WIR GERMANEN

Vereinsblatt
des SSC Germania 08 e.V.
Braunschweig

Gib dem Nachwuchs eine Chance	*13.02.2016*
Mitgliederversammlung des SSC Germania	*20.02.2016*
Norddeutsche Masters Meisterschaften	*12./13.03.2016*
Offene Landesmeisterschaften der Behinderten	*09.04.2016*

Ausgabe 6/2015 - November/Dezember 2015 - 52. Jahrgang

Veranstaltungshaus

Waldhaus Oelper

Für Feiern und Veranstaltungen von 10 bis 500 Personen
bieten wir Ihnen sieben verschiedene Räumlichkeiten.
Die Räume werden je nach Anlass und Wunsch
für die Veranstaltungen eingedeckt und dekoriert.
Feierlichkeiten wie Geburtstage, Betriebsfeste, Bälle, Hochzeiten
und Tagungen bekommen in unserem Haus
die entsprechenden Rahmenbedingungen,
damit Sie zufrieden sind und die Veranstaltung ein Erfolg wird.
Wir freuen uns schon heute auf Ihren Besuch
und ein unverbindliches Informationsgespräch mit Ihnen.

Ihr Team vom Waldhaus Oelper

Montag Ruhetag
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag ab 14.30 Uhr, warme Küche ab 17.00 Uhr
Freitag, Samstag, Feiertags ab 11.30 Uhr, warme Küche 12.00 Uhr bis 14.30 Uhr
und ab 17.00 Uhr
Sonntag ab 11.30 Uhr, warme Küche 12.00 Uhr bis 14.30 Uhr.
Ab 19.00 Uhr geschlossen.
Ab 20 Personen immer dann, wenn Sie feiern möchten!

Eckehard und Maggy Ossada

Am Ölper Holze 1 / 38116 Braunschweig
Telefon: 0531 / 25625-0 / www.waldhaus-oelper.de

Grußwort

Liebe Germaninnen und Germanen,
liebe Freunde und Unterstützer des SSC Germania,

mit der Ausgabe 06/2015 gibt es nun bereits zwei Jahre unser Vereinsblatt im neuen Erscheinungsbild. Ich möchte mich bei unserem Partner, der Fa. *hm-medien Richard und Heidi Miklas* herzlich für die gute Zusammenarbeit bedanken; gleichzeitig danke ich allen Inserenten und unseren Geldspendern für ihre Unterstützung um das Erscheinen unseres Vereinsblattes. Mein Dank gilt allen „Fotografen und Artikelschreibern“, die unser Vereinsblatt zu guter Kommunikation zwischen dem Verein, seinen Mitgliedern, den Freunden und Unterstützern gestaltet haben.

Am 01.12.2015 sind wir bereits ein Jahr in unserem neuen Vereinsheim im Schützenhaus der BSG. Ich glaube, dass sich alle Germanen, unsere Mieter und alle Benutzer in unseren Räumen wohlfühlen. Da beim Bau unseres neuen Vereinsheimes auch die Wünsche der BSG berücksichtigt wurden, konnte zwischenzeitlich bereits die Bundesliga =Pistole und Gewehr= in unseren Räumen durchgeführt werden.

Unser Trainingslager in Toulon (Südfrankreich) liegt bereits hinter den Aktiven der L1 bzw. L2 und dem Betreuerteam. Mein Dank geht an Michael Wasmus und an alle Unterstützer, die erst mit Ihrer Spende die Durchführung des Trainingslagers ermöglichten.

Ich darf mich bei allen aktiven Schwimmern, den Synchronis und Wasserballern, den Trainern und Übungsleitern für ihren Einsatz für den SSC Germania 08 e.V. im Jahr 2015 bedanken. Ebenfalls gilt mein Dank allen Betreuern und Übungsleitern im Bereich des „Schwimmen Lernens“, der Gymnastik und im Reha- und Behindertensport. Der Dank gilt ebenfalls für alle „Ehrenamtlichen“ und die Vorstandsmitglieder, die ihre Arbeit zum Wohle unseres Vereins in ihrer Freizeit erledigen.

Zum Ausklang des Jahres 2015 findet am 05.12.2015 um 15:00 Uhr im Jägersaal des Schützenhauses unser traditioneller Adventskaffee für alle Seniorinnen und Senioren statt.

Allen Germanen, unseren Freunden und Unterstützern sowie allen Lesern unseres Vereinsblattes wünsche ich schon heute eine schöne Adventszeit, ein geruhsames Weihnachtsfest und alles Gute für das Jahr 2016.

Bodo Witt
Vorstandsvorsitzender

Alle Germanen, Freunde und Unterstützer des SSC Germania 08 e.V. treffen sich am

26.12.2015 ab 10:00 Uhr

zum

Weihnachtsfrühschoppen

in unserem Vereinslokal (Edelweiss Stub`n)

Inhaltsverzeichnis

Grußwort

Unsere Unterstützer 2015

Allgemein

Einladung zur Mitgliederversammlung 6
Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder 8
Runde Geburtstage unserer Mitglieder 8
Nachweise für den Vereinsdienst 2015 9
Termine für das Vereinsblatt 9
Danke, SSC Germania 08 e.V. 10
Einladung zur Jugendversammlung 11
Wachwechsel 12
Weihnachtsbrunch in den Edelweiss-Stub'n 13
25. und 26.12.2015 13
Besuch im Phæno 14

Behinderte

Die neueste Meldung vom Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V. 15

Trainingspläne

Trainingsplan Halbsaison 07/2015 – 12/2015 16
Trainingsplan SSG Braunschweig 22
Trainingsplan WSG Braunschweig 23

WSG

Nachwuchswasserball gewinnt an Konturen 24

Synchron

Wenn eine ruft, sind alle da … 26

SSG

23. Weihnachtsgala 30

Schwimmen

Ein letztes Mal in diesem Jahr 31
L2 beim Kreisvergleichswettkampf 32
40. Einbecker Masterschwimmfest 31.10.2015 33
Trainingslager Toulon 2015 34

Allgemein

Germania Shop 40
Kinder- und Jugendfreizeit Kroatien 2016 41
Kontakte 42
Impressum 42

Unsere Unterstützer 2015

Der SSC Germania 08 e.V. bedankt sich bei seinen Freunden und Unterstützern für ihre Geldspende

Alarmtechnik Buschmann + Hoffmann
BBG - Wohnen in Braunschweig
Braunschweigische Landessparkasse
Hotel Restaurant Fürstenhof GmbH
Öffentliche - Geschäftstelle Nico Fiedler
TRIOLOGY - simply smart solutions
VIERBAG GmbH - Besser bauen!

Löwensicher Versicherungsmakler
Wohnungsunternehmen Dr. W. Bösche
Rollwen.de
Elkotek GmbH
Gregor Bauschke
Milkau - Der Stadtbäcker
Abra - Autohaus Braunschweig

Einladung zur Mitgliederversammlung

Das Jahr ist fast vorbei und auch im nächsten Jahr wird es wieder eine Mitgliederversammlung geben. Vieles ist im vergangenen Jahr passiert und vieles hat sich verändert.
Wir hoffen auf eine rege Teilnahme der Vereinsmitglieder.

Einladung

zur

MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2016

des Schwimm-Sport-Club Germnaia 08 e.V.
am Samstag, den 20. Februar 2016
Beginn: 15.00 Uhr im Vereinsheim, Hamburger Str. 53
(im Schützenhaus der BSG *Jägersaal*)

Tagesordnung (vorläufig):

1. Begrüßung durch den Vorstandsvorsitzenden Bodo Witt
2. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
3. Grußworte der Gäste
4. EHRUNGEN
5. Wahl eines Versammlungsleiters
6. Genehmigung der Tagesordnung
7. Feststellung der Anwesenheit und Stimmberechtigung
8. Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung des Jahres 2015
9. Antrag über Änderung der Satzung (Neufassung §32, 33 =Berufung statt Wahl=) und Schiedsgerichtsordnung (Neufassung §5 =durch Satzungsänderung=) Beratung und Beschlussfassung
10. Bericht des Vorstandes (dieser wird in der Ausgabe 1/2016 im Vereinsblatt veröffentlicht)
11. Aussprache zu den Berichten
12. Bericht der Kassenprüfer
13. Entlastung des Vorstandes

P a u s e

14. Bekanntgabe der Stimmberechtigten (nach Beendigung der Pause)
15. Neuwahlne für den geschäftsführenden Vorstand
    a. (2) Vorsitzende(r) – Bereich Verwaltung
    b. (4) Geschäftsführer/in
16. Neuwahlen für den erweiterten Vorstand
    a. (5) Referent(in) „Sport für Behinderte“
    b. (7) Referent(in) „Synchronschwimmen“
    c. (9) Referent(in) „Breitensport“
    d. (11) Referent(in) „Heimverwaltung“
    e. Jugendleiter/in – Bestätigung

17. Neuwahlen Sonstige
    a. Fachausschuss Sport für Behinderte
       2 Mitglieder aus dem Bereich des Sportes für Behinderte
    b. Fachausschuss Schwimmen
       2 Mitglieder
    c. Fachausschuss Synchronschwimmen
       2 Mitglieder

    Entsprechend der Beschlusslage unter Tagesordnungspunkt 9 können die Neuwahlen =Tagesordnungspunkte 17 d+e= entfallen bzw. bleiben als Tagesordnungspunkte bestehen!

    d. Schiedsgericht
       1 Vorsitzende(r)
       2 Mitglieder
       1 Ersatzvorsitzender(r)
       2 Ersatzmitglieder
    e. Berufungsschiedsgericht
       1 Vorsitzende(r)
       2 Mitglieder
       1 Ersatzvorsitzende(r)
       2 Ersatzmitglieder
    f. Kassenprüfer/in
       2. Kassenprüfer/in
18. Beratung und Beschlussfassung der eingereichten Anträge der Mitglieder
19. Genehmigung des Haushaltsvoranschlages 2016
20. Anfragen, Anregungen, Mitteilungen
21. Schlusswort

Anträge zur Mitgliederversammlung 2016 sowie Einsprüche gegen die Tagesordnung sind bis zum Mittwoch, dem **16. Dezember 2015** an die Anschrift unserer Geschäftsstelle zu richten. Der vorstehende Ablauf der Mitgliederversammlung wird durch unsere Satzung und Geschäftsordnung vorgeschrieben.
Der Vorstand hofft auf eine lockere und harmonische Atmosphäre bei der Mitgliederversammlung, zu der jeder Anwesende seinen Beitrag leisten kann. Wir würden uns sehr freuen, wenn wir gute Vorschläge erhielten, die uns bei der Bewältigung der anstehenden Aufgaben weiterhelfen können.

Bodo Witt
(Vorstandsvorsitzender)

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Jonas Golisch
Sibel Schreiber
Moritz Weiß
Christel Eggeling-Merz
Aaron Moser
Kiyan Atakül
Nila Atakül
Isabella Thomann
Sofia Abdellaovi
Melina Jakob
Beate Janowski
Nadja Wojzischke
Sophie Schulze
Olaf Lobermeier
Arkadiy Tatarynskyy
Malte Quappen
Daniel Vogel
David Vogel
Guangyue Liao

Es war schon immer etwas Besonderes, ein Germane zu sein

Runde Geburtstage unserer Mitglieder

Folgende „Germanen“ feiern in diesen Monaten Ihren Geburtstag. Aufgrund der großen Anzahl von Vereinsmitgliedern beschränken wir uns darauf, ab dem 40. Lebensjahr (in 5er Schritten) und besondere „Geburtstagskinder“ zu nennen, wünschen aber gleichzeitig allen anderen nicht genannten Germanen, die in dieser Zeit Geburtstag hatten oder noch haben, ebenfalls alles Gute.

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag wünscht der SSC Germania 08 e.V. getreu nach dem Motto:

„Lebe glücklich, lebe heiter,
lebe in Gesundheit weiter,
lebe viele Jahre noch,
liebe/r Germane, lebe hoch!“

Marion Reding
Geschäftsführerin

Dezember	Rosa Nyczka-Duda	60
	Detlef Bergmann	50
	Tobias Svensson	40
Januar	Peter Heinze	80
	Reimund Schnadmann	65
	Horst Künne	55
	Jaime-Ramon Garcia Rodriguez	45

Nachweise für den Vereinsdienst 2015

Das Jahr 2015 geht so langsam zu Ende. Jetzt sollte man noch einmal überlegen, ob der Vereinsdienst für dieses Jahr schon abgeleistet wurde.

Nun, es ist noch Zeit bis Ende Januar 2016, einen Nachweis über den abgeleisteten Vereinsdienst an die Geschäftsstelle zu senden (sofern noch nicht geschehen). Sollte dieser Nachweis nicht erbracht werden, wird ein finanzieller Wert im Februar 2016 fällig. Der Umfang wurde durch Beschluss in der Mitgliederversammlung 2009 auf 5 Stunden pro Jahr und der Wert auf 15,- € pro Stunde festgelegt. Der Vereinsdienst wird gemäß unserer Satzung § 8 geregelt. Eine separate Aufforderung für diese Nachweispflicht wird es nicht geben.

Vereinsdienstpflichtig ist jedes Mitglied zwischen 16 und 60 Jahren.

Von dieser Pflicht sind ausgenommen alle Kinder unter 16 Jahren, passive Mitglieder und Behinderte.

Ansprechpartner für neue Termine für den Vereinsdienst sind:

Tanja Feilke, Referentin „Heimverwaltung“
Telefon 01523 / 41 22 983 oder tanja.feilke@ssc-germania.de

Manfred Blum, „Schwimmausschuss“
Telefon 0171 / 50 63 692 oder manfred.blum@ssc-germania.de

hm medien
Richard Miklas
layout & marketing
Zeitungen Magazine Chroniken Festschriften Flyer ...
für Vereine Verbände ...
Hagenmarkt 12 38100 Braunschweig 0531 16442 0151 11984310 info@hm-medien.de www.hm-medien.de

Termine für das Vereinsblatt

Ausgabe	01/2016	2/2016	3/2016	4/2016	5/2016	6/2016
Red.-Schluss	03.01.	06.03.	01.05.	03.07.	04.09.	06.11.
Versand in KW	3	12	20	29	38	47

Nach dem jeweiligen Redaktionsschluss eingehende Berichte können nicht mehr berücksichtigt werden !!!

Fotos bitte als separate Dateien schicken, möglichst nicht vorher bearbeiten.

Bitte pünktlich senden an hm-medien **info@hm-medien.de**

Danke, SSC Germania 08 e.V.

Der Breitensportverein Lehndorf e.V. (BVL) möchte sich auf diesem Wege ganz herzlich bedanken.

Wofür?

Nun, im März 2015 ist in Lehndorf die Sporthalle durch Brandstiftung abgebrannt. Das war nicht nur für die Schulen, sondern auch für die Vereine ein herber Verlust. Der zentrale Trainingsraum für viele Abteilungen war von einem auf den anderen Tag nicht mehr da.

Also haben wir für unsere Gruppen Übungsräume gesucht mit Hilfe der Stadt und vieler Kontakte bei anderen Vereinen.

Richtig gut hat es unsere Fitnessgruppe “Sie Er Beide“ getroffen.

Wir konnten auf das Angebot des SSC Germania 08 e.V. zugreifen und ohne Unterbrechung und zur gewohnten Zeit unsere Übungsstunden im neuen Gymnastikraum fortsetzen. Das ist keinesfalls selbstverständlich!

Durch diesen Glücksfall mit idealen Bedingungen ist unsere Gruppe konstant geblieben.

Dafür sagen wir ein herzliches „Dankeschön“ auf diesem Wege an den SSC und seinen Vorstandsvorsitzenden Bodo Witt.

Ullrich Hammer
1. Vorsitzender des BVL

Einladung zur Jugendversammlung

Einladung

zur

JUGENDVERSAMMLUNG 2016

des Schwimm-Sport-Club Germania 08 e.V.
am Samstag, den 23.Januar 2016, Beginn: 11:00 Uhr
im Vereinsheim (im Schützenhaus der BSG), Vorstandszimmer
Hamburger Straße 53, 38114 Braunschweig

Eingeladen sind alle Kinder und Jugendlichen des SSC Germania sowie deren Eltern und alle, die noch Interesse an unserer Jugendarbeit haben. Stimmberechtigt sind alle Mitglieder zwischen 12 und 25 Jahren.

Auch nicht Stimmberechtigte sind herzlich willkommen, denn wir sind für Neuerungen, Vorschläge und Kritik dankbar und jederzeit offen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den Vorstandsvorsitzenden Bodo Witt und Übergabe der Versammlungsleitung an Gudrun Stadler
2. Feststellung von Anwesenheit und Stimmrecht
3. Berichte über die Jugendarbeit 2015
4. Allgemeine Aussprache zu Punkt 3
5. Bekanntgabe der Stimmberechtigung
6. Entlassung des Jugendausschusses
7. Neuwahlen der Jugendleitung
   a. Jugendleiter/in
   b. stellv. Jugendleiter/in
   c. Jugendschwimmwart/in
   d. Jugendsynchronschwimmwart/in
   e. Jugendwasserballwart/in
   f. Jugendwart/in „Sport für Behinderte“
8. Anträge
9. Verschiedenes

Wir freuen uns über viele Teilnehmer, die sich bereit erklären, im Jugendbereich mitzuwirken. Es wäre für jeden eine neue Bereicherung. Solltet Ihr also Interesse an einem der Ehrenämter haben, kommt zur Versammlung.

Anträge zur Jugendversammlung sowie Einsprüche gegen die Tagesordnung sind bitte bis zum 16.12.2015 an die Anschrift unserer Geschäftsstelle einzureichen.

Gudrun Stadler
Jugendleiterin

Bodo Witt
Vorstandsvorsitzender

Wachwechsel in der Geschäftsführung der Stadtbad Braunschweig Sport- und Freizeit GmbH

Seit Jahren ist „Jürgen Scharna“ als Geschäftsführer der Stadtbad GmbH Braunschweig unser Partner für alle Angelegenheiten in und um die Schwimmbäder Nordbad, Bad Gliesmarode, Sportbad Heidberg, Wasserwelt und die Freibäder Raffteich und Waggum. Anfang November 2015 ist die Lebensarbeitszeit von Jürgen Scharna zu Ende und es beginnt der wohlverdiente Ruhestand.

Der Vorstand des SSC Germania 08 e.V. und alle seine 1.100 Mitglieder bedanken sich sehr herzlich für die jahrelange gute Zusammenarbeit mit Ihnen, lieber Herr Jürgen Scharna. Nicht alle unterschiedlichen Meinungen konnten zwischen der Stadtbad GmbH und dem SSC Germania zur beiderseitigen Zufriedenheit gelöst werden, aber es gab immer gemeinsame Gespräche, die den Kompromiss in allen Angelegenheiten gefunden haben.

Alle „Germaninnen und Germanen“ wünschen Ihnen geruhsame Tage bei bester Gesundheit und persönlichem Wohlergehen.

Am 01.09.2015 begann „Herr Christoph Schlupkothen“ seine Tätigkeit bei der Stadtbad GmbH als neuer Geschäftsführer. Bis zum endgültigen Ausscheiden von Jürgen Scharna wird er in die internen Belange der Stadtbad GmbH eingearbeitet.

Der Vorstand des SSC Germania 08 e.V. hofft auf eine gute Zusammenarbeit mit dem neuen Geschäftsführer. Bei einem ersten Dreier-Gespräch mit den beiden Herren und dem Vorstandsvorsitzenden Bodo Witt wurde ein erster persönlicher Kontakt hergestellt. Diesen wollen wir in Zukunft noch ausbauen und im offenen Dialog die Zusammenarbeit zum Wohle des gesamten Braunschweiger Schwimmsports verstärken.

Alles Gute für die vor uns liegende gemeinsame Zukunft.

Bodo Witt
Vorstandsvorsitzender

Weihnachtsbrunch in den Edelweiss-Stub'n

25. und 26.12.2015

Die Familie Wieser bietet für alle Gäste, Schützen und Germanen

Schwarzwurzelsalat mit Saiblingsbutter

Geräucherte Entenbrust mit Holundergelee

Hausgebeizte Rote-Bete-Lachsforelle mit Apfelsauce und Kartoffelkrapferln

Wildterrine an Waldorf-Salat und Sauce Cumberland

Samtige Maroni-Schaumsuppe

Wildschweinbraten im Teigmantel auf Spitzkohl und gebackenen Williams-Birnen

Gänsekeule in der Zimtkruste mit Rotkohl-Nuss-Strudel und Bratäpfeln

Steirischer Festtagsbraten vom Jungschwein, gefüllt mit Dörrpflaumen, Zunge und Äpfeln
dazu Mandel-Rosinen Knöderln und süß-saures Gemüse

Knuspriger Karpfen auf Walnuss-Kürbis-Risotto

Waldviertler Nougatknöderln mit Zimtbröseln

Wiener Topfenstrudel mit Vanillesauce

Bratapfelmousse im Glas mit Süßwein-Beeren

pro Person 21,90 €
Kinder von 9 bis 14 Jahren 12,00 €
Kinder bis 8 Jahre frei!

Um frühzeitige Anmeldung wird gebeten

Besuch im Phæno

Am 24. Oktober 2015 hat sich die technisch interessierte Gruppe der Germanen, 19 an der Zahl, in Wolfsburg vor dem „Phæno“ getroffen.

Der Bildungsausflug wurde von unserem Organisationsgenie Monika Ebeling organisiert. Wir fuhren in Fahrgemeinschaften nach Wolfsburg und trafen uns direkt vor dem Museum. Vor dem „Phæno“ Wolfsburg befand sich die Sonderausstellung „Seifenblasenpusten“, was einige von uns sehr interessiert hat.

Pünktlich um 14:00 Uhr bekamen wir eine fachkundige Führung von zwei Museumspezialisten. Diese führten uns herum und erzählten viel Spannendes und Informatives über 350 Phänomene, die bei Jung und Alt die Begeisterung für Naturwissenschaft und Technik wecken.

Nach der Führung trafen wir uns alle gemeinsam in der Cafeteria zum Kaffee trinken, Kuchen essen und Austausch der mitgenommenen Informationen.

Anschließend hatten wir noch beliebig Zeit, um die Dinge, die uns besonders beeindruckt hatten, nochmal einzeln anzuschauen. Mir persönlich haben am meisten der Feuertornado, das drehende Haus, das schräge Haus, das Nagelbrett, das Auto anheben, die tanzenden Metallspäne und vieles mehr gefallen.

Wir alle haben viel während des spannenden Tages gelernt! Vor allem vielen Dank an Monika und Günter, durch deren Planung wir diesen tollen Tag miterleben konnten, der reibungslos verlief und somit ein fantastisches Erlebnis für uns alle war.

Peter Liedke

Die neueste Meldung vom Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Seine hervorragenden Leistungen im Jahr 2015, insbesondere jedoch seine drei Goldmedaillen in Los Angeles (bei den Special Olympics WORLD GAMES) haben den BSN veranlasst, unseren „Benny“ als einen Kandidaten (unter sechs Kandidatinnen und Kandidaten) für die Wahl des

Behinderten-Sportlers des Jahres 2016

zu nominieren.

Der Vorstand wünscht ihm bei der Wahl den gewünschten Erfolg. Die Proklamierung wird am 03.03.2016 im GOP-Varieté durchgeführt.

Lieber Benny, alle Germanen und auch deine Freunde bei der Lebenshilfe werden dich im Wahlvorgang unterstützen. Für den Bereich „SSC Germania“ und der “Lebenshilfe in Braunschweig und Abbenrode“ werden wir Wahlboxen mit Plakaten und Wahlkarten in ausreichender Anzahl anfordern.

Bodo Witt
Vorstandsvorsitzender

Beim traditionellen Skatturnier bei Bernd in Wolfenbüttel erwies sich Werner Schaper als überlegener Sieger vor Bernd Kahe und Wolfgang Causemann.

von links: Bernd Kahe, Werner Schaper und Wolfgang Causemann

Wir freuen uns, dass wir vier neue Mitglieder in unserer GB-Gruppe haben, die Manfred Soffert leitet. Es sind: Beate, Monika, Nicole und Matthias aus der “Lebenshilfe” Braunschweig.

Es grüßt

Jochen Schwarzer

Trainingsplan Halbsaison 07/2015 – 12/2015

Stand 11/2015

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Trainer/ Übungsleiter	Schwimmhalle *(WW = Wasserwelt)*

Leistungssport

Leistungsgruppen			**10-18 Jahre**	
L1	MO	16.00 – 17.00	Werner Grüneberg	Sportbad, 50m
L1	DI	19.00 – 20.00	Michael Wasmus	Sportbad, 50m
L1	MI	16.00 – 17.00	Werner Grüneberg	Sportbad, 50m
L1	DO	20.00 – 21.00	Michael Wasmus	Sportbad, 50m
L1	FR	19.15 – 20.00	Michael Wasmus / Lisbeth Weiterer	Trockentraining
L1	FR	20.00 – 21.00	Michael Wasmus / Lisbeth Weiterer	Sportbad, 25m
L2	MO	19.00 – 20.00	Michael Wasmus	Sportbad, 50m
L2	DO	15.30 – 16.00	Michael Wasmus / Lisbeth Weiterer	Trockentraining
L2	DO	16.00 – 17.00	Michael Wasmus / Lisbeth Weiterer	Sportbad, 50m
L2	FR	16.00 – 17.00	Werner Grüneberg	Sportbad, 50m
L3	MO	17.00 – 18.00	Michael Wasmus / Lilli Empacher	WW, Vereinsbecken
L3	MI	18.00 – 19.00	Michael Wasmus / Annika Nitsche	WW, Vereinsbecken
L4	MO	16.00 – 17.00	Michael Wasmus / Lilli Empacher	WW, Vereinsbecken
L4	MI	17.00 – 18.00	Michael Wasmus / Annika Nitsche	WW, Vereinsbecken

Schwimmausbildung

Silber				
S1	Mi	15:00 – 16:00	Werner Grüneberg	Sportbad, 50m
S2	Do	16.00 – 17.00	Lena Meißner	WW, Vereinsbecken
S3	Do	17.00 – 18.00	Lena Meißner	WW, Vereinsbecken

Bronze				
B1	MO	16.00 – 17.00	Merle Menk / Michael Wasmus	WW, Aktivbecken
B2	MO	17.00 – 18.00	Lisbeth Weiterer/ Annika Nitsche	WW, Aktivbecken
B3	MO	18.00 – 19.00	Torben Rost / Lilli Empacher	WW, Aktivbecken
B4	MO	19.00 – 20.00	Merle Menk / Clemens Kaiser	BBS III
B6	MI	18.00 – 19.00	Kathrin Schönfeld / Antje Junkmann	WW, Aktivbecken

Anfängergruppen			**Seepferdchen**	
Sp1	MO	17.00 – 18.00	Clemens Kaiser / Merle Menk	BBS III
Sp2	MO	18.00 – 19.00	Clemens Kaiser / Merle Menk	BBS III
Sp3	MI	17.00 – 18.00	Mareike Müller/ Clemens Kaiser	BBS III
Sp4	MI	18.00 – 19.00	Mareike Müller/ Clemens Kaiser	BBS III
Sp5	FR	14.30 – 15.30	Julia Rosenthal	Hans-Würtz-Schule
Sp8	FR	16.15 – 17.00	Julia Rosenthal	Hans-Würtz-Schule
Sp6	FR	17.00 – 18.00	Julia Rosenthal / Stefanie Radecke	Hans-Würtz-Schule
Sp7	FR	18.00 – 19.00	Julia Rosenthal / Stefanie Radecke	Hans-Würtz-Schule
SP 9	MI	17.00 – 18.00	Kathrin Schönfeld / Antje Junkmann	WW, Aktivbecken

Baby-Schwimmen			**Seesterne, Mutter und Kind, 1-3 Jahre**	
Sst1	DO	16:00 – 17:00	Antje Junkmann	WW, Aktivbeckn
Sst2	Fr	15.30 – 16.15	Julia Rosenthal	Hans-Würtz-Schule

Wassergewöhnung				
WG	Fr	15.30 – 16.15	Julia Rosenthal	Hans-Würtz-Schule

Breitensport

Fit & Fun-Schwimmen			F&F, 11-19 Jahre	
F&F	Do	19:00 – 20:00	Birgit Bechmann/ Julia und Uwe Rosenthal	Sportbad, 25 m
F&F	Di	16:00 – 17:00	Uwe Rosenthal	Sportbad, 50 m

Masters

Masters-Schwimmen			WK, AK 20 >	
WK1	Mo	19:00 – 20:00	Joachim Geyer	Sportbad, 50m
WK allg.	DI	19.00 – 20.00	Stephan Neumann	Sportbad, 50m
WK allg.	Mi	20:30 – 22:00	Joachim Geyer	WW, Vereinsbecken
WK allg.	Do	20:00 – 21:00	Werner Grüneberg	Sportbad, 25m

Masters-Schwimmen			alle Mitglieder, AK 20 >	
Allg.	Mi	19:00 – 20:30	Werner Grüneberg	WW, Vereinsbecken

TU-Sport

Uni-Schwimmen			für Studenten der TU	
Allg.	Di	20.00 - 22.00	Martin Wogan, Steffen Koch	WW, Vereinsbecken
Allg.	Do	20.00 - 22.00	Martin Wogan, Steffen Koch	WW, Vereinsbecken
Allg.	Fr	18:30 – 20:30	Steffen Koch	Sportbad, 50m

Wassersport ohne Leistungsdruck

Muslimische Mitglieder			ausschließlich muslimische Mitglieder	
weiblich	Sa	14:00 – 16:00	Tül Kaya	Raabe-Schule
männlich	Sa	16:00 – 18:00	Ali Kaya	Raabe-Schule

Nichtschwimmer Erwachsene			NE		
NE1	Mo	20:00 – 21:30	Rosa Nyczka-Duda/T. Kaya	BBS III	Arab. Frauen
NE2	Fr	19:00 – 20:00	Rosa Nyczka-Duda/T. Kaya	Raabe-Schule	Musl. Frauen
NE3	Fr	20:00 – 21:00	Rosa Nyczka-Duda/T. Kaya	Raabe-Schule	Musl. Frauen
NE4	Mi	20:00 – 21:00	Martin Wogan, Laura Denell	BBS III	Alle Nationen

Wassergymnastik			WGN	
WGN Frauen	Do	17:00 – 18:00	Keven Wutke	WW, Aktivbecken
WGN gemischt	Fr	20:00 – 21:00	Keven Wutke	WW, Aktivbecken

Interessierte melden sich bitte bei:
Michael Wasmus 0531 7999426 oder Mobil: 0171 4982287
oder per E-Mail unter: michael.wasmus@ssc-germania.de

Trainingsplan Halbsaison 07/2015 – 12/2015

Stand 11/2015

Wassersport anderer Sparten

Synchronschwimmen			**SYN**	
SYN1	Mo	18:00 – 19:00	Insa Albrecht/ Jana-Mareike Christen	Sportbad/Gymn.
SYN1	Mo	19:00 – 20:00	Insa Albrecht/ Jana-Mareike Christen	Sportbad/Wasser
SYN3	Do	18:00 – 19:00	Jana-Mareike Christen	Sportbad/Gymn.
SYN3	Do	19:00 – 20:00	Jana-Mareike Christen	Sportbad/Wasser
SYN4	Fr	19:00 – 20:30	Insa Albrecht/ Jana-Mareike Christen	Sportbad/Gymn.
SYN4	Fr	20:30 – 22:00	Insa Albrecht/ Jana-Mareike Christen	Sportbad/Wasser

Wasserball **Herren >19 Jahre**

Siehe Trainingsplan WSG

Sport ohne Wasser

Rhythmische Gymnastik			**RG**	
RG1	Mi	18:30 – 19:30	Katrin Empacher	Vereinsheim

Masters-Gymnastik			**Gym**	
Gym	Mi	19:45 – 20:30	Joachim Geyer	Vereinsheim

Krafttraining			**KT**	
KT Fit	Di	17:30 – 18:30		Kraftraum Heidbergbad

Mit Sicherheit 24 Stunden für Sie da!
Alarmtechnik
Buschmann + Hoffmann
Einbruchmeldeanlagen
Brandmeldeanlagen
Kameraüberwachung
Zugangskontrolle
Zeiterfassung
Funkalarm
38100 Braunschweig
Scharrnstraße 2
Tel. (0531) 244 99 40
Fax (0531) 244 99 418
E-mail: info@alarmtechnik-braunschweig.de
www.alarmtechnik-braunschweig.de
VdS anerkannter Errichter
zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

RehaSport/ Funktionstraining

Koronarsport

Ansprechpartner:		***Dipl. med. Burkhard Distel***	***Tel. 0531 / 87 21 64***
DI	10.00 – 11.00	Burkhard Distel	Gymnastikraum Vereinsheim
DI	11.00 – 12.00	Burkhard Distel	Gymnastikraum Vereinsheim
DO	09.00 – 10.00	Burkhard Distel	Gymnastikraum Vereinsheim
DO	10.00 – 11.00	Burkhard Distel	Gymnastikraum Vereinsheim
DO	11.00 – 12.00	Burkhard Distel	Gymnastikraum Vereinsheim

Funktionstraining / Trockengymnastik

Ansprechpartner:		***Dipl. med. Burkhard Distel***	***Tel. 0531 / 87 21 64***
Di	10.00 – 11.00	Stefanie Thalhammer	Gymnastikraum Vereinsheim hintere Hälfte
Do	10.00 – 11.00	Stefanie Thalhammer	Gymnastikraum Vereinsheim Hintere Hälfte

Warmwassergymnastik

Ansprechpartner:		***Barbara Heeder***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
		Rosa Nyczka-Duda	***Tel. 0531 / 89 61 47***
Fr	09.00 – 10.00	Monika Müller	WW, Aktivbecken
Fr	13.00 – 14.00	Rosa Nyczka-Duda	Bürgerbadepark
Fr	14.00 – 15.00	Rosa Nyczka-Duda	Bürgerbadepark

RehaSport für neurologische Erkrankungen

Ansprechpartner:		***Barbara Heeder***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
		Nicole Jakob	***Tel. 0170 / 730 79 87***
Di	16.00 – 17.00	Nicole Jakob	Gymnastikraum Vereinsheim vordere Hälfte

RehaSport für geistig Behinderte

Ansprechpartner:		***Barbara Heeder***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
		Martin Müller	
Di	18.00 - 19.00	Martin Müller	Gymnastikraum Vereinsheim hintere Hälfte

RehaSport “Onko fit” – Onkologie für Frauen und Männer

Ansprechpartner:		***Barbara Heeder***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
		Doris Laufer	***Tel. 0176 / 52 26 15 63***
Di	17.00 – 18.00	Doris Laufer	Gymnastikraum Vereinsheim hintere Hälfte

RehaSport für Orthopädie

Ansprechpartner:		***Barbara Heeder***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
		Doris Laufer	***Tel. 0176 / 52 26 15 63***
Di	18.00 – 19.00	Doris Laufer	Gymnastikraum Vereinsheim hintere Hälfte

Trainingsplan Halbsaison 07/2015 – 12/2015

Stand 11/2015

Sport für Mitglieder mit Handicap

SPORT-Schwimmen für Geistig-Behinderte (Kinder und Jugendliche)

Anmeldungen bei:		***Elisabeth Schöneberg***	***Tel. 0531 / 25 74 21 45***
Mo	17:00 – 18:00 Uhr	Elisabeth Schöneberg/ Martin Müller	WW, Vereinsbecken

Schwimmen für alle Mitglieder

Mo	18:00 – 19:00 Uhr	Martin Müller	WW, Aktivbecken

Schwimmen für geistig Behinderte (Rosa Nyczka-Duda)

Anmeldungen bei:		***Rosa Nyczka-Duda***	***Tel. 0531 / 89 61 47***
Di	20:00 – 21:00 Uhr	Rosa Nyczka-Duda	WW, Vereinsbecken, 1 Bahn

SPORT-Schwimmen für alle Mitglieder

Di	20:00 – 21:15 Uhr		WW, Vereinsbecken

Reha Sport für geistig Behinderte

Anmeldungen bei:		***Barbara Heeder*** ***Martin Müller***	***Tel. 05307 / 95 13 95***
Di	18.00 - 18.45 Uhr		Gymnastikraum/Vereinsheim, hintere Hälfte

Tischtennis für geistig Behinderte

Anmeldungen bei:		***Manfred Soffert***	***Tel. 0531 / 33 46 69***
Fr	18:30 – 19:30 Uhr		Turnhalle Leopoldstraße 32

Tischtennis für alle Mitglieder

Anmeldungen bei:		***Jochen Schwarzer***	***Tel. 05302 / 26 37***
Fr	19:30 – 21:30 Uhr		Turnhalle Leopoldstraße 32

Wander-Abteilung

Wanderungen

Anmeldungen bei:	***Renate und Otto-Heinz Dönch***	***Tel. 0531 / 32 22 78***

Wanderungen 1 x mtl. für alle Mitglieder

Alle Germanen treffen sich zum Stammtisch

in den

Edelweiss-Stub'n

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

ab 19:30 Uhr

Golf LOUNGE „BlueMotion“ 1.2 l TSI, 63 kW (85 PS)
Ausstattung: Uranograu, Leichtmetallräder „Novara“, ParkPilot, Radio „Composition Colour“, Klimaautomatik, Multifunktionsanzeige „Plus“ u. v. m.

17.950,-€[1]

Golf Sportsvan LOUNGE BM 1.2 l TSI, 63 kW (85 PS)
Ausstattung: Uranograu, Leichtmetallräder „Novara“, ParkPilot, Radio „Composition Colour“, Klimaautomatik, Multifunktionsanzeige „Plus“ u. v. m.

19.950,-€[1]

Golf Variant LOUNGE BM 1.2 l TSI, 63 kW (85 PS)
Ausstattung: Uranograu, Leichtmetallräder „Novara“, ParkPilot, Radio „Composition Colour“, Klimaautomatik, Multifunktionsanzeige „Plus“ u. v. m.

19.950,-€[1]

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: kombiniert 5,0 - 4,9; CO2-Emissionen in g/km: kombiniert 115 - 113. [1]Preis gilt nur in Verbindung mit der Inzahlungsnahme eines mindestens 4 Monate auf Sie zugelassenen Gebrauchtwagen mit PKW Zulassung (außer Porsche, Audi, Škoda oder Seat). Hauspreis inklusive Erlebnisabholung in der Autostadt Wolfsburg. Finanzierung oder Leasing ebenfalls möglich. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.
Angebot gilt nur bis zum 30.11.2015.

Autohaus Braunschweig GmbH

Bevenroder Straße 10 ▪ 38108 Braunschweig
Telefon: 0531 23724-0 ▪ www.abra-querum.de
Facebook.com/abra.querum

ABRA QUERUM

Trainingsplan SSG Braunschweig

Basisgruppe			Trainerin:	Charlotte Drosdek
Tag	Ort	Athletik	Wasser	Hinweis
Montag	Sportbad		15:00 - 16:00	
Donnerstag	"		15:00 - 16:00	

Aufbaugruppe			Trainer:	Sören Novin
Tag	Ort	Athletik	Wasser	Hinweis
Montag	Sportbad	17:00 - 18:00	18:00 - 19:30	Kraftraum
Dienstag	"		16:30 - 18:00	
Mittwoch	"	17:30 - 18:30	18:30 - 20:30	
Donnerstag	"		16:00 - 17:30	
Freitag	"	16:30 - 17:30	15:00 - 16:30	

SSG 1			Trainerin:	Christina Werner
Tag	Ort	Athletik	Wasser	Hinweis
Montag	Sportbad	18:00 - 19:00	16:00 - 18:00	
Dienstag	"		06:00 - 07:00	nach Absprache
"	"	16:30 - 17:30	17:30 - 19:30	Kraftraum
Mittwoch	"		06:00 - 08:00	
"	"		17:00 - 18:30	nach Absprache
Donnerstag	"		06:00 - 07:00	nach Absprache
"	"	16:00 - 17:00	17:00 - 19:00	
Freitag	"	17:00 - 18:00	18:00 - 20:00	Kraftraum
Sonnabend	"			nach Absprache

SSG 2			Trainer:	Helmut Ahrens
Tag	Ort	Athletik	Wasser	Hinweis
Montag	Sportbad	18:00 - 19:30	19:30 - 20:30	
Dienstag	"	17:00 - 18:00	18:00 - 19:30	
Mittwoch	"	17:00 - 18:30	18:30 - 20:30	Kraftraum 17:00-18:00
Donnerstag	"	16:30 - 17:30	17:30 - 19:00	
Freitag	"	18:00 - 19:00	19:00 - 20:30	Kraftraum

Talentnest			Trainerin:	Heike Belhustede
Tag	Ort	Athletik	Wasser	Hinweis
Freitag	Sportbad	16:30 - 17:00	17:00 - 18:00	

- Alle Zeiten sind reine Trainingszeiten ohne Umkleiden, Treffen, Aufwärmen usw.

gültig ab: 01.03.2015

Trainingsplan WSG Braunschweig

A) Kinder und Jugendliche:

Di	15:00-16:00 Uhr	WSG / Stützpunkt / Schul AG / LSN Stütpunkt, 3 Bahnen
Di	19:30-20:30 Uhr	WSG / Stützpunkt / LSN Stützpunkt 4 Bahnen
Do	19:00-20:00 Uhr	WSG / Stützpunkt / LSN Stützpunkt 4 Bahnen

Trainer: Marian Hans (Wasserball A-Lizenz)

B) Herren:

Di 20:30-22:00 Uhr

Do 20:00-22:00 Uhr

Trainer: Axel Grimm / Michael Wasmus

Alle Trainingseinheiten finden im Sportbad Heidberg statt!
Stand 01/2015

Nachwuchswasserball gewinnt an Konturen

Der Braunschweiger Nachwuchswasserball ist wieder da. Die erste reguläre Saison wurde in der spielstarken Bezirksliga Hannover absolviert. Das U13-Team musste leider als Schlusslicht die Saison beenden, konnte aber zum Saisonende mit einigen guten Spielvierteln und dem ersten Sieg aufwarten. Das U11-Team zeigte noch bessere Leistungen und gewann beide Spiele gegen Hildesheim und schaffte zwei knappe Ergebnisse gegen den Tabellenzweiten Waspo Hannover. Dominiert wird der niedersächsische Jugendwasserball von den White Sharks Hannover, die in allen Altersklassen um die deutsche Meisterschaft mitspielen, oder diese gar gewinnen.

In der Altersklasse U9 haben alle anderen Vereine gekniffen – der einzig spielfähige Verein war die WSG, die auf Bezirks- und Landesebene gemeldet hatte.

Das U13-Team hatte einen beschwerlichen Start, musste recht früh in der Saison beginnen und verlor daraufhin in der Hinrunde alle Spiele sehr deutlich, teilweise mit über 30 Toren Unterschied. Mit dieser Hypothek eines schlechten Torverhältnisses ausgestattet, gelang es nicht mehr, die rote Laterne abzugeben, auch wenn im Derby gegen Wolfenbüttel mit 8:7 im Rückspiel nach 9:19 in der Hinrunde gewonnen werden konnte. Jedoch keimte zumindest noch mal Hoffnung auf, nachdem im Vergleich mit Waspo Hannover eineinhalb Viertel lang ein 0:0 gehalten wurde und es sogar 1:0 für die WSG hieß, mit 1:15 dann es aber letztlich doch deutlich wurde. Dabei wurde mit Max Köster einer der ältesten und erfahrenen Spieler der Altersklasse der Jahrgänge 2002 und jünger verletzungsbedingt schmerzlich vermisst. Eine positive Entwicklung aus diesem Team heraus nahm jedoch Lukas Stamm (ebenfalls Jg. 2002), der mit einem Startrecht für Hellas-99 Hildesheim Dritter der Norddt. Meisterschaft werden konnte und es dadurch bis zur Teilnahme an der Vorrunde zur Deutschen Meisterschaft brachte.

1	White Sharks Hannover	14	14	0	0	352 : 61	291	28 : 0
2	White Sharks Hannover II	14	12	0	2	197 : 81	116	24 : 4
3	Hellas Hildesheim	14	9	0	5	196 :127	69	18 :10
4	SpVg Laatzen	14	8	0	6	170 :119	51	16 :12
5	SpVg Laatzen II	14	6	0	8	125 :161	-36	12 :16
6	Waspo98 Hann.	14	5	0	9	95 :150	-55	10 :18
7	Wolfenbütteler SV	14	1	0	13	78 :261	-183	2 :26
8	WSG Braunschw.	14	1	0	13	43 :296	-253	2 :26

Auch bei der U11 gab es in der Hinrunde deutliche Niederlagen, allerdings mit dem Sieg über Hildesheim auch den ersten doppelten Punktgewinn für

die neu gegründete Braunschweiger Wasserballjugend. Die Quasi-Jüngsten des Spielbetriebs (U 9 kam nicht zustande) spielen im Gegensatz zu den Älteren noch mit verkürzter Spielzeit (4*5 Minuten) und konnten im letzten Spiel gegen den Vizemeister ein knappes 8:12 herausholen.

Erfreulich in dieser Altersklasse, dass mit Lukas Bartholomaeus, Connor Neitzel und Julian Fahlbusch sogar drei U-9 Spieler schon mitspielen konnten und die überwiegende Anzahl des Teams aus Spielern und Spielerinnen des Jahrgangs 2005 bestand, die alle in der nächsten Saison noch weiter in der Altersklasse U 11 spielen können.

1	White Sharks Hannover	8	8	0	0	166 : 29	137	16 : 0
2	Waspo98 Hann.	8	5	1	2	75 : 77	-2	11 : 5
3	SpVg Laatzen	8	4	1	3	87 : 67	20	9 : 7
4	WSG Braunschw.	8	2	0	6	61 : 104	-43	4 : 12
5	Hellas Hildesheim	8	0	0	8	25 : 137	-112	0 : 16

Über den Bezirkswettbewerb hinaus nahm die U11 auch erstmalig an einer Niedersachsenmeisterschaft teil, die in zwei Turnieren in Georgsmarienhütte und Laatzen stattfand. Während bei der Hinrunde noch viel Lehrgeld gezahlt wurde und das Team bis in das letzte der fünf mal vier Viertel warten musste, um zum ersten Treffer auf Landesebene zu gelangen, gestalteten sich die Ergebnisse im zweiten Turnier umso erfreulicher. Im Aufeinandertreffen mit dem Ausnahmeteam der White Sharks gelang es immerhin, drei Minuten ein 0:0 zu halten. Gegen die SpVg Laatzen, gegen die es im ersten Turnier noch 0:13 hiess, gelang sogar eine ganz besondere Ergebnisverbesserung zu einem knappen 4:7.

White Sharks Hannover - WSG Braunschweig	20:01	(5:0 7:0 4:0 4:1)
WSG Braunschweig - SV Georgsmarienhütte	0:14	(0:3 0:4 0:5 0:2)
WSG Braunschweig - SC Neptun Cuxhaven	03:16	(0:6 1:1 1:5 1:4)
SpVg Laatzen - WSG Braunschweig	07:04	(3:0 2:1 1:0 1:3)
Waspo98 Hannover - WSG Braunschweig	12:04	(2:0 5:2 4:0 1:2)

Endstand Beste U 11 Mannschaft 2015

	Verein	Tore	Differenz	Punkte
1.	White Sharks Hannover	181:26	+155	20:0
2.	SV Georgsmarienhütte	115:39	+76	16:4
3.	SC Neptun Cuxhaven	108:75	+33	12:8
4.	SpVg Laatzen	63:94	-31	8:12
5.	Waspo98 Hannover	47:128	-81	4:16
6.	WSG Braunschweig	13:165	-152	0:20

Wenn eine ruft, sind alle da …

Wolfsburg. Insa fuhr von der Arbeit zu ihren Eltern um (wie sie glaubte) ihren Sohn abzuholen. Sie parkte ihr Auto und ging zum Haus ihrer Eltern, als ihre Mutter ihr auf den letzten Metern entgegen kam: „Hallo, ich war grad beim Auto. Komm doch gleich durch den Garten rein.“ Also ging sie die letzten Meter Richtung Gartenpforte. Sie öffnete die Tür, den Blick in den Garten gerichtet und blieb wie angewurzelt stehen, denn: „ÜBERRASCHUNG“

Was war passiert?

Insa ist seit 30 Jahren Synchronschwimmtrainerin (anfangs in Wolfsburg, später als Trainingsgemeinschaft mit dem SSC, bis die Synchroabteilung in Wolfsburg ganz aufgelöst wurde und sie nach Braunschweig wechselte).

Zu diesem Jubiläum hatte Jana sich vor einigen Jahren überlegt, für sie eine Überraschungsfeier zu veranstalten und aktive und ehemalige Synchros einzuladen. Bei den Ehemaligen gestaltete sich die Suche etwas schwierig, da viele inzwischen verheiratet sind und /oder nicht mehr in der Region wohnen. So zog sich ihre Suche über ein Jahr hin. Für die Feier hatten sich Insas Eltern bereiterklärt, ihren Garten zur Verfügung zu stellen.

Am Freitag beim Training verabschiedeten wir uns also bei Insa mit dem normalen „Bis Montag“ (zum nächsten Training). Nichtsahnend fuhr sie nach Hause.

Einen Tag später (Samstag, den 10. Oktober) trafen sich alle Aktive und viele Ehemalige um 15 Uhr im besagten Garten, brachten Essen und Getränke für ein buntes Büffet mit und freuten sich, sich gegenseitig wiederzusehen.

Das Wetter war zum Glück auf unserer Seite: Temperaturen zwar etwas frisch, aber mit blauem Himmel, Sonnenschein und warmer Kleidung war es ganz schön.

Während die ersten alten Erinnerungen ausgetauscht wurden, um die Wartezeit auf Insa zu überbrücken, tauchten immer mehr Synchros auf. Als dann die Nachricht eintraf, dass Insa von der Arbeit losgefahren war und jeden Moment eintreffen konnte, wurde es ruhig im Garten. Wir hörten Insas Mutter, wie sie ihr sagte, sie könne gleich durch den Garten gehen, die Tür ging auf und alle riefen: „ÜBERRASCHUNG“. Man sah Insa an, wie es in ihrem Kopf gearbeitet hat, vom ersten irritierten Gedanken „Was ist denn hier los?“ bis zu den sichtbaren Freudentränen. Nachdem der erste Moment überwunden war, ging sie durch die Menge, umarmte hier und da ihre „Mädchen“, die sie so lange nicht mehr gesehen hatte.

Nach einem ersten Moment wurden die Gespräche wieder aufgenommen. So hörten wir Erfahrungen wie „Norddeutsche Meisterschaften 1989 in Berlin zwei Tage nach der Grenzöffnung“ von Insas Schwester (auch eine ehemalige Synchro) und schauten Fotos an von damals (wie sehr sich alles verän-

dert hat, z.B. die Hebefiguren am Beckenrand, die heutzutage nicht mehr erlaubt sind). Auch Zeitungsausschnitte hatten einige dabei (wie oft man damals in der Zeitung stand). Die Trainingssituation hat sich ebenfalls stark verändert: damals fünf Mal Training die Woche, ein ganzes Schwimmbecken für sich und heutzutage drei Mal Training teilweise nur eine Schwimmbahn. Das macht sich eben auch in der Leistung bemerkbar, mit Deutschen Meistertiteln oder „nur“ dem Gewinn des niedersächsischen Kürpokals können wir heute nicht mehr mithalten.

Insa hätte sich am liebsten in viele Stücke zerteilt um überall dabei zu sein, denn zwischendurch trafen immer wieder weitere ehemalige Synchros ein.

Nach einiger Zeit gab es für Insa eine weitere Überraschung: die jüngeren/aktiven Synchros hatten eine kleine Aufführung einstudiert, die sie dort präsentierten, ein „Training auf dem Trockenen“. Hier war der Applaus natürlich groß, Anfeuern hat hier niemand verlernt.

Bald darauf folgte die nächste Überraschung, als Jana Insa noch ein Geschenk überreichte: ein Künstler hat Insas 30-Jahre-Trainersein in einem 3D-Bild dargestellt (u.a. Synchronschwimmer während einer Hebefigur, Insa am Beckenrand, die Anweisungen gibt, unter Wasser z.B. ein Schwertfisch (in Anlehnung an eine Pflichtfigur, die diesen Namen trägt, …)

Gegen Abend sahen wir noch einige Videos von Anfang der 90er Jahre, denn auch die Küren haben sich stark verändert: schnellere Bewegungen, höhere und spektakulärere Hebefiguren, in kurzer Zeit möglichst viel zeigen. Damals hatte man „die Ruhe weg“.

Als letzte Darbietung hatte ich für Insa ein Gedicht über ihre Synchro-Zeit vorbereitet.

Auch am Abend, als die Feier am Ausklingen war, kam noch eine Ehemalige um wenigstens kurz „Hallo“ zu sagen (das „kurz“ wurde dann doch etwas länger).

Es war ein superschöner Tag/ Abend, den sicher niemand so schnell vergessen wird. Die Adressen wurden ausgetauscht. Auch Bilderreigen mit Ehemaligen stehen im Raum und es gab eine Anfrage die Synchro-Abteilung um die Masters zu erweitern. Zudem hat Insa zu ihrem runden Geburtstag in zwei Jahren die nächste große Feier angekündigt. Bis zum Wiedersehen dauert es also nicht ganz so lang.

Insgesamt sind ca. 37 Synchros Janas Ruf gefolgt und das können sicher nur die wenigsten Sportarten von sich behaupten. Solch einen Zusammenhalt gibt es eben nur in der „Synchro-Familie“. Denn hier zählt:

Einmal Synchro, immer Synchro

Ein riesiges Dankeschön geht an Insas Eltern für die bereitgestellte „Location“, an Janas Einsatz, so viele ehemalige Synchros aufzuspüren und natürlich auch an Insa (hierzu ein Zitat aus dem Gedicht):

Wir möchten dir heut‘ danke sagen,
denn in guten wie in schlechten Tagen
zeigst du immer einhundert Prozent
und hast gefördert jedes Talent.
Wir möchten dir danken und freuen uns sehr
auf die nächsten dreißig Jahre und mehr.

Sarah W.

Zum Abschluss möchte Insa noch etwas sagen:

Hallo Freunde,

mir ist neulich etwas Fantastisches passiert. Etwas was man nur aus Büchern oder Filmen kennt…

Ich fahre an einem Samstag im Oktober schön von der Arbeit nach Hause, da kommt mir auf der Straße ein Fahrzeug entgegen. Nicht das sprechende Wunderauto „K.I.T.T." von David Hasselhoff, sondern ein Sportwagen der Marke DeLorean, mit dem der Filmheld Marty „ Zurück in die Zukunft" reist. Das war 1985 ein riesiger Filmhit und wird heute auch noch gerne im Fernsehen gezeigt. Das muss wohl ein Zeichen gewesen sein.

Denn an diesem Samstag, den 10.10.2015 katapultierten mich 1,2 Gigahertz und der Flux-Kompensator zurück in die Vergangenheit ins Jahr 1985 und wieder zurück ins Hier und Jetzt.

Ich wollte eigentlich nur kurz meinen Sohn von meinen Eltern in Wolfsburg abholen. "Geh ruhig durch den Garten, Lukas ist noch nicht da", rief meine Mutter, die scheinbar irgendetwas vor dem Haus verloren hatte. Nichtsahnend öffnete ich die Tür…

Mädels was soll ich sagen. Ihr ward ja alle da: Synchros aus drei Dekaden, denen ich versucht habe, den Unterschied zwischen Flamingo- Beugeknie und Aurora offen 360° zu erklären. Denen ich mit spitzen Haarnadeln Krönchen am Kopf festgetackert habe und deren Füße ich bei „ Wetten dass...?" alle auseinanderhalten hätte können. Mädchen, die nach den Sommerferien alle im Hallenbad auf die Waage mussten und die ich mit nicht enden wollenden Dehnübungen im Spagat sitzen sehen wollte.

(Wer es schafft kriegt heute noch eine Tafel Schokolade)

In diesem Moment, wo einem dann das Schwimmbecken fast aus den Augen rinnt, merkt man, wie schnell die Zeit an einem vorbeigerauscht ist und was für tolle Dinge wir alle zusammen geschafft haben. Mit viel Engagement und Spaß an Bewegung im Team.

Es macht mich sehr glücklich zu sehen, was für tolle Menschen Ihr geworden seid, und das ich ein klitzekleines Stückchen dazu beitragen durfte.

Ganz besonders möchte ich Jana danken, die in mühsamer Kleinarbeit Adressen zusammengesucht und dieses Jubiläum organisiert hat. Allen Jenen die von Ferne angereist sind, etwas vorgetragen oder mitgebracht haben. Alle haben dazu beigetragen, dass wir einen wunderschönen Nachmittag zusammen gehabt haben, der uns Allen hoffentlich immer in Erinnerung bleiben wird.

Ansonsten treffen wir uns am Montag zum Training…

Und wisst Ihr was? Es macht Spaß immer noch Spaß

23. Weihnachtsgala

In diesem Jahr vom 04. bis 06. Dezember im Sportbad Heidberg

Die Ausschreibung für Aktive gibt's im Internet:
www.ssg-bs.de

Zur Durchführung werden noch einige Helfer aus den Stammvereinen der SSG Braunschweig gesucht (wird auch als Vereinsdienst anerkannt). Wir suchen Helfer für die Cafeteria, als Kampfrichter am Beckenrand sowie im Umfeld, z.B. zum Einsammeln der Startkarten, insbesondere am Samstag und Sonntag für jeweils den Vor- oder Nachmittag.

Wer Zeit und Lust hat, bei der Durchführung mitzuhelfen, kann sich bei Manfred Blum, Thorsten Fink oder Andreas Laborius melden oder am einfachsten per E-Mail unter gala@ssg-bs.de.

für die SSG:
Thorsten Fink

Ein letztes Mal in diesem Jahr

Da so langsam der Herbst Einzug hält und damit die Freiwassersaison endet, gingen einige wenige Unerschrockene am 20.09.2015 noch einmal in den See. Dafür wurde der Salzgittersee ausgesucht.

Eigentlich wollen Stephan, Susanne und Malte die Insel umrunden, aber die dort ansässigen Schwäne waren dagegen und so sind die Schwimmer bei doch kühlen Temperaturen quer durch den See geschwommen. Annekathrin, Ole und Katja haben dann bei Sonnenschein die Schwimmer am Ufer begleitet und so den Kontakt gehalten.

Nach dem Schwimmen wurde sich in dem dortigen Restaurant aufgewärmt und der Rückweg zum Auto im Regen zurückgelegt. So sind wenigstens alle ein wenig nass geworden und es war ein schöner Abschluss der Freiwassersaison.

Nächster Termin:
Heidbergsee 01.01.2016 um 12 Uhr für die besonders Abgehärteten.
Über eine rege Beteiligung im und am Wasser mit alkoholfreiem Glühwein und/oder sonstigen heißen Getränken für hinterher freuen wir uns sehr.

Katja Bachmann

DACH bau SCHMIDT

Dipl.-Ing.
H. Wilhelm Schmidt
Dachdeckermeister

Madamenweg 55 • 38118 Braunschweig
Tel 0531 28 01 99 83
Fax 0531 28 01 99 85
www.dachdecker-schmidt.de

L2 beim Kreisvergleichswettkampf

Erfolgreicher Auftritt der L2 beim Kreisvergleichswettkampf der Kreise Helmstedt, Wolfenbüttel und Braunschweig

Obwohl der Wettkampf gleich nach den trainingsfreien Sommerferien stattfand, hat er sich für uns alle gelohnt. Auch wenn wir nicht immer die vorderen Plätze erreicht haben, so kann doch jeder von uns mit den geschwommen Zeiten sehr zufrieden sein. Viele haben neue Bestzeiten erreicht.

Dabei waren Janne und Nele Arfken, Renee Dai, Juri Ernst, Katharina Hempen, Stephan Li (der zur L1 gewechselt ist), Julius Pätzold, Dylan Thiem sowie Ella und Ira Thumann.

Wie schon so oft lieferten sich Julius, Dylan, Stephan und Juri wieder einige spannende Rennen.

Katharina und Nele haben in allen Disziplinen, in denen sie angetreten sind, ihre persönliche Bestzeit zum Teil sehr deutlich verbessert. Nele hat in 50 m Schmetterling sogar die Bezirkszeit erreicht.

Werner Grüneberg hatte wie immer für alle Schwimmer der L2 ein offenes Ohr und hat sämtliche Zeiten sofort aufgeschrieben. Auch Ängste vor den Wenden bekämpfte er durch ruhige Erklärungen in letzter Minute.

Start 50 m Freistil, von vorne: Juri, Stephan, Julius, Dylan

Leider war Werner so mit uns beschäftigt, dass er sich auf seinen eigenen Start für 100 m Freistil nicht so konzentrieren konnte. Er dachte, er müsse nur 50 m schwimmen. Werner schwamm so schnell, dass er, nachdem er den Fehler erkannte, die restlichen 50 m nicht mehr schaffte.

Entschuldigung Werner und vielen Dank !!!

Ella und Ira Thumann

40. Einbecker Masterschwimmfest 31.10.2015

Am Samstag, dem 31.10.2015 haben sich Monika Ebeling, Ilona Horsters, Werner Grüneberg, Peter Heinze, Peter Liedtke, Marc Gürtler und Rötger Schütze zusammen mit Oliver Tesch als Wenderichterobmann auf den Weg nach Einbeck gemacht. Wir waren 7 der 111 Teilnehmer.

Beim Einschwimmen haben wir festgestellt, dass die Beckenwände sehr glatt waren, also war präzise Wendetechnik im Wettkampf gefordert. Eine weitere Überraschung war die uns sehr bekannte Stimme von Steffen Juskowiak als Starter.

Der Wettkampf ist für uns alle gut gelaufen. Werner war der älteste Teilnehmer und hat die AK 80 gewonnen. Monika und Marc haben in der AK Wertung die Silbermedaille und Heinz und Rötger die Bronzemedaille gewonnen. Ilona hat über 50 m Rücken Rang 3 erzielt und Peter Liedtke hat eine sehr gute Zeit über 50 m Kraul abgeliefert.

Bei den Staffeln haben wir in der Wertung 240-279 Jahre beide Male den 2. Platz erreicht. In der Bruststaffel mit der Besetzung Rötger, Peter Heinze, Werner und Peter Liedtke und in der Lagenstaffel mit Marc, Peter Heinze, Rötger und Werner.

Zusammen mit dem Pokal, den Marc als 5. der offenen Wertung erhalten hat und dem dazugehörigen, stark ersehnten 5l Fass Einbecker war unsere Germanenbeute sehr ordentlich.

Ein schöner Wettkampftag ging zu Ende und wir wussten: das können wir beim 41. Masterschwimmfest wiederholen.

Rötger Schütze

Trainingslager Toulon 2015

Donnerstag, 15.10.15

Der große Tag war gekommen, endlich sollte es in das lang ersehnte Trainingslager 2015 gehen und zwar diesmal nicht nach Goslar, sondern an das wunderbare Mittelmeer in die Stadt Toulon/Hyeres.

Um 7:30 Uhr sollten wir uns alle am Heidberbad einfinden, allerdings gab es hier schon das erste von mehreren noch folgenden Problemen/ Zwischenfällen, denn Michael hatte vergessen, Lisbeth abzuholen. Also musste das zweite Auto (das weiße) zu ihr fahren, allerding hatte Micha Jana die falsche Straße genannt, wodurch wir durcheinander kamen. In der Zwischenzeit machte sich der andere Bus (der schwarze) schon auf den Weg und fuhr vor. Nachdem Lisbeth und ihre Klamotten und Taschen im weißen Bus verstaut waren, ging es zur der Schule von Marike und Julia, da die zweite der beiden noch eine wichtige Klausur hatte schreiben müssen. Nun waren wirklich alle, die mit sollten/wollten verladen und auch der zweite Bus konnte durchstarten.

