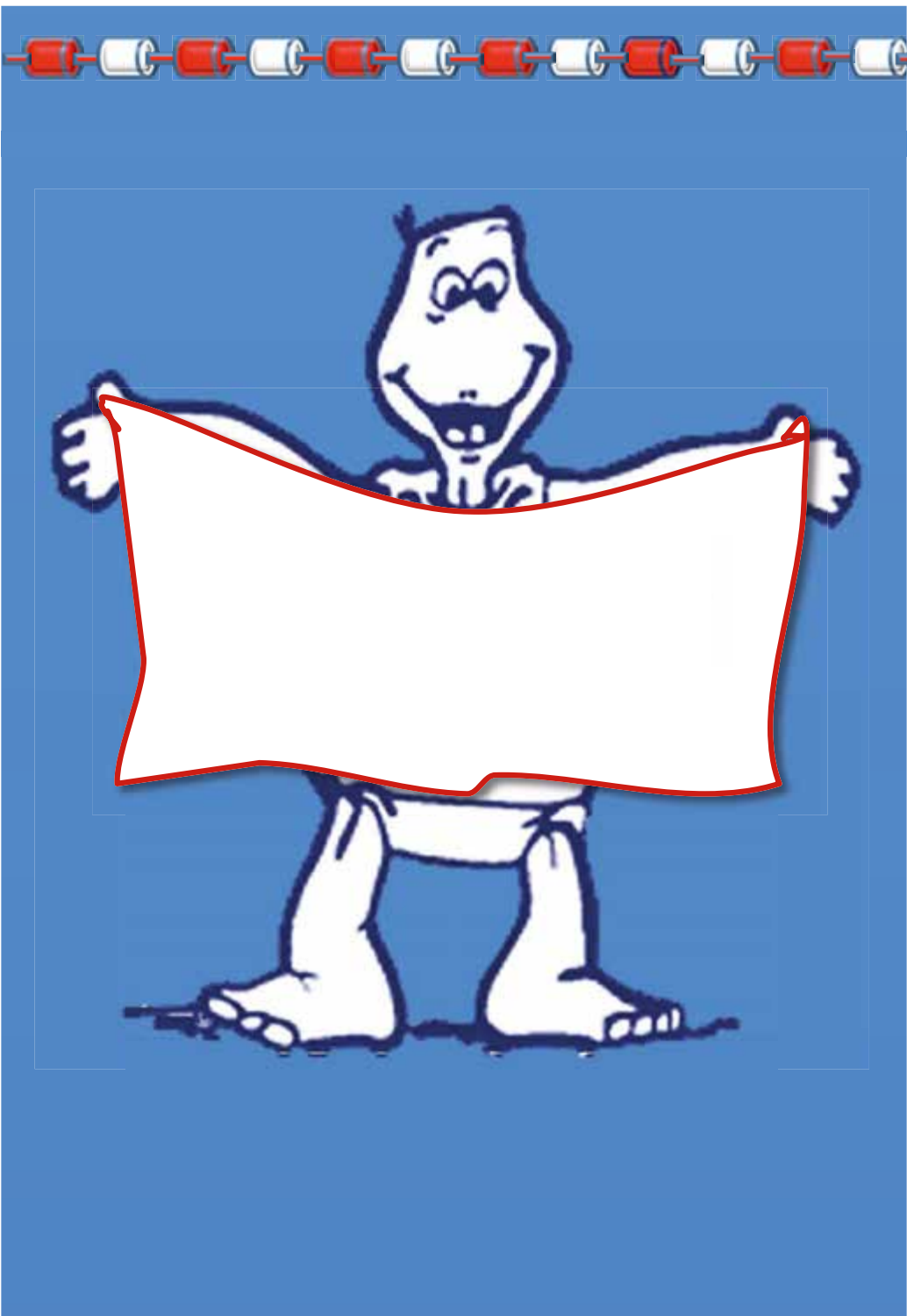


Wasserspiegel 2015



**Sehr Viel POSEIDON
BOCKENEM**





Vereinszeitung 2015

Es ist geschafft! Sie liegt nun endlich vor uns: unsere neue Vereinszeitung. Es war ein ziemlicher Kraftakt, aber durch die Unterstützung von ganz vielen Engagierten unseres Vereins, haben wir doch ein gutes Ergebnis erzielen können, wie wir finden.

Ein dickes Dankeschön an dieser Stelle!

Die Finanzierung unserer Zeitung wurde wieder durch tolle Firmen und ihren Anzeigen ermöglicht. Dafür bedanken wir uns von ganzem Herzen, sowie bei den beiden Journalisten Michael Vollmer und Daniel Hinz für ihr Engagement.

Wir wünschen allen Lesern viel Spaß beim sprichwörtlichen „Eintauchen“ in unsere Leidenschaft für Wasser, Training und Vereinsleben!

Euer Vorstand des

SV Poseidon Bockenem



Anette Seik Emmermann
Königstraße 27 · 31167 Bockenem · Telefon 050 67-27 61

Spezialist für Renault und Dacia



- » Reparatur und Unfallreparatur
für alle Fabrikate
- » Finanzdienstleistung
- » HU-Abnahme
- » Kundendienst
- » Klimatechnik
- » Neuwagenvermittlung
- » Jahres- und Gebrauchtwagen
- » Ersatzteile



Liebe kleine und große Schwimmfreunde,

Rechtzeitig vor Beginn der neuen Freiluftschwimmsaison 2016 möchte
der Vorstand des

SV Poseidon Bockenem zu der Mitgliederversammlung mit der Bitte
um rege Teilnahme

am **Freitag, den 22. April 2016** einladen.

Zur Mitgliederversammlung wird außerhalb dieser umseitigen Information
nicht mehr eingeladen.

Mit sportlichen Grüßen

gez. **Karin Schaper**

1. Vorsitzende



Kissen & Co



Schenken



Dekorieren



Wohlfühlen

Stöbern erwünscht!

Inh. S. Reulecke

** Königstraße 16 * Bockenem * Tel. 9179649 **

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 9.00 - 12.30 Uhr + 14.30 - 18.00 Uhr

Samstag 9.00 - 12.30 Uhr



schenken Sie
ein sauberes
Auto!



**Waschgutscheine
gibt es bei Robby**

"Die beste Waschanlage der Region!"
(Kundenzitat)

Allensteiner Str. 16 31167 Bockenem T: 05067/247084

Komm zu Robby



**Autowäsche
Autopflege
Autogas**

"Die beste Waschanlage der Region!"
(Kundenzitat)

Allensteiner Str. 16 31167 Bockenem T: 05067/247084



Schwimmverein Poseidon Bockenem e.V.

EINLADUNG

Die Mitgliederversammlung des Schwimmvereins Poseidon e.V. findet am

Freitag, 22. April 2016 um 19:00 Uhr

in der Karl-Binder-Straße 8, 31167 Bockenem (Vereinsheim der DLRG) statt.

Alle Mitglieder sind hiermit recht herzlich eingeladen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung, Feststellung der Beschlussfähigkeit, Genehmigung der Tagesordnung
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Entgegennahme der Jahresberichte
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Vorstellung und Genehmigung des Kassenberichts 2015
6. Entlastung des Vorstandes und des Ehrenrates
7. Wahl eines Kassenprüfers (für 2 Jahre)
8. Genehmigung des Haushaltsplanes 2016
9. Wahlen der Mitglieder des Vorstandes
 - 9.1 Stellvertretender Vorsitzender
 - 9.2 sportlicher Leiter
 - 9.3 Fachwart für Lehrgangswesen
10. Ehrungen
11. Beschlussfassung über Anträge
12. Verschiedenes

gez. **Karin Schaper**

1.Vorsitzende

Bockenem, im Dezember 2015

PERFEKT AUFGESTELLT!



Claus Gerlach
Bauelemente GmbH

37 Jahre
Fachbetrieb
Besuchen
Sie uns!

1000 m² Ausstellung · 200+ Exponate
Jeden Sonntag Schautag 11 - 16 Uhr

Am Bahnhof 13 · 31167 Bockenem · 0 50 67 - 24 77 10 · www.gvb-welt.de

FENSTER | TÜREN | ROLLLÄDEN | GARAGENTORE | CARPORT | SONNENSCHUTZ | TERRASSENDÄCHER
VORDÄCHER | GLASHAUS | WINTERGÄRTEN | TRANSPORT & MONTAGE | REPARATURSERVICE | U.V.M.



**** HOTEL & RESTAURANT KNIEP ****
Clubraum bis 40 Personen, Kegelbahn & Lasershot-Schießkino

Wilhelm Kollé

Steintorstrasse 1

D-31167 Bockenem

Fon: +49-(0)5067-6405

Net: www.Hotel-Knief.de



Beckenrandgespräche

Interview mit Marlene und Anke

Conny Hartung:

Anke und Marlene, ihr verbringt einen Großteil eurer Freizeit als Übungsleiter und Trainer bei den unterschiedlichsten Kursen in unserem Verein. Warum macht ihr das, was freut euch daran?

Marlene: Das ist richtig, vor allem in den Sommermonaten ist das Freibad meine Heimat. Schon seit frühester Jugend bin ich aktiv in unserem SV Poseidon dabei, ich habe selber als Kind und Jugendliche in unserem Verein eine schöne Zeit erleben dürfen, da ist es für mich eine Selbstverständlichkeit, etwas zurück zu geben. Außerdem macht es viel Freude, z.B. bei Schwimmkursen die Fortschritte der Kinder zu erleben, das Strahlen der Kinderaugen, wenn sie wieder ein Abzeichen geschafft haben. Bei den Kursen mit Erwachsenen finden neben den sportlichen Aktivitäten Geselligkeit und Kameradschaft eine große Rolle.

Anke: Mir geht es ähnlich wie Marlene. Auch ich bin im Schwimmverein groß geworden, habe viele schöne Erinnerungen an die gesamte Zeit und kann so etwas zurückgeben. Ich bin seit meiner aktiven Zeit als Übungsleiterin tätig. Die Arbeit am Beckenrand oder in der Turnhalle macht mir auch nach so vielen Jahren immer noch Spaß, sei es früher mit den Kindern oder heute mit den Erwachsenen. Besonders freue ich mich, wenn die Übungsabende gut besucht sind und auch die anderen Aktivitäten mit einer großen Teilnehmerzahl angenommen werden.

Conny: Was war das tollste Erlebnis in euren Kursen in diesem Jahr?

Marlene: Kann ich gar nicht so sagen, es gibt so viele tolle, schöne Erlebnisse?! Aber mir fällt einer meiner Schwimmschüler ein, ein sechsjähriger Junge, einer meiner besten Schwimmschüler. Tadellos schwamm er im Bruststil einige Meter, aber nach 4-5 m musste er immer wieder an den Beckenrand schwimmen, um Pause zu machen. Als ich dann neben ihm die Bahn mit geschwommen bin, klappte es 25 m tadellos ohne Pause. Die große Überraschung am nächsten Tag: der junge Mann kündigte selbstbewusst an: "Ich mache heute das Bronze Abzeichen!" Und es hat geklappt! In nur 11 Minuten ist er die 200 m geschwommen.

Anke: An einem Trainingsabend 24 Frauen beim Tiefwasser-Aquafitness!!!

Conny: Ihr seid auch ab und an auf Fortbildungen unterwegs, das schon seit Jahren, könnt ihr immer noch was lernen?

Marlene: Ja klar, es gibt immer Neues, was wir aus diesen Fortbildungen mitnehmen. Beim „Core“ Training habe ich mal wieder selbst erleben dürfen, was es heißt an die sportlichen Grenzen zu gehen. Das war ein sehr anstrengender Tag, der sehr viel Spaß gemacht hat. Zum Abschluss des Jahres haben wir im November noch gemeinsam eine Aquafitness Fortbildung mitgemacht. Auch hier gab es wieder neue Anregungen. Unsere Teilnehmer für die Sommer Kurse 2016 dürfen sich



schon heute freuen, wir werden neue Ideen, Übungen und Spiele ausprobieren.

Anke: Selbstverständlich kann ich bei den Fortbildungen immer etwas Neues mitnehmen. Besonders bei den tollen Referenten die der KSB und der NTB uns immer präsentieren. Sicherlich wird das Rad nicht neu erfunden, aber es gibt immer Nuancen oder aktuelle Trends, die ich in meine Stunden mit aufnehmen kann.

Conny: Kurse und Fortbildungen.... Profitiert ihr von den Erlebnissen auch in eurem Alltags/Berufsleben?

Marlene: Ich denke schon. Der Umgang mit Menschen festigt das Selbstbewusstsein und motiviert immer am Ball zu bleiben.

Anke: Sicherlich ist das alles auch für den Alltag hilfreich... der Kontakt und Umgang mit Menschen, man lernt interessante Personen kennen und ich glaube, man geht offen und aufgeschlossen mit seinen Mitmenschen um...

Conny: Wie und wo treibt ihr selbst gern Sport und was gibt euch das Sporttreiben?

