

ANSTOSS

Mitgliedermagazin

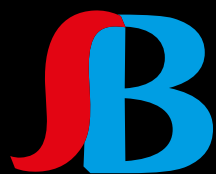


Ausgabe 146/2022

Mein Glück im Sport - Dein persönlicher SFK-Moment

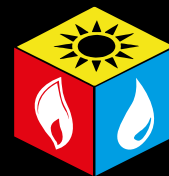
Unsere Trainerinnen: Abschied und Neubeginn

Volleyball vor und nach der Flucht



STEPHAN BAHR

HEIZUNG · SANITÄR & SOLARANLAGENBAU GMBH



- ❖ Regenerative Energiesysteme Brennstoffzellen, Solaranlagen mit Förderantragstellung für unsere Kunden
- ❖ Gas- und Ölfeuerungen mit Heizungsbau, Wartungen aller Heizungssysteme und Heizungsanlagen
- ❖ Badsanierung von Barrierefrei bis Luxusausstattungen - alles aus einer Hand
- ❖ Ausführung aller Reparaturen rund um das Heizung- und Sanitär Gewerk



Vitocharge VX3 - Vitovvalor PT2

Notdienst / Kundendienst Tel. 0172 - 787 56 20

Stephan Bahr · Heizung, Sanitär & Solaranlagenbau GmbH

Schwabinger Weg 6 · 14089 Berlin

Telefon (0 30) 365 18 51 · Telefax (0 30) 365 17 89

kontakt@sanitaer-bahr.de · www.sanitaer-bahr.de

EDITORIAL - Vom Glück im Sportverein

Liebe Vereinsmitglieder,

das Jahr 2022 neigt sich seinem Ende entgegen, die besinnliche Zeit ist eine günstige Gelegenheit, sich auf das neue Jahr 2023 zu freuen und die Glücksmomente der vergangenen 12 Monate Revue passieren zu lassen. Erfreulicherweise konnten wir wieder einige sportliche Höhepunkte erleben, der Sportbetrieb rückte mehr ins Zentrum des Vereinslebens. Von vielen dieser glücklichen Momente erzählen die folgenden Seiten.

- Zu unserem großen Glück konnten wir die notdürftige Reparatur unseres Fußballplatzes im Gößweinsteiner Gang noch gerade rechtzeitig in diesem Sommer realisieren und die bereits drohende Sperrung im letzten Moment abwenden. In den nächsten Jahren wird uns das Thema Baumaßnahmen sicherlich noch begleiten, die Notwendigkeit einer grundlegenden Sanierungsmaßnahme des Fußballplatzes bleibt bestehen.
- Außerdem hat die Planung für bauliche Veränderungen an unserem schönen Vereinsheim begonnen, sie betrifft das Dach, den Notausgang in der Gymnastikhalle im Keller und Energiesparmaßnahmen.

Als Vereinsvorsitzender empfinde ich großes Glück, wichtige Aufgabengebiete mit großer Verantwortung in fachkundige Hände geben zu können.

- Unser Sportverein hat seit Oktober externe Datenschutzbeauftragte, deren Analyse in Zusammenarbeit mit unserer Geschäftsstelle uns auf allen Ebenen im Bereich Datenschutz voranbringen wird.
- Für den Ernstfall haben wir unser Vereinsgelände mit einem Defibrillator ausgestattet, der bereits auf dem Erste-Hilfe-Kurs im Herbst 2022 Thema war und dies auch im Januar 2023 sein wird.
- Endlich haben wir unsere neue

Homepage an den Start gebracht, die mit deutlich besserer Übersichtlichkeit und vereinfachter Bedienung punkten kann.

- Darüber hinaus erfolgte die Umstellung von gemeinsamen, einheitlichen E-Mail-Adressen auf einen neuen Server und die Verbesserung der internen Koordination mittels digitaler Kalender und Planungsassistenten.

Unser Mitwirken innerhalb der Stadtteilarbeit im Spandauer Süden zeigt Wirkung. Zur Nutzung des Ella-Kay-Heims fanden mehrere Gesprächsrunden statt und viele langwierige Planungsschritte konnten im Jahr 2022 zügiger als erhofft abgeschlossen werden. Wir hoffen auf die Möglichkeit, die Bestandsgebäude auf dem Gelände bereits 2023 für die Zwecke im Spandauer Süden nutzen zu können, womit wir auch unseren Sportverein entlasten könnten.

Die Mitarbeit in ehrenamtlichen Positionen in einem Sportverein beschert viele glückliche Momente, die wir gerne mit euch teilen möchten. Wir freuen uns über jede aktive Teilnahme bei den Mitgliederversammlungen unserer Abteilungen, unseres Hauptvereins oder einfach nur durch die Unterstützung jeglicher Art und Weise an anderen sportlichen Aktivitäten.

*Viel Spaß mit unserem „ANSTOSS“
wünscht
Marlon Otter
Vereinsvorsitzender*



Impressum

ANSTOSS Nr. 146

Herausgeber:

Sportfreunde Kladow e.V.
Vorsitzender: Marlon Otter
Gößweinsteiner Gang 53
14089 Berlin

Redaktion:

Dr. Gregor Ryssel
Marlon Otter
Ronas Karadag
Kathrin Hoyer
Susanne Kingreen
Virginia Krumm

Redaktionsanschrift:

Sportfreunde Kladow e.V.
Gößweinsteiner Gang 53
14089 Berlin
Tel.: (030) 36 57 78 0
redaktion@sf-kladow.de

Gestaltung, Layout & Druck:

oberüber druck und werbung
Brunsbütteler Damm 448
13591 Berlin
Tel.: (030) 36 50 90 53
info@oberueber-druck.de
www.oberueber-druck.de

Auflage:

2.500 Exemplare

www.sf-kladow.de

AKTUELLES

- 6** Ihr habt gewählt: Neuer Vereinsslogan!
- 6** SFK-Sprechstunden im Kladower Forum
- 7** SF Kladow feiert bald seinen 75. Geburtstag - und wir brauchen Eure Hilfe!
- 8** Einladung zur Delegierten- und außerordentlichen Mitgliederversammlung
- 9** Hinweis zu den Abteilungsversammlungen
- 9** Den Verein mitgestalten: Einladung zur Jugendversammlung



TITELTHEMA

- 10** Mein Glück im Sport – ein persönlicher SFK-Moment

BADMINTON

- 18** Badminton: Weltweit der zweitpopulärste Sport

BALLSPORT

- 21** Ukrainerinnen in Kladow – Volleyball vor und nach der Flucht
- 24** Dringend - Volleyballtrainer*in gesucht!

BUDO

- 25** Endlich wieder Wettkämpfe:
Der Internationale X-tra Cup am 29.10.2022

FUSSBALL

- 28** Neue Orte erschließen: Fußballsommercamp 2022 der Sportfreunde Kladow

GYMNASTIK & TURNEN

- 32** Das Wettkampfsjahr 2022 der Turnmäuse
- 35** Tag des Kinderturnens am 13.11.2022
- 37** Eine tolle Trainerin und großartige Person: Wir sagen Danke!

EINRAD

- 39** Ein unglaubliches Erlebnis: Showauftritt im Velodrom!

LEICHTATHLETIK

- 41** Kladow-Cross SFK sagt DANKE!
- 43** Ein tolles Team! Die KiLa-Saison der U10 und Sportfeste
- 46** An den Deutschen Meisterschaften teilgenommen! Saisonbericht der U16
- 48** Ein Highlight zum Saisonabschluss: Die Berliner Blockmeisterschaften der U14
- 49** Berliner Einzelmeisterschaften der U14

TENNIS

- 51** Überzeugende U18: Bericht der Tennisjugend
- 52** Schleifchenturnier: Saisonabschluss bei herzhafem Wetter
- 53** Den Tennisplatz winterfest machen: Arbeitseinsatz am 12.11.2022

ERGEBNISCENTER

- 54** Ergebniscenter

KONTAKTE SFK

- 57** Kontakte SFK - Vorstand und Geschäftsstelle
- 58** Kontakte SFK - Abteilungen

Gemeinsam für Ihre (Augen)gesundheit

- Digitales Augen- & Netzhaut-Screening
- Individuelle Risikoanalyse* gemeinsam mit angeschlossenen Augenärzten, ermöglicht durch das Augennetz unseres Partners epitop
- Kompakte & verständliche Zusammenfassung

~~79,- €~~

59,- €

**Vorteilspreis
bis 31.12.22**

 **epitop**



*) Ein Screening stellt keine Diagnostik dar und ersetzt nicht die regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen bei Fachärzten. Es ist jedoch eine gute Orientierung für die Auswahl geeigneter weiterer Untersuchungen.

Sehzentrum Spandau
Seegefelder Straße 58
13583 Berlin
Tel.: 030 / 333 36 59

Falkensee
Spandauer Straße 146
14612 Falkensee
Tel.: 03322 / 226 92

www.meier-augenoptik.de

Mo bis Fr von 9 bis 18 Uhr
Sa von 9 bis 13 Uhr

meier
AUGENOPTIK 

Ihr habt gewählt: Neuer Vereinsslogan!

Liebe Mitglieder,

immer wieder haben wir es im Vereinsleben auch mit Schauplätzen außerhalb des konkreten Sportbetriebs zu tun. Wir möchten unter anderem unsere Rolle als sozialer Akteur wahrnehmen, die Identifikation mit dem Verein stärken und uns nach außen hin auf eine aussagekräftige Art und Weise darstellen.

Um dahingehend einen weiteren Schritt voranzugehen, haben wir in

den letzten Monaten gemeinsam einen neuen Slogan gewählt:

In einem dreistufigen Verfahren konnten alle Mitglieder zunächst ihre eigenen Slogan-Vorschläge einreichen (uns sind mehr als 70 Vorschläge eingegangen, dafür: Vielen Dank!), diese haben wir im Vorstand dann auf fünf Ideen reduziert und unter diesen Vorschlägen wurde wiederum eine Mitgliederabstimmung durchgeführt.

Und diese hat einen klaren Sieger ergeben. Mit 148 Stimmen und damit 50 Stimmen Vorsprung vor dem zweiten Platz („Vereinte Vielfalt“) hat sich unser neuer Vereinsslogan durchgesetzt:

Ein Dorf – ein Verein.

Wir bedanken uns für eure rege Teilnahme am Verfahren! Der neue Slogan soll die Bindung zu unserem Verein stärken und wird eine wichtige Rolle in unserer Außendarstellung spielen.

Dabei ist die Wahl des Vereinsslogans erst der Anfang: Wir arbeiten daran, den Slogan in eine neu ausgearbeitete Corporate Identity einzugliedern, die wir euch im neuen Jahr vorstellen möchten. Bleibt also gespannt!

Ronas Karadag

SFK-Sprechstunden im Kladower Forum

Sprechstunden der Sportfreunde Kladow gibt jetzt auch im Haus des Kladower Forum, Kladower Damm 387, direkt an der Bushaltestelle Alt-Kladow – erstmal jeden vierten Sonntagabend des Monats von 10 bis 12 Uhr.

Das Kladower Forum hat unseren Vorschlag sofort angenommen und uns mit offenen Armen empfangen. Der Ort ist mitten „im Dorf“ und wir hoffen, dass gerade Interessierte uns so

leichter finden als am Gößweinsteiner Gang und auch unsere Mitglieder auf dem Weg zum Wochenendeinkauf bei uns noch das eine oder andere klären können oder einfach mal auf ein kleines Gespräch vorbeischaun.

Und einen kleinen Kaffee hätten wir dann auch noch!

Hier sind die nächsten Termine:

28.01.2023
25.02.2023
25.03.2023
jeweils 10 - 12 Uhr

Und wenn wir schon dabei sind - es gibt ja noch mehr in Kladow außer bei uns Sportfreunden Sport zu treiben.

Den Hinweis zu vielen Veranstaltungen findet ihr beispielsweise auf der Website des Kladower Forums, es lohnt sich, dort einmal vorbeizuschauen!

www.kladower-forum.de



Mit Ihrer Spende unterstützen Sie die Kladower Weihnachtsbeleuchtung

Spenden Sie direkt auf das Konto der:
GG Havelbogen e. V. bei der Commerzbank Berlin
IBAN: DE98 1004 0000 0450 0765 00
Stichwort: Weihnachtsbeleuchtung 2022
oder in eine der in zahlreichen Kladower Geschäften
aufgestellten Spendenboxen.

Eine Initiative der
Gewerbegemeinschaft



www.havelbogen.de

SF Kladow feiert bald seinen 75. Geburtstag - und wir brauchen Eure Hilfe!

„Feste soll man feiern, wie sie fallen“,

...so sagt es ein altes deutsches Sprichwort. In einem englischen hingegen heißt es: „Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus“. Wenn beide Sprichworte zusammentreffen, na da kann man sicher sein, dass die Sportfreunde Kladow etwas zu feiern haben.

Und genauso ist es: Am 1. Mai 1949 ist unser Sportverein gegründet worden und feiert somit im Jahre 2024 seinen 75. Geburtstag. Da eben große Ereignisse ihre Schatten vorauswerfen, wird es Zeit, sich über das

Fest Gedanken zu machen und mit der Organisation zu beginnen. Es soll ein unvergessliches Fest für den gesamten Verein werden, an das sich alle noch lange erinnern, die Kleinen ebenso wie die Erwachsenen. Das Fest soll Hunger auf die nächsten 75 Jahre machen. Zum Abschluss einer Festwoche ist eine Gala-Veranstaltung geplant.

Für die Kinder steht u. a. ein übergroßes Sommerfest auf dem Programm. Darüber hinaus ist noch viel Platz, um eigene Ideen einzubringen.

Diese und viele andere Aktivitäten müssen organisiert und gut vorbereitet sein. Der Vorstand hat mir die Aufgabe übertragen, den Festausschuss für diese Jubiläumsfeier zu leiten. Darum möchte ich hiermit alle Mitglieder herzlich einladen, die Spaß haben, gemeinsam ein derartiges Jubiläum zu organisieren, MACHT MIT.

Wenn Ihr also Lust dazu habt - am schönsten wäre es natürlich, aus allen Abteilungen jemanden im Festausschuss zu haben - dann meldet euch bitte bei mir:

Mobiltelefon
0173 6871930 (gerne per SMS)
oder via Mail
stellvertreter.gr@sf-kladow.de

Ihr werdet dann zu den nächsten Sitzungen des Festausschusses eingeladen.

Zu diesem frühen Zeitpunkt ist es zudem noch möglich, viele eigene Ideen mit in die Planung einzubringen. Ich freue mich!

Gregor Ryssel

Zahnarztpraxis in Kladow Dr. Wilfried Reiser



Prophylaxe zum attraktiven Festpreis
Voller Zusatzkostenschutz für Beamte
Deutsche Markenimplantate und Knochenregeneration
Vollkeramischer weißer Zahnersatz ohne Mehrkosten
Schmerzfreie Anästhesie ohne Nadel für Angstpatienten
Günstige Seniorentarife und Basistarife ohne Leistungseinschränkung
Private und beihilfekonforme Kieferorthopädie

Sakrower Landstr. 23-29
(zentral über der Commerzbank)
14089 Berlin
Tel. 030 / 365 78 27
www.kladow-zahnarzt.de

Sprechzeiten:
Mo 9-13 und 15-18
Di Do 9-13 und 15-19
Mi Fr 9-14
Privat und alle Kassen

Einladung zur Delegierten- und außerordentlichen Mitgliederversammlung

Datum: Freitag, 09.03.2023 um 19.00 Uhr

Ort: Sportcasino der Sportfreunde Kladow, Gößweinsteiner Gang 53 in 14089 Berlin

Es ist folgende Tagesordnung vorgesehen:

1. Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung
2. Bericht des Vorstandes
3. Bericht des Schatzmeisters
4. Prüfbericht der Kassenprüferinnen
5. Aussprache zu den Pkt. 2-4
6. Berichte der Abteilungsleiter/innen
7. Beschluss über die Entlastung des Vorstandes (DV)
8. Bestätigung des Jugendsprechers (DV)
9. Beschluss über den Aktionsplan 2023/24 (DV, Vorstellung MV)
10. Beschluss über den Haushalt 2023 (DV)
11. Satzungsneufassung (MV)
 - 11.1 Vorstellung der Satzungsneufassung
 - 11.2 Beschluss über die Satzungsneufassung
12. Beschluss über den Erlass von Vereinsordnungen (Beitrags- und Gebühren-, Finanz-, Versammlungsordnung) (DV)
13. Anträge (MV/DV) (siehe Anhang)
14. Verschiedenes

Hinweis:

Die jeweiligen Zuständigkeiten sind in der Tagesordnung mit (DV) für die Delegiertenversammlung und mit (MV) für die Mitgliederversammlung gekennzeichnet.

Die Stimmberechtigung und Wählbarkeit ist in § 13 der Satzung (Fassung 2015) geregelt.

