



KONZENTRIERT

meisterte Pina diese etwas ungewohnte Aufgabe. Während einige Zuschauer die Aktion interessiert verfolgten, schaute ein Sportler zur Nachbaranlage hinüber. Dort übte sich Sportsenator Andy Grote im Weitwurf. Pina hatte es ungleich schwerer: Ihr Ball wog zwei Kilo, der des Senators war deutlich kleiner und leichter. Das Bild auf der nächsten Seite beweist, es war ein unterschiedlicher Wettkampf. Bei aller Anstrengung, beide hatten ihren Spaß!

Die Kraft des Sports ist es, die Menschen mit und ohne Behinderung zusammenzubringen“, sagte Sportsenator Andy Grote zur Eröffnung des 5. Sporttags inklusiv in der Jahnkampfbahn. Mitdrin waren 14 Sportler von **Phoenix Sport**. Trotz des Nieselregens zu Beginn der Veranstaltung bewegten sich die Athleten begeistert auf die Laufstrecke. Je nach Fähigkeit und Alter waren die Distanzen unterschiedlich. Es war gar nicht so einfach, das alles zu sortieren: 30 m für die Jüngsten, 50 m für die Älteren und alle anderen dazwischen hatten 100 m zu laufen. Viele tatkräftige Helfer unterstützten die Phoenixer. Und gleich danach ging es zum Werfen. Das ist mit einem zwei Kilo Medizinball gar nicht so einfach. Und dann ist der Ball auch noch nass und glitschig! Igitt! Aber wenn das Ziel Sportabzeichen winkt, darf man da keine Bedenken haben. Also ran an den Ball!



Sportsenator Andy Grote beim Weitwurf

1500 m sind eine lange Strecke, aber nicht für viele Athleten von Phoenix Sport. Inzwischen zeigte sich auch die Sonne zwischen den Wolken, da war das Laufen nur noch halb so anstrengend. Im Weitsprung erkämpfte sich dann mancher mit Eifer eine bessere Weite, also mehr Punkte für das Sportabzeichen.

Für die Sportler, die sich gerne in der Gruppe bewegen, aber für die das Sportabzeichen unerreichbar bleibt, gab es noch viele andere Angebote. So konnte man auch auf diesem Wege Stempel sammeln und eine der begehrten Medaillen erringen.

Vor dem leckeren Picknick-Buffer wurden noch die Ergebnisse bekannt gegeben. Viele Sportler von Phoenix Sport hatten das goldene Sport-

abzeichen errungen! Über das Abzeichen in Silber war die Freude auch groß.

Das war ein schöner und erfolgreicher Nachmittag auf der Jahnkampfbahn.

Alle Athleten von Phoenix freuen sich schon jetzt, wenn es im nächsten Jahr wieder heißt: Sporttag inklusiv in Hamburg!





Die Termine sind vorläufig

Termine 2019

Januar 2019

ab 07.01. Ende der Weihnachtspause
26.01. Schwimmtrainer-Schulung

März 2019

23.03. Helferschulung
28.03. Jahreshauptversammlung Vereinsjugend
30.03. Sportlerehrung

April 2019

06.04. Fortbildung f. Ehrenamtliche
12.04. Mitgliederversammlung

Mai 2019

20.05. Delegiertentag der HSJ

Juni 2019

15. 6. Sporttag Inklusiv
16.6. Reisevortreffen Österreich
28.06. Besuch der Karl-May-Spiele
29. 6. bis 13. 7. Österreich

Juli 2019

29. 6. bis 13. 7. Österreich

August 2019

17.8. interne Schulung Ehrenamt
17.8. Besuch des Supercups, Basketball Länderspiel
24. 8. HH Jedermann-10-Kampf, 4-Kampf-Inklusions-Riege
24. 8. Fahrt mit der Hoppetosse

September 2019

07.09. Park Sport Aktionstag / Sommerfest
20.9. Tafö-Aktionstag
21.09. Landesschwimmfest des BRSH

Oktober 2019

26.10. Erste Hilfe Kurs

November 2019

02.11. Halloween-Feier Vereinsjugend
16.11. Streetbasketball/Schwimmgleitertrophäe

Dezemberr 2019

2.-7.12. Weihnachtsfeiern der Gruppen

Mitgliederversammlung

Neuer Schwung mit alter Mannschaft

Das Beste kam wie so oft zuletzt. „Die Getränke sind bezahlt“, verkündete Hartmut Storbeck, 1. Vorsitzender von **Phoenix Sport** als Abschluss der Mitgliederversammlung.

Das Treffen der Vereinsmitglieder verlief gewohnt routinemäßig. 25, dazu 5 Gäste waren in den „Binner“ gekommen, das Vereinslokal des VfL Lohbrügge.

Die ersten Tagesordnungspunkte waren schnell abgehakt. Listen wurden angelegt, das Protokoll der letzten Versammlung genehmigt – eben das übliche Prozedere.

Dann die Berichte. Zuerst ein Streifzug durch das Jahr, locker von Hartmut vorgetragen, gewürzt durch Bilder auf der Leinwand. Über die Vereinsjugend berichtete Giusepina Antoniak, ihr wohl erster „öffentlicher“ Auftritt. Gut gemacht, Pina!

Für die Überraschung des

Abends sorgte Kassenwart Walther Suhr: Der Verein hatte einen Überschuss in der Kasse.

TOP 5 also auch erledigt, der Vorstand wurde entlastet, keiner hatte Einwände.

Die anstehenden Wahlen des Vorstandes brachten keine Änderung: weiter wie bisher mit gleichem Personal.

Fast als Abschluss, vom Punkt „Verschiedenes“ einmal abgesehen, die mit Spannung erwartete Auszeichnung zum Phoenix Sportler des Jahres. Doch davon wird an anderer Stelle berichtet. So gingen die Teilnehmer auseinander – das Sportliche stand dann wieder im Mittelpunkt.



Bitte vormerken: Auch in diesem Jahr (16. 11.) ist wieder ein Streetbasketball-Turnier geplant.

Aus dem Vorstand

Neue Flyer etc. Name der Mittwochgruppe wird geändert in: Ausdauer und Koordinationstraining (Leichtathletik und Fußball)

Büroentwicklung – für die Erneuerung des Boden ist ein Antrag bei der Bußgeldstelle

gestellt, zudem soll ein 2.ter Arbeitsplatz eingerichtet werden, u.a. für Neetu

active city, Beteiligung am 13. Juni, Donnerstag, mit der BB-Freizeitgruppe sowie

Park Sport Aktionstag am 07.09.

Park Sport, zukünftig kein T-Shirt mehr auf Anregung der Sportler

Special Olympics nur noch alle 4 Jahre, das nächste im Jahre 2022 in Berlin, Qualifikation dann 2021.

Technik-Training in der Basketball-Freizeitgruppe

Ach du dickes Ei

von Jürgen Kahlstorf

Unsere Basketballer wissen es ganz genau: Der Ball soll dahinein, wo er hingehört – richtig – in den Korb. Oder in den Kasten?, über die Schnur?, wieso in die Tonne?, mmh wer ist denn auf den Trichter gekommen?, und was heißt hier eigentlich schön abklappen ?

Alle waren sich einig: Zur Erweiterung unserer Spielfähigkeiten brauchen wir technische Trainingseinheiten. Aus diesem Grunde wurde kurzerhand ein intensives Wurftechnik-Training für unsere Sportler durchgeführt. Unsere Basketballspieler übten sich konzentriert daran, über das Abklappen des Handgelenks den Ball in den Korb zu werfen.

Der Korb, unser klassisches Ziel, wurde zur Freude der Teilnehmer durch einige kreative Ziele ergänzt. So sollte der Basketball über eine hoch gespannte Schnur ge-

worfen werden, um am Ende in einem großen Trichter zu landen. Oder es sollten mehrere Sportler gleichzeitig kniend versuchen, in einen Kasten zu treffen. Die blauen Tonnen mussten ebenso befeuert werden, wie natürlich das offizielle Ziel, der Basketball-Korb.

Egal welches der Ziele anvisiert wurde, alle Sportler waren zunehmend darauf ausgerichtet, die richtige Technik beim Wurf anzuwenden, um so die eigene Trefferquote zu erhöhen.

Denn, sei es im Spiel oder bei unserem „Freiwurf -König“, ohne Korb-Treffer gibt es keine Punkte, und demzufolge kein Sieg.

Da unsere Sportler an diesem Abend fast ausschließlich an ihrem korrekten Ballwurf, bzw. an ihrer Wurfgestalt trainierten, und eigentlich das Basketballspielen fast vergaßen, war ganz klar: Das war ein Gruppensieg.



Wir haben uns vorgenommen, donnerstags regelmäßig technische Trainingseinheiten in unsere Basketballstunden einzubauen, um unsere Fähigkeiten zu erweitern und somit den Ball gezielter dorthin zu werfen wo er reingehört, richtig, in den Korb!!

Ach, und das dicke Ei kam zum Schluss, Andrea hat am Ende des Trainings für jeden ein Osterei versteckt.

Für das Verstecken in der Sporthalle brauchte sie nur wenig Zeit, alle anderen brauchten dafür um so länger, denn Andrea hatte richtig gute Verstecke gefunden. Und so passierte es, ein Ei tauchte erst in der nächsten Woche wieder auf!



Hamburger Auszeichnung für junges Engagement im Sport Prima, Pina!

Es war ein schöner Tag für Giusepina Antoniak! Pina, wie sie liebevoll genannt wird, wurde für ihre Helfertätigkeit von der Hamburger Sportjugend im Hamburger Sportbund e.V. geehrt. Von über 30 Bewerbern kam Pina auf den zweiten Platz; überglücklich konnte sie auf dem Delegiertentag die Auszeichnung entgegen nehmen. Pina wird als Helferin nicht



nur von der Trainerin wertgeschätzt, anerkannt und respektiert, sondern auch von den Aktiven selbst. Mit viel



Bewunderung und als Vorbild, nehmen sie Pinas Entwicklung war: „Das möchte ich auch mal machen!“

Termine – Termine – Termine – Termine – Termine – Termine – Schon jetzt die Wettkämpfe vormerken

Na gut, es steht schon alles auf Seite 4. Dennoch, wer von den Aktiven will schon etwas versäumen! Für die Leichtathleten und alle, die sich fit fühlen, startet am 24. 8. um 12:15 Uhr der **4-Kampf** auf der Jahnkampfbahn. Die vier Wettkampfdisziplinen sind: 100 m Lauf, Weitsprung, Kugelstoßen, 400 m Lauf.

Nach kurzer Erholpause geht es am 7. 9. um 13:45 Uhr weiter mit dem **Park Sport Aktionstag**. Der Hamwarder Forst, Forstweg 33, 21502 Hamwarde, lädt ein zum Laufen und Walken.

Jetzt sind die Schwimmer gefordert: Am 21. 9. startet das **Landesschwimmfest** in der Wilhelmsburger Schwimmhalle. Die Startzeiten werden

noch bekannt gegeben. Ein Muß für alle Schwimmer!

Auch in diesem Jahr gibt es wieder ein **Streetbasketball-Turnier**. Um 9:45 Uhr geht es los in der Sporthalle Fährbuerfleet, Walter-Rothenburg-Weg 37, 21035 Hamburg. Hier gibt es schon weitere Infos:

Mannschaftsstärke: 3 gegen 3, zzgl. 1 Auswechselspieler; gemeldet werden kann als Mannschaft oder für den Spielerpool; Neu: Einteilung in Leistungsgruppen; Spielmodus: Jeder gegen Jeden; Spielzeit: 8 Minuten, durchlaufend.

Dazu noch ein tolles Rahmenprogramm.

Soweit zu den anstehenden Veranstaltungen, an denen ihr **aktiv** teilnehmen könnt.

Natürlich werden wir euch auf dem laufenden halten und über alles ausführlich berichten. Bis dahin:
Viel sportlichen Erfolg!

Impressum

Phoenix Sport Newsletter erscheint unregelmäßig.

Herausgeber:

Phoenix Sport e.V.

Mail:

info@phoenix-sport-hamburg.de

Vorstand:

Hartmut Storbeck,
Vorsitzender

Andrea Sonnenberg,
stellvertr. Vorsitzende

Walther Suhr, Kassenwart

Herstellung/Redaktion:

Team Lippert

Mail: AU-Lippert@gmx.de

Lions Club Hamburg-Billetal Golfen für den guten Zweck

Wie schon im Vorjahr haben die Verantwortlichen beim Lions-Club Hamburg-Billetal ihr diesjähriges Benefiz-Golf-Turnier dem Verein **Phoenix Sport** gewidmet. Dies nicht etwa aus Mangel an geeigneten Projekten, sondern in der tiefen Überzeugung, dass bei Phoenix Sport eine sehr sinnvolle Arbeit geleistet wird und die Vereins-Finzen sehr wohl wieder eine markante Geld-Unterstützung von unerwarteter Seite gut vertragen. Selbstverständlich war auch in diesem Jahr wieder eine Abordnung des Vereins bei der Abschlußveranstaltung

vor Ort; eine gute Gelegenheit für Andrea Sonnenberg und zwei aktive Sportler, ihre Tätigkeit in lockerer Form darzustellen – die Ausführungen wurden von den Turnier-Teilnehmern sichtbar interessiert aufgenommen. Das Resultat dieses Golf-Ta-

ges konnte sich mit 10 000 € sehr gut sehen lassen. Andrea stand die große Freude über den stolzen Erlös gut zu Gesicht; herzlich bedankte sie sich, verbunden mit der Zusicherung, das Geld gut anzulegen.

Die Gewinner des Golf-Turniers und der Tombola waren sich an diesem Tag alle einig: . . . und der Sieger ist: Phoenix Sport.

Annika Storbeck berichtet über ihre Erfolge beim Schwimmgleiter-Pokal.



Von links: Hartmut Storbeck (Vorsitzender von Phoenix Sport), Dr. Wolfgang Seebach (Turnier-Organisations-Team und Schatzmeister des Lionsclubs HH-Billetal), Giusepina Antoniak (Vereinsjugendvertretung), Annika Storbeck (Schwimmerin bei Phoenix Sport), Olaf Kabke (Clubpräsident des Golf-Clubs am Sachsenwald), Andrea Sonnenberg (Stellvert. Vorsitzende von Phoenix Sport) und Rolf Kröger (Organisations-Team des Benefiz-Golf-Turnier)



Sportler des Jahres Phoenix Sport ehrt den Nachwuchs

Die Mitgliederversammlung am 12. April 2019 hatte wieder einen Höhepunkt: die Vorstellung der Phoenix Sportler des Jahres 2018. Bei den Sportlern des Jahres von **Phoenix Sport** stehen nicht besondere sportliche Erfolge im Vordergrund, sondern Aspekte wie Mannschaftsverhalten und „Fair Play“. Stellvertretend für viele Athleten, die nicht nur im letzten Jahr, sondern auch beständig Fortschritte in ihrer persönlichen Entwicklung machen, werden die Sportler des Jahres ausgewählt.

Finja erzählte selbst:

Ich heiße Finja Nieke Lemm und schwimme bei Andrea seit 2016.

Ich habe mit 4 1/2 Jahren angefangen und bin jetzt fast 7 Jahre alt.



Am Anfang war der Schwimmunterricht sehr aufregend. Die Spiele mit der Wasserschlange und dem weißen Hai fand ich sehr gruselig. Ich wollte Mama immer bei mir haben. Dann ist es besser geworden. Jetzt macht mir das Schwimmen richtig viel Spaß!

Besonders gern mag ich Streckentauchen und Tieftauchen und ich übe jetzt für das Silber-Abzeichen.

Vielen Dank für den Pokal, das war sehr aufregend! Ich war ganz überrascht, als Andrea plötzlich meinen Namen gesagt hat. Die Statue finde ich toll! Opa hat mir erklärt, sie heißt fast wie ich – Nike.

Über David erfuhrt die Newsletter-Redaktion:

Zum Phoenix Sportler des Jahres 2018 ist David Jonathan Roth, 7 Jahre alt, gekürt worden.

David geht jeden Mittwoch zur Psychomotorik-Stunde. In der Gruppe hier fühlt er sich wohl. Er wird von allen angenommen und nicht ausgegrenzt. Durch Andrea Sonnenberg behutsam geführt, spürt Da-

vid: Es geht aufwärts, da steckt noch mehr drin. Seit drei Jahren ist er nun bei Phoenix Sport. Er ist zufrieden und möchte noch lange so bei Phoenix Sport treiben. Besonders begeistert war David von der Park-Sport-Veranstaltung in Hamwarde. Die Spiele im Wald und das Feiern mit Freunden und Familie waren einfach schön. In der Natur fühlt er sich wohl.

Die Natur genießt er auch beim Angeln mit seinem Vater und dem Bruder. Dazu hat er häufig Gelegenheit, denn David wohnt bei seinen Eltern in Neu-Allermöhe.

In der Schule am Reinbeker Redder ist sein Lehrer sich sicher: Wenn geholfen werden muss, ist David zur Stelle.

Vereinsjugend

Gute Vorsätze fürs laufende Jahr

Am 28.03.2019 wurde um 17:30 Uhr in der Sporthalle Max-Eichholz-Ring die Jahresversammlung der Vereinsjugend von **Phoenix Sport** durchgeführt. Acht Mitglieder und drei Gäste waren anwesend.

Es wurde über das Freizeit- und Reiseangebote für das Jahr 2019 berichtet. Leider konnten einige im Vorwege geplante Veranstaltungen im Vorjahr nicht stattfinden. Das sollte in diesem Jahr anders werden. Die Vorsitzende nahm Vorschläge der Mitglieder entgegen: Halloween Disco, Vorproben Karl May Festspiele in Bad Segeberg. Für beide Ver-



anstaltungen sind bereits Termine gefunden (siehe Terminübersicht). Natürlich wurde auch der Kassenbericht vorgelegt, es

gab kein Grund für Beanstandungen. Im Anschluss wurde noch Basketball gespielt. Das lange Sitzen ist nichts für Sportler.

Neetu Roy

Neue Stimme für Phoenix Sport

Wer bei **Phoenix Sport** anruft, ist es gewohnt, dass Andrea Sonnenberg persönlich am Telefon ist. Oder man erreicht den Anrufbeantworter. Das ist nun anders. Statt Andrea meldet sich an jedem Mittwoch eine freundliche Stimme am Telefon mit „Phoenix Sport, guten Tag“.

Wir möchten Euch die nette Stimme einmal vorstellen: Es ist Neetu Roy, die Andrea im Büro ehrenamtlich unterstützt. Jeden Mittwoch - und manchmal auch an anderen Tagen - macht sie sich von Wentorf aus auf den Weg in den Binnenfeldredder. Neetu ist Mutter eines Sohnes mit Behinderung, der am Montag an der Freizeitschwimmgruppe teilnimmt. Dort lernte sie Andrea kennen und bot ihr Unterstützung im Büro an. Zu Neetus Auf-

gaben gehört auch, dass sie sich um die zahlreichen E-Mails an Phoenix Sport kümmert. Vielen Sportlern ist Neetu schon bekannt, denn sie hilft gelegentlich auch in anderen Sportgruppen aus. Also, nicht gleich auflegen, wenn statt Andrea Neetu am Telefon ist!



Unsere Angebote

Angebot	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Adresse	Altersgruppe
Schwimmen	Montag	16.00–18.00 Uhr	Bille Bad	Reetwerder 25 21029 Hamburg	offen
Schwimmen	Montag	18.00–20.00 Uhr	Bille Bad	Reetwerder 25 21029 Hamburg	Jugendliche u. Erwachsene
Schwimmen für Anfänger	Freitag	15.00–17.00 Uhr	Bille Bad	Reetwerder 25 21029 Hamburg	Kinder
Schwimmen für Anfänger	Freitag	13.45–15.00 Uhr	Bille Bad	Reetwerder 25 21029 Hamburg	Jugendliche u. Erwachsene
Basketball	Mittwoch	15.00–16.15 Uhr	Turnhalle Schule Weidemoor	Weidemoor 1 21033 Hamburg	Jugendliche
Basketball Freizeitgruppe	Donnerstag	17.30–19.00 Uhr	Gr. Sporthalle Grundschule	Max-Eicholz-Ring 25 21031 Hamburg	offen
Psychomotorik	Mittwoch	16.15–17.30 Uhr	Turnhalle Schule Weidemoor	Weidemoor 1 21033 Hamburg	Kinder
Ausdauer und Koordinations- training (Leichtathletik u. Fußball)	Mittwoch	18.00–20.00 Uhr	Sportplatz Allermöhe Winter: Luisengym. Gymnastikhalle	Henriette-Herz-Ring 21035 Hamburg Reinbeker Weg 76 21029 Hamburg	Jugendliche u. Erwachsene

Die Angebote finden wöchentlich statt – Ausnahmen sind die HH-Schulferien oder Feiertage.

Für Fragen bzgl. der Mitgliedschaft, Probestunden, usw. wenden Sie sich bitte an:

Phoenix Sport

Telefon: (040) 280 52 822

Fax (040) 419 24 053

E-Mail: info@phoenix-sport-hamburg.de

Gefördert durch:

