



April 2026

BuntentorsPost

**Cross-Landesmeisterschaften
beim ATS Buntentor**

**Walking Football
beim ATS Buntentor?**



ATS Buntentor

... nette Menschen in Bewegung

Investieren per App oder per Handschlag?

Mit uns kannst du beides!



Jetzt
informieren und
Depot eröffnen!

Geldanlagen am Kapitalmarkt
sind mit Risiken verbunden.

www.sparkasse-bremen.de/beides



Die Sparkasse
Bremen

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde!



Und: Moinmoin sagt Dimi!

Ein neues Gesicht in unserem Büro in der Kornstraße: Dimitri Steen. Und eine neue Aufgabenverteilung. In den letzten Jahren ist der ATS Buntentor stetig gewachsen. Viele neue Mitglieder und auch neue Sportarten tummeln sich bei uns. Die Verwaltungsarbeit ist eigentlich schon seit längerem ehrenamtlich nicht mehr zu schaffen. Aus diesem Grunde haben wir mit Andrea in der Mitgliederverwaltung vereinbart, dass sie verstärkt für uns tätig ist, und wir haben Dimitri Steen als Geschäftsführer eingestellt.

„Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit allen Mitgliedern, Abteilungen, Übungsleitenden und meinen neuen Kol-

legen und Kolleginnen im ATS Buntentor. Mir ist wichtig, euch ein verlässlicher Partner zu sein und euch in vielen Bereichen organisatorisch den Rücken freizuhalten. Ab dem 1. April trifft ihr mich im Büro im Sporthaus Kornstraße oder auch im Büro auf der Sportanlage beim Kuhhirten – ich werde mir dann die Zeit nehmen, jede Abteilung richtig kennenzulernen. Falls ihr Fragen oder Anregungen habt, steht euch meine Tür immer offen!“ so Dimi in seiner Botschaft in den Verein, „und mindestens eine Sportgruppe werde ich mir auch noch aussuchen.“

„Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Dimi! Uns ist dabei wichtig, dass Dimi im Verein nicht der Mülleimer für organisatorische Probleme ist. In der täglichen Arbeit soll er uns Ehrenamtliche unterstützen, aber dabei auch die kreative Kraft bei unseren Vereinsmitgliedern und Verantwortlichen fördern,“ so wir drei, Jürgen, Rudi und Thorsten. „...nette Menschen in Bewegung soll noch stärker werden und unsere Gemeinschaft weiter gepflegt und gefördert werden.“ Und: „Wir legen weiter allergrößten Wert darauf, dass wir den ATS Buntentor effektiv und ohne überflüssige Bürokratie organisieren.“

In diesem Heft könnt ihr wieder von unserem aktiven und attraktiven Vereinsgeschehen lesen. Ein fester monatlicher Mitgliedsbeitrag und ihr könnt überall ohne weitere Zusatzbeiträge dabei sein.

Am 8. Mai findet die diesjährige Jahreshauptversammlung statt; seid dabei und bringt euch ein. Mitwirken lohnt sich immer.

Sportliche Grüße von Eurem Vorstand!
Jürgen Maly, Rudi Molle, Thorsten Wöltjen

Inhalt

Jahreshauptversammlung 2026	5
Dankeschön-Treffen	7
200 Jahre Sparkasse	8
Turnen	10
Walking Football	12
ATS-BUFFs	13
Tanzen	14, 40
Zumba	16
Lacrosse	18
Jugend Fußball	22
International GirlsCup	28
Laufen	30, 46
Selbstverteidigung Deeskalation	34
Handball	37
Artistik	42
Aufruhr im Gemeindehaus	55
Floorball	56
Boccia und Stocksport	60
Tischtennis	66
Nachrufe	70
Pinnwand Tanzen Zumba Jugger	72
Pinnwand Turnen Artistik	74
Pinnwand Selbstverteidigung Deeskalation	76
Qi Gong	77
Mitgliedsbeiträge	78
Kontakte	79



Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde!

Wir laden Euch herzlich zur nächsten Jahreshauptversammlung des ATS Buntentor ein:

Freitag, 8. Mai 2026, 19:00 Uhr
Vereinsheim, Sportanlage Stadtwerder

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Feststellung der Beschlussfähigkeit
3. Genehmigung des Protokolls der JHV 2025, abgedruckt in der Buntentorpost Oktober 2025
4. Bericht des Vorstandes
5. Bericht der Kassenprüfer*innen
6. Entlastung des Vorstandes
7. Neuwahlen
8. Klimaprojekte beim ATS
9. Satzungsänderung
10. Beitragsfestsetzung 2027
11. Verschiedenes

Um zahlreiches Erscheinen wird gebeten. Jedes Mitglied hat hier Gelegenheit, den Verantwortlichen des Vereins oder der Abteilung das Interesse an der sportlichen Arbeit zu zeigen, sich über das Vereinsgeschehen zu informieren und Kritik, Anregungen und Verbesserungsvorschläge einzubringen.

Feuerschale am Ostersonntag vor dem Vereinsheim



Antrag auf Satzungsänderung für die Jahreshauptversammlung

Der Vorstand beantragt, die Satzung des ATS Buntentor e. V. wie folgt zu ändern:

§ 1, Ziffer 1.5.1. der Satzung
***Satzungsergänzung kursiv und rot
(Absatz 1 bleibt bestehen)***

Der Verein fördert die Funktion des Sports als verbindendes Element zwischen Nationalitäten, Kulturen, Religionen und sozialen Schichten. Er bietet Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen unabhängig von Geschlecht, Abstammung, Hautfarbe, Herkunft, Glauben, sozialer Stellung oder sexueller Identität eine sportliche Heimat. Der Verein fördert die demokratische Gesinnung.

Der Verein und seine Mitglieder fühlen sich im Besonderen dem Gedanken der sportlichen Fairness, der Achtsamkeit und des Respekts sowie der Toleranz gegenüber allen Menschen verpflichtet. Sie verurteilen jede Form von Gewalt, unabhängig davon, ob sie körperlich, seelisch oder sexualisiert ist.

Neuer und zusätzlicher § 15a der Satzung

§ 15a Schutz der Jugend

15a.1. Der Schutz von Kindern und Jugendlichen vor verbaler, körperlicher und sexualisierter Gewalt hat im Verein nach § 1 der Satzung höchsten Stellenwert. Der Verein verfolgt die Kultur der Prävention, des Hinsehens und der Aufklärung.

*15a.2. Um mit Kindern und Jugendlichen arbeiten zu dürfen, müssen die Betreuer*innen, Übungsleiter*innen und Trainer*innen ein erweitertes Führungs-*

zeugnis bei der Abteilungsleitung oder dem geschäftsführenden Vorstand vorzeigen. Sie unterzeichnen und folgen dem Ehrenkodex des ATS Buntentor.

