



# SCHWIMMVEREIN POSEIDON BOCKENEM E. V.



CLUB NACHRICHTEN 2012



# Inhaltsverzeichnis

---

Einladung zur Mitgliederversammlung	Seite 5
Ehrungen	Seite 9
Bericht des 1. Vorsitzenden	Seite 11
Bericht des stellvertretenden Vorsitzenden	Seite 13
Bericht der Kassenwartin	Seite 14
Bericht des Sportlichen Leiters	Seite 17
Bericht des Wasserballwarts	Seite 18
Bericht der Lehrgangswartin	Seite 20
Bericht der Jugendwartin	Seite 23
Bericht aus dem Stadtbadförderverein	Seite 25
Bericht Schwimmkurs und Trainingsgruppen	Seite 26
Schwimmkurs für Neuschwimmer	Seite 27
Berichte aus den Schwimmgruppen	Seite 29
Berichte aus den Schwimmgruppen	Seite 30
Berichte aus den Schwimmgruppen	Seite 31
Berichte aus den Schwimmgruppen	Seite 32
Berichte aus den Schwimmgruppen	Seite 33
Unsere Braunkohlwanderung	Seite 35
Aquafitness-Kurse beim SV Poseidon Bockenem	Seite 36
Die Nudel	Seite 37
Schwimmtechnikkurs für Erwachsene	Seite 39
Fit durchs Jahr 2012	Seite 41
„Thale“ Ein Wintermärchen	Seite 42
10. Frühjahrswanderung	Seite 45
Sauna-Events	Seite 47
„Dresden“ Unsere Wochenendfahrt	Seite 48
Aqua Fitness bei Anke	Seite 49
Wassergewöhnung mit Kindergartenkindern	Seite 50
Meinungen zur Wassergewöhnung	Seite 51
Meinungen der Kinder zur Wassergewöhnung	Seite 51
Vorschau auf das Jahr 2013	Seite 55
Vereinsrekorde / Laufstatistik „Fit durchs Jahr“ 2012	Seite 56
Vereins - Staffelrekorde	Seite 57
Persönliche Bestzeiten - Schwimmabteilung -	Seite 58
Inserentenverzeichnis	Seite 61

---

---

# SCHWIMMVEREIN POSEIDON BOCKENEM e. V.

## Vereinszeitung 2012

**W**ir sagen Dank allen Autoren, die mit ihren Berichten und Fotos die Grundlage für unsere Vereinszeitung „**Club Nachrichten**“ gebildet haben.

Ebenso danken wir den Firmen, die mit ihren Anzeigen und Inseraten die Finanzierung unserer Vereinszeitung erst möglich machten.

Dem **Fotografen Michael Vollmer** danken wir für die von Ihm zur Verfügung gestellten Fotos.

Wir hoffen, und wir wünschen uns, dass auch dieser Jahresrückblick wieder viele interessierte Leser findet, die dadurch einen Einblick in die Arbeit unseres **Schwimmvereins POSEIDON** erhalten.

Vorsorglich weisen wir aber darauf hin, dass alle namentlich gekennzeichnete Berichte persönliche Meinungen der Autoren sind.

*Der Vorstand des*

**SV Poseidon Bockenem**



# „Eine starke Gemeinschaft.“

Mehr erfahren.  
Mehr bewegen.  
Mehr bekommen.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

## **Gemeinsam mehr erreichen.**

Nach diesem Prinzip leben und handeln wir seit fast 150 Jahren. Profitieren Sie von dem einzigartigen genossenschaftlichen Prinzip und werden Sie Mitglied. Nähere Info's unter: [www.myvoba.com](http://www.myvoba.com)



**Volksbank eG in Bockenem**  
...mehr Werte für Menschen



# Liebe Schwimfreunde!

---

Rechtzeitig vor der neuen Freiluftschwimmsaison 2013 im neuen Schwimmbad möchte der Vorstand des **SV Poseidon Bockenem** zu der Mitgliederversammlung am

**Freitag, dem 26. April 2013**

einladen.


Der Vorstand bittet um rege Teilnahme an dieser Mitgliederversammlung, zu der außerhalb dieser umseitigen Information nicht mehr eingeladen wird.

Mit sportlichen Grüßen

gez. **Gerd-Christian Barte**

1. Vorsitzender

Alles unter einem Dach



**Piercingschmuck Gravuren**

- BATTERIEWECHSEL UHRENREPARATUREN AN ALLEN
- MODELLEN WIE WAND ,KAMIN ,STANDUHREN
- AUCH AUCH MIT ABHOLSERVICE
- GRAVUREN IN SCHMUCK, UHREN, GESCHENKE
- ANFERTIGUNGEN IN GOLD ,SILBER MIT
- FARBSTEINEN UND PERLEN

31167 Bockenem  
Bönnier Straße 4  
Tel. 05067698485  
mail. Petraschmuckwelt  
@Freenet.de

Service  
rund um Schloss  
u. Schlüssel

**Schlüsseldienst**  
**Sander**

Notöffnungen  
**01733751177**



**schenken Sie**  
ein sauberes  
**Auto!**



**Waschgutscheine  
gibt es bei Robby**

**"Die beste Waschanlage der Region!"**  
(Kundenzeit)

Allensteiner Str. 16 31167 Bockenem T: 05067/247084

**Komm zu Robby**



**Autowäsche  
Autopflege  
Autogas**

**"Die beste Waschanlage der Region!"**  
(Kundenzeit)

Allensteiner Str. 16 31167 Bockenem T: 05067/247084

# Schwimmverein Poseidon Bockenem e. V.

## EINLADUNG

Die Mitgliederversammlung des Schwimmvereins Poseidon e. V. findet am

***Freitag, 26. April 2013 um 19:00 Uhr***

in der Karl-Binder-Straße 8, 31167 Bockenem (Vereinsheim der DLRG) statt.

Alle Vereinsmitglieder sind hiermit herzlich eingeladen.

### **Tagesordnung:**

1. Begrüßung, Feststellung der Beschlussfähigkeit und Genehmigung der Tagesordnung
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Entgegennahme der Jahresberichte
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Vorstellung und Genehmigung des Kassenberichts 2012 und des Haushaltsplanes 2013
6. Entlastung des Vorstandes und Ehrenrates
7. Wahl eines Kassenprüfers (für 2 Jahre)
8. Wahlen der Mitglieder des Vorstandes
  - 8.1 Vorsitzender
  - 8.2 Stellvertretender Vorsitzender
  - 8.3 Kassenwart
  - 8.4 Fachwart für Wasserball
9. Wahl des Ehrenrates
  - 9.1 Vorsitzender
  - 9.2 Beisitzer
10. Ehrungen
11. Beschlussfassung über Anträge
12. Verschiedenes

gez. Gerd-Christian Barte  
1. Vorsitzender

Bockenem, im Dezember 2012

# ENERGETIX – BINGEN –

Exklusiver Schmuck kombiniert  
mit der Kraft der Magnete

**Andrea Müller**

selbst. ENERGETIX-Partner



Wir bieten:

- Exzellente Verdienstmöglichkeiten
- Magnetschmuck & Wellnessprodukte
- Ausbildung und Unterstützung
- Spaß bei der Arbeit

Für Ihre Bestellung,  
Infos zur Schmuckparty oder  
zur Karriere bei ENERGETIX  
Rufen Sie mich an!

Telefon (0 50 67) 22 54 oder (01 60) 97 95 27 96  
Rodentau 38 · 31167 Bockenem · [www.a-mueller.energetix.tv](http://www.a-mueller.energetix.tv)

## Claus Gerlach Bauelemente

FENSTER | TÜREN | ROLLÄDEN | TÖRE | INSEKTENSCHUTZ | TERRASSENDÄCHER  
SONNENSCHUTZ | VORDÄCHER | TREPPEN | WINTERGÄRTEN



... ANSCHAUEN



... ANFASSEN



... AUSPROBIEREN

Mo. - Fr. 8.00 - 18.00 Uhr | Sa. 10.00 - 16.00 Uhr | So. Schautag 11.00 - 17.00 Uhr (keine Beratung, kein Verkauf)

Am Bahnhof 13 | 31167 Bockenem

Fon (0 50 67) 24 77 1-0

**Erlebnis-Ausstellung auf 1.000 m<sup>2</sup>  
mit gemütlichem Café**



## Liebe Poseidonen

---

Seit dem Frühjahr 2005 sind wir mit einer **Poseidon-Seite** im Internet zu finden. Bewusst haben wir unsere Seite einfach gehalten. Es ist aber unser Ziel aktuell zu sein. Jeweils zu Beginn der Winter- und Sommersaison werden dort die neuen Informationen und Trainingstermine bekannt gegeben. Besondere aktuelle Ereignisse werden rechtzeitig veröffentlicht.

Sie finden uns über die Adresse: [www.sv-poseidon-bockenem.de](http://www.sv-poseidon-bockenem.de)  
Auch über die Internetseite der Stadt Bockenem kann man uns finden.

Mit der **Poseidon-Email-Adresse**, [info@sv-poseidon-bockenem.de](mailto:info@sv-poseidon-bockenem.de) können wir jederzeit Informationen empfangen oder senden. Alle eingehenden Informationen werden automatisch an die Vorstandsmitglieder verteilt. So werden zeitraubende interne Informationswege vermieden.

\* \* \*



**\* \* \* HOTEL & RESTAURANT KNIEP**

**Clubraum bis 40 Personen, Kegelbahn & Lasershot-Schießkino**

**Wilhelm Kolle**

**Steintorstrasse 1**

**D-31167 Bockenem**

**Fon: +49-(0)5067-6405**

**Net: [www.Hotel-Kniep.de](http://www.Hotel-Kniep.de)**

# ***Pokal-Shop Gronau***

Bahnhofstraße 14 · 31028 Gronau

Tel.: 0 51 82 - 90 82 78

Fax: 0 51 82 - 90 82 79

e-mail: pokal-shop-gronau@t-online.de

**JAKO** 



***www.pokal-shop-gronau.de***

*Beflockung*

*Pokale*

*Stempel*

*Ehrenpreise*

*Orden*

*Sporttaschen*

*Bandagen*

*Glasgravuren*

*Nadeln*

*Sportbekleidung*

*Lasergravur*

*Wimpel*

*Medaillen*

*Schienbeinschoner*




*Schlüssel*

*Fotodruck*

**GÄRTNEREI**



**Sipömmä** **FLORISTIK**

-  moderne Floristik für jeden Anlass
-  Grabneuanlagen und Grabpflege
-  Beet- und Balkonpflanzen

Jägerhausstraße 8 · 31167 Bockenem

Telefon 0 50 67/64 17 · Telefax 0 50 67/66 77

# Ehrungen

---

Den auch in diesem Jahr von der Firma **Pokal-Shop Gronau** gestifteten Pokal für den

## „Schwimmer des Jahres“

erhielt für das Jahr **2011**

### **Marius Wegner**

Er erfüllte die Voraussetzungen:

1. Schwimmleistung
2. Trainingsfleiß und Intensität
3. Soziales und kameradschaftliches Verhalten



Die Trainer **Katharina Schütte**, **Lena Wiedemann** und **André Hellmuth** überreichten bei der Ehrung **Marius Wegner** den **Pokal**.

Für **25jährige Vereinszugehörigkeit** wurden geehrt:

**Elke** und **Gerhard Zerrenthin**

**Carolin** und **Thomas Rasche**

Der „**Schwimmer des Jahres**“ **2012** wird traditionell auf der nächsten Mitgliederversammlung mit einem Pokal, einem Zertifikat und einem Präsent ausgezeichnet.

Die Auswahl liegt in den Händen der sportlichen Leitung mit dem Übungsleiterstab. Für langjährige Treue zum SV Poseidon werden Vereinsmitglieder geehrt.

Die zu ehrenden Personen werden persönlich zur Mitgliederversammlung eingeladen.



## Ihre Partner für Versicherungen, Vorsorge und Vermögensplanung

Die LVM-Servicebüros beraten Sie gern:

**Dr. Joachim Gebert**  
Steintorstraße 3  
31167 Bockenem  
Telefon (05067) 91 72 23  
info@j-gebert.lvm.de

**Kerstin Philipps-Göppert**  
St. Adriansplatz 2a  
31167 Bockenem / Störy  
Telefon (05067) 8 16  
info@philipps.lvm.de

**LVM**  
VERSICHERUNG

# Bericht des 1. Vorsitzenden

---

## Liebe Poseidonen,

ein aufregendes und sehr abwechslungsreiches Jahr 2012 geht schon bald zu Ende. Wann hat es jemals so viele Veränderungen für unseren Schwimmsport treibenden Verein gegeben. Unser neues Schwimmbad wurde mit einer würdevollen Feier am 2. Juni der Öffentlichkeit übergeben. Dabei spielte es keine Rolle, dass am Eröffnungstag das große Becken wegen technischer Probleme noch nicht benutzt werden konnte. Diese Einweihung haben wir dann am 15. Juni zusammen mit Bürgermeister Martin Bartölke nachholen können. Ich denke nicht, dass wir jetzt bei laufendem Betrieb noch sehr lange der Tatsache nachtrauern, dass uns keine 50-Meter-Bahn mehr zur Verfügung steht. Ich glaube, dass wir alle durch eine verlässliche Temperatur des Badewassers und durch verlässliche um gut 1 Monat verlängerte Öffnungszeit entschädigt wurden. Alle kleinen Pannen, die von manchen heute als Ärgernis empfunden werden, sind in der nächsten Saison bestimmt behoben. Bei dem neuen Schwimmbad handelt es sich nämlich auch um ein kleines Wunderwerk der Technik.

Ich freue mich, dass unser Verein durch besonderes ehrenamtliches Engagement von vielen das Angebot für Schwimmsport begeisterte Menschen in unserer Stadt erweitern konnte. Vielleicht eine gute Methode, um den für alle Vereine geltenden Trend zu rückläufigen Mitgliederzahlen zu stoppen. Durch gegenseitige Rücksichtnahme und durch klare Regeln konnten alle Interessen – so denke ich – zufriedengestellt werden. Vielen Dank dafür an alle Beteiligten. Dank und Anerkennung möchte ich ausdrücklich an alle ehrenamtlich Tätigen im Becken und am Beckenrand aussprechen; ohne diese Tätigkeiten, alle in kostbarer Freizeit ausgeführt, wäre die Existenz unseres Vereins gefährdet. Ich glaube, dass die Kinder und Jugendlichen, und auch alle anderen, die zeitaufwändigen Tätigkeiten anerkennen. Das ist der Lohn, um auch in Zukunft weiter zu machen.

Für mich als Vorsitzenden werden bei der nächsten Jahreshauptversammlung die Aufgaben im Vorstand des SV Poseidon beendet sein. Es war eine schöne Zeit, die ursprünglich nicht 8 Jahre dauern sollte. Ich möchte diese Zeit nicht missen. Für die Unterstützung, die ich von allen erfahren durfte, an dieser Stelle mein aufrichtiger Dank. Zum Abschluss wünsche ich uns allen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit. Kommen Sie alle ein wenig zur Ruhe und genießen Sie die Zeit. Ich hoffe, dass uns das Jahr 2013 Gesundheit, Glück und Zufriedenheit bringt.

Allen, die uns in jeder Form im abgelaufenen Jahr unterstützt haben, sage ich ein „**herzliches Dankeschön**“ und verbleibe

Euer *Gerd-Christian Barte*  
- Vorsitzender -

---

# Spezialist für Renault



Am Bahnhof 1 . 31167 Bockenem . Telefon 0 50 67 - 28 60

- » Reparatur und Unfallreparatur für alle Fabrikate
- » Finanzdienstleistung
- » HU-Abnahme
- » Kundendienst
- » Klimageservice
- » Neuwagenvermittlung
- » Jahres- und Gebrauchtwagen
- » Ersatzteile



## Bericht des stellv. Vorsitzenden

---

Das Jahr 2012 neigt sich dem Ende zu und dieses können wir wieder als ein Erfolgreiches verzeichnen.

Das größte Ereignis ist zweifelsohne die Eröffnung vom neuen Schwimmbad. Es hat mir persönlich bei den Vorgesprächen und den Planungen viel Spaß bereitet. An einem solchem Projekt mitwirken zu dürfen, war schon eine große Freude.

Wie mein Vorstandskollege Christian Barte schon erwähnte, war es bei der Eröffnung trotz der technischen Problematik am Schwimmerbecken ein großer Erfolg. Die neuen Attraktionen im Nichtschwimmerbereich wurden den ganzen Sommer über mit viel Spaß und Freude gut angenommen.

Ein weiteres jährliches Vergnügen war wie jedes Jahr die Grünkohlwanderung im Harz, welche in Braunlage stattgefunden hat.

Mit den Schwimmerinnen und Schwimmern sind wir Schlittschuh gelaufen, während die Erwachsenen eine Wanderung machten. Ein leckeres Essen gab es im Anschluss in einem Lokal in Braunlage. Obwohl dieses genau gegenüber der Eishalle war, meinten einige Erwachsene ein anderes Lokal aufzusuchen. Sie trafen dann aber doch noch dort ein, wo wir reserviert hatten. ☺

In eigener Sache möchte auch ich hier schon mal mitteilen, das ich bei der Mitgliederversammlung 2013 mein Amt als stellv. Vorsitzender abgeben werde. Mir hat die Zeit im Vorstand viel Spaß bereitet. Es war für mich eine schöne Zeit und ich denke auch gerne daran zurück. Wer mein Amt auch übernehmen wird, ich wünsche meinem Nachfolger genau so viel Spaß wie ich ihn hatte.

Allen Leserinnen und Lesern wünsche ich eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2013.

Euer *André*

Vorher:



Nachher:



## Bericht der Kassenwartin

---

Das Jahr 2012 war für uns als Schwimmverein ein ganz besonderes. Das Freibad wurde renoviert und bei uns stand bei der gesamten Jahresplanung immer die spannende Frage im Raum: Wird das neue Freibad pünktlich fertig? Wie werden unsere Trainingsmöglichkeiten dort sein? usw.

Zur Freude aller gab es einen fast pünktlichen Saisonstart, so dass wir im Juni mit dem Trainingsbetrieb und den geplanten, neuen Kursprogrammen im neuen Bad starten konnten.

Ein Dank geht an dieser Stelle an die Stadt Bockenem und das Stadtbadteam für die stets gute, entgegenkommende und konstruktive Zusammenarbeit.

Dank des Engagements von Marlene Fahnemann konnten wir unser Angebot der letzten Jahre, wie Schwimmtraining, Schwimmkurs, Aquafitness und Wasserball, deutlich ausbauen. Ab diesem Jahr gab es zusätzlich einen Technikschwimmkurs für Erwachsene und ein Aquafitnessangebot im Flachwasser zu unterschiedlichen Zeiten. Darüber hinaus hat sich Marlene über eine Kooperation mit dem LSN um die Wassergewöhnung von Kindergartenkindern gekümmert.

Dies alles verschaffte uns Möglichkeiten, uns der Öffentlichkeit zu zeigen. Vielleicht war das alles ein Grund, weshalb wir in diesem Jahr einen leichten Mitgliederzuwachs (+3!) zu verzeichnen haben. Wir haben aktuell 216 Mitglieder. Es gab 12 Austritte und 15 Eintritte.

An dieser Stelle ein herzliches „Willkommen“ an unsere neuen Mitglieder und ein „Dankeschön“ an die ausgetretenen Mitglieder, für die oftmals mehrjährige Unterstützung unseres Verein.

Wie in meinen letzten Jahresberichten mehrfach zu lesen war, wird ein großer Anteil des Mitgliedsbeitrags für Verbandsbeiträge benötigt. Der Verband wird zum 01.01.2013 die Beiträge pro Mitglied noch einmal anheben. Dieses Vorgehen zwingt mich als Kassenwartin dazu, unsere Familienmitgliedschaften hinsichtlich „volljähriger, berufstätiger Kinder“ zu überprüfen und auf die Familien zuzukommen, um den Fortbestand zu klären.

Die Kassenlage ist bis zum heutigen Tag gemäß Haushaltsvoranschlag ausgeglichen.

DANKEN möchte an dieser Stelle auch meinen Vorstandsmitgliedern, den Übungsleitern, allen Aktiven, den Eltern und unseren fördernden Mitgliedern, die zu einem funktionierendem Vereinsleben beigetragen haben. Zu guter Letzt ein großer Dank an alle Anzeigenkunden und Sponsoren unserer diesjährigen Vereinszeitung, sowie an Norbert Böttinger und seine Zuarbeiter, die alle überhaupt erst ein Erscheinen dieser Zeitung möglich machten!

Mir bleibt nur noch, allen eine besinnliche Weihnachtszeit und alles Gute für 2013 zu wünschen. Bleiben Sie uns treu!

Ihre *Anke Niepel*

## Wichtiger Hinweis der Kassenwartin

Zum 01. Februar 2014 werden die nationalen Zahlverfahren (Überweisung und Lastschrift) zugunsten der europaweiten SEPA-Zahlverfahren abgeschaltet. Dieses erfordert auch für uns als Schwimmverein eine Reihe von Anpassungen in unserem Zahlungsverkehr.

Uns betreffen diese Änderungen besonders beim Einzug unserer Mitgliederbeiträge.

Im Hinblick auf die Veränderungen beabsichtigen wir bestehende Einzugsermächtigungen zum 01.07.2013 in sogenannte SEPA-Basis-Mandate umzuwandeln.

Unsere Gläubiger-CI lautet: **DE10ZZZ00000100960**

Als Mandatsreferenz werden wir künftig Ihre Mitgliedsnummer verwenden.

Die Mitgliedsbeiträge werden wir am 01. April und am 01. Oktober eines jeden Jahres einziehen.

Sie als Vereinsmitglied brauchen **nichts** tun!

Wir als Schwimmverein müssen lediglich dieser Informationspflicht über die vorzunehmende Umstellung nachkommen.

- › Pflasterarbeiten
- › Plattenbelege
- › Hofeinfahrten
- › Terrassen
- › Wegebau
- › Trockenmauern

**Jens Niepel**  
Pflastersysteme



Vogesberg 22  
31167 Bockenem

Telefon 05067-917979

Fax 05067-917978

Mobil 0172-1751402

[jens.niepel@t-online.de](mailto:jens.niepel@t-online.de)

**STRASSENBAUMEISTER**

## Schulranzen-Info-Tage

Montag, 28.01.2013 bis Samstag, 02.02.2013  
(Samstag von 9.00-18.00 Uhr)

für alle Schulanfänger



**Scout  
Mc Neill  
Step by Step  
Sammies**

kompetente Beratung

T.Wundenberg, Königstraße 17, 31167 Bockenem

Allen Kunden  
eine besinnliche  
Weihnachtszeit  
und die besten  
Wünsche für das  
neue Jahr!

# Wir sorgen für Mobilität an Land und der SV Poseidon im Wasser.



## Für Ihre Mobilität an Land bieten wir Ihnen einiges, zum Beispiel:

- ✓ Volkswagen Partner und Audi Service
- ✓ VW Nutzfahrzeuge/Freizeitmobile
- ✓ Jahreswagen, Gebrauchtwagen!
- ✓ VW/Audi Werksdienstwagen!  
(Wir suchen auch Ihren Wunschwagen)
- ✓ EU-Fahrzeuge auch auf Bestellung!
- ✓ Service, Reparaturen, Lackiererei!
- ✓ Unfall Spezialist mit Vorort-Hilfe,  
Abschleppdienst, Ersatzwagen!
- ✓ Standheizungs- und Klimaanlage
- ✓ Autotelefon- und Navigationsgeräte!
- ✓ Original Ersatzteile und Zubehör!

**Seit 1925: fair - flott - freundlich!**



Paul Dobbratz GmbH · [www.dobbratz.de](http://www.dobbratz.de) · Lamspringe  
Gandersheimer Str. 26 · Tel. 0 51 83 / 10 01

# Bericht des Sportlichen Leiters

---

**Liebe Vereinsmitglieder,  
liebe aktive Schwimmerinnen und Schwimmer!**

Ein Jahr ohne Schwimmwettkampf in Bockenem, das hatte es letztmalig im Jahr 2001 gegeben. Ich muss zugeben, das geht auch! Unsere Aktiven haben es aber vermisst vor heimischer Kulisse mit anderen Kindern um die Wette zu schwimmen! Deshalb merkt Euch bitte schon den **25. August** vor, denn dann können nun endlich auch unsere Gastvereine das renovierte Stadtbad Bockenem in Augenschein nehmen. Bei unserem **1. Kurzbahn- Schwimmfest** sollte dann, nun mit hoffentlich deutlich höherer Temperatur im Schwimmerbecken, die Wettkampftauglichkeit bescheinigt werden können.

Unsere Aktiven haben **2012 an 13 Vergleichsschwimmfesten**, den **Kreismeisterschaften** und an einem **Masters-Schwimmfest** teilgenommen. Sie absolvierten 203 Starts für unseren **SV Poseidon** und konnten dabei 97 persönliche Bestzeiten erzielen.

Direkt nach Erlangen des *Seepferdchen* Abzeichens starteten Hannah Eisebitt und Felix Kölle, beide 6 Jahre alt, in ihre Schwimmkarriere. Schön wäre es, wenn uns mehr Kinder nach dem zeitaufwändigen Schwimmkurs, beim „normalen“ Schwimmbetrieb erhalten blieben.

Unser Schwimmtraining außerhalb der Freiluftsaison wird weiterhin freitags im Goslarer Hallenbad „**AQUANTIC**“ auf **drei** Schwimmbahnen durchgeführt.

Da unser neues Schwimmerbecken im Stadtbad uns weder im Mai, zu Beginn der Freiluftsaison, als auch wegen einer Reparatur bis Mitte Juni, nicht zur Verfügung stand, bereiteten wir uns im Freibad Bad Salzdettfurth auf die Wettkämpfe vor. Für die kostenlose Bereitstellung von zwei 50m Bahnen ab 18.00 Uhr bedanke ich mich bei den Stadtwerken BSD, sowie den dortigen Schwimmmeistern.

Nach dem „**Anschwimmen**“, das in diesem Jahr wegen der neuen Rutsche im Nichtschwimmerbecken eher ein „**Anrutschen**“ war, begann unser Trainingsbetrieb dann endlich im neuen ungewohnten 25m Schwimmerbecken. An unseren Trainingstagen montags und mittwochs ab 19.00 Uhr wurden uns anfangs **drei** Bahnen zur Verfügung gestellt. Nach dem ersten heißen Tag mit etwas mehr öffentlichem Schwimmbetrieb reduzierten dann die für das Bad Verantwortlichen der Stadt Bockenem unsere Trainingsmöglichkeit auf **zwei** Bahnen. Durch diese Maßnahme haben sich die Trainingsbedingungen deutlich erschwert. Kinder unterschiedlichen Alters und Schwimmvermögens schwimmen nun durcheinander und nicht mehr in ihren Leistungsgruppen. Ein übersichtliches Training kann so nicht mehr stattfinden.

Bei der „**Lange Nacht**“ des Stadtbadfördervereins organisierten wir für Kinder von 6 bis 14 Jahren ein **Bahnenschwimmen**. Bei schönstem Sommerwetter registrierten wir **104** Jungen und Mädchen, die **1055 Bahnen** und somit **26,375 km** geschwommen waren.

Unsere alljährliche **Ferienpassaktion** während der Sommerferien wurde auch wieder sehr gut besucht. 20 teilnehmende Kinder schwammen, tauchten und sprangen um Punkte, um dann mit Medaille, Urkunde und einer „süßen Tüte“ belohnt zu werden.