Und schon nach einigen Stunden Fahrt folgte das nächste Problem. Eigentlich war vereinbart gewesen, dass sich die Autos an einer Raststätte oder Tankstelle neben der Autobahn treffen sollten. Allerdings war Jana so ins Fahren vertieft, die Absprachen nicht ganz so präzise, und wir Aktiven so mit Singen beschäftigt, dass wir am Treffpunkt vorbeifuhren. Doch trotzdem fanden wir wieder zueinander und konnten gemeinsam weiterfahren, nun auch mit Funkgeräten ausgestattet.

Nach weiteren Stunden der Autofahrt, überfuhren wir ca. um 17:30 Uhr die Grenze zu Frankreich. Das erste Ziel, Besançon, war dann auch kurze Zeit später erreicht. Dort wurde in dem Hotel unser Check-in von Fiona sehr gut gedolmetscht. ☺

Somit war der erste anstrengende Tag auch schon geschafft und alle fielen erschöpft in die Betten, denn am nächsten Tag ging es schon früh wieder los.

Freitag, 16.10.15

Die Nacht in Besançon war für die einen eine erholsame Pause, für andere zu kurz, denn um 6:00 Uhr war sie auch schon zu Ende. Um 6:30 Uhr gab es schon Frühstück, denn wir wollten so früh wie möglich weiter, damit wir in Toulon noch einkaufen gehen konnten.

Ein schnelles Frühstück und die Sachen wurden wieder in die Autos verladen und wir machten uns auf für den zweiten Abschnitt unserer ca. sieben Stunden dauernden Reise.

Nach dieser doch recht langen Fahrt, gab uns Michael über das Funkgerät Bescheid, dass wir nicht vor 17:00 Uhr unser Haus in Toulon beziehen könnten. Allerding schlug er als Alternative vor, einen Abstecher zum Strand zu machen. Dieser Vorschlag wurde von allen lautstark akzeptiert. ☺

Als wir dort ankamen, wartete schon heller kieseliger Sandstrand, blau-türkises Wasser und strahlender Sonnenschein auf uns! Zwar war es ein „bisschen“ windig, doch das hielt uns todesmutige Schwimmer nicht davon ab, ins Wasser zu gehen (einige nur mit den Füßen, andere wie Julia, Rahel, Fiona, Katharina, Corinna und Caro gleich mit vollem Körpereinsatz :D)

Ein wirklich tolles Erlebnis und eine gute Gelegenheit, um den Kopf von der langen Autofahrt frei zu bekommen.

Halbwegs trocken ging es dann, im nun sandigen Auto, auf die Suche nach unserem Haus. Und nach ein paar Findungsschwierigkeiten hatten wir es auch endlich gefunden. Allerdings nur der eine Bus, der andere stand mit Micha, Katja und Co auf der anderen Seite der Hügelkuppe und kam nicht von der Stelle. Aber letztendlich haben dann doch alle, etwas genervt, aber wohlauf ihr Ziel erreicht.

Wir konnten endlich in das Haus rein und waren hellauf begeistert. Zwei Küchen, fünf Badezimmer + ein separates WC, zwei Wohnzimmer und genug Schlafzimmern für alle. Das Beste war allerdings draußen, denn dort befand sich der 10°C kalte Pool und eine super Aussicht auf Toulon und das Meer. Nach einem Großeinkauf im Supermarkt gab es endlich Abendbrot und jeder ließ den Tag auf seine Weise ausklingen.

Samstag, 17.10.15

Die teilweise erholsame Nacht war um 8:00 Uhr zu Ende und der Baguette-Trupp machte sich auf den Weg, um Frühstück zu holen.

Nach dem stärkenden Mahl, hatten wir noch genug Zeit, um unsere Schwimmsachen zu packen, denn um elf Uhr wollten wir los noch Hyères, damit wir um zwölf mit dem

Schwimmtraining beginnen konnten. Allerdings brauchten wir dann doch etwas länger, um das Schwimmbad zu finden, wodurch wir eine halbe Stunde von der kostbaren Trainingszeit verloren hatten.

Damit wir für den Tag auch ein Abendessen zubereiten konnten, fuhren wir nach dem Training zum Einkaufen. Zurück im Haus wurde dann auch gleich fleißig in der Küche geschnippelt und gebrutzelt. Es gab Gemüsepfanne mit Geflügelfleisch und es war sogar so lecker, dass auch unsere kleinste Schwimmerin etwas von dem Gemüse gegessen hatte, obwohl Katharina sowas sonst nicht isst. ;)

Natürlich darf ein Tag so nicht enden und da Micha gute Laune hatte, baute er uns daher den Beamer auf und wir schauten einen Disney Film.

Sonntag, 18.10.15

Früh auf den Beinen, nach dem Motto „der frühe Vogel fängt den Wurm“, wurden schon wieder Croissants und Baguettes geholt, der Tisch gedeckt und Rührei gemacht. Diesmal ging das Ganze auch schneller, denn seit Samstagabend gab es einen Dienstplan für die Küche, so dass jeder Mal ranmusste.

Für diesen Tag waren „nur“ zwei Einheiten des Trockentrainings von Jana und Lisbeth angedacht, allerdings waren wir nach dem ersten schon platt und mussten duschen gehen. Auch unsere Wadenmuskeln machten sich nach diesem Tag sehr bemerkbar, denn der zweite Teil gab uns dann den Rest. Aber das sollte es für heute noch nicht gewesen sein, denn da Fiona und Rahel die ganze Zeit am Singen waren, kam schnell der Vorschlag, eine Version von DSDS nachzuspielen, allerdings mit Namen „ TSDS“ (Toulon sucht den Superstar). Alle machten mehr oder weniger freiwillig mit und kamen als Belohnung in dnr Recall. Michael alias Dieter Bohlen war sehr zufrieden mit seiner Arbeit.

Und so fielen wir alle an diesem Abend erschöpft und mit Muskelkater geplagt in die Betten.

Montag, 19.10.15

Als das 12 Uhr Schwimmen vorbei und der Einkauf für diesen Tag erledigt war, ging es zurück zum Haus für ein weiteres, nicht ganz so anstrengendes Trockentraining, denn Jana und Lisbeth hatten ein wenig Nachsicht mit uns unsportli-

chem Haufen. Ganz Mutige sprangen danach sogar noch in den kalten Pool, um sich ein bisschen abzukühlen.

Eigentlich hatten wir uns auf das Abendessen gefreut gehabt- denn Nudeln mit Tomaten-/Bolognese Sauce isst eigentlich jeder gern- aber das Küchenteam hatte nicht ganz auf die Verpackung der Nudeln geachtet, so dass statt Nudeln al dente eine breiige, klebrige Masse herauskam. Ein wahres Geschmackserlebnis!

Dienstag, 20.10.15

Wieder einmal ging es um halb elf los nach Hyères, allerdings waren wir diesmal so früh dran, dass wir noch ein bisschen in den benachbarten Park gehen und dort einige sehr schöne Foto schießen konnten. Gruppen- und Einzelfotos unter Palmen und diesmal gab sogar Katja ihren Posten hinter der Kamera auf, um ein Urlaubsfoto von sich unter Palmen machen zu lassen. ☺

Da das Wetter so gut war, fuhren Jana, Micha und Co. mit uns zum Strand. Hier sah man auch schon die ersten Spuren der Sonne auf unserer Haut, denn die Badehosen und Anzüge zeichneten sich schon weiß ab, super, um die Daheimgeblieben mit unserer neugewonnenen Bräune ein wenig neidisch machen zu können.

Es ging recht früh wieder zurück zum Haus, also schlug Jana vor, sich ein bisschen in der Gegend umzuschauen. Über die Hälfte der Truppe machte sich auf den Weg, um Fotos zu machen, spazieren zu gehen und einfach ein bisschen was von der Kultur und der Bauweise zu sehen. Es gab wirklich sehr schöne alte Häuser und wunderbare Grundstücke dazu, gelohnt hatte sich dieser kleine Ausflug auf jeden Fall!

Mittwoch,21.10.15

Vlady hatte die Ehre, im Trainingslager Geburtstag haben zu dürfen. Aus diesem Grund backten Katja und Caro auch zwei Kuchen, beide waren innerhalb von fünfzehn Minuten leer. Kein Wunder bei so einer großen Meute. :D

Für diesen Tag hatten wir trainingsfrei, denn ein Ausflug zum Hafen von Toulon und auf den großen Obst- und Gemüsemarkt waren geplant gewesen. Der Markt war wirklich schön, überall gab es frische Sachen und es roch nach den verschiedensten Obst-

und Gemüsesorten. Nach dem Rundgang ging es zur Freude für die Mädchen durch die Stadt, wo auch ein bisschen geshoppt werden konnte/ durfte.

Alles in allem war es ein sehr schöner Tag und hoffentlich auch ein schöner Geburtstag für Valdy.

Donnerstag, 22.10.15

Der trainingsfreie Tag gehörte der Vergangenheit an und der „ Ernst des Lebens“ Begann aufs Neue. Wie gehabt war die Nacht um acht Uhr morgens zu Ende und das Schwimmbad wartete wieder auf uns. Aber Michael hatte gute Laune und das Wetter war ebenfalls gut, so dass wir wieder zum Strand runter fuhren. Ein bisschen in der Sonne faulenzen und ab und zu mal im Wasser abkühlen, ein Traum! Leider war an diesem Tag nicht alles so toll, denn Corinna und auch Rahel wurden von einer Feuerqualle getroffen. Zum Glück war der Schmerz nach einiger Zeit des Kühlens vorbei.

Abends wurde gegrillt und alle waren satt, erschöpft, glücklich und noch ein bisschen braungebrannter als vorher. ☺

Freitag, 23.10.15

Heute sollte es endlich in das heiß ersehnte Sportgeschäft „Decathlon“ gehen. Vor dem Schwimmtraining fuhren wir für kurze Zeit hin und wurden schon fündig. Allerdings hatten wir Zeitdruck, denn wir mussten pünktlich beim Training sein und auch wieder zeitig abfahren, Michaels Tante hatte uns zum Mittagessen bei sich eingeladen und dorthin wollten wir nicht zu spät kommen.

Das Essen war sehr lecker und einen Nachtisch gab es auch. Wir durften sogar ein bisschen durch das Haus stöbern und im Pool baden gehen, welcher genau so kalt war, wie unser eigener. Michael hat wirklich eine sehr liebe, gast- und kinderfreundliche Tante.

So schön es auch dort gewesen war: da die Mädchen alle nicht ganz auf ihre Kosten beim Shoppen im „Decathlon“ gekommen waren, fuhren diese noch mal dorthin, während die Jungs mit Michael zurück zum Haus fuhren. So konnten beide Trupps den Rest ihres Tages so gestalten, wie es ihnen beliebte.