*15a.3. Alle Betreuer*innen, Übungsleiter*innen, Trainer*innen, die im Kinder- und Jugendtraining tätig sind, verpflichten sich, alle vier Jahre an einer Fortbildung zu diesem Themenkreis teilzunehmen und die Teilnahmebescheinigung beim Vorstand einzureichen.*

15a.4. Der Verein richtet eine zentrale Kontaktstelle für Meldungen von Vorfällen ein. Diese besteht aus qualifizierten Personen zweier Geschlechter. Die Mitglieder der Kontaktstelle werden vom geschäftsführenden Vorstand ernannt. Die Namen und Kontaktinformationen werden auf der Homepage und durch Aushang veröffentlicht.

Den aktuellen Text der Satzung findet ihr auf unserer website <https://atsbuntentor.de/verein/mitglied-werden.html>





Gute Stimmung bei allen.



Lecker Curry.



Michi und Didi gleich wieder aktiv.

Dankeschön an alle Aktiven!

Freitag, der Dreizehnte. Für uns ein Glückstag! Der Vorstand hatte alle Aktiven des ATS Buntentor zum traditionellen Dankeschön-Treffen ins Vereinsheim eingeladen. Über 60 kamen und erfreuten sich an lecker Curry-Essen und vielerlei Getränken.

Der Vorstand dankte allen im Namen der Mitglieder für ihr Engagement im Verein. Klatschen brauchte keiner, „wir sind doch alle eine geile Gruppe“.

Viele wechselten an dem Abend auch von Tisch zu Tisch um andere kennenzulernen. Dimitri Steen, ein Neuer bei uns stellte sich

in vielen Gruppen vor und hörte aufmerksam zu. Wenn dieses Heft erscheint, ist Dimi schon unser neuer Geschäftsführer. Ihr könnt ihn im Sporthaus Kornstraße oder auf der Sportanlage Stadtwerder treffen. Nächstes Jahr gerne wieder!

Und als wenn das nicht schon genug gewesen wäre: Direkt zum Anfang der nächsten Woche haben Michi und Didi zwei Paletten unserer eingelagerten Pflastersteine umgestapelt. Freier Weg für die Frühjahrsinstandsetzung der Tennisplätze und den Einbau einer neuen Tür.



200 Jahre Sparkasse Bremen

Sonst immer so bunt, und im Winter gern auch mit Original ATS-Buff: Die Sportlerinnen und Sportler von Kraft am Donnerstag. Und nun in Rot in den neuen Shirts von der Sparkasse Bremen. Die Sparkasse hatte 200-jähriges Jubiläum und spendierte 200 Trikotsätze. Und: ATS Buntentor, bewege dich.

Der ATS dankt herzlich dafür; 17 Trikotsätze gingen an die unterschiedlichsten Sportgruppen des Vereins.

Im Rahmen der Feier zum Adventlauf und Walk wurden die fleißigen Freiwilligen des Kreativ- und Bauteams für ihre vielen ehrenamtlichen Arbeitsstunden im Jahr 2025 mit einem Hoodie aus der 200-Teams-

Aktion der Sparkasse Bremen gewürdigt. Neben der Schaffung neuer Lagerkapazitäten auf dem Sportgelände hatten sich die Beteiligten auch beim Verlegen des Plattenrandes an der Finnbahn und vielen anderen Aktionen engagiert. Und in 2026 können gerne auch Frauen dazu kommen. Wir hatten uns in diesem Jahr intensiv darum bemüht und immer wieder auch kommuniziert, dass zu den Gemeinschaftsarbeiten ganz unterschiedliche Tätigkeiten zu erledigen waren - auch solche, die weniger körperliche Kraft erforderten. Leider waren wir damit nicht erfolgreich. Es steht den Frauen also nichts im Wege! Schließt euch uns an. Ein Projekt wird der Bau von Hindernissen für den Fußballgolfparcours sein (planen, zeichnen, einkaufen, vermessen, sägen, schrauben, anmalen etc.) Auch Hoodies in kleineren Größen liegen noch bereit... :-)

...und hier noch ein paar Eindrücke von der Finnbahnpflege.



Zehn Meter feinstes Laufvergnügen!

Das beste Stück!
2025

Thomas Langhorst

Orden der Ritter (m/w/d)
der Finnbahntafel



Zehn Meter feinstes Laufvergnügen!

Das längste Stück!
2025

Sarah Regelian

Orden der Ritter (m/w/d)
der Finnbahntafel





Gerättturnen – ein erfolgreiches Jahr für unsere Trainingsgruppen



Auch in diesem Jahr war unser Training hervorragend besucht. Die Teilnehmerzahlen sind weiterhin sehr hoch, was uns als Trainerteam natürlich freut. Aufgrund der großen Nachfrage mussten wir jedoch vorübergehend einen Aufnahmestopp einführen.

Nach den Sommerferien begann die Donnerstagsgruppe 17/18 Uhr mit den Vorbereitungen für unsere Halloween-Aufführung. Mit viel Einsatz, Ehrgeiz und Teamgeist wurde trainiert, geprobt und an Details gefeilt. Die Aufführung war schließlich ein voller Erfolg und begeisterte das Publikum mit tollen Darbietungen und einer großartigen Atmosphäre.

Auch die Dienstagsgruppe von 17/18 Uhr arbeitete intensiv auf ihren Auftritt hin - diesmal für eine Weihnachtsaufführung. Diese wurde als besondere Schwarzlicht-Show umgesetzt. Die leuchtenden Effekte sorgten für eine beeindruckende Stimmung und machten den Auftritt zu einem echten Highlight.





Unsere Jugendlichen übernahmen viel Verantwortung. Sie erarbeiteten ihre Übungen selbstständig und präsentierten diese eigenständig im Rahmen der Schwarzlicht-Aufführung. Es war schön zu sehen, mit wie viel Kreativität, Engagement und Selbstvertrauen sie aufgetreten sind.



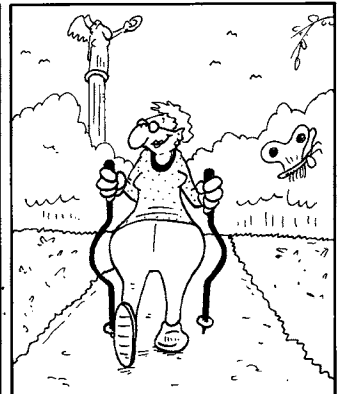
Die Eltern aller Gruppen waren von den Aufführungen sehr begeistert und spendeten viel Applaus. Dieses positive Feedback motiviert uns enorm.

Wir als Trainerteam sind unglaublich stolz auf unsere Kids - auf ihre Entwicklung, ihren Zusammenhalt und ihren Einsatz im gesamten Jahr.

