



Jahresrückblick 2022

Mit Informationen zu allen Sparten der SV Arnum,
den sportlichen Erfolgen, Veranstaltungen und
Ehrungen des vergangenen Jahres.





Aus der Region für die Region.

Wir von EDEKA Ladage beziehen viele
Produkte von Landwirten und Erzeugern
direkt aus der Nachbarschaft.

Unsere regionalen Partner produzieren
mit viel Liebe, Leidenschaft und
Tradition hier bei uns in der Heimat.

Unsere Regional-Partner
in der Übersicht:



ladage

Immer in Ihrer Nähe: Göttinger Str. 43 | 30966 Hemmingen-Arnum
www.edeka-ladage.de



INHALT

JAHRESRÜCKBLICK 2022

Das war 2022.....	4
Einladung zur Jahreshauptversammlung 2023	6
Jahresrückblick 2022	8
Musikfrühschoppen	02
Boule-Pétanque.....	12
Fußball.....	14
Gesundheitssport	27
Die SV Arnum auf einen Blick	29
Judo	33
Leichtathletik	34
Sportabzeichen	37
Rad- und Wandern	38
Schwimmen.....	40
Taekwondo	43
Tanzen	48
Tennissparte	50
Tischtennis.....	53
Turnen	55

Foto auf der Titelseite:

Fotos aus dem Jubiläumsjahr unserer Tischtennissparte, die im Jahr 2022 ihren 75. Geburtstag feierte.

Impressum

Jahresrückblick 2022

Sportliche Vereinigung Arnum e.V.
Hiddestorfer Str. 25
30966 Hemmingen

V.i.S.d.P.:

Harald Gries (1. Vorsitzender)
Gartenstr. 20
30966 Hemmingen

Layout:

Daniel Josten (Pressewart)

Für die Beiträge der Sparten sind, soweit nicht anders gekennzeichnet, die Spartenleiterinnen und Spartenleiter verantwortlich.



VORWORT

DAS WAR 2022

Harald Gries im Namen des Vorstandes

Das erste Jahr nach Corona ermöglichte einen fast wieder normalen Sportbetrieb. Und die weiteren Aussichten sind auch rosiger. Gestiegene Mitgliederzahl und zumindest bis Ende des Jahres 2022 sind zu verbuchen. Hoffentlich bleibt es auch so.

Die Höhen des Sportjahres:

Die Judokas nahmen erfolgreich an einem Turnier in Burgdorf teil, bei dem Leichtathleten wieder ordentlich Fasching gefeiert, die Sportabzeichen konnten wieder persönlich verliehen werden und die Tischtennispartie organisierte die offenen Hemminger Meisterschaften anlässlich ihres 75-jährigen Bestehens.

Höhepunkt war mit Sicherheit wieder der sehr gut besuchte Musikfrühschoppen mit der musikalischen Begleitung der Freiwilligen Feuerwehr Arnum.

Der Verein hat an der Bewegungs-Pass Aktion mit dem Kindergarten I teilgenommen. Insgesamt haben sich 75 Kita-Kinder dafür angemeldet. Alle erhielten ein Präsent.

Für das kommende Jahr werden uns gestiegenen Energiekosten zu schaffen machen.

Schon jetzt versuchen wir alle möglichen



Sparmaßnahmen umzusetzen. Anträge für die Umstellung der Flutlichtanlage auf LED-Technik sind gestellt und wird ein großes Projekt für das Jahr 2023 sein.

Fleißige Arbeitseinsätze und persönliches Engagement haben dazu beigetragen, dass alle Plätze wieder bestens bespielbar waren.

Unser herzlicher Dank für die hervorragende Arbeit im vergangenen Jahr gilt allen Übungsleitern*innen, Trainern*innen, Kampf- und/oder Schiedsrichtern*innen und ehrenamtlichen Hilfskräften – auch und vor allem im Bereich des Breitensports – ohne deren Mithilfe der Sportbetrieb



generell und die hervorragenden Ergebnisse im Leistungsbereich so nie möglich wären. Wir werden auch weiterhin versuchen junge Leute für die ehrenamtliche Trainertätigkeit zu gewinnen. Ein Projekt startet in Kürze mit der KGS Hemmingen.

Ab August werden wir durch die FSJ'lerin Svenja Herbst unterstützt, die eine große Bereicherung für den gesamten Sportbetrieb darstellt.

Für das kommende Jahr wünschen wir Ihnen und euch allen viel Erfolg beim Sport – gleichgültig ob als Freizeitgestaltung oder als Leistungssport. Bleiben Sie/ bleibt ihr gesund, damit wir zusammen weiterhin ein aktives Vereinsleben praktizieren können.

Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal ganz besonders bei allen Vereinsmitgliedern bedanken, die dem Verein die Treue gehalten haben.

Ein herzliches Dankeschön auch an den Bürgermeister und die Damen und Herren des Rates und der Stadtverwaltung, mit denen wir als Verein gerne, gut und vertrauensvoll zusammenarbeiten konnten und an die Vorsitzenden der anderen Hemminger Sportvereine für die gute Kooperation.

Vielen herzlichen Dank und alles Gute für 2023. Bleibt gesund!

V. G. H.





EINLADUNG

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG 2023

TERMIN: FREITAG, 27. JANUAR 2023, 19.30 UHR

ORT: MEHRZWECKHALLE, HIDDESTORFER STR. 25

TAGESORDNUNG

1. Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung der stimmberechtigten Mitglieder und der Beschlussfähigkeit der Versammlung
2. Ehrungen
3. Berichte der Spartenleiter
4. Bericht des Vorstands
5. Bericht der Geschäftsführung
- Haushaltsabschluss 2022
6. Bericht der Kassenprüfer
7. Entlastung des Vorstands
8. Neuwahlen
– 2.Vorsitzende(r), Schriftwart/in, Pressewart/in, Sozialwart/in, Frauenwartin, Kassenprüfer
9. Planung 2023 – Haushalt 2023
10. Anträge (sind spätestens bis 13.01.2023 beim Vorstand einzureichen)
11. Verschiedenes

Harald Gries, 1. Vorsitzender

Da die Versammlung in der Mehrzweckhalle stattfindet, bitten wir darum, bitte Turnschuhe zu tragen!

A woman with blonde hair is lying in a white hammock, smiling and looking up. She is wearing a white textured sweater. The background is a lush green field with trees in the distance.

Ankommen,
einrichten,
wohlfühlen

in den neuen Reihenhäusern in Arnum

Jetzt Informationen einholen und eins
der Reihenhäuser im schönen grünen Süden
Hannovers sichern:

verkauf@meravis.de oder 0511 . 67 510 – 777



JAHRESRÜCKBLICK 2022

MITGLIEDERENTWICKLUNG

Harald Gries

Unsere Mitgliederzahl ist erfreulicherweise um rund 8 Prozent im Jahr 2022 auf 1.820 Mitglieder (Vorjahr: 1.692) gestiegen

Sparte	Erwachsene	Kinder und Jugendliche	gesamt	Übungsleiter
Boule	30	0	30	1
Fußball	226	206	432	38
Judo	14	44	58	5
Leichtathletik	19	69	88	5
Rad/Wandern	37	0	37	0
Schwimmen	59	313	372	21
Taekwondo	7	12	19	2
Tanzen	62	0	62	4
Tennis	258	193	451	4
Tischtennis	40	1	41	0
Turnen	249	284	533	33
Gesundheits/Fitness	78	1	79	7
Gesamt	1079	1123	2202	122

Stand: 31.10.2022 / Durch Mitgliedschaften in mehreren Sparten ist die errechnete Gesamtzahl höher als die tatsächliche Mit-gliederzahl.

AUSGABEN 2022

Der Vorstand hat sich intensiv in den letzten Wochen mit den steigenden Energiekosten für den Betrieb der Ballsporthalle sowie des Vereinsheims mit der neuen Mehrzweckhalle beschäftigt.

In einem Energiegipfel wurden Einsparmöglichkeiten erarbeitet und soweit möglich direkt umgesetzt.

Die Energielieferanten haben in den letzten Wochen die Abschläge für Gas (Ballsporthalle plus 135,8 %, Mehrzweckhalle plus 83,3 %) und Strom (Ballsporthalle plus 15,7 %, Mehrzweckhalle plus 97,5 %) erhöht. Der Verein wird deshalb mit den im Haushalt geplanten Betriebskosten für 2022 von 320.000 Euro nicht auskommen.

Unsere Hoffnung, einen Teil der enorm gestiegenen Energiekosten bezuschusst zu bekommen, liegt in den geplanten Maßnahmen zur Unterstützung der Vereine von Bund und Land Niedersachsen.

DANKE

Ganz herzlich bedanken möchte ich mich bei meinen beiden Vorstandskollegen Werner Schwertfeger und Wilfried Petersen, bei unserem Geschäftsführer Klaus-Dieter Hoffmann, beim Mitgliederwart Helmut Behrens und bei den Spartenleitern für die wieder hervorragende Zusammenarbeit und Unterstützung im vergangenen Jahr. Ein herzliches Lob und Dankeschön geht an alle freiwilligen Helfer, die mit ihrem Arbeitseinsatz dazu beigetragen haben, dass sich unsere Sportanlagen in einem beispielhaft guten Zustand präsentieren. Herzlichen Dank auch an Daniel Jo-ten,

Ergebnisse 2022 und Haushalt für 2023 werden den Mitgliedern auf der Jahreshauptversammlung am 27.01.2023 vorgestellt.

unseren Pressewart, der dieses Heft erstellt hat.

Dank an alle – ob Übungsleiter, Trainer, Betreuer oder in welcher Funktion auch immer – die für einen reibungslosen und erfolgreichen Sportbetrieb gesorgt haben.

Ein herzliches Dankeschön ebenfalls an unsere Sponsoren und Werbepartner, ohne deren finanzielles Engagement dieses Jahresheft und die vielfältigen Aktivitäten in den Sparten so nicht möglich gewesen wären.

Harald Gries



Offen für neue Weinwelten?

Willkommen an unserem Verkostungstisch! Ob Rot, Weiß oder Rosé - einer unserer über 250 charaktervollen Winzerweine aus aller Welt erobert garantiert auch Ihr Herz. Wir freuen uns auf Sie!

Jacques' Wein-Depot

Göttinger Straße 84
30966 Hemmingen-Arnum
www.jacques.de

Mo - Do	15.00 - 19.00 Uhr
Fr	13.00 - 20.00 Uhr
Sa	10.00 - 16.00 Uhr



MUSIKFRÜHSCHOPPEN 2022

Strahlender Sonnenschein, Live-Musik und Fußball-Dart: Beim ersten Musikfrühschoppen nach dem Ende der Corona-Beschränkungen stimmte einfach alles. Nachdem wir im Vorjahr noch auf eine Band verzichten mussten, sorgte dieses Mal der Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Arnum für beste Stimmung bei den zahlreichen Besucherinnen und Besuchern. Viele nutzten das Sommerwetter um sich bei Kaffee und Kuchen oder Bier und Bratwürstchen auf den Bänken am Rande des Sportplatzes niederzulassen. Auch für ein Rahmenprogramm war in diesem Jahr wieder gesorgt: Hüpfburg und Fußball-Dart gehörten zu den Highlights des Spieleparcours für die jüngsten BesucherInnen. Mittags begeisterte ein Auftritt unserer Kindertanzgruppe, die Boule-Sparte nutzte den großen Rahmen für die Siegerehrung ihrer diesjährigen Vereinsmeisterschaft. Bei der Tombola gab es wieder zahlreiche attraktive Preise zu gewinnen. Und auch sportlich hatte der Frühschoppen mit dem U10-Fußballturnier einiges zu bieten, an dem in diesem Jahr neben unserer eigenen Jugend Mannschaften des FC Rethen, SV Germania Grasdorf, TSV Pattensen, TSV Bemerode, VfB Wülfel, SV 07 Linden sowie der JSG Eldagsen/Völksen teilnahmen.





BOULE-PÉTANQUE

BOULE, DAS IST DOCH KEIN SPORT!

Hans-Hermann Reese (Spartenleiter)

Mit dieser Aussage, oft verbunden mit einem mitleidigem bis hämischem Lächeln, werden wir BoulerInnen oft konfrontiert, wenn wir von unserem Sport berichten.