Marlene: Na, Sport ist doch im Verein am Schönsten! Also ich schwimme natürlich im Sommer täglich, ansonsten bin ich laufend und radelnd viel unterwegs und als Übungsleiterin für Aquafitness muss ich mich ja auch vorbereiten, also sieht man mich auch regelmäßig bei diversen Wassergymnastik und Aquajogging Übungen im Wasser. Da ich auch eine Gesundheitsgymnastik Gruppe beim MTV Bockendem leite, bin ich hier natürlich auch selbst ständig aktiv und inzwischen habe ich auch wieder Zeit, mittwochs bei Ankes tollem Training der Gruppe „Fit durch's Jahr“ mitzumachen. Das Sporttreiben macht den Kopf frei, so manches kleines Wehwehen verschwindet oder wird gemindert. Sport gehört für mich zum Leben, wie das Essen, Trinken und Schlafen.

Anke: Ich treibe ausschließlich im Schwimmverein Sport. Die Gemeinschaft, die über einen Verein entsteht, gibt es in keinem Fitnessstudio. Mein eigenes Sportprogramm besteht im Winter aus Schwimmtraining bei Marlene, dabei fühle ich mich in meine eigene Jugend zurück versetzt ☺ und aus dem gemischten Programm der Sportgruppe „Fit durch's Jahr“. Im Sommer versuche ich morgens vor der Arbeit meine 1000m im Bockenemer Freibad zu schwimmen. Dabei muss ich so manches Mal meinen inneren Schweinehund überwinden, z.B. bei 4°C Außentemperatur und Regen. Hinterher ist aber alles gut und ich bin froh, mich aufgerafft zu haben. Darüber hinaus gehe ich mit meinem Mann gern wandern. Für mich ist Sport der beste Ausgleich zum Arbeitstalltag.

Conny: Wenn jetzt jemand Lust bekommt, evtl. als Übungsleiter oder Helfer in unserem familienfreundlichen Verein mitzuarbeiten, was wäre euer überzeugender letzter Tipp, warum man das tun sollte?

Marlene: Man unterstützt nicht nur den Verein, deren Übungsleiter, sondern man findet zum Berufs- und Alltagsleben einen guten Ausgleich. Geselligkeit und Kameradschaft, Arbeiten im Team, gemeinsam mit allen Übungsleitern, Helfern, Kampfrichtern bringt neben Arbeit und Einsatz auch Spaß und Freude.



Anke: Man bekommt ganz viel zurück und schafft sich einen Ausgleich zum Berufsalltag, da es in der Regel etwas komplett anderes ist. Man stellt sich neuen Herausforderungen und nimmt so neue Eindrücke mit. Das Zusammenarbeiten im Team macht Spaß und je mehr sich beteiligen desto schöner ist es. Jedes ehrenamtliches Engagement ist gut und wichtig damit unser gesellschaftliches Leben funktioniert.

Conny: Das kann ich nur bestätigen. Als meine Familie und ich nach Bockenem kamen, wurden wir im Verein gut aufgenommen. In der ersten Zeit habe ich Dir, Marlene, beim Training geholfen. Später habe ich meine Übungsleiterlizenz gemacht und hatte große Freude daran, die Kinder zu trainieren. Da ich meine Kinder zum Training gefahren habe, konnte ich in der Zeit eine andere Trainingsgruppe übernehmen. So habe ich die Zeit gut überbrückt und es hat mir viel Spaß gemacht. Vielen Dank Euch Beiden und ich hoffe, Ihr bleibt noch lange so fit und kreativ dabei.

Das Interview führte Conny Hartung

Alles rund um Haus und Garten

Rasenmäher
Rasentraktoren
Motorsensen
Motorsägen
Vertikutierer
Heckenscheren
Laubsauger

Hochdruckreiniger
Rasentrimmer
Motorhacken
Balkenmäher
Akku-Grasscheren
Gartenhäcksler
Einachsschlepper

Gartengeräte
Blumenerde
Pflanzenschutz
Lichtelemente
Rindenmulch
Blumentöpfe
Dünger Kalk

Kupferrohre
und Lötfittinge
KG & HT Rohre
Duschwannen
Badewannen
Waschbecken
Sanitärbedarf



Brandes Gartentechnik

Inh. Andreas Herrmann e.K.

Hildesheimer Str. 19 38723 Seesen - Rhüden

Telefon 05384 / 8041

Telefax 05384 / 8020

E-Mail: info@brandes-gartentechnik.de

Internet: www.brandes-gartentechnik.de

Beratung - Service - Verkauf

Ehrungen

In guter Tradition wurden Vereinsmitglieder für Ihre langjährige Verbundenheit zum Schwimmverein Poseidon geehrt..

25 jährige Vereinszugehörigkeit:

Regina Springer

Nadine Nowack

Peter Groß

40 jährige Vereinszugehörigkeit:

Marianne Rasche

Wilhelm Kollé

50 jährige Vereinszugehörigkeit:

Günter Kirchmann

Horst Rasche

65 jährige Vereinszugehörigkeit:

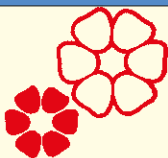
Herbert Menzler

Einen herzlichen Dank geht an die aus dem Ehrenrat verabschiedeten Mitglieder **Horst Müller** und **Anne Schnieder Böttinger**.





GÄRTNEREI



Sipönmä

FLORISTIK

- ❁ moderne Floristik für jeden Anlass
- ❁ Grabneuanlagen und Grabpflege
- ❁ Beet- und Balkonpflanzen

Jägerhausstraße 8 · 31167 Bockenem

Telefon 0 50 67/64 17 · Telefax 0 50 67/66 77

Wenn Sie beim Sehen ins Schwimmen kommen:

 OPTIKER *Uthoff*

**Sehnot
muss nicht sein.**

Die Sehberatung bei Ihrem

Augenoptiker ist in Sichtweite.

**BRILLEN
HÖRGERÄTE**

Bönnier Str. 31
31167 Bockenem
Tel. 0 50 67/23 59

Parkmöglichkeiten
in nächster Nähe



Auch in diesem Jahr wurde ein Pokal von der Firma
Pokal-Shop Gronau für den

Schwimmer des Jahres 2014

gestiftet. Der Trainingsfleiß, soziales-sowie kameradschaftliches Verhalten
und die Schwimmleistung, zeichnen den Schwimmer des Jahres aus.

2014 überzeugte **Claas Wiesemüller** und erhielt die
Auszeichnung zum Schwimmer des Jahres.



Pokal-Shop Gronau

Bahnhofstraße 14 · 31028 Gronau

Tel.: 0 51 82 - 90 82 78

Fax: 0 51 82 - 90 82 79

e-mail: pokal-shop-gronau@t-online.de

JAKO 



www.pokal-shop-gronau.de

Beflockung

Pokale

Stempel

Ehrenpreise

Orden

Sporttaschen

Bandagen

Glasgravuren

Nadeln

Sportbekleidung

Lasergravur

Wimpel

Medaillen

Schienenbeinschoner

Schlüssel

Fotodruck

KOSMETIK – STUDIO

Jenny Freise

Staatlich geprüfte Kosmetikerin



Bönnier Str. 7
31167 Bockenheim
05067 / 917330

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag nach Vereinbarung



FABOTA

Fachmarkt für Farben,
Bodenbeläge und Tapeten

- Wir führen:**
- ✓ Innen- und Fassadenfarben
 - ✓ Lacke und Lasuren
 - ✓ Teppiche
 - ✓ Laminat und Parkett
 - ✓ Designbeläge
 - ✓ Tapeten
 - ✓ Wärmedämmung (WDVS)
 - ✓ Zubehör

Wir verlegen auch
Teppich, PVC, Laminat
und Fertigparkett

Öffnungszeiten:

Mo. - Sa. 8.30 - 12.30 Uhr
Mo., Di., Do., Fr. 14.30 - 18.00 Uhr

Ihr Malermeister **Bernd Stryczek**
Königstr. 26 · 31167 Bockenem · ☎ 050 67-24922 50

Malereibetrieb



Bernd Stryczek

Malermeister

- ✓ Maler- und Lackierarbeiten
- ✓ Teppich-, PVC-, Fertigparkett- und Laminat-Verlegung
- ✓ Wärmedämmung
- ✓ Fassaden- und Fachwerkrenovierung

Martin-Luther-Straße 37 - 31167 Bockenem
Telefon 0 50 67 / 6 91 20 - Fax 0 50 67 / 69 86 80



Bericht der 1. Vorsitzenden

Liebe Poseidonen,

mein "Temperatur"-Gefühl sagt mir gerade beim Schreiben meines Jahresberichtes, bald geht's wieder los mit der Freiluftschwimmsaison. Aber es ist doch erst November und Zeit, die vergangene Saison Revue passieren zu lassen. Besonders am Herzen liegt mir dies und so möchte ich auch damit beginnen. Sigrid Kiehne, die so eng mit dem SV Poseidon verbunden und seit der Gründung des Vereins aktiv dabei ist, feierte ihren 90. Geburtstag. Wie konnte es anders sein als bei strahlendem Sonnenschein im Biergarten des Schwimmbades. Wir wünschen ihr Gesundheit und eine schöne Saison 2016.

Ich freue mich, neue Kampfrichter in unseren Reihen begrüßen zu dürfen. Michael Müller, Meik und Melanie Eberleh haben erfolgreich die Ausbildung abgeschlossen. Das Verteilen der Aufgaben auf mehrere Schultern ist wichtig, damit die Freude daran nicht verloren geht.

Neu ist ein Stichwort zu unseren Poloshirts. Das Augenzentrum Hildesheim-Alfeld-Bockenem spendierte dem Verein 500.- Euro für neue, blaue Poloshirts. So können wir uns als Verein optisch gut präsentieren. Danke an Drs. Knabe, Blomberg, Schaper und Wübbolt. Erfreulich sind auch immer wieder die guten Leistungen unserer Schwimmer. Inga Friedhoff und Alrun Waldow schafften es durch qualifiziertes Training, die Kinder zu motivieren.

Auch die Kurse von Marlene Fahnmann wurden wieder gut besucht. Klein und Groß waren unter ihren Fittichen. Aquafitness, Schwimmtechnik oder Anfängerkurs gehörten zum festen Programm.

Bei der Gruppe Fit durchs Jahr wurde es manchmal räumlich schon eng. Die Trainingsstunden bei Anke Niepel manchmal auch bei Conny Hartung erfreuten sich großer Beliebtheit. Die abwechslungsreiche Bewegung im Schwimmbad und der Turnhalle gepaart mit einer Portion Spaß ist wohl die richtige Mischung auch für die nächste Saison.

Die Wasserballer sind immer noch dabei, Beachvolleyballer und die Kegler. Die Vielfältigkeit zeichnet den Poseidon aus und dies soll auch der neue Name der Vereinszeitung widerspiegeln. Wasserspiegel 2015 – Sehr Viel Poseidon fanden wir treffend.



Durch die Vakanz der Position des sportlichen Leiters war die Saison durch die Unterstützung der Eltern geprägt. Meik Eberleh und Wilhelm Friedhoff organisierten das Meldewesen und die Auswertung rund um die Schwimmwettkämpfe. Ob Training oder Schwimmfest auf die Eltern der Aktiven konnte man sich verlassen. Unser Schwimmfest war wieder ein Erfolg. Das Wetter hätte besser sein können, die Leistungen, Organisation und die Bewirtung konnten überzeugen. So möchte ich mich bei allen, die uns unterstützt und ihre kostbare Freizeit dem Verein zur Verfügung gestellt haben, recht herzlich bedanken.

Das gute Miteinander von Stadtbadförderverein, DLRG und Poseidon in dieser Saison möchte ich noch erwähnen.

Ich wünsche Ihnen und Euch allen eine schöne, besinnliche Advents- und Weihnachtszeit ohne viel Hektik und ein gesundes, glückliches neues Jahr 2016.

Zu guter Letzt ein „Rat“ von Eugen Roth:

Schau in die Welt so vielgestaltig,

Sorgfältig, doch nicht sorgenfältig!

Eure Karin Schaper
1.Vorsitzende

EP:Fütterer
ElectronicPartner

Meisterbetrieb für Elektrogeräte- u. Gebäudetechnik

Unsere Serviceleistungen:

- Elektrohausgeräte
- SAT- und TV-Anlagen
- Fachberatung, Ausstellung, Kundendienst



31134 Hildesheim · Bahnhofsallee 12
Telefon (0 51 21) 1 24 02 · www.ep-fuetterer.de
Inhaber Dennis Fütterer



Ihre Partner für Versicherungen, Vorsorge und Vermögensplanung

Die LVM-Servicebüros beraten Sie gern:

Dr. Joachim Gebert

Steintorstraße 3

31167 Bockenem

Telefon (05067) 91 72 23

info@j-gebert.lvm.de

Kerstin Philipps-Göppert

St. Adriansplatz 2a

31167 Bockenem / Störy

Telefon (05067) 8 16

info@philipps.lvm.de

LVM
VERSICHERUNG

Ein herzliches Dankeschön



Der Vorstand des SV POSEIDON bedankt sich bei den Mitarbeitern des Stadtbades für die tolle Zusammenarbeit mit einem lecker gefüllten Frühstückskorb.



Änderungsschneiderei

E. Paszkiewicz

Telefon 05067-3868

Öffnungszeiten:

Mo + Di, Do + Fr. 09.00 - 12.30 Uhr
 14.30 - 18.00 Uhr

Buchholzmarkt 3, 31167 Bockenem

Tierfreund Bockenem

- Eisenwaren
- Blumenerde
- Pflanzenschutzmittel
- Rasensaat
- Rasendünger
- Futtermittel von A bis Z
- ... und vieles mehr!

Steintorstraße 6
31167 Bockenem

Telefon: 0 50 67 - 91 78 333
Mail: tierfreund-bockenem@t-online.de



Bericht der Kassenwartin

Es ist mal wieder an der Zeit, dass vergangene Jahr aus Sicht der Kassenwartin in einigen Punkten Revue passieren zu lassen.

Mitgliederentwicklung:

Zum 01.01.2015 belief sich die Gesamtmitgliederzahl im SV Poseidon Bockenem auf 214 Mitglieder, davon 100 weibliche und 114 männliche Mitglieder. Im Laufe des Jahres erhielten wir 18 Vereinseintritte und 21 Vereinsaustritte. Die Vereinsaustritte sind u.a. mit Wegzug aus Bockenem und mit veränderten Interessen der Kinder zu begründen. Somit halten sich die Ein- und Austritte leider nicht ganz die Waage, aber ich denke mit einem Mitgliederrückgang von „3“ können wir weiterhin von einem stabilen Mitgliederbestand sprechen. Was sicherlich in der heutigen Zeit nicht selbstverständlich ist, wenn man sich zum Beispiel die Statistiken vom Landessportverbund anschaut. Dass wir nicht von stärkeren Rückgängen betroffen sind, lässt sich vor allem auf die sehr gute, fachkundige Arbeit unserer Übungsleiter zurückführen. Wir haben aktuell nur geprüfte Übungsleiterinnen im Trainingsbetrieb im Einsatz, davon 4 ausgebildete C-Trainerinnen und eine Trainerassistentin. Ich begrüße an dieser Stelle noch einmal unsere neu hinzugewonnenen Mitglieder und danke ganz herzlich den ausgetretenen Mitgliedern für die oftmals langjährige Unterstützung unseres Vereins. Ich hoffe, sie behalten ihre Poseidon-Zeit in guter Erinnerung.

Kosten:

Wofür gibt ein Schwimmverein eigentlich sein Geld aus? Vielen ist gar nicht bewusst, dass gerade der Schwimmsport ein sehr kostenintensiver Sport ist. Neben den Beiträgen zum Kreissportbund Hildesheim und dem Landessportbund Hannover zahlen wir noch Registrierungs- und Lizenzierungsgebühren an den Deutschen Schwimmverband. Hinzu kommen noch Versicherungsbeiträge. Nicht zu vergessen, die Kosten, dass die Kinder den Sport überhaupt ausüben können: Hallenmiete, Meldegelder zu Schwimmfesten und auch unsere Übungsleiter bekommen eine Aufwandsentschädigung. Mir ist es ganz wichtig, an dieser Stelle zu erwähnen, dass wir diese Kosten sehr gern übernehmen. Genauso übernehmen wir die kompletten Kosten für die Aus- und Weiterbildung unserer Übungsleiter und Kampfrichter. Trotz aller Fixkosten haben wir das Glück, die

verschiedensten Aktivitäten innerhalb der Sparten weiterhin unterstützen zu können. So wird es auch zum Beispiel im nächsten Jahr wieder eine Braunkohlwanderung geben. Ich freue mich schon auf viele Teilnehmer.

Apropos Aktivitäten! Hierfür sind nach wie vor unsere ehrenamtlichen Helfer und Übungsleiter ganz wichtig, die gern bereit sind einen Teil ihrer Freizeit in den Dienst des Vereins zu stellen. Vielen Dank dafür! Ebenso ein herzliches Dankeschön an die Eltern unserer Schwimmkinder, die durch ihren Einsatz als Kampfrichter bei Schwimmwettkämpfen, beim An- und Abschwimmen und beim eigenen Schwimmfest zum Erfolg beitragen, aber auch durch die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Schwimmfesten auf eine Fahrtkostenerstattung verzichten. Mein Dank geht auch an die fördernden Mitglieder, ohne die ein aktives, funktionierendes Vereinsleben ebenfalls nicht möglich wäre.

**büma-service**
Schreibwaren • Bürobedarf • Bücher

Inhaber Torsten Wundenberg · Königsstraße 17 · 31167 Bockenem

Wir holen Ihnen die Sterne vom Himmel

Das erwartet Sie aktuell bei uns:

- ★ Karten und Kalender der Grafik Werkstatt
- ★ Buchneuheiten der Frankfurter Buchmesse
- ★ 24-Stunden-Buchbestellservice
- ★ Ranzenneuheiten 2016
- ★ Ravensburger Spiele und Puzzles
- ★ Bruder Spielwaren



Bitte vormerken: Vom 25. bis 30. Januar 2016

Schulranzen-Infotage



Beiträge:

Wir können uns glücklich schätzen, die Mitgliedsbeiträge **seit dem 01.01.2002 !!!** (Umstellung nach der EURO-Einführung) unverändert lassen zu können. Aufgrund unserer momentan ausgeglichenen Kassenlage kann davon ausgegangen werden, dass die Beiträge auch für 2016 so beibehalten werden können.

Kassenlage:

Die Kassenlage ist bis zum heutigen Datum gemäß Haushaltsvoranschlag ausgeglichen. Alle Sparten und Kostenstellen haben sich an ihre vorgegebenen Etats gehalten, so dass wir vermutlich auch in diesem Jahr wieder unsere Kosten durch die Einnahmen decken können.

Vereinszeitung:

Zu guter Letzt! Ein herzliches DANKESCHÖN an alle Anzeigenkunden, Autoren, Redakteuren und Erstellern unserer diesjährigen Vereinszeitung. Dank ihrer Hilfe ist unsere Zeitung nur möglich. Vielen Dank!

Ein besinnliches Weihnachtsfest und alles Gute fürs Neue Jahr wünscht allen Mitgliedern, Freunden unseres Vereins und Lesern dieser Zeitung

Anke Niepel



STRASSENBAUMEISTER

- | | | |
|--------------------|-----------------|-----------------|
| ◆ Pflasterarbeiten | ◆ Plattenbeläge | ◆ Hofeinfahrten |
| ◆ Terrassen | ◆ Wegebau | ◆ Trockenmauern |

www.jens-niepel.de

Vogesberg 22

31167 Bockenem

jens.niepel@t-online.de

Telefon 0 50 67 / 91 79 79

Fax 0 50 67 / 91 79 78

Mobil 01 72 / 1 75 14 02



Wann ist ein Kreditinstitut gut für die Region Hildesheim?

**Wenn es nicht nur Vermögen aufbaut.
Sondern auch Talent fördert.**

Sind Sie auch dabei beim größten Volkslauf der Region, dem Wedekindlauf? Oder fiebern Sie mit bei einem spannenden Spiel unserer Handballer in der Sparkassen-Arena? Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Deshalb zeigen wir Profil und fördern Breiten- und Spitzensport ebenso wie die wichtige Nachwuchsarbeit. Ein breites Sportangebot erhöht den Freizeitwert unserer Region und fördert Gesundheit und Gemeinschaftsgefühl.
Sparkasse Hildesheim. Fair. Menschlich. Nah.

 **Sparkasse
Hildesheim**

Sparkasse. Gut für die Region.

Bericht der Lehrgangswartin

Liebe Vereinsmitglieder,

Bilder sprechen mehr als Worte. Darf ich vorstellen:



Meik und Melanie Eberleh, Michael Müller und Wilhelm Friedhoff – Kampfrichter des SV Poseidon Bockenheim e.V. Nicht auf dem Foto sind **Astrid Illers-Bruns, Wolfgang Schlüter und Norbert Böttinger** (Lizenzablauf 31.12.15).

Ein herzliches „Danke schön“ für Eure Bereitschaft zur Ausbildung und Euren Einsatz als Kampfrichter. Denn nur wenn wir auch ausreichend Kampfrichter auf Schwimmwettkämpfen melden, können unsere Aktiven daran teilnehmen.

Kampfrichter werden ist nicht schwer. Voraussetzungen sind: Mindestalter 14 Jahre und Vereinsmitglied.

Es gibt bestimmt auch unter den Jugendlichen (Mindestalter 14 Jahre) jemanden, der bereit ist, eine Kampfrichterausbildung zu machen. Bitte meldet Euch bei mir. Tel-Nr. 05067-5113 oder per Email connyh@rtung-home.de.

Auf der nächsten Seite findet Ihr die Termine für Aus- und Fortbildung für Kampfrichter im Bezirk Hannover.



Vielleicht ist da noch die/der eine, die/der ebenfalls Kampfrichter werden möchte. Nur zu – und bitte melden. Auch der Bezirk Braunschweig bietet Kampfrichterausbildungen an. 2 Termine kann ich Euch hier schon nennen:

16.01.2016 in Braunschweig Beginn 9:00 Uhr im Sportbad Heidberg

20.03.2016 Ort noch unbekannt

Datum	KR-Maßnahme	Ort	Anmeldung möglich ab
17. Januar 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Hannover	24.11.2015
19. Februar 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Garbsen	22.12.2015
5./6. März 2016	KR-Ausbildung WKR	Mardorf	12.01.2016
11./12. Juni 2016	KR-Ausbildung WKR	Hannover	12.04.2016
20./21. August 2016	KR-Ausbildung WKR	Hannover	07.06.2016
2. September 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Nienburg	14.06.2016
17./18. September 2016	KR-Ausbildung WKR	Hannover	14.06.2016
12. November 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Bad Nenndorf	06.09.2016
13. November 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Bad Nenndorf	06.09.2016
12./13. November 2016	KR-Ausbildung WKR	Bad Nenndorf	13.09.2016
12./13. November 2016	KR-Ausbildung AW	Bad Nenndorf	13.09.2016
2. Dezember 2016	KR-Fortbildung WKR/AW	Hildesheim	27.09.2016



Aber es gibt noch mehr zu berichten: Was wäre der Verein ohne Trainer?



Unsere Aktiven sind in guten Händen.

Herzliche Glückwünsche an **Inga Friedhoff** zur bestandenen Trainer-C-Lizenz und ebenfalls Glückwünsche an **Alrun Waldow** zum Trainerassistenten (Vorstufe zur Trainerlizenz).

Na – Interesse geweckt???

Es gibt Lehrgänge, die es auch Einsteigern (ab 16 Jahren) ermöglichen, Einblick ins Training zu bekommen und als „Helfer am Beckenrand“ sich aktiv zu beteiligen. Die Kosten werden vom Verein übernommen.

Für 2016 wünsche ich allen Vereinsmitgliedern viel Erfolg und Spaß bei ihren sportlichen und geselligen Aktivitäten.

Conny Hartung



Toto-Lotto . Geschenkartikel . Zeitungen . Tabakwaren

Karin Meyer

Bönnier Straße 14
31167 Bockenem
Telefon 0 50 67-22 68

RM *Hauservice*
Elektrotechnik
Trockenbau
ROLF MEYER WIESENSTR. 1 31167 BOCKENEM
Tel. 050 67/5115 Mobil 01 71/94 73 061
Fax 050 67/24 68 88

Beachten Sie bitte
auch meine
Komplettangebote,
die ich auf Anfrage gerne
für Sie erstelle!

Elektroarbeiten

- Planung, Installation und Wartung
- Reparaturen von Haushaltsgeräten
- Installation für Anbauten
- Lichttechnik innen/außen
mit und ohne Bewegungsmelder
- Schalter und Steckdosen erneuern
- elektrische Torantriebe
- Renovierungen

Trockenbau

- Laminatfußböden verlegen
- Decken mit Holz vertäfeln
- Fliesen verlegen
- Zwischewände aus Rigips/Fermacell einziehen

Hier stimmt der Preis und die Qualität !



Bericht der Trainerassistentin

Da ich nun schon 2 Jahre mit am Beckenrand stehe, habe ich mich entschlossen mich weiterzubilden. Trainerassistent stand an. Voraussetzung hierfür war ein Erster Hilfe Lehrgang und ein aktuelles DLRG in Bronze.

Alles geschafft :o).

Jetzt konnte es losgehen. An zwei Wochenenden im September ging es auf nach Goslar zum Lehrgang. Unterbringung in der Jugendherberge Rammelsberg mit Geschirr wegbringen und Tisch abwischen (war mal wieder spannend).

Das erste Wochenende haben wir uns mit der Wassergewöhnung und der Wasserbewältigung beschäftigt. Morgens erst theoretischer Unterricht und nachmittags ging es ins Hallenbad Aquantic. Grundfertigkeiten wie Tauchen, Schweben, Gleiten, Atmen wurden uns praktisch vermittelt.

Das zweite Wochenende ging es um die 4 Schwimmtarten. Auch hier etwas Theorie aber hauptsächlich Praxis.

- Lagenbereiche trainieren
- Beinarbeit
- Technikübungen
- Trainingspläne usw.

Einige der Lehrgangsteilnehmer (es wurde immer gewechselt) waren im Wasser und die anderen waren die Trainer. Es ging darum Fehler zu erkennen und wie man diese mit Übungen ausmerzen kann.

Ich, für mich, kann nur sagen, dass der Lehrgang Spaß gemacht hat und ich viele Informationen mitnehmen konnte. Ich hatte mir zwar schon ein kleines Wissen durch Fachbücher, diverse Videos (zum Glück gibt es YouTube) und Ingas Unterstützung angeeignet, aber ein Lehrgang ist doch etwas anderes, außerdem lernt man nette Leute kennen und hört wie es so in anderen Vereinen läuft.

Alrun Waldow



Holger **Kleimann**
[Steuerberater]

Fon 0 50 67. 6 92 42

Fax 0 50 67. 24 69 18

h.kleimann@stb-kleimann.de

Professor-Martini-Straße 31

31167 Bockenem

Meisterbetrieb
ehhardt
Bad | Heizung | Energie

Dominik Ehrhardt

Meisterbetrieb

Ortshäuser Straße 3

31167 Bockenem

Tel. 05067.15 14

Fax 05067.32 77

service@ehhardt-online.de

www.ehhardt-online.de

Ulrich Bork
RAUM AUSSTATTUNG

31167 Bockenem

Königstraße 19

Telefon 0 50 67-61 43

- Sonnenschutz
Jalousie, Plissee und Rollos
- Vorhangstangen
Raffrollo und Flächenvorhänge
- Gardinen und Dekostoffe
- Kissen und Tischdecken
- Bodenbeläge
Parkett, Kork, Laminat, PVC,
Teppichboden



Bericht der Trainerinnen

Wieder neigt sich ein (erfolgreiches) Schwimmjahr beim SV Poseidon Bockenem dem Ende entgegen. Im Jahr 2015 hat der Poseidon an 9 Schwimmfesten anderer Vereine innerhalb und außerhalb des Landkreises Hildesheim teilgenommen und unzählige neue persönliche Bestzeiten wurden erschwommen. 13 Kinder konnten bei den Kreismeisterschaften (Pflichtzeit !) starten und mit 20 Schwimmerinnen und Schwimmern mit insgesamt 72 Starts sind wir bei unserem eigenen Schwimmfest im Juli dabei gewesen.

Von Januar bis zur Eröffnung des Bockenemer Freibades im Mai trainierten wir mittwochs in der Turnhalle (Trockentraining) und freitags fuhren wir zum Schwimmtraining nach Goslar ins Aquantic. Nach Ende der Freibadsaison trainieren wir seit September nun wieder in der Turn- bzw. in der Schwimmhalle. Den Jahresabschluss bildet dann unsere Weihnachtsfeier im Vereinsheim, bei der wir zusammen basteln, essen und Spaß haben. Höhepunkt ist die Bekanntgabe der Schwimmerin / des Schwimmers des Jahres. Außerdem bekommen wir an dem Tag auch die neueste Ausgabe unserer Vereinszeitung. In der Freibadsaison fand das Training montags, mittwochs und freitags -in den Sommerferien nur montags und freitags- statt. Trainiert wurde und wird in 3 Gruppen, die nach Alter und / oder Leistung unterteilt sind. Eine Gruppe wird von Alrun und die zwei anderen von Inga geleitet. In der Halle wurde und wird in einer gemeinsamen großen Gruppe geturnt, geschwitzt, gedehnt und gespielt. Die Trainingsbeteiligung war und ist innerhalb und außerhalb des Wassers auch bei schlechtem Wetter -Dank der angenehmen Wassertemperaturen- immer sehr gut. Zwischen 15 und 20 Kinder waren bzw. sind meist dabei. Was uns natürlich freut. Ein großes LOB dafür! Da unser Trainerteam seit der Freibadsaison nur noch aus uns beiden besteht, sind wir einmal mehr auf die Hilfe der Eltern angewiesen. Neben der Unterstützung beim An- und Abschwimmen durch selbstgemachte Leckereien, dem Fahrdienst zum Schwimmtraining und zu den Wettkämpfen, den Einsätzen als Kampfrichter und nicht zu vergessen der Unterstützung bei der Organisation und der Durchführung unseres Schwimmfestes brauchten und brauchen wir nun auch noch Hilfe beim Schwimmtraining. Denn auch wir beide möchten mal in den Urlaub oder sind beruflich oder privat verhindert. Aber ohne Murren fanden und finden sich (in Zukunft hoffentlich auch) bei Bedarf immer Freiwillige, die bereit waren, mit Hilfe von Trainingsplänen das Schwimmtraining einer der Gruppen zu übernehmen.

Dafür an dieser Stelle ein ganz großes DANKESCHÖN! Für das nächste Jahre wünschen wir uns eigentlich -mit Ausnahme der Trainersituation, aber vielleicht findet sich ja doch ein Freiwilliger- das alles so bleibt.

Alrun und Inga

*Ihr Treffpunkt für
Naturheilkunde...*



Ambergau-Apotheke
ZERTIFIZIERT FÜR HOMÖOPATHIE
UND NATURHEILKUNDE

Apothekerin Anke Möller-Zerrenthin
Bönnier Str. 28 · 31167 Bockenem
Tel. 05067-1666 · Fax. 05067-6042



**BOWE
OPTIK**

Brillenmode
Contactlinsen
Königstraße 8
31167 Bockenem

Telefon:
05067/1698
Telefax:
05067/1535
email: boweoptik@gmx.de

Öffnungszeiten:

Montag - Mittwoch	8.30 - 13.00	und	14.30 - 18.00 Uhr
Donnerstag	8.30	durchgehend bis	19.00 Uhr
Freitag	8.30 - 13.00	und	14.30 - 19.00 Uhr
Samstag	8.30 - 13.00 Uhr		

und nach Vereinbarung

Bestzeiten der Saison 2015

Die Vereinsrekorde der vergangenen Jahre sind künftig auf unserer Homepage einsehbar.

Persönliche Bestzeiten der aktiven Schwimmerinnen und Schwimmer

	Brust			Freistil			Rücken			Delfin			Lagen	
	25m	50m	100m	25m	50m	100m	25m	50m	100m	25m	50m	100m	50m	100m
Jonas Eberle	00:33,72													
Jona Mosig	00:33,39													
Hannah Eberle	00:32,00	00:54,55	02:14,64		00:50,87	01:58,26	00:26,34	00:58,44						
Hannah Eisebitt	00:31,71	00:56,25	02:14,75		00:50,02	02:00,31	00:31,86	01:02,54						
Christian Friedhoff	00:28,40	00:55,60	02:05,34	00:28,26	00:46,82	01:49,78	00:30,15							
Felix Kölle	00:36,00				01:12,29									
Constantin Müller		00:55,48	02:04,03	00:32,87	00:53,56	02:07,69								
Vanessa Schellmann	00:36,54	01:01,95		00:33,98	00:58,30	02:18,53		01:29,84						
Johanna Friedhoff		00:47,81	01:46,26		00:37,53	01:28,15	00:25,02	00:52,53		00:23,09		01:38,76		
Sarah Rohmann		00:56,03	01:59,86		00:50,38	01:49,50								
Domenick Schiebler		00:54,89			00:41,63	01:36,71								
Marika Schwidderrek		00:53,16	01:50,44		00:41,53	01:40,97								
Alina Waldow		00:51,06	01:50,44	00:20,45	00:37,78	01:26,03		00:43,74	01:49,04		00:50,16	01:35,29		
Merle Wiesenmüller					00:41,22	01:35,25		00:59,89						
Marius Zajons	00:28,46	00:52,03	01:52,75		00:43,59	01:49,59		01:05,86						
Lena Kölle		00:47,46	01:45,25		00:40,34	01:31,20			02:09,25					
Emely Nagatschik		00:45,24	01:43,25		00:37,67	01:25,48		00:56,65						
Nils Rohmann		00:51,50			00:41,90	01:29,65								
Claas Wiesenmüller		00:41,89	01:35,48		00:34,45	01:16,53		00:52,84			00:47,53	01:33,35	03:28,71	
Alexandra Bruns					00:35,89	01:28,06		00:42,68	01:38,09		00:46,71	01:41,44		
Milena Reinert		00:49,33	01:49,15		00:46,41	01:50,06		01:16,91						
Julian Kammer			02:15,41			02:20,13								
Marc Wiesenmüller		00:40,18	01:34,03		00:31,20	01:12,09								

Fit durch's Jahr 2015

Das Jahr 2015 stand in unserer Gruppe ganz im Zeichen von vielen (Reise-) Aktivitäten.

Wir starteten am 7. Januar in der Grundschriftturnhalle mit einem vielseitigen Sportprogramm.

Gleich zu Jahresbeginn übernahmen Inga und Conny für 4 Wochen die Regie in der Turnhalle, so dass der Übungsabend unverändert weiterlaufen konnte. An dieser Stelle noch einmal herzlichen Dank dafür.

In der Turnhallenpause (Osterferien) schwitzten wir in der Sauna in Bad Harzburg, wanderten nach Ortshausen zum gemütlichen Beisammensein in „Emmermann's Garage“ und fuhren zum Bowling nach Seesen.

Die Turnhallensaison beendeten wir am 29. April.

Mit einem „Angrillen“ wurde die Freibadsaison eröffnet.

Die Frühjahrswanderung ersetzten wir in diesem Jahr durch einen Tagesausflug (30. Mai) nach Lengenfeld unterm Stein (Thüringen), wo wir eine Erlebnis-Draisinenfahrt unternahmen und den Bärenpark in Worbis besuchten.

Am 20. Mai begann das Aquafitnessprogramm. Die Beteiligung war mit durchschnittlich 17 Teilnehmerinnen wieder überragend. Die Bandbreite reichte von 10 bis 24 Teilnehmerinnen zzgl. externen Teilnehmerinnen im Rahmen des Kursangebotes.

Kosmetik & Fußpflege *Beate Wiebold*

*Brahmstraße 2 · 31167 Bockenem
Telefon (05067) 6263
Termine nach Vereinbarung.*

Ich freue mich auf Ihren Besuch.





Bei der Langen Nacht im Bockenemer Freibad am 11. Juli waren wir wieder mit unserem Cocktailstand vertreten.

Seit dem 16. September finden unsere sportlichen Aktivitäten wieder in der Grundschulturnhalle statt.

Das wunderschöne letzte Septemberwochenende nutzen wir, um mit 21 Frauen eine tolle Zeit in Bremen zu verbringen. In den Herbstferien erweiterten wir unsere Sauna-Hitliste (Besuch der Wasserwelt in Braunschweig) und erkundeten den schönen Ambergau bei einer Nachtwanderung.

Das Jahr 2015 werden wir mit 2 Aktivitäten abschließen:

- 10. und 11. Dezember: Teilnahme am Bockenemer Weihnachtsdorf.
- 18. Dezember: Weihnachtsfeier im Vereinsheim
-

Ich wünsche uns für beide Veranstaltungen viel Spaß und Erfolg!

Um immer ein möglichst vielseitiges und aktuelles Programm anbieten zu können, besuchte ich in diesem Jahr zwei Fortbildungen... Core Training – Body-Weight-Training und Aquafitness.

Allen Lesern dieser Zeitung wunderbare Weihnachten und ein gesundes Jahr 2016!

Eure Anke Niepel





Sauna – Events

Dieses Jahr haben wir, wie jedes Jahr, die sportfreie Zeit in den Ferien genutzt und sind zunächst in den Osterferien zu viert nach Bad Harzburg in die Sauna gefahren. Es gab viel zu entdecken, verschiedene Saunen, ein Dampfbad, Infrarotkabinen, zwei verschiedene Schwimmbecken, eine Holzfass-Sauna im Außenbereich, eine Salzgrotte und ein Tauchbecken. Aber auch ein neu gestalteter Ruhebereich lud zum Verweilen ein. Gestärkt haben wir uns im Bistro bei einer leckeren Currywurst mit Pommes. Es war ein toller Tag, so dass wir entspannt nach Hause fahren konnten. In den Herbstferien haben wir die Wasserwelt in Braunschweig ausgiebig zu viert getestet. Das moderne, großzügige Gebäude hat uns sehr gefallen. Die Anlage ist weitläufig, sehr sauber und die Umkleidemöglichkeiten groß mit geräumigen Schränken. Im Saunabereich findet man viele Ablagen für Sporttaschen und Handtücher. Eine große Auswahl an Liegen und Ruhemöglichkeiten luden drinnen sowie auch im Außenbereich zum Ausruhen ein. Es erwarten einen, eine große Vielzahl an Saunen 2x 90°, 85°, 60° und ein 45° Dampfbad. Ein chlorfreies Naturschwimmbecken im Außenbereich, aber auch der Whirlpool sind zu empfehlen. Stärken kann man sich im eigenen Bistro nur für Saunagäste mit einem reichhaltigen Angebot an Speisen und Getränken zu einem fairen Preis. Uns hat es geschmeckt. Es fanden viele verschiedene Aufgüsse statt, mit wohlduftenden Kompositionen. Das absolute Highlight war die Sauna mit Glasfront, mit Blick auf die abendliche Außenanlage. Das Servicepersonal war sehr freundlich. Wir hatten einen entspannten Kurzurlaub vom Alltag. Eine echte Alternative zu Seesen. Mal sehen, wo uns der Weg nächstes Jahr hinführt.

