

Die FC St. Pauli-Rabauken zu Gast

Schon jetzt den Termin vormerken, denn während der Schulferien haben alle Mädchen und Jungen im Alter zwischen 6 und 13 Jahren vom 3. bis 7.8. die Möglichkeit, sich wie ein richtiger Fußballprofi zu fühlen. Für € 159,- erhält jeder Teilnehmer eine FC St. Pauli Rabauken-Ausrüstung, diese besteht aus einem tollen Trikotsatz mit eigenem Namen und Nummer beflocht. Darüber hinaus können sich die Teilnehmer in der Zeit von 9.30 Uhr bis 16 Uhr auf ein spannendes Fußballtraining von qualifizierten Jugendtrainern sowie die ein oder andere Überraschung und jeden Tag ausreichend Getränke und ein warmes Mittagessen freuen. Teamgeist, soziale Kompetenzen, Fairness, Respekt und Toleranz sind hierbei wichtige Werte, die vermittelt werden sollen.

Anmeldung über das Internet unter der Adresse www.rabauken.fcstpauli.com

Jugendfußball sucht Nachwuchs

Der SC Wentorf sucht für die kommende Saison noch interessierte Jugendliche der Jahrgänge 2001/2002 zum Aufbau der 2. Fußball C-Jugend. Die C-Jugend spielt zur Zeit in der Bezirksliga und die interessierten Spieler sollten diesem Niveau entsprechen. Hierzu suchen wir auf allen Positionen disziplinierte, verlässliche und talentierte Spieler, die an dem Ziel des Landesligaaufstiegs mitwirken möchten. Unser z. Zt. 18 köpfiger Kader trainiert immer Mo. und Do. in der Zeit von 18 – 19.30 Uhr auf dem Kunstrasenplatz.

Meldet Euch bei dem Trainer der C-Jugend und stimmt einen Termin zum Probetraining ab. Ansprechpartner: Jesko Betzlaff (Tel. 040/64853737) oder Lars Dettlaf (Tel. 0172/8580859).

Neuer Schiedsrichterobmann

Niel Grund ist ab 1. Mai 2015 neuer Schiedsrichterobmann. Er kehrt nach einer kurzen Amtszeit beim FC Bergedorf 85 wieder zurück zum SC Wentorf und übernimmt das Amt von Heinz Wilhelm Küper, der viele Jahre mit viel Engagement tätig war. Der Vorstand dankt noch einmal auf diesem Weg herzlich für seine erfolgreiche Arbeit als Schiedsrichterobmann.



SC Wentorf

1. Juni 2015



Sport-Info-Vereinszeitung des SC Wentorf von 1906 e.V.

Geschäftsstelle: Sport-Club Wentorf 1906 e.V., Am Sportplatz 10 • 21465 Wentorf bei Hamburg • eMail: Info@SC-Wentorf.de

www.sc-wentorf.de • Telefon: 040 / 720 42 45 • Fax: 040 / 720 15 70 • Öffnungszeiten: Mo. – Do. 9 - 12 • Mi. + Do. 17 – 19 Uhr

Verantwortlich: Rolf Faßbender

Aufstieg in die Verbandsliga



Unsere 1. Frauenfußballmannschaft war nicht unbedingt mit dem Ziel »Aufstieg« in die Saison 2014/15 der Landesliga Frauen Hamburg gestartet.

Waren doch schon die Erfolge in den vergangenen Jahren von der Kreisliga über die Bezirksliga in die Landesliga ein kleines Wunder. Wollte man aber

nicht nur um den Klassenerhalt spielen, sondern schon im oberen Tabellendrittel mitmischen. Das Team um Trainer Dennis Lösel und Marc Brockmüller

startete jedoch souverän in die Meisterschaftsrunde der Landesliga Frauen Hamburg. Das Team konnte die Saison 2014/2015 mit 17 Siegen und nur 2 verlorenen Spielen erneut mit der Meisterschaft der Landesliga beenden und somit ist erneut der Aufstieg in die Verbandsliga Frauen Hamburg geschafft.

Was für eine wahnsinnige sowie beispiellose Saison. Herzlichen Glückwunsch zum Aufstieg in die Verbandsliga Frauen.

Vorschau Sommerfest 2015

Dieses Jahr im Rahmenprogramm des Sommerfestes am 11. Juli 2015: Stoffwechsel-Messung durch einen Metabolic-Test. Kennen Sie Ihre Stoffwechselleistung? Wenn nicht, dann ist Ihr persönlicher Ernährungs- und Bewegungsplan vielleicht nicht persönlich genug! Durch einen Metabolic-Test messen wir über Ihre Atemluft Ihr persönliches Stoffwechselprofil. Warum Stoffwechselmessung in Ruhe?

Um erfolgreich abnehmen zu können, muss man wissen, ob der Stoffwechsel Kalorien über Zucker oder über Fettdepots verbrennt, wo der persönliche Ruheumsatz liegt und wie viel Sauerstoff aus der Atemluft

bis in die Zellen gelangt. Nur wenn man im Fettstoffwechsel ist, kann man effektiv

Körperfett abbauen. Dies kann über die Atemluft gemessen werden, da Verbrennungsrückstände abgeatmet werden. So erhalten Sie aufgrund der Messung neben Empfehlungen zum besseren Fettstoffwechsel auch Aussagen zum Gesundheitsstatus.

Sie erhalten Auskunft über folgende Werte:

- Abnehmblockaden
- Kalorienruheumsatz
- Kalorien-/ Energiebedarf
- Effektivität Ihres Stoffwechsels
- Anteilige Zucker-/ Fettverbrennung
- Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Zellen

Ansprechpartnerin Stoffwechselmessung und Beratung ist Frau Sandra Martek.

Volleyball: Nachwuchs in allen Altersklassen gesucht

Die Volleyballer haben die vergangene Saison recht gut abgeschlossen und sind nun auf der Suche nach interessierten Volleyballerinnen und Volleyballern aller Alters- und Leistungsklassen.

Die Herren haben es geschafft, sich in drei unterschiedlichen Leistungsklassen zu etablieren: Bezirksklasse, Bezirksliga und Landesliga. Für jede Leistungsklasse bieten wir echtes Training mit Trainer und netten Mitspielern. Vom Schüler oder Studenten bis zum erfahrenen Volleyballer jenseits der 50 findet sich alles in diesen Mannschaften. Am Besten einfach mal Dienstag

20-22 Uhr im Wentorfer Gymnasium vorbeischaun.

Die Damen sind auch immer auf der Suche nach netter Unterstützung. Sie haben sich seit einigen Jahren in der Bezirksklasse festgesetzt und auch hier gibt es zweimal in der Woche geleitetes Training und jede Menge netter Volleyballerinnen. Hier bietet es sich an, an einem Freitag 20-22 Uhr vorbeizuschauen.

Unsere Mix-Volleyballer freuen sich ebenfalls über Unterstützung. Die Spielerinnen und Spieler sind dienstags und freitags von 20-22 Uhr in der Sporthalle des Wentorfer Gymnasiums zu finden. Auch

hier ist jeder Alters- und Leistungsklasse vertreten und auch nach dem Spielen ergeben sich viele Gelegenheiten, das Vereinsleben hautnah mitzugestalten. Sollte das Wetter es zulassen, gehen die Volleyballer des SC Wentorf auch gerne mal in den Sand. Der SC Wentorf hat eine tolle Beachvolleyball-Anlage mit zwei Volleyballfeldern auf dem Sportplatz des Vereins (Am Sportplatz 10, Wentorf), direkt hinter dem Sportlerheim „Sports“. Dienstags und manchmal auch donnerstags werden dort einige Herren zu finden sein. Mittwochs und freitags sind in der Regel die

Mixer dort anzutreffen.

Für die Jugend ist natürlich auch gesorgt. Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen zwischen 10 und 18 Jahren sind alle gern montags oder dienstags zwischen 18 und 19.45 Uhr in der Sporthalle des Gymnasiums in Wentorf gesehen.