Deshalb erscheint mir folgende statistische Überlegung eines anderen Boulers einmal berichtenswert, um mit diesem Vorurteil aufzuräumen. Ich glaube im Übrigen den folgenden statistischen Überlegungen, auch wenn ich sie nicht selbst gefälscht habe:

Eine Bouleereinheit besteht aus durchschnittlich 5 Spiel-Runden.

Eine Runde bestehe aus durchschnittlich 10 Aufnahmen.

Bei einer Aufnahme wirft jede/r Spieler/ in 3 Kugeln (beim Triplette 1/3 weniger!) à ca. 700 g.

Bei jedem Kugelwurf legt er 2-mal die Entfernung Abwurfkreis – Zielkugel zurück, also

$$2 \times \text{ca. } 9 \text{ m} = 18 \text{ m,}$$

einmal hin und einmal zurück. (Es soll Spieler geben, die diesen Weg mehrfach gehen: Entsprechend länger ist der

Gesamtweg.) Der Durchschnittsspieler wirft also durchschnittlich

$$5 \times 10 \times 3 \times 0,7 \text{ kg} = 105 \text{ kg Stahl}$$

durch die Luft und legt dabei

$$5 \times 10 \times 3 \times 18 \text{ m} = 2700 \text{ m}$$

zurück.

Dabei sind weitere Wege (zum Ruheplatz, zur Verpflegung, zur Toilette, zu Freunden und Bekannten, etc.) noch nicht mitberücksichtigt. Dazu darf die Strecke leicht (sagen wir einmal) vervierfacht (?) werden.

Der/die Spieler/in spielt jeden zweiten Wurf aus der Hocke. Dabei wird das durchschnittliche Körpergewicht von freundlich geschätzten 75 kg um 50 cm gesenkt und wieder angehoben, demnach um 1 m bewegt. Er/sie senkt also das Gesamtgewicht von

$$5 \times 5 \times 3 \times 75 \text{ kg} = 5.625 \text{ kg}$$

um 50 cm und hebt es nach kurzer Verweilzeit wieder um 50 cm an. Auf diese seine Masse von 5625 kg wirkt die Erdbeschleunigung $g = 9,81 \text{ m/s}^2$, woraus sich ein Produkt von

$$5625 \text{ kg} \times 9,81 \text{ m/s}^2 = \text{ca. } 55200 \text{ kgm/s}^2$$

ergibt. Multipliziert mit dem Hub Weg von 50 cm = 0,5 m ergibt sich nun für den/ die Spieler/in eine insgesamt zu leistende Hubarbeit aus der Hocke in den Stand von

$$\text{ca. } 27600 \text{ kgm}^2/\text{s}^2 = \text{ca. } 27600 \text{ J} = 27,6 \text{ kJ.}$$

Würde diese Energie allein aus der vollständigen Verbrennung des eigenen Körperfettes bezogen, entspräche dies bei einer Energiedichte von 38 kJ je g Fett einer Fettmenge im Gesamtgewicht von ca. 0,730 g, dies allein nur für den „Anhebevorgang“.

Gehen wir von einem Mix aus 10 % Eiweiß (Energiedichte 17 kJ/g), 40 % Kohlenhydrate (KH, 17 kJ/g) und 50 % Fett aus, ergibt sich ein Massenverbrauch von $27600 \times 50 \%$ (Summe aus Eiweiß- und KH-Anteil) / 17 kJ je g = ca. 0,810 g Eiweiß bzw. KH und $27600 \times 50 \% / 38 = \text{ca. } 0,365$ g Fett, zusammen also eine Gesamtmasse von ca. 1,175 g Körpermasse.

Da das Absenken des Körpergewichts nicht im freien Fall erfolgt, sondern durch Muskelarbeit abgebremst wird, muss der/die Spieler/in noch einmal einen entsprechenden Energiebetrag für diese Bremsarbeit aufbringen. Bei einem angenommenen biologischen Wirkungsgrad von einfachheitshalber 50 % muss der Energie- und damit auch der Massenbedarf verdoppelt werden. Die 50 % ungenutzte Energie gehen dem/der Spieler/in als Abwärme verloren. Immerhin werden sie genutzt, um Körpertemperatur aufrecht zu erhalten oder sogar zu erhöhen. (Es wurden schon auf mehreren Turnieren schwitzende Boulespieler/innen gesichtet, vorzugsweise allerdings bei leicht erhöhten Umgebungstemperaturen, wenn die Wärmeabstrahlleistung des Körpers aufgrund der geringen Temperaturdifferenz Körper – Umgebung insgesamt minimiert war! In solchen Fällen pflegt der Körper ja die Verdampfungsenthalpie des Schweißes

zum Wärmeentzug und damit sehr effektiv zur Kühlung zu nutzen.)

Wenn jeder „Anhebevorgang“ ca. 1 Sekunde dauert, dann benötigt er/sie zum Anheben dieser 5625 kg

$$5 \times 5 \times 3 \times 1 \text{ Sekunde} = 75 \text{ Sekunden.}$$

Teilt man nun den Energiebetrag durch die Zeit, so ergibt sich ein Quotient von 27,6 kJ / 75 s und damit eine Leistung von ca. 0,37 kJ/s = 0,37 kW = 0,5 PS (1 kW = 1,37 PS).

Es soll BoulerInnen geben, die nach einem mehrstündigen Turnier erheblichen Muskelkater nicht nur in den Oberschenkeln hatten.

Bisher unberücksichtigt ist der Energiebedarf für die zurückzulegenden Fußwege, das Halten der Kugel und den Kugelfwurf. Da nicht wenige Spieler zwischen den Aufnahmen Übungswürfe absolvieren, erhöht sich der Energiebedarf beträchtlich.

Aber wie auch immer es sei! Es ist unumstößlich bewiesen:

BOULE IST LEISTUNGSSPORT!

So, das wollte ich gerne mal loswerden! Und gerne lade ich Euch LeserInnen dazu ein, Eure eigenen Erfahrungen mit diesem Sport und uns BoulerInnen in der SVA zu machen.

Wir spielen Boule Petanque im Winter immer am Sonntag ab 11:00 Uhr und im Sommer immer am Freitag ab 16:30 Uhr auf der sehr schönen Bouleanlage im Freibad Arnum (Eingang über die Tennisanlage unseres Vereins). Im Winter und bei schlechtem Wetter können wir zudem auf die Mehrhalle bei unserem Vereinsheim ausweichen und hier mit speziellen Indoor-Boule-Kugeln unseren Sport betreiben. Herzlich willkommen!



FUSSBALL

1. HERREN

Arnums Erste blickt auf eine durchwachsene Hinrunde zurück.

Mit zehn Punkten nach 14 Spieltagen stehen wir zwei Spiele vor der Winterpause auf einem

enttäuschenden 12. Platz. Nach dem Erreichen der Aufstiegsrunde in der Vorsaison war die Erwartungshaltung an uns selbst entsprechend hoch.

Nach mehreren Niederlagen zu Beginn der Saison fanden wir uns jedoch schnell in der unteren Tabellenhälfte wieder. Aufgrund anhaltender Verletzungssorgen und der fehlenden Konsequenz in entscheidenden Situationen dauerte es bis zum 5. Spieltag,

ehe wir gegen Eintracht einen ersten wichtigen Sieg einfahren konnten.

Gegen Ende der Hinrunde gingen Einsatz und Leistung zumeist wieder in die gewünschte Richtung. So konnten wir weitere Punkte sammeln und gegen Mannschaften aus der oberen Tabellenhälfte zudem gut mithalten.

Mit Ahrbergen und Drispensedt haben wir nun noch zwei 6-Punkte-Spiele vor der Brust. Es gilt nochmal alles reinzuhaufen um auf einem Nichtabstiegsplatz zu überwintern.

Auf eine erfolgreichere Rückrunde 2023!



avacon

GLT SERVICE
Kleinanlagen

Klaunberg
Kleinanlagen

SV Arnum
Saison 22/23
Bezirksliga

Einbaubücher • Kleinanlagen
H.VON NÖN

LOTTO
Niederlande

EDU STANZE
Kleinanlagen

Gilde

VGH

GST

IVCZ

HRD

RATS APOTHEKE

Kleinanlagen

unser VORPRUNG

Ihr unterstützt uns



Als öffentlich-rechtlicher Versicherer geben wir einen Teil unserer Gewinne dem Land zurück – und fördern zum Beispiel den regionalen Sport. www.vgh.de

fair versichert
VGH 

VGH Vertretung Bastian Ammoneit

Göttinger Str. 60

30966 Hemmingen

Tel. 05101 2023

Fax 05101 5217

bastian.ammoneit@vgh.de

 Finanzgruppe

2. HERREN



Nach dem Staffelsieg in der 3. Kreisklasse in der vergangenen Saison und dem damit verbundenen Aufstieg in die 2. Kreisklasse (Region Hannover Staffel 3) startete die Zweitvertretung der SVA in dieser Saison in eine neue Herausforderung.

In den Monaten Juli und August diesen Jahres wurde sich in 4 Testspielen, unter anderem gegen höherklassige Gegner, auf die neue Saison vorbereitet. Alle Spiele konnten für Arnum entschieden werden und besonders die Offensive überzeugte mit durchschnittlich 5 Toren pro Spiel!

Mit einem jungen, dynamischen und breit aufgestellten Kader um einige Routiniers standen in diesem Jahr bereits 14 Pflichtspiele auf dem Zettel.

Die Mannschaft um Trainer Stephan Schmidt legte mit 7 Siegen, 2 Unentschieden und 5 Niederlagen einen guten Start hin und beendet das Jahr in der 14 Mannschaften-starken Staffel auf Tabellenplatz 6. Die 44 geschossenen Tore konnten nur durch die erstplatzierte 3. Herren aus Pattensen übertroffen werden. Die Arnumer Top-Torschützen sind David Maj (16 Treffer), Leon Schlierf (7 Tore) und Tim Kaiser (5 Tore).

Zu allen bisherigen Spielen dieser Saison gibt es diverse visuelle Eindrücke und Highlights auf der sehr gut besuchten Instagram-Seite „@sv_arnum_2“!

Bis zum nächsten Spiel im März nächsten Jahres heißt es für die 2. Herren „Winterpause“!

3. HERREN

Die 3. Herren steht nach 13 Spieltagen auf Platz 7 der 4. Kreisklasse Region Hannover St.7. Wir konnten uns im Gegensatz zu letztem Jahr deutlich verbessern und schon zur Winterpause fast genau so viele

Punkte gewinnen wie in der ganzen letzten Saison. Dazu gehören wir mit unserer 3er-Kette mit zu den besten Defensiven der Staffel. Dadurch zeigt sich auch, dass die noch junge Mannschaft sehr schnell



Mannschaftsfoto 3. Herren

zusammengewachsen ist und ein gutes Verhältnis zwischen den Jüngeren und den Erfahrenen herrscht. Wir möchten nach

der Winterpause gerne oben angreifen, da die Differenz zwischen dem 2. Platz und uns nur 5 Punkte beträgt.

HERREN Ü32

Nachdem wir punktgleich mit dem ewigen Rivalen vom FC Eldagsen ins Kalenderjahr 2022 gestartet sind, konnte sich bis weit in die Rückrunde keine der beiden Mannschaften voneinander absetzen. Die logische Konsequenz war ein Fotofinish, in dem beide Mannschaften mit 52 Punkten aus 20 Spielen über die Ziellinie rauschten. Einziger Unterschied war das am Ende um 41 (!!!) Tore bessere Torverhältnis zu Gunsten der Eldagser. Somit schien der Traum vom Aufstieg in die Kreisliga zunächst ausgeträumt, aber unverhofft kommt bekanntlich oft und so gab es am Ende doch noch ein Happyend für uns, da durch den Rückzug des SV Gehrden ein zusätzlicher Platz in der Kreisliga frei wurde und somit beide Teams am Ende verdientmaßen hochgingen.

Großer Wehrmutstropfen war der Abgang unseres Aufstiegstrainers Daniel Hedemann, dem an dieser Stelle nochmals großer Dank und großes Lob zuteilwerden. Weiterhin wurden in Döllis Garten mit Basti „Opa“ Ammone, Thommy Laatsch, Björn Weihmann und Finn Hansen-Kohlmorgen teils Spieler in die eigene Ü40, teils aber bedauerlicherweise in den Fußball(teilzeitun-)ruhestand verabschiedet. Allen, die nicht mehr

zum Aufstiegsteam gehören ein riesiges Dankeschön und „wir sehen uns auf’m Platz“!

Zur neuen Saison konnte mit Tobias Brinkmann ein neuer Trainer für die Mannschaft verpflichtet werden. Außerdem konnten wir mit Tim Bartel, Andreas Heuer und Kadir Polat drei echte Verstärkungen für uns gewinnen. Nach einer sehr kurzen Vorbereitungsphase und einer verpatzten Generalprobe im Pokal beim TSV Wennigsen (2:3) ruckelte sich das Team zurecht und konnte am 1. Spieltag beim 3:2 Auswärtssieg beim Geheimfavoriten, dem TuS Wettbergen, einen ersten Achtungserfolg verbuchen. Im weiteren Verlauf zeigte die Mannschaft in Spielen gegen den MTV Ilten (4:4) und die SG Blaues Wunder (3:3) nach teilweise aussichtslosen Rückständen nicht nur zwei Gesichter, sondern vielmehr eine tolle Moral und konnte am Ende jeweils noch einen Zähler mitnehmen. Auch im Auswärtsspiel beim Ligaprimus Hannover 96 (1:4) war man keineswegs chancenlos, sondern zog erst kurz vor Schluss durch zwei späte Gegentreffer den Kürzeren und bot lange Paroli. Mit Siegen bei der SG 74 und dem TSV Bemerode wurden weitere Punkte eingefahren und so überwintern



Mannschaftsfoto Herren Ü40

wir zwar mit 11 Punkten auf Platz 7, dem ersten der vier Abstiegsplätze, allerdings sind es auch nur 3 Punkte auf Rang 3. Insofern ist in der Rückserie noch alles möglich und wir werden mit einer hoffentlich stärkeren Personaldecke und einer vernünftigen Vorbereitung alles dafür tun, die Liga zu halten.

Ein Riesendank geht von unserer Seite an alle, die uns über das gesamte Jahr unterstützt haben, ganz gleich, ob als Spieler, Zuschauer oder Sympathisant. Eure

HERREN Ü40

In der Saison 2021/22 durchlebte die Ü40 des SV Arnum Höhen und Tiefen und schloss am Ende nach aufreibenden Spielen auf Platz 7 ab. Unvergessen das 2-2 beim späteren unangefochtenen Meister SV Croatia in dem die Mannschaft ihr fußballerisches Potential abrufen konnte, letztlich unglücklich durch ein Gegentor in der Nachspielzeit dennoch die Punkte teilen musste. Sinnbildlich für die Saison. Mit drei neuen Spielern (Basti, Thommy und Dölli) aus der Ü 32 konnten Verstärkungen für die neue Serie 22/23 im Sommer

Bereitschaft und die der Trainerkollegen Christoph Boyn, Stephan Schmidt, Fabian Ridder & Yannick Lampe ist nicht selbstverständlich und die Art & Weise, wie die sechs Herrenmannschaften sich untereinander ausgeholfen haben, macht eben auch unsere SV Arnum aus!

In diesem Sinne wünschen wir Euch alle eine schöne Vorweihnachtszeit und alles Gute für 2023!

Grün-Weiße Grüße von Eurer Ü32

gewonnen werden. Erfreulich, dass Uwe Hartung als Betreuer und Ersatztorwart mit immer guter Laune unterstützt! Nach einer Niederlage im ersten Spiel, hat die Mannschaft gut in die Saison gefunden. Mit vier Siegen und zwei Unentschieden geht's mit 14 Punkten und einem 5 Platz in die Winterpause. Mit besonderem Teamgeist auf und neben dem Platz werden sicher noch einige Punkte dazukommen! Danke auch an die Freunde und Fans, die sich immer wieder bei den Spielen einfinden!

B-JUGEND

Bevor es für die Jungs nach den Sommerferien mit der B-Jugend begann, hat das Team zum tollen Abschluss der C-Jugend den Staffelsieg erreicht. Anschließend wechselten die Jungs

geschlossen in die B-Jugend. Hier erreichten Sie bei 5 Siegen, einem Unentschieden und 2 Niederlagen einen guten dritten Platz. Im Pokal hat sich das Team in der ersten Runde gegen den Klassenhöheren SV

Gehrden mit einen tollen 2:1 durchgesetzt. Leider sind die Jungs in der zweiten Runde gegen den FC Springe durch ein Gegentor in den letzten Minuten denkbar knapp ausgeschieden. Nun gilt es für uns, die

Winterzeit zu überbrücken um dann mit neuen Zielen im Frühjahr wieder durchzustarten. Das Trainerteam!



horand

Garten- & Landschaftsbau

Dirk Horand
Geschäftsführer

Hoher Holzweg 20
30966 Hemmingen

Telefon 05101 58077
Telefax 05101 8536456
Mobil 0177 244 5903

www.horand-galabau.de

1. C-JUGEND

Nachdem zu Beginn des Jahres 2022 der C2-Kader aus 17 spielberechtigten Spielern bestand und sogar auf 20 Spieler anwuchs, nahm der C1-Kader im Laufe des Jahres kontinuierlich ab ohne dass entsprechende Neuzugänge verzeichnet werden konnten. Zwei Spieler mussten altersbedingt zum Saisonwechsel bereits in die B-Jugend des SV Arnum wechseln, vier weitere Spieler verließen die Mannschaft und der Torhüter musste umzugsbedingt den Verein wechseln. Ein spielberechtigter Neuzugang konnte verzeichnet werden, so dass der Kader nunmehr aus 14 Spielern besteht.

Zu Beginn der Saison konnte im Freundschaftsspiel gegen den SV Gehrden

noch ein 5:2-Sieg verzeichnet werden. Aufgrund der doch sehr dünnen Kaderdecke, verletzungs- und krankheitsbedingter Ausfälle sowie einiger unglücklicher Spielverläufe, konnten in der Vorrunde aber keine Punkte gesammelt werden.

Lediglich im Abschlußfreundschaftsspiel gegen TuS Ricklingen II gelang nach einem 0:2-Rückstand noch der Ausgleich zum 2:2 und damit auch ein Punktgewinn.

Zur Hauptrunde in 2023 hoffen nun alle auf einen besseren Saisonverlauf und auch den einen oder anderen Neuzugang.

Lutz Eickhof und Janis Lapsins



2. C-JUGEND

Mit großer Freude beobachten wir bei den Jungs in den letzten Jahren eine stetige Entwicklung. Eifrig trainierten sie bei reger Trainingsbeteiligung. Nach und nach ist

eine gewisse Ernsthaftigkeit im Training eingekehrt und aus Kinder werden langsam große Jungs. Die letzten Platzierungen in den Staffeln zeigen dies eindrücklich

auf. Nach der Vizemeisterschaft kam in der letzten Spielzeit der Staffelsieg hinzu, so dass die C2 mit breiter Brust in die neue Saison starten konnte. Die Herausforderung war, jetzt auf großem Feld mit großen Toren und 11 Mann zu spielen. Die endgültige Meldung im 11er Spielbetrieb konnte nur sicher gestellt werden, da sich die D1 aufgelöst hatte und sich einige Jungs von dort für uns entschieden haben. Somit war unser Kader für den Spielbetrieb einsatzbereit. Darüber sind wir sehr dankbar. Es zeigt aber auch, dass wir als Arnumer Verein die uns zur Verfügung stehenden Ressourcen konzentrieren müssen, um im Konzert der größeren Stadtvereine und Spielgemeinschaften am Spielbetrieb dabei sein zu können. Das Abenteuer C-Jugend konnte los gehen und begann dann auch von-0-auf-100, da

es sehr früh im Jahr mit den Punktspielen los ging. Die Jungs mussten sich erst mal orientieren. Neu zusammengestellte Mannschaft, großes Feld, große Tore und 11 gegen 11. Für uns Trainer gab keinen Grund, eine falsche Erwartungshaltung aufzubauen und so spielten sich die Jungs von Partie zu Partie das Selbstbewusstsein der vergangenen Spielzeiten zurück. Ein respektabler 6. Tabellenplatz sprang am Ende heraus. Wir freuen uns auf die nächste Spielrunde und können aus einer gefestigten Position angreifen. Die Kadergröße passt, aber der ein oder andere Neuzugang würde uns sicherlich gut tun. Falls es in Ihrem Bekanntenkreis Fußballtalente des Jahrganges 2009 oder 2010 gibt, freut sich das Trainerteam rund um Marcus Fink, Andreas Leist und Michael Suchy auf eine Rückmeldung.



2. D-JUGEND

Die D2 startete in dieser Saison erstmals in der 1. Kreisklasse. Entgegen der ersten Befürchtungen konnte unser Team sehr gut mithalten und hat sich wacker geschlagen.

Leider war uns das Glück nicht immer hold, sodass wir die engen Spiele leider häufig verloren gingen. Nichts desto trotz

haben wir zum Ende der Saison eine kleine Siegesserie starten können und konnten so einige Mannschaften in der Tabelle hinter uns lassen.

Die Jungs haben sich als Mannschaft in dieser Saison gut weiterentwickelt und wir sind in allen Mannschaftsteilen

besser geworden, insbesondere die guten Torhüterleistungen haben dazu beigetragen, dass wir insgesamt nur sehr wenig Gegentore bekommen haben.

Wir Trainer freuen uns schon sehr auf die Rückrunde.

Björn & Jan Striefler

3. D-JUGEND: ERFAHRUNGSWERTE

Die Freude der D3 auf den ersten Spieltag der vorangegangenen Saison war groß. Verständlich, so haben wir doch unser erstes Spiel als D-Junioren absolviert. Die Mannschaft hatte sich, wie schon im vorletzten Saisonbetrieb, weiterentwickelt. Mit den Erfahrungen und Erkenntnissen aus der vorletzten Saison und einem starken Willen konnten wir uns dieses Mal einen guten Platz in der Tabellenmitte

erkämpfen. Nach wie vor gilt bei uns „Gemeinsam ist man stärker. So haben wir nicht nur mit unserer Partnermannschaft, der jetzigen E2, zusammen trainiert, sondern haben auch als „Mixed-Team“ bei Turnieren gespielt.

Wir freuen uns auf die nächste Saison mit euch!

Eure Trainer, Wasili, Marcus und Robert



1. E-JUGEND

Aus einer E-Jugend Jahrgang 2013 wurden drei!

Seit der G-Jugend trainieren unsere Kids bereits zusammen. In der Zwischenzeit erreichten uns immer wieder Anfragen, ob wir noch Kinder aufnehmen. Wir hatten die Grenze bei 15 Kindern gezogen, damit wir auch entsprechend trainieren können. Zu unserer großen Freude hatten

alle Kids immer Lust auf das Training und auch auf Punktspiele. So fuhren wir meist mit 14-15 „heißen“ Kickern zu den Spielen. Nun standen wir Trainer Ende der letzten Saison an der Seitenlinie, versuchten die Kids auf dem Platz zu coachen, aber eben auch außerhalb des Platzes ;-). Eine Lösung musste her, da wir allen Kindern ermöglichen wollten, soviel Spielpraxis wie möglich zu sammeln.



Die Warteliste über fußballbegeisterte Kinder ist über die Jahre immer länger geworden.

So haben wir unsere Trainerköpfe zusammengesteckt, wie wir alle Kinder unter einen Hut bekommen können.

Insgesamt standen auf unserer Liste über 30 Kicker Jahrgang 2013! Somit haben wir 3 neu formierte Mannschaften zu etwa je 10 Spielern gebildet.

Gemeldet wurde dann die E1 in der Kreisliga B. Hier durften wir von einigen Mannschaften etwas lernen ;-). Ebenso haben wir uns aber auch schon sehr gut behauptet und Siege einfahren können. So stand am Ende der Saison Platz 8 von 10. Mit ein wenig mehr Glück, wäre auch eine bessere Platzierung möglich gewesen.

Dazu haben wir noch die E3 und E4 in der Kreisklasse gemeldet. Auch hier merkt man, dass die Kids zu einer Einheit

zusammenwachsen und sich von Spiel zu Spiel steigern und einen Sieg einfahren konnten.

Was auch die Fußballbegeisterung widerspiegelt ist, dass alleine etwa 15 Kicker aus der E-Jugend am Herbstcamp von Hannover 96 mit großer Begeisterung teilgenommen haben! Leider ging es für Maxi nicht gut aus, der sich im Camp den Oberschenkel gebrochen hat. Wir wünschen Maxi alles erdenklich Gute, schnelle Genesung und freuen uns schon auf seine Rückkehr!

Uns Trainern macht es unheimlich viel Spaß, die Entwicklung der Kids miterleben zu dürfen und freuen uns auf die kommenden Jahre mit unseren tollen Kickern.

Unser Dank geht natürlich auch an alle Eltern, für das harmonische Miteinander!

2. E-JUGEND

Wir sind in dieser Saison zum ersten mal in der ersten Kreisklasse gestartet. Nach der Hinrunde haben wir mit 4 Punkten aus 7 Spielen den 6. Platz belegt. Bei 2 Spielen haben wir Unterstützungen aus anderen

Mannschaften bekommen um anzutreten zu können. Die Jungs haben sich im Vergleich zur Vorsaison wieder sichtlich verbessert. Die E2 besteht derzeit aus 9 Jungs.



3. E-JUGEND

Unsere E3 hat sich zum Anfang der Saison zu gleichen Teilen mit Spielern aus der F1 der Vorsaison und komplett neuen Spielern (auch alle Jahrgang 13) zusammengefunden.

Ohne viel Sommervorbereitung ging es dann direkt in die ersten Punktspiele, die erst einmal dementsprechend holprig verliefen.

Die tapferen Jungs haben sich durch die ersten Niederlagen aber nicht einschüchtern lassen und im Training immer fleißig an ihrem Fußballspiel gearbeitet.

Auch wenn die weiteren Ergebnisse das nicht unbedingt widerspiegelt haben, hat sich jeder einzelne und vor allem das Zusammenspiel der Mannschaft deutlich verbessert, was am letzten Spieltag dann auch mit einem verdienten Sieg belohnt wurde.

Wir werden nun während der Winterpause weiter fleißig an unserem Spiel arbeiten und sind guter Dinge, dass wir im kommenden Jahr am letzten Spieltag anknüpfen können und noch ein paar mehr Erfolge gemeinsam feiern werden.

1. F-JUGEND



Wir (Tobias Behr & Markus Kersting) blicken auf ein schönes Fußballjahr 2022 zurück. Unsere Jungs – die aktuelle F1 des SV Arnum - sind uns alle treu und motiviert geblieben, sodass wir einen noch immer starken Kader von 17 Kids mit Jahrgang 2014 haben. Trainiert und gespielt haben wir „gefühlte“ fast nur bei Sonnenschein und In den 7 Spielen der Fairplayliga (1. Kreisklasse) konnten wir 4 Siege und 1 Unentschieden einfahren. In 2022 konnten wir als Mannschaft auch endlich unsere erste kleine Hallenspiellrunde (ebenefalls Fairplay, also u. a. ohne Wertung)

absolvieren, was coronabedingt bisher nicht möglich war. Spielerisch und taktisch geht es folglich in großen Schritten weiter für die Jungs. In diesem Jahr bedanken wir uns auch besonders bei Familie Nozon für das Sponsoring eines Satzes Trainingsanzüge für das ganze Team – in Zeiten gestörter Lieferketten keine ganz triviale Aufgabe! Ebenfalls bedanken wir uns bei Steffen Mroz und Edeka Ladäge für die Organisation und Stiftung von neuen Shirts für die Mannschaft. Für die Zukunft gilt weiterhin das Motto unseres Schlachtrufs: SV-Arnum – ganz viel Spaß!

1. G-JUGEND



Aus dem Grund, dass wir als Trainerinnen die Mannschaft neu bekommen haben und die Kids uns erst einmal kennenlernen mussten und andersrum genauso! Den Kids viel es ziemlich einfach sich an uns und unsere Trainingsmethode zu gewöhnen. Mittlerweile sind wir ein eingespieltes Team und man erkennt schon klare Strukturen in ihrer Spielweise. Von Training zu Training sieht man wie stark schon einige mit dem Ball umgehen können. Zu dem erkennt man klar und deutlich, wie viel Freude die Kids jedesmal zum Training mitbringen und uns Trainerinnen frischen Wind in den Alltag zaubern.

Für uns als Trainerinnen sowohl auch die Kinder war es zur Saison eine Umstellung.

FUSSBALLNACHWUCHS „G2“ FINDET SICH!

Seit September dieses Jahres freuen wir uns, dass eine weitere Bambinigruppe starten konnte.

Mit insgesamt 12 Mädchen und Jungen stehen spielerische Ballkontakte, Dribblings, Torschüsse, beinharte Taktikschulungen und noch mehr Freude in der Gruppe bei unserem mittwöchentlichen Training auf dem Plan.

Wir freuen uns auf weitere schöne Fußballmomente mit den Kleinen, die schon bald die Größten sind.

(Leider fehlen mehrere Bambinis auf dem Mannschaftsbild!)





GESUNDHEITSSPORT TAOYIN / QIGONG

Auch in diesem Jahr konnten wir, die TaoYin Gruppe und die Qigong Gruppe, bei bestem Wetter und viel Sonnenschein überwiegend auf dem Sportplatz praktizieren. Unter den Bäumen in der Natur war es wunderschön. In der kälteren Jahreszeit oder bei ungünstigem Wetter üben wir in der Mehrzweckhalle. Wir sind zwei nette und harmonische Gruppen.

TAO YIN - DEHNEN EINMAL ANDERS!

Tao Yin ist eine über 3000 Jahre alte chinesische Bewegungskunst und Heilgymnastik und wurde in den traditionellen chinesischen Klöstern entwickelt.

Die Tao Yin Übungen sind langsame, gleichförmige, in perfekter Balance geführte Bewegungen aus den wichtigen Elementen Bauchatmung, Dehnung und Achtsamkeit.

Ein regelmäßiges Üben bewirkt, dass sich die Körperwahrnehmung sowie Haltung verbessern, es werden Atmung und Organfunktionen positiv beeinflusst und die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt.

BEWEGTES QIGONG

Qigong ist eine alte chinesische Methode

zur Vorbeugung von Krankheiten und Erhaltung der Gesundheit.

Qigong hat vielerlei wunderbare Auswirkungen, die für den Übenden tatsächlich spürbar werden. Es wird nicht nur erfolgreich in der Prävention und Behandlung von körperlichen Beschwerden eingesetzt, sondern auch zum mentalen Training genutzt.

Die nahezu meditativen Bewegungen fördern die Klarheit und Flexibilität des Geistes sowie der Gedanken und steigern dabei die Fähigkeit zur Konzentration auf das Wesentliche.

Qigong sorgt darüber hinaus als Ausgleich zur geistigen Kopflastigkeit für ein neues gutes „Bauchgefühl“. Es leitet die Flut von aufgewühlten Emotionen und Gedanken in den „See der Stille“, so entsteht eine innere Ruhe und Balance, die dabei hilft, loszulassen und Abstand zu gewinnen.

Körper, Geist und Seele miteinander in Einklang bringen und vitalisieren.

Unsere TaoYin Gruppe trifft sich dienstags von 16:45 Uhr – 17:45 Uhr.

Unsere Qigong Gruppe trifft sich donnerstags von 17:45 Uhr bis 18:45 Uhr.

Die Übungen beim TaoYin und Qigong werden in bequemer Kleidung und mit einem leichten Schuh ausgeführt, sind leicht erlernbar und für alle Altersstufen geeignet.

Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.

Auskunft: Manuela Hofmann 05101 / 5191

DAILY FITNESS MIT KARSTEN

Nachdem wir uns Anfang des Jahres noch über Zoom gesehen hatten, konnten wir uns ab März wieder an jedem Dienstag Vormittag in der schönen neuen Mehrzweckhalle am Vereinsheim treffen, um gemeinsam mit einem Trainingsmix zur Verbesserung der Ausdauer, Balance, Beweglichkeit und nicht zuletzt auch der Kraft in den Tag zu starten.

So trainierten wir oft ohne Geräte in einem Stilmix aus Funktionstraining, Yoga, Faszienfitness und klassischer Rückenschule. Abwechslung brachten dabei Kleingeräte wie Hanteln, Therabänder, Gymnastikstäbe o.ä. Ergänzend gab es auch immer mal wieder Entspannungseinheiten mit PMR, Kurzmeditationen oder auch Atemübungen.

FUNCTIONAL FITNESS MIT KARSTEN

Anfang des Jahres trainierten wir online über Zoom, ab März konnten wir uns wieder in der Mehrzweckhalle in Präsenz zum Training treffen und bei schönem Wetter ging es den ganzen Sommer über nach draußen auf die Wiese zum gemeinsamen Auspowern und Schwitzen. Online gab es reines Bodyweight Training mit Situps,

Squats, Pushups, Burpees und allem, was dazugehört. In der Halle und auch auf der Wiese konnten wir das Training dann noch um Laufspiele, Athletikleitertraining und gelegentliches HIIT-Step ergänzen.

Eins war aber immer garantiert: Schweiß, Puls 160+ und Muskelkater am nächsten Morgen

YOGA

Bei der Yogastunde am Mittwoch Vormittag haben wir viel für die allgemeine Beweglichkeit getan, vor allem der Rücken ist häufig im Fokus. Aber auch „Wohlfühl yoga“ kann hier und da herausfordernd sein, deshalb darf die Entspannung nicht zu kurz kommen - und es wird auch gelacht. Zum Jahresabschluss haben wir ein gemeinsames Abendessen geplant. Neu- und Wiedereinsteiger sind immer gerne willkommen!





Die SV Arnum auf einen Blick



Weitere Informationen zu den Aktivitäten der einzelnen Sparten, Mannschaften, Trainingsgruppen und Übungszeiten gibt es auf unserer Internetseite:

www.sv-arnum.com

UNSERE SPARTEN IM ÜBERBLICK



BOULE

Hans-Hermann Reese
Göttinger Straße 97
30966 Hemmingen

Tel.: 05101 58141

FUSSBALL

Bastian Ammonet
James-Krüss-Weg 11A
30966 Hemmingen

Tel.: 0177 2344553



GESUNDHEIT

Ilka Knoke

fitundgesund@sv-arnum.com

LEICHTATHLETIK UND SPORTABZEICHEN

Carolin Kütemeyer
Grasweg 1a
30966 Hemmingen

Tel.: 05101 588088
ckuetemeyer@gmx.de



JUDO

Katharina
Schroeder-Printzen

Tel.: 0152 28513509
K.SchroePri@web.de

RAD/WANDERN

Karl Heinz Josten
Lindenweg 114
30966 Hemmingen

Tel.: 05101 4577





SCHWIMMEN

Ingo Zacher
und Mandy Herrmann

schwimmen@sv-arnum.com

TAEKWONDO

Gudrun Katz

taekwondo@sv-arnum.com



TANZEN

Uwe Baudach

Tel.: 05101- 586487

uwe.baudach@gmail.com

TENNIS

Martin Teschner

Hans-Georg Meelfs

Tennisanlage Hiddestorfer Str.

Tel.: 01577 8010746

Tel.: 0172 9833888



TISCHTENNIS

Joachim Dumsch

Hoher Eschenweg 8
30966 Hemmingen

Tel.: 05101 3296

TURNEN

Jörg Niederstadt

turnen@sv-arnum.com



DER VORSTAND

1. Vorsitzender	Harald Gries Gartenstraße 20, 30966 Hemmingen Tel.: 05101 4169 E-Mail: vorstand@sv-arnum.com
2. Vorsitzender	Werner Schwertfeger Deisterstraße 88 30966 Hemmingen Tel.: 05101 3526
2. Vorsitzender	Wilfried Petersen Göttinger Straße 26 30966 Hemmingen Tel.: 05101 3678
Geschäftsführer	Klaus-Dieter Hoffmann Hoher Eschenweg 14, 30966 Hemmingen Tel.: 05101 3434 E-Mail: post@sv-arnum.com
Pressewart	Daniel Josten Leinestraße 10, 30966 Hemmingen Tel.: 05101 9901709 E-Mail: mail@daniel-josten.de
Frauenwartin	Wera Behrens Ludwig-Windthorst-Straße 4 30966 Hemmingen Tel.: 05101 8544544
Jugendwartin	Sharlena Gath Tel.: 05101 852840
Sozialwart	Reinhard Winkler Beekeweg 6 30966 Hemmingen Tel.: 05101 3640
Schriftführer/ Mitgliederwart	Helmut Behrens Ludwig-Windthorst-Straße 4, Hemmingen Tel.: 05101 8544544 E-Mail: mitgliederwart@sv-arnum.com
Senioren-sportbeauftragte	Elke Guth Pattenser Feldweg 5 30966 Hemmingen Tel.: 05101 4433



JUDO

JAHRESBERICHT 2022

Katharina, Charlotte und Felix

Nachdem in den vergangenen zwei Jahren unser Judotraining nur eingeschränkt möglich war, konnten wir in 2022 endlich wieder das ganze Jahr über unserem Lieblingssport nachgehen. Anfangs noch etwas zögerlich mit Maske, später dann mit immer mehr Freude und wieder mehr Normalität.

So war es uns schließlich möglich, mit einigen Judoka am 25.07.2022 nach Burgdorf auf ein Turnier zu fahren, bei dem sich alle teilnehmenden Kinder unter Beweis stellen und den Spaß am Judo-(Wett-)kämpfen entdecken konnten.

Zwei von ihnen gelang es sogar, JEDEN Kampf in ihrer jeweiligen Gruppe zu gewinnen und auch die anderen schafften es immer wieder, ihre Gegner erst auf und dann von der Matte zu schicken.

Kurz vor der großen Sommerpause konnten außerdem 8 Kinder in der Gürtelprüfung unter Beweis stellen, was sie gelernt haben und das zweite Halbjahr mit einer neuen Gürtelfarbe bestreiten.

Auch die zweite Hälfte des Jahres

ging ungebremst weiter. Einerseits waren die Trainer Katharina, Charlotte und Felix auf einem internationalen Wochenendlehrgang in Tübingen, bei dem sie bei hochkarätigen Trainern viel Neues lernen durften.

Andererseits erfreute sich vor allem die Anfängergruppe der 5-Jährigen eines regen Zulaufs – so viele Kinder gleichzeitig auf der Matte stehen zu haben wäre während der Corona-Jahre 20/21 undenkbar gewesen!

Das Ende des Judojahres steht vor allem im Zeichen der Gürtelprüfungen, bei denen viele Kinder sich ihren nächsten Gürtel verdienen wollen. Außerdem haben wir endlich die lang ersehnten neuen Matten bestellt, die mit ein bisschen Glück sogar noch vor dem Weihnachtsmann ankommen.

Wir freuen uns auf ein noch ereignisreicheres Judojahr 2023, mit vielen Wettkämpfen, neuen Matten und der ersten Dojonacht seit vier Jahren.

Wir sehen uns im kommenden Jahr auf der Matte!



LEICHTATHLETIK

UNSER JAHR 2022

Sharlena Gath, Carolin Kütemeyer

ÜBER UNS

Willkommen bei der Kinder- und Jugendleichtathletik!

Mit einfachem und kindgerechtem Grundlagentraining der athletischen Hauptdisziplinen Laufen, Werfen und Springen sowie weiteren Übungen und Spielen in den Bereichen Koordination, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft wollen wir den Kindern vor allem Spaß an der Bewegung und die allgemeine Athletik nahebringen. Ganz nebenbei werden wichtige motorische und kognitive Grundlagen erworben, welche für die weitere Entwicklung der Kinder von großer Bedeutung sind. Das Training der Jugendlichen baut auf diese Grundlagen auf, festigt und verfeinert sie.

Wir trainieren in vier verschiedenen Gruppen, die sich an Alter und Leistungsstand orientieren und alle Interessierten ab 6 Jahren herzlich willkommen heißen. In der Sommersaison findet das Training bei jedem Wetter auf der Sportanlage an der Hiddestorfer Straße statt, in der Wintersaison weichen wir auf die Sporthalle am Klapperweg aus.

In der Sommersaison haben die Kinder und Jugendlichen die Möglichkeit in Begleitung von uns Trainer*innen an verschiedenen Wettkämpfen teilzunehmen

und sich mit Gleichaltrigen sportlich zu messen. Um unsere Athlet*innen auf die Wettkampfbedingungen vorzubereiten, bieten wir bereits seit mehreren Jahren im Frühjahr einen Trainingstag im Erika-Fisch-Stadion des Sportparks Hannover an. Zudem nehmen wir beim Training Laufabzeichen und das Deutsche Sportabzeichen ab, welches als höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports gilt und vielseitige Leistungen erfordert. Auch der Spaß kommt bei uns nicht zu kurz; neben dem Faschingstraining und dem lustig, erfrischenden Abschlusstraining vor den Sommerferien haben die Athlet*innen aller Gruppen und ihre Familien auf dem Sommerfest und der Weihnachtsfeier die Gelegenheit bei Essen, Trinken und einem sportlich-spaßigen Programm gemeinsam ein paar schöne Stunden zu verbringen.

Wenn Ihr Spaß an Bewegung und Interesse an der Sportart bekommen habt, kommt einfach vorbei und findet raus, ob Euch Leichtathletik genau so viel Spaß macht wie uns!

FASCHINGSTRaining

Am 02.03.2022 wurde es bunt in der Sporthalle am Klapperweg: Neben den Leichtathlet*innen tummelten sich beim Faschingstraining Geheimagent*innen, Astronaut*innen und Popstars. Bei spielerischen Wettkämpfen und Musik hatten alle



Kinder viel Spaß und genug Gelegenheiten ihre tollen Kostüme zu präsentieren.

Training im Erika-Fisch-Stadion

Bei schönstem Frühlingswetter zog es uns am Samstag, den 23.04.22 ins Erika-Fisch-Stadion des Sportleistungszentrums Hannover. Hier hatten die Kinder und Jugendlichen der insgesamt 4 Trainingsgruppen die Chance eine professionelle Leichtathletikanlage kennenzulernen und auf ihr zu trainieren. Neben den Sportler*innen waren auch viele Eltern und Geschwister zum Anfeuern und Unterstützen mitgekommen. Zum Schluss konnten sich die Teilnehmer*innen zudem über eine kleine Überraschung der Spartenleitung freuen und beendeten das Training müde, aber glücklich.

FERIENPASSAKTION „SOMMEROLYMPIADE“

Am 15.07.2022 starteten wir eine Ferienpassaktion, um Kindern im Alter von 6-14 Jahren Leichtathletik näher zu bringen. Einige Kinder kannten diese Sportart lediglich aus dem Fernsehen. Mehr als 20 Kinder meldeten sich an und probierten sich in den Disziplinen Werfen, Springen und Laufen aus. Am Ende der Veranstaltung konnten die Kinder in der „Sommerolympiade“ ihr Können unter Beweis stellen. Und siehe da, wir konnten einige verborgene Talente entdecken! Einigen Kindern gefiel die Leichtathletik so sehr, dass sie sich gleich in der Sparte anmeldeten. Wir hatten viel Spaß mit den Kindern und freuten uns über die Neuzugänge in der Sparte!

GERMANEN-OLYMPIADE

Am 18.09.22 war es mal wieder so weit: Es ging nach Mühlenberg zur 29. Germanen-Olympiade. Seit über 10 Jahren fahren wir nun schon Jahr für Jahr zur Germanen-Olympiade und sind zu einem vom Gastgeber gern gesehenen Stammgast geworden. Nach der coronabedingten Pause der Veranstaltung fühlte es sich daher in diesem Jahr für uns wie „nach Hause kommen“ an. Top motiviert und bei schönstem Herbstwetter gingen für die SV Arnum 12 Athlet*innen an den Start, um sich im Dreikampf und dem anschließenden 800-Meter-Lauf zu messen. Alle gaben ihr Bestes und konnten am Ende des



Wettkampftages stolz auf ihre Leistungen sein. Im Dreikampf sprinteten, sprangen und warfen sich vier unserer Athlet*innen auf den 1. Platz ihrer Altersklasse. Drei weitere erreichten den 2. Platz und zwei einen tollen 3. Platz. Beim 800-Meter-Lauf schafften es alle unsere Athlet*innen auf das Siebertreppchen. Hier konnten wir fünf 1. Plätze, fünf 2. Plätze und zwei 3. Plätze verzeichnen. So verließen alle angereisten Arnum*innen den Platz mit einem zufriedenen Lächeln.

SOMMERFEST

Im Juli wollten wir in diesem Jahr auf dem Sportplatz unser Sommerfest feiern. Nachdem wir den eigentlich geplanten Termin jedoch leider absagen mussten, wurde aus dem Sommerfest ein Herbstfest, welches am 24.09.22 auf dem Sportplatz stattfand. Im Rahmen dieses hatten unsere Athlet*innen sowie ihre Eltern, Geschwister und Freund*innen beim 1. Sommerdreikampf der SV Arnum Leichtathletiksparte die Möglichkeit sich in den Disziplinen Wurf, Weitsprung und Sprint zu messen. Im Anschluss konnten sich alle am reichhaltigen Buffet und mit frischen Würstchen vom Vereinswirt stärken. Bei der abschließenden Siegerehrung nahmen alle Teilnehmer*innen stolz ihre Urkunden und Medaillen in Empfang. Trotz Regens ließen wir den Nachmittag entspannt mit Spiel und Spaß ausklingen.



LAUFABZEICHEN

Am 12.10.22 veranstalteten wir auf dem Sportplatz unseren 15-, 30- und 60-Minuten-Lauf und nahmen die entsprechenden Laufabzeichen ab. Neben den Athlet*innen waren auch viele Eltern und Geschwister zum Anfeuern und Unterstützen mitgekommen. Die Kinder und Jugendlichen aller Trainingsgruppen starteten gemeinsam und entschieden für sich, ob sie 15, 30 oder sogar 60 Minuten am Stück laufen wollten. Dabei überraschten besonders die Kleinsten mit ihrer Ausdauer und ihrem Durchhaltevermögen. Von den insgesamt 35 Teilnehmer*innen schafften es vier Kinder 15 Minuten und acht Kinder 30 Minuten ohne Unterbrechung zu laufen. 23 von ihnen hielten sogar 60 Minuten durch. Im Anschluss konnten sich alle Läufer*innen über eine kleine Stärkung freuen.

FÖRDERUNG AUS DEM SPARKASSEN-SPORTFOND HANNOVER

Wir berichteten im letzten Jahresrückblick von der Zuwendung des Sparkassen-Sportfonds und unseren Zielen in der Sparte. So konnten wir in dieser Saison eine komfortable Anzahl an Speeren für unsere Athlet*innen unterschiedlicher Altersklassen kaufen. Leider gab es für die Speere sehr lange Lieferzeiten, so dass wir diese noch nicht in dem Umfang benutzen konnten wie geplant. Aber die nächste Sommersaison kommt bestimmt!

Damit aber das Wurftraining auch jetzt in der Halle nicht zu kurz kommt und nicht alles auf dem Sportplatz draußen Erworbene wieder in Vergessenheit gerät, haben wir das Geld auch für Hallen-Wurfequipment genutzt. So haben wir neue Wurfraketen für unterschiedlich große Kinder- und Jugendhände und Wurfringe angeschafft. So sind wir gut gerüstet für die nächste Saison!



Die Jubilare: Elke Guth vom Abnahmeteam mit Günter Siebert (50. Sportabzeichen), Angelika Quentin (25. Sportabzeichen) und dem 1. Vorsitzenden Harald Gries

LEICHTATHLETIK SPORTABZEICHEN

Daniel Josten

Endlich wieder in größerer Runde konnte die diesjährige Sportabzeichenverleihung bei der SV Arnum stattfinden. Rund 40 der insgesamt 73 Teilnehmerinnen und -teilnehmer der Sportabzeichensaison 2021 konnte der 1. Vorsitzende Harald Gries gemeinsam mit Elke Guth vom Abnahmeteam auf der Terrasse des Clubheims begrüßen, um ihre Urkunden und Abzeichen zu überreichen. Darunter dieses Mal mit der Fußball-C-Jugend gleich eine ganze Mannschaft. „Das freut mich ganz besonders, denn nicht alle Fußballspieler trauen sich das Sportabzeichen immer ohne weiteres zu“, so Gries.

73 Sportabzeichen wurden insgesamt in der Saison 2021 abgelegt, darunter insgesamt 47 von Kindern und Jugendlichen. Außerdem wurden auch wieder drei Familiensportabzeichen verliehen. Darunter stachen in diesem Jahr zwei Abzeichen besonders heraus: Angelika Quentin legte vergangenes Jahr bereits ihr

25. Sportabzeichen ab. Sogar auf doppelt so viele Abzeichen kommt Günter Siebert. Im Alter von 94 Jahren nahm er sein 50. Sportabzeichen entgegen. Und verriet anschließend noch sein Geheimnis, wie man bis ins hohe Alter weiterhin fit bleibt: „Immer in Bewegung bleiben.“ „Mich freut besonders, dass wir nach der langen Corona-Zeit jetzt endlich mal wieder in so einem Rahmen ohne Einschränkungen beisammensitzen können“, erklärte Elke Guth nach der Verleihung.





RAD- UND WANDERSPARTE

UNSER MOTTO: IMMER VORWÄRTS

Seit über drei Jahrzehnten gibt es die Rad-Wandersparte in der SV Arnum. Wir sind eine Gruppe von Frauen und Männern im Rentenalter die in geselliger Runde ohne Leistungsdruck aktiv etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Von März bis Oktober treffen wir uns alle 14 Tage mittwochs am Freibad zu einer Radrunde von ca. 20 km mit anschließender Einkehr. An drei bis vier Sonntagen im Jahr starten wir zu einer ganztägigen Radtour. Die Wandersaison beginnt jeweils im Januar mit der traditionellen Grünkohlwanderung. Obligatorisch ist inzwischen auch im März die Wanderung zur Märzenbecherblüte bei Hameln. Weitere Wanderungen werden im Laufe des Jahres geplant. Ein Sommerfest sowie eine Weihnachtsfeier sorgen mit dafür, dass die Geselligkeit nicht zu kurz kommt.

Wer Lust hat, in geselliger Runde aktiv zu sein, ist herzlich willkommen.





»Steuerliche Herausforderungen
sehen wir sportlich. Unser Ziel:
fair bleiben und dennoch gewinnen.
Wir spielen auf Sieg!«

Jürgen Pankow

Steuerberater, Dipl.-Finanzwirt (FH), Geschäftsführer, Teamplayer

wetreu Hannover KG |

Steuerberatungs-
gesellschaft

Devrientstraße 2 |
30173 Hannover

T +49 511 946398-3

F +49 511 946398-55

hannover@wetreu.de



Besuchen Sie uns im Internet

www.hannover.wetreu.de

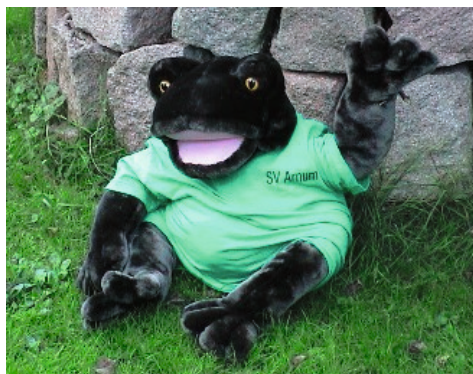


SCHWIMMEN

JAHRESBERICHT

Elena Schacht

Hallo, hier ist wieder Speedy - das Maskottchen der Schwimmer:innen der SV Arnum. Wie in den vergangenen Jahren möchte ich Euch erzählen, was bei uns so alles passiert ist.



Die Trainer:innen haben sich wieder einige Aktivitäten im, am und neben dem Wasser einfallen lassen, um den Mitgliedern der Sparte ein spannendes Vereinsleben zu ermöglichen.

BADELAND WOLFSBURG

Im April ging es für einige Schwimmer:innen und Trainer:innen in das Badeland nach Wolfsburg. Im Wellenbecken, dem Outdoor-Strudel, beim Rutschen oder dem Erklimmen der Sprungtürme hatten alle eine Menge Spaß.

ÜBERNACHTUNG IM FREIBAD

Im Juni schlugen wir für eine Nacht unser Zeltlager im Freibad Arnum auf. Nach einer kleinen Trainingseinheit konnten die 40 Schwimmer:innen bis in die späten Abendstunden im Wasser spielen. Zur Stärkung gab es ein großes Grillbuffet und bei Einbruch der Dunkelheit machten wir uns eine schöne Zeit am Lagerfeuer mit Stockbrot und Marshmallows.





MINIVERANSTALTUNG

Für unsere kleinen Schwimmer:innen gab es dieses Jahr auch wieder einen tollen Ausflug. Neben einem gemeinsamen Picknick bestaunten wir ‚Aladin und die Wunderlampe‘ auf der Deister-Freilicht-Bühne.



TRAININGSLAGER

Anfang Oktober ging es für 35 Schwimmer:innen und 16 Trainer:innen in das Trainingslager. Neben Lagerfeuer, Nachtwanderung, Frühsport, Chaosspiel und Mini-Disco, kam auch das Schwimmen nicht zu kurz. Hierbei konnten viele Schwimmstile verbessert und Neues erlernt werden.

Wir hatten ein tolles gemeinsames Wochenende.



VEREINSMEISTERSCHAFT

Nach einigen Jahren Pause hieß es dieses Jahr endlich wieder: auf die Plätze, fertig, *Pfiif*.

Trotz einiger krankheitsbedingter Ausfälle starteten 57 kleine und große Schwimmer:innen. Eltern, Geschwister, Großeltern und Freunde konnte hierbei deren Können bestaunen. Auch zur traditionellen Familienstaffel traten 19 Familien an.

FAMILIENABEND

Im November fand unsere Jahresabschlussfeier in der Wäldchenschule in Arnum statt. Hierbei konnten wir mit vielen Familien das Jahr ausklingen und bei einer Fotopräsentation Revue passieren lassen. Außerdem wurden die Schwimmer:innen der Vereinsmeisterschaft geehrt. Ihr könnt sehr stolz auf euch sein!

DANKESCHÖN!

Alle Aktivitäten wären auch in diesem Jahr ohne die Hilfe und den Einsatz der vielen freiwilligen Helfer:innen nicht möglich gewesen.

Insbesondere gilt mein Dank auch in diesem Jahr dem Trainerteam – für euer Engagement, eure Kreativität, die gute Laune am Beckenrand und den großartigen Einsatz.

Ich freue mich auf ein neues ereignisreiches Jahr mit Euch.

Euer Speedy von Arnum



Markus Förster
Göttinger Straße 65
30966 Hemmingen

Tel.: 05101-3193
mail@therapiezentrum-arnum.de
www.therapiezentrum-arnum.de



Teamfoto von der Niedersachsen-Trophy

TAEKWONDO

JAHRESBERICHT 2022

Nachdem in den Corona-Jahren 2020 und 2021 fast nur Trainingsbetrieb stattfand, konnten wir in diesem Jahr endlich wieder starten.

Unser erfahrenes aktives Wettkampfteam verlor mit drei SchulabgängerInnen, die auch ins Ausland strebten, deutlich an Masse, konnte aber aus dem Nachwuchsteam durch vier Nachwuchssportlerinnen verstärkt werden, die dieses Jahr nach und nach ins Turniargeschehen einstiegen, allen voran Greta bei der A-Jugend und Mona bei der B-Jugend sowie gegen Ende des Jahres auch Hanna und Rayhana (B-Jugend).

Unsere „Profis“ starteten bereits im ersten Halbjahr und konnten dort den einen oder anderen Erfolg einfahren. Hier zunächst die Turnierberichte.

Nach „nur“ Bronze bei den Ostdeutschen Meisterschaften starteten unsere beiden Landeskaderathleten auf dem hochwertigen Bundesranglistenturnier der DTU-Finals-9-Serie in Nürnberg/Bayern.



Stefanos in blau

Stefanos glänzte und holte nach drei fulminanten Kämpfen - trotz im Verlauf der Vorrunden entstandener Verletzungen - den Turniersieg. In Nürnberg kämpfte auch Ayana, die, gerade 18 Jahre geworden und somit neu bei den Damen, trotz guter individueller Leistung als LK-1-Einsteigerin im Viertelfinale ausschied.

OFFENE OSTDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN

Auf den Ostdeutschen Meisterschaften in Schönebeck kurz zuvor feierte Greta ihren Einstieg ins Wettkampfgeschehen



DTU-Finals-9-Serie in Nürnberg

der Nachwuchsklasse (A-Jugend) mit einer großartigen Leistung und erkämpfte auf ihrem ersten Turnier Bronze. Im Halbfinale gegen eine weitaus massivere Gegnerin aus dem Schwergewicht übertraf unsere Neueinsteigerin alle Erwartungen, kämpfte konsequent und mit vollem Einsatz bis zur



Greta in rot

letzten Sekunde. Unseren Respekt vor so viel Kampfgeist! Bronze gab es für Ayana in der Klasse Damen LK 1 -57kg, in der ein ausgesprochen ruppiger Kampfstil zu beobachten war. Ebenfalls Bronze für Stefanos B-Jugend -53 kg.

INT. NORDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN

Die Norddeutschen Meisterschaften brachten sozusagen einen Silberregen.

Ayana wurde mit der nächst höheren Gewichtsklasse -62 kg zusammengelegt. Dort ins Finale gelangt, ergab sich zunächst dank hochwertiger Technik und guter Taktik ein sicher erscheinender Punktevorsprung für Ayana (LK 1), der bis fast zum Ende der zweiten Runde anhielt, um dann Sekunden vor Schluss in einen 1-Punkte-Rückstand umzuschlagen. Sehr schade! Den norddeutschen Titel gab es kampfflos für eine damit sehr unzufriedene Cosima bei den Damen (LK1) -46 kg, erneut hatte jemand nach Meldeschluss zurückgezogen.

Stefano startete nach längerem Infekt, gelangte trotzdem ins Finale, unterlag dort jedoch Dänemark, ebenfalls mit nur 1 Punkt Differenz.



Mona in rot

Gute Kämpfe bescherten uns die beiden Neuen in der Wettkampfszene, Greta und Mona, die mental und körperlich bestens vorbereitet waren und beide bewiesen, wie viel Einstellung und Kampfgeist ausmachen. Greta holte auf ihrem erst zweiten Turnier Silber.

Für Neueinsteigerin Mona verlief es ausgezeichnet, denn sie machte gleichermaßen eine blendende Figur, kämpfte ebenfalls fokussiert und willensstark und gewann, was statistisch gesehen eher unwahrscheinlich ist, ihren allerersten Kampf mit hohem Vorsprung per Abbruchsieg bei 49:13. Auch das Finale gegen eine ebenfalls ranghöhere Kämpferin des PSV Hamburg verlief auf Augenhöhe, sowohl technisch als auch von der Offensive und dem Punktestand her. Fehler in der Wertungselektronik störten den Fluss des Kampfes und die Wertung von Monas Kopftreffer, sodass trotz Protest der Sieg nach Hamburg ging. Auch hier ein sehr viel versprechender Einstieg und Silber.

DTU-FINALS-9 NRW

Eines des härtesten Finals-9 stellt das Bundesranglistenturnier in NRW dar, welches in diesem Jahr wieder in Bonn, ebenso wie in Bayern im neuen „best-of-three“-System ausgetragen wurde. Dort starteten wir mit nur zwei Teilnehmerinnen, da es darüber hinaus Infekt bedingte Ausfälle gab. Nach ewig langer Wartezeit auf unbequemen Sitzschalen war es am Abend endlich soweit: Cosimas Finalkampf wurde



Cosima in blau

aufgerufen. Im Finale der Damen -46 kg (LK 1) bezwang sie in zwei von drei Runden die Sportlerin des Landeskaders Sachsen-Anhalt, Somayye Bakhshi, holte somit den Turniersieg, und konnte damit



Avana in blau

einen Platz auf der deutschen Damen-Bundesrangliste erhalten. Ayana musste sich im Verlauf der Vorkämpfe bei den Damen -57 kg der weitaus erfahrenen und athletisch überlegenen Kämpferin Kathrin Kimmling aus NRW geschlagen und mit Platz 5 zufrieden geben.

GURTPRÜFUNG

Eine Gurtprüfung unterbrach die Turniersaison. Prüfer Wolfgang Falke aus Stadthagen war wie immer sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen. Es bestanden zum jeweils nächst höheren Kup-Grad Yasmin, Lea, Greta, Stefanos und Cosima. Die beste Leistung im Verhältnis zum Gurt erzielte Lea, die als Anfängerin aufgrund weit überdurchschnittlicher Leistungen den 9. Kup übersprang und sofort den Gelbgurt erhielt. Für Stefanos bedeutete die Prüfung den unumkehrbaren Sprung in die obere Leistungsklasse auf Turnieren. Hier werden neue spannende Herausforderungen auf ihn warten.



Das DTU-Finals-9 Sachsen-Anhalt fand in Halle statt; aus verschiedenen Gründen mussten wir die Teilnehmerzahl begrenzen.



Mona in blau

Hier gab es für die drei Starter zwei Medaillenränge sowie einen 5. Platz.

Bei jeweils sehr guter individueller Leistung erkämpfte Greta bei der A-Jugend LK 2 bis 68 kg die Bronzemedaille. Neueinsteigerin Mona schied im der Vorrunden trotz vollem Einsatz gegen die erfahrene Tschechin aus.

Stefanos startete bei der B-Jugend bis 53 kg nach Aufstieg in die (obere) Leistungsklasse erstmalig in der LK 1. Im Halbfinale stoppte ihn der Europameisterschaftsteilnehmer von 2022 und frühere Jugend-C-Vize-Europameister Imam Toraman, wobei Stefanos sich während Runde 1 rasch an die Anforderungen anpassen und gut mithalten konnte. Doch nach Punkten war nichts zu machen, sodass der Nationalkaderathlet Stefanos auf den Bronzerang verwies.



Hanna und Rayhana in blau

Nur eine Woche später fand die Niedersachsen-Trophy statt, das Ersatzturnier für die Niedersachsenmeisterschaften, die sonst in der LK 1 geschlossen nur für Niedersachsen

ausgeschrieben wurde - diesmal also bundesoffen.

Wir starteten mit dem gesamten aktiven Team und konnten gute Ergebnisse erzielen. Für Rayhana (B-Jugend -41kg) und Hanna (A-Jugend -55kg) erfolgte der Neueinstieg, den sie gut bewältigten.



Stefanos in blau

Insgesamt erkämpften wir einen Turniersieg und 5 weitere Medaillenränge.

In der Leistungsklasse 1 gab es dabei zweimal Silber (Cosima bei den Damen -46 kg und Stefanos bei der B-Jugend -53 kg) sowie ein Mal Bronze (Ayana bei den Damen -57 kg).

In der Nachwuchsklasse erzielte Mona (B-Jugend -44 kg) nach drei grandiosen Siegen (davon ein KO) den Turniersieg; Bronze erreichten Greta (A-Jugend -68 kg) und Hanna (B-Jugend -55 kg). Neueinsteigerin Rayhana schied, bei guter eigener Leistung, im Verlauf der Vorkämpfe gegen die spätere Zweitplatzierte aus.

Wir möchten uns auf diesem Weg bei allen WettkämpferInnen für den gezeigten Einsatz bedanken, freuen uns über die Neueinsteigerinnen, die es ins aktive Team geschafft haben. **Euer Einsatz und eure Leistungsentwicklung ist unser Lohn!**

Vielen Dank also hiermit an die Aktiven. Was wären wir dabei nur ohne die Unterstützung durch unseren Turnierbegleiter Ioanni Tzagas als Fahrer, Kameramann, Pressefotograf und „Sportpsychologe“ - auch dorthin

unbedingt wieder unser Dankeschön!
Niemand hat unsere Anfänger vergessen, denn sie sind unsere Zukunft. Lea und Yasmin wurden inzwischen dem Training des Wettkampfteams zugeordnet.

Der Anfängerkurs aus dem Sommer wird im Bereich Kampftechnik inzwischen völlig selbstständig von unserer mega zuverlässigen Cosima betreut, sie ist einfach immer da, und wenn notfalls auch mit dem Kopf unter dem Arm. In ihrer Gruppe gibt es motivierte und aus unserer Sicht durchaus auch hoffnungsvolle Talente, die jetzt noch intensiv an den Grundelementen arbeiten, denn die hier entstehende Qualität wird jede spätere Entwicklung dauerhaft prägen. Danke auch an Greta, die als Trainerassistentin in der Anfängerarbeit so einfühlsam und wirksam mitarbeitet. Bei den neuen Anfängern begrüßen wir Conrad, Emmanuel, Niels, Lili, Amy, Levi sowie Matvii und Myron.

ZIELE 2023:

„Business as usual“; Erfahrung der Nachwuchskämpfer ausbauen, die in die LK 1 gewechselten Leute an die dünne Luft und ans gelegentliche Verlieren gewöhnen und sie in die neuen Anforderungen hineinwachsen lassen, hoffentlich wieder ein Wettkampfturnier ausrichten können sowie am Ende des Jahres aus den Anfängerreihen die ersten Nachwuchssportler ins Wettkampfteam holen.

Kfz.-Meisterbetrieb Mario Grasso

30966 Hemmingen-Arnum · Göttinger Str. 117
Telefon (05101) 3464 · Telefax (05101) 5392



- **Inspektion / Reparatur aller Fabrikate**
- **Karosseriearbeiten · Unfallschäden**
- **HU-Vorbereitungen · HU Abnahme**
- **AU-Abnahme**



TANZEN

Die Standardtänzerinnen und Tänzer konnten das Training im Februar 2022 in der Wäldchen-Schule wieder aufnehmen.

Wir konnten, mit einer kleinen Pause in den Sommerferien, ohne weitere Ausfälle trainieren.

Das heiße Sommerwetter hat uns dann gezwungen eine Pause einzulegen, bei der extremen Wärme war kein Training möglich.

Wir haben dieses Jahr einen Anfängerkurs angeboten, der sehr gut angenommen wurde. Fast alle sind dabei geblieben.

Wer Interesse am Tanzen hat kann gern bei

uns vorbei schauen und an Probestunden teilnehmen.

Den „Tanz in den Mai“ haben wir mit einer kleinen Gruppe im Storchennest in Hemmingen gefeiert.

Das Sommergrillen hatten wir am 12.07.2022 bei uns im Vereinsheim an der Hiddesdorfer Str., die Beteiligung war gut, da auch viele neuen Tänzerinnen und Tänzer daran teilgenommen haben.

Unser Fahrradtour und das herbstliche Wandern sind leider ausgefallen, eine kleine Weihnachtsfeier fand statt mit Glühwein und Keksen.

LINEDANCE

Durch den coronabedingten Lockdown und viel Trainingsausfall in den letzten 2 Jahren wurde das Training mit der neuen

Trainerin Claudia Zille wieder gestartet am 01.04.2022

Das Training am Donnerstag von 19.00 -21.00 Uhr konnte in der Mehrzweckhalle fast immer durchgeführt werden. Die Gruppe besteht aus 12 Tänzerinnen und konnte in diesem Jahr 4 Neuzugänge verzeichnen.

Jeder, der Lust auf Musik und vorge-schriebene Choreografien hat, ist jeder Zeit herzlich zu einem Schnupper-Training eingeladen.



SALONTANZGRUPPE

Das Allerschönste was Füße tun können ist tanzen!

Nach der anstrengenden Coronazeit, wo das Tanzen immer nur sporadisch möglich war, waren die Salontänzer sehr froh in diesem Jahr wieder in ein geregeltes Training einsteigen zu können. Auch wenn der ein oder andere Schritt trotz einiger Videoaufzeichnungen verloren war, haben ihn unsere Füße wieder gefunden.

Die ganze Gruppe genießt das gemeinsame Erlebnis Tanz, das nicht nur die Harmonie beider Partner untereinander fordert, sondern auch ein Verständnis für die anderen Paare mit denen man sich synchron bewegt.

Die Füße tun nun mit Genuss wieder, was sie erfreut und auch die Geselligkeit und der Gruppenzusammenhalt konnte endlich

wieder aufleben. Momentan erarbeiten wir noch verstärkt die Tänze des New Vogues, aber auch Tänze der 1900, 1920 Jahre und des Barocks sollen nicht ganz vergessen werden. Jedes Zeitalter hat seine Musik und damit seine Tänze, auf die man sich einlassen kann und die man nicht vergessen sollte.

Über neue Paare, die sich auch einmal für ältere Tänze interessieren und in Gemeinschaft erlernen möchten würden wir uns sehr freuen.



UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Im Restaurant & Take Away:

Mo.-Mi.: 17:00-22:00

Do.-Sa.: 12:00-15:00 | 17:00-22:00

So. & Feiertags: 12:00-23:00

Catering & Lieferservice:

Mo.-Mi.: 17:00-20:30

Do.-Sa.: 17:00-20:30

So. & Feiertags: 12:00-15:00 | 17:00-20:30



warme Küche bis 21 Uhr
Günstiger Mittagstisch von
Do.-Fr.: 12:00-15:00

Bacchus

Familiengeführter Grieche seit 1973

Göttinger Str. 102A

30966 Hemmingen

OT Arnum

Telefon 05101 – 2958

www.bacchus-restaurant.de



/bacchus1Arnum



/bacchus1Arnum



App herunterladen unter:
<https://bacchus-restaurant.de/bacchus-app/>



TENNISSPARTE DER JAHRESRÜCKBLICK

*Martin Teschner und Schorse Meelfs,
Spartenleitung*

Nach zwei durchwachsenen Corona Jahren blickt die Tennissparte wieder auf ein sehr erfolgreiches und abwechslungsreiches Tennisjahr 2022 zurück.

Der Trainingsbetrieb, durchgeführt durch unser Trainerteam um Pavel Jakunin und Florian Skibbe, bei den Jugendlichen begann Anfang Mai auf unseren Außenplätzen mit einer Rekordbeteiligung von mehr als 150 Kindern und Jugendlichen.

Die Sommersaison der Punktspiellmannschaften begann ebenfalls Anfang Mai, ohne die vorjährigen Einschränkungen durch Corona, mit 11 Erwachsenenmannschaften und 12 Jugendmannschaften. Darüber hinaus haben zwei Mannschaften am TNB Ligabetrieb der Trendsportart Beach Tennis teilgenommen.

Bei den Ergebnissen der Sommersaison sind die 1. Herren 30 und die 1. Herren

40 hervorzuheben, die jeweils in der Landesliga angetreten sind. Die Herren 30 beendeten Ihre Staffel als Tabellendritter und die 1. Herren 40 konnte die Saison als Vizemeister beenden und wahrte sich somit die Chance, in der nächsten Saison noch eine Klasse höher zu spielen. Daneben konnten auch in den etwas tieferen Ligen die Damen 30 und die Herren 55 den jeweiligen Staffelsieg holen und spielen im kommenden Jahr in der Bezirksliga bzw. in der Regionsliga.

Die Herren 65 traten im Sommer 2012 in der vom TNB-Region Hannover organisierten Doppelrunde an. Dort wird nur Doppel gespielt und die Spiele finden während der Woche statt.

Bei den Jugendmannschaften sind die männliche U8 und die Juniorinnen C II hervorzuheben. Beide Mannschaften konnten die Endrunde erreichen und die männliche U8 ist erst im Halbfinale gescheitert.

Für die Wintersaison 2022/2023 sind wieder fünf Erwachsenen Mannschaften gemeldet. Mit dabei sind natürlich unsere

Spitzenmannschaften Herren 30 und Herren 40, die beide in der Landesliga starten und die Herren 50, die in der Verbandsliga um Punkte kämpfen. Dazu kommen wieder eine Damen 30 und eine 2. Herren 30.

Neben den Punktspielen gab es natürlich auch endlich wieder unsere Turniere. An Pfingsten den Möbel Hesse Impulspokal und Anfang September dann unsere 9. Hemminger Beach Tennis Meisterschaften um den T.D.M. Cup im Freibad Arnum. Die Ausrichtung dieser Turniere erfordert sehr viel Engagement, belohnt uns aber immer wieder mit tollem Sport, rundherum netten Veranstaltungen und nicht zuletzt mit einer werbewirksamen Presse.

Hervorzuheben ist der Möbel Hesse Impulspokal bei dem anlässlich des 30-jährigen Jubiläums das Preisgeld seit dem Jahr 2018 deutlich angehoben wurde und insgesamt 11.200 € betrug. Auch in diesem Jahr konnten wir unsere zahlreichen Sponsoren, allen voran unser

Hauptsponsor Möbel Hesse aus Garbsen nach zwei Jahren Pause dazu begeistern, ihr Engagement aufrecht zu erhalten, so dass wir wieder das Preisgeld wie in 2018 und 2019 ausloben konnten. So waren auch in diesem Jahr viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Top 100 der jeweiligen Deutschen Tennisranglisten aus ganz Deutschland an den vier Turniertagen am Start und begeisterten mehr als 1.500 Zuschauer während der Tage mit Spitzentennis.

Aber auch die 9. Hemminger Beach Tennis Meisterschaften um den T.D.M. Cup waren dieses Jahr ein großer Erfolg und konnte viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus dem ganzen Norden und Osten der Republik nach Arnum locken. Mit 52 Spielern und Spielerinnen über zwei Tage verteilt war das Turnier im Freibad Arnum 2022 eines der größten Beach Tennis Turniere in Niedersachsen.

Ansonsten gilt es noch zu berichten, dass wir auch in diesem Jahr unsere Ball- und Bewegungsschule (für Kinder zwischen





4 und 6 Jahren) weiter ausgebaut haben und so ca. 40 Jüngste von unserem Sport begeistern konnten, so dass die BBS auch im Winter fortgeführt werden kann. Hierbei greifen wir im Sommer wie Winter auf Nachwuchstrainer zurück, die hier einen tollen Job machen und so auch für das „normale“ Jugendtraining vorbereitet werden. Im Winter nutzen wir für die Ball- und Bewegungsschule die Mehrzweckhalle am Sportplatz, da diese von der Größe perfekt für das Training geeignet ist.

Am Freitag, den 18.11. haben wir dann am Ende der Sommersaison für unsere Mitglieder, Sponsoren und weiteren Mitglieder anderer Sparten der SV Arnum in der Wäldchenschule Arnum das erste Mal eine größere, externe Veranstaltung geplant und angeboten. Das Ensemble der Kommödie Hannover hat das Stück „Extrawurst“, in dem eine Spartenversammlung eines Tennisvereins sehr amüsant dargestellt wird, aufgeführt und mit mehr als 70 Zuschauern war auch dies ein voller Erfolg abseits des Tennisplatzes.

Die Spartenversammlung Tennis findet am Mittwoch, den 25. Januar 2023 im Vereinsheim (Fußballplatz) statt.

Kommt gut und vor allem gesund durch den Winter, dann kann die Sommersaison 2023 kommen.

高園酒店

China-Restaurant

Hotel

CAO

**Erleben Sie
fernöstliche
Köstlichkeiten
in gemütlicher
Atmosphäre.**

Öffnungszeiten:
Täglich geöffnet
von 12.00 bis 15.00 Uhr
von 17.30 bis 22.30 Uhr

Preiswerter Mittagstisch
Alle Speisen
auch zum Mitnehmen

30966 Hemmingen · OT Arnum
Göttinger Str. 85 (an der B 3)
Telefon (051 01) 23 42



Unsere 1. Herrenmannschaft 2022/23

TISCHTENNIS

75 JAHRE TISCHTENNIS IN DER SV ARNUM

Ralf Mader

In diesem Jahr hatte die Tischtennissparte mehrere Anlässe ausgiebig zu feiern.

Unsere 1. Herren ist als Gruppensieger in die 1. Bezirksklasse aufgestiegen.

Als Vizemeister in der 1. Kreisklassengruppe gelang unserer 2. Herren der Aufstieg über die Relegationsspiele.

Im Juni fanden anlässlich unseres Spartenjubiläums bei uns die offenen Hemminger Meisterschaften mit großer Beteiligung aus nah und fern statt. Details und Fotos sind auf der Homepage der SV Arnum - Sparte Tischtennis - zu finden.

Nach 3 Jahren corona-bedingten geänderten Punktspielbetrieb begann im September die TT-Saison 2022/23 mit sehr geringen Einschränkungen und Vorgaben. Wir hoffen, dass ein normaler Ablauf mit Vor- und Rückrunde bis zum April 2023 stattfinden kann und alle unsere Aktiven gesund bleiben.

In der laufenden Saison belegt unsere Damenmannschaft in der Kreisliga einen mittleren Tabellenplatz.

Derzeit haben es unsere 1. Herren und 2. Herren in ihren neuen Klassen erwartungsgemäß nach dem Aufstieg schwer und wir drücken die Daumen, das im April 2023 der Klassenerhalt erspielt wird.



2. Herren 2022/23

Unsere 3. Herren belegt in ihrer 1. Kreisklassengruppe einen guten mittleren Tabellenplatz.

Die 4. Herren steht derzeit im unteren Tabellenfeld ihrer Gruppe in der 2. Kreisklasse.



3. Herren 2022/23

Wir wünschen allen Mannschaften, dass die angestrebten Ziele zum Abschluss der Punktspielserie erreicht werden.

Nach 2 Jahren Pause haben wir in diesem Jahr unsere Einzelmeisterschaften ausgetragen.

Lennart Temur war in diesem Jahr nicht zu stoppen und wurde Vereinsmeister 2022, Platz 2 belegte Heino Vorndamme. Karl-Heinz Rehbein und Marco Richard belegten den 3. Platz. Die Doppelmeisterschaften werden voraussichtlich im Dezember nachgeholt.

Den Harkenblecker TT-Aktiven haben wir nach dem verheerenden Brand in ihrer Sporthalle in der Übergangszeit angeboten,

in unserer Halle zu trainieren und Punktspiele auszutragen.

Auch in 2023 würden wir uns über neue Gesichter von Tischtennisinteressierten in unserer Halle freuen. Die Trainingszeiten und Ansprechpartner sind auf der Homepage der SV Arnum einsehbar.



Damen 2022/23



Sieger der Herren-Einzelmeisterschaften



4. Herren 2022/23



TURNEN **BAMBINI-TANZEN**

**MARIE TOBIAS UND HANNA
BREDLOW**

Die Kinder , zwischen 2,5 und 6 Jahren tanzen beim Bambini-Tanzen zu cooler Kindermusik und spielen Spiele, die jedem Spaß machen. Ob mit Tüchern, einem Schwungtuch oder Bällen ist für jeden etwas dabei. Die Bambini-Tänzer/-innen üben zusammen mit Marie und Hanna neue Tänze ein und tanzen die Tänze immer super mit. Die Tänze sind immer unterschiedlich leicht oder schwer, sodass sie sogar für die jungen Bambini-Tänzer/-innen geeignet sind.



ELTERN-KIND-TURNEN

BARBARA UND SVETLANA

Die Eltern-Kind Gruppe ermöglicht 1-3,5 jährigen Kindern das Kennenlernen der Turnhalle und all seinen Geräten. Es wird auf Kästen geklettert und auf Weichbodenmatten gesprungen, auf Rollbrettern gerollt, auf Bänken und über den Barren balanciert, durch Mattentunnel gekrabbelt, die Sprossenleiter hinauf- und heruntergeklettert und unter dem Schwungtuch getobt. In Begleitung der Eltern sammeln die Kinder spielerisch erste Erfahrungen mit dem Turnen. Klettern,





PARKOUR

Parkour deckt als Sportart viele wichtige Grundfertigkeiten ab. Dazu gehören unter anderem Ausdauer und Koordination. Wie Freerunning (anderer Name für Parkour) bereits sagt, geht es bei diesem Sport darum frei zu rennen. Hierzu soll nicht die Urbane Struktur benutzt, sondern jedes Hindernis möglichst elegant überlaufen werden. Aus Mauern, Stangen und Gebäuden wird ein kreativer Parcours.

Die Fertigkeit Hindernisse (Obstacles) geschickt zu überwinden erfordert

Koordination, jeder Schritt muss sitzen, falls nicht kann es Schmerzhaft werden. Um das zu verhindern, üben wir in der Halle mit weichen Matten und trainieren, wie man richtig fällt (Ukemi: Fallschule). Darüber hinaus steigert der Sport die Kraft und Konzentration.

Durch unsere neuen Trainer Adrian und Jaron konnten wir mehr Traceure in den Gruppen aufnehmen, eine neue Gruppe Gründen und kompliziertere Tricks erproben.

STÜTZEN, SPRINGEN UND SPIELEN!

Immer dienstags (um 15 und um 16 Uhr) dürfen die 3,5 bis 5-jährigen auf selbst entworfenen Parkourlandschaften sich probieren. Hierbei wird Mut, Kraft, Konzentration und Spaß an der Bewegung gebraucht. Aufwärmspiele und auch Zwischenaktivitäten regen die Kinder an, sich an Regeln zu halten, im Team zu spielen, Koordinationsfähigkeiten zu schulen, u.v.m. Wir freuen uns auf euch.



RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

2022 war für die Gymnastinnen der Rhythmischen Sportgymnastik ein super erfolgreiches Jahr. Bei den Qualifikationswettkämpfen konnten sich alle Mädchen über Treppchen-Plätze und entsprechende Qualifikationen freuen. Einige von ihnen zählen mittlerweile zu den besten Gymnastinnen Deutschlands. Beim eigenen, gut besuchten Arnum Cup

bestätigten die Mädchen ihre hervorragenden Leistungen und belegten durchweg die vordersten Plätze. Zu guter Letzt durfte auch ein Wettkampf im Ausland nicht fehlen. Die Gymnastinnen bereiteten sich ausgiebig auf den internationalen Wettkampf in Hillegom, Niederlande, vor und konnten dort eindrucksvoll überzeugen. Treppchen-Plätze, Pokale und schöne Gastgeschenke

waren der Lohn. Die Trainerinnen Iryna Sherenkovska, Olena Arrago und Tatyana Proskuryakova freuen sich über das erfolgreiche Jahr. An den Wettkämpfen nahmen folgende Mädchen teil: Anna Pinna, Emilia Zerr, Ioanna Choutouris, Anna Wolpers, Anja Yukhno, Ariana Arrago, Izabella Makowski, Viktoria Schneider, Erika Adam,

Emilia Justus, Alica Matveeva, Aurelja Liske, Evelyn Azov, Diana Dovnar. „Für 2023 steht neben den erprobten Gymnastinnen bereits der Nachwuchs in den Startlöchern und unsere Wettkampf-Mannschaft vergrößert sich entsprechend“, freut sich Iryna. Die nächste Saison kann beginnen!



FIT FÜR ALLE

DONNERSTAGS IN DER BALLSPORTHALLE MIT CHRISTINE UND KARSTEN

9.30-10.30 Uhr Damen
10.45-11.45 Uhr Herren

Auch im Jahr 2022 haben wir in diesen Gruppen gemeinsam etwas für die Erhaltung und Stärkung unserer Beweglichkeit, Ausdauer, Balance, Koordination und Kraft getan. Bei gutem Wetter haben wir einige Trainingseinheiten



teilweise auf der Wiese neben der Ballsporthalle ausgeführt. Die Bewegung an der frischen Luft hat uns allen gut gefallen. Da die Coronaregeln gelockert wurden, konnten wir auch wieder einige Bewegungsspiele anbieten, bei denen auch die Lachmuskeln trainiert wurden.

Interessierte Damen und Herren können gerne zu den oben genannten Zeiten zum „schnuppern“ kommen. Wir freuen uns auf euch.





JEDERMANNSPORT

Seit Anfang März 2022 (nach dem Corona Lockdown) konnten wir, die „Jedermänner“, uns wieder jeden Donnerstag um 19:30 in der Halle am Klapperweg zu Gymnastik, Stretching und Lockerungsübungen treffen. Das regelmäßige Training und die Übungen zur Verbesserung von Beweglichkeit und Koordination hatten wir vorher sehr vermisst. Wir hoffen sehr, dass wir im kommenden Winter durchgängig weitermachen können und uns nicht die Energiekrise einen Strich durch die Rechnung macht.

Wir sind zur Zeit nur 7 Teilnehmer (einer fehlt auf dem Foto unten) und würden uns über Neueinsteiger sehr freuen. Komm doch einfach unverbindlich vorbei und mach mit!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur lockere Sportkleidung und Hallenturnschuhe, evtl. noch ein größeres Handtuch oder eine Gymnastik-Matte zum Unterlegen bei der „Bodenarbeit“.

Info: Joachim 0152- 27153273

Schreib Gut(h)

schreiben

spielen

schenken

Göttinger Straße 62
30966 Hemmingen

Tel.: 05101-4844

Fruchthaus Förster



*Wir wünschen Ihnen
Allen ein gutes und gesundes
Neues Jahr !*



**30966 Hemmingen • OT Arnum
Wilkenburger Straße 2 • Tel. 05101 990663**