Allerdings hatten wir Mädchen später noch eine

sehr erschreckende, jedoch auch ziemlich lustige Begegnung mit einer alten Frau. Welche meinte, vollgepackt bis obenhin, mit ihrem elektrischen Rollstuhl und 10km/h auf der Autobahn vom Einkaufen nach Hause fahren zu müssen.

Ein Erlebnis der extra Klasse! :D

Samstag,24.10.15

Ein letztes Mal machten wir uns auf den Weg nach Hyères, zum Schwimmbad und zum Strand. Da unsere Star-Fotografin Katja immer an alles denkt, hatte sie sogar eine Einwegunterwasserkamera dabei. So konnten wir im Schwimmbad noch ein paar (hoffentlich schöne) Gruppenfotos Unterwasser machen.

Als wir uns dann auf den Weg zum Strand machen wollten, fuhren wir natürlich wieder ein paar ungewollte Umwege: warum sollte es am letzten Tag auch anderes sein als am ersten? :D Der Abschied vom Strand fiel einigen sehr schwer, denn zu Hause wartete das nasse, kalte Deutschland. Bevor wir allerdings wieder zurück nach Hause fahren konnten, um die Sachen zu packen und aufzuräumen, machten wir noch einen Abstecher zum Supermarkt, schließlich brauchten wir noch Proviant für die lange Heimreise.

Eine Resteabendessen war dann schnell gezaubert, die meisten Sachen gepackt und der Tag zu Ende. Mit gemischten Gefühlen sanken wir abends früh in die „fremden“ Betten, denn um vier Uhr nachts sollte es schon Richtung Heimat gehen.

Sonntag, 25.10.15

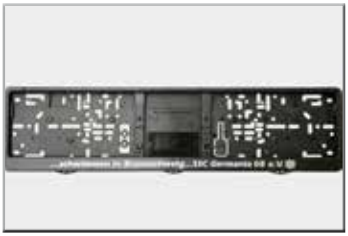
Im Dunkeln ging die Reise los, wir ließen das Haus und Toulon schnell hinter uns, denn auf den Straßen war zum Glück wenig Verkehr. Es war eine ereignislose Fahrt, die sich ziemlich in die Länge zog. Hinzu kam, dass Michael sich etwas eingefangen hatte und nicht ganz in Topform war. Nach vielen Stunden und noch mehr Pippipausen überquerten wir endlich die Grenze nach Deutschland und waren gegen 21 Uhr am Ausgangspunkt unserer Reise; dem Heibergbad.

Alles in allem war es ein sehr schönes Trainingslager, welches sich auf jeden Fall gelohnt hat.

An dieser Stelle einen herzlichen Dank an die vier Betreuer Michael, Katja, Jana und Lisbeth, welche (so gut wie) immer Geduld und starke Nerven mit uns hatten. Auch wenn es nicht immer ganz einfach war, habt ihr wirklich gute Arbeit mit uns geleistet!

Caroline. Julia, Justina, Katharina

Germania Shop



Stück
6,00 €
2 Stück
10,00 €

Autokennzeichen-Halterung
mit Text: ... schwimmen in Braunschweig ...
SSC Germania 08 e.V. und Logo

Stück
23,50 €

Umhängetasche
Euroblau/Schwarz mit Gerrmania Logo

Stück
26,00 €

Schwimmtasche
Euroblau/Schwarz mit Gerrmania Logo

Stück
1,50 €

Germania Schlüsselband
Blau mit weißer Schrift: www.ssc-germania.de
und Logo

Stück
18,50 €

Uhr mit Germaia Logo
Gehäuse im gebürsteten Metall-Look, Citizen
Quarzuhrwerk, abgenähtes Rindslederarmband,
wasserdicht bis 3 ATM

Stück
1,00 €

Germania Aufkleber
schwarze Schrift auf weißem Hintergrund

Stück
19,90 €

Regenschirm mit Germania Logo
windsicher, wasserdicht, mit stabilem Fiber-
glasgestell und Carbonstab, Schwarz

Bestellungen über Marion Reding, Geschäftsstelle, m.reding@ssc-germania.de

Kinder- und Jugendfreizeit Kroatien 2016 – Zeltlager in Mali Lošinj

Freizeit für Jugendliche im Alter von 10 bis 17 Jahren

Termin:	**21.07. - 02.08.2016** 13 Tage
Veranstalter:	SSC Germania 08 e.V. Braunschweig
Anmeldung und Info bei:	Tanja Feilke Helene-Engelbrecht-Str. 67 38124 Braunschweig tanja.feilke@ssc-germania.de Tel.: 0531-6180550 Mobil: 01523-4122983
Anmeldeformular:	Download auf der Homepage ssc-germania.de unter „Zeltlager“-Download

Auf dem größten Campingplatz der Insel befindet sich unser separates Zeltdorf unter schattenspendenden großen Bäumen. Bis zur Hauptstadt der Insel sind es ca. 1,5 km. Dort laden kleine Cafés und Läden zum Bummeln und Verweilen ein.

An unserem Campingplatz haben wir mehrere kleine Buchten mit sauberem, kristallklarem Wasser. Eine Bucht hat auch einen Sandstrand.

Kontakte

Geschäftsführender Vorstand

Vorstandsvorsitzender	Bodo Witt bodo.witt@ ssc-germania.de	0531 5807109 T+F
Vorsitzender Bereich Verwaltung	Eberhard Kastens eberhard.kastens@ssc-germania.de	05136 4379
Geschäftsführerin *Allg. Verwaltung, Mitglieder-verwaltung, Finanzen*	Marion Reding m.reding@ssc-germania.de	05307 940624 05307 940623 F
Vorsitzende Bereich Sport	Wiebke Kroll wiebke.kroll@ssc-germania.de	0531 2087474

Geschäftsstelle	Amselweg 10, 38110 Braunschweig Telefon: 05307 940624, Fax: 05307 940623
Vereinsheim	Hamburger Straße 53, 38114 Braunschweig (im Schützenhaus der BSG)
Internet	www.ssc-germania.de
Bankkonten	BLSK - Landessparkasse IBAN: DE52 2505 0000 0000 5140 34 BIC: NOLADE2HXXX Postbank Hannover IBAN: DE22 2501 0030 0243 0203 00 BIC: PBNKDEFF

Impressum

Wir Germanen

Herausgeber:	SSC Germania 08 e.V., Geschäftsstelle: Amselweg 10, 38110 Braunschweig Telefon: 05307 940624, Fax: 05307 940623 m.reding@ssc-germania.de
V.i.S.d.P.	Bodo Witt, Vorstandsvorsitzender Schwalbenweg 2, 38118 Braunschweig Telefon: 0531 5807109, Fax: 0531 5807109 bodo.witt@ ssc-germania.de
Layout + Marketing + Druck	hm medien Richard Miklas, Hagenmarkt 12, 38100 BS Telefon 0531 16442, info@hm-medien.de
Auflage	1.000
Bezugspreis	Ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Die einzelnen Beiträge stellen vorrangig die Meinung des Verfassers, nicht immer die des Vorstandes dar.

Der Vorstand behält sich die Bearbeitung eingereichter Berichte vor.

Erweiterter Vorstand

Referent „Schwimmen“	Stephan Neumann stephan.neumann@ssc-germania.de	
Referentin „Behinderten- und Rehasport“	Barbara Heeder b.heeder@ssc-germania.de	05307 951395
Referent „Wasserball”	Ralf Milling	05303 941560
Referentin „Synchronschwimmen“	Dr. Grit Gärtner grit.gaertner@ssc-germania.de	0531 3567033
Referentin „Breitensport“	Monika Ebeling monika.ebeling@ssc-germania.de	0531 873078
Referentin „Heimverwaltung“/ Vergnügungswartin	Tanja Feilke tanja.feilke@ssc-germania.de	0531 6180550 01523 4122983
Referent „Öffentlichkeitsarbeit“	Martin Wogan martin.wogan@ssc-germania.de	0177 9301970
Koordinator Schwimmen	Michael Wasmus michael.wasmus@ssc-germania.de	0531 7999426 0171 4982287
Verbindungsperson zur SSG Braunschweig	Thomas Hasenjäger t.hasenjaeger@ssc-germania.de	0531 2321343 0163 3977317
Masterbeauftragter	Werner Grüneberg werner.grueneberg@ ssc-germania.de	0531 2844845 T+F
Jugendleiterin	Gudrun Stadler gudrun-stadler@t-online.de	0531 3107761 0176 30711531
Herzsport (Koronar)	Dipl. med. Burkhard Distel	0531 872164
Vereinsdienst (Vereinsheim)	Tanja Feilke tanja.feilke@ssc-germania.de	01523/4122983
(Schwimmveranstaltungen)	Manfred Blum manfred.blum@ssc-germania.de	0171 / 5063692

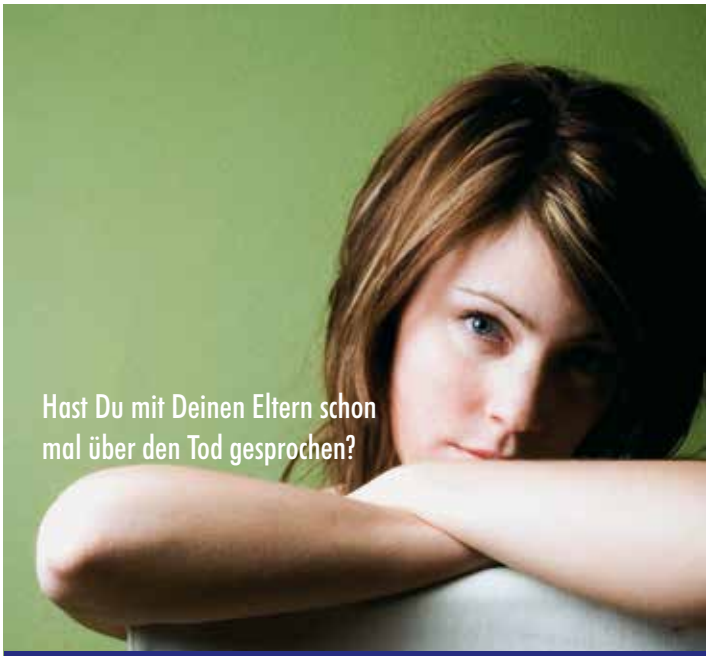
Dipl.-Ing. **Bodo Witt**

Technische Gebäudeausrüstung
Beratung · Planung · Bauüberwachung

Schwalbenweg 2
38118 Braunschweig

Tel.: 0531 5807109
Fax: 0531 5807109

Mobil: 0171 6111137
E-Mail: bodo.witt@gmx.de



Sprechen Sie rechtzeitig über Bestattungsvorsorge.

Carl Cissée
Bestattungen

Fallersleber Straße 14/15 · 38100 Braunschweig
Tel.: 0531 - 44324

Illerstraße 60 (EKZ) · 38120 Braunschweig
Tel.: 0531 - 8667676