Ich bedanke mich bei unseren Trainerinnen Katharina, Sandra und Lena, sowie unserer „Aushilfe“ Ines Wegner für die gute Arbeit am Beckenrand, sowie in der Halle.

Ebenso ein Dank an unsere beiden fleißigen Kampfrichter Astrid Illers-Bruns und Wilhelm Friedhoff, sowie an die Eltern der Aktiven, ohne die wir zu keinem Schwimmwettkampf fahren könnten.

Euer *Nobbi*

# Bericht des Wasserballwarts

Was haben folgende Städte gemeinsam: Goslar, Salzgitter, Wolfsburg, Peine, Helmstedt, Northeim und Gifhorn?

Sie liegen alle im ehemaligen Regierungsbezirk Braunschweig und sie haben alle deutlich mehr Einwohner als Seesen.

Und es gibt in all diesen Städten **keine** Wasserballmannschaft!!!

Daran sollte deutlich werden, dass es schon eine tolle Leistung ist, dass es uns mit unserem Team vom SV Union 03 Seesen immer noch gelingt mit einer Mannschaft am Punktspielbetrieb der Bezirksoberliga Braunschweig teilzunehmen.

Trotz des hohen Altersdurchschnitts und trotz weiterer Abgänge (siehe Bericht vom Vorjahr) verlief die Saison 2011/2012 sogar vergleichsweise erfolgreich.

In der Tabelle konnte die „rote Laterne“ in der Abschlusstabelle dieses Mal vermieden werden und im Pokalwettbewerb konnten wir aufgrund eines Sieges in der ersten Runde gegen Kassel sogar das Halbfinale erreichen. Dort war dann leider Schluss, beim Auswärtsspiel im Freibad Wittingen am 14. September (unter Flutlicht und bei wolkenbruchartigen Regenschauern) gab es eine deutliche Niederlage.

**Tabelle 2011/12**

Platz	Mannschaft	S	G	U	V	Tore		Punkte	
1.	Eintracht Braunschweig II	12	11	1	0	162	55	23	01
2.	ASC Göttingen	12	9	1	2	106	62	19	05
3.	SSC Germania Braunschweig	12	6	0	6	95	91	12	12
4.	WSV Wolfenbüttel II	12	6	0	6	86	98	12	12
5.	WBV 82 Kassel	12	6	0	6	72	95	12	12
<b>6.</b>	<b>SV Union 03 Seesen</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>83</b>	<b>131</b>	<b>04</b>	<b>20</b>
7.	VfL Wittingen	12	1	0	11	70	142	02	24

Den notwendigen Sparmaßnahmen des SV Union 03 Seesen haben wir entsprochen, indem wir nach den Osterferien die Trainingszeit in der Sehusa Wasserwelt um eine halbe Stunde verkürzten (jetzt noch dienstags von 20.15 – 21.30 Uhr) und die Zahl der Trainingstage pro Jahr von 28 auf 24 reduziert haben. Das Training im Bockenemer Freibad wird im Sommer seit Jahren auf eigene Kosten durchgeführt.

Im Sommer flog dann auch erstmals im neuen Edelstahlbecken des sanierten Freibades der gelbe Ball über die Wasseroberfläche. Es war natürlich zunächst eine sehr ungewohnte Umgebung. Das Spielfeld wurde entgegen der ursprünglichen Planung nun im oberen Bereich des Schwimmerbeckens (zum Nichtschwimmer hin) angelegt und es wird nach wie vor quer gespielt. Das Spielfeld misst jetzt 23 x 15m, für Punktspiele in unserer Klasse ist das zulässig.

Unserem Konditionsstand kommt ein etwas kleineres Spielfeld sehr entgegen. Dank des Einsatzes von Nobbi wurden im Frühjahr die Hülsen für Tore und Spielfeldbegrenzungen noch an den richtigen Positionen angeschweißt, da dieses bei den Planungen nicht berücksichtigt war.

Zu Beginn der Saison wurden dann die Begrenzungsleinen geändert und als erstmals die Tore eingehängt werden sollten stellte sich heraus, dass der Durchmesser der Halterung zu groß war. Unser Schwimmmeister Peter Körber sorgte dankenswerter Weise schnell für Abhilfe und eine Woche später konnten dann beim Training die Wasserballtore wieder benutzt werden.



---

Das erste Punktspiel im neuen Spielfeld fand dann am 18.07. gegen WSV Wolfenbüttel II statt. Die Begegnung endete 7:12. Leider kein Sieg, aber immerhin ein spannendes, torreiches Spiel. Auch ein Wolkenbruch im dritten Viertel, der dafür sorgte, dass Protokolltisch und Schiedsrichter völlig durchnässt wurden, führte nicht zum Abbruch. Ein Fußballspiel hätte man nicht fortsetzen können.

Die neue Saison begann Ende November 2012. Bei der Spielplanbesprechung im Oktober stellte sich heraus, dass Wolfenbüttel die zweite Mannschaft zurückzieht. Nun findet die Punktspielrunde nur noch mit sechs Mannschaften statt.

Es ist einfach so, dass wir in einer Randsportart aktiv sind. Ein Beleg dafür waren auch die olympischen Spiele in London. Über Wasserball wurde im Fernsehen nur sehr wenig berichtet. Sicher aber auch deshalb, weil die deutsche Nationalmannschaft sich nicht qualifiziert hatte.



Aus dem **SV Poseidon** sind z.Z. folgende Spieler im Seesener Team aktiv:  
**Michael Kirchmann, Holger Kleimann, Hans-H. Schrader** und **Stefan Schrader**

Die jetzige Saison wird nicht einfacher, weil wir leider weitere Abgänge hinnehmen müssen. Arne Brunkhorst studiert künftig in Göttingen und wird nicht mehr spielen. Dirk Herzog und auch Michael Hartmann können gesundheitsbedingt nicht mehr am Punktspielbetrieb teilnehmen. Glücklicherweise bekamen wir mit Jan Gerecke einen motivierten neuen Mitspieler, der jetzt seine ersten Punktspielerfahrungen sammeln wird und Flakko steht uns in der Rückrunde auch wieder zur Verfügung. Mit seinen 62 Jahren ist er einer der ältesten aktiven Spieler in der Liga.

Ich hoffe sehr, dass uns weitere „Verluste“ bei den noch aktiven Spielern erspart bleiben. Die Spielerdecke ist extrem knapp bemessen und die Spielfähigkeit des Teams wäre dann nicht mehr gegeben.

Dank gebührt wieder unserem Protokolltischteam Fritz Vorkauf, Rolf Garbe und Norbert Böttinger (letzterem auch für seine Presseberichte im Seesener Beobachter).

***Hans-H. Schrader***

## Bericht der Lehrgangswartin

Seit 1995 bin ich zuständig für die Ausbildung unserer Trainer, Übungsleiter und Kampfrichter im Verein. Ich habe damals von Albrecht Fahnemann den Posten übernommen. Da gab es doch tatsächlich mal eine Zeit in der gefragt wurde, ob der Verein nicht bald mehr Trainer als Schwimmer hätte. Was war das denn für eine Zeit? Wir, meine Familie und ich, sind 1987 nach Bockenem gezogen und im selben Jahr dem Verein beigetreten. Dort fand die komplette Familie ein reichhaltiges Angebot an Aktivitäten: Schwimmen und Hallentraining für unsere Kinder, Damengymnastik für mich und Kegeln für meinen Mann. Die Kinder fanden schnell Anschluss und mein Mann und ich haben dadurch viele neue Freunde gewonnen. So waren mein Mann und ich auch gern bereit, uns im Verein zu engagieren. Als ausgebildete Kampfrichter begleiteten wir unsere Kinder zu den Schwimmfesten. Während des Schwimmtrainings gab man gern Hilfestellung. Und um richtig helfen zu können, wollte ich mir auch Fachwissen aneignen. Dazu schickte mich Albrecht Fahnemann auf Lehrgänge. Dort hat man sich nicht nur Wissen angeeignet, man hatte auch viel Spaß dabei. Heute sieht die Situation leider nicht so rosig aus. Das Angebot im Verein ist noch immer vielfältig. Aber wir brauchen dringend Personen, die sich im Verein engagieren wollen, egal, ob als Trainer, Übungsleiter, Kampfrichter oder Mitarbeit im Vorstand. Jede Hilfe ist willkommen.

Unser Verein hat z.Zt. folgende Kampfrichter:

Norbert Böttinger und Manuela Machler (Lizenz gültig bis 31.12.2012)

Marc Machler, Wilhelm Friedhoff, Astrid Illers-Bruns, André Hellmuth und Katharina Schütte (Lizenz gültig bis 31.12.2013)

Vielen Dank für Euren unermüdlichen Einsatz.

Im Anhang erscheint wieder eine Terminübersicht für Kampfrichter-**Fortbildungen** zur Lizenzverlängerung und für Kampfrichter-**Ausbildungen**.

Bitte meldet Euch bei mir!

Tel. **05067-5113** oder per Email: [connvh@rtung-home.de](mailto:connvh@rtung-home.de)

Der Kreissportbund Hildesheim hat auf seiner Internet-Seite [www.sportjugend-hildesheim.de](http://www.sportjugend-hildesheim.de) bereits die Termine für die Ferienfreizeiten 2013 bekannt gemacht. Dort gibt es weitere Infos und Anmeldeformulare.

Ich wünsche allen Vereinsmitgliedern ein fröhliches Weihnachtsfest und ein sportliches und erfolgreiches Neues Jahr.

*Conny Hartung*

### **Kosmetik & Fußpflege**

*Beate Wiebold*

*Brahmstraße 2 · 31167 Bockenem*

*Telefon (05067) 6263*

*Termine nach Vereinbarung.*

*Ich freue mich auf Ihren Besuch.*



**Für 2013 sind die folgenden Termine für die BSH-Kampfrichter-Maßnahmen vorgesehen:**

Datum	KR-Maßnahme	Ort	Anmeldung möglich ab
27. Januar 2013	KR-Fortbildung Gr. WKR/AW	Hannover	Anmeldetermin folgt
10. Februar 2013	Sprecher-Lehrgang	Hannover	Anmeldetermin folgt
09./10. März 2013	KR-Ausbildung Gr. WKR	Mardorf	Anmeldetermin folgt
<b>27./28. April 2013</b>	<b>KR-Ausbildung Gr. WKR</b>	<b>Hildesheim</b>	<b>Anmeldetermin folgt</b>
22./23. Juni 2013	KR-Ausbildung Gr. WKR	Hannover	Anmeldetermin folgt
07./08. September 2013	KR-Ausbildung Gr. WKR	Hannover	Anmeldetermin folgt
14. September 2013	KR-Fortbildung Gr. WKR/AW	Nienburg	Anmeldetermin folgt
16./17. November 2013	KR-Ausbildung Gr. WKR	Bad Nenndorf	Anmeldetermin folgt
16. November 2013	KR-Fortbildung Gr. WKR/AW	Bad Nenndorf	Anmeldetermin folgt
17. November 2013	KR-Fortbildung Gr. WKR/AW	Bad Nenndorf	Anmeldetermin folgt
16./17. November 2013	KR-Ausbildung Gr. AW	Bad Nenndorf	Anmeldetermin folgt
07./08. Dezember 2013	KR-Ausbildung Gr. WKR	Springe	Anmeldetermin folgt
07. Dezember 2013	KR-Fortbildung Gr. WKR/AW	Springe	Anmeldetermin folgt



*Stadtcafé* & **Weinkontor**  
Wegner

*Restaurant, Weinstube,  
selbstgebackener Kuchen*

**Öffnungszeiten**  
 Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr  
 Sa. 9.00 - 18.00 Uhr  
 So. 11.00 - 18.00 Uhr

**Marktstraße 1  
31167 Bockenem  
Telefon [05067] 70 49 763**

**Durchgehend warme Küche - Weinprobe nach Anmeldung**



# Karosserie- & Lackzentrum Bockenem

*Ihr Karosserie-  
und Lackexperte*

- Karosserie- Instandsetzung und Lackierung aus einer Hand
- Hol- und Bringservice
- Werkstattersatzwagen
- Schnellreparatur
- Scheibenreparatur oder Austausch
- Dellenentfernung ohne lackieren
- Kunststoffreparatur / Smartrepair
- perfekte Unfallreparatur
- Fahrzeug-Beklebung durch Fa. trend Design
- 24 Std.-Erreichbarkeit
- Pannenhilfe
- Abschleppdienst & Bergungsdienst

Hachumer Straße 4 · 31167 Bockenem  
**Tel. (0 50 67) 91 12 -50**



**Autohaus LIER**  
BOCKENEM



**Tel. 05067/9112 - 0**

*Wir bewegen den Ambergau · [www.autohaus-lier.de](http://www.autohaus-lier.de)*

**Straßendienst  
im Auftrag des  
ADAC**  
Tel. 01 80 - 2 22 22 22

**Es gibt gute Gründe**

- Neuwagen
- Gebrauchtwagen
- Reparaturen + Service
- Hol- und Bringdienst
- Panne? Unfall?  
24-Stunden-Notdienst  
Tel. 0 50 67 / 91 12 - 0

**Alle**  
Automobilclubs  
Schutzbriefversicherer  
Pkw und Lkw bis 3,5t  
Keine Vorkasse  
Direktabrechnung möglich

Hachumer Straße 12 · 31167 Bockenem

Telefon 0 50 67 - 91 12 - 0

[www.autohaus-lier.de](http://www.autohaus-lier.de) · [verkauf@autohaus-lier.de](mailto:verkauf@autohaus-lier.de)

# Bericht der Jugendwartin

---

**W**ieder geht ein Schwimmjahr zu Ende und es ist die Zeit zurückzublicken. Aus meinem Bereich gibt es diesmal nicht so viel zu berichten, was zum großen Teil mit meinem gebrochenen Handgelenk zu tun hatte.

Begonnen hatte das Jahr mit unserer Braunkohlwanderung, wo wir diesmal mit den Kindern keine Schnitzeljagd gemacht haben. Auch das Schlittenfahren gab es diesmal nicht, wir waren Schlittschuhlaufen, was allen sehr viel Spaß gemacht hat. Am Anfang unserer Schwimmsaison fand dann wieder unser traditionelles Anschwimmen in unserem neuen Schwimmbad statt. Unser Schwimmfest fiel dieses Jahr leider aus, was an den späten Sommerferien lag. So fand dann auch unsere Nudelparty nicht statt. Zum Abschluss gab es dann auch wieder das Abschwimmen. Diesmal leider ohne Übernachtungsparty (mein Handgelenk war schuld daran ☺).

Den meisten von Euch wird mittlerweile aufgefallen sein, dass ich meine Trainertätigkeit aufgegeben habe. Ich habe dieses **nicht** gemacht, weil es mir keinen Spaß gemacht hat. Mir fehlt einfach die Zeit dafür, denn seit über einem Jahr arbeite ich mehr.

Ich wünsche allen schöne Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Allen Schwimmerinnen und Schwimmern wünsche ich zusätzlich ein erfolgreiches neues Schwimmjahr!

*Sandra*



Das „Anschwimmen“ war in diesem Jahr mehr ein „Anrutschen“!



## „Sportsgeist“ – Gut für die Region

Die Sportförderung der Sparkasse Hildesheim.



Sind Sie auch dabei beim größten Volkslauf der Region, dem Wedekindlauf? Oder fiebern Sie mit bei einem spannenden Spiel unserer Handballer in der Sparkassen-Arena? Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Deshalb zeigen wir Profil und fördern Breiten- und Spitzensport ebenso wie die wichtige Nachwuchsarbeit. Ein breites Sportangebot erhöht den Freizeitwert unserer Region und fördert Gesundheit und Gemeinschaftsgefühl. **Und das ist gut.** [www.sparkasse-hildesheim.de](http://www.sparkasse-hildesheim.de)



## Bericht aus dem Stadtbadförderverein (SFV)

---

Das wichtigste Ziel des Stadtbadfördervereins wurde mit der Komplettsanierung des Stadtbads erreicht: Die langfristige Existenz des Bockenemer Freibades ist dauerhaft gesichert! Niemand wird auf die Idee kommen eine Einrichtung, die für über zwei Millionen Euro auf den neuesten Stand der Technik gebracht wurde zu schließen.

Die Attraktivität des Bades hat durch die Sanierung deutlich gewonnen, insbesondere auch durch die höheren Wassertemperaturen.

Der SFV hat aber auch weiterhin eine Existenzberechtigung. Verbesserungen und Attraktivitätssteigerungen sind immer noch möglich.

Der SFV wird sich weiterhin um attraktive Öffnungszeiten bemühen, Investitionen im Rahmen der finanziellen Möglichkeiten durchführen oder unterstützen, sich für die Schwimmausbildung einsetzen, Veranstaltungen im Freibad anbieten und die Zusammenarbeit mit der DLRG und dem SV Poseidon intensivieren.

Jeder der weitere Ideen hat und uns unterstützen möchte ist herzlich willkommen.

Ob die Sanierung stattgefunden hätte, wenn es den Stadtbadförderverein und die Unterstützung von DLRG und SV Poseidon nicht gegeben hätte? Ich wage es zu bezweifeln.

Folgende Veranstaltungen hat der SFV in der abgelaufenen Saison durchgeführt:

- die Einweihungsparty am 02.06.
- die „Lange Nacht“ am 06.07.  
(mit dem vom SV Poseidon organisierten Bahnenschwimmen)
- das Abschwimmen am 18.09.  
(mit der Besichtigung der Biogasanlage, des BHKWs und des neuen Technikgebäudes)

Alle Veranstaltungen sind bei den Besuchern gut angekommen.

Richtig schlechtes Wetter (siehe „Lange Nacht“ 2011) blieb uns zum Glück erspart.

Die Planungen für 2013 laufen.

*Hans-H. Schrader*

Holger **Kleimann**  
[ Steuerberater ]

Fon o 50 67. 6 92 42  
Fax o 50 67. 24 69 18

[steuerberater-kleimann@agendanet.de](mailto:steuerberater-kleimann@agendanet.de)

Professor-Martini-Straße 31  
31167 Bockenem

## Schwimmkurs und Trainingsgruppe Katharina

---

Unser Schwimmkurs war dieses Jahr mal wieder gut besucht, 10 Kinder trauten sich auch bei kühlen Temperaturen ins Wasser. Allerdings mussten wir nicht frieren, da das Nichtschwimmerbecken immer gut geheizt war. Nach vielen fleißigen Schwimm-, Tauch- und Sprungübungen haben 7 Kinder das Seepferdchenabzeichen erreicht und waren ziemlich stolz darauf. Die Trainer und Eltern natürlich auch ☺.



Die Teilnehmer am Schwimmkurs 2012 waren:

Hinterer Reihe von links: Eric Weege, Celina Sulzinger, Hannah Eisebitt,  
Jannis Schwarzfeld, Greta Heine, Samantha Sulzinger

Vordere Reihe von links: Roméo Lichter, Sarah Sulzinger, Sebastian Gomes,  
Lea Breitenstein

Einige Kinder nehmen auch weiterhin an unserem Schwimmtraining teil und sind auch schon auf Schwimmwettkämpfen erfolgreich mitgeschwommen. Alle anderen aktiven Schwimmer waren dieses Jahr auch wieder sehr eifrig, haben neue Schwimmarten erlernt und sind auch viele neue Bestzeiten geschwommen.

Macht weiter so.

Zum Abschluss muss ich Euch dann noch sagen, dass ich nach 15 Jahren als Schwimmtrainerin aufhören werde. Bis zum Abschluss der Wintersaison werde ich aber noch bei Euch bleiben.

Ich wünsche Euch Frohe Weihnachten.

Eure *Katharina*

# Schwimmkurs für Neuschwimmer

## Hallo, liebe Sportfreunde vom SV Poseidon!

Mein Name ist Hannah Eisebitt, ich bin jetzt 6 Jahre alt und seit diesem Sommer in eurer Mitte.

Dieses Jahr habe ich vor den Sommerferien am Schwimmkurs teilgenommen.

Wir hatten einen Riesenspaß dabei, wenn uns Sandra und Katha spielerisch an das nasse Element herangeführt haben!

Obwohl uns das Wetter hin und wieder an den Herbst anstatt an den Sommer erinnerte, haben wir 10 Kinder den Kurs alle gemeinsam eisenhart durchgezogen!

Zunächst übten wir mit Schwimmhilfen, welche aber recht schnell überflüssig wurden. Und so haben bis zu den Sommerferien auch die meisten von uns das heißersehnte Seepferdchen bekommen.

Mittlerweile fühle ich mich pudelwohl im Schwimmbecken. Und weil ich so viel Spaß am Schwimmen habe und mich in unserem wirklich tollen Verein so gut aufgehoben fühle, nehme ich mittlerweile sogar an ersten kleinen Wettkämpfen teil!

Eure *Hannah*

Toto-Lotto . Geschenkartikel . Zeitungen . Tabakwaren

**Karin Meyer**

Bönnier Straße 14  
31167 Bockenem  
Telefon 0 50 67- 22 68



## Änderungsschneiderei

### E. Paszkiewicz

Telefon 05067-3868

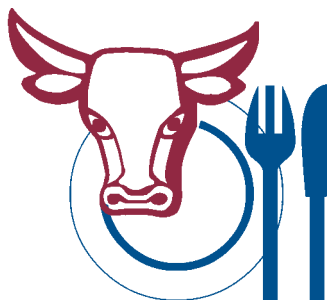
**Öffnungszeiten:**

Di, Do + Fr.    09.00 - 12.30 Uhr  
                          14.30 - 18.00 Uhr

Buchholzmarkt 3, 31167 Bockenem

# Fleischerei Partyservice

*Lars Bode*



Stobenstraße 18 · 31167 Bockenheim · Telefon: 05067/69695 · Fax: 05067/249205



# NEUE APOTHEKE

*...gesund und aktiv!*



## Die Apotheke für die ganze Familie

achten Sie auf unsere Kosmetikangebote

Henning von Henninges · Königstraße 22 · 31167 Bockenheim · Telefon 05067 - 24 78 18

# Kramm

*... immer eine gute Idee*

- ✓ Buchbestellung
- ✓ Schreibwaren
- ✓ Bürobedarf
- ✓ Druckerpatronen
- ✓ Fotokopien
- ✓ Fax-Service
- ✓ Prepaid - Karten oder Handy direkt am Terminal aufladen
- ✓ Anzeigenannahme für die HAZ und der Rund um Bockenheim
- ✓ Spielzeug u.a. SIKU und Schleich
- ✓ 1700 verschiedene Zeitschriften
- ✓ Stempel-Service
- ✓ Postagentur



### Öffnungszeiten Laden

Mo – Sa. 7.30 – 12.30 Uhr  
Mo – Fr. 14.30 – 18.00 Uhr

### Öffnungszeiten Postagentur

Mo – Sa. 9.00 – 12.15 Uhr  
Mo – Fr. 14.30 – 17.30 Uhr

### Thomas Kramm

Presse Bücher Schreibwaren  
Bönnier Straße 25  
31167 Bockenheim  
Tel. 05067 – 69523  
E-Mail: [info@presse-kramm.de](mailto:info@presse-kramm.de)  
[www.presse-kramm.de](http://www.presse-kramm.de)

# Berichte aus den Schwimmgruppen

---

## Anschwimmen 2012

Unser Anschwimmen fand dieses Jahr später als sonst, dafür aber im umgebauten, tollen neuen Freibad statt. Alle zusammen sind wir ins Wasser gesprungen und haben wild getobt und geplansch, ausgiebig die neue Rutsche ausprobiert und sind vom Turm ins Wasser gesprungen. Anschließend haben wir im Vereinsheim gegrillt. Es gab Würstchen, Salate und Kuchen. Lecker!

*Christian*

## Mein erstes Schwimmfest

Heute (17.Nov.2012) durfte ich das erste Mal bei einem Schwimmwettkampf starten. Ich habe mich darauf schon gefreut, denn gestern Abend beim Training habe ich mit Lena extra dafür geübt vom Startblock zu springen, und mit Badekappe und Schwimmbrille bin ich gar nicht untergegangen. Als es dann losging, war ich doch sehr aufgereggt, aber es hat alles geklappt und ich bin Dritter geworden und bekam eine tolle Bronzemedaille. Nächstes Mal möchte ich wieder mitmachen!!!

*Felix*

## Meine Schwimmfeste

*Mir machen die Schwimmfeste großen Spaß. Mir gefällt es, mit vielen Kindern um die Wette zu schwimmen. Das Beste an den Schwimmfesten finde ich die Medaillen und Pokale. Ich freue mich schon auf die nächsten Wettkämpfe im nächsten Jahr.*

*Vanessa*

## Training

Das Training macht immer Spaß. In der Halle zu spielen liebe ich. Aber auch draußen gefällt es mir sehr. Super Training!

*Jonas Kölle*

Das Training macht mir am meisten Spaß, wenn es im Frei- oder Hallenbad stattfindet. Beim Trockentraining finde ich es am besten wenn wir spielen. Zirkeltraining ist echt anstrengend, man kann aber super schlafen. Ab und zu gibt es Muskelkater. Ich freue mich schon auf die neue Freibadsaison, weil mir das neue Bad gut gefällt....Hoffentlich kann ich dann endlich einen spitzenmäßigen Kopfsprung. ☺!

*Marius Zajons*

# Berichte aus den Schwimmgruppen

---

## Kraulschwimmen bei Katha

Seit Ende des Sommers versuche ich das Kraulschwimmen zu lernen. Ganz schön schwierig: Arme und Beine zu bewegen, den Kopf unter Wasser und dann auch noch ab und zu Luft holen! Ein bisschen kann ich es schon und ich versuche es weiter, denn (Kraul-)Training bei Katha macht Spaß.

Dein *Chrissi*

## Training bei Katha

Das Schwimm- und Trockentraining bei Katha macht immer viel Spaß. Beim Trockentraining machen wir Zirkeltraining und manchmal Spiele. Beim Schwimmtraining trainiert uns jetzt aber meistens Nobbi, weil Lena nicht mehr regelmäßig kommen kann. Bei Nobbi müssen wir mehr mit Brett machen und wir schwimmen mehr Lagen. Es macht aber trotzdem Spaß. Am Ende der Trainingsstunde schwimmen wir aus Spaß noch zwei Bahnen „Badewanne“, das ist immer sehr lustig.

*Marius*

## Bericht zum Schwimmtraining

Das Schwimmtraining bei Katha und Nobbi macht mir immer noch viel Spaß. Schade finde ich, dass ich zurzeit der Einzige in meinem Alter bin. Wünschenswert wäre es, wenn meine Gruppe einen eigenen Trainer/in hätte. Nach dem Umbau vom Freibad auf 25m Bahnen ist das Langstreckentraining jetzt einfacher (häufige Rollwenden). Mir persönlich gefällt es, dass bei Regen trotzdem das Training stattfindet. Wasser von oben und unten. **Toll !!!!**

*Niklas Neumann*

## Training bei Katha

Das Training bei Katha macht immer viel Spaß. Als erstes schwimmen wir uns alle ein. Danach üben wir meist für die kommenden Wettkämpfe. Manchmal spielen wir auch oder verbessern unseren Schwimmstil. Am Ende schwimmen wir uns aus.

😊 Manchmal dürfen wir auch rumalbern. 😊

*Tabea, Lena* und *Alexandra* 😊



# Kreismeisterschaften

*Dieses Jahr fanden die Kreismeisten in Drispfenstedt statt. Als erstes sind die Kleinen geschwommen. Dann kamen wir. Es hat uns Spaß gemacht. Wir haben leider nicht so gut abgeschnitten, aber Niklas hat eine Goldmedaille geholt.*

*Wir hoffen, wir sind nächstes Mal wieder dabei!*

*Viele Grüße **Tabi und Alexi***



*Christian*



*Vanessa*

## Kreismeisterschaften 2012

An den Kreismeisterschaften am 04.03.2012 in Drispfenstedt haben Tabea, Alexi, Niklas, Alina, Vanessa, Christian und ich teilgenommen. Alle haben eine Urkunde bekommen und Chrissi und ich, weil wir gewonnen haben, auch eine Medaille und Chrissi sogar noch eine Sporttasche.

***Johanna***

# Berichte aus den Schwimmgruppen

---

## Der Ferienpass

Der Ferienpass ist immer toll, weil wir einen kleinen Wettkampf machen. Bei dem Wettkampf müssen wir: tauchen, schwimmen, vom Sprungturm springen und noch vieles mehr.

Zum Schluss gibt es noch die Siegerehrung und für Jeden gibt es eine süße Tüte.



Von ALINA



Der Ferienpasstermin mit dem SV Poseidon war wieder einmal gut besucht

# Berichte aus den Schwimmgruppen

---

## Abschwimmen

Wir trafen uns dieses Jahr wieder zum Abschwimmen am Vereinsheim. Danach sind wir schwimmen gegangen. Nach dem Schwimmen sind alle zum Vereinsheim gegangen. Dort haben wir gegrillt. Dazu gab es Salate und Nachtisch.

Nach dem Essen sind alle Kinder auf den Spielplatz gegangen. Wir haben alle zusammen ein Spiel gespielt, ähnlich wie Verstecken.

Das Abschwimmen war super!

*Milena*

Abschwimmen ist immer toll. Dieses Jahr war es das erste Mal im neuen Schwimmbad. Das neue Schwimmbad finde ich super, weil die Bahnen nicht mehr so lang sind.

Nach dem Schwimmen gibt es immer etwas zu essen.

Zum Schluss spielten wir dann auf dem Schwimmbadgelände.

Es machte viel Spaß!!!

*Annika Kölle*



## Weihnachtsfeier 2011

Zu unserer Weihnachtsfeier haben wir uns wie immer im Vereinsheim getroffen. Nachdem wir einen Kalender gebastelt haben, gab es für alle Würstchen und Brötchen mit Ketchup zu essen. Danach wurde der „Schwimmer des Jahres“, Marius Wegner, bekannt gegeben und die Gruppenbesten geehrt. Sie haben ein Handtuch bekommen. Leider war die schöne Zeit schon um und wir sind nach Hause gegangen.

Eure *Johanna*



# BOWE OPTIK

Brillenmode  
Contactlinsen  
Königstraße 8  
31167 Bockenem

Telefon:  
0 50 67/16 98  
Telefax:  
0 50 67/15 35  
email: boweoptik@gmx.de

Öffnungszeiten:

Montag - Mittwoch 8.30 - 13.00 und 14.30 - 18.00 Uhr  
Donnerstag 8.30 durchgehend bis 19.00 Uhr  
Freitag 8.30 - 13.00 und 14.30 - 19.00 Uhr  
Samstag 8.30 - 13.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**BIO-und finnische Sauna**

**Über 100 KURSE im Monat**

**Solarium**

**EUROFITNESS**

www.eurofitness-bockenem.de | Danziger Str. 7 | Inh. Maria Wiennecke  
Telefon 0 50 67 - 27 58

**FLEXI-BAR** **TAE BO** **RehaSport** **ZINBA**

## Unsere Braunkohlwanderung

Ein Bericht von **Emely Nagaitschik**

Am Samstagmorgen, den 25. Februar um 11.00 Uhr sind wir in Bockenem losgefahren. Als wir dann in Braunlage angekommen waren, sind die Erwachsenen zur Wanderung aufgebrochen.

Wir Kinder sind zur Schlittschuhhalle gegangen. Als wir da waren, haben alle ihre mitgebrachten oder ausgeliehenen Schlittschuhe angezogen. Danach haben wir dann alle unsere Rucksäcke auf die Sitzplätze gepackt. Dann ging es auf die Eisbahn. Wir hatten viel Spaß mit Katha, Sandra, Lena und André. Zwischendurch wurden unsere mitgebrachten Sachen vernascht.



Anschließend sind wir zum Gasthaus **„Altes Forsthaus“** gegangen. Dort haben wir uns mit den Erwachsenen getroffen. Einige Erwachsene haben das Gasthaus nicht gefunden und sind etwas später gekommen. Wir Kinder haben Pommes mit Würstchen gegessen, die Erwachsenen Braunkohl und Bregenwurst.

Es war ein sehr schöner und lustiger Tag.



# Aquafitness- Kurse beim SV Poseidon Bockenem

Ein Bericht von **Marlene Fahnemann**

**E**rstmals in der vergangenen Sommersaison haben wir im neu renovierten Freibad bei herrlich warmen Wassertemperaturen (25-26°C) Aquafitness Kurse im Flachwasser (Nichtschwimmerbecken) angeboten.

Ich habe mich im Frühjahr 2012 auf einem Seminar des Aqua College Bad Salzuflen in Oberhausen ausbilden lassen, habe Inhalte in Einführung in die Aqua Fitness, Physikalische Eigenschaften des Wassers, Übungskunde, Anatomie, Physiologie, Präsentation, Methodik, Trainingslehre und mehr gepaukt und am Ende des Seminars die Prüfung zum Aquafitness Professional Instructor bestanden. Nun konnten wir Ende Juni beginnen!

An drei Terminen, dienstags und donnerstags um 11 Uhr und montags um 19 Uhr trafen regelmäßig zwischen 10 - 16 Teilnehmer/innen im Alter von ca. 30 - 87 Jahren ein, um sich nach meinen Anweisungen nach flotter Musik im Wasser zu bewegen.

Dank einer Bezuschussung durch die Bürgerstiftung Bockenem konnten wir zum Trainieren neben den vorhandenen Pool Nudeln, Aqua Discs (Scheiben) einsetzen und es machte allen Teilnehmern viel Spaß, sich im Wasser zu bewegen.

Aber auch die Geselligkeit blieb nicht auf der Strecke. Wir verabschiedeten die Sommersaison mit einem gemeinsamen Frühstück im Freibad Bockenem, organisiert und vorbereitet von zwei fleißigen Damen.

Deshalb hier noch einmal „Danke“ an **Christa und Erika!**



Spendingübergabe der Bürgerstiftung Bockenem an den SV Poseidon

# Die Nudel

---

Erdacht und gereimt von **Sigrid Kiene**

**E**in Sportler der braucht Energie,  
doch woher bekommt er sie?  
Mit Laufen, Radeln, Schwimmen  
kann die Sache wohl gelingen!  
Doch auch die Ernährung ist ganz wichtig! Ich hätte einen Rat:  
nimm viel, viel Kohlehydrat!  
Iss Nudeln klein, dick, lang und rund,  
weiß, dunkel und auch bunt,  
man kann es auch noch unterstützen –  
„die Nudel“ im Schwimmbad zu benutzen.  
Poseidon, Anke und Marlene boten an,  
es kamen Kinder, Frau und Mann!  
Diese „Nudel“ ist ein einfach` Ding  
und Manches mit ihr gut gelingt!  
So gab es Freude und auch Spaß  
und das bei 25 - 27 Grad!  
Zu schnell war die Saison vorbei,  
wir warten auf den Monat Mai!

**Wir danken Euch und sind wieder mit dabei!**







Wir freuen uns  
auf **Ihren**  
**Besuch!**

© trend DESIGN

Öffnungszeiten:  
Di.-Do.: 9 -18 Uhr  
Fr.: 9 -19 Uhr  
Sa.: 9 -14 Uhr



Lange Burgstr. 3  
31167 Bockenem  
Tel.: 0 50 67  
24 75 69



## Alles rund um Haus und Garten

Rasenmäher  
Rasentraktoren  
Motorsensen  
Motorsägen  
Vertikutierer  
Heckenscheren  
Laubsauger

Hochdruckreiniger  
Rasentrimmer  
Motorhacken  
Balkenmäher  
Akku-Grasscheren  
Gartenhäcksler  
Einachsschlepper

Gartengeräte  
Blumenerde  
Pflanzenschutz  
Lichtelemente  
Rindenmulch  
Blumentöpfe  
Dünger Kalk

Kupferrohre  
und Lötfitting  
KG & HT Rohre  
Duschwannen  
Badewannen  
Waschbecken  
Sanitärbedarf



## Brandes Gartentechnik

Inh. Andreas Herrmann e.K.

Hildesheimer Str. 19 38723 Seesen - Rhüden

Telefon 05384 / 8041

Telefax 05384 / 8020

E-Mail: [info@brandes-gartentechnik.de](mailto:info@brandes-gartentechnik.de)

Internet: [www.brandes-gartentechnik.de](http://www.brandes-gartentechnik.de)

Beratung - Service - Verkauf

# Schwimmtechnikkurs für Erwachsene

Ein Bericht von **Marlene Fahnemann**

**S**chwimmen ist gesund, aber nur, wenn die Technik stimmt! Wer technisch korrekt schwimmt, wird mehr Spaß am Schwimmtraining haben, und mit den verschiedenen Schwimmarten wird das Training abwechslungsreicher!

Kondition und Fitness kommen bei regelmäßigem Üben ganz von allein!

Mit diesen Argumenten habe ich in der Sommersaison wieder für den Schwimmtechnikkurs für Erwachsene geworben.

Elf Frauen und Männer im Alter von ca. 40 - 60 Jahren nahmen regelmäßig 1-2-mal wöchentlich am Training teil. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben mit Spaß und Freude das Training mitgemacht, obwohl es doch mitunter recht anstrengend war. Die Kraul- und Rückenschwimmtechnik wurde gelernt, aber auch korrektes Brustschwimmen können inzwischen alle. Nach einer 30-40 minütigen Trainingseinheit haben die sportlich motivierten Schwimmerinnen und Schwimmer regelmäßig auch die „Rollwende“ geübt.

Ich freue mich auf die Saison 2013, um mit dieser Gruppe weiter zu machen. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. An diesem Schwimmtechnikkurs kann jede schwimmbegiertere Person im Alter von ca. 20 - 80 Jahren teilnehmen.

**Alle sind herzlich willkommen!**



**SPORT-THIEME**  
**SWIMSHOP**  
europas größter schwimmspezialist swimshop.de

adidas arena maru

speedo Z XU AM SPORT

Aqua Sphere FINIS ZOGGS

Der Swimshop ist Europas größter Schwimmspezialist.  
Bei uns bekommen Sie topaktuelle Schwimmbekleidung der Saison, die komplette Wettkampfausstattung, die Ausrüstung für Ihr Schwimmbad sowie für Ihre Vereine, aber auch alles rund um das Thema Triathlon. [www.swimshop.de](http://www.swimshop.de)



Die Sportgruppe „Fit durchs Jahr“ startet im neuen Outfit in die Saison!

*Ihr Treffpunkt für  
Naturheilkunde...*



**Ambergau-Apotheke**  
ZERTIFIZIERT FÜR HOMÖOPATHIE  
UND NATURHEILKUNDE

Apothekerin Anke Möller-Zerrenthin  
Bönnier Str. 28 · 31167 Bockenem  
Tel. 05067-1666 · Fax. 05067-6042

# Fit durchs Jahr 2012

---

Das Jahr 2012 stand in unserer Gruppe ganz im Zeichen von vielen (Reise-) Aktivitäten. Wir starteten am 11. Januar in der Grundschulturnhalle mit einem vielseitigen Sportprogramm.

Im Februar entschlossen wir uns kurzfristig ein Angebot der **Jugendherberge Thale** anzunehmen und verbrachten dort ein wunderschönes Winterwochenende. Die Turnhallensaison beendeten wir am 30. Mai.

Das erste vorgezogene Highlight unserer Outdoor-Saison war unsere **Frühjahrswanderung** am 12. Mai, bevor wir am 27. Juni mit dem **Aquafitnessprogramm** im neuen Freibad beginnen konnten. Die Beteiligung war wieder einmal sehr gut. Im Durchschnitt waren 14 Teilnehmer/innen anwesend. Besonders freute es mich Sigrid Kiene wieder begrüßen zu können.

An dieser Stelle möchte ich mich im Namen des Schwimmvereins und aller Aquafitnesssteilnehmer bei der **Bürgerstiftung Bockenem** für die finanzielle Unterstützung zur Anschaffung unserer neuen Übungsgeräte (Aqua-Discs) bedanken!

Die Freibadneueröffnung am 2. Juni und die „Lange Nacht“ am 7. Juli unterstützten wir in neuen Outfits mit unserem traditionellen Cocktailstand. Dank der finanziellen Unterstützung der **Ambergau-Apotheke** in Person von Anke Möller-Zerrenthin war es uns möglich, neue **Sport-T-Shirts** anzuschaffen.

Unsere **Laufaktivitäten** haben leider in diesem Jahr nicht zugenommen. Lediglich Anne Schnieder-Böttinger hielt unsere Vereinsfahne bei verschiedenen Volksläufen hoch. Conny Hartung lief weiterhin unter fremder Fahne. Darüber hinaus trafen sich Inga Friedhoff und Konny Laumann regelmäßig montags zum Laufen.

Seit dem 19. September finden unsere sportlichen Aktivitäten wieder in der Grundschulturnhalle statt. Die Herbstferienpause nutzten wir, um unsere **Sauna-Hitliste** zu erweitern.

Das Jahr 2012 schlossen wir mit 2 Aktivitäten ab:

- am 6. Dezember Teilnahme am **Bockenemer Weihnachtsdorf**.  
Dort gab es wieder eine große Auswahl an selbstgebackenen Keksen.
- am 7./8. Dezember Wochenendfahrt mit 20 Frauen zum **Christkindlmarkt** nach **Dresden** als diesjährige Weihnachtsfeier.

Allen Lesern dieser Zeitung wunderbare Weihnachten und ein gesundes Jahr 2013!

Ihre *Anke Niepel*

## „Thale“ E in Wintermärchen

---

Für die Nachwelt aufgeschrieben von: [Anne Schnieder-Böttinger](#)

Es war einmal an einem kühlen, klaren Februartag, man schrieb das Jahr 2012, als sich fünfzehn unternehmungslustige Frauen auf den Weg machten, gen Osten, in den sagenumwobenen Harz.

Die Erste am Treffpunkt in dem mittelalterlichen Städtchen Bockenem war Birgit, sie war ebenso pünktlich eingetroffen, wie der Winter mit Kälte, Schnee und Eis.

Die bereitstehenden Fahrzeuge füllten sich alsbald mit Gepäckstücken, Verpflegung und Personen und nach einer angenehmen, komfortablen Reise erreichten die Frauen die Herberge in Thale. Diese lag idyllisch am rauschenden, fast gänzlich zugefrorenen Flüsschen Bode, eingebettet zwischen hoch aufragenden Felsen und Steilwänden. Die Herberge war schlicht und sauber, ganz wie eine Jugendherberge. Die Räume waren praktisch und ohne unnötiges Beiwerk ausgestattet mit nur vier einfachen Betten, Schränken, Stühlen und einem Tisch. Eine steile Treppe führte in das 3. Stockwerk, wo man auch seine Notdurft verrichten und für die Körperpflege sorgen konnte. Die Verpflegung war reichhaltig, abwechslungsreich und schmackhaft, lediglich das Brot war etwas trocken.

Die tatkräftigen Frauen richteten nach ihrer Ankunft sogleich die Schlafstätten her, anschließend begaben sie sich auf einen Rundgang durch das idyllische Harzstädtchen Thale, immer auf der Suche nach einem Gasthaus. Daran konnte sie auch Wotan mit seinem achtfüßigen Zauberperd nicht hindern und endlich fanden sie tatsächlich eine Kaffeestube und stärkten sich mit heißem Gebräu und leckerem Gebäck. Zurück in der Herberge trafen sie sich zum Begrüßungstrunk und zur Privatvorführung des Filmstreifens „Zweihrküken“ mit allen erdenklichen kulinarischen Annehmlichkeiten. Ein amüsiertes Zusammensein rundete dann den Abend ab.

Als der Morgen graute waren die Frauen voller Tatendrang. Nach ausgiebiger Labung am Frühstückstisch, machten sie sich auf den Weg zur Haltestelle, von dort brachte der Buskutscher Ralle zunächst die Hälfte der Frauen den Berg hinauf nach Friedrichsruh, zum Startpunkt einer ausgiebigen winterlichen Wanderung. Für ein geringes zusätzliches Entgelt fuhr Ralle noch einmal mit den übrigen schon ungeduldig wartenden Frauen die halbschwerer kurvenreiche Strecke hinauf zum Treffpunkt. Bereits nach wenigen Metern auf der schnee- und eisglatten Wanderstrecke kam Marianne zu Fall, ihr Schuhwerk war gänzlich ungeeignet für derlei Touren und landete daher auch am Abend in der Herberge im Abfall. Auch Ulla und Konny strauchelten und brauchten die Hilfe unserer Berggretterin Petra, die den drei gefallenen Mädchen während der gesamten Wanderung hilfreich zur Seite stand. Der schmale, gefährlich glatte Weg führte die sportlich geübte Frauengruppe durch die wundervoll verschneite Landschaft, in welcher der feine fallende Schnee in der Sonne wie Feen- oder Elfenstaub glitzerte, bis zum sagenhaften, verwunschenen Hexentanzplatz. Im Angesicht des unheimlichen Teufels tranken die tapferen, unerschrockenen Frauen heißen, roten Wein und machten sich sodann wieder auf den Heimweg zur Herberge.

---

Nach glücklicher Rückkehr, einer ganz kurzen Pause und Wechsel der Bekleidung, ging es voller Vorfreude in die angepriesene Bode-Therme, die, eingebettet zwischen der Rosstrappe und dem Hexentanzplatz, ins Felsmassiv gebaut war. Nach einigem hin und her an der Kasse zur Entrichtung des Eintrittsgeldes begaben die Frauen sich in das verlockende heiße Dampfbad mit Salz-Peeling zur Verbesserung der Hautbeschaffenheit oder in das angenehm warme Wasser. Anke, die Anführerin der Frauengruppe, wurde nach geraumer Zeit ausgerufen und zur Kasse gebeten, was alle verwunderte, denn in dieser Fremde war sie gänzlich unbekannt. Die mysteriöse Angelegenheit klärte sich bald auf und natürlich spielte Geld eine Rolle. Gegen Abend, die Dämmerung war bereits hereingebrochen, machten sich die Frauen, müde, zufrieden und entspannt, auf den düsteren Heimweg zur Herberge. Der weitere Abend dort verlief nach einem ausgiebigen Nachtstuhl sehr gesellig. Es wurde herzlich gelacht und geschertzt.

Nach einer eiskalten Nacht bei klirrender Kälte mit minus 23 Grad draußen und einer Betruhe in der stickigen Luft der Vierbettzimmer, zwischen Schnarchen und Teekochen, ging es nach einem ausgiebigen Frühstück zur geheimnisvollen Felsformation, der „Teufelsmauer“. Ein Rundweg führte die Frauengruppe an der eindrucksvollen Mauer entlang und zurück zu den Fahrzeugen. Der Teufel hatte es vorgezogen sich nicht zu zeigen, er hatte sicher Angst vor so viel Frauenpower.



Während der Heimreise statteten die Frauen einer Glasbläserei einen Besuch ab, um einige Andenken käuflich zu erwerben. Dann nahm der schöne Ausflug sein Ende und Alle kamen glücklich und wohlbehalten in ihren Heimatorten an. Wer weiß, vielleicht brechen sie bald wieder gemeinsam mit Anke auf zu einer märchenhaften Reise.

#### Teilnehmerinnen:

Anke, Anne, Bianca, Birgit, Christine, Conny, Gundula, Ina, Inga, Karin B., Karin Sch., Konny, Marianne, Petra, Ulla

---

# **KOSMETIK – STUDIO**

## **Jenny Freise**

Staatlich geprüfte Kosmetikerin



**Bönnier Str. 7**  
**31167 Bockenem**  
**05067 / 917330**

**Öffnungszeiten:**

**Montag bis Samstag nach Vereinbarung**



## 10. Frühjahrswanderung der Gruppe „Fit durchs Jahr“

---

Am 12. Mai 2012 war es nun wieder soweit. Treffpunkt für unseren Wandertag war dieses Jahr bei Anke. Wie immer starteten wir mittags unsere Route und wie immer machte Anke ein Geheimnis um das Ziel der Wanderung und wie immer würde es mit Kaffee und Kuchen ausklingen. So begann unser Marsch in Richtung Bornum und ehe man sich versieht, wir haben uns ja soo lange nicht gesehen und ganz viel zu erzählen, ist auch schon die erste Rast geplant. Am Naturfreundehaus in Bornum wurden nun also Käsespieße, Gemüsestreifen und Süßigkeiten (Nahrungsergänzungsmittel) ausgepackt und in lauschiger, nach Waldmeister duftender Umgebung vernichtet. Weiter ging es in Richtung Autobahnbrücke (diese gibt es inzwischen nicht mehr) und vorbei an einer Ministeinbruchwand, in der wohl auch Fossilien zu finden sind. Schließlich erklimmte die unerschrockene Damentruppe noch einen steilen Anstieg.

-Puuh- kurz noch Luft holen. Eine längere Verschnaufpause hatten wir dann nach kurzer Entfernung in der Drögehütte, oberhalb von Jerze. Hier stieß Anne dazu.



Da nun auch die Schwimmbaderöffnung näher rückte und wir wieder mit einer Cocktailbar vertreten sein würden, nutzte Anke diese Gelegenheit und wir verkosteten mögliche Getränkevariationen. Anschließend ließen wir den Wald hinter uns und schritten mit Blick über den Ambergau Richtung Ortshausen. Ziel war das Café „Anno Dazumal“. Natürlich gab es Torte satt. Hier darf bei reichlicher Auswahl alles probiert werden. Conny und Marianne hatten uns zu diesem Zeitpunkt allerdings verlassen, aber Jessica gesellte sich neu dazu. Gerade noch rechtzeitig, um den Eierlikör (auf Kosten des Hauses) noch genießen zu können. Eine freudige Nachricht gab es noch unterwegs. Nadine, unsere ehemalige Mitstreiterin, teilte ihren Familienzuwachs mit.

**Fazit:** Wie immer habe ich diesen Ausflug und eure Gesellschaft sehr genossen. Ich verbleibe mit einem kräftigen **TOP FIT**

*Verena*

# Gesund und Entspannt zu jeder Zeit

Sauna und Wellness für erholsame Stunden

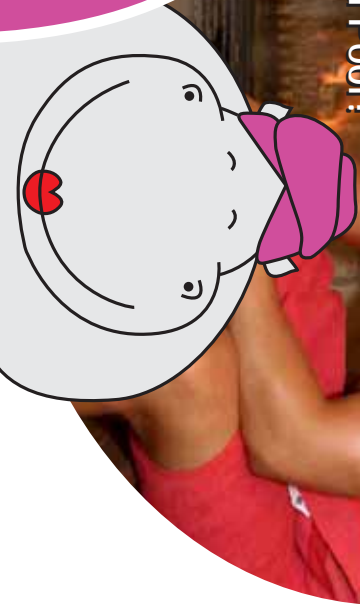
- Blockhaus-Sauna
- Bi-O-Bad-Sauna
- Dampfbad
- Finnische Sauna
- Maa®-Sauna
- Wintergarten

mit großem Saunagarten und Pool!

sehusa  
wasserwelt



sehusa wasserwelt  
Engelader Str. 3 - 38723 Seesen  
Telefon: (0 53 81) 9 80 72 80  
Internet: [www.sehusa-wasserwelt.de](http://www.sehusa-wasserwelt.de)



## Saunalandschaft im Wasserparadies Hildesheim

In den Herbstferien, in denen leider kein Sport stattfindet, haben wir uns diesmal entschlossen, nach Hildesheim ins *Wasserparadies Hildesheim* zu fahren. Für Regina war es das 1. Mal, dass sie mit uns mitgefahren ist, und auch das 1. Mal in einer gemischten Sauna. Aber sie sagte, dass es nach den ersten „Hemmungen“ dann doch ganz schön war. Die Saunalandschaft ist auf 2 Etagen mit 9 verschiedenen Themen-Saunen. Wir haben langsam mit einer Kräutersauna (60 Grad) angefangen, und uns dann hochgearbeitet. Die 105 Grad Sauna haben wir uns dann aber doch erspart....

Zur Abkühlung gab es ein kaltes Tauchbecken oder auch Eis, aber leider keinen schönen Außenbereich mit frischer Luft. Dafür gab es dort ein warmes Sprudelbecken.

Sauna macht hungrig, und somit haben wir das Bistro auch aufgesucht, um uns zu stärken. Wie lecker schmeckt nach so viel Wärme wohl ein alkoholfreies Hefebier???

Es war wieder ein schöner, lustiger Nachmittag/Abend.

Wir haben unsere Hitliste der Saunen, die wir bereits abgeklappert haben, noch mal überdacht, und wir sind auf die folgende Reihenfolge gekommen:

1. Sehusa Wasserwelt Seesen
2. AquaLaatzium Laatzten
3. „Aloha“ Freizeitbad Osterode
4. Kristalltherme Altenau
5. Wasserparadies Hildesheim

Es ist überall sehr schön, aber es gibt halt überall kleine Unterschiede, die für *uns* wichtig sind.

Mal sehen, wo es uns nächstes Jahr hin verschlägt?

Eure *Saunadamen*



# „Dresden“ Unsere Wochenendfahrt

---

## Eindrücke unserer Weihnachtsfahrt

Ein wunderschön weihnachtlich geschmücktes Dresden erwartete uns bei Sonnenschein und Schneefall.

Ein gelungenes Wochenende bei dem die Lachmuskeln gut trainiert wurden.

Die kulinarischen Köstlichkeiten konnten ausreichend und abwechslungsreich genossen werden.

Durch Besichtigung des Senfladens konnte jeder auch „seinen Senf“ dazu geben.

Das Hotel war super und gerade angemessen für uns, wenn wir schon mal verreisen.

Wir wissen jetzt, was ein Gliedermaßstab ist. Obwohl die Kellnerin sparsam geschaut hat, als Marianne den Tisch vermessen hat, hat sie uns sehr fürsorglich bedient.

Das Thema Tischbreite, wurde auch noch beim guten Frühstück herzlich erläutert.

Die Auswahl der Torten und Kuchen im „*Coselpalais*“ war super und animierte wieder viele von uns zum Naschen (wir trainieren es mittwoch's wieder ab)!

Und immer wenn die „**Fit durchs Jahr**“-Truppe auf Weihnachtsfahrt mit *PÜLM* ist, dann ist das Schneechaos vorprogrammiert.

„*Strietzelmarkt*“ in Dresden, traumhafte Weihnachtsbeleuchtung mit traumhafter Kulisse, superlecker Eierpunsch, immer wieder ein Besuch wert.

Für den kulturellen Teil sorgte eine Stadtrundfahrt mit anschließendem Rundgang und einem netten Stadtführer.

Nach dem Abendessen wollten wir noch einen Absacker in der „*Piano-Bar*“ nehmen. Da diese besetzt war nahmen wir in der Hotellobby Platz. Der Kellner war leicht überfordert.

Transport vom Feinsten - Weihnachtsmarkt mit Traumwetter - Essen über den Dächern der Stadt - Frühstück wie ein Kaiser - Torte im Palais - kulturelle Highlights - Glühwein im Schnee - ..... wenn Engel Reisen!



### **Fazit:**

Auch wenn wir jetzt im Alltag wieder schalten und walten, wir werden Dresden in guter Erinnerung behalten.

Dem *MARITIM* und *PÜLM* und *ANKE*,  
ein achtzehnfaches **DANKE**.

# Aqua Fitness bei Anke im Sommer 2012

## Liebe Badenixen, Wasserratten und Tiefseetaucher!

Im Sommer fing es wieder an,  
Aqua Fitness bei Anke für Jedermann.  
Der Terminplan wurde an alle vergeben,  
mit der Bitte sich pünktlich ins Schwimmbad zu begeben.  
„Neuzugänge“ sind stets herzlich eingeladen,  
mit der Frauentruppe im kühlen Nass nicht nur zu baden!  
Nach kurzem Smalltalk in der Runde,  
lud Anke ein zur Wassersportstunde.  
Die Handhabung von Poolnudel, Aquadiscs und Bauchgurt kurz erklärt,  
sprangen die Ersten ins (sehr) kühle Nass ganz unbeschwert.  
Mit Hilfe des Headsets versuchte sie nun,  
ihr heutiges Programm den Anwesenden kund zu tun.  
Bei Ausfall der Technik, wie soll es auch anders gehen,  
machte sie die Übungen an Land vor, damit wir sie konnten alle verstehen.  
Zunächst sportte Anke zur Aufwärmrunde an,  
Knie hoch, Rücken gerade und nicht Mann an Mann!  
Das Tempo zügig und mit Konzentration bei der Sache,  
so paddeln wir quer durch das Becken, häufig mit viel Gelache.  
Das muntere Treiben wurde aufgelockert durch männliche Anwesenheit,  
doch auch hier wusste Anke über die Handhabung dieser Teilnehmer Bescheid.  
Am Ende der Stunde mit Spiel und Spaß,  
verließen wir alle das warme Nass.  
Nach Ende unseres Hausfrauensports lud jeweils ein Geburtstagskind ein,  
nach der warmen Dusche sein Gast zu sein.  
In geselliger Runde bei Knabbereien und Sekt,  
wurden so manche Vorlieben und Abneigungen des Wassersports entdeckt.  
Doch am Ende der Aqua Fitnesswochen ist uns allen klar,  
das diesjährige Programm mit Anke war wie immer wunderbar!!!  
Bis zum nächsten Jahr im kühlen Nass,

*Christina Wundenberg*

## EINHORN-APOTHEKE

Unser Ziel ist Ihre Gesundheit

hochwertige Versorgung zu bezahlbaren Preisen



QM  
SYSTEM

Henning von Henniges, Königstraße 15, 31167 Bockenem  
Tel: 05067-697214

# Wassergewöhnung mit Kindergartenkindern

---

Ein Bericht von **Marlene Fahnemann**

**Die Bürgerstiftung Bockenem** hat sich in diesem Jahr dazu entschlossen, ein Projekt „**Wassergewöhnung mit Kindergartenkindern**“ in Bockenem finanziell zu unterstützen.

Die Zahl der bei Badeunfällen ertrunkenen Kinder ist in den vergangenen Jahren laut Statistik der DLRG drastisch erhöht, viele Kinder, die im 3. und 4. Grundschuljahr sind, können nicht richtig schwimmen. Richtiges Schwimmen lernen setzt voraus, dass den Kindern die Angst vor dem Wasser genommen wird, daher ist es wichtig, auch schon im Kindergartenalter mit 3-5-jährigen Kindern eine Wassergewöhnung durchzuführen.

Gleichzeitig mit der Zusage der Bürgerstiftung, diese Maßnahme zu unterstützen, haben der SV Poseidon und der Kindergarten Mahlum an die Sportjugend im Landessportbund Niedersachsen einen Antrag auf einen Zuschuss gestellt. Aus Mitteln des Aktionsprogramms „**Kindergärten und Sportvereine**“ gibt es hier einen kleinen Beitrag. Der Antrag wurde genehmigt und somit konnte die Wassergewöhnung beginnen.

Insgesamt 12 Kinder aus dem Kindergarten Mahlum im Alter von 3 bis 6 Jahren nahmen an den Übungsstunden teil. Es hat allen großen Spaß gemacht.

Bei 25-26 Grad warmem Wasser konnten Spiele und erste Aufgaben gemacht werden.

Alle Kinder schafften nach 4-5 Übungseinheiten all die Aufgaben, die Voraussetzung für den Erhalt des ersten Abzeichens, dem „**Swimstar Grün**“ sind.

In mäßig tiefen Wasser mussten die Kinder in Bauch- und Rückenlage gleiten, ein Sprung vom Beckenrand ins bauchtiefe Wasser wurde gefordert und mit dem Kopf komplett unter Wasser tauchen und kräftig Blubberblasen ins Wasser pusten.

Dank des Zuschusses durch die Bürgerstiftung Bockenem konnten die schönen Abzeichen und dazugehörigen Urkunden angeschafft werden, außerdem übernahm die Bürgerstiftung die Fahrtkosten vom Kindergarten zum Freibad und für die über 5-jährigen Kinder den Freibadeintritt.

Mir haben die Übungseinheiten mit den Kindern sehr viel Spaß gemacht, ein herzliches Dankeschön auch an die Kindergartenleiterin Renate Drese-Kolk und die Heilpädagogin Stephanie Stumpp. Nur gemeinsam sind solche Projekte durchzuführen und ich freue mich schon auf 2013 und hoffe, hier noch mehr Kindergartenkinder an das kühle Nass zu gewöhnen.

Fünf Kinder machen übrigens weiter, sie sind dem Schwimmverein beigetreten und haben im Anschluss an die Wassergewöhnung bei Übungseinheiten beim Poseidon in den frühen Abendstunden 1-2 x wöchentlich mit mir weiter geübt. Sicherlich werden diese Kinder vor der Einschulung ihr Seepferdchen Abzeichen oder vielleicht sogar das Bronzeabzeichen ablegen können.



# Meinungen zur Wassergewöhnung

---

## **Renate Drese-Kolk, Leiterin des ev.- luth. Kindergarten Mahlum:**

*Für unseren Kindergarten war das Wassergewöhnungsprojekt mit Frau Fahnemann klasse! 12 Kinder konnten in zwei Teilgruppen mit zwei Kindergarten-Fachkräften Ängste überwinden und hatten sehr viel Spaß im superwarmen Wasser des Freibades. Neues Wasserspielzeug, z.B. kleine Ufos, die durchs Wasser gepustet werden konnten, und viele spielerische Aspekte seitens der Anleitung bereicherten die Wasserspielstunden. Erste Abzeichen wurden erworben und ein Ferienschwimmkurs wurde von einigen Kindern nachfolgend angetreten.*

**Fazit:** *Bereichernd und wiederholenswert für die Kinder in der nächsten Freibadsaison.*

## **Stephanie Stumpp, Heilpädagogin im ev.- luth. Kindergarten Mahlum:**

*Es war enorm, wie schnell die Kinder Vertrauen zu Frau Fahnemann und zum Wasser gewonnen haben. Auch die Kinder, die vorher starke Ängste hatten und sich regelrecht festgeklammert haben, damit sie nicht untergehen. Die Fortschritte der Kinder waren beeindruckend. Besonders den Kopf unter Wasser zu tauchen ist schon eine große Herausforderung für viele Kinder, die die meisten sehr schnell gemeistert haben.*

*Gefallen hat mir die Art, wie Frau Fahnemann mit den Kindern umgegangen ist und wie abwechslungsreich die einzelnen Stunden gestaltet waren. Grundsätzlich würde ich es gut finden, auch im nächsten Jahr einen neuen Durchgang zu starten. Leider steht und fällt diese Art der Projektarbeit immer mit dem Personalschlüssel, der dem Kindergarten zur Verfügung steht und natürlich mit der Bereitschaft der Eltern, dies (z.B. fahrtechnisch) zu unterstützen. In diesem Jahr klappte beides sehr gut!*





Fenster  
 Haustüren  
 Wintergärten  
 Vordächer  
 Markisen  
 Rollläden  
 Garagentore  
 Treppen  
 Fliegengitter

**ZANDER  
& GERLACH**  
 BAUELEMENTE GMBH

Durch  
 eigene Produktion  
 überzeugend  
 in Qualität, Preis  
 und Leistung ...

Karlsbader Str. 2  
 31167 Bockenem  
 Tel. 0 50 67 · 99 19-0  
 Fax 0 50 67 · 99 19-28  
 www.  
 zanderundgerlach  
 .de





**PRINT** 2010

Textilveredelung & Beschriftungsservice

Inh. Ulf Stürmer  
 Ahnepaule 5  
 31162 Bad Salzdetfurth  
 Tel.: 05063-2005  
 info@print2010.de  
 www.print2010.de

# Meinungen zur Wassergewöhnung

---

**Mayleen, 4 Jahre:** „Das Rutschen war schön!“

**Justus, 5 Jahre:** „Das mit dem Tauchring hat mir am besten gefallen!  
Da, wo ich unter dem Ring durchtauchen sollte!“

**Tim, 4 Jahre:** „Das Rutschen hat mir gefallen!“

**Marlene, 5 Jahre:** „Mir hat gefallen, dass ich im Tiefen auf der Nudel reiten konnte!“

**Nico, 6 Jahre:** „Das Hundepaddeln hat mir gefallen!“

**Jonas, 4 Jahre:** „Mir hat alles gut gefallen und das Wetter!“

**Leon, 6 Jahre:** „Mir hat die große Rutsche und die Rutsche vom Pilz gefallen!“

**Caspar, 5 Jahre:** „Das Schwimmen hat mir gut gefallen!“

**Marie, 3 Jahre:** „Das Untertauchen hat mir am besten gefallen!“

**Nele, 5 Jahre:** „Mir hat das gut gefallen. Am Schönsten fand ich es, wenn wir einen Kreis im Wasser gemacht haben.“

## **Sonja Krause, Mutter von Justus:**

Wasser am Körper ist o.k., im Gesicht geht es gerade so, aber über dem Kopf geht gar nicht. Duschen ist jedes Mal eine wahre Herausforderung und dann Wassergewöhnung im Kindergarten. Geht das?!

Ja, es geht und zwar so gut, dass Frau Fahnmann mit Justus, Nele, Nico, Marlene und Caspar in die Verlängerung gegangen ist. Dreimal die Woche wurde sich weiter getroffen.

Ganz geschickt wurde den Kindern die Angst vor dem Wasser genommen. Tischtennisbälle mussten auf dem Wasser weiter gepusht werden, durch einen Reifen auf der Treppe musste geklettert werden. Dieser Reifen wurde dann immer eine Stufe weiter ins Wasser gesetzt, so dass die Kinder immer tiefer im Wasser waren.

Auf der Poolnudel zu reiten war auch immer ein großer Spaß. Alle Kinder haben mit viel Freude große Fortschritte gemacht und ein Abzeichen erhalten.

Justus schwimmt jetzt unter Wasser und man könnte oft glauben, ihm würden bald Flossen und Kiemen wachsen. Er hat seine Angst vor dem Wasser verloren und auch Duschen ist kein Problem mehr. Sehr entspannend!!

Das mit dem Überwasserschwimmen steht nun für uns als nächstes auf dem Programm, doch wir sind da zuversichtlich.

Justus ist jetzt ein großer Fan von Frau Fahnmann und will nächstes Jahr unbedingt weiter bei ihr üben. Also vielen herzlichen Dank an alle, die dieses Projekt ermöglicht haben. Es war für unsere Kinder (und auch die Eltern) ein großer Gewinn.



**LACKIERARBEITEN**

**KAROSSERIE - VEREDELUNGEN**

**UNFALLINSTANDSETZUNGEN**

**MARIUSZ SUSKI**

**SCHLANGENWEG 49  
31167 BOCKENEM**

**TEL.: (05067) 24 79 750  
MOBIL.: (0170) 70 70 380**



*Eine Werkstatt - alle Marken.*

*24-Stunden-Notrufservice (0 50 67) 2 47 93 60*

**Schlangenweg 49  
31167 Bockenem**

**Tel (05067) 24 76 60  
Fax (05067) 24 93 32**

**mail@rm-fahrzeugtechnik.de  
www.rm-fahrzeugtechnik.de**

# Vorschau auf das Jahr 2013

Folgende wichtige Termine des **SV Poseidon Bockenem**, des **KreisSchwimmverband Hildesheim (KSV-Hi.)**, des **BezirksSchwimmverband Hannover (BSH)**, sowie des **LandesSchwimmverband Niedersachsen (LSN)** stehen schon für das nächste Jahr fest.

Samstag	16. Februar	<b>11. Pokalschwimmfest</b> beim LSKW Bad Lauterberg
Sonntag	24. Februar	<b>KSV Hi. -Jugend- und -Kreistag-</b> bei Neptun Alfeld
Sonntag	03. März	<b>Schwimmfest</b> bei SSG Germania Braunschweig
Samstag	09. März	<b>BSH -Bezirkstag-</b> in Hameln
Sonntag	10. März	<b>Kreismeisterschaften (KSV-Hi)</b> in Hildesheim
<b>Freitag</b>	<b>26. April</b>	<b>Mitgliederversammlung</b> 19.00 Uhr (Vereinsheim)
Samstag	27. April	<b>LSN -Verbandstag-</b> in Bruchhausen-Vilsen
Sonntag	28. April	<b>2. „Burger-King-Cup“</b> VfV Hildesheim
Sonntag	12. Mai	<b>Schwimmvergleichswettkampf</b> beim Post SV Alfeld
Sonntag	02. Juni	<b>Schwimmfest</b> des Anker 06 Gadenstedt
Sonntag	09. Juni	<b>„Internationales Schwimmfest“</b> des VfV Hildesheim
Sonntag	16. Juni	<b>Pokal-Schwimmfest</b> des SSC Soltmann Bad Salzdorf
<b>Freitag</b>	<b>21. Juni</b>	<b>Schulschwimmfest mit den Grundschulen Bockenem</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>24. Juli</b>	<b>Ferienpass</b> im Stadtbad Bockenem
<b>Sonntag</b>	<b>25. August</b>	<b>Poseidon-Schwimmfest im Stadtbad Bockenem</b>
Sonntag	15. September	<b>3. „Burger-King-Cup“</b> VfV Hildesheim
Samstag	17. November	<b>Osteroder Weihnachtssprint</b> des MTV Osterode
Sonntag	01. Dezember	<b>31. Adventsschwimmfest</b> des TuS Grün-Weiß Himmelsthür
<b>Freitag</b>	<b>13. Dezember</b>	<b>Weihnachtsfeier</b> (Schwimmgruppe) im Vereinsheim

## Alle Termine ohne Gewähr!

Weitere Termine und Informationen werden wie immer rechtzeitig durch die einzelnen Verantwortlichen bekannt gemacht.

*Norbert Böttinger*



**Wasserball** im Stadtbad Bockenem wird auch im **Jahr 2013** angeboten!

# Vereinsrekorde: Stand Dezember 2012

Damen			Herren		
Schwimmart	Name	Zeit (Min.)	Schwimmart	Name	Zeit (Min.)
50 m Freistil	Bärbel Pohler	00:30,80	50 m Freistil	A. Kirchmann	00:27,00
100 m Freistil	Bärbel Pohler	01:06,40	100 m Freistil	H.G. Schilling	01:01,50
200 m Freistil	Bärbel Pohler	02:30,20	200 m Freistil	Kersten Behr	02:29,40
400 m Freistil	Bärbel Pohler	05:20,70	400 m Freistil	Kersten Behr	05:29,60
800 m Freistil	Bärbel Pohler	11:16,00	800 m Freistil	Karl Rasche	12:06,30
50 m Brust	Imke Lüer	00:39,00	50 m Brust	Frank Rasch	00:30,10
100 m Brust	Imke Lüer	01:25,80	100 m Brust	Stefan Schrader	01:16,80
200 m Brust	Bärbel Pohler	03:21,20	200 m Brust	J.M. Hildebrand	02:56,20
50 m Rücken	Bärbel Pohler	00:38,30	50 m Rücken	Horst Rasche	00:34,40
100 m Rücken	Bärbel Pohler	01:18,60	100 m Rücken	Uwe Spintig	01:15,60
200 m Rücken	Bärbel Pohler	02:53,70	200 m Rücken	Christian Greve	02:53,70
50 m Schmetterling	Imke Lüer	00:36,10	50 m Schmetterling	Karl Rasche	00:28,50
100 m Schmetterling	Bärbel Pohler	01:26,70	100 m Schmetterling	Kersten Behr	01:13,10
200 m Schmetterling	Carina Hamann	03:26,53	200 m Schmetterling	Kersten Behr	03:05,60
100 m Lagen	Jessica Lagies	01:26,53	100 m Lagen	Torben Rasche	01:22,86
200 m Lagen	Bärbel Pohler	02:50,80	200 m Lagen	H.G. Schilling	02:44,10
400 m Lagen	Bärbel Pohler	06:20,40	400 m Lagen	Horst Rasche	07:23,30

## Laufstatistik „Fit durchs Jahr“ 2012

11.12.2011	4. Sarstedter Adventslauf	Conny	5,0 km	29:44 Min.	9. Platz	W 50
31.12.2011	Silvesterlauf Hannover	Conny	5,8 km	38:04 Min.	40. Platz	W 50
29.04.2012	26. Hildesheimer Wedekindlauf	Anne	5,0 km	30:06,4 Min.	3. Platz	W 60
		Conny	5,0 km	31:25,1 Min.	5. Platz	W 50
26.05.2012	11. Adlumer Abendlauf	Anne	5,2 km	29:15 Min.	2. Platz	W 60
17.06.2012	21. Elsternlauf Algermissen	Conny	5,0 km	30:13 Min.	3. Platz	W 50
25.08.2012	Gronauer Weinfestlauf	Anne	5,0 km	28:17 Min.	1. Platz	W 60
08.09.2012	8. AOK-Nachsommer-Lauf Hildesheim	Anne	5,0 km	29:00 Min.	1. Platz	W 60

# Vereins – Staffellekordere: Stand Dezember 2012

Damen		
Schwimmart	Namen	Zeit (Min.)
4 x 50 m Freistil	Marlene Allers, Bärbel Pohler, Gabi Rathmann, Monika Remmert	02:20,80
4 x 100 m Freistil	Marlene Fahnemann, Suse Klein, Bärbel Pohler, Gabi Rathmann	05:09,10
4 x 50 m Brust	Anke Wundenberg, Inga Meyer, Wilma Dormeyer, Imke Lüer	02:47,10
4 x 100 m Brust	Marlene Allers, Ulla Schewe, Bärbel Pohler, Gerlinde Berndt	06:21,20
4 x 50 m Lagen	Jessica Lagies, Nadja Stelting, Carina Hamann, Tonia Schwarz	02:45,28
4 x 100 m Lagen	Jessica Lagies, Nadja Stelting, Carina Hamann, Tamara Schwarz	06:34,15
4 x 50 m Rücken	Tonia Schwarz, Jana Block, Katharina Barte, Jessica Lagies	03:11,05
4 x 100 m Rücken	Tamara Schwarz, Tonia Schwarz, Jana Block, Carina Hamann	07:10,94

Herren		
Schwimmart	Namen	Zeit (Min.)
4 x 50 m Freistil	Wilhelm Sandleben, Klaus Niepel, Karl Rasche, Horst Rasche	02:00,20
4 x 100 m Freistil	Karl Rasche, Horst Rasche, Frank Gregor, Klaus Niepel	04:38,10
4 x 50 m Brust	Otto Wolze, Wolfgang Reimer, Martin Harms, Volker Schlee	02:36,70
4 x 100 m Brust	Wolfgang Reimer, Martin Harms, Volker Schlee, Frank Rasch	05:45,60
4 x 50 m Rücken	Christian Hamann, Niklas Böttinger, Swen Block, Torben Rasche	02:46,88
4 x 50 m Lagen	Niklas Böttinger, Andreas Schach, Torben Rasche, Marcel Springer	02:30,66

**EP:Fütterer**  
*ElectronicPartner*

Meisterbetrieb für Elektrogeräte- u. Gebäudetechnik

Unsere Serviceleistungen:

- Elektrohausgeräte
- SAT- und TV-Anlagen
- Fachberatung, Ausstellung, Kundendienst

**Service**  
 macht den  
 Unterschied

31134 Hildesheim · Bahnhofsallee 12  
 Telefon (0 51 21) 1 24 02 · [www.ep-fuetterer.de](http://www.ep-fuetterer.de)  
 Inhaber Dennis Fütterer

Persönliche Bestzeiten der aktiven Schwimmer 2012														Stand: 02.12.2012					
Janhgang	Name	Vorname	25 m F	50 m F	100 m F	200 m F 400 m F	25 m F	50 m F	100 m F	200 m F 400 m F	25 m B 50 m B	100 m B 200 m B	25 m R	50 m R	100 m R 200 m R	25 m S 50 m S	100 m S 200 m S	100 m L 200 m L	
2006	Eisebitt	Hannah									00:39,81								
	Friedhoff	Christian	00:46,35	01:46,39							00:34,78								
	Kölle	Felix									00:47,66								
2005	Böckelmann	Emma Marie									00:47,84								
	Hey	John	01:00,59								00:55,94								
	Schellmann	Vanessa	00:52,42	01:58,39							00:40,68								
2004	Friedhoff	Johanna	00:29,39	00:52,63							00:26,74								
		Annika	00:34,86	01:05,47							00:55,06								
	Kölle	Jonas	00:39,89	01:17,09							01:04,68								
		Waldow	00:26,96	00:50,66							01:14,23								
											00:31,44								
2003	Heine	Ella	00:29,53	01:08,51							01:13,57								
	Zajons	Marius	00:33,81	01:05,37							01:03,81								
2002	Heine	Magnus	00:29,64	01:08,43							01:01,01								
		Lena	00:23,88	00:55,52	02:02,69						00:32,63					02:09,25			
											00:58,87								
		Nagailschik	Emely	00:29,32	00:46,16	02:11,07					00:33,66					01:08,50			
	Sulzinger	Celina, Kristin																	
2001	Bruns	Alexandra	00:17,89	00:40,01	01:32,51											00:22,33			
																00:48,02			01:46,79
	Reinert	Milena	00:35,50	01:01,87	02:30,72						00:30,04					01:16,91			
											00:59,66								
2000	Emmermann	Tabea	00:20,00	00:39,85	01:33,78											00:29,94			
																00:52,46			01:55,08
	Sulzinger	Ann-Kathrin		01:04,16															
	Wegner	Marius	00:25,43	00:44,73	01:43,51						00:28,97					02:12,02			02:04,51
											00:57,63					04:41,99			04:50,04



**Persönliche Bestzeiten der aktiven Schwimmer 2012**      **Stand: 02.12.2012**

Jahrgang	Name	Vorname	25 m F		50 m F		100 m F		200 m F		50 m B		100 m B		25 m R		50 m R		100 m R		50 m S		100 m S		200 m L	
1998	Hellmuth	Yannik	00:44,40	00:47,66	02:05,37		01:07,81	02:44,81																		
	Neumann	Niklas		00:36,78	01:26,63	03:14,64	00:49,68	01:56,43 04:15,29																		01:39,50
	Gökdas-Sulzinger	Lisa-Marie		01:02,97																						

Masters																										
1988	Harnann	Carina		00:35,66																						
1983	Schütte	Katharina		00:34,76																						
1969	Heine	Marion		00:36,81	01:31,07													00:47,72								00:38,50





Zum Abschluss der vergangenen Freibadsaison übergaben Vorstandsmitglieder des SV Poseidon Bockenem dem Stadtbadpersonal einen Präsentkorb als „DANKESCHÖN“ für Ihre Unterstützung während der Trainingstage.

**DRUCKEREI  
J. LÜHMANN**

Marktstraße 2-3 . 31167 Bockenem  
**Tel.: 0 50 67/ 63 63**



**Wir sind Ihr Ansprechpartner  
für Printprodukte aller Art!**

**Gestaltung Druck Papierhandel**

*Wir beraten Sie gerne.*

# Liebe Poseidonon, liebe Gastleser!

Die Vereinszeitung „Club Nachrichten 2012“ unseres **SV Poseidon Bockenem** wurde wieder überwiegend durch Anzeigen finanziert. Aus diesem Grunde bitten wir alle Leser und Vereinsmitglieder bei Ihren Einkäufen auch unsere Inserenten zu berücksichtigen.

Im Namen der Redaktion und des Vorstandes,

*Norbert Böttinger*

## Inserentenverzeichnis:

Volksbank eG in Bockenem	Seite 2	Fleischerei Partyservice Lars Bode	Seite 28
Petra's Schmuckwelt	Seite 3	Neue Apotheke	Seite 28
Vieth- Autowaschanlage	Seite 4	Thomas Kramm Schreibwaren	Seite 28
Andrea Müller energetix Schmuck	Seite 6	Bowe Optik	Seite 34
Claus Gerlach Bauelemente	Seite 6	Euro-Fitness	Seite 34
Hotel & Restaurant Kniep	Seite 7	Salon H&R Heike Rosenkranz	Seite 38
Pokal- Shop Gronau	Seite 8	Brandes Gartentechnik	Seite 38
Gärtnerei Spörri	Seite 8	Sport-Thieme Swimshop	Seite 39
LVM-Versicherungen	Seite 10	Ambergau-Apotheke	Seite 40
Autohaus Hansel	Seite 12	Jenny Freise Kosmetik-Studio	Seite 44
Jens Niepel Pflastersysteme	Seite 15	sehusa-wasserwelt	Seite 46
büma-service	Seite 15	Die Woll-Truhe Elke Hoppe	Seite 47
Paul Dobbratz GmbH	Seite 16	Einhorn-Apotheke	Seite 49
Kosmetik & Fußpflege Beate Wiebold	Seite 20	Zander & Gerlach Bauelemente	Seite 52
Stadtcafe & Weinkontor Wegner	Seite 21	Print 2010 Beschriftungsservice	Seite 52
Karosserie & Lackzentrum Bockenem	Seite 22	<b>Autofix</b> Mariusz Suski	Seite 54
Autohaus Lier	Seite 22	Rene Meyer KfZ-Werkstatt	Seite 54
Sparkasse Hildesheim	Seite 24	EP: Fütterer	Seite 57
Holger Kleimann Steuerberater	Seite 25	Druckerei Lühmann	Seite 60
Lotto-Toto Karin Meyer	Seite 27	Motorrad Matthias	Umschlag
Änderungsschneiderei E. Paszkiewicz	Seite 27		

Diese „Club Nachrichten“ sind Eigentum von:



# SAXONETTE

mein  bike



**Velo**  
TOTAL  
NOTE 2+ (1,6)  
OKTODER 2012

Comfort 250



Spirit 250



X Road 250



## Ihre Vorteile

- Grosse Modellauswahl
- Geschultes Fachpersonal
- Probefahrtmöglichkeit aller Modelle
- Kompetente Beratung

**M** MOTORRAD  
**MATTHIES** GMBH

Hildesheim • Junkersstr. 11  
Tel: 05121 / 51 72 87  
[www.motorrad-matthies.de](http://www.motorrad-matthies.de)



**SFM**

zweirad mobilität seit 1886

[WWW.SFM-BIKES.DE](http://WWW.SFM-BIKES.DE)

