

SPORT

# Kurier

Heft Nr. 155  
26. Jahrgang  
17. August 2016  
Auflage 3.000 Ex.  
Kostenlos an  
Mitglieder-Haushalte  
und Sportinteressierte

Die Top -Adresse für sinnvolle Werbung im Heimatgebiet

## Vier- u. Marschlände



### Sommer- und Abschiedsfest bei der Kinderturngruppe

(S. 24)



Mitteilungsblatt der Vereine  
SC Vier- und Marschlande  
SV Altengamme  
SV Curslack-Neuengamme

### Aus dem Inhalt:

Kindertrachtengruppe	S. 6
Hamb. Einrad-Meisterschaft	S. 8
Vierl. Trachtengruppe in Tirol	S. 10
Handball Hmb.-Liga-Pokal	S. 14
Judo - ab Seite 18	S. 18
Deutsches Sortabzeichen	S. 22
Sterne des Sports beim SVCN	S. 40
Pilates und Yoga beim SVA	S. 42



www.bauwelt.eu

**BAUEN SIE IHREN TRAUM.**  
Wir liefern die Baustoffe dazu.

Telefon 040 - 769 68 - 0  
Kirchwerder Hausdeich 406  
21037 Hamburg

 **bauwelt**  
DELMES • HEITMANN



## SPORTLER RUFT SPORTLER

Gedankenstoß: „Grenzen erkennen“

Missionarisch in der Welt des Sports

Lehre mich heilsame Einsicht und Erkenntnis

Psalm 119,66

**W**ie oft kommt es vor, dass wir in unserem Leben an Grenzen stoßen, wo wir nicht weiterkönnen oder nicht weiterwissen. Da gelangen wir an eine Grenze, die unüberwindlich ist. Manchmal sind wir trotzdem nicht bereit, diese hinzunehmen, und wollen mit dem Kopf durch die Wand. Bei Kindern sagt man dann, sie haben einen ganz schönen Dickkopf.

Das Leben kommt uns zunächst vor wie eine Leiter, die immer weiter nach oben führt. Nirgends scheint es eine Grenze zu geben. Doch wenn beim Sport plötzlich die Luft knapp wird oder bei der Arbeit die Fingerfertigkeit oder die Sehkraft

„Warm Up“  
das besondere Andachtsbuch  
Hänssler Verlag

71087 Holzgerlingen - Best.Nr. 393.256



# Michael Garbers

**Elektroanlagen GmbH**

Beratung | Planung | Ausführung

Notdienst 0172-432 88 03

*schnell  
fachgerecht  
zuverlässig*

- |                         |                         |                     |
|-------------------------|-------------------------|---------------------|
| Kundendienst            | Funk Alarmanlagen       | Beleuchtungsanlagen |
| Neu-/Altbauinstallation | DVB-...Digitalfernsehen | E-CHECK             |
| Videoüberwachung        | Satelliten-/BK-Anlagen  | 24 Std. Notdienst   |

Kirchenheerweg 152  
21037 Hamburg  
Fax 723 87 10 - e-mail: g@rbers.com

040 **7 23 88 03**



nachlassen, dann kann es oft unangenehm werden. – Jedem Menschen sind Grenzen gesetzt, die er nur schwer überwinden kann. Aber noch schwerer fällt es, solche Grenzen überhaupt erst zu erkennen. Das ist ein Lernprozess, den jeder Mensch durchmachen muss.

Am leichtesten fällt einem das, wenn man seine Grenzen annimmt, wenn man Ja dazu sagen kann. Ich brauche nicht mehr alles zu machen. Ich muss nicht alles wie bisher machen. Diese Einsicht ist oft schmerzhaft, sie schafft aber auch Freiräume, um sich neuen Aufgaben hinzugeben, die befriedigen und Freude machen.

Wer sein Leben lang nur Auto gefahren ist, wird überrascht sein, wenn er mit dem Bus oder dem Zug fährt. Da kommt man mit Menschen ins Gespräch und erreicht entspannt sein Ziel.

Gott möge uns Gelassenheit schenken, damit auch wir die Grenzen in unserem Leben rechtzeitig erkennen und annehmen können.

Aus dem Losungskalender  
**LICHT und KRAFT**

von Erhard Dammeyer ausgewählt

## Vier- und Marschländer Sportkurier TOP im Heimatgebiet

am 19. Oktober 2016 neu mit  
Berichten aus dem Vereinsleben.  
Redaktionsschluss: 22.09.2016

### Impressum

Herausgeber:	Gunnar R. Fiege mit dem SCVM
Herstellung:	Verlag Helga Fiege In der Ohe-Nord 2, 21037 Hamburg Tel.: (040) 793 19 379
Verlag und Sportwerbung:	Helga Fiege, In der Ohe-Nord 2 21037 Hamburg Tel.: (040) 793 19 379 email: info@scvm1899.de
Redaktion und Anzeigen:	Gunnar R. Fiege email: kurier@scvm1899.de Tel.: (040) 793 19 379
Druck:	Barkow Druck Studio OHG Rungedamm 18 b, 21035 Hamburg Tel.: (040) 31 44 88
Erscheint:	alle zwei Monate

HAMBURG | DIBBERSEN | DERSENOW | VELLAHN

Baustoffe für Erd- und Straßenbau  
Natürliche Rohstoffe für Garten- und Landschaftsbau  
Entsorgung von Böden, Bauschutt & Aufbruch aller Art  
Zertifizierte Entsorgungsfachbetriebe



**RBS FIRMENGRUPPE**

Unterer Landweg 25 | 22113 Hamburg | Telefon 040 / 732 88 88 | www.rbsfirmengruppe.de

IHRE SAND- UND KIESLIEFERANTEN AUS DER REGION



## SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.

Auf dem Sülzbrack 2 - 21037 Hamburg - Tel. 723 99 29 - FAX 723 99 03 - Internet: [www.scvm.de](http://www.scvm.de)  
Geschäftsstelle: Mo: 09:00 -19:00 Uhr / Di u. Do: 09:00 - 14:00 Uhr, Fr: 09:00 -12:00 Uhr, Mi: Geschl.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE56SVM0000130202

Vereinskonto-IBAN: DE95 2019 0301 0000 1707 04 - BIC: GENODEF1HH3

Vereinspenden-IBAN: DE73 2019 0301 0000 1707 12 - BIC: GENODEF1HH3

Vierländer Volksbank (BLZ 201 903 01) - SCVM-Ko.Nr.: 170704 - SCVM-Spenden-Ko.Nr.: 170712

1. Vorsitzender - Norbert Kurfürst	Tel.: 7375461
2. Vorsitzender - Karl Woller	Tel.: 7375423
3. Vorsitzender - Heiner Ahnfeldt	Tel.: 7238496
1. Kassenwart - Gunnar Fiege	Tel.: 7239190
2. Kassenwart - Anja Wulff	Tel.: 72370157
Geschäftsführer - Thomas Niese	Tel.: 7239929 (GS)
Jugendwart - Madeleine Otte	Tel.: 18010208
Presse - Stephanie Pelch	Tel.: 015118805858
Fußball - Siegfried Niemand	Tel.: 7373490
Schiedsrichter - Manfred Seevers	Tel.: 7372807
Handball - Marita Prorok	Tel.: 7373344
Volleyball - Gundolf Witthoefft	Tel.: 7238591

Badminton - Heike v. Hacht-Albers	Tel.: 7239974
Turnen - Melanie Ahuis	Tel.: 79327759
Gymnastik - Angelika Hadamitzky	Tel.: 7238546
Judo - Olaf Lenz	Tel.: 01773228444
Laufen / Walking - Egbert Gotthard	Tel.: 7238857
Tischtennis - Manfred Zufall	Tel.: 7246346
Cheerleader - Caren Westerman	Tel.: 7239929 (GS)
Trachtengruppe - Heiko Schmitt	Tel.: 7231142
Theater99 - Udo Stieeler	Tel.: 53302988
Angeln - Peter Stut	Tel.: 01714782291
Schwimmen - Ariane Reimers	Tel.: 01732430378
Gesundheit - Angelika Hadamitzky	Tel.: 7238546

Die Mitgliedsnummer beim SCVM ist auch gleichzeitig die SEPA-Mandantenreferenz  
Abbuchungstermine der Beiträge: 15.01. / 15.04. / 15.07. / 15.10.

## Mal kurz nachgedacht...

Liebe Mitglieder, Freunde und Gönner unseres SCVM,

liebe Leserinnen und liebe Leser.

Ich habe an dieser Stelle schon einmal im Februar kurz nachgedacht und Euch die personelle Änderung in unserer Geschäftsführung angedeutet.

Diese Änderung ist fast vollzogen.

Unser langjähriger Geschäftsführer

Martin Füllenbach wird jetzt

im August in den wohlverdienten

Ruhestand verabschiedet. Martin hat kurz nach der Fusion unserer Stammver-



eine TSV Kirchwerder und SVOM im Jahr 1999 seine Arbeit als Geschäftsführer bei uns aufgenommen und in kurzer Zeit mit guten Kenntnissen und Kontakten

zu vielen unserer Nachbarvereine, Verbänden und Gremien, Verwaltung und Politik, unseren SCVM konstruktiv weiterentwickelt und zu dem gemacht, wie wir es heute täglich nutzen und erleben können. Er hat den Bau

des Rasenplatzes und des Umkleidehauses in Fünfhausen mit begleitet. Die Modernisierung unserer Grand-

## Hermann P.H. Garbers

Handelsgesellschaft mbH



**ESSO** Holzöl schwefelarm

**ESSO OPTIPLUS** Premium Holzöl schwefelarm

**ESSO** Super Diesel

### Containerdienst seit 1991.

Unser Sortiment: Heizöl, Diesel Propangas, Gasheizgeräte, Kohlen, Kaminholz, Holzbrikett, Holzpellets, Schmierstoffe und Abfallcontainer

[www.garbers-brennstoffe.de](http://www.garbers-brennstoffe.de)

Tel. 040/7230336 Fax 040/7238808

plätze in Zollenspieker und Ochsenwerder zu Kunstrasenplätzen und Übernahme und Umbau des Umkleidehauses am Elversweg sind ebenfalls in seinem Beisein vorgenommen worden. Neue Strukturen und Abläufe in der Geschäftsstelle sind durch ihn wesentlich mit gestaltet worden. Als Mitgestalter in sozialen Gremien für Kinder und Jugendliche hat er ihnen die Tür zu unserem Verein und zum Sport geöffnet. Seine Mitarbeit und Kompetenz in diversen Sportverbänden war ebenfalls sehr geschätzt.