Mit sportlichen Grüßen
Marlon Otter
für den Vorstand

Antrag zur Änderung der Satzung vom 26.03.2022

Um die Fördermitgliedschaft zu erhalten, soll § 4 sie konkret benennen.

Gegenüberstellung

Alte Fassung (26.03.2022)	neue Fassung
§ 4 Mitgliedschaft Der Verein besteht aus 1. volljährigen Mitgliedern, 2. minderjährigen Mitgliedern, 3. Ehrenmitgliedern, 4. Zeitmitgliedern (bis zu zwölf Monaten).	§ 4 Mitgliedschaft Der Verein besteht aus 1. volljährigen Mitgliedern, 2. minderjährigen Mitgliedern, 3. volljährigen Fördermitgliedern, 4. Ehrenmitgliedern, 5. Zeitmitgliedern (bis zu zwölf Monaten).

Der Vorstand

Hinweis zu den Abteilungsversammlungen

Liebe Mitglieder,

neben eurer Mitgliedschaft im Hauptverein seid ihr durch die konkrete Sportart, die ihr ausübt, auch einer bestimmten Abteilung zugeordnet. Diese organisiert den konkreten

Sportbetrieb und ist deshalb ebenfalls von großer Relevanz.

Wie in jedem Jahr finden im ersten Quartal des kommenden Jahres die Abteilungsversammlungen statt, zu denen alle Mitglieder herzlich einge-

laden sind. Die Einladungen, exakten Termine und alle weiteren wichtigen Informationen findet ihr diesmal auf unserer Website.

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme am Vereinsleben!

Die Redaktion

Den Verein mitgestalten: Einladung zur Jugendversammlung

Liebe junge Vereinsmitglieder,

zückt Eure Kalender und tragt Euch den Termin ein: Am Montag, dem 27. Februar 2023, findet wieder einmal unsere alljährliche Jugendversammlung statt.

Diese ist für alle Vereinsmitglieder unter 27 Jahren relevant: Dort habt

ihr die Möglichkeit, dem Verein eure Anliegen und Ideen vorzutragen und das Vereinsleben aktiv mitzugestalten.

Doch wir haben aus den letzten Jahren gelernt: Die Versammlung wird interaktiver und sportlicher stattfinden und ist als gemeinsames Event geplant. Die Details werden Euch

im Laufe der nächsten Monate via Homepage / App / E-Mail erreichen.

Wir freuen uns auf Euch und hoffen, aus jeder Abteilung ein oder zwei Jugendliche begrüßen zu dürfen!

Ronas Karadag



Hebenstreit · Renke

Rechtsanwälte | Notar | Fachanwälte
in der Spandauer Altstadt

Notariat | Schwerpunkt Immobilienrecht

Fachanwälte für Erbrecht | Familienrecht Handels- und
Gesellschaftsrecht | Miet- und Wohnungseigentumsrecht |
Verkehrsrecht

RA Renke zugleich **ADAC Vertragsanwalt**

Carl-Schurz-Straße 33 | D-13597 Berlin
Fon +49 (30) 33 77 49 70
www.hr-spandau.de

Mein Glück im Sport – Dein persönlicher SFK-Moment

Für diese Ausgabe des ANSTOSS haben wir unsere Mitglieder dazu

aufgefordert, uns an ihren persönlichen SFK-Momenten teilhaben zu lassen.

Wir haben gefragt: Was macht den Sport bei den Sportfreunden für Euch aus? Worin findet ihr Euer Glück?

Wir sind froh, dass sich viele unserer Mitglieder geäußert haben und präsentieren Euch hier ihre Antworten.

Die Redaktion

Hallo, ich bin Ben und 14 Jahre alt.

Mein Sport ist die Leichtathletik und das schon seit mehr als fünf Jahren bei den Sportfreunden. Es macht mir

sehr viel Freude, ich mag die Vielseitigkeit in diesem Sport. Aber ich habe auch sehr viel Glück mit meinem Team und fühle mich dort sehr wohl. Wir unterstützen uns im Training und

bei Wettkämpfen. Wenn z. B. einer weint, sind wir füreinander da, auch wenn einer mal eine nicht so gute Trainingsphase hat oder einen nicht so starken Wettkampf, dann bauen wir uns gegenseitig wieder auf. Wir können uns aber auch unglaublich füreinander freuen, wir lachen viel miteinander und haben riesigen Spaß zusammen. Da gibt es für mich sehr viele Glücksmomente!

Ich fühle mich aber nicht nur als Sportler sehr wohl beim SF Kladow, denn jetzt, seit ich 14 Jahre alt bin, habe ich die Möglichkeit, Trainer*innen zu unterstützen - ich mache das in der Trainingsgruppe meiner kleinen Schwester Hannah. Das ist für mich Glück!

Es macht mir Spaß, was ich bisher von meinen Trainern gelernt habe, an die Jüngeren weiterzugeben. Ich konnte in dieser Saison miterleben, wie meine Schwester mit ihrem Team bei den Wettkämpfen viel Erfolg hatte! Das hat auch mich sehr stolz gemacht! Trainer-Helfer zu sein ist ein tolles Gefühl!

Es ist mein Wunsch, es zeitlich auch weiterhin zu schaffen, die U12 zu unterstützen. Da ich selbst aber auf die Sportschule Poelchau gehe, habe ich leider nicht mehr ganz so viel Zeit. Ich bin trotzdem sehr froh, dass ich es auf diese Schule geschafft habe, weil ich viel Bewegung brauche, um mich gut konzentrieren und lernen zu können. Jede kleine Verbesserung und Steigerung meiner Leistungen ist mein persönliches Glück im Sport. Es ist auch immer ein besonderer Moment, bei Wettkämpfen wie den Berliner Meisterschaften mitmachen zu können.





Ich bin sehr zufrieden und freue mich noch auf viele weitere Wettkämpfe. Mein großes Ziel, mein Traum ist es, irgendwann einmal bei der DM (den Deutschen Meisterschaften) mitzumachen.

Es ist schön, dass ich bei den Sportfreunden zusammen mit meiner Schwester viel Bewegung haben kann. Es freut mich, wie toll sie sich in der Leichtathletik macht und ich möchte sie auch weiterhin dabei unterstützen. Ich hoffe, dass wir beide noch viele Wettkämpfe zufrieden und erfolgreich abschließen!

*Liebe Grüße,
euer Ben*



**Getränke und
Verpflegung in unserem
Vereinscasino**

**Live Fußball
schauen auf
DAZN**

Advent ist auch die Zeit der geselligen Zusammenkünfte. Jedes Jahr haben wir im Casino unser beliebtes Adventsfrühstück mit Singen, Geschichten und Essen gemütlich verbracht. Bis Corona kam und die Zeit der sozialen Kontakte vorbei war. Umso mehr freuen wir uns, in diesem Jahr ein „Advent-Event“ im Casino bei Thomas auf der Terrasse stattfinden zu lassen. Es lässt uns hoffen, dass die Normalität auch in unser Vereinsleben zurückkehrt. Walkinggruppen und Yoganastik bei Marina: Glück auch mit oder wegen sozialer Kontakte beim Sport.

Marina Winkel

Mit Simones Kinderturnen fing alles an! Das ist nun über 20 Jahre her! Mittlerweile „turnt“ das Kind längst auf anderen „Bühnen“. Ich bin aber geblieben und habe neben vielen tollen Sporttagen fantastische Menschen getroffen und intensiver kennengelernt. Aus Bekanntschaften sind über die Jahre Freundschaften geworden, die immer über die kurzen Wege in unserem Dorf erreichbar sind. Was für ein Glück!

Christiane Exner

„Meinen persönlichen SF Kladow Moment“ erlebe ich jedes Mal, wenn ich total müde von der Schule zurückkomme und dann die Sporthalle

betrete, um bei den Kindersportgruppen zu helfen. Es macht mich immer sehr glücklich, wenn die Kinder durch die Halle rennen, klettern und mir zeigen möchten, was sie alles schon können. Mitzuerleben, wie die Kids Fortschritte machen und Spaß beim Sport haben, macht mir wirklich große Freude.

Luna Otter

Nach der Schwangerschaft brauchte ich ein halbes Jahr, um wieder über das Sporteln nachzudenken. Kaum hatte ich den Gedanken laut ausgesprochen, da nahm mich auch schon eine Freundin zur Probestunde „Fit mit Kind“ mit.

Ich war überrascht, wie gut die Sportstunde mit (oder trotz) Baby funktionierte. Mein persönliches Highlight war der Moment, in dem wir Mamas anfangen, uns aufzuwärmen und unsere Babys in der Mitte saßen und sich köstlich über uns amüsiert haben. Meine kleine Maus hat bis heute super viel Spaß, wenn sie sieht, dass Mama schwitzt, während sie spielen darf. Das Beste dabei ist, ich fühle mich wieder fit und kann zugleich mit anderen Müttern in den Austausch gehen. Mittlerweile hat jeder von uns beiden 1x in der Woche ein Sportprogramm. Denn während des Kurses „Babyfitness“ kann sich auch meine Tochter unter liebevoller Begleitung und mit vielen verschiedenen Gerä-

ten richtig auspowern.

Nathalie Wilcek

Es ist immer schwer, einen Kurs und seine Teilnehmer richtig zu beschreiben. Deshalb haben die Teilnehmenden des Kindersportkurses in der Ritterfeldhalle selbst aufgeschrieben, was den Kurs und den Verein für sie ausmacht – ihre SFK-Momente:

- neue Gesichter und neue Freunde kennenlernen
- anderen helfen, freundlich sein
- Sport machen
- werfen und fangen (mit Bällen)
- gemeinschaftlich und mit Gegnern spielen, z. B. Fangen oder Verstecken
- Regeln: nicht schummeln; ruhig sein, damit man alles versteht; richtig zuhören; nicht prügeln
- Wettrennen und Wettkämpfe machen
- nicht aufgeben
- ein bisschen gut und cool spielen
- Spaß haben

Sylvia Willers und die Kinder der Kindersportgruppe

Hallo, ich bin Sascha, Trainer in fast allen Altersklassen der Judoabteilung, von den Minis ab 4 Jahren bis hin zu den Erwachsenen – mein ältester Schüler ist 62. Seit ich 5 Jahre alt bin, gehört der Judo sport zu meinem Leben dazu.

Öffnungszeiten:

Montag
9.00 - 13.00 · 14.00 - 17.00

Dienstag
9.00 - 13.00

Mittwoch
9.00 - 13.00

Donnerstag
9.00 - 13.00 · 14.00 - 16.00

Freitag
9.00 - 13.00

HNO
KLADOW

Dr. med. Nathalie von Jaschke

FÄ für HNO-Heilkunde
FÄ für Sprach-, Stimm- und kindliche Hörstörungen



Liebe Patientinnen, liebe Patienten, ich heiße Nathalie von Jaschke und habe am 01.07.2022 die HNO-Praxis von Dr. Becker am Kladower Damm übernommen.

Mein Team und ich freuen uns, Sie bei Beschwerden im HNO-Bereich bei uns begrüßen zu dürfen.

Kladower Damm 364 · 14089 Berlin · **Telefon:** (030) 36 99 10 80 · info@hno-kladow.com · www.hno-kladow.com



Unser Vereinspodcast: SFK on Air

Erfahrungsaustausch

Einblicke in die Sportarten

Visionen & Ziele

Probleme und Herausforderungen

Inspirierende Geschichten

Listen on
Apple Podcasts

LISTEN ON
Spotify

Listen on
Google Podcasts

SOUNDCLOUD

amazon
music

Monatlich eine neue Folge

Meinen SFK-Moment, eigentlich sind es viele, erlebe ich nicht nur als Sportler, sondern auch oder gerade als Trainer, wenn ich bei einem Wettkampf am Rand der Tatami (Judomatte) stehe...

Es ist ein unbeschreibliches Gefühl, es geht unter die Haut, es verpasst mir oft sogar wirklich Gänsehaut, manchmal bin ich fast den Tränen nah, auch wenn es für Außenstehende nicht immer zur Geltung kommt. Bei den ganz Kleinen, wenn sie ihre ersten

„Kämpfchen“ haben, aber auch bei den Großen, bei Meisterschaftskämpfen – meist bin ich aufgeregter als die Judoka selber. Wenn sie als Sieger von der Matte kommen – ja ...auch wenn das nicht der Fall ist, sie dennoch gut gekämpft haben, es macht mich immer wieder sehr stolz und ich bin einfach glücklich.

Wir können recht häufig erfolgreich mit einigen Medaillen im Gepäck nach Hause fahren. Ich weiß, welchen Stellenwert wir als ShidōSha auf dem

Berliner- oder Deutschen Judomarkt haben, aber mich daran gewöhnen – nein, das kann ich nicht! Es ist immer wieder etwas ganz Besonderes. Es ist kein Standard, erfolgreich zu sein, wir müssen weiterhin hart trainieren, immer am Ball bleiben, die Konkurrenz schläft nicht. Ich freue mich auf weiterhin viele Trainingseinheiten und Wettkämpfe mit meinen Schüler*innen. Ich danke euch allen!

Sascha Heu

LOGOPÄDIE [logopæˈdiː]
FRIEDEBOLD [ˈfriːdəbɔlt]

www.logopaedie-kladow.de

LOGOPÄDIE [logopæˈdiː] FRIEDEBOLD [ˈfriːdəbɔlt]

Behandlung von Sprach-, Sprech-, Stimm- und
Schluckstörungen bei Kindern und Erwachsenen

Hausbesuche bei med. Indikation

Sakrower Landstraße 23 · 14089 Berlin · Tel. (030) 544 84 994

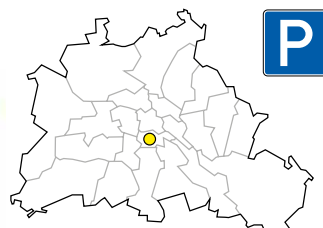
Termine nach
Vereinbarung



Ausstellung · Verkauf · Vermietung · Anlagenbau · Kundendienst

KÄRCHER

KÄRCHER CENTER BENNE



... in Berlin's Mitte

Körtestraße 31 · 10967 Berlin (am Südstern)

Tel. (030) 693 20 77



**Über 500 unterschiedliche
Reinigungsgeräte**

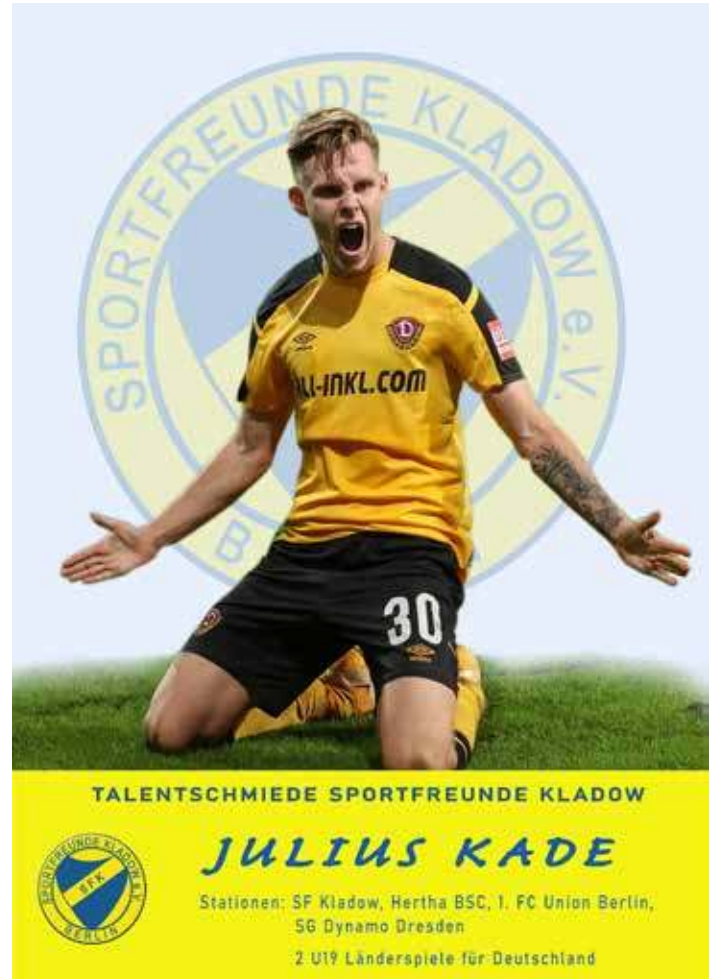
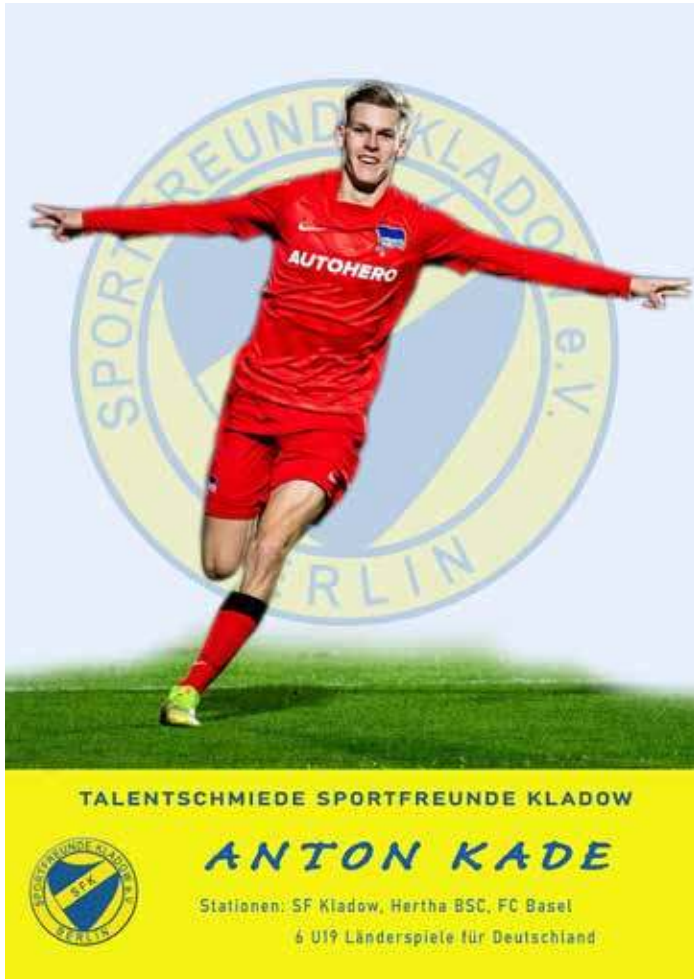


**Autorisierter
Servicepartner der
Firma Kärcher
mit über 40-jähriger
Erfahrung**

info@benne.de · www.benne.de

**Glück im Sportverein – drei besondere SFK-Momente im Fußball
SFK HALL OF FAME**

Im Beisein des stellv. Vorsitzenden Matthias Bienert wurden am 01.11.2022 in unserem Casino die Fotos der Brüder Julius und Anton Kade aufgehängt.



