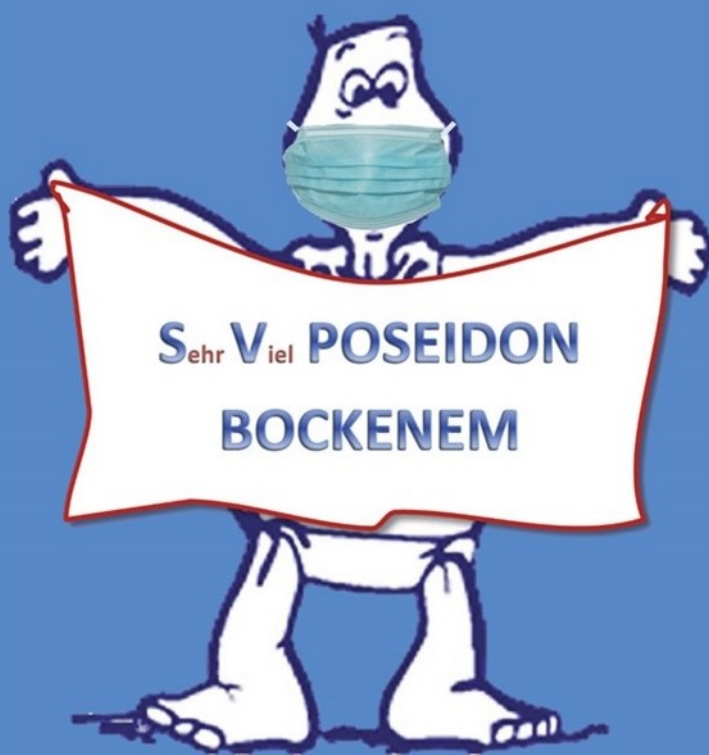


Wasserspiegel 2021



Der SV Poseidon sorgt für Mobilität im Wasser...



... und wir an Land:

**Mit der Economy Service Karte 4+.
Damit bekommen Sie 15% Nachlass*.**

Das gilt für die nächsten 3 Jahre und zwar auf alle Materialkosten bei Wartungs- und Verschleißreparaturen, wenn Ihr VW Pkw 4 Jahre alt oder älter ist. Die Karte ist kostenlos und die Laufzeit kann verlängert werden. Lassen Sie sich bei uns registrieren.

*außer auf Räder, Reifen, Aktionsangebote, Glas-/Marderschäden, Unfall-/Motorschäden sowie Mitnahme-Öl.



Wir sind die Spezialisten!



**EURO
— MOBIL**
RENT-A-CAR

Dobbratz
Seit **1925**

Paul Dobbratz GmbH · Gandersheimer Str. 26 · www.dobbratz.de · 31195 Lamspringe · Tel. 05183/1001



Schwimmverein Poseidon Bockenem e.V. Vereinszeitung 2021

„Das Schwimmbad, unendliche Möglichkeiten! Wir schreiben das Jahr 2 nach Ausbruch von Corona. Dies sind die Aufzeichnungen des SV Poseidon Bockenem, der mit seinen engagierten Mitgliedern 1 Jahr lang unterwegs war um mit neuen, kreativen Möglichkeiten der Pandemie zu trotzen. Weit von der gewohnten Normalität entfernt drang der SV Poseidon in kreative Bereiche vor, an die niemand zuvor gedacht hatte.“

Kommt der Wortlaut irgendwie bekannt vor? Nun ja, auch wenn im vergangenen Jahr wieder etliche Abstriche abverlangt wurden, ist es dem Verein durch das Engagement und der Kreativität der Mitglieder sicherlich gelungen, das Bestmögliche aus der gegebenen Situation zu machen, wie die folgenden Berichte und Beiträge zeigen. Hoffen wir das bald wieder die Normalität Einzug hält und wir unser wunderschönes Schwimmbad mit allen Möglichkeiten wie in Vor-Corona Zeiten genießen können.



Trotz der außergewöhnlichen Pandemie-Zeiten wurde die Finanzierung unserer Zeitung auch diesmal wieder durch engagierte Firmen und ihre Anzeigen ermöglicht, wofür wir uns ganz herzlich bedanken möchten.

Nun aber viel Spaß beim lesen und durchstöbern der Vereinszeitung 2021, und ... bleiben Sie zuversichtlich!

(Die „Enterprise“ kehrte letztendlich auch immer wieder zur Normalität zurück! 😊)



AUTOHAUS *Hansel*

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

» Reparatur und Unfallreparatur
für alle Fabrikate

» Finanzdienstleistung

» HU-Abnahme

» Kundendienst

» Klimatechnik

» Neuwagenvermittlung

» Jahres- und Gebrauchtwagen

» Ersatzteile

Für alle Modelle



Liebe Schwimmfreunde,

wie in jedem Jahr möchte der Vorstand des SV Poseidon Bockenem durch das Vereinsheft zu der Mitgliederversammlung, mit der Bitte um rege Teilnahme,

am **Freitag, den 13. Mai 2022** einladen.

Zur Mitgliederversammlung wird außerhalb dieser umseitigen Information nicht mehr eingeladen.

Mit sportlichen Grüßen

gez. Karin Schaper
1. Vorsitzende

Tierfreund Bockenem

- Tierzubehör
- Einstreuprodukte
- Wildvogelfutter, ganzjährig!
- Gartenbedarf
- Futtermittel von A - Z
- ... und vieles mehr!

Steintorstraße 6
31167 Bockenem

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



Verschenken Sie ein
sauberes Auto!

Gutscheine von
 **Robby**
Autowäsche in Bockenem



Richtig gut Auto waschen

Allensteiner Str. 15 - Bockenem

www.komm-zu-robbby.de



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



Schwimmverein Poseidon Bockenem

EINLADUNG

Die Mitgliederversammlung des Schwimmvereins Poseidon e.V. findet am

Freitag, den 13. Mai 2022 um 19.30 Uhr

im Biergarten des Schwimmbades statt.

Alle Mitglieder sind hiermit 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 2021
6. Entlastung des Vorstandes und des Ehrenrates
7. Wahl eines Kassenprüfers (für 2 Jahre)
8. Genehmigung des Haushaltsplanes 2022
9. Wahlen der Mitglieder des Vorstandes
 - 9.1 2. Vorsitzende
 - 9.2 Sportlicher Leiter
 - 9.3 Fachwart für Lehrgangswesen
10. Ehrungen
11. Beschlussfassung über Anträge
12. Verschiedenes

gez. Karin Schaper

1. Vorsitzende

Bockenem im November 2021



Ehrungen

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

Ehrungen in 2020

25 jährige Vereinszugehörigkeit:	Jessica Kolle Melanie Probst
50 jährige Vereinszugehörigkeit:	Lars Becker
60 jährige Vereinszugehörigkeit:	Manfred Schliebaum





Ehrungen in 2021

25 jährige Vereinszugehörigkeit:

Rosi und Jürgen Hamann
Carmen und Otfried Schwarz

60 jährige Vereinszugehörigkeit:

Ulla Braukmann



Änderungsschneiderei

E. Paszkiewicz

Telefon 05067-3868

Buchholzmarkt 3, 31167 Bockenem

Öffnungszeiten:

Dienstag 09.00 - 12.30 Uhr
14.30 - 18.00 Uhr



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



Bericht der 1. Vorsitzenden

Liebe Poseidonen,

vor kurzem habe ich in Schleswig Holstein gelesen, dass dort noch ein Freibad offen ist und die Wassertemperatur 27 Grad beträgt. Die Gäste, die auf dem Foto zu sehen waren, tummelten sich freudig im Wasser.

Da musste ich gleich an unser schönes Bad denken. Auch wenn die Badesaison später startete, hatten wir gut besuchte Kurse, Trainingsabende und vor allem volle Schwimmkurse.

Unser sportlicher Leiter, unsere Trainer, -assistenten und Helfer organisierten gemäß den gesetzlichen Vorgaben den Ablauf hervorragend. Das Training im „Trockenen“ gestaltete sich in diesem Jahr auch für jung und alt recht abwechslungsreich. Marlene Fahnemann und Conny Hartung zeigten sehr viel Kreativität.

Ein schöner Ausklang der Saison war das Abschwimmen.

Viele Teilnehmer und ein geselliger Abend für alle.

Schön, dass wir auch in diesem Jahr wieder neue Mitglieder begrüßen durften.

In der überdachten Zeit gibt es für alle ein abwechslungsreiches Programm. Wir haben ein tolles Team, das dieses Training so ermöglicht.

So hoffe ich für die nächste Saison auf ein Schwimmfest, eine lange Jubiläumsnacht und dass alles wieder ganz normal sein kann. Wenn dann noch die Sonne scheint, sind wir alle happy.

Bei allen, die den Verein unterstützt haben, möchte ich mich herzlich bedanken. Ein Dankeschön ans Schwimmbad-Team, die Stadt Bockenheim und weiterhin eine gute Zusammenarbeit mit den Vereinen.



Ich wünsche ihnen und euch allen eine friedvolle, besinnliche Weihnachtszeit, ein gesundes und glückliches Jahr 2022.

Erfüllte Wünsche (wie immer ein Spruch zum Schluss)

Das schönste Geschenk, das man einem anderen Menschen machen kann, ist aufrichtige Zuwendung.

Eure Karin Schaper

KOSMETIK – STUDIO **Jenny Freise**

Staatlich geprüfte Kosmetikerin



Bönnier Str. 7
31167 Bockenem
05067 / 917330
0176 / 34674268

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag nach Vereinbarung



Bericht der Kassenwartin

Das Jahr 2021 war erneut kein Jahr wie jedes andere, aber wir konnten aufgrund der gesammelten Erfahrungen aus dem letzten Jahr besser mit umgehen. Sicherlich wurden wir in der ersten Jahreshälfte noch etwas ausgebremst, aber mit Beginn der Freibadsaison konnten wir in allen Gruppen einen fast normalen Trainingsbetrieb durchführen.

Was mich besonders gefreut hat, war die große Anzahl an Kursen, die wir in unserem schönen Freibad Bockenem wieder anbieten konnten. So wurden unter der Leitung von Marlene Fahnmann sieben !!! Seepferdchen-Schwimmkurse durchgeführt. Sie hatte hierbei die Unterstützung unseres kompletten Übungsleiterstabs, so dass alle Schwimmanfänger*innen über die gesamten Kurse bestens betreut werden konnten. Neben dem Seepferdchenkurs hatten die Kinder aber auch bei uns im Verein die Möglichkeit, ihre Schwimmfähigkeit im Rahmen eines Aufbau-/Bronzekurses zu erweitern. Hier fanden zwei Kurse statt, die von Melanie und Conny bzw. von Emely und Timon durchgeführt wurden. Beide Kurse verliefen ebenfalls sehr erfolgreich.

Mein besonderer Dank geht an Marlene, Melanie, Lena, Emely, Timon, Milena, Johanna und Conny. Durch euch haben viele Kinder Spaß am Schwimmen lernen gehabt und einige von ihnen möchten auch weiterhin bei uns im Verein aktiv sein.

Aller guten Dinge sind drei und so gab es auch in diesem Jahr die von Marlene Fahnmann geleiteten und sehr beliebten Aquafitnesskurse, die über den ganzen Sommer hindurch stattfanden. Auch hier war die Vertretung bestens geregelt...wenn Marlene mal nicht konnte, sprang Conny für sie ein.

Alle Aktivitäten fanden zu jeder Zeit unter Einhaltung und Beachtung der aktuellen Corona-Regeln statt. Hier gilt mein Dank unserem sportlichen Leiter Meik Eberleh, der den Trainingsbetrieb immer bestens organisiert hat und uns (Vorstand und Übungsleiter*innen) mit allen notwendigen Informationen versorgt hat.



Das Jahr 2021 stellte mich als Kassenwartin erneut vor Herausforderungen, aber sie waren nicht so unvorhersehbar wie in 2020. Sicherlich hat auch der für das Jahr 2021 aufgestellte Haushaltsplan wieder kaum Bestand, da die Aktivitäten fehlten, aber wir sind gut durch das Jahr gekommen.

Besonders erfreulich hat sich unser Mitgliederbestand entwickelt. Wir haben in diesem Jahr 10 Mitgliedschaften dazu bekommen und damit verbunden einen Zuwachs von 19 Personen, was ca. 10% unseres Mitgliederbestandes ausmacht. Dies ist sicherlich dem engagierten Einsatz unseres sportlichen Leiters Meik Eberleh und seinem Trainerteam zu verdanken, die immer bemüht sind, im Rahmen des erlaubten, den Trainingsbetrieb durchzuführen.

Ein großes Dankeschön geht an die Stadt Bockenheim und die Mitarbeiter des Stadtbades, die alle zusammen die Eröffnung des Freibades möglich gemacht haben und uns somit die Möglichkeit zum Trainieren gegeben haben. Die diesjährigen Trainingsbedingungen waren wieder optimal.

Ein besonderes Highlight in diesem Jahr war die Sammelaktion von REWE „Scheine für Vereine“. Als ich zum Sammeln für unseren Verein aufgerufen habe, konnte ich überhaupt nicht einschätzen, wie viele Scheine zusammen kommen. Ich hatte optimistisch mit 300 – 500 Scheinen gerechnet, was für uns als kleiner Verein schon super gewesen wäre. Meine Idee, dort mitzumachen war, in der sportarmen Zeit als Verein bei Mitgliedern und Nichtmitgliedern im Gespräch und in Erinnerung zu bleiben. Was dann aber passierte war der Wahnsinn. Es wurde in nah und fern, von Mitgliedern und Nichtmitgliedern, von Bekannten und Fremden für uns gesammelt, so dass wir am Ende im Wert von weit über 3000 Vereinsscheinen bei Sport Thiemme shoppen konnten.





Nach kurzer Abstimmung zwischen Vorstand und Trainerteam stand schnell fest, welche Trainingsgeräte davon angeschafft werden sollten. Toll!!! Ein herzliches Dankeschön an alle fleißigen Sammler*innen und REWE für die Aktion!!!

Unseren Saisonhöhepunkt bildete unser diesjähriges Abschwimmen, was bis dahin auch unsere einzige Veranstaltung war. Mit ca. 100 Personen hatten wir alle einen traumhaften Freitagabend im Freibad, der nicht besser sein konnte. Das Wetter war perfekt, es gab leckeres Essen und Getränke und sogar musikalische Begleitung aus dem Biergarten. Gerne wieder!!! Herzlichen Dank an das Organisationsteam.

Es freut mich, dass trotz der weiterhin schwierigen Zeit wieder zahlreiche Berichte und Fotos für unseren diesjährigen Wasserspiegel zusammen gekommen sind, die das Vereinsleben widerspiegeln und uns unsere Anzeigenkunden auch weiterhin treu geblieben sind. Bitte liebe Leser*innen, berücksichtigen Sie unsere Inserenten bei Ihren Einkäufen...das Internet und die großen Ketten unterstützen uns hierbei nicht!

Ich wünsche uns allen, dass wir gut durch diese Zeit kommen und ab 2022 vielleicht alles wieder im Normalbetrieb stattfinden kann.

Anke Niepel

Meisterbetrieb
ehrhhardt
Bad | Heizung | Energie

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



Bericht des sportlichen Leiters

Wir konnten am 26. Mai mit dem Training beginnen. Da das Konzept des letzten Jahres gut gegriffen hat, konnten wir es mit kleinen Anpassungen wieder verwenden. Später wurden sogar einige Zeiten wieder zusammengelegt, dadurch konnten alle Vereinsmitglieder am Training teilnehmen ohne auf die Zeit achten zu müssen.

Die Gruppen teilten sich wie folgt auf:

Gruppe Alrun und Melanie mit Emely und Lena ab: 18.45 Uhr

Gruppe Meik und Timon ab 18:45 Uhr

Gruppe Inga ab 19.00 Uhr

Gruppe Anke ab 19:15 Uhr

Gruppe Marlene ab 19:15 Uhr

Ersatz Milena und Johanna

Das im letzten Jahr ausgeteilte Material konnte wieder eingesammelt werden, da die Benutzung im Wasser als unbedenklich eingestuft worden ist. Zur Vorsicht behandelten wir die Materialien nach jeder Benutzung.

Inzwischen genießen wir wieder ohne Einschränkungen das Wasser in Goslar.

Auch in anderen Bereichen war das Jahr ein voller Erfolg, so begrüße ich noch einmal alle neuen Kinder und ihre Eltern bei uns und hoffe, dass ihr und Sie viel Spaß bei uns haben werdet.

Ein Verein kann nur funktionieren, wenn alle mit viel Eifer dabei sind. Darum möchte ich allen Trainern, Trainerassistenten und Helfern am Beckenrand für ihre Zeit und geopfert Freizeit danken. Euch ist es zu verdanken, dass der Betrieb so stattfinden konnte und wir auch in diesem Jahr wieder viele neue Schwimmer begeistern konnten.

Das siebte Jahr ist zwar noch nicht vorbei, aber es war bisher alles andere als das verflixte Jahr.

Euer Meik

Sportliche-Leitung



Abschwimmen 2021 - Teil 1





Abschwimmen 2021 - Teil 2





Eure neuen Jugendwarte

Hallo liebe Vereinsmitglieder, Schwimmende und Kinder,

wir sind Alina, Johanna und Milena, eure neuen Jugendwarte.

Wir drei sind gut befreundet, bereits seit vielen Jahren in diesem Verein, und schwimmen schon unser gesamtes Leben. Bisher haben wir uns noch nicht aktiv engagiert, doch dies soll sich nun ändern.

Doch was macht ein Jugendwart?

Als Jugendwarte vertritt man die Interessen der Kinder, das heißt, wenn euch etwas auf dem Herzen liegt oder ihr Wünsche in Bezug auf den Verein oder Aktivitäten haben solltet, kommt ihr zu uns, sodass wir diese Anregungen weiterleiten und umsetzen können.

Wir sind also Ansprechpartner für alles, was euch Kinder betrifft und organisieren z.B. die Weihnachtsfeier.

Damit ihr uns nun ein bisschen besser kennenlernt, wollen wir uns gerne einzeln vorstellen.

Hallo, mein Name ist Johanna, ich bin 17 Jahre alt und gehe in die 12. Klasse. Ich wohne in Bockenem und schwimme bereits seit 11 Jahren in diesem Verein. Ich persönlich finde es wichtig, den Verein so zu unterstützen und somit auch auf die Interessen der Kinder einzugehen.

Hi, ich bin Alina, 17 Jahre alt und komme aus Rhüden. Ich gehe in die 12. Klasse und bin ebenfalls bereits 11 Jahren Mitglied dieses Vereins. Ich freue mich sehr darauf, in nächster Zeit neben dem Schwimmtraining ebenfalls im Verein tätig zu sein.



Hallo, ich bin Milena, 20 Jahre alt und wohne in Schlewecke. Ich habe in diesem Jahr mein Abi absolviert und mache momentan einen Bundesfreiwilligendienst in einem Kindergarten. Zudem bringe ich Kindern bereits seit einigen Jahren das Schwimmen bei und habe dabei sehr viel Spaß.

Wir hoffen, dass ihr so ein bisschen mehr über uns erfahren konntet und wir in Zukunft noch mehr auf eure Wünsche eingehen können.

Eure Jugendwarte
Alina, Johanna & Milena





Bericht der Lehrgangswartin

Auch das Jahr 2021 stand weiter unter den Auflagen der Corona-Pandemie. Viele Lehrgänge wurden abgesagt oder fanden „online“ statt. Die Kampfrichter-Lizenzen, die am 31.12.21 auslaufen, werden stillschweigend bis 31.12.22 verlängert.

Da Schwimmfeste nur eingeschränkt oder ebenfalls nicht stattfanden, kamen unseren neuen Kampfrichter, Corinna Messner und Florian Gropp, noch nicht zum Einsatz. Drei Einsätze als Kampfrichter in verschiedenen Positionen sind erforderlich, um die Lizenz ausgehändigt zu bekommen.

Bei den Trainer-Lizenzen geht man ähnlich vor:

Corona bedingt können alle im Jahr 2021 auslaufenden DOSB Trainer-Lizenzen auf formlosen Vereinsantrag bis zum 31.12.22 um ein weiteres Jahr verlängert werden, wenn mind. 5 LE im letzten gültigen Zeitraum absolviert worden sind. Bei absolvierten 15 LE greift die sonst gewohnte Lizenzverlängerungsregelung.

An dieser Stelle erschienen sonst immer die neuen Termine für Lehrgänge im nächsten Jahr. Aber auch darauf muss verzichtet werden, da die Planungen sich nach den jeweils gültigen Corona-Bestimmungen richten. Wer Interesse an eine Trainer-Ausbildung hat oder Kampfrichter werden möchte, wende sich bitte telefonisch unter 05067-5113 oder per E-mail connyh@rtung-home.de an mich. Gemeinsam können wir nach Möglichkeiten und Terminen schauen. In meinem Bericht „Auf dem Weg zur Trainer-Lizenz“ findet Ihr eine genaue Ablaufbeschreibung.

Ich wünsche allen Vereinsmitgliedern eine frohe Weihnachtszeit, einen guten Rutsch und ein gesundes und sportliches 2022.

Conny Hartung



Unser Schwimmjahr

Auch das Schwimmjahr 2021 stand beim Schwimmverein Poseidon Bockenheim ganz im Zeichen der Corona-Pandemie. Es wurde kein Schwimmfest besucht und auch die Kreismeisterschaften und das eigene Schwimmfest konnten nicht stattfinden.

Ohne Anschwimmen haben wir nach Eröffnung des Freibades unser Schwimmtraining begonnen. Das Schwimmtraining fand montags, mittwochs und freitags bis zum Saisonende statt. Jeder Trainer / jede Trainerin hatte eine feste Gruppe mit bis zu fünf Kindern, eine feste Trainingsbahn und eine feste individuelle Trainingszeit. Auf Einhaltung der jeweils geltenden Corona-Regelungen wurde und wird immer großer Wert gelegt. Im September konnte auch endlich wieder ein Abschwimmen stattfinden. Mit zahlreichen Salat- und Kuchenspenden, unterstützt vom Team des Biergartens rund um Ulf Schliebaum, haben Kinder/Jugendliche, Trainer*innen und Familienangehörige einen sehr schönen Abend im Freibad verbracht. Nach der Freibadsaison trainierten und trainieren wir mittwochs in der Turn- bzw. freitags in der Schwimmhalle im Aquantic in Goslar. In der Sporthalle wurde und wird in zwei altersabhängigen Gruppen unter Einhaltung des Abstands und nach Desinfektion der Hände und ggf. Geräte geturnt, gelaufen sowie gespielt und in der Schwimmhalle gelten ähnliche Regeln wie im Freibad.

Eine Weihnachtsfeier ist von unseren neuen Jugendwartinnen Alina, Johanna und Milena für Dezember geplant.

Weiterhin stand und steht uns ein relativ großes Team an Trainer*innen und Übungsleiter*innen zur Verfügung, so dass es uns möglich war, viele Trainings-Kleinst-Gruppen zu bilden und damit die geltenden Corona-Regeln einzuhalten. Den Kindern und Eltern gilt auch dieses Jahr wieder ein besonderer Dank, denn trotz der außergewöhnlichen Lage war die Einsatzbereitschaft und die Trainingsbeteiligung sehr positiv und wir konnten eine Vielzahl neuer, junger Schwimmerinnen und Schwimmer begrüßen. Bleibt zu hoffen, dass das Jahr 2022 endlich wieder etwas „normaler“ verläuft.

Inga



**Wer kommt
wenn's dunkel
bleibt ?**

**TEL: 05384-371
FAX: 05384-212**

38723 SEESEN-RHÜDEN
Schlackenstraße 18-20

ELEKTRO
SCHLÜTER

Leistung die stimmt, Service der klappt !



Bronzeabzeichen 2021

Da im Jahr 2020 keine Bronzekurse stattgefunden haben, war im Jahr 2021 die Nachfrage groß. Aus diesem Grund entschied sich das Trainerteam um Marlene und Conny, zwei Crashkurse (einmal 7 Termine, einmal 10 Termine) durchzuführen. Zusätzlich konnten Kinder, die bereits im Verein sind, aber noch kein Bronzeabzeichen haben, am regulären Training teilnehmen, um das Abzeichen zu erreichen.

Bedacht werden musste auch die neue Regelung der Fertigkeiten zur Abnahme des Abzeichens. Seit dem 1. Januar 2020 gibt es nur noch den deutschen Schwimmpass, es wird nicht mehr in den Jugendschwimmpass und den Erwachsenenschwimmpass unterschieden. Das hat zur Folge, dass für das Deutsche Schwimmaabzeichen Bronze (Freischwimmer) folgende Aufgaben erledigt werden müssen, egal wie alt der Schwimmer ist:

Theoretische Prüfungsleistungen

- Die theoretische Prüfung umfasst die Kenntnis von Baderegeln

Praktische Prüfungsleistungen

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen. In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten)
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes (z.B.: kleiner Tauchring)
- ein Paketsprung vom Startblock oder 1 m-Brett



Unser Konzept ging auf und es konnten am Ende der Kurse bzw. des Sommers viele Bronzeabzeichen an die stolzen Teilnehmer übergeben werden. Einige der Teilnehmer sind in den Verein eingetreten und nehmen regelmäßig am Training teil.

Melanie




Ulrich Bork
RAUM AUSSTATTUNG

Königstraße 19
31167 Bockenem

Tel. 0 50 67 · 61 43
Fax 0 50 67 · 61 50

info@ulrich-bork.de · www.ulrich-bork.de



Juli-Schwimmkurs des SV Poseidon Bockenem erfolgreich absolviert

Nachdem im Juni bereits zwei Schwimmkurse stattfanden, startete am Mittwoch, den 07. Juli ein weiterer Kurs. Insgesamt 10 Kinder im Alter von vier bis sechs Jahren nutzten die optimalen Bedingungen im Freibad in Bockenem, um Schwimmen zu lernen.



Zu Beginn des Schwimmkurses geht es in den ersten Stunden ums Kennenlernen. Nach den ersten Trockenübungen geht es auch direkt in das Wasser. Erstmal geht es darum, dass die Kinder sich an die Bewegungsabläufe gewöhnen. Mit der Kombination aus der Arm- und Beinbewegung und dem Training wird mehr und mehr die Unterstützung, welche die Kinder durch Schwimmhilfen haben, abgebaut. So können sich die Kinder von Zeit zu Zeit an die Bedingungen im Wasser gewöhnen.

Bei den Schwimmkursen geht es nicht ausschließlich um das Schwimmen lernen. Spielerisch lernen die Kinder, zu tauchen und zu gleiten. Auch das Springen vom Beckenrand, welches vielen Kindern viel Freude bereitet, darf dabei nicht zu kurz kommen. Da kommt es schon mal vor, dass das



eine oder andere Kind einen Salto vom Beckenrand probiert. Darüber hinaus lernen die Kinder, wie sie sich gemäß der Baderegeln an und im Wasser zu verhalten haben.

Der dritte Schwimmkurs des SV Poseidon Bockenem e.V. im Sommer 2021 konnte auch dieses Mal erfolgreich abgeschlossen werden. Erneut schafften viele Kinder das Seepferdchen. Nach dem Erhalt des Seepferdchens ist es jedoch weiterhin wichtig, dass die Kinder regelmäßig schwimmen, damit sie sich immer sicherer im Wasser bewegen können. Der Verein bietet hierfür weiterführende Trainingsgruppen an, in welchen die Schwimmfertigkeiten verbessert werden sollen. Bei bestehendem Interesse wenden Sie sich an Melanie Eberleh, entweder per E-Mail an m.eberleh@web.de oder per Telefon unter 05067-247820.

Timon





Trainingsberichte der Kinder

Training bei Melanie

Training bei Melanie finde ich immer gut. Es macht mir Spaß und ich kann viel lachen. Außerdem habe ich viel gelernt und werde mutiger, da ich von Melanie immer guten Zuspruch bekomme.

Dexter Karl Hüter

Das Training bei Melanie ist immer sehr cool. Besonders das Kraulschwimmen hat mir sehr gut gefallen. Aber am besten war es, wenn wir nach dem Training noch ins Nichtschwimmerbecken zum Toben durften. Ich freue mich schon auf die nächste Saison.

Euer John-Philipp

Hallo, ich heiße Frieda Kühne, bin 7 Jahre alt und schwimme seit dieser Sommersaison beim SV Poseidon Bockenem e.V. mit, wie meine große Schwester Mathilda auch. Ich freue mich immer auf das Training bei Emely, da wir ein abwechslungsreiches Programm haben und sie sich jedes Mal etwas einfallen lässt. Außerdem ist Emely sehr nett zu mir. Am liebsten schwimme ich mit den Flossen.

Ich hoffe, dass wir trotz Corona weiterhin trainieren können!

Frieda

Hallo, ich bin Leonie, 9 Jahre alt und bin bis zur letzten Saison bei Melanie geschwommen. Jetzt trainiere ich bei Meik und Timon.

Das Training bei Melanie hat mir immer sehr viel Spaß gemacht. Wir sind viel geschwommen und haben verschiedene Techniken trainiert. Am meisten Spaß hat mir das Delfinschwimmen gemacht. Aber wir haben



auch Spiele gemacht, wie zum Beispiel Ringe holen, weit tauchen oder Seestern gespielt.

Seit diesem Sommer schwimmt meine Schwester Sophia bei Melanie und auch ihr macht es großen Spaß. Am liebsten spielt sie Wasser Memory. Das Training bei Melanie macht einfach riesigen Spaß!

Leonie und Sophia

Training bei Emely

Training bei Emely ist einfach toll! Sie trainiert uns – die Kleinen. Ich freue mich jedes Mal darauf. Es macht mir richtig viel Spaß, weil wir mittwochs beim Trockentraining Zombieball spielen und viele verschiedene Übungen machen. Auch am Freitag, wenn wir nach Goslar zum Schwimmen fahren, ist es aufregend. Emely gibt uns Tipps und Tricks, wie wir beim Schwimmen noch besser werden. Sie lässt sich auch Sachen einfallen, die wir noch nicht kennen. Darum ist das nie langweilig. Ich hoffe, dass ich noch lange mit und bei Emely trainieren kann.

Eure Hanna Fuckert





Training bei Timon

Ich schwimme schon ein paar Jahre beim Poseidon. Im Sommer war ich immer 3 mal die Woche beim Training. Timon ist zwar manchmal streng, aber das Training macht mir Spaß. Ich habe dieses Jahr Schmetterling schwimmen gelernt und das Kraulen verbessert. Am Ende des Sommers habe ich auch endlich mein Goldabzeichen bekommen.

„Vielen Dank an euch alle!“

Das Abschwimmen war ein sehr schöner Abschluss.

Jannik

Das Training bei Timon war sehr abwechslungsreich und spannend. Ich habe sehr viel Neues gelernt. Wir sind auch manchmal ins kleine Becken gegangen und haben da neue Übungen gemacht. Das Training hat viel Spaß gemacht. Ich fand gut, dass wir unsere Schwimmabzeichen machen konnten.

Marvin Wolkenhauer

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



Bericht Wasserball

Der Berichtszeitraum erstreckt sich vom 01.11.2010 bis zum 31.10.2021.

Die Hallensaison 2020/2021 bestand aus einem einzigen Trainingsabend am 27.10.2020, dann führte der Lockdown dazu, dass alle Bäder für viele Monate schließen mussten und Wasserballtraining und vieles andere nicht mehr möglich waren.

Ein Teil der Wasserballer traf sich ab Mitte November zum virtuellen Training weiterhin jeweils dienstags. Via Zoom verabredeten wir uns virtuell und versuchten die Übungen der Trainerin Anna bestmöglich zu absolvieren. Adrian und Ernst verteilten die Links der YouTube-Videos (growingannanas) jeweils zeitgerecht vor Trainingsbeginn. Diese Workouts waren sehr anstrengend, trugen aber dazu bei, dass die Teilnehmer ihre Fitness während des Lockdowns weitestgehend aufrechterhalten konnten. Es wurde dann sogar der Donnerstagabend als zweiter Trainingstag dazu genommen und so gab es zwei feste Sporttermine und die Möglichkeit die Kontakte zu den Mitspielern zumindest virtuell zu pflegen. Einige haben im Sommer weiter virtuell trainiert und führen das Training mit Anna weiterhin regelmäßig fort.

Darüber hinaus gab es noch eine kleine Wandergruppe bestehend aus Adrian, Dirk Rüger und mir (zeitweise auch Thore), die mit Stirnlampe regelmäßig mittwochs 19 h zu zweistündigen Nachtwanderungen im Harz aufbrachen. Ab Mai wurden die Einschränkungen durch die Pandemie glücklicherweise nach und nach gelockert und am 01.06.2021 öffnete das Freibad Bockenem. Wir durften sogar schon Ende Mai vor der offiziellen Eröffnung mit dem Training beginnen. Jeweils mittwochs konnte Wasserballtraining stattfinden und die Trainingsbeteiligung war im Sommer 2021 recht gut. Auch die Spieler, die sich am virtuellen Training nicht beteiligten, waren glücklicherweise fast alle wieder regelmäßig dabei.

Punktspiele gab es jedoch nicht. Um wenigstens ein wenig Spielpraxis zu erhalten wurde am 14.7.2021 ein Freundschaftsspiel gegen Hellas 99 Hildesheim durchgeführt. An dem Tag waren fast alle unsere Spieler dabei und wir



waren personell somit bestens besetzt. Ulf Lindenberg spielte im Tor und brachte noch zwei Kollegen (Müllerchen und Klimpi) aus Spandau mit. Da nun sehr viele Spieler zur Verfügung standen spielte Sven Brager an dem Tag für Hellas. Das war insofern ungünstig, weil er fünf Treffer erzielte und Hellas deshalb mit 11:9 gewann. Aber das Ergebnis stand nicht im Vordergrund. Im Anschluss gab es bei herrlichem Wetter Kaltgetränke im Biergarten.



Am 4.8. wurde auf Wunsch eines einzelnen Herrn statt Training einmal eine Partie Minigolf gespielt. Insbesondere die älteren Jahrgänge waren dabei sehr erfolgreich (1. Bernd, 2. Flakko, 3. Dirk Roge).

Am letzten Augustwochenende weilte -wie im Vorjahr- die Jugendmannschaft des SC Steinhagen mit ihrem Trainer Ernst Czaplinsky zum Trainingslager in Bockenem. Mehrere Trainingseinheiten wurden absolviert. Am Samstagabend gab es dann das Freundschaftsspiel gegen den MTV Seesen als Highlight des Trainingslagers. Der SC Steinhagen, der auch einige sehr leistungsstarke Herrenspieler dabei hatte, siegte mit 15-11. Ernst und Adrian spielten beim SC Steinhagen und erzielte zusammen fünf Treffer. Bei uns gab



es leider einige kurzfristige Ausfälle und Thore Pohl stand nicht zur Verfügung, weil er als Schiri die Partie leiten musste. Es gab dann noch ein zweites Spiel („weiß“ gegen „blau“) in geänderter Zusammensetzung. Die Jugendlichen „weiß“ sollten Spielpraxis bekommen, sie unterlagen knapp mit 7:9. Leider war das Wetter an dem Wochenende sehr schlecht. Wasserball im Dauerregen ist zwar möglich, aber bei Sonnenschein ist es dann doch schöner. Das leckere Grillbuffet und die obligatorischen Kaltgetränke im Biergarten mundeten trotz der kalten Witterung.

Training konnte in Bockenem bis zur zweiten September-Woche durchgeführt werden. Wie immer fehlt zum Saisonende das Flutlicht, das seit dem Umbau des Stadtbads 2011 leider nicht mehr vorhanden ist. Wenn es bereits gegen acht Uhr dunkel wird, bleibt wenig Zeit im Wasser.

Am 14.9. konnte dann bereits das Training in der Sehusa-Wasserwelt wieder aufgenommen werden. Im Januar 2022 sollen nun die ersten Punktspiele nach fast zwei Jahren Unterbrechung stattfinden. Der SV Treue Schöningen hat aufgrund Spielermangel für die kommende Saison keine Mannschaft gemeldet. (siehe Spielplan) Somit treten nur noch sechs Teams an (siehe Spielplan). Es bleibt zu hoffen, dass die Punktspiele wie geplant stattfinden und wir dann im Sommer in der Rückrunde wieder Heimspiele in Bockenem austragen können.



Spielplan der Wasserball-Bezirksoberliga Braunschweig

Wasserball-Saison 2022 (Winterhälfte)

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Heim		Gast	Spielort
Dienstag	11.01.2022	19:45	MTV Seesen	:	WSV Wolfenbüttel	Sehusa-Wasserwelt Seesen
Dienstag	25.01.2022	19:45	MTV Seesen	:	Eintracht Braunschweig	Sehusa-Wasserwelt Seesen (Pokal)
Dienstag	15.02.2022	21:00	ASC Göttingen	:	MTV Seesen	Unibad Göttingen
Dienstag	22.02.2022	19:45	MTV Seesen	:	VfL Wittingen	Sehusa-Wasserwelt Seesen
Donnerstag	03.03.2022	20:30	Eintracht Braunschweig	:	MTV Seesen	Heidbergbad Braunschweig
Dienstag	15.03.2022	20:45	Germania Braunschweig	:	MTV Seesen	Heidbergbad Braunschweig



Den Pokal des besten Torschützen kann auf der diesjährigen Weihnachtsfeier nicht vergeben werden, somit wird Adrian ihn ein weiteres Jahr behalten.

Als Ersatz für die im letzten Jahr ausgefallene Weihnachtsfeier war am 7.10. ein gemeinsames Essen im Schnitzelkönig in Lautenthal angesetzt. 13 Spieler waren dabei und genossen die Schnitzel in XXL-Größe. Es wäre schön, wenn diese Anzahl auch bei jedem Auswärtsspiel zur Verfügung stehen wird.

Hans-H. Schrader



*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



BOWE OPTIK

Brillenmode
Contactlinsen
Königstraße 8
31167 Bockenem

Telefon:
05067/1698
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		



Aquafit am Vormittag

Obwohl Corona leider immer noch nicht Vergangenheit ist, konnten wir ab dem 1. Juni unser Schwimmtraining und unser Kursprogramm im herrlichen Stadtbad Bockenem wieder starten. Wie bereits in 2020 unter Berücksichtigung der vorgeschriebenen Hygiene- und Abstandsregeln. Ich konnte also auch wieder die beliebten Aquafit Kurse im Flachwasser (Nichtschwimmerbecken) durchführen.

Jeweils am Dienstag und am Donnerstag fanden vormittags jeweils 2 Kurse statt. Die Beteiligung war wieder sehr gut, in jedem Kurs nahmen durchschnittlich 14-16 Frauen und Männer teil. Die hochmotivierten Teilnehmer bewegten sich mit Poolnudeln, Aqua Discs, Hanteln, Stäben, Brettern und auch mal ganz ohne Geräte, auch beim Zirkeltraining wurde ordentlich gepowert. Es musste auch niemand frieren, bei durchweg tollen Temperaturen im Wasser (27-29°C) fühlten sich alle wohl.

Als die Wassertemperatur an einem Tag die 25°C nicht erreichte, sind wir kurzfristig ins Sportbecken gewechselt und haben mit Aquajogging Gürteln - zwar für einige Teilnehmer/innen gewöhnungsbedürftig - unsere Wassergymnastik und Aquajoggen probiert.





Ich hatte in diesem Sommer tatkräftige Unterstützung durch Conny Hartung. Conny erledigte nicht nur die „Buchführung“: Anwesenheitslisten führen, Geld einsammeln, Quittungen schreiben, sie hat mich auch einige Male am Beckenrand zur vollsten Zufriedenheit aller Teilnehmer vertreten. Und selbstverständlich war Conny auch im Wasser aktiv dabei.

Zum Saisonabschluss trafen wir uns nach der Wassergymnastik im Biergarten, wo uns ein sehr leckeres Frühstück erwartete, zubereitet von Petra und Ulf Schliebaum. Es war für uns alle wieder ein schöner Sommer, Spaß und Bewegung im schönen Freibad Bockenem.

Ich freue mich auf die nächste Saison und wünsche mir, dass wir uns alle gesund und munter wiedersehen.

Marlene Fahnemann





Aquafitness bei Marlene

Mit nur 4 Wochen Verspätung öffnete am 1.06.21 das Freibad die Türen. Dank WhatsApp und Mundpropaganda startete Marlene sofort mit den Aquafitnesskursen.

Bedingt durch Corona und der hohen Beteiligung musste die Gruppe aufgeteilt werden. Für jeweils 45 Minuten, die 1. Gruppe begann um 10 Uhr und die 2. Gruppe startete im Anschluss um 11 Uhr, bot Marlene uns Teilnehmern ein abwechslungsreiches und kreatives Programm.

Nach dem Motto ...mit Musik geht alles leichter... wurden wir mit alten Schlagern, Klassik und modernen Hits auf Trab gebracht. Im warmen Wasser des Nichtschwimmerbeckens wurden wir bei Wind und Wetter fit gemacht. Mit unterschiedlichen Sportgeräten mussten wir uns mancher Herausforderung stellen. Das zeigte sich auch bei der Aquafitness-Stunde im Tiefwasser. Was für ein Erlebnis. Aber das Wichtigste ... der Spaß kam dabei nie zu kurz.

Nach einer Aquafitness-Stunde fühlten wir uns alle top fit und waren einhellig der Meinung: Das hat uns gutgetan! Leider war die Saison viel zu kurz.

Vielen Dank, Marlene, und weiter so! Wir freuen uns schon auf die nächste Saison.

Dieser Artikel entstand in Gemeinschaftsproduktion in geselliger Runde im Hotel Kniep. Dort findet jeden 1. Donnerstag im Monat um 17 Uhr ein Treffen statt, um die Wintersaison zu überbrücken.

Sportlich treffen wir uns donnerstags um 10 Uhr im Bürgerpark. Dort drehen wir eine Runde auf dem Trimm-Pfad.

Aquafitness-Gruppe



Inhaber
René Rosenkranz

Lange Burgstraße 3
31167 Bockenem

Die Top Adresse im Ambergau
und der Region rund um
Frisuren, Styling,
Färbetechniken, Haarschnitte
und Pflegeprodukte.

Öffnungszeiten:

Di.-Do.: 9-18 Uhr

Fr.: 9-19 Uhr

Sa.: 9-14 Uhr

**WIR FREUEN UNS
AUF IHREN BESUCH!**

Tel.: 0 50 67 · 24 75 69

www.salonhundr.de

info@salonhundr.de



Endlich wieder Schwimmkurse

Nachdem wir im Sommer 2020 gar keine Schwimmkurse durchführen konnten, waren wir froh in diesem Sommer unter aktueller Berücksichtigung der vorgeschriebenen Hygienevorschriften wieder mit den Anfänger Schwimmkursen zu starten.

Insgesamt 7 Schwimmkurse haben wir durchgeführt, fünf Seepferdchen Kurse und zwei Bronzekurse. 69 Kinder nahmen insgesamt teil, 42 Seepferdchen Abzeichen und 21 Bronzeabzeichen konnten vergeben werden. Das ist ein sehr guter Schnitt.

Wir betreuten unsere Schwimmkurse immer mit 2-4 Übungsleitern, je nach Stärke des einzelnen Kurses, somit konnten wir auf individuelle Stärken und Schwächen der Kinder eingehen. Zum Ende eines jeden Kurses gab es kein Kind mehr, was nicht springen oder tauchen wollte, alle hatten großen Spaß im Wasser.

Ganz große Freude bei allen Kindern immer zum Schluß der Kurse, wenn es nach anstrengendem Üben der „Froschbeine“ oder Armzug dann zurück ins Nichtschwimmerbecken zum Tauchen durch den großen Reifen ging.

Unser gut ausgebildetes Übungsleiter Team hat sehr gute Arbeit geleistet. Wir hatten alle wirklich viel Spaß mit den Kindern, egal, ob beim Seepferdchen Kurs oder beim Bronzekurs. Es hat mir und auch meinen Übungsleiterkollegen/innen sehr viel Freude bereitet und wir freuen uns schon auf den kommenden Sommer.

Marlene Fahnemann



Mit folgenden acht Übungsleitern waren wir dabei (v. links nach rechts):

Conny Hartung, Melanie Eberleh, Emely Nagaitschik, Timon Rüffer, Lena Kölle, Marlene Fahnemann, Milena Reinert und Johanna Eberleh.



Kosmetik & Fußpflege

Beate Wiebold

Brahmstraße 2 · 31167 Bockenem

Telefon (0 50 67) 62 63

Termine nach Vereinbarung.

Ich freue mich auf Ihren Besuch.





Schwimmtraining für Erwachsene

Das wöchentliche Schwimmtraining für Erwachsene konnte im Juni auch wieder beginnen.

Immer montags um 19.15 Uhr starteten ca. 10-12 hoch motivierte Teilnehmer zum Schwimmtraining.

Diesen Kurs „Schwimmtechnik für Erwachsene“ gibt es inzwischen schon seit 10 Jahren. 2011 gestartet für alle, die außer dem Brustschwimmen auch gern das Kraulschwimmen lernen wollten. Es kamen in jedem Jahr neue Teilnehmer/innen dazu, andere hörten auf.

Inzwischen trainieren regelmäßig 15 junge Frauen und Männer in dieser Gruppe. Neueinsteiger sind immer herzlich willkommen.

Obwohl die Leistungsstärke in der Gruppe unterschiedlich ist, klappt das gemeinsame Training hervorragend. Neben ehemaligen Sportschwimmern machen einige mit, die im Laufe der letzten Jahre erst das Kraulschwimmen gelernt haben.

Ich versuche das Trainingsprogramm abwechslungsreich zu gestalten, mal mit Paddles, mal mit Flossen, oder auch Schwimmbretter kommen zum Einsatz. Durchschnittlich werden 1500 m pro Trainingseinheit geschwommen. Aber ab und zu gibt es auch Spaß und Spiel im Wasser, radeln auf Poolnudeln, Purzelbäume im Wasser und einiges mehr.





Auch außerhalb des Wassers treffen wir uns in der Gruppe zum gemeinsamen Wandern oder Essen. Leider sind die Aktivitäten außerhalb des Wassers wegen der Corona Pandemie im letzten Jahr ausgefallen. Die geplante Herbstwanderung in diesem Jahr musste wegen Terminfindung nun auch verschoben werden. Ich hoffe, dass wir im Januar oder Februar dann unsere Wanderung nachholen können.

Bis dahin treffen wir uns jetzt in den Wintermonaten immer am Dienstag um 19.30 Uhr zum Schwimmtraining in der Sehusa Therme in Seesen, wir teilen uns die Trainingsfläche mit den Wasserballern vom MTV Seesen.

Ich hoffe, dass es in den kommenden Wochen nicht wieder einen Lockdown geben wird und wir wie geplant die nächsten Monate unter Berücksichtigung der Hygienevorschriften unser Training aufrecht erhalten können.

Bleibt gesund und munter!

Marlene Fahnemann

Hotel - Restaurant

Knierp

by Guste

*deutsche,
gutbürgerliche
Küche*

Frühstück,
Tagesgerichte,
Schnitzel uvm.

Steintorstraße 1 · Bockenem
Tel. 05067 / 91 71 017 · Mobil 0176 / 22 64 80 82

Haustiere willkommen

Kinderfreundlich

Ladestation für E-Autos

www.hotel-knierp.de



Sekretariat von Marlene

Bedingt durch Corona öffnete mit 4 Wochen Verspätung am 1.06.21 unser schönes Freibad die Türen.

Gleich zum Saisonstart informierte Marlene ihre Aquafitness-Teilnehmer/innen über die nun stattfindenden Kurse und Zeiten.

Schon am 1. Tag erschienen zahlreiche Teilnehmer/innen und meldeten sich zu den Aquafitness-Kursen an. Akribisch genau führte Marlene die Anwesenheitslisten, vermerkte die Kursgebühren, teilte die Zehnerkarten aus und informierte die Teilnehmer über die Hinweise zu den Coronaregeln: Abstandsregeln, Bändchen tragen, Dusch- und Umkleidekabinenbenutzung und zur Nutzung von Sportgeräten.

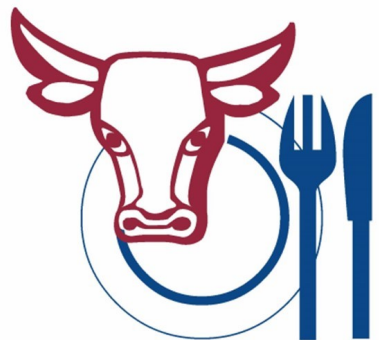
Und hier kam ich ins Spiel. Nachdem ich gesehen hatte, was Marlene alles vorbereiten musste, half ich ihr bei der Buchführung.

Künftig hieß es dann, bitte erst beim Sekretariat anmelden, dann geht's ins Wasser.

Conny Hartung

**Fleischerei
Partyservice**

Lars Bode



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

Alles unter einem Dach



31167 Bockenem
Bönnier Straße 4

Tel. 05067698483

mail. Petrasschmuckwelt
@ Freenet.de

PIERCINGSCHMUCK GRAVUREN

-BATTERIEWECHSEL UHRENREPARATUREN AN ALLEN

MODELLEN WIE WAND ,KAMIN ,STANDUHREN

AUCH MIT ABHOLSERVICE

- GRAVUREN IN SCHMUCK, UHREN, GESCHENKE

Service

rund um Schloss

u. Schlüssel

Schlüsseldienst
Sander

Notöffnungen

01733751177

Bormanns Hofladen

Produkte aus der Region

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

Bockenem
Jägerhausstraße 14
Tel. 0151 / 541 813 94

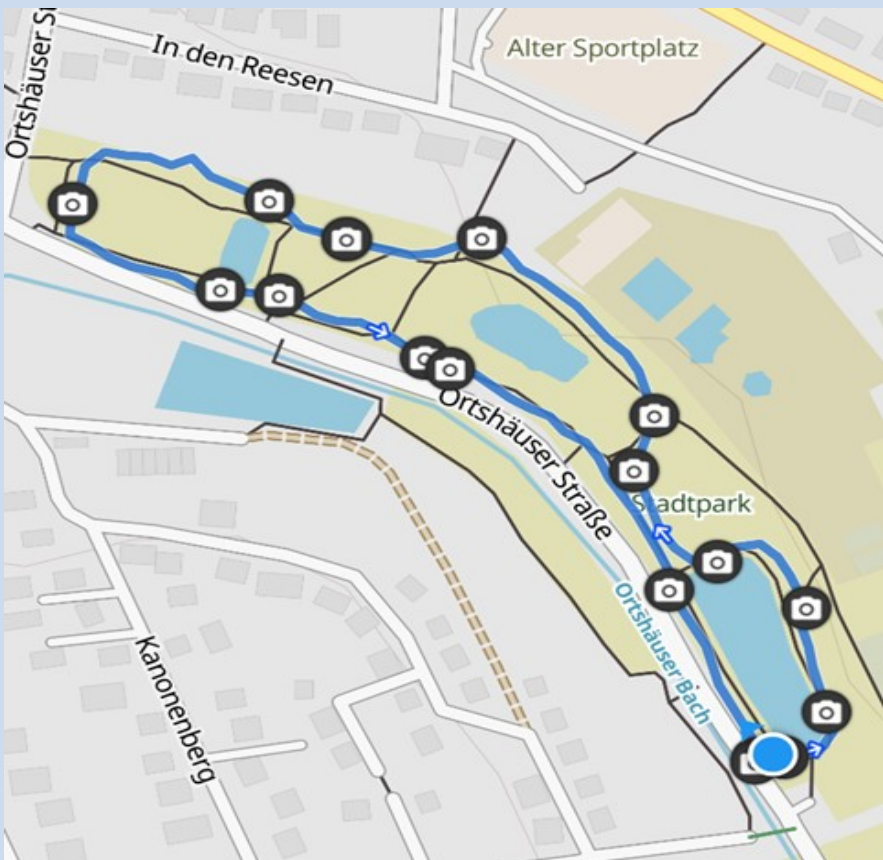
Geöffnet: Fr. 8.00 - 18.00 Uhr
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr



Trimm-Pfad im Bürgerpark

In Zusammenarbeit mit der Stadt Bockenem hat der Poseidon im Bürgerpark einen Trimm-Pfad eingerichtet. Die Idee entstand aus der Not heraus: Fitness-Studios, Sporthallen und Schwimmbäder schlossen ihre Pforten. Sport konnte nur jeder für sich machen oder im Freien in kleinen Gruppen stattfinden. Welche Möglichkeiten sich da einem bieten, haben Marlene und ich auf Fotos im Park festgehalten.

Keine Sportgeräte, wie man sie aus Studios oder Sporthallen kennt, sondern Bäume, Bänke und Zäune müssen erhalten. Und schon hat das Kind einen Namen: **Outdoor-Training im Park !**





Der Trimm-Pfad hat eine Länge von gut 1 Km. Es gibt 14 Stationen (inzwischen sind ein Balancierbalken und Reckstangen dazugekommen) mit unterschiedlichen Übungen.

Es gibt eine „light“ und eine schwierigere Version, wobei nach oben und unten keine Grenzen gesetzt sind. Jeder, ob jung oder alt, ob Sportler oder Anfänger, kann hier nach seinen Möglichkeiten Sport treiben. Um das Ganze in Schwung zu bringen, bieten Marlene und ich an, kostenlos und unverbindlich unter Anleitung den Trimm-Pfad zu testen.

Wir treffen uns donnerstags um 10 Uhr und machen eine Runde durch den Park. 1 Stunde muss dafür eingeplant werden. Besondere Kleidung/ Ausrüstung ist nicht erforderlich.

Conny Hartung

Malereibetrieb



Bernd Stryczek
Malermeister

Prof.-Martini-Straße 2 - 31167 Bockenem
Telefon 0 50 67 / 6 91 20

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



Sterne des Sports

Aufmerksam auf „Sterne des Sports“ wurde ich auf der Internetseite der Volksbank, die die Sportvereine aufforderten, sich zu bewerben.

Um was geht es?

Die „Sterne des Sports“ würdigen und belohnen das ehrenamtliche Engagement der Sportvereine. Der Vereinswettbewerb ist eine Initiative des Dt. Olympischen Sportbundes (DOSB) und den Volks- und Raiffeisenbanken in Deutschland. Er zeichnet Tätigkeiten und Projekte aus, die auf gesellschaftliche Herausforderungen reagieren.

Nun, Corona bot uns diese Herausforderung.

Die Sporthallen und Schwimmbäder wurden geschlossen. Sport in der Gruppe durfte nicht stattfinden. Wie konnten wir nun unsere Aktiven FIT halten?

Da wurden wir erfinderisch und starteten mit einer WhatsApp Kettenpost. Einige Teilnehmerinnen der Gruppe **Fit durch's Jahr** zeichneten Sportübungen mit ihrem Handy auf und stellten diese Übungen in die Gruppe zum Nachmachen.

Dann kam ZOOM! Per Videokonferenz lud Marlene uns ein und wir machten uns zuhause fit.

Sportstunden im Bürgerpark fanden noch in Gruppen statt. Dies wurde aber durch die strengen Corona-Auflagen bald eingestellt. Individualsport war angesagt. Nur was für Übungen können im Park ohne Trainer/in absolviert werden?

So entstand der Trimm-Pfad im Bürgerpark. Mit Genehmigung der Stadt befestigten wir Schilder mit Kabelbindern an den Bäumen. Darauf waren die Übungen mit kurzen Beschreibungen zu sehen. Egal, ob jung oder alt, ob Vereinsmitglied oder Spaziergänger, jeder kann sich im Park anhand der Fotos fit halten.



Mit diesen Projekten bewarben wir uns bei „Sterne des Sports“.

Im August erhielten Marlene und ich schließlich eine Einladung nach Lehrte zur Preisverleihung.

Nun ja ... für die ersten 3 Plätze hat es nicht gereicht. Aber der Poseidon hat auf sich aufmerksam gemacht. Und immerhin bekamen wir einen Trostpreis in Höhe von 100 Euro für die Vereinskasse von der Volksbank überreicht.

Conny Hartung





myvoba.com



**Unsere Kunden sind
unsere Nachbarn und
so beraten wir sie auch.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Genossenschaftliche Finanzberatung heißt: erst zuhören und dann beraten. Und das machen wir transparent und ehrlich, denn für uns sind Kunden keine anonymen Nummern, sondern Menschen, denen wir auch in 20 Jahren noch in die Augen schauen wollen.

**Volksbank eG
in Bockenem**



...weil Werte für Menschen



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
» Ölspurbeseitigung
» Unfallstellensanierung
» Kranarbeiten
» PKW
» LKW
» Bus



Abschlepp-/Pannendienst GbR

**Inhaber Jens Brückner
und René Meyer**

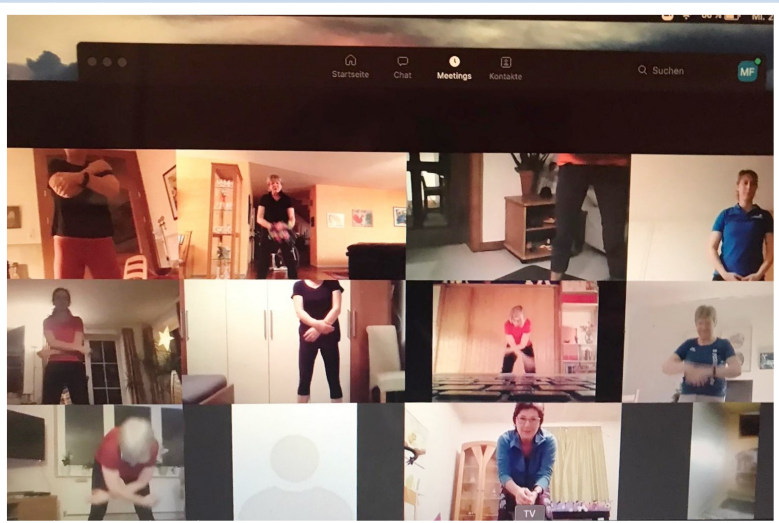
Schlangenweg 49
31167 Bockenem
Telefon 05067-2479360

Fax 05067-249332
Mobil 0160-99886671
0177-2649640



Fit durchs Jahr ... das erneut etwas andere Sportjahr

2021, ein Jahr, dass anders begann wie viele vorhergehende Sportjahre: nämlich OHNE abwechslungsreichen Sport in der Grundschulturnhalle. Corona hatte uns weiterhin fest im Griff und so wurde unser Turnhallensport in der Wintersaison 2020/2021 schlagartig ab November 2020 beendet. Zum Glück erklärte sich Marlene Fahnemann bereit, mittwochs zu unserer gewohnten Trainingszeit, Sport über die Plattform „Zoom“ anzubieten. Hierüber trafen sich regelmäßig jeden Mittwoch ca. 10 Aktive, um unter der Anleitung von Marlene zu Hause im eigenen Wohnzimmer, Schlafzimmer und wo auch immer, Sport zu treiben. Diese Art gemeinsam zu sporteln funktionierte sehr gut und wir kamen häufig auch zu Hause ins Schwitzen. An dieser Stelle möchte ich Marlene noch einmal von ganzen Herzen für ihr großes Engagement danken. Leider dauerte die Phase, dass die Turnhalle gesperrt blieb, länger als wir uns alle gedacht haben. Auch Sport im Freien war in der Zeit leider nicht erlaubt. Marlene und Conny nutzten jedoch die Zeit und verfeinerten unsere Outdooraktivitäten im Bürgerpark und entwickelten in Kooperation mit der Stadt Bockenem und mit Unterstützung des Ortsrates Bockenem einen Fitnessparcours mit 14 schweißtreibenden Stationen.





Meine Hoffnung lag somit auf der Sommersaison. Als wir am 2. Juni 2021 mit Outdoorsport im Park starten wollten, kam kurz vorher die positive Nachricht von der Stadt Bockenem, dass das Freibad aufmachen wird und wir mit dem Trainingsbetrieb dort beginnen können. Das waren wirklich gute Nachrichten. Da wir ja aus dem vergangenen Jahr wussten, was uns erwartet, waren wir bestens vorbereitet. Wir starteten gleich den darauffolgenden Mittwoch mit Aquafitness im Tiefwasser, welches bis zur Freibadschließung Mitte September beibehalten werden konnte. Auch bei dem Training standen Abstand, Hygiene, aber auch der Spaß und der Sport in der Gemeinschaft im Vordergrund. Besonders gefreut habe ich mich, dass trotz der besonderen Zeit zwei neue Aktive den Weg in unsere Fit durchs Jahr Gruppe gefunden haben und hoffentlich viel Freude bei uns haben werden – herzlich willkommen Janina und Nadine.





Ohne Unterbrechung konnten wir am 15. September 2021 mit dem Sport in der Turnhalle unter Einhaltung der 3-G-Regel weiter machen, was uns sehr gefreut hat.

Der Vereinssport ist in der Form durchführbar. Man hat zwar als Übungsleiter an einiges zu denken ... Teilnehmerlisten führen, Hände am Eingang desinfizieren, Abstände einhalten, Lüften und, und, und... aber diese Dinge sind inzwischen Standard und man macht das Beste daraus, denn wir wollen alle gesund durch die Zeit kommen.

Dank der diesjährigen Vorgaben konnte es sogar wieder etwas Geselligkeit geben. So konnte unsere Frühjahrswanderung als verspätete Sommerwanderung bei besten Wetter stattfinden, es gab wieder einige Geburtstagsrunden unter Einhaltung aller Regeln und es wird eine Weihnachtsfeier geben, sofern es keine geänderten gesetzlichen Auflagen gibt.





Aber natürlich gab es wieder

- keine Lange Nacht
- keinen Tagesausflug
- keinen Wochenendausflug
- kein Weihnachtsdorf

Ich hoffe unverändert, dass es irgendwann wieder einen „Normalbetrieb“ gibt und wir wieder alle zusammen, ohne Einschränkungen Sport treiben können und unsere weiteren Aktivitäten durchführen können.

Eine gute Zeit wünscht allen,

Anke Niepel





Fit durch`s Jahr – Neu dabei

Im Oktober 2020 zog ich der Liebe wegen ins schöne Bockenem.

Es verging einige Zeit. So kam der Frühling und ich wurde aufmerksam auf das herrlich gelegene Freibad. Der Schwimmsport und das Element Wasser gehören in mein Leben, wie Schuhe an den Füßen.

Ich sah also an dem Eingang des Freibades „SV Poseidon“. Da ich wusste, dass jemand aus meinem näheren Umfeld dort aktiv ist, suchte ich also den Kontakt. Eine herzliche WhatsApp Nachricht bekam ich ein paar Tage später. Dort stand geschrieben, dass es eine Gruppe von Frauen gibt, die sich „Fit durch`s Jahr“ nennt. Um ehrlich zu sein, wusste ich nicht, was ich mir darunter vorstellen sollte. Natürlich hat Anke mir alles erklärt, was mich erwartet. Ich wurde herzlich eingeladen mal rein zu schnuppern.

Gesagt, getan!

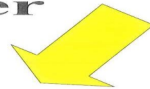
Ich wurde herzlich aufgenommen! Ich fühlte mich von Anfang an wohl. Ich freue mich jeden Mittwoch darauf, mich sportlich zu betätigen und mich mit anderen Menschen zu unterhalten, zu lachen und mich auszupowern.

Danke an die Gruppe, dass ihr mich so herzlich aufgenommen habt.

Janina

**In Deiner
Buchhandlung
werden Dir Bücher
ans Herz gelegt,
statt nur in den
Versandkarton.**

ACHTUNG!



Neu : Helium Luftballons und Bubbles

Ihre Buchhandlung in der Königstrasse in Bockenem



Whatsapp Bestellhotline 015789684317 oder Tel. 3598



Lilli & Joachim Hildebrandt

Villa Physio

Praxis für Krankengymnastik

Sport-Physiotherapie und Naturheilkunde



- Säugling / Kinder Bobath
- PNF neurologische Behandlung
- Schwindel- & Vestibulartherapie
- CMD
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik / SportPhysio
- MML-Hochschulzertif. Lauftherapie
- Fango – Heißluft – Massagen
- Hausbesuche

und viele andere therapeutische Maßnahmen

Telefon: 0 50 63 / 27 56 66 5 & 27 03 58

www.villaphysio-hildebrandt.de

Oberstraße 3 / Breslauerstr. 1 · 31162 Bad Salzdetfurth

Spürbar fit



Über 100 Kurse im Monat!

Danziger Str. 7 - Bockenem

Telefon 0 50 67 - 27 58

www.eurofitness-bockenem.de



Fit durch`s Jahr – Auch neu dabei

Auch ich bin Ende 2020 nach Bockenem gezogen. Jedoch nicht wegen der Liebe, sondern mit der Liebe und unserem kleinen Sohn im Gepäck.

Da unser Sohn von klein auf schon eine richtige Wasserratte ist, hat das tolle Freibad bei der Entscheidung nach Bockenem zu ziehen, eine echte Rolle gespielt.

Nachdem unser Haus weitestgehend fertig eingerichtet war, machte ich mich auf die Suche nach einer sportlichen Aktivität, bei der ich außerdem nette Leute kennenlerne. Vor einigen Jahren habe ich schon einmal an Aquafitness-Kursen teilgenommen und wollte es unbedingt wieder machen. Aus diesem Antrieb heraus wurde ich auf den „SV Poseidon“ aufmerksam. Ein reger E-Mailaustausch mit Anke sollte mir die Tür in eine unglaublich tolle Gruppe öffnen, in der ich mich seit der ersten Minute wohlfühle und jetzt schon nicht mehr missen möchte.

Vormittags, wenn die reinen Aquafitness-Kurse stattfinden, bin ich arbeiten. Die „Fit durch`s Jahr“-Gruppe wurde mir von Anke empfohlen. Jetzt kann ich mich in der einen Jahreshälfte im Schwimmbad auspowern und in der andern in der Halle. Für mich eine sehr gute Sache!

Als Enddreißigerin fühle ich mich auch alterstechnisch sehr gut aufgehoben und schaue bewundernd jeden Mittwoch zu, was alles möglich ist, wenn man sich sein Leben lang fit hält. Für mich eine echte Motivation dran zu bleiben.

Ich freue mich auf viele schöne Jahre in dieser tollen Gruppe. Danke, dass ihr mich alle so fantastisch aufgenommen habt!

Nadine



Toto-Lotto . Geschenkartikel . Zeitungen . Tabakwaren

Karin Meyer

Wiesenstraße 1
31167 Bockenem
Telefon 0 50 67 - 22 68

Autohaus
BOCKENEM **LIER**



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



Fit durchs Jahr Wanderung 2021

Nachdem uns Corona bereits im letzten wie auch in diesem Jahr unsere Frühjahrswanderung gestrichen hatte, planten wir für dieses Jahr eine Sommerwanderung. Als der Sommer es coronabedingt erlaubte, lud uns unsere Trainerin Anke endlich am 07.08.2021 zu unserer sonst jährlichen Wanderung ein. Um 12:30 Uhr sollte es mit dem Treffen am ZOB mit 14 Frauen starten. Frohgemut wurde uns bereits ein Begrüßungssekt kühl gereicht. So starteten wir in Richtung Dillsgraben. Oben angekommen wurde erstmal ein tolles Gruppenbild geschossen, um dann durch die Harplage Richtung Wohlenhausen weiter zu wandern.



In der Senke zu Wohlenhausen am Eulenbach haben wir dann unsere verdiente Halbzeitpause gemacht. Aufgetischt wurden traditionell Obst, Gemüsesticks, Getränke und die Süßigkeiten durften natürlich auch nicht fehlen.



Gut gestärkt wanderten wir durch Wald und Wiesen nach Wohlenhausen, wobei wir an der Hauptstraße die Möglichkeit hatten, uns für einen verkürzten Wanderweg zu entscheiden. Da wir zu dem Zeitpunkt gerade gut in Fahrt waren, entschieden sich alle für den langen Weg, was wir beide allerdings später etwas bereuten, da uns doch ganz schön die Füße qualmten. In Wohlenhausen gab es noch mal eine kurze Rast vor dem Endspurt. Erneut über Wiesen und durch Wald brachen wir zur dritten und letzten Etappe auf. Über die alte Bahnstrecke zurück nach Bornum kamen wir zu HAW und sind von dort zum Bornumer Wald gelaufen, wo uns auf dem Grillplatz des Naturfreundeclubs ein herrlicher Empfang bereitet wurde. Neben Tee und Kaffee hatten wir eine große leckere Kuchenauswahl und haben den Nachmittag nach fast 15 km Wanderung im gemütlichen Kreis ausklingen lassen.

Letztendlich haben wir uns gefreut, mit euch allen nach so langer Wanderpause wieder einen schönen Tag zu verbringen.

Danke an Anke und ihre Helfer für den tollen Tag!

Regina & Nadine



E-Rezept?

Bei uns einlösen!



Einfach. Sicher. Persönlich.



Digital sein und persönlich bleiben – das ist unser Ziel!

- ✓ Online-Beratung per Videotelefonie
- ✓ Online-Bestellung über unsere App „Meine Apotheke“ oder über unseren Web-Shop
- ✓ Anmessen von Kompressionsstrümpfen (VenenFachCenter)
- ✓ Inkontinenzversorgung
- ✓ Versorgung mit Pflegehilfsmitteln
- ✓ Patientenindividuelle Verblisterung
- ✓ Stillcafé: Jeden Dienstag von 10 bis 11 Uhr

Heute bestellt - Heute geliefert! Schneller als jeder Versand!

Nutzen Sie unseren kostenfreien Botendienst!



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



Dabeisein ist einfach.

**Wenn man von den sport-
lichen Angeboten profitieren
kann, die von der Sparkasse
unterstützt werden.**

Wir engagieren uns seit Jahren in allen
Bereichen des Sports in der Region.
www.sparkasse-hgp.de

Weil's um mehr als Geld geht.





... zu guter Letzt !

Anno 1492 ! ... war Columbus wirklich der Erste ?

Bei archäologischen Ausgrabungen auf dem Bockenemer-Buchholzmarkt stieß man kürzlich auf die Überreste einer alten Hanse-Kogge die vermutlich Anfang des 15.Jahrhunderts an den Ufern der Nette, der alten Hansestadt Bockenheim gestrandet ist.

Bei den Untersuchungen fand man eine überaus gut erhaltene Abbildung einer vierköpfigen Gruppe von Seefahrern, die sich auf einem sehr schnittigen Einbaum fortbewegen, und das in einer, für die damalige Zeit, äußerst seltsam anmutenden Uniformierung.





Derartige Schnellboote wurden seinerzeit nur in der Umgebung der Insel Hispaniola (dem heutigen Haiti/Dominikanische Republik) verwendet, so daß man davon ausgehen kann, das sich die dargestellte Besatzung (evtl. ein Späh- oder Suchtrupp?) in der Nähe dieser Insel aufgehalten haben muss.

Um die Herkunft der Seefahrer zu ermitteln wurden modernste, digitale Untersuchungsmethoden eingesetzt mit denen es schließlich gelang an dem gefundenen Dokument DNA-Spuren sicher zu stellen. Akribisch durchgeführte DNA-Analysen erbrachten letztendlich die Gewissheit das es sich bei den dargestellten Seefahrern um direkte Vorfahren der heutigen Poseidon Damen-Sportgruppe „**Fit durch's Jahr**“ handeln muss! (*Anm.d.Red.:* exakte Stammbaum- bzw. Namenslinien stehen zwar noch aus, aber ...wir bleiben dran!)

Die finalen Untersuchungen sind noch nicht restlos abgeschlossen, aber schon jetzt steht fest: Sollte die Hypothese des vermuteten Aufenthalt Ortes bestätigt werden, muss die Geschichte wahrscheinlich neu geschrieben werden, denn Bockenem war seit 1427 Mitglied des Hansebundes, und das war 65 Jahre **vor** Columbus seiner Entdeckung!

Dr. Jo Kusmann



Ihre Partner für Versicherungen, Vorsorge und Vermögensplanung

Die LVM-Servicebüros beraten Sie gern:

Kerstin Philipps-Göppert
St. Adriansplatz 2a
31167 Bockenem / Störy
Telefon (05067) 8 16
info@philipps.lvm.de

LVM
VERSICHERUNG



Kontakt

SV Poseidon Bockenem

Mozartstr. 26

31167 Bockenem