Zum Abschluss des Trainingsjahres 2025 gab es beim letzten Training Pizza. In gemütlicher Runde ließen wir das Jahr gemeinsam ausklingen und freuen uns nun auf viele weitere tolle Momente im kommenden Jahr.

TUHE

by TOM





Walking Football

Irgendwer musste es ja machen, und da kam nur einer der ältesten aktiven Fußballer aus einem der Ü-Teams in Frage. Es gab eine Einladung vom Bremer Fußballverband BFV zu einem Netzwerktreffen Walking Football. Und da die Gegenspieler immer jünger werden, eine ATS-Ü60 wegen fehlender Spieleranzahl erst in ein paar Jahren möglich wäre und der Konkurrenzkampf innerhalb des eigenen Teams auch nicht geringer wird, sollte ich mal schnuppern gehen.

Walking Football - ist dies nicht diese Sportart, die von uns aktiven Kickern müde

belächelt wird - „das hat mit Fuß, das hat mit Ball, das hat mit Fußball nichts zu tun“. „Was für die ganz „Alten, Lauffaulen und Fußkranken“? Von wegen. Ich wurde eines Besseren belehrt. Walking Football gibt es schon lange, nicht nur in Bremen. Ursprünglich erfunden in England, dem Mutterland des Fußballs, und jetzt findet das auch hierzulande immer mehr Anhänger:innen. Einheitliche Regeln gib es zwar noch nicht, aber der DFB hat Richtlinien erarbeitet:

- Kleinfeld mit in der Regel 6 Feldspielern ohne Torwart,
- Spielzeit 40–60 Minuten, ggf. in Vierteln,
- Geschlechter gemischt oder getrennt,
- Tore ein Meter hoch und drei Meter breit, Torraumkreis für Abwehr und Angriff nicht betretbar (wie beim Handball),
- Alter in der Regel Männer über 55 Jahre (zwei erlaubt Ü50), Frauen ab 40 Jahren,
- Laufen ist verboten, also immer ein Fuß am Boden,





- maximale erlaubte Ballhöhe ist die Hüfte, also keine Kopfbälle,
- Grätschen und harter Körpereinsatz sind untersagt.

Dies ist alles sehr anspruchsvoll und muss geübt werden. Vor allem aktive Fußballer haben so ihre Schwierigkeiten, nicht laufen und fast ohne Körperkontakt zu spielen. Auch die Schiedsrichter müssen dazu lernen, so dass extra Ausbildungen vom BFV angepeilt werden. Noch gibt es keinen regulären Spielbetrieb in Bremen, aber einige Teams aus Bremen und dem Umland haben schon an Turnieren teilgenommen bzw. diese veranstaltet.

Diese Sportart ist zum einen eine Chance für Leute, die gerne noch aktiv gegen den Ball treten möchten, aber sich aus verschiedensten Gründen nicht mehr im regulären Ü-Betrieb messen wollen. Und sie ist auch Präventions- und Gesundheitssport, inklusiv und geschlechterneutral und fördert den sozialen Austausch.

Es ist jetzt geplant, in Bremen im Frühjahr ein bis zwei Turniere durchzuführen. Vielleicht eine Sache, die auch bei uns im ATS Anklang finden könnte. Dafür brauchen wir Interessenten, Macher und Macherinnen und vielleicht auch mal einige interne ATS-Treffen, um diese andere Art, gegen den Ball zu treten, zu trainieren. Das jährliche Allstartreffen aller ATS-Fußballteams vor den Sommerferien wäre da eine gute Chance. Wir könnten das auch als Angebot an außerhalb des Vereins Interessierte verstehen und diese einladen und/oder Kooperationen mit anderen Vereinen eingehen.

Wie geht's weiter? Ich biete mich mal als Kontakt an: „Pelle“ Pelster, Ü50. Näheres über die üblichen Kanäle und mppelster@gmail.com.

ATS-BUFFs suchen ein neues Zuhause

Liebe Vereinsmitglieder !

Jantje und Klaus haben immer noch einige "ATS-BUFFS" (Multifunktionsstücher) im Angebot. Multifunktionsstücher haben fast genauso viele Namen wie Funktionen bzw. Tragevarianten: Schlauchtuch, Schlauchschal, Multituch, Multischal, Multifunktions-Schal, Halstuch, Kopftuch, Neckwarmer etc. werden sie genannt – getragen und benutzt werden können sie als Kopftuch, Mütze, Haube, Halstuch oder Schal, Bandana, Haarband, Stirnband, Gesichtsmaske, Handgelenkband oder oder oder ...

Die Schlauchtücher sind aus elastischem und atmungsaktiven Mikrofaser. Neben flotten und motivierenden Sprüchen werden fast alle Sportarten des Vereins erwähnt. Der Preis liegt bei 5,- Euro das Stück. Eine prima Geschenkidee für jede Gelegenheit, sei es zum Geburtstag, Ostern, o. a.

Bei Interesse bitte bei Jantje oder Klaus melden. Tel: 872 99 24 oder per Whats-App 0177 7719451 (Klaus Herdler)

Sportliche Grüße Jantje & Klaus





Tanz-Fitness mit Eva



Seit Anfang des Jahres biete ich Dienstag-nachmittags meinen Tanz-Fitness Kurs an. Fitnessstanz beinhaltet Tanzbewegungen nach Musik, die Ausdauer, Kraft und Koordination fördern.

Nach bestehenden Choreografien bewegen wir uns zu mitreißender Popmusik. Tanz-Fitness erfordert keine tänzerischen Vorkenntnisse. Das Fitnesslevel richtet sich an ältere aktive Teilnehmer*innen. Es kommen Elemente aus Salsa, Cha-cha-cha, Mambo und Bachata vor.

Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund, trainiert jedoch gleichzeitig das Herz-Kreislauf System und die Ausdauer. Tanzschritte und Choreografien fördern sowohl das Gleichgewicht als auch das Körpergefühl und das Gedächtnis.

Wir sind eine sympathische, nicht zu große Gruppe, die Spaß am gemeinschaftlichen Fitness-Tanzen hat. Wir freuen uns aber jederzeit über neue Tanzbegeisterte.

Dienstags von 16:15 - 17:15 Uhr im Sporthaus, Tanzraum.

Eure Eva

Fairness
for ever





Der Macho und Mutti



Vorsicht, da kommt Martin. Macho durch und durch. Was für ein Gehabe. Und diese Goldkette, fetter geht's nimmer!

Oh, Mutti kommt dazu. Wird jetzt gepöbelt? Auch die beiden Oreo-Kekse gesellen sich zu der Gruppe. Plötzlich setzt die Musik ein, diesmal ein Wiener Walzer, und alle begeben sich auf die Tanzfläche. Kein Gepöbel. Alles in Ordnung.