Die beiden haben bei uns ihre fußballerische Karriere begonnen und sind mittlerweile gestandene Profis beim FC Basel bzw. der SG Dynamo Dresden. Wir sind stolz auf „unsere“ Jungs

und sind sicher, dass sie durch die bildliche Präsenz zukünftige Generationen motivieren, ihnen in den Profifußball folgen zu wollen. Anton und Julius haben schon zugesagt, sich bei

der nächsten Möglichkeit die Bilder persönlich anzusehen. Also schaut bei euren nächsten Besuchen genau hin, wer euch am Spielfeldrand zuschaut!

buchhandlung**kladow**

Telefon: (0 30) 365 41 01 · Telefax (0 30) 365 40 37
www.buchhandlung-kladow.de

Andreas Kuhnnow
Kladower Damm 386
14089 Berlin

Belletristik · Sachbücher · Berlinbücher · Kinder- und Jugendbücher · Schulbücher
Reiseführer und Karten · Taschenbücher · Spiele · DVDs

Wir besorgen Ihnen gerne (fast) jedes Buch, auch Fachliteratur, oft innerhalb eines Tages.

SO IST KLADOW

Bei uns gehört Teamgeist zur DNA - und das mannschaftsübergreifend! Auf Einladung des Vorstands fanden sich am 11. Oktober knapp 40 Spieler ab der U19 in der „KickerWorld Berlin“

ein, um in gemischten Teams einfach ein wenig Spaß am Ball zu haben.

Eine großartige Abwechslung neben Training und Punktspielen und

eine gelungene Aktion, um sich noch besser kennenzulernen! Es wird mit Sicherheit keine einmalige Aktion bleiben!



SO GEHT DERBY

Bei bestem Fußballwetter haben gut 800 (!) Fußballfans den Weg zu uns nach Kladow gefunden. Im intensiven Spitzenspiel achteten beide Teams diszipliniert darauf, nicht frühzeitig in Rückstand zu geraten. Wir hatten zwar etwas mehr

vom Spiel, nur der Torerfolg blieb leider aus. Nach der Pause wurden unsere Angriffsbemühungen dann doch belohnt und wir gingen mit 1:0 in Führung. Gatow steckte jedoch nicht auf und kam kurz vor dem Abpfiff zum Ausgleich. Am Ende war es

ein Unentschieden, das die Bezirksliga weiter spannend hält und bei dem alle Anwesenden einen großartigen Fußballnachmittag hatten.

Patrick Jentsch



Mehr als 50 Stimmen höre ich in meinem Rücken – ich habe Aufschlag, Matchball im Ligaduell. Vereinsmitglieder, Eltern, Großeltern, Freunde – alle sind gekommen, um uns bei unserem Start in die Bezirksliga zu unterstützen. Ich halte kurz inne und freue mich darüber, wie sich unser Verein in den letzten Jahren entwickelt hat. So viele Sportbegeisterte aus verschiedenen Jugendmannschaften – in Kladow ist Volleyballfieber ausgebrochen. Von den AGs in den Grundschulen bis ins Erwachsenenalter – mehr als hundert Spieler*innen haben in den letzten drei Jahren ihre Liebe zum Volleyballsport entdeckt. Und viele von ihnen sind gekommen, um uns heute anzufeuern, so eine Stimmung ist bei den Spielen unserer Konkurrenz undenkbar. Mehr als 50 Stimmen in meinem Rücken halten inne, als ich aufschlagen darf. Mit so viel Unterstützung kann nicht mehr viel schief gehen... Mein SFK-Moment. Danke!

Ronas Karadag

Für mich war einer der besten Momente im Verein des SF Kladow, als ich mein erstes Spiel mit meinem Team hatte. Ich muss sagen, es war schon sehr aufregend, als ich zum ersten Mal auf dem Spielfeld stand und der erste Aufschlag gemacht wurde. Ein schönes Gefühl, am Spiel teilhaben und mithelfen zu können. Auch das sich hinwerfen, um den Ball zu retten, hat echt Spaß gemacht. Als wir dann noch das Spiel gewan-



nen, hatten wir alle ein Lächeln im Gesicht. Es war einfach wunderschön und ich bin mir sicher, dass weitere

großartige Spiele kommen werden.

Hannah, U14w

Comedy Treibhaus

www.berlin-comedy.de



Jeden 1. Montag + Dienstag im Monat
2 + 3. Januar 2023
6. + 7. Februar 2023
6. + 7. März 2023
3. + 4. April 2023

Einlass: 19.00 Uhr · Beginn: 20.00 Uhr
Kartenverkauf in der Gärtnerei



Mieten Sie unser Treibhaus für Ihr EVENT!

Gärtnerei Guyot

Am Ritterholz 25 · 14089 Berlin

Tel.: (030) 365 45 76



Öffnungszeiten:
Di. - Fr. 9 - 18 Uhr · Sa 9 - 14 Uhr · So/Mo geschlossen

Schnittblumen · Topfpflanzen
Gestecke für alle Anlässe
Präsente · Dekorationen

www.gaertnerei-guyot.de

Badminton: Weltweit der zweitpopulärste Sport

Feld-, Wald- und Wiesen-Federball, woran denken sie, wenn sie das hören? Wahrscheinlich an sonnige Badeseenachmittage, an Freizeitvergnügen im Garten mit den Kindern oder an Ball über die Schnur? Aber denken sie auch an Schnelligkeit, hervorragende Reflexe und Ausdauer, an Wettkämpfe, sogar an Ligasport? Zugegeben – der erste Gedanke war das bei mir eher nicht.

Es geht auch nicht ums Federballspielen, sondern um ein Spiel mit großer Tradition, wie sogar indische Höhlenmalereien beweisen, gemeint ist Badminton, übrigens benannt nach einem englischen Landsitz. Auch beim SF Kladow kann der schnellsten Schlägersportart nachgegangen werden:



Das Zielobjekt des Spiels heißt tatsächlich Federball. Dieser wird ähnlich wie beim Tennis bestenfalls so

übers Netz geschlagen, dass der Gegner ihn nicht zurückspielen kann. Der mit Federn bestückte Kork-Ball saust derart rasant über das 1,55 Meter hohe Netz, dass trotz des vergleichsweise kleinen Spielfelds oft nicht viel Zeit zum Überlegen bleibt.

Unser Verein zählt ca. 100 Spieler*innen: Anfänger*innen und Fortgeschrittene. Drei Mannschaften treten in der Betriebsliga Berlin an, in Liga 2, 3 und Liga 4. Kladow hat drei Trainer*innen, eine von ihnen ist diese junge Dame, aber sie stellt sich gerne selbst kurz einmal vor:

„Hi, ich bin Anina. Ich bin 20 Jahre alt und spiele seit 2019 Badminton hier beim SF Kladow.“

Seit Juli dieses Jahres helfe ich beim Kindertraining im Badminton. Zu Beginn war ich wirklich sehr aufgeregt. Ich spiele ja erst seit ich 17 Jahre alt bin und habe selbst nie als Kind Training erlebt. So richtig wusste ich also gar nicht, was man alles machen kann. Mittlerweile habe ich den Dreh immer besser raus! Und man wird sehr viel kreativer beim Spielen, was auch den Kindern großen Spaß macht.“

Vor Badminton habe ich schon eine ganze Reihe anderer Sportarten ausprobiert, unter anderem Leichtathletik und Tennis. Dadurch war der Einstieg beim Badminton gar nicht so schwer. Badminton macht mir aber bisher wirklich am meisten Spaß! Es ist die schnellste Ballsportart, daher braucht man echt gute Reflexe! Strategisch sollte man klug vorgehen. Anstrengend wird es aber auch sehr schnell, gerade im Einzel! Mein persönliches Ziel ist, weiterhin mit meinem Bruder mithalten zu können. Wir haben zusammen angefangen, dummerweise ist er mir leider körperlich deutlich überlegen: sowohl kräftemäßig als auch größentechnisch. Zudem hat er auch noch ein ziemlich gutes Ballgefühl. Im Gegensatz zu ihm spiele ich aber mehrmals die Woche, noch habe ich also eine Chance. Und das wird hoffentlich auch so bleiben!“

Sportfreunde Kladow e.V.

Lade jetzt die offizielle SF-Kladow App!

Jetzt im App- und Google Play Store erhältlich

Kladower Damm 366, Berlin
Tel.: 030 - 364 33 265

Mo-Fr 8:00 - 17:00
Sa 8:00 - 14:00

Damen · Herren · Kinder · Kosmetik · Fußpflege

Friseursalon Hölger



Danke Anina, schön, dass Du mit an Bord bist! Den Kindern macht das abwechslungsreiche Training bei Anina sichtlich großen Spaß.

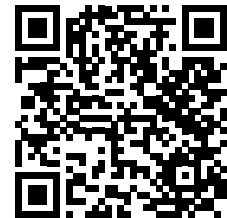
Neben koordinativen Fähigkeiten werden auch Lauf- und Schlagtechniken vermittelt und verbessert. Aber Anina gibt nicht nur Training, sie tritt auch selbst als Spielerin der ersten Mannschaft der Sportfreunde Kladow in der 2. Liga an und kämpft dort regelmäßig um Punkte.

Badminton ist ein toller Sport, er ist gut für die Fitness und ist für jeden zugänglich, ob jung oder alt, Mann, Frau oder Kind. Jeder kann Badminton spielen und das Beste daran ist,

dass alle zusammenspielen können und das laut Regelwerk in gemischten Teams sogar dürfen. Ihr wollt noch mehr wissen, zum Training – wo und wann es für Groß und Klein bei wem stattfindet, dann schaut gerne auf unserer Homepage vorbei:

<https://www.sf-kladow.de/sport/badminton-in-spandau/>

*Kathrin Hoyer
für die Abt. Badminton*



**Brundke
&
Thürmann** GbR
Garten und
Landschaftsbau

Gutsstraße 9
14089 Berlin

Tel.: 030 / 368 024 23
Fax: 032121440230

Funk: 0171 - 196 50 50
0171 - 450 44 00

e-mail:
brundke-thuermann@online.de



WINTERDIENST

**Baumfällung
Gartenpflege
Pflasterarbeiten
Pflanzarbeiten**

Weitere Arbeiten gerne nach Absprache

**Rufen Sie uns für ein
kostenloses Angebot an!**



EHRL



Das BMW Autohaus Ehrl ist seit über 50 Jahren Vertragspartner der BMW AG und steht für langjährige Tradition und Faszination rund um die Marken BMW und MINI.

Entdecken Sie unser exklusives Angebot für die Sportsfreunde Kladow.



Anschaffungspreis:	36.217,21 €
Leasingsonderzahlung:	4.499,00 €
Laufleistung p.a.:	10.000 km
Laufzeit:	48 Monate
Sollzinssatz p.a. ¹ :	6,08 %
Effektiver Jahreszins:	6,25 %
Gesamtbetrag:	21.731,00 €
48 Monatliche Leasingraten à:	359,00 €

The new BMW X1 sDrive18i Leasingbeispiel von der BMW Bank

100kW (136PS), Farbe: Schwarz uni, Polster: Stoff Arktur Anthrazit, M Dachreling Hochglanz Shadow Line, Sitzheizung für Fahrer und Beifahrer, 17"LMR Sternspeiche 875, Connected Package Professional, Connected Drive Services, DAB-Tuner, Parking Assistant, Radschraubensicherung, Reifendruck-Kontrolle, Steptronic Getriebe mit Doppelkupplung, Teleservices, Warndreieck und Verbandkasten, Widescreen Display

CO₂-Emissionen komb.: 141,00 g/km (WLTP), - (NEFZ); Verbrauch kombiniert: 6,20l/100 km (WLTP), - (NEFZ), Kraftstoff Benzin

¹gebunden für die gesamte Vertragslaufzeit.

zzgl. 990,00 € Überführungskosten. Abbildungen enthalten Sonderausstattungen.

Ein unverbindliches Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH, Lilienthalallee 26, 80939 München;

alle Preise inkl. 19 % MwSt.; Stand 11/2022. Ist der Leasingnehmer Verbraucher, besteht nach Vertragsschluss ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung, für das Fahrzeug eine Vollkaskoversicherung abzuschließen.

Offizielle Angaben zu Kraftstoffverbrauch, CO₂-Emissionen, Stromverbrauch und elektrischer Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren ermittelt und entsprechen der VO (EU) 715/2007 in der jeweils geltenden Fassung. Für die Bemessung von Steuern und anderen fahrzeugbezogenen Abgaben, die (auch) auf den CO₂-Ausstoß abstellen, sowie ggf. für die Zwecke von fahrzeugspezifischen Förderungen werden WLTP-Werte verwendet.

Ihre Ansprechpartner



Nicolas Hümke
Verkaufsberater

(030) - 355 904 - 15
nicolas.huemke@bmw-ehrl.com



Sven Gasel
Verkaufsberater

(030) - 355 904 - 23
sven.gasel@bmw-ehrl.com



Pascal Wilke
Verkaufsberater

(030) - 355 904 - 18
pascal.wilke@bmw-ehrl.com

Autohaus C. Ehrl GmbH Heerstr. 350, 13593 Berlin (030) 355 904-0 www.bmw-ehrl.com info@bmw-ehrl.com

Ukrainerinnen in Kladow – Volleyball vor und nach der Flucht

Hallo, mein Name ist Milana. Ich komme aus der Ukraine. Ich spiele Volleyball und es gefällt mir sehr gut. Ich habe ein sehr gutes Team. In der Ukraine habe ich auch ein bisschen Volleyball gespielt, aber hier ist es viel besser und interessanter. Ich kann noch nicht so gut Deutsch sprechen, aber ich verstehe fast alles. Ich bin sehr glücklich, dass ich hier die Möglichkeit habe, meinen Lieblingssport auszuüben.



Привіт, мене звати Мілана. Я з України. Я граю у волейбол і мені це дуже подобається. У мене дуже гарна команда. В Україні я теж трохи грала у волейбол, але тут набагато краще і цікавіше.

Я ще не дуже гарно можу розмовляти німецькою, але майже все розумію. І дуже радію, що в мене є можливість тут займатись улюбленим видом спорту

Milana

Hallo! Mein Name ist Oksana, ich bin am 15. März 2022 aus der Ukraine nach Kladow gekommen. Ich bin einem Sportverein beigetreten und spiele hier wie zu Hause Volleyball. Dabei erhielt ich das Angebot, einen Artikel über unsere Erfahrungen in Deutschland zu schreiben. Meine Geschichte ist eine Geschichte darüber, alles zu verlieren und dann etwas Unerwartetes zu finden.

Am 24. Februar wachte ich gegen 5 Uhr morgens von Explosionsgeräuschen auf. Ich möchte meinen Lesern gerne die Unglaublichkeit dieser Situation nahebringen. Du hörst Ex-

plosionen, du verstehst, was passiert, aber du glaubst nicht an Krieg – nicht in deinem Haus, neben deinen schlafenden Kindern. Um 6 Uhr morgens nahm ich zwei leere Kanister und fuhr zur Tankstelle. Ich habe drei Stunden in der Schlange gestanden, aber ich habe sowohl das Auto als auch die Kanister betankt. Dann ging mein Mann los und stand für weitere vier Stunden in der Schlange. Wir sind an diesem Tag nicht abgereist. Und am nächsten Tag lasen wir in den Nachrichten, dass alle Straßen nach Polen mit Autos blockiert sind und der Verkehr nicht mehr vorangeht. Und dass es an den Grenzübergängen tagelan-

ge Warteschlangen gibt. Wir sind wieder nicht abgereist. Zwei weitere Tage später erfuhren wir, dass einige Brücken gesprengt und die nahen beiden Autobahnen bereits von russischen Truppen besetzt waren. Wir konnten weder Richtung Kiew noch Richtung Polen weiterfahren. All diese Tage hörten wir die Kampfgeräusche ununterbrochen. Militärflugzeuge und Hubschrauber flogen, die Geräusche fliegender und dann explodierender Granaten waren ständig zu hören. In unserem Haus gab es keinen Keller. Wir bewohnten ein Zimmer im Erdgeschoss. Wir haben die Fenster mit Klebeband abgeklebt, damit die

Tel. (030) 331 70 65



**REISEAGENTUR
B E L L I N I**

*„Reisen ist die Sehnsucht
nach dem Leben“
Kurt Tucholski*

Ihr Reisebüro in Kladow

Kompetente Beratung in netter Atmosphäre.

Wir danken unseren Kunden
für Ihre tolle Unterstützung und Ihr Vertrauen.

Mit diesen Vorsichtsmaßnahmen schaffen wir es hoffentlich,
bald wieder gemeinsam „oben ohne“ gehen zu können.



info@reiseagentur-bellini.de

Sakrower Landstr. 23 · 14089 Berlin

www.reiseagentur-bellini.de

Trümmer im Falle einer Explosion in der Nähe nicht so stark fliegen würden. Von außen haben wir die Fenster mit Holzschinden verschlossen. Dann brach jegliche Verbindung komplett ab und wir wussten überhaupt nichts mehr. Strom, Gas und Wasser waren nicht mehr verfügbar. Wir hatten einen eigenen Brunnen und Benzin, der Nachbar hatte einen Generator. So konnten wir den Brunnen starten und alle haben sich mit Wasser eingedeckt. Wir haben draußen am Lagerfeuer gekocht, zum Glück hatte ich zu Hause immer einen Vorrat an Lebensmitteln (habe ich hier in Deutschland auch gemacht). Eines Tages hackte ich Holz für das Feuer und schaffte es nicht mehr auf den Boden des Hauses, als die Explosionen erneut begannen. Wir bauten einen Herd aus Ziegeln und brannten dort ein Feuer, bis es dunkel wurde. Wir trugen dann die rot glühenden Ziegel zum Heizen in unser Zimmer. Wir schliefen alle zusammen auf zwei Matratzen auf dem Boden, vollständig bekleidet. Dann teilten die Nachbarn Gerüchte, dass es einen grünen Korridor geben soll.

Am Morgen des 9. März ging ich mit einer Nachbarin zum Rathaus, um verlässliche Informationen einzuholen. Wir mussten die Warschauer Autobahn überqueren - die Straße von

Kiew nach Europa, sie führt durch Bucha. Dort sahen wir zerstörte und verbrannte militärische Ausrüstung sowie Spuren von Bränden und Granaten, die fünfstöckige Gebäude trafen. Menschen aus Hochhäusern entzündeten Lagerfeuer in der Nähe der Eingänge und kochten Essen. Geschäfte wurden geplündert, Fenster und Türen eingeschlagen. In der Nähe des Rathauses standen viele Menschen, die überall im freien Raum standen, mit Koffern, Kinderwagen und Tragetaschen mit Tieren. Es waren viele Autos mit weißen Bandagen und der Aufschrift „Kinder“ zu sehen. Es gab keine genauen Informationen, auch keinen Ansprechpartner. Alle warteten auf Evakuierungsbusse. Wir kehrten zurück, doch die Nachbarin mit ihrer Familie ging mit ihren Sachen zum Rathaus, um zu warten, aber sie kam abends zurück, denn die Busse kamen nie. Am nächsten Morgen brachen wir wieder auf. Diesmal machte die Stadt einen noch depressiveren Eindruck. Einige Männer zogen mit leeren Einkaufswagen vom Zentrum in Richtung privater Gebäude. Oft traf ich Männer in Zivilkleidung, aber sie sahen sehr gefährlich aus und hatten alle weiße Bandagen an den Händen. Es gab noch mehr Menschen und Autos in der Nähe des Rathauses und wieder

keine konkreten Informationen. Ich hatte auch große Angst vor Rudeln von großen und sehr dünnen Hunden, die sich jedoch von Menschen bis dahin noch fernhielten. Sie sahen die Menschen aber an wie wilde Tiere. Kleine Hunde und Katzen habe ich nicht gesehen. Ich kam in einem sehr depressiven Zustand zurück. Immer wieder machte ich mir Gedanken, dass, wenn nicht eine Rakete, dann die Eindringlinge oder Plünderer oder hungrigen Hunde meiner Familie den Tod bringen würden. Aber uns war auch bekannt, dass viele Familien in ihren Autos bei Fluchtversuchen erschossen wurden.

Später an diesem Tag sahen wir, dass in der Kirche neben uns (Im Keller versteckten sich bis zu 150 Leute; ich schrieb meinen Kindern jeden Tag mit einem Stift die Telefonnummer unserer Familie auf den Unterarm und die Kinder wussten, dass sie im schlimmsten Notfall in die Kirche gehen sollten) Menschen ihre Besitztümer in Autos packten und ein weißes Tuch auf die Autospiegel steckten. Wir haben uns entschieden, dass dies unsere letzte Chance ist.

Nur 15 Minuten später fuhren wir in zwei Autos los, mit drei Kindern und zwei Katzen. Später erfuhren wir, dass

Ihr Ansprechpartner für Berlin und das Umland

Sie finden unsere Kundenbewertung auf: [Immobilienscout24.de](https://www.immobilienscout24.de) & [Google.de](https://www.google.de)



Aurelia Kremser
Immobilienkauffrau
Ausgebildet und
geprüft durch die IHK Berlin



Kremser-Immobilien



Mitglied
IVD Maklerverband

Sakrower Landstraße 10 c
14089 Berlin

Sie finden uns direkt hinter der Sparkasse

Tel.: (030) 36 43 23 15

Fax: (030) 69 20 64 309

Mobil: 0172 59 90 554

Unser Wissen für Ihren Erfolg!

**Verrentung oder Teilverkauf
Ihrer Immobilie als eine Alternative**

Wir sind für Sie da!
(kostenlose Beratung)

Verkauf · Verrentung · Vermietung

Einfamilienhäuser

Mehrfamilienhäuser

Renditeobjekte

Grundstücke

Gewerbeimmobilien

Eigentumswohnungen

Sie sind uns wichtig!

info@kremser-immobilien.com

www.kremser-immobilien.com



es an diesem Tag einen grünen Korridor gab, wir konnten passieren.

Wir waren nach fünf Tagen in Deutschland. Wir übernachteten dreimal in der Ukraine (nach 17:00 durfte man nicht draußen oder unterwegs sein), zweimal in Polen. Ich versprach mir, Polnisch zu lernen, um auf dem Rückweg den Polen meine Dankbarkeit auszudrücken. Wir kamen am 15. März in Kladow an. Zuerst wurden wir von einem ukrainischen Freiwilligen aufgenommen, dann von einer deutschen Familie und schließlich bot uns eine andere deutsche Familie eine Wohnung an. In all dieser Zeit in Deutschland hatte ich nie das Gefühl,

die Menschen oder den Staat zu belasten. Bei all den Problemen und Nöten bekam ich jedes Mal Unterstützung, Hilfe und Rat. Alle meine Kinder gehen in die Grundschule oder auf

das Gymnasium. Ich habe Deutsch in der Ukraine studiert, daher konnte ich mich von den ersten Tagen an verständigen. Ich besuche derzeit einen Sprachkurs und bereite mich auf meine B2-Prüfung vor. Meine Kinder haben auch Englisch und Deutsch in der Ukraine gelernt. Ich bin von Beruf Physiotherapeutin und befinde mich im Anerkennungsverfahren meines Diploms. Ich tue mein Bestes, um so schnell wie möglich einen Job zu bekommen. Meine Kinder haben die Möglichkeit, Sport zu treiben, wofür ich auch sehr dankbar bin. Außerdem habe ich ein paar Monate nach meiner Ankunft einen Sportverein gefunden und kann jetzt Volleyball spielen, was meine Leidenschaft ist.

Wir haben nicht vor, für immer hier zu bleiben und wir haben noch nie daran gedacht, auszuwandern. Zu Hause war ich Privatunternehmerin, mietete kurz vor dem Krieg ein dreistöckiges Gebäude, baute das Erdgeschoss modern aus und richtete einen Raum für Krankengymnastik und einen Massageraum ein. Dieses Haus wartet auf mich und meine Stammkunden. Ich hoffe, dass wir vor der Heimreise noch Zeit haben, Deutschland besser kennenzulernen und verschiedene Bundesländer zu besuchen. Ich träume auch davon, dass wir – Millionen von Flüchtlingen – zurückkehren und unser Land aufbauen können, damit dieses ein würdiges Mitglied der Europäischen Union wird.

Oksana



Fernsehdienst Kaiser

**TV - Fachhändler
Reparaturservice
Antennenbau**

**Krampnitzer Weg 6 · 14089 Berlin
fsdkaiser@t-online.de**

Telefon: (030) 365 62 24

Verkauf mit Service HIER bei uns in Kladow!

Dringend - Volleyballtrainer*in gesucht!

Wer sucht?	Die Herren I der Volleyballabteilung – VVB-Bezirksliga
Wen suchen wir?	Eine*n erfahrene*n Volleyballtrainer*in (bestenfalls mit Lizenz)
Wann?	Zum nächstmöglichen Zeitpunkt
Trainingszeiten:	Di 20:00 – 21:45 Uhr Fr 20:00 – 21:30 Uhr

Wir brauchen Unterstützung:

Während unsere Volleyballabteilung wächst und gedeiht, haben wir in der Spitze einige Probleme: Die 1. Herren suchen eine*n Trainer*in!

In der letzten Saison sind wir aus der Bezirksklasse in die höhere Bezirksliga aufgestiegen und versuchen seitdem, uns in dem höheren Spielniveau zu etablieren. Nach dem Abschied unseres letzten Trainers nach Saisonende suchen wir nun eine unterstützende Kraft, die ein ambitioniertes Team von der Seitenlinie aus professionell unterstützen, fördern und weiterentwickeln kann!

Wenn ihr euch vorstellen könnt, unser Training zu leiten oder jemanden kennt, der sich dieser Aufgabe gerne annehmen würde, meldet euch bei:

ronas.karadag@gmx.de

Das Training wird selbstverständlich angemessen entlohnt.

Ronas Karadag für die 1. Herren



hermann

Elektro

Inh. Olaf Rosendahl

Meisterbetrieb seit 1967

E HANDWERK
Innungsfachbetrieb



Kundendienst
Komplett-Sanierung
Alarmanlagen
E-Check
Torantriebe
Sprechanlagen
Rauchwarnmelder
Planung und Beratung

Hermann Elektro e. K.

Tel.: (0 30) 365 46 13

www.hermannelektro.de



Endlich wieder Wettkämpfe: Der Internationale X-tra Cup am 29.10.2022

Am 29.10.2022 war es endlich mal wieder so weit: Die SFK Taekwondo-Sektion nahm an einem Kyorugi-Turnier teil. Nach der langen Coronapause, deren Ausläufer ja immer noch zu spüren sind, macht es gleich doppelt Spaß, sich mit Sportlern aus anderen Vereinen zu messen.

Aufgrund der breiten Leserschaft eine kurze Erklärung. Im Taekwondo gibt es zwei verschiedene Arten an Turnieren: Poomsae (Formenlauf, klassisch oder Freestyle) und Kyorugi (Freikampf).

In Poomsae-Turnieren geht es um die Perfektionierung von Technik-Abläufen, die zum Großteil zu gefährlich für den Freikampf sind (z. B. Handkantenschläge zum Hals) und daher ohne Gegner oder nur in Nullkontakt ausgeführt werden.

Kyorugi-Turniere thematisieren dem-

gegenüber das Kräfteressen im Vollkontakt mit einem Gegner. Gewinnen kann man nach Punkten oder durch den Knock-out (KO) des Gegners. Der Kyorugi-Fokus liegt auf Kick-Techniken oberhalb der Hüfte, mit Punktbewertungen für Kopf- und Dreh-Kicks. Diese Taekwondo-Sparte ist auch als olympisches Taekwondo bekannt, da sie Teil der Olympischen Spiele ist.

Entsprechend professionell sind die Standards. Zum Beispiel werden Treffer anhand elektrischer Sensoren



Neueröffnung



Neue
Bewirtschaftung



PALAIS AM SEE

Gaumenschmaushäuschen Palais am See

Leckere Grillspezialitäten to go

Cevapcici, Kobasice, Plejskavica, Nackensteak im Brot mit Aijvar/Soße und Salat
Glühwein und kalte Getränke sowie Palatschinken

Imchenallee 46 · 14089 Berlin · Tel.: 0178-40 50 805 · E-Mail: palais-am-see@gmx.de



ermittelt und es gibt sehr fein reglementierte Fallunterscheidungen – zum Beispiel bezüglich der Bedingungen, zu denen es erlaubt ist, den Gegner von sich wegzustoßen.

Da der Kampf nicht wie in anderen Kampfsportarten wie Karate nach einem Treffer unterbrochen wird, sondern bis zum Ende einer Runde oder bis zu einem KO weiterläuft, kann es

ganz schön „heiß hergehen“ - mit beispielsweise drei Kopftreffern innerhalb weniger Sekunden. Die Kicks erfolgen zum Teil so schnell, dass man mit bloßem Auge nur schwer erkennen kann, was genau passiert ist.

Auch aus diesem Grund war das Turnier für Michael und mich etwas ganz Besonderes: Wir nahmen zum ersten Mal als Kyorugi-Kampfrichter

teil. Statt zu kämpfen, ist man dabei für die Einhaltung der Regeln und für die Bewertung von Zusatz- und Strafpunkten zuständig (je nach Rolle). Aufgrund der vielfältigen Regeln und zugehörigen Handzeichen hat man dort ordentlich zu tun.

Als Kampfrichter muss man in der Hitze des Gefechts schnelle Entscheidungen und Abwägungen treffen.



Dr. med. Andreas Pingsmann* - Alexander Friedebold* - Dr. med. Oliver Rehm*

Dr. med. Frank Sülletrup - Spiridoula Coskina

**Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie
D-Ärzte***

- Kita-, Schul- und Arbeitsunfälle
- Sportmedizin (u.a. Golfmedizin)
- Arthrosetherapie
- Kinderorthopädie
- Sonografie der Säuglingshüfte
- Osteologie (DVO)
- Knochendichte-Messung
- Manuelle Therapie / Chirotherapie
- Physikalische Therapie
- Akupunktur
- Stoßwellentherapie
- ACP-Therapie
- Rheumatologie
- Gutachten

Ambulante und stationäre Operationen

Arthroskopie - Gelenkersatz im zertifizierten Endoprothesenzentrum - Fußchirurgie - Unfallchirurgische Eingriffe
Achskorrektur - Handchirurgie - Rheumachirurgie

Gatower Straße 241 · 14089 Berlin - Gatow · Telefon: 36 20 30 · Telefax: 36 20 31 95 · www.biberburg.de

fen und fallweise einschreiten, was die Sache durchaus sehr spannend macht. Die größte Herausforderung war es, nach Verlassen der Halle wieder zu einem normalen Umgangston zurückzukehren, da die bei den Großen vorgegebene Kommunikation relativ direkt ist. Den Kleinen haben wir bei Ermahnungen freundlich die Regeln erklärt - sie können diese ja noch nicht alle kennen.

Auch für unsere Kämpfer und Kämpferinnen war das Turnier sehr spannend und lehrreich. Insbesondere freue ich mich persönlich sehr, dass für keinen von uns per „Doctor! Doctor!“ ein Arzt herangerufen werden musste. Unsere Debütanten und erfahrenen Wettkämpfer haben sich meines Erachtens toll behauptet, stets super die Nerven behalten und schön gekickt.

In diesem Sinne gratulieren wir unseren Kämpfern und Kämpferinnen und freuen uns auf die nächsten Turniere! Ebenso sehr freuen wir uns natürlich auf die ganz normalen Trainings mit allen Taekwondo-Mitgliedern bei uns im Verein.

