



SCHÖNE WEIHNACHTSTAGE UND EINEN GUTEN RUTSCH!

Moin liebe HSV-Leichtathlet:innen,

das Jahr 2021 neigt sich dem Ende entgegen. In unserem Newsletter werfen wir einen Blick zurück auf ein Jahr voller Ereignisse.

Mit Lucas Anseh-Peprah und Owen Anseh, die mit der Nationalstaffel bei den olympischen Spielen in Tokyo an den Start gegangen sind, schauen wir auf ein Leistungssportjahr zurück, das in der jüngeren Vergangenheit seinesgleichen sucht. Mit der 4x100m Staffel konnten beide im olympischen Finale den 6. Platz belegen. Wir freuen uns sehr darüber, dass die beiden jüngst ihre Verträge bei uns verlängert haben und bis zu den olympischen Spielen in Paris 2024 mit der Raute auf der Brust an den Start gehen werden.

Im Oktober stand zudem die Neuwahl der Abteilungsleitung auf der Tagesordnung unserer Hauptversammlung. Wir danken euch an dieser Stelle für euer Vertrauen und freuen uns auf die nächste Amtszeit sowie die anstehenden Projekte. Ein Hauptaugenmerk wird in den nächsten Jahren auf der ehrenamtlichen Struktur unserer Abteilung liegen, mit dem Ziel Ehrenamtliche zu halten und Interessierte noch mehr in unsere alltägliche Arbeit einzubeziehen.

Neben vielen Highlights schauen wir aber auch auf ein Jahr der Einschränkungen zurück. Durch die unsichere Inzidenzlage mussten leider viele Veranstaltungen abgesagt werden. Umso mehr freuen wir uns auf die Zukunft und darauf, weiter zu lernen mit der aktuellen Situation umzugehen.

Wir wünschen euch schöne Weihnachtstage und einen guten Rutsch ins Jahr 2022.

Eure Abteilungsleitung der
HSV-Leichtathlet:innen



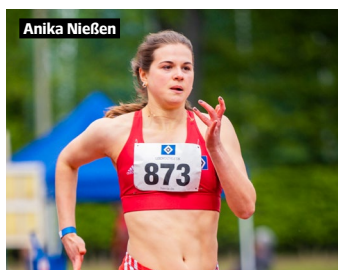
NEUES VOM LEISTUNGSSPORT

LEISTUNGSSPORT

Wettkämpfe standen seit unserem letzten Newsletter keine an, dafür wurde umso fleißiger trainiert. Besonders erfreulich ist, dass unsere beiden Top-Sprinter Lucas Anseh-Peprah und Owen Anseh in den nächsten drei Jahren auf jeden Fall weiterhin für den Hamburger SV an den Start gehen werden. Wir haben die Verträge mit ihnen entsprechend verlängert.

Zudem fanden in den letzten Wochen noch diverse Ehrungen statt, unter anderem durch die Jugendversammlung des Vereins. Hier konnten

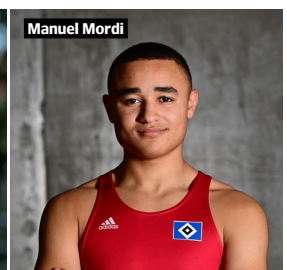
unsere Leichtathlet:innen viele Preise einfahren. Zunächst einmal wurden die Ehrungen für das Jahr 2020 nachgeholt, welche pandemiebedingt bisher noch nicht stattfinden konnten. Bei den Jungs belegte 400m-Sprinter Bela Karn den ersten Platz gefolgt von 200m-Spezialist Matti Wellm auf Rang zwei. Anika Nießen belegte bei den Mädchen den dritten Platz. Bei den Mannschaften erreichte die 4x200m-Staffel der männlichen U20 mit Matteo Ciuchini, Matti Wellm, Manuel Mordi und Marcel Klobe den ersten Platz vor der 4x100m-Staffel der



Anika Nießen



Lysann Helms



Manuel Mordi

weiblichen U18 mit Vanessa Baldé, Nike Praetzel, Michelle Klobe und Line Schröder auf Platz zwei. Für das Jahr 2021 landete bei den Mädchen 400m-Sprinterin Lysann Helms auf dem ersten Platz. Die Jungs fuhren einen Doppelerfolg mit Hürdensprinter Manuel Mordi (Platz 1) und Nachwuchsatlet Bo Hopfenmüller (Jg. 2009, Platz 2) ein. Herzlichen Glückwunsch!

Schließlich haben wir noch zwei neue Angebote im Verein: Seit November gibt es ein Trainingsangebot speziell für Stabhochsprung, welches sich an alle U14 und U16-Athlet:innen richtet. Unser Trainer Enno Bahlmann leitet das Training immer am Donnerstag von 16 bis 18 Uhr in der Leichtathletikhalle. Meldet euch bei Interesse bei euren Trainern.

Im Januar startet zudem unser Hausaufgabenraum. Am Dienstag und Donnerstag jeweils von 16 bis 18 Uhr findet im Besprechungsraum der Jahnkampfbahn ein durch unseren FSJler Henri Runge betreutes Angebot statt. Hier finden alle, die Hausaufgaben zu erledigen haben oder für die Schule lernen müssen, einen Platz und können so die Zeit zwischen Training und Schule überbrücken. Da Henri gerade frisch sein Abitur abgelegt hat, kann er zudem sicherlich bei der einen oder anderen Aufgabe helfen. Auch hier könnt ihr weitere Infos von euren Trainer:innen oder bei unserem Leistungssportkoordinator Nils Winter (nils.winter@hsv.de) erhalten.

nils.winter@hsv.de

Bela Karn



Matti Wellm



WIR BIETEN EUCH NOCH MEHR ALS LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN.

BREITENSPORT



Die Abteilung bietet euch über die Leichtathletik hinaus ein ganzheitliches sportliches Angebot. Hierzu sind die HSV-Sportkurse fernab vom reinen Bahnsport ein weiterer Teil unserer Abteilung.

Unsere qualifizierten Trainer:innen führen aktuell Erwachsene durch Fitness- und Laufkurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Ziel ist es ein abwechslungsreiches Angebot zu entwickeln, um ein ganzheitliches Training auf Freizeitsportebene zu ermöglichen.

WINTERPROGRAMM 2021/22

Fitness meets Mobility: mittwochs, 19-20.30 Uhr, Gymnastikhalle Heilwig Gymnasium
HSV-Runners: dienstags, 19-20.30 Uhr, Stadtpark
Laufmentaltraining: donnerstags, 18-19.30 Uhr, Jahnkampfbahn

Mit nur einer Mitgliedschaft, könnt ihr an allen Kursen teilnehmen.

LAST-MINUTE WEIHNACHTSGESCHENK

! Im Zeitraum vom 24.01.2022 bis 22.03.2022 können auch Externe ohne Mitgliedschaft nach vorheriger Anmeldung für einen begrenzten Zeitraum an den Kursen teilnehmen.

Informationen zur Teilnahme im Rahmen einer Mitgliedschaft und als externe Person sowie die Anmeldung findet ihr unter:

www.hsv-la.de/sportkurse

SCHÖNHAGEN

ABTEILUNG

Am Freitag, den 03.12. war es endlich wieder so weit: Um 15:30 fuhren wir mit 2 großen Bussen nach Schönhagen an die Ostsee. Während die Jüngeren direkt nach der Ankunft Abendessen konnten, mussten die Älteren erst ihre Zimmer beziehen. Nach dem Essen gab es dann in den Trainingsgruppen Kennlernspiele, erste Sporteinheiten und die ersten Disziplinen der Vereinsmeisterschaften, die immer aus einem Mix von Kraft, Geschick und Denkvermögen bestehen.

Samstagmorgen machten erstmal alle einen Test und von da aus ging es zum Frühstück. Nach dem Frühstück wurden in 8 verschiedenen Gruppen Strecken von einem bis zu zehn Kilometern bezwungen. Belohnt wurden wir mit einer reparierten Heizung, die in der Nacht zuvor ausgefallen war. Zwar war das Duschwasser noch nicht wieder auf Saunatemperatur, aber die Zimmer wärmten sich so langsam auf. Der Nachmittag bestand aus Freizeit, Sport und Spiel. Nach dem Abendbrot versammelten sich die Gruppen um die Vereinsmeister:innen zu küren und eine kleine gruppeninterne Weihnachtsfeier durchzuführen. Abgeschlossen wurde das Ganze mit einem gemeinsamen Ausflug mit Fackeln und Lichtern an den Strand. Dort gab es dann noch eine super Tanz- und Mitmachaktion der Trainer:innen. Als alle im Bett waren wurde traditionell noch unser Jahresrückblick verteilt. Es wurde gelesen und über die vielen schönen Bilder gelacht. Danach schliefen (fast) alle - vom aktionsreichen Tag geprägt - ein.

Am Sonntagmorgen wunderten sich einige: "Hmmm, da hat sich doch jemand im Datum vertan?!"

Nein, es ist ganz üblich, dass der Nikolaus für uns HSV-Leichtathlet:innen eine Ausnahme macht und uns mal zu früh, mal zu spät einen Besuch in Schönhagen abstattet. So hatten auch dieses Jahr alle Kinder schon am 05.12. einen vom Nikolaus gefüllten Stiefel vor der Tür. Nach ausgiebigem Frühstück traten wir gemeinsam unsere letzte Trainingseinheit auf dem Rasen - wohl eher im Schlammfeld - an. Der Rasen war nämlich durch Nässe und das Gerenne innerhalb weniger Minuten zu einem riesigen Matschfeld geworden, in dem sich viele (un)freiwillig eingesaut haben.

Insgesamt war diese Fahrt nach 2 Jahren Fahrtenpause etwas sehr Besonderes für Athlet:innen und Trainer:innen. Und wir freuen uns schon, wenn wir die nächste Fahrt, dann hoffentlich komplett ohne Einschränkungen, wieder durchführen können.

Wir sagen nur Dänemark wir kommen :)



UNSER BILDUNGSPARTNER – DIE MEDICAL SCHOOL HAMBURG

ABTEILUNG

Studium oder Leistungssport? Entscheiden Sie sich einfach für beides – an der MSH Medical School Hamburg.

Sport und Bewegung sind wichtige Bausteine für eine intakte Gesundheit. Von der alltäglichen Bewegung bis hin zum Spitzensport im professionellen Kontext erstreckt sich ein vielfältiges Spektrum. An der MSH Medical School Hamburg – University of Applied Sciences and Medical University ist das Studienangebot im Bereich Sport und Bewegung gewachsen. Die Studiengänge Sportwissenschaft (B. Sc.) und Sportwissenschaft: Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung (M. Sc.) machen Sie zu Expert:innen im sportwissenschaftlichen Umfeld. Dabei profitieren Sie schon im Studium von zahlreichen praktischen Einheiten sowie der Arbeit und Forschung in hochmodern ausgestatteten SportLabs. Die MSH als private,

staatlich anerkannte Hochschule für Gesundheit und Medizin sowie Kooperationspartner für Bildung des HSV Leichtathletik fördert dabei als Partnerhochschule des Spitzensports auch eine akademische Ausbildung neben der sportlichen Laufbahn. Weitere Informationen zum NC-freien Studium unter:

<https://www.medicalschool-hamburg.de/>



EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN DER HSV-LEICHTATHLETIK

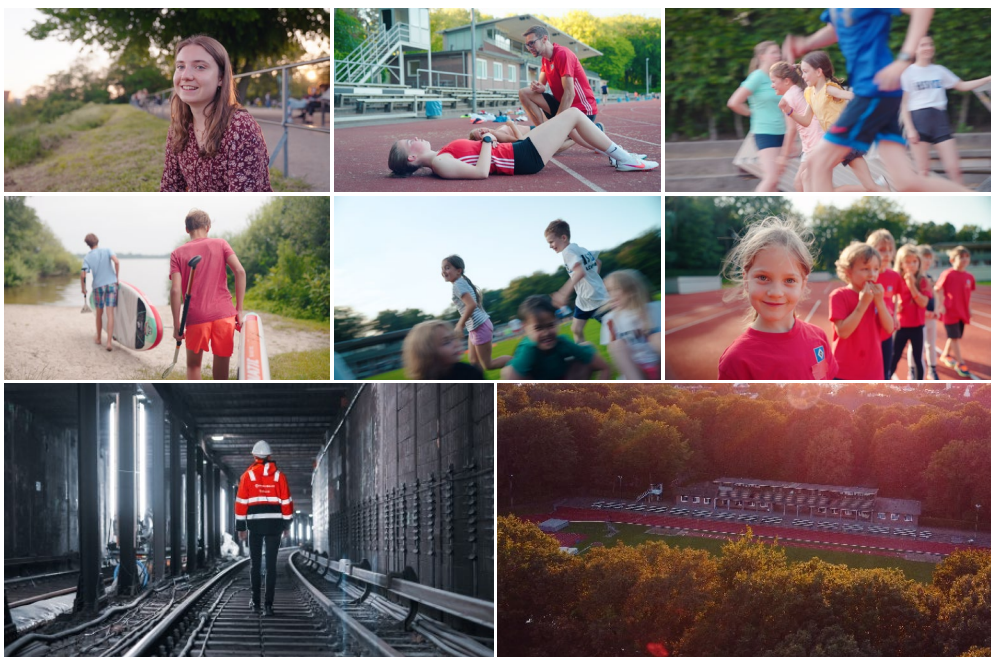
ABTEILUNG

Einige wussten es vielleicht nicht: Ja, wir Trainer:innen gehen eigentlich einer anderen Hauptbeschäftigung nach ;). Ehrenamt ist ein wichtiges Standbein unserer Gesellschaft. Besonders der Sport profitiert durch die zahlreichen Ehrenamtlichen in allen Bereichen und erreicht damit viele Menschen in ganz Hamburg. Es ist immer wieder besonders, was für Projekte und Ideen mit ehrenamtlicher Arbeit umgesetzt werden können. Viele Projekte unserer Abteilung sind genau dadurch entstanden und werden seit Jahren mit viel Motivation durchgeführt. Aber warum macht man das eigentlich? Das haben wir acht Ehrenamtliche aus verschiedenen Trainingsgruppen gefragt und sie beim Training,

privat und bei der Arbeit begleitet. Das Filmprojekt "Ohne Dich läuft hier nichts!" zeigt neue und spannende Einblicke. Eben nicht nur im Training, sondern auch bei den vielfältigen Arbeitsplätzen der Protagonist:innen. Von der Kamera beobachtet wurden bisher Clara, Mathias, Arved, Marie, Hannah, Phillip, Reza und Manuel. Monatlich sind neue Videos auf unserer Homepage leichtathletik.hsv.de/ohne-dich/film verfügbar.

Du bist interessiert bei uns als Trainer:in einzusteigen? Informiere dich einfach auf leichtathletik.hsv.de/ohne-dich und kontaktiere uns. Wir freuen uns auf dich, denn ohne DICH läuft hier nichts!

leichtathletik.hsv.de/ohne-dich/film



DEZ 18 HALLENMEETING


U14 & U16
Leichtathletikhalle
18.12.2021
leichtathletik.hsv.de/hallenmeeting

DEZ 19 HALLENMEETING

U18 und älter
Leichtathletikhalle
19.12.2021
leichtathletik.hsv.de/hallenmeeting


MÄR 26 KINDERSPORTFEST

Sport für Kinder bis U12
Leichtathletikhalle
26.03.2022
leichtathletik.hsv.de/kindersportfest

 [hsv_leichtathletik](https://www.instagram.com/hsv_leichtathletik)

 [HSV Leichtathletik](https://www.facebook.com/HSV Leichtathletik)

 [HSV Leichtathletik](https://www.youtube.com/HSV Leichtathletik)

 mail@hsv-la.de

Redaktion: Simon Krause-Solberg, Henri Runge
Layout: Bjarne Kieckbusch

Hamburger Sport-Verein e.V.
Abteilung Leichtathletik
Sylvesterallee 7, 22525 Hamburg
Sitz Hamburg
AG Hamburg, VR 380

Präsidium: Marcell Jansen, Bernd Wehmeyer, Michael Papenfuß
Besonderer Vertreter (§ 30 BGB): Kumar Tschana



LEICHTATHLETIK