



Frauen-Power beim Tischtennis

Da staunen die Gegner

Zur Saison 2011/12 haben wir wieder eine reine Damen-Mannschaft gegründet. Wir starteten mit sieben

„Mädels“. Zur Rückserie konnten wir noch eine 8. Spielerin dazu gewinnen. Das ist beim Betriebssport-

verband Hamburg einmalig. Entweder sind es beim Tischtennis reine Herren-Mannschaften oder Mannschaften mit einer, höchstens zwei Damen. Wenn wir in die Halle kommen, staunen die Gegner immer und fangen an zu zählen: Eine, zwei, drei... tatsächlich sechs Frauen?! Zur Zeit stehen wir an 2. Stelle in unserer Staffel. Wahrscheinlich werden wir diese Position nicht halten können, aber das macht uns nichts – das Wichtigste ist, dass wir Spaß haben und uns gut verstehen!

Eine fröhliche Rückserie wünscht

Anke Gerloff-Röpke



Foto: Jürgen Hagge

Sabine Schröder, Susanne Eisenhauser, Anke Gerloff-Röpke, Inga Gerhard (Mannschaftsführerin), Margot Hanke, Angela Anstatt, Sybille Krüger und Renate Hagge (v. l. n. r.)

Grünkohlessen

Eröffnung des neuen Golfjahres

Der „Neujahrsempfang“ heißt bei den Golfern seit jeher typisch norddeutsch „Grünkohlessen“, und so fanden sich auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Mitglieder, teils mit ihren nicht golfenden Ehe- und

und den besten Wünschen für kommende gute Golfrunden. Unser Spartenleiter Jürgen Frey freute sich über den großen Zuspruch zu dieser Veranstaltung, begrüßte besonders unseren Paten und Mit-

ausgelegten Broschüren bat er die Anwesenden, sich an der Werbung neuer Mitglieder zu beteiligen. Ein Hinweis auf die Web-Seite des Luft-hansa Sportvereins www.LSV-HAM.de ist sicherlich hilfreich.



Begrüßung durch Jürgen Frey Randel 2012

Lebenspartnern, schon fast traditionsgemäß im Wellingsbütteler Restaurant „Randel“ ein. Die Spartenleitung hatte es sich nicht nehmen lassen, alle mit einem Gläschen Sekt zu empfangen, und so begrüßte dann auch jeder jeden mit einem fröhlichen „Prosit Neujahr“



Mitglieder Grünkohlessen 2012

glied des Präsidiums, Herrn Arno Kolkmeier, sowie die neuen Mitglieder und Gäste in unserer Runde und gab einen kurzen Rückblick auf das vergangene Jahr. Sehr am Herzen liegt ihm immer unser Motto „Mitglieder werben Mitglieder“! Mit Hinweis auf die

Ein weiterer wichtiger Punkt: Durch die rege Beteiligung ist der Wunsch der Mitglieder erkennbar, die Beschaffung unserer neuen „Uniformen“ (Pullover) zügig umzusetzen, um in der kommenden Golf-saison mit dem neuen Erscheinungsbild aufzutreten. Bitte wendet Euch an

Fotos: Günther Müller



K.H. Borkowsky, falls es hierzu noch weitere Fragen geben sollte. Besonders bedankte sich Jürgen Frey bei allen, die mit ihrer freiwilligen Hilfe dazu beitragen, unsere Sparte auf einen guten Weg zu bringen. Nach dem wieder mal sehr leckeren Grünkohlessen wurden die Jahresieger der vergangenen Saison geehrt. So konnte der Pokal der Spartenmeisterin an

Helene Behrends überreicht werden. Der neue Spartenmeister ist Jürgen Reichard, der leider verhindert war. Er bekommt seinen Pokal später

überreicht. Bei der Herrenrunde war im vergangenen Jahr Rolf Feindt am erfolgreichsten. Die Damen haben in der letzten Saison keine Siegerin ermittelt. Rolf Feindt, als Spielführer der Herrenrunde, gab den 3. August 2012 für ein Spiel der Herren und Damen in „Green Eagle“ bekannt. Für diesen Termin wird er einen Wanderpokal stiften. Dies wurde von allen Spielerinnen und Spielern mit viel Beifall aufgenommen. Mein Fazit zu dieser gelungenen Veranstaltung: Mögen doch auch bei allen Turnieren dieses Jahres die Mitglieder so zahlreich erscheinen, wie zu diesem Auftakt!



Spartenmeisterin 2011 Helene Behrends mit Renè Piette (li)
Sieger Herrenrunde 2011 Rolf Feindt mit Eckart Heise (re)

Christa Sternberg

Volleyball

Das Neueste aus der Sparte

LSV-Hamburg Deutscher Vizemeister

Nach ein paar Jahren der Abstinenz bei Deutschen Meisterschaften hatte sich die 1. Herren-Mannschaft der Sparte Volleyball durch den Gewinn der Hamburger Meisterschaft in der Saison 2010/2011 endlich einmal wieder für die Endrunde, die diesmal in Frankfurt stattfand, qualifiziert. Die Mannschaft musste ersatzgeschwächt antreten und musste sich erst im Endspiel (und das auch noch gegen das Luft-hansa-Team aus Frankfurt) geschlagen geben. Die Frankfurter konnten vor Ort natürlich aus dem Vollen schöpfen, und die 1. Herren-Mannschaft brachte nicht mehr die Leistung der Vorrundenspiele auf das Feld. Trotzdem ein großer Erfolg, dass sich 2 LH-Teams die Plätze 1 und 2 bei den Deutschen Meisterschaften sichern konnten.

Welcome to St. Tropez...

Diesem Song sind 2011 zwei Teams (Hamburg und Frankfurt) der Sparte Volleyball gefolgt und zum „Fun in the sun“-Turnier, organisiert von Air France, gereist. Nach vorherigen

Volleyballturnieren, unter anderem in Zürich und Prag, stand im September 2011 Südfrankreich auf dem Plan. Bei herrlichstem Sommerwetter wurde am ersten Tag in der Halle und am zweiten Tag Volleyball am Strand gespielt! Insgesamt traten mehrere

und an einem anderen Ort, sicherlich wiederholt wird.

Zwischenstand nach der Hinrunde

Nach dem 2. Platz bei der Deutschen Meisterschaft konnte die 1. Herrenmannschaft wieder einen guten Start in die Saison hinlegen. Insgesamt spielen 5 verschiedene Mannschaften des LSV im Spielbetrieb, darunter 2 Teams in der Mixed Staffel und 3 Teams in der Herrenstaffel, in der auch weibliche Verstärkung gern gesehen wird. Dabei glänzten die Spieler der 2. Herrenmannschaft in der Hinrunde mit einem ihrer besten Starts in der Staffel D und finden sich auf dem 2. Tabellenplatz wieder. Zu guter letzt platziert sich die 3. Herrenmannschaft auf dem 5. Platz in der Staffel A. Die Teams der



Die Mitglieder aus Hamburger und Frankfurter Mannschaften

Hallenteams und Beachteams gegeneinander an. In der Halle konnten die LSV-Volleyballer einen mittleren Rang erzielen. Beim Beachturnier stand das Hamburger Team sogar im Halbfinale und musste sich den Franzosen geschlagen geben. Ein rundum gelungenes Turnier, welches in diesem Jahr, zu einer anderen Zeit

Mixed Mannschaften stehen derzeit auf dem 2. Platz in der Mixed Staffel A und auf dem 5. Platz in der Mixed Staffel B.

Wir wünschen allen Mannschaften weiterhin viel Erfolg und Spaß in der Rückrunde.

Anja Brömme



Uns gibt es übrigens auch noch... 2011 auf tollen Touren

Die Sparte Motorrad im LSV Hamburg wurde 1985 gegründet. Wir sind tourenfahrerisch orientiert. Gemeinsame Ausfahrten stehen im Vordergrund. Durch die Spartenbeiträge werden zudem eine kleine Werkstatt und ein Motorradtrailer finanziert. Der Nachwuchs bleibt leider aus. Motorradfahren ist keine

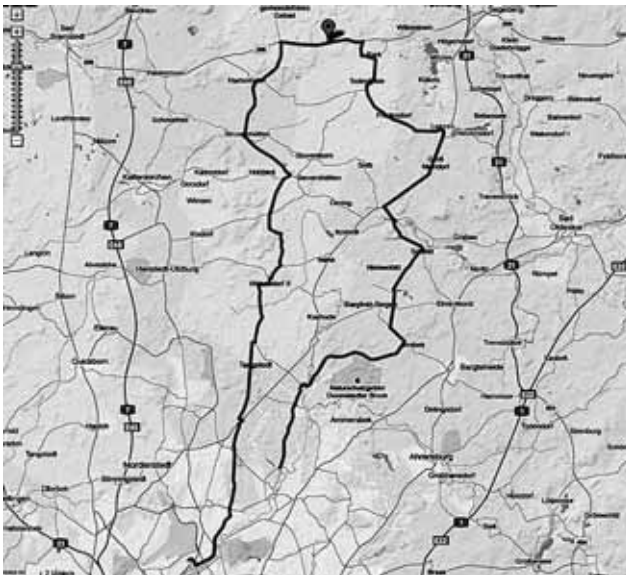
Trendsportart und kostet auch nicht wenig Geld. Das Durchschnittsalter der Mitglieder liegt mittlerweile bei über 50...

Wir haben Kontakte zu Motorrad fahrenden Lufthanseatern anderer Standorte. Zwischen den verschiedenen Standorten werden reihum Jahrestreffen ausgerichtet. Die dabei

entstehenden Bekanntschaften können im späteren Berufsleben durchaus ‚Wiedererkennungswert‘ haben...

Lasst die Schräglage nie 100% erreichen!

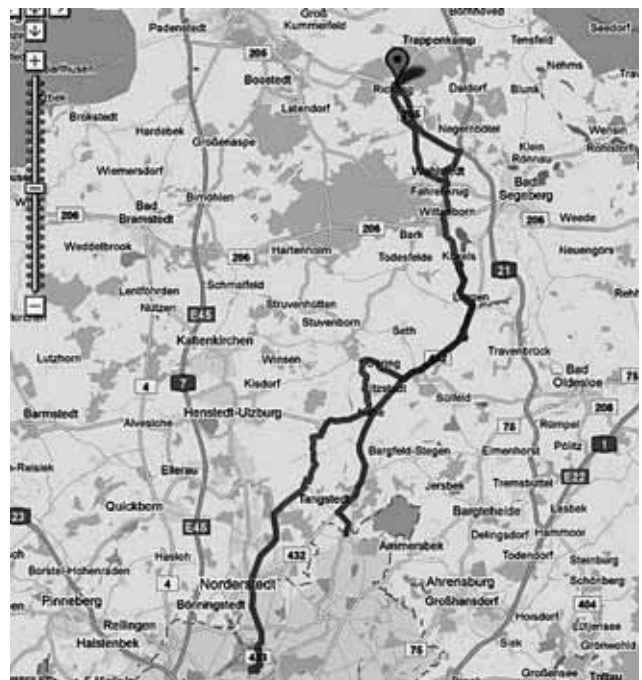
Matthias Pötzsch



19. April 2011 – Dienstagstour Bockhorn

Unsere ‚Dienstagstreffen‘ sind bei passendem Wetter Ausgangspunkt spontaner Touren. Einige ‚Standardziele‘ fahren wir dabei immer wieder gerne an.

Teilnehmer: Jürgen, Matthias, Max, Otto, Rainer, Stephan, Uwe, Volker



26. April 2011 – Dienstagstour Landbrauerei Rickling

Und noch ein ‚Standardziel‘...

Länge ~110km

Teilnehmer: Bernd, Jürgen, Matthias, Otto, Uwe



22. April 2011 – Karfreitagstour

Länge ~300km

Die Karfreitagstour 2011 führte uns in die ‚Fischhütte‘ in Heiligenhafen, von dort aus weiter nach Fehmarn und wieder zurück in die Heimat. Ein schöner trockener Frühlingstag... Das war auch schon mal anders...

Teilnehmer: Sigrid, Goldie, Otto, Bernd, Jürgen, Henning, Hans-Joachim, Heiko, Winfried, Klaus, Jens, Peter, Detlef, Eckhard, Uwe, Axel, noch ein Uwe, Harry, Rainer, Roland, Olav, Volker, Uwe Nummer drei und Max.



03. Juni 2011 – In die nun nicht mehr ganz so neuen Länder

Freitag nach Himmelfahrt: Bernd hatte geladen, fünf Biker folgten seinem Ruf...

Teilnehmer: Bernd, Detlef, Ecki, Jürgen, Rainer, Uwe

Es war Freitag der 3. Juni und ein so genannter Brückentag zwischen Himmelfahrt und Wochenende. Wer Zeit hatte und auch Lust auf eine Tour sollte sich um 9:00 Uhr in Jenfeld am Einkaufszentrum einfinden. Wir waren schließlich zu sechst, und um 9:30 Uhr ging es los.

Das Wetter war viel versprechend, die Sonne schien, die Temperatur war angenehm, was wollten wir mehr! Unser Ziel hieß Bad Doberan.

Bernd hatte die Tour ausguckt, und so fuhren wir gut gelaunt hinterher, denn Bernd hat ja ein Navi. Nach Bad Doberan geht es übrigens direkt durch eine Spielstrasse in Schwarzenbek. Das wusste ich vorher nicht. Den einen oder anderen Umweg hat vielleicht manch einer gar nicht bemerkt.

Aber irgendwann ging es richtig vorwärts. Nur dass die Sonne von vorn schien und wir nach Norden wollten, machte mich schon ein bisschen nachdenklich. Aber Bernd hat ja ein Navi, der wird schon wissen wo es lang geht...

Also kurz gesagt, noch ein paar Extrawünsche (bloß keine Autobahn) ins Navi eingegeben, und schon waren wir auf dem richtigen Weg nach Schwerin.

Am Schaalsee entlang boten sich bei schönstem Wetter herrliche Ausblicke neben der Strecke. Durch Schwerin lief es dann auch problemlos, immer unser Ziel Bad Doberan im Sinn. Bis hier waren die Strassen ja einwandfrei. Wir wollten jedoch ein wenig abseits der viel befahrenen Wege fahren. Die Überraschung war dann nicht so prickelnd: Der Zustand der Strassen war von sehr schlecht bis beinahe unbefahrbar wegen der vielen Löcher im Asphalt. Dieser Abschnitt hatte aber auch bald sein Ende, und die Fahrt quer durch die mecklenburgische Seenplatte war wieder zum Genießen. Gegen Mittag erreichten wir schon ein wenig hungrig unser Ziel: Bad Doberan. Jetzt hieß es nur noch einen Parkplatz und ein allseits zufrieden stellendes Restaurant finden.

Mitten im Zentrum hatten wir Glück. Das Essen war gut, und zweimal konnten wir das Schauspiel der durchfah-

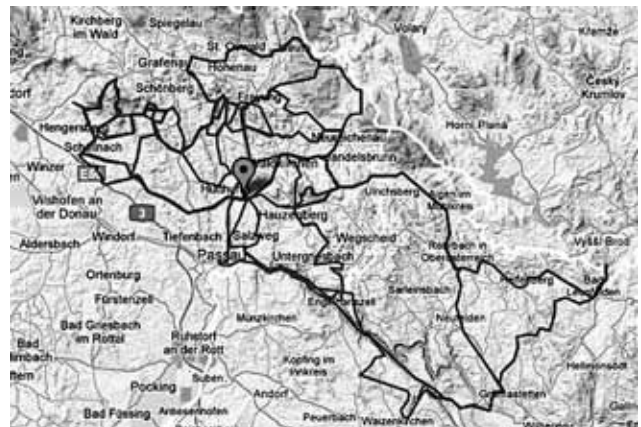
renden Museumsbahn erleben. Eine Musikuntermalung mit den grauenhaftesten Schlagern aus den Siebzigern hatten wir zuerst dem Wirt angelastet, aber den hatten wir zu Unrecht verdächtigt. Aus einem angrenzenden offenen Fenster kam das Übel. Wir wollten aber sowieso freiwillig gehen, denn unser Rückweg sollte ja auch gemütlich angegangen werden.

Wir schwangen uns gesättigt wieder auf unsere Mopeds und fuhren durch wunderschöne Alleen nach Kühlungsborn. Kaffee und Kuchen mussten noch mal sein, ehe wir den Rückweg unter die Hufe, nein Räder, nahmen.

Über Wismar, kurz am Hafen entlang nach Gadebusch, ging es bis nach Ratzeburg. Hier am Motorradtreff genehmigten wir uns noch mal Eis und Kaffee, um dann auf der B208 nach Bad Oldesloe und danach auf der B75 Richtung Hamburg zu fahren

In Elmenhorst trennten sich die Teilnehmer der Tour. Jeder fuhr jetzt auf kürzestem Weg nach Hause. Ich glaube, dass jeder seinen Spaß gehabt hat und sage an dieser Stelle im Namen aller Teilnehmer: Danke Bernd, denn die Idee für diese Tour kam von Dir.

(*Text für LSV Journal überarbeitet, Originaltext von Detlef)



Hier fand das Geschehen statt (sechs überlagerte Tagestouren)

25. Lufthansa-Motorrad-Jahrestreffen

Die reihum von Lufthansa-Stationen verschiedener Stationen ausgerichteten Motorrad-Jahrestreffen jährten sich in 2011 zum 25. Mal. Die Münchner luden erneut ins wohlbekannte Bikeotel Post in Büchelberg bei Passau. Dieser Standort ermöglicht Motorradtouren im Grenzgebiet Deutschland/Tschechien/Österreich. Und gute ‚Haxn‘ können dort auch gegessen werden...

Die Hamburger Teilnehmer reisten auf verschiedenste Art und Weise an. Einige fuhren die 800km in einem Rutsch, andere nutzten den Autozug für die Etappe Hamburg > München. Eine Gruppe fuhr mit einer Zwischenübernachtung auf Landstrassen über Harz, Kyffhäuser und dann die B85 entlang. Eine weitere Gruppe fuhr für drei Übernachtungen und zwei Tagestouren in die Rhön und von dort aus 400km bei Sauwetter nach Büchelberg.

Stichwort Sauwetter... Das holte uns auch während der drei Übernachtungen und zwei Tagestouren in Büchelberg gelegentlich wieder ein... Aber Schwamm drüber...



Dank an alle, die zu einem erfolgreichen Jahrestreffen 2011 beigetragen haben.



Jahrestreffen-Anschluss-tour – Slowenien

Vier Frankfurter, eineinhalb Münchner und viereinhalb Hamburger verschlug es nach dem Jahrestreffen noch nach Slowenien. Nach sechs Übernachtungen und fünf Tagestouren in wunderschöner Landschaft wurde der Autozug Villach > Neu Isenburg genutzt. Die letzte 500km-Etappe nach Hamburg wurde wieder als Tagestour gestaltet.



3. Oktober wie üblich

„Als Einzelfahrer sind 800km auch schnell erledigt“ (diese Anmerkung musste sein).

Der Rest der Bande war natürlich nicht untätig und fuhr zum nunmehr 12. Mal zum Brunchen nach Berlin. Was auch sonst...

- Individuelle Abfahrt zu Hause gegen 06:00 Uhr (gut angezogen, es kann bitterkalt werden)
- Treffpunkt an der ehemaligen innerdeutschen Grenze (A24 Rasthof Schaalsee)
- Gemeinsame Abfahrt 07:05 Uhr, Fahrt per Autobahn in die aufgehende Sonne hinein
- Tankstopp und Aufwärmen der Finger bei einem Kaffee am Autohof Herzsprung
- Ab 10:15 Uhr Brunch in der Remise No1 in Berlin
- Kulturelle Einlage: Mauermuseum am Checkpoint Charlie
- Frühes Abendessen beim nicht verwesenden Ritter Kahlbutz in Kamppehl nahe der B5
- Verabschiedung an der ehemaligen innerdeutschen Grenze (B5 Boizenburg/Lauenburg)
- Individuelle Heimfahrt und Ankunft zu Hause gegen 21:00 Uhr
- Gesamtstrecke, je nach Wohnort eines Teilnehmers, bis zu 750km

Teilnehmer: Detlef, Ecki, Ines, Jürgen, Matthias, Otto, Peter, Sigrid, Tilo, Volker, Winfried

3. Oktober mal anders

„Ziemlich exakte 800km aus Bayern nach Hamburg in ziemlich genau 7:56h incl. Volltanken bei herrlichem Altweibersommerwetter. Moped ist reimportiert ich such noch jemanden zum Putzen“ (Zitat eines Einzelfahrers).



LSV -Team: Gewinner des „Psycho-Cup Hamburger Kliniken“



Klaus Marzoch

Die Spieler – hintere Reihe von links nach rechts: Tobi, Lukas, Oliver, Alex, Christian
Vorne von links nach rechts: Stephan, Tobi, Alex und der Torwart Benni mit Sohn Rocco



Zum dritten Mal nahmen die Fußballer des LSV an dem Pokalturnier einiger Hamburger Klinik-BSGen um den Psycho-Cup teil. Geleitet wurde der Wettbewerb erneut von Andreas Berrding vom UKE. Gespielt wurde eine Vorrunde mit 2 Staffeln zu 4 Teams. Eigentlich sollten es insgesamt 10 Mannschaften sein, aber 2 fusionierten mangels „Spielermasse“ zu einer und das 2te LSV-Team hatte abgesagt. Oliver Heilmann, Mannschaftsführer der 2. Herren, hatte ein hoch motiviertes Team zusammengestellt, das sich ohne Punktverlust in der Vorrunde durchsetzte und damit in das Halbfinale kam, das jeweils zwischen den Erst- und Zweitplatzierten aus der Vorrunde ausgetragen wurde. Entschieden wurde das Spiel nach dem Unentschieden in der Spielzeit durch 11m-Schießen, bei dem sich die LSVer durchsetzen. Damit war das Endspiel gegen die BSG des Amalie-Sieveking-Krankenhauses erreicht. Auch hier kam es wieder zu Elf-meterschießen. Dank guter Nerven und Schützen und viel Spannung für die Fans war unser Team nach dem 6-ten Schuss dann mit 4:3 Toren

Gesamtsieger. Den 3-ten Platz belegte die Mannschaft von der Neurologischen Klinik des UKE, gefolgt von den Kickern des Wilhelm-Stiftes.

Bei strahlendem Sonnenschein und einem gesponserten Grillfest wurde der Sieg dann auch genossen.

Klaus Marzoch

Ausbildung beendet

Henoch Förster hat Ende Januar seine Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann mit der Prüfung der Handelskammer mit „gut“ beendet. Er hat sich entschieden, anschließend ein Studium zu beginnen. Dafür, und für seine persönliche Zukunft, wünschen wir ihm viel Erfolg!

Das LSV Präsidium und das Team der Geschäftsstelle

Henoch Förster und Karin Kern





LSV-Kegler und Keglerinnen Weiter auf Erfolgskurs

Fotos: Angela Umbach



O. re.: Jörg Schulz (2. Platz, HSK), Arne Nissen (1. Platz, Hochbahn), John-Henning Reimers (3. Platz, LSV)
Rechts: Karl-Heinz Schlorke (2. Platz, Hochbahn), Wolfgang Mengel (1. Platz, LSV), Uwe Veen (3. Platz, Deutsche Bank)
Ganz rechts: Rebecca Schrader (2. Platz, Hochbahn), Angela Umbach (1. Platz, Hochbahn), Sylvia Krongaard (3. Platz, LSV)



3 x "auf dem Treppchen" bei den Hamburger Einzelmeisterschaften 2011/2012, 1x Hamburger Meister, 2 x 3. Platz!

Wie auch in den Vorjahren stellte der Lufthansa Sportverein Hamburg ein großes Teilnehmerfeld bei den Hamburger Einzelmeisterschaften im Kegeln. Nach drei Durchgängen im November 2011, im Dezember 2011 und im Januar 2012 traten bis auf die erkrankten Monika Sick, Werner Faustmann und Jupp Weigand alle gemeldeten LSV-Kegler/innen am 11. Februar 2012 in der Kegelhalle in Barmbek zum 4. und entscheidenden Final-Durchgang an, um sich für die Hamburger Stadtmannschaft zu qualifizieren – oder um sogar Hamburger Einzel-

Meister zu werden.

Der letzte Durchgang gestaltete sich wieder bei allen 6 Teilnehmerfeldern (Damen, Herren, Seniorinnen, Senioren A, Senioren B und Senioren C)

Damen:

3. Platz	Sylvia Krongaard	1742 Holz
8. Platz	Monika Schultz	1637 Holz

Herren:

3. Platz	John-Henning Reimers	1775 Holz
4. Platz	Horst Saggau	1765 Holz
5. Platz	Rainer Jensen	1746 Holz
7. Platz	Gregor Brose	1719 Holz

Senioren B:

1. Platz	Wolfgang Mengel Hamburger Meister	1778 Holz
5. Platz	Arno Gregorius	1753 Holz
9. Platz	Khalil Balbisi	1723 Holz

äußerst spannend. Bei den Senioren A waren die ersten 3 Plätze nach dem Finale nur durch 3 Holz getrennt. Bei den Senioren B waren Meister und Vize-Meister nach dem Finale holzgleich und das höhere

Tagesholz entschied, wer Hamburger Einzelmeister wurde. 6 Kegler/innen (im Vorjahr waren es 8) erreichten das selbst gesetzte Ziel, sich für die Hamburger Stadtmannschaft zu qualifizieren.

Und auch dieses Jahr ist es uns gelungen, einen Hamburger Einzelmeister zu stellen, und das nun sogar 12 Jahre (!) lang in Folge (bisher je einmal durch Sylvia Krongaard, Jupp Weigand, Fiete Nothen, Arno Gregorius und 10 x durch Wolfgang Mengel).

Bei den Senioren B wurde Wolfgang Mengel nach einem Jahr "Pause" in einem spannenden Finale zum 8. Mal Hamburger Meister. Sylvia Krongaard, die Vorjahres-Meisterin bei den Damen, und John-Henning Reimers bei den Herren, schafften es auf das Podest und erreichten jeweils den 3. Platz. Glückwunsch! Bis auf 3 Kegler/innen haben sich alle am Finale Beteiligten für die Hamburger Stadtmannschaft qualifiziert. Der 52. Städtewettkampf zwischen Hamburg und Berlin findet am 3. November 2012 in Berlin statt – und 6 Kegler/innen vom LSV sind dabei!

Wolfgang Mengel



Olympia-Stützpunkt Hamburg/SH

Besuch der LSV Triathleten



Es hatte eine ganze Zeit gedauert, bis es unseren LSV Triathleten endlich gelang einen Termin im Olympia-Stützpunkt Hamburg/Schleswig-Holstein zu bekommen. Dieser Olympia-Stützpunkt befindet sich am Alten Teichweg im Hamburger Stadtteil Dulsberg und ist unter anderem für das Training der Leistungsschwimmer aus Hamburg und Schleswig-Holstein aufgebaut worden. Vorgesehen war ein Training mit unseren LSV-Aktiven in der Gegenstromanlage um die Schwimmhaltung beim Kraulschwimmen bei Wettkämpfen zu analysieren und zu verbessern. Hierzu bietet der OSP Hamburg/Schleswig-Holstein mit seiner Gegenstromanlage eine ideale Gelegenheit. Diese Gegenstromanlage ist ein besonderes Highlight am OSP Hamburg/Schleswig-Holstein. Sie ist eine der besten der Welt in der der Schwimmer/die Schwimmerin im Gegenstrom auf der Stelle schwimmt und der Trainingsdiagnostiker mit Hilfe der fünf eingebauten Kameras die Schwimmtechnik hervorragend beobachten und analysieren kann.

Schwerpunkt dieser Trainingswissenschaft ist die Unterstützung von Trainern und Aktiven bei der Optimierung der individuellen Technik zur Erreichung der bestmöglichen sportlichen Leistung bei Wettkämpfen.

Am 18.01. und am 19.01.2012 war es dann endlich soweit:

An den beiden Tagen trafen sich jeweils acht LSV Triathleten um 19.00 Uhr in der Schwimmhalle des OSP. Der erste Eindruck der Schwimmanlage war überwältigend. In der Halle war das Schwimmbecken voll von trainierenden Athleten. Bahn um Bahn wurde von den Leistungsschwimmern absolviert. Hier konnte man erleben, was es heißt, in der Leistungsklasse zu schwimmen. Betreuer für unsere Triathleten war an beiden Tagen Ronny Berndt, ein ehemaliger Leistungsschwimmer, der jetzt den Nachwuchs betreut. Er begrüßte unsere Schwimmer und gab einen kurzen Überblick über die Anlage und wie der Abend ablaufen würde. Als erstes wurde eine Bahn



Schwimmen im Gegenstrom:
Isabel Bange (oben), Norman Rether (Mitte),
Mirko Eichblatt (unten), Réne Müller (S. 11)



im großen Becken freigemacht, sodass sich unsere Schwimmer ein wenig einschwimmen konnten. Danach ging es in den Hallenteil, wo sich das Becken mit der Gegenstromanlage befindet. Das Becken sieht aus, wie ein übergroßes Aquarium. Die eine Längsseite ist mit einer Plexiglasscheibe versehen, sodass man den Schwimmer im Becken auch von unten schwimmen sehen konnte. Die fünf Kameras sind an verschiedenen Stellen so positioniert, dass der Schwimmer in allen Schwimm-lagen aufgenommen werden kann. Der Kontrollraum mit dem Computer und Monitor für den Diagnostiker befindet sich in einem Nebenraum.

Ronny erklärte nun den Ablauf des Tests in der Anlage. Als Erstes gab es für jeden einen Probelauf, um die Gegenströmungsgeschwindigkeit für den Einzelnen festzulegen. Sie darf weder zu stark noch zu schwach sein. Dies ist wichtig, damit sich beim eigentlichen Test der Schwimmer

was eine sehr starke Strömung bedeutet. Um den Höchstwert einzustufen zu können, sollte man mal an der Elbe auf die Strömung schauen. Je nach Tidenlage (Ebbe oder Flut) liegt die Strömung hier weit höher als 2,5 m/s. Somit würde ein Profischwimmer gegen die Elbströmung auf die Dauer wenig Chancen haben. Unsere Athleten lagen mit ihren Strömungswerten zwischen 1,0 m/s und 1,25 m/s. Dies ist für Hobbyschwimmer ein doch beachtlicher Wert. Ab da musste jeder Schwimmer sein Können in der Gegenstromanlage beweisen. Der Test begann mit einem Kopfsprung in das schon auf den Strömungswert eingestellte Wasserbecken,

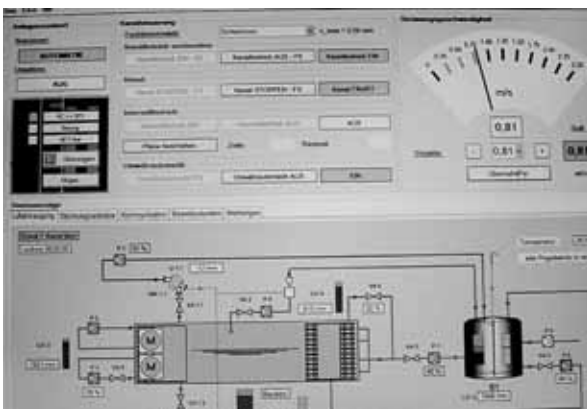
Schwimmstil jedes Einzelnen von Ronny analysiert werden sollte. Vor dieser Einzelbewertung erklärte



Analyse am Computer und Auswertung

Fotos: Peter Stahl

Ronny anhand eines Leistungsschwimmers auf dem Bildschirm den fast idealen Kraulstil. Nun wurde der Schwimmstil jedes Athleten genauestens analysiert. Ronny gab dabei viele gute Ratschläge, wie man seinen eignen Stil optimieren kann. Nach über zwei Stunden ging diese einmalige sportliche Erfahrung zu



voll auf die Schwimmhaltung konzentrieren kann. Das heißt beim realen Schwimmen im Wettkampf: wie hoch ist meine Schwimmgeschwindigkeit, also mein Vortrieb? Die Skala der Strömungsgeschwindigkeit, die individuell einstellbar ist, fängt bei 0 m/s an, also stehendes Gewässer, und reicht bis zu 2,5 m/s,

und der Schwimmer musste mit zwei, drei Armzügen zwischen eine Markierung am Beckenboden schwimmen. Nach Erreichen der Markierung begann der eigentliche Test. Die fünf Kameras filmten von allen Seiten die Schwimbewegungen und gaben die Daten an den Auswertungscomputer weiter. Nach einer Minute intensiven Schwimmens ertönte eine Hupe, die das Ende des Tests signalisierte. Nachdem der letzte LSV-Triathlet seinen Schwimmtest absolviert hatte, gingen die Athleten in den Auswerterraum. Hier konnten nun alle den Bildschirm sehen, auf dem der

Ende. Unser Team war sehr angetan und man war sich einig, dass sich der sportliche und finanzielle Aufwand von 150 Euro pro Person, mehr als gelohnt hatte. Man wird während der kommenden Wettkampfsaison sehen, was jeder Einzelne für sich von diesem Abend im OSP Hamburg/Schleswig-Holstein mitgenommen hat.

Peter Stahl

Anmerkung: Der Autor und Fotograf war in Straßenkleidung und Badeschuhen anwesend.



Deutsches Sport-Abzeichen (DSA) Betriebliches Gesundheitsmanagement

Dass der LSV der betrieblichen Gesundheitsförderung dient, steht sicher außer Frage! Aber der LSV ist weit mehr – nämlich auch ein hervorragendes betriebliches Integrations- und Netzwerk!

Wer eine betriebliche Info braucht und Kontakte über LSV-Kollegen hat, kommt oft schneller ans Ziel.

Auch bei Versetzung nach Hamburg tun sich die „fremden“ Kollegen leichter, wenn Sie im Kreis der LSV-Sportler integriert werden und somit das neue Umfeld und diese schöne Stadt besser kennenlernen, bis hin zu Wohnungstipps u.v.m. Wünschenswert: das LH(T)-Management würde die Bedeutung des LSV als wichtiges betriebliches Instrument höher schätzen und noch besser fördern – aber Klagen hilft nicht. Besser: Hacken in den Teer und selbst was machen! Zum Beispiel Werbung für das Deutsche Sportabzeichen als interne betriebliche Zielsetzung.



Foto: Dieter Zimmermann

Führungskräfte + ein Referent. Die „Gnade“ der frühen Geburt begünstigte zwar insbesondere die 50er Jahrgänge, aber für wenig trainierte bedeutete insbesondere das Kugelstoßen eine kaum überwindbare Leistungsgrenze. Zum Glück gab es ja noch die Schwimmersatzdisziplin. Somit schafften fünf der sechs MT-Teilnehmer das DSA!

Nur unser junger Referent Mathias mit seinen knapp 30 Jahren scheiterte an den doch strammen Leistungsvorgaben. Für Ihn zumindest Motivation, 2012 weiterzumachen. Und auch die LHT-Kollegen des Innovationscenters waren immer motiviert dabei!

Weiter 2012!

Sofern 2012 auch mal ein besseres Sommerwetter bieten sollte, werden sich die Sparten Leichtathletik und



Andreas Walther und Mädchen aus Tschernobyl

Tauchen freuen, wenn die Meldungen für das DSA hoffentlich noch zahlreicher werden. Und es hat bereits 2011 Spaß gemacht, sich den Anforderungen zu stellen!



Diesen Prüfungswegweiser des DOSB (Deutscher Olympischer Sport Bund) gibt es im Internet

Vielfalt im LSV

Abgesehen davon ist der LSV auch eine gesellige Gemeinschaft mit vielen Spezialsparten, die selbst ein Großverein wie „Sportspaß“ nicht anbietet. Auch wenn der Altersdurchschnitt im LSV jünger sein könnte, es fehlt nicht an Innovationen, die auch für Azubis und jüngere Mitarbeiter attraktiv sind. So wird 2012 z.B. eine Beachvolleyball-Anlage auf dem LSV-Sportplatz eröffnet.

Zielvereinbarung 2012?

Also, liebe Kollegen und Management – nicht zögern! Setzt Eure sportlichen Mitarbeiter- und Abteilungsvereinbarungen im Sinne einer guten Maßnahme zur Gesundheitsvorsorge um und meldet Euch an. Termine werden ausgeschrieben. Kontakt und Bedingungen: LSV-Geschäftsstelle, Ralph Behrens und Dieter Zimmermann

Dieter Zimmermann

Termine für das DSA

Ab Mai jeweils der erste Donnerstag und der dritte Montag eines Monats um 17.00 Uhr auf der LSV Sportanlage:

Donnerstag, 3. Mai 2012

Montag, 21. Mai 2012

Donnerstag, 7. Juni 2012

Montag, 18. Juni 2012

Im Juli ist Sommerpause

Donnerstag, 2. August 2012

Montag, 20. August 2012

Donnerstag, 6. September 2012

Montag, 17. September 2012

Kollegen treffen sich beim Sport

Bereits 2011 fruchtete die Idee zu einem „Joint-Venture“ zwischen der Sparte Leichtathletik und der Sparte Tauchen (Abnahme der Schwimmübungen). Zwei Betriebsgruppen waren dabei vom Innovationcenter der LHT und dem Treibstoffmanagement der LH AG. Letztere wurde durch eine Zielsetzung motiviert: Mindestens 5 Teilnehmer bei HAM MT sollten sich einschreiben und zum Abschluss kommen, dann wollte der MT den Bonus der Präventionskasse von 20 EUR verdoppeln. Er machte selbst mit, sowie (neben dem Autor) noch drei weitere



Es gibt sie doch noch..... Haie!

Tauchen vor den Brother Islands



Big Brother

Die fast schon übliche Saisonende-reise ans Rote Meer sollte diesmal eine Tauchsafari zu den Brother Islands werden (24.11.-1.12.11). Schon der Empfang unserer sieben Teilnehmer an Bord der MY Mermaid am Liegeplatz

in Hurghada war freundlich. Am nächsten Morgen ging es los. Zwei Checktauchgänge im Bereich Safaga zeigten schnell, wo noch Ausrüstungsprobleme waren. Auch das Signal-Boje setzen (unter Wasser), sowie der

Aus- und Einstieg ins Zodiak mit voller Ausrüstung wollte geübt sein. Eine unruhige Nacht folgte auf See bei 5-6 Windstärken – zum Glück in Fahrtrichtung Süden. Für die nächsten Tage sollte wir uns an frühes Aufstehen gewöhnen: 6 Uhr wecken, spätestens um 7 im Wasser, danach erst Frühstück – Pause, dann Vormittagstauchgang, Essen – Pause und Nachmittagstauchgang bzw. Nachttauchgang sollte der Rhythmus werden. Erstaunlich, selbst mir als Spätaufsteher gelang das schnell. Denn die tollen Tauchgänge am Morgen waren es wert! Am Big Brother (mit Leuchtturm) sahen wir dann gleich am Süplateau faszinierende Fuchshaie (Markenzeichen: sehr lange Schwanzflosse) in 40 m Tiefe. Aber auch beim Folgetauchgang am Wrack der AIDA (dem ersten Leuchtturm-Versorgungsschiff) und dem Steilriff sahen wir immer wieder bis zu fünf herrliche Grauhaie vorbeiziehen. Scheinbar ist

bei denen nun Paarungszeit? Abgesehen von den Haibegegnungen – insbesondere beim 3 km entfernten „Little Brother“ – gab es aber auch immer wieder schöne Riffüberhänge mit tollem Bewuchs, jagende

Spielchen auf dem Deck wurden ausgetragen. Dass aber auch die Tauchgründe vor Safaga (Ras Abu Soma) und Hurghada (Torfa Abu Hashish) selbst im Flachwasserbereich noch Überras-



Ein Grauhai

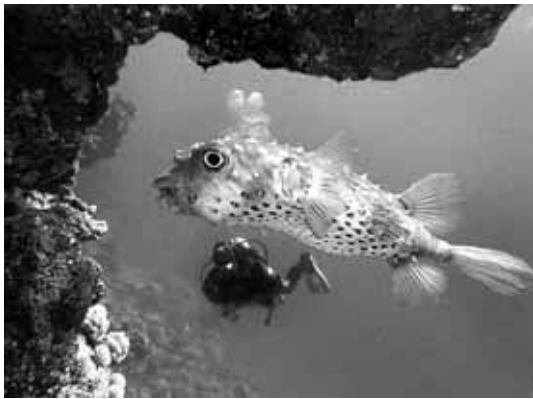
Thunfische, Barrakudas oder die großen zutraulichen Napoleons. So pendelten wir vier Tage zwischen den beiden Inseln mit sehr unterschiedlichen Strömungsbedingungen und Wetter (Gewitter mit Regen!), bevor wir dieses anspruchsvolle, aber schöne Revier wieder verließen, nicht ohne die Leuchtturmbesichtigung zu machen. Unser Glück auf dem Rückweg: nach dem Unwetter wurde die See ruhiger, womit wir unser Nachtquartier am Middle Reef schon vor Einbruch der Dunkelheit erreichten.

Die Bordcrew überraschte uns dann noch nach dem Nachttauchgang mit einer Bordparty am letzten „See-Abend“. Es wurde getanzt bei Ägyptischer Musik und einige witzige



Andreas Walther und andere Taucher

schungen bereit halten sollten, zeigte der letzte Tauchtag: Federschwanzrochen, eine Schildkröte mit zwei großen Schiffshaltern, Oktopus und sage und schreibe: Seegras-



Fotos: Dieter Zimmermann

Igelfisch mit Taucher

sowie Olli Mantwill gaben immer wieder Anlass zum Lachen: war es die unendliche Geschichte über Olli's verpassten Spartengründermittgliedsstatus oder die „schicke“ Trainingshose von Erich... Es folgte noch eine letzte ruhige Nacht am Liegeplatz der Mermaid in



Schildkröte mit Schiffhalter

Geisterpfeifenfische! Diese sah ich zum ersten Mal in meinem Leben und war völlig begeistert. Klein, extrem unscheinbar und erst nach dem dritten Blick von Seegras zu unterscheiden! Neben dem freundlichen Bordservice und prima Essen trug zur guten Stimmung auch das permanente Necken und Scherzen in der Gruppe bei. Insbesondere unsere Oldies und Rentner Eric Schumann

Hurghada, bevor wir entspannt unserem Rückflug am Donnerstag Nachmittag entgegen sahen. Dieser war allerdings der einzige negative Punkt unserer Reise wegen des chaotischen Check In bei Condor am Flughafen! Das braucht man und vor allem Familien so nicht wieder! Fazit: Tolle Tour, viele Haie, schönes Tauchen, interessante Erlebnisse und viel Spaß, tolle Crew und gute Guides für relativ wenig Geld. Gerne

wieder 2012 – vielleicht in Verbindung mit dem zweiten Hochsee-Highlight, dem Dedalus Riff?
Dieter Zimmermann

Gruppe: Karl-Heinz Mantwill (Olli), Erich Schumann, Andreas Walther, Monika + Michael Said Yasseri + DUC Dauergast Georg Halfas.

ASCA-Führungsspitze Treffen in Hamburg

Seit Jahren treffen sich ehemalige Mitglieder des ASCA-Executive Committees und noch aktive ASCA-Vorstandsmitglieder und Delegierte mit ihren Partnern im jährlichen Abstand in einer europäischen Weltstadt. Sie alle sind noch mehr oder weniger engagiert in ihren Vereinen/Freizeitorganisationen eingebunden, sodass bei diesen Treffen nicht nur die Vergangenheit diskutiert wird, sondern auch Aktuelles aus den Clubs, und es werden auch ASCA-Veranstaltungen besucht. Das Ausscheiden einiger langjähriger Delegierter bei der Jahreskonferenz 2011 in Wien war für unseren Präsidenten Heinz-Dieter Hansmann ein besonderer Anlass, letztere, die

bisherigen Teilnehmer und weitere Ex-Delegierte nach Hamburg einzuladen. So reisten Mitte Oktober 14 Gäste an, etwas weniger als ursprünglich zugesagt hatten – das Alter fordert seinen Tribut. Mit ihnen trafen sich dann in Hamburg Mitglieder des Vorstandes, unser ASCA-Delegierter, der Ehrenpräsident und Ehrenmit-

glieder zu einem umfangreichen Programm. Das führte zur Hafencity, dem Miniatur Wunderland – es stand auf der Wunschliste einiger Gäste – einem Stadtbummel und einem Tagesausflug nach Wismar und Schwerin. Beim gemeinsamen Abendessen im Club waren auch Ralph Behrens und seine Frau dabei. Das war u.a die clubinterne Ehrung für seinen



Dany und Hava Cohen, Joseph und Shoshana Dean, Bob und Erika Frampton, Anke Gerloff-Röpke und Karl-Peter Röpke, Heinz-Dieter und Hannelore Hansmann, Uwe Inselmann, Valther und Bodil Jorgensen, Arno und Maria Kolkmeier, Peter und Lisl Machat, Klaus und Jutta Marzoch, Arthur und Cepta McSwiney, Klaus Vollmer, Ken und Jenny Williams

langjährigen und großen Einsatz in der ASCA-Leichtathletik und den Langlaufwettbewerben im Nachgang für die Ehrung auf der Jahreskonferenz in Wien. Wie immer beim LSV HH, verließen uns die Gäste sehr zufrieden über das Wiedersehen, das Programm und unsere schöne Hansestadt.

Klaus Marzoch



Eisbären Treffen 2012



Am Sonntag, den 8. Januar 2012 lud die Sparte Leichtathletik des Lufthansa SV Hamburg zum Jahresbeginn 2012

die Stärksten der Starken

zum Eisbären-Treffen auf die Sportanlage des Lufthansa SV ein.

Ergebnisse:



Herren

Pfz Name	Verein	Stein	M-Ball	Kugel	Schl.	BM	Pkt
1 Christian Sommer	Philips LG	3,80	16,40	8,55	31,30	9,20	8
2 Ralph Behrens	Lufthansa S.V.	4,15	12,90	9,30	30,60	8,25	9
3 Manfred Strauß	Lufthansa S.V.	3,90	12,60	8,45	24,30	8,50	13
4 Hans Hormann	Lufthansa S.V.	3,45	10,60	6,90	20,00	7,75	21
5 Martin Hinz	Lufthansa S.V.	2,60	8,30	5,90	13,70	8,00	24

Damen

Pfz Name	Verein	Stein	M-Ball	Kugel	Schl.	BM	Pkt
1 Gabi Kamradt	Lufthansa S.V.	2,75	7,20	4,50	15,20	6,25	7
2 Regina Lühmann	Lufthansa S.V.	2,75	7,40	4,30	13,60	5,40	8
3 Maren Boldt	HPA	2,30	5,90	2,95	12,90	4,70	16
4 Susanne Groneberg	Lufthansa S.V.	2,05	4,9	2,4	9,1	5,1	19

Bei Sonnenschein und +8°C war es eigentlich schon zu warm für die Eisbären... Der Regen der Vortage hörte pünktlich zur Veranstaltung auf und die Sonne zeigte sich wieder.

Die Reihenfolge der Wertung ergibt sich durch Addition der Platzierungspunkte je Wettbewerb.

Stein= Feldstein-Stoßen Herren 23 Kg, Damen 15Kg

Schl.= Schleuderball (1,5 Kg)

Kugel= Kugel-Schocken (7,25 Kg)

M-Ball= Medizinball-Weitwurf (2 Kg)

BM=Baumstamm-Weitwerfen (2 m lang)



Fotos: Ralph Behrens

Ralph Behrens

Ralph Behrens
Spartenleiter Leichtathletik
Lufthansa Sportvereine





Geplante Aktivitäten im Jahr 2012

Datum/ Uhrzeit	Veranstaltung/Ort	Orga./wo
03.02.	Beginn GTS-Tauchkurs	Joachim/Andreas Walther
12.02.	Umwelttag HTSB (Seminar 10-17 Uhr)	HTSB
25./26.02	Medizinseminar*	HTSB
21.03.	Beginn Abnahmen Dtsch. Sportabzeichen	LSV-Leichtathletik + Tauchen
15.04.	Hamburger Meisterschaften* im Flossenschwimmen	Andreas Heuschkel/HTSB
22.04. 14:30-16:30	Hafenrundfahrt mit Hafenkraft	Michael Martin
24.04. 19:30	Jahresversammlung HTSB*	HTSB
26.04. 19:00	Jahreshauptversammlung Sparte Tauchen mit Film und Bildern (RM Safari Brothers)	Dieter/Anne LSV-Chorraum Borsteler Ch.
01.05. 11:00	Antauchen & Taufe der Multifunktionsschlauchyacht mit Probefahrt (Hobie Mirage T14i)	Dieter / Anne Ortkaten
06.05. 10:00	Fahrradtour „Highlights HH-Hafen“ (mit Familie) Start: Winterhude	Dieter / Anne (Ersatztermin 3.6.12)
12.05. 11:00	HTSB Cup* /Ortkaten	Dieter/ Anita-HTSB
25.-28.05.	Tauchen in Stenderup Hage/DK	Volker (bereits ausgebucht)
15.-17.06.	Jugendausfahrt*/ GI.Albo-DK	HTSB Jugend /Regina
23.-29.06.	Tauchen in der Kontinentalspalte/Island-KEF	Dieter (Kurzreise mit Sightseeing)
06.-08.07.	Tauchen in Hemmoor	Joachim
1.Hälfte Sept.	(Erstes) Abtauchen/ Kiel-Strande	<i>Ein Gründungsmitglied...</i>
21.-23.9.	ASCA Superteam in VIE	Dieter
29.09.-13.10.	Spartenreise nach Calella /Spanien	Anne
2.Hälfte Nov.	Tauchsafari Rotes Meer oder Oman	Dieter
Dezember	Weihnachtsfeier im LSV-Club	<i>gesucht</i>

Weitere Termine zu Seminaren vom HTSB* stehen auf www.htsb-ev.de.
 Abnahmetermine f.d. Deutsche Sportabzeichen werden seitens des LSV durch die Sparte Leicht-athletik + Tauchen abgesprochen und veröffentlicht (Kontakt: LSV-Geschäftsstelle, Ralph Behrens & Dieter Zimmermann). Leichtathletik-LSV Sportanlage: ab Mai jeden ersten Montag und dritten Donnerstag, Juli ist Sommerpause, an Feiertagen (Himmelfahrt) und dem 21 Juni (mögliches Fußballländerspiel) fällt es aus.



Alle Menschen sind klug.
 Die einen vorher,
 die anderen nachher.

Unbekannt

Pinnwand

**Einladung zum
Einladung zum
26.
Lufthansa Motorradtreffen**



**Einladung zum
26.
Lufthansa Motorradtreffen**



**Einladung zum
26.
Lufthansa Motorradtreffen**



Wo: Jugendherberge Wornswede
www.jugendherberge.de/unterweser

Wann: 28.06. – 01.07.2012

Wie: Infos / Sammelanmeldung HAM bis zum 02.04.2012 (Geldeingang)

Andreas Jaap
Tel. 040-5070-5076
Konto-Nr.: 6404073, BLZ: 20041155 (Comdirekt Bank)
Verwendungszweck: LH-Treffen 2012 Name und Station

Kosten: 150,- € Donnerstag – Sonntag
110,- € Freitag – Sonntag
60,- € Sonnabend ab 10 Uhr - Sonntag

Kinder: 0 – 2 Jahre 0,- €
3 – 14 Jahre 50,- € 35,- € 20,- €

Bitte Kinder anmelden da wir versuchen, Familienzimmer zu bekommen!

Anreise am Donnerstag ab 16:00 Uhr (Tee, Kaffee und Kuchen)

Wat gibt es dafür:

kein T – Shirt !!!!

Übernachtungen (Bettwäsche ist inklusiv!!!)

Essen (HP) und Trinken in der Jugendherberge, Samstag Grillen

Lagerfeuer

Ausfahrten an die Küste, bisschen gesunde Seeluft schnupfern, mal überm Deich gucken, wo ist das Wasser???, Fischessen oder Krabben pulen, „Schweben mit Bock“, wandern

Fit in den Frühling...

Jetzt starten mit

back and balance



**Haben Sie Rückenbeschwerden?
Wollen Sie Ihrem Stress entfliehen?**

Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie:

- Sie lernen Ihren Rücken zu stärken
- Sie schaffen einen Ausgleich für Ihren Rücken durch funktionelle Rückengymnastik und Dehnübungen
- Sie lernen durch unterschiedliche Entspannungsverfahren Ihren Stress abzubauen

22. März bis 3. Mai 2012 (7 Termine)

**Donnerstags von 17:00 – 18:00 Uhr
im Gymnastikraum unter Kantine II**

Teilnahmegebühr: 55,- €

Informationen + Anmeldung
in der LSV-Geschäftsstelle
Gebäude 220, Raum 126
oder unter Tel: 2919



Fit in den Frühling...

Jetzt starten mit



Flexi-Bar

Der Flexi-Bar erreicht durch seine Schwingung tiefliegende Muskelbereiche, die Sie mit regulärem Krafttraining nicht erreichen können.

Positive Effekte durch das Training mit dem Flexi-Bar:

- ⊕ Fettabbau
- ⊕ angekurbelter Stoffwechsel
- ⊕ Haltungsbesserung
- ⊕ Festigung des Bindegewebes
- ⊕ Aufbau der Tiefenmuskulatur
- ⊕ bessere Kraftausdauer

22. März bis 3. Mai 2012 (7 Termine)

**Donnerstags von 16:15 – 17:00 Uhr
im Gymnastikraum unter Kantine II**

Teilnahmegebühr: 45,- €

Informationen + Anmeldung
in der LSV-Geschäftsstelle
Gebäude 220
oder unter Tel: 2919