Moritz Krebs



Jetzt auch in Ihrer Nähe!

Besuchen Sie uns in den neuen Büroräumen.
Wir freuen uns auf Sie.

Service-Center

Krumm

Leonardo-da-Vinci-Straße 52, 14089 Berlin

Tel 030 69 81 81 03

philipp.krumm@ergo.de

www.philipp-krumm.ergo.de

ERGO

Neue Orte erschließen: Fußballsommercamp 2022 der Sportfreunde Kladow



Das traditionelle Fußballsommercamp fand wie gewohnt in der letzten Sommerferienwoche vom 15.08.2022 bis 19.08.2022 statt. Es war wieder einmal nach kurzer Zeit ausgebucht und 91 begeisterte Jungen und Mädchen nahmen dieses Jahr teil, betreut

von 30 Trainerinnen und Trainern aus unserer Jugend- und Erwachsenenabteilung.

Das diesjährige Fußballcamp stand unter großen logistischen Herausforderungen. Unser gewohnter Fußball-

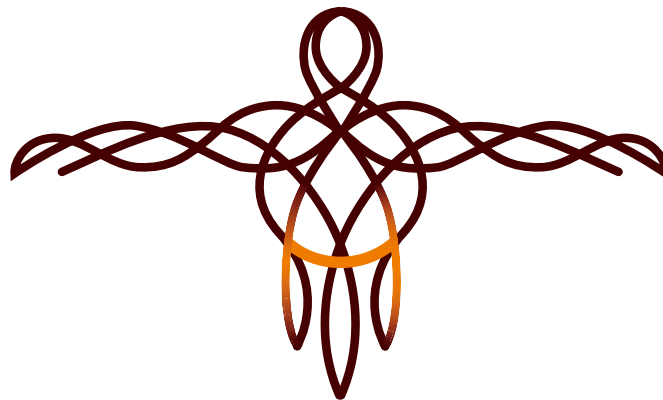
platz am Gößweinsteiner Gang konnte nach jahrelangen Diskussionen mit Politik und Verwaltung des Bezirksamt Spandau endlich zumindest teilsaniert werden. Das war zwar gut, aber die Bauarbeiten starteten erst in der Woche vor dem Feriencamp.



So mussten wir auf den Sportplatz in der Landstadt am Hans-Carossa-Gymnasium ausweichen, das hieß, zusätzliche Tore, Mini-Tore, Tornetze

und sonstiges Sport- und Trainingsmaterial mussten verlagert werden, verschiedene Genehmigungen für die Nutzung der Sporthalle zum Um-

ziehen und Lagern von Materialien, die Nutzung des Schulhofs für die Getränke- und Obst-/Gemüseversorgung sowie die Mensa zur Einnahme



Hohner

PHYSIOTHERAPIE

 030 - 36 50 05 90

 Ritterfelddamm 37, 14089 Berlin
 physio@hohner-therapie.de



des Mittagessens mussten beantragt werden (Vielen Dank an unsere Geschäftsstelle!). Wir waren aber glücklicherweise frühzeitig auf dieses Szenario vorbereitet, da genug unserer Trainer im öffentlichen Dienst sind und wissen, wie langsam manche Mühlen mahlen...

Unser Sportcasino übernahm wie gewohnt die Bewirtung zum Mittag,

durfte die Mensa jedoch nicht zur Essenszubereitung nutzen, sodass die Vorbereitung am Gößweinsteiner Gang erfolgen musste und das Essen anschließend zur Schule gebracht wurde. Auch hier ein Lob für den reibungslosen Ablauf.

Zusammenfassend kann man sagen, dass wir das als Fußballabteilung wieder einmal phänomenal hinbe-

kommen haben und uns schon auf das Fußball-Sommerncamp 2023 freuen, dann wieder auf unserem angestammten Sportplatz!

Vielen Dank an alle Beteiligten, die dazu beigetragen haben, dass trotz der Umstände alles so reibungslos ablief.

Siegfried Meier

RESTAURANT

Griechische
Spezialitäten

KORFU

Glienicker Dorfstr. 15 - 14476 Groß Glienicke - www.korfu-gg.de

Wir freuen uns auf Sie!

Mo, Mi - Do 16:00 - 24:00 Uhr

Fr - So/Feiertag 12:00 - 24:00 Uhr

Warme Küche bis 22:00 Uhr

Di Ruhetag (außer an Feiertagen)

Tel.: 033201 - 50 60 4

Kompetenz in Raum und Farbe

Alexander Kranz GmbH

Malermeisterbetrieb



- sämtliche Malerarbeiten
- Fußbodenbeläge
- Fassadengestaltung
- Wärmedämmverbundsysteme

Privatstraße 41
14089 Berlin

Telefon: (030) 33 50 71 19 oder Mobil: 0178-335 66 45

www.kranz-malermeister.de



GesundZeit
für Sie!



Märkische Apotheke Kladow
Kladower Damm 366 · 14089 Berlin
Telefon 030 36801900 · info@mapok.de

Öffnungszeiten
Mo., Di., Do. 8.30 – 19.00 Uhr
Mi., Fr. 8.30 – 18.30 Uhr
Sa. 8.30 – 14.00 Uhr

mapok.de

facebook.com/maerkischeapothekekladow

instagram.com/maerkische_apotheke_kladow

Das Wettkampfsjahr 2022 der Turnmäuse

Die Turnmäuse sind eine Mädchen-Turngruppe, aktuell im Alter von 9 bis 11 Jahren, die einmal in der Woche die vier Mädchen-Turngeräte Sprung, Reck, Balken und Boden trainiert. Für den Spaß zwischendurch werden auch mal die Ringe oder das Trampolin aufgebaut. Um das Gelernte zeigen zu können, nehmen sie gerne an Wettkämpfen teil.

Jahrgangsbestenwettkampf P4

Am 15.05.2022 fand nach der langen Coronapause endlich mal wieder ein Turnwettkampf statt: die Jahrgangsbestenwettkämpfe in der Leistungsstufe P4. Die Vorfreude war riesig!

Wie immer mussten wir schon um 9 Uhr in Weißensee sein, was der Motivation und guten Laune der Mädels aber keinen Abbruch tat. Da einige der Mädchen aus unserem alten Mannschaftsanzug herausgewachsen waren – kein Wunder nach zwei Jahren Pause – und es mehrere Neu-

zugänge gab, wurde ein paar Tage vor dem Wettkampf noch schnell ein neuer toller Anzug mit viel Glitzer bestellt, in dem es sich gleich noch viel leichter turnen lassen sollte.

Der gesteigerte Ehrgeiz, heraufbeschworen durch das Wettkampf-Fee-ling, war bei allen spürbar, sodass bei einigen Mädels sogar Elemente klappten, die im Training nie funktionieren wollten.

Am Ende wurden wir für unsere Mühe mit vielen guten Platzierungen belohnt, die ihr im Ergebniscenter im Detail nachlesen könnt.



rolf RECHTSANWALT goeke



Ihre Ziele und Ihr Erfolg stehen im Mittelpunkt meiner Arbeit.
persönlich · individuell · erfahren · kompetent

- Inkassorecht ◦ Schuldnerberatung
- Zwangsversteigerungsrecht
- Arbeitsrecht ◦ Verkehrsrecht ◦ Mietrecht

Käthe-Paulus-Zeile 9 · 14089 Berlin
Telefon: 030-36 99 18 89
Mobil: 0176 - 83 31 89 54

E-Mail: goeke@anwalt-goeke.de · www.anwalt-goeke.de

Kindermehrkampftag 2022

Am 19.06.2022 machten sich die Turnmäuse bei prophezeiten 37 Grad auf zum fröhlichen Schwitzen beim Kindermehrkampf. Ausgetragen wurde der Wettbewerb, der aus den Disziplinen Turnen, Leichtathletik und Schwimmen besteht, auf dem Polizeigelände in Ruhleben. Unsere kleine Floppi wurde aufgrund ihres Jahrgangs einer anderen Riege zu-

geteilt und absolvierte ihren Wettkampf trotz einiger organisatorischer Schwierigkeiten souverän mit der Unterstützung von Flori (unsere Co-Trainerin), die sie liebevoll betreute.

Wir hatten zum Glück die bestmögliche Reihenfolge zugeteilt bekommen und starteten bei noch erträglichen Temperaturen mit der P5 am Reck und mit dem Bodenturnen in der Halle. Es zeigte sich wieder ein-

mal ein großartiger Wettkampfsgeist, sodass alle Übungen super klappten, manche sogar wieder besser als im Training. Im Anschluss ging es weiter zum Weitsprung, bei dem alle Mädels jeweils zwei gültige Sprünge zeigten, wonach der 50 m-Sprint in der prallen Sonne absolviert werden musste. Aber alle Mädchen kamen mit einer guten Zeit und ohne Sonnenstich durchs Ziel. Für nächstes Jahr werden wir mal an Startblöcken üben,



DR. CARMEN PEIKERT
FACHZAHNÄRZTIN FÜR
KIEFERORTHOPÄDIE

ALT-KLADOW 25

030-2009696-0

INFO@KFO-PRAXIS-PEIKERT.DE

- Gesunde und gerade Zähne mit einem strahlenden Lächeln – eine schöne Visitenkarte
- Kieferorthopädische Frühbehandlung im Milch- und Wechselgebiss – eine gute Prophylaxe
- Ganzheitlicher Behandlungsansatz – u.a. mit Bionatortherapie
- Für Jugendliche und Erwachsene – die fast unsichtbaren Zahnspangen



Gerade Zähne
lachen schöner!

Und sind gesünder!

WWW.KFO-PRAXIS-PEIKERT.DE



vielleicht kann dadurch noch die ein oder andere Zehntelsekunde gespart werden.

Zur Abkühlung zogen wir als Abschluss weiter ins Schwimmbad. Nach einer kleinen Verwirrung, nach welchem Pfiff man denn nun starten müsse, schafften alle Mädels souverän ihre 50 m im Freistil. Floppi musste als jüngste nur einmal die 25m-Bahn bezwingen. Wir waren schnell durch mit unserem Wettkampf, mussten dann aber noch über 2 Std. auf die Siegerehrung warten. Die Zeit vertrieben sich einige der Mädels mit Flori unter dem Rasensprenger. Am Ende erzielten wir als reine Turnerinnen in

diesem Mehrkampf super Platzierungen, Florentine G., Sarah S., Maja K. und Lilly K. schafften es in ihren Jahrgängen sogar unter die zehn besten Mehrkämpferinnen. Auch Annabelle H., Helena M., Annika E. und Isabell W. können mit ihren erreichten Plätzen bei der großen Konkurrenz sehr zufrieden sein.

P4 – Mannschaftskampf

Bei diesem Wettkampf zeigte sich wieder einmal, wie spontan meine Turnmäuse mit ihren Eltern doch sein können, da wir nach nur sehr kurzer Ausschreibungsfrist im Internet und

trotz Terminverlegung mit einer vollständigen Mannschaft am 17.09.2022 wieder in Weißensee antreten konnten. Die Mannschaft mit Bintia B., Annika E., Lilly K., Maja K., Helena M. und Sarah S. turnte sich dabei auf den hervorragenden 1. Platz, herzlichen Glückwunsch!

Mit diesem Wettkampf haben wir uns von der P4 verabschiedet und werden für das nächste Jahr intensiv in der P5 an allen Geräten arbeiten. Flori und ich sind sehr stolz auf Euch alle und Ihr auf Euch selbst hoffentlich auch! Ich freue mich auf das weitere Training mit euch und auf eure Fortschritte beim Überschlag, Flickflack und der Kippe. Flori wünschen wir viel Spaß bei ihrem Auslandsjahr!

Interessierte turnbegeisterte Mädchen im Alter von 7 bis 12 Jahren sind stets herzlich willkommen, an einem Probetraining teilzunehmen, wir trainieren dienstags von 16:00 bis 17:30 in der Turnhalle am Windmühlenberg in Gatow.

Katrin Korpus



SELBST . BEWUSST . SEIN

**Yogatherapie & Wellnessmassagen
mit persönlicher Betreuung und individueller Beratung**

Tag des Kinderturnens am 13.11.2022

Seit dem Sommer 2022 sind wir Mitglied im Kinderturnclub des DTB.

Am 13.11.2022 haben wir zum ersten Mal am „TAG DES KINDERTURNENS“ teilgenommen und in der Turnhalle des Hans-Carossa-Gymnasiums für ca. 100 Kinder und deren Eltern von 11:00-15:00 Uhr eine tolle Veranstaltung durchgeführt.

Es gab einen vom DTB vorgegebenen Parcours und für jedes Kind eine eigene Stationskarte. Die Kinder konnten an sechs Stationen mit unterschiedlichen Anforderungen balancieren,



Life-Coaching & Hypnosetherapie

Es braucht oft nur kleine Schritte zur Veränderung!

Was bewegt Sie?

Finden Sie schneller Klarheit für viele Lebensthemen und blockierende Verhaltensweisen:

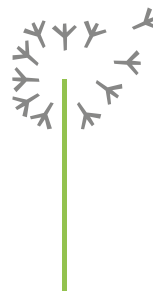
Abnehmen und Rauchentwöhnung

Bewältigung von Stress und Blockaden

Konfliktbewältigung in Beruf und Partnerschaft

Stärkung des Selbstbewusstseins · Resilienz

Neu & erfolgreich: **Meditation** · Einzelcoaching und Workshops



annett geppert

www.annettgeppert.de

Dipl.-Kffr. Annett Geppert · Ritterfelddamm 177A · 14089 Berlin · Termine unter: 0171-974 12 93

hüpfen, seilspringen, Sinneserfahrungen sammeln und Teamarbeit erproben.

Um dem großen Andrang gerecht zu werden und den Kindern weitere Anreize zu geben, haben wir parallel dazu eine Bewegungslandschaft aufgebaut. Dort konnten die Kinder auf dem Schwebebalken balancieren, am Stufenbarren turnen, an den Ringen endlos schaukeln und über unterschiedlich hohe Kästen auf Matten springen. Am Ende gab es für alle eine Urkunde und einen Button.

Wir bedanken uns bei allen Helfer*innen, Eltern und Großeltern, die großzügig gespendet und bei den Kindern, die fleißig mitgemacht haben. Wir freuen uns schon auf die nächste Veranstaltung mit euch!

Maresa
für den Vorstand
Gymnastik und Turnen



Fabian Rohde

Notar · Rechtsanwalt

Fachanwalt für
Miet- und WEG-Recht



Notar
in Kladow

- Grundstückskaufverträge
- vorweggenommene Erbfolge
- Testamente
- Vorsorgevollmachten
- Wohnraummietrecht für Vermieter
- Gewerbemietrecht
- Wohnungseigentumsrecht

Sakrower Landstr. 23
14089 Berlin

Tel.: 030 - 24 03 56 30
info@notar-rohde.de

www.notar-rohde.de

Eine tolle Trainerin und großartige Person: Wir sagen Danke!

Mir ist die große Ehre zuteilgeworden, einer langjährigen Übungsleiterin unserer Abteilung DANKE zu sagen. Doch wie fängt man an, wenn man selbst emotional betroffen ist?

Egal wie viele Fakten ich über sie nenne, selbst alle zusammen können nicht deutlich machen, in welchem Maße sie insbesondere den Bereich Tanzen in unserer Abteilung geprägt hat. Und dennoch ist es beeindruckend, wenn wir darauf zurückblicken, wie sie im Jahr 1999 im Alter von 16 Jahren vom aktiven Mitglied (seit 1987!) beim Geräte- und Showturnen sowie dem Tanzen zu

einer engagierten Übungsleiterin wurde. Ihre fröhliche und herzliche Art hat viele Kinder und Jugendliche begeistert! Ihre kreativen Choreografien – auch in Zusammenarbeit mit anderen Übungsleiterinnen – haben uns einige Siege in Tanz- und Turnwettbewerben eingebracht.

Auch ich durfte sie 2005 kennenlernen und einige dieser Ereignisse miterleben. Ich kann aus eigener Erfahrung berichten, dass sie es geschafft hat, immer Freude am Tanzen zu vermitteln, nie Druck entstehen zu lassen (selbst bei Wettkämpfen) und immer eine positive Gruppendynamik zu entwickeln. Was es heißt, Mitglied eines Vereins zu sein, was man dadurch erleben, lernen und schaffen kann, das hat sie ganz nebenbei weitergegeben. Ohne sie wäre ich heute vielleicht keine Übungsleiterin.

So viele Events hat sie für und mit ihren Gruppen auf die Beine gestellt. Egal, ob Auftritte, Ausflüge, Reisen,... die ganze Abteilung blickt gerne darauf zurück. Und ich freue mich, nach dreijähriger Pause das durch sie



entstandene, schon fast traditionelle Weihnachtstänzen in diesem Jahr wieder fortführen zu können.

Durch sie hat sich der Bereich des Tanzens im Verein in seine heutige Form entwickelt. Sie hat die tänzerische Früherziehung und den kreativen Kindertanz bei uns etabliert und geprägt.

Nun ist sie in einen neuen beruflichen Abschnitt ihres Lebens eingetaucht, der leider dazu führte, dass sie sich im September von ihrer letzten Tanzgruppe verabschieden musste. Sie fehlt hier sehr (Ich darf das sagen, denn ich habe seit 17 Jahren donnerstagnachmittags bei ihr getanzt). Und dennoch ...

Liebe Julie,

im Namen des Vorstands der Abteilung Gymnastik und Turnen möchte ich mich ganz herzlich für dein En-



gagement, deine Kreativität, deine Fröhlichkeit und deine Motivation bedanken. Du hast die Sportfreunde Kladow in den letzten 35 Jahren sehr bereichert! Wir wünschen dir für deine berufliche und private Zukunft alles Gute. Du weißt, wir freuen uns

sehr, wenn sich eine Möglichkeit ergibt, dich irgendwann einmal wieder bei uns begrüßen zu dürfen.

Janina
für den Vorstand der Abteilung
Gymnastik und Turnen

**Wir bieten Ihnen immer
ein Lächeln und natürlich
ein offenes Ohr, aber auch...**



- ♥ **Kostenloser Hörtest** und Erstellung Ihres individuellen Hörprofils.
- ♥ Lieferant **aller Hersteller**
- ♥ **Kostenloses Probetragen** aller Systeme
- ♥ Kopfhörersets, Batterien, Pflegemittel und **alles was zum guten hören dazu gehört.**

Mo bis Do: 9 – 18 Uhr / Fr: 9 – 15 Uhr
und jederzeit gerne nach Vereinbarung.

Sakrower Landstraße 23 • 14089 Berlin

info@kladower-hoeren.de
www.kladower-hoeren.de

☎ **030 36 99 62 72**

**KLADOWER
HÖREN**  DUNJA
KUHLMEY





Ein unglaubliches Erlebnis: Showauftritt im Velodrom!

Liebe Leser,
bei diesem Artikel geht nicht um einen Wettkampf. Zumindest nicht um einen Wettbewerb im „normalen“ Wettkampfmodus. Diesmal bestand die Aufgabe darin, in kurzer Zeit ein gemeinsames Programm zu erlernen und dann auch noch die Angst vor einem AUSRUTSCHER zu unterdrücken. Die Kunstradfahrer des SF KLADOW hatten nach langer Zeit wieder einen Auftritt: Diesmal konnten wir beim Herbstfinale von *Jugend trainiert für Olympia & Paralympics* im Velodrom auftreten. In etwa 4500 Sportler aus allen Bundesländern feierten ihr Finale in Berlin und wir durften als Showact zwischen den Siegerehrungen auftreten. Ein ganz besonderer Moment, der „glatt“ gemeistert wurde.

Aber beginnen wir mit der Vorbereitung: Kurz vor den Sommerferien erhielt Nicole über den Berliner Rad-

sportverband die Anfrage, ob wir nicht als Showact bei Jugend trainiert auftreten wollen. Die Entscheidung war schnell getroffen: Ja, wir wollten unser Können endlich wieder einmal als Showgruppe unter Beweis stellen. Unser letzter großer Show-Auftritt in der Mercedes-Benz Arena war schließlich 2020 beim Feuerwerk der Turnkunst.

Die damalige Choreografie war mit den aktiven Sportlern nicht mehr umzusetzen. Also setzten sich Nicole und Henrike zusammen und entwickelten eine neue Choreo: Die Musik

wurde ausgesucht und die einzelnen Übungssteile mussten zu einer großartigen und abwechslungsreichen Darbietung zusammengestellt werden. Ist es im Wettkampf relativ einfach, einzelne Übungen zu kombinieren, so musste jetzt nicht nur auf Fehlerfreiheit, sondern auch auf flüssige und vor allem abwechslungsreiche Übungen gesetzt werden: Einräder und Kunsträder zusammen auf einer Fläche.

Leider standen die Sommerferien vor der Tür und wir konnten erst danach wieder trainieren. Gerade mal vier

Wir verwalten Ihre Wohn- und/oder Gewerbeimmobilie oder auch Ihre Immobilienfonds

kostengünstig, wirtschaftlich und kommunikationsstark - von A bis Z

TRIOS
Hausverwaltungs-
gesellschaft mbH

Leistungen

- Mietverwaltung
- WEG-Verwaltung
- SE-Verwaltung

Vertrauen Sie auf bewährte Immobilienkompetenz! Vertrauen Sie auf Trios!

Wiesendamm 21/23 · 13597 Berlin

Telefon: (030) 30 06 01 23

E-Mail: info@trios-gmbh.de · www.trios-gmbh.de



Wochen mit neun Terminen inklusive Generalprobe waren uns möglich. Nur an zwei Trainingstagen konnten alle Sportler zusammen trainieren. Also wurden von Henrike für alle Sportler Übungsvideos und Ablaufpläne erstellt, damit auch außerhalb des Trainings zumindest theoretisch geübt werden konnte. Bis kurz vor dem Auftritt wurden noch Änderungen am Programm vorgenommen und manch ein Sportler musste sich noch kurzfristig umstellen. Die Anspannung war bei vielen zu spüren - wir hofften sehr, dass alles „glatt“ laufen würde. Von der Veranstaltungsleitung erhielten wir einen eng gesteckten Zeitplan. Gerade mal 15 Minuten waren für die Probe eingeplant.

Im Velodrom angekommen dann der Schock: Waren wir in der richtigen Halle? Oder waren wir bei Holliday on Ice?! Was war das für ein Bodenbelag?

Glatt, glatter, Velodrom! Ein schwarzer Boden, poliert und rutschig und in der Mitte noch ein Kabelschacht. Hier kann man doch nicht fahren, das war der allgemeine Tenor unserer Sportler. Wir wollten es aber dennoch probieren, schließlich haben wir uns intensiv auf diesen Moment vorbereitet. Die Probe verlief dann leider auch nicht ohne Probleme: Alex verletzte sich bei einer Übung und konnte leider nicht mehr weitermachen. Kurzfristig musste also nochmal umgestellt werden.

Die Anspannung stieg mit jeder Minute und das Velodrom war bis zum letzten Platz mit Schülern, Lehrern und Sportbegeisterten aus allen Bundesländern gefüllt. Nationalhymne, das olympische Feuer, Olympiasieger und eine professionelle Moderation mit Videoübertragung machten diesen Abend zu einem besonderen Erlebnis. Und dann war es so weit: Die

Sportler der Sportfreunde Kladow wurden anmoderiert. Jeder hat seine Position eingenommen und dann ging es los. Die Musik begann und von den Rängen hörte man „Ahhs“ und „Ohhs“ und Applaus für die Darbietungen. Ein Wechsel aus Einrad- und Kunstradmotiven im Takt der Musik sorgten für einen olympiareifen Auftritt, der GLATT über die Bühne ging. Erleichterung machte sich bei allen Beteiligten breit.

Jeder Teilnehmer kann stolz auf sich sein, hat sich doch wieder einmal gezeigt, wie viel Professionalität in unseren Sportlern steckt. Es sieht so leicht aus – aber von der ersten Idee am Gartentisch bis zur Verbeugung am Ende auf der Bühne stecken viel Schweiß und Arbeit. Allen Beteiligten vielen Dank für Eure Leistung und Unterstützung!

Sebastian Viergott



Ihre Haare sind unsere Stärke!
Unser nettes Team freut sich auf Sie!



Friseursalon Haar'genau Krampnitzer Weg 2a 14089 Berlin-Kladow	Wir sind für Sie da Dienstag bis Freitag 9:00 bis 18:00 Uhr	Samstag 9:00 bis 14:00 Uhr
Telefon (030) 36 80 82 36		www.salonhaargenaukladow.de

Kladow-Cross SFK sagt DANKE!

Nachdem unsere Voranmeldung bis Sonntag (30.10.) eher schleppend verlief, konnten wir uns am Ende des verlängerten Voranmeldeschlusses am 02.11.2022 dann doch noch über eine annehmbare Beteiligung freuen. Eine Schönwettergarantie gibt es für einen Crosslauf zwar nicht, aber Kladow/Gatow war beim diesjährigen Kladow-Cross auf der Sonnenseite – „Bilderbuch-Geländelauf-Wetter“. Bei

also besten Bedingungen strömten Läufer/Läuferinnen und Eltern in den Gatower Forst. Ab 08:30 Uhr konnten die Startnummern abgeholt und die Strecken gesichtet werden. Nach einem ausgiebigen Warm-up und sich Sammeln der einzelnen Laufgruppen fiel pünktlich um 10 Uhr der Startschuss für die 400 Meter Mini-Cross.

Nach und nach folgten fünf weitere Läufe: Der mit 45 Starterinnen und Startern am besten besuchte 1.100 m Bambini Cross der Jahrgänge 2012-2015, im Anschluss der Kids Cross 1 und 2 mit 1.600 bzw. 2.600 m.

Den Abschluss bildeten der Mittel- und Langstreckenlauf. 41 Läuferinnen und Läufer nahmen die Herausforderungen der 4,35 und 8,6 km an. Im Kampf um die Plätze wurde in allen Geländeläufen durch den Gatower Forst für Spannung gesorgt, denn es gab kurze, knackige Anstiege und Bergab-Passagen, die es in sich hatten. Eltern und Vereinskamerad*innen „peitschten“ mit Anfeuerungsrufen, Klatschen und Rassen ihre Teilnehmer*innen Stück für Stück ins Ziel. Alle ausgeschriebenen Strecken besaßen definitiv den Charakter eines Crosslaufes. Nicht nur der Abschnitt vom „Feel the Spirit Cross“, der zweimal zu bewältigen war, selbst der Nachwuchs und ihre entsprechenden Strecken mussten ihre Geländelauf-tauglichkeit unter Beweis stellen.

Zu den Kinder- und Jugendläufen kam der OSC aus Schöneberg mit einem großen Aufgebot von Sportlerinnen & Sportlern, ihr Fazit:

„Schöne Einstimmung auf die Berliner Cross-Meisterschaften, eine gelungene und gute Vorbereitung auf den wichtigen Wettkampf im Reiterstadion!“ Vielen Dank! Es ist immer wieder schön, euch bei uns in Kladow/Gatow begrüßen zu dürfen.

Am Ende gab es für alle Teilnehmer



Start der Minis



PARTYLITE®

Kerzen • Deko • Accessoires
Party buchen • Online Shop

*Die Kunst ein Ambiente
zu schaffen*



Antje Prentki
Handelsvertreterin



Tel.: 0177 - 524 36 87

<https://antje-prentki.partylite.de/>

Medaillen und jeweils die ersten 3 Plätze durften standesgemäß auf das hölzerne Siegerpodest, so wie beim Crosslauf im Gatower Forst üblich.

Unterstützt wurden wir, wie schon im letzten Jahr vom Sport-Service Falkensee, vom Revierförster aus Gatow und – neu dazugekommen – Meilenweit, dem Laufladen aus Potsdam mit PUMA und MIZUNO im Angebot. Die Medaillen kamen von Mischke Pokale – an dieser Stelle unser herzliches Dankeschön an alle für die professionelle Zusammenar-

beit. Eine Ehrung der besonderen Art mit Ständchen-Einlage wurde spontan unserem Revierförster Christian Eckert zuteil, anlässlich seines Geburtstages wenige Tage zuvor. Er war sehr gerührt!

Zu guter Letzt möchten wir nicht vergessen, unseren Dank allen Helferinnen und Helfern vor Ort auszusprechen, auch und vor allem denen, die teilweise spontan mitgeholfen haben. Vielen Dank dafür, denn ohne euch ist eine solche Veranstaltung nicht bzw. nur eingeschränkt möglich!

Wir freuen uns schon heute aufs nächste Jahr – wenn es wieder heißt:

Auf in den Spandauer Süden zum **Crosslaufen** bei den Sportfreunden im Gatower Forst, zum Vormerken: **Sonntag, 12. November 2023**

Bis dahin wünschen wir euch eine erfolgreiche und verletzungsfreie Zeit. Bleibt alle gesund!

*Fotos & Text
Kathrin Hoyer
Abt. LA*



Anmerkung der Abteilung:

Wir suchen DICH!

Wenn jemand unterstützend an vereinsinternen Veranstaltungen mitwirken oder selbst gerne einmal einen Blick hinter die Organisations-Kulissen werfen möchte, nur zu! Jede*r ist stets eingeladen, sich unter leichtathletik@sf-kladow.de als freiwillige(r) Helfer*in zu melden, denn die kann es gar nicht genug geben...

Bestattungshaus Cladow

☎ 030 365 00 838

24h telefonisch erreichbar



Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Erledigung aller Formalitäten
Bestattungsvorsorge

Parnemannweg 31 14089 Berlin

info@bestattungshaus-cladow.de

www.bestattungshaus-cladow.de

Ein tolles Team! Die KiLa-Saison der U10 und Sportfeste

Wir wollen gar nicht so viel schreiben, da wir wissen, dass ihr Kinder euch immer freut, wenn ihr viele Fotos seht. Wir haben euch auch schon alles gesagt... nun noch mal kurz für die anderen Leser:

Unsere Trainingsgruppe ist sehr fleißig, motiviert, ein tolles Team mit großem Zusammenhalt und noch unfassbar erfolgreich dazu: Im KiLa Cup hat das Team Kladower Havelhaie mit fünf Siegen bei sechs Wettkämpfen (im ersten Wettkampf waren wir 2.) einen klaren Saisonsieg erreicht! Das Team *Kladower Flugfeldfalken* wurde in der Gesamtwertung starker Vierter (Saisonergebnisse: 2.-4.-4.-2.-3. Platz). Es fehlten nur zwei Punkte auf Platz zwei in der Gesamtabrechnung!! Kein Verein hat jemals zwei so starke Teams gehabt! Das Team *Kladower Ritterfeldraben*, welches nur beim Kladow Cup zum Einsatz kam, wurde zudem beim Kladow Cup als drittes Team vom SF Kladow Vierter!! So viele sportliche Kinder haben wir in Kladow!

Bei den Sportfesten in Rathenow und Hohen Neuendorf habt ihr auch tolle Platzierungen erreicht (siehe hinten bei „Ergebnisse“). Ein Höhepunkt waren die Staffelläufe!! Wir hatten gar nicht so viel Zeit zum Üben und einige von euch haben noch nie vorher einen Stabwechsel gemacht. Bei einem großen Starterfeld habt ihr mit jeweils zwei Teams (Jungen und Mädchen) nur Podestplätze erreicht... Und die Wechsel waren traumhaft... Wer sich gut versteht, wechselt auch gut! Wir Trainer und alle Eltern waren begeistert und hatten Gänsehaut, weil es so toll aussah, wie ihr euch „blind“ vertraut habt.

Unser Saisonende haben wir schließlich im Rutschenpark in der Buga



• Stoffverkauf und Nähschule •

Sakrower Landstrasse 23 • 14089 Berlin-Kladow



Bleibt kreativ und neugierig!
Wir unterstützen Euch mit neuen Möglichkeiten.

Eure Nicole und Maike

Telefon:
030 - 36 99 18 88



info@pom-alles-aus-stoff.de

www.pom-alles-aus-stoff.de



ENTDECKE DEN PROACE VERSO ELECTRIC.



DER TOYOTA PROACE VERSO ELECTRIC

Vollelektrisch und emissionsfrei Fahren! Mit bis zu 6,6 m³ Ladevolumen und ausreichend Platz für bis zu 7 Personen. Ohne Kompromisse bei Leistung und Zuverlässigkeit.

- **Reichweite:** Je nach Batterie (50 kWh- oder 75-kWh) bis zu 230 bzw. 330 km.
- **Batterie-Garantie:** 8 Jahre bzw. 160.000 km für 70% der Ladekapazität.
- **Laden:** an Haushaltssteckdose, Wallbox oder öffentlich verfügbarer 100 kW-Schnellladestation
- **Niedrige Betriebskosten:** durch erhebliche Einsparungen bei Kraftstoff, Steuern und Wartung.
- **Null Emissionen:** Der emissionsfreie Motor des Proace Electric sichert freies Fahren in der Stadt und an vielen Orten kostenloses oder vergünstigtes Parken.

Stromverbrauch Toyota Proace Verso Electric, 100 kW (136 PS) vollelektrisch, kombiniert 28,0-26,9/26,6-25,3 kWh/100 km. (Batteriekapazität 75 kWh/50 kWh), CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km, elektrische Reichweite (EAER): 314-302/219-209 km und elektrische Reichweite (EAER city): 421-392/321-291 km (Batteriekapazität 75 kWh/50 kWh), Werte gemäß WLTP Prüfverfahren. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

Potsdam mit unserem Teampokal gefeiert. Wir wünschen euch allen eine tolle nächste Saison! Bleibt weiterhin so fröhlich und begeistert beim Training mit euren Freunden und Trainingskameraden, dann werdet ihr euch alle noch weiter verbessern.

Euer Falko, Pamela und Lara



Paartherapie Kladow
Julian Ramin Burstedde
Paartherapeut



+49 (0) 163 754 04 94 | jrb@paartherapie-kladow.de

www.paartherapie-kladow.de

An den Deutschen Meisterschaften teilgenommen! Saisonbericht der U16

Die diesjährige Saison war eine der erfolgreichsten. Neben den vielen Erfolgen waren die vergangenen Monate durch einen unfassbaren Teamgeist, Leistungswille, Fleiß, gegenseitige Unterstützung in Höhen wie Tiefen und durch große Freude geprägt. Nur euer unermüdlicher Einsatz und Wille, im Training bis an die Grenzen und teilweise darüber hinaus zu gehen, hat euch diese unglaublich erfolgreiche Saison beschert (mehrfache Meistertitel in Berlin, Teilnahme an NDM und DM!!!). Es war und ist uns eine riesige Freude, euch zu trainieren!
Einfach nur stolz - können wir alle sein.



Mannschaftserfolge bei Meisterschaften:

Gold	Silber
BM Fünfkampf Halle <i>Lara, Lotta, Louisa, Johanna, Sina</i> BM Block <i>Lotta, Susi, Sina, Emily, Johanna</i> BM Team <i>Lotta, Doro, Emily, Susi, Johanna, Louisa, Sina, Lara, Emmi und Superfan Ben</i> BM Mehrkampf <i>Sina, Johanna, Lotta, Doro, Louisa</i> BM Siebenkampf <i>Lotta, Doro, Sina</i>	BM Cross <i>Sina, Lara, Johanna</i> BM 3x800m <i>Lotta, Sina, Louisa</i>

Untätigkeit schwächt,
Überlastung schadet,
Übung hilft !



Therapie & Training bei Läuferbeschwerden und Sportverletzungen
mit persönlicher Betreuung und individueller Beratung



Für die eindeutige Qualifikation zur DM Team in Hamburg fuhren wir nach Koblenz. Dort erreichten wir eine Leistung von über 10.000 Punkten und waren somit als fünftbeste Mannschaft Deutschlands qualifiziert.

Jan und Tobi

Einzelerfolge bei Meisterschaften:

Name	Gold	Silber	Bronze
Louisa	800m (Halle), 300m Hürden		800m, 60m Hürden, Block Lauf
Johanna			800m (Halle)
Lara	60m Hürden, Weit, 300m, Fünfkampf (alles Halle)		
Lotta	Siebenkampf	Fünfkampf, Vierkampf 300m Hürde	60m Hürden, Hoch (Halle), Block Sprint/Sprung
Emily	Diskus	Kugel (Halle)	Kugel, Speer, Block Wurf
Sina	Block Lauf, Siebenkampf	800m	Crosslauf
Susi	Block Wurf		300m Hürden
Doro		Siebenkampf	Vierkampf
Ben			4. Platz Block Lauf 5. Platz 80m Hürden 6. Platz 300m Hürden



Tee & Bastelshop

im Cladow-Center

Eichelmatenweg 2 · 14089 Berlin

Öffnungszeiten:

 Mo-Fr 9-18 Uhr
Sa 9-14 Uhr

Tel./Fax: 030.36 43 31 75

 E-Mail: bastelshopkladow@online.de
Wir führen:

 Styroporartikel
Pailletten
Perlen
Bügelperlen
Wolle
Briefmarken
Laub- und
Wertstoffsäcke
Schul- und
Schreibartikel
Textilmalfarbe
Keilrahmen
div. Teesorten

Ein Highlight zum Saisonabschluss: Die Berliner Blockmeisterschaften der U14

Einzelmeisterschaften vorbei, Saison vorbei? Noch nicht ganz! Am 17.09.2022 warteten noch die Berliner Blockmeisterschaften auf uns. Obwohl der Wettkampf alles andere als gut organisiert war, wurde der Tag dennoch zu einem gelungenen Abschluss der Saison. Viele Disziplinen fanden gleichzeitig statt, ach wie schön wäre es, wenn man sich als Trainer teilen könnte...

Das Schöne an den Blockwettkämpfen ist, dass sie wie der Mehrkampf

bis zum Schluss äußerst spannend bleiben. Außerdem ist nicht zu unterschätzen, welche Rolle die Vielseitigkeit im sportlichen Können spielt. Auch im Block Wurf muss zum Beispiel ein Sprint und der Weitsprung absolviert werden. Unsere Werfer Til und Erik haben dementsprechend auch diese Disziplinen üben müssen. Genauso haben auch die Läufer und Springer das Werfen geübt. Doch dass wir vielseitig sind, haben wir bereits im Frühjahr bei den Mehrkampfmeisterschaften bewiesen – und so bewiesen wir das auch dieses Mal.

Im Block Wurf erreichte Til den zweiten und Erik den fünften Platz. Im Block Sprint/Sprung wurde Daniel Fünfter und Olivia Siebte. Im Block Lauf wurde Malina Sechste, Noah

Fünfter und Jonathan wurde sogar Berliner Meister. Er führte die Konkurrenz den gesamten Wettkampf an und auch bei der letzten Disziplin, den 800 m, konnte er das Rennen mit Abstand für sich entscheiden. Die Jungs waren in ausreichender Anzahl anwesend, um in die Teamwertung zu kommen und belegten als Team den vierten Platz.

Ich könnte jetzt noch ausführlicher auf die Einzelleistungen eingehen, möchte jedoch lieber über etwas schreiben, das mir aufgefallen und persönlich sehr wichtig ist. Denn: Was machen die Kladower Sportler nach Wettkampfe? Das gesamte Team versammelt sich auf einer der Hochsprungmatten und scheint nicht genug von der ein oder anderen akrobatischen Übung zu bekommen. Die Eltern und Trainer sollen filmen, was die Kids da machen und auch beim abschließenden Teambild wird nicht nur langweilig herumgestanden, sondern motiviert in die Luft gesprungen. Deswegen liebe ich diese Trainingsgruppe! Alle haben Spaß zusammen und das ist, was am Ende zählt. Damit verabschieden wir uns in den Winter und freuen uns nun auf die neue Saison!

Nico Fleder



Schiffsservice Berlin

Diesel - Wassertankstelle

Propangas - Füllstelle

Hempel und Relius Schiffsfarben · Gasanlagenbau · Reparaturdienst
Prüfbescheinigungen für Propangasanlagen

NEU im Angebot für die Sportschiffahrt:

Synthetischer Dieselmotorkraftstoff Shell GTL ohne Bioanteile

Schiffsservice Berlin Ingo Gersbeck · Spandauer Burgwall 23 · 13581 Berlin
gersbeck@schiffsservice.de · Tel. (030) 3 31 50 17 · www.schiffsservice.de

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 7:30 - 16:00 Uhr · Samstag 8:00 - 12:00 Uhr · nach Vereinbarung: Tel. 0173 240 88 66

Die Schiffsbunkerstation an der Unteren Havel-Wasserstraße am Kilometer 1,4 rechtes Ufer, ist eine der wenigen Möglichkeiten für Skipper in Berlin direkt am Wasser Diesel zu tanken.

Zu den Angeboten gehören auch Trinkwasser, Butangas, Schiffs- und Yachtbedarf, maritime Geschenkartikel, touristisches Informationsmaterial sowie die Abnahme von Gasanlagen mit Prüfzeugnis.

Berliner Einzelmeisterschaften der U14

Am 10.09.2022, mit wenig Zeit zur Vorbereitung nach den Sommerferien, starteten wir bei den Berliner Einzelmeisterschaften. Die Herausforderung dieses Wettkampfs besteht zumeist darin, dass wir nur fünf Wochen Vorbereitungszeit haben und der Trainingsbetrieb davor durch die Ferien für mehrere Wochen unterbrochen war. Da die meisten Kinder auch nicht bei jedem Training dabei sein können, fällt die Zahl der absolvierten Trainingseinheiten nochmal geringer aus. Vom 14.-17.08. haben wir daher jeden Tag zweimal trainiert, um uns doch noch bestmöglich vor-

zubereiten. Da die Fußballabteilung auf unserem Sportplatz in der Landstadt ihr Fußballcamp durchführte (aufgrund der Sportplatzsanierung im Gößweinstein Gang), mussten wir vormittags teilweise nach Spandau ausweichen. Dank Elterntaxi und motivierten Kindern war dies aber kein Problem, die Vorbereitung konnte also beginnen.

Wer in dieser Vorbereitung regelmäßig und motiviert dabei war, konnte dann zeigen, was er oder sie drauf hat. So wurde Til in einem spannenden und sehr knappen Kugelstoßduell Berliner Meister mit einer neuen PB von 12,01 m. Da bei den Einzelmeisterschaften immer sehr viel parallel geschieht, konnte ich leider nicht dabei zusehen, weil ich auf der

anderen Seite des Platzes andere Sportler betreute. Viele wissen, dass wir in Kladow keine Speerwurfanlage haben und doch haben wir viele Sportler, die super werfen können. Das zeigten Daniel und Jonathan mit ihren Würfeln auf Platz eins und zwei. Gleich darauf wurde nochmal geworfen, diesmal der Diskus von Til. Er warf den Diskus auf 34,44 m und beförderte sich somit auf Platz zwei in der Meisterschaftswertung.

Wir machten weiter mit dem Weitsprung, meiner persönlichen Lieblingsdisziplin, wenn es darum geht, sie zu trainieren und zuzuschauen. Vor einigen Monaten schrieb ich davon, dass wir im Weitsprung stark sind, ja sogar die ersten drei Plätze berlinweit belegen könnten. Es war



Dachdeckerei Garschke e.K. Meister- & Innungsbetrieb



Telefon
(030) 76 76 64 30
Fax:
(030) 76 76 64 31

- Ausführung von:
- Dachdeckerarbeiten
 - Abdichtungsarbeiten
 - Mauerwerkstrookenlegung
 - Zimmerarbeiten
 - Dachklempnerarbeiten
 - Einbau von Dachzubehör
 - Dach- u. Dachrinnenwartung
 - Abbrucharbeiten



**24 Stunden
Notdienst**

Hilbertstraße 30
12307 Berlin

www.dachdeckerei-garschke.de

sehr spannend und ich war wie immer vollkommen im Tunnel beim Betreuen der Athleten. Die Jungs machten ihre Sprünge und es wurde nach und nach besser. Jona war super fokussiert, das merkte man ihm an, und letztendlich belohnte er sich dadurch auch, als er mit 4,81 m auf Platz zwei sprang, Daniels Weite reichte am Ende für Platz drei. Florens war leider in der Woche vor dem Wettkampf krank geworden und noch nicht wieder richtig fit. Für diese Startvoraussetzungen hat er tolle Sprünge gemacht. Diesmal hat es mit der Dreifachspitze also noch nicht geklappt, aber wir bleiben dran...



In den Sprintdisziplinen waren wir auch gut mit dabei, mit zahlreichen Ergebnissen unter den besten Zehn, auch für die Mädchen. Der Schluss soll jedoch mit einigen Worten unseren Verletzten gehören. Luisa hatte leichte Rückenprobleme, wollte aber trotzdem unbedingt starten. Leider wurde es nicht besser und sie musste

aufhören. Malia, immer wieder geplagt von verschiedenen Beschwerden, ist trotzdem mitgekommen und hat moralischen Beistand geleistet, danke dafür!

Alles in allem war es ein schöner und gut organisierter Wettkampf. Zwar mussten wir dafür bis nach Marzahn

fahren, doch das Stadion war sehr neu (Neueröffnung in diesem Jahr) und deshalb in bestem Zustand. Das ist schon etwas ganz anderes, auf so neuem Tartan zu laufen als auf unserem heimischen, 20 Jahre alten Tartan mit Brandlöchern und Scherben.

Nico Fleder



Inhaberin B. Wesner

Familienunternehmen seit 1919 | Kompetent & Persönlich | Erfahrenes & engagiertes Team | Barrierefreie Räume

Ein gutes Gefühl, wenn man alles zu Lebzeiten geregelt hat.



Vereinbaren Sie ein Vorsorgegespräch mit uns: **030 333 40 46** **HAFEMEISTER**
Breite Straße 66 | 13597 Berlin-Spandau | www.hafemeister-bestattungen.de **BESTATTUNGEN**

HAFEMEISTER
BESTATTUNGEN

Überzeugende U18: Bericht der Tennisjugend

Klasse!! U18 hält die Klasse!!

Unsere Jungens der U18 haben diese Saison wieder hervorragend gekämpft und konnten dadurch die Klasse halten. Zum Aufstieg hat es diesmal zwar (noch) nicht gereicht, aber vielleicht klappt es ja im nächsten Jahr. Gratulation, ich bin stolz auf euch!

Michaela Jasiek (Jugendwartin)



Ritterfeld[®]
LANDBÄCKEREI

*Frohe Weihnachten
und ein gesundes neues Jahr*



Unser Sortiment umfasst noch weitere Weihnachtsspezialitäten wie Baumkuchen, Marzipanbrote oder Liegnitzer. Zu jeder Jahreszeit können Sie bei uns auch imposante Eventtorten, edle Festtagstorten und süße Präsente bestellen. Unsere beliebten Präsentkörbe können Sie in jedem Laden bestellen. Wir wünschen eine bezaubernde Winterzeit und schöne Weihnachten.



/ Landbaeckerei_ritterfeld

(030) 365 43 63

info@c-r.berlin



Schleifchenturnier: Saisonabschluss bei herzhaftem Wetter

Unser Herbstschleifchenturnier war für den 2. Oktober angesetzt und pünktlich zu Beginn verdüsterte sich der Himmel und begoss die Plätze bis

zur Unbespielbarkeit. Wir verschoben das Turnier auf Samstag, den 8. Oktober, weil die Wetterprognose für diesen Tag optimales Tenniswetter bei 18 Grad und Sonnenschein versprach.

Keine der vielen Wetterapps hatte recht. Eine witterungsfeste Gruppe spielte bei starker Bewölkung und 13 Grad zwei Runden bis zur Regenunterbrechung. Nach einer Aufwärm-

phase im Casino bei Kaffee und Kuchen entschuldigte sich die Sonne für drei weitere Spielrunden. Freude an diesem Sport hatten die 15- bis 79-jährigen Teilnehmer ganz offensichtlich. Abgerundet haben attraktive Siegerpreise einen schönen Samstagnachmittag.

Euer Sportwart Herbert



Seven Project - Küchenstudio in Kladow



BORA
Miele

rational
BLANCO

nobilis
smeg

Neue Küchen, Küchenmodernisierung, Möbel nach Maß

QUALITATIV – PREISWERT – NAH

Sakrower Landstr. 38 – 14089 Berlin

Tel.: 030/235 68 728

info@seven-project.de

www.küchenstudio-kladow.de



Den Tennisplatz winterfest machen: Arbeitseinsatz am 12.11.2022

Bei sonnigem Wetter hat die Tennisabteilung am 12.12.2022 mit vielen Mitgliedern in nur 2,5 Stunden die Außenanlage winterfest gemacht.

Zwei Plätze sind komplett geräumt worden, die Netze zwischen den Plätzen entfernt, die Rinne gesäubert, das Laub gekehrt und entsorgt, die Loungemöbel eingelagert, das Unkraut gejätet...

Zwei Plätze sind weiter spielbereit, so lange der Winter noch auf sich warten lässt. Die Arbeit in Gemeinschaft ging wieder leicht von der Hand und schärfte den Blick für die Anlage.

Wer nicht mitmachen konnte, aber



noch Stunden ableisten muss, der möge demnächst das sicher noch anfallende Laub entsorgen und seinen Aufwand an den Abteilungsvorstand melden. Der gibt auch gerne

Auskunft, welche Arbeiten eventuell sonst noch auszuführen sind.

Jutta Lüdicke

WIR VERKAUFEN IHRE IMMOBILIE ZU HÖCHSTPREISEN!

Ihre Immobilien-Profis
beraten Sie gern!



www.steffen-residential.de



STEFFEN Residential GmbH & Co. KG
Theodor-Heuss-Platz 8
14052 Berlin
✉ angebote@steffen-residential.de
☎ +49 (30) 30 30 13 00
📠 +49 (30) 30 30 13 02 9



www.steffen-co.de

In 3 Schritten zur kostenlosen Bewertung Ihrer Immobilie:

steffen-residential.de



Besuchen Sie
unsere Webseite



Schritt für Schritt
Immobilie beschreiben.



Analyse der Daten
Ihrer Immobilie.



Bewertung in Kürze per
E-Mail erhalten.



FUSSBALL POKALSPIELE



Altliga Ü50	
Mannschaften	Ergebnis
Weißenseer FC – SF Kladow	1:2
SF Kladow II – SC Blau-Gelb Berlin	1:7

Altliga Ü40	
Mannschaften	Ergebnis
SC Westend 1901 – SF Kladow	2:5
1. FC Union Berlin II – SF Kladow	11:10 n.E.

