

HM-SPORT

INFORMATION UND BERICHTE DER HAMBURG-MANNHEIMER BETRIEBSSPORTGEMEINSCHAFT

Grosser Tischtennis-Jubel:

HM-Mannschaft ist Hamburger Meister!

Es ist Wahrheit geworden. Schöne Wahrheit für die Betriebssportgemeinschaft der HM ! Eine Wahrheit, die jedem echten HM-Fan einen Freuden-schrei aus der Kehle preßt: Hurra ! Jubel, Glück und Erfüllung für die 1. HM-Tischtennis-Mannschaft: Sie ist Hamburger Meister 1982/83 !! Bravo ! Ein dreifaches Bravo den sympathischen Sportlern dieser Mannschaft. Ihr seid die beste aller Betriebssport-Tischtennis-Mannschaften in Hamburg. Und davon gibt es in der Hansestadt so ungefähr 400.

Der Schlußpunkt bei der Erringung des Titels wurde am Mittwoch, dem 2. März 1983 gesetzt. An würdiger Stelle. In einer Turnhalle in der Nähe des Michels, dem Wahrzeichen Hamburgs, wurde die Mannschaft der Hamburger Gerichte mit 10:2 Punkten von der Platte geschmettert. Dieser Sieg stellte die Meisterschaft endgültig sicher. Der ärgste Verfolger, die Mannschaft der Lufthansa, hatte zu diesem Zeitpunkt zwar noch zwei Spiele nachzuholen, aber überholen konnte sie die HM-Truppe nicht mehr. Nicht einmal einholen.

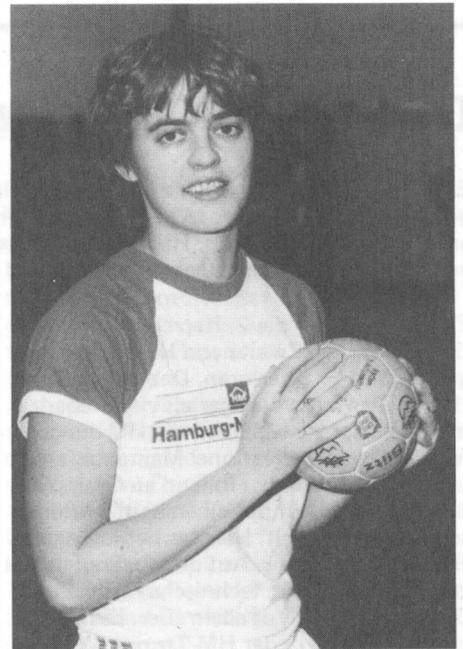
Als die fünf Spieler und die eine Spielerin der HM-Mannschaft die Turnhalle beim Michel betreten, merkte man ihnen an, daß sie bereit waren, alles zu geben, endlich die Meisterschaft unter Dach und Fach zu bringen. Bernd Deierling hatte sich vor diesem entscheidenden Mannschaftskampf so sehr und eindringlich mit diesem bevorstehenden Ereignis beschäftigt, daß er sogar davon geträumt hatte. Dieser Traum hatte ihn aber weder nervös noch unsicher gemacht. Denn er blieb an diesem Abend un-

geschlagen.

Mannschaftsführer Klaus Georgi hingegen hatte nicht seinen besten Tag. An beiden verlorenen Punkten war er beteiligt. Einmal im Einzel und einmal im Doppel mit Jürgen Klahre. Ausgerechnet der Klaus. Schade. Denn ihm hätte man ein besseres Abschneiden im letzten Punktspiel gewünscht. Er, der seit 1976 Mannschaftsführer der Ersten ist, ist die Seele der Meisterschaftsmannschaft. Vorbild in jeder Hinsicht. Sowohl menschlich als auch in Bezug auf die Organisation. Die Zuverlässigkeit in Person. Daß er auch in all den Jahren ein wertvolles und spielstarkes Mitglied der Mannschaft war, soll hier nicht unerwähnt bleiben. Dies trifft auch für das Meisterschaftsjahr zu.

Ja, und wie es das Endergebnis ausdrückt, gab es an diesem Abend ansonsten nur HM-Siege. Als das 10:2 dann feststand, brach der Jubel innerhalb der HM-Mannschaft aus. Mensch, wir sind Hamburger Meister ! Jeder umarmte jeden mindestens einmal. An-

HM-Handball o.k.



Auch die Sparte Handball der BSG der HM kann sich sehen lassen. In ihr gibt es gute Spieler und Spielerinnen, wie zum Beispiel Brigitte Kastner aus der 1. Damenmannschaft (Foto). Lesen Sie bitte den Bericht auf den nächsten beiden Seiten.



Denen schmeckt der Sekt. In einem Lokal dicht beim Michel heben das Glas auf die soeben errungene Hamburger Meisterschaft von links: Das Ehepaar Ingo und Karin Lentsch, Jürgen Klahre, Bernd Deierling, Holger Pichowski und Mannschaftsführer Klaus Georgi.

schließlich rückte man dem Michel noch etwas näher, um die Meisterschaft zu begießen. In einem Lokal im Schatten des Hamburger Wahrzeichens ließ man die Sektorkorken knallen.

So ging ein schöner, ein großer Tag für die 1. HM-Tischtennis-Mannschaft und für unsere Betriebssportgemeinschaft zu Ende.

Auf den nächsten beiden Seiten stellt HM-Sport die Spieler bzw. die Spielerin der Meisterschaft vor.

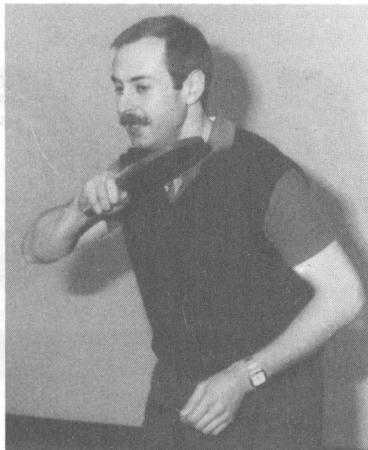
Zuvor noch zwei Anmerkungen:

1. Herzlichen Dank an die Auswechselspieler Jürgen Gädke, Sönke Johannsen und Günther Witte, die spontan eingesprungen sind, als Not am Mann war.
2. Von den insgesamt eingesetzten Spielern waren zwei in jedem Punktspiel dabei. Es waren Bernd Deierling und Klaus Georgi.

(Fortsetzung nächste Seite)

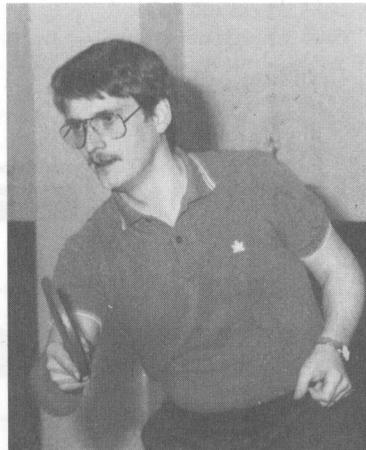
(Fortsetzung von Seite 1)

Das sind Sie! Die Spieler und die Spielerin der besten Betriebs-Sport-Tischtennis-mannschaft Hamburgs.



Die Nummer 1:
Holger Pichowski (32)

Der Lässige. Hat ein ungewöhnlich gutes Ballgefühl. Manchmal denkt man: wenn der sich richtig anstrengen würde, dann könnte der noch mehr. Saison-Bilanz: 11:3 (Einzel), 15:3 (Doppel).



Die Nummer 2: Ingo Lentsch (32)

Der Kraftvolle. Bevorzugt das dynamische Angriffsspiel. Wenn er schmettert, ist sein Gegenspieler meist hilflos. Manchmal spielen ihm seine Nerven einen Streich. Saison-Bilanz: 11:3 (Einzel), 15:2 (Doppel).



Die Nummer 3: Jürgen Merten (32)

Der Wilde. Ein Tempogleiter fast jeden Schöpfendem Fuß. Kann Weltmeister. Leider liert leicht den Faden läuft. Saison-Bilanz: (Doppel).

Die BSG der HM hat auch gute Handballer

Es ergab sich mal so: Alle vier HM-Handballmannschaften spielten an einem Tag in einer Halle. Am 19. Februar 1983, ab 9.00 Uhr morgens. Schön hintereinander. Schlag auf Schlag. In Steilshoop. HM-Handball total. Eine gute Gelegenheit für den Redakteur von HM-Sport, einmal zu sehen, wie gut und wie erfolgreich die vier Mannschaften sind.

Zunächst spielte die 2. Herren-Mannschaft. Der Gegner war die Zweite von HEW. Das Spiel ging mit 14 : 15 verloren. Dabei vergaben HM-Spieler nicht weniger als vier Siebenmeter. Ansonsten spielten die HM-Jungen wie die Deutsche National-Mannschaft, die ja nach der B-WM in Holland an Olympia 84 scheiterte. Auf der einen Seite wurden schöne Tore erzielt. Hier tat sich besonders **Heinz Kania** hervor. Auf der anderen gab es zu viele Fehlwürfe, technische Mängel und Deckungsfehler. Vor allem aber: Es herrscht keine Ordnung in der HM-Truppe. Was soll's: Hobby-Sportler.

Danach war die 2. Damen-Mannschaft an der Reihe. Nach guter erster Halbzeit (3:3) gab's gegen Finanzbehörde eine 6:10-Niederlage. Hier reichte einfach die Kondition und die Konzentration nicht. Beste HMerinnen waren die Torhüterin **Rita Franke** und die wurfstarke **Daniela Neuberg**. Schade, daß „Dany“ zum Schluß der ersten Halbzeit am Wurfarm durch ein böses Foul verletzt wurde und deswegen in der zweiten Hälfte nicht so erfolgreich war wie gewohnt. — Also die zweite HM-Niederlage an diesem Tag.

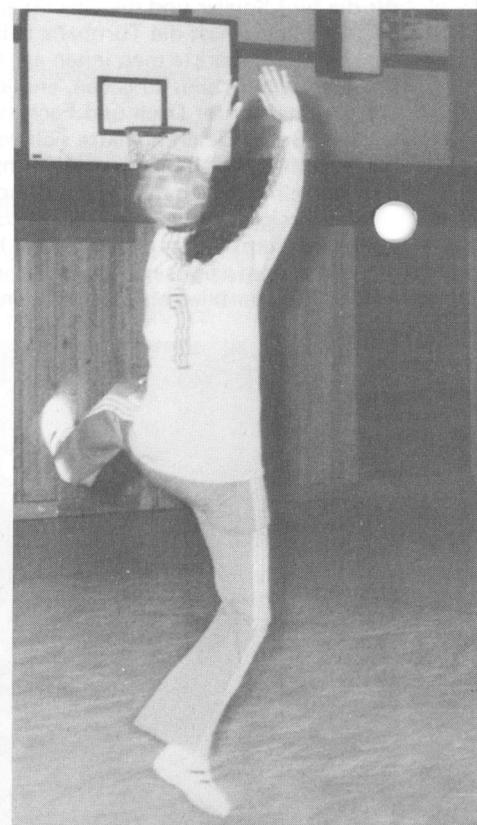
Die 1. Damen-Mannschaft trat gegen ROM (Rudolf Otto Meyer) an. Na, und das machte Spaß, diesen HM-Handballerinnen zuzusehen. Da wurde genau gedeckt, schnell gespielt und mit Tempogegenstößen erfolgreich angegriffen. 15 : 9 lautete das Sieges-Ergebnis für die HM-Mädchen und Frauen. Die meisten HM-Tore erzielten **Silvia Martel** (bei Tempogegenstößen) und **Brigitte Kastner** mit kraftvollen Linkshand-Würfen aus der zweiten Reihe.

kam die 1. Herren-Mannschaft. Sie steht ja unangefochten an der Spitze ihrer A-Klassen-Staffel. Der Gegner der Ersten hieß Rowntree. Und die gegnerische Mannschaft — aus der Sonderklasse abgestiegen — war ein echter Prüfstein für die HMer. Sahen die Männer um Spartenleiter Jürgen Merten bei Halbzeit mit einem 16 : 11-Vorsprung noch wie der sichere Sieger aus, kamen sie in der zweiten doch noch gehörig ins Schwimmen. Sie gerieten sogar zeitweise in Rückstand. Es drohte die erste Saison-Niederlage. Doch die HM-Recken behielten die Nerven. Es gab schließlich doch noch einen 26 : 24-Sieg.

Trotz der etwas verkorksten zweiten Halbzeit waren gewisse Klasse-Merkmale in der HM-Truppe zu erkennen. Der Routinier „Ali“ Jacobs erzielte raffinierte Tore und organisierte in „Professor-Manier“ die Abwehr. Gut auch, daß **Jürgen Merten** seinen zweiten Frühling als Handballer erlebt. Er ist wieder spritziger geworden, kann unheimlich scharf und genau werfen und versteht sich mit seinem Bruder Dirk nahezu blind. Das sieht man bei ebenso überraschenden und wie verblüffend sicheren Anspielen auf Dirk. Na ja, und dann der kleine Merten selbst. Das ist ja eine Harpune. Wie der bei Tempogegenstößen losgeht und seine Tore macht, bei denen der Torhüter nicht die Spur einer Chance hat, das ist ja fast mit bloßem Auge gar nicht zu erkennen. Ein kleiner Supermann, dieser **Dirk Merten**. Als Dirk vor sechs Jahren in die Mannschaft kam, spielte er ganz gut mit und machte auch schon ab und zu sein Tor. Heute macht ihm in der HM-Star-Truppe — zumindest in puncto Toremachen — keiner mehr was vor.

Wenn hier einige Spieler besonders erwähnt werden, so heißt das nicht, daß die anderen nichts können. Nein, in dieser Mannschaft gibt es eigentlich keinen schwachen Punkt. Es sei denn, jemand hat mal einen weniger starken Tag. Wie zum Beispiel Steffen Meier, der in diesem Spiel nur etwa 60 Prozent seines Leistungsvermögens zeigte.

Viel Glück in der Sonderklasse (HM-Sport-Red.)



Wieder ist die „Harpune“ Dirk Merten den (unhaltbar am Kopf des Torwarts von der Fi



Jürgen Klahre (35)
 Elementarball. Be-
 merkt man, wie ein
 nicht immer. Ver-
 wenn's mal nicht
 :7 (Einzel), 9:9



Die Nummer 4: Klaus Georgi (44)
 Der Sachliche. Spielt schnörkellos.
 Manchmal wünscht man ihm ein bißchen
 mehr Raffinesse. Als Kämpfer ebenso
 zuverlässig wie als Mannschaftsführer.
 Saison-Bilanz: 10:6 (Einzel), 12:9
 (Doppel).



Die Nummer 5: Bernd Deierling (31)
 Der Ruhige. Was Jürgen Klahre zuviel hat
 an Temperament, das hat Bernd zu we-
 nig. Enttäuscht aber nie. Gegner, die er
 schlagen kann, schlägt er immer. Seine
 Stärke: solide Zuverlässigkeit. Saison-
 Bilanz: 6:8 (Einzel), 9:11 (Doppel).



Die Nummer 6: Karin Lentsch (31)
 Die Nervenstarke. Muß ihren Ingo des
 öfteren beim Doppel-Spiel beruhigen,
 wenn ihrem Ehemann die Nerven
 flattern. Überhaupt eine tolle Leistung:
 als Frau Mitglied der Herren-Meister-
 mannschaft! Saison-Bilanz: 5 : 1
 (Einzel). 8 : 1 (Doppel).

liler

Noch eine Schlußbemerkung: Wie sich die vier HM-Mannschaften an diesem Tag produzierten, das war ein erfreuliches Bild. Man sah von den HM-Spielerinnen und -Spielern durchweg faires Auftreten, eine erfrischende sportliche Einstellung, Fröhlichkeit bei Spielerinnen und Spielern vor und nach ihren Spielen. Eine gesunde Sparte. Kompliment ihrer Sparte, Herr Merten.



gegenspielern davongeeilt. Sein Wurf zischt
 na Rowntree vorbei ins Netz.

Svendborg: erst im Endspiel besiegt

Mit bombiger Stimmung fuhren unsere Handball-Damen und Herren am 11.2. pünktlich um 15.15 Uhr von der HV zum traditionellen Handballturnier nach Svendborg. Nach gut sechsstündiger Fahrt kam man mit noch besserer Laune im Sporthotel Tre Roser an. Die erste Lagebesprechung wurde bereits kurze Zeit später bei einem kühlen Faßbier in einem Bungalow durchgeführt.

Als erste Mannschaft mußten am Sonntagabend gegen 14.00 Uhr unsere Damen Farbe bekennen. Das erste Spiel gewannen Sie überlegen gegen die Damen von Maggasin Arhus mit 6 : 1. In diesem Spiel imponierte vor allem der Teamgeist der Mannschaft. Das zweite Spiel machten sich unsere Damen bedauerlicher Weise durch viele Abspielfehler selbst schwer. Gegen Amscan (Svendborg Kotillonfabrik) war mehr als die 2 : 5 Niederlage drin. Im letzten Spiel gegen Brüel Kopenhagen hatten sich unsere wieder erholt und überzeugten mit schönem Spiel und einem 7 : 1 Sieg. Auffälligste Spielerinnen waren Silvia Martel und Daniela Neuberg. In dieser Mannschaft kämpften und zauberten: Martina Berning, Christiane Borchert, Silvia Martel, Daniela Neuberg, Kirsten Schäfer, Helga Schröder, Gabi Schulz, Ingrid Topp und Doris Trapp.

Nach diesem Kampftag, der nur den Damen vorbehalten war, ging es abends zu einer Sportlerfete, die leider nicht so ankam, wie es sich der Veranstalter wohl gedacht hatte. Also entspannte man sich noch etwas in der Stammdisco.

Am Sonntag war es dann auch endlich für die beiden Herrenmannschaften soweit. Die erste Hiobsbotschaft war gleich für die 2. Mannschaft vorbereitet. Sie durfte nur zwei Spiele absolvieren, da ein Gegner kurzfristig abgesagt hatte.

Um 9.45 Uhr stand die zweite Herrenmannschaft mit halbgeschlossenen Augen auf der Platte. Nur so ist es zu erklären, daß der eine Leistungsträger Torsten Mül-

ler außer Form und der andere Heinz Kania „völlig losgelöst“ waren. Das Spiel gegen SL ging auch prompt mit 6 : 11 Toren in die Binsen. Nach dieser für die Spieler und Fans enttäuschende Niederlage ging es mit mehr oder weniger lauter Unterstützung der Zuschauer ins zweite Spiel gegen Danfoss.

In diesem Spiel zeigten alle Spieler Kampfes- und Siegeswillen. Man konnte streckenweise sogar von blindem Spielverständnis sprechen. Der Erfolg zeigte sich in einem klaren 10 : 2 Sieg.

Folgende Spieler kamen zum Einsatz: Heinz Kania, Jörg Lache, Jens Mazanowski, Torsten Müller, Detlef Rotheuler, Hartmut Rüffer, Bernd Strohbehn, Torsten Strube und Peter Windus.

Erfolgreicher war mal wieder die erste Herrenmannschaft, die es bedauerte, im Halbfinale nicht den direkten Vergleich mit der 2. HM-Herrenmannschaft austragen zu können. Alle drei Spiele der Vorrunde wurden klar und sicher gewonnen. In diesem Zusammenhang muß auch mal der Spartenleiter Jürgen Merten erwähnt werden, der in allen Spielen seine Treffsicherheit und das Zusammenspiel mit allen Spielern (insbesondere mit seinem Bruder Dirk) an den Tag legen konnte.

IF-Posten	:	HM 1	3 : 11
B.K.	:	HM 1	5 : 8
CC	:	HM 1	5 : 8

Nach dem letzten Spiel der Vorrunde ging es unserer Mannschaft an die Kondition. Alle 7 Spieler mußten, da keine Auswechselspieler auf der Bank waren, drei Spiele in Folge bestreiten.

Im Halbfinale standen sich die HM 1 und SL gegenüber. Dieses Spiel gewann unsere Mannschaft ganz klar. Unser junger Spieler Heiko Aufmhoff hatte mit einem gekonnt herausgespielten Tor einen guten Einstand. Hier lautete das End-

(Fortsetzung nächste Seite)

(Fortsetzung von Seite 3)

ergebnis lautete 11 : 3. Somit stand unsere 1. Herrenmannschaft zum drittenmal im Finale. Diesmal hieß es Gegner Jeppesen aus Silkeborg.

Nach hartumkämpften 2 x 9 Minuten und

teilweise umstrittenen Schiedsrichterentscheidungen blieb unsere Mannschaft mit 4 : 5 nur zweiter Sieger. Trotzdem ein Erfolg, der sich sehen lassen kann. An dem Torreigen dieser Mannschaft beteiligten sich alle Spieler, mit Ausnahme des sehr guten Torwarts Haß-Dieter Miel-

Spieler der ersten Mannschaft: **Heiko Aufmhoff, Rolf Hüneke, Jörg Langhans, Dirk und Jürgen Merten, Hans-Dieter Mielke, Thorsten Schwan.** Nach einer kurzen Dusche ging es erschöpft gen Heimat und wir alle freuen uns schon auf das nächste Turnier. **D. R.**

trimming 130: HM und DSB arbeiten zusammen

Schon im Mai 1982 trat die HM mit ihrem neuen Werbekonzept "Mehr vom Leben" an die Öffentlichkeit. Über Anzeigen, Funk- und Fernsehwerbung hieß es: **bleiben Sie mit Spaß gesund, damit Sie mehr vom Leben und somit mehr von Ihrer Lebensversicherung haben.** Optisch untermauert wurde das Ganze durch viele verschiedene Sportmotive, die in der HV schon öfter vorgestellt wurden.

Sozusagen in die gleiche Richtung zielt nun auch die neue Kampagne des Deutschen Sportbundes. Er knüpft an seine alte Trimm-Dich-Aktion an mit dem neuen Slogan:



Was verbirgt sich dahinter? Trimming heißt soviel wie: — mit Spaß so Sport zu treiben, daß es der Gesundheit zugute kommt. Die Zahl 130 gibt den entscheidenden Hinweis, wie dieses wohltuende, gesundheitswirksame Training aussehen soll:
— zirka 130 x in der Minute sollte das Herz eines Trimmers schlagen, damit Herz und Kreislauf in Schwung kommen, ohne sich dabei zu

verausgaben. "Puls 130" sollte dabei für mindestens 60 Minuten in der Woche erreicht werden, am besten aufgeteilt in mehrere Trimming-Termine (zum Beispiel 3 x 20 Minuten oder 2 x 30 Minuten).

Das ist in stark verkürzter Form die gleiche Aussage, wie sie die HM in ihrem Buch "Mit Spaß gesund bleiben" macht. Leseprobe aus dem Kapitel Laufen (S. 87): Fürs Laufen gilt, wie bei allen Freisportarten, eine obere Belastungsgrenze. Die größte persönliche Leistungsfähigkeit läßt sich überschlagsweise leicht errechnen. Der Pulsschlag dient hier als wichtigste Richtschnur: Den Trainingspuls (180 minus Lebensalter) sollten Sie nicht wesentlich überschreiten, höchstens um zwanzig Schläge pro Minute."

Welche Trimming-Sportart Sie wählen, bleibt den eigenen Wünschen und Möglichkeiten überlassen, zum Beispiel Laufen, Radfahren, Tanzen, Schwimmen, Ballspiele, Gymnastik, wie es auch in den HM-Anzeigen gezeigt wird.

Da lag es natürlich auf der Hand, daß HM und DSB miteinander Kontakt aufnehmen. Mitte März wurde eine enge Zusammenarbeit vereinbart. Mit ersten Ergebnissen dieser Kooperation wird ab Mitte Juni gerechnet. Das Forum greift das Thema dann ausführlich auf.

Was Ihnen die BSG Hamburg-Mannheimer bietet, erfahren Sie auf dieser Seite.

Übrigens, Pulsmessen ist ganz einfach:
— Hals oder Handschlagader ertasten,
— 10 Sekunden lang die Schläge zählen,
— die erhaltene Zahl mal 6 nehmen!

bb

Dies bietet die Betriebssportgemeinschaft der Hamburg-Mannheimer:

Aerobic: dienstags 16.30 — 17.30 Uhr, Sporthalle ab 22. März 1983. Bewegung im Sauerstoffgleichgewicht. Für Jedermann: Frauen & Männer, Ältere & Junge. Einfach kommen und mitmachen.

Badminton: für Jedermann, montags 16.15 — 18 Uhr, Sporthalle. Bälle werden gestellt. Einige Schläger sind auch vorhanden.

Familien-sport: "trimming mit Kind und Kegel" sonntags 10 — 13 Uhr im gesamten Sportbereich. Die nächsten Termine: 10. April, 8. Mai, 5. Juni 1983.

Gymnastik — Damen: donnerstags 16.15 — 17.15 Uhr, Trimm-Raum

Jogging: donnerstags 16 Uhr — nur Anfänger Treffpunkt Sporthalle, 5 Laufstrecken a ca. 400 m, 3 Gehpausen, 1 Gymnastikpause — Dauer etwa 30 Minuten.

Kegeln: Abteilungsweise auf der HM 2-Bahnen-Anlage, montags bis freitags von 15 bis 22 Uhr, Termine bitte mit Sportwart Bernd Klages, Tel.: 3732, vereinbaren.

Radfahren: im Trimm-Raum. (Zeit siehe TT). Es stehen für Sie ständig 2 Heimfahrräder bereit. Eine Uhr mit Sekundenanzeiger ermöglicht Ihnen die Pulskontrolle.

Schwimmen: täglich Warmbadetag (28 °) im HM-Schwimmbad, geöffnet von 6.30 — 8.45 Uhr und 15.15 — 21.30 Uhr. Schwimmen Sie in dem 20 m langen Becken zügig hin und her. Das sind bei 20 Minuten je nach Können 300 m bis 800 m. Badekappe bitte nicht vergessen!

Tanzen: dienstags, jeweils 18.30 — 20 Uhr und mittwochs, 20.15 — 21.45 Uhr im HM-Kasino. Sie können jederzeit in die bestehenden Gruppen einsteigen. Bei genügend Interessenten kann auch im August wieder ein neuer Anfänger-Kursus gestartet werden. Auskünfte beim Spartenleiter, Wilfried Bacheratz, Tel. 2805.

Tischtennis: für Jedermann, täglich 15.00 — 22.00 Uhr im Trimm-Raum (außer dienstags 16.15 — 18.45 und donnerstags 17 — 18.30 Uhr).

An 3 Platten können Sie sich nach Belieben ab-toben. Schläger und Bälle liegen immer bereit.

Trimm-Geräte: wie Sprossenwand, Wandzug-apparat, Rudergerät, Hanteln, Ex- und Impander, Springseil, Schrägbank, stehen bzw. liegen für Sie bereit. Trimm-Zeit wie beim Tischtennis.

Geburtstagsgeschenk für die HM-Fotogruppe

"Heimat" heißt das Geschenk, das die HM-Foto-gruppe zum einjährigen Bestehen in der Hauptverwaltung erhielt. Sie befindet sich im U 3 (Richtung Anlieferstraße) und besteht aus zwei etwa 20 Quadratmeter großen Räumen. Ein Labor ist bereits eingerichtet. In diesem führte Jan Seniuk am 1. März so quasi als Premiere eine kleine Gruppe in die Dunkelkammer-Technik ein (siehe Foto). In dem anderen Raum soll in absehbarer Zeit ein Studio eingerichtet werden.

Die Fotogruppe bedankt sich für die freundliche Unterstützung bei der Beschaffung und Herrichtung der Räume bei den Abteilungen BAU-HV, SOZ und MV-HT.

Die Mitglieder der Gruppe treffen sich jeden 2. Dienstag im Monat. — Neuanmeldungen nimmt Frau Facklam (Tel. 4184) jederzeit gern entgegen.



Jan Seniuk (am Vergrößerungsgerät sitzend) erklärt und (von links) hören interessiert zu: Rüdiger Klemmer, Gerhard Hahn, Ellen Facklam, Uwe Lüdders und Hans-Jürgen Sparr.