

J A H R B U C H

2024 25



H O C K E Y



F I T N E S S



T E N N I S



P A D E L



Gemeinsam motiviert.

Unsere Stadtteilfilialen – für persönliche Beratung.

Gemeinsam finden wir die richtigen Antworten
rund um Finanzen, Versicherungen, Immobilien und
Vorsorge. Mit Empathie und Expertise unterstützen
wir bei der Entwicklung individueller Lösungen.
Sprechen Sie uns an.

www.sparkasse-bremen.de/stadtteilfiliale



Die Sparkasse
Bremen

Inhalt

Vorstand, Anfahrt und Impressum	5
Grußwort des Vorstandes	7
Sponsoren	9
111 Jahre BHC	10
Sportinternat Bremen	12
Der BHC-Hort	18
Ehrenamt	20
Bremer Talente	22
Hockey – Damen	25
Hockey – Herren	28
Athletiktraining im BHC	36
Hockey – Jugend	38
Tukans	54
Elternhockey	57
Tennis – Jugend	58
Tennis – Erwachsene	63
Padel	66
redbox/Fitness	68
Jubilar, Nachruf	72
Historie	74



SPIELBANK
BREMEN

**SPIELSTARKE
PARTNER!**



**MEHR INFORMATIONEN UNTER
SPIELBANK-BREMEN.DE**

SPIELBANK BREMEN ♦ SCHLACHTE 26 ♦ 28195 BREMEN

ZUTRITT AB 21 JAHREN – BITTE HALTEN SIE IHREN AUSWEIS BEREIT! GLÜCKSSPIEL KANN SÜCHTIG MACHEN.

HILFE ERHALTEN SIE VON DER BZGA UNTER 0800/1372700 (MO.-DO. 10.00-22.00 UHR, FR.-SO. 10.00-18.00 UHR) ODER UNTER WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE

Vorstand

Henning Mühl
Sarat Maitin
Laura Metz
Svenja Kreyenhop
Oliver Gampper

1. Vorsitzender
2. Vorsitzender
Vorstandsarbeit
Vorstandsarbeit
Schatzmeister

Beirat

Michael Friess

Leitung Beirat

Claudia Frerichs

Spartenleitung Hockey

Candy Grabowski
Patrick Grabowski

Spartenleitung Tennis
Spartenleitung Tennis

Friederike Real
Maya Pätzold
Emil Kook
Sebastian Lamare

Jugendvertretung
Jugendvertretung
Jugendvertretung
Jugendvertretung

Jan Philipp Ripke

Mitgliederververtretung
Leistungssport

Sandra Benhof

Mitgliederververtretung
Eltern

Dirk Mähr

Mitgliederververtretung
Breitensport

Sebastian Duda

Mitgliederververtretung
Breitensport

Sonja Bellmann

Mitgliederververtretung
Tennis

Maren Hufschmidt

Mitgliederververtretung
Tennis

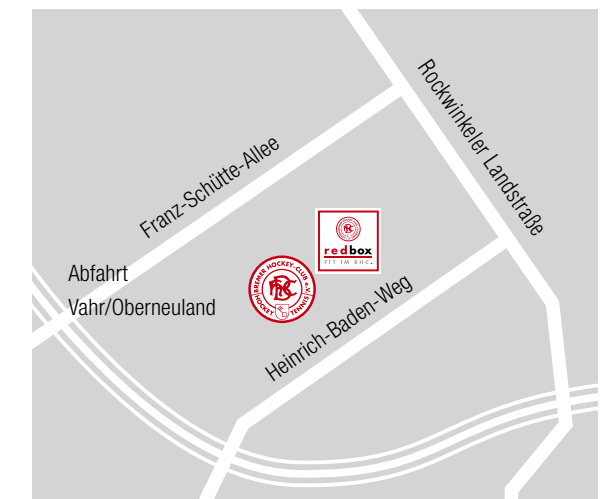
Claudia Messerknecht

Mitgliederververtretung
Clubambiente

Harald Emigholz

Mitgliederververtretung
Wirtschaft / Netzwerk Bremen

Hier finden Sie uns...



Impressum/Redaktion

Bremer Hockey-Club e.V.
Heinrich-Baden-Weg 25, 28355 Bremen
Telefon 0421/336 500 10 · Fax 0421/336 500 115
E-Mail: info@bremerhockeyclub.de
www.bremerhockeyclub.de

Vertretungsberechtigter Vorstand
Vorsitzender: Henning Mühl
Sarat Maitin
Laura Metz
Svenja Kreyenhop
Oliver Gampper
Registergericht: Amtsgericht Bremen
Registernummer: VR 2413

Gastronomie: clubhouse.oberneuland@gmail.com

Redaktion: Anne Günter
Fotos: Axel Kaste, privat

Satz/Layout/Herstellung:
Pferdesport Verlag Ehlers GmbH, Oberneuland Magazin
Rockwinkler Landstraße 20, 28355 Bremen
E-Mail: info@pferdesportverlag.de
www.pferdesportverlag.de

Danke an alle Autoren und Fotografen für die Mitwirkung,
ohne die ein Erscheinen nicht möglich gewesen wäre!

Ihre neue Spielwiese.

Wir finden für Sie Immobilien, die
neuen Raum zur Entfaltung bieten.



Grußwort des Vorstandes



Liebe Freunde & Mitglieder des Bremer Hockey-Clubs, liebe BHC-Familie,

wir blicken auf ein mitreißendes Sportjahr 2024 zurück: Paris & die Franzosen haben uns beeindruckende Olympische Sommerspiele präsentiert, unsere Hockeydamen spielen wieder – und in der Halle weiter – in der 1. Bundesliga und in der Tennissparte und bei den Hockey-Jüngsten haben wir einen riesigen Zulauf.

Doch nicht nur der Sport hat uns begeistert und uns in Atem gehalten, wir haben auch wieder (um)gebaut. Im vergangenen Jahr wurden große Investitionen im Bereich der energetischen und ökologischen Nachhaltigkeit vorgenommen. Einerseits ist die jahrzehntealte Heizungsanlage im Clubhaus in eine hybride Wärmepumpe/Gasheizung getauscht worden. Andererseits haben wir die Gastronomie im Clubhaus umfassend erneuert. Jetzt lässt sich wieder richtig gemütlich Zeit im Clubhaus verbringen.

Und gefeiert haben wir auch: 10 Jahre redbox im Rahmen eines kleinen Sommerfestes und anlässlich des

Jubiläums 111 Jahre BHC wurde am 1.11.24 das Clubhaus in ein „Casino Royale“ verwandelt und stiehlt ein rauschendes Fest gefeiert.

So kann es gerne weitergehen!

Für frischen Wind hinter dem Tresen sorgt seit kurzem das neue Gastro-Team Ediz & Pascal im „CLUBHOUSE“. An dieser Stelle danken wir Said ganz herzlich für neun Jahre an unserer Seite.

Wir freuen uns schon auf viele weitere schöne Momente mit Euch allen – am Platz, in der Halle, am Tresen oder auf der Terrasse.

**In diesem Sinne bis ganz bald,
Euer Vorstand**

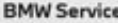
Bobrink & Co. GmbH
Henri-Dunant-Straße 1
28329 Bremen
Tel. 0421 43646-0

 **MINI Service**

Bobrink& Co. GmbH
Am Rabenfeld 7-9
28757 Bremen
Tel. 0421 66056-0

Bobrink & Co. GmbH
Ritterhuder Straße 56
27711 Osterholz-Scharmbeck
Tel. 04791 96406-0

 **BMW Service**

E. Brinkmann GmbH
Wörpedorfer Str. 16
28879 Grasberg
Tel. 04208 9176-0

 **MINI Service**

E. Brinkmann GmbH
Südring 1
27404 Zeven
Tel. 04281 9591-0

Bobrink GmbH
Am Lunedeich 182
27572 Bremerhaven
Tel. 0471 90084-0

Bobrink GmbH
Stresemannstraße 319
27580 Bremerhaven
Tel. 0471 98280-0

 **BMW Service**

Bobrink GmbH
Papenstr. 152
27472 Cuxhaven
Tel. 04721 7450-0

 **MINI Service**

Bobrink-Carstream GmbH
Splittaler Straße 4
28359 Bremen-Horn
Tel. 0421 699138-0

 **HYUNDAI**

Bobrink-Carstream GmbH
Vegesacker Heerstr. 78
28757 Bremen-Nord
Tel. 0421 696353-0

 **HONDA Service**

Bobrink-Carstream GmbH
Papenstraße 152
27472 Cuxhaven
Tel. 04721 7450-54

 **HYUNDAI**

Bobrink-Carstream GmbH
Am Lunedeich 180
27572 Bremerhaven
Tel. 0471 90084-71

HYUNDAI Service

IM NORDEN IMMER IN IHRER NÄHE.

BOBRINK IST AN ZWÖLF
STANDORTEN FÜR SIE DA.



Sponsoren

Der Bremer Hockey-Club bietet ein interessantes und attraktives Werbeumfeld für Sponsoren an. Gerade Hockey und Tennis sind Sportarten, die ein für die Förderer ansprechendes Betätigungsfeld darstellen.

Spieler und Publikum sind eine kaufkräftige Klientel, die durch einen hohen Bildungsgrad, hohes Marken- und Qualitätsbewusstsein, Engagement sowie Weltoffenheit charakterisiert sind.

Der Bremer Hockey-Club hat rund 1.200 Mitglieder mit ca. 500 Jugendlichen. Über das Jahr hinweg finden an vielen Wochenenden Turniere statt. Die lokalen Medien (Presse, TV etc.) berichten über die sportlichen Ereignisse.

Verschiedenste Werbemaßnahmen finden daher eine wirkungsvolle, zielgruppengerichtete Verbreitung.

Für ein Sponsoring des Bremer Hockey-Clubs stehen Ihnen zahlreiche Möglichkeiten zur Verfügung:

- Werbung auf Trikots, Hallenwänden, Außenbanden, Werbereitern oder Windfängen
- Übernahme von Schirmherrschaften
- Turnierpartnerschaften
- Absetzbare Spenden
(wenn gewünscht auch zweckgebunden)

Auch die ideelle Unterstützung ist eine attraktive Werbe- und Sponsoring-Variante. Sie steuert zum positiven Image des Unternehmens bei.

Die Kooperation mit dem Bremer Hockey-Club bietet für jedes Unternehmen eine Vielzahl von Förderungsmöglichkeiten. Die Partizipation an sportlichen Erfolgen und an der guten Reputation des Vereins ist ein wirtschaftliches Asset, das sich in jedem Fall auszahlt.

Bitte wenden Sie sich an Sarat Maitin,
E-Mail: Sarat.Maitin@bremerhockeyclub.de

Bremer Spielcasino GmbH & Co. KG

Carl Klatt GmbH & Co. KG

RSM Ebner Stolz

EHG Tokarski GmbH

Göken Pollak & Partner

Hans Horr Malereibetrieb

hmmh multimediahaus AG

Karl W. Blome GmbH

LWLcom GmbH

MackelSiemers GmbH & Co. KG

Peinemann + Sohn GmbH

Poliboy Brandt & Walter

Robert C. Spies KG

Smavesto GmbH

Söffge GmbH

Thurm-Meyer Zahnärzte

T.H.W.

Zahnpraxis in Horn-Lehe

111 Jahre BHC – was für ein Fest!

Der Bremer Hockey-Club feierte sein 111-jähriges Bestehen mit einer unvergesslichen Jubiläumsparty! Passend zur Jubiläumszahl verwandelte ein engagiertes Orgateam das Clubhaus am 1. November 2024 mit viel Leidenschaft und Kreativität in ein Casino, in dem so stilvoll wie ausgelassen gefeiert wurde. Unter dem Motto „Casino Royal – alles auf Rot“ arrangierten Andi, Laura, Magret, Svenja und Wibke einen Event der Extraklasse. Schon der Eintritt über den glamourösen roten Teppich versetzte die Gäste gleich in die richtige Casino-Stimmung. Dank der großzügigen Unterstützung von Spielbank Bremen wurden original Black-Jack- und Roulette-Tische bereitgestellt, an denen unter Anleitung professioneller Croupiers gespielt werden konnte. Alle Spiele waren „just for fun“ – mit echten Jetons, aber ohne Geldeinsatz. In der festlich dekorierten Clubgastronomie kamen Jung und Alt bei stilvollen Cocktails und köstlichen Häppchen ins Gespräch, bevor DJ Julian bis spät in die Nacht für beste Stimmung sorgte. Gut 140 Mitglieder und Freunde des BHC feierten und tanzten ausgelassen – was ja bekanntlich auch eine gewisse sportliche Fitness erfordert. Ein grandioser Abend, der definitiv Lust auf mehr macht! Tausend Dank, liebes Orgateam!



Sportinternat Bremen



Das Resümee nach einem Jahr fällt extrem positiv aus: Die jungen Leistungssportler fühlen sich in dem vom Bremer HC betriebenen Sportinternat sehr wohl und optimal unterstützt. Damit ist das gesetzte Ziel erreicht: der ideale Dreiklang aus Wohnen – Schule – Leistungssport.

Harmonischer Mix

Gelegen an der Mary-Astell-Straße im Stadtteil Horn-Lehe bietet das 2020 erbaute, moderne Sportinternat Platz für aktuell zehn Nachwuchssportler ab 16 Jahren. Ein engagiertes Team mit erfahrenen Pädagogen betreut die Jugendlichen rund um die Uhr und fördert ihre emotionale Entwicklung sowie Alltagskompetenzen und Persönlichkeitsentwicklung. Die Organisatorische Leiterin Wibke Maitin und ihr Team wünschten sich von Beginn an eine möglichst diverse Zusammensetzung der Internatsbewohner. Neben den vier Handballern und drei Basketballern ergänzen nun auch eine Handballspielerin, eine Hockeyspielerin sowie eine Triathletin die Wohn-gemeinschaft.

Zwei Bewohner des Sportinternats haben jüngst bereits beachtliche Erfolge erreicht: Triathletin Lene Löwe wurde Deutsche Vizemeisterin im Triathlon und Basketballer Colin Schroeder gewann mit der U18-Nationalmannschaft EM-Gold für Deutschland.

Lene ist erst zu diesem Schuljahr nach Bremen gezogen, nachdem sie sich vorher deutschlandweit mehrere Alternativen angeschaut hatte. „Die Atmosphäre in Bremen gefiel mir von Anfang an sehr gut! Alles ist sehr

familiär, gut organisiert und entspannt. Ich finde es gut, dass es Einzelzimmer als auch Gemeinschaftsbereiche gibt. So habe ich die Möglichkeit, mich zurückzuziehen, kann aber auch in Gemeinschaft sein.“

Colin wohnt schon seit letztem Jahr in der Mary-Astell-Straße und hat nur nette Worte übrig für das Sportinternatsteam: „Die Betreuer, die Pädagogen und die Internatsleitung sind alle sehr, sehr nette und herzliche Menschen – und auch sehr entspannt. Man hat das Gefühl, man kann immer mit denen reden, wenn einen irgendwas bedrückt. Problemstellungen werden offen angegangen und konstruktiv gelöst“, berichtet der Basketballer.

Freiraum mit Sicherheitsnetz

Besonders schätzt der 17-Jährige am Internatsleben seinen Freiraum. „Natürlich muss man sich an die Regeln halten, aber ansonsten fühlt man sich, als würde man alleine in einer Art WG leben. Aber halt mit dem guten Gefühl, dass sofort Hilfe da ist, wenn man sie braucht“, beschreibt er das Internatsfeeling.

Kurze Wegezeiten

Beim größten Vorteil des Sportinternats sind Lene und Colin sich einig: Die kurzen Wege von Internat zu Schule



In den schönen Gemeinschaftsbereichen treffen sich die Bewohner zum gemeinsamen Austausch, Essen, Kochen oder Lernen.

Die ersten drei erfolgreichen „Abgänge“ nach Jahr 1 wurden vom Sportinternatsteam vor den Sommerferien bei einem herzlichen get-together inkl. kleinem Andenken verabschiedet.



My song, my calling

Eye of the Tiger von Survivor

Einen Vorsprung im Leben hat, wer da anpackt, wo die anderen erst einmal reden. JOHN F. KENNEDY

Hendrik Rüdebusch | RSM Ebner Stolz



Die Bewohner
des Sport-
internats.

und Sport. „Früher hatte ich einen Schulweg von einer Stunde und zwanzig Minuten. Jetzt brauche ich mit dem Fahrrad fünf bis zehn Minuten zur Ronzelenstraße“, erzählt Colin. „Da ich in meinem Verein sehr spät Training habe, bin ich auch immer erst sehr spät zu Hause. Früher war es dann so, dass ich das Training früher beenden musste, damit ich noch den letzten Zug nach Hause erwischen konnte“, erinnert er sich. „Hier in Bremen verpasse ich jetzt nichts mehr vom Training und kann durch den kurzen Schulweg auch morgens länger schlafen.“

Optimale Bedingungen für schulischen Erfolg

Die pädagogische Leitung um Erika Hötte bietet bei Hausaufgaben und schulischen Problemen unkomplizierte Unterstützung an. „Manchmal kommen die Jugendlichen von selbst auf uns zu und bitten um Nachhilfe. In anderen Fällen zeigt sich der Bedarf durch den engen Austausch mit der Oberschule“, erklärt Erika Hötte. Dank der kurzen Wege können die Schüler auch in den Freistunden schnell ins Internat radeln, um dort in Ruhe allein oder in der Gruppe an ihren Projekten zu arbeiten.



Triathletin Lene Löwe wurde Deutsche Vizemeisterin im Triathlon.

Mehr Zeit für Regeneration

„Den größten Einfluss hat das Sportinternat auf meine Regeneration“, berichtet Colin. „Früher waren meine Tage mit 16 bis 18 Stunden sehr anstrengend. Aufgrund von langen Unterrichtszeiten, der vielen Hausaufgaben und des späten Zuhause-Seins musste ich oft mit sehr wenig Schlaf auskommen – häufig mit nur vier Stunden.“ In Freistunden hätte es sich für ihn nicht gelohnt, nach Hause zu fahren. Stattdessen besorgte sich der 1,97 m große Leistungssportler dann irgendwo etwas zu essen – meistens günstig und eher ungesund, Hauptsache schnell und unkompliziert. „Und dann fuhr ich zum Training und konnte eben nicht meine volle Leistung abrufen“, erinnert er sich. Mit dem Umzug ins Sportinternat haben Colin und sein Trainer eine eindeutige Leistungssteigerung bemerkt: „Weil ich nach der Schule nach Hause fahren, mich ausruhen und mir eben auch mal schnell was Gutes zu Essen machen kann.“ Anne Günter



Basketballer Colin Schroeder gewann mit der U18-Nationalmannschaft EM-Gold für Deutschland.



Für Ihr Wohlbefinden

- Unterhaltsreinigung
- Treppenhausreinigung
- Glas- und Fassadenreinigung
- Grund- und Sonderreinigung
- Industriereinigung
- Teppichreinigung
- Hygiene-Service
- Hausmeisterdienste
- Entsorgung
- Gartenpflege
- Gehwegreinigung
- Winterdienst
- Reinigungskonzepte
- Gebäudemanagement

Söffge

Söffge Büro-, Gebäude- und Treppenhausreinigung



Stefan Amiri über Alltag und Herausforderungen im Sportinternat Bremen



„Gemeinsam Talente fördern! So lautet das Credo des Sportinternats Bremen, und aus meiner Perspektive ist das Credo auch das Programm. Aber der Reihe nach.

Seit Oktober 2024 bin ich nun Teil des multiprofessionellen Teams im Sportinternat Bremen und ich bin mehr als happy, dabei sein zu dürfen. Grob zusammengefasst bin ich zuständig für die pädagogische und sportpsychologische Betreuung unserer Athletinnen und Athleten. Darüber hinaus fungiere ich als Bindeglied zwischen der Oberschule Ronzelenstraße, den Kaderbereichen und dem Internat.



Stefan Amiri

Manchmal bin ich der Pädagoge, der hier im Internat die jungen Menschen auch auf der Ebene der Persönlichkeitsentwicklung fördert und fordert. Werte wie Respekt, Ehrlichkeit, Teamfähigkeit und Toleranz werden hier GROSS-geschrieben, um eine starke Persönlichkeit zu entwickeln. Nicht zuletzt durch unsere regelmäßigen Teamabende (gemeinsames Kochen, Spieleabende, Filmabende, Aktionen außerhalb des Internats etc.) ist hier eine super Community mit einem starken Zusammenhalt entstanden. Erinnert mich manchmal an meine eigene WG-Zeit während des Studiums.

Manchmal bin ich hier auch der Sportpsychologe und stehe unseren jungen Athletinnen und Athleten mit meiner über 25jährigen Erfahrung zur Seite. Wie gehe ich mit Druck um? Wie komme ich nach einer Verletzung wieder „rein“? Wie kann ich mich besser fokussieren? Was bringt es mir, mehr Achtsamkeit zu üben? Das ist nur ein kleiner Ausschnitt der Fragen und Themen, mit denen wir uns hier beschäftigen.

» Wir treten hier jeden Tag in einem multiprofessionellen Team an, um den jungen Talenten eine Basis zu schaffen.«

Stefan Amiri

Wenn ich gefragt werde: „Hey Stefan, was genau machst du da eigentlich im Sportinternat?“, dann kann ich es meist nicht mit einem Satz beantworten. Der Job ist halt sehr vielfältig und kaum ein Tag ist wie der andere. Aber genau das macht den Charme aus.

Manchmal gibt es Tage, an denen bin ich hier sowas wie ein „Herbergsvater“, der sich um alles kümmert, was so anfällt. Wenn mal einer unserer Athleten zum Arzt gefahren werden muss, wenn mal irgendwas kaputt geht, wenn jemand Tipps braucht, wie man was Leckeres und Gesundes kocht, und vieles, vieles mehr – dann bin ich da.

Jojo bei den Olympischen Spielen



Jojo mit den Silbermedaillen-Gewinnern.
(Links Justus Weigand und rechts Gonzalo Peillat)



Unser Vereinsheld Jojo im Deutschen Haus in Paris am 09.08.24.

Johannes Oberlies, besser als „Jojo“ bekannt, konnte sich 2023 über den Titelgewinn „Vereinsheld“ in Bremen sowie eine Fördersumme für seinen Verein freuen. Mehr als 6.500 Fans und Vereinsmitglieder hatten ihm ihre Stimme gegeben und bedankten sich damit für seine

tatkräftige ehrenamtliche Unterstützung und Arbeit. Doch damit nicht genug: Jojo war einer der drei glücklichen Landesgewinner, die zur Fanzone von Team Deutschland während der Olympischen Spiele 2024 reisen durften.

BREMER RATSKELLER
Wasserkellerei seit 1807

BIO HOFMOLKEREI Dehlwes

my-own-coffee

Worpsweder Perle
Kaffeebohnen vom Bauernhof

Wesermühle

EDEKA

Maaß WE regional
in Oberneuland

Lunser Land-Lädchen & Café

Hof Schröder
Thedinghausen · Dümmerstedt

MEIN LieblingsCafé

GENIESSEN in ... gemütlicher Atmosphäre

EDEKA Maaß · Rockwinkeler Heerstr. 32 · MO. bis SA. 7 – 21 Uhr
Lieblingscafé MO. bis SA. 7 – 19 Uhr · SO. 7.00 Uhr bis 11 Uhr

Der BHC-Hort stellt sich vor: Betreuung mit Herz und Bewegung

Der Bremer Hockey-Club bietet weit mehr als nur Hockey und Tennis – seit 2019 gibt es hier auch eine liebevolle und professionelle Kinderbetreuung. Hier sorgen wir, **Annette, Johannes und Sandra**, täglich für eine spannende und abwechslungsreiche Zeit nach der Schule.

Ein Blick in den Hort-Alltag

Nach Schulschluss an der Oberneulander Grundschule holen wir die Kinder mit unseren BHC-Bussen ab und starten den Nachmittag mit einem ausgewogenen, gemeinsamen Mittagessen. Danach bleibt Zeit zum Spielen, bevor es um 14:15 Uhr mit den Hausaufgaben weitergeht – in ruhiger Atmosphäre und mit professioneller Unterstützung.

Ab 15:00 Uhr heißt es dann: **Action, Kreativität und Spaß!** Ob gemeinsames Spielen, Basteln oder sogar Waffelbacken – bei uns ist immer etwas los. Die weitläufigen Außenflächen des BHC nutzen wir so oft wie möglich für Bewegung und Sport. Ist das Wetter mal nicht auf unserer Seite, geht es in die Hockeyhalle, wo wir mit Hüpfburgen oder einem spannenden Parcours für Begeisterung sorgen.

Ein weiteres Plus: Kinder, die am Hockey- oder Tennis-training teilnehmen, können ihre Stunden problemlos in den Hort-Alltag integrieren und danach wieder zur Betreuung zurückkehren. Um 16:00 Uhr endet der erlebnisreiche Tag und die Kinder treten glücklich und ausgepowert den Heimweg an – entweder mit dem Fahrrad oder sie werden von ihren Eltern abgeholt.



Zahlen, Daten, Fakten

- Betreuungszeiten: Montag bis Freitag, 13:00 – 16:00 Uhr
- Kinderanzahl: 24 Plätze
- Standort: Bremer Hockey-Club

Der **BHC-Hort** ist mehr als nur eine Nachmittagsbetreuung – er ist ein Ort, an dem sich Kinder rundum wohlfühlen, Freundschaften schließen und sich spielerisch entfalten können.



Neuer Vorstand bei den Freunden des Hockeys

Seit den 90er Jahren gibt es einen Förderkreis im BHC, der seit 2008 unter dem Namen „Freunde des Hockeys im BHC e.V.“ (FdH) aktiv ist. Der Fokus der FdH liegt, besonders in Abgrenzung zum Sponsoring der Leistungsmannschaften im Erwachsenenbereich, auf der Förderung des Breitensports, des Jugendhockeys und der Hockeyentwicklung.

Bereits zu Beginn des Jahres 2024 hatte der Vorstand der FdH signalisiert, dass sie zu den diesjährigen Wahlen nicht erneut kandidieren werden. Im November wurde der neue Vorstand gewählt: Dieser besteht aus dem Vorsitzenden Sebastian Duda, Stellvertreter Julius Stubbe, Schriftführer Hadrien Segond und Kassenwart Jan Henschen.

Wir bedanken uns beim scheidenden Vorstand Hannes Thurm-Meyer, Carin Heuck und Wolfgang Lohmann für die jahrelange, erfolgreiche Arbeit, die grundlegend zur Entwicklung der Hockeysparte im BHC beigetragen hat.

2024 wurden bereits zwei größere Projekte gefördert.

1. Die Teilnahme der wU16 am Final Four,
2. die Erneuerung der Hallenbanden im BHC.

Für 2025 haben wir bereits die ersten Projekte anvisiert, freuen uns aber auch über Anregungen und Vorschläge sowie natürlich über neue Fördermitglieder und Spenden.



IT WILL BE A BETTER PLACE ONCE YOU WALK IN!



Oberneulander Heerstraße 30 | 28355 Bremen
0049 172 636 20 20 | www.borgward-bagforgood.com

EHRENAMT

Die Mitmach-Community vom Bremer HC

Ehrenamtliche Mitarbeit ist eine der tragenden Säulen des deutschen Sportsystems. Mehr als acht Millionen Menschen engagieren sich in Deutschland ehrenamtlich in einem Sportverein – ein engagierter Teil davon auch im Bremer Hockey-Club.

Ohne Ehrenamt geht es nicht!

Die Gesellschaft hat sich in den letzten Jahrzehnten verändert. Die gefühlte Zeitknappheit und die erhöhte Mobilität durch z.B. Studium oder Jobwechsel sind dabei für Vereine wie den Bremer HC eine neue Herausforderung. „Viele Menschen möchten heute in ihrer knapp bemessenen Zeit auf sie zugeschnittene Angebote konsumieren“, erklärt Vorstandsmitglied Sarat Maitin. „So wird ein Verein zunehmend wie ein reiner Dienstleister gesehen. Man zahlt seinen Beitrag und kann dann Sport konsumieren. Doch so kann das Konstrukt Verein nicht funktionieren. Ohne ehrenamtliches Engagement geht es nicht!“

Der BHC: eine Mitmach-Community

Ehrenamt hat im BHC eine essenzielle Bedeutung, versteht sich der Verein doch als Mitmach-Community. Seine hochgesteckten Ziele erreicht der BHC durch Professionalität und Leidenschaft in allen Bereichen, besonders aber durch den gemeinsamen Spaß an der Sache. Als lebendige Gemeinschaft sorgt die Mitglieder-Unterstützung, das ehrenamtliche Engagement auf vielen Ebenen und ein guter Teamspirit immer wieder dafür, dass auch die ambitioniertesten Ziele gemeinsam erreicht werden. Das ehrenamtliche Engagement reduziert die finanzielle Belastung für den Verein erheblich. Statt professionelle Dienstleistungen zu bezahlen, übernehmen Ehrenamtler viele Aufgaben unentgeltlich. Dadurch entstehen finanzielle Ressourcen, die der BHC in die Verbesserung der Ausstattung, Trainingsmöglichkeiten und Förderprogramme investieren kann.

Moderne Vereinsstruktur

Hätten Sie's gewusst? Nach § 27 BGB sind Vereinsvorstände grundsätzlich unentgeltlich tätig. Um möglichst professionell und auf einer breiten Basis zu operieren, hat sich der Bremer HC eine moderne Vereinsstruktur, bestehend aus einem Vorstandsquintett und einem 16-köpfigen Beirat, gegeben. Zusätzlich beschäftigt der Verein mittlerweile ein Team von 23 Personen, die sich mit außerordentlichem Engagement um die verschiedensten Bereiche kümmern.

Breite Basis

Auch in den einzelnen Sparten kann sich der Verein über einen großen ehrenamtlichen Einsatz seiner Mitglieder freuen. Ob als Mannschaftsbetreuer oder Übungsleiter, bei der Turnierorganisation, als Schiedsrichter oder beim Fahrservice – ohne die vielfältige und zeitaufwendige Unterstützung wäre das umfangreiche Angebot des BHC nicht denkbar. Besonders erwähnenswert ist, dass dieses Engagement von den Ehrenamtlichen oft kontinuierlich über viele Jahre hinweg ausgeübt wird.



Claudia Frerichs

BHC-Urgestein Claudia Frerichs hat dem Verein zusammen mit ihrem Mann Jan nicht nur drei herausragende Hockeytalente beschert, sondern kümmert sich schon seit vielen Jahren als Spartenleitung Hockey um die Spiel- und Platzplanung und das Passwesen aller jugendlichen und erwachsenen Hockeyspieler. Durch ihre eigenen Hockeyerfahrungen kann sie immer wieder als Teambetreuerin einspringen, wenn Not am Mann ist, chauffiert die Bundesliga-Damen im Teambus zu Auswärtsspielen und ist bei Heimspielen verlässlicher Zeitnehmer bei Wind und Wetter.



„Doc“ Horst Elbrecht

Doc Elbrecht engagiert sich beim BHC seit vielen Jahrzehnten sowohl im Gesundheits- als auch im Hockeybereich. Theoretisch im Ruhestand bringt der Internist und Sportmediziner seine langjährige Erfahrung aus der Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen in vielfältiger Weise im Verein ein: So initiiert und leitet er Gesundheitssportangebote wie den Reha-Sport, den Herzsport, die Parkinsongruppe oder den Long-/Post-Covid-Kurs. Bei Bedarf führt er Eingangsuntersuchungen durch und war während der Pandemie der beratende Arzt des Corona-Schnelltestzentrums im BHC. Darüber hinaus ist Doc Elbrecht seit vielen Jahren Betreuer der 1. Hockeyherren.



Axel Kaste

Nach seiner eigenen Hockeykarriere war Axel Kaste zunächst im Jugendtraining und als Schiedsrichter im Bremer Hockeyverband aktiv. Anschließend war er stolze 14 Jahre im Vorstandsteam für die Kommunikation des BHC zuständig. Seit 2020 kümmert er sich um die Planung und Projektumsetzung der Kindertagesstätte am Heinrich-Baden-Weg. Im wahrsten Sinne des Wortes besonders ins Auge stechend sind jedoch die Fotos des professionellen Sportfotografen. Seit über zehn Jahren hält er bei den diversen (Sport)Events im BHC die schönsten Momente fest und unterstützt den Verein so bei der professionellen Kommunikation nach innen und außen.

Anerkennung- und Wertschätzungskultur

„Uns ist es sehr wichtig, eine Anerkennungskultur zu leben, die die vielen Zeitgeschenke der Engagierten honoriert“, betont Vereinsvorstand Sarat Maitin. Deshalb findet traditionell beim BHC jedes Jahr ein sogenannter „Betreuer-Abend“ statt, in dessen Rahmen sich der Vorstand in geselliger Runde mit einem netten Essen bei den Ehrenamtlichen bedankt und auf das gemeinsam Erreichte zurückblickt. „Uns ist es ganz wichtig, den Einsatz, die Energie und Zeit, die unsere Mitglieder für die BHC-Gemeinschaft investieren, nicht als selbstverständlich anzusehen, sondern die gebührende Wertschätzung auszu-drücken“, betont auch der Vorstandsvorsitzende Henning Mühl. Anne Günter

Komm in unser Team!

Du bist Student oder in der Ausbildung und Insta & Co. ist total Dein Ding? Im BHC kannst Du Deinen Lebenslauf aufpeppen und Erfahrungen im Social-Media-Marketing sammeln.

Deine Kinder sind aus dem Gröbsten raus und Du hast Lust auf was Neues, ohne Deine Flexibilität zu verlieren? Bringe Dein Organisationstalent bei der Planung und Durchführung von coolen BHC Events & Turnieren ein.

Du bist im Ruhestand, aber Deine jahrzehntelange Berufserfahrung ist viel zu schade, um ungenutzt zu bleiben? Unterstütze den BHC mit Deinem betriebswirtschaftlichen Know-how beim operativen Tagesgeschäft oder bei der Planung und Umsetzung von strategischen Projekten.

Der Bremer HC hat vielfältigen Bedarf an ehrenamtlicher Unterstützung. Ob einmalig oder für einen längeren Zeitraum – unsere Ehrenamts-Koordinatorin Anne Günter (anne.guenter@bremerhockeyclub.de) findet bestimmt die individuell passende Einsatzmöglichkeit!

Kümmern Sie sich nicht
um Ihr Vermögen.





Mit Bremer Talenten zum Erfolg

Die positive Entwicklung des Bremer Hockey-Clubs ist auf eine gute Kombination aus Leistungs- und Breitensport zurückzuführen. Der Club steht für seine familiäre Atmosphäre und ein Sportangebot für alle. Gleichzeitig sind die Leistungsmannschaften das Aushängeschild des Vereins und haben den BHC im Bremer Sport und auch im deutschen Hockey positiv positioniert. Früher ein kleines norddeutsches Licht, hat sich die Hockeysparte des BHC zu einer festen Größe auf der nationalen Hockey-Landkarte etabliert: Das Herrenteam spielt aktuell erfolgreich in der Regionalliga, die Damenmannschaft tritt sogar in der 1. Bundesliga an. Viele Spieler, darunter auch Nationalspielerin Lena Frerichs, stammen aus der eigenen Jugendarbeit.

Erfolg mit starken Partnern

Der sportliche Erfolg generiert öffentliche Aufmerksamkeit. „Die daraus folgende Unterstützung ist unerlässlich für die gesamthafte Entwicklung des Clubs und der Anlage“, erklärt Vorstandsmitglied Sarat Maitin. Gleichzeitig stellt der Erfolg den Club jedoch auch vor finanzielle und organisatorische Herausforderungen. Denn die Finanzierung der ersten Mannschaften erfolgt über persönliches Engagement von Spendern aus BHC-Kreisen und über Sponsoren. „Speziell beim Sponsoring müssen wir weiterhin aktiv bleiben und neue Partner gewinnen, um auf diesem Niveau spielen zu können“, betont Maitin.

Aufmerksamkeit garantiert

Der Bremer Hockey-Club bietet ein interessantes und attraktives Werbeumfeld für Sponsoren. Spieler und Publikum sind eine kaufkräftige Klientel, die durch einen ho-

hen Bildungsgrad, ausgeprägtes Marken- und Qualitätsbewusstsein, Engagement sowie Weltoffenheit charakterisiert sind. Die lokalen Medien berichten regelmäßig über die stattfindenden sportlichen Ereignisse. Verschiedenste Werbemaßnahmen finden daher eine wirkungsvolle, zielgruppengerichtete Verbreitung. Ganz neu hinzugekommen ist eine auffällige Werbefläche hinter dem Hockeytor: Auf leuchtend roten Bannern können Sponsoren ihre Marke platzieren – Aufmerksamkeit garantiert! Für Sarat Maitin geht es dabei jedoch um mehr als bloße Werbung: „Bremen kann Spitze! Gemeinsam wollen wir Bremer Talente fördern und ihnen die Chance geben, sich hier zu entwickeln und erfolgreich zu sein.“

Unschlagbar: Hockey live

Und obwohl die Bundesligaspiele jetzt live gestreamt werden können, wirbt der Verein dafür, vor Ort zu den Spielen zu kommen. „Hockey live zu erleben ist einfach ein tolles Erlebnis!“, schwärmt der Vorstandsvorsitzende Henning Mühl. „Man ist ganz nah dran an den Spielern und kann ihre Schnelligkeit und technische Finesse bewundern.“ Anders als beim Fußball können im Hockey unbegrenzt Auswechslungen vorgenommen werden, wodurch alle Spieler an ihrem Leistungsmaximum spielen. Durch den Selfpass (das sofortige Selbstaussführen eines Freischlages) wird der Spielfluss kaum unterbrochen. „Das macht das Spiel für die Zuschauer extrem spannend und unterhaltsam“, erklärt Mühl. Und auch personell sind die Partien im Heinrich-Baden-Weg exquisit: „Bei den Damen werden wir in der ersten Bundesliga alle deutschen und viele internationale Spielerinnen sehen, die auch bei Olympia gespielt haben“, verspricht Mühl. Zuschauen lohnt sich also! Anne Günter



Privatbank mit Expertise seit 1590



Global vernetzt, lokal verwurzelt.

Berenberg ist Deutschlands älteste Privatbank. Seit mehr als 430 Jahren stehen wir für dynamisches Wachstum und zielorientiertes Handeln im Sinne unserer Kunden. Unabhängig und inhabergeführt.

Wir begleiten vermögende Privatanleger und Familien – häufig über Generationen hinweg. Dieser komplexen und verantwortungsvollen Aufgabe stellen wir uns mit ausgewiesener Kompetenz und Kontinuität in der Beratung. Unser Ziel ist es, über chancenorientiertes Risikomanagement das Vermögen unserer Kunden zu erhalten und zu mehren.



Wir freuen uns, Sie kennenzulernen – in Bremen, oder bei Ihnen in der Region!
Dennis Rodiek, 0421 348 75 12

www.berenberg.de

Dies ist eine Marketingmitteilung. Investieren birgt Risiken. Der Wert einer Anlage kann steigen oder fallen.

INSPIRE



YOUR GAME

HOCKEY



1. Damen – Von der zweiten Liga bis in die Bundesliga: Unser Weg nach oben

Die Rückrunde der zweiten Feldliga begann für uns mit der bestmöglichen Ausgangslage: Wir führten die Tabelle mit sechs Punkten Vorsprung an – und mit Leni zurück im Team hatten wir eine unserer wichtigsten Spielerinnen wieder an Bord. Der Aufstieg schien nur noch eine Frage der Zeit.

Und genauso starteten wir auch in die entscheidende Phase der Saison: Souverän sammelten wir Punkt um Punkt, bis wir schließlich einige Spieltage vor Saisonende die Chance hatten, auf eigener Anlage den Aufstieg perfekt zu machen – inklusive geplanter Aufstiegsparty. Doch an diesem entscheidenden Wochenende lief nicht alles wie erhofft. Beide Spiele endeten im Penalty Shoot-

out, was nicht ausreichte, um aus eigener Kraft den Aufstieg bereits mittags zu besiegeln.

Unsere letzte Hoffnung auf eine Party noch an dem Tag: Das Spiel unseres direkten Verfolgers aus Braunschweig. Also versammelten wir uns im Clubhaus vor dem Fernseher und fieberten mit – während die Damen aus Hannover ihren Gegnerinnen aus Braunschweig ein Tor nach dem anderen einschenkten. Mit jeder Minute rückten wir dem sicheren Aufstieg und unserem ersten Kaltgetränk näher. Als der Abpfiff ertönte, war es offiziell: Wir hatten es geschafft! Der Aufstieg war perfekt – und damit auch der Startschuss für eine unvergessliche Feier.





Nach den Sommerferien begann dann das Abenteuer 1. Bundesliga. Nach einer intensiven Vorbereitung und einem Trainingslager in Bad Essen starteten wir in die neue Saison. Doch die Hinrunde verlief nicht immer nach Plan: Oft waren wir nah dran, auch die großen Gegner zu ärgern, doch am Ende fehlte uns oft das letzte Quäntchen Glück – spätestens im PSO. Die gute Nachricht: Das Rennen um die Playoffs und den Klassenerhalt ist noch lange nicht entschieden. In der Rückrunde haben wir die Chance, uns erneut mit allen Teams zu messen und diesmal unsere Leistung in Punkte umzuwandeln.



Dass wir nämlich mit den besten Teams Deutschlands mithalten können, haben wir in der Halle bereits bewiesen. Wenn wir in Bestbesetzung waren, lieferten wir uns enge Duelle mit den Top-Teams aus Hamburg, holten Punkte und feierten Siege. Am Ende schlossen wir die Hallensaison auf einem starken 4. Platz in der wohl schwersten Staffel Deutschlands ab. Jetzt gilt es, dieses Potenzial auch auf dem Feld abzurufen – denn wir wissen, dass wir gegen jeden Gegner gewinnen können. Die Rückrunde wartet, und wir sind bereit!





1. Herren: Bremer HC, das heißt Familie...

...und das durften die 1. Herren im vergangenen Jahr reichlich erfahren.

Es begann mit der Rückrunde der Feldsaison 23/24. Zur Verstärkung kamen Franco, Tato und Bauti aus Argentinien ins Team – und mit ihnen direkt die erste Herausforderung: Eine Wohnung einrichten. Hier zeigte sich erneut der große Zusammenhalt des BHC. Fast alle benötigten Möbel wurden von Mitgliedern gespendet oder geliehen. Perfekt untergebracht, verlebten die Jungs eine großartige Zeit als unsere Gäste und trugen mit ihren Leistungen maßgeblich zum sicheren Klassenerhalt bei. Nach einem emotionalen Abschied im Club folgte die Sommerpause.

Mit Beginn der Hinrunde der Feldsaison 24/25 standen wir dann vor den gleichen Herausforderungen wie zu Beginn des Jahres. Mit Facu und Tommi kamen erneut zwei Neuzugänge aus Argentinien, die eine Unterkunft benötigten. Wieder zeigte sich der starke Zusammenhalt im BHC: Da keine passende Wohnung gefunden wurde, erklärten sich Sonja und Tom Bellmann bereit, die beiden Jungs für die Dauer ihres Aufenthalts bei sich aufzunehmen.

Die erste große Maßnahme der Saison war unser Vorbereitungswochenende in Groningen. Natürlich stand

gaaaanz viel Hockey auf dem Plan, aber auch einige teambildende Unternehmungen. Die Kanufahrt durch das Groninger Kanalsystem war dabei sicherlich das Highlight – auch wenn zwei unserer jüngsten Spieler ihr Ego gleich zu Beginn ein wenig abkühlen mussten... was mit einem unfreiwilligen Bad im Kanal auch wunderbar gelang.

Jede Gelegenheit für Schabernack wurde genutzt: Sei es das Festhalten an einem Touristenschiff, um sich die anstrengende Paddelarbeit zu ersparen oder das erfolgreiche „Abquatschen“ von Snacks und kühlen Getränken bei Hochzeitsgesellschaften.

Eine weitere unverhoffte Teambuilding-Maßnahme waren die gemeinsamen Fahrten auf Leihrädern durch Groningen. Oder anders ausgedrückt: Was kann bei 20 Jungs auf klapprigen Hollandrädern schon schiefgehen?

Die Konstitution des Teams wurde dann jedoch noch einmal von der berühmten „Pizza-Affäre“ ins Wanken gebracht. Trotz – oder gerade deswegen – gingen wir als geschlossene Einheit in die kurze Hinrunde. Und die lief schlichtweg überragend: 5 Spiele, 5 Siege – das bedeutete 15 Punkte und die bestmögliche Ausgangslage für die Feldsaison.





Immer mit dabei: Unsere überragenden Fans, die alles gegeben haben, um uns auf dem Feld zu unterstützen.

Mit Schwung ging es in die Hallensaison. Wir starteten stark mit Siegen gegen TTK Sachsenwald und die Raben aus Kiel. Dann verloren wir jedoch ein wenig den Faden und taten uns in einigen Begegnungen schwer, unser Spiel aufzuziehen. Trotzdem blieben wir uns treu: Wenn es spielerisch nicht rund lief, stimmte zumindest immer der Kampfgeist.

So erkämpften wir uns über die Saison hinweg die Poleposition im Rennen um den Aufstieg in die 2. Bundesliga.

Am Ende hatten wir es mit zwei Matchbällen sogar selbst in der Hand – leider konnten wir die finalen Punkte zum Aufstieg nicht sammeln.

Trotzdem sind wir stolz auf unsere Leistung und unfassbar dankbar für die Unterstützung, die wir von der BHC-Familie erfahren durften. Bei jedem Heimspiel war die Halle voll und zum entscheidenden Spiel in Hamburg reisten über 50 Fans mit, die dieses besondere Spiel zu einem Heimspiel für uns machten.

Vielen Dank!



Die vergangene Saison und die noch laufende Spielzeit waren für uns, die 2. Herren des BHC, ein wahres Abenteuer – voller Höhen, einiger Tiefen und vor allem jeder Menge Teamgeist. Mit einer der jüngsten Mannschaften, die die Liga und der Club je gesehen hat, wagten wir uns in diesem Jahr zum ersten Mal in die Oberliga – ein großer Schritt für uns alle. Unser Ziel? Uns in der neuen Liga zu behaupten und zu zeigen, dass wir trotz unserer Jugend bereit sind, mit den Großen mitzuhalten.

Die Vorbereitung war alles andere als ein Spaziergang. Mit wöchentlichen Athletikeinheiten (bei denen wir natürlich immer topmotiviert waren – oder es zumindest versucht haben) und intensivem Hockeytraining starteten wir in die Saison. Allerdings standen wir häufig vor einer besonderen Herausforderung: Oft mussten wir ohne Trainer auskommen, was uns zwang als Team noch enger zusammenzurücken und selbst Verantwortung zu übernehmen. Doch genau das machte uns stärker.

Auf dem Feld begann die Saison vielversprechend. Trotz der ungewohnten Oberliga-Luft und einiger ungeplanter Stolpersteine – wie dem ein oder anderen verregneten Trainingsabend – zeigten wir von Anfang an, dass mit uns zu rechnen ist. Aktuell stehen wir nach einer souveränen Hinrunde auf einem starken 3. Platz und blicken optimistisch auf die Rückrunde. Jedes Spiel war ein Beweis dafür, dass wir nicht nur dabei sind, sondern auch oben mitspielen können.

Die Hallensaison war ein weiteres Highlight. Mit einer konzentrierten Vorbereitung und jeder Menge Einsatz kämpften wir uns durch die Oberliga und sicherten uns am Ende einen respektablen 4. Platz. Besonders stolz sind wir darauf, dass wir trotz der schwierigen Bedingun-

gen – oft ohne Trainer und sonstigem Staff – als Einheit auftraten. Unsere Spiele waren geprägt von Kampfgeist, cleverem Zusammenspiel und einer Defensive, die so manchen Gegner zur Verzweiflung brachte.



Natürlich lief nicht immer alles glatt. Es gab Spiele, in denen wir uns mehr erhofft hatten und Momente, in denen uns die Erfahrung der etablierten Teams einen Strich durch die Rechnung machte. Doch anstatt uns davon unterkriegen zu lassen, haben wir jedes Mal aufs Neue gezeigt, was in uns steckt. Unsere Jugend war kein Nachteil, sondern unsere Stärke – wir lernten schnell, wuchsen zusammen und bewiesen, dass wir uns auch unter Druck behaupten können. Ein riesiges Dankeschön geht an alle, die uns auf diesem Weg unterstützt haben.

Jetzt richten wir den Blick nach vorn. Die Rückrunde auf dem Feld steht bevor und wir sind entschlossen unseren 3. Platz nicht nur zu halten, sondern noch weiter nach oben zu klettern. Unser Ziel ist klar: Eine noch stärkere Saison spielen und zeigen, dass die 2. Herren in der Oberliga angekommen sind – und bleiben werden. Wir freuen uns auf jedes Spiel, jeden Moment auf dem Platz und natürlich auf eure Unterstützung vom Seitenrand. Kommt vorbei, feuert uns an – wir geben alles, um euch stolz zu machen!

#bhcultras
Eure 2. Herren



2. Damen

„Ihr müsst noch einen Beitrag fürs Jahrbuch schreiben!“ Mit dieser Aussage werden wir jedes Jahr überrascht. Wieder ist ein Jahr rum, wieder ist so viel passiert. Manches möchte man gerne vergessen, anderes bleibt unvergessen. Aber schauen wir uns an, wie unser Jahr verlaufen ist.

Die Rückrunde auf dem Feld begann für uns gleich mit einem Derby. Hier mussten wir zwar eine Niederlage hinnehmen, doch sie gab uns die nötige Motivation für die

kommenden Gegner. Insgesamt haben wir in der Rückrunde 9 unserer 12 Punkte geholt und konnten die Oberliga-Saison im Mittelfeld abschließen.

Dann startete die neue Feldsaison. Neue und altbekannte Gegner stellten uns vor Herausforderungen. In umkämpften Spielen fehlte uns manchmal das Quäntchen Glück, sodass wir aus unseren sechs Spielen bislang nur einen Punkt mitnehmen konnten. Was wir aber mitnehmen: Wir können uns auf unser Team verlassen.

Wenn zu wenige Spielerinnen da waren – sei es durch Krankheit oder weil alle zeitgleich die Sonne im Urlaub gesucht haben – konnten wir auf unsere routinierten Spielerinnen zählen.

In der Halle wollten wir eine gute Saison spielen. Was sollen wir sagen? Das üben wir noch mal. Einzelne Spiele waren gut, andere eher weniger. Hinzu kamen einige Verletzungen, die uns ein wenig ausgebremst haben.

Das neue Jahr begann mit einem Sieg gegen Bemerode. Leider konnten wir den Schwung aus diesem Spiel nicht in die restlichen Partien mitnehmen.

tet haben. Wir freuen uns jetzt schon darauf, in der Feldsaison wieder anzugreifen – mit jeder Menge Motivation und Teamgeist im Gepäck!



Am Ende schließen wir die Hallensaison auf dem sechsten Tabellenplatz ab. Wir wissen, dass wir keine wahren Tormaschinen sind, aber es war teilweise frustrierend. Genaue Zahlen verschweigen wir an dieser Stelle lieber. Auch wenn die Ergebnisse nicht unseren Wünschen entsprachen, haben wir als Team wertvolle Erfahrungen gesammelt und sind in der Rückrunde vor allem durch unseren Zusammenhalt gewachsen. Unsere jungen Spielerinnen konnten viel lernen und wir werden diese Erfahrung in die kommende Feldsaison mitnehmen. Ein großer Dank geht an alle Fans, Filius und die BHC-Familie, die uns über die gesamte Saison hinweg beglei-



EULEN-APOTHEKE
Ute Schmiedeken

Oberneulander Heerstr. 34
28355 Bremen

Telefon: 0421/25 42 78
Fax: 0421/25 74 740
e-mail: apo@eulen-apotheke.eu

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag 8.30-18.30
Samstag 8.30-13.30

Schnelligkeit verbindet – LWLcom und der Bremer Hockey-Club



Der Bremer Hockey-Club hat in den letzten Jahren beeindruckende Erfolge gefeiert – und mit dem Aufstieg des Damen-Teams in die 1. Bundesliga steht der Verein vor spannenden, neuen Herausforderungen. Eine davon: die Live-Übertragung der Spiele auf einer Streaming-Plattform, um Fans, Freunde und Familie hautnah dabei sein zu lassen. Doch dafür braucht es eines – **schnelles und stabiles Internet**.

Hier kam **LWLcom** ins Spiel! **Als regionales Unternehmen mit dem Anspruch Bremen zu vernetzen**, war für uns schnell klar: **Wir unterstützen den BHC** und sorgen für eine Glasfaseranbindung, die den Verein fit für die digitale Zukunft macht.

Bauleiter Jürgen Ehlers: „Der Ausbau und die Zusammenarbeit mit dem Team vor Ort haben super funktioniert. Wir wurden freundlich empfangen, alle waren hilfsbereit und es gab Kaffee! Das ist nicht selbstverständlich.“

1.400 Meter Glasfaser wurden verlegt – und das in Rekordzeit! Innerhalb von nur **zweieinhalb Wochen** wurden die Wege aufgebuddelt, Rohre



verlegt, Kabel durchgeschossen und der Ausbau abgeschlossen, sodass der BHC jetzt **mit Highspeed-Internet in die neue Saison** starten kann.

Jetzt sind nicht nur die Spielerinnen auf dem Feld schnell unterwegs, sondern auch die **Daten in Lichtgeschwindigkeit**. Wir freuen uns, dass wir den BHC auf diesem Weg begleiten dürfen und wünschen viel Erfolg in der **1. Bundesliga!**

LWLcom – Bremisch. Einfach. Fair.

Als Bremer Unternehmen mit langjähriger Erfahrung im Glasfaserausbau sind wir stolz darauf, solche Projekte gemeinsam mit regionalen Partner*innen, wie dem Bremer Hockey-Club realisieren zu können.

Unsere eigenen Tiefbau-Trupps sind schon seit über 20 Jahren am Start und mit unserer hausinternen Planung, Linientechnik und eigener IT-Infrastruktur sind wir in der Lage, hochverfügbare Produkte für Privat- und Geschäftskund*innen innerhalb einer kurzen Realisierungszeit anzubieten.

Als anerkannter Ausbildungsbetrieb in den Bereichen Tiefbau, Informatik und Büromanagement fördern wir aktiv den Nachwuchs in unserem Unternehmen. Zudem sind wir Praxispartner der IU Internationale Hochschule und begleiten unsere dualen Student*innen bei ihrem Einstieg ins Berufsleben.

Nicht nur innerhalb Bremens – auch über die Ortsgrenzen hinaus bieten wir mit Hilfe kompetenter Partner*innen Lösungen und Produkte an. In Hamburg, Düsseldorf, Berlin, Frankfurt und München ist LWLcom in verschiedenen Rechenzentren mit eigener Technik vertreten.

OB BEIM INTERNET ODER BEIM HOCKEY: DAS TEMPO ZÄHLT!

Glasfaser für Ihr Business direkt aus Bremen.

- ✓ Internet bis 100 Gbit/s
- ✓ Symmetrische Bandbreiten
- ✓ Telefonie / VoIP
- ✓ Feste IPv4-Adressen
- ✓ Redundante Anbindung möglich
- ✓ IP-Transit
- ✓ Colocation
- ✓ Dedicated Server

ANGEBOT ANFORDERN





Athletiktraining im BHC: Mehr Leistung – weniger Verletzung

Seit gut vier Jahren kümmert sich Axel Kolb beim Bremer Hockey-Club um die Fitness der Hockeyspieler. In dieser Zeit hat der ehemalige Leistungssportler und lizenzierte A-Trainer das Athletiktraining professionalisiert und mit seinem Trainingskonzept ein nachhaltig hohes Fitnesslevel geschaffen. Die messbare Konsequenz: mehr Leistung – weniger Verletzungen!

Beim Hockey spielt das Athletiktraining eine entscheidende Rolle, da der Sport vielseitige physische Anforderungen an die Spieler und Spielerinnen stellt:

- **Ausdauer:** Hockey ist ein intensiver Sport, der eine gute aerobe Ausdauer erfordert.
- **Schnelligkeit und Wendigkeit:** Die Spieler und Spielerinnen müssen beweglich sein und schnelle Richtungswechsel vollziehen können.
- **Kraft und Explosivität:** Kraftvolle Schüsse und die Fähigkeit, sich erfolgreich gegen Mitspieler durchzusetzen, erfordern Kraft und Explosivität.
- **Koordination und Gleichgewicht:** Präzise Ballkontrolle und geschickte Bewegungen hängen von guter Koordination und Gleichgewicht ab.
- **Verletzungsprävention:** Durch die Stärkung der Muskulatur trägt das Athletiktraining zur Reduzierung von Verletzungsrisiken bei.

- **Mentale Ausdauer:** Neben den physischen Aspekten ist auch die mentale Ausdauer wichtig. Spieler und Spielerinnen müssen in der Lage sein, über die gesamte Spieldauer konzentriert zu bleiben und strategisch kluge Entscheidungen zu treffen.

Individuell und zielgerichtet

Axel Kolb trainiert beim BHC insgesamt zehn Mannschaften – beginnend mit weiblich/männlich U10 mit einer Stunde pro Woche bis hin zu den 1. Damen/1. Herren mit drei Stunden pro Woche. Dazu ist er in der Bundesliga

»Was einen guten Athletiktrainer ausmacht, lernt man nicht in Büchern.« Axel Kolb

noch bei den Punktspielen dabei. Das geht nur mit der entsprechenden Leidenschaft. Kolb setzt je nach Altersstufe und Saisonphase unterschiedliche Schwerpunkte: „Bei den ‚Kleinen‘ arbeite ich viel koordinativ und mit spielerischen Elementen“, erklärt er seine Vorgehensweise. „Je älter die Teams werden, desto spezifischer und umfänglicher werden die Trainingseinheiten. Bei den Erwachsenen passe ich dann das Athletiktraining genau an die körperliche Belastung durch die Punktspiele an:



Axel Kolb kümmert sich auch um eine optimale, auf die jeweiligen Anforderungen abgestimmte Nährstoffversorgung der Bundesliga-Damen: vor dem Spiel aufputschend, währenddessen isotonisch und nach dem Spiel regenerierend mit Aminosäuren und Eiweißen.



intensives Training und Belastungsspitzen in der Saisonvorbereitung, aber auch vermehrt regenerative Einheiten zum Beispiel nach Doppel-Punktspieltagen.“

Kaum muskuläre Verletzungen

Kolbs Athletikkonzept und das kontinuierliche Training zeigen messbare Erfolge: Die muskulären Verletzungen tendieren beim BHC gegen Null, seit Axel Kolb das Athletiktraining übernommen hat. „Verletzungen geschehen jetzt meist nur noch in Zusammenhang mit Fremdeinwirkung. Die klassische Zerrung passiert bei uns nur noch sehr selten“, berichtet der 34-Jährige nicht ohne Stolz. „Gleichzeitig kommt die Rückmeldung von anderen Teams, dass unsere Spieler und Spielerinnen zu den Fittesten in der Liga gehören. Das ist natürlich ein tolles Feedback!“

Gute Echtzeitanalyse und Kommunikation

Für den Erfolg seines Trainingskonzeptes sieht Kolb drei wichtige Aspekte: „Die Basis bildet die Auswahl der richtigen Übung für den gewünschten Erfolg. Während des Trainings ist es essenziell, die Bewegungsmuster des Trainierenden korrekt zu analysieren und die richtigen Schlüsse daraus zu ziehen. Nur wenn der Trainer in Echtzeit erkennt, was im Bewegungsablauf falsch ist, kann dieser auch entsprechend korrigiert werden.“ Und last but not least legt Kolb großen Wert auf die passende Ansprache, denn nur damit lassen sich die benötigte Information als auch der Extra-Kick Motivation transportieren.

Raus aus der Komfortzone!

Seinen Trainingsstil beschreibt er selbst als „hart, aber herzlich“: intensives Training mit geballter Motivation, um die individuellen Ziele zu erreichen. Jeden, egal welchen Alters oder Fitnesslevels, versucht er im Training an seine persönlichen Grenzen zu führen, denn er ist überzeugt: „Nur außerhalb der Komfortzone wird man besser.“ Dabei ist es ihm wichtig, auch immer einen gewissen Abstand und eine professionelle Distanz zu wahren. Seine Stärke ist die Erfahrung aus beiden Welten: Leistungssportler und Trainer. So kann er sich zu jeder Zeit gut in seine Schützlinge hineinversetzen und sie gleichzeitig optimal coachen. Anne Günter

Axel Kolb

Axel Kolb war zunächst selbst Leistungssportler und trainierte acht Jahre lang als Leichtathlet am Olympiastützpunkt Neubrandenburg Sprint und Weitsprung.

Nach seiner Ausbildung an der Europäischen Sportakademie Potsdam arbeitete er als Trainingsleiter in einer großen Kette, bildete Personal Trainer aus und gründete anschließend sein eigenes kleines Fitnessstudio. Nach mehreren Jahren Selbstständigkeit wechselte er als Leichtathletiktrainer zu Werder, bevor er 2020 das Athletiktraining beim BHC übernahm.

Axel Kolb verfügt über eine Fitnesstrainer A-Lizenz und ist unter anderem zertifizierter Reha-Trainer mit Schwerpunkt Wirbelsäulentraining, Präventivtrainer für Haltung & Bewegung und Ernährungsberater. In seiner Freizeit ist er Sänger und Frontmann der Metal-Core-Band DERHB.



Zwischenrunde
in Mannheim



Das Jahr der wU16

Feldsaison

Wir starten Ende April mit einem 21er Kader in die Hockey-Feldsaison von Niedersachsen/Bremen. Die Vorrunde haben wir mit fünf Siegen und einem Unentschieden abgeschlossen. In der Endrunde (Niedersachsen/Bremen) konnten wir uns mit 7:2 gegen den CzV und einen Tag später mit 5:1 gegen den MTV aus Braunschweig durchsetzen. Erste Etappe Niedersachsen/Bremen Meisterschaft – Check!

Auf zur Qualifikation der Norddeutschen Meisterschaft und unser erstes K.O-Spiel gegen SV Blankenese. Dieses Spiel hatte so viel Spannung, dass kurz vor Schluss niemand mehr auf der Tribüne sitzen konnte. Nach einer Führung, den Ausgleich usw., konnten wir in der allerletzten Sekunde das 4:3 und somit den Siegtreffer erzielen. Zweite Etappe Qualifikation zur Norddeutschen Meisterschaft – Check!

Im ersten Spiel der Norddeutschen, trafen wir auf den DHC Hannover. Auch hier wurde das Spannungs-Level wieder aufgebaut. Aber nach 60 Minuten hieß es 3:2 für den BHC und somit die Gewissheit – nächste Runde erreicht. Im Finale der Norddeutschen mussten wir uns 0:3 gegen Klipper THC Hamburg geschlagen geben. Aber, egal! Dritte Etappe – Wir sind qualifiziert zur

Zwischenrunde der Deutschen Meisterschaft in Mannheim – Check!

Zwischenrunde zur Deutschen Meisterschaft auf der Anlage vom Mannheim HC. Die Nervosität steigt, am Samstag spielen wir gegen die Zehlendorfer Wespen. Wir gehen sehr schnell mit 2:0 (2. und 10.) in Führung, aber Dramatik können wir! Auf das 2:1 (21.), folgt das 3:1 (33.) und Ruck-zuck steht es 3:3 (46. und 56.). Aber die Mädels haben noch einmal alles reingeworfen und wir konnten das Spiel 5:3 (57. und 59.) gewinnen. Jetzt stand uns der HTC Uhlenhorst Mülheim gegenüber. Nur noch ein Sieg zur Endrunde. Da wir Dramatik lieben, haben wir das 2:2 nur Sekunden vor Schluss erzielt und uns in das damit verbundene Penalty-Shoutout gerettet. Am Ende konnten wir einen Penalty mehr als die Mülheimer versenken. Dank an die sehr gut aufgelegte Torhüterin Nike Bolte. Vierte Etappe – Wir sind im Final 4, wir sind unter den vier Besten Mannschaften unserer Altersklasse! – Check!

Auf zur letzten Etappe, auf nach Düsseldorf ...

Die Mädels von RW Köln haben es sich sicherlich einfacher vorgestellt. Wir haben sehr gut mitgehalten und gehen nach einem 2:2 in der regulären Spielzeit wieder ins

Penalty-Shoutout. Dieses Mal mussten wir uns geschlagen geben und sind mit einem 3:4 im Spiel um Platz 3 mit dabei. Hier wartete der Ausrichter, der Düsseldorfer SC auf uns. Nach einem schnellen 0:3 konnten wir noch einmal auf 2:3 verkürzen, aber dabei ist es dann auch geblieben. Wir beenden die Saison als viertbeste Mannschaft in Deutschland, aber mit dem Wissen, dass da auch noch mehr drin war...

Zurück in Bremen wurden wir von Eltern, Fans und Vereinsmitgliedern in der Gastro empfangen – feiern können wir!

Hallensaison – Meisterschaft

Im 8-Feld, auf zwei Gruppen aufgeteilt, erreichten wir am Ende den 2. Platz der Niedersachsen/Bremen Runde und qualifizierten uns zur Nord-Ost-Deutschen Meisterschaft (NODM). Wir als Ausrichter der NODM konnten in der Vorrunde gegen den Berliner HC (1:3), gegen Rotation (3:4) und gegen HTHC (2:4) leider kein Spiel gewinnen und sind damit ausgeschieden. In der Platzierungsrunde konnten wir dann mit einem 4:3 gegen DHC Hannover den 7. Platz für uns entscheiden. Nach der vielversprechenden Feldsaison ein kleiner Dämpfer in der Halle.

Hallensaison – Pokal

Die wU16 Pokalmannschaft, die mit wU14-Spielerinnen ergänzt wurde, hat sich im 5er-Feld durchgesetzt und in eigener Halle den Pokalsieg gefeiert. Herzlichen Glückwunsch!



Pokal Halle – 1. Platz

Wir verabschieden die 2008er Mädels in den Erwachsenen-Bereich und wünschen euch alles Gute.

wU16-Kader:

Sünne Bachmann, Nike Bolte (TW), Alma Casper, Emma Dieszbrock, Charlotta Golde, Amelie Griesenbeck, Mia Hasbach, Summer Hellbusch, Charlotta Henning, Leonie Hinz, Charlotta Lülker, Yeva Murzina, Thea Näkel, Nina Pätzold, Agatha Scheck, Christine Schukat, Emma Schultze, Ida Siemens, Louisa Singer, Emily Stoess und Juli Thomae

Trainer Stab:

Flo Keller, Jan B. Bösch, Jojo Oberlies, Axel Kolb (Athletik)

Betreuer:

Britt Hasbach, Julia Siemens, Corinna Golde, Kristina Pätzold, Tommy Hinz

links: Eltern
Fanblock in
Düsseldorf

rechts:
Final4 in
Düsseldorf



Ihr Vermögen sollte sich
um Sie kümmern.





wU14: Unterwegs von Chile bis in den Taunus

Für die wU14 begann die Feldsaison mit dem großen Abenteuer Chile: In den Osterferien 2024 sind sie nach Südamerika gereist, haben bei Gastfamilien des Club Manquehue gewohnt, neue Freundschaften geschlossen und vor einer traumhaften Bergkulisse Hockey gespielt. Ein unvergessliches Erlebnis!

Zurück in Bremen begann die Saison in der Oberliga Bremen/Niedersachsen. Nach sieben Spieltagen landeten die Mädels auf Platz 2, verloren aber das Relegationsspiel gegen den HTHC. In der Halle lief es ähnlich gemischt. Nachdem das Team die Vorrunde Bremen/Niedersachsen als Gruppenerster beendet hatte, war leider in der Zwischenrunde Schluss und es blieb bei dem Sieg der Platzierungsrunde.

Im Pokal spielte der jüngere Jahrgang, auf dem Feld tatkräftig unterstützt durch die wU12. Dabei ging es vor allem darum, dass alle Spielerinnen möglichst viel Spiel-

praxis bekommen sollten und es war schön zu sehen, dass das Team im Laufe des Jahres immer besser zusammengefunden hat!

Dazu kamen noch ein paar Highlights wie der Hochtaunus Cup in der Halle, den die Mädels souverän gewonnen haben, das Pfingstturnier in Frankfurt, das die Mädels mit dem 3. Platz beendeten, sowie der eigene BHC Cup ebenfalls in der Halle, bei dem alle wU14 Mädels mitgespielt haben!

Das Team:

Katharina Brammann, Sophie Bob, Sophia Calais, Ela Nur Cetin, Isabelle Clasen, Carolin Dreier, Liv Göggerle, Friederike Goetz, Leonie Hinz, Emma Kusch, Emma Mittag, Paula Neuenfeldt, Luise Nordhausen, Annika Pätzold, Lina Pohlmann, Talea Röhrich, Mia Rübke, Stella Sosinka, Henrike Sommer, Lia Tjarks, Sofia Ulloa Berg, Carla Ulrich, Lucy Wedemeyer, **Coach:** Jojo Pauser



Schools Out 2024



mU14: Harmonie im Team

Wir, die mU14 Hockeymannschaft des BHC, haben uns zur Vorbereitung auf die Feldsaison neben der Chile-Reise auch beim Fritz-Eix-Cup des TSV Bemerode eingesetzt. Das neu zusammengesetzte Team harmonierte von Anfang an prächtig und dominierte mit vier Siegen seine Gegner aus Hannover, Mülheim, Alster Hamburg und München. Der verdiente Turniersieg gab der Mannschaft einen kräftigen Motivationsschub.

An Himmelfahrt ging es traditionell wieder nach Berlin zum TC Blau-Weiß auf seiner schönen Anlage im Grunewald. Leider lief es sportlich nicht ganz so gut und am Ende stand ein 5. Platz. Dafür hat das Drumherum bei Freibad-Wetter entschädigt und allen viel Spaß gemacht. Zum letzten Mal ging es kurz darauf nach Frankfurt zum Pfingstturnier des SC 1880. Die Gegner kamen aus Hamburg, München, Berlin und Frankfurt und nach mehr Siegen als Niederlagen stand schließlich ein verdienter 3. Platz zu Buche.

Die Feldsaison begann mit Siegen gegen Braunschweig und Bemerode, doch nach den Sommerferien ließen die Leistungen nach und mit nur durchwachsenen Leistungen errang das Team letztlich einen 4. Platz, der die Jungs zur Zwischenrunde der norddt. Meisterschaft nach Hamburg, zum späteren Deutschen Meister HTHC führte. Dort schlug sich die Mannschaft tapfer und wehrte sich bis zum Schluss gegen einen übermächtigen Gegner.

Zur Vorbereitung auf die Hallensaison reisten wir Ende Oktober nach Bad Homburg zum Taunus Cup. Die Gegner kamen aus Leipzig, Frankfurt, Hannover und Bad Homburg. Im Halbfinale war der Hessenmeister SaFo Frankfurt etwas zu stark, aber im Spiel um Platz drei konnte abermals der

Gastgeber geschlagen werden. Neben dem Turniersieg der BHC-Mädchen gab es auch noch zwei Nominierungen für das Allstar-Team auf der Rückfahrt zu feiern.

Beim Heimturnier im BHC Anfang November wurden der HC Essen, Polo Hamburg und der Berliner HC geschlagen, wieder war im Anschluss aber der HF-Gegner von Blau-Weiß Berlin einen Tick stärker, doch ein Sieg im Spiel um Platz drei gg. DTV Hannover führte zu einem versöhnlichen Ende. Die zweite Mannschaft des BHC konnte sich zwar im Verlauf des Wochenendes steigern, blieb am Ende aber sieglos.

In der Meisterschaft kann es zu einer Premiere: Es wurde von Anfang an in einer gemeinsamen Runde mit Niedersachsen gespielt. Nach einer erfolgreichen Vor- und Zwischenrunde konnte der BHC die Endrunde erreichen, wo nach einem verpatzten Auftakt-Wochenende am letzten Spieltag der Club zur Vahr geschlagen wurde und sogar Siege gegen Braunschweig und Hannover möglich waren. Es blieb aber nach knappen Niederlagen nur der undankbare 4. Platz. Besser mache es die zweite Mannschaft in der Pokalrunde. Die ganze Saison blieben die Jungs gegen die Teams aus Oldenburg, Delmenhorst und Weyhe ungeschlagen und verteidigten ihren Titel aus dem Vorjahr souverän. Besonders erwähnenswert ist, dass drei U12-Spieler aus dem jüngeren Jahrgang dabei mitwirkten.

Leider ist aktuell noch unklar, wie es mit der U14-Mannschaft weitergehen wird, da die Hälfte der Jungs in die U16 aufsteigt, aus den jüngeren Jahrgängen aber viel weniger Spieler nachrücken. Auch die U16 ist auf dem Feld allein nicht spielfähig und auf Gastspieler anderer Vereine angewiesen.



Sommer 2024 BHC U12 HOCKEY CAMP



Ludwigsburg



- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10...19
- U12 Playlist
- Hostel am Hockeyplatz
- können wir in den Pool?
- Rio - London - Peking - Seoul - Los Angeles
- Morgenaktivierung
- Hockeyeinheiten
- Pizzaparty
- Stadtralley
- Trainingsspiele
- Grillen mit den HCLs

- Blühendes Barock
- Picknick im favorite Park
- können wir nochmal in den Pool?
- mega coole Aufführungen
- Ein Hoch auf Hockey
- Baby, bitte mach dir nie mehr Sorgen um 1 Tor
- Wahl zum ordentlichsten Zimmer
- Olympia: Honamas schauen
- W&MU12 mixed Teams rot vs weiß
- Muskelkater, Tape und viele Kühlpacks
- Sitzplatz-Hopping im ICE
- 1 Applaus

wU12: Ein buntes Jahr mit Freude, Tränen und ganz viel Team!

Wie in jedem Jahr nach der Osterzeit starteten wir mit einem weinenden und einem lachenden Auge in das nächste Hockeyjahr. Weinend, da wir uns von den Jahrgängen 2014 und 2011 verabschieden mussten – lachend, da wir endlich wieder liebgewonnene 2013er und 2012er treffen durften.

Mit einem lauten BHC begann das Zusammenwachsen in Training, Turnieren und Gemeinschaft. Zum allerersten Mal organisierten wir einen Saisonstarter. Das Ein-Tagesturnier war perfekt, um endlich wieder den Feldhockeyschläger zu schwingen. So in Schwung gekommen, ging die Feldsaison rasant weiter. Von Meisterschaft bis zum Pokal waren wir oft erfolgreich. Ergänzt wurde die Saison von diversen Turnieren in Bremen und Umzu!

Wieder einmal ging es Pfingsten nach Frankfurt. Das erste Turnier war sportlich und vom Wetter eher durchwachsen, die Gastfamilien waren dafür großartig.

Vor und nach den Sommerferien verschlug es uns in die zweit Schönste Hansestadt: Erst zum Kiwi-Cup nach Rissen, dann zum Anhockeln beim TTK Sachsenwald. Hier war Teamzusammenhalt gefragt – Technik, spielerische Leistung, all dies wuchs von Spiel zu Spiel. Die Feldsaison endete als Tabellenzweiter in der Meisterschaft mit der Endrunde gegen Niedersachsen. Hier trafen wir auf den DTV Hannover und im Spiel um Platz drei auf den CzV. Nach toller kämpferischer Leistung mussten wir uns leider mit der gewonnenen Erfahrung begnügen.



Auch in die Halle starteten wir wieder mit einem eigenen Turnier und mussten uns ganz schön strecken. Starke Gegner, viele hungrige Kinder klein und groß wurden versorgt und wir hatten jede Menge Spaß. Die Saison nahm ihren Lauf und wir wuchsen immer mehr zu einer Gemeinschaft zusammen.



Die Halle schien uns besser zu liegen und wir konnten beim LilaLaune-Turnier (2. Platz), dem Marzipantorten-Turnier (3. Platz), Neujahrsturnier HC Horn (2. Platz) und Burglöwenpokal Braunschweig (3. Platz) unsere Leistung zeigen und verbessern.

Auch wenn es mal eng wurde, hielten wir fest zusammen. So steigerte sich mit jedem Spiel die spielerische Leistung, das Teamgefühl und nicht zuletzt auch der Zusammenhalt. Die Punktspiele profitierten von den gewonnenen Erfahrungen und wir beendeten die Saison auf Platz 1 (Pokal) und Platz 2 (Meisterschaft).

Die Endrunde Niedersachsen/Bremen fand in Braunschweig mit dem BTHC, dem MTV Braunschweig und dem CzV statt.

Wir danken unserem Trainer Jojo, allen Co-Trainern und Trainerinnen, den wunderbaren Hockey-Eltern, den Ultras und ganz besonders Caro und Ulli, den weltbesten Betreuerinnen. Dickes Danke an alle BHC wU12 Mädels!



Es spielten:

Carlotta Eichner, Leonie Mehlhop, Jette Glahn, Lucia Klingenberg, Elise Hirschfeld, Sophia Hütten, Luise Mühl, Frieda Offen, Julia Roth, Celina Schwarz, Johanna Wesemann, Johanna Witzleb, Emma-Elisa Siefken, Lene Stürken, Klara Simonides, Ida Marie Bödeker, Pauline Augustin

#NURDERBHC MIT GERADEN ZÄHNEN VON UNS.

Dr. med. dent. Nicole Madesta · Fachzahnärztin für Kieferorthopädie
Georg-Bitter-Str. 19 · 28205 Bremen · Tel. 0421 46728951 · info@madesta.eu





WU10

Rückblick der wU10 Mädchen

Das vergangene Jahr war für unsere U10 Mädchen mit den Jahrgängen 2014 und 2015 ein aufregendes und lehrreiches Jahr. Mit viel Engagement, Teamgeist und Freude am Spiel haben die Mädchen zahlreiche Herausforderungen gemeistert und viele unvergessliche Momente geschaffen.

Nach den ersten Spielefesten in Bremen starteten wir die Turniersaison im Mai mit dem Pfingstturnier in Frankfurt. Obwohl das Wetter mit viel Regen nicht ideal war, hat das der Stimmung keinen Abbruch getan und wir wurden am Ende mit einem tollen vierten Platz belohnt. Im Juni folgte traditionell der Nana Cup. Auch wenn sich die wU10 Mädchen etwas mehr als den 7. Platz erhofften, hatten sie wieder eine Menge Spaß auf diesem tollen Turnier.

Das Ende der Feldsaison wurde im September mit dem Wilhelm Hirte Cup eingeläutet. Ein grandioses Feuerwerk, eine schlaflose Nacht im Zelt, gute Laune und Spaß, aber auch hier leider nur der 7. Platz. Egal... die Mädchen nutzten jedes Turnier, um noch weiter als Team zusammenzuwachsen und das merkt man von Saison zu Saison immer mehr.

Zum Jahresabschluss waren die Mädchen noch einmal kreativ unterwegs und haben im Clubhaus Tassen selber bemalt. 24 wunderbare, einzigartige Kunstwerke sind so entstanden, genauso einzigartig wie jedes Mädchen im Team. Wir haben eine wirklich tolle Gemeinschaft gebildet und der Zusammenhalt der Mannschaft ist phänomenal.

Das Highlight dieser Hallensaison war der BHC Cup am ersten Märzwochenende in unserer eigenen Halle. Teams aus ganz Deutschland waren vor Ort. Leider machte die Krankheitswelle auch vor unserem BHC Cup nicht Halt und wir mussten kurzfristig kräftig umplanen. Dafür konnten aber alle wU10 Mädchen noch einmal mit ordentlich Spielanteil auf dem Feld Gas geben. Mit zwei Mannschaften gingen wir an den Start. Toll gekämpft und noch einmal alles gegeben und am Ende haben wir Platz fünf und sieben belegt. Ein schöner Abschluss der Hallensaison bevor es jetzt wieder raus aufs Feld geht.

Viel Spaß und Erfolg dem 2014er Jahrgang in der wU12, wir sehen uns nächstes Jahr in dieser Konstellation wieder. Wir freuen uns darauf!

An dieser Stelle ein Dankeschön an alle Eltern, ohne die so vieles nicht möglich wäre und an die wU8 Mädchen, die uns bei Engpässen immer so spontan mit ihrem Kampfgeist unterstützen! Und natürlich Danke an Jojo, Nina und Henry, wir freuen uns auf die nächste Saison mit tollen Turnieren in Hamburg, Hannover, Berlin und Dinslaken. Das wird richtig toll!

Bei den wU10 spielten 2024 mit:

Anna Pape, Carla Blankemeyer, Charlotte Grzonka, Clara Witzleb, Elena Grotheer, Emelie Assmus, Enie Grabowski, Estelle Telcian, Hanna Walther, Jette Middeldorf, Kaja Roth, Leonie Kerssenbrock, Mathilda Vincetic, Matilda Bischoff, Merle Kund, Nele Schwerdtfeger, Sophie Pape und Thea Li



Tischlerei Homann G m b H & Co. KG

Bau • Möbel • Treppen • Innenausbau

Oberneulander Landstr. 95a • 28355 Bremen

☎ 0421 / 25 90 24 @ tischlerei-homann@arcor.de



2024 war ein aufregendes Jahr für die mU10

Während der Feldsaison kam leider keine Meisterschafts-klasse im Bremer Verband zu Stande, sodass wir mit zwei Mannschaften die Pokalrunde spielten. Die „alten Hasen“ spielten alles und jeden an die Wand, sodass wir uns schnell mit Filius einigten, dass der ältere Jahrgang überwiegend nur auf Turniere fuhr. Da wir das große Glück hatten, zahlreiche Neuzugänge in unseren Reihen begrüßen zu dürfen, waren die Pokalspieltage der perfekte Einstieg in das wunderbare Hockeyleben und alle Jungs kamen auf ihre Kosten und damit war es eine Win-Win-Situation für alle Kinder.

Traditionell stand Pfingsten wieder das große 3-Tages Turnier in Frankfurt an. Leider hatte der Wettergott mit uns kein Erbarmen und es regnete drei Tage lang fast durch. Die Kinder und die Betreuer/innen, kamen aus den nassen Klamotten nicht mehr raus. Morgens wurde noch erfolglos versucht, die Torwartausrüstung und die Schuhe der Kinder mit dem Hostelföhn zu trocknen. Der Laune der Kinder tat das Wetter keinen Abbruch und trotz mäßigem Erfolg auf dem Turnier waren alle Jungs bestens gelaunt.

Neben den traditionellen Turnieren wie NANA und Wilhelm-Hirte-Cup, waren die Jungs auch auf dem Stadtpark Cup in Horn Hamm und dem Eulen Cup von Klipper mit Platzierungen im Mittelfeld dabei. Das Highlight der Saison war allerdings der „Heinrich der Löwe Cup“ bei Eintracht Braunschweig, bei der die mU10 ihr erstes Feldturnier – mit nur zwei Gegentoren im ganzen Turnier – gewann.

Als die Planungen für die Hallensaison 2024/2025 begannen, war schnell klar, dass es wieder keine Meisterschafts-klasse geben wird, daher wurde von Filius direkt gegengesteuert und neben einer mU10 Pokalmannschaft auch eine mU12 Pokalmannschaft gemeldet. Nun gab es für einen Teil der Jungs keine Penaltys mehr, sondern Strafecken und somit konnte sich die mU12 Pokalmannschaft mit neuer Schutzausrüstung vertraut machen: den Eckenmasken.

Da wir recht wenig Turniere in der Hallensaison in der Planung hatten, wurde zusammen mit der mU12 und wU10 kurzerhand ein eigenes Neujahrsturnier organisiert

– hier hatten vor allem unsere Neuzugänge die Möglichkeit Turnierluft zu schnuppern, was sie auch mit Begeisterung taten.

Zum Abschluss der Hallensaison (2024/2025) konnte sich die mU12 Pokalmannschaft noch den Titel sichern und den begehrten Wanderpokal nach Hause holen. Beim jährlichen BHC Cup waren die Jungs mit zwei Mannschaften am Start, sie waren gute Gastgeber und belegten Platz 7 und Platz 4.

Bei den mU10 spielen:

Mats, Rune, Moritz, Luis, Vitus, Felix, Elliot, Emilian, Francisco, Lennard, Nicolas, Paul, Adrian, Daniel, Jakob, Janne, Konrad, Linus, Leonard, Matthäus, Mattis

Trainiert wurden die mU10 von Filius und seinem Co-Trainer Julius. Zu Beginn der Sommerferien verließ uns leider Jette, die aufgrund ihres Studiums in eine andere Stadt zog.

Wir bedanken uns bei Filius, Jette und Julius für das schöne Jahr.



- Installation an Alt- und Neubauten
- Komplexe Datennetzwerktechnik
- Modernste Sicherheits- und Gebäudetechnik



Dein Start in die richtige Richtung -
Elektroniker für
Energie- und Gebäudetechnik...
wir bilden Dich aus !

KONTAKT

Hoefert Elektro GmbH
Neidenburger Str.32
28207 Bremen
Fon: (0421) 49 80 16
email: info@hoefert-elektro.de
Internet: www.hoefert-elektro.de

Martin Heuck
FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE



Sonneberger Straße 3
28329 Bremen
Telefon: 0421/46 40 70
Telefax: 0421/467 90 75

mail@augenpraxisheuck.de
www.augenpraxisheuck.de



Rückblick 2024 – D-Mädchen wU08

Was für ein tolles Jahr liegt hinter unseren D-Mädchen! Mit viel Begeisterung, Ehrgeiz und Teamgeist haben sie sich durch zahlreiche Turniere und Spielefeste gekämpft und dabei einige Erfolge erzielt.

Der Auftakt des Jahres war der BHC Cup im März, bei dem unsere Mädchen einen starken 4. Platz belegten.

Kurz nach Ostern bekam die Mannschaft Zuwachs, als die Mädchen des Jahrgangs 2017 zu den D-Mädels

wechselten. Gemeinsam starteten sie voller Elan in die Feldsaison und nahmen an zahlreichen Spielefesten und Turnieren teil.

Aufregend war die Teilnahme am NANA-Cup in Hannover, bei dem die Mädels nicht nur den 2. Platz erreichten, sondern auch beim gemeinsamen Zelten ein unvergessliches Wochenende erlebten. Auch beim Wilhelm-Hirte-Cup in Hannover wurde nicht nur Hockey gespielt, sondern das Team wuchs bei dem gemeinsamen Wochenende weiter zusammen.

Neben weiteren tollen Turnieren wie dem Marzipantorten-Turnier in Lübeck oder dem Nikolaus-Turnier des



TuS Lichterfelde in Berlin, bei dem sie einen respektablen 5. Platz erreichten, sammelten die Mädchen wertvolle Erfahrungen und viele gemeinsame Erlebnisse. Besonders spannend war in Berlin die erste Hotelübernachtung im Sechsbett-Mädelszimmer – ein echtes Highlight! Ein weiteres tolles Ereignis war das gemeinsame Training mit den 1. Damen, das den Nachwuchsspielerinnen nicht nur neue Tricks, sondern auch ein unvergessliches Erlebnis bescherte. Beim anschließenden Essen in der Club-Gastro wurde der Teamgeist weiter gestärkt.

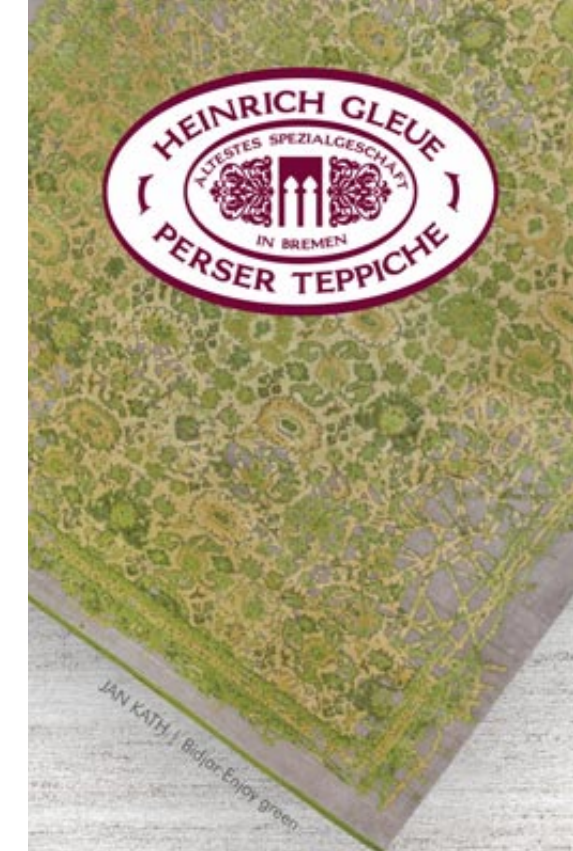
All diese Erlebnisse haben die Mädels nicht nur als Spielerinnen, sondern vor allem als Team weitergebracht. Mit viel Freude, Teamgeist und Motivation blicken wir nun auf ein spannendes Jahr 2025, in dem neue Herausforderungen, Turniere und unvergessliche Momente auf uns warten.

Ein großes Dankeschön geht an unsere Trainerinnen und Trainer, Betreuerinnen und Betreuer sowie die Eltern, die unsere WU8 das ganze Jahr über mit viel Engagement begleitet und unterstützt haben. Ohne euch wäre all das nicht möglich gewesen!

Wir freuen uns auf ein weiteres sportliches und erfolgreiches Jahr mit euch allen!

Das Team 2024:

Romy Begovic, Luise Blankemeyer, Elin Breuer, Ine Deke, Leonie Doderer, Zoey Fasking, Sina Garbade, Olivia Hajek, Mona Imbern, Marie Sophia Klein, Lotta Klemeyer, Pia Lachmund, Caroline Victoria Lacroix, Isabella Lampl, Christa und Ivette Lüllau, Mila Mehlhop, Emma Pohling, Emilia Schwarz, Great Steffens, Jonna Luise Thomas, Luisa Walther, Lea Wunderlich, Marla Zunken



DIE SCHÖNSTEN TEPPICHE BREMENS!

IM ÄLTESTEN SPEZIALGESCHÄFT DER STADT FÜR KLASSISCHE UND MODERNE TEPPICHE!

- Beratung und Verkauf
- Biologische Teppichwäsche
- Reparaturen und Restauration in eigener Werkstatt
- Inzahlungnahme / Ankauf alter Teppiche und Brücken
- Gutachten und Bewertungen
- Anti-Rutsch-Unterlagen



TEPPICHHAUS HEINRICH GLEUE
Fedelhören 7 | 28203 Bremen
Telefon 0421 326207

www.teppich-gleue.de

Teamgeist, Turniertaufe und Trainingseifer – die Reise der mU8



Das Team in Cuxhaven.



Pokalspieltag Platz 1.

Mit Beginn der Feldsaison 2024/25 bestand unsere männliche U8-Mannschaft aus einer beeindruckenden Gruppe von 35 Spielern – eine Größe, die rückblickend nicht weiter verwunderlich war. Ein Großteil der Spieler, stolze 20 an der Zahl, waren frisch aus dem Minibereich aufgestiegen und hatten dort bereits unter dem Team von Andi Schmedes eine intensive Vorbereitung genossen. Ein besonderer Erfolg war es aber, dass so viele Spieler der Mannschaft treu blieben und kaum jemand nach den Minis das Team verlassen hatte. Es war eine richtig große Gruppe, die von nun an mit allen Eltern, der energetischen Betreuerin Kerstin und den Trainern von Turnier zu Turnier zog, voller Vorfreude auf das nächste Abenteuer. Die Feuertaufe erhielten die Youngsters beim Mazda Kids-Hockey-Cup in Delmenhorst, wo sie als eine der jüngsten Mannschaften antraten. Die mitgereisten Eltern erinnern sich noch an die Hitze und den ungewohnt langsamen Platz. Doch dieser erste Auftritt war ein wichtiger Schritt, um als Team zusammenzuwachsen. Es folgten weitere Turniere wie der Rautini-Cup in Hamburg, bei dem die Mannschaft erstmals gemeinsam zelten konnte, der Nana-Cup (zwei 8. Plätze) in Hannover

und der Wilhelm-Hirte-Cup (7. Platz). Neben diesen Highlights nahm die U8 an acht weiteren Spielfesten teil. Mit einem 5. Platz beim Marzipantortenturnier in Lübeck begrüßte sie dann die Hallensaison. Durch die hohe Trainings- und Turnierbeteiligung hielten die Trainer am BHC-Konzept „Jeder soll spielen!“ fest: Die positive Entwicklung der Mannschaft, die enge Bindung zu den Trainern und das gute Miteinander führten dazu, dass die U8 an sechs Spielfesten und vier Hallenturnieren teilnahm und außerdem eine U8-Mannschaft in der U10 Pokalrunde gemeldet wurde. Bei diesen vier Pokalterminen belegten die „Youngsters“ jeweils die ersten oder zweiten Plätze. Ein besonderer Höhepunkt war das Nikolausturnier in Berlin, bei dem die Mannschaft nach dem ersten Tag so-



Athletik-training



Dankeschön an unsere Betreuerin Kerstin



gar für das Final4 qualifiziert war. Auch wenn die Erwartungen am zweiten Tag nicht ganz erfüllt wurden, war die Motivation der Spieler ungebrochen. Um das Potenzial weiter auszuschöpfen, erarbeiteten die Trainer einen neuen, umfassenden Trainingsplan. Neben den Matchtrainings (gemeinsamen mit der wU8) wurden nun auch wöchentlich Athletikeinheiten und insgesamt drei Torhütereinheiten angeboten. Mit dieser Feinjustierung nahm die Mannschaft an weiteren Pokalturnieren teil, darunter ein erster Platz, und belegte beim Trollturnier in Celle einen respektablen 5. Platz. Als die Saison im März mit insgesamt 27 Turnieren und Spielfesten mit den D-Days endete, stand fest: Diese U8-Mannschaft ist zu einer großartigen Gemeinschaft gereift, in der die Jungs nicht nur Hockey spielen, sondern auch gemeinsam gewinnen und verlieren können. Elf Spieler werden nun zur U10 wechseln, doch das Wichtigste bleibt – eine Mannschaft, die gelernt hat, füreinander da zu sein.

Für die U8 spielten:

Felix Assmus, Magnus Blömer, Jacob Demit, Paul Jonathan Dickhoff, Oscar Duda, Francisco Feldmann, Lourenco Feldmann, Jarno Flügge, Noah Gerdes, Thore Habedank, Henri Himmel, Jan Hoffmann, Niklas Jiang, Titus Kerssenbrock, Jesse Kohl, Oscar Kreyenhop, Theo Lünemann, Jelle Metz, Max Carlo Pätzold, Theodor Perkovic, Ole Reisenauer, Lukas Saßen, Dante Samuel Schenck, Milan Schirmer, Nik Schneider, Henri Schrader, Yonn Leopold Seyring, Jonah Simonides, Mathis Sommer, Jannis Sonntag, Paul Steffens, Tarje Storm, Ben Vocke, Thore Wecker, Jakob Witzleb

Die Mannschaft wurde von Johannes „Jojo“ Pauser, Andrea „Andi“ Schmedes, Sebastian „Basti“ Tecklenburg, Friedrich „Fidi“ Mühl, Julius „Becker“ Becker, Marlene Offen, Jens „Jens“ Sommer (Athletik), Carla Degenhardt und Angelina „Angie“ Blietz (beide TW-Training) trainiert und von Kerstin Flügge betreut.

„Moderne Zahnheilkunde: Minimaler Eingriff bei optimalen Ergebnissen.“

Dr. Karin & Hannes Thurm-Meyer
Zahnärzte
Seit 1995 in eigener Praxis

**Dr. Thurm-Meyer & Partner
Zahnärzte**

Dr. Karin Thurm-Meyer · Hans Thurm-Meyer
Apfelallee 3 · 28355 Bremen-Oberneuland
Fon: 0421. 25 50 50 · www.dr-thurm-meyer.de



Tukans 2024

Anfang des Jahres 2024 versammelte sich eine nette Gruppe best ager*innen zum gemeinsamen Spaziergang bei bestem Grünkohlwetter, um anschließend bei Said und seinem Team einzukehren. Wir hatten einen sehr schönen Nachmittag, der sich sicherlich in 2025 wiederholen wird.

Noch vor Alt gegen Jung, das dieses Jahr recht spät im Mai stattfand, hatte Wollé zum Spargelessen geladen. Alt gegen Jung war von Mark und Wolfgang wie üblich bestens organisiert und auf höchst professionellem Niveau durchgeführt. Das Ergebnis, wenig überraschend, war ein hart umkämpftes Unentschieden...

Das absolute Highlight in diesem Jahr war sicherlich unser Tukan Cup auf unserer top gepflegten Anlage. Insgesamt

15 Teams lieferten Hockeysport vom Allerfeinsten. Und dank der tatkräftigen Unterstützung der 2. Herren konnten wir sogar sportlich einiges abliefern. Vornehm erzogen, wie wir nun einmal sind, haben wir aber am Ende den Sieg gern aus der Hand gegeben. Positiv anzumerken sei noch, dass wir durch starken eigenen Einsatz die Kosten im Griff hatten und bei stabilem Teilnahmepreis einen kleinen Überschuss für die Mannschaftskasse übrighaben.

Obwohl es bei der Trainingsbeteiligung noch Luft nach oben gibt, haben wir in Wiesbaden dem Rest der Republik gezeigt, wie man Hockey spielt. Von Spiel zu Spiel zeigte sich eine kontinuierliche Besserung und das blinde Vertrauen auf dem Platz hat uns zu Höchstleistungen ge-

pusht. Am Ende teilten wir uns den Turnierge-
winn, nach zwei Tagen körperlicher Strapazen
hatte niemand mehr Lust, sich noch mit
einem Penaltyschiessen zu beschäftigen.

Am 30.10.2024 fand schließlich der tradi-
tionelle Besuch auf dem Freimarkt statt.
Größere Gedächtnislücken sind nicht zu ver-
zeichnen, so dass man von einem gelungenen
Abend ausgehen darf.



Deco Cup: Mit einer nicht ganz voll-
ständigen Mannschaft haben die Tukans
wieder einmal das Finale erreicht. Gegen
Lübeck sollte es dieses Jahr aber nicht
sein, so dass wir dem Triple weiter hin-
terherlaufen müssen. Die Suche nach dem
verlustrigen Pokal (muss irgendwo im
Clubhaus sein und wurde zuletzt vor dem
Umbau gesichtet) geht indes weiter...



Ist meine Vermögensstruktur zu komplex?

Wie gelingt der Generationenübergang meines Vermögens?

Was bewirkt mein Vermögen?

Hinter jedem Vermögen steht eine persönliche Geschichte. Ihr Wohl und Ihre Interessen sind wichtige Grundlagen für eine sinnvolle Vermögensstruktur. Gemeinsam finden wir die Antworten auf Ihre Fragen.

Sprechen wir über Ihren Weg: Marcel Nordhausen · 0421 4089 5787

Mackel Siemens

SINNVOLL VERMÖGEN GESTALTEN

www.mackelsiemers.de





Die Segel-Tukans on Tour

Eine bunte Mischung aus Wassersportfreunden mit BHC-Wurzeln macht sich

jedes Frühjahr auf, um neue Segelreviere zu erkunden. Nachdem die deutsch-dänische Ostseeküste in den vergangenen Jahren bereits ausgiebig besegelt wurde, ist seit zwei Jahren die mallorquinische Küste das Ziel. Diesmal begann die Woche im Osten Mallorcas, in Port de Pollença. Das Boot der Wahl war eine Beneteau Oceanis mit ausreichend Platz für die 6-köpfige Crew. Nach einer ausgiebigen Verproviantierung und Erkundung der örtlichen Gastronomie klang der erste Abend in bester Stimmung und Vorfreude an Bord aus. Das Reiseziel des 1. Segeltages musste allerdings mangels freier Plätze im Hafen von Alcudia neu gesteckt werden und so wurde die kleine Marina de Bonaire Heimat für eine Nacht. Der örtliche Sandstrand und ein leckeres Abendessen unter einer Pergola ließ die ohnehin schon gute Laune weiter steigen. So wurde Port d'Alcudia einen Tag später angelaufen. Die Wassertemperatur in der Lagune war aber selbst für Warmduscher zu viel des Guten, deswegen machten wir uns zeitig auf den Fuß-Weg in die malerische Altstadt von Alcudia mit vielen engen Gassen und netten Geschäften mit Handwerkskunst oder leckeren einheimischen Genüssen. Am nächsten Vormittag lockte der lokale Markt in der Altstadt und nachmittags folgte ein Bad in der Bucht, diesmal etwas weiter abseits der Strände in kristallklarem Wasser.

Für Unterhaltung sorgte

zudem ein Löschflugzeug, welches dutzende Male Wasser während des Fluges tankte um damit ein brennendes Lagergebäude zu retten.

Schließlich ging die Reise weiter Richtung Porto Cristo, allerdings die meiste Zeit unter Maschine gegen den Wind. Dafür entschädigte bei der Ankunft der schöne Naturhafen mit einer fantastischen Aussicht von einem der höher gelegenen Anwesen. Außerdem trafen wir dort Freunde, die spontan vorbeikamen und mit uns einen weiteren genussvollen Abend verbrachten.

Da die Wettervorhersage für den übernächsten Tag nichts Gutes brachte, machten wir uns einen Tag früher als geplant auf den Rückweg. Unter vollen Segeln genossen wir den letzten Seetag und machten dabei Bekanntschaft mit zwei Delfinen, die unser Boot ein Stück des Weges begleiteten. Am letzten Tag erkundeten wir noch die malerische Altstadt von Pollença, die einen fantastischen Blick auf die Bucht bietet. Der Rückreisetag hielt mit einem Bummel durch Palma ein letztes Highlight bereit, bevor es wieder heim ging. Beim nächsten Mal trifft sich die Segelkameradschaft auf Ibiza und feiert dort ihr 10-jähriges Bestehen.

Es grüßen die Segel-Tukans Sösch, Berti, Frank, Tom, Andi und Markus



Elternhockey: Auf der Suche nach Tresengold und weiteren Erfolgen

Oftmals haben Elternhockey-Teams den Ruf, vor allem auf der Jagd nach Tresengold zu sein. Das lässt sich auch bei den Schlagfertigen des Bremer HC nicht ganz ausschließen. Aber es geht um noch viel mehr. Als eines von rund 270 Elternhockey-Teams in Deutschland sind die Schlagfertigen gut vernetzt und nehmen regelmäßig an verschiedenen Turnieren teil. Immer nach dem Motto: Gemeinsam Hockey spielen, gemeinsam Spaß haben und gemeinsam erfolgreich sein!

Auch in 2024 gehörten die Turniere zu den Highlights. Wie zum Beispiel der Löwenpokal Anfang Juni, zu dem die Löwenauslese von Eintracht Braunschweig eingeladen hatte. Zusammen mit den Funvahren des Club zur Vahr sind die Schlagfertigen als Spielgemeinschaft angetreten. Bei schönstem Wetter und bester Stimmung haben sich die „FunFertigen“ mit insgesamt drei Siegen und vier Unentschieden souverän auf Platz 2 des Turniers gespielt. Im September sind die „Funfertigen“ wieder gemeinsam auf Reisen gegangen und waren beim traditionellen Elternhockey-Turnier des DHC Hannover am Start. Das Turnier in den Herrenhäuser Gärten ist mit Übernachtung im Zelt, Feuerwerk und Player's Night immer etwas Besonderes. In harten Fakten ausgedrückt war das Ergebnis nur Platz 7 – aber zwischen den Zeilen stand deutlich mehr Spaß und Engagement bei den Spielen!

Ende September waren die Schlagfertigen beim Funvahren Cup in der Bürgermeister-Spitta-Allee eingeladen, bevor sie im November ihr eigenes Kohlturnier im BHC ausrichteten. 12 Teams trotzten dem Novemberwetter und spielten engagiert um den Sieg. Die Schlagfertigen landeten nach drei Siegen, einem Unentschieden und einer Niederlage als gute Gastgeber auf Platz 2 hinter den Hanseschrubbern aus Hamburg. Parallel zum Hockey konnten sich die Teams in klassischen Kohlfahrt-Disziplinen von Gummistiefel-Weitwurf bis Spaghetti trifft Maccaroni beweisen. Anschließend gab es das traditionelle Kohlessen mit Party bis in die frühen Morgenstunden – wer Tresengold holte, ist allerdings nicht überliefert.

Die Schlagfertigen sind ein Mixed-Team und trainieren immer freitags um 20 Uhr auf dem BHC-Kunstrasen – nur wenn es draußen friert, spielen sie in der Halle. Wer Lust hat, dabei zu sein, kann einfach freitags auf den Platz kommen und mitspielen! Weitere Infos und Kontakte gibt es auf Instagram unter „die.schlagfertigen.bhc“.





TENNIS



Martin Weißgräber



Nadine May

Tennisabteilung BHC

In der Tennisabteilung ging es auch im letzten Jahr weiter bergauf. Am laufenden Training nehmen zurzeit knapp 200! Kinder aus allen Altersklassen teil. Ab Sommer 2025 sind in diesem Jahr elf Jugendmannschaften und fünf Erwachsenenmannschaften gemeldet. Zum allerersten Mal haben wir seit Winter 24/25 zwei Damenmannschaften gemeldet. Die Erfolge im letzten Jahr konnte sich sehen lassen. Fünf Mannschaften zogen in die End-

runde ein. Die Junioren B I und B II hatten ein internes Finale. Hier konnte sich die erste Mannschaft knapp durchsetzen. Die Junioren C und die U8 wurden jeweils Pokalsieger. Ein toller Erfolg für unsere Jugendabteilung. Die 1. Damen schafften wieder den 3. Aufstieg in Folge. Ab Sommer werden Luke Mählmann und Arasto Bernard unser Trainerteam verstärken. Willkommen im Team!! Wir freuen uns auf eine tolle und erfolgreiche Sommersaison 2025.

Euer Martin

Junioren C: Makellose Bilanz auch im Pokalfinale

Bei erneut strahlend blauem Himmel hatten am vergangenen Samstag die vier Jungs der C Junioren im Pokalfinale den Bremischer S.V. zu Gast.

Zum vermeintlichen Saisonabschluss wollten sich alle vier nochmal von ihrer besten Seite zeigen und gewinnen. Malik Blumenberg legte schnell mit 6:1 und 6:0 zur 1:0 Führung vor. Gewohnt gelassen und mit spielerischem Feingefühl gewann er gegen seinen tapfer kämpfenden Gegner Joachim Pälke.

Auch Elliot Schön hatte den ersten Satz mit 6:1 schnell für sich verbuchen können, bevor er dann im zweiten Satz nach 0:2 Rückstand auf 5:2 davonzog. Der Rest der Mannschaft stand schon am Zaun zum Feiern bereit, doch sein Gegner Leonhard Kirsch konnte nochmal auf 5:4 rankommen, bevor Elliot dann mit 6:4 den zweiten Satz ebenfalls für sich verbuchen konnte. Somit stand nach den beiden Einzeln der Pokalsieger schon fest, jedoch war der mannschaftsinterne Druck auf die beiden Doppelspieler, nun auch die makellose Bilanz im letzten Spiel der Saison zu halten, übertragen worden. Lauren Ranz und Paul Dreyer nahmen diese Aufgabe aber gerne an und gewannen ihren ersten Satz mit 6:3, bevor sie es dann



im zweiten Satz auf dem Weg zur sich anbahnenden Meisterfeier eilig hatten und ihre Gegner mit 6:0 besiegten. In einer makellosen Saison gaben die vier Jungs in den insgesamt acht Spielen nur einen einzigen Satz ab und gewannen alle ihre Spiele sonst immer in zwei Sätzen und damit deutlich mit 3:0, was auch laut TNB außergewöhnlich souverän ist. Glückwunsch Jungs! PS: Den vier Jungs war es ein Anliegen ihrer Trainerin Nadine May für die großartige Vorbereitung und das gute Training zu danken! „DANKE der besten Trainerin der Welt“ war der O-Ton.



Weihnachtsbowling der Kids

Was für einen beliebten Event Martin Weißgräber und Team da immer in der Vorweihnachtszeit auf die Beine stellen, zeigt die stolze Teilnehmerzahl von 74 Tennis Kids im Alter von 6-16 Jahren! Alle haben mit viel Spaß und Ehrgeiz gebowlt und beim leckeren gemeinsamen Essen im Anschluss wurde analysiert, geschnackt und viel gekichert. Alle waren sich einig: Ein toller Nachmittag! Wie gut, dass Martin schon versprochen hat: "Wiederholung ist natürlich geplant!" ;-)



Der 5. BHC Cup war ein voller Erfolg!

Über 90 junge Tennistalente zeigten hervorragendes Tennis beim 5. BHC Cup der Green & Orange Serie. Die Teilnehmer*innen kamen aus dem gesamten nord-deutschen Raum sowie aus Hessen und aus dem Mittelrhein. Das Wetter bescherte der bewährten Turnierleitung mit Nadine May, Martin Weißgräber und Rolf Hübler viel Kopfzerbrechen und Arbeit. Am Freitag wurde neben den acht Plätzen beim BHC auch auf drei Plätzen beim TV Oberneuland gespielt. Der verregnete und sehr windige Samstag verlangte allen viel ab, so wurde die Altersklasse U9, die mit 50 % druckreduzierten Bällen auf verkleinerten Feldern spielte, kurzfristig in die Halle verlegt. Die Altersklasse U10, die mit 25 % druckreduzierten Bällen spielte, kam mit den äußeren Bedingungen gut klar. Trotz permanenter Regenpausen waren alle Kinder und Eltern entspannt, da das Orgateam alles gut im Griff hatte. Am Sonntag wurden dann noch die Finalspiele der Junioren*innen der Altersklasse U9 bei besserem Wetter auf den Außenplätzen durchgeführt. Bemerkenswert war, dass in diesem Jahr die Spiele sehr fair abliefen und wenig Entscheidungen auf den Plätzen

gefällt werden mussten. Vom BHC waren Enie Grabowski im Feld der Juniorinnen U10 und Mia Salomon in der U9 angetreten. Enie gewann ihr erstes Match und musste sich dann im Viertelfinale knapp im Match-Tiebreak geschlagen geben. Mia verlor ihr 1. Match und scheiterte dann im Halbfinale der Nebenrunde ebenfalls knapp im Match-Tiebreak. Überraschend setzte sich bei den Juniorinnen U10 die erst 9-jährige Clara Elise Elsner von Bayer Dormagen gegen die 10-jährige Eva Marie Kühle vom BW Kassel durch. Ansonsten wurden die Titelfavoriten ihren Rollen gerecht und den vielen Zuschauern wurden begeisternde Ballwechsel geboten. Dieses 10. Turnier der Green & Orange-Cup-Serie des TNB (Tennisverband Niedersachsen-Bremen) war eines der größten seiner Art. Am Jahresende werden die besten Spieler*innen von insgesamt 22 Turnieren zu einem Masters-Turnier eingeladen. Alle Eltern waren von der tollen, gepflegten Anlage und vom Service begeistert und zollten dem Turnierteam großes Lob. Im Juni 2025 wird es eine Neuauflage geben.



Eltern und Spieler waren von der tollen, gepflegten Anlage und vom Service begeistert.



Vom BHC war Enie Grabowski bei den Juniorinnen U10 angetreten, musste sich im Viertelfinale aber knapp geschlagen geben.



Die bewährte Turnierleitung mit Rolf Hübler, Nadine May und Martin Weißgräber (v.li.).

Oberneuland MAGAZIN

Ländlich leben in Bremen



BHC-internes Pokalfinale bei den Junioren B



Zum Pokalfinale der Junioren B standen sich Anfang September die beiden Mannschaften Junioren BI und Junioren BII des BHC gegenüber. Bei großer Hitze ging es nachmittags um 15 Uhr los. Es gab zwei lange, spannende Einzel mit gutem Tennis zu sehen: Gianluca Vienerius (BI) gewann sein Einzel mit 6:4 und 6:4 gegen Julius Mastalka (BII). Felix Betz (BI) verlor sein Einzel mit 6:3 und 6:4 gegen Laurenz Singer (BII). So stand es nach den Einzeln 1:1, das Doppel war nun entscheidend und dadurch blieb es spannend bis zum Schluss.



Es spielten Gianluca und Ben Hufschmidt für die BI Mannschaft gegen Julius und Alexander Metz für die BII Mannschaft. Wir sahen viele gute und spannende Ballwechsel und letztendlich konnten Gianluca und Ben das Doppel dann doch für sich mit 6:3 und 6:3 entscheiden. Nach etwas mehr als vier Stunden und hart umkämpften Spielen auf dem Tennisplatz gewann also die BHC I Mannschaft dieses Duell mit 2:1. Herzlichen Glückwunsch an beide Mannschaften zum 1. und 2. Platz!

Magnus und Mia holen den Pokal!

Bei bestem Wetter und in netter Atmosphäre gewannen die zwei „Ms“ das Finale der U8-Mannschaftsrunde. Die beiden starteten am Samstagmorgen nach dem Gewinn der Motorik-Runde mit einem klaren 8:0 in die Einzel, wo Magnus sich in einem spannenden Spiel auf Augenhöhe und Abwehr von drei Satzballen mit 7:5, 6:3 durchsetzen konnte. Somit hat Magnus seine Kleinfeld-Bilanz ohne eine einzige Niederlage gehalten (weder bei Turnieren, noch bei den Mannschaftsspielen). Mia musste sich im 2. Einzel in einem intensiven Match mit 3:6, 3:6 geschlagen geben. Durch den Gewinn von Motorik und Einzel war der Gesamtsieg aber damit schon klar. Umso schöner war das Doppel anzusehen: Die beiden Mixed-Teams schenkten sich bei mittlerweile sehr warmen Temperaturen nichts und Magnus und Mia holten sich in einer engen Partie auch diese Punkte im 3. Satz im Match-



Tiebreak mit 10:8. So stand es am Ende 16:4 für den BHC. Im Anschluss gab es eine nette Siegerehrung mit strahlenden BHC-Gesichtern. Nachdem die kleinen Tennis-Asse sich gestärkt hatten, ging es weiter an den Kicker ;-). Ein toller Saisonabschluss für die beiden. Herzlichen Glückwunsch!



Tennis für alle: Die TennisKinder vom BHC

Beim Bremer Hockey-Club zählen nicht nur sportliche Erfolge, sondern auch Werte wie Gemeinschaft und Inklusion. In einer Welt, die sich ständig weiterentwickelt, erkennt der Verein die Bedeutung der Vielfalt und Integration innerhalb seiner eigenen Reihen an. Mit seinem inklusiven Angebot TennisKinder möchte der BHC jedem – unabhängig von Hintergrund oder Fähigkeit – ermöglichen, Sport zu treiben und Teil der BHC-Familie zu sein.

Inklusion im Sport

Der Begriff Inklusion kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie „Einbeziehen“. Inklusion im Sport bedeutet, alle Menschen aktiv einzubeziehen, damit sie gleichberechtigt an sportlichen Aktivitäten teilnehmen können. Dafür bedarf es jedoch nicht nur der theoretischen Möglichkeit, sich in Sportvereinen anzumelden, sondern auch der aktiven Förderung von Angeboten, die einen Zugang für Menschen erlauben, die andere Voraussetzungen haben als der Durchschnitt.

Die TennisKinder

Seit Sommer 2020 kooperiert der BHC mit dem GutsKinder e.V., um das inklusive Angebot der TennisKinder anzubieten. Jeden Freitag kommen sechs Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 18 Jahren zusammen, um Tennis in einem geschützten Umfeld zu erleben. Das Angebot geht dabei über den reinen Sport hinaus, indem es Raum für individuelle Entfaltung, spielerisches Ler-



»Als inklusiver Sportverein möchten wir ein wichtiges Signal für Offenheit und Toleranz in der Gesellschaft setzen.«

Henning Mühl, BHC-Vorstandsvorsitzender

nen und vor allem gemeinsamen Spaß bietet. Initiator und Übungsleiter des inklusiven Tennistrainings ist Cheftrainer Martin Weißgräber.

Hauptsache Spaß

„Denn Sport und Bewegung ist für alle Kinder wichtig“, ist Weißgräber überzeugt. Jeder habe dabei sein eigenes Tempo und seine eigenen körperlichen Voraussetzungen und Möglichkeiten. Wichtig sei ihm aber, dass der Spaß an erster Stelle stehe. „Jeder noch so kleine Schritt in



Von links: Kalle, Trainer Martin Weißgräber, Lena, Elias, Jonathan, Paul, Elia.

mehr Bewegung soll Spaß machen. Gemeinsam als Team werden die Kompetenzen im Bereich Koordination, Beweglichkeit und Geschicklichkeit weiterentwickelt“, erklärt Weißgräber das Konzept



»Sport und Bewegung ist für alle Kinder wichtig!«

Martin Weißgräber, BHC-Cheftrainer

der TennisKinder. „Wir wollen jedes Kind dort abholen, wo es steht, und gemeinsam in einer unterstützenden Umgebung wachsen.“

Qualifikation & Leidenschaft

„Durch mein Studium der Behinderten-Pädagogik wollte ich schon immer mal dieses Know-how mit der Weitergabe meiner Tennisleidenschaft verbinden“, erklärt Martin Weißgräber seine Motivation für die Gründung der TennisKinder.

Auch in einer „regulären“ Sportgruppe seien schließlich nicht alle Menschen gleich, sondern haben unterschiedliche Voraussetzungen, Fähigkeiten und Hintergründe. „Menschen sind unterschiedlich motiviert, haben verschiedene körperliche Voraussetzungen, sind verschieden groß und schwer. Einer mag Rückenschmerzen haben, ein anderer möchte sich einfach nur bewegen und wieder ein anderer strebt Erfolg im Wettbewerb an – auch diese Gruppen sind nicht homogen“, erklärt er, warum auch das inklusive Training für ihn ganz selbstverständlich ist. „Und es ist einfach toll zu sehen, mit wie viel Spaß die Kids hier bei der Sache sind!“

1. Damen: Aufstieg in die Regionsliga



Emma von der Kammer



Anni Rachold



Katrina Mey

Unsere junge, aber durchaus schon erfahrene Damenmannschaft ist im Sommer 2024 zum zweiten Mal in Folge aufgestiegen. Dabei wurde jedes Spiel souverän gewonnen. In der kommenden Spielzeit wird unsere 1. Damen somit in der Regionsliga aufschlagen.

Allerdings hatte sich im Sommer bereits angedeutet, dass eine Stammbesetzung mit nur vier Spielerinnen (Anni Rachold, Charis Böske, Emma von der Kammer und Katrina Mey) herausfordernd ist.

So wurde in der Wintersaison 2024 / 2025 unsere Damenmannschaft aufgrund u. a. krankheitsbedingter Ausfälle auf eine besondere Probe gestellt. Und dies, obwohl das Team durch Laura Müller personell verstärkt werden konnte. Unter diesen Voraussetzungen, zum Teil konnten die Damen nur zu Dritt antreten, darf



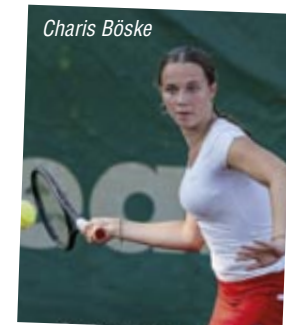
Katrina Mey, Emma von der Kammer, Anni Rachold, Charis Böske



Verstärkung seit der Wintersaison 2024/2025: Laura Müller

der dritte Platz in einer leistungsstarken Bezirksklasse als Achtungserfolg gewertet werden. Als Wermutstropfen bleibt, dass unsere Nummer eins, Anni Rachold, uns zur kommenden Sommersaison in Richtung Bremen Nord verlässt und sich die Mannschaft entsprechend neu aufstellen muss.

Einen schönen Saisonabschluss gab es beim Mannschaftssessen im Bellini, bei dem unsere jungen, überwiegend 15-jährigen Spielerinnen gemeinsamen mit den Eltern die Saison Revue passieren lassen konnten.



Charis Böske

Seit diesem Winter dabei: 2. Damen-Mannschaft

Die 2. Damen beenden ihre erste Saison trotz nervenaufreibender Ballwechsel und Tie-Breaks mit einem Sieg. In ihrem letzten Punktspiel der Saison gegen den TV Süd Bremen lieferten sich unsere 2. Damen nervenaufreibende Ballwechsel mit ihren Gästen. Selbst die bislang ungeschlagene Sarah Lojewski konnte ihr Einzel erst im Tie-Break entscheiden, ebenso Lina Blumenrath, nur die Jüngste im Bunde, Antonia Heidorn, unterlag trotz eines tollen Spiels der starken Gegnerin. Ebenfalls im Einzel ungeschlagen blieb Insa Müller, doch auch ihr blieb ein Tie-Break im Doppel mit Lina nicht erspart. Delilah Makiadi dagegen entschied zusammen mit Sarah klar ein Doppel für sich, was ein tolles Endergebnis von 4:2 für den BHC ergab.

Bild von links nach rechts: Insa Müller, Heidi Blome, Liv Nitzsche, Delilah Makiadi – liegend Lina Blumenrath





von links: Markus Müller-Martini, Sönke Schneidewind, Robi Singer und Philip Nitzsche.

Klarer Sieg zum Sommer-Saisonabschluss

Das letzte Spiel der Sommersaison für die Herren 50 gegen den TSV Beverstedt war ein klarer Sieg mit 5:1 – leider jedoch ohne eine Aufstiegschance.

Am letzten Punktspiel-Wochenende der Sommersaison traten Sönke Schneidewind, Dr. Markus Müller-Martini, Robi Singer und Philip Nitzsche an, die Mannschaft des TSV Beverstedt zu Hause zu empfangen. Zur Überraschung trat das gegnerische Team leider nur mit drei Spielern an. Bei schönstem Herbstwetter war die Stimmung, trotz des fehlenden vierten Manns, entspannt und fröhlich auf beiden Seiten. Ein Auf- oder Abstieg war für beide Teams nicht mehr möglich und so traten in den drei Einzeln Sönke, Markus und Robi gegen Dag, Martin und Peter an, wobei zwei Einzel gewonnen und eins verloren wurde.

Das erste Doppel gewannen Markus und Philip im Tie-Break, das Doppel von Robi und Sönke fand dann nicht mehr statt, da der Gegner keinen 4. Mann „einfliegen“ konnte. Das Endergebnis war somit mit 5:1 ein klarer Sieg für den BHC!

Herren 50



von links: Niclas Stürken, Uwe Meyer, Sönke Schneidewind, Steffan Kelhar und Markus Müller-Martini.

Unglückliches Aus im Viertelfinale

Die Herren 50 schafften es im Sommer 2024 erstmals ins Viertelfinale im Vereinspokal, unterlagen dort jedoch dem Titelverteidiger Daverden.

Selten hat sich Mannschaftskapitän Uwe so viel Gedanken über die Aufstellung gemacht. Die Mannschaft war deshalb sogar zu fünft angereist, um zu schauen in welcher Aufstellung der Vorjahressieger antritt. Nach dem Sösch sich nicht ganz fit fühlte, verzichtete er auf einen Einsatz und übernahm stattdessen die Coaching-Funktion. Leider wurden beide Einzel gegen sehr starke Gegner verloren und der Sieg im Doppel von Steffan und Markus im Match-Tiebreak konnte dann auch nicht mehr trösten. Die Reise in der 4. Auflage des Vereinspokals endete 2024 also erstmals im Viertelfinale. 2025 greifen wir wieder an und vielleicht geht es dann ja noch ein wenig weiter.

Damen 50 schaffen sowohl im Sommer als auch im Winter den Klassenerhalt!

Im Sommer haben die Damen 50 in einer erfolgreichen Saison mit einem glatten Sieg im letzten Spiel die Vize-



meisterschaft in der Oberliga klargemacht – ein überzeugender Abschluss einer langen Saison mit sieben Punktspielterminen.

Die Nordliga, in der die Damen 50 in der Wintersaison wieder kämpften, war eine Wundertüte – sehr wechselhafte Spielergebnisse prägten die Begegnungen. In der vorletzten Begegnung stand die Mannschaft auf dem vorletzten Platz. Es musste also ein möglichst hoher Sieg gegen den direkten Konkurrenten her. Und tatsächlich gewann die Mannschaft souverän alle Einzel und Doppel: Beim Endstand von 6:0 war die Mission Klassenerhalt erfüllt.



Damen 40

Das Team:

Christiane Behr-Meenen, Georgia Braun-Hadeler, Alexandra Ehlers, Candy Grabowski, Anette Griem, Alexandra Haase, Beryl Hilker, Susanne Henschen, Silke Hinrichs, Christine Malkus, Petra Minnemann, Antje Oetken, Beate Ring, Annette Schmidt, Martina Sievers, Kathrin Wunram

Die Saison 2024:

Zevener TC – BHC 2:4
BHC – TC Seppensen-Nordheide 6:0
BHC – Apensener TC 5:1
BHC – TCSE Schwiederstorf 4:2
Bremer TC v. 1912 e.V. IV – BHC 3:3

Mannschaftsfahrt nach Papenburg



Tennis-Weihnachtsfeier

Am 16.12. trafen sich über 30 Tennisfans sowie die Tennistrainer des BHC zur alljährlichen Weihnachtsfeier im weihnachtlich geschmückten Saison. Bei leckerer Ente, Lachs oder Rinderfilet ließ man in gemütlicher Runde das vergangene Tennisjahr Revue passieren, erinnerte sich an so manchen Bundesligatauglichen Ballwechsel und tauschte sich angeregt zu diversen weiteren Themen auf und neben dem Tennisplatz aus. Ein schöner Event! Ein dickes DANKESCHÖN an Markus fürs Organisieren! Wir freuen uns schon auf die Weihnachtsfeier 2025 – wieder am Montag vor Weihnachten. Also: Save the date!

An die Padel – fertig ... los!



Schnellstart

Seine große Beliebtheit verdankt Padel seinem enormen Spaßfaktor und dem leichten Einstieg. Ob Tennisprofi oder Padelneuling, ob jung oder alt – diese Trendsportart begeistert alle! Die Ausrüstung für ein Padel-Match ist übersichtlich: Ein Padelschläger, Padelbälle, bequeme, den Temperaturen angemessene Sportkleidung und Sportschuhe – und schon kann's losgehen!

Das Beste aus Tennis und Squash

Padel ist die momentan am schnellsten wachsende Sportart der Welt und vereint das Beste aus Tennis und Squash. Sie erfordert taktisches Spielen, bietet aber mehr „Action“: Serve-and-Volley, Lobs und Schmetterbälle, auf dem Platz und sogar von außerhalb des Platzes – spektakuläre Ballwechsel sind hier garantiert!

Spaß im Team

Padel wird im Doppel gespielt – zwei Teams treten gegeneinander an. Spielerfahrung aus Tennis oder Squash hilft, ist jedoch keine Voraussetzung. Die Padelschläger sind relativ kurz, kompakt und leicht und ermöglichen dadurch, schnell ein Gefühl für den Ball zu bekommen. Optisch gleicht der Spielball einem Tennisball, besitzt aber einen geringeren Innendruck. Das macht ihn langsamer und sorgt für längere Ballwechsel.

Moderne Padelcourts

Die modernen Premium-Padelcourts auf der BHC-Anlage im Heinrich-Baden-Weg sind Outdoor-Spielfelder von je zehn Metern Breite und 20 Metern Länge. Ein Netz in der Mitte des Feldes trennt die beiden Spielseiten. Der Platz ist an allen Seiten von drei bis vier Meter hohen Wänden

PADEL



umgeben, die wie beim Squash in den Ballwechsel einbezogen werden dürfen. Der Bodenbelag der Courts besteht aus Kunstrasen, welcher zusätzlich mit feinem Quarzsand ausgestreut ist. Durch eine moderne LED-Flutlichtanlage sind die Plätze ganzjährig unabhängig vom Tageslicht bespielbar. Einzig bei Frost und Schnee sind sie wegen der drohenden Verletzungsgefahr gesperrt.

Padel als Event

Ihr sucht eine besondere Location für eine Feier oder ein Teamevent? Die Padelcourts zusammen mit der neu gestalteten Gastronomie bieten die perfekte Kulisse für gelungene Veranstaltungen. Ob Geburtstagsfeier, Firmenevent oder Teambuilding – hier verbinden sich Sport, Spaß und Geselligkeit zu einem einzigartigen Erlebnis. Der BHC unterstützt Dich gern bei der Planung, damit Dein Event ein voller Erfolg wird!



INFO

Jetzt unkompliziert buchen unter:
www.bremerhockeyclub.de/padel/buchung

Preise:

Mitglieder: **ab 2,50 Euro** pro Person/Stunde
Nicht-Mitglieder: **ab 3,00 Euro** pro Person/Stunde

Padelschläger können zu den Öffnungszeiten der redbox gegen ein kleines Entgelt ausgeliehen, Padelbälle käuflich erworben werden.

Padel auf einen Blick

- einfache Grundtechnik garantiert Spielspaß von Beginn an
- gefragt ist weniger Kraft als vielmehr Taktik und Geschicklichkeit
- lange Ballwechsel: ca. doppelt so viele Ballkontakte wie im Tennis
- gutes Workout bei geringeren körperlichen Anforderungen
- für jedes Alter und jede Fitness geeignet
- durch kürzere Laufwege gute Alternative zum Tennis für ältere/ingeschränkte Tennisspieler
- dank der Spielfeldgröße sehr kommunikativ

Anne Günter

Die Regeln

Punkte

Padel benutzt die gleiche Zählweise wie Tennis. Man braucht sechs Spiele bei mindestens zwei Spielen Vorsprung, um einen Satz zu gewinnen. Wer zuerst zwei Sätze gewinnt, hat das Match gewonnen. Ein Spiel wird genauso gezählt wie beim Tennis, also z.B. 15/0, 30/0, 40/0, Spiel oder ggf. Einstand und Vorteil. Kommt es bei einem Satz zum 6:6 wird ein Tie-Break mit der Zählweise 1, 2, 3 gespielt. Wer zuerst sieben Punkte mit zwei Punkten Vorsprung hat, hat den Tie-Break gewonnen.

Aufschlag

Das Spiel startet wie beim Tennis mit einem Aufschlag in das diagonal gegenüberliegende Feld und der Aufschläger hat zwei Versuche.

Der Aufschläger muss mit beiden Füßen hinter der Aufschlaglinie stehen. Der Returnspieler kann sich diagonal gegenüber dem Aufschläger hinstellen, wo er möchte, also vor oder hinter der Aufschlaglinie.

Der Aufschläger muss den Ball zunächst auf den Boden prellen und dann maximal aus Hüfthöhe spielen. Anschließend muss der Ball zunächst den Boden des schräg gegenüberliegenden Aufschlagfeldes berühren, sonst ist es ein Fehler.

Beim Aufschlag darf der Ball nach dem gegenüberliegenden Boden nicht den seitlichen Drahtzaun berühren, sonst ist es ein Fehler. Berührt der Aufschlagball das Netz und anschließend den gegenüberliegenden Boden, so wird wiederholt, berührt der Ball vor dem zweiten Bodenkontakt den seitlichen Drahtzaun, so ist es ein Fehler.

Spiel

Ist der Ball im Spiel, so muss er nach der Netzüberquerung auf der gegnerischen Seite immer zuerst auf dem Boden aufkommen bevor er die Wände berührt. Außer beim Return sind Volleys aber immer erlaubt. Nach einer oder mehreren Wandberührungen darf der Ball wieder zum Gegner gespielt werden, aber nur bevor er den eigenen Boden ein zweites Mal berührt.

Genau wie beim Tennis darf der Ball auf der eigenen Seite den Boden nur einmal berühren und auch nur einmal geschlagen werden. Vor dem Spielen auf die gegnerische Seite darf der Ball auf der eigenen Seite auch an eine oder mehrere Wände gespielt werden. Man darf den Ball so hart auf den gegnerischen Boden schmettern, dass er anschließend aus dem Platz fliegt. Jedoch dürfen die Gegner dann aus dem Platz herauslaufen und versuchen, den Ball wieder ins gegnerische Feld zu spielen.



FITNESS

REDBOX



10 Jahre redbox

10 Jahre gibt es unsere redbox nun schon! Das haben wir am 24. August 2024 mit einem großen Mitmachtag gebührend gefeiert! Alle Interessenten hatten die Möglichkeit, sich über die Trainingsfläche und Kurse der redbox zu informieren und auf Wunsch auch mit kleinen Probe-Trainingseinheiten ganz unverbindlich auszuprobieren.

Ein guter Moment für einen kleinen Rundum-Blick:

redbox für alle

Im Zentrum unserer schönen Sportanlage gelegen bietet die redbox optimale Trainingsmöglichkeiten für alle – vom gesundheitsbewussten Freizeitsportler bis zu den ambitionierten Leistungssportlern, von Athletiktraining bis Reha-Sport. Das erklärte Ziel ist es, alle Menschen, auch mit Funktions-, Belastungs- und Aktivitätseinschränkungen, zum langfristigen und eigenverantwortlichen Sporttreiben zu motivieren.

Dabei darf der Spaß natürlich nicht zu kurz kommen! Ein sympathisches Team aus gut ausgebildeten Trainer:innen achtet auf die korrekte Ausführung der Bewegungsabläufe und vermittelt eine Extraportion Motivation und Spaß – sowohl auf der Fläche als auch in den Kursen.

redbox Know-How

Axel Kolb ist ausgebildeter Fitnesstrainer mit A-Lizenz und legt viel Wert auf einen individuell gut abgestimmten Trainingsplan. „Die Basis beim Training in der redbox bildet die Auswahl der richtigen Übung für den gewünschten Erfolg. Während des Trainings ist es dann essentiell, die Bewegungsmuster des Trainierenden korrekt zu analysieren und die richtigen Schlüsse daraus



» Wir freuen uns auch über die zahlreichen Golfer von unserem Nachbarclub GCO, die durch gezieltes Krafttraining bei uns ihr Golfspiel nachhaltig verbessern.«

Axel Kolb

zu ziehen. Nur wenn der Trainer in Echtzeit erkennt, was im Bewegungsablauf falsch ist, kann dieser auch entsprechend korrigiert werden.“

redbox Service

Ein Service, den der BHC nicht nur, aber besonders im REHA-Sport kostenfrei anbietet, ist die Durchführung ei-





ner sportmedizinischen Eingangsuntersuchung. Dr. Horst Elbrecht, Internist, Sportmediziner und selbst langjähriges Vereinsmitglied, nimmt sich ausreichend Zeit für die Anamnese (körperliche Vorgeschichte) und Untersuchung der Mitglieder. Dysbalancen und Instabilitäten des Bewegungsapparates werden erkannt und bei der individuellen Trainingsplanung berücksichtigt. Durch eine Belastungsuntersuchung werden mögliche Risiken hinsicht-



» Gerade im mittleren und höheren Lebensalter ist der Profit von moderatem Krafttraining für Gesundheit und Fitness besonders groß! «

Doc Elbrecht

lich der Herz-Kreislauf-Belastbarkeit weitgehend ausgeschlossen. „Besonders für Nichtsportler ein riesiger Vorteil, um sich richtig einschätzen zu können und um übertriebenen Ehrgeiz zu bremsen“, erklärt Doc Elbrecht.

redbox Atmosphäre

Besonders an der redbox ist ihre familiäre Atmosphäre und der persönliche, sehr zugewandte Kontakt zwischen dem Team und den Mitgliedern. „Wir sind

» Unsere Mitglieder sind uns extrem treu und verbunden. Die meisten kommen schon viele Jahre zu uns! «

Iris Breckwoldt



keine unpersönliche Muckibude“, erklärt Iris Breckwoldt schmunzelnd. Die 54jährige ist schon viele Jahre die gute Seele der redbox – immer gut gelaunt hat sie stets ein offenes Ohr und freundliches Wort für Jeden.

„Mir ist es ganz wichtig, immer für unsere Mitglieder da zu sein, damit sich hier jeder gut aufgehoben und wohl fühlt.“ Das kommt gut an und zeigt sich auch in der geringen Fluktuation und ausgeprägten Mitgliedertreue.



Was ist TôsôX ?

Das Wort „Tôsô“ ist japanisch und bedeutet der Kampf mit (bestimmten) Dingen und Umständen. TôsôX ist ein funktionelles Group-Fitness Workout, welches Techniken und Bewegungsabläufe des Box- und Karatesports mit moderner Dancemusic verbindet. Dabei verschmilzt die geistige und körperliche Kraft von Martial Arts und verschiedener Kampfsportschulen mit Cardio- und Functional-Elementen zu einem schweißtreibenden Erlebnis. Kicks und Punches und neue Kombinationen ergeben herausfordernde, hochintensive X Challenges.

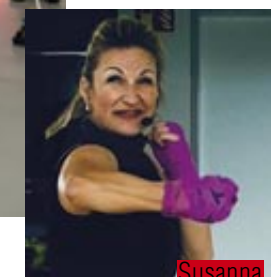
Die TôsôX-Vorteile:

Bei TôsôX stärkt man mit hoher Körperspannung die gesamte Rumpf-, Bein- und Armmuskulatur. Im Vergleich zu Kampfsportarten leicht zu erlernen, führt das sehr intensive Workout schnell zum Erfolg. Die Grundelemente, 4 Punches und 4 Kicks werden gezielt und kraftvoll miteinander kombiniert.

- hoher Kalorienverbrauch
- Kräftigung der Rumpfmuskulatur
- Steigerung der Koordinationsfähigkeit

Das TôsôX Bandagenkonzept

Um die Motivation zu steigern, gibt es bei TôsôX ein Bandagenkonzept, das mit den Gürtelprüfungen im



Susanna

Kampfsport vergleichbar ist. Anfänger tragen weiße Bandagen um die Hände gewickelt, die der Faust mehr Halt geben sollen. Nach einer Weile können die Teilnehmer Prüfungen ablegen und dann eine gelbe, eine orangefarbene und schließlich eine grüne Bandage tragen. Auf diese Schülergrade folgen blaue und rote Bandagen, die den Trainern vorbehalten sind, die ein wirklich strammes Ausbildungsprogramm absolvieren müssen. Die hohen Anforderungen an die Trainer im TôsôX stellen sicher, dass in den Trainingsstunden viel Wert auf die korrekte Ausübung der Techniken gelegt wird und dass auf Anfänger wie auf Fortgeschrittene gleichermaßen eingegangen werden kann.

Der BHC bietet TôsôX mit Susanna Bertschy als Kurs immer **dienstags von 17:45 – 18:45 Uhr** sowie **freitags von 16:45 – 17:45 Uhr** in der redbox an.

Stay fit - stay young

Die Stay fit - stay young-Gruppe traf sich am Ende ihres sportlichen Jahres zu einem beschaulichen get-together. Am 12. Dezember 2024 nach der Sportstunde gab es „nur“ eine Suppe - aber auch weiteres Flüssiges in gemütlicher Runde bei Said.

Zur Jahreswende ging die Stay-Fit-Gruppe in ihr 15. Jahr (Beginn 2010 mit Fertigstellung der Hockey-Halle) und zählt aktuell 60 eingetragene Teilnehmer, von denen am Donnerstag Vormittag aber meist nur gut die Hälfte dabei ist. Das ist eine der lockeren Teilnahme-Bedingungen für die Senioren/innen, die bis in ein über 90 Jahre reichendes Alter versuchen, mit Ute Dreimann Musik in Bewegung umzusetzen. Die Teilnahme darf je nach Tagesform



und dem Ausmaß der frühmorgendlichen Gelenk-Geräusche von jedem frei entschieden werden...

„Stay Young“ ist der zweite Name dieser Solidargemeinschaft – da sind natürlich alle 60 in den kommenden 15 Jahren dabei – und Verstärkung ist natürlich auch jederzeit willkommen!

Unsere Jubilare 2024

25-jähriges Jubiläum

Jürgen Gutjahr
Svenja Hallerberg
Marten von der Heide
Dr. Sabine Hinrichs
Peter Hinrichs

40-jähriges Jubiläum

Tania Melms
Georgia Braun-Hadeler
Dr. Henrik Pape
Uwe Schüür
Claudia Frerichs

50-jähriges Jubiläum

Sonja Bellmann
Anke Brinkmann
Carsten Henke
Karin Gartelmann
Dr. Frieder Henke
Arne Söffge

60-jähriges Jubiläum

Rainer Holm
Thomas Weber
Ute Stubbe
Torsten Emigholz
Dr. Hanns-Norbert Büntemeyer
Dr. Rüdiger Leykam

65-jähriges Jubiläum

Klaus Redeker

Wir gratulieren unseren Jubilaren und danken von Herzen für die langjährige Treue zum BHC.

Ehrung unserer Jubilare am 24. November 2024



Wir verabschieden uns

Im letzten Jahr verstarben unsere Mitglieder

Rudolf Thierfelder
Gabriela Henschen
Norbert Morgenthal
Jutta Armbricht
Wolfgang Formella

Wir danken unseren Verstorbenen für ihre Freundschaft und werden ihnen ein ehrendes Gedenken bewahren.

Plötzlich ist Abpfiff!

Gut, wer seinen letzten Spielzug rechtzeitig plant.



BEERDIGUNGS-INSTITUT
»PIETÄT« GEBR. STUBBE
☎ 0421 - 7 30 31
Vertrauen · Kompetenz · Diskretion



Bestattungsvorsorgeformular
bequem von zuhause
ausfüllen!



Wilhelm-Röntgen-Straße 1 · 28357 Bremen-Horn
Humboldtstr. 190 · 28203 Bremen-Mitte
www.gebr-stubbe.de
info@gebr-stubbe.de

Historie und Tradition des Bremer Hockey-Club e.V.



- | | |
|---|---|
| <p>1913 Gründung des Bremer Hockey-Club e.V.</p> <p>1914 Erstes Spiel gegen den Club zur Vahr und den HC Delmenhorst</p> <p>1920 Wiedereröffnung des Spielbetriebs nach dem 1. Weltkrieg mit Damen-, Herren und Jugendmannschaften</p> <p>1928 Gründung der Tennisabteilung im BHC</p> <p>1931 Die Mannschaft der 1. Herren nimmt an einem Turnier in England teil</p> <p>1932 Der BHC übernimmt die Clubanlage des Bremer Polo Club in Oberneuland</p> <p>1938 Hockey Turnier zum 25. Club-Jubiläum</p> <p>1946 Wiederaufbau des Clubs nach dem 2. Weltkrieg</p> <p>1963 50 Jahre BHC. Großes Jubiläums-Turnier mit internationaler Besetzung</p> <p>1972 Der BHC erwirbt die Clubanlage in Oberneuland mit 3 Hockeyplätzen, 10 Tennisplätzen und Clubhaus als Eigentum</p> <p>1976 Bau der Tennishalle auf clubeigenem Gelände</p> <p>1987 Mitgründung des Golf-Club Oberneuland als Nachbarclub</p> <p>1988 Die Deutsche Hockey-Nationalmannschaft Herren spielt gegen den BHC</p> <p>1988 75 Jahre BHC. Internationales Hockey-Turnier für Herren-, Damen- und Seniorenmannschaften. Einweihung des neuerbauten Clubhauses</p> <p>1998 Bau des Hockey-Kunstrasenplatzes</p> <p>2006 Planung des Baus neuer Tennisplätze und einer Mehrzweckhalle</p> <p>2007 Bau vier neuer Tennisplätze auf Naturrasenplatz 3, Erneuerung der Beregnungsanlage</p> <p>2010 Bau und Einweihung einer Mehrzweckhalle auf den alten Tennisplätzen 1-4 am Parkplatz</p> <p>2014 Fertigstellung des Gesundheitszentrums redbox zwischen Mehrzweckhalle und Clubhaus
Deutscher Feld-Hockey-Meister MA</p> | <p>2015 Deutscher Hallen-Hockey-Meister MA
Deutscher Feld-Hockey-Meister WJB</p> <p>2016 Deutscher Feld-Hockey-Meister WJB</p> <p>2017 Deutscher Feld-Hockey-Meister WJA
Bau der LED-Flutlichtanlage Hockeyplatz</p> <p>2018 Erneuerung des Tennishallen-Daches mit Inbetriebnahme einer Photovoltaik-Anlage, Sanierung der Sanitäranlagen im Clubhaus</p> <p>2019 Deutscher Hallen-Hockey-Meister MA</p> <p>2020 Deutscher Hallen-Hockey-Meister WJB
Bau der LED-Flutlichtanlage Tennisplatz</p> <p>2021 Henning Mühl wird zum 1. Vorsitzenden gewählt, Christian Stubbe wird zum Ehrenvorsitzenden gewählt.</p> <p>2022 Zweiter Aufstieg in die Hallenbundesliga der 1. Damen für die Saison 2022/2023
Bau von zwei Padel-Courts, eines Touchtennis-Platzes, eines Hockey5s-Platzes und einer Laufbahn, Erneuerung des Hockey-Kunstrasenplatzes und des Tennishallenbodens
Zweiter Aufstieg in die Feldbundesliga der 1. Damen für die Saison 2022/23
Aufstieg in die Feldregionalliga der 1. Herren für die Saison 2022/23
Deutscher Feld-Hockey-Meister der WU18</p> <p>2023 Eröffnung des vom BHC betriebenen Sportinternat Bremen
Deutscher Hallenhockey-Meister wU18
Europapokal-Sieger EHCO wU19</p> <p>2024 Wiederaufstieg in die Feldbundesliga der 1. Damen für die Saison 2024/25
Erneuerung der Gastronomie im Clubhaus
Jubiläum 10 Jahre redbox
Umfassende Investitionen in Nachhaltigkeit: Moderne Hybridheizung (Wärmepumpe/Gas)
Große Feier zum Jubiläum 111 BHC</p> |
|---|---|

SPARSAM. SICHER. SCHÖN.

MODERNES LICHT.

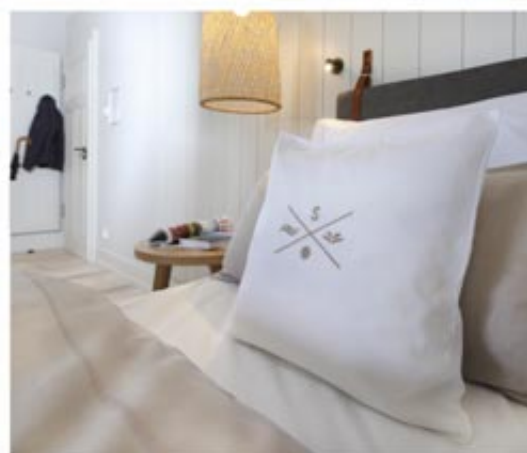
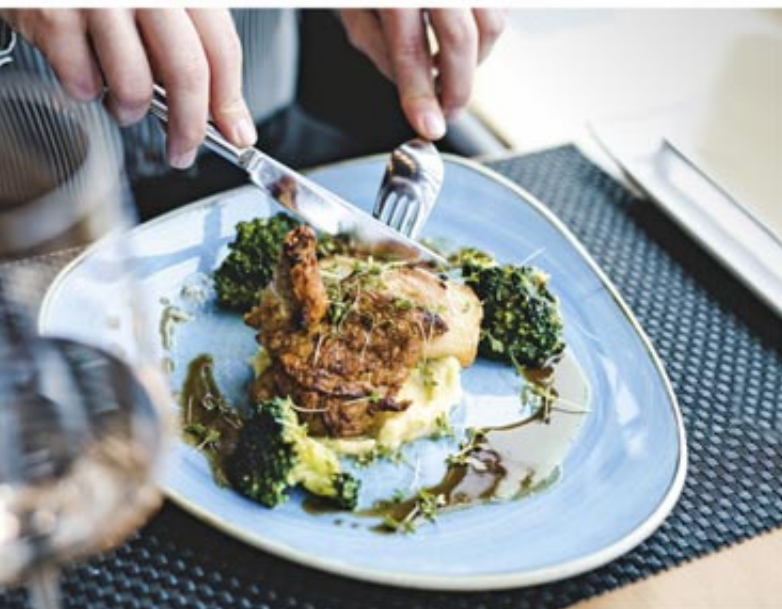
INFORMIEREN SIE SICH JETZT ÜBER DAS EINSARPOTENZIAL IHRER NEUEN BELEUCHTUNG.
BEI ELEKTRO MÖLLER.

ELEKTRO MÖLLER

T 0421.42 19 09

WWW.ELEKTROMOELLER.DE

ELEKTROINSTALLATIONEN · SICHERHEITSTECHNIK · SMART HOME-LÖSUNGEN · TELEFONANLAGEN · NETZWERKTECHNIK · ANTENNENANLAGEN · REPARATUR UND SERVICE



Kulturell, kulinarisch, individuell



Erfahren Sie mehr über unsere 20 Hotels:

atlantic-hotels.de

7x BREMEN BREMERHAVEN 2x KIEL LÜBECK TRAVEMÜNDE 2x SYLT
WILHELMSHAVEN MÜNSTER ESSEN HEIDELBERG MÜNCHEN LECH

**ATLANTIC
HOTELS**