Senioren Ü32	
Mannschaften	Ergebnis
SC Borussia Friedrichsfelde – SF Kladow	8:1

D-Junioren	
Mannschaften	Ergebnis
SC Alemannia 06 Haselhorst – SF Kladow	5:2

C-Junioren	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow – SV Sparta Lichtenberg	3:0
SV Karow 96 – SF Kladow	2:6

B-Junioren	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow – VfB Einheit zu Pankow	3:1
SF Kladow – JFC Berlin	2:1

A-Junioren	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow – FC Internationale	0:3

Herren III	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow III – BFC Südring III	2:3
SF Kladow III – ASV Berlin III	0:5

Herren II	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow II – BFC Alemannia 1890 II	3:0
SF Kladow II – Viktoria Berlin II	1:11

Herren	
Mannschaften	Ergebnis
SF Kladow – Grünauer BC	3:2
SF Kladow – FC Liria	0:2



VOLLEYBALL



Veranstaltung	Mannschaften	Ergebnis
Herren II – Pokal 1. Runde	SF Kladow II – Füchse Berlin II	0:3
Herren I – Pokal 1. Runde	SF Kladow – SC Charlottenburg III	3:0
	SF Kladow – SV Preußen III	3:2



TENNIS



Mixedrunde			U18m		
Platz	Mannschaft	Punkte	Platz	Mannschaft	Punkte
1.	Neuenhagener Tennisclub 93	10:0	4.	NTC „Die Känguruhs“	5:5
2.	Sportfreunde Kladow	7:3	5.	Sportfreunde Kladow	3:7
3.	TC Grün-Gold Pankow	6:4	6.	Pro-Sport Berlin 24-Lankwitz	1:9

Verwaltung und Betreuung von:

- Wohnungseigentümergeinschaften
- Sonder- und Teileigentum
- Miethäuser
- Gewerbeobjekten



seit 1996

PIV
Projektmanagement Immobilien Verwaltung
René Eichner e.Kfm.

Sakrower Landstr. 50 · 14089 Berlin
Telefon: (030) 36 75 84 - 0 · Telefax: (030) 36 75 84 - 20
E-Mail: info@piv-berlin.de · www.piv-berlin.de





JUDO



Berliner Schulmeisterschaften		
Disziplin	Platzierung	Name
-34kg	1.	Raphael M.
-34kg	1.	Hendrik P.
-37kg	1.	Arthur K.
-43kg	1.	Patrick K.
-46kg	1.	Bruno L.
-37kg	2.	Raul M.
-43kg	2.	Jasper H.

Nordostdeutsche Einzelmeisterschaften U15	
Platzierung	Name
1.	Felix
2.	Jonas
2.	Elli
3.	Bella
3.	Costa
3.	Bruno
3.	Luca

Nordostdeutsche Einzelmeisterschaften U18/U21			
Gewichtsklasse	AK	Platz	Name
+78kg	U18	1.	Elina B.
-50kg	U18	1.	Lenny S.
-52kg	U18	5.	Salvina B.
-73kg	U21	3.	Robert K.
-90kg	U21	2.	Jannis B.

Berliner Einzelmeisterschaften U15			
Gewichtsklasse	AK	Platz	Name
-34kg	M	1.	Jonas G.
-43kg	M	1.	Stephan P.
-43kg	M	2.	Constantin H.
-46kg	M	2.	Bruno L.
-46kg	M	5.	Joscha S.
-50kg	M	3.	Luca G.
-50kg	M	3.	Felix G.
-55kg	M	6.	Titus A.
-52kg	W	3.	Isabella F.
-57kg	W	3.	Leila
-63kg	W	2.	Elisabeth K.

Berliner Einzelmeisterschaften U18/U21		
Disziplin	Platzierung	Name
-52kg	1.	Salvina B. – U18w
+78kg	1.	Elina B. – U18w
-66kg	3.	Juri S. – U18m
-73kg	1.	Robert K. – U21m
-81kg	1.	Luca W. – U21m
-73kg	3.	Jakob R. – U21m
-63kg	2.	Lea S. – U21w
-63kg	3.	Svenja W. – U21w

Deutsche Einzelmeisterschaften U18/U21		
Altersklasse	Platzierung	Name
U18	5.	Lenny
U21	3.	Victoria
U21	3.	Jannis

Berliner Vereins-Mannschafts-Meisterschaft am 12./13.11.2022	
Altersklasse	Platzierung
U13m	1.
U13w	1.
U11m	2.
U11w	5.



GYMNASTIK / TURNEN



Jahrgangsbesterwettkampf P4		
Jahrgang	Platz	Name
2014	1.	Florentine G.
2012	1.	Maja K.
2012	2.	Sarah S.
2012	3.	Annabelle H.
2012	5.	Annika E.
2012	6.	Bintia B.
2012	7.	Hanna H.
2011	2.	Lilly K.
2011	5.	Isabell W.

P4 Mannschaftskampf	
Platzierung	
1.	



HAUS ZU VERKAUFEN?

Wir bewerten Ihre Immobilie kostenlos.
Beim Verkauf beraten und begleiten wir Sie vollumfänglich.
Der Profi für Kladow mit Büro im Cladow Center:

Ferry Santner

030 / 346 62 022 und 0170 / 30 600 80

Kladower Damm 366a, 14089 Berlin (neben Edeka)
www.berlin-color-immobilien.de



BERLIN
-Color-
IMMOBILIEN




Gesamtbewertung
(sehr gut)





LEICHTATHLETIK



KiLa-Cup Gesamtwertung Team	
Mannschaft	Platzierung
U8 (1)	3.
U8 (2)	4.
U10 (1)	1.
U10 (2)	4.
U12 (1)	1.
U12 (2)	5.

Herbstsportfest		
Disziplin	Platzierung	Name
800m	1.	Ylvi
800m	3.	Clara
800m	3.	Morten
Ballwurf	1.	Ylvi
Ballwurf	3.	Clara
Ballwurf	6.	Maxi
Ballwurf	4.	Morten
Sprintzweikampf	1.	Clara
Sprintzweikampf	3.	Ylvi
Sprintzweikampf	2.	Morten

Zwergensportfest		
Disziplin	Platzierung	Name
Dreikampf	1.	Ylvi
Dreikampf	3.	Clara
Dreikampf	5.	Mayla
Dreikampf	2.	Artur
Dreikampf	1.	Matti
Dreikampf	4.	Morten
Mannschaft w	1.	Ylvi, Clara, Mayla, Fiona, Isabelle
Mannschaft m	1.	Matti, Morten, Louis, Artur, Felix
4x50m Staffel	1.	Clara, Mayla, Ylvi, Greta
4x50m Staffel	2.	Lara, Tamina, Annika, Fiona
4x50m Staffel	1.	Otto, Morten, Matti, Ole
4x50m Staffel	3.	Jonathan, Artur, Louis, Felix

BM Einzel U12		
Disziplin	Platzierung	Name
50m	1.	Melissa (W10)
800m	1.	Vanessa W. (W10)
Weitsprung	2.	Peter (M11)
4x50m	2.	Mannschaft (w)
Wurf	2.	Vanessa W. (W10)
Weitsprung	2.	Vanessa P. (W10)
800m	3.	Charlotte (W10)
50m	4.	Vanessa P. (W10)
800m	4.	Isabella (W10)
50m	4.	Peter (M11)
Wurf	4.	Johan (M11)

BM Dreikampf U12	
Platzierung	Name
4.	Team Jungs
4.	Melissa
6.	Giulia

BM Einzel U14		
Disziplin	Platzierung	Name
Kugel	1.	Til
Speerwurf	1.	Daniel
Speerwurf	2.	Jonathan
Diskus	2.	Til
Weitsprung	2.	Jonathan
Weitsprung	3.	Daniel
75m	4.	Jonathan
Hochsprung	4.	Olivia
60m Hürden	5.	Olivia
Hochsprung	5.	Daniel
4x75m	5.	Staffel

Block BM U14		
Disziplin	Platzierung	Name
Block Lauf	1.	Jonathan
Block Wurf	2.	Til
Block Lauf	6.	Noah
Block Sprint/Sprung	5.	Daniel
Block Wurf	5.	Erik
Block Lauf	6.	Malina

BM 3 x 800m	
Mannschaft	Platzierung
U12w	1.
U14m	1.
U14w	4.
U16w	2.

BBM Cross		
Altersstufe	Platzierung	Name
M8	1.	Artur
W8	2.	Team Mädchen
W8	6.	Ylvi
M9	2.	Team Jungen
U12w	2.	Team Mädchen
U12w	2.	Charlotte
U12w	4.	Vanessa
U12w	5.	Hannah
U12w	6.	Giulia
U12m	5.	Team Jungen
U14m	3.	Jonathan
U14m	5.	Team Jungen
U16w	5.	Johanna

BM Mehrkampf U16 4-Kampf	
Platzierung	Name
1.	Team
2.	Lotta
3.	Doro
5.	Louisa
6.	Sina

BM Mehrkampf U16 7-Kampf	
Platzierung	Name
1.	Team
1.	Lotta
1.	Sina
2.	Doro
4.	Johanna

Team DM U16	
Mannschaft	Platzierung
U16w	8.

NDM U18		
Disziplin	Platzierung	Name
4x100m	4.	Mannschaft
Siebenkampf	7.	Leonie
Speerwurf	7.	Anni
Weitsprung	9.	Annika
Hochsprung	13.	Lole

Haben wir etwas vergessen?
Dann meldet Euch unbedingt bei redaktion@sf-kladow.de!

Rudolf Kalsow Versicherungsvermittlung e.K.

Versicherungen aller Art seit 1946, in der 3. Generation

*Kommen Sie
zu uns -
wir helfen Ihnen
gerne weiter!*

- Wir beraten Sie gerne in allen Versicherungsangelegenheiten
- Kompetente Schadenregulierung
- Auswahl unter diversen Versicherungsgesellschaften
- Wir vergleichen, Sie entscheiden
- Maßgeschneiderte KFZ-Versicherungen dank Nafi-Computeranalyse
- Bedarfsgerechte Beratung für private Kranken- und Rentenversicherungen
- Hauseigener Zulassungsdienst

Maulbeerallee 26 A · 13593 Berlin · Tel. (030) 331 50 95
www.rudolf-kalsow.de · kalsow-versicherungen@t-online.de



Funktion	Name	Telefon	E-Mail
Vorsitzender	Marlon Otter		vorsitzender@sf-kladow.de
stellv. Vorsitzender	Dr. Gregor Ryssel		stellvertreter.gr@sf-kladow.de
stellv. Vorsitzender	Matthias Bienert		stellvertreter.mb@sf-kladow.de
Schatzmeister	Mathias Pöhling		schatzmeister@sf-kladow.de
Schriftführer	Ronas Karadag		jugend@sf-kladow.de
Beisitzer/in	Susanne Kingreen Janina Fiala Nicolas Heyer		beisitzerin.sk@sf-kladow.de beisitzer_gym.1@sf-kladow.de beisitzer.nh@sf-kladow.de
Jugendsprecher	Ronas Karadag		jugend@sf-kladow.de
Kassenprüfer/in	Renate Wenzel Gregor Chmielewski		
Vorsitzende des Ältestenrats	Brigitte Böhme		aeltestenrat@sf-kladow.de
Geschäftsführerin	Cindy Kotlinsky-John	365 77 80 0152-06 76 80 04	geschaeftsfuehrer@sf-kladow.de
Geschäftsstelle	Karin Thöns Nico Fleder Virginia Krumm Tine Walslebe Natalie Zepp	365 77 80	info@sf-kladow.de mitgliedschaft@sf-kladow.de sportbetrieb@sf-kladow.de
Sportcasino	Thomas Filusch-Müller	54 59 64 57	thomasfilusch-mueller@t-online.de
Platzwart	Thomas Filusch-Müller Yücel Aydin	365 20 23	info@sf-kladow.de
Öffnungszeiten: Mo. 10.00 - 13.00 Uhr · Di. & Do. 10.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr Mi. & Fr. nach Vereinbarung			

Redaktionsschluss für den ANSTOSS 147

17.03.2023

Artikel bitte wie immer unter: redaktion@sf-kladow.de

Thema im nächsten ANSTOSS:

Talent, was ist das? Talenterkennung, -förderung und -entwicklung im Sport

**BALLSPORT**

Abteilungsleiterin Susanne Kingreen	Stellvertreter Lars Jacobs
Jugendwart Ronas Karadag	Sportwart André Kwee
Kassenwartin Renate Wenzel	Kassenprüfer Kerstin Kube Dirk Havenstein
	Ältestenrat Anton Krug
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: ballsport@sf-kladow.de	

BUDO

Abteilungsleiterin Josephin Krause judo@sf-kladow.de	Stellvertreter Thomas Hößler taekwondo@sf-kladow.de
Jugendwart Simon Wagner	Sportwart Sebastian Fleischer
Kassenwart Michael Saouli budo.finanzen@sf-kladow.de	Kassenprüfer Timo Einsiedler-Hornung Rajko Sluga
Beisitzerinnen Sandra Flachowsky Moritz Krebs Frank Beier	Ältestenrat Dirk Balke
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: judo@sf-kladow.de	

LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiter Marlon Otter	Stellvertreterin Kathrin Hoyer
Jugendwart N.N.	Sportwart Nico Fleder
Kassenwart Mathias Pöhling	Kassenprüferinnen Svenja Peiker Pamela Stephan-Delitz
Beisitzer N.N.	Ältestenrat Marco Fratscher
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: leichtathletik@sf-kladow.de	

FUSSBALL

Abteilungsleiter René Eichner	Stellvertreter Matthias Bienert
Jugendwart Michael Große	Sportwart Siegfried Meier
Kassenwart Matthias Kalsow	Kassenprüfer Ina Seibel Thomas Thrun
Beisitzer Michael Heinrich Patrick Jentsch Cristian Große	Ältestenrat Mike Gutschmidt
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: fussball@sf-kladow.de	

GYMNASTIK UND TURNEN

Abteilungsleiter N.N. gymnastik_turnen@sf-kladow.de	Stellvertreterin Maresa Otter gymnastik_turnen@sf-kladow.de
Jugendwartin Nicole Schulze ku_einrad@sf-kladow.de	Sportwartin Christiane Exner
Kassenwartin Christine Walslebe kw_gym@sf-kladow.de	Kassenprüfer Regine Melle Renate Wenzel
Beisitzerinnen Renate Mussotter Marina Winkel Janina Wilm Christine Zedel Susanne Knorr	Ältestenrat Brigitte Böhme
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: gymnastik_turnen@sf-kladow.de	

TISCHTENNIS

Abteilungsleiter Timur Hopfer	Stellvertreter N.N.
Jugendwart N.N.	Sportwart Felix Turner
Kassenwart Hans Schulz	Kassenprüfer Rolf Wernicke Andree Altmann
	Ältestenrat Rolf Wernicke
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: tischtennis@sf-kladow.de	

TENNIS

Abteilungsleiter Marc Müller-Meyfarth	Stellvertreter Joachim Jasiek
Jugendwartin Michaela Jasiek	Sportwart Herbert Heider
Kassenwartin Barbara Hummel	Kassenprüfer Günther Scheer Klaus Boelter
	Ältestenrat Georg Fechner
Kontakt zur Abteilung per E-Mail: tennis@sf-kladow.de	

**Hier könnte Ihre
Anzeige stehen!**

Anfragen unter:
365 77 80
oder
info@sf-kladow.de



**Wir freuen uns auf
Eure Berichte und
Fotos für die nächste
Ausgabe.**



J&MK
IMMOBILIEN

030 - 368 02 143
0172 - 399 03 14
www.jmk-spandau.de
immobilien@jmk-spandau.de



„Unsere Kunden empfehlen uns weiter! Mit Leidenschaft und großem Engagement vermitteln wir seit vielen Jahren erfolgreich Immobilien. Wir freuen uns auf ein unverbindliches Gespräch.“

Beate Schökel, Inhaberin & Immobilienmaklerin

Manuelle Therapie
Faszien Therapie
Triggerpunkt Therapie
Sportphysiotherapie
Massagen
Elektrotherapie
Thermotherapie / Fango

Medizinisches Funktionstraining
Muskelaufbautraining
Vibrations- & Schwingungstraining
Manuelle Trainingstherapie gegen:
Rückenschmerzen, Arthrose, Osteoporose
Manuelle Funktionsbehandlung bei:
Tinnitus & Schwindel



Therapeutisches Yoga gegen:

- Rückenschmerzen
- Verspannungen
- Stress / Ängste
- Gleichgewichtsstörungen
- Bewegungseinschränkungen

YOGA-Einzelunterricht
mit persönlicher Betreuung
Fußreflexzonenmassage
Wellnessmassage
Gesundheitsberatung