Diese vielseitige und umtriebige Art hat

unserem SCVM viel Anerkennung eingebracht, und da möchten wir Dir lieber Martin, an dieser Stelle ein ganz großes Dankeschön aussprechen.

Martin, wir wünschen Dir und Deiner lieben Petra für Deinen wohlverdienten Ruhestand unbedingt Gesundheit und alles Gute und hoffentlich auch mal einen Blick von Dir auf unseren SCVM und damit grüße ich an dieser Stelle wieder ganz herzlich

aus Tatenberg als 1. Vorsitzender  
Euer Norbert Kurfürst

**Am 17. September 2016**  
**von 14:00-16:00 Uhr**  
**Halle Fünfhausen**

Die **Kinder-Olympiade**  
ist für alle Kinder  
von 5-10 Jahre.

Am **Leichtathletik-Wettkampf**  
können alle bis 14 Jahre teilnehmen,  
und bei den **Spiel- & Spaßangeboten**  
ist für groß und klein bestimmt was dabei.



[www.scvm.de](http://www.scvm.de) - [vorstand@scvm.de](mailto:vorstand@scvm.de)  
Auf dem Sülzbrack 2, 21037 Hamburg  
Telefon 723 99 29 Telefax 723 99 03

**SC Vier- und Marschlande**

Hamburg



# Sommerfest der Vierländer Kindertrachtengruppe

Am ersten Wochenende im Juli ging es hoch her auf unserem Sommerfest. Wir trafen uns auf Angelikas kleinen Ranch in Warwisch. Ein kleines Zeltlager stand schon bereit als wir mit Schlafsack und Luftmatratze eintrafen. Schnell waren die Plätze in den Zelten verteilt und die Schlafplätze hergerichtet.

Schon warteten die beiden gesattelten Pferde „Rally“ und „Carry“ auf uns. Von zwei Helfermädels geführt drehten die Pferde mit den Kindern auf dem Rücken Ihre Runden. Einige von uns trauten sich sogar im „Trab“ üben den Reitplatz zu fliegen. Auch ein großer Spaß



war es zu zweit auf einem Pferd zu sitzen. Die beiden Pferde sind mit ihren siebenundzwanzig Jahren „alte Hasen“ auf dem Gebiet und ganz geduldig mit den Kindern gewesen. Die Kinder die auf das Reiten warten mussten naschten derweil Kirschen und übten sich im Kirschkern weit spucken.



Nach dem Reiten machten wir eine Treckertour, spielten Cricket und haben am Abend lecker gegrillt. Zur späteren Stunde

haben wir am Abend am Lagerfeuer Stockbrot gebacken.

Als dann irgendwann alle müde waren, würde es richtig gemütlich im großen Zelt, alle Kinder bis auf unsere kleine Lea waren im großen Zelt gelandet. Bei Knabberkram und gegenseitigen Geschichte vorlesen krabbelten alle in die Schlafsäcke.

Nach einer doch sehr ruhigen Nacht waren die Kinds am frühen Morgen um sechs Uhr wieder fit. Was man von uns Betreuern nicht wirklich sagen konnte. Hatten wir doch am Abend mit einem Auge den Fussballkrimi zwischen Deutschland und Italien verfolgen können.



## Alles für Hobby- und Erwerbsgärtner

Blumen- und Gärtnererden • Sondermischungen

# Gebr. Riege oHG

Hofschläger Deich 67 • 21037 Hamburg  
Telefon: 040 - 7372623 • Fax: 040 - 7374618

Düngemittel • Streusalz • Töpfe • Torf • Folien • Pflanzenschutz • Gartenbedarf

Aber bei Kaffeeduft und leckeren Brötchen am Frühstückstisch wurden unsere müden Geister wieder erweckt.

Nach einem leckeren, ausgiebigen Frühstück starteten wir wieder mit einem Pferd. Dieses mal war es der Schimmelshetty „Pascha“ (25 Jahre Kindergeduld auf vier Hufen) Er ließ sich von allen Kindern mit der Bürste verwöhnen und Zöpfe flechten. Alle zugleich. Nach dem Putzen durften alle nacheinander nochmal reiten oder „Pascha“ führen. Alles wurde von dem kleinen Freund mit dem blinden Auge geduldig mitgemacht. So hatten wir alle unseren Spaß und hätten noch Stunden lang weiter machen können, aber schon standen unsere Eltern und Opas im Zeltlager und wollten uns abholen.

Dieses Wochenende verging viel zu schnell. Wir haben beschlossen „Das machen wir wieder!“ Und da auch Petrus an diesem Wochenende mitgespielt hat, bleibt es uns allen in sonniger Erinnerung.

Vielleicht klappt es ja schon im nächsten Jahr und das ein oder andere Kind

hat Lust dabei zu sein. Denn auch

außerhalb unserer Auftritte in unserer schönen alten Vierländer Tracht hat die gesamte Trachtengruppe immer wieder auch schöne andere Freizeiten zusammen.

Vielleicht habt ihr ja Lust dabei zu sein, dann kommt nach den Ferien zum Üben oder meldet euch bei uns.

Übungszeiten: 17:30 Uhr in der Großen Sporthalle in der Stadtteilschule Kirchwerder.

Telefonkontakt: Angelika Kock 040/7230749

Liebe Grüße von den Kindern der Kindertrachtengruppe mit  
Manuela, Regina, Larissa und Angelika.



Vierländer Vertrauen:

Nähe ist das Wichtigste.

Wir sind in Ihrer Nähe:



**Vierländer Vier**  
Das kostenlose Girokonto  
Mehr unter [www.vierlaender-vier.de](http://www.vierlaender-vier.de)



In Kirchwerder, Neuengamme  
und jetzt auch in Fünfhausen.

**Vierländer Volksbank eG**  
- immer menschlich und persönlich

Tel. 040 79339-0

[www.vlvb.de](http://www.vlvb.de)

# Hamburger Einrad-Meisterschaft 2016

„Spaß steht hier an erster Stelle!“

Nach monatelangem Training war der Tag endlich gekommen, auf den sich alle Einradgruppen von Anja Wulff so intensiv vorbereitet hatten. Am 17. April 2016 fuhren wir alle wieder einmal nach Langenhorn. Wo wir versuchen wollten andere Vereine aus Hamburg zu schlagen und uns erneut den Titel der Hamburger Meister zu sichern. Der SCVM hatte sich in den vorherigen Jahren nämlich schon öfter diesen Titel geholt.

Aus dem SCVM starteten drei Mannschaften mit tollen Kostümen: Die ins All fliegenden Astronauten, die wilden Tiere aus Afrika und die flotten, gut aussehenden Cheerleader. Nach dem sich alle fertig umgezogen und sich aufgewärmt hatten, warteten sie gespannt auf ihre Auftritte. Davor starteten noch unsere zwei Paarküren und es gab dann ja auch noch viele weitere interessante Küren und Kostüme zu bestaunen. Wir versuchten so die Aufregung ein bisschen zu verringern.



Die Tiere aus Afrika starteten als Erstes und leider auch nur mit 4 Starterinnen aber dafür war es eine tolle Kür, die sie der Jury präsentierten. Auch die Astronauten legten einen super Auftritt hin und man konnte sehen wie viel Spaß sie dabei gehabt haben. Als Letztes starteten die Cheerleader dies waren die großen Mädels. Nachdem sie den Auftritt beendet hatten und ein riesen Applaus bekamen, konnte

man sehen wie froh sie waren das alles so gut geklappt hat.

Gespannt warteten sie dann auf die Er-



- Geräteverleih
- Kompressionsstrümpfe
- Inkontinenzversorgung
- Reisemedizinische Beratung



Anke Döcke e.K.

- Telefonische Bestellungen
- Kostenloser Botendienst
- Blutwerte-Messungen
- Bachblütenmischungen

**APOTHEKE**  
*Ochsenwerder*

Gemeinsam gut  
für Ihre Gesundheit!

**APOTHEKE**  
*Zollenspieker*

gebnisse der Auswertung. Und hier sind die Platzierungen:

**Paarküren:**

3. Platz (Finja und Lia) und 4. Platz (Yessica und Noreen)

**Kleingruppe U 15**

**3. Platz Tiere aus Afrika** (Noreen, Finja, Lia und Laura)

**Großgruppe:**

**1. Platz Cheerleader und damit Hamburger Meister** (Ellena, Nane, Lisann, Marlen, Wanda, Nele, Alina, Lea-Sophie, Sarah O., Sarah R., Lia und Jule)

**4. Platz Astronauten** (Ole, Ariane, Lenja, Nicole, Merle, Yessica, Lara Sch., Lena, Jakob und Lara St.)



Egal welchen Platz die Paarküren und Mannschaften gemacht haben, es zählt das man dabei war und Spaß hatte und das hatten alle.

Ihr könnt stolz auf euch sein, denn in Wirklichkeit seid ihr alle Sieger. Es war toll eure Küren anzuschauen und der Applaus der war verdient.

Wir hoffen dass im nächsten Jahr wieder eine Meisterschaft ausgerichtet wird. Und der SCVM wieder teilnehmen darf.

Kira Garbers



BÄCKEREI & KONDITOREI  
**Bäckerei Bahn**  
FRISCH AUS VIERLANDEN

EDEKA frischemarkt  
Kirchenherweg 239      Kirchwerder Elbdeich 173      Eichholzfelder Deich 4  
Telefon 723 02 38



# Die Trachtengruppe in Kirchberg/Tirol



Ende letzten Jahres erhielten wir eine Einladung nach Kirchberg/Tirol, dort sollte das 2. internationale Trachten- und Plattlertreffen stattfinden.

Und so trafen wir uns am 9. Juni früh morgens um halb sieben am Hamburger Hbf, denn diesmal ging es wieder mit der Bahn Richtung Süden.

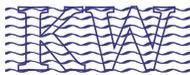
Erst brachte uns der ICE nach München von dort weiter mit einem EC über die Grenze nach Wörgl und den Rest mit der S-Bahn nach Kirchberg/Tirol. Die letzten 500m mussten wir im leichten Regen zu Fuß zu unserem Hotel zurücklegen.

Da das Wetter an diesem Tag nicht so berauschend war, war von den umliegenden Bergen eigentlich nix zusehen.



Dieser Tag endete mit den beziehen der teilweise doch urigen Zimmer, einem gemeinsamen Essen und für viele noch mit einen Spaziergang durch den Ort.

Kinderleicht Heizkosten sparen und Ressourcen schonen.



KARL WOLLER

Allermöher Deich 70 · 21037 Hamburg  
Tel.: 040 - 737 54 23 · Fax: 040 - 737 59 00  
E-Mail: info@k-woller.de  
Internet: www.k-woller.de

Wer sich jetzt für eine moderne Heizlösung von ELCO entscheidet, kann seinen Energieverbrauch sofort um bis zu 40 % reduzieren.

Wir zeigen Ihnen ein umfassendes Sparprogramm für Heizung und Warmwasser mit erneuerbaren Energien.

Am nächsten Morgen weckte uns strahlender Sonnenschein. Die Aussicht aus unseren Zimmern war grandios, man konnte bis zu den Gipfel hinauf schauen, es war einfach herrlich.

Nach dem Frühstück stand eine geführte Bergwanderung durch die Kitzbühler Alpen mit allen schon anwesenden Gruppen an. Es ging streckenweise doch recht steil hinauf auf die Maieralm. Als

alle oben waren, die einen ziemlich zügig, die anderen etwas langsamer und mit hechelnder Zunge und die Fußkranken mit dem Auto, hatten wir uns die Stärkung reichlich verdient. Anschließend genossen wir noch die Sonne und den Ausblick, der bei dem klaren Wetter bis zum „Wilden Kaiser“ reichte. Nach der ausgiebigen Ruhepause stieflelten wir wieder hinab ins Tal. *Weiter auf Seite 12*



*Wir drucken nicht nur  
den Kurier für Sie!*

**barkow** **druck  
studio**

**Immer eine gute Karte!**

**Barkow Druck Studio OHG**

Rungedamm 18 B  
21035 Hamburg

Telefon 040 31 44 88  
info@barkow-druck.de  
www.barkow-druck.de

**Ihre Druckerei seit 144 Jahren vor Ort**

Fortsetzung von Seite 11

Am Abend war dann der erste offizielle Teil unserer Reise. Bei einem Platzkonzert auf dem Dorfplatz wurden alle schon anwesenden Gruppen durch den Bürgermeister begrüßt.

Samstagsmorgen hingen die Wolken wieder tief und drohten ständig mit Regen, so dass wir den Umzug zum Festauftritt mit Regenschirmen beginnen mussten. Nach kurzem Marsch erreichten wir den Festplatz, auf dem alle Gruppen, darunter auch zwei schweizer Gruppen mit riesigen Kuhglocken und Gosselschnalzer, begrüßt wurden. Beim anschließenden Bühnenprogramm zeigten auch wir unser Können. In dieser alpinen Region waren unsere Tänze und Bernds Gesang doch schon fast etwas „exotisch“. Am Besten waren aber die Zugaberufe am Ende unseres Auftritts, da aber auch die letzten



Gruppen noch einen trockenen Auftritt haben wollten, gab es keine.

Wir sind zügig ins Hotel zurück um unsere klammen Trachten auszuziehen und zum trocknen aufzuhängen. Danach trafen wir uns im Restaurant unseres Hotels zum gemeinsamen „Wiener Schnitzel“-Essen, denn wir hatten vom Tourismusverband Gutscheine erhalten die bis 15.00 Uhr eingelöst werden mussten,

daher auch die leichte Eile nach unserem Auftritt.

Der Rest des Tages war dann Freizeit, viele sind wieder zum Festplatz zurück, waren ja nur rund 200m.

Sonntagvormittag gab es noch einen Frühschoppen, den wir nach einer Stunde schon wieder verlassen mussten, da die Heimreise



## GARTENBAUBEDARF W. HOFFMANN

Gartenbaubedarf

Dünger & Pflanzenschutz

Gartengeräte

Berufsbekleidung

Reitsportartikel



Öffnungszeiten: Montag - Freitag  
08:00-12:30 & 14:00-18:00

Samstag  
08:00-12:30 Uhr

Kirchwerder Hausdeich 163 Tel.: 040 / 723 13 70  
21037 Hamburg

www.gartenbedarf-hoffmann.de

anstand. Diese erfolgte in umgekehrter Reihenfolge zur Hinfahrt, nur das wir von München aus keinen ICE sondern einen IC hatten. Auf Grund von Unwettern ist dieser in München mit 35 min Verspätung gestartet und musste in Bayern noch einen Umweg fahren. Da der Weg bis Hamburg bekanntlich recht lang ist und Lokführer ordentlich Gas gegeben hat, sind wir mit nur noch 4 min Verspätung in Hamburg angekommen.



Es war eine schöne und spannende Ausfahrt, die Bine wie jedes Mal gut organisiert und gemanagt hat, dafür gilt Ihr unser aller Dank.

Wir freuen uns schon auf die Ausfahrt im nächsten Jahr, mal schauen wo es hin geht (eine Einladung von den Kirchbergern haben wir ja).

Für die Trachtengruppe  
Maike Kob



Glaserei

**L**

Lachmann

Glasermeister

[www.glaserei-lachmann.de](http://www.glaserei-lachmann.de)

Reparatur-Schnellservice Duschkabinen aus Glas

Glasschleiferei lackierte Küchenrückwände

Zimmertüren-Reparatur Spiegel Energiesparglas

Röpredder 22 - 21031 Hamburg - Telefon 739 90 79



# Hamburg-Liga-Pokal



**Erstmalig ausgetragener  
HAMBURG-LIGA-POKAL am 17. Juli 2016**

Mit dem Aufstieg in die Hamburg-Liga hatten die Handballer der SG Bergedorf/VM das Problem, geeignete Turniere zu finden, waren doch die meisten in der Vergangenheit besuchten Turniere auf Landesligisten beschränkt. Zudem ist es ungeachtet der Sportart verpönt, in der Vorbereitung gegen Liga-Konkurrenten anzutreten. Was also tun?

Aus der Not eine Tugend machen und selbst ein Turnier ausrichten und zwar mit allen in der Hamburg-Liga vertretenen Mannschaften.

Gesagt - getan und geboren war der  
**HAMBURG-LIGA-POKAL!**

Anfang Mai wurden die Einladungen an die 11 Mannschaften verteilt und mit Spannung wartete man auf die Resonanz. Am Ende sollten es 6 Mannschaften sein, die der Einladung gefolgt waren.

Ergänzt wurde das Feld mit zwei Vertretern der neugegründeten Landesliga Schleswig-Holstein (Till's Löwen und dem Lauenburger SV).



## Hamburg-Liga-Pokal im LaFu

SO, 17.07.16

Gespannt sein konnte man, ob das Team um Trainer Duo Max (Stefan) Merkel und Dirk Riedel mit den etablierten Mannschaften der Hamburg-Liga mithalten konnte. Um es vorweg zu nehmen: nicht ganz.

Zwar konnte man mit zwei Siegen über den Lauenburger SV und einem Unentschieden gegen Mitaufsteiger Elmshorner HT den letzten Tabellenplatz gerade noch verhindern, zu mehr als Platz 7 reichte es jedoch nicht.

Insgesamt bot das dezimierte Team (es fehlten 4 Rückraumspieler) zwar eine kämpferisch ansprechende Leistung, jedoch gab es in allen Bereichen Verbesserungspotential, insbesondere im Stel-



**OFFSET- UND  
DIGITALDRUCK**  
**Ihre Druckerei in der Nachbarschaft**

- Beratung / Gestaltung
- Druck von Kleinst- bis Großauflagen
- Konfektionierung / Weiterverarbeitung
- Mailings

GEMEINWOHL  
ÖKONOMIE  
Das Wirtschaftsmodell  
mit Zukunft



**DRUCKEREI  
ZOLLENSPIEKER  
KOLLEKTIV GMBH**

Zollenspieker Hauptdeich 54  
21037 Hamburg  
Tel. 040 79 31 39-0  
info@zollenspieker.de

[www.zollenspieker.de](http://www.zollenspieker.de)

lungsspiel und den Absprachen in der Deckung, sowie der Vorwärtsbewegung und dem Abschluss im Angriff.

Was bleibt ist die Erkenntnis, dass in dieser frühen Phase der Vorbereitung noch jede Menge Arbeit auf das Team wartet, um in der Saison für die eine oder andere Überraschung sorgen zu können.

Bedanken möchten wir uns bei den vielen freiwilligen Helfern am Kampfrichtertisch, am Verkaufsstand sowie am Grill, ohne die so ein Turnier nicht darstellbar ist, aber auch bei den Schiedsrichtern

um Jan-Peer Hentrop und nicht zuletzt bei allen teilnehmenden Mannschaften in der Hoffnung auf eine noch stärkere Resonanz im nächsten Jahr.

Platzierungen:

1. Platz TSV Ellerbek
2. Platz Till's Löwen
3. Platz HSG Pinnau
4. Platz HG HH-Barmbek 2
5. Platz Elmshorner HT
6. Platz TuS Aumühle-W.
7. Platz **SG Bergedorf/VM**
8. Platz Lauenburger SV / Dirk Riedel



**M E T A L L B A U  
S C H L O S S E R E I  
H E I Z U N G E N  
G E W Ä C H S H Ä U S E R**

Telefon 7 23 05 37 · Fax 7 23 06 37

**Karl-Heinz Wulff**

Heinrich-Stubbe-Weg 242-244  
21037 Hamburg

**POLICKE**  
HERRENKLEIDUNG



**Traumhaft  
günstig  
für Hamburgs  
Männer.**

Anzug, Hemd & Krawatte auf  
über 700 qm. Freizeitmode,  
Underwear, Schuhe und  
natürlich Trendmode im neuen  
Trendshop "P2".

POLICKE Herrenkleidung  
Böckmannstraße 1a  
20099 Hamburg  
Telefon: 040 243922  
[www.policke-herrenkleidung.de](http://www.policke-herrenkleidung.de)

# ZUMBA®

fitness



## Teenie Zumba

Teenies aufgepasst: Wer hat Lust, sich zu lateinamerikanischer Musik zu bewegen, Spaß zu haben und gleichzeitig etwas für die persönliche Fitness zu tun? Wenn du 12 – 18 Jahre alt bist und Freude an Musik und Tanz hast, komm doch einfach mal vorbei und mache eine Probestunde. Wir tanzen z.B. Merengue, Salsa, Hip Hop, Cumbia und vieles mehr.

Wir treffen uns immer donnerstags von 17.00 bis 18.00 h in der Turnhalle Fünfhausen im Sporthallenweg.

## Zumba am Vormittag

Wir sind eine kleine Gruppe, die dringend Zuwachs braucht. Wir haben viel Spaß und starten nach guter Musik und schweißtreibender „Tanzstunde“ mit guter Laune in den Alltag.

Wir treffen uns immer dienstags von 9.00 bis 10.00 h in der Turnhalle Moorfleet im Sandwisch

Weitere Angebote: Zumba montags 20.00 bis 21.00 h in Fünfhausen



## Infos

Nicole Reinhold Telefon: 01 74 / 62 89 513

SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.  
Auf dem Sülzbrack 2, 21037 Hamburg  
Telefon 723 99 29, Telefax 723 99 03

# SC Vier- und Marschlande

Hamburg



## Witthöfts Küchentechnik

Beratung • Verkauf • Montage

### Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9-12 & 14-18 Uhr  
Sa. 10-13 Uhr

Witthöfts Küchentechnik Vertriebs GmbH

Ochsenwerder Landstraße 51 • 21037 Hamburg

Tel.: 040 / 7 37 31 21 • Fax: 040 / 7 37 40 51

info@witthoefts-kuechentechnik.de • www.witthoefts-kuechentechnik.de

# Neuer Intensivkurs ! Selbstverteidigung für Frauen



## Start ab September

**W**ir leben im Zeitalter der Gleichberechtigung und doch erleben wir immer noch Situationen, in denen wir bedrängt, körperlich bedroht oder gedemütigt werden. Solche Übergriffe machen uns Angst und oft genug handlungsunfähig.

Der Intensivkurs Selbstverteidigung für Frauen bietet ein Training, das uns Frauen stark macht, verbunden mit einem

Fitnessprogramm für jedes Alter, das viel Spaß macht.

Hier ein kleiner Kursüberblick über die Themen und Inhalte:

**Prävention (Gefahrensituationen rechtzeitig erkennen und meiden)**

**Deeskalation (bedrohliche und unangenehme Situationen verbal entschärfen),**

**Mentales Coaching (Strategien zur Selbstbehauptung, Eigenwahrnehmung)**

**kleines Workout-Programm**

**effektives Training von Schutz- und Verteidigungstechniken im Stand und im Boden**

**Outdoor-Training mit nachgestellten Szenarien**



Der Kurs besteht aus insgesamt zehn Terminen (Herbstferien ausgenommen) und startet am Mittwoch, den 7. 9.2016 von 19.00h bis 20.30h in der kleinen Turnhalle der Stadtteilschule Kirchwerder. Letzter Termin ist der 23.11.2016.

Der Kurs kostet für SCVM-Mitglieder 75,00 Euro, Gäste zahlen 105,00 Euro

Anmeldungen bitte über die Geschäftsstelle des SCVM v. 1899 e.V.

Tel: 040/7239929 / Mail: [vorstand@scvm.de](mailto:vorstand@scvm.de)

Ich freue mich auf euch! - Ulrike Riemann

(Kursleiterin Frauen SV, Trainer-C-Lizenz)



Inh. Anja Schwormstedt

Tatenberger Deich 162 · 21037 Hamburg

Telefon 0 40 - 737 22 27 · Telefax 0 40 - 737 39 71

[service@faehrhaus-tatenberg.de](mailto:service@faehrhaus-tatenberg.de) · [www.faeherhaus-tatenberg.de](http://www.faeherhaus-tatenberg.de)

Gutbürgerliche Küche, hausgemachter  
Kuchen und Torten.

Familienfeiern, Empfänge, Tagungen und  
Veranstaltungen bis zu 120 Personen.

Gemütlich eingerichtete Gästezimmer.

Das Team vom Fährhaus Tatenberg freut sich auf Ihren Besuch.

## JUDO Gürtelprüfung

Am letzten Schultag, den 20. Juli 2016 fanden in der Sporthalle Fünfhausen Judo-Gürtelprüfungen zum Weiß-Gelb-Gurt (8.Kyu) statt. Die Schüler vom SCVM, die in Fünfhausen und Kirchwerder von Olaf Lenz und Olaf Jendert trainiert werden, bestanden alle ihre Prüfung. Die Prüfer und gleichzeitig auch

Trainer waren mit den gezeigten Fallübungen, Wurftechniken, Haltegriffen sowie den freundschaftlichen Kämpfen sehr zufrieden. Einige Zuschauer hatten sich bei warmen Sommerwetter angefund, die die kleinen Kämpfer auf der Tribüne moralisch auch mit Applaus unterstützten. Olaf Jendert



### Folgende Schüler bestanden die Prüfung:

**Bjarne Albers, Gerrit Krämer, Rouven Schwieger, Domenick Schween, Filip Zuti, Finn Petersen, Paul Sieg, Konstantin Doecke, Noah Erik Giese, Kjell Freschke, Joris Tschierswitz, Jesse Heitmann, Kieran Schwieger, Jannis Mause, Johannes Budwig, Niklas Hintelmann, Mark Lindemann, Lina Fischer, Henri Balk, Michel Balk, Kolja Heidenreich, Svea Cordts, Max Waschatz und Michel Podpiser.**

**Mode - Sport**  
und vieles mehr...



**Kaufhaus Vierlanden**

Das Kaufhaus in der Region, modern und traditionell

Neuengammer Hausdeich 260, 21039 Hamburg  
Telefon 040 688 94 168 - [www.kaufhaus-vierlanden.de](http://www.kaufhaus-vierlanden.de)

Richard Wulff Sportmode, Inh.: Bettina Wedemann e.K.

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9 bis 13 Uhr und Mo, Di, Do, Fr 14 bis 18 Uhr  
Mittwochnachmittag - geschlossen

Damenmode

Herrenmode

Sport-  
Bekleidung/Ausstattung

Partner für Breitensport

Beflockungen

Arbeitskleidung

HERMES Paketshop

Annahme-  
Reinigung/Wäsche

# REHA - SPORT in der Krebsnachsorge



**Einfach mal anfangen in einer Sportgruppe,  
in der es um mehr als Bewegung geht:**

Krebspatientinnen profitieren in fast jeder Krankheitssituation davon, körperlich aktiv zu sein und sich sportlich zu betätigen. Sie fühlen sich seltener erschöpft, sind leistungsfähiger und bleiben beweglicher.

Wir, die REHA-Sportgruppe in der Krebsnachsorge, sind jetzt seit mehr als einem Jahr dabei und spüren, wie wir uns auf der Skala der Gesundheit immer weiter vorwärts bewegen.

Zu unserem Sportprogramm gehören Bewegungen, die uns aufrichten und stärken, zu mehr Ausdauer und Belastbarkeit führen und mit Spiel und Spaß in der Gemeinschaft Entspannung und Lebensfreude bringen.

**Wer dabei sein möchte, ist Mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Sporthalle  
am Elversweg 44 in Ochsenwerder Herzlich willkommen! Einstieg jederzeit möglich!**

Hinweis:

Ob für Sie/Dich körperliche Aktivität und Sport während oder im Anschluß an eine Krebstherapie geeignet ist, sollten Betroffene immer mit ihrem behandelnden Arzt klären. Dieser wird dann eine Verordnung ausstellen, die von der Krankenkasse bestätigt wird. Dieses ist auch möglich, wenn die Behandlung schon etwas länger zurück liegt!



## Infos

Hildegard Albers Telefon: 737 38 00

[www.scvm.de](http://www.scvm.de)

SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.

Auf dem Sülzbrack 2, 21037 Hamburg

Telefon 723 99 29, Telefax 723 99 03

# SC Vier- und Marschlande

Hamburg



**SPORT** *ist im Verein erst schön*

# JUDO in der Grundschule

Seit fast einem Jahr trainieren die Grundschüler aus dem Bereich Zollenspieker, Kirchwerder und Curslack immer am Montag in der Gymnastikhalle der Schule Kirchwerder. Es wird gespielt, Technik geübt und gekämpft. Temperament ist bei allen reichlich vorhanden. So fällt den meisten das Kämpfen leicht. Die konzentrierte Aufmerksamkeit beim Üben ist am späten Nachmittag nicht immer vorhanden. Aber wenn es darauf ankommt sind die kleinen Kämpfer voll dabei. Wer fällt, der steht wieder auf. Verletzungen sind in dieser Gruppe eher gering. Olaf Jendert



**ZEYN**  
**HOLZBAU** GmbH

Zimmerei • Innenausbau • Abbundtechnik • Holzrahmenbau • Bedachungen

Telefon 040 / 737 25 71 • [www.zeynholzbau.de](http://www.zeynholzbau.de)



**Wir Lebensmittel.**



**Harald Eggert**

Tel.: (040) 737 21 15  
Fax: (040) 737 21 14  
Durchdeich 72  
21037 Hamburg-Fünfhausen

# „Deutsches Sportabzeichen 2016“

Impressionen  
vom  
Wettkampf  
im Mai 2016  
in Wentorf



„Qualität vom Wochenmarkt“



## FISCH LENZ

Wir verwöhnen Sie mit kulinarischen Köstlichkeiten  
aus Fluß und Meer !!!

Jeden Freitag von 8 Uhr bis 18 Uhr vor Gebr. Kohlepp !



# FÜNFHAUSENER



Gedr. **KOHLEPP**

## GETRÄNKE- & WEINHAUS

1720

Süderquerweg 652 - 658 21037 Hamburg  
Telefon: (040) 737 22 28 Fax: (040) 737 44 45

Kühlservice

\*\*\*

Tische und  
Stühle

\*\*\*

Ware auf  
Kommission

\*\*\*

Kofferraum-  
service

# Sommer- und Abschiedsfest in Ochsenwerder

Anja Frank und Sabine Braun haben für ihre Eltern-Kind- und Kinderturngruppe in Ochsenwerder vor dem Start in die Sommerferien ein Kinderfest veranstaltet.

Die Kinder haben eine Laufkarte bekommen. Mit Begeisterung haben sie die Stationen Sackhüpfen, Eierlaufen, Geschicklichkeit, Klettern gemacht und die heißge-



## MALEREIBETRIEB

*J. Kahmann*  
J. Kahmann GmbH

- Fassadenbeschichtung
- Betonsanierung
- Vollwärmeschutz
- Tapezieren
- Teppichboden

Süderquerweg 90 · 21037 Hamburg · ☎ 040 / 723 92 73 · Fax 040 / 723 93 14



liebte Flitzly-Bahn gefahren, bevor sie sich zur Belohnung eine Maus angeln durften.

Dieses Fest war für Anja und Sabine gleichzeitig der Abschied von ihren Gruppen, da sich beide entschieden haben, ihre Tätigkeit als Leiterin die-

ser Gruppen aufzugeben. Sie haben sich beide mit einem lachenden und einem weinende Auge verabschiedet!

**Vielen Dank für die vielen schönen und interessanten Turnstunden sagen alle eure begeisterten Turnkinder und Eltern!**

Ein Abschied ist kein Ende! Das Eltern-Kind-Turnen und das Kinderturnen geht ab 5. September 2016 unter meiner Leitung weiter.

Weiter auf Seite 26



Man kann nicht alles vorhersagen, aber für vieles vorsorgen. Wir beraten Sie gern.

Marco Blättermann e. K.  
 Wolfgang Blättermann e. K.  
 Süderquerweg 644, 21037 Hamburg  
 Tel. 040/7239922  
 hamburg.vier.und.marschlande@provinzial.de

**PROVINZIAL**  
 Die Versicherung der Sparkassen

**HAMBURGER FEUERKASSE**

Fortsetzung von Seite 25

Ich freue mich auf Euch.  
Eure Anja Ahrens

### Zur Info!

Turnen in Ochsenwerder montags:  
**Eltern-Kind-Turnen für 1 bis 4 jährige**  
findet in der Zeit von 15:00 bis  
16:00 Uhr statt.



**Kinderturnen für 4 bis 6 jährige**  
findet in der Zeit von 16:15 bis  
17:15 Uhr statt.

Anja Ahrens



# Wir erfüllen Wohnräume!

tapetieren - streichen - verlegen - montieren




Farben · Tapeten · Bodenbeläge · Gardinen

Malerfachbetrieb  
**KLEMMER**

Hower Hauptdeich 123 · 21037 Hamburg  
Tel. 040/7 23 94 60 · [www.maler-klemmer.de](http://www.maler-klemmer.de)



# Wolfgang Wehr

Ladekran-Transporte GmbH & Co. Kg

Gartenbaugeräte

Verkauf - Wartung - Reparatur

- Minibagger-Vermietung -

Kirchenheerweg 1 - 21037 Hamburg

Telefon: (040) 723 88 60



So nah,  
so schnell  
so günstig.

**GARTENBAUTECHNIK GEEREKING**

Gartenbaubedarf  
Beregnung

Gewächshäuser  
Folienhäuser  
Pumpen

**GARTENBAUTECHNIK GEEREKING**

Nicht nur Lieferung,  
auch Beratung  
und viel, viel Service  
gleich vor  
Ihrer Tür.

Handelsgesellschaft

Curslacke Deich 194 a

D-21039 Hamburg (Curslack)

Tel.: 0049 (0) 40 723 20 15

Fax: 0049 (0) 40 723 20 14

# CARSTEN RATHMANN

## Containerdienst & Entsorgung

Süderquerweg 24 • 21037 Hamburg

Tel. 040 / 723 88 76 Mobil: 0171 / 213 62 14



# Timmann

*"Der Service macht's!"*

Süderquerweg 651  
**21037 Hamburg**

 **737 50 20**



## NEUE KURSANGEBOTE BEIM SCVM !!

**Mach mit, bleib fit**

ab dem **22.09.2015**

**Donnerstags 19-20 Uhr**

**In der Sporthalle der Schule Zollenspieker**

Du hast Lust was für deine allgemeine Fitness zu tun  
und möchtest Spaß an Sport und Bewegung?

Dann bist du hier genau richtig!

Es wartet ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm mit  
moderner Musik und guter Stimmung auf Dich.

Nach einem Warm-up startet das Workout Training  
in dem Bauch, Beine, Po, Rücken und Arme trainiert werden,  
mit Hilfe von Kleinhanteln, Bällen und Tubes.

Ein Training für die "typischen Problemzonen" und gezielte  
Kräftigung von Oberkörper und Rückenmuskulatur.

Ein Stretching zur Lockerung und Entspannung der beanspruchten  
Muskulatur bildet den Abschluss.

Geeignet ist der Kurs für jeden, der es versuchen möchte.

PS: Für diesen Angebot brauchst du: eine Matte, ein Handtuch und  
was zu trinken.

**Ich freue mich auf DICH!**

Natalia

## EINFACH MEISTERHAFT!

- MALEREIBETRIEB
- RAUM AUSSTATTUNG
- BODEN- UND PARKETTVERLEGUNG

**EWALD  
HAMBURG**

Raum<sup>3</sup>

Altengammer Elbdeich 119, 21039 Hamburg, Tel.: (040) 723 52 70  
www.ewald-hamburg.de, info@ewald-hamburg.de



## Kindergarten Pusteblume

**Zertifizierte SOALQE-Einrichtung**  
(Qualitätsentwicklungsverfahren für Kindertagesstätten)

Sander Deichweg 9

21037 Hamburg

Tel.: 040 / 723 07 41

Fax: 040 / 793 19 218

kiga.pusteblume@t-online.de

Hans Heinrich

# Pinnau GmbH



## Heizungs- und Sanitärtechnik

Odemanns Heck 4  
21039 Hamburg

Telefon 0 40 / 7 23 28 11  
Telefax 0 40 / 7 23 38 74

Millionen haben es schon  
...und Sie?



## Ha-Ra®

im Original  
natürlich sauber mit System

**Heike Woller**

Ha-Ra Beratung u. Verkauf  
Allermöher Deich 70  
21037 Hamburg \* Tel. 7 37 54 23

Ihre autorisierten  
Ansprechpartner

Meisterbetrieb

# CWV WARNECKE

Garten- und Landschaftsbau

**Christian Warnecke**

Gärtnermeister

Brookkehre 36  
21029 Hamburg  
Telefon (040) 737 30 37  
Telefax (040) 737 37 72

**Fachgerechte Ausführung**

von Garten-, Neu- und Umgestaltung, Pflaster- und Plattenarbeiten, Natursteinarbeiten, Teichbau und Wasserläufe, Holz im Garten, Neu- und Umpflanzenarbeiten, Baumfällarbeiten, Gehölz- und Obstbaumschnitt, Gartenpflege und vieles mehr...

# Meistertitel beim Badminton

Nach einer erfolgreichen Saison konnten die Badminton-Ligamannschaft nach dem letzten Spieltag am 16. Juni den Meistertitel der Breitensportliga in der 3.Klasse feiern.

Mit einer makellosen Bilanz von sieben Siegen und einem Unentschieden konnten wir die Mitkonkurrenten auf den Titel, Eilbek und Appen, auf die Plätze verweisen.

Damit sind wir in Klasse 2 aufgestiegen und freuen uns auf die Herausforderungen, die dort auf uns warten. Personell haben wir uns verstärkt mit unseren Liga-Neueinsteigern Christine Yao und Achim Jaeck. Mit den Beiden und unserer ab September erweiterten Trainingszeit montags ab 19 Uhr in Ochsenwerder gehen wir gut gerüstet in die neue Saison.



**Vorne:**  
Christine Yao,  
Stefanie Kröger,  
Heike von Hacht-  
Albers,  
Jörn Albers

**Hinten:**  
Daniel Timmann,  
Justus Porps,  
Frank Bogumil,  
Achim Jaeck,  
Andreas Timme,  
Lennart Jaeck

**Es fehlen:**  
Stefan Lau und  
Andre Hermans

**MEISTERLICHE IDEEN AUS HOLZ**

**Tischlerei Julius Bendschneider**  
Süderquerweg 212, 21037 Hamburg  
Fon 040 723 84 77 info@bendschneider.com  
www.bendschneider.com

Erst ein Rahmen macht das Kunstwerk ....

Individuelle Fertigung von Rahmen für Ihre Urkunden oder Bilder sind bei uns in guten Händen!



## NEUE KURSANGEBOTE BEIM SCVM !!

### Hatha – Yoga KURS für Fortgeschrittene

Am 22.09.2016 Donnerstag 20:00 – 21:30 Uhr

in Sporthalle, der Schule Zollenspieker geht's wieder los.

In meiner YOGA Praxis Stunde aus Körper-, Atem-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen, suchen wir den Ort der Mitte – der Mitte zwischen Anspannung und Entspannung, zwischen Anstrengung und Loslassen, zwischen Körper und Geist.

Vitalität, Körperliche und Geistige Flexibilität, Klarheit, Gelassenheit, Kreativität, Konzentrations- und Kommunikationsfähigkeiten sind die positiven Eigenschaften die YOGA für Dich mit sich bringt.

Gewinne durch YOGA Freude an Bewegung und entwickle ein gutes Körpergefühl. Denn Yoga schafft Verbindung, mit dem Herzen und mit der Energie, die uns atmet.

Dieser Kurs geht über 10 Stunden.

**Kosten für die Vereinsmitglieder 75 Euro**

**Nicht Vereinsmitglieder 105 Euro**

Versäumte Stunden werden nicht erstattet.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

*PS: Für diesen Kurs brauchst du: eine Yoga Matte, ein Handtuch, was zu trinken, bequeme und evtl. warme Kleidung und eine Kuscheldecke.*

**Bitte vorher anmelden unter:**

per eMail an [personalinstructor@gmx.de](mailto:personalinstructor@gmx.de) oder Telefon: 040 737 17 016

**Ich freue mich auf DICH!!!**

Natalia



## Walther H.W. Meyer GmbH

**Sanitär • Heizung • KLempnerei**

**Curslacker Deich 315 - 21039 Hamburg**

Telefon: 040 / 723 22 51

Fax: 040 / 723 34 36

E-Mail: [walther.meyer@t-online.de](mailto:walther.meyer@t-online.de)

# Vierlanden Triathlon

## Vierlanden Triathlon am Hohendeicher See

### Wir können nicht nur laufen...

Am 05.06.2016 bei Temperaturen um die 32° Grad fand der diesjährige Triathlon mit ca. 1300 Einzelstartern und 40 Staffeln am Hohendeicher See statt.

Er ist einer der größten Triathlon-Veranstaltungen vom Harz bis Rügen. Mit am Start waren Sportler/innen aus unserer Laufgruppe. Sie haben sich an die „Jedermann-Distanz“ von 500 m Schwim-

men, 20 km Radfahren und 5km Laufen gewagt. Unseren Fans war es an dem Tag schon beim Zugucken viel zu heiß! Aber alle sind mit super Zeiten fröhlich ins Ziel gelaufen.



## Gerald Eggers

Stahlbetonbau GmbH

*ES KOMMT DARAUF AN, WAS MAN DARAUS MACHT!*

Ochsenwerder Elbdeich 301a  
21037 Hamburg  
Telefon (040) 737 43 75

- Balkenrost
- weiße Wanne
- Treppen usw.
- Sohle
- Decken
- alles aus Beton

## Herzlichen Glückwunsch > tolle Leistung!

45. WOBBE Kerstin 1979 1:28:33 SC Vier- und Marschlande  
 77. ROHDE Maren 1967 1:34:51 SC Vier- und Marschlande

108. GOTTHARD Tjark 1997 1:18:56 SC Vier- und Marschlande  
 176. ALBERS Jörn 1963 1:24:43 SC Vier- und Marschlande  
 184. SCHILDT Jürgen 1966 1:25:35 SC Vier- und Marschlande  
 189. GOTTHARD Fynn 1994 1:26:19 SC Vier- und Marschlande  
 199. GOTTHARD Egbert 1962 1:26:54 SC Vier- und Marschlande  
 212. HÄGEMANN Christian 1962 1:29:01 Hamburg  
 285. MEENTS Jürgen 1959 1:45:38 SC Vier- und Marschlande



**BESTATTUNGEN**

**E. LEVERENZ** GmbH

Enne Leverenz  
 Susanne Leverenz



Michael Krüger  
 Walter Leverenz

**040 / 730 28 00**

Lohbrügger-Landstrasse 145 a 21031 Hamburg August-Bebel-Strasse 208 - 21029 Hamburg  
 Reinbeker Weg 13 - Moorkoppel 14 - 21465 Wentorf - Waldstrasse 19 - 21425 Brunstorf

[www.leverenz-bestattungen.de](http://www.leverenz-bestattungen.de)

HEALTH IN  
YOUR  
HANDS



## „fit und entspannt mit smovey“

**Neuer Kurs  
Beginn 06. Sept**

**Aktiviert** 97 % der gesamten Muskulatur = Fettverbrennung

**Strafft** das Bindegewebe und den gesamten Körper

**Anregend** für Stoffwechsel und Lymphsystem = Entschlackung

**Stärkt** das Immunsystem u. das Herz-/Kreislaufsystem

**Löst** Verspannungen in Nacken, Schultern und Rücken, baut Stresshormone ab

**Trainiert** Kondition, Koordination und Gleichgewicht

Am Ende des Tages noch mal richtig in Schwung kommen und anschließend entspannt den Abend beenden, dabei 97% der Muskulatur beanspruchen und alle Körperzellen zu „Schwingen“ bringen. Das gelingt mit den Vibrationsringen smovey – dem Fitness- und Gesundheitsgerät mit den vielfältigen Möglichkeiten.

Im Inneren der smoveyRinge laufen 4 Stahlkugeln, die beim Schwingen eine Vibration erzeugen, die sich wohltuend im ganzen Körper ausbreitet.

Neben einem Fitness-Teil sorgt anschließendes Abrollen mit den smoveyRingen für angenehme Entspannung und beugt so Muskelkater vor

**06.Sept. - 08.Nov. 2016**

**8x dienstags 20.00 – 21.30 Uhr**

**Sporthalle Sandwich 66/ Moorfleet**

**Kosten: 80 € SCVM Mitglieder**

**108 € für Nichtmitglieder**

**Anmeldung erbeten!**

**Macht einfach  
Spaß!**



**SC Vier- und Marschlande**



**Petra: 0172 - 772 6915**

**p.wittmann-stadie@web.de**



Hamburg



Ein Stammpfad neben dem Telefon:

**Branchen- und Firmenübersicht**

Werbewirksam und alle 2 Monate aktuell auf der letzten Seite im **Vier- und Marschländer Sport-Kurier**



Dipl.-Ing. **Andreas Kramer**  
**Vierländer Immobilien**

Kirchwerder Hausdeich 359 · 21037 Hamburg  
 Telefon 723 95 36 · Telefax 723 93 98

E-mail: [ing.ges.kramer@gmx.de](mailto:ing.ges.kramer@gmx.de) · [www.vierlaender-immobilien.de](http://www.vierlaender-immobilien.de)

Gutachter zur Bewertung von Immobilien

HRA 91015

Beratung und Betreuung beim Kauf oder Verkauf.  
 Wir suchen im Kundenauftrag Ein- und Mehrfamilienhäuser  
 bzw. Baugrundstücke im Großraum Vier- und Marschlande.



**BAUELEMENTE GMBH**

◀ Fenster und Haustüren aus Kunststoff, Holz und Aluminium ▶ Rolläden ▶ Insektenschutz

**Beratung • Planung • Verkauf • Montage • Service**

Besuchen Sie uns im Internet: [www.peitz-bauelemente.de](http://www.peitz-bauelemente.de) oder unsere *Ausstellung* am:

**Neuengammer Hausdeich 37 • D-21039 Hamburg**  
**Telefon (040) 79 41 30-0 • Telefax (040) 79 41 30-20**

**Lernförderung für Schulkinder**

Erfahrene Pädagogin unterstützt Ihr Kind individuell  
 im

- Lesen und Schreiben (LRS)
- Rechnen

*Außerdem in kleiner Lerngruppe:*

- qualifizierte Hausaufgabenbetreuung/Nachhilfe
- Rechtschreibtraining

*Michaela Schueler*

*Bildung und Lernen*

Süderquerweg 650  
 21037 Hamburg

Tel. 73748027

Rufen Sie mich an,  
 ich berate Sie gern.

**BEHNCKEN'S**  
**Vierländer Hofladen**

Süderquerweg 226 · 21037 Hamburg · Tel. 040/ 723 81 23



Öffnungszeiten:

**Dienstag 8.00 - 18.00 Uhr**  
**Mittwoch 8.00 - 12.00 Uhr**  
**Donnerstag 8.00 - 18.00 Uhr**  
**Freitag 8.00 - 18.00 Uhr**  
**Samstag 8.00 - 12.00 Uhr**

Frisches Obst & Gemüse, Naturkost, Backwaren,  
 Milchprodukte, Weine und vieles mehr.

Besuchen Sie uns auch unter  
[www.behncken.de](http://www.behncken.de)



## NEUE KURSANGEBOTE BEIM SCVM !!



**Hatha – Yoga Anfänger KURS ab dem 20.09.2016**

**Dienstag 20:00 – 21:30 Uhr**

**in der kleinen Gymnastikhalle, der Zentralschule Kirchwerder**

**In meiner YOGA Praxis Stunde aus Körper-, Atem-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen, suchen wir den Ort der Mitte – der Mitte zwischen Anspannung und Entspannung, zwischen Anstrengung und Loslassen, zwischen Körper und Geist.**

**Vitalität, Körperliche und Geistige Flexibilität, Klarheit, Gelassenheit, Kreativität, Konzentrations- und Kommunikationsfähigkeiten sind die positiven Eigenschaften die YOGA für Dich mit sich bringt.**

**Gewinne durch YOGA Freude an Bewegung und entwickle ein gutes Körpergefühl. Denn Yoga schafft Verbindung, mit dem Herzen und mit der Energie, die uns atmet.**

**Dieser Kurs geht über 10 Stunden.  
Kosten für die Vereinsmitglieder 75,00 Euro  
Nicht Vereinsmitglieder 105 Euro**

Versäumte Stunden werden nicht erstattet.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kurs findet ab 10 Teilnehmer statt.

*PS: Für diesen Kurs brauchst du: eine Yoga Matte, ein Handtuch, was zu trinken, bequeme und evtl. warme Kleidung oder eine Kuscheldecke.*

**Bitte vorher anmelden unter:**

per eMail an [personalinstructor@gmx.de](mailto:personalinstructor@gmx.de) oder Telefon: 040 737 17 016

**Ich freue mich auf DICH!!!**

Natalia



**Hermann Garbers Nachf.  
Heinz Garbers GmbH**  
Straßen- und Tiefbau

Seit über 125 Jahren  
stehen wir für handwerkliche  
Qualität im Straßen- und Tiefbau!





# NEUE KURSANGEBOTE BEIM SCVM !!

## **Rücken Aktiv** ab dem **20.09.2016** **Dienstag 19-20 Uhr** **in der Sporthalle** **der Schule Zollenspieker**

In diesem Kurs geht es nicht nur darum den Rücken und die Halswirbelsäule zu stärken, sondern vielmehr darum ein muskuläres Gleichgewicht im ganzen Körper herzustellen.

Das Hauptaugenmerk liegt bei diesem Konzept auf einem ausgewogenen Gleichgewicht zwischen den Rücken- und den Bauchmuskeln.

Neben der Kräftigung arbeiten wir auch am Gleichgewicht, denn dieses zu halten ist Arbeit für den ganzen Körper und trainiert den Rücken so alltagsnahe wie kaum etwas anderes.

Geeignet ist der Kurs für jeden, der es versuchen möchte.

*PS: Für diesen Kurs brauchst du: eine Matte, ein Handtuch, und das trinken.*

**Dieser Kurs geht über 10 Stunden.**  
**Kosten für die Vereinsmitglieder 50,00 Euro**  
**Nicht Vereinsmitglieder 70,00 Euro**

Versäumte Stunden werden nicht erstattet.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Dieser Kurs wird von den Krankenkassen bezuschusst.

**Es sind nur wenige Plätze Frei.**

**Bitte vorher anmelden unter:**

per eMail an [personalinstructor@gmx.de](mailto:personalinstructor@gmx.de) oder Telefon: 040 737 17 016

**Ich freue mich auf DICH!**

Natalia

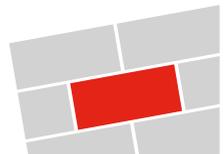


# PLATZHOFF

## BAUAUSFÜHRUNGEN

- An- und Umbau
- Stahlbetonarbeiten
- Altbau- und Fassadensanierung
- Badsanierung
- Fliesenarbeiten
- Natursteinarbeiten

Platzhoff Bauausführungen  
Elversweg 85 · 21037 Hamburg  
Tel: 040/73673988 · Fax: 040/73673989  
info@platzhoff-bau.de  
[www.platzhoff-bau.de](http://www.platzhoff-bau.de)



# Kinder & Jugend Tanz Neu!!!

ab Freitag 17. 6. 2016  
Halle Ochsenwerder



16:00 - 17:00 Uhr

Hip Hop/ Kindertanz ab 6 Jahren

17:00 - 18:00 Uhr

Hip Hop / Jazz Dance ab 13 Jahren



### Infos

[www.scvm.de](http://www.scvm.de)

SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.  
Auf dem Sülzbrack 2, 21037 Hamburg  
Telefon 723 99 29, Telefax 723 99 03

## SC Vier- und Marschlande

Hamburg



Probleme beim Bau?

Patientenverfügung?

Scheidung?

Probleme mit Ihrem Arbeitgeber  
oder Arbeitnehmer?

Streit mit dem Mieter  
oder Vermieter?

Verkehrsunfall?

Probleme beim Inkasso?

Sonstige  
zivilrechtliche Probleme?

## Ich kümmere mich um Ihre Probleme!

persönlich – kompetent – engagiert

# ANDRÉ SCHAUMANN

Rechtsanwalt · Betriebswirt (BA)

Termine nach  
Vereinbarung.  
Beratung bei Bedarf auch  
samstags oder abends  
Jeden ersten Dienstag im Monat  
Kurzberatung bei kleinen  
Rechtsfragen.

André Schaumann  
Altengammer Elbdeich 236  
21039 Hamburg

Mobil: 0163 7235505  
Web: [www.kanzlei-schaumann.de](http://www.kanzlei-schaumann.de)  
Email: [mail@kanzlei-schaumann.de](mailto:mail@kanzlei-schaumann.de)

Fenster · Türen · Innenausbau  
 Rollladen · Markisen · Wintergärten  
 Möbelbau · Schränke · Treppen  
 Parkett · Reparaturen

**Günter Kröger** Tischlerei  
 Nachfolger Andre Kröger

Kiebitzdeich 229 · 21037 Hamburg  
 Telefon (040) 723 51 63 · Fax 723 54 37



## THOMAS VON HACHT



**Garten- und Landschaftsbau**

**Unsere Leistungen:**

- Errichten von Pergolen, Sichtschutzwänden und Zäunen • Pflanz- und Ansaatarbeiten
- Herstellen von Natursteinmauern, Stufenanlagen und Gartenteichen
- Verbundpflaster, Platten und Natursteinarbeiten • Pflege- und Gehölzschnittarbeiten



**Gerne machen wir Ihnen ein Angebot. Rufen Sie uns an:  
 Tel. (040) 7233576 • Fax (040) 73503887**

Neuengammer Hinterdeich 396 · 21037 Hamburg

Gleich zur  
 richtigen Adresse:



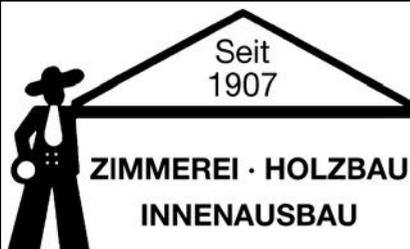
### Anlagenbau + Service

Kühl-, Tiefkühl- und Klima-Anlagen

Kühlzellen · Kühlraumtüren  
 Wärmepumpen und Wärmerückgewinnung

**HL Kühlanlagen**  
**Dierk Lange**

Altengammer Elbdeich 177 · 21039 Hamburg  
 ☎ 723 56 07 · Fax: 723 58 24



- Dachstühle
- Dachgauben
- Dachausbau
- Dachsanierung
- Dachisolierung
- Reparaturen

*- Alles rund um's Dach -*

**W. SCHMALFELDT** G E B

Altengammer Hauptdeich 48 · 21039 HH  
 Tel. (040) 723 52 72 · FAX (040) 723 58 82

## Spielverein Curslack-Neuengamme von 1919 e.V.



Vereinanschrift: Neuengammer Hausdeich 260 - 21039 Hamburg  
 Sprechzeiten: mittwochs von 15:00 - 18:00 Uhr  
 Telefon: (040) 723 13 63 - Telefax: (040) 723 44 84  
 email: info@svcn.de - Internet: www.svcn.de  
 Vereinskonto-IBAN: Gläubiger ID DE04ZZZ00000558520  
 Vierländer Volksbank: IBAN DE87201903010030122120; BIC GENODEG1HH3  
 Haspa: IBAN DE67200505501041220979; BIC HASPDEHHXXX

Wir ziehen jeweils zum 1. Februar, 1. Mai, 1. August, 1. November die Beiträge ein

1. Vorsitzender	Michael Hering	72977980	Pilates	Nina Heitmann	67389599
2. Vorsitzender	Manfred Jürs	7232726	Liga-Manager	Axel Nack	01608891937
3. Vorsitzender	Sven Ludanek	7231724	Fußball u. Herren	Arnd Steffens	01736118549
Kassenwartin	Gabriele Gießler	7207941	Kinderturnen	Regina Timmann	7206313
Schiedsrichterobm.	Hans-Jörg Kroh	01724017997	Tischtennis	Günter Graf	7231843
Fußball Jugend	Nico Boermel	01715263895	Ju-Jutsu Caipoera	Lars Brocklage	017662075555
Vereinsjugendobm.	Nico Boermel	01715263895	Qi-Gong Yoga	Klaus Fischer	7216851
Badminton	Annika Behrens	01701895213	Walking	Gisela Heitmann	7233786
Rückenschule	Nina Heitmann	67389599	Darten	Heiko Meyer	

## "Sterne des Sports"

Auszeichnung für gesellschaftliches Engagement von Sportvereinen.

**M**achen Sie mit bei den "Sternen des Sports". Wir, die Volksbanken Raiffeisenbanken und der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) ehren die Sportvereine Deutschlands, die sich gesellschaftlich engagieren.



Sieger "Sterne des Sports" in Bronze 2016  
 Verleihung im Zollenspieker Fährhaus:

Wir gratulieren herzlich den Siegern der "Sterne des Sports" in Bronze 2016!

1. Platz: Windsurfing Club Hamburg e.V.
2. Platz: Spielverein Curslack-Neuengamme e.V.
3. Platz: Reit- und Fahrverein Allermöhe, Moorfleet, Reitbrook e.V.

Wir bedanken uns auch bei den zahlreichen anderen Bewerbern mit ihrem herausragenden Engagement und freuen uns, Sie auch nächstes Jahr wieder begrüßen zu dürfen.

Ihre Vierländer Volksbank eG



  
**WITTHÖFT**  
SANITÄR · HEIZUNG · SOLAR

Telefon (040) 737 36 95  
[www.sanitaertechnik-witthoefft.de](http://www.sanitaertechnik-witthoefft.de)

## S.V. Altengamme v. 1928 e.V.



Vereinsanschrift, und  
 Geschäftsstelle:  
 Internet / e-mail:

SVA-Geschäftsstelle, Gammer Weg 49a  
 Telefon: (040) 79 41 00 80 - Telefax: (040) 79 41 00 81  
 Mo ab 20:00 Uhr und Di von 09:00 bis 12:00 Uhr  
 www.sv-altengamme.de - e-mail: info@sv-altengamme.de

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE62SVA00000407999

Vereinskonto-IBAN: DE69 2019 0301 0020 0261 02 – BIC: GENODEF1HH3

Vereinsspendenkonto-IBAN: DE47 2019 0301 0020 0261 10 – BIC GENODEF1HH3

Vierländer Volksbank (BLZ 201 903 01) - Giro-Konto: 20026102 / Spendenkonto: 20026110

Abbuchungstermine der Beiträge: 15.02. / 15.05. / 15.08. / 15.11.

Mitgliedsnummer beim SVA ist auch gleichzeitig die SEPA-Mandantenreferenz

1. Vorsitzender:	Bernd Mohr	Tel.: 7236186	Frauen-/Mädchenfußball	Britta Mackens	Tel.: 72375203
2. Vorsitzender	Marlis Karlisch	Tel.: 7235149	Gesundheit:	Marlis Karlisch	Tel.: 7235149
Schriftführer:	Thomas Putfarken	Tel.: 01774205578	Turnen:	Jutta Kröger	Tel.: 72697379
Kassenwartin:	Andrea Graf	Tel.: 7235545	Tanzen:	Michaela Alpen	Tel.: 79417160
Liga 1. Herren:	Ralf Herbrechter	Tel.: 017684298075	Volleyball:	Achim Eggert	Tel.: 73925195
Liga 2. Herren:	Frank Graf	Tel.: 7235545	Tischtennis:	Gerd Schmidt	Tel.: 7385998
3. Herren:	Peter Wachholz	Tel.: 015127076944	Badminton:	Torsten Karlisch	Tel.: 7235149
Fußball-Jugend:	Nils Beiffuss	Tel.: 01724624225	Schiedsrichter:	Peter Kohls	Tel.: 7235448

## Interesse an Pilates ?

### Das ganzheitliche Körpertraining:

- bewirkt körperliche und geistige Vitalität
- steigert die Körperwahrnehmung, das Körperbewusstsein und die Körperverantwortung
- führt zur Haltungsverbesserung
- steigert Kraft und Flexibilität, Koordination, Ausdauer, Körperkontrolle und Balance

SV Altengamme, donnerstags 18:45 – 19:45

bei Anja

(Tel.: 0173 6581763)



# SUCK

## VERSICHERUNGSMAKLER

Nicole und Lars Bathke

Schipperstegel 10  
 21039 Hamburg  
 Tel. (040) 723 12 07  
 Fax (040) 723 37 78

Mittelweg 7  
 21220 Seevetal-Ohlendorf  
 Tel. (04185) 70 81 13  
 Fax (04185) 70 81 14

[www.suckmakler.de](http://www.suckmakler.de)



Mitglied im  
 Bundesverband  
 Deutscher  
 Versicherungs-  
 kaufleute e.V.

# Yoga und Yogalates Neue Kurse !

**Im Herbst geht es wieder los.**

Yoga, sonntags von 10.30 – 11.30 Uhr  
und Yogalates (Kombi aus Yoga und Pilates), freitags von  
16.45 bis 17.45 Uhr.

Beide Kurse finden unter der Leitung von Monika Graetz-  
Hoffmann-Berghahn an 10 Terminen in der kleinen Halle,  
Kirchenstegel 12, statt.

Die verbindlichen Termine für sonntags sind:

02.10., 09.10., 16.10., 23.10., 30.10., 13.11., 20.11.,  
04.12., 11.12. und 18.12.2016.

Die Termine für freitags sind:

09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 21.10.,  
28.10., 11.11. und 18.11.2016.

Die Kosten für Mitglieder betragen 25,- Euro  
und für Gäste 50,- Euro.

Die 10-er Karten können direkt vor Ort erworben werden.



**Ausführung von:**

- An-, Um- und Neubauten
- Reparaturen
- Sanierungen
- Stahlbetonarbeiten
- Fliesenarbeiten

**BAUUNTERNEHMUNG**

**Telefon 040 / 720 37 45 • Fax 040 / 720 97 44  
Brookdeich 396 • 21029 Hamburg-Bergedorf**

# Die Top-Adressen mit sinnvoller Werbung im Heimatgebiet

<b>Apotheken</b>		<b>Drucksachen</b>		<b>Küchen &amp; Zubehör</b>	
Ochsenwerder	S. 8	Barkow Druck Studio	S. 11	Withhöfts Küchentechnik	S. 16
Zollenspieker	S. 8	Druckerei Zollenspieker	S. 14		
<b>Autohandel / Reparaturen</b>		<b>Elektrotechnik</b>		<b>Lebensmittel &amp; Getränke</b>	
K.-H. Timmann VW/Audi	S. 27	Michael Garbers	S. 2	EDEKA-Harald Eggert	S. 21
<b>Bäckerei / Konditorei</b>		<b>Gartenbaubedarf</b>		Fisch Lenz	S. 22
Claus Bahn und		Geereking/Bautechnik	S. 27	Frische-Markt	
Frische-Markt	S. 9	Gebr. Riege OHG	S. 6	Claus Bahn	S. 9
<b>Banken</b>		W. Hoffmann	S. 13	<b>Landwirtschaftliche Geräte</b>	
Vierländer Volksbank eG	S. 7	<b>Garten und Landschaftsbau</b>		<b>Ladekräne</b>	
<b>Bauelemente-Vertrieb</b>		Christian Warnecke	S. 29	Wolfgang Wehr	S. 27
Hans Peitz	S. 35	Thomas von Hacht	S. 39	<b>Malereibetriebe</b>	
<b>Bauplanung / Beratung</b>		<b>Gaststätten</b>		Ewald Hamburg	S. 28
Ingenieurgesellschaft		Tatenberger Fährhaus	S. 17	Joachim Kahmann	S. 24
Kramer	S. 35	<b>Getränke</b>		Malerfachbetrieb Klemmer	S. 26
<b>Baustoffe</b>		Getränkemarkt Fünfhausen	S. 23	<b>Metallbau / Wintergärten</b>	
Bauwelt Delmes und Heitmann	S. 2	<b>Glaseri</b>		K. H. Wulff	S. 15
RBS-Kiesgewinnung	S. 3	Glaseri Lachmann	S. 13	<b>Raumausstatter</b>	
<b>Bauunternehmen</b>		<b>Ha-Ra</b>	S. 29	Ewald Hamburg	S. 28
Eggers / Schümann	S. 43	<b>Heizungsbau</b>		<b>Rechtsanwälte</b>	
Stahlbetonbau		Walter H. W. Meyer	S. 31	Andé Schaumann	S. 38
Gerald Eggers	S. 32	H. H. Pinnau	S. 29	<b>Sportartikel</b>	
Platzhoff Bauausführungen	S. 37	Harald Witthöft	S. 41	Reitsportartikel	S. 13
<b>Berechnungsanlagen</b>		Karl Woller	S. 10	Kaufhaus Vierlanden	S. 18
Geereking	S. 27	K.-H. Wulff	S. 15	<b>Straßen- und Tiefbau</b>	
<b>Bestattungen</b>		<b>Herrenkleidung</b>		Hermann Garbers Nachf.	S. 36
E. Leverenz	S. 33	<b>POLICKE</b>	S. 15	<b>Tischlerei</b>	
<b>Brennstoffhandel</b>		<b>Immobilien</b>		Tischlerei J.Bendschneider	S. 30
Hermann P.H. Garbers	S. 4	Vierländer Immobilien	S. 35	Günter Kröger	S. 39
<b>Containerdienst</b>		<b>Installationsbetriebe</b>		<b>Unterricht</b>	
Carsten Rathmann	S. 27	(Bedachung, Gas, Wasser)		Michaela Schueler	S. 35
<b>Impressum</b>	S. 3	Walter H. W. Meyer	S. 31	<b>Versicherungen</b>	
		H. H. Pinnau	S. 29	Blättermann - Provinzial	S. 25
		Harald Witthöft	S. 41	Suck -Versicherungen	S. 42
		Karl Woller	S. 10	<b>Vierländer Gemüse</b>	
		<b>Kältetechnik</b>		Behncken´s Hofladen	S. 35
		Dierk Lange	S. 39	<b>Zimmerei</b>	
		<b>Kindergarten</b>		W. Schmalfeldt	S. 39
		Pustebume	S. 29	Zeyn Holzbau	S. 20

**Kunden werben und Sportvereine unterstützen**