Eigentlich ist Martin richtig nett, nur einmal im Jahr zeigt er eine andere Seite von sich und zwar bei der Karnevalsfeier unserer Montag-20-Uhr-Tanzgruppe. Am 16. Februar war es wieder so weit. Wir haben mit unseren leicht Fortgeschrittenen Cha Cha geübt und Karneval gefeiert. Gerne nehmen wir übrigens ein neues Tanzpaar

auf. Ideal wäre es, wenn Ihr schon einmal Standard- und/oder Lateintänze getanzt habt. Der Unterricht findet jeden Montag von 20–21 Uhr statt (Tanzraum im 3. OG des ATS-Sporthauses in der Kornstraße). Schreibt uns gerne an, wenn Ihr mitmachen wollt (volker.meyer@live.com und andrea.loger@gmx.de).

Der Walzer hat seine letzten Takte aus dem Lautsprecher geschmettert, wir gehen jetzt zum Cha Cha Cha über. Fan und Hockeystick stehen auf dem Programm. Mutti hat sich einen schicken blonden Tänzer geschnappt, die Oreo Kekse tanzen als Doppelkeks und da tanzt gerade der Macho vorbei. ... das Klimpern seiner Goldkette bleibt noch lange im Ohr hängen.



Neues Jahr ... Ganz viel Zumba. Versprochen.

Die zweite Hälfte des "alten" Jahres 2025 war leider - gesundheitlich bedingt - von einer Zumba-Dürreperiode geprägt: Vor der Sommerpause (also im Juni) fanden die Zumba Fitness und die Zumba-Gold-Gruppen zum vorerst letzten Mal statt.

Bis in den September konnte weder Gold noch Fitness stattfinden. Die Teilnehmerinnen in allen Gruppen zeigten großes Verständnis für den Ausfall, aber in den Gold-Gruppen kam es ab September zu dem ein oder anderen unzufriedenen "Murren" wegen des Zumba-Entzugs. Zum Glück gab und gibt es im Bereich Gold dienstagnachmittags eine Alternative: Eva bietet dort um 16:15 Uhr eine Tanz-Fitness an, so dass ein

Alternativangebot besteht.

Trotzdem, das "Murren" in Kombination mit meinem Drang, sich endlich wieder zu bewegen, führte dazu, dass nach den Herbstferien die Zumba Gold-Gruppen am Montagmorgen wieder starteten.

Herzlichen Dank an alle Teilnehmerinnen, die mich mit einer derartigen Freude im Tanzraum begrüßt haben, dass ich - auch wenn ich deutlich gemerkt habe, dass Kraft und Konzentration mich bei der zweiten Stunde zu verlassen drohten - so viel Spaß im Tanzraum hatte, dass die gewohnte Energie sehr schnell wieder zurückkam.

Bei den Zumba Fitness-Gruppen (am Abend) gestaltete sich alles nicht ganz so



einfach. Ich versuchte im November einen Neustart, stellte aber schnell fest, dass ich noch viel zu "unfit" dafür war. Nur ganz unregelmäßig konnten die Stunden stattfinden, so dass ich letztendlich den Entschluss traf, erst wieder im neuen Jahr so richtig anzufangen. Und das habe ich dann auch getan - seit Anfang Februar findet Zumba am Dienstag- und Mittwochabend wieder regelmäßig statt.

Da leider einige Teilnehmerinnen in der zumbalosen Zeit "abgewandert", sind hier der Aufruf: Ihr habt Lust auf Cardio-Training zu mitreißender Musik, oder kennt Menschen, auf die das zutrifft? Ihr wolltet immer schon Zumba ausprobieren? Zögert nicht lange - kommt vorbei!!!

Kleiner Nachtrag: Die Fitnessgruppe am Samstagnachmittag (kräftigendes Ganzkörpertraining) vermisse ich sehr, aber eine zusätzliche wöchentliche Stunde Sport schaffe ich momentan noch nicht. Vielleicht bin ich in zwei oder drei Monaten wieder fit genug - ich arbeite darauf hin! Auf der Homepage werdet ihr sehen, wenn es so weit ist!!!!

*Ganz liebe Grüße
Perdita*



Zumba-Karneval.

Wir treffen uns im
Tanzraum des Sporthauses:

Zumba Gold:

montags 10:00–11:00 Uhr
montags 11:05–12:05 Uhr

Zumba Fitness:

dienstags 20:00–21:00 Uhr
mittwochs 19:00–20:00 Uhr

©TOM im taz Shop.

Man könnte die Comics von ©TOM auch täglich aus der taz ausschneiden. Hier aber sind jeweils 500 Strips kompakt im Sammelband zu den mittlerweile legendären „Briketts“ gebunden. Jeder Band ist ein Fest für die ©TOM-Fangemeinde mit den Kultfiguren Post-Oma, Bademeister oder Sandkasten-Kämpfer. Wer dann noch nicht genug hat, findet im taz Shop alles, was das ©TOM-Fanherz begehrt: 12 weitere Briketts, Kalender, Geschenkpapier, Tassen, Fußmatten und Spiele.

Broschiert, 512 Seiten. Lappan Verlag, jeweils € 10,00



Alle tazshop-Artikel finden Sie im Internet unter www.taz.de/tazshop
tazshop | Rudi-Dutschke-Straße 23 10969 Berlin | tazshop@taz.de
Telefon (030) 25 90 21 38

 taz. die tageszeitung



Damen Lacrosse-Team

Feldsaison: Rückrunde steht in den Startlöchern

Die Hinrunde der Feldsaison fiel kurz und knapp aus, sodass sie schon in die letzte Ausgabe der BuntentorsPost passte. Als kleiner Rückblick: Beim Spieltag im September traf das Team auf starke Konkurrenz aus Berlin und Hamburg. Trotz großem Einsatz, viel Hustle und einigen schönen Spielzügen mussten sich die Bremerinnen an diesem Tag leider geschlagen geben.

Auch im Frühjahr bleibt es spannend: Nachdem der ursprünglich geplante Spieltag am 7. März 2026 kurzfristig abgesagt werden musste, steht nun der nächste Termin der Rückrunde an. Am 28. März 2026 treten die

Snappenlikker in Hamburg gegen Köln B/ Düsseldorf und gegen DHC B/Hamburg an.

Sixes-Liga: Spieltage und Ausblick auf die Rückrunde

In der Hinrunde der Sixes-Liga im Herbst konnte das Team hingegen den ersten Sieg der Saison einfahren und gewann bei einem spannenden Spiel gegen die SG Kiel/Göttingen! Die zwei weiteren Spieltage gegen Münster und die SG Düsseldorf/Bochum verliefen zwar weniger erfolgreich, machten aber mindestens genauso viel Spaß.

Und auch in der Sixes-Liga geht es weiter: Der Spielplan der Rückrunde wurde inzwischen veröffentlicht. Der erste Spiel-



tag findet am 17. Mai 2026 statt und wird voraussichtlich in Kiel oder Göttingen ausgetragen. Besonders freuen wir uns auf den Heimspieltag am 20. Juni 2026 in Bremen. Unterstützung von Fans, Freunden und Vereinsmitgliedern ist dabei natürlich immer willkommen!

Trainingswochenende und Teamspirit

Neben den Ligaspielen stand in den vergangenen Monaten auch die gemeinsame Vorbereitung im Mittelpunkt. Bei einem Trainingswochenende im Februar konnte das Team intensiv an Technik, Spielzügen und Kommunikation auf dem Feld arbeiten,

auch wenn die Kunstrasenplätze wegen des Schnees gesperrt waren. Spontan wurde das Training einfach in die Halle umgeplant. Neben anstrengenden Trainingseinheiten mit unserem externen Coach Hill, blieb auch Zeit fürs Beisammensein als Mannschaft bei dem ein oder anderen Cocktail.

Dass der Teamgeist stimmt, zeigte sich auch weiter abseits des Platzes. Bei der traditionellen Kohltour wurde gemeinsam gewandert, gelacht und gefeiert - eine Tradition, die inzwischen fest zum Team gehört und jedes Jahr für gute Stimmung sorgt.



Lacrosse





Turniere und Events

Im Winter fuhren einige aus dem Team nach Göttingen zum LaBox, einem internationalen Indoor Lacrosse-Turnier, um das Team der Jellyfishers aus den Niederlanden zu verstärken. In einer tollen Atmosphäre konnten neue Kontakte geknüpft und ordentlich auspowert werden.

2026 dürfen sich die Snappenlicker zudem wieder auf ein Highlight im Turnierkalender freuen: Das Lax at the Beach findet erneut am 11. und 12. Juli 2026 in Warnemünde statt. Nach den spannenden und oft sehr unterhaltsamen Strandspielen der vergangenen Jahre ist die Vorfreude im Team schon jetzt groß.

Lacrosse ausprobieren:

Neuer Anfängerinnen-Kurs startet im April und Schnupper-Tag

Wer Lust bekommen hat, Lacrosse selbst auszuprobieren, bekommt bald wieder die Gelegenheit dazu. In Kooperation mit dem Hochschulsport der Universität Bremen startet im Frühjahr ein neuer Lacrosse-Anfängerinnen-Kurs.

Im Kurs werden Schritt für Schritt die Grundlagen des Sports vermittelt: Wie fängt

und passt man den Ball mit dem Stick? Was ist ein Groundball? Wie verteidigt man effektiv, und wie erzielt man ein Tor? Ganz ohne Vorkenntnisse lernen die Teilnehmerinnen Technik, Spielverständnis und erste Spielzüge kennen.

Start: Dienstag, 7. April 2026. Ort: Kunststrassenplatz 2 auf dem Stadtwerder. Zeit: dienstags von 19:00 bis 20:30 Uhr. Alles, was man mitbringen muss, ist Neugier, Lust auf Bewegung und Spaß am Team sport.

Am Dienstag, 14. April 2026, findet um 19:30 Uhr unser Open Lacrosse-Day statt. Ein offenes Training, für all diejenigen, die beim Lacrosse mal reinschnuppern wollen.

Fairness
for ever



60
JAHRE QUALITÄT

Karpinski

Ihr Ansprechpartner für Heizung,
Sanitär und Badsanierung.

Lehnstedter Straße 29, 28201 Bremen
Tel. 0421 55 14 86 · www.klempnerei-karpinski.de





ATS D-Juniorinnen Packende Spiele und tolle Erlebnisse

Ein toller Fußballherbst und -winter liegen hinter den D-Juniorinnen. Zunächst konnten sie sich zum Abschluss der Hinrunde in einem packenden Spiel gegen die Juniorinnen von Union 60 mit einem 3:0 Erfolg den Gewinn der Herbstmeisterschaft sichern.

Das nächste Highlight war dann eine wunderbare Weihnachtsfeier bei der Familie von Ella. Dort hatten wir einen wunderschönen Abend mit Fußball im Dunkeln, Lagerfeuer, musikalischer Tanz- und Gesangseinlage und leckerem Essen. Ein ganz dolles Dankeschön an dieser Stelle noch einmal an Ella und ihre Familie für die Ausrichtung.

Auch die Hallensaison hielt viele abwechslungsreiche Erlebnisse bereit. Zunächst bewiesen die Mädels mit dem Gewinn des ÖVB-CUPS und der Bremer Hallenmeisterschaft, dass sie auf Bremer Ebene nur schwer zu schlagen sind. Anschließend wagten wir uns zu einigen Turnieren ins niedersächsische Umland. Dort konnten die Mädels wertvolle Erfahrungen gegen Teams wie VfL Wolfsburg, SpVg Aurich oder Scharmbeckstotel sammeln.



Jetzt freuen wir uns auf viele anstehende Highlights in der Rückrunde. Unter anderen mit tollen Turnieren in Köln, Hamburg, Findorff und natürlich besonders dem Girls-Cup beim ATS Buntentor.

**Deutsche Küche.
Modern.
Für alle. Immer.
Einfach. Gut.**

**Vereinsgastronomie
beim ATS Buntentor
am Kuhhirten**

dienstags
bis freitags
ab 17 Uhr.
samstags
und sonntags
während des
Spielbetriebs
und abends.

0421.555174.



E-Juniorinnen – immer aktiv unterwegs

Ende Dezember hatten wir unsere Weihnachtsfeier mit 22 Mädels. Zuerst sind wir im Paradise Schlittschuh gelaufen und später gab es Hotdogs und gemeinsames Spielen. Highlight waren die roten ATS Weihnachtskugeln, die an alle Mädels verteilt wurden.

Direkt in der ersten Januarwoche haben wir dann wieder mit dem Training gestartet - montags im Soccerking und donnerstags in der Halle.

Am 8. Februar war die Finalrunde des BFV-Futsal Cups der E-Juniorinnen, und

die Mädels konnten ihre erste Spielpraxis des Jahr sammeln. Mit zwei Unentschieden und einem Sieg konnten wir uns den 3. Platz sichern. Fast wäre es sogar der 2. Platz geworden, doch Union konnte Eiche Horn überraschend schlagen und in der Tabelle an uns vorbeiziehen.

Es ist schön zu sehen, wie sehr das Team im Laufe der Saison gewachsen ist und, dass sich immer mehr Mädels schnell verbessern und viel Spaß am Fußball finden.



U7 im Januar in Brinkum.

ATS Buntentor Bambini – U7 und U6

Tolle Entwicklung bei den Bambini: U7 und U6 auf einem guten Weg. Bei den jüngsten Fußballern des ATS Buntentor gibt es weiterhin viel Positives zu vermelden. Bereits in der letzten Buntentors-Post wurde über die positive Entwicklung unserer Bambini geschrieben. Auch nach der Winter- und Hallensaison bestätigt sich dieses Bild: Die Fortschritte sind deutlich sichtbar.

U7 mit starken Turnierergebnissen. Vor allem die U7 hat in den vergangenen Monaten große Schritte gemacht. Bei zahlreichen Turnieren erreichte das Team regelmäßig vordere Plätze und konnte auch einige Turniersiege feiern. Neben den individuellen Fähigkeiten hat sich insbesondere das Zusammenspiel auf dem Platz spürbar verbessert. Einsatz, Spielwitz und ein starker Teamzusammenhalt zeichnen die Mannschaft aus. Für das Trainerteam ist es eine große Freude, die Spielerinnen und Spieler in ihrer Entwicklung zu begleiten.



U6 im Januar in Schiffdorf.

U6 sammelt erste Turniererfahrungen

Auch die jüngeren Bambini der U6 (Jahrgang 2020/2021) sammeln derzeit ihre ersten Erfahrungen im Turnierbetrieb und machen dabei bereits einen sehr guten Eindruck. Nach den Osterferien werden sie vermehrt an Spieltagen teilnehmen und Schritt für Schritt weiter in den Kinderfußball hineinwachsen.



U7 im März in Lemwerder.

Vorfreude auf die Sommersaison

Mit Blick auf die kommende Sommersaison freuen sich alle gemeinsam darauf, wieder überwiegend auf der heimischen Anlage trainieren und spielen zu können. Während der Wintermonate war der organisatorische Aufwand durch wechselnde Trainingsorte in Hallen und im Sportgarten am Osterdeich deutlich größer, da Trainingsmaterial regelmäßig transportiert und Trainingszeiten immer wieder neu abgestimmt werden mussten.

Starke Unterstützung durch die Eltern

Ein besonderer Dank gilt auch unserer engagierten Elternschaft, die die Bambini bei Spielen und Turnieren tatkräftig unterstützt und die ehrenamtliche Arbeit der Trainer sehr wertschätzt! Ein Elternkommentar bringt dies treffend zum Ausdruck: „Vielen Dank für die Zeit, die ihr investiert. Die Kinder haben sichtlich Spaß, vertrauen euch und haben eine tolle Zeit zusammen. Eine wirklich tolle Truppe!“



Unsere U7.



U7 im Januar in Sebaldsbrück.

Neue Trikots für die Bambini
Dank einer großzügigen privaten Spende konnten unsere Kinder zudem mit neuen Trikots ausgestattet werden. Dafür möchten wir dem anonymen Spender herzlich danken!

Zusammenhalt auch
bei den Trainern

Die U7 wird von Julian Derst und Christian Reglien betreut und trainiert, die U6 von Uli Marienfeld und Abol Avar Ali. Unterstützt werden die Trainerteams von Philipp Greifeld und Alexander von Waaden.

Uli Marienfeld und Julian Derst

Klaus Rust-Lux
Rechtsanwalt und Notar a.D.

Gerhard Lunkmoss
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Strafrecht

Grundstücksrecht
Arbeitsrecht – Familienrecht
Erbrecht – Mietrecht
Straf- und Bußgeldrecht
Steuerstrafrecht
Verkehrsunfallrecht
Forderungseinzug

Meyerstraße 12 - 28201 Bremen
Telefon: 0421/53 48 68



GirlsCup 2026

Wir brauchen eure Unterstützung!

Vom 26. bis 28. Juni findet auf unserer Anlage der 14. GirlsCup statt. Das Turnier ist bereits komplett ausgebucht, und wie in den anderen Jahren erwarten wir zahlreiche Teams und viele Spielerinnen, die sich auf ein tolles Fußballwochenende in Bremen freuen.

Damit dieses große Event für alle Beteiligten ein voller Erfolg wird, sind wir auf die Unterstützung unserer Vereinsfamilien angewiesen. Ein Turnier dieser Größe lässt sich nur gemeinsam auf die Beine stellen. Es gibt viele Möglichkeiten zu helfen, zum

Beispiel beim Auf- und Abbau von Zelten, bei der Unterstützung an Verkaufsständen, durch Salat- oder Kuchen Spenden für die Verpflegung oder durch Sachpreise für unsere Tombola. Vielleicht gibt es ja auch über eure Unternehmen oder Arbeitgeber die Möglichkeit, kleine Preise oder Gutscheine zu organisieren.

Schon kleine Beiträge helfen sehr, wenn viele mitmachen. Gemeinsam können wir dafür sorgen, dass der GirlsCup für alle Spielerinnen, Teams und Gäste wieder ein



unvergessliches Wochenende wird. Mehr Informationen zum Turnier findet Ihr auf (www.girlscup-bremen.de).

Schreibt uns gerne eine Email an orga@girlscup-bremen.de. Eine Liste zum Eintragen wird zu gegebener Zeit wie üblich über die Verteiler an alle Eltern und Trainer geschickt.

Vielen Dank für eure Unterstützung!
Euer GirlsCup-Organisationsteam





Michael Bruns schnellster deutscher M65-Läufer bei der Europameisterschaft auf Madeira über 1500 und 800 m



Michael Bruns auf Madeira.

Wer auf die portugiesische Insel Madeira fliegt, hat sich nicht unbedingt sportliche Höchstleistungen vorgenommen. Auch einige ATSlers sind den Eindrücken dieser Blumeninsel gegenüber nicht gerade abge-

neigt, aber das Hauptbetätigungsfeld ihrer Reise war die 400-Meter-Bahn im „Estádio do Centro Desportivo da Madeira“. Dort fanden vom 8. bis 19.10.2025 die Europameisterschaften der Altersklassen-Leichtathleten (European Masters) statt. Insgesamt 569 Athletinnen und Athleten aus Deutschland hatten gemeldet, 4389 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Europa aus 54 Nationen waren vertreten. Ohne Konkurrenz starteten 14 Länder außerhalb Europas. Vom ATS Buntentor Bremen waren Nicol Schirmer-Petermann, Sven Eilinghoff und Michael Bruns dabei.

Am Samstag war für Bruns das Rennen über 1500 m, er musste gleich im ersten der beiden Vorläufe an den Start. Der Lauf war taktisch geprägt. Wurden die ersten 2,5 Runden noch langsamer angegangen, ging es anschließend deutlich schneller über die Bahn. Am Ende konnte Michael Bruns in einer Zeit von 5:25,7 Minuten als 5. die Ziellinie überqueren, der Erstplatzierte benötigte 5:23,2 Minuten. Für das Finale qualifizieren sich die ersten drei aus beiden Läufen direkt und die 10 Zeitschnellsten (16 Teilnehmer von 29), Bruns war dabei. Am

M65 bei der Europameisterschaft auf Madeira.





Sonntag folgte das Finale über diese Distanz. Da (fast) alle am Vortag Körner gespart hatten, ging es von Anfang an richtig zur Sache. Michael Bruns konnte anfänglich gut mithalten, musste nach drei Runden aber den Kontakt zu den Ersten abreißen lassen. Er lief als 9. in 5:19,24 Minuten über die Ziellinie, der Europameister benötigte 4:56,78 Minuten. Trotzdem hatte er sein Ziel erreicht, unter die Top 10 der Läufer zu kommen. Bruns war zudem von den vier deutschen Teilnehmern der schnellste Läufer über 1500 m in der M65 bei der EM.

Für Nicol Schirmer-Petermann ging es am Sonntag direkt ins Finale, da in der W50 nur elf Läuferinnen gemeldet waren. Von Beginn an setzte sich eine sehr starke

Gruppe ab und konnte den Abstand kontinuierlich ausbauen, Schirmer-Petermann lief mit 6:09,28 Minuten auf Rang 9. Es ist immer etwas Besonderes, unter die ersten Zehnplatzierten zu kommen.

Am Freitag folgten die 800 m Vorläufe. Erneut war es das Ziel von Bruns, ins Finale einzuziehen. Mit 2:37,28 Minuten hat er um 1,5 Sekunden nur knapp das Finale verpasst. Neben der Enttäuschung kam aber auch die Zufriedenheit: Er war der schnellste Deutsche Teilnehmer in der M65.

Sven Eilinghoff, ebenfalls für die 1500 m gemeldet, konnte wegen einer Verletzung nicht starten, auch nicht über den 10-km-Straßenlauf. So blieb ihm nur, Nicol und Michael tatkräftig zu unterstützen.

Damit Sie in Bewegung bleiben.

Haben Sie Schmerzen in Rücken, Nacken und Schultern, in Armen, Händen, Füßen, Hüften oder Knien? Unsere vier hoch spezialisierten Fachzentren helfen Ihnen mit neuesten medizinischen Ansätzen. Ob stationär oder ambulant, operativ oder nicht-operativ kombiniert mit physikalischer Therapie – gemeinsam finden wir in der Roland-Klinik am schönen Werdersee die für Sie richtige Behandlung.

Roland-Klinik gemeinnützige GmbH
Niedersachsendamm 72/74
28201 Bremen
TEL 0421.8778-0
WEB www.roland-klinik.de



 **Roland Klinik**
Kompetenz in Bewegung



DM 10 Kilometer in Uelzen

Am 8. März richteten der Niedersächsische Leichtathletikverband und der SV Rosche v. 1921 e.V. nach fünfjähriger Pause erneut die Deutschen Meisterschaften über 10 Kilometer in Uelzen aus. Austragungsort war ein schneller 2-Kilometer-Rundkurs mit lediglich einer 360-Grad-Wendepunktcurve und einer 90-Grad-Kurve, der beste Voraussetzungen für schnelle Zeiten bot. Neben zwei Rahmenläufen über 5 Kilometer und 2 Kilometer wurden die Deutschen Meisterschaften in drei getrennten Rennen ausgetragen. Den Auftakt bildete der Lauf der Männer-Hauptklasse mit den Altersklassen MU23, U20 und U18 sowie den Masters bis M45. Eine Stunde später folgte die Frauen-Haupt-

klasse mit den Altersklassen WU23, U20 und U18 sowie allen Masterklassen bis W45. Im dritten Lauf gingen schließlich die Master-Männer von M50 bis M90 sowie die entsprechenden Master-Frauen an den Start.

Die äußeren Bedingungen hätten kaum besser sein können: Sonnenschein, Temperaturen um die 13 °C und kaum Wind sorgten für ideale Wettkampfbedingungen. Hinzu kam eine hervorragend organisierte Veranstaltung, die reibungslos und ohne Verzögerungen nach Zeitplan durchgeführt wurde.

Unsere Aktiven fanden beste Voraussetzungen vor. Und mit Morten Weber (33:23), Andres Gier (35:51), Sebastian Schulze



Carsten Hülss (links)
Deutscher Vizemeister in der M50.



Harald Dittberner (rechts)
mit der Bronzemedaille in der M80.



(36:00) und Benjamin Kück (43:55) erzielten gleich vier Athleten des ATS Buntentor neue persönliche Bestzeiten.

Ebenfalls erfolgreich agierten die Männer 50+. Als jüngster Altersklassenläufer und Titelverteidiger suchte Carsten Hülss (M50) von Beginn an die Flucht nach vorne, um den spurtstarken Mathias Weipert (TC Fiko Rostock), der in diesem Jahr in die Altersklasse aufgestiegen war, frühzeitig zu distanzieren. Dieses Vorhaben gelang jedoch nicht. 9,6 Kilometer machte Carsten das Tempo und lag auf Platz eins, musste dann aber auf den letzten 400 Metern im Spurt den Deutschen Meistertitel knapp abgeben. Mit einer Zeit von 34:12 Minuten und nur drei Sekunden Rückstand wurde er Deutscher Vizemeister.

Michael Bruns (M65) hatte sich eine Zielzeit von rund 42 Minuten vorgenommen. Nach schnellen ersten Kilometern deutete vieles auf eine Zeit im niedrigen 41-Minuten-Bereich hin. Ab Kilometer sieben machte sich jedoch die Belastung bemerkbar, zumal er am Vortag bereits bei der DM über 1.500 Meter in der Halle angetreten war und dort die Bronzemedaille gewonnen hatte. So musste Michael das Tempo reduzieren und am Ende blieb die Uhr bei 41:46 Minuten stehen, was den undankbaren vierten Platz bedeutete.

Bernhard Memering (M70) hatte sich vorgenommen, die 45-Minuten-Marke zu unterbieten. Trotz einer ausklingenden Erkältung erreichte er dieses Ziel mit 44:58 Minuten und belegte Platz fünf in seiner Altersklasse. Harald Dittberner lief über alle fünf Runden ein konstantes Tempo und gewann mit einer Zeit von 54:40 Minuten die Bronzemedaille in der Altersklasse M80. In der Mannschaftswertung der Altersklasse M65–85 erreichten Harald Dittberner, Bernhard Memering und Michael Bruns den vierten Platz.

Steuerberater in Ihrer Nähe

Wir fertigen für Sie:

**Einkommensteuererklärungen
Umsatzsteuervoranmeldungen
Lohnabrechnungen
Finanzbuchhaltungen
Jahresabschlüsse**

Wir helfen Ihnen gerne bei Existenzgründungen, bieten steuerliche Beratung z. B. bei Vermögensübertragungen und bei Aufforderungen durch das Finanzamt bei Rentnern.

Maurer & Fischer



Steuerberatungsgesellschaft mbH

*Neustadtscontrescarpe 34
28201 Bremen
Tel. 0421.55.51.85
info@gmaurer.de*



Sicher fühlen in Bremen

Warum authentisches Ninjutsu heute aktueller ist denn je



Bremen ist eine lebendige Stadt. Doch Themen wie persönliche Sicherheit, Selbstbehauptung und mentale Stärke beschäftigen immer mehr Menschen zwischen 16 und 45 Jahren. Ob auf dem Heimweg nach der Spätschicht, beim Feiern im Viertel oder im Alltag: das Bedürfnis, ruhig, klar und handlungsfähig zu bleiben, wächst. Genau hier setzt die Ninjutsu-Abteilung im ATS Buntentor an.

Seit über 13 Jahren wird im ATS Buntentor authentisches japanisches Ninjutsu und traditionelles JuJutsu unterrichtet nicht als Trendsport, sondern als gewachsene Kampfkunst mit tiefen Wurzeln in Japan.

Mehr als Selbstverteidigung: Viele suchen nach „Selbstverteidigung in Bremen“. Doch was bedeutet das wirklich?

Im Training geht es nicht um Showtechniken oder Wettkampf. Es geht um Wahrnehmung, Timing, Balance, Distanzgefühl und mentale Stabilität. Ninjutsu, die Kunst der historischen Shinobi verbindet effektive Selbstschutzprinzipien mit strategischem

Denken und innerer Ruhe. JuJutsu ergänzt dies durch kontrollierte Hebel-, Wurf- und Bodentechniken.

Wer trainiert, lernt:

- Gefahrensituationen frühzeitig zu erkennen
- Konflikte zu vermeiden, bevor sie entstehen
- unter Druck ruhig zu bleiben
- sich notfalls effektiv zu verteidigen

Dabei steht nicht Kraft im Vordergrund, sondern Struktur, Technik und Bewusstsein.





Authentisch direkt aus Japan: Die Abteilung wird von einem langjährigen Lehrer geleitet, der diese Künste direkt in Japan studiert und nach Deutschland gebracht hat. Über viele Jahre hinweg wurden die traditionellen Inhalte hier im Norden etabliert und kontinuierlich weitergegeben. Nicht als Marketingversprechen, sondern als Verantwortung gegenüber einer Kampfkunst, die mehr ist als Sport: Sie ist ein Bildungsweg.

Training im Honbu Dojo Europa – ATS Buntentor: Trainiert wird montags und freitags jeweils von 19:30 bis 21:30 Uhr im Dojo des ATS Buntentor.

Die Gruppe besteht aus Jugendlichen ab 16 Jahren sowie Erwachsenen bis 45+. Menschen mit ganz unterschiedlichen Hinter-

gründen: Studierende, Berufstätige, Selbstständige, Sicherheitsinteressierte oder einfach Menschen, die körperlich und mental wachsen möchten. Was alle verbindet, ist der Wunsch nach echter Entwicklung.

Warum gerade jetzt beginnen? In einer Zeit, in der vieles schnelllebig und oberflächlich wirkt, bietet traditionelles Ninjutsu etwas Seltenes: Tiefe. Geduld. Präzision. Charakterbildung. Es geht nicht darum, „kämpfen zu können“. Es geht darum, kämpfen zu müssen und es nicht zu wollen.

Wer neugierig ist, kann ein Probetraining vereinbaren und die Atmosphäre selbst erleben. Tradition. Klarheit. Sicherheit – Und vielleicht der erste Schritt zu einer neuen Stärke.

Ein starkes Team:

Ju-Jutsu-Prüfungen in Bremen mit Bravour bestanden!

Bremen, 13. Dezember 2025: Spannung, Konzentration und am Ende strahlende Gesichter: Beim ATS Buntentor fanden Ju-Jutsu-Prüfungen statt und die Kandidaten überzeugten auf ganzer Linie! Unter dem strengen, aber fairen Blick der Prüfer Max und Phil stellten sich die Prüflinge aus dem ATSB und dem TuS Komet Arsten den Herausforderungen ihrer Gürtelgrade. Das Ergebnis: eine beeindruckende Leistung, die nicht nur die Prüfer, sondern auch die Trainer begeisterte.

Zwei Vereine, ein Ziel

Besonders bemerkenswert war die Zusammenarbeit der Prüflinge, die trotz unterschiedlicher Niveaus und Vereinszugehörigkeiten als Team agierten. Die Kandidaten unterstützten sich gegenseitig, gaben Tipps und motivierten sich: ein echter Beweis für den Geist des Ju-Jutsu. „Es war toll zu sehen,

wie die Gruppe zusammengewachsen ist“, so ein Trainer. „Hier ging es nicht um Konkurrenz, sondern um gemeinsamen Erfolg.“

Herausforderungen gemeistert

Von Grundtechniken über Fallschule bis hin zu anspruchsvollen Selbstverteidigungssituationen: die Prüfung fordert den Kandidaten alles ab. Doch mit Disziplin, Kampfgeist und einer Portion Humor meisterten sie jede Aufgabe. Besonders die Fortgeschrittenen zeigten dabei nicht nur ihr Können, sondern auch ihre Hilfsbereitschaft gegenüber den weniger Erfahrenen.

Stolze Prüfer, glückliche Kandidaten

Am Ende des Tages stand fest: Alle haben bestanden! Die Prüfer Max und Phil zeigten sich sichtlich zufrieden: „Die Leistungen waren durchweg stark. Vor allem die Teamdynamik und der Zusammenhalt



haben uns beeindruckt.“ Auch die Trainer waren stolz und gratulierten ihren Schützlingen herzlich. „Ihr habt heute nicht nur eure Gürtel verdient, sondern auch gezeigt, was Ju-Jitsu wirklich ausmacht: Respekt, Gemeinschaft und gegenseitige Unterstützung.“

Ein Tag, der verbindet

Die Prüfung war mehr als nur eine formale Hürde - sie war ein Beweis dafür, dass Ju-Jitsu Menschen zusammenbringt und Grenzen überwinden lässt. Die Kandidaten aus ATSB und TuS Komet Arsten haben

bewiesen, dass man gemeinsam stärker ist. Und so endete der Tag mit Umarmungen, Glückwünschen und dem Wissen: Hier ist eine Gruppe gewachsen, die auch in Zukunft gemeinsam durchstarten wird.

Herzlichen Glückwunsch an alle Prüflinge! Ihr seid ein tolles Team und habt gezeigt, was in euch steckt. Wir sind stolz auf euch!

Was kommt als Nächstes? Die frischgebackenen Gürtelträger freuen sich bereits auf die nächsten Trainings und vielleicht auf die eine oder andere gemeinsame Herausforderung!



Personeller Wechsel an der Spitze und sportliche Herausforderungen bei der SGBN

Der Spielgemeinschaft Buntentor-Neustadt steht an der Spitze ein personeller Wechsel bevor. Gordon Gräser möchte sich nach über einer Dekade in der Funktion des 1. Vorsitzenden nicht erneut zur Wahