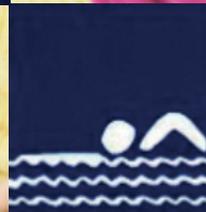


# SPORTGEMEINSCHAFT

Marienburger Höhe von 69 e. V.

Der familienfreundliche Sportverein

Heft 1/2018





**Unsere "SGM" wird  
am 13.11.2019  
50 Jahre!**

**Das möchten wir mit Euch  
gemeinsam feiern!**

**Bitte unterstützt uns bei der  
weiteren Planung für eine  
tolle Feier  
am Samstag, den  
16.11.2019**



**Unser nächstes Treffen  
findet am Dienstag, den  
04.09.2018 um 19 Uhr in  
unserem Vereinskeller  
statt. Wir benötigen noch  
viele Helfer, Anregungen  
und Ideen.**

# Sportgemeinschaft Marienburger Höhe von 1969 e. V.

Badminton - Gymnastik - Jugendsport - Schwimmen - Turnen - Tennis - Tischtennis

Geschäftsstelle: Paul-Keller-Str. 8,31139 Hildesheim, Tel. 05121/1762233,

E-Mail: [info@sgm-hildesheim.de](mailto:info@sgm-hildesheim.de), Web: [www.sgm-hildesheim.de](http://www.sgm-hildesheim.de)

Bankverbindung: Sparkasse Hildesheim

IBAN: DE76259501300011003003 BIC: NOLADE21HIK

Liebe Sportlerinnen, liebe Sportler,  
liebe SGM-Jugend,  
und alle interessierten Leser und Freunde der  
SGM !

Nun stecken wir bereits mitten im neuen  
„Jahr 2018“ kurz vor der ersehnten Ferien-  
und Urlaubszeit. Das heißt, es ist Zeit für eine  
neue Ausgabe unseres Vereinsheftes. Infolge  
berichten wir wie gewohnt über unsere  
Vorstands- und Abteilungsarbeiten sowie  
neue Kursangebote.

Am 09.03.2018 fand unsere Jahresversamm-  
lung statt. Das Protokoll sowie den Bericht  
des Geschäftsführenden Vorstandes werden  
ebenfalls in diesem Heft veröffentlicht. Nach  
einem reibungslosen und zügigen Ablauf der  
Versammlung möchte ich mich bei allen  
Teilnehmern noch einmal herzlich für das in  
uns gesetzte Vertrauen bedanken. Wenngleich  
wir uns für das kommende Jahr über eine  
höhere Beteiligung freuen würden.

Für alle neuen Vereinsmitglieder, die uns  
noch nicht kennen, hier noch einmal das Foto  
des Geschäftsführenden Vorstandes aus dem  
letzten Jahr.



Zu erreichen sind wir unter der Email-  
Anschrift: [info@sgm69.de](mailto:info@sgm69.de)  
Telefon-Nummern für Fragen etc. findet Ihr  
unter: [www.sgm-hildesheim.de](http://www.sgm-hildesheim.de)

Unsere derzeitige Hauptarbeit besteht darin,  
mit allen anderen Vereinen, dem Kreissport-  
bund und der Stadt Hildesheim eine neue  
Regelung für die Hallengebühren ab 2019 zu  
finden. Wie alle wissen, zahlen wir pro  
Vereinsmitglied derzeit jährlich 17,50 €  
Solidarbeitrag an die Stadt. Ab 2019 sollen  
dann Hallengebühren gezahlt werden. An den  
ersten Verhandlungen haben wir bereits  
teilgenommen. Genaue Einzelheiten bzw.  
Ergebnisse stehen aber noch aus. Ob wir im  
kommenden Geschäftsjahr um eine Beitrags-  
erhöhung auf dieser Grundlage herum-  
kommen, können wir noch nicht mitteilen.  
Hoffen wir auf einen positiven Ausgang!

Zum Ende möchte ich noch darauf hinweisen,  
dass unser Verein im kommenden Jahr den  
50. Geburtstag feiern darf. Dies wollen wir  
zum Anlass nehmen, und das Fest mit Euch  
gemeinsam ausrichten und bestreiten. Die  
Planungen hierfür haben bereits begonnen.  
Dennoch benötigen wir EURE Unterstützung.  
Einen Aufruf hierzu findet Ihr ebenfalls im  
Heft.

Der geschäftsführende Vorstand wünscht  
Euch und Euren Familien eine ganz tolle  
Sommer- und Urlaubszeit. Bleibt oder  
werdet ganz schnell gesund.

*Eure Angelika Rode*



## Badminton Abteilungsleiter

**Dieter Schulz**  
**Tel. 05121/81588**

Dienstags 20:00 - 22:00 Uhr

Freitags 20:00 - 22:00 Uhr

In der Turnhalle der GS Auf der Höhe  
Greifswalder Str. 5

Hallo Freunde des Badmintonsports, zunächst möchte ich Euch kurz über die Neuerungen in unserer Abteilung berichten. Am 27.02. fand unsere jährliche Abteilungsversammlung statt. Neben allgemeinen Themen wurden auch Neuwahlen mit folgendem Ergebnis durchgeführt:

Abteilungsleiter: Dieter Schulz  
(Wiederwahl)

Übungsleiter  
Punktspielgruppe: Holger  
Rückemann  
(Wiederwahl)

Übungsleiter  
Hobbygruppe: Maria Fuchs  
(Wiederwahl)  
Kassenwart: Daniel Ludwig  
(Wiederwahl)

### Rückblick 2017:

Leider musste aufgrund von Krankheit und dementsprechend eingeschränktem Übungsbetrieb die Punktspielmannschaft zurückgezogen werden. In dieser schweren Zeit wurde dann trotz dessen die Badmintonabteilung und natürlich entsprechend der Verein würdig beim Wedekindlauf und auch beim Bad Pyrmonter Marathon-Lauf vertreten. In 2017 hatten wir mit Julia Wils und Holger Rückemann gleich 2 Starter von der SGM bei der 5 km-Strecke dabei. In 2018 haben Julia und Holger die Distanz auf 10 km ausgeweitet. Auch Jörg Weidemann hat dieses Jahr

das Feld um die 5 Km-Strecke ergänzt. Hervorragende Platzierungen in Ihren Altersklassen unterstrichen diese Leistung.



Hut ab, und weiter so....

### Geschehenes und Ausblick in 2018

Die Entwicklung der Badmintonabteilung nimmt nun wieder einen positiven Verlauf. Auf unserer Abteilungsversammlung wurde einstimmig beschlossen, dass wir in 2018 wieder eine Punktspielmannschaft melden werden. Wir konnten mit Anja Krüger, Imke Kleinschmidt und Lukas Rappe 3 Neuzugänge willkommen heißen, die uns in der kommenden Saison 2018/19 im Punktspielbetrieb unterstützen werden.

Hier ein aktuelles Bild der Mannschaft:



Stehend von links: Holger, Daniel, Max, Thiemo, Jörg; kniend von links: Lukas, Anja, Jule, Imke, Kerstin;

Dem aber noch nicht genug, die positiven Meldungen/Nachrichten reißen nicht ab: Am 07. und 08. April 2018 fanden die diesjährigen Kreismeisterschaften im Einzel, Doppel und Mixed statt. Hierbei darf natürlich die SGM nicht fehlen.

Lukas Rappe erreichte in dieser Disziplin als Erst-Teilnehmer einen hervorragenden 6. Platz.

### **Hier unsere Ergebnisse:**

Sieger im Herreneinzel und damit Kreismeister 2018 wurde Jörg Weidemann!





Die Mixed- und auch die Herrendoppel-Konkurrenz konnte größtenteils hinter sich gelassen werden. Mit Jörg und Kerstin Weidemann konnte der 3. Platz im Mixed erreicht werden und mit Jörg und Lukas der 3. Platz in der Herrendoppel-Konkurrenz. Herzlichen Glückwunsch zu diesen super Leistungen!!!

Ich hoffe, ich konnte euch einen kleinen Einblick in die Aktivitäten der Abteilung Badminton geben und verbleibe mit einem dreifachen „Gut Schlag“ „Gut Schlag“ „Gut Schlag“

Dies war der Max (Dieter)

Auch unsere Hobbygruppe hat nach wie vor Ihren Spaß. Unter der Leitung von Maria Fuchs wird sich regelmäßig dienstags von 19-20 Uhr in der Sporthalle Bromberger Straße getroffen und fleißig Badminton gespielt.

Hier auch mal ein Bild von dieser engagierten Truppe:



von links nach rechts: Werner, Karen, Flora, Tracy, Maria und Ulrich



## Damengymnastik

Abteilungsleiterin

**Regina Zander**

**Tel.: 868953**

Gr. I Di. 18:00 - 19:00 Uhr,

Gr. II Di. 19:00 - 20:00 Uhr,

Gr. III Di. 20:00 - 21:00 Uhr

Gr. IV Fr. 19:00 - 20:00 Uhr

UNI-Halle

Gr. V Do. 16:30 - 17:30 Uhr

Turnhalle der GS Auf der Höhe

Greifswalder Str. 5

Hallo liebe Sportfrauen

Das vergangene Jahr ist wie im Flug vergangen.

Hier kurz die Aktivitäten von 2017:

Am 10. Juni 2017 fanden sich 15 Frauen zu einer Wanderung im Hildesheimer Wald zusammen. Bei schönstem Wetter war das Ziel das innen und außen neu gestaltete Ausflugslokal „Hildesheimer Wald“. Nach reichlicher Stärkung am Kuchenbuffet konnte man den Weg zurück gut antreten.

Seit August 2017 leitet unsere Übungsleiterin Karin Lübke einen Pilates-Kurs (montags von 19.30 Uhr- 20.30 Uhr) in der Bromberger Halle. Es wäre schön, wenn noch mehr Frauen und auch Männer (auch externe) zu diesem Kurs aktiviert werden könnten. Bitte macht alle reichlich Werbung, wir können Verstärkung gebrauchen. Auch „schnuppern“ wird gerne gesehen.

Nun zu diesem Jahr:

Am 14.2.2018 fand unsere Abteilungsversammlung statt. Unsere Kassenwartin ist weiterhin Rosemarie Weiland, sie möchte noch 1 Jahr dieses Amt ausführen, dann aber nicht mehr kandidieren. Herzlichen Dank Rosemarie für dein Engagement.

Aktivitäten planen – wie die Jahre zuvor – Uschi Zimmermann und Christel Kucharski. Auf unserer Abteilungsversammlung gab es von allen Anwesenden viele Anregungen für neue Ziele und Tipps für Wanderungen und Ausflüge.

Ende Mai soll eine Wanderung über die Hildesheimer Wälle stattfinden. Näheres wird zu gegebener Zeit bekannt gegeben.

Für den Sommer 2018 wünsche ich euch eine schöne Zeit mit viel Bewegung und hoffentlich gutem Wetter.

Bleibt alle gesund und fit  
Ein dreifaches Brust raus  
Ina Zander





## Herrengymnastik

Abteilungsleiter

Bernd Willkomm

Tel. 44162

mobil 0177/3259383

E-mail: [willkomm.bernd@gmail.com](mailto:willkomm.bernd@gmail.com)

Freitag 19:00 - 20:00 Uhr

Turnhalle der GS Auf der Höhe

Greifswalder Str. 5

deckt, werden seit 1646 organisierte Führungen angeboten, an der auch zu seiner Zeit Johann Wolfgang von Goethe teilnahm und die Faszination der Unterwelt zu spüren bekam. An der Rappbodetalsperre befindet sich seit geraumer Zeit die weltweit längste Hängeseilbrücke für Fußgänger. 100 Meter über dem Staubecken und 483 Meter lang ist sie für Menschen mit Höhenangst eine echte Herausforderung. Das Konzentrationslager Mittelbau Dora in der Nähe von Nordhausen zählt zu den dunkelsten Erinnerungen aus der Deutschen Geschichte. Kurz vor Ende des Krieges errichtet, diente es durch die Stollen geschützt als Produktionsstätte für Raketen. Mehr als 60000 Menschen, vor allem aus der Sowjetunion, Polen und Frankreich, mussten hier Zwangsarbeit leisten, was jeder dritte mit dem Leben bezahlte.

### Von Hohegeiß aus im Südharz unterwegs- drei lohnenswerte Ziele

In der Ortschaft Rübeland befindet sich die Baumannshöhle. Die mit unzähligen Stalaktiten und Stalagmiten bestückte Naturhöhle ist eine der ältesten Höhlen Deutschlands, die besichtigt werden können. Im 16. Jahrhundert durch den Bergmann Friedrich Baumann ent-



Auf der Rückfahrt am Oderteich

## Elias Issa und Adolphe Lin Hi sind 25 Jahre in der SGM

Elias Issa und Adolphe Lin Hi wurden von unserer 1. Vorsitzenden, Angelika Rode, für ihre 25jährige Mitgliedschaft in der Abteilung Herrengymnastik, mit der silbernen Ehrennadel der SGM und einem kleinen Präsent geehrt.

Die Ehrungen fanden im Vereinskeller während der monatlichen „Klönabende“ der Herrengymnastik unter dem Beifall vieler Sportfreunde statt.

Elias und Adolphe sind fleißige Teilnehmer an unseren Gymnastikstunden und den regelmäßigen Freizeitveranstaltungen.

Wir freuen uns, sie in unserer Mitte zu haben.

Bernd Willkomm





**Kinderturnen/Ballsport**  
**Abteilungsleiterin**  
**Iva Grubisic**  
**Tel.05121/2948298**  
donnerstags 16.30 - 18 Uhr  
Turnhalle der GS Auf der Höhe  
Greifswalder Str. 5

**Achtung neue Zeit:**  
**donnerstags**  
**16.30 bis 18.00 Uhr**



Wie schon im Jahresbrief berichtet, haben wir nur noch eine Kinderturngruppe am Start, die nun aber über 1 ½ Stunden läuft. Die Zeitänderung/ -verlagerung zeigt sich für alle Beteiligten positiv. Zum einen profitieren unsere berufstätigen Eltern, die sich nun nicht mehr abhetzen müssen. Zum anderen können wir den Sport viel besser koordinieren und den Kindern einen ausgewogenen sportlichen Ablauf bieten ohne - wie zuvor - immer wieder auf die Uhr schauen zu müssen.

Wir beginnen grundsätzlich mit unserer nun schon traditionellen Begrüßungsrunde. Durch Zurollen eines Ball's sagt Jeder seinen Namen ob klein oder groß. Hierdurch bekommen wir zu Beginn die nötige Ruhe in die Gruppe. Während der Runde, kommen dann immer noch mal Nachzügler hinzu und haben somit noch keine sportliche Aktion verpasst.

Anschließend geht es mit Lauf-Spielen oder einem Eröffnungstanz zum Aufwärmen los. Sehr begehrt ist hier unser „Ganzkörperblues“ oder auch das „tschu tschu wa“ bei dem auch unsere Eltern und Großeltern freudig dabei sind und aktiv mitmachen.

Nach der Aufwärmphase gibt es eine Trinkpause und alle Kinder sammeln sich auf der großen „Pausenmatte“. Ok, ich gebe zu: es ist nicht immer einfach, die kleinen Zwerge auf der Matte zu halten, zumal in der Zwischenzeit von den Erwachsenen die Turngeräte aufgebaut werden.





Hier wurde in der „Runde“ gewürfelt und es musste entsprechend der Würfelzahl Slalom gelaufen werden.

Alle sind natürlich aufgeregt und gespannt, um welche sportliche Herausforderung es gehen wird.

Ach ja, da fällt mir noch ein:

Der Osterhase muss vor den Ferien auch in der Halle gewesen sein.

Genau – und er ist ganz schön hoch gehüpft.

So brauchten die Kinder nicht auf dem Hallenboden suchen sondern mussten ein wenig Klettern um an



die Schokolade und Bonbons zu gelangen.

Zum Schluss möchte ich mich bei den Erwachsenen bedanken, dass Ihr alle Kinder an den einzelnen Station so lieb unterstützt, auf- und abbaut und mit Herz dabei seid. Ein großes Dankeschön geht natürlich an unsere „Iva“, die uns nicht im Stich lässt, die Gruppe weiter leitet und sich Woche für Woche ein neues Programm ausdenkt.

Auf diesem Bild sehen wir, wie alle Kinder nach dem Ziehen eines Tierfotos, geordnet in der Reihe jenes Tier immitieren.

Diesesmal war eine Schlange auf dem Bild. Es war sehr ruhig in der Halle 😊😊😊😊😊.



Ich werde noch bis zu den Sommerferien 2018 dabei sein. Aus gesundheitlichen Gründen muss ich mich, so schwer es mir auch fällt, nun wirklich aus der Gruppe zurückziehen. Gerne werde ich aber als Vertretung bereit stehen und ab und an auch mal im Rahmen meiner Tätigkeit als Abteilungsleiterin bzw. Vorsitzende unseres Vereins vorbeischauen – versprochen. Ich wünsche Euch, Euren Familien und Freunden ein ganz tolle Sommer- und Ferienzeit.

*Eure Angelika*

# **Tanzschule Bodscheller**

Neue TANZKURSE ab dem  
**02. September 2018**

für Paare, Singles, Jugendliche

**TANZKURSE & EVENTS**

Der richtige Ort für Ihre Feier

Information und Gutscheine

**05121 510644**

**[www.bodscheller.de](http://www.bodscheller.de)**





## Schwimmen

**Andrea Sukopp**

**Tel.: 05121 / 87 68 47**

Mo. 19:30 - 20:30 Uhr Aquafitness

Fr. 20:30 - 21:30 Uhr Jugend

Sa. 14:00 - 15:00 Uhr Kinder

Schwimmhalle UNI

Mi. 18.00 - 19:00 Uhr Anfänger

AMEOS

Liebe Schwimmerinnen und Schwimmer,

schon wieder stehen die Sommerferien fast vor der Tür und wieder liegt, seit den letzten SGM-Nachrichten ein Jahr voller Trainings-erlebnissen und Aktivitäten der Schwimmer hinter uns.

Unsere Übungsgruppen werden alle sehr gut besucht. Bei unseren Kleinsten in der Anfängergruppe sind momentan viele sehr gut gelaunte und wasserbegeisterte 4jährige dabei. Noch ist bei den kleinen Wasserratten das Spielen im Wasser oberste Priorität. Aber dadurch verlieren Sie ihre Angst vor dem Spritzen und Untertauchen. Danach kann es richtig losgehen mit dem Schwimmen lernen. Arm- und Beintechnik ist schnell gelernt, aber das Zusammenspiel der beiden Paare ist nicht immer so einfach...

Ist diese Hürde erstmal geschafft und die Kinder halten das Seepferdchen in der Hand, werden alle auf einmal ganz mutig. Sie können plötzlich viel tiefer tauchen und auch ganz allein ins Wasser springen. Jetzt noch ein bisschen Übung für Sicherheit und Ausdauer und dann kann es in der nächsten Gruppe in der Uni weitergehen.

Dort sind auch schon größere Kinder bis zu Jugendlichen dabei. Mit viel Spaß wir hier für die nächsten Schwimmabzeichen geübt und die einzelnen Schwimmlagen erlernt und gefestigt. Jeder soll bei uns erfahren, wie viel Spaß das Schwimmtraining machen kann. Und bei uns geht Spiel und Spaß durch alle Gruppen! Ab ca. 12 Jahren können unsere

Schwimmer/innen auch an unserem Jugendtraining am Freitagabend teilnehmen. Hier machen wir zwar auch anstrengendes Training, aber ganz oft aufgelockert mit Spielen wie Brennball oder lustigen Staffeln. Der Phantasie sind hier kaum Grenzen gesetzt.

Selbst in der Erwachsenen Aqua-Fitness Gruppe geht dies weiter! Ein lustiges Karten- oder Ballspiel lockert auch hier das Training immer mal wieder auf!

### **Schaut doch einfach mal bei uns vorbei, testet und lasst Euch überzeugen!**

Was ist bei uns noch so passiert, im letzten Jahr?

Für die Kinder veranstalten wir zu Fasching oder vor den Schulferien immer wieder lustige Spielschwimmen im Schlafanzug oder Piratenspiele im Wasser. Hier helfen auch oft die Jugendlichen bei der Durchführung.

Die Jugend trifft sich außerhalb des Schwimmtrainings auch zu Spieleabenden im SGM-Keller. Hier wird dann nebenbei eifrig selbst gebackene Pizza vertilgt sowie viel erzählt und gelacht.

Die Erwachsenen dagegen treffen sich dann schon eher zum Essen gehen oder zum „Rage-Spielen“ mit Snacks und Knabbereien.

Jede Gruppe hat ihre ganz eigenen Lieblingsaktivitäten außerhalb des Trainings, aber in einem sind sich alle einig:

### **Die Wochenendfreizeiten nach St. Andreasberg machen alle gerne mit!**

Im September fand wieder unser traditionelles **Aqua-Fitness-Wochenende** statt.

Mit 10 Frauen fuhren wir bereits zum 9. Mal in den Harz. Und es wurde wieder ein tolles

Wochenende. Im Schullandheim angekommen, trafen wir auf eine Itzumer Konfirmandengruppe, die die gleiche Idee hatten, dieses Wochenende in St. Andreasberg zu verbringen.



#### Aqua-Fit-Gruppe in St. Andreasberg

Nach dem Abendessen ging es mit dem Training los. Aqua-Fitness und Kartenspielen im Wechsel. So gestaltete sich fast das ganze Wochenende. Aber auch eine schöne Wanderung stand am Samstag auf dem Plan. Mit den PKW's fuhren wir zum Oderteich und wanderten von dort ca. 8 km entlang des Rehberger Grabens bis nach St. Andreasberg zurück. Nach 2/3 der Strecke kehrten wir zur Stärkung ins Rehberger Grabenhaus ein. Die Currywurst ist dort legendär und musste es für fast alle einfach wieder sein. Sehr gut gestärkt konnten wir dann unseren Weg weitergehen, der nicht nur wegen des vollen Magens beschwerlicher war als der erste Teil. ;-) Ich hoffe ich spreche für alle Teilnehmerinnen, wenn ich sage, dass es wieder ein tolles Wochenende war!

Im Oktober kam dann die Jugend an die Reihe und ich kann sagen, es war...

**...die stürmischste SGM-Jugendfreizeit, die es je gab** (dank Orkantief Herward)

Unser Jugend-Trainingswochenende Ende Oktober in St. Andreasberg entwickelte sich zu einer wirklich abenteuerlichen Unternehmung. Dabei begannen wir die Fahrt am Freitag, d. 27.10.2017 noch bei

herrlichem Sonnenschein. Was sich aber schnell ändern sollte... 13 Kinder und Jugendliche der Schwimmabteilung begleiteten uns (Jenni, Ralf und mich) Ende Oktober in den Harz. Auch einige „St. Andreasberg-Neulinge“ waren mit von der Partie. Sie waren schon

sehr aufgeregt, denn sie wussten noch nicht, was sie an diesem Wochenende erwarten würde...

In Andreasberg angekommen, bezogen wir erst einmal unsere Zimmer, und die Betten! Dieses stellte allerdings für manch einen eine große Herausforderung dar. Bei einigen verschwand nicht die Decke im Bettbezug, sondern die Person selbst. Gut, Halloween stand zwar vor der Tür, aber zum Verkleiden war es doch noch etwas zu früh! Gott sei Dank waren ja immer genug helfende Hände da, um die armen Jugendlichen aus dieser miesen Lage zu befreien! Fazit: Wir sollten also öfter verreisen, damit auch das Bettenbeziehen bei allen gefestigt wird. Diese große Anstrengung gemeistert, konnten wir uns erst einmal beim Abendessen stärken, bevor es dann kurze Zeit später mit dem Sportprogramm losging. Unser Wochenendaufgang gestaltete sich sehr konstant. Essen – Völkerball – Schwimmen – Spielen – Schlafen. Diese Reihenfolge hielten wir in den meisten Fällen ein. Außer am Samstagnachmittag. Hier brachte Jenni mit einer Bastelidee sowie der Kletterparcours am

Schullandheim ein wenig Abwechslung ins Geschehen.



Basteln mit Jenni während der Jugendfreizeit auch noch nie.

kälter und stürmischer. Gut, dass durch den vielen Sport alle so müde waren, und dadurch von dem wütenden Orkantief „Herward“ in der Nacht fast nichts mitbekamen. Erst am Sonntagmorgen kam das große Erwachen!

Wir hatten Glück! Unsere geparkten Autos standen sicher! Auf dem Gelände des Schullandheimes waren 2 Bäume umgestürzt und versperrten vorerst die Ausfahrt. Auch in der näheren Umgebung sah man die Feuerwehr arbeiten. So nah war man den, durch den Sturm, schnell ziehenden Wolken

Bei kräftigem, kalten Wind hangelten sich die Schwimmer/innen über die Hindernisse des Geschicklichkeitsparcours am Schullandheim. Es ging über hängende Balken und Plattformen, entlang an Kletterwänden über schaukelnde Autoreifen und vieles mehr....



Die Jugendlichen auf dem Kletterpfad in St. Andreasberg



Es war eine große Herausforderung, die aber von allen gut gemeistert wurde. Anschließend mussten wir uns drinnen erst einmal wieder aufwärmen. Es wurde draußen immer

Die Bäume bogen sich... Es wüteten die Naturgewalten! Weitere Informationen zum Orkan erhielten wir allerdings erst später, denn: Unsere abholenden Eltern kamen nicht zu uns in den Harz!!! Alle Zufahrtswege in den Oberharz waren für mehrere Stunden gesperrt, da sie durch umgefallene Bäume versperrt waren.



30 km/h voran. An den Straßenrändern lagen überall die umgestürzten Bäume und es schneite immer noch ein bisschen. Es war schon etwas gruselig, hier durch zu fahren. Außer uns waren auch nicht viele Autos im Harz

Die Erwachsenen testen den Kletterpfad

### **Wir saßen also mehr oder weniger im Schullandheim fest!**

Wir fingen schon an Pläne zu schmieden, was wäre, wenn uns heute niemand mehr erreichen könnte.... In Gedanken waren wir schon fast dabei, unsere Sachen wieder auszupacken und noch eine Nacht zu verlängern. – Wäre sicher kein Problem gewesen, schließlich hatten alle Teilnehmer am Montag noch Ferien, und unser Flur im Schullandheim war noch bis Dienstag frei. Aber dann kam einige Zeit später doch die Info: Ein Elternauto hat eine offene Zufahrt gefunden! Diese Streckenmeldung wurde gleich an das 2. Auto durchgegeben und so trafen unsere Abholer dann mit einiger Verspätung, aber sicher bei uns ein. Aber was war das? Plötzlich fing es an zu schneien! Und der Schnee blieb auch noch liegen, denn es war kalt genug dafür.

Die Rückfahrt gestaltete sich dadurch also noch schwieriger. Denn wir mussten jetzt nicht nur auf die umgestürzten Bäume achten, sondern auch auf glatte Straßen. Zwischendurch wurde im Radio immer wieder davor gewarnt, in den Harz zu fahren – wir wollten ja nicht in den Harz, wir wollten raus! Stellenweise kamen wir nur mit

unterwegs. In den etwas tieferen Gebieten war der Spuk dann vorbei. Erleichtert brachten wir die letzten Kilometer noch hinter uns. Dank der Handys waren ja auch alle Eltern informiert und mussten nicht in Ungewissheit stundenlang auf uns warten. Es war eine äußerst aufregende Rückfahrt. Aber das Wochenende mit den Schwimmerinnen und Schwimmern war wieder toll! Mir hat es sehr viel Spaß gemacht. Ich hoffe Euch auch!

Ich freue mich jedenfalls jetzt schon auf ein nächstes Mal! Möglichst ohne Orkantief, aber dafür mit genau so viel Spaß wie dieses Mal!

Ich hoffe ich habe mit diesen Zeilen ein wenig Interesse an unserer Abteilung geweckt und würde mich freuen, zu allen „bekanntem“ auch vielleicht mal ein paar „neue“ Gesichter in den Schwimmgruppen zu sehen. Bringt einfach mal Freunde zum Schnuppern mit und wir überzeugen sie! Nun wünsche ich schon einmal allen SGM-Wasserratten und Familien eine schöne Ferienzeit und freue mich schon auf unsere neue Trainingssaison ab August mit vielen neuen Aktivitäten und ganz viel Spaß am Schwimmsport

Eure  
Andrea



## Tennis Punktspielsaison 2018

**Abteilungsleiterin**

**Kerstin Bleyl**

**Tel.: 0170-4693286**

E-Mail: kerstin.bleyl@web.de

Wie auch bereits in den vergangenen Jahren treten einige unserer Spielerinnen und Spieler wieder in verschiedenen Mannschaften und Vereinen als Spielgemeinschaft an. Diese sind in der Sommersaison 2018 eine SG mit den Damen 40 des SC Blau Weiß Itzum, eine SG der Herren 30 mit dem HTV und den Damen des HTV.

### Termine 2018

Im Mai und Juni bestreiten wir, wie auch bereits in den vergangenen, die Vereinsmeisterschaften im Einzel der Damen und Herren, im Mixed, sowie auch im Doppel zusammen mit unserem Kooperationspartner, dem MTV von 1848.

Für den September ist das Südstadttur Turnier geplant, was schon fester Bestandteil im Kalender der ortsansässigen Tennisvereine ist. Ausrichter in diesem Jahr ist der TC Blau Weiß Itzum, erstmalig nehmen in dieser Saison auch Spielerinnen und Spieler des Tennisvereins Rot Weiß Hildesheim teil.

Wie ihr sehen könnt, haben wir wieder einen vollen Terminplan. Wir freuen uns auf einen regen Spielbetrieb und ideales Tenniswetter.

Mit sportlichen Grüßen  
Kerstin Bleyl

Hallo liebe Tennisfreundinnen und Tennisfreunde!

Am 23.02.2018 fand unsere diesjährige Mitgliederversammlung statt. Im neuen Vorstand gab es keine Veränderungen. Kerstin Bleyl wurde wieder zur ersten Vorsitzenden gewählt. Birte Steinleger und Martin Harvey wurden wieder als Beisitzer gewählt. Stephan McGrath und Zion Kobi übernahmen erneut für die Dauer von zwei Jahren das Amt der Kassenprüfer.

Ab Mai beginnt wieder die Sommersaison. In der Zeit von Mai bis Ende September treffen sich die Tennisspielerinnen und Tennisspieler freitags von 17:00- 19:00 Uhr und sonntags von 11:00- 13:00 Uhr auf der Tennisanlage Marienburger Str. 90B zum Tennisspielen. Neue Spielerinnen und Spieler sind herzlich willkommen.





## Tischtennis

Abteilungsleiter  
**Herbert Jankowski**  
Tel.: 132632

Mo. 18:00– 21:00 Uhr  
Mi. 19:00 - 22:00 Uhr  
Fr. 19:00 - 21:00 Uhr  
Turnhalle GS Auf der Höhe,  
Greifswalder Str. 5.

demnächst noch Zuwachs zu bekommen. Auf jeden Fall haben sehr viel Spaß beim Sport. Es wird viel gelacht und so ganz nebenbei lernen wir das richtige Tischtennisspielen. Fortschritte zeichnen sich langsam ab und die Freude am Spiel wächst.

Also: Wir würden uns freuen, wenn der ein oder andere von Euch einfach einmal vorbei schauen und mitmachen würde!

### Tischtennis – Jugendgruppe

Seit Januar 2018 haben wir wieder eine Jugendgruppe eröffnet.



*Angelika, Marvin, Chris, Torben und Max“*

Wenn sie auch derzeit noch „klein“ ist, geben wir die Hoffnung nicht auf,

### Tischtennis – Hobbygruppe

Die Spieler, im Alter zwischen 8 bis Ü 80, treffen sich montags in der Zeit von 18 bis

**Hast Du Lust auf Spaß,  
Bewegung und neue Freunde?**

**Dann mach mit beim „Tischtennis“**

**Wir treffen uns  
montags, 18 – 19 Uhr  
in der kleinen Turnhalle  
Bromberger Straße**



**Infos unter (05121) 1762233 oder 01759265567**

21 Uhr. Bunt gemischt, ob Frau oder Mann, wird mit vollen Einsatz gespielt. Es werden Einzel sowie auch Doppel durchgezogen. Mitunter werden auch die Punkte beim Spiel gezählt. Unsere Teilnehmer tauschen im Laufe des Abends miteinander – oder auch nicht ☺.

Die vollen drei Stunden Trainingszeit bieten allen Beteiligten eine persönliche Einteilung dem Sport nachzukommen ohne einen Zeitdruck im Nacken zu haben. Wir sind froh, diesen Zeitrahmen zu haben. Unsere Montags-Gruppe ist gut besucht, hat aber dennoch Kapazitäten frei und würde



sich über neue Gesichter freuen.

**Von der Punktspielgruppe liegt leider kein Beitrag vor.**



## *Zur scharfen Ecke* Landgasthof - Hotel ★★★

Einzelzimmer  
ab 47,- €

Doppelzimmer  
ab 65,- €

3-Bett-Zimmer  
ab 100,- €

Ob kleiner Kreis oder große Gesellschaft:  
In unseren Räumlichkeiten werden Ihre individuellen  
Feierlichkeiten und Veranstaltungen jeder Art  
mit bis zu 180 Personen zum unvergesslichen Ereignis.  
Jetzt auch feiern zum Pauschalpreis

*Wir beraten Sie gern !*

Itzumer Hauptstraße 1 · 31141 Hildesheim  
Telefon (0 51 21) 203-0 · [www.zur-scharfen-ecke.com](http://www.zur-scharfen-ecke.com)

# Protokoll zur Mitgliederversammlung vom 09.03.2018

25 stimmberechtigte Mitglieder waren der Einladung zur Mitgliederversammlung gefolgt. Die Einladungen waren termingerecht versandt worden. Anträge zur Tagesordnung lagen nicht vor.

## Top 1 Eröffnung/Begrüßung

Angelika Rode (1. Vorsitzende) eröffnet um 19.35 Uhr die Mitgliederversammlung und begrüßt im Namen des Vorstandes alle Anwesenden. Die Mitgliederversammlung wurde frist- und formgerecht einberufen. Damit ist die Versammlung beschlussfähig. Die heutige Tagesordnung wird einstimmig bestätigt.

## Top 2 Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung vom 10.03.2017

Das Protokoll wurde in den SGM-Nachrichten 2017 veröffentlicht und mit der Einladung nochmals versandt. Somit ist es den Mitgliedern bekannt. Angelika Rode bittet daher auf das Verlesen des Protokolls zu verzichten.

Die Versammlung bestätigte dies einstimmig.

Die anschließende Bitte um Genehmigung dieses Protokolls wurde von den Mitgliedern einstimmig bestätigt.

## Top 3 Berichte des Vorstandes und der Abteilungsleiter

Angelika Rode berichtet über die Ereignisse aus dem abgelaufenen Geschäftsjahr 2017 (siehe Anhang zum Protokoll).

## Berichte der Abteilungsleiter

Mit kurzen Berichten der Abteilungsleiter wurde über die Arbeit und das Geschehen in den einzelnen Abteilungen berichtet. Im Rahmen dieses Protokolls wird auf die Wiederholung verzichtet.

## Top 4 Kassenberichte

Angelika Rode berichtet stellvertretend für Kassenwartin Brigitte Steffens über das Geschäftsjahr 2017 und gibt im Kassenbericht den Kassenabschluss per 31.12.2017 mit 2.651,99 € bekannt.

Fragen zum Kassenbericht gibt es aus der Versammlung nicht.

Der 2. Kassenwart, Dieter Schulz berichtet kurz über die Clubraumkasse und meldet den Jahresabschluss 2017 mit 188,49 €.

Ralf Schroll gibt den Bericht über den Jugendfond sowie über die bezuschussten Jugendaktivitäten ab. Endbestand: 159,87 € per 31.12.2017.

Im Anschluss an die Kassenberichte trägt Angelika Rode den Haushaltsplan für das Geschäftsjahr 2018 vor.

Der Haushaltsplan wird anschließend von der Versammlung einstimmig genehmigt.

## Top 5 Bericht der Kassenprüfer

Bernd Willkomm berichtet kurz über die diesjährige Kassenprüfung vom 17.02.2018 und bestätigt allen Kassenwarten eine ordnungsgemäße Führung der Kassen-geschäfte.

## Top 6 Entlastung des Vorstandes

Bernd Willkomm bittet die Versammlung um die Entlastung der Kassenwarte sowie des geschäftsführenden Vorstands im Block.

Bei der anschließenden Abstimmung wurden die Kassenwarte und der geschäftsführende Vorstand einstimmig von der Mitgliederversammlung entlastet.

## Top 7 Neuwahlen

Bei den diesjährigen Neuwahlen gibt es folgende Ergebnisse:

- a) 2. Vorsitzende: Kerstin Bleyl für 2 Jahre  
-1 Enthaltung
- b) 1. Kassenwartin: Brigitte Steffens für  
2 Jahre  
- Einstimmig
- c) Schrift-/Pressewartin: Andrea Sukopp für  
2 Jahre  
- Einstimmig
- d) 2 Beisitzer: Angelika Tetzlaff u. Tom Eitel  
für 2 Jahre - Einstimmig
- f) Bestätigung der Abteilungsleiter  
(Einstimmig):
  - Badminton - Dieter Schulz
  - Damengymnastik - Ina Zander
  - Herrengymnastik - Bernd Willkomm
  - Schwimmen - Andrea Sukopp
  - Tennis - Kerstin Bleyl
  - Tischtennis - Herbert Jankowski
- g) Abteilungsleiter Kinderturnen/Ballsport:  
- Angelika Rode  
für 1 Jahr - Einstimmig

### Top 8 Verschiedenes

Unter Top Verschiedenes wird die Ehrung zur 25jährigen Vereinsmitgliedschaft von Herrn Elias Issa durchgeführt.

Wortmeldungen zum Top Verschiedenes gibt es aus der Versammlung nicht.

### Schlusswort

Angelika Rode dankt in ihrem Schlusswort allen Anwesenden für ihre Anwesenheit und die rege Beteiligung an den Tagesordnungspunkten.

Sie schließt die Versammlung um 20.25 Uhr und lädt alle ein, noch zu einem gemütlichen Beisammensein im Clubkeller zu verbleiben.

Hildesheim, d. 09.03.2018

Andrea Sukopp                      Angelika Rode  
Schrift- u. Pressewartin      1. Vorsitzende

## Anlage zum Protokoll der Jahresversammlung vom 09.03.2018

### Bericht des Vorstands

Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde, zum Jahresbeginn habe ich mit dem „Jahresbrief“ über die Vereinsgeschehnisse umfassend informiert. In der Hoffnung, dass auch alle den Brief gelesen haben, möchte ich die für mich wichtig erscheinenden Themen nur noch einmal kurz ansprechen. Wenn sich zu meinen Ausführungen noch Fragen ergeben, besteht anschließend Gelegenheit, diese zu beantworten.

### Mitgliederstand:

Leider ist unser Mitgliederstand wieder ein wenig rückläufig. Wir bestehen derzeit mit 286 Mitgliedern. Ich möchte an dieser Stelle darum bitten, dass Ihr uns in der Anwerbung neuer Mitglieder unterstützt. In der letzten Vorstandssitzung habe ich wiederholt unsere Abteilungsleiter gebeten, unbedingt die Werbemöglichkeiten auf unserer Internetseite sowie in der Zeitschrift „Auf der Höhe“ wahrzunehmen.

### Finanzen:

Wie positiv gewohnt, befinden sich unsere Konten im „grünen Bereich“. Durch erhöhte Ausgaben wie Soli-Beitrag, Versicherungen etc. und den Mitgliederrückgang haben sich unsere Rücklagen auch in diesem Jahr verringert. Im weiteren Verlauf der Versammlung werde ich über die Kassenangelegenheiten noch ausführlich berichten. An dieser Stelle danke ich Brigitte Steffens, die sich derzeit im Urlaub befindet, für ihre hervorragende Kassenführung.

### Soli-Beitrag:

Inzwischen ist der Soli-Beitrag pro Mitglied auf 17,50 € angestiegen. Auch hierüber habe ich detailliert berichtet. Nach einigen Verhandlungen in 2017 kommt der Soli-Beitrag auch in diesem Jahr zur Zahlung. Zwischenzeitlich haben die Verhandlung

zwischen Stadt und Kreissportbund (KSB) für einen sogenannten „Zukunftsvertrag“ zum Thema Hallengebühr begonnen. Die Vereine sollen sich ab 2019 durch einen neuen Vertrag finanziell besser stellen, was wir aber nicht so recht glauben. Ab Ende April 2018 werden dann die Vereine für weitere Besprechungen und Lösungssuche mit ins Boot geholt.

### **Ehrungen**

Ehren durften wir in 2017 zur 25jährigen Mitgliedschaft Frau Angelika Wehr, Frau Regine Busche, Frau Irmgard Schmidt und Herrn Dieter Schulz. Zur 40jährigen Mitgliedschaft haben wir Frau Gerda Zander und Herrn Detlef Wutkewitz geehrt.

### **Hallenschließungen**

Hallenschließungen mussten wir im vergangenen Jahr wegen Bauarbeiten auch wieder reichlich hinnehmen. Durch den guten Kontakt zur UNI und zur Stadt konnten wir aber zeitnah alle informieren und soweit möglich für Ersatzstunden sorgen. Leider hat in diesem Fall die Schwimmabteilung immer wieder das Nachsehen, da alle Hallenzeiten der Schwimmbäder voll ausgelastet sind. Für die Ausfälle oder Verlegungen danke ich Euch für Euer Verständnis.

### **Bauarbeiten im Keller / Hallenum- und -neubau**

Derzeit finden laufend Bauarbeiten in unseren Räumlichkeiten statt. Diese sind verbunden mit Restaurierungsarbeiten der über uns liegenden Turnhalle. So mussten zuletzt in unseren Räumen defekte Wasserrohre gesucht und ausgetauscht werden. Wir hoffen, dass seitens der Stadt diese Bauarbeiten endlich auch mal zum Ende gebracht werden. Wie es mit dem evtl. Hallenneubau auf unserem alten Tennisgelände weitergehen soll, steht noch völlig offen.

### **Pilates**

Wie bereits berichtet und mehrfach für geworben, haben wir zur Abteilung Damengymnastik neu im Programm „Pilates“ aufnehmen können. Wir würden uns hier freuen, wenn der ein oder andere von Euch dieses Angebot annehmen würde bzw. Freunde anwerben würde. Für Vereinsmitglieder ist die Teilnahme umsonst; Dritte zahlen eine 10Wochen-Kursgebühr in Höhe von 50 €.

### **Kinderturnen**

Leider ist die Kinderturngruppe nun schon wieder „kopflös“. Unsere Jenny kann die Gruppe aus beruflichen Gründen nicht mehr leiten. Derzeit führen die Übungsstunden Iva Grubisic und ich gemeinsam durch. Wir suchen dringend nach einer festen Übungsleiterin bzw. Übungsleiter, zumal die Gruppe weiter gewachsen ist.

### **50 Jahre SGM**

Am 13.11.2019 dürfen wir unser 50jähriges Jubiläum feiern. Hierfür benötigen wir Eure Unterstützung. Ein erster Termin für Vorentscheidungen wird voraussichtlich im April einberufen. Wir werden den Termin über die Abteilungsleiter bekanntgeben lassen und freuen uns auf Eure Teilnahme und Ideen zur Durchführung.

Zum Schluss meiner Ausführungen möchte ich mich noch einmal bei all unseren

fleißigen Abteilungsleiterinnen, -leitern und Helferinnen, Helfern für die super geleistete Vereinsarbeit bedanken.

Ich wünsche uns allen noch einen guten Verlauf der Versammlung.

Eure Angelika Rode



# PILATES

## im Kurssystem

- ↕ Nach 10 Stunden fühlen Sie sich besser!
- ↕ Nach 20 Stunden sehen Sie besser aus!
- ↕ Nach 30 Stunden haben Sie einen neuen Körper! (Joseph Pilates)

**Wann:** ab Montag der 13.08.2018 (10x) von 19:30 - 20:30 Uhr  
**Wo:** in der kleinen Turnhalle der Schulen „Bromberger Str.“

**Kosten:** **00,00 €** für **SGM-Mitglieder** **Der Betrag wird von den meisten Krankenkassen erstattet!**  
**50,00 €** für **Nichtmitglieder**

Pilates ist ein konzentriertes Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Das Training kann auf der Matte und an speziell entwickelten Geräten stattfinden.

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen.

Das Training beinhaltet Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung. Angestrebt werden die Stärkung der Muskulatur, die Verbesserung der Kondition und Bewegungskoordination, eine Verbesserung der Körperhaltung, die Anregung des Kreislaufs, und eine erhöhte Körperwahrnehmung. Grundlage aller Übungen ist das Trainieren des so genannten „Powerhouses“, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist; die sogenannte „Stützmuskulatur“.

Die Muskeln des Beckenbodens und die tiefe Rumpfmuskulatur werden gezielt gekräftigt. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt, wodurch die Muskeln und die Gelenke geschont werden. Gleichzeitig wird die Atmung geschult.

### Anmeldung:

bei Karin Lübke – 05064960587 oder über SGM  
bei Angelika Rode – 051211762233

**Achtung = begrenzte Teilnehmerzahl!**



printed by:

**WirmachenDruck.de**

**Sie sparen, wir drucken!**

Herausgeber: SGM-Hildesheim, Geschäftsstelle Paul-Keller-Str. 8, 31139 Hildesheim, Tel. 05121/1762233;  
Bankverbindung: Sparkasse Hildesheim IBAN: DE76 2595 0130 0011 0030 03; BIC: NOLADE21HIK Redaktion,  
Gestaltung, Produktion: SGM-Hildesheim; V.i.S.d.P.: Detlef Rode 1. Vorsitzender  
Die SGM-Nachrichten werden an alle Mitglieder verteilt; der Bezugspreis ist durch den Mitgliederbeitrag abgegolten.



# Verstehen ist einfach.



Wenn man einen Finanzpartner hat, der die Region und ihre Menschen kennt.

Sprechen Sie mit uns.  
Jetzt Termin vereinbaren  
unter: 05121 871-0

[sparkasse-hgp.de](http://sparkasse-hgp.de)

Wenn's um Geld geht