Eure Saunadamen



**Immer offen für
Ihre Wünsche:**

Qualität aus eigener
Fertigung

**ZANDER
& GERLACH**
BAUELEMENTE GMBH



- Fenster
- Haustüren
- Rollläden
- Insektenschutz
- Markisen
- Vordächer
- Wintergärten

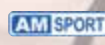
Viel Sonnenschein, Spaß und Erfolg für die kommende Saison
wünscht das Team der Zander & Gerlach GmbH!

Karlsbader Str. 2 · 31167 Bockenem · Tel. 05067/9919-0 · zanderundgerlach.de

SPORT-THIEME®.de/swimshop

Bei uns bekommen Sie topaktuelle
Trainings- und Wettkampfbekleidung,
sowie alles rund um das Thema Triathlon.

Besuchen Sie uns im Internet unter
www.sport-thieme.de/swimshop



SV Poseidon Ferienpass Aktion 2015

Am 19. August war es wieder soweit, auch der SV Poseidon beteiligte sich wieder an der Bockenemer Ferienpass Aktion. So waren es dann auch 16 Kinder, die am vergangenen Mittwoch mit einer Menge guter Laune bei den verschiedenen Disziplinen ihr Können unter Beweis stellen konnten. Schließlich lockten auch tolle Medaillen und Urkunden. Die Kinder mussten unter anderem vom 1-Meter-Brett springen, nach Ringen tauchen, einen Ball auf einem Brett über das Wasser balancieren, auf Zeit schwimmen und damit möglichst viele Punkte sammeln. Für die beiden Erstplatzierten gab es dann auch die begehrten Medaillen und für alle eine Urkunde. Eine süße Tüte durfte dann natürlich auch nicht fehlen!



Edeltraud Reimer, Karin Schaper, Meik Eberleh und Marlene Fahnmann organisierten gemeinsam diesen Nachmittag.

Stadtcafé & *Weinkontor*
Wegner

im Herzen von Bockenem

Restaurant, Weinproben,
selbstgebackener Kuchen

Marktstraße 1 | 31167 Bockenem | Telefon 70 49 763



BSH Nachwuchslehrgang 2015

Im Februar wurde ich vom Bezirksschwimmverband Hannover zum Nachwuchslehrgang nach Hannover eingeladen. Teilnehmen durften Mädchen und Jungen der Jahrgänge 2005 und 2006, die bei den letzten Wettkämpfen ganz gut geschwommen waren. Also haben mich Mama und Papa ganz früh zum Sportleistungszentrum nach Hannover gefahren. Treffen war um 8.30 Uhr. Zusammen mit den 29 anderen Kindern und 6 BSH-Trainern ging es dann gleich in die Schwimmhalle. Nach dem Einschwimmen und ein paar anderen Übungen trainierten wir das Delfin-Schwimmen. Im Anschluss ging es in die Turnhalle, wo wir Lauf- und Geschicklichkeitsspiele machten. Mittagessen gab es in der Jugendherberge. Von da aus ging es wieder in die Turnhalle. Zum besseren Kennenlernen haben wir wieder ein paar Spiele gespielt. Zurück im Wasser wurden die 3 anderen Schwimmarten (Brust, Freistil und Rücken) trainiert. Zum Schluss gab es noch einige Spiele am Beckenrand und wir mussten uns ausschwimmen. Als meine Eltern mich dann wieder abgeholt haben, war ich ganz schön kaputt. Aber es hat auch Spaß gemacht und gelernt habe ich auch etwas, aber ehrlich gesagt, macht mir Training bei Alrun oder Mama mehr Spaß (die sind nicht so streng).

Christian



Freie Entfaltung für ein schönes Zuhause.



Fensterdekorationen

Rollos & Jalousien

Plissee-Stores

Gardinen & Vorhänge

Polsterarbeiten

Bodenbeläge

Bilderrahmen

**RAUMAUSSTATTUNG
POLSTEREI**



Lange Str. 30 · 38723 Seesen · Tel.: (05381) 36 93
garbe-raumausstattung@t-online.de



Aquafitness und Schwimmkurse

Im Sommer ist das Stadtbad Bockenem meine zweite Heimat. Wie schon in den vergangenen Jahren war ich verantwortlich für diverse Kurse im Wasser.

Die inzwischen sehr beliebten Aquafitness Kurse im Flachwasser fanden wie in den Vorjahren wieder am Dienstag- und Donnerstagvormittag und am Montagabend statt. Nach flotter Musik bewegten sich regelmäßig ca. 10-12 Teilnehmer/innen im gut angeheizten Wasser (26-28 Grad C.) im Nichtschwimmerbecken nach meinen Anweisungen.

Ich wäre so manches Mal gern selbst mit im Wasser gewesen, verwöhnte uns der Sommer doch mit viel Sonne und warmen Temperaturen und ich musste dabei immer tüchtig am Beckenrand schwitzen.

Gelenkschonende Gymnastik im Wasser, geeignet für jede Altersklasse, mal mit, mal ohne Geräte machte den Teilnehmern im Wasser, aber auch mir am Beckenrand viel Spaß. Mit „Nudeln“, Aqua Discs, Schwimmbrettern, Stäben und Bällen wurde sich im Wasser bewegt. Aber auch die Geselligkeit kam nicht zu kurz. Ein gemeinsames Frühstück zum Saisonende gehört inzwischen auch zum festen Bestandteil dieser Kurse. Auch unser SV Poseidon Schwimmkurs wurde wieder gut angenommen. Wie in 2014 hatte ich auch in diesem Jahr wieder Unterstützung durch die gute Schwimmlehrerin Christa Simmen aus Hildesheim. 14 Kinder im Alter von 3-6 Jahren nahmen an diesem Schwimmkurs, der insgesamt 15 x stattfand, teil. Nach anfänglicher Wassergewöhnung und Spielen im Wasser ging es auch für einige Kinder schon bald mit „Schloris“ ins tiefere Wasser. Alle Kinder hatten viel Spaß beim Hüpfen mit und auf der „Nudel“, Tauchen nach Ringen und Sprünge ins Wasser. Einige schafften im Laufe des Kurses das Seepferdchen-Abzeichen. Die Angst vorm Wasser haben während des Kurs alle verloren.

Ich freue mich schon jetzt wieder auf einen hoffentlich schönen Sommer 2016.

Marlene Fahnmann





Draisinen-Fahrt in Thüringen und vieles mehr der Gruppe „Fit durchs Jahr“

Deutschland, unendlichen Weiten, wir schreiben das Jahr 2015-05-30, dies sind die Abenteuer der Fit durchs Jahr Gruppe, welche mit ihrer 28 Mann starken Gruppe seit Jahren unterwegs ist, um neue Welten zu erforschen und neue Zivilisationen. Viele Kilometer von Bockenem entfernt dringt die Gruppe in Gegenden vor, von denen nie ein Mensch zuvor etwas gehört hat. Und dies ist ein Erlebnis davon:

Da es ein Tagesausflug werden sollte, starteten wir am Samstag, 30. Mai 2015, um 07:15 Uhr Treffen auf dem LIDL-Parkplatz, so dass wir aller spätestens um 07:30 Uhr los fahren können. Apropos losfahren... ja wohin denn???.. unser Ziel ließ sich nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen. Wir teilten uns auf mehrere Pkw auf, bekamen eine Autokarte in die Hand gedrückt mit den Worten: Treffpunkt spätestens 09:00 Uhr in Lengenfeld /Thüringen.

Dort angekommen warteten mehrere FAHRRAD-DRAISINEN auf uns . Die Tour startete am Bahnhof Lengenfeld/Stein, wo wir erstmal vom Personal eingewiesen wurden, in Fahrtrichtung Bahnhof Küllstedt. Die Entfernung hin und zurück betrug ca. 26 km mit einer Fahrtzeit von max. 4 Stunden. Auf halber Strecke auf der Hintour gab es ein köstliches BUFFET. Nach gemeinsamer Stärkung haben wir nochmal ordentlich in die Pedale getreten (Höhenunterschied 124 m). Am Bahnhof Küllstedt angekommen ging es zum Wenden auf die Drehscheibe, damit wir wieder in Fahrtrichtung Lengenfeld standen. Die Rückfahrt entpuppte sich als entspanntes Dahingleiten ins Tal. In der Kanonenbahn-Gaststätte haben wir uns wieder aufgewärmt und eine kleine Stärkung zu uns genommen. Bis dahin hatten wir aber keinen Regen. Dieser setzte erst ein, als wir in Richtung Heimat aufgebrochen sind, mit einem Stopp im Bärenpark Worbis. Dort hatten wir wieder sehr viel Glück: kein Regen mehr und die Bären wurden gerade bei unserer Ankunft gefüttert. Nach Durchwanderung des Parks mit ihren Bären, Wölfen und Luchsen (sehr interessant) haben wir uns dann auf den Heimweg gemacht mit anschl. EINKEHRSCWUNG bei Carmen, wo wir unsere RESTE des Wahnsinns-Buffett vertilgt haben und unsere müden Glieder endlich ordentlich ausstrecken konnten. Vielen lieben Dank an A L L E, die diesen Tag unvergesslich gemacht haben.



Teilnehmerinnen: Verena, Karin, Birgit, Conny, Carmen, Marianne, Anke, Bianca, Jessica, Ina, Tina, Christine, Ulla, Melanie, Regina, Rosi, Martina, Inga, Ute, Petra

Alles unter einem Dach



51167 Bockern
Bönnier Straße 4

Tel. 05067698485

mail. Petraschmuckwelt
@Trenet.de

Piercingschmuck GRAVUREN

- BATTERIEWECHSEL UHRENREPARATUREN AN ALLEN
- MODELLEN WIE WAND, KAMIN, STANDUHREN
- AUCH AUCH MIT ABHOLSERVICE
- GRAVUREN IN SCHMUCK, UHREN, GESCHENKE
- ANFERTIGUNGEN IN GOLD, SILBER MIT
- FARBSTEINEN UND PERLEN

Service

rund um Schloss
u. Schlüssell

Schlüsseldienst
Sander

Notöffnungen

01733751177



Schwimmtechnik Erwachsene

Es wurde zeitweise sehr eng auf der Bahn. Dafür sorgte Marlene Fahnmann mit ihren abwechslungsreichen Trainingseinheiten. Genutzt wurde das Angebot dabei sowohl von Nicht- als auch von Vereinsmitgliedern. Unsere großen Erfolge bestehen nicht aus den ersten Plätzen auf Meisterschaften, sondern vielmehr in der Steigerung der Trainingsdistanzen und das "Durchhalten" ohne zusätzlichen Sauerstoff ;-)

Neben dem Sommertraining in Bockenem waren wir im Winter zusammen mit den Wasserballern im Hallenbad in Seesen zu finden.

Von Beginn an richtig schwimmen.

Starken Zulauf fand im vergangenen Jahr der Einsteigerkurs für das Kraulschwimmen. Wir freuen uns über zahlreiche Neuschwimmer aus allen Generationen.

Das wöchentliche Training

Kontinuierlich und durch Marlene motiviert, ziehen unsere Schwimmer ihre Bahnen. Neben dem Schwerpunkt der Kraltechnik werden wir selbstverständlich auch mit den geliebten Techniken wie z.B. Schmetterling gefordert.

Neben der Bahn

Abseits der Trainingstage in Bockenem und Seesen trifft sich die Schwimmgruppe regelmäßig zu gemütlichen Abenden auf ein Glas Wein oder zu einem leckeren Essen. Wir blicken auf ein erfolgreiches Jahr mit vielen schönen Abenden und einigen Muskelkatern zurück.

Dennis Bruns

Die Woll-TRUHE
Inh. Elke Hoppe
Telefon 0 50 67/22 50
Bockenem · Königstraße 20





EINHORN
APOTHEKE

Unser Ziel ist Ihre Gesundheit

&

NEUE
APOTHEKE



Unser Service für Sie

- ✓ **NEU:** Patientenindividuelle Verblisterung
- ✓ Anmessen von Kompressionsstrümpfen
- ✓ Blutdruckmessung & Blutzuckermessung
- ✓ Homöopathie & Schüssler-Salze
- ✓ Inkontinenzversorgung und -belieferung
- ✓ Kostenfreier Botendienst
- ✓ Verleih von Babywaagen
- ✓ Verleih von Medela-Muttermilchpumpen
- ✓ Versorgung mit Pflegehilfsmitteln

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Apotheken.

Unser Team berät Sie gern!

Ihr Apothekerehepaar Katrin & Benjamin Kraus

Einhorn-Apotheke Bockenem

Königstraße 15
31167 Bockenem
Telefon: 05067 / 697214
E-Mail: info@einhorn-apotheke-bockenem.com

www.einhorn-apotheke-bockenem.com

Neue Apotheke Bockenem

Königstraße 22
31167 Bockenem
Telefon: 05067 / 247818
E-Mail: info@neue-apotheke-bockenem.com

www.neue-apotheke-bockenem.com



Braunkohlwanderung

Anke Niepel und Karin Schaper und ich bildeten das Organisationsteam für die Braunkohlwanderung, die am 24.1.2015 stattfand.

Nach einer Auszeit von zwei Jahren waren wir der Meinung, dass es wieder an der Zeit wäre eine Braunkohlwanderung anzubieten. Wir waren uns einig, dass wir im Ambergau bleiben und auf das Anmieten eines Busses verzichten wollten. Die Planung der Route wurde mir übertragen. Um 10.30 Uhr starteten dann 40 Poseidon-Wanderer auf dem Parkplatz vor dem Hotel Kniep-Kolle. Dorthin sollte gegen 14.00 Uhr zurückgekehrt werden, um den eigentlichen Zweck des ganzen Unterfangens zu vollziehen, nämlich Braunkohl und Bregenwurst in unbegrenzter Menge zu verspeisen. Für die sog. „Nichtbraunkohlesser“ gab es Pommes/Würstchen und Schnitzel, in erster Linie handelte es dabei um die jüngeren Wanderer. Der Weg führte uns aus Bockenem heraus über die B243 ins Kleine Holz, dann am alten Hochbehälter vorbei. Der Dillsgraben wurde umrundet, dann gab es in der Schutzhütte eine Pause. Zum Glück spielte das Wetter mit, kalt und trocken optimal für eine Braunkohlwanderung. Danach führte der Weg weiter durch den Wald der Harplage, über einen Feldweg zum „Eierkamp“ und dann hinab nach Königsdahlum. In einer Scheune war von Anke ein Zwischenstopp organisiert. Kuchen und diverse warme und kalte Getränke wurden gereicht. Der letzte Teil der ca. neun Kilometer langen Wanderung führte in Königsdahlum an der renovierten alten Mühle vorbei über die Nette und dann auf dem Feldweg Richtung Königsturm. Allerdings bogen wir vor dem Königsturm links ab und wanderten durch den kleinen Wald, der inzwischen über der ehemaligen Müllkippe entstanden ist. Die B243 wurde erneut überquert und es ging durch die Feldmark schnurstracks zurück nach Bockenem. Das Teilnehmerfeld war inzwischen sehr „zerfleddert“, die letzten Wanderer waren einige hundert Meter zurückgeblieben. Zum Essen kamen sie noch rechtzeitig. Kurze Zeit später begann es zu schneien. Es hatte alle bestens geklappt.

Die nächste Braunkohlwanderung ist für den 20.2.2016 geplant.

Hans-H. Schrader

sehusa
wasserwelt

Gesund & Entspannt zu jeder Zeit

Sauna und Wellness
für erholsame Stunden

- Blockhaus-Sauna
- Bi-O-Bad-Sauna
- Dampfbad
- Finnische Sauna
- Maa®-Sauna
- Wintergarten

mit großem Saunagarten und Pool

sehusa wasserwelt
Engelader Str. 3 - 38723 Seesen
Telefon: 0 53 81 / 98 07 28 0
Internet: www.sehusa-wasserwelt.de





Bericht Wasserball

Es ist wieder gelungen eine Saison in der BOL Braunschweig zu absolvieren. Wir haben alle unsere Pflichtspiele durchgeführt, einige Spiele mussten verschoben werden, aber keines wurde komplett abgesagt. Bei sehr dünner Spielerdecke ist das nicht selbstverständlich. In der Vorsaison gab es für unser überaltertes Team einen Aufschwung durch Thomas Kreis vom Stolberger SV (liegt bei Aachen). Aufgrund seiner Weiterbildung in Clausthal Zellerfeld trainierte und spielte er bei uns mit und war von Beginn an der überragende Schlüsselspieler. In der abgelaufenen Saison nahm Thomas an zehn von elf Pflichtspielen teil. Deshalb konnte er im Juni zu seiner Verabschiedung wieder den Pokal für den besten Torschützen der Saison (19 Treffer) entgegennehmen. Unser bestes Saisonspiel absolvierten wir am 20.5.2015 im heimischen Bockenemer Freibad gegen ASC Göttingen (zu dem Zeitpunkt Tabellenzweiter). Unser Torwart Sascha Garbe war im verdienten Babyurlaub und stand nicht zur Verfügung. Da aber unser langjähriger Keeper Ulf Lindenberg gerade urlaubsbedingt in Bockenem weilte, wurde er umgehend rekrutiert und fand sich mit der roten Badekappe versehen auf der verwaisten Torwartposition wieder. An diesem Tag ein Glücksgriff. Ulf hielt viele gefährliche Bälle der Göttinger und gab unserer Abwehr durch seine Erfahrung Sicherheit. Obwohl das Spiel nach zwei Vierteln (Spielstand 4:7) schon gelaufen schien, kamen wir noch einmal zurück. Stefan Schrader gelang ein spektakuläres Rückhandtor kurz vor Schluss und sicherte damit das 8 : 8 Unentschieden, ein Sieg wäre fast noch möglich gewesen. Die Saison endete mit einem weiteren Heimspiel in Bockenem gegen den Dauersieger der BOL Braunschweig, dem Team von Eintracht Braunschweig II. Der Sensationsieg aus der Vorsaison konnte leider nicht wiederholt werden. Eine deutliche Niederlage war unvermeidbar, da die Eintracht wieder viele Überhangsspieler aus der ersten Mannschaft einsetzte. Die Saison 2015/16 startete im November 2015. Erstaunlicherweise ist unsere Liga um zwei auf nun acht Mannschaften angewachsen. WSV Wolfenbüttel spielt nicht mehr in der Oberliga Niedersachsen, sondern in unserer Klasse, ein für uns allerdings übermächtiger Gegner. Der SV Treue Schöningen hat sich nach drei Jahren zurückgemeldet. Grund für den Rückzug war seinerzeit der Umbau der Schwimmhalle in Schöningen, die nun wieder als Spiel- und Trainingsstätte zur Verfügung steht. Wir werden unser Bestes versuchen, um noch eine Weile mitspielen zu können. Ein hoher Anteil der Mannschaft hat bereits das 50. Lebensjahr überschritten. In den ersten Spielen der neuen Saison konnte mit dem 26-jährigen Roman Linde erstmals ein Neuzugang eingesetzt werden, der den Altersschnitt wirklich nach unten zieht und uns hoffentlich längerfristig erhalten bleibt. Folgende Poseidonon waren in der Saison 2014/15 beim SV Union Seesen 03 im Einsatz (in Klammern Einsätze/Tore): Ulf Lindenberg (2/0), Stefan Schrader (4/2), Hans-Heinrich Schrader (11/9), Holger Kleimann (9/5), Marc Wiesenmüller (1/0).



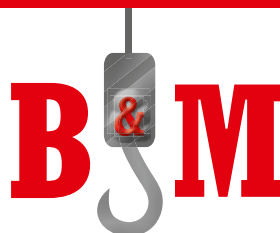
Eine Werkstatt - alle Marken.

24-Stunden-Notrufservice (0 50 67) 2 47 93 60

Inh. René Meyer
Schlangenweg 49
31167 Bockenem

Tel (05067) 24 76 60
Fax (05067) 24 93 32
www.rm-fahrzeugtechnik.de
mail@rm-fahrzeugtechnik.de

» Abschleppdienst
» Pannenhilfe
» Unfallbergung
» Ölsaubermachung
» Unfallstellensanierung
» Kranarbeiten
» PKW
» LKW
» Bus



Abschlepp-/Pannendienst GbR

**Inhaber Jens Brückner
und René Meyer**

Schlangenweg 49
31167 Bockenem
Telefon 05067 - 2479360

Fax 05067 - 249332
Mobil 0160 - 99886671
0177 - 2649640



Fit durch's Jahr on Tour nach Bremen

Bei gutem Wetter und bester Laune trafen sich am 25.09.2015 um 08:45Uhr 16 Frauen auf dem Netto Parkplatz in Bockenheim, um zu einem Wochenende in Bremen zu starten. Im Autokonvoi ging es zunächst zum Bahnhof nach Derneburg, wo wir in den Zug gen Norden stiegen. Die Bahnfahrt verlief erst ganz gut, aber plötzlich kam es zu Turbulenzen, denn Streckenarbeiten und ein Triebwerkschaden zwangen den Zug zum Stillstand. Die Deutsche Bahn machte ihrem Ruf alle Ehre. Mit fast einer Stunde Verspätung kamen wir trotzdem gut gelaunt in Bremen an. Kurze Orientierung, dann ging es zum Hotel „Five Seasons“, welches 400m vom Bahnhof entfernt lag. Kurz nebenbei: Das Hotel nahm bereits an der Fernsehsendung „Mein himmlisches Hotel“ bei VOX teil und gewann den Wettbewerb! Im Hotel angekommen, musste erst einmal eine kleine Stärkung in Form von Sekt und Süßem eingenommen werden. Dann war es auch bald Zeit für unseren 1. Programmpunkt an diesem Tag, die Kaffeerösterei Münchhausen. Eine kleine Privatrösterei, in der wir eine wirklich tolle Führung erleben durften. Alle gaben sich sehr viel Mühe und wir haben viel über die Kaffeeherstellung und Röstung erfahren. Entlang der Weser ging es dann zurück Richtung Hotel, wo wir dann unsere Zimmer bezogen. Mit den gleichen Bahnturbulenzen wie zuvor schon der Großteil der Gruppe, kamen dann auch unsere fünf Nachzügler hinzu. Sie hatten mit unserem Geburtstagskind Conny bereits angestoßen. Als die fünf dann im Hotel ankamen hat Ina Conny noch mit einem Geburtstagskuchen überrascht. Schöne Idee!!! Der 2. Programmpunkt stand nun an. Mit der Straßenbahn versuchten wir das hiesige GOP zu erreichen und da dieses ein wenig missglückte, wir aber alle gut zu Fuß sind, war auch das kein Problem. Durch den Fußmarsch hatten wir nun alle Hunger und glücklicherweise erwartete uns ein tolles mongolisches Buffet. Aber bevor wir zum Essen gingen, haben wir noch das exklusive Ambiente für ein schönes Gruppenfoto genutzt. Dann war es endlich soweit und die Show „Die Spaßmacher“ startete. Dieses ist eine absolut gelungene Kombination aus Artistik und Comedy. Wir genossen den lustigen Abend bei leckeren Cocktails. Im Anschluss daran ging es nach dem ersten schönen Tag zur Nachtruhe ins Hotel.

Am Samstagmorgen starteten wir nach einem reichhaltigen Frühstück mit ein wenig Platzmangel zu unserem nächsten Programmpunkt ins Geschichtenhaus. Dahingehend waren unsere Erwartungen anfänglich etwas zurückhaltend, doch wir waren alle absolut positiv überrascht, wie lustig und spannend man die Geschichte

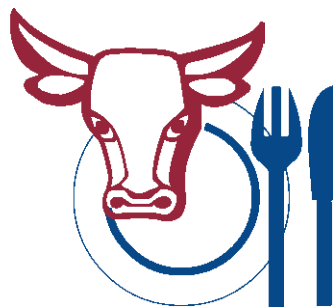


von Bremen erzählen kann. Wir glauben, man kann es so nennen: Wir haben das Geschichtenhaus „gerockt“. Nach so viel Kultur und Geschichte haben wir alle eine Pause gebraucht. Den Nachmittag hatten wir zur freien Verfügung und in kleinen Grüppchen konnte jeder diese Zeit individuell nutzen. Am Abend haben wir uns zum gemeinsamen Essen im Steakhaus „Maredo“ wiedergetroffen. Ordentlich gestärkt haben wir unseren Nachtrundgang in Angriff genommen. Hierzu haben wir bei den Bremer Stadtmusikanten unseren Nachtwächter getroffen, der uns einige Anekdoten von früher erzählte. Den Abend ließen wir im „Alex“ bei süffigen Getränken ausklingen. Auch dieser Tag war sehr schön.

Das Frühstück am Sonntag gestaltete sich ein wenig chaotisch. Ein Stromausfall legte den Kaffeevollautomaten lahm und nix ging mehr. Die Angestellten waren mit dieser Situation total überfordert und holten letztendlich den Kaffee von „McDonalds“. Wir brachen am Vormittag zu unserem letzten Programmpunkt auf. Eine Hafenrundfahrt auf der Weser stand auf der Tagesordnung und glücklicherweise hatten wir hierbei schönsten strahlenden Sonnenschein. Nochmal Zeit die Seele baumeln zu lassen und über das vergangene Wochenende nachzudenken. Nach einem leckeren Eis, welches uns Martina spendierte (dafür nochmal herzlichen Dank!!!), ging es langsam Richtung Hotel. Die Koffer waren schnell abgeholt und wir traten unsere Heimreise an. Auf dem Weg zum Bahnhof sahen wir einen alten hilflosen Mann auf einer stark befahrenen Straße. Ute zögerte nicht lange, eilte sofort zu dem Mann und holte ihn von der Straße. Eine absolut beispiellose Tat der Nächstenliebe. Respekt Ute!!!

**Fleischerei
Partyservice**

Lars Bode



Stobenstraße 18 · 31167 Bockenem · Telefon: 050 67 / 69 69 5 · Fax: 050 67 / 24 92 05



Dann ging es aber schnell weiter zum Bahnhof und ab in den Zug. Bis Hannover verlief unsere Rückfahrt ruhig. Ein paar Reste wurden noch verzehrt. In Hannover mussten wir eigentlich in die Regionalbahn umsteigen. Der Zug aber fiel ersatzlos aus und Schienenersatzverkehr war angesagt. Plötzlich Panik im Bahnhof. Wo ist Bianca? Gott sei Dank gibt es Handys, so dass sie schnell gefunden war. Wir alle mussten nun in einen Bus, doch dieses gestaltete sich etwas umständlich. Erst sollten alle hinein, dann wurde doch sortiert und einige wieder rausgeschickt. Oh Gott, hoffentlich sind nach diesem Chaos noch alle Koffer da! Dann ging es endlich los, doch auch die Fahrt gestaltete sich nervenaufreibend und diskussionsfreudig. Wir brauchten dringend ein stilles Örtchen, aber der Busfahrer verweigerte uns die Nutzung. Dann kam die nächste gute Tat, dieses Mal von Inga. Eine ordentliche Ansage an den Busfahrer ließ ihn endlich handeln, auch wenn sich ein Angestellter der Kirche, der mit uns reiste, noch zu unserem Nachteil einmischen wollte, was uns den Rest gab. Aber auch dieses Problem wurde verbal gemeinsam von uns gelöst. Letztendlich kamen wir erschöpft, aber dennoch glücklich wieder in Derneburg am Bahnhof an.



Es war wieder mal ein superschönes Wochenende und wir freuen uns jetzt schon auf die nächste Fit durch's Jahr Tour.

Bianca, Petra und Marianne

A photograph of two women at a running event. The woman on the left is smiling, wearing a blue and yellow athletic shirt with a white bib number 64, glasses, and a blue headband. The woman on the right is wearing a pink and black athletic shirt with a white bib number 45. They are surrounded by other people in the background.

**„Das große Ziel
immer im Auge
behalten.“**

**Jetzt
beraten
lassen!**

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Nur wer seine Ziele im Auge behält, kann sie auch verwirklichen. Gut, wenn man sich auf diesem Weg auf einen Starken Partner verlassen kann:

Mit unserer genossenschaftlichen Beratung helfen wir Ihnen, Ihren ganz persönlichen Antrieb zu verwirklichen und Ihre Ziele zu erreichen.

Lassen Sie sich beraten - vor Ort in einer Filiale in Ihrer Nähe oder online unter www.myvoba.com



Volksbank eG in Bockenem

...mehr Werte für Menschen





Kampfrichter dringend gesucht

Diesem Aufruf sind wir gefolgt. Eines nehmen wir gleich mal vorweg, wenn man sich mit dem Schwimmsport noch nicht so richtig auskennt und sich dann für den Lehrgang zum Kampfrichter entscheidet, mussten wir doch sehr schlucken als diese Flut an Wissen über uns hereinbrach. Klar hatten wir uns im Vorfeld schon mit der Thematik auseinandergesetzt und die Wettkampfbestimmungen und uns die Schwimmstile angeschaut, aber es war doch sehr viel für einen freien Samstag.

Am 31.10.2015 war es dann soweit. Es gab kein Zurück mehr. Unsere drei Ausbilder, Schiedsrichter und Vorstandsmitglieder vom Bezirksschwimmverband Braunschweig mit Erfahrungen auf nationaler und internationaler Ebene, stellten sich vor.

Der Unterricht bestand aus drei Teilen.

Teil 1: Schwimmarten und Techniken

Teil 2: Kampfrichter und ihre Aufgaben

Teil 3: Prüfung

Mit viel Spaß und einigen Anekdoten vergingen die ersten Stunden wie im Fluge. Dabei waren wir so vertieft in die Schwimmstile, dass wir unterbrechen mussten, um unser Mittagessen zu uns zunehmen.

Nach dem Essen ging es mit dem zweiten Teil weiter. Der war schon trockener und ging uns nicht mehr so einfach von der Hand. Um 15:00 Uhr war der Kopf voll und man merkte, nun ist Ende, jetzt geht nichts mehr. Die eine oder andere Frischluftpause kam uns doch sehr gelegen, um für einen kleinen Moment den Kopf wieder frei zu bekommen.

Dann war es soweit: Endlich Prüfung, obwohl sie aus allen Bereichen Fragen beinhaltete, war sie doch sehr vom Rückenschwimmen geprägt. Auch wenn ich, Meik, mit dem Ergebnis nicht ganz zufrieden war, kann ich mich doch mit dem Gedanken zufrieden geben, die Prüfung bestanden zu haben. Wir freuen uns auf die nächsten Schwimmfeste als „Kari“ am Beckenrand.

Die ersten Einsätze haben wir erfolgreich gemeistert. Abschließend können wir sagen, dass doch mehr hängen geblieben ist, als wir dachten.

Meik und Melanie Eberleh



BIO-und finnische Sauna

Über 100 KURSE im Monat

Solarium

EUROFITNESS

 **EUROFITNESS**

www.eurofitness-bockenem.de | Danziger Str. 7 | Inh. Maria Wiennecke
Telefon 0 50 67 - 27 58

FLEXI-BAR™ **TAE BO™**   

SALON
H&R

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten:
Di.-Do.: 9 - 18 Uhr
Fr.: 9 - 19 Uhr
Sa.: 9 - 14 Uhr

Lange Burgstr. 3
31167 Bockenem
Tel.: 0 50 67
24 75 69

© trend DESIGN



Heiße Tage im Juli

Bei Temperaturen über 30 Grad trafen sich in der Landessportschule Hannover, Freiwillige aus verschiedenen Vereinen zum 2- tägigen Kampfrichterlehrgang. Für mich als Halbschwimmer bedeutete das, mir in kurzer Zeit theoretisch umfangreiches Wissen über Schwimmstile, Wettkämpfe und das Kampfrichterwesen anzueignen. Es ist dabei nicht ganz einfach, sich auf dem Papier beschriebene Schwimmbewegungen praktisch vorzustellen. Auch fiel die Konzentration bei der Hitze recht schwer. Schlussendlich bestand ich die Prüfung ohne Komplikationen und freue mich, für unseren Verein und unsere Kinder als Kari da zu sein.

Michael

Alle voll im Einsatz

Ich finde es toll, dass so viele Leute im Verein helfen. Zwar wäre es auch schön, mal ohne meine Oldies die Freizeit zu genießen....aber eigentlich ist es einfach nur spitze! Alle fühlen sich wohl und ich habe immer echt Spaß beim Training, den Wettkämpfen und natürlich den Partys!

Constantin



Autohaus LIER
BOCKENEM



Tel. 05067/9112 - 0

Wir bewegen den Ambergau · www.autohaus-lier.de

**Straßendienst
im Auftrag des
ADAC**
Tel. 01 80 - 2 22 22 22

Es gibt gute Gründe
• Neuwagen
• Gebrauchtwagen
• Reparaturen + Service
• Hol- und Bringdienst
• Panne? Unfall?
24-Stunden-Notdienst
Tel. 0 50 67 / 91 12 - 0

Alle
Automobilclubs
Schutzbrieferversicherer
Pkw und Lkw bis 3,5l
Keine Vorkasse
Direktabrechnung möglich

Hachumer Straße 12 · 31167 Bockenem

Telefon 0 50 67 - 91 12 - 0

www.autohaus-lier.de · verkauf@autohaus-lier.de

Wasser satt!

Über 200 Aktive trotzten dem Regen beim 3. Kurzbahnschwimmfest des SV Poseidon Bockenem. Die Voraussetzungen konnten nicht besser sein: der Schwimmverein SV Poseidon lud am 19. Juli 2015 zum optimal vorbereiteten dritten Schwimmfest in das Stadtbad Bockenem ein. Ein nicht zu verachtender Vorlauf mit Organisationen vom Vorstand und ehrenamtlichen Helfern versprach ein hervorragendes Schwimmfest. Allerdings hatte Petrus für diesen Sonntag die Schleusen schon früh morgens weit geöffnet. So reisten die gemeldeten Vereine mit Regenschirm und Gummistiefeln an, ohne aber den Spaß und die Lust auf den bevorstehenden Wettkampf zu vergessen. So konnte um 10:00 Uhr der erste Startpfeiff für die allerjüngsten Aktiven erfolgen. Eine große Anerkennung, denn Wasser gab es von überall. Hier konnten Jona Mosig



(Jg 2008) 25m Freistil Mix 00:33,39 den ersten Platz und Jonas Eberleh (Jg 2008) den zweiten Platz mit 00:35,09 belegen. Im weiteren Verlauf gab es für den SV Poseidon bei insgesamt 68 Einzelstarts ganze 43 persönliche

Bestzeiten. Darunter in verschiedenen Disziplinen 6 mal den 1. Platz : Christian Friedhoff, Domenick Schiebler, Nils Rohmann, Claas Wiesenmüller, Jona Mosig, Marc Wiesenmüller. 6 mal Platz 2: Jonas Eberleh, Hannah Eisebitt, Johanna Friedhoff, Alina Waldow, Emely Nagaitchik, Nils Rohmann und drei mal Platz 3: Lena Kölle, Marius Zajons und Constantin Müller. Im Vereinsheim wurde auch in diesem Jahr ein großartiges Angebot an Steak, Bratwurst, Salaten, frischen Waffeln, tollen Kuchen, Kaffee und Kaltgetränken angeboten. Einer Wiederholung im nächsten Jahr steht, trotz des Wassers von oben und von unten, nichts im Wege. Schon jetzt sind wieder alle hochmotiviert und freuen sich auf die Beteiligung der vielen befreundeten Schwimmvereine. Gegen Ende der Veranstaltung ließ sich sogar die Sonne wieder blicken. Das lässt für das kommende Jahr doch hoffen!

cmb

Edle Produkte

vom Duroc-Schwein aus artgerechter Haltung
ohne Gentechnik gefüttert
Leckere Wurst und Schinkenprodukte
Alles ohne Geschmacksverstärker
Fleisch bitte vorbestellen

www.ambergauer-duroc.de



**Freitags von 9.00 - 18.00 Uhr
öffnet der Hofladen**

**Ambergauer Duroc Hof Greve
Alte Str. 11 · 31167 Bockenem-Mahlum**

Schwimmfest in Bockenem

Beim Schwimmfest in Bockenem durfte ich das erste Mal an den Start. Ich war etwas aufgeregt und dann regnete es in Strömen, als ich morgens aufwachte. Der Wettkampf fand aber trotzdem statt. So wurden alle von oben und unten nass. Aber es machte viel Spaß.

Marike

Mein erstes Schwimmfest hat an einem verregneten Sonntag stattgefunden. Das es regnete war nicht so schlimm, denn wir saßen unterdacht. Da zwischen unseren Starts oft viel Zeit verging, gingen wir hoch ins Vereinsheim Billiard zu spielen oder etwas zu essen. Der Tag endete schließlich damit, dass wir uns alle noch einmal im Vereinsheim getroffen haben.

Nils

Mein erstes Schwimmfest war am 19.07.15 in Bockenem. Ich war sehr aufgeregt. Als ich auf dem Startblock stand, hab' ich ziemlich gezittert. Aber es ist alles gut gegangen. Ich hatte einen tollen Tag.

Sara



Schwimmtraining bei Alrun

Wir trainieren immer in zwei Gruppen, wir „Kleinen“ werden von Alrun „gecoacht“. Erst schwimmen wir uns 8 Bahnen ein. Danach bekommen wir Übungen, die wir im Brust-, Rücken-, oder Kraulschwimmen erledigen sollen. Einige Übungen schwimmen wir auch mit Flossen, Brettern oder Schwimmnudeln. Zum Schluss dürfen wir dann noch vom Einer oder vom 3 Meter-Turm springen. Auch das Rutschen macht nach dem Training riesigen Spaß!

Eure

Hannah

Zu Beginn schwimmen wir uns 10 Bahnen ein. Dann geht das eigentliche Training los: Brust, Kraul, Freistil, Rücken und Delphin wechseln sich ab. Zur Auflockerung und Entspannung „reiten oder fahren wir Rad“ auf der Poolnudel. Unsere Schwimfflossen erleichtern uns das Schwimmen. Oft üben wir die Rollwende und den Startsprung. In den Sommerferien haben einige von uns ihre Schwimtabzeichen gemacht. Nach dem Training dürfen wir öfter ins Nichtschwimmerbecken zum Muskelentspannen gehen.

Johanna, 9 Jahre

Anschwimmen

Am 08. Mai war unser Anschwimmen. Es war kalt! Wir sind alle auf einmal ins Wasser gesprungen, durch das Schwimmbecken geschwommen und danach direkt zur Rutsche gelaufen...Es war ein schöner Abend.

Jona





Fasching

Nach dem Trockentraining sind wir immer ganz schön aus der Puste. Am Mittwoch vor Fasching war das anders. Unser „Faschingstraining“ war lustig und kaum einer war hinterher aus der Puste. Wir hatten viel Spaß. Die gute Laune stand im Vordergrund. Lustige Spiele und einige Leckereien haben die Stunde wie im Flug vergehen lassen. Es waren Fußballer, Rocker, Hexen und andere Gestalten mit von der Partie.

Jonas, 7 Jahre

Trockentraining bei Inga und Alrun

Im Winter haben wir Mittwochabend Trockentraining. Am Anfang spielen wir immer Zombie-Ball, dann machen wir manchmal Zirkeltraining, spielen Laufspiele, machen Dehnübungen oder würfeln die Übungen aus. Es ist oft auch anstrengend, aber es macht auch Spaß.

Bernadette





Training bei Inga

Das Training bei Inga macht uns allen viel Spaß ! Wir beginnen immer mit dem Einschwimmen und bekommen oft einen Trainingsplan, in dem sich Inga immer etwas Neues für uns ausdenkt. Inga fordert uns immer wieder aufs Neue, deswegen haben wir auch schon so manche Bestzeiten erreicht. Wenn es uns dann doch mal zu anstrengen ist, schummeln wir auch mal :) **Lena und**

Milena

Das Training bei Inga ist zwar immer sehr anstrengend, macht aber trotzdem Spaß und ist immer abwechslungsreich. Was ich schade finde ist, dass wir in der Sommersaison nicht immer von einem richtigen Trainer trainiert werden. Am meisten freue ich mich auf das häufige Wasserball spielen am Ende des Trainings. Wenn es dann wieder zum Training in die Halle geht, freue ich mich auf den Mittwochabend, da ich mich dort immer auspauern kann und ganz schön ins Schwitzen komme. Beim Training in der Sporthalle finde ich Zirkeltraining und die kleinen Spiele am Ende am Besten. Alles in allem finde ich gut, dass wir uns untereinander so gut verstehen. Ich wünsche mir für das nächste Jahr, dass ich Schmetterling lerne.

Liebe Grüße und eine schöne Weihnachtszeit wünscht euch

Eure Emely

Abschwimmen ...ist zwar immer schade, weil dann ja die Freibadsaison vorbei ist, aber es macht immer riesen Spaß. Erst springen wir gemeinsam ins Wasser und schwimmen eine Bahn. Danach können wir spielen und rutschen. Nach einiger Zeit rufen uns unsere Trainer und wir müssen raus, denn dann gibt es die Stärkung im Vereinsheim.

Alina





Weihnachtsfeier 2014

Kurz vor Weihnachten haben wir uns freitags zur Weihnachtsfeier im DLRG Vereinsheim getroffen. Nachdem wir uns mit Hot dogs gestärkt hatten, bastelten wir. Aus einfachen Blechdosen haben wir lustige Elche gezaubert. Um den Elchbauch (Dose) zu füllen haben wir danach Kekse gebacken. Anschließend fand ein spannendes Schrottwichteln statt. Zum Abschluss wurde dann noch der Schwimmer des Jahres 2014 geehrt.

Von Merle

Die Weihnachtsfeier fand ich sehr schön! Am Anfang haben wir beim Schrottwichteln viel Spaß gehabt. Ich habe eine schicke Tasse vom Film Toy Story ergattert. Danach hatten wir die Möglichkeit aus einer Konservendose einen Elch, oder Weihnachtsmann zu basteln, was uns allen gut gelungen ist, wie ich finde. Kekse backen war eine weitere nette Aktion. Das Backen war sehr spaßig, wir hatten Zuckerguss und sehr viele Streusel. Die Kekse schmeckten außerdem sehr lecker. Beim Basteln habe ich mich für die Elchdose entschieden. Sie sah sehr lustig aus. Zum Schluss konnten wir die Kekse in unsere selbst gebastelte Dose hinein packen und mit nach Hause nehmen. Ho ho ho.... und hoffentlich wieder viel Spaß bei unserer nächsten Weihnachtsfeier

Euer Marius

Kreismeisterschaften 2015

Die Kreismeisterschaften fanden in diesem Jahr am 01.03.2015 im Hallenbad von Drispensstedt statt. 6 Vereine aus dem Landkreis Hildesheim haben daran teilgenommen. Der Poseidon war mit 13 Schwimmerinnen und Schwimmern dabei. Während des Wettkampfes sind wir 38 mal an den Start gegangen. Ich habe in meinem Jahrgang den 2. Platz in Freistil und den 3. Platz in Brust belegt. Mein Bruder Christian ist sogar Kreismeister in der Kombiwertung Brust und der Kombiwertung Kraul geworden. Claas wurde Kreismeister über 50 m Brust. Insgesamt standen wir 9 mal auf dem Treppchen (drei 1., drei 2. und drei 3. Plätze). Gar nicht so schlecht für so einen kleinen Verein wie den SV Poseidon Bockenem, oder?

Johanna



Bericht aus der Beachvolleyballabteilung

Wie im Vorjahr sollte in Verbindung mit der langen Nacht am 11.07. ein Beachvolleyballturnier stattfinden, an dem wir uns mit einem Team beteiligen wollten. Da der Organisator dann seine Pläne änderte, ergab sich die Überlegung, selbst ein Turnier auf die Beine stellen. Unser Vorstand stand dahinter und mit dem Stadtbadförderverein wurde abgesprochen, dass ein Beachvolleyballturnier im Zeitraum zwischen 13 und 20 h stattfinden solle. Nun galt es eine Ausschreibung zu erstellen, diese zu veröffentlichen und auf zahlreiche Anmeldungen zu hoffen.

Große Erfahrung hatte ich nicht, aber viel verkehrt machen kann man eigentlich auch nicht. Es wurde ein Plakat erstellt; eine Veröffentlichung im Internet vorgenommen und per Mundpropaganda verbreitet, dass es sich um ein Turnier für Freizeitteams handele mit jeweils mindestens vier Spielern. Den Spielmodus machte ich abhängig von der Anzahl der Meldungen. Zunächst lief die Zahl der Meldungen etwas schleppend, aber am 11.07.2015 konnten dann doch sieben teilnehmende Mannschaften begrüßt werden. Spielmodus war dann jeden gegen jeden mit zwei Gewinnsätzen, Preise wurden dankenswerter Weise von der Volksbank gesponsert (drei Pokale, Bälle für alle Teilnehmer). Das Wetter war hervorragend, allen Teilnehmern hat das Turnier sehr viel Spaß gemacht. Der Zufall wollte es, dass ausgerechnet im letzten Spiel des Tages die beiden bis dahin ungeschlagenen Teams Poseidon und Lutter auf einander trafen. Also ein echtes Endspiel. Das kann man beim Spielmodus „Jeder gegen Jeden“ nicht planen, erst recht nicht wenn die Spielstärke der Mannschaften vorher nicht bekannt ist.

Poseidon hoffte nach sechs Siegen in Folge auf den Turniersieg, aber die Jungs vom Team Lutter aus Lutter am Barenberge ließen das leider nicht zu. Sie zeigten uns die Grenzen auf und so gab es nur Platz zwei. Aber auch ein toller Erfolg. Marlene Fahnemann oblag es dann die Siegerehrung vorzunehmen.

Hans H. Schrader



Endergebnis:

		Satzpunkte	Sätze	Punkte
1.	Lutter	253 - 152	12 - 0	6 - 0
2.	Poseidon	269 - 212	10 - 4	5 - 1
3.	Ambergauer Jungs	266 - 220	9 - 5	4 - 2
4.	Zocker	226 - 213	6 - 6	3 - 3
5.	Volley-Bulldogs	202 - 244	5 - 8	2 - 4
6.	Voli Pantai	202 - 272	3 - 11	1 - 5
7.	Wasserballer	159 - 264	1 - 12	0 - 6



Für Poseidon spielten Claas Wiesenmüller, Marc Wiesenmüller, Tim Schrader, Hans-H. Schrader, Julian Grube und Frauke Wiesenmüller.



LACKIERARBEITEN

KAROSSERIE - VEREDELUNGEN

UNFALLINSTANDSETZUNGEN

MARIUSZ SUSKI

**SCHLANGENWEG 49
31167 BOCKENEM**

**TEL.: (05067) 24 79 750
MOBIL.: (0170) 70 70 380**

ENERGETIX – BINGEN –

**Exklusiver Schmuck kombiniert
mit der Kraft der Magnete**

Andrea Müller

selbst. ENERGETIX-Partner



Wir bieten:

- Exzellente Verdienstchancen
- Magnetschmuck & Wellnessprodukte
- Ausbildung und Unterstützung
- Spaß bei der Arbeit

**Für Ihre Bestellung,
Infos zur Schmuckparty oder
zur Karriere bei ENERGETIX
Rufen Sie mich an!**

**Telefon (0 50 67) 22 54 oder (01 60) 97 95 27 96
Rodentau 38 · 31167 Bockenem · www.a-mueller.energetix.tv**



In unserem **Wasserspiegel 2015** befinden sich wieder viele interessante Firmen, durch die diese Vereinszeitung überhaupt erst ermöglicht wurde. Wir bedanken uns nochmals von Herzen bei diesen Firmen und möchten unsere Leser besonders auf die Inserenten hinweisen.

Mit sportlichen Grüßen im Namen des Vorstandes und der Redaktion
Ihre
Carmen Müller-Brieske

Inserentenverzeichnis

Blumen Seik	Seite 3	Ulrich Bork Raumausstattung	Seite 30
Autohaus Hansel	Seite 4	Ambergau-Apotheke	Seite 32
Kissen & Co	Seite 5	Bowe-Optik	Seite 32
Komm zu Robby	Seite 6	Wiebold Kosmetik	Seite 34
Claus Gerlach Bauelemente	Seite 8	Zander und Gerlach	Seite 37
Hotel & Restaurant Kniep	Seite 8	Sport-Thieme Swimshop	Seite 37
Brandes Gartentechnik	Seite 11	Weinkontor Wegner	Seite 38
Gärtnerei Spörri	Seite 13	Garbe Raumausstattung	Seite 40
Optiker Uthoff	Seite 13	Petra's Schmuckwelt	Seite 43
Pokal-Shop Gronau	Seite 14	Die Woll Truhe Elke Hoppe	Seite 44
Jenny Freise Kosmetik-Studio	Seite 15	Einhorn Apotheke und Neue Apotheke	Seite 46
FABOTA/Malermeister Stryczek	Seite 16	sehusa wasserwelt	Seite 48
EP Fütterer	Seite 18	Rene Meyer Kfz-Werkstatt	Seite 50
LVM-Versicherung	Seite 19	Fleischerei Bode	Seite 52
Änderungsschneiderei E. Paszkiewicz	Seite 20	Volksbank eG Bockenem	Seite 54
Tierfreund Bockenem	Seite 20	Euro-Fitness	Seite 56
büma-service	Seite 22	Friseur H&R	Seite 56
Jens Niepel Pflastersysteme	Seite 23	Autohaus Lier	Seite 57
Sparkasse Hildesheim	Seite 24	Greve-Duroc	Seite 59
Lotto-Toto Karin Meyer	Seite 28	Autofix M. Suski	Seite 66
Rolf Meyer Elektrotechnik	Seite 28	energetix-Schmuck A. Müller	Seite 66
Holger Kleimann Steuerberater	Seite 30	Druckerei Lühmann	Seite 67
Sanitär Ehrhardt	Seite 30	Autohaus Dobbratz GmbH	Cover

Individuell gestaltete Produkte

nach Ihren Wünschen entworfen und gedruckt





Druckerei Lühmann
 Marktstraße 2-3
 31167 Bockenem
 Tel.: 0 50 67/ 63 63
druck@luehmann.com



Wer schwimmen kann, ist im Vorteil. Meistens.

Es sei denn, man badet im Toten Meer, das mit einem Salzgehalt von ca. 28% auch Nichtschwimmer trägt. Da wir aber meistens in etwas weniger würzigem Wasser baden, sollten wir schon schwimmen können, um nicht unterzugehen.



Der SV Poseidon sorgt für Mobilität im Wasser und wir an Land...

... z.B. mit Werksdienstwagen:

- ✓ Erheblich günstiger als ein Neuer!
- ✓ Maximal 12 Monate alt!
- ✓ Top gepflegt, wenig Kilometer!
- ✓ Volle Werksgarantie (verlängerbar)!
- ✓ Umfangreiche Ausstattung!
- ✓ Finanzierung möglich!
- ✓ Mehrwertsteuer ausweisbar!
- ✓ Wir suchen Ihren Wunschwagen!

Die clevere Alternative!



Paul Dobbratz GmbH · www.dobbratz.de
31195 Lamspringe · Gandersheimer Str. 26 · Tel. 0 51 83 / 10 01