

Profi im Redaktionsteam

In dieser Zeitung hat Monika Stern, eine ausgebildete Journalistin, ihren ersten Auftritt. Sie meldete sich auf die Suchanzeige in unserer 100. Ausgabe und will uns bei der Herausgabe unserer Vereinszeitung unterstützen. Schon in den ersten Gesprächen hat sie uns auf neue Möglichkeiten hingewiesen, die unserer Zeitung schon in den kommenden Ausgaben gut zu Gesicht stehen werden. Auf den Seiten 1, 6 und 7 zeigt sie, dass sie auch eine ausgezeichnete Fotografin ist.

Für alle Senioren ab 60 Jahre

Senioren-Sport-Treff am 5. September

Der diesjährige Treff auf unserer Sportanlage am Betriebsbahnhof Schöneweide ist der 26. seit 1992.

Beginn: 10.00 Uhr, Ende gegen 12.30 Uhr.
Wie immer ist das sportliche Angebot - das sind 16 Sportstationen - mit einer Tombola verbunden, für die man nach der Teilnahme an 6 Wettbewerben einen Gewinn erhält. Alle Übungen sind so ausgewählt, dass sie problemlos von jedermann ausgeführt werden können. Die Einteilung in zwei Altersgruppen von 60 bis 69 und ab 70 Jahre schafft auch nahezu gleiche Bedingungen bei der Siegerermittlung. In den Wettbewerben Schlingellauf und Kegeln geht es auch um die Sportfestsieger, die dann auf dem "Trepchen" eine Urkunde erhalten. Ein kostenfreies Eintopfen beendet den Sport-Treff, der auch bei schlechtem Wetter stattfindet. H. Weiss

Der Vorsitzende des BSBTK gibt seinen Rücktritt bekannt

Dr. Walter Kaczmarczyk, Vorsitzender des Bezirkssportbundes Treptow-Köpenick e.V., hat aus gesundheitlichen Gründen sein Amt nach 27 Jahren niedergelegt. Seit der Gründung des BSBTK, im Jahr 1991, bekleidete er dieses Amt. Dem Treptow-Köpenicker Sport und auch darüber hinaus hat er durch seine engagierte Arbeit wesentliche Impulse gegeben und war stets ein unnachgiebiger Kämpfer für



Beste Stimmung beim
27. Offenen Vereinssportfest

Nach wochenlanger Hitze sorgte eine Wetteränderung pünktlich zu unserem traditionellen Sportfest für optimale Wetterbedingungen. Bei Temperaturen um angenehme 20 Grad und einem Sonne-Wolken-Mix fanden sich am 23. Juni ca. 300 Sportbegeisterte ein - trotz Regenprognose und Fussball-WM. Darunter waren auch wieder viele Familien mit ihren Kin-

dern und Enkeln. Der älteste Teilnehmer zählte junggebliebene 91 Jahre, die jüngsten beiden waren etwa 3 Monate alt. Vorbereitet war eine Auswahl von 22 verschiedenen sportliche Aktivitäten, die fast alle altersunabhängig zum Mitmachen einladen. Torwandwerfen wurde „Liebling“ der Kinder und Jugendlichen. (mehr dazu S. 6/7 und 11/12)



die Angelegenheiten der Vereine. Auch wenn seine Entscheidung einen erheblichen Einschnitt in die Verbandsarbeit darstellt, muss man diese selbstverständlich respektieren. Wir wünschen ihm eine Stabilisierung seiner Gesundheit und noch zufriedene Jahre im Kreis seiner Familie. Bis zur geplanten Neuwahl im September wird der BSBTK von den anderen vertretungsberechtigten Vorstandsmitgliedern geführt. Interessierte Kandidaten für die Funktion des Vorsitzenden können sich beim Vorstand vorstellen.



Zentraler Bahnsporttag auf unserer Sportanlage

Eine gute Tradition ist der Bahnsporttag des VDES Bezirk Ost (Berlin, Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, ein Teil von Sachsen-Anhalt) auf unserer Sportanlage am Betriebsbahnhof Schöneweide. Am Mittwoch, dem 20. Juni fanden sich ca. 400 Teilnehmer zu den Wettkämpfen ein. Allein 140 nahmen an der Wanderung zu unserer Sportstätte teil. Vom ESV wurden die Vorbereitungen getroffen und der Großteil der Kampfrichter gestellt.

Womit befasste sich der Vorstand?

2. Vorstandssitzung am 6. Juni 2018

(17 Teilnehmer)

- Betriebsprüfung durch "Deutsche Rentenversicherung Bund" bestanden
- Schaukastengestaltung
- Auflistung Diebstahlsachen für Staatsanwaltschaft
- Reparatur Brauchwasserbrunnen
- Behebung der Sporthalle - Schadensprotokoll
- Notartermin zur Unterschriftenbeglaubigung
- Neue Übersicht über Vorstandsmitglieder und Abteilungsvorstände
- Infos zum Vereinsentwicklungsprogramm des LSB
- Artikelvorstellungen für Vereinszeitung III/2018
- Finanzausschuss für Sportfest durch Kiez-kasse
- Vorbereitungsstand für das Vereins-

- sportfest
- Themenplan für die Vorstandssitzungen 2. Halbjahr 2018
- DB-Veranstaltung mit Lok-Unterstützung
- Verschmutzte Fußball-Umkleideräume
- Kauf eines Rasenmähers und Versicherung
- Auszeichnungsvorschlag
- VDES Tischtennis-Bezirksmeisterschaften von Lok durchgeführt
- Ein Lok-Schütze an VDES-DM als Teilnehmer

3. Vorstandssitzung am 11. Juli 2018

Sitzungsort Kanuheim (13 Teilnehmer)

- Besichtigung des Kanuheimes und des Geländes
- Schaukastengestaltung
- Auswertung der Betriebsprüfung - Übungssleiter
- Stand der Vertragsvorbereitung BEV- VSG

Altglienicke

- Brunnenreparatur / Beregnung mit Trinkwasser
- Belehrung über Brandschutzordnung in der Sporthalle
- Unterschriftsbeglaubigung beim Notar für Vorstand
- Hinweise zum Vereinsentwicklungsprogramm des LSB
- Verlegung der Vorstandsfahrt
- Veranstaltungen der DB AG auf ESV-Gelände
- Auswertung des Vereinssportfestes
- Vorbereitung des Senioren-Sport-Treffs
- Freizeitsport-Terminplanung für 2019
- Schulungsangebot des BSB Treptow-Köpenick
- Tickets für Leichtathletik-EM
- Flyer für Versicherungsleistungen an Abteilungen
- Info zu Spendenüberweisungen und zur Zahlung der Ehrenamtszuschale
- Info zur Funktionsniederlegung des BSB-Vorsitzenden

Nach Redaktionsschluss:

4-Länderwettkampf im Tennis

Es war eine große Ehre für den ESV Lok Berlin-Schöneeweide e.V. an diesem ersten Augustwochenende: Unsere Tennisanlage war Austragungsort für den vom VDES (Verband deutscher Eisenbahner Sportvereine) organisierten 4-Länderwettkampf 2018 im Tennis. Klar, dass da die Mitglieder der Abteilung Tennis in den Wochen zuvor ihre Anlage mit viel Engagement in einen top Zustand versetzt hatten, damit sich unser Verein bestmöglich präsentiert.

Und so standen sich bei hoch sommerlichen Temperaturen Eisenbahner (Teams mit je vier Spielern) aus Deutschland, der Schweiz, Tschechien und Belgien gegenüber - Turniersprache war dementsprechend offiziell Englisch.

Zunächst wurden am Freitag (03.08.) die Halbfinals ausgespielt, bei denen Deutschland auf die Schweiz und die tschechischen Eisenbahner auf ihre belgischen Kollegen trafen. Gespielt wurden je vier Einzel, wobei jedes Team der Stärke nach die vier besten Eisenbahner des jeweiligen Landes aufstellte.

Vorjahressieger Deutschland (mit Selman, Möller, Hörsch und Rall) konnte seiner Favoritenrolle gerecht werden und klar und deutlich mit 4:0 gegen die

Schweiz (Carloni, D'Alessandri, Keller, Ranzoni) gewinnen.

Das Duell Tschechien gegen Belgien war insgesamt enger und umkämpfter: am Ende gewannen die zuvor gesetzten Tschechen (mit Cepek, Spacek, Langmann und Valék) mit 3:1 gegen die Belgier de Meyer, Mespreuve, Vanderkimpen und Dumont.

Somit kam es am Samstag (04.08.2018) zum Finale Deutschland / Tschechien und Spiel um Platz 3 zwischen Belgien / Schweiz.

Und beim kleinen Finale ließen eiskalte Belgier den Eidgenossen keine Chance. Am Ende stand nicht nur ein 4:0 Sieg sondern auch der 3. Platz für die Belgier fest.

Das Duell zwischen Rekordsieger Tschechien gegen Vorjahressieger Deutschland hielt die Spannung, die es auf dem Papier versprach. Zwei Mal fiel die Entscheidung erst im Match-Tie-Break. Deutschland holt sich Platz 1 und gewinnt mit 3:1 (7:3 Sätze, 58:49 Spiele), Tschechien bleibt der zweite Platz.

Was bleibt sind zwei interessante Turniertage, mit spannenden Tennisduellen auf teils hohem Niveau. Fazit von Jens Lehmann, als Vertreter des VDES: "Es war super organisiert, aber anders hatte ich das auch nicht erwartet". Wir waren gerne Gastgeber für unsere internationalen Gäste und freuen uns auf ein baldiges Wiedersehen.
A.Eberst



Die 4 Teilnehmenden Mannschaften vor dem Tennishaus des ESV Lok Schöneeweide

Redaktionsschluss

für die Ausgabe Nr. 104 der Vereinszeitung "Lok-Sport aktuell" ist der 7.11.2018. Die Zeitung erscheint am 5. Dezember 2018. Bitte beachten: Zuarbeiten digital an Lok.Schoeneweide@Berlin.de senden, in World, Schriftart Arial, Schriftgröße 9.

Impressum:

Lok-Sport aktuell - das Mitteilungsblatt des Eisenbahnsportvereins Lok Berlin-Schöneeweide e.V. wird kostenlos ausgegeben.
Herausgeber: Vorstand des ESV Lok Schöneeweide
Geschäftsstelle: Adlergestell 143, 12439 Berlin, Tel.: 297 27324, Fax.: 145
Öffnungszeiten: montags von 9 bis 17 Uhr
Bankverbindung:
IBAN DE25 120965970001303384,
BIC: GENODEF1S10, Sparda Bank Berlin
Internet: <http://www.esvlokschoeneweide.de>
Email: Lok.Schoeneweide@Berlin.de
Erscheinungsweise: viermal jährlich
Alle Vereinszeitungen seit ihrem Erscheinen 1992 können im Internet nachgelesen werden. Sie liegen als pdf-Datei vor.
Die mit Namen gekennzeichneten Artikel drücken nicht unbedingt die Meinung der Redaktion aus. Artikel können von der Redaktion sinnwährend gekürzt werden.
Alle Artikel, Informationen, Kurzmeldungen ohne Unterschrift der Autoren werden vom Pressewart/Redakteur Helmut Weiss verfasst.
Für veröffentlichte Bilder wird ein Unkostenbeitrag von 5 € gezahlt. Bei Nachdruck ist die Quellenangabe erwünscht. Belegexemplare bitte zusenden.
Pressewart der Abteilungen:
Bergsteigen/Wandern: M. Schupke,
Schwimmen/Wasserball: F. Eife,
Fußball: F. Krauspe,
Kegeln: S. Friebe und R. Wandel,
Kanu: Lutz Habrecht, Radsport: D. Grunow,
Tennis: A. Eberst
Redakteur: Helmut Weiss, Mitarbeit Monika Stern
Herstellung und Gestaltung:
Ingeburg Lippold, Norbert Eberst

Das Fundament des Eisenbahnsportvereins Lok Schöne weide

Der Anteil der Eisenbahner am Mitgliederstand unseres Vereins hat eine große Bedeutung für den Erhalt des Vereins. Das ist aus dem Grunde so, weil die Sportanlagen am Betriebsbahnhof Schöne weide und das Kanugelände in Karolinenhof vom Bundeseisenbahnvermögen (BEV) verwaltet werden.

Das BEV ist eine Behörde des Bundesministeriums für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung. Von ihr sind Sanktionen festgelegt, die für den Verein wirksam werden, wenn der Eisenbahneranteil unter 50 % fällt. Es ist aber nicht so einfach, den Begriff "Eisenbahner" zu definieren. Deshalb ist

schon die Frage von Bedeutung, **"Wer zählt nun zu den Eisenbahnern?"**

Das wichtigste Kriterium ist: Als Eisenbahner werden nur Mitarbeiter der Deutschen Bahn AG gewertet, ebenso die Mitarbeiter der Deutschen Reichsbahn auf dem Gebiet der ehemaligen DDR und der Deutschen Bundesbahn auf dem Gebiet der BRD. Bei den Privatbahnen beschäftigte Lok-Führer z. B. sind zwar auch Eisenbahner, zählen aber nicht für den Anteil im ESV. Als Eisenbahner werden auch Ehepartner von Mitarbeitern der DB usw. gezählt, auch wenn sie verwitwet sind, sowie Kinder, solange sie nicht wirtschaftlich

selbständig sind bzw. das staatliche Kindergeld erhalten. Als Eisenbahner zählen weiterhin die Mitarbeiter der Sozialpartner der DBAG (Bahn BKK, DEVK, BSW-Stiftung, Sparda-Bank, Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine) und des Bundeseisenbahnvermögens.

Zu allen genannten Institutionen eine gute Verbindung zu halten und ihnen sportliche Angebote zu unterbreiten, ist für den ESV und die Eisenbahner bedeutend. Das Fundament des Eisenbahnsportvereins sind nun mal alle erreichbaren Eisenbahner in den Berliner Dienstorten.

H. Weiss

Senioren sportler drehen an der biologischen Uhr

Wer in das Seniorenalter kommt und noch Sport treiben kann, hat das große Los gezogen. Der- oder Diejenige ist begnadet und sollte dieses "Vermögen" nicht ungenutzt liegen lassen. Körperliche Aktivität hilft, im Alter ein unabhängiges und selbstbestimmtes Leben zu führen.

Man kann das Älterwerden nicht abwenden, aber es lässt sich verzögern. Der Wunsch, auch im Alter weiter am Leben teilnehmen zu wollen, ist dabei ganz wichtig. Das kann der Motor sein, der uns zum altersgerechten regelmäßigen sportlichen Bewegen antreibt. Tun wir das nicht, züchten wir unsere Beschwerden selbst heran.

Es ist gut zu wissen, dass sich der natürliche körperliche Abbau jenseits der 60-Jahresgrenze aufhalten und sich sogar die Muskulatur bis ins hohe Alter trainieren lässt. Davon profitieren das Herz-Kreislauf-System durch elastischere Gefäße und sauerstoffreicheres Blut, ein besser funktionierender Stoffwechsel und das Gehirn durch eine günstigere regionale Durchblutung. Auch altersbedingte Krankheiten wie Depressionen, Demenz oder Alzheimer können aufgehalten oder verlangsamt werden.

Nur wer sich im Alter genügend bewegt, bleibt beweglich, kann körperliche Beschwerden verhindern oder lindern.

Kurzum: Mit regelmäßigem Sporttreiben



Siegerehrung im Schlangellauf der Altersklasse bis 69 Jahre

kann man die biologische Uhr beim Altern verlangsamen und sogar zurückdrehen. Grundsätzlich nutzt jede Sportart, wenn sie regelmäßig betrieben wird, der Fitness und damit der Gesundheit.

Von den Medizinern wird Gehen, Laufen, Treppensteigen, Gymnastik, Schwimmen und Radfahren empfohlen, ebenso das gerätegestützte Krafttraining. Aber auch das Kegeln und Tischtennis lässt sich im Alter noch relativ schnell erlernen. Wer früher Tennis gespielt hat, findet auch dort ein gutes Betätigungsfeld. Auch Kanu- und Gesundheitssport bieten sich an.

Egal, für welche Sport- oder Bewegungsart man sich entscheidet: Es muss Spaß machen!

Der ESV Lok Schöne weide verfügt mit seinen 15 Abteilungen über ein breites sportliches Angebot. In fast allen Sportarten sind auch Seniorinnen und Senioren aktiv. Man findet also überall Ansprechpartner (s. S.3). Informationen erhält man auch vom Seniorenwart H. Weiss, der montags von 9.00 bis 17.00 Uhr im Sportbüro persönlich oder telefonisch (03029727324) zu erreichen ist. Vieles lässt sich auch aus den Homepages unseres Vereins herausfinden.

Wer sich für eine Sportart oder ein anderes Bewegungsangebot entschieden hat, kann erst einmal 4 Wochen kostenfrei in der Sportgruppe üben. Danach muss man sich entscheiden, ob man dabei bleibt oder eine andere Sportart ausprobieren möchte. Wer im Verein bleiben will, muss dann auch seinen Beitrag bezahlen. Der ist ein Entgegenkommen! So kostet z. B. der Mitgliedsbeitrag für Senioren im Fitness 7.-€ im Monat. In einem Fitnessstudio muss man zumeist für einen Besuch so viel bezahlen, wie bei Lok Schöne weide ein ganzes Quartal kostet.

Was bis jetzt noch gar nicht zur Sprache kam: Wer zu uns in den Verein kommt, lernt Menschen kennen, er findet Gesprächspartner und auch Anlässe, wieder einmal herzlich zu lachen. Das alles zusammen rundet das Unternehmen "Ja, ich will regelmäßig Sport treiben!" sinnvoll ab.

H. Weiss, Seniorenwart

Ansprechpartner der Abteilungen des ESV Lok Schöne weide

Abteilung	Funktion in der Abteilung	Name, Vorname	Telefon	E-mail
Bergsteigen/Wandern	Vorsitzender	Kuke, Frank	01732083004	frankkuke@yahoo.de
Fitness	Vorsitzender	Stübner, Bastian	01762424057	bastian.stuebner84@googlemail.com
Fußball	Kassenwart	Drews, Mike	017631765000	mikdrew73@gmx.de
Gesundheitssport	Vorsitzender	Meister, Günther	030/5031938	guenthermeister@t-online.de
Gymnastik	Vorsitzender	Behnisch, H.-Joachim	030/7674415	Achim.Behnisch@web.de
Kanu	Vorsitzender	Boßdorf, Sören	01719349768	esv-kanu@t-online.de
Kegeln	Vorsitzende	Friese, Sabine	017656900111	sagrosse@web.de
Orientierungslauf	Mitglied	Kremer, Christian	030/4248291	c.Kremer.Berlin@gmx.de
Radsport	Vorsitzender	Nelde, Torsten	01778985652	t.nelde@hotmail.de
Schwimmen/	Schwimmwart	Voigt, Dario	015123278614	devoigt10@web.de
Wasserball	Wasserballwart	Eife, Frank	033439/51080	frank.eife@freenet.de
Sportschießen	Vorsitzender	Gehring, Thomas	030/6710032	thomastgehring@gmx.de
Tennis	Vorsitzende	Eberst, Alena	01773291118	alena.eberst@web.de
Tischtennis	Vorsitzender	Fenske, Frank	030/65482203	tt2ff@t-online.de
Turnen	Vorsitzende	Geißler, Brit	030/53699096	esvlokschoeneweide.de/turnen/kontakt
Volleyball	Vorsitzende	Kühr, Christine	030/29728237	Christine.Kuehr@deutschebahn.com
Ballsportgruppe	Stellv. Vorsitzd.	Schön, Peter	016097429603	peter.schoen@deutschebahn.com
Seniorenwandern	Wanderwart	Müller, Werner	030/3619665	Werner.wumueller@web.de

Tipps der Lehrwartin Brit Geißler:

Fortbildungen für den Zeitraum Oktober bis Dezember 2018

Die beiden folgenden Anregungen aus den Fortbildungsangeboten des Landessportbundes sind verbunden mit viel Praxis und können sofort in (fast) allen unseren Sportarten im Training umgesetzt werden.

Entspannte Muskulatur ermöglicht schmerzfreie Bewegung, Dehnmethode und Übungen:

Dehnen Training der Beweglichkeit:

Fr. 19.10.2018, 18:00-22:00 Uhr;

35,00€ (5LE)

Das Übungsangebot wird in den Bereichen Koordination, Kraft und Ausdauer abwechslungsreich erweitert:

Zirkeltraining:

Sa. 20.10.2018 9:00 - 13:00 Uhr;

35,00€ (5LE)

Ein Kurs, der für unsere Senioren besonders geeignet ist und auch für Mitglieder zu empfehlen ist, die nicht selbst Übungsleiter sind:

Stabilitätstraining, Sturzprophylaxe & Koordinationsschulung:

Mo. 05.11.2018 18:00 - 22:00 Uhr;

35,00€ (5LE)

Aus dem Vorstand heraus den Verein oder die Abteilung aktiv, sicher und mit neuen Ideen erfolgreich steuern - hier der Hinweis auf eines der Wahlmodule der „Vereinsmanager/-in C“ Ausbildung, das auch einzeln als Fortbildung gebucht werden kann:

Alles rund um die Gewinnung und langfristige Bindung von Sponsoren zur finanziellen Unterstützung:

Marketing für Sportvereine:

Sa. 13.10.2018 9:00 17:00 Uhr;

85,00€ (10 LE)

Anmeldung für alle diese Kurse des LSB unter www.lsb-berlin.net/angebote/sportschule/aus-und-fortbildungen

Für alle, die in unserem Verein Verantwortung für Kinder und Jugendliche übernehmen, beginnend mit dem Vorstand (Jugendwart) bis zu den Übungsleiter/innen, bietet die Sportjugend Berlin jährlich ein Seminar mit zwei Modulen an:

Kinderschutz im Sport:

2x Mo. 12.11.18 und 19.11.2018 17:30 Uhr - 21:30 Uhr; 25,00€ (8 LE)

Anmeldung unter www.sportjugend-berlin.de

Ein Wochenende zusammen Lernen und sportlich aktiv sein, der jährliche Sportkongress im Olympischen und Paralympischen Trainingszentrum in Kienbaum bietet 75 Workshops für Turnen, Fitness, Gesundheitssport, Kinderturnen, Aquafitness und Management bewährt organisiert durch den Berliner Turn- und Freizeitsportbund:

Gymwelt-Kongress:

Fr. 16.11.2018 - So. 18.11.2018 - Die Workshops finden am Sa. und So. statt. Die Teilnahme kann auch mit Übernachtung gebucht werden.

Ausschreibung, Kosten und Anmeldung ab ca. 20.07.2018 unter

<https://www.btff.de/de/akademie.html>

Empfehlung: Die Kosten sollten durch die Abteilungen bzw. den Vereinsvorstand übernommen werden.

Bezirksmeisterschaft und DB Quali des VDES im Tischtennis in der Lok-Sporthalle

Am 26. Mai 2018 führte der VDES-Bezirk Ost seine alljährliche Meisterschaft und zugleich das Qualifikationsturnier zum DB Cup im Tischtennis in Berlin durch. Das Turnier wurde von der Abteilung Tischtennis des ESV Lok Schöneweide vorbereitet und durchgeführt. Traditionell zu dieser Meisterschaft herrschte in Berlin wieder sehr gutes Sommerwetter, was an alle Aktive und Beteiligte hohe Anforderungen stellte.

Insgesamt nahmen 6 Damen und 22 Herren der Deutschen Bahn und ihren Beteiligungsgesellschaften sowie aus ESV Sportvereinen teil. Die 6 Damen spielten „Jede gegen Jede“ und die zwei Vertreterinnen von Lok Schöneweide, Monika Kusche und Pia Laschinske, belegten die Plätze 4 und 6.

Die 22 Herren spielten in 4 er bzw. 5 er Vorrunden, wobei sich jeweils die zwei Gruppenbesten für die Zwischenrunde qualifizierten, die dann in zwei 5 er Gruppen gespielt wurde. Von den 4 Herren unseres Sportvereins kamen 3 in die Zwischenrunde, erreichten aber dann nicht die Halbfinals.

Das Turnier der Herren gewann Marcel



Von li. n. re.: Pia Laschinske, Inken Schmidt, Josephine Specht, Michaela Flackus, Romana Szydowski

Mainka (DB Engineering & Consulting GmbH; TVE Potsdam).

Das Turnier stand sowohl von der Teilnehmeranzahl als auch von der Qualität der Spiele auf dem höchsten Niveau der letzten 5 Jahre. Auch die Turniervorbereitung und -durchführung konnten sich dabei diesen Anforderungen stellen und wurden durchgängig sehr gelobt. Alle freuen sich schon auf das nächste Turnier 2019.

Horst Hennig

Sportwart für Tischtennis des VDES Ost

11. Radtourenfahrt des ESV Lok Schöneweide

Am Sonnabend, dem 26. Mai 2018, war es wieder soweit. Die Abteilung Radsport hatte nun bereits zum 11. Mal Radsportinteressierte zum Start der von ihr organisierten RTF nach Bernau eingeladen. Insgesamt 25 Helferinnen und Helfer, die



Am Kontrollpunkt und zugleich Imbissstand

sich ca. 8 Stunden unter freiem Himmel aufhielten, um die Radfahrer an den Kontrollpunkten mit einem kleinen Imbiss zu betreuen, und die Organisation am Laufen hielten, waren eingesetzt.

Es konnte zwischen Touren über 57, 73, 113 und 150 km gewählt werden. Sie führten von Bernau durch die Landschaftsschutzgebiete Barnim, Chorin, Nideres Oderbruch vorbei am Schiffshebewerk Niederfinow bis zur Oder, durch abwechslungsreiche, hügelige, walddreiche Landschaft mit Seen, Mooren und Rinnalen. Gegen 16.00 Uhr traf der letzte Teilnehmer nach 150 km-Fahrt etwas kaputt, aber glücklich wieder im Sportforum Bernau ein. Als ältesten Teilnehmer konnten wir Sportfreund Dieter Mehlitz (80 Jahre) vom RC Charlottenburg ehren. Er absolvierte die 73 km-Strecke.

Leider sind nur insgesamt 171 Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer Einladung gefolgt, etwas ernüchternd gegenüber den Vorjahren, wo wir bis zu 331 Teilnehmer registrieren konnten. Vor allem bei den Trimmfahrern war ein starker Abfall zu verzeichnen. Dies ist leider allgemeiner Trend. Aber im Vergleich mit den anderen Berliner Vereinen nehmen wir trotzdem den 2. Platz ein! Die Aktiven bedankten sich jedenfalls bei uns für die Wahl der sehr schönen Strecke und die vorbildliche Organisation. Dies bescheinigte uns auch der Kontrollfahrer des Berliner Radsportverbandes. Für uns ist das Ansporn, auch für den 18. Mai 2019 wieder die Veranstaltung anzumelden und vorzubereiten.

H.-G. Dirks

Klein-Olympia rief - die Lok-Schwimmer folgten Sechs mal Gold erschwommen

Am 5. Mai lud der Treptower SV zu Klein-Olympia in die Schwimmhalle Baumschulenweg ein. Neben Aqua Berlin, dem SC Ostend, TiB 1848, dem Schwimmsportverein Wildau und dem SSV Berliner Haie folgten wir der Einladung mit zwei Mannschaften.

Am Morgen ging unsere Juniormannschaft mit acht Schwimmern der Jahrgänge 2010 und jünger, fünf davon bisher ohne Wettkampferfahrung, an den Start. Gleich im ersten Wettkampf starteten Pauline Zuther (Jg 2010) und Elly Hellmig (Jg 2011) über 25 m Rücken Beine. Beide Mädchen belohnten sich mit je einem zweiten Platz in ihrer Altersklasse und freuten sich über die Silbermedaille. In der gleichen Disziplin bei den Jungen startete Lucas Trochner und holte sogar die Goldene. Im Wettkampf drei starteten Pauline und Elly noch einmal über 25 m Rücken. Elly erreichte die Bronzemedaille. Pauline startete leider bereits vor dem Startsignal, erhielt dafür 5 Strafsekunden und erreichte am Ende trotzdem noch den 7. Platz. Lucas startete im Wettkampf vier auch noch einmal über 25 m Rücken und konnte sich erneut mit einer Goldmedaille schmücken. Im Wettkampf fünf ging Lucie Hellmig (Jg 2011) über 25 m Kraul Beine an den Start. Ihre persönliche Bestzeit brachte auch ihr eine Goldmedaille ein. Gleich drei ESV-Jungen gingen im Wettkampf sechs über 25 m Kraul Beine an den Start. Für Jonte Plath (Jg 2012) lief es am besten. Er gewann die Silbermedaille. Niklas Wozny (Jg 2010) und Leonard Dik (Jg 2011) schnitten mit ihren Zeiten jeweils mit Platz vier in ihrer Altersklasse ab. Thade Methner (Jg 2012) durfte im Wettkampf zehn endlich zeigen, wie schnell er die 25 m mit der Brust-Beinbewegung zurücklegen kann.

Für seine Zeit bekam er die Goldmedaille. Leonard startete dann noch einmal im Wettkampf zwölf über 25 m Brust. Auch hier belegte er den vierten Platz. Insgesamt erschwammen sich unsere Jüngsten vier Gold-, drei Silber- und eine Bronzemedaille. Für unser Junior-Team war das ein sehr erfolgreicher Tag.

Mittags ging es dann für unsere Seniorenmannschaft an den Start. Sie bestand aus 13 Schwimmern der Jahrgänge 2003 bis 2009. Gleich acht von ihnen starteten im ersten Wettkampf (WK 13) über 50 m Brust. Im Jahrgang 2009 erreichte Lara Schulz den dritten Platz, Johanna Dörges folgte auf dem vierten, Helena Rocke auf dem sechsten und Ida Plath erreichte Platz zehn. Im Jahrgang 2007 kamen Hannah Schwarz und Rosa Hellmig auf den siebenten und achten Platz. Cora Große (Jg 2005) erschwamm sich den vierten Platz und Jennifer Döring erreichte den sechsten Platz in ihrem Jahrgang 2003. Im nächsten Wettkampf (WK 14) starteten drei unserer Jungs über 50 m Brust. Ole Reiß erreichte den ersten, Henning Detering den sechsten Platz und Joshua Stichel (alle Jg 2009) schwamm auf den zehnten Platz. Im Wettkampf 16 startete Till Raasch über 25 m Schmetterling und erreichte den vierten Platz. Im Wettkampf 19 über 50 m Freistil starteten zuerst vier unserer Mädchen. Hannah erschwamm sich den vierten Platz. Im Jahrgang 2005 erreichten Ani Kliemann den vierten und Cora den zehnten Platz. Jennifer hat den siebenten Platz erreicht. Im nächsten Wettkampf startete Till ebenfalls über 50 m Freistil. Seine Zeit brachte ihm einen vierten Platz. Gleich im nächsten Wettkampf ging es über 50 m Rücken. Im Jahrgang 2009 belegte Helena den fünften,

Neu im Fitness-Raum Kettler-Multifunktionssturm



Ein fast neues und modernes Fitnessgerät steht seit kurzem in unserem Fitnessraum. Über 10 Funktionen lassen daran ein vielseitiges Programm absolvieren. Es ermöglicht Übungen für die Armstrecker und -beuger, zur Stärkung der Rücken-, Bauch- und Beinmuskulatur sowie Ganzkörpertraining. Die Gewichte lassen sich mit einer Steckvorrichtung schnell verändern.

Wer im Fitnessraum mit üben möchte, wende sich bitte an Bastian Stübner, Tel.: 017624240507

Johanna den achten, Lara den neunten und Ida den elften Platz. Ani erreichte in ihrer Altersklasse den ersten Platz und qualifizierte sich damit für das Finale über 100 m Rücken. Jetzt ging es noch einmal für die Jungs über 50 m Rücken. Ole belegte Platz fünf, Joshua Platz zwölf und Henning Platz 13. Im folgenden Staffeltwettbewerb über 4 x 50 m Freistil traten in unserer sehr jungen Staffel Hannah, Lara, Ida und Till gegen elf andere Staffeln an und belegten den zehnten Platz.

Nun musste Ani im 100 m Rücken-Finale noch ihren ersten Platz verteidigen. Über die 50 m war sie altersklassenübergreifend die Schnellste. Über die 100 m konnte sie ihr Tempo nicht halten, aber am Ende erreichte sie einen sehr guten zweiten Platz.

Insgesamt erschwamm sich unser Senior-Team zwei Gold- und eine Bronzemedaille. Während unsere jüngsten Schwimmer in der Medallienausbeute sehr erfolgreich waren, wird bei den älteren Schwimmern der Unterschied zwischen unserem Breitensporttraining und dem leistungsorientierten Training der anderen an dieser Veranstaltung teilnehmenden Vereine deutlich. Am Ende waren alle stolz auf ihre Leistungen, haben doch die meisten unserer Schwimmer im Wettkampf noch bessere Zeiten als im Training erreicht.

Stefanie Große



Die Juniormannschaft mit ihren Übungsleitern
vorn v. l.: Thade Methner, Leonhard Dik, Jonte Plath, Lucie Hellmig,
Mitte: Niklas Wozny, Elly Hellmig, Pauline Zuther, Lucas Drochner
hinten: Carsten Reiß, Swantje Plath Steffi Große, Felix Noß, Ireen Gallwitz



Das war das 27. Sportfest für alle

Auf Platz 1 der Beliebtheitsskala unseres traditionellen und für alle sportbegeisterte offenen Sportfestes landete der Schlingellauf mit 101 Teilnehmern. Davon waren 43 Kinder und Jugendliche. Auf Platz 2 folgte Torwandwerfen, weit beliebter als Torwandschießen mit 97 Teilnehmern, darunter 44 Kinder. Und damit war es bei den Kindern auch der beliebteste Anlaufpunkt. Den dritten Platz belegte das Ballprellen mit 34 Kindern und 59 Erwachsenen.

Der älteste Teilnehmer war Arnold Schumann. Mit seinen sportlichen 91 Jahren absolvierte er 8 Stationen auf dem Platz.

Mit 17 Stationen ist die „Eisenbahnerin“ Sylke Richter - wie schon im vergangenen Jahr - die aktivste Teilnehmerin des Tages. Florian Böhme, Mitglied der Sektion Turnen und Ole Reiß, Sektion Schwimmen, waren die Spitzenreiter unter den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen mit jeweils 15 Stationen.

Das traditionelle Fußballturnier begann mit einer kurzfristigen Absage und der spontanen „Kreation“ einer neuen 4. Mannschaft. Die Auswechselspieler der Teams spielten als „Bunte Ligaauswahl“. Sie wurden die bejubelten Sieger des Turniers.

Kampfgeist und Siegeswillen, aber auch viel Spaß gab es beim traditionellen Beach-Volleyballturnier. Dafür sprechen schon die lustigen Namen der drei platzierten Mannschaften: „Sandschlampen Adlershof“ spielten

gegen „Quick and Young“ und das Team „Impo-sand“. Schiedsrichter wurden unkompliziert aus den Mannschaften bestimmt und den Überblick über die Punkte übernahm der sportbegeisterte „Junior“.

Bevor auch nur eine Spur Langeweile aufkommen konnte, „wuchs“ am frühen Nachmittag noch eine Hüpfburg aus dem Boden und wer wollte, konnte sich professionell und sehr kunstvoll schminken lassen - selbst das Zuschauen während der kleinen Wartezeiten war für die Mädchen und Jungs spannend. Und gleich nebenan grillte der Chef persönlich. Für ausreichend Stärkung und Getränke war gesorgt. Wer wollte, konnte dabei auch die WM verfolgen.

Am Ende des Tages wurde es noch einmal spannend an den Tischen der traditionellen Tombola. Die Teilnahme an mindestens 6 Stationen sicherte auch dieses Jahr wieder einen der vielen Preise. Die Vielfalt sorgte für neugierige und zufriedene Gesichter - erst bei den Kindern und Jugendlichen und etwas später auch bei den Erwachsenen. Herzlichen Dank an Christel Kühr, die sich um Sponsoren und die Preise kümmerte und an ihre Helferinnen bei der Verteilung an alle Teilnehmer.

Zum Abschluss vielen Dank an alle anderen fleißigen Helfer. So an das Team um Michael Plöntzke, das bereits Tage vorher den Sportplatz für uns vorbereitetete. Herzlichen Dank an die vielen Helfer, die

schon am Vormittag Tische, Stühle und Sonnenschirme an die Stationen bewegten, sich um den Aufbau kümmerten und die Laufstrecken und Weiten markierten. Und ganz herzlichen Dank an die freundlichen Kampf-richter und Betreuer an den 22 Stationen.

Besonderer Dank geht an Helmut Weiss, der bereits im Vorfeld und vor Ort - nunmehr das 27. Mal - die Fäden für eine reibungslose Organisation in seinen Händen hielt.

ÜBRIGENS: Die farbige PDF-Version der Zeitung findet ihr auf der LOK-Website als Download - und dort gibt es auch mehr Bilder von diesem sportlichen Höhepunkt.

Monika Stern



Sportfestsplitter

Anerkennung durch Unterstützung Dank an Sponsoren

Natürlich kann unser Sportfest nicht völlig umsonst durchgeführt werden. Es kostet eben auch allerhand Geld. Dafür haben wir einige Sponsoren ins Boot geholt, die unsere Veranstaltung finanziell bzw. mit Sachspenden für die Tombola unterstützten. Wir bedanken uns ganz herzlich bei der Kiezkasse Niederschöneweide, der S-Bahn Berlin GmbH sowie bei der DEVK. Wir freuen uns sehr darüber, dass unsere Bemühungen im Freizeitsport für die Eisenbahner und in unseren Wohngebieten einen Höhepunkt zu schaffen, auf diese Weise Anerkennung finden.

156 Sieger

Auf den Seiten 11 und 12 dieser Zeitung sind alle Sieger in den einzelnen Wettbewerben benannt. In allen Altersklassen weiblich und männlich wurden insgesamt 156 Einzelsiegerinnen und -sieger ermittelt. Hinzu kommen die beiden besten Mannschaften im Fuß- und Beach-Volleyball. Lediglich im Tennis und in der Gymnastik gab es keine Wettbewerbsgewinner.

Teilnehmer an den Sportfeststationen

Fußball 4 Mannschaften
Beach-Volleyball 6 Dreiertteams

Station	Gesamt	davon Ki./Jgd.
Schlingelauf	101	43
Torwandwurf	97	44
Ballprellen	93	34
Ballweitwurf	89	34
Ruderergometer	77	24
Dart	73	19
Ballumkreisen	72	28
Sprint	66	35
Weitsprung	65	28
Hantelübung	65	23
Seilspringen	60	33
Sportschießen	57	6
Stepper	57	21
Kugelstoß	55	7
Gymstic	48	17
Kegeln	35	12
Ausdauerlauf	29	24
Standweitsprung	20	13
Tennis	17	8
Gymnastik	14	-
Orientierungslauf	13	4

Abteilungen stellten alle Kampfrichter

Inklusive Stadionsprecher, Gesundheits- helfer, Kinderschminkerin, dem Verantwortlichen an der Hüpfburg und den Organisatoren waren 67 Mitglieder des ESV an der organisatorischen Gestaltung des Sportfestes beteiligt. Ein guter Beleg, dass auf unsere Abteilungen Verlass ist.

Erleichterung durch neue Listen

Jede beim Sportfest an den möglichen 20 Stationen messbare erreichte Leistung wird in Listen eingetragen. Das sind allein nach der Anzahl der Teilnehmer an den 20 Sportfeststationen in diesem Jahr über 1600. Aus ihnen sollen nach dem Sportfest alle Sieger möglichst mit geringem Aufwand herausgefunden werden, denn es ist vorgesehen, sie in der Vereinszeitung III/2018 zu veröffentlichen.

Brit Geißler, die Vorsitzende der Abteilung Turnen, machte sich die Mühe und veränderte die bisher genutzten Listen so, dass sie übersichtlicher für die Kampfrichter zum Eintragen der Leistungen und danach zur Auswertung der Ergebnisse wurden. Dazu kommt, dass die Listen für die Sportfeste in den nächsten Jahren für alle Stationen schnell durch den Computer ausgespielt werden können. Diese Aktion erleichtert die Vorbereitung der Veranstaltung wesentlich. Vielen Dank Brit!

Drohung nicht bestätigt

Zum diesjährigen Sportfest fanden sich nur knapp 300 Aktive ein. Das hatte zwei Gründe: Erstens hatte der Wetterbericht sehr schlechtes Wetter angekündigt. Tatsächlich regnete es vormittags und der Himmel war stark bewölkt. Zum Glück bewahrheitete sich die Vorhersage nicht. Der Regen blieb aus und erst gegen 17 Uhr nach Ende der Siegerehrung gab es einen Regenguss. Und zweitens fand die Fußball-WM mit 3 Spielen statt, auch dem 20-Uhr-Spiel Deutschland : Schweden. Das war sicher Anlass für die Fußballer, nicht selbst zu spielen. So nahmen an unserem Turnier der Freizeitfußball-Teams nur 4 Mannschaften teil. In den Vorjahren konnten oft nicht einmal alle Anmeldungen berücksichtigt werden.

Spitzenreiter mit 80!

Helmut Becker, ehemaliger Mitarbeiter in der S-Bahn-Hauptwerkstatt, 80 Jahre alt, konnte in der Altersgruppe ab 70 Jahre fünfmal Platz 1 erringen. Er schaffte dieses in den Wettbewerben Kegeln, Kugelstoß, Steppbrett, Seilspringen und Dart. Herzlichen Glückwunsch Helmut!

Hüpfburg mit Rutschbahn

Ein besonderer Anziehungspunkt für die Kinder war die Hüpfburg mit integrierter Rutschbahn. Nachdem die Jungen und Mädchen ihre Sportfestbedingungen absolviert hatten, entstand ein regelrechtes Gedränge vor der Rutsche. Aufsichtsverantwortlicher Fred Huskobla hatte alle Hände voll zu tun, freute sich aber über den Spaß, den die Kinder an diesem Gerät hatten.

Erschwerte Bedingungen

Unsere Sportanlage am Adlergestell ist wahrlich nicht pflegeleicht, zudem hatte das anhaltende Sommerwetter die Aschenbahn zu Pulver verwandelt, an dem die Bahnmarkierungen für die Sprints und Ausdauerläufe schwer hafteten. Selbst der vormittägliche Regen verdampfte über dem Staub. An manchen Stellen war der Rasen mehr gelbbraun als grün. Trotzdem konnte das Sportfest ohne Einschränkungen durchgeführt werden. Das ist dem Team um Michael Plöntzke zu danken, an dessen Seite sich alle redliche Mühe gaben, um die Anlage in einen guten Zustand zu versetzen.

Wir möchten uns auch auf diesem Weg bei dem gesamten Stab herzlich für die Lösung aller Aufgaben bei der Vorbereitung bedanken.

DJ als Stadionsprecher

Eine neue Stimme war beim Sportfest zu hören. Klar, deutlich, mit dem richtigen Maß beim Wechsel von Ansagen und Pausen, eindeutig formuliert - kurzum: so soll ein Sprecher reden. Diese Stimme gehört Benjamin Schröder, einem freischaffenden DJ, Mitglied unserer Abteilung Tennis. Er war zweifelsohne ein Gewinn für das Sportfest. Man kann einfach nur sagen: "Gut gemacht, Benny!"



Kegelspaß mit und für Senioren

Jedes Jahr im Oktober, diesmal am 13., ab 10.00 Uhr, findet auf der Kegelbahn des ESV Lok Schöneweide ein "Kegelspaß-Wettbewerb" statt. Es wird richtig gekegelt, aber das Ergebnis ist sehr zufällig, also mit einer Portion Glück verbunden.

Für 1.- € kann eine Startkarte erworben werden, die mit der letzten der insgesamt 24 geworfenen Kugeln zu einem Tombola-Los wird. Wenn der letzte Starter die Bahn verlassen hat, werden die Sieger geehrt und danach wird noch ein lustiges Liedchen angestimmt. Spätestens um 12.00 Uhr kann dann jeder frohgestimmt den Heimweg antreten.

H. Weiss

Defekter Brunnen

Zu DDR-Zeiten war der Preis für Trinkwasser so gering, dass die Beregnung der Sportplätze damit erfolgte. Außerdem trug bis Ende 1993 die damalige Deutsche Reichsbahn die Betriebskosten für die Sportanlage, also auch für den Wasserverbrauch.

Nach der politischen Wende hätte diese Art der Wassernutzung den Ruin des Vereins bedeutet, denn die Sportanlage wurde in unsere eigene Verwaltung übergeben und wir mussten die Betriebskosten selbst tragen. Deshalb stellten wir im Dezember 1993 einen Antrag bei der Senatsverwaltung für Stadtentwicklung und Umweltschutz, für unsere Sportplätze einen Brunnen bohren zu dürfen. Das wurde genehmigt und schon nach einem Jahr hatte sich der

Brunnen amortisiert.

In diesem Frühjahr gab der Wasserspender seinen Geist auf. Er konnte - wie sich bald herausstellte - auch nicht mehr repariert werden. Eine Sanierung war erforderlich. Ein paar Tage nach Abschluss der Arbeiten streifte er aber schon wieder. Jetzt, kurz vor Redaktionsschluss, gibt es wieder Brauchwasser für die Rasen- und Tennisplätze. Für die heißen Frühlings- und Sommertage mussten wir jedoch eine Notwässerung mit dem teuren Trinkwasser vornehmen. Noch liegen uns keine genauen Rechnungen für die Brunnen-sanierung, die Reparatur und den Trinkwasserverbrauch vor, wir werden aber sicher sehr tief in die Vereinskasse greifen müssen.

Weiss

Ein Wochenende mit den Lok-Gymnastikern in Kienbaum

Mein Name ist Ines Blankenburg. Ich möchte hier über ein besonderes Erlebnis berichten und somit meine Bewunderung ausdrücken für viel Engagement, Begeisterung und Teamfähigkeit.

Meine Eltern arbeiteten beide lange Zeit im Raw. Mein Vater spielte Fußball bei Lok Schöneeweide und meine Mutti geht auch heute noch zur Gymnastik. Ich selbst war eine Zeit lang beim Gerätturnen und trainierte bei Achim Behnisch, dem heutigen Gymnastik-Übungsleiter.

Schon als Kind lernten wir den

Kinder führen gemeinsam ins Ferienlager, oftmals begleitet von Achim Behnisch und Rosi Prawitz.

Achim und Rosi fahren seit vielen Jahren mit der Gymnastikgruppe an einem Wochenende nach Kienbaum. Beate Schadewald ist tatkräftig an der Organisation beteiligt. Zu diesen Wochenenden dürfen auch die Lebenspartner die Sportler begleiten. Bis 2012 machte das mein Vater, der dann leider verstarb. Seit 2013 begleite ich nun meine Mutti. Ich bin jedes Mal beeindruckt, wie aktiv sich alle sportlich betätigen, sei es beim



Die hervorragenden Bedingungen im Trainings-Zentrum Kienbaum ließen auch eine Aquagymnastik ermöglichen

Zusammenhalt der Sportler bei Übung und Wettkampf kennen. Da Lok Schöneeweide ein Betriebssportverein war, arbeiteten viele Sportler im Raw. Sie kannten sich und die Familien, man feierte gemeinsam, half sich im privaten Bereich und wir

Kegeln, bei der Gymnastik, dem Aquatraining, beim Zumba oder Aroha. Von einigen wird auch die Möglichkeit eines Saunaganges genutzt mit einem anschließendem Bad im See. Natürlich beteiligen sich auch die Angehörigen an den

Ehrenmitglieder Erna und Uli feiern ihre "Runden"

Erna und Ulrich Nitzowski feierten bzw. feiern in diesen Monaten runde Geburtstage. Erna wird am 15. September 90 Jahre, Uli feierte seinen 80. am 1. August. Beide haben das Tischtennis in unserem Verein neu gegründet und zu einer starken Abteilung aufgebaut. Im Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine Bezirk Ost waren sie aktiv auf der Bezirksebene bei der Übernahme der Organisation von Meisterschaften. Beide wurden ob dieser erfolgreichen ehrenamtlichen Tätigkeit zu Ehrenmitgliedern des ESV Lok Schöneeweide ernannt.

Wir gratulieren ihnen zu ihren Ehrentagen und wünschen vor allem, dass sie wieder richtig gesund werden.

Der Vorstand

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZUM GEBURTSTAG

Folgende Vereinsmitglieder begingen und begehen runde Geburtstage. Wir wünschen ihnen Gesundheit sowie weiterhin viel Freude im und am ESV Lok Schöneeweide.

Abt. Fitness

17.07.18	Norbert Schiersch	75 Jahre
05.11.18	Dieter Schure	75 "

Abt. Gymnastik

05.09.18	Dr. Günther Fuhrmann	80 Jahre
12.10.18	Gudrun Ehlert	70 "
28.11.18	Annelie Stein	75 "

Abt. Kanu

09.09.18	Angelika Buchholz	60 Jahre
21.09.18	Nadia Smet	50 "
12.10.18	Erna Hempel	90 "

Abt. Tischtennis

01.08.18	Ulrich Nitzkowski	80 Jahre
15.09.18	Erna Nitzkowski	90 "

Abt. Turnen

21.09.18	Heiko Puls	50 Jahre
----------	------------	----------

Abt. Tennis

19.09.18	Anne-Katrin Keller	20 Jahre
----------	--------------------	----------

Aktivitäten. Und ich muss ehrlich sagen, es ist nicht immer einfach mit dieser „Truppe“ mitzuhalten, obwohl ich noch wesentlich jünger bin. Es gibt auch ein geselliges Beisammensein und einige haben jedes Mal einen kulturellen Beitrag vorbereitet z. B. als Sketch oder gespielten Witz. Den langen Weg von der Unterkunft bis zu dem Versorgungsgebäude (20 Minuten) legt man mehrmals am Tag zu Fuß zurück.

Ich schätze mich sehr glücklich, diese Gemeinschaft erleben zu dürfen. Besondere Bedeutung hat für mich auch zu sehen, wie alle mit Rosi umgehen, die leider gesundheitlich gehandikapt ist, jedoch von ihren Sportkameraden, besonders Familie Auel, unterstützt wird, so dass sie an der Fahrt teilnehmen kann. Rosi selbst gibt nicht auf, ich bewundere dies. Auch Achim, der an diesen Tagen unermüdlich dafür sorgt, dass alle Aktivitäten Spaß machen. Ich bin sehr froh, dass ich einmal im Jahr diese Gemeinschaft erleben darf und hoffe, dass alle Mitglieder der Gruppe noch lange Freude an ihrer Gymnastik haben und weiterhin so fit bleiben. Der Verein kann stolz sein, auf so viel geballte Ausdauer, Lebensfreude Sportgeist und Zusammenhalt.

Ines Blankenburg

Feier im Lok-Bad weckte Erinnerungen

Viele, vor allem langjährige Leser von „Lok Sport aktuell“ werden sich noch an das Sportheim und die sportlichen Anlagen unseres Vereins in Oberspree, am Bruno-



Das ehemalige Schwimmerheim Oberspree im Bruno-Bürgel-Weg

Bürgel-Weg, erinnern.

Das Gelände an der Spree war seit 1950 Domizil der damaligen Sektion Schwimmen. Hier wurden auf einer 50m-Bahn in der Spree zahlreiche Schwimmwettkämpfe, später ab 1960 auch Wasserballspiele ausgetragen. Die Sportlerinnen und Sportler nutzten das Gelände aber auch gern zum Fußball- und Volleyballspielen. Mit Familie traf man sich am Wochenende zur Erholung. Es war immer etwas los.

Elfi und Heinz Albrecht, die Wirtsleute, sorgten viele Jahre als Betreiber für Speis und Trank, Sauberkeit, Ordnung und Gartenpflege. Im großen Saal fanden Betriebs- und Gewerkschaftsveranstaltungen des RAW Schöneweide, Versammlungen und Feiern der BSG Lok Schöneweide sowie vieler Sektionen der BSG statt.

Leider musste der ESV Lok Schöneweide nach 1990 auf die weitere Nutzung wegen des baulichen Zustandes verzichten, auch weil die Sektion Schwimmen / Wasserball wegen der schlechten Wasserwerte der Spree, die Schwimmanlage nicht mehr nutzen durfte, so daß Schwimmen / Wasserball seither zu einer reinen Hallensportart geworden ist.

Das Bundeseisenbahnvermögen hat das Gelände dann dem ESV Lok Mitte, Abteilung Kanu, zur Nutzung zur Verfügung gestellt.

Am 02.06.2018 hat die Abteilung Schwimmen/Wasserball des ESV ein Wiedersehen mit ihrer einstigen, so beliebten Sportanlage gefeiert und viele schöne Erinnerungen an der Spree aufgefrischt. In den Räumlichkeiten des Sportheimes wurde der 80. Geburtstag des ehemaligen Abteilungsleiters, Klaus Grunske, gefeiert. Der Gastgeber begrüßte viele Sportler der 1. Stunde, u.a. Jochen Schmolli, Gerhard Aderhold, Heinz Albrecht und viele weitere, der zahlreich mit ihren Angehörigen erschienenen aktiven und passiven Wasserballer.

Klaus Grunske/Andreas Ziese

Die Sieger des 27. Vereinssportfestes

Fußball-Pokalturnier

Pokalsieger	Bunte Liga-Auswahl
2. Platz	Treptower Kickers
3. "	Tasmanian Gängel Gang

Beachvolleyball-Pokalturnier

Pokalsieger	Sandschlampen
2. Platz	Quick and Young
3. "	Imposand

Kegeln

Kinder (9 bis 13 Jahre)	
Aaron Eggers	118 Punkte

Jugend (ab 14 Jahre)	
Mirjam Plotz	137 Punkte
Marco Zesewitz	112 "

Frauen ab 18 Jahre	
Steffi Wagner	137 Punkte

Männer ab 18 Jahre	
Gerald Noack	135 Punkte
Roland Wandel	135 "

Frauen ab 60 Jahre	
Christel Deutscher	137 Punkte

Männer ab 60 Jahre	
Helmut Becker	141 Punkte

Sportschießen Luftgewehr

Kinder ab 12 Jahre	
Yutki Chan	36 Ringe
Florian Böhme	17 "

Frauen ab 18 Jahre	
Sigrid Detering	31 Ringe

Männer ab 18 Jahre	
Oliver Rusicki	34 Ringe
Frauen ab 60 Jahre	
Ingeburg Lippold	20 Ringe

Männer ab 60 Jahre	
Hans-Joachim Behnisch	22 Ringe

Schlingellauf

Kinder bis 5 Jahre	
Leonardo Stichel	14,23 Sek.

Kinder ab 6 Jahre	
Mathilda Gerhard	13,10 Sek.

Kinder ab 10 Jahre	
Helena Gerhard	14,83 Sek.
Florian Böhme	12,27 "



Eberhard Geske beim Ballprellen

Sommerfest der Senioren-Kegler

Am letzten Kegeltag vor der Schließzeit der Kegelbahn fanden sich nach dem Training die Seniorinnen und Senioren der Donnerstags-Kegelgruppe zu ihrem jährlichen Sommerfest zusammen. Im Rahmen der Übungsstunde wurde vorher das Sommerturnier ausgetragen, zu dem dann die Siegerehrung stattfand. Danach erhielten die Halbjahres-Neuner-Majestäten die Pokale für die höchste Anzahl der erreichten Neunen. Königin wurde Elke Fomferra mit 41 und Neunerkönig Klaus Götze mit 80 Neunen. Die 1.- 3. Plätze wurden mit Urkunden geehrt. Die höchste Rattenzahl schaffte Viktor Dexheimer. Mit einem chinesischen Mittagessen im Klubhaus der Kleingartenanlage "Wendenheide" begann das Sommerfest, das mit einigen Rasenspielen und der Kaffeetafel beendet wurde.



Klaus Götze - "Seine Majestät"

H. W.

Die Abteilung Radsport trauert um

Manfred Bürger

Manfred kam 1961 zu Lok Schöneweide nachdem er schon mehrere Jahre erfolgreich beim SC Einheit Berlin Radsport betrieben hatte. Auch als Lok-Sportler war er weiterhin sehr aktiv und erfolgreich. Besondere Verdienste erwarb er sich neben seiner eigenen aktiven Teilnahme an vielen Radrennen auf Bahn und Straße auch als TZ-Übungsleiter des Stadtbezirkes Treptow. Viele erfolgreiche Straßenfahrer erlernten bei ihm das ABC des Radsports, einige schafften es sogar zur Teilnahme an der Friedensfahrt!

Wir verlieren mit „Manne“ einen stets freundlichen und hilfsbereiten Sportfreund, der uns immer in guter Erinnerung bleiben wird.

Er verstarb nach längerer Krankheit am 16. Jul im Alter von 76 Jahren.

Die Mitglieder der Abt. Radsport

Jugend ab 14 Jahre	
Yutki Chan	13,86 Sek.
Christoph Wildermann	16,63 "

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Pia Geißler	14,87 Sek.
Maik Fischer	13,63 "

Frauen/Männer ab 40 Jahre	
Simone Böhme	15,63 Sek.
Jan Waterstradt	13,79 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Ingelore Franzack	20,03 Sek.
Eberhard Geske	13,11 "

Weitsprung

Kinder ab 6 Jahre	
Paul Toschka	2,73 m

Kinder ab 10 Jahre	
Ulrike Rohde	2,49 m
Luca Zimmermann	3,75 "

Jugend ab 14 Jahre	
Jennifer Döring	2,85 m
Marco Zesewitz	4,24 "

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Josi Hoth	3,38 m
Jan Fomferra	3,95 "

Frauen/Männer ab 40 Jahre	
Renina Reiß	2,88 m
Jan Waterstradt	4,30 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Marianne Wobst	2,19 m
Arno Meske	3,10 "

Standweitsprung

Kinder bis 5 Jahre	
Leonardo Stichel	1,30 m

Kinder ab 6 Jahre	
Kristin Böhme	1,60 m

Kinder ab 10 Jahre	
Helena Gebhardt	1,59 m
Luca Zimmermann	2,10 "

Frauen ab 18 Jahre	
Madlen Rietz	1,88 m

Frauen/Männer ab 40 Jahre	
Brit Geißler	1,40 m
Dirk Gaffrey	2,10 "
Jens Schiller	2,10 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Irmgard Zesewitz	1,11 m
Arno Meske	1,81 "

Sprint

Kinder bis 5 Jahre (20 m)	
Philipp Reinholdt	5,07 Sek.

Kinder ab 6 Jahre (30 m)	
Mathilda Gebhardt	5,53 "
Kristian Böhme	5,32 "

Kinder ab 10 Jahre (50 m)	
Sara Tamm	8,81 Sek.
Luca Zimmermann	7,81 "

Jugend ab 14 Jahre (100 m)	
Lena Jakobi	16,44 Sek.
Marco Zesewitz	13,79 "

Frauen/Männer ab 18 Jahre (100 m)	
Pia Geißler	16,41 Sek.
Martin Zesewitz	14,09 "

Frauen/Männer ab 30 Jahre (100 m)	
Christin Sieber	16,40 Sek.
Thomas Lohann	15,42 "

Frauen/Männer ab 40 Jahre (50 m)	
Sylke Richter	8,87 Sek.
Andreas Tamm	7,83 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre (50 m)	
Marianne Wobst	12,07 Sek.
Uwe Peschel	8,66 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Brigitte Meyer-Rüdiger	28 mal
Dieter Schure	31 "

Stepper

Kinder ab 6 Jahre	
Paula Fomferra	32 mal
Hannah Schwarz	32 "

Kinder ab 10 Jahre	
Zoe Reiß	33 mal
Florian Böhme	33 "

Jugend ab 14 Jahre	
Lena Jakobi	32 mal

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Sarah Schröder	41 mal
Bernd Dietrich	37 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Marianne Wobst	25 mal
Helmut Becker	29 "

Ballweitwurf

Kinder bis 5 Jahre	
Jonte Plath	12 m

Kinder ab 6 Jahre	
Mathilda Gebhardt	20 m
Ole Reiß	27 "

Kinder ab 10 Jahre	
Sara Tamm	22 m
Till Paatsch	25 "

Kinder ab 12 Jahre	
Helena Gebhardt	16 m
Florian Böhme	27 "

Jugend ab 14 Jahre	
Marco Zesewitz	49 m

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Swantje Plath	32 m
Jan Waterstradt	55 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Liane Wegener	12 m
Rea Linhart	12 "
Eberhard Geske	30 "

Seilspringen

Kinder bis 5 Jahre	
Patricia Gaffrey	36 mal

Kinder ab 6 Jahre	
Tom Reinholdt	69 mal

Kinder ab 10 Jahre	
Helena Gebhardt	76 mal
Aaron Eggers	24 "

Jugend ab 14 Jahre	
Yu Hei Chan	87 mal

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Sarah Schröder	81 mal
Maik Fischer	80 "

Frauen/Männer ab 40 Jahre	
Brit Geißler	68 mal
Andreas Tamm	72 "

Männer ab 60 Jahre	
Helmut Becker	38 mal



Die Übung mit den Fausthandeln verlangt die Kraft der Oberarme

Ballprellen

Kinder bis 5 Jahre	
Jonte Plath	33 mal

Kinder ab 6 Jahre	
Ole Reiß	69 mal

Kinder ab 10 Jahre	
John Jackel	67 mal

Jugend ab 14 Jahre	
Marco Zesewitz	71 mal

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Christin Sieber	79 mal
Marcel Reinholdt	84 "

Frauen/Männer ab 60 Jahre	
Elke Fomferra	76 mal
Hans-Joachim Behnisch	78 "
Eberhard Geske	78 "

Ballumkreisen

Kinder bis 5 Jahre	
Patricia Gaffrey	20 mal

Kinder ab 6 Jahre	
Ole Reiß	30 mal

Kinder ab 10 Jahre	
Rosa Hellwig	31 mal

Jugend ab 14 Jahre	
Yut Hei Chan	35 mal

Frauen/Männer ab 18 Jahre	
Christin Sieber	35 mal
Christian Gebhardt	40 "

Hantelübung

Kinder bis 5 Jahre Ben Schwarze	37 mal
Kinder ab 6 Jahre Ole Reiß	52 mal
Kinder ab 10 Jahre John Jäckel	48 mal
Jugend ab 14 Jahre Justin Wolny	58 mal
Frauen/Männer ab 18 Jahre Simone Böhme Oliver Rusicki	65 mal 66 "
Frauen/Männer ab 60 Jahre Irmgard Zesewitz Hans-Joachim Behnisch	62 mal 77 "

Gymstics

Kinder bis 5 Jahre (Rumpfbeugen) Lilti Röhl	1 cm
Kinder ab 6 Jahre Paula Fomferra	18 mal
Kinder ab 10 Jahre Ulrike Rhode	18 "
Jugend ab 14 Jahre Lena Jakobi	24 "
Frauen/Männer ab 18 Jahre Petra Geißler Carsten Reiß	34 mal 24 "
Frauen/Männer ab 60 Jahre Ingelore Franzack Klaus Franzack	25 mal 21 "

Kugelstoß

Kinder ab 12 Jahre (3 kg) Florian Böhme	5,60 m
Jugend ab 14 Jahre (3 kg) Jennifer Döring	5,65 m
Jugend ab 14 Jahre (4 kg/5 kg) Keanu Schmelzer	7,90 m
Frauen ab 18 Jahre (4 kg) Christin Sieber Madlen Rietz	5,70 m 5,70 "
Männer ab 18 Jahre (6 kg/7,26 kg) Maik Fischer	8,50 m
Frauen ab 40 Jahre (4 kg/3 kg) Kerstin Schwarz	7,70 m
Männer ab 40 Jahre (7,26 kg/6 kg) Jan Waterstradt	8,90 m
Frauen ab 60 Jahre (3 kg) Liane Wegener	4,30 m
Männer ab 60 Jahre (5 kg/4 kg) Eberhard Geske	7,20 m
Frauen ab 75 Jahre (2 kg) Irmgard Zesewitz	4,95 m
Männer ab 75 Jahre (4 kg/3 kg) Helmut Becker	7,65 m

Ruderergometer

Kinder unter 8 Jahre

Ben Schwarze	1:04,2 Min.
Kinder ab 8 Jahre Zoe Reiß Ole Reiß	49,1 Sek. 51,9 "
Jugend ab 13 Jahre Mirjam Plotz Keanu Schmelzer	46,1 Sek. 45 "
Frauen/Männer ab 18 Jahre Vivian Baarß Maik Fischer	45,1 Sek. 32,6 "
Frauen/Männer ab 60 Jahre Irmgard Zesewitz Dieter Schure	50,4 Sek. 42,7 "

Wurfwand

Kinder bis 5 Jahre Ben Schwarze Leonardo Stichel	2 Treffer 2 "
Kinder ab 6 Jahre Ole Reiß	5 Treffer
Kinder ab 10 Jahre John Jäckel	5 Treffer
Jugend ab 14 Jahre Keanu Schmelzer	2 Treffer
Frauen/Männer ab 18 Jahre Sarah Linke Jan Waterstradt	5 Treffer 4 "
Frauen/männer ab 60 Jahre Ingelore Franzack Eberhard Geske	3 Treffer 3 "

Dart

Kinder bis 5 Jahre Jonte Plath	38 Punkte
Kinder ab 6 Jahre Paul Toschka	38 Punkte
Kinder ab 10 Jahre Rosa Hellmig Ole Reiß	32 Punkte 32 "
Jugend ab 14 Jahre Marco Zesewitz	41 Punkte
Frauen/Männer ab 18 Jahre Mirjam Plotz Dirk Hannemann Janek Grunow	225 Punkte 225 " 225 "
Frauen/Männer ab 60 Jahre Elke Fomferra Helmut Becker	150 Punkte 160 "

Orientierungslauf

Kinder ab 6 Jahre Ida Plath	22:37 Min.
Jugend ab 10 Jahre Zoe Reiß	15:42 Min.
Frauen/Männer ab 60 Jahre Marianne Wobst Daniel Grunow	28:31 Min. 12:05 "
Gruppen Familie Hellmig	13:25 Min.

Ausdauerlauf

Kinder bis 5 Jahre (400 m) Yannik Ryl	02:03:47 Min.
Kinder ab 6 Jahre (800 m) Patricia Gaffrey Tom Reinholdt	03:50:00 Min. 03:29:52 "
Kinder ab 10 Jahre (800 m) Sara Tamm Luca Zimmermann	03:39:99 Min. 03:18:00 "
Männer ab 40 Jahre (3000 m) Jens Schiller	16:77:00 Min.
Frauen/Männer ab 60 Jahre (3000 m) Marianne Wobst Arno Meske	22:00:00 Min. 15:39:00 "



Die Übung mit den Gymstics gehört zu den kompliziertesten Angeboten

Fußball-Schusswand

Kinder ab 6 Jahre Tom Reinholdt	2 Treffer
Kinder ab 10 Jahre Aaron Eggers	2 mal
Männer ab 18 Jahre Max Huxoff	4 mal
Männer ab 60 Jahre Helmut Zapp	3 mal



Startpunkt für den Mini-Orientierungslauf