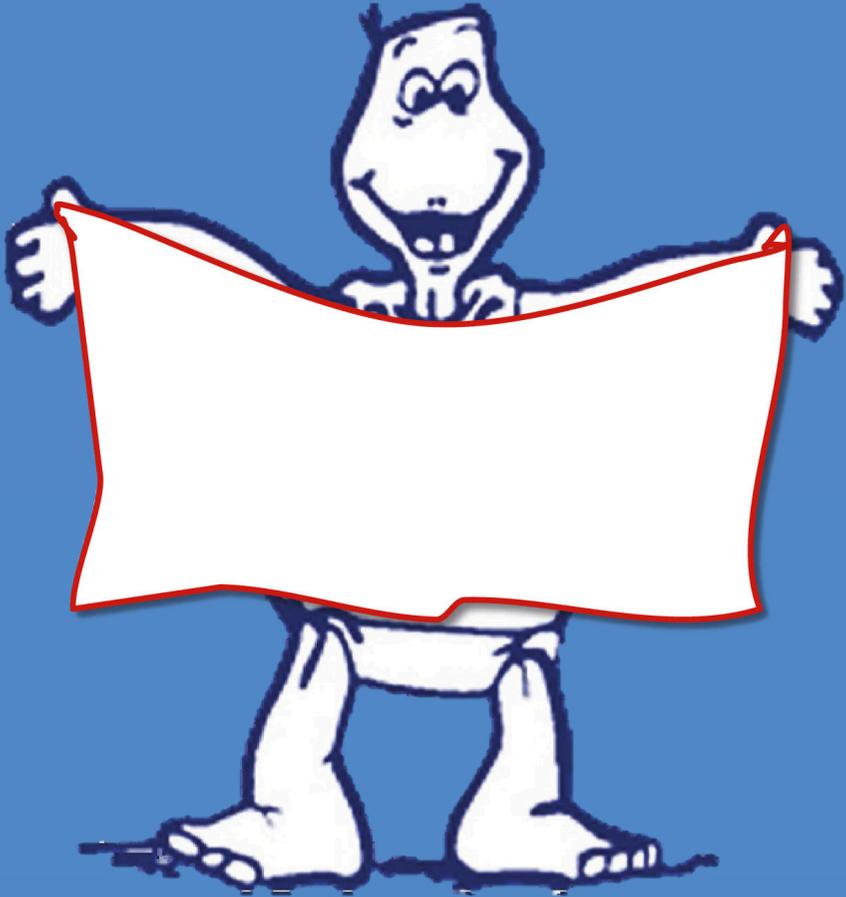
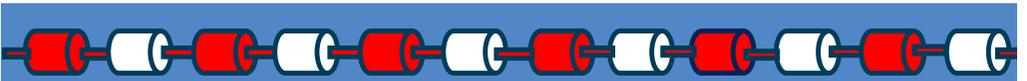




Wasserspiegel 2018







Schwimmverein

Poseidon Bockenem e.V.

Vereinszeitung 2018

Was für ein tolles Jahr! Die Schwimmsaison 2018 neigt sich nun schon wieder dem Ende zu und unser Verein kann auf ein wirklich abwechslungsreiches Jahr zurückblicken. Wunderbare Erlebnisse, auch das ein oder andere Mal außerhalb unseres so geliebten Nass, haben wir sammeln können.

Freuen Sie sich auf unsere Berichte, Fotos und Anekdoten rund um unseren Verein!

Die Finanzierung unserer Zeitung wurde wieder durch engagierte Firmen und ihre Anzeigen ermöglicht. Dafür bedanken wir uns von Herzen, sowie bei den beiden Journalisten Michael Vollmer und Daniel Hinz für ihre Unterstützung bei der Berichterstattung.

Tauchen Sie ein in unsere Welt und haben Sie auch diesmal viel Freude bei unserem Wasserspiegel 2018!

Der Vorstand des

SV Poseidon Bockenem

AUTOHAUS Hansel

Am Bahnhof 1 . 31167 Bockenem . Telefon 0 50 67 - 28 60

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

Für alle Modelle



Liebe Schwimmfreunde,

in guter Tradition möchte der Vorstand des SV Poseidon Bockenem durch das Vereinsheft zu der nächsten Mitgliederversammlung mit der Bitte um rege Teilnahme

am **Freitag, den 23. März 2019** 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 20 * Bockenem * Tel. 9179649

* Öffnungszeiten:

*Montag - Samstag 9.00 - 12.30 Uhr und
Mo., Di., Do., Fr., 14.30 - 18.00 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, den 29. März 2019 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 und Genehmigung der Tagesordnung
2. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung
3. Entgegennahme der Jahresberichte
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Vorstellung und Genehmigung des Kassenberichts 2018
6. Entlastung des Vorstandes und des Ehrenrates
7. Wahl eines Kassenprüfers (für 2 Jahre)
8. Genehmigung des Haushaltsplanes 2019
9. Wahlen der Mitglieder des Vorstandes
 - 9.1 Vorsitzender
 - 9.2 Kassenwart
 - 9.3 Fachwart für Wasserball
10. Wahl des Ehrenrates
 - 10.1 Vorsitzender
 - 10.2 Beisitzer
11. Ehrungen
12. Beschlussfassung über Anträge
13. Verschiedenes

gez. Karin Schaper

1. Vorsitzende



Die Poseidonen in neuer Vereinskleidung.

Ein dickes Dankeschön an unsere Sponsoren Marcus Bartölke, Jens Niepel und Jürgen Waldow



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



Ehrungen 2018

Für 25 Jahre Kai Rosnau



Für 70 Jahre Ernst Weber

Für 50 Jahre Susanne Schütte

Wir bedanken uns bei Ernst Weber für die großzügige Spende und Lob für unsere Vereinsarbeit.



Schwimmerin des Jahres 2017

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

2017 überzeugten Johanna Friedhoff und Alina Waldow und erhielten die Auszeichnung zur Schwimmerin des Jahres.





KOSMETIK – STUDIO

Jenny Freise

Staatlich geprüfte Kosmetikerin



Bönnier Str. 7

31167 Bockenem

05067 / 917330

0176 / 34674268

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag nach Vereinbarung



Bericht der 1. Vorsitzenden

Liebe Poseidonen,

bei gefühltem Frühling ist es an der Zeit für meinen Bericht im Wasserspiegel. Beginnen möchte ich mit einem ungebetenen Gast im letzten Heft - dem Fehler-teufel. Michael Kirchmann wurde für 50 Jahre Mitgliedschaft im Poseidon geehrt. Danke dafür!

Was für ein Sommer, der bereits im Mai begonnen hat, kann nur der nächste Gedanke sein. Unser schönes Schwimmbad hatte fast 74.000 Besucher, ein Rekord solange es besteht.

Alle angebotenen Kurse und Aktivitäten erfreuten sich wieder großer Beliebtheit. Unser organisatorischer Kraftakt, das Schwimmfest, lief wie geschmiert. Nicht nur, dass es so schön aussieht, wenn alles für das sportliche Event mit Leinen und Fähnchen vorbereitet ist. Es werden mehr als 20 Kampfrichter für den Ablauf benötigt z.B. Zeitnehmer, Wendegericht, Starter, Auswerter etc. und so wünsche ich mir mehr Zuschauer aus Bockenem für den nächsten Wettkampf, um die besondere Atmosphäre mit zu erleben.

Persönliche Bestzeiten der Schwimmer unseres Vereins gehören zum Schwimmfest fast selbstverständlich dazu. Gutes und regelmäßiges Training ist hier die Basis für Erfolge.

Ein weiteres Highlight für den Poseidon war die Anschaffung der Trainingsanzüge mit passenden Shirts.

So können wir uns als Verein optisch noch besser präsentieren.

Bei allen, die den Verein unterstützt haben, möchte ich mich herzlich bedanken. Ein Dank geht auch an unser motiviertes Schwimmbad-Team und die anderen Vereine für die gute Zusammenarbeit. So wünsche ich Ihnen und Euch eine friedvolle, besinnliche Weihnachtszeit und ein frohes Jahr 2019 mit Gesundheit, Zufriedenheit und Toleranz.

Zu guter Letzt ein Sprichwort aus Thailand:

„Wende dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter dich!“

Eure Karin Schaper



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

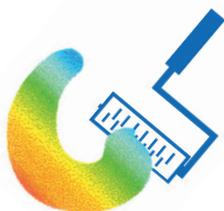
Öffnungszeiten:

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

Ihr Malermeister **Bernd Stryczek**

Königstr. 26 · 31167 Bockenem · ☎ 05067-2492250

Malereibetrieb



**Bernd
Stryczek**

Malermeister

Ulmenweg 53 - 31167 Bockenem
Telefon 05067/69120 - Fax 05067/698680

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



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



Bericht der Kassenwartin

Ich freue mich darüber, dass auch in diesem Jahr mit unserem Wasserspiegel wieder ein Jahresrückblick erstellt wird, mit dem alle Interessierten einen Einblick in die vielseitigen Aktivitäten unseres Schwimmvereins bekommen. Ich wünsche allen Lesern ganz viel Freude damit und bedanke mich an dieser Stelle bei allen Anzeigenkunden, Autoren, Redakteuren und ganz besonders bei den Erstellern unseres diesjährigen Wasserspiegels. Nur mit der Unterstützung aller ist unsere Zeitung überhaupt möglich.

Mitgliederentwicklung:

Zum 01.01.2018 belief sich die Gesamtmitgliederzahl im SV Poseidon Bockenem auf 201 Mitglieder, davon 105 weibliche und 96 männliche Mitglieder. Im Laufe des Jahres erhielten wir 16 Vereinseintritte und 12 Vereinsaustritte.

Somit haben wir es im zweiten Jahr in Folge geschafft, eine positive Mitgliederentwicklung zu haben, so dass wir von einem stabilen Mitgliederbestand sprechen und auf den wir weiter aufbauen können. Diese Situation ist sicherlich in der heutigen Zeit nicht selbstverständlich, wenn man sich zum Beispiel die Statistiken vom Landessportverbund anschaut.

Das lässt sich vor allem auf die sehr gute, fachkundige Arbeit unserer Übungsleiter zurückführen. Wir haben aktuell nur geprüfte Übungsleiter-/innen im Trainingsbetrieb im Einsatz, davon 4 ausgebildete C-Trainerinnen und 4 Trainerassistentin sowie 2 Helfer am Beckenrand.

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. Dieser hat eine deutliche Beitragserhöhung in Planung, die in einer a.o. Versammlung noch in 2018 verabschiedet werden soll. Es bleibt abzuwarten, in welcher Höhe sie ausfällt. Hinzu kommen noch Versicherungsbeiträge.

Nicht zu vergessen, die Kosten, dass die Kinder den Sport überhaupt ausüben

- ❁ 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

ROLLWENDE

Ihr Schwimmsportspezialist...

*...wünscht allen Mitgliedern
 des SV Poseidon Bockenem
 eine erfrischende Weihnachtszeit!!!*



info@rollwen.de

FUNKITA

FUNKY TRUNKS

adidas

BECO

HEAD

maru

ZROSU

speedo

arena

FINIS

Karsten Schnitger - Rollwen.de - Bromberger Str. 24 - 31141 Hildesheim



können: Hallenmiete, Meldegelder zu Schwimmfesten, Trainingszubehör 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.

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 2019 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.

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

Anke Niepel



Joachim Hildebrandt

Sportphysiotherapeut / Krankengymnast / Heilpraktiker

Salinenstraße 38a · 31162 Bad Salzdetfurth

Telefon 0 50 63 / 96 06 60

- Krankengymnastik · Fango-Heißluft-Massagen · Schmerztherapie
- Hausbesuche und viele andere therapeutische Maßnahmen



büma-service

Schreibwaren · Bürobedarf · Bücher

Inhaber Torsten Wundenberg e.K. Königstr.17 31167 Bockenem

Das erwartet Sie aktuell bei uns:

- ★ **aktuelle Buchneuheiten**
★ Karten/Kalender der Grafik Werkstatt
- ★ **Spielwaren**
★ 24 Stunden Buchbestellservice
- ★ Schulranzen und Rucksäcke
★ Lamy Schreibgeräte
- ★ Schulbedarf in Oxford Qualität



Wir freuen uns auf Ihren Besuch



Änderungsschneiderei

E. Paszkiewicz

Telefon 05067-3868

Buchholzmarkt 3, 31167 Bockenem

Öffnungszeiten:

Dienstag 09.00 - 12.30 Uhr
14.30 - 18.00 Uhr



Bericht der Lehrgangswartin

Die Erfolgsgeschichte begann bereits im November 2017 als Milena Reinert, Emely Nagaitschick und Lena Kölle ihren ersten Lehrgang „Helfer am Beckenrand Teil 1“ in Stade besuchten.

„Helfer am Beckenrand Teil 2“ schloss sich im Dezember 2017 in Verden an.

Ebenfalls nahm Melanie Eberleh an den Grundlehrgängen „Helfer am Beckenrand Teil 1+2“ in Goslar in 2018 teil.

Vom 14.12. – 16.12.18 werden Melanie und Emely noch den Lehrgang „Helfer am Beckenrand Teil 3“ absolvieren und somit die Grundlage schaffen für die Trainerausbildung, da diese 3 Lehrgänge zusammengefasst den Trainerassistenten ersetzen.

Schon in der vergangenen Saison konnte man feststellen, wie motiviert und mit vielen neuen Ideen die Mädels das Schwimmtraining gestaltet haben.

Vielen Dank für Eure Bereitschaft sich aus- und fortzubilden. Nachwuchs an Übungsleitern wird immer gebraucht.

Die nächsten Lehrgänge „**Helfer am Beckenrand**“ finden statt am:

Teil 1 – 22.02. – 24.02.2019 in Wolfsburg

Teil 2 - 22.03. – 24.03.2019 in Goslar

Eine Jugendleiter Ausbildung findet vom 5.04. – 12.04.2019 in Verden statt.

Der nächste **Trainerassistentenlehrgang** Teil 1 /2 findet vom 27.4 - 28.4.2019 und Teil 2 /2 in der Zeit vom 11.5. - 12.5.2019 jeweils in Hildesheim statt.

Der **Aufbaulehrgang IIa** hat eine Gültigkeitsdauer von 2 Jahren (Voraussetzung: Trainerassistentenlehrgang, 1. Hilfe 16 Std., 3 Monate Praxis und mind. 16 Jahre alt)

24.05. - 26.05.2019 in Hannover

Aufbaulehrgang IIb (Gültigkeitsdauer 2 Jahre) vom 22.06. - 23.06.2019 in Hannover.

Im Anschluss daran folgt der Trainer C Lehrgang im Fachbereich Schwimmen oder Breitensport.

Anmeldungen für alle Lehrgänge nehme ich ab sofort entgegen. Bitte ruft mich an Tel. 05067-5113 oder schickt mir eine Email an connyh@rtung-home.de.

Wir konnten nicht nur Übungsleiter gewinnen.

Auch die Eltern unserer Schwimmkinder konnten überzeugt werden, sich zu **Kampfrichtern** ausbilden zu lassen oder demnächst auszubilden.



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

Kramm

... immer eine gute Idee

- ✓ Buchbestellung
- ✓ Schreibwaren
- ✓ Bürobedarf
- ✓ Druckerpatronen
- ✓ Fotokopien
- ✓ Fax-Service

- ✓ Prepaid - Karten oder Handy direkt am Terminal aufladen
- ✓ Anzeigenannahme für die HAZ und der Rund um Bockenem
- ✓ Spielzeug u.a. SIKU und Schleich
- ✓ 1700 verschiedene Zeitschriften
- ✓ Stempel-Service
- ✓ Postagentur



PRESSE

Öffnungszeiten Laden

Mo - Sa. 8.00 - 12.00 Uhr
Mo - Fr. 14.30 - 18.00 Uhr

Öffnungszeiten Postagentur

Mo - Sa 9.00 - 12.00 Uhr
Mo - Fr 14.30 - 17.30 Uhr

Mittwoch Nachmittag geschlossen

Thomas Kramm

Presse Bücher Schreibwaren
Bönnier Straße 25
31167 Bockenem

Tel. 0 50 67 - 6 95 23
E-Mail: info@presse-kramm.de
www.presse-kramm.de

Bormanns Hofladen

Produkte aus der Region

Gemüse, Obst, Kartoffeln, Wurst, Käse,
Milch, Eier, Nudeln, Säfte u.v.m.

Bockenem
Jägerhausstraße 14
Tel. 0 50 67 / 64 09

Geöffnet: Fr. 8.00 - 18.00 Uhr
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr



Der Verein hat zurzeit folgende **Kampfrichter**:

Melanie und Meik Eberleh, Michael Müller und, noch ganz frisch, Tanja und Clemens Notzon

An dieser Stelle möchte ich Euch ganz herzlich DANKE sagen für Eure Einsatzbereitschaft.

Kampfrichter kann ein Verein nicht genug haben und darum stehen hier die nächsten Termine für eine **Kampfrichterausbildung**:

02.03. - 03.03.2019 in Hannover Rückmeldung brauche ich bis zum **15.01.2019**

18.05. - 19.05.2019 in Hannover Rückmeldung brauche ich bis zum **02.04.2019**

Anmeldungen nehme ich ab sofort entgegen.

Ich ziehe für 2018 eine positive Bilanz und wünsche mir für 2019 weiterhin so viel Einsatzfreude und Leistungsbereitschaft. Denn letztendlich sind es unsere Aktiven, die Spaß am abwechslungsreichen Training haben und somit kontinuierlich ihre Leistungen steigern können. Vielen Dank.

Conny Hartung





EINHORN
APOTHEKE

&

NEUE
APOTHEKE



Unser Ziel ist Ihre Gesundheit

Unser Service für Sie



- ✓ Anmessen von Kompressionsstrümpfen 
- ✓ Bestellung per **WhatsApp** unter **05067 - 24 78 18**
- ✓ Blutdruckmessung
- ✓ Homöopathie & Schüßler-Salze
- ✓ Inkontinenzversorgung
- ✓ Kostenfreier Botendienst
- ✓ Patientenindividuelle Verblisterung
- ✓ Verleih von Babywaagen
- ✓ Verleih von Medela-Muttermilchpumpen
- ✓ Versorgung mit Pflegehilfsmitteln

Like Us on Facebook!



Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Apotheken.

Unser Team berät Sie gern!

Ihr Apothekerehepaar

Katrin & Benjamin Kraus

Apotheker Benjamin Kraus e.K.

Königstraße 15 · 31167 Bockenem

T: 05067 - 69 72 14 · F: 05067 - 69 72 16

E: info@einhorn-apotheke-bockenem.com

www.einhorn-apotheke-bockenem.com

Königstraße 22 · 31167 Bockenem

T: 05067 - 24 78 18 · F: 05067 - 24 78 19

E: info@neue-apotheke-bockenem.com

www.neue-apotheke-bockenem.com



Bericht des sportlichen Leiters

Eine lange und anstrengende aber auch eine schöne Saison geht zu Ende. Das lag nicht nur daran, dass viel zu tun war, sondern auch an dem überaus schönen langen Sommer.

Wir besuchten 7 Veranstaltungen und absolvierten 209 Einzel- und 6 Staffelstarts. Mit einer Leistung von 50 ersten, 38 zweiten und 39 dritten Plätzen. Die Aktiven erreichten 93 persönliche Bestzeiten und 43 Saisonrekorde. Dieses Mal leider ohne an die alten Vereinsrekorde anzuknüpfen.

Wir nahmen teil mit 6 Schwimmern an den Kreismeisterschaften und wurden mit 4 Kreismeistern und 7 Vizekreismeistern belohnt.

In diesem Jahr richteten wir wieder das Schulschwimmfest aus, das alle zwei Jahre stattfindet. Dieses Mal leider nur mit der GS Bockenem. Die GS Bornum sagte kurzfristig am Morgen ab.

In den Sommerferien beteiligten wir uns wieder an der Ferienpassaktion, die mit 30 Kindern sehr gut besucht war.

Auch unser alljährliches Kurzbahnschwimmfest war mit 470 Einzel- 16 Staffelstarts von 15 Vereinen wieder ein voller Erfolg. An dieser Stelle vielen lieben Dank an alle die zu diesem Erfolg beigetragen haben.

Nach langer Zeit der Planung, Beschaffung und Umsetzung verteilten wir die angekündigte Vereinskleidung, bestehend aus einem T-Shirt, einer Jacke und einer Hose. Dieses wäre nicht möglich gewesen ohne unsere Sponsoren Jens Niepel, Jürgen Waldow und Marcus Bartölke, die uns einen großen Teil abgenommen haben. Dafür ein riesiges DANKE SCHÖN nicht nur von mir sondern vom gesamten Verein. Nach der ganzen Arbeit freut es mich natürlich zu sehen, dass die Anzüge viel beim Sport aber auch Privat getragen werden.

Auch möchte ich es nicht versäumen, mich beim restlichen Vorstand für die bisherige zusammen Arbeit zu bedanken.

Auf ein schönes Jahr 2019.

Euer

Meik



Toto-Lotto . Geschenkartikel . Zeitungen . Tabakwaren

Karin Meyer

Wiesenstraße 1
31167 Bockenem
Telefon 0 50 67- 22 68

RM *Hauservice*
Elektrotechnik
Trockenbau
ROLF MEYER WIESENSTR. 1 31167 BOCKENEM
Tel. 05067/5115 Mobil 0171/9473061
Fax 05067/246888

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
- Zwischnwände aus Rigips/Fermacell einziehen

Hier stimmt der Preis und die Qualität !

Unser Schwimmjahr

Schon wieder ist ein Jahr vorbei und Weihnachten steht vor der Tür. Auch dieses Jahr hatten wir wieder viel Spaß während unseres Trainings.

Die Braunkohlwanderung war wieder super organisiert und wir freuen uns schon auf die Nächste. Nach langer Wanderung gab es zur Halbzeit Kaffee und Kuchen.



Dann kam auch schon die Faschingsfeier. Natürlich, wie immer mit leckeren Berlinern und Laugenstangen. Es wurde viel gespielt und wir hatten ganz viel Spaß.

Die Freibadsaison wird immer ersehnt und mit unserem Anschwimmen geht's los. Die Nudelparty vor unserem Schwimmfest war diesmal auch wieder eine Hot Dog-Party im Freibad. Unser Schwimmfest war ein voller Erfolg und wir hatten viele neue Schwimmerinnen und Schwimmer am Start.

Nach Ende der Freibadsaison trainieren wir nun wieder in der Turnhalle und fahren ins Aquantic nach Goslar.

Dieses Jahr wollen wir mal außerhalb unseres Vereinsheim unsere Weihnachtsfeier feiern und es gibt für die Kinder/ Jugendlichen eine kleine Überraschung. Mit voller Spannung wird die Bekanntgabe der Schwimmerin / des Schwimmers des Jahres erwartet.

Wir haben dieses Jahr viele neue Schwimmerinnen und Schwimmer dazu bekommen und ich freue mich auf eine spannende neue Saison. Melanie hat viele Kinder aus ihrer Gruppe an meine Gruppe weitergegeben. Jetzt werden die einzelnen Schwimmarten beigebracht und wir gehen auf Schwimmwettkämpfe. Melanie unterstützt mich dabei, da eine Gruppe von manchmal 16 Kindern ganz schön turbulent sein kann. Melanie vielen lieben Dank dafür.

Wie es auch schon Inga erwähnt hat, möchte auch ich mich bei Lena und Emely bedanken. Beide sind eine Klasse Unterstützung. Dank dafür!

Zum Schluss möchte ich mich noch für die Unterstützung der Eltern und dem Vorstand bedanken.

Eure Alrun

Braunkohlwanderung SV POSEIDON am Samstag, 10.02.2018

Bei trockenem und passend winterlichem Braunkohl-Wander-Wetter fand die diesjährige Braunkohlwanderung des SV Poseidon Bockenem mit 35 Teilnehmern statt. Pünktlich um 13.00 Uhr hatten sich alle am Wirtshaus Sauer eingefunden. Nach einer kurzen Begrüßung wurde der Startpunkt der Wanderung an die Volkersheimer Kirche umgelegt, von wo aus wir gegen 13:15 Uhr in Richtung Schlewecke durch die Feldmark aufgebrochen sind. In Schlewecke angekommen erreichten wir um ca. 14.30 Uhr unseren Zwischenstopp bei Maike Reinert und ihrer Familie. Sie beköstigten uns mit Glühwein, Kakao, kalten Getränken und leckerem Kuchen.

An dieser Stelle noch einmal vielen Dank das ihr uns eure Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt habt und alles so toll organisiert war!

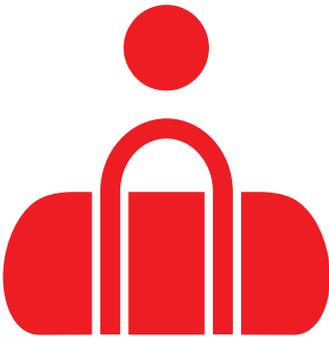
Gut gestärkt konnte der 2. Abschnitt in Angriff genommen werden. Der Rückweg führte uns über verschlungene Feldwege zurück nach Volkersheim, von wo aus es zurück zum Wirtshaus Sauer ging. Die Teilnehmer wanderten insgesamt eine knapp 12 km lange Strecke durch die heimische Landschaft.

Nachdem alle am Ziel angekommen waren, konnte die Wartezeit bis zum Essen, mit dem einen oder anderen frischen Getränk verkürzt werden. Dann wurde sich kräftig mit Braunkohl, Kartoffeln, Bregenwurst und Kassler gestärkt. Für die





Dabeisein ist einfach.



Wenn man von den sportlichen Angeboten profitieren kann, die von der Sparkasse unterstützt werden. Wir engagieren uns seit Jahren in allen Bereichen des Sports in der Region.

[sparkasse-hgp.de](https://www.sparkasse-hgp.de)

Wenn's um Geld geht





wenigen, die dieses traditionelle und gesunde Gericht nicht mochten/durften, gab es leckere Würstchen mit Pommes.

Ein schöner Tag ging in gemütlicher Runde zu Ende und die ein oder andere neue Freundschaft hat sich gefunden ...

Danke an alle an der Organisation beteiligten Personen.

Tanja, Clemens, John-Philipp und Leann Notzon



*Ihr Treffpunkt für
Naturheilkunde...*



Ambergau-Apotheke

SCHWERPUNKT AUF HOMÖOPATHIE
UND NATURHEILKUNDE



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

20 Jahre – Fit durchs Jahr

Im September 1998 startete ich mit der Trainingsgruppe „Fit durchs Jahr“. Meine damalige Philosophie: „ein abwechslungsreiches und immer der jeweiligen Saison entsprechendes Programm für die Aktiven in Bockenem und Umgebung anbieten ... konditionell gefordert ... vielseitige Fitness erlangen ... jede Stunde anders ...“ nachzulesen in der Vereinszeitung von 1998. Dieser Philosophie bin ich bis heute treu geblieben. Auch damals spielten schon die Vorteile, die ein Verein bietet, wie Motivation, Abwechslung und Geselligkeit, eine große Rolle. Was waren die Besonderheiten der letzten 20 Jahre: 1998: Start mit 6 Aktiven -> 1999: bereits 15 Aktive -> 2002: Start mit dem 1. Aquafitnesskurs, 22 Aktive und erste Teilnahme am Martinimarkt in Bockenem ->2003: 1. Frühjahrswanderung und 1. Laufaktivität mit der Teilnahme am Zander & Gerlach Lauf (weitere Volksläufe folgten in den darauffolgenden Jahren), Einrichtung eines Lauf-und Walkingtreffs, Anschaffung unserer 1. „Gruppen“-T-Shirts ->2004: Teilnahme am Umzug anlässlich der 850 Jahr-Feier in Bockenem in historischen Kostümen, 1. Teilnahme am Volkswandertag -> 2005: 1. Cocktailbar beim Frühlingsfest in Bockenem und später beim Stadtbadfest -> 2006: Wechsel in die





Grundschulturnhalle, 1. Sauna-Event -> 2007: 1. Gemeinsamer Wochenendausflug (Hohegeiß) und Start der F.d.J –Keksbäckerei zum Bockenemer Weihnachtsmarkt -> 2008: Teilnahme an der Aquajogging-Tour des DSV im Blauen See in Garbsen, neue T-Shirts -> 2009: Teilnahme an den Bockenemer Hansetagen mit handgeschöpften Duftseifen, Stadtführung durchs abendliche Bockenem mit Einkehr -> 2010: Renovierung der Grundschulturnhalle, Wochenendfahrt nach Köln, das 1. Mal beim Bockenemer Weihnachtsdorf dabei, Weihnachtsfeier in Braunschweig -> 2011: 22 Aktive -> 2012: Wochenendfahrt ins winterliche Thale, neue T-Shirts, Wochenendfahrt zum Weihnachtsmarkt nach Dresden -> 2013: Anschaffung von Fleecejacken -> 2014: Teilnahme am Festumzug im Rahmen des Feuerwehrjubiläums mit einem Festwagen -> 2015: keine Frühjahrswanderung, dafür Tagesausflug nach Lengenfeld unterm Stein und Worbis, Wochenendausflug nach Bremen -> 2016: Besuch der „Schlacht von Dinklar“ vom Forum Heersum, Tagesausflug in die Heide -> 2017: Wochenendausflug nach Leipzig -> 2018: Jubiläumsausflug nach Freiburg zur Rotkäppchen Sektkellerei. Wie ich feststelle, haben sich über die Jahre einige Aktivitäten etabliert. So gibt es immer noch eine Wanderung im Frühjahr, Aquafitness und einen Cocktailstand im Sommer und unsere selbstgebackenen Kekse, so wie eine Weihnachtsfeier im Winter ... alles immer ergänzt um besondere Aktivitäten und natürlich NIE OHNE SPORT !!! Was mich besonders freut, dass eine Vielzahl der heutigen Aktiven bereits über viele, viele Jahre dabei ist und hoffentlich auch noch lange dabei bleibt.

Ich freue mich auf noch viele gemeinsame aktive Jahre.

Eure

Anke Niepel

Spürbar fit

Die ersten 3 Monate für nur 20,- € p.M.
zu zweit sogar für nur 15,- € p.M. p.P.

- Gerätetraining
- Cardiotraining
- begeisterte Kursvielfalt
- Bio- und finnische Sauna

Über 100 Kurse im Monat!

Das Servicepaket in Höhe von einmalig 69,90 € entfällt bei Anmeldung bis zum 31.01.2019.
Das Angebot gilt bei Abschluss einer Mitgliedschaft von min. 18 Monaten.

Euro Fitness | Danziger Str. 7 | 31167 Bockenem | Telefon 050 67 - 27 58 | www.eurofitness-bockenem.de



BOWE OPTIK

Brillenmode
Contactlinsen
Königstraße 8
31167 Bockenem

Telefon:
0 50 67/16 98

info@bowe-optik-bockenem.de
www.bowe-optik-bockenem.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



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



Unser Schwimmjahr

Der Schwimmverein Poseidon Bockenem hat im Jahr 2018 an 7 Schwimmfesten anderer Vereine innerhalb und außerhalb des Landkreises Hildesheim teilgenommen. Sechs Schwimmerinnen und Schwimmer sind bei den Kreismeisterschaften im März in Drispfenstedt an den Start gegangen. Kreismeister über 100m Brust wurden Lena und Milena. Zweite Plätze belegten Johanna und Christian. Unser eigenes Schwimmfest fand bei angenehmen Temperaturen und leichtem Sonnenschein am 02. September statt. Der Schwimmverein Poseidon war mit 23 Schwimmerinnen und Schwimmern mit insgesamt 77 Einzel- und 4 Staffelstarts dabei. Erneut wurden unzählige neue persönliche Bestzeiten aufgestellt, für einige war es ihr erstes Schwimmfest überhaupt.

Während der Wintermonate trainierten wir von Januar bis April mittwochs in der Grundschulturnhalle (Trockentraining) und fuhren freitags zum Schwimmtraining nach Goslar ins Aquantic. Während der Sommermonate von Mai bis September fand das Schwimmtraining montags, mittwochs und freitags - in den Ferien nur montags und freitags- in unserem schönen Freibad statt. Nach der Freibadsaison trainieren wir nun seit Ende September wieder in der Turn- bzw. in der Schwimmhalle. Im Wasser wurde und wird in 3 oder 4 Gruppen trainiert, die nach Alter und / oder Leistung unterteilt sind. In der Halle wurde und wird mal in einer großen Gruppe gemeinsam und mal in zwei altersabhängigen Gruppen geturnt, gelaufen und gespielt. Den Jahresabschluss bildet unsere Weihnachtsfeier, die in diesem Jahr in der Gaststätte "Zum Rathaus" in Rhüden stattfinden wird. Hier wollen wir kegeln, essen und Spaß haben. Auch wird an diesem Abend wieder die Schwimmerin / der Schwimmer des Jahres bekannt gegeben und die neueste Ausgabe unserer Vereinszeitung soll verteilt werden.

Aufgrund des super Sommers war auch im Jahr 2018 die Trainingsbeteiligung immer gut. Rund 15 Kinder waren bzw. sind meist dabei. Super!

Unterstützt beim Schwimmtraining werden Melanie - seit diesem Jahr erstmals mit einer neuen eigenen Gruppe! -, Alrun und ich nicht nur durch unseren sportlichen Leiter Meik, sondern auch mal durch die „großen“ Schwimmerinnen Lena und Emely. Ein großes Lob geht auch in diesem Jahr an all die Eltern, die, sei es durch selbstmachte Leckereien zum An- bzw. Abschwimmen, Fahrdienste zum Schwimmtraining und zu den Wettkämpfen, Kampfrichtereinsätze sowie die Unterstützung bei der Organisation und der Durchführung unseres Schwimmfestes, dazu beigetragen haben, dass unser Vereinsleben weiterhin so gut funktioniert. Vielen Dank dafür!

Inga



Frühjahrswanderung

Bei schönstem Sommerwetter starteten am 26. Mai elf mehr oder weniger junge Frauen gegen Mittag am ZOB Bockenem zur besagten Frühjahrswanderung mit unbekanntem Ziel.

Anke führte uns an Betonbau vorbei, kreuz und quer in Sichtweite zu Schlewecke durch die Feldmark. Allgemeines Rätselraten: welches Ziel wird angesteuert?

Als wir in fröhlicher Runde Werder erreichten, war den meisten klar: Zwischenstopp auf dem Spielplatz. Alle hatten Leckereien mitgebracht, so dass wir auf der einzigen Sitzbank ein kleines Büfett aufbauen konnten. Marlene und Anke holten sogar gekühlten Sekt und Becher aus ihren Rucksäcken. Beide hatten wirklich keine Mühen gescheut, schließlich „klebte“ bei der Wärme der Rucksack mächtig am Rücken. Während dieser Rast wurde klar, Conny hat ein wirkliches Fußproblem. Aber dank Nadine, die Blasenpflaster dabei hatte und die entscheidende Rettung war, schaffte Conny ohne Stopp auch die 2. Etappe. Denn nach der etwas halbstündigen Rast ging es nun leicht bergauf. Wir überquerten die Landstraße Nette/Henneckenrode und wanderten weiter am Waldrand des Weinbergs. Nun war klar, unser Ziel ist das Restaurant auf dem Weinberg.

Auf der Terrasse war unter Sonnenschirmen eine große Tischrunde für uns vorbereitet. Zur allgemeinen Freude kamen noch vier weitere Kursmitglieder dazu. Anke spendierte aus der Vereinskasse für jeden ein Kaffeegedeck und erkundigte sich beim Service: „Welchen Kuchen haben Sie? Ist das der Erdbeerkuchen von letzter Woche?“ Allgemeines Gelächter und ein erstaunter Blick der Bedienung. Wir bekamen jedenfalls alle ein sehr leckeres Stück Erdbeerkuchen, frisch gebacken und nicht abgestanden von der letzten Woche und die meisten ein Kaffeegetränk. Gegen 16:45 Uhr ging es dann mit bereitgestellten Autos nach Hause zurück.

Danke an Anke!

Sie hatte alles perfekt geplant und eine sehr schöne Wanderstrecke ausgesucht. Bei den herrlichen Ausblicken in Richtung Harz und Brocken, aber auch rund um den Ambergau, waren sich alle einig: wir leben in einer sehr schönen Landschaft. Ein besonders Privileg, das uns oft gar nicht bewusst ist.

Danke für diesen schönen Nachmittag.

Anne Schmidt.

TAGESAUSFLUG September 2018 der Gruppe 20 Jahre „Fit durch's Jahr“



Teilnehmerinnen: Gundula, Regine, Anne, Marianne, Birgit, Ute, Susanne, Christine, Verena, Anke, Konni, Bianca, Martina, Susanne, Inga, Petra

Der diesjährige Tagesausflug sollte besonders ausfallen, weil im Jahr 2018 ein Jubiläum gefeiert wurde und es ein DANKE SCHÖN für alle sein sollte.

Anke, Christine und Martina, unser Planungs-Komitee, haben sich gedacht, weil die besonderen Ereignisse in der Gruppe auch mit einem besonderen Gläschen Sekt begrüßt werden, wollen wir den Weg nach Freyburg, an der Saale-Unstrut, zur ROTKÄPPCHEN-Sektellerei in Angriff nehmen. Ferner sollte keiner großen körperlichen Anstrengungen ausgesetzt sein. Deshalb wurde ein Reisebus für den Trip gebucht. So waren wir von Anfang an alle zusammen und natürlich stimmten wir uns mit Rotkäppchen ein, und wussten von dem eigentlichen Ziel noch gar nichts.

Unser Programm begann nach Ankunft in Freyburg bei ROTKÄPPCHEN mit einem kräftigen Frühstück und angestoßen wurde natürlich mit ROTKÄPPCHEN. Danach haben wir an einer Führung durch die Gewölbe der Kellerei mit einer SÄBULIERUNG (Das Öffnen einer Sektflasche mit einem SÄBEL) teilgenommen.



Mit vielen kleinen Sektperlen im Bauch haben wir uns auf den Weg durch das kleine Städtchen Freyburg in Richtung Unstrut aufgemacht. Dort haben wir in einer Straußwirtschaft kleine feine Saison-Gerichte zu uns genommen und als Dessert gab es einen wunderschönen Ausblick auf die Unstrut, welche auch z.B. für Kanutouren genutzt wird.



Gestärkt ging dann die Wanderung in Richtung Mühle Zeddenbach. Dort machten wir einen kleinen „Einkaufsbummel“ im Mühlenladen und anschl. ging es mit schnellen Schritten, entlang der südlichen Seite der UNSTRUT, zum Bus. Unser Busfahrer brachte uns über eine andere Strecke wohlbehalten und zufrieden nach einem sonnigen Tag mit Sektbauchgefüllten Magen, gesund und munter zum Bockenemer Busbahnhof zurück.

DANKE an das Organisations-Team für diesen schönen Tag!

Bianca und Martina



Sport und Spaß mit der Schwimmtechnik Gruppe

auch in der vergangenen Sommersaison trafen sich immer wieder montags um 19.15 Uhr die „Schwimmtechniker“, eine gemischte Gruppe erwachsener Frauen und Männer, die das wöchentliche Schwimmtraining als Ausgleich zum Berufs- und Alltagsleben entdeckt haben. Aber natürlich soll an diesen Trainingsabenden auch an der Schwimmtechnik gearbeitet werden.

ANDY: Ich mache mit, weil ich mich hinterher IMMER besser fühle als zuvor. Auch, wenn ich vorher mal ÜBERHAUPT keine Lust hatte. Hinterher war`s wieder gut gewesen.

TANJA: Wir machen mit, weil wir sehr gerne schwimmen und bei uns das Schwimmen schon zum Familiensport geworden ist. Außerdem sind wir eine richtig schöne Gruppe, mit der es viel Spaß macht.

ANNETTE: Ich war dieses Jahr das erste Mal dabei und wollte unbedingt richtig Kraulen lernen. Naja, nicht ganz so geklappt, wie ich es gerne gehabt hätte. 1000 m ohne Pause kraulen sind immer noch in weiter Ferne. Aber egal, Spaß hat es trotzdem gemacht und nächstes Jahr bin ich wieder dabei.





MAIKE: Ich bin seit mehreren Jahren dabei, habe dadurch immer den Antrieb, zum Schwimmen zu gehen, und mit Marlene als Trainerin haben wir den besten „Antreiber“, den wir uns vorstellen können.

ANDREA: Ich bin die erste Saison dabei und möchte auf jeden Fall in Zukunft weiter schwimmen. Gemeinsam „Purzelbäume“ im Wasser zu schlagen und „1 Bahn ohne Atmen“ zu schwimmen macht unter Marlenes Anleitung total viel Spaß. Außerdem bin ich als Neuling sehr gut aufgenommen worden. Eine sehr nette, rücksichtsvolle, lustige Truppe!!

MATTHIAS: Mir hat es sehr viel Spaß gemacht, weil ich endlich richtig Kraulen gelernt habe. Weil ich nicht der Schnellste bin, habe ich immer Flossen bekommen. Damit konnte ich dann locker mithalten. Das Schwimmen „ohne Atmen“ ist etwas gewöhnungsbedürftig!

CLEMENS: Warum ich in dieser tollen Truppe mitmache? Einmal die Woche ein fester Termin „Kopf aus“, Freude an der Bewegung „an“. Auch wenn es mal schwer fällt, sich zu motivieren, Marlene (er)findet immer einen neuen, fordernden Trainingsplan..... und der Muskelkater am nächsten Tag ist die Belohnung!

JEANETTE: Ich schwimme seit 2013 sehr gern in Marlenes Schwimmgruppe. Das Training ist abwechslungsreich, die Gruppe sehr witzig und danach fühle ich mich immer richtig gut. Außerdem kann ich jetzt endlich kraulen.

JENS: Ich gehöre eigentlich nicht zur Gruppe, ich kann NUR rutschen. Dafür schwimmt meine Frau umso besser!

ANKE: ich schwimme bei den Schwimmtechnikern, da Schwimmen in der Gemeinschaft viel mehr Spaß macht und man auch, wenn man eigentlich nicht mehr kann, trotzdem weiter schwimmt.

MARLENE: und nicht nur im Wasser machen die aktiven Schwimmtechniker eine gute Figur, auch in Wanderschuhen, bergauf-bergab, sind alle gut drauf. Inzwischen seit 2010 gibt es diese Schwimmgruppe, immer montags im Sommer und dienstags im Winter freue ich mich darauf diese nette, lustige Gruppe bewegen zu dürfen.



Nicht nur schwimmend sondern auch wandernd unterwegs, unsere Schwimm-
technikgruppe.

Kosmetik & Fußpflege

Beate Wiebold

Brahmstraße 2 · 31167 Bockenem

Telefon (05067) 6263

Termine nach Vereinbarung.

Ich freue mich auf Ihren Besuch.



Freie Entfaltung für ein schönes Zuhause.



Fensterdekorationen

Rollos & Jalousien

Plissee-Stores

Gardinen & Vorhänge

Polsterarbeiten

Bodenbeläge

Bilderrahmen

**BAUMUSSTATTUNG
POLSTEREI**

Garbe

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



Kursprogramm beim SV Poseidon

Wie auch schon in den vergangenen Jahren haben wir unsere bewährten Kurse wieder angeboten. Die Wassertemperatur ist uns ja eigentlich mit 26-29 Grad C. garantiert, das wir in dem Super-Sommer 2018 nun auch noch von fast durchgehend vom Mai-September mit Wärme und Sonnenschein verwöhnt wurden, machte sich auch bei den Teilnehmerzahlen der Kurse bemerkbar.

Dienstag und Donnerstag, jeweils um 10 Uhr fanden wieder die Aquafitness Kurse im Flachwasser statt. Mit viel Spaß und Freude nahmen an diesen Kursen wöchentlich mehr Personen teil. 25-30 Frauen und Männer bewegten sich nach meinen Anweisungen bei flotter Musik im Wasser. Ein dickes Dankeschön an Conny Hartung, die mich sehr gut in den zwei Wochen, wo ich wegen meiner Verletzung ausgebremst war, vertreten hat. Für uns Übungsleiter am Beckenrand war dieser Sommer an so manchem Tag schon eine Herausforderung - 45 Minuten am Beckenrand „vorturnen“, da lief so mancher Schweißtropfen, aber lieber so als mit Regen und Kälte kämpfen. Wie in den vergangenen Jahre gab es am letzten Übungstag im September auch wieder ein gemeinsames Frühstück, auch an diesem Vormittag bescherte uns der Wettergott noch allerbestes Wetter. Ich freue mich schon jetzt auf den Sommer 2019 und hoffe alle gesund und munter im Wasser bewegen zu dürfen.

Auch in 2018 waren wir wieder dabei „Niedersachsen lernt schwimmen“. Wir haben 3 Seepferdchen Kurse angeboten. Mit spielerischer Wassergewöhnung, Gleitübungen, Tauchen und Springen haben insgesamt 34 Kinder im Alter von 3-6 Jahren die Angst vor dem Wasser verloren, 19 Kinder haben das Seepferdchen Abzeichen abgelegt, einige haben dann sofort im Bronzeraufbaukurs weitergemacht. Ich wurde in diesem Sommer wieder tatkräftig unterstützt von unseren bewährten Übungsleitern Edeltraud Reimer, Melanie Eberleh, Emely Nagaitschik, Lena Kölle, Milena Reinert und als zusätzliche Helferin stand uns auch schon die junge Johanna Eberleh zur Verfügung.

Der Bronzeraufbaukurs fand über die komplette Sommersaison statt. Diesen Kurs leitete Melanie Eberleh. An anderer Stelle berichtet Melanie noch über diesen Kurs. Der Schwimmtechnikkurs am Montag wurde auch wieder sehr gut besucht. An anderer Stelle in diesem Wasserspiegel äußern sich noch einige Teilnehmer zu diesem Kurs.

Auch die Wassergewöhnung mit Kindergartenkindern, unterstützt von der Bürgerstiftung Bockenem, habe ich wieder geleitet. Der AWO Kindergarten Bockenem kam bereits im Juni zum Spielen und Üben ins Freibad. Die Kindergartengruppen aus Mahlum und Bornum waren dann im August dabei.



Es war ein toller Sommer! Danke an alle Teilnehmer/innen, an die Eltern, die Kinder, die Erzieherinnen aus den Kindergärten, danke an alle Übungsleiterinnen für tolle Mithilfe und herzlichen Dank auch wieder an das hilfsbereite und nette Stadtbad Personal.

Marlene Fahnmann





Bronzekurs Sommer 2018

Von Anfang Mai bis Ende August fand jeden Mittwoch der diesjährige Bronzekurs statt. Gefördert wurde der Bronzekurs vom Land Niedersachsen. Insgesamt haben teilweise bis zu 20 Kinder im Alter von 4 bis 11 Jahren an einer Trainingseinheit teilgenommen. Der Kurs konnte nur durch die tatkräftige Unterstützung von Emely und Johanna E. stattfinden. Ein herzliches Dankschön an dieser Stelle an die beiden.

Einige der Absolventen hatten gerade erst im Seepferdchen-Kurs bei Marlene ihr Seepferdchen gemacht. Am Ende haben alle Teilnehmer ihr Schwimmbadzeichen Freischwimmer erhalten. Folgende Aufgaben mussten erfüllt werden: Sprung vom Beckenrand und 200 M Schwimmen in max. 15 min., Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung, Heraufholen eines Rings aus gut 2 m Tiefe und Kenntnis der Baderegeln. Viele Dinge wurden zusätzlich geübt. Das Gleiten, die richtige Atmung beim Schwimmen oder die korrekte Beinhaltung beim Brustschwimmen.

Es hat allen Teilnehmern Spaß und Freude bereitet. Zum Ende der Saison konnten auch noch einige der älteren Kinder stolz ihr Silberabzeichen in Empfang nehmen.

Einige Schwimmer haben sich im Anschluss das Schwimmtraining bei Alrun, Inga und mir angeschaut bzw. mitgemacht und sind mittlerweile aktiv im Schwimmverein dabei.

Melanie

Alles unter einem Dach

31167 Bockenem
Bönnier Straße 4
Tel. 05067698483
mail. Petrasschmuckwelt
@Freenet.de

Petra's Schmuckwelt

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. Schlüssel

**Schlüsseldienst
Sander**


Notöffnungen
01733751177

Bericht Wasserball

Die Wasserballer haben die Saison 2017/2018 im Mittelfeld der Bezirksoberliga Braunschweig abgeschlossen. Im Vergleich zu den Vorjahren mit deutlich verbesserter Platzierung, denn in den letzten Jahren blieb zum Saisonende Jahren häufig nur die rote Laterne der Tabelle. In der Vorsaison (2016/17) schaffte man nur drei Unentschieden und somit bescheidene drei Punkte.

Diesmal war die Bezirksoberliga ausgeglichen. Eintracht Braunschweig blieb ungeschlagen und ohne Verlustpunkt und konnte alle Partien sehr deutlich gewinnen. Das Team gehört an sich in die Oberliga, wollte zunächst aufgrund der knappen Spielerdecke gar nicht melden und entschied sich letztlich doch in der Bezirksoberliga anzutreten. Alle anderen Mannschaften sind zur Zeit leistungsmäßig relativ auf ähnlichem Niveau.

Die MTV-Wasserballer verließen in der abgelaufenen Saison fünf Mal als Sieger das Becken und konnten somit 10 Punkte erzielen. Vielleicht wäre sogar noch mehr drin gewesen, bei einigen Auswärtsspielen war man jedoch gezwungen mit wenigen Auswechselspielern anzutreten und es gab dann deutliche Niederlagen. Letztlich war die Mannschaft mit fünf Siegen aus zwölf Spielen aber zufrieden.

Der Aufschwung beim MTV ist in erster Linie auf die Neuzugänge von Studenten aus Clausthal-Zellerfeld zurückzuführen, die den hohen Altersdurchschnitt absenken.





Zudem spielt mit Dirk Roge ein erfahrener Wasserballer seine zweite Saison beim MTV Seesen. Dirk erhielt erneut den Pokal für den besten Torschützen der Saison (20 Tore). Martin Spangenberg vom WBV Kassel war in fast allen Pflichtspielen mit dabei, da sein Heimatverein nicht mehr am Punktspielbetrieb teilnimmt. Nicht zu vergessen ist auch Sven Brager, ein ebenfalls sehr erfahrener Wasserballer, der für Hellas 99 Hildesheim hochklassig gespielt hat und in mehreren Spielen zur Verfügung stand.

Aus dem SV Poseidon waren in den Punktspielen aktiv: Holger Kleimann, Stefan Schrader, Hans-H. Schrader und Felix Peetz.

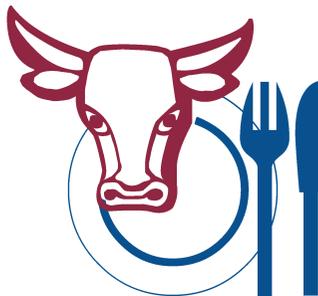
Hans-H. Schrader

Abschlusstabelle Bezirksoberliga Braunschweig

	Verein	Spiele	Punkte	Tore
1.)	Eintracht Braunschweig	12	24 : 0	239 : 58
2.)	VfL Wittingen	12	13 : 11	99 : 114
3.)	WSG Braunschweig	12	12 : 12	95 : 100
4.)	WSV Wolfenbüttel	12	11 : 13	96 : 97
5.)	MTV Seesen	12	10 : 14	83 : 152
6.)	ASC Göttingen II	12	8 : 16	84 : 118
7.)	SV Treue Schöningen	12	6 : 18	73 : 130

**Fleischerei
Partyservice**

Lars Bode



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

Bericht Beachvolleyball



Das Beachvolleyballturnier des SV Poseidon hat sich inzwischen etabliert und wurde am 04.08.2018 zum vierten Mal ausgetragen. Der Spielmodus war unverändert „jeder gegen jeden“ und es gab wieder zehn teilnehmende Mannschaften, darunter auch einige Teams die erstmals dabei waren. Wie im Sommer 2018 zu erwarten, herrschte am Turniertag sonniges Wetter bei über 30 Grad.

Das Turnier erstreckte sich über fast sechs Stunden mit 45 Partien und endete erneut mit dem Sieg des Teams von Dennis Rupprecht (diesmal wieder unter dem Namen „Hello Titty“, Poseidon landete zum vierten Mal in Folge auf Platz 2.





	Team	Satzpunkte	Punkte
1.	Hello Titty	189 - 94	18 - 0
2.	Poseidon	189 - 123	16 - 2
3.	Milchreismittwoch	171 - 114	12 - 6
4.	Hello Titty Amateure	162 - 151	12 - 6
5.	The Walking Dead!	147 - 155	8 - 10
6.	Arminia Biergefällt	144 - 160	8 - 10
7.	Die Amateure	136 - 160	8 - 10
8.	Die glorreichen Fünf	143 - 180	4 - 14
9.	Beachten Boys Bockenem	132 - 186	2 - 16
10.	Havana To Go	102 - 192	0 - 18

Beim Pokalturnier in Münchehof konnte das Team „Poseidon“ den 2017 erstmals gewonnenen Wanderpokal zum zweiten Mal nach Bockenem holen (siehe Bild).

Hans-H. Schrader

Erfolgreiches Schwimmfest des SV Poseidon in Bockenem

Bei bestem Wettkampfwetter fanden sich am vergangenen Sonntag die vielen Freunde des Schwimmsports pünktlich im Stadtbad Bockenem zum Kurzbahn Schwimmfest des SV Poseidon ein. Insgesamt 15 Vereine mit ihren Aktiven trafen auf das bestens vorbereitete ehrenamtliche Team, rund um den Sportlichen Leiter des Vereins Meik Eberleh. „Es ist schon ein nicht zu unterschätzender Mummut-Akt mit 130 Einzelmeldungen und knapp 870 Starts, ein Schwimmfest in dieser Größenordnung auf die Beine zu stellen. Aber wir alle sind mit Leib und Seele dem Schwimmsport verfallen, da stehen das Engagement und der Spaß im Vordergrund. Und wenn wir sehen, dass auch der Schwimmnachwuchs mit so viel Begeisterung dabei ist, lohnt sich die Mühe doppelt.“, so der Sportliche Leiter des SV Poseidon. Gleich zu Beginn konnten dann auch die jüngsten Schwimmerinnen und Schwimmer des Wettkampftages ihre Trainingserfolge der letzten Wochen unter Beweis stellen. Der SV Poseidon startete selbst ganze 76 Mal. Mit 21 ersten Plätzen, 8 zweiten Plätzen und 17 dritten Plätzen erreichten die Aktiven dann auch 45 persönliche Bestzeiten. Bei den vier Staffelstarts konnten sich die Bockenemer



dann auch vier Mal auf das Treppchen stellen: einmal Platz Zwei und drei Mal Platz Drei. Die Stimmung bei allen Teilnehmern, Trainern, Helfern und Besuchern war wieder außerordentlich gut, so dass man sich schon auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr im schnellen Bockenemer Wasser freuen kann.

Inga





Holger **Kleimann**
[Steuerberater]

Fon 0 50 67. 22 77
Fon 0 50 67. 6 92 42
Fax 0 50 67. 24 69 18

Wiesenstraße 2
31167 Bockenem
h.kleimann@stb-kleimann.de

Meisterbetrieb
ehrhardt
Bad | Heizung | Energie

Dominik Ehrhardt
Meisterbetrieb
Ortshäuser Straße 3
31167 Bockenem
Tel. 05067.15 14
Fax 05067.32 77
service@ehrhardt-online.de
www.ehrhardt-online.de


Ulrich Bork
RAUM AUSSTATTUNG

31167 Bockenem
Königstraße 19
Telefon 05067-6143

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



Selbstverteidigung für Frauen und weibliche Jugendliche

Ende letzten Jahres kam die Idee auf, mal wieder Selbstverteidigung für Frauen anzubieten. Beim Lesen der Tageszeitung blieb ich an einem Artikel hängen: 20 Selbstverteidigungskurse für Frauen zu gewinnen. Der Lions Club Hildesheim verschenkte anlässlich seines 20zig jährigen Bestehens diese Kurse. Der Trainer ist Manfred Grabinski. Mit dem Justizvollzugsbeamten hatte ich vor rund 20 Jahren schon einmal einen Kurs absolviert. Damals war ich sehr begeistert. Ich informierte Anke. Sie schrieb eine E-Mail. Kurze Zeit später kam eine positive Antwort vom Lions Club. Wir freuen uns, Ihnen zwei Selbstverteidigungskurse mit Manfred Grabinski zu sponsern. Zwei Termine wurden vereinbart, 22. April und 24. November 2018.

Am 22. April 2018 war es soweit. Wir haben uns mit Manfred und 13 weiblichen Poseidonen (11 bis 61 Jahren) im Jugendzentrum Konfetti in Bockenem getroffen. Wir wurden von ihm über Auszüge des Strafrechts unterrichtet, um genau zu wissen, was „Notwehr“ bedeutet und wie wir Nothilfe leisten müssen. Das Denken der Straftäter: Wir erhielten erschreckende Einblicke in die Köpfe der Täter. Wie gehen sie vor, welche potenziellen Opfer sind „attraktiv“ oder wonach sucht der Täter seine Opfer aus?

Die Praxis kam nicht zu kurz. Wir fingen mit lockeren Aufwärmübungen an, bei denen wir alle jedoch ziemlich schnell ins Schwitzen gekommen sind. Dann wurde es Ernst. Manfred erklärte uns verschiedene Tritte, Schläge und Techniken, um einen Angreifer abzuwehren. Auch die verbale Verteidigung haben wir erlernt. Nun mussten wir das Erlernte in die Tat umsetzen. Es war ein sehr beklemmendes und komisches Gefühl, am Hals gepackt zu werden. In solch einer Situation hat niemand Zeit zu überlegen. Nach nur wenigen Sekunden verlierst Du das Bewusstsein. Zuerst werden die Hände des Angreifers gelockert, um die Blutversorgung zum Gehirn zu gewährleisten, zwei gezielte Tritte gegen das Schienbein, damit der Angreifer seine Beine etwas auseinanderstellt. Jetzt wird es zugegebener Maßen ungemütlich, denn es folgen Tritte in den Intimbereich (sowohl bei Männer als auch bei Frauen!). Der Täter beugt sich aufgrund der Tritte nach vorn und erhält noch zwei Tritte mit dem Knie in den Magen. Jetzt heißt es laufen, Notruf absetzen, um sich wegen unterlassener Hilfeleistung nicht selber strafbar zu machen. Manfred war gut geschützt mit Protektoren, die auch sehr nötig waren. Plötzlich, während eines Angriffs, ließ Täter Manfred von uns ab, redete mit „seinem Opfer“ und verwirrte uns damit. Dies tat er, um uns erneut anzugreifen und uns aus dem Konzept zu bringen. Aber auch dies meisterten wir alle mit Bravour!

Wie verhalte ich mich gegen aufdringliche Sitznachbarn im Bus, Tanzpartner oder



Kunden? Eines ist gewiss erforderlich: Mut laut zu sein, so dass Aufmerksamkeit auf mich und Situation fokussiert wird! Zu wissen, wie der Täter denkt und handelt, verhilft jedem Opfer, die Situation im Keim ersticken zu können. Denn diese Täter suchen sich ihre Opfer genau aus. Schwache Opfer, keine die sich wehren oder selbstbewusst und aufrecht durchs Leben gehen.

Während der Pausen wurden wir durch Anke verköstigt. Aber die anregenden Gespräche endeten nicht.

Zuletzt erzählt Manfred uns einige Vorfälle aus seiner täglichen Arbeit. Er brachte auch eine Sammlung an teilweise selbst hergestellten Waffen mit, die im Einsatz den Straftätern abgenommen wurden. Die Zeit verging wie im Flug. Wir haben Erkenntnisse über uns selbst gewonnen und waren häufig auch erschrocken, über die Brutalität unserer Gesellschaft. Wir sahen Filmausschnitte von Angriffen, aber auch von erfolgreichen Verteidigungen an. Die Übung mit dem Pfefferspray war sehr aufschlussreich. Wir haben uns nur mit Wasser besprüht!

Wir hoffen, dass niemand von uns einmal in die Lage kommt, das Gelernte anwenden zu müssen.

Simone und Melanie

Wassergewöhnung und noch einiges mehr

Kindergartenkinder lernen, sich im großen Wasser aufzuhalten

BOCKENEM. Wenn es um Wassergewöhnung von Kindergartenkindern geht, ist Marlene Fahnemann meist nicht weit. Selbst der Bruch eines Lendenwirbels kann sie nicht aufhalten. Insgesamt 25 vierjährige Kinder nutzen in diesen Tagen die sommerlichen Temperaturen, um im Freibad erste Erfahrungen mit einer größeren Wasserfläche zu sammeln. Neben der AWO-KiTa Bockenem ist auch der Kindergarten Bornum/Mahlum wieder mit dabei. Ziel soll es sein, dass die Kinder am Ende wieder das „SwimStar“-Abzeichen bekommen. Es ist so etwas wie die Vorstufe zum Seepferdchen, geschwommen wird dabei noch nicht.

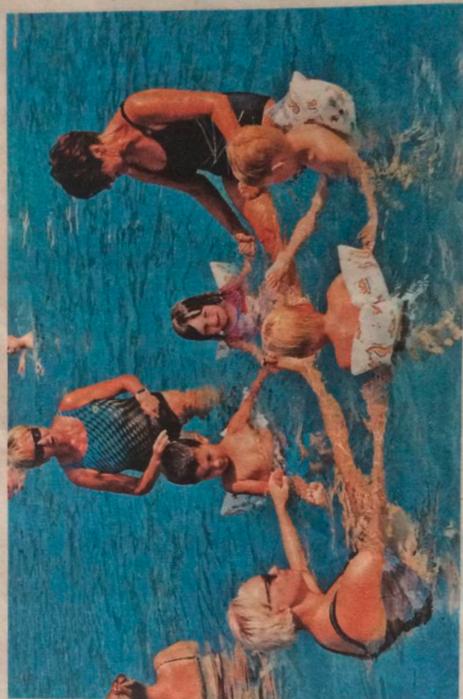
Stattdessen muss der ein oder andere erst einmal lernen, wie es sich überhaupt anfühlt, richtig im Wasser zu sein. Springen vom Beckenrand oder den Kopf unter Wasser halten steht zunächst auf dem Programm. „Es lief diesmal von Beginn an rich-

tig gut. Einige haben sich schon am ersten Tag getraut, ins Wasser zu springen“, freut sich Leiterin Renate Drese-Kolk. In drei Kleingruppen kommen die Kinder aus Bornum und Mahlum ins Freibad.

Doch nicht nur die Gewöhnung an das Wasser wird mit

der Maßnahme erreicht, weiß Drese-Kolk. Integrativkinder verhalten sich im Wasser zum Beispiel viel entspannter. Auch lebenspraktische Abläufe werden geübt. Wiederkehrende Handlungen wie Duschen oder das richtige An- und Ausziehen müssen selbst Vierjährige

manchmal noch lernen. Auch die Verbindung zwischen Erziehern und Kindern wird durch das gemeinsame Baden noch einmal gestärkt. Und nicht zuletzt ist es in der derzeitigen Hitze natürlich auch für alle eine willkommene Abkühlung...



Marlene Fahnemann (hinten) bei der Wassergewöhnung mit einer der drei Kleingruppen des Kindergartens Bornum/Mahlum. Inklusive der AWO-KiTa Bockenem nehmen in diesem Jahr 25 vierjährige Kinder an den Kursen teil. FOTO: Hinz



BERICHTE DER KINDER

Mein erstes Schwimmfest

Ich habe dieses Jahr an meinem ersten Schwimmfest teilgenommen und war ganz schön gespannt, weil ich ja gar nicht wusste was auf mich zukommt und wie das alles läuft. Die Aufregung war ganz schön groß und ich war froh, dass Melanie, Alrun und Inga für uns „kleine“ da waren um uns zu unterstützen.

Zweimal bin ich gestartet und hatte vor dem ersten Start ziemlich viele Schmetterlinge im Bauch als ich auf dem Startblock stand.

Trotz meiner Aufregung bin ich im ersten Umlauf gut gestartet und im Freistil-Wettbewerb als dritte Schwimmerin ins Ziel gekommen.

Den siebten Platz habe ich im zweiten Umlauf im Brustschwimmen belegt.

Auf meine Medaille und meine zwei Urkunden bin ich richtig stolz und gespannt auf mein nächstes Schwimmfest.

Es war ein tolles Erlebnis in schöner Atmosphäre für meine Freunde, meine Eltern und mich.

Eure Julina



Aufbau Schwimmfest

Die sonstige Nudelparty wurde dieses Jahr wieder zu einer Hot-Dog-Party gemacht. Wir trafen uns am Abend vor unserem Schwimmfest und bereiteten alles im Bad vor. Nach getaner Arbeit saßen wir alle zusammen und ließen es uns bei Getränken und leckeren Hot Dogs gut gehen.

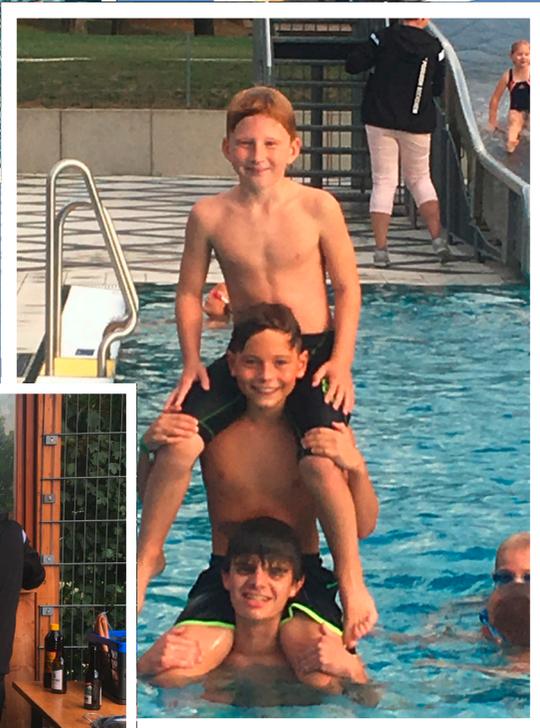
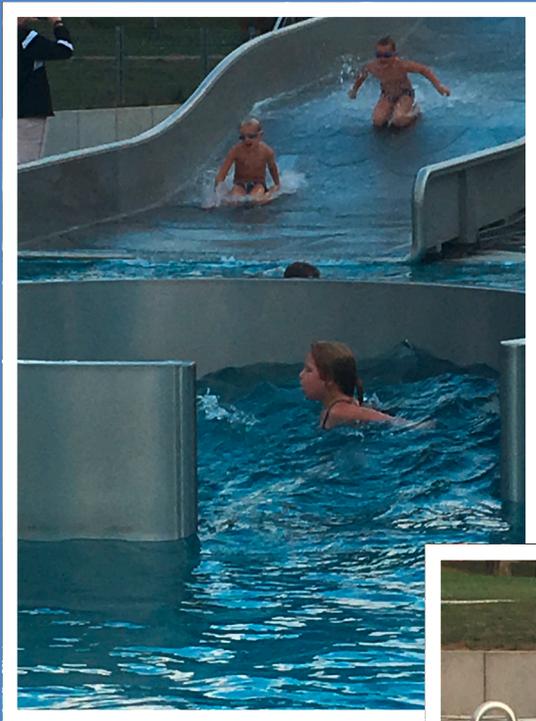
Alina



Bericht Trockentraining

Es ist wieder Wintersaison, das bedeutet am Mittwoch von 18 – 19 Uhr findet das Trockentraining statt. Wir machen Krafttraining am Boden oder auch an Geräten. Das ist wichtig, damit wir im Wasser schneller werden. Manchmal spielen wir auch Spiele, z. B. Völkerball, Zombieball oder Ball über die Schnur. Mir macht das richtig Spaß. Inga und Alrun vom SV Poseidon sind immer nett und lassen sich neue gute Sachen einfallen. So wird es nicht langweilig.

Euer David Fuckert



APPsolut flexibel!

Bestimmen Sie selbst, wann und wo Sie Ihre Finanzen regeln per Smartphone oder Tablet. Unsere kostenlose Banking-App ermöglicht Ihnen:

- größtmögliche Flexibilität
- Multibankfähigkeit
- einfache, intuitive Bedienführung
- Sicherheit nach Bankstandard

**Banking-App –
eine für alles.
Jetzt runterladen!**

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.



Unsere Banking-App können Sie über unsere
Internetseite herunterladen:
www.myvoba.com

Wir machen den Weg frei.

**Volksbank eG
in Bockenem**



...mehr Werte für Menschen



Anschwimmen

Nach langer Hallensaison geht es nun endlich wieder in die Freibadsaison, hoffentlich bei überwiegend schönem Wetter. Lange mussten wir warten, bis wir wieder in „unserem“ Freibad das Training starten konnten.

Dann kam der Tag des Anschwimmens. Aufgeregt und schnell zogen wir unseren Badeanzug und die Badehose an. Mit den anderen gingen wir zum Beckenrand. Wir waren sogar so mutig und stiegen auf die Startblöcke. Die Trainer gaben uns das Kommando: „Auf die Plätze fertig Pfiff...“ und gemeinsam sprangen wir ins Wasser und schwammen, jeder in seinem Stil einige Bahnen. Anschließend konnten wir noch etwas im Wasser spielen.

An unserem Vereinsheim, wurde in der Zwischenzeit der Grill angezündet. Als die ersten Würste und Steaks fertig waren, mussten wir zu unserem Bedauern aus dem Wasser. Aber zum Glück hat die Saison erst jetzt gestartet und somit werden wir viel Spaß beim Training haben.

Marie und Benjamin

Abschwimmen ...

Ist zwar immer ein sehr trauriger Grund ins Freibad zu gehen, weil ja dann eine Freibadsaison vorbei ist, aber es macht mir jedes Jahr riesen Spaß. Unser Abschwimmen beginnt in diesem Jahr – wie immer - erst damit, dass wir uns an den Beckenrand stellen und bei „3“ gemeinsam ins kühle Nass springen um noch einmal gemeinsam einige Bahnen zu schwimmen. Danach können wir im Nichtschwimmer spielen, rutschen und rumtoben. Wenn uns dann irgendwann kalt ist oder der Grillduft zu aufdringlich ist, ziehen wir uns wieder an und laufen ins Vereinsheim. Da gibt es dann lecker Steak, Wurst und viele mitgebrachte Leckereien von den Mamas und Papas. Mit Salaten, allerlei Deftigem und Pudding, können wir uns dann kräftig den Bauch vollschlagen. Wenn wir satt sind, laufen wir Kinder auf den Spielplatz vom Freibad und spielen bis es dunkel wird. Ich freue mich schon auf das Anschwimmen im nächsten Jahr.

Euer John-Philipp



Fasching

Am Mittwoch vor Rosenmontag haben wir uns verkleidet zum Trockentraining getroffen. Keiner sah aus wie der andere, obwohl es viele kleine Prinzessinnen gab. Alrun war als Hexe verkleidet und Inga ging als Schornsteinfeger. Wir haben viele verschiedene Spiele, wie Völkerball, Zimmer aufräumen mit Luftballons und Ball über die Schnur gespielt. In der Pause haben wir Berliner und Laugenstangen gegessen und Limo getrunken. Zum Abschluss haben wir noch ein Gruppenfoto gemacht.

Johanna

Autohaus BOCKENEM **LiER**



Wir leben Autos.

Hachumer Str. 12 · 31167 Bockenem · Tel. 0 50 67 / 91 12-0

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. 05067 / 91 12 - 0

Alle

**Automobilclubs
Schutzbriefversicherer
PKW und LKW bis 3,5t**

**Keine Vorkasse
Direktabrechnung möglich**

verkauf@autohaus-lier.de



Abschwimmen am 07.09.2018

Wir haben uns wie immer am Vereinsheim getroffen um dann gemeinsam ins Schwimmbad zu gehen. Nachdem wir ein Foto gemacht haben, sind wir gemeinsam ins Wasser gesprungen und auf die andere Seite geschwommen. Danach sind wir gerutscht und haben ganz viel Spaß gehabt. Als uns kalt wurde, sind wir zurück ins Vereinsheim gegangen, wo schon leckere gegrillte Sachen, viele Salate und andere Leckereien auf uns warteten.

Jona & Lina

Fasching

Zum Fasching im Februar trafen wir uns alle verkleidet in der Halle.

Ich war ein Rockstar. Inga kam als Schornsteinfegerin, sogar eine Holzleiter hatte sie dabei und war ganz schwarz im Gesicht. Melanie war ein lustiger bunter Clown. Die Verkleidung von Alrun habe ich leider vergessen:-)

Wir machten tolle Spiele, stärkten uns mit leckeren Berlinern und Capri Sonne und hatten viel Spass zusammen.

Die Zeit ging leider viel zu schnell vorbei.

Es war meine erste Faschingsfeier beim Poseidon und ich freue mich schon auf die im nächsten Jahr.

Marlène Corali

Schwimmfest 02.09.2018

Bei dem diesjährigen Schwimmfest hatten wir schönes Wetter und viel Spaß.

Außerdem waren wir auch sehr erfolgreich und haben den ein oder anderen Mannschaftspokal mitgenommen.

Marike und Bernadette

Training bei Alrun

Ich habe dieses Jahr mit dem Training bei Alrun angefangen. Das Training macht mir sehr viel Spaß, weil es nie langweilig wird. Besonders viel Spaß macht mir das Training mit den Flossen.

Marvin



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
» Ölsaubereinigung
» 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



Liebe Inga,

ein weiteres Jahr Training bei dir ist vorüber, das Training bei dir hat uns immer viel Freude bereitet, auch wenn Maxi nur manchmal da war. Auch wenn wir manchmal extrem langsam schwimmen, ist dies nie weil wir keine Lust haben, sondern nur um dich zu ärgern. Es ist logisch, dass unsere Leistungen bei Wettkämpfen an deinem Training liegen, da das intensive Training kombiniert mit Spaß nur zu Erfolg führen kann. Wir hoffen, dass du das genauso siehst. Besonders das Duo Kraulen macht uns viel Spaß. Nur durch dein gutes Training war es uns möglich diese Schwimmart so zu beherrschen, ob gut oder schlecht bleibt Auslegungssache.

Wir hoffen, dass du auch Spaß am Training mit uns hast, vor allem bei Timons schlechten Witzen und dass du uns noch lange erhalten bleibst und wir noch viele Trainingsstunden mit dir erleben dürfen.

Dein Timon und Dein Maximilian

Mein 1. Schwimmwettkampf

Hallo, mein Name ist Justus Gropp. Dies war mein erster Schwimmwettkampf.

Ich war sehr aufgeregt und es hat mir viel Spaß gemacht, obwohl ich den 6. Platz gemacht habe.

Ich trainiere jetzt fleißig weiter um irgendetwann auf den 1. Platz zu kommen.

Bis bald Justus.

Training bei Melanie

Zuerst schwimmen wir uns ein paar Bahnen warm. Danach gibt Melanie uns verschiedene Aufgaben wie zum Beispiel Rückenschwimmen, schwimmen mit dem Brett, tauchen und den Startsprung vom Block üben. Ganz besonders Spaß macht mir das Schwimmen mit Flossen, weil ich dann schnell wie ein Blitz durch's Wasser zische.

Das Schwimmtraining bei Melanie ist immer toll!!!

Eure Lucille

Copyshop - Papier - Druckerei



rauer-digital
druck und medien

Kopien – Ausdrucke – Fotodrucke
Poster und Plakate – Flyer –
Karten für jeden Anlass

einzigartig - vielfältig

Marktstraße 2-3 – Bockenem – Telefon 0 50 67/ 63 63
info@rauer-digital.de – www.rauer-digital.de

In unserem Wasserspiegel 2018 befinden sich wieder viele interessante Firmen, durch die unsere Vereinszeitung erst ermöglicht wurde. Wir bedanken uns nochmals von Herzen bei diesen Firmen für diese Unterstützung und möchten unsere Leser besonders auf diese Inserenten hinweisen.

Mit sportlichen Grüßen im Namen des Vorstands und der Redaktion

WIR SIND UMGEZOGEN!

Autofix
KAROSSERIE- & LACK-SERVICE
Inh. MARIUSZ SUSKI

OPPELNER STR. 2 31167 BOCKENEM

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

Ihr Lackierer in Bockenem!

Die letzten Meter bis zum Seepferdchen!



Romans Badehose, vorher - nachher:

So geht Seepferdchen:

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
- Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser



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

Beispiel:

★ **Günstige EU-Fahrzeuge** ★

Aktuelle Fahrzeuge vor Ort und auf www.dobbratz.de.
Wir suchen auch Ihren Wunschwagen.



Wir kümmern uns!



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