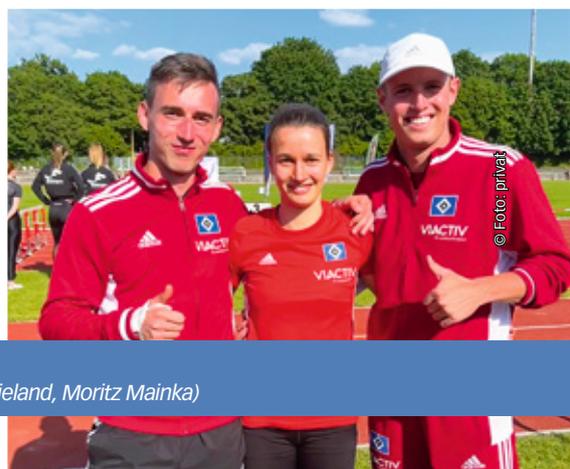
auch international starten können. Wir machen Spitzensport.“ Zack. In diesem Jahr hatte sich Junior zumindest schon mal wieder für die Deutsche qualifiziert; wieder krank. „Weltweit springen 5 bis 6 Männer solche Weiten in dem Alter“, untermauert der Coach aber sein Vertrauen. Paul, er sprintet ausschließlich, gibt zu, dass er im letzten Jahr zwar seinen Mund wohl ein bisschen zu voll genommen hat. Aber er ist auch sauschnell, für eine deutsche 100- oder 200-Meter-Staffel immer gut. Und mal schauen. „Ich wollte eigentlich zur EM und hatte das eben auch rausgehauen, dann hat es doch nicht ganz gereicht“, grinst Paul und grämt sich aber nicht so sehr. Lesson learned. „Noch bin ich für Olympia zu langsam, aber ich arbeite dran“, ist er dennoch sehr selbstbewusst. Dieses Jahr wurde er bei den U23-Meisterschaften über die 100 und die 200 m jeweils Dritter, gewann mit der Staffel bei den U23 und den Dt. Meisterschaften jeweils Silber, mit dem HSV, seinem Verein, ursprünglich kommt er vom LAV Nord. „Der HSV ist in der Leichtathletik in Hamburg das A und O, fördert den Leistungssport extrem, und da sind eben auch Kollegen, mit denen man auch eine Staffel bilden kann, welche Vereine können das?“

Lauter Heißdüsen haben die da am Start. Trainiert wird 5 bis 6 Mal die Woche, neben Junior und Paul auch die Springer:innen Simon Plitzko, Nick Schmahl und Josie Krone, bei den Sprinter:innen sind es neben Paul die schon erwähnte Louise Wieland und Moritz Mainka, die Gas geben, so richtig. Wie weit sie auf Dauer international kommen werden, steht in den Sternen. Dennoch, ihre Vereinskameraden Owen Ansa und Lucas Ansa-Peprah – sie wechselten längst nach Mannheim zum Bundesstützpunkt, starten aber auch wie sie für den HSV – sind Vorzeigebilder, dass man es schaffen kann. Beide haben nebst Trainer Sebastian Bayer Olympia fest im Blick und sind für ihre, unsere Speedcrew Hamburg leuchtende Vorbilder.



© Foto: sportring hamburg

Die Atmosphäre auf der Jahnkampfbahn ist immer cool. Rechts: Dt. Hochschulmeisterschaften 2023 (v.l.n.r. Paul Erdle, Louise Wieland, Moritz Mainka)



© Foto: privat

# Must-See: Ruder-Bundesliga- Finale

unterstützt von  
**Pollmann Stiftung**

Hamburg  
**ACTIVE  
CITY**

© Fotos: Alexander Pischke/ARL - privat

# Spitzenrudern, Achter-Sprint – hautnah, auf der Binnenalster!

**D**ie Ruder-Bundesliga kommt wieder nach Hamburg. Und das sogar zum finalen Renntag am 16. September.



Nach dem bei Sportler:innen und Zuschauer:innen supertollen Erfolg im letzten Jahr hat sich auch in diesem Jahr der Ruder-Club Favorite Hammonia vorgenommen, den Hamburger:innen seinen Sport nicht nur extrem schmackhaft zu machen, sondern der erfolgreiche Ruderclub von der Außenalster bringt die Ruder-Bundesliga direkt in Hamburgs Wohnzimmer. Entlang des Neuen Jungfernstiegs wird eine Regattastrecke gebaut, Startanlage, .... – alles, was es braucht. Damit die schnellsten Frauen- und Männerachter der Republik ihre Sieger ausfechten können. Nicht notgedrungen, weil die Binnenalster nicht lang genug ist, sondern Konzept-wise ist die Strecke in der Liga nur ca. 300 Meter lang (olympisch wird 2.000 Meter gerudert). Und die kurze Sprintstrecke macht vieles möglich: Sehr spannende Rennausgänge, da geht es um Hundertstel, sehr hohe Schlagzahlen, „keine Taktik, sondern ballern“, sagen die Ruderer, denen man das Ballern an den Oberarmen ansieht. Bis zu 50 Schläge die Minute heißt es oft. Und das ist schon mal 'ne echte Ansage.

Bei den Männern gab es in diesem Jahr bislang einen Machtwechsel, der Liga-Champion der letzten Jahre aus Münster wurde gerade





Die Alstersprinterinnen wollen aufs Treppchen. Ihre Kollegen vom Active City Xpress natürlich auch. Hier schleifen sie an ihrer Feinmotorik bei Sponsor Golf Lounge Resort.

vom Sprintteam Mülheim/Ruhr von der Tabellenspitze gedrängt. Es folgen Hannover, Minden, Osnabrück, und dann kommt der Hamburg Active City Xpress vom ausrichtenden RC Favorite Hammonia, unterstützt von den Nachbarn des Der Hamburger und Germania RC sowie von Ruderern des RC Allemannia und des RC Bergedorf. Und das Team von Trainer Martin Blüthmann hat sich vorgenommen, wie auch im letzten Jahr bei seinem Heimspiel wieder zu punkten. Im letzten Jahr wurde der Lokalmatador sensationellerweise Zweiter. Auch in diesem Jahr wird dafür der Achter um Schlagmann Siemen Veenstra durch zwei weitere Ruderer aus dem Kreis der U23-Nationalmannschaft verstärkt.

Gleichermaßen eine bessere Platzierung haben sich auch die Frauen des Hamburger Alstersprinters vorgenommen. Die Crew, bestehend aus Ruderinnen der RG Hansa und ebenfalls von Germania, rangiert aktuell auf Rang vier und will natürlich gern den Sprung aufs Treppchen schaffen. Man darf gespannt sein.

Der Veranstaltungspartner Ruder-Club Deutschland, ein nationales Netzwerk von Aktiven, Alumni sowie Partnern und Förderern der Ruder-Nationalmannschaft, unterstützt eine erstmalig ausgefahrenen U19-Wertung. Heißt: Zusätzlich werden bei den Mädchen und Jungs

die schnellsten U19-Achter aus der Republik erwartet. „Wir wollen den jungen Athlet:innen mit diesem sehr attraktiven Format richtig etwas bieten und natürlich Werbung für den Rudersport – auch als Spitzensport – machen.“ Darüber hinaus fahren die Hamburger Kinder-Ruder:innen wieder ihre Hamburger Sprintmeister in den Vierern aus. Das ist ein großer Spaß für den wirklichen Nachwuchs, auf so großer Bühne anzutreten. Im letzten Jahr gab es für die Kids Burger-Gutscheine. Unterstützt wird der Event in Hamburgs guter Stube unter anderem von der Pollmann-Stiftung. Ihr Geschäftsführer Eberhard Hofmann sagt: „Wir unterstützen vornehmlich den Wassersport, insbesondere Segeln und Rudern, und das Tolle an der extrem spannenden, medial sehr wirksamen Ruder-Bundesliga in Hamburg ist, sie findet tatsächlich genau vor unserer Haustür statt.“

**Das Zeitfahren beginnt am Samstag um 10 Uhr. Spannend sind die Rennen den ganzen Tag, die Halbfinals der Frauen- und Männerachter und die Finals werden ca. ab 16:30 Uhr beginnen. Der Eintritt ist frei.**



# RUDER-BUNDESLIGA

## Final-Renntag

unterstützt von  
**Pollmann Stiftung**

# Hamburg

## Binnenalster



# row for WOW!

**Achtersprint 350 m**

**Männer & Frauen**

**Die besten Vereins-Achter  
Deutschlands**

**16.09.23 ab 10:00 Uhr,**

**Finals ab 17:00 Uhr,**

**Binnenalster,  
Hamburg**

*Volle Action, superknappe Rennen, Musik,  
Drinks ... Eintritt frei!*

Deutscher Ruderverband  
**DRV**



© Fotos: Hamburg European Open/Wildcards

# Happy End?!

**S**eit 2019 ist Sandra Reichel Turnierdirektorin am Rothenbaum. Kurz nach den Hamburg European Open haben wir sie uns geschnappt und ausgefragt.

## Die Hamburg European Open 2023 sind Geschichte, hast Du Dich inzwischen wieder erholt? Wo und wie?

Ich war ein paar Tage zu Hause in Österreich, beim Wandern in den Bergen komme ich zur Ruhe. Ein paar Tage dort reichen mir, um meine Akkus wieder aufzuladen. Mein Handy ist zwar immer dabei, aber ich habe in meinem E-Mail-Account diesmal sogar mal eine Abwesenheitsnotiz eingeschaltet.



Sandra Reichel ist seit fünf Jahren Direktorin des traditionsreichsten deutschen Tennisturniers.

## Du hast hier eine Bleibe, was magst Du an Hamburg? Bist Du inzwischen halbe Hamburgerin und sagst Moin und nicht Moin Moin?

Ich weiß zumindest, dass man nicht „Guten Moin“ sagt! (*lacht*) Ich mag die Stadt sehr, ich liebe das viele Wasser, die Kombination aus Eleganz und Bodenständigkeit. Und ich mag die Menschen hier. Auf Hanseat:innen kann man sich verlassen – geschäftlich und menschlich! Ein wunderbares Beispiel ist für mich Alexander Otto, dem ich zutiefst dankbar bin und den ich persönlich als sehr feinen Menschen kennengelernt habe.

## Mit welchen drei Highlights punktet die Ausgabe Hamburg European Open 2023?

Es gab unendlich viele Highlights, deshalb ist es eine echte Challenge, mich auf drei zu beschränken. Natürlich war es ein unglaubliches Happy End, dass Alexander Zverev sich seinen Kindheitstraum erfüllt hat und als erster Deutscher seit Michael Stich vor 30 Jahren am Rothenbaum triumphieren konnte. Und es war geradezu märchenhaft, wie die erst 19-jährige Noma Noha Akugue sich mit einer Wildcard in ihrem Heimatverein ins Finale gespielt hat – bei ihrer allerersten Hauptfeldteilnahme bei einem WTA-Turnier! Und an beiden Finaltagen waren wir mit 10.000 Zuschauer:innen ausverkauft, das war ein absolutes Wow-Erlebnis! >>



Ausverkaufte Arena am Rothenbaum: Am Finalwochenende fieberten an beiden Tagen jeweils 10.000 Zuschauer:innen mit. Unten: Heimsieg für Alexander Zverev.

Und last but not least bin ich auch mega happy mit unserem Rahmenprogramm: Wir hatten zum Beispiel wieder zwei großartige Inklusionstage, präsentiert von der Alexander Otto Sportstiftung, und erstmals auch einen U13-Girls-Nations-Cup, bei dem man die potenziellen Stars von morgen sehen konnte.

### Was war aber für Dich der größte Flop? Was hat überhaupt nicht geklappt?

Mein Kritikpunkt lautet: Wir hatten Hamburger Schietwetter. *(lacht)*

Aber das liegt ja außerhalb unseres Einflussbereichs, und außerdem haben wir unser Dach über dem Center Court!

Aber mal im Ernst: Normalerweise sehe ich bei jedem Turnier noch Verbesserungspotenziale und Stellschrauben, ich gelte als sehr perfektionistisch. Aber in diesem Jahr kann ich nur sagen: Es war DAS PERFEKTE TURNIER!

### Gab es eine schönste, amüsanteste Begebenheit?

Als besonders schöne Begebenheit habe ich das Get-Together unserer Rothenbaum-Legenden um Arantxa Sanchez Vicario, Martina Hingis und Helga Masthoff in Erinnerung. Anlässlich des 50-jährigen Bestehens der Damenprofiteennis-Organisation WTA hatten wir Stars der Vergangenheit an den Rothenbaum eingeladen. Der Moment, als die dreimalige Siegerin Arantxa Sánchez Vicario nach 23 Jahren erstmals wieder auf dem Center Court begrüßt wurde, war unvergesslich. Und unser Spaziergang mit den Legenden entlang des „Walk of Champions“, als die andere Dreifach-Titelträgerin Helga Masthoff, heute 81, ihr Foto und die ihr gewidmete Säule entdeckt hat, war ebenfalls sehr berührend.

### Die Lizenz für das Herrenturnier wurde vom Deutschen Tennis Bund zum nächsten Jahr an einen neuen Veranstalter vergeben. Wie sauer bist Du darüber? Auf wen? Was wäre Deine Lösung gewesen? Deine Vision?

Ich bin kein Mensch, der zurückblickt. Ich bin einfach nur stolz darauf, was wir geleistet haben. Als wir 2018 hier angetreten sind, war unsere Vision ein kombiniertes Damen- und Herren-Turnier in einem modernisierten, ausverkauften Stadion. Genau das durften wir nun erleben! Und ich bin dankbar für das unglaublich positive Feedback, das ich von Alexander Zverev, Sportsenator Andy Grote und Sportstaatsrat Christoph Holstein in ihren Ansprachen während der Siegerehrungen bekommen habe. Das war für mich emotional sehr bewegend und zugleich Ansporn für die Zukunft. Ich möchte an



dieser Stelle das Jubiläums-Motto der WTA zitieren, das auch für uns gilt: We are just starting ...

### **Nun habt Ihr sogar zuletzt das Damen-Turnier dazugeholt, was können wir tun, was sollte man tun, damit es bleibt?**

Wir leben in einer Zeit, in der Frauensport absolut angesagt ist, und ich bin sehr optimistisch, dass wir mit unseren Partnern – allen voran mit der Stadt Hamburg und Sportsenator Andy Grote – das Damen-Turnier erfolgreich in Hamburg verankern können. Nicht zuletzt, weil Hamburg eine Damentennis-Hochburg ist – historisch, gegenwärtig und zukünftig: Wir haben das große Glück, dass drei der besten deutschen Nachwuchsdamen – Noma Noha Akugue, Eva Lys und Ella Seidel – alle aus Hamburg kommen. Sie schlagen sogar alle am Rothenbaum für den Der Club an der Alster auf, genauso wie die bereits etablierte Top-100-Spielerin Tamara Korpatsch. Welche Stadt weltweit kann das von sich behaupten, ein solches Potenzial an lokalen Spielerinnen zu haben?!

### **Beurteile bitte beide Turniere sportlich. Was war neben der tollen Performance von Noma und Sascha aus Hamburger Sicht bemerkenswert, im Positiven, im Negativen?**

Sportlich waren die Hamburg European Open ein voller Erfolg! Zwei Local Heroes aus Hamburg im Finale zu haben, war, als hätten es die Sterne gut mit uns gemeint. Neben Noma, der hier ihr großer Durchbruch gelang, haben im Frauenturnier auch die anderen Hamburgerinnen begeisternde Ausrufezeichen gesetzt: Eva Lys, auch erst 21, schaffte den Sprung ins Viertelfinale – wobei sie in der ersten Runde die an Nummer zwei gesetzte Ägypterin Mayar Sherif sensationell mit 6:1, 6:1 besiegte. Tamara Korpatsch stand im Achtelfinale, und die 18-jährige Ella Seidel zeigte in Runde eins bei ihrer knappen Dreisatzniederlage gegen Jule Niemeier eine bravouröse Leistung. Bei den Herren ist natürlich auch der Viertelfinaleinzug von Daniel Altmaier erwähnenswert. Und persönlich habe ich mich auch sehr über den Titel unseres super sympathischen Davis-Cup-Doppels Tim Pütz und Kevin Krawietz gefreut. Es war der erste Rothenbaum-Triumph einer rein deutschen Herren-Paarung seit 1974. Die diesjährigen Hamburg European Open waren in vielerlei Hinsicht denkwürdig!

### **Zuletzt habt Ihr immer wieder neue Partner aus der Wirtschaft verkündet, Respekt; war das trotz oder ein Zeichen für „Wir kommen wieder“?**

Die vielen Sponsoren-News haben einfach abgebildet, wie positiv sich der Stellenwert unseres Turniers entwickelt hat – das wird auch von der Wirtschaft honoriert. Wir haben nicht nur langfristig gewachsene Partnerschaften wie mit ECE, EDEKA, Haier, der Hamburg Commercial Bank (HCOB), Cunard, ARRIBA, Asklepios, Betway oder dem Grand Elysée, wir haben auch in diesem Jahr wieder wichtige neue Partner wie etwa Lexus, EBEL, Samsonite, Waterdrop, Montblanc oder La Roche Posay hinzugewonnen. Auch Sponsoren, die bisher nicht unbedingt im Tennis präsent waren, sind auf unser Turnier aufmerksam geworden. Wir haben uns als Event zu einer spannenden Marke entwickelt – das haben wir auch daran gemerkt, dass wir viele neue Zuschauer:innen – insbesondere auch in der jüngeren, diversen Zielgruppe – bei uns begrüßen konnten.



© Foto: Hamburg European Open / Alexander Scheuber

*Auch das Rahmenprogramm war bestens besucht.*

### **Was sind beruflich Deine nächsten Highlights? Ziele?**

Wir arbeiten natürlich im Hintergrund fortwährend daran, dass das Damenturnier langfristig eine Zukunft in Hamburg hat. Ein Herzensprojekt von mir ist aber nach wie vor auch unser WTA-Turnier in Linz, das zweitälteste Damenhallenturnier der Welt und die größte Frauensportveranstaltung Österreichs. Auch dieses Event entwickeln wir stetig weiter; 2023 haben wir für unser Nachhaltigkeitskonzept drei verschiedene Auszeichnungen bekommen. Außerdem haben wir im Rahmenprogramm 2023 Österreichs ersten Frauensport-Kongress veranstaltet, den wir 2024 erneut ausrichten – das Motto lautet: Advantage Ladies!

### **Was privat? Wenn wir das fragen dürfen ...**

Ich möchte künftig mehr Zeit in den Bergen verbringen.

### **... in den Harburger Sandbergen, sicherlich ;) Vielen Dank, liebe Sandra..**



© Foto: Hamburg European Open / Witters

*Turnierbotschafterin Andrea Petkovic mit Nachwuchssensation Noma Noha Akugue. Unten: Alexander Zverev hat sich mit dem Heimsieg einen Kindheitstraum erfüllt.*



© Foto: Hamburg European Open / Alexander Scheuber

# Die sporting-Tipps, präsentiert von LOTTO Hamburg:

## 01.01.–31.12. HAMBURG TRITT AN

Seit dem 01.01. um 00:00 Uhr wird zugunsten der Ukraine-Hilfe geradelt. Alles zur Aktion im Heft und auf Insta: @hamburgtrittan

👉 Europa Passage, Ballindamm 40, 20095 Hamburg

## 01.09. FUSSBALL 2. BUNDESLIGA: FC ST. PAULI

Eintracht Braunschweig vs. FCSP (18:30 Uhr). Am 17.09. (13:30 Uhr) spielt FC St. Pauli am Millerntor gegen Holstein Kiel, am 23.09. vs. FC Schalke 04 (20:30 Uhr). Am 30.09. (20:30 Uhr) geht's in Berlin gegen die Hertha.

👉 fcstpauli.com

## 01.–10.09. MOVE: INKLUSIVE SPORTTAGE

Menschen in Bewegung zu bringen, ist das Ziel von „MOVE“, siehe Artikel im Heft. Kickoff sind 10 Tage voller Programm, mit dabei auch der Helgahard Cup inklusiv (1.–3.09.)

👉 moveinclusion.com

## 02.09. FUTSAL-BL: FC ST. PAULI FUTSAL & HSV

Am 1. Spieltag spielt der HSV auswärts gegen TSV Weilmördorf (18 Uhr), FCSP Futsal empfängt Jahn Regensburg Futsal (20 Uhr).

👉 dfb.de/futsal/futsal-bundesliga

## 03.09. FUSSBALL 2. BUNDESLIGA: HSV

Heimspiel gegen Hansa Rostock (13:30 Uhr), es folgen Auswärtsspiele gegen Aufsteiger SV Elversberg (16.09., 13 Uhr) und VfL Osnabrück (22.09., 18:30 Uhr). Am 29.09. um 18:30 Uhr kommt Fortuna Düsseldorf in den Volkspark.

👉 hsv.de

## 03.09. BARMER ALSTERLAUF

Beim Hamburger Zehner gibt's 2023 erstmals auch eine 5 km-Strecke um die Binnenalster. Mit am Start auch die Siegerinnen von 2022 und 2019, die Zwillinge Purity und Caroline Gitonga.

👉 alsterlauf-hamburg.de

## 09.09. HOCKEY-BUNDESLIGA

Start der neuen Feldhockey-Saison! Die Herren vom Der Club an der Alster und Harvestehuder THC starten in HH, die Damen vom GTHG in Berlin vs. Zehlendorfer Wespen.

👉 hockeybundesliga.de

## 09./10.09. BMX BUNDESLIGA

Jetzt wird's schnell: Lauf 3/4 der BMX Bundesliga auf dem BMX Race Track der RG Hamburg.

👉 Neusurenland 66, 22159 Hamburg

## 10.09. HANDBALL-BL FRAUEN: BUXTEHÜDER SV

Saisonauftakt: Heimspiel gegen die HSG Bensheim/Auerbach Flames (15 Uhr). 16.09. (18 Uhr) auswärts gegen VfL Oldenburg, am 23.09. (16 Uhr) zu Hause gegen HSG Bad Wildungen Vipers.

👉 bsv-live.de

## 10.09. LAUFEN: 40. INT. AIRPORT RACE

10 Meilen (16,1 km) rund um den Hamburger Flughafen, dazu 5 km Lauf und Kinderläufe. Startschuss um 11 Uhr.

👉 airportrace.de

## 10.09. FOOTBALL-DBL 1: HAMBURG AMAZONS

Das Damen-Tacklefootball-Team der Hamburg Pioneers spielt um 15 Uhr am Jahning gegen die Berliner Kobras.

👉 hamburg-pioneers.de/amazons

## 10.09. FC ST. PAULI STADTPARKTRIATHLON

Auch als Staffei, dazu gibt's die Volksdistanz (500 m Schwimmen, 20 km Radfahren, 5 km Laufen) und den Kindertriathlon.

👉 stadtparktriathlon.de

## 10.09. SCHACH: SIMULTANSPIEL

Internationaler Meister Georgios Souleidis „The Big Greek“ spielt im Altonaer Museum simultan gegen ca. 30 Gegner:innen. Eintritt frei.

👉 250jahreschach.de



### 03.09. RUDERN GEGEN KREBS

Patient:innen, Arzteschaft, Pflegepersonal, Rudersportler:innen und -neulinge starten bei dieser Benefizregatta auf der Außenalster und setzen so ein starkes Zeichen gegen Krebs.

👉 [rudern-gegen-krebs.de](http://rudern-gegen-krebs.de)

### 07.09. HBL: HANDBALL SPORT VEREIN HAMBURG

Auswärtsspiele gegen MT Meisungen (07.09., 19 Uhr) und gegen SC Magdeburg (10.09., 16:30 Uhr), 16.09. in der Sporthalle HH gegen SC DHfK Leipzig (19 Uhr), 21.09. (19 Uhr) FA Göpplingen vs. Hamburg, 24.09. (15 Uhr) Hamburg vs. HSG Wetzlar und 29.09. (19 Uhr) Hamburg vs. TBV Lemgo Lippe.

👉 [hamburg-handball.de](http://hamburg-handball.de)

### 07.09. LAUFEN: B2RUN

Bei der größten Firmenlaufserie Hamburgs wird wieder auf schöner Strecke im Altonaer Volkspark gelaufen, mit Zielanlauf ins Volksparkstadion.

👉 [b2run.de](http://b2run.de)

### 08./09.09. ACTIVE CITY FESTIVAL TRIFFT UNIFIED SPORTFEST

Hamburger Sport in 3 Areas: Sports Area mit vielen, auch inklusiven (Mitmach-)Aktionen, Contest Area mit 3x3 Basketball Turnier, Beachvolleyball Cup und Freikletter-Contest und Bühnen & Food Area. 10-18 Uhr

👉 [activecitysummer.de/festival](http://activecitysummer.de/festival)

### 08.-10.09. HAMBURG YACHTFESTIVAL: BOATING! LIVE!

Neue In-Water Bootsmesse im Hamburger Yachthafen in Wedel mit Ausstellungen, Live-Vorführungen, Vorträgen und Aktionen. Eintritt frei.

👉 [yachtfestival.de](http://yachtfestival.de)

### 08.-10.09. MULTISPORT: HAMBURGIADÉ

Norddeutschlands größtes Multi- und Breitensport-Event für alle Active Citizens und mit (fast) allen Sportarten, die man sich vorstellen kann.

👉 [hamburgiade.info](http://hamburgiade.info)

### 08.-28.09. STADTRADELN

Beim Wettbewerb STADTRADELN trittst Du 21 Tage in die Pedale für mehr Radförderung, Klimaschutz und Lebensqualität in Deiner Kommune.

👉 [stadtradeln.de](http://stadtradeln.de)

### 14.-24.09. KLETTERN AN DER ALSTER

In der Europa Passage nicht nur radeln (siehe oben), sondern auch noch klettern. Oder beim Klettern zuschauen, z.B. beim Jugend-Europacup Speedklettern am 24.09. Siehe Artikel in dieser Ausgabe!

👉 [europa-passage.de/events/klettern-an-der-alster-e40179](http://europa-passage.de/events/klettern-an-der-alster-e40179)

### 16.09. RUDER-BUNDESLIGA: FINALE

Finale! Deutschlands schnellste Achter sprinten um den Titel – und das mitten in HH, auf der Binnenalster. Lest den Artikel dazu und kommt mitjubilieren. 9-20 Uhr

👉 [Binnenalster, Neuer Jungfernstieg, 20354 Hamburg](http://Binnenalster.NeuerJungfernstieg.20354Hamburg)

### 17.09. LAUFEN: PSD BANK HALBMARATHON

Neben den Einzelstartern auf 21,0975 Kilometern kann auch der Nachwuchs beim Kids Race auf 2,1 km Hamburgs größten und grünsten Bezirk Wandsbek laufend erobern.

👉 [halb-marathon.hamburg](http://halb-marathon.hamburg)

### 24.09. BASKETBALL-BL: VEOLIA TOWERS HAMBURG

1. Runde BBL-Pokal in Dresden gegen die Titans (15 Uhr). Am 1. Spieltag in der BBL geht's am 29.09. in Ludwigslburg gegen die MHP Riesen (20 Uhr).

👉 [hamburgtowers.de](http://hamburgtowers.de)

### 30.09. HIPHOP: JUST DANCE COMPETITION

Über 40 Hip-Hop und Video Formationen, fast 700 Tänzer:innen und jede Menge Besucher:innen sind in der CU Arena am Start.

👉 [justdancecompetition.de](http://justdancecompetition.de)

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Bitte informiert Euch über den aktuellen Status der jeweiligen Veranstaltung sowie die geltenden Hygienevorschriften direkt auf der Webseite des Veranstalters.

**LOTTO**  
Hamburg

**Und der Sport gewinnt.**



kurz notiert ...



# „Hamburg – Deine EURO“ : Eure Ideen sind gefragt!

**F**ußball-Europameisterschaft in Hamburg, was für eine tolle Chance für unsere Stadt. Und für Euch, Euren ganz eigenen Teil zu einem großen Erlebnis beizutragen.

Denn: Wir suchen – zusammen mit der Alexander Otto Sportstiftung – Eure Projektideen für eine sozial nachhaltige UEFA EURO 2024 in Hamburg. Unter dem Motto „United by Football – Vereint im Herzen Europas“ rollt im kommenden Jahr vom 14. Juni bis zum 14. Juli bei der UEFA EURO 2024 der Ball in unserer sowie in 9 weiteren Ausrichterstädten. Für Hamburg eine tolle Gelegenheit, auch abseits des Rasens im Volksparkstadion zu zeigen, was das Leben hier so besonders, so bunt und vielseitig macht.

Wir freuen uns auf Dich und Deine Ideen, die zeigen, dass der Sport und vor allem der Fußball die Kraft besitzen, Menschen zu begeistern, gesellschaftliche Grenzen zu überwinden und Zusammenhalt und Toleranz in unserer Stadt zu fördern. Deiner Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt – ob Bolzplatzturnier, Fancamp, Diskussionsforum, internationaler Workshop oder ...

Mit dem Ideenwettbewerb wollen wir Dir die finanzielle Möglichkeit geben, Deine individuellen Projekte und Maßnahmen ab Mai 2024 bis zum Turnier umzusetzen und Deinen Teil zu einem großartigen Erlebnis in unserer Stadt im Sommer 2024 beizutragen.

**Wer kann Ideen einreichen?** Privatpersonen, Schulen, Vereine, Institutionen und Verbände.

**Wie funktioniert das?** Ideen werden in Form eines einfachen Formulars eingereicht und von einer Jury bewertet. Die ausgewählten, besten Ideen werden finanziell gefördert; das Geld muss natürlich für die Umsetzung der Idee eingesetzt werden.

**Alle Infos unter:** [hamburg.de/uefaeuro2024](http://hamburg.de/uefaeuro2024)



# Basketball Supercup: Großartiges Finale!!



© Fotos: Witters/LSP

**E**chtes WM-Feeling gab's Mitte August in der edel-optics.de Arena in Wilhelmsburg, beim 34. Basketball Supercup.

Kurz vor dem FIBA Basketball World Cup 2023 trafen beim Supercup in Hamburg schon vier WM-Teilnehmerländer aus vier Kontinenten aufeinander: China, Kanada, Neuseeland und Deutschland. Und sie machten es spannend: Nachdem sich am Samstag Kanada gegen Neuseeland (107:76) und Deutschland gegen China (107:58) ziemlich

eindeutig durchsetzten, gab's am Sonntag zwei spannende und knappe Partien. Beim Spiel um Platz 3 dominierte Neuseeland in der ersten Hälfte deutlich, China gewann das Spiel aber letztlich denkbar knapp mit 69:68.

Herzschlagfinale dann am Abend: Kanada und Deutschland nahmen sich regelmäßig die Führung, zum Ende des letzten Viertels stand es tatsächlich 101:101 – also Verlängerung! Am Ende hieß der Sieger zwar Kanada (113:112), die 3.400 Zuschauer:innen in der ausverkauften Arena verabschiedeten die deutsche Mannschaft aber mit donnerndem Applaus.



## Grüner Loop und Aktivitätspark für Oberbillwerder

**G**ood News für Oberbillwerder: Der neue Modellstadtteil der Active City Hamburg erhält einen identitätsstiftenden und bewegungsfördernden Park mit besonderer Bedeutung.



© Visualisierung: D&K drost consult GmbH

Neun unterschiedliche Entwürfe wurden im Rahmen eines Realisierungswettbewerbes für den Grünen Loop und den Aktivitätspark eingereicht, das Siegerkonzept stammt vom Berliner Atelier Loidl Landschaftsarchitekten. Als größte Parkstruktur soll der Grüne Loop das Herzstück des neuen Stadtteils Oberbillwerder werden. Mit tollen Spiel- und Sportflächen werden die Bewohner:innen zur Bewegung im Alltag motiviert; gleichzeitig entsteht ein einzigartiges Ökosystem mit Lebensräumen für Tiere und Pflanzen. Darüber hinaus sorgt der Grünzug für Verbindung im Stadtteil, öffentliche Einrichtungen wie Kitas und Schulen werden sicher erreichbar. So verbindet der Grüne Loop Naturschutz, urbane Mobilität und Bewegung miteinander. Der ebenfalls geplante Aktivitätspark wird Bestandteil eines größeren Grünzuges durch Oberbillwerder. Zwei Sportplätze mit Tribünen,

zahlreiche Beach- und Streetballfelder sowie eine Freilufthalle können dann von Schulen, Vereinen und Bewohner:innen genutzt werden.



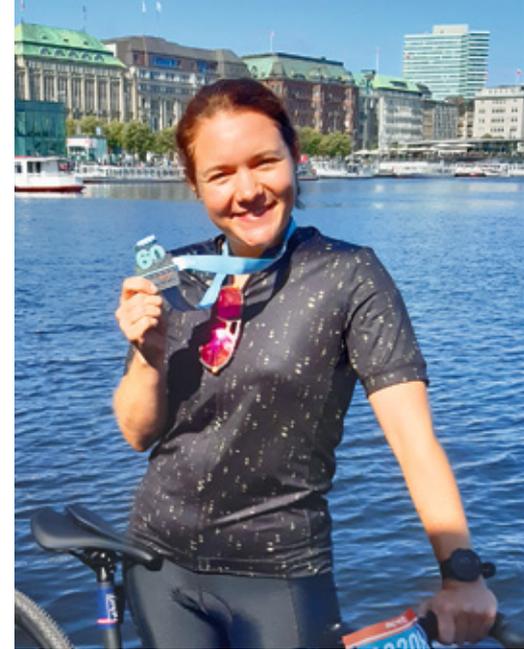
# Stolz. Happy. Gänsehaut.

**W**ir sind ja schon fast Casting-Profis, müssten demnächst eigentlich mal nen Prime-time-Sendeplatz auf ProSieben bekommen. Auch für die diesjährigen BEMER Cyclastics haben wir wieder ein Team gecastet, das **sportinghamburg**-Frauenteam 2023. Das Schönste dabei: Bei uns kriegen sie alle ein Foto, sind alle Gewinnerinnen.

Das Ziel dieses Projekts, auch zusammen mit den BEMER Cyclastics: Frauen

bewegen, Frauen aufs Rad, Spaß haben. Und Spaß haben sie, das sieht man schon an den Rückmeldungen vom Team; die Freude, die Dankbarkeit und vor allem der Stolz nach dem Rennen waren grandios. Nicole zum Beispiel: „Das Rennen war einfach nur meeeegaaa geil. Einmal Cyclastics, immer Cyclastics! :-). Also ich bin infiziert.“ Sie erzählt: „Ich war sehr aufgeregt. Die Stimmung, die Leute, das Adrenalin, alles reißt einen so mit beim Fahren“, und sie verspricht: „Ich bin nächstes Jahr wieder dabei.“ Sebastina berichtet: „Bei der Startaufstellung auf der Kennedybrücke waren wir alle noch ziemlich gespannt, was das Rennen so für uns bringen würde. Nach dem Start verfiel man dann aber schnell in eine Routine, um die ersten Kilometer abzuspulen. Kurze Stippvisite im Kreis Pinneberg, bevor





es dann vom nördlichsten Punkt wieder gen Hamburg ging. Hier war es vor allem die tolle und ausgelassene Stimmung am Straßenrand, die einen scheinbar über die Straße fliegen ließ. Ganze Frühstücks- und Grillrunden wurden hier an den Streckenrand verlegt und es wurde lautstark angefeuert!"

Für Janine bedeuteten die BEMER Cyclclassics in diesem Jahr etwas ganz Besonderes, wir bewundern sie für ihre Kraft. Sie fuhr nämlich das Rennen in Gedenken an ihren kürzlich verstorbenen Mann, der ursprünglich ebenfalls bei dem Radrennen hatte antreten wollen. Und für Sylta waren die 60 km „... eine großartige Erfahrung! Ich habe mich wohl und sicher gefühlt, keine brenzliche Situation während des Rennens erlebt, zum Glück keinen Sturz gesehen. Nach der Zieleinfahrt hatte ich noch recht viel Energie, also ich würde sagen, 100 km wären sich auch locker ausgegangen ...“ Nächstes Jahr, liebe Sylta! Nike fasst lachend zusammen: „Ich habe meine Ziele, Besenwagen entkommen und neue Straßen Hamburgs entdecken, erfolgreich gemeistert!“ Auch Myrta strahlte nach dem Rennen: „Es hat großen Spaß gemacht zu fahren! Die Organisation und die Sicherung der Strecke waren super gut veranstaltet. Ansonsten – nach dem Rennen müde und kaputt, Beine eher naja, aber sehr viel Freude gehabt!“ „Das Rennen heute war der absolute Hammer!“, meldet uns Ruth-Christine. „Im Frühjahr konnte ich mir noch nicht vorstellen, dass ich jemals bei den Cyclclassics mitmachen würde. Das Training über den Sommer lief dann aber trotz Verletzungspause so gut, dass ich mich kurzerhand für die 100 km-Stecke angemeldet

habe. Ohne Autos in der Sonne auf der Elbchaussee Vollgas zu geben, war einfach unbeschreiblich.“ Und: „Am allerbesten am Rennrad fahren sind aber die vielen tollen, sportlichen Frauen, die ich dabei kennengelernt habe. Allen voran Kathi, die ich sehr dafür bewundere, dass sie ihre Erfahrung und Expertise mit Rookies wie mir teilt.“ Eva, ebenfalls ein Rookie, hat sich für die 60 km entschieden, „da ich die Cyclclassics noch nie gefahren bin und nicht wusste, wie es sich mit den anderen Teilnehmenden verhält. Innerhalb der ersten 5 Minuten ab dem Start habe ich gemerkt, dass ich nicht langsam fahren möchte und somit bin ich sukzessive schneller geworden. Irgendwann fühlte ich es einfach, das wird mein Rennen!“ Sie weiter: „Bei ca. 150 m vorm Zielbogen fuhr ich aus dem Windschatten und habe mit Unterstützung der applaudierenden Menge den Zielsprint angesetzt und bin durchs Ziel gebettet. Stolz, Happy und Gänsehaut sind Worte, mit denen ich mein Rennen beschreiben würde. Es hat mega Spaß gemacht. Die Atmosphäre war toll. Eine hervorragende Strecke. Overall 12. Platz und 2. in meiner Altersgruppe, für die ersten Cyclclassics gar nicht mal so schlecht!“ Das ist echt wow. Wir sehen uns im nächsten Jahr wieder.

Unterstützt von: IRONMAN Germany



**BEMER**  
*Cyclclassics*  
HAMBURG





# Kickboxen in Rissen

**D**ie Stadt Hamburg gibt Gas, der Hamburger Sportbund gibt Gas, damit Hamburger Frauen und Mädchen mehr Gas geben – können. Und zwar auch im Sport.

Neben allen ja auch immer wieder vieldiskutierten Barrieren für Mädchen, junge, mittelalte und ältere Frauen, in Sportvereinen Fuß zu fassen, mag es an anderen Stellen manches Mal vielleicht auch nur an einem fehlenden Motivationskick liegen. Egal wo die Gründe bei Einzelnen liegen, es soll vorangehen, und die Stadt unterstützt über den Hamburger Sportbund eine Sensibilisierungs- und Motivationskampagne unter dem Motto „Mehr von uns“ sowie spezielle Angebote in den Vereinen.

Und wir haben uns zusammen mit dem HSB ausgedacht, dass wir Euch vier dieser Angebote vorstellen. Um Euch zu informieren, um Nachahmer:innen auf Vereinsseite zu generieren, um aber auch schlichtweg zum Mitmachen aufzufordern. Einfach wenn nötig anmelden, oder noch besser: Hin da.

In diesem Heft geht es um Kickboxen für Mädchen, und zwar in Rissen, beim Rissener SV. Und Rissen ist jetzt nicht gerade der Nabel der Boxwelt. Um es mal vorsichtig auszudrücken. Dennoch: Viele Mädchen, ein schwer motivierter Trainer und ein Verein auf dem Weg zu neuen Wegen. Verantwortlich beim RSV sind unter anderem Astrid Kuhnen, selbst Mutter zweier Töchter, und Kickbox-Trainer Henry Pagel (18), der von der Mutter eines Freundes gar nicht lange überzeugt werden musste, einen solchen Kurs anzubieten. Natürlich ist er selbst Kickboxer, sehr smart, sehr ruhig und bedacht, und er freut sich auf seinen Job, Mädchen zwischen 9 und 15 erste Erfahrungen im Kickboxen zu ermöglichen. „Bislang bieten wir schon mit Judo und Karate Kampfsportarten an. Wir wollen Hemmungen abbauen, die Mädchen sollen Mut schöpfen, sich was zutrauen, wir testen das einfach mal, wie es angenommen wird.“



Astrid Kuhnen, Koordinatorin beim Rissener SV



Noch sieht der Bewegungsraum im RSV sehr aufgeräumt aus. Das ändert sich bald, wenn viele Mädchen durch die Halle toben und von Henry (re.) Kickboxen lernen.



Unterstützt vom Lokalblatt „Der Rissener“, mit Aushängen und Flyern machen sie auf das Angebot aufmerksam. Und je größer das Interesse, desto mehr Chance besteht natürlich auf eine Fortführung. Geboxt wird im hauseigenen Studio und wichtig ist natürlich, dass die Mädchen zunächst einmal unter sich sind: „Weil Jungs ja schon forscher auftreten, körperlich andere Voraussetzungen mitbringen, ist gerade die Idee, Mädchen unter sich zu lassen, wichtig“, beschreibt Astrid weiter. Henry bestätigt das aus seinem Studio: „Da sind zwar auch Frauen, aber die sind dann meistens älter und bringen schon kraft Lebenserfahrung mehr Mut und Power mit“, erklärt er sinngemäß. „Für mich ist Kickboxen ein Ventil, man muss auch mal seine Power rauslassen“, was für Mädchen ja genauso viel Sinn macht. „Und Kickboxen macht nicht nur körperlich, sondern auch mental stark“,



das will er in erst einmal fünf Einheiten vermitteln. Da haben Mädchen gerade in jungen Jahren sicher öfter Nachholbedarf, erst recht wenn sie dann älter sind, auch mal das Kreuz durchdrücken, für sich einstehen müssen. Vor allen Dingen will Henry den Spaß an seinem Sport vermitteln und die Freude, die es macht, sich in einer Gruppe gemeinsam einer neuen Herausforderung zu stellen.

Der Kickboxen-Einsteiger-Kurs bietet Mädchen im Alter von 9 bis 15 Jahren Training auf Distanz, gemixt mit Ausdauer und schneller Reaktion.

**Ab dem 06.09.2023 mittwochs von 18 bis 19 Uhr im Bewegungsraum im Sportzentrum Rissen (Marschweg 85, 22559 Rissen). Bei Interesse meldet Euch bitte bei: [Heikebebenroth@rissenersv.de](mailto:Heikebebenroth@rissenersv.de)**

Unterstützt von: Hamburger Sportbund

Anzeige

# SEI STARK

## FÜR DICH UND DEIN TEAM!

Entdecke deine Stärke als eine von uns – für mehr Mädchen und Frauen in Hamburgs Sportvereinen.

### #MEHRVONUNS



Minette Strand, TV Lokstedt



# Alle stolz!!!



© Foto: Dirk Wasbaum

Spannende Gespräche, ein reger Austausch, und das Wetter hat auch mitgespielt – ein toller Abend war das.



© Foto: Dirk Wasbaum

**T**atsächlich waren wir sogar ein bisschen aufgeregt. Unser erster Award-wollen-wir-jetzt-mal-nicht-sagen stand endlich an: die Vergabe der Allianz-Sponsorships.

Im Winter und Frühjahr hatten wir das Sponsoringprogramm ausgeschrieben, zusammen mit einem der größten Sportförderer der Welt, denn immerhin ist die Allianz sogar weltweiter Partner der Olympischen und Paralympischen Bewegungen, Namensgeber vieler Arenen weltweit und etlicher großer Teams. Über 80 Vereine, Teams und Einzelsportler:innen haben Interesse bekundet, über 40 davon sich dem dann doch recht umfassenden Bewerbungsprozess unterworfen. Klingt schlimm, war es gar nicht. Aber eines war uns als Initiatoren eben sehr wichtig: Sponsoring ist kein Geschenk. Sponsoring ist ein Geschäft, für beide Seiten mit vielen guten Aspekten. Wobei wir nicht mal von Seiten sprechen, denn aus guten Geschäftsbeziehungen werden ja bekanntlich Partnerschaften, so soll es sein.

Also hat eine Jury, bestehend aus zwei Vertreter:innen der Allianz, Dagmar Brecht, Marketingleiterin im Vertrieb Nord der Allianz und Andreas Schmid, Vorstand der Allianz Beratungs- und Vertriebs-AG, Hockey-Legende Moritz Fürste, dem Sportmarketing-Pro Fabian Ziemer und unserem Herausgeber Martin Blüthmann, ausgewählt. „Und zwar nach Kriterien, die weit über ‚wir hängen eine Allianz-Flagge auf‘ hinausgehen“, sagt Martin Blüthmann. Denn eines ist ja logisch: Das Geld, das ein Wirtschaftsunternehmen als Sponsoring in den Sport gibt, muss es auch verdienen. Und da das Vertriebsnetz der

Allianz über regionale Vertretungen läuft, war es wichtig, dass nicht nur die Marke Allianz eine Rolle spielt, sondern auch die Beachtung eben dieser Vertriebsstruktur und ihrer Möglichkeiten. Nicht einfach, aber offensichtlich absolut machbar.

Zur „Verkündigung“ gab es dann eine wirklich festliche Veranstaltung im Hause Allianz. Mit dabei neben Sportstaatsrat Christoph Holstein auch Sebastian Frecke, Geschäftsführer des Handball Sport Verein Hamburg aus der ersten Handball Bundesliga, die seit einiger Zeit in Sachen Vermarktung sehr vieles richtig machen. Gerade zuletzt hatten die Kollegen vom Volkspark das Futterhaus als Partner eingetütet, worüber Sebastian unter anderem sehr offen, aber auch sehr informativ und launig zugleich berichtete. Andreas Schmid, Vorstand der Allianz Beratungs- und Vertriebs-AG, war begeistert: „Sport hilft dabei, Vielfalt, Chancengleichheit und Inklusion zu fördern und eine Kultur des Respekts zu schaffen. Wie, das haben die Bewerbungen aufs Beste gezeigt. Herzlichen Glückwunsch an die Gewinner:innen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit den Vereinen und den Sportler:innen.“ Und auch wir waren sehr glücklich und stolz zugleich, weil wir mit sporting und diesem Projekt eben dem Sport und seinen Akteur:innen nicht nur zu mehr Öffentlichkeit und Bekanntheit verhelfen, sondern tatsächlich auch zu einer finanziellen

*Einzelportler:innen wie SUP-Profi Bastian Grimm (oben), Teams wie die 2. Fußball-Frauen vom ETV (unten), aber auch Vereine wie der Buchholzer FC (Bild Mitte) überzeugten mit ihren Konzepten und werden nun eine Sponsoring-Partnerschaft mit der Allianz eingehen.*

Unterstützung durch die Allianz beitragen. Deswegen ließ es sich auch unser Herausgeber trotz erheblicher Verletzungen nach einem Unfall nicht nehmen, bei der Vergabe dabei zu sein. „So was macht man ja nicht alle Tage“, sagt er und hofft natürlich auch auf eine Fortsetzung dieses Projektes.

Und wie es dem (Hamburger) Sport entspricht, ist die Auswahl der neuen Allianz-Sponsoringpartner:innen sehr bunt, sehr vielfältig, nahezu kaum zu vergleichen. „Die Gesamtpakete haben immer gestimmt“, kommentiert Dagmar Brecht. >>





Zum Beispiel die 2. Frauen-Fußballmannschaft des Eimsbütteler Turnverbandes, die sich als gesellschaftlich relevante Brücke für eine Zusammenarbeit das Thema Empowerment geschnappt hatten, vielmehr aber auch mit dem Aspekt Female Finance da noch einen draufgesetzt haben. „Das war schon sehr beeindruckend, allein die Präsentation zu dieser Thematik war toll fundiert und überlegt“, schwärmt Martin Blüthmann. Ähnlich die Frauen vom Alstersprinter, dem Hamburger Frauenachter in der Ruder-Bundesliga, die sich dem Thema Frauen und Teamwork/Togetherness gewidmet hatten. Sehr beeindruckend.

Sponsoring-Empfängerin Neele Ludwig, Para-Triathletin von der TSG Bergedorf, die die Paralympischen Spiele in Paris fest im Blick hat, bot sogar Coachings an. Themen unter anderem: Zielstrebigkeit, Mut. Eine richtig gute Idee, sehr glaubhaft, sehr fundiert.

Mit medial sehr eindrucksvollen Aspekten konnten sowohl Mika Sosna, allseits beliebter Diskuswerfer der TSG Bergedorf, aufwarten als auch Bastian Grimm vom Alster-Canoe-Club. Derweil Mika mit einer wahn-sinnig beeindruckenden Reichweite in den Sozialen Medien allen seinen gemeinsamen Projekten mit der Allianz eine große Aufmerksamkeit ermöglichen kann, punktete SUP-Pro Bastian neben allen Leistungssportlichen Ansätzen mit der Idee, auf dem SUP-Board den Fehrnarbelt überqueren zu wollen, um unter Beweis zu stellen, wie entspannt solche auch ungewöhnlichen Unterfangen sind, wenn man einen starken Partner in Sachen Versicherung an der Seite bzw. mit auf Board hat. Richtig gut.

Glückliche Sponsoring-Partner und Initiator:innen (v. re. n. li.): Sportstaatsrat Christoph Holstein, Dagmar Brecht (Allianz), Hans-Jürgen Lorenschat und Frank Schäfer (Buchholzer FC), Henrik Lohmann und Andreas Schmid (Allianz), Martin Blüthmann (sporting).



Unter anderem wurden an dem Abend die neuen Sponsoringnehmer mit den Allianz-Vertretungen zusammen gebracht (hier AMTV und SV Blankenese).

Allianz 

Hier die Allianz mit den sehr engagierten 2. Fußball-Frauen des ETV.



Die Spielvereinigung Banknese hat sich erfolgreich mit ihrem Grundschul-Kooperationsprogramm beworben.

Auch sehr leistungssportlich orientiert und sehr konsequent: die Wasserballerinnen aus der 1. Bundesliga, wiederum vom ETV, der damit zweimal in die Ränge kam, sozusagen. Sie wollen mit Blick auf Titel sportlich noch eine weitere Schippe drauflegen, sehen aber auch in ihrem Großverein ETV viele Möglichkeiten, mit und für die Allianz und ihre Vertretung zu punkten.

Das Gleiche gilt im Grunde genommen für die Frauen vom Volleyball-Team Hamburg und ihre HNT, die durch einen schönen Konzeptansatz unter anderem zu alter sportlicher Stärke und sportlicher Relevanz zurückfinden wollen. Und natürlich sind Vereine, heute könnte man ja auch Netzwerke sagen, ein interessantes Betätigungsfeld, weil sich durch ähnliche Interessen ja immer wieder schnell Anknüpfungspunkte finden. So erhielten auch die Spielvereinigung Blankenese, der Buchholzer FC und der Altrahlstedter Männerturnverein einen Vertrag, weil in allen Fällen eine gute Kombi aus Reichweite, Integration der jeweiligen Allianz-Vertreter:innen auch in die Umfelder des Vereine, aber auch mit den tollen Nachwuchs-, Jugend- bzw. Kooperationskonzepten, geboten wird. In Blankenese zum Beispiel ging es um Kooperationen mit Schulen.

Nach der Bekanntgabe der neuen Sportpartner:innen der Allianz gab es ein launigen, lauen Sommerabend, richtig gute Snacks und kühle Drinks, viele tolle Gespräche querbeet unter allen Sportler:innen und Vereinsvertreter:innen. Für uns ein weiteres Highlight und eine schöne Bestätigung, was Community mit den Menschen so macht und wie sehr Sport zu einem tollen Miteinander beiträgt. Wir machen uns jetzt mit der Allianz und eben diesen Sportpartner:innen auf, die vielfältigen Ansätze in Verträge zu überführen, denn das war die Kernidee: Sportförderung zu professionalisieren. Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit.



© Fotos: Dirk Masbaum



Oben: Spaß hatten offensichtlich auch die Ruder-Bundesligistinnen vom "Alstersprinter".  
Unten: Sebastian Frecke vom Handball Sportverein Hamburg war Keynote Speaker.



© Foto: privat

Dabei sein – und sogar E-Bike gewinnen!

# Zu einfach, um nicht mitzuradeln

© Foto: Kay Brockmann

**D**ie STADTRADELN-Organisator:innen finden gar kein Ende, wenn's darum geht, aufzuzeigen, warum man gerade im Alltag mehr mit dem Fahrrad fahren sollte.

Anzahl der radelnden Parlamentarier:innen der teilnehmenden Regionen/Städte wird in einer Wertung relevant. Warum? Weil auch politisch sensibilisiert werden soll.

Wir sprechen mit Kaija Dehnekamp vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad Club (ADFC) in Hamburg. Kaija hat in unserer Stadt den Hut auf bei der Umsetzung der internationalen Idee, mehr Menschen vom Radeln zu überzeugen. Den Auftrag für die Aktion STADTRADELN gibt die Umweltbehörde, allen voran der Grüne Senator Jens Kerstan. Damit gleich klar ist, wer da konkret dahintersteckt, so politisch gesehen. Wobei natürlich kein Mensch, Partei hin oder her, etwas gegen Radfahren hat. **Deswegen sind wir alle aufgefordert, gerade im Zeitraum 08. bis 28. September, dabei zu sein, mitzuradeln.** Wer dabei ist, wird schnell merken, wie viele Vorteile das bringt: gesund, schneller, keine Parkplatzsuche, kein Stau, frische Luft, fitter werden, Abgase reduzieren ... (da sind sie nur einige der 1.000 Gründe). Und weil wir eine Active City sind, nehmen wir das sportlich, denn STADTRADELN ist auch ein Battle. Derweil wir also alle im September fleißig radeln wird nämlich auch in anderen Städten und Regionen Deutschlands, sogar Europas, geradelt. Nicht zwingend im September, aber immer drei Wochen lang. Denn dann wird auch eine Competition draus. Und ehrlich gesagt: Wollen wir zulassen, dass München mehr gefahrene Kilometer aufweist und uns gar hänselt? „Berlin ist mit über 6,5 Mio. Kilometern wohl schwer zu knacken“, berichtet Kaija, aber come on, München ...? ;-) Es gibt unterschiedliche Messlatten: Anzahl der Radelnden, gefahrene Kilometer (absolut und relativ), ... Sogar die

Urheber dieser wunderbaren Idee, flächendeckend auf die Vorteile das Radfahrens im Alltag aufmerksam zu machen, ist das Klima-Bündnis. Kaija erklärt, wie's geht: „Gestartet wird in Teams, das können Schulklassen, Freundeskreise, Kolleg:innen sein, aber locker bleiben, schon zu zweit ist man ein Team; registriert Euch online und erfasst täglich oder am Stück Eure innerhalb der drei Wochen erradelten Kilometer.“ That's it. Das Ganze geht auch per App. Spannend ist dabei, die erradelten Kilometer, mehr noch die gefahrenen Strecken, zu erfassen – natürlich anonymisiert. Die Daten liefern wichtige Informationen z. B. für die Verkehrsbehörden. Kaija fügt hinzu: „Unter allen Teilnehmer:innen in Hamburg werden tolle Dinge verlost, Hauptpreis ist ein super schickes E-Bike.“ Und unser Umweltsenator Jens Kerstan fordert auf: „Fahren Sie in den drei Wochen vom 8. bis 28. September möglichst viele Strecken mit dem Fahrrad, ob zur Arbeit, zur Schule, zum Sport oder zum Einkaufen – Sie werden überrascht sein, wie viele Kilometer zusammenkommen. Integrieren Sie mit STADTRADELN klimafreundliche Mobilität in Ihren Alltag und messen Sie sich mit Ihren Teammitgliedern und anderen Teams. Wenn drei Wochen lang der Wettbewerb zwischen Firmen, Schulen und Vereinen um jeden geradelten Kilometer läuft, fahren wir alle zusammen für Hamburg!“ Überzeugt?

**Dann meldet Euch an unter [stadtradeln.de/hamburg](http://stadtradeln.de/hamburg). Los geht's am 8. September.**

Unterstützt von: STADTRADELN



© Foto: ADFC Hamburg



© Foto: Kay Brockmann



STADTRADELN

8.–28.  
September  
2023

[stadtradeln.de/hamburg](https://stadtradeln.de/hamburg)

gefördert durch



EINE KAMPAGNE DES

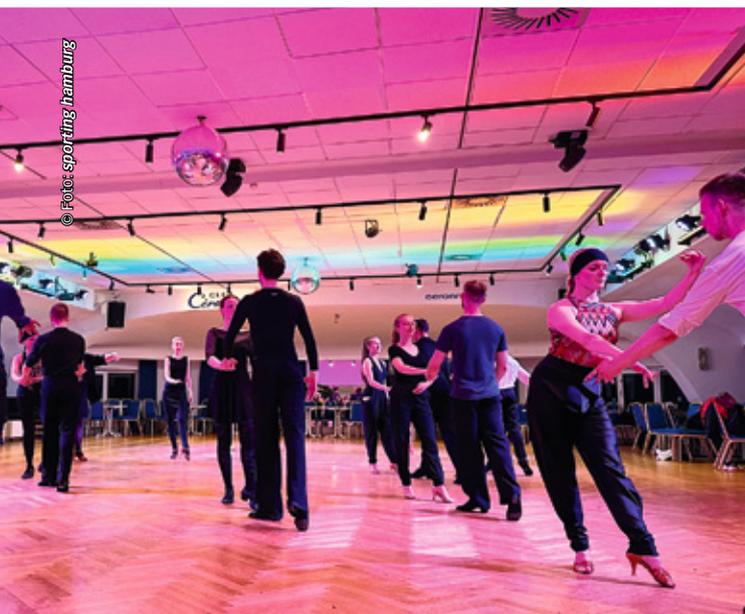


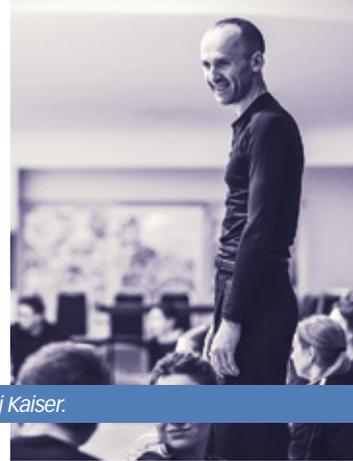
# Die S-Klasse

„Die Jungs sollen tanzen und nicht nur daran denken, dass sie führen“, lernen wir gleich nach unserer Ankunft im Club Céronne.

Abends um 21:00 Uhr dreht sich hier noch einiges, bzw. drehen sich hier noch so einige Tänzer:innen auf Kommando von Trainer Jurij Kaiser, einem ehemaligen Spitzentänzer, also Spitze im Sinne von supergut. Der Club Céronne war ursprünglich mal selbstständig, ist aber seit 56 Jahren ein Teil des ETV. Was wir auch lernen, ist die Antwort auf die Frage, die wir nie gestellt hätten: „Ist das Sport?“. Wir treffen nämlich Fynn Rumberg (24), er ist Céronne-Sportwart, Trainer und vor allem bester Tänzer am Platz, in Hamburg, ... und er ist pitschenass geschwitzt. Also Sport. Fynn tanzt mit Karina Bernien (21). Und was die beiden da im Training so zwischen-durch aufs Parkett ihres „Clubs im Verein“ zaubern, lässt noch viel mehr erahnen. „Wir haben eigene Umkleieräume, eine eigene Bar und über 250 Mitglieder, die jüngsten 6, die ältesten über 90.“ Den Nachwuchs hatte der Céronne durch Corona fast komplett verloren, das ist bitter, „aber wir arbeiten dran“, sagt Fynn. „Wir bieten für alle Ansprüche ein volles Programm, Breitensport, Leistungssport, Latein, Standard, natürlich aber auch Breaking sowie Jazz und Modern/Contemporary“, all you can dance. Da sind diverse Tanz-Shows für die Nachwuchsgenerierung sicherlich hilfreich, nur darf dann eben keine Pandemie dazwischen grätschen. Seit einem Jahr betreiben sie sogar eine eigene Latein-Formation, die in der kommenden Saison in der Regionalliga an den Start geht.

Heute trainieren die Turniertänzer:innen. Aber auch hier auf unterschiedlichen Niveaus, „hier helfen sich alle gegenseitig, Paare werden auch mal durchgetauscht. In der Regel hat man aber eine feste Tanzpartnerin, einen festen Tanzpartner“, erklärt Fynn. Karina und er trainieren mindestens 6 Mal die Woche, jeweils mehr als 3 Stunden. „Wir tanzen Standard und Latein und beides in Kombi, auf Turnieren“, sagt Karina, sie studiert Wirt-





Der Club Céronne bildet die Tanzsportabteilung des ETV von Standard und Latein bis Breaking. Rechts: Trainer Jurij Kaiser.

schaftspsychologie, beide sind noch keine Profis. „Bei Standardtänzen, zum Beispiel Tango oder Foxtrott, bist Du permanent in Tanzhaltung; bei den Latein-Tänzen gibt es viel mehr Gestaltungsspielraum“, macht Fynn uns Nichtsahnende schlauer, Karina ergänzt: „Da ist dann auch Kreativität gefragt.“ In der Kombi sind sie Landesmeister, sie tanzen in der „S-Klasse“, Sonderklasse, das ist die höchste erreichbare Klasse. Wenn alles gut läuft, könnte sogar in ein paar Jahren ein Deutscher Meistertitel und damit eine WM-Teilnahme dabei rausspringen. Unterstützt werden sie vom Verein, dem Hamburger Tanzsportverband und von ihren Eltern. Allein die Startgebühren liegen jeweils bei bis zu 70 Euro pro Turnier, dann Hotels, Outfits, ... Spannend: Bis sie bei Turnieren dann aufs Parkett gehen, brauchen sie Stunden in der Kabine: Schminken, Braunwerden, Outfit/Haare. „Gehört alles dazu“, grinst Karina und Fynn fügt an: „Und dann musst Du in anderthalb bis zwei Minuten alles abrufen, Höchstleistung, körperlich und mental unter Hochspannung. Dafür braucht es richtig Intervalltraining“, erklärt er. „Die



Schritte sind an sich ja nicht schwer, vor-vor-seit-seit-schließen“, fühlen wir uns von ihm auf den Arm genommen, „aber es gehört ja die komplette Körperarbeit dazu: Hände, Schultern, ... bis hin zum Gesichtsausdruck.“ „Das sieht alles nur so leicht aus“, sagt er, finden wir nicht mal. Entspannt abtanzen geht anders.

Die beiden haben sich für das nächste Jahr so einiges vorgenommen. Jetzt im Herbst startet die Ball-Saison, bzw. die Ball-Turniere. Das sind Einladungsturniere, auch sportlich auf sehr hohem Niveau. Da geht es um Ruhm und Ehre. Und auch der ETV richtet eines dieser Turniere aus, am 28. Oktober in der Kulturkirche Altona. Wer mittanzen will oder einfach Fynn und Karina performen sehen möchte, kauft Karten unter: [etv-ball.de](http://etv-ball.de) Und wer sich ausprobieren, einfach mal reinschnuppern will, kann immer sonntagnachmittags in den Club Céronne. Da ist Anfängertraining und Tanzen für alle angesagt. 15:30 Uhr. Im ETV.

Anzeige



DEIN DROGERIEMARKT FÜR SPORT- UND FITNESSPRODUKTE.

**W**as ist, wenn Dir das Leben plötzlich a) einen Startplatz, b) ein neues Rennrad und c) einen Ironman aus Hawaii schickt? Richtig, dann ist es eindeutig Zeit für Deinen ersten Triathlon!

# Das Schicksal schreit Triathlon

Hätte ich nicht in der April-Ausgabe des *sporting hamburg* Magazins entdeckt, dass es einen Startplatz für den HAMBURG WASSER World Triathlon zu gewinnen gab, ich glaube, ich wäre niemals auf die Idee gekommen, mich für einen Triathlon anzumelden.

Ich bin Carmen, 36 Jahre alt, aus Hamburg, leidenschaftliche Läuferin und Trailrunnerin. Mit Triathlon hatte ich nie etwas am Hut. Ganz im Gegenteil, seit der Kindheit war ich der Meinung, dass mir fürs Radfahren irgendein Muskel fehlt, und auch über die Alster war ich bisher nur entspannt mit meinem SUP Board gecruist. Das änderte sich, als mir das Buch von dem Hamburger Tagesschausprecher Thorsten Schröder über seinen Ironman auf Hawaii in die Hände fiel. Ein Bild aus dem Buch ist mir besonders im Kopf geblieben: Das Bild von dem Coffee Boat auf Hawaii. Ein gelber Katamaran im Pazifik, bei dem die Sportler:innen während ihrer Schwimmtrainings morgens im Wasser ihren Kaffee genießen konnten. In meinem morgendlichen Leichtsinns und im großen Vertrauen in die Trainingstipps, die *sporting hamburg* in ihrer Mai-Ausgabe versprach, nahm ich also am Gewinnspiel teil. Und gewann einen Startplatz für die Olympische Distanz (1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und 10 km Laufen) beim HAMBURG WASSER World Triathlon.

Ach du Schreck! Nach der Bekanntgabe der Gewinner:innen bekam ich kalte Füße. Schließlich waren es nur noch wenige Wochen bis zu dem Event. Ich nahm Kontakt zu einem befreundeten Triathleten aus Österreich auf, der beruhigend zu mir sagte: „Carmen, Schwimma lernst

eh nimm, Laufen kannst scho, muasst eigentlich nur a bissl Radln.“ Doch genau da lag das Problem. Ich besaß ja nicht mal ein richtiges Fahrrad, lediglich ein altes Trekkingrad. Mit diesem Drahtesel zum Triathlon? Wie peinlich. Ein Neukauf kam nicht in Frage, dazu fahre ich viel zu wenig Fahrrad. Da war sie also, meine Ausrede, den Startplatz absagen zu wollen. Doch das Schicksal ließ diese Ausrede nicht gelten, musste ich doch eines Morgens feststellen, dass nach zwölf Jahren ausgerechnet jetzt mein Fahrrad gestohlen worden war. Ich brauchte also ein neues. Warum dann nicht gleich eines, mit dem man auch einen Triathlon absolvieren konnte? Zwei Wochen vor dem Rennen wurde es geliefert. Es war das erste Mal, dass ich überhaupt auf einem Rennrad saß. Nach den ersten Trainingskilometern befasste ich mich noch einmal mit den Cut-Off-Zeiten des Wettkampfs. Dreieinhalb Stunden für alle drei Disziplinen, inklusive Wechselzone? Das wird echt knapp. Doch als erneute Zweifel aufkamen, traf ich zufällig einen Mann, der im letzten Jahr an dem Ironman Hawaii teilgenommen hatte. Er kannte die Stimmung in Kona und er kannte auch das Coffee Boat. Das konnte doch kein Zufall sein! Er gab mir letzte Trainingstipps und beantwortete mir endlich meine Frage, was man eigentlich unter diesen Trisuits trägt: Gar nichts, Frauen maximal einen Sport-BH. Das war ja einfach.

Das Wettkampf-Wochenende war gekommen. Hamburg zeigte sich von seiner besten Seite, mit strahlendem Sonnenschein. Ich stand freitags früh auf und verlegte mein Homeoffice an die Binnenalster. So konnte ich die Schwimmstarts der Elite live miterleben und mir ein paar

letzte Tricks abgucken. Ich erkannte, dass Socken beim Triathlon völlig überbewertet werden und dass Babypuder in den Schuhen kostbare Zeit in der Wechselzone spart. Den Samstag verbrachte ich mit meiner Freundin Tina, ebenfalls Triathletin, beim Event. Sie hatte sich dazu bereit erklärt, mich am nächsten Tag zu supporten. Wir sahen zu, wie die Sportler:innen auf der Sprintdistanz ihre Erfolge feierten, und fanden die Mixed Relays, die Staffelstarts der Elite, besonders spannend. Insgesamt zeigte Deutschland an diesem Wochenende: Wir können und wir lieben den Triathlon!

Am Sonntag, meinem Wettkampftag, checkte ich um 6:00 Uhr morgens mein Fahrrad für die 500 m lange Wechselzone ein. Hunderte von freudig aufgeregten Sportler:innen hatten sich an der Binnenalster versammelt. Musik schallte durch die Lautsprecher und der Moderator sorgte zusätzlich für ausgelassene Wettkampfstimmung. Gestartet wurde alle 10 Minuten in Wellen, jede mit einer anders farbigen Badekappe. Meine Gruppe hatte die Farbe orange und war jetzt an der Reihe. Tina wünschte mir viel Glück und rief mir zur Beruhigung hinterher, dass ich nicht Jan Frodeno sei und es den Zuschauer:innen somit scheißegal sei, wann ich aus dem Wasser käme. Recht hatte sie. So stand ich also auf dem Startblock 24, die Morgensonne schien mir ins Gesicht. Der Moderator gab die Anweisung: „Jetzt langsam ins Wasser gleiten lassen“ – und dann fiel der Startschuss. Es war ein herrliches Gefühl, bei den warmen Temperaturen einmal quer durch die Binnenalster zu schwimmen. Wann darf man das schon mal? Hinter der Brücke, die Binnen- und Außenalster verbindet, war der Wechsellpunkt. >>



*Wettkampferfahrung hatte Carmen schon im Laufen, es war aber ihre Triathlon-Premiere, mit dabei: ihr brandneues Rennrad.*

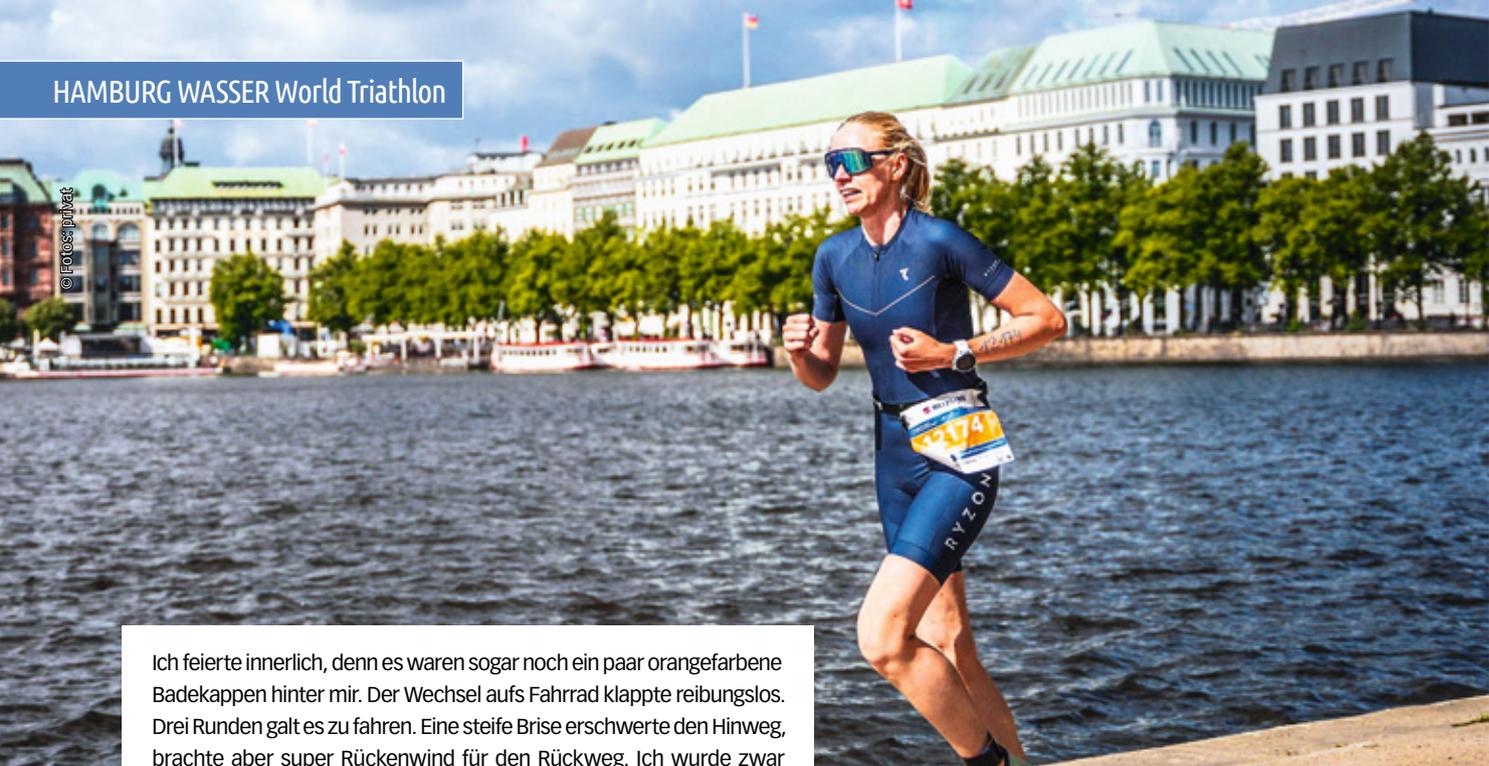
Anzeige



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

**HIW see you live**  
**Agentur für Kulturwerbung**  
info@kulturwerbung.de  
Telefon 040. 86 35 90





Ich feierte innerlich, denn es waren sogar noch ein paar orangefarbene Badekappen hinter mir. Der Wechsel aufs Fahrrad klappte reibungslos. Drei Runden galt es zu fahren. Eine steife Brise erschwerte den Hinweg, brachte aber super Rückenwind für den Rückweg. Ich wurde zwar unzählige Male überholt, kann aber für mich sagen, dass ich noch nie in meinem Leben so schnell Fahrrad gefahren bin. Gesaust bin ich! Die Reeperbahn runter Richtung Fischmarkt, vorbei an der Elbphilharmonie. Ich lag besser in der Zeit, als ich es mir vorher ausgerechnet hatte, und war fast ein wenig traurig, als ich die zweite Wechselzone erreichte. Aber dort stand Tina, die mir zurief: „Jetzt kommt Deine Disziplin, das Laufen!“ Den ersten Kilometer lief ich wie auf Eiern, da sich die Muskeln erst einmal auf die neue Bewegung umstellen mussten. Das meinte der Hawaiianische Ironman also, als er sagte: „Mach Koppeltrainings.“ Die Stimmung auf der Laufstrecke an der Alster war super, überall standen Zuschauer:innen und haben gejubelt. Nach 9 km ging es endlich Richtung Rathausmarkt, wo ich weitere Freunde von mir erkannte, die mir zuriefen: „Super, Carmen, die letzten Meter!“ Und da war er, der blaue Teppich auf dem Weg zur Finish Line. Mit einem breiten Grinsen im Gesicht erreichte ich das Ziel. Geschafft! Das war er also, mein erster Triathlon!

Es war ein wunderbarer Tag mit unheimlich tollen Erlebnissen und Emotionen. Eines steht fest: Das war definitiv nicht mein letzter Triathlon! Ob ich es jemals nach Hawaii schaffe, steht wohl in den Sternen. Aber vielleicht kann ich ja **sporting hamburg** überreden, mit mir im nächsten Jahr ein Coffee Boat auf der Binnenalster zu stellen ;-). Ich sage auf jeden Fall herzliches Dankeschön für den Startplatz und Eure tolle Arbeit, mit der Ihr so viele Menschen zu neuen Sportarten motiviert. Macht weiter so!

Eure Carmen



Carmen traute sich gleich die Olympische Distanz zu: 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren, 10 km Laufen.

# Hoch hinaus!

## Mitklettern!



**T**rends sind ja unter anderem genau die DNA der Europa Passage. Ob Gastro-Konzepte oder Shopauswahl, bis hin zu Trendsport.

Denn vor Jahren hatte die Passage die Idee, das Thema Klettern zu feiern und nach Hamburg, an die Binnenalster, zu holen. Seit 2020 (also 2021 Tokio) ist Klettern sogar olympisch und echter Trendsport. Und das nicht ohne Grund: Nämlich egal ob outdoor oder indoor, am Seil oder frei bouldern, in Höhlen oder an Bäumen – Klettern ist so abwechslungsreich wie kaum eine andere Sportart und bietet Möglichkeiten sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene. Und ist deswegen nichts mehr nur für eingefleischte Outdoor-Spezis und Alpin-Junkies in Goretex-Jacken, sondern für alle – Hamburger:innen. Dafür gibt es einerseits den Deutschen Alpenverein, Sektion Hamburg-Niederelbe und jetzt wieder und richtig laut und mitten in der Stadt: die Europa Passage. Das Schöne, hier können alle ran bzw. rauf, denn vom 14. bis zum 23. September 2023 bietet die Passage die einmalige Gelegenheit, mitten in der Stadt zu klettern – und das for free. An einer Tipp-Topp-16-Meter-Profi-Kletterwand. Jedermann, Jedefrau, Jedeskid kann sich ausprobieren. Für Anfänger:innen ist die 9 Meter hohe Seite der Kletterwand schon mal bestens geeignet und vorgesehen. Die Mutigen, Nicht-zu-Bremsenden oder eben Fortgeschrittenen können sich unbedingt an der 16 Meter hohen Seite der Kletterwand versuchen. Mut zur Lücke, sagen wir so als Fachleute. >>



© Foto: FAKTOR & Sport / Wittlers

Sportstaatsrat Christoph Holstein konnte man dann auch beim Klettern beobachten.



Highlight: der Jugend-Europacup im Speedklettern am 24. September.



Und wenn die Sache an sich nicht schon Highlight genug ist, aus sportlicher Sicht ist der Jugend-Europacup Speedklettern der absolute Höhepunkt (was ja trefflich zum Klettern passt, Höhe und so), ausgerichtet vom Deutschen Alpenverein. Hier zeigt der sehr aufstrebende Kletter-Nachwuchs aus ganz Europa, was Phase ist. Am 24. September sind die Olympia-Kletter:innen von morgen am Start, und Ihr dürft zuschauen, anfeuern und staunen. Einige der Teilnehmer:innen haben berechnete Hoffnungen, bei den nächsten olympischen Spielen an den Start zu gehen. Denn in Paris 2024 und Los Angeles 2028 stellt Speedklettern eine eigene Disziplin mit eigenem Medaillensatz dar. In diesem Jahr versammeln sich die besten jungen Speedkletter:innen Europas nun in der Europa Passage in Hamburg und wollen ihre Bestzeiten toppen und Euch mit ihrem Können beeindrucken. Für Zuschauer:innen ist der Eintritt frei. Und die Tage zuvor könnt Ihr ran. Wann das geht, lest Ihr hier:



## Klettern für alle! Hier der Zeitplan.

- Donnerstag, 14. September, 12:00–20:00 Uhr
- Freitag, 15. September, 14:00–20:00 Uhr
- Samstag, 16. September, 10:00–20:00 Uhr
- Montag, 18. September, 14:00–20:00 Uhr
- Dienstag, 19. September, 14:00–20:00 Uhr
- Mittwoch, 20. September, 14:00–20:00 Uhr
- Donnerstag, 21. September, 14:00–20:00 Uhr
- Freitag, 22. September, 14:00–20:00 Uhr
- Samstag, 23. September, 10:00–17:00 Uhr

Mitbringen müsst Ihr nur ein bisschen Mut. Die erforderliche Sicherheitsausrüstung und die Kletterschuhe werden gestellt. Und natürlich passen professionelle Kletterexpert:innen auf Euch auf. Die beiden Wand-Seiten bieten für alle Altersklassen ein megacooler Erlebnis. Eine Anmeldung vorab ist nicht nötig.

- Sonntag, 24. September, Jugend-Europacup im Speedklettern

## Lehrer:innen, aufgepasst:

Wenn Ihr mal was anderes möchtet, mit Euren Kids mal richtig hoch hinaus wollt, Perspektiven und so, meldet Euch, Eure Klasse einfach zum Schulklettern an, **bei: [tim.laabs@faktor3sport.de](mailto:tim.laabs@faktor3sport.de)** **Wir kommen dann auf Euch zu und besprechen die Termine und Details. Und wir freuen uns auf Euch.**

## Und Achtung:

Trend ist Trend, und deswegen versuchen sich auch immer mehr Menschen mit Behinderung an der Kletterwand. Warum auch nicht. Wir wollen bei „Klettern an der Alster“ zeigen, welche Potenziale das Klettern in dieser Hinsicht bietet. In Kooperation mit dem Deutschen Alpenverein/Sektion Hamburg – der seit vielen Jahren inklusives Klettern anbietet – laden wir inklusive Sportgruppen dazu ein, bei uns zu klettern. Geschultes Personal des DAV wird den Sportgruppen ein ganz besonderes Erlebnis ermöglichen.

**Meldet Euch an und nehmt Kontakt auf zu: [presse@faktor3sport.de](mailto:presse@faktor3sport.de)**



*Centermanager Jörg Harengerd ist bekannt für die zahlreichen spannenden Aktionen in seiner Passage.*



Aufruf: Klettern an der Alster

# AUFRUF an alle

## „Ich-kann-sowieso- alles-Hamburger:innen“

© Foto: FAKTOR 3 Sport / Witters

Unterstützt von: Europa Passage

**Schluss mit lustig, jetzt geht's  
um die Wurst!**

Denn wer es am Samstag, den 16. September an der  
16-Meter-Kletterwand der Europa Passage ganz nach oben  
schafft, Zeit ist egal, nimmt an der Verlosung von  
**5 x 100 Euro-Einkaufsgutscheinen**  
für die Europa Passage teil. Boom.

Ihr braucht Euch nicht anzumelden. Kommt vorbei, lasst Euch registrieren und  
rauf geht's. Wir werden ja mal sehen! Und sonst kaufen wir uns eben neue  
Schuhe oder ganz viel Eis. Wir freuen uns auf Euch.

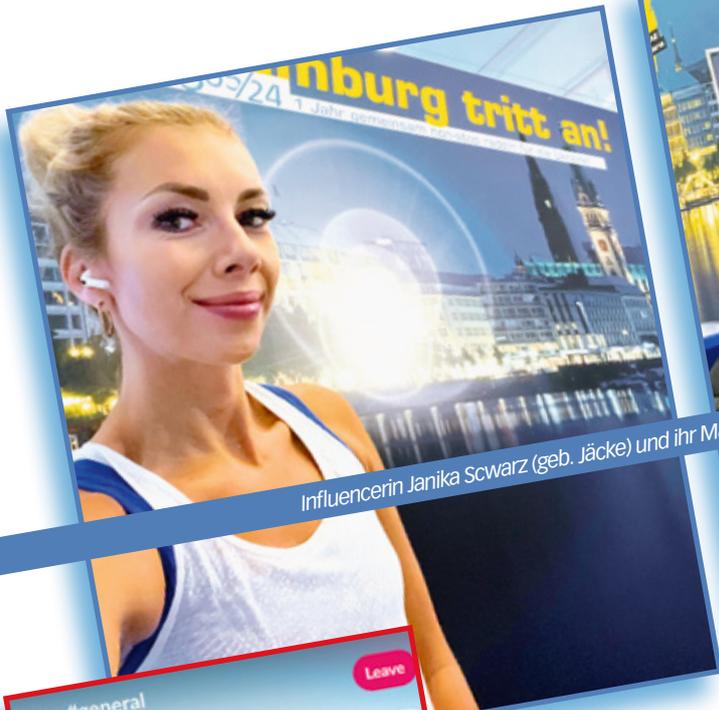
**Viel Glück!**

Teilnahme ab 18 Jahren. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



# Nur noch vier Monate!!!

sporting **Hamburg tritt an!**  
 365/24 1 Jahr gemeinsam non-stop radeln für die Ukraine!



Influencerin Janika Schwarz (geb. Jäcke) und ihr Mann Kai Schwarz, DJ



Ruth Kien, brand:marke



**O**der: Wir haben schon acht Monate, zwei Drittel des Jahres. Hammer. Danke – Danke – Danke!

Und der Dank gilt auch zum Beispiel den HAMBURGER ORIGINALEN, die zuletzt geradelt sind. Rund-um-die-Uhr, wie alle anderen auch. Warum das so gut passt? Weil die HAMBURGER ORIGINALE ein Netzwerk sind, für das Hamburg und Hamburg noch besser zu machen eine Herzensangelegenheit ist. Gegründet hat sich die Initiative mitten in Covid, wahrscheinlich als Protestaktion. Im Wesentlichen geht es um Netzwerken und darum, mittels Events und Kampagnen Hamburg nach innen und nach außen authentisch zu vermitteln. Die HAMBURGER ORIGINALE mögen und fördern diese bunte Stadt, sie stehen für Zusammenhalt, und das ohne Vorurteile und über Grenzen hinweg. Für ein Hamburg der Vielfalt und Gegensätzlichkeit, Offenheit und Wertschätzung. Ein Lebensgefühl, das Hamburger:innen mit gesundem Stolz erfüllt und Menschen weit über die Stadtgrenzen hinaus durch Zusammenhalt und Optimismus begeistert. >>>



Nils Julius, CEO von brand:marke und Initiator der HAMBURGER ORIGINALE

Hamburg tritt an!



Julia und Axel Bode, Restaurant Witwenball



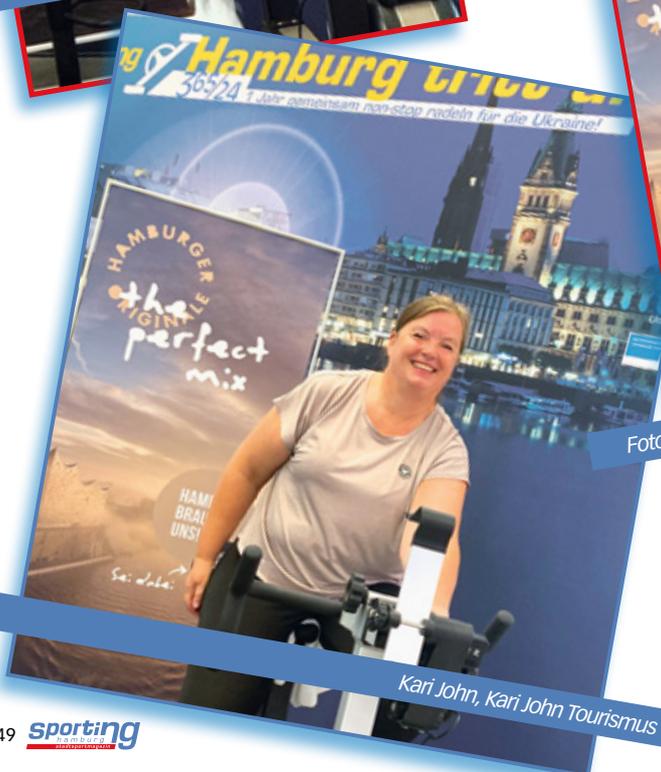
Nils Steiner, Fotograf



Eike Erdmann, brand:marke



Fotografin Martina van Kann



Kari John, Kari John Tourismus

Inzwischen sind über 150 Unternehmen ein Teil davon, natürlich absolut branchenübergreifend – zum Beispiel Quantum, die Block-Gruppe, die Haspa, FC St. Pauli, Holsten, die Otto Group. Neuerdings ist auch **sporting hamburg** ein Teil davon, by the way. Und deswegen war es doppelt selbstverständlich, dass die Originale antraten, geradelt sind – und den gleichen Spaß, den gleichen Spirit empfanden, Teil einer großen, schönen, Idee zu sein, die Gutes tut.

Nun wollen wir die letzten vier Monate dieses Jahres auch durchradeln und freuen uns, wenn Ihr Euch bei uns meldet, um dabei zu sein, um mitzuhelfen. Wir sprechen noch nicht von Endspurt, aber ... Schreibt uns bitte unter: [info-hhtrittan@sporting-magazin.de](mailto:info-hhtrittan@sporting-magazin.de)

## IMPRESSUM

**sporting hamburg**  
Stadtsportmagazin  
c/o steuermann sport GmbH  
Am Sandtorkai 1  
20457 Hamburg  
Telefon 040-432 08 45 20  
info@sporting-magazin.de  
www.sporting-magazin.de

**Herausgeber**  
Martin Blüthmann (V.i.S.d.P.)  
martin@sporting-magazin.de

**Redaktion**  
Martin Blüthmann, Marco Santoro, Lisa Staisch, Manuela Tanzen, Lars Wichert

**Lektorat, Schlussredaktion**  
Manuela Tanzen  
manuela@sporting-magazin.de

**Art Direction und Layout**  
Arndt Grutke  
arndt@sporting-magazin.de

**Druck**  
Dierichs Druck+Media  
GmbH & Co. KG  
Frankfurter Straße 168  
34121 Kassel  
Auflage: 70.000 Exemplare

**Anzeigen, Mediadaten**  
Telefon 040-432 08 45 20  
anzeigen@sporting-magazin.de

**Leserbriefe, Termine  
und Kommentare**  
info@sporting-magazin.de

Irrtümer und alle Rechte vorbehalten. Nachdruck sowie sonstige Vervielfältigungen nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlags. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial wird keine Haftung übernommen; der Verlag setzt bei Eingang voraus, dass alle Rechte und Honorarfragen geklärt sind. Erscheinungsort und Gerichtsstand ist Hamburg.

**sporting hamburg** erscheint monatlich. Anzeigen- und Redaktionsschluss jeweils am 15. des Vormonats.

Wir drucken auf Recyclingpapier, das mit dem Blauen Engel zertifiziert ist.

# Dauerhaft günstige Auswahl zum Tiefpreis.

# TIEF PREIS

**REWE**  
Dein Markt

In vielen Märkten: Montag bis Samstag bis 22 Uhr geöffnet.  
Beachte unsere kundenfreundlichen Öffnungszeiten am Markt.

Jetzt  
downloaden:

JETZT BEI  
Google Play

Laden im  
App Store





Domino's Pizza®

DER PERFEKTE  
**DÖNER**  
ZUM LIEFERN!



ab  
**12,49** €  
Lieferpreis

Chicken Döner Pizza<sup>a2,f,g,i,3,14,17,18</sup>: cremige Knoblauchsauce als Basissauce, würziges Hähnchen-Dönerfleisch, rote Zwiebeln, getoppt mit Romanasalat und Cocktailsauce

In allen teilnehmenden Domino's Stores. Bei Lieferung gilt der Mindestbestellwert. Preise inkl. gesetzl. MwSt. Abb. Serviovorschlag.  
ALLERGENE und Zusatzstoffe: <sup>a2</sup>enthält Weizen, <sup>en</sup>enthält Gerste <sup>f</sup>enthält Sojabohnen · <sup>g</sup>enthält Milch (einschl. Laktose) · <sup>i</sup>enthält Senf ·  
<sup>3</sup>mit Antioxidationsmitteln · <sup>14</sup>Verdickungsmittel · <sup>17</sup>mit Stabilisatoren · <sup>18</sup>mit Säuerungsmittel

**DOMINOS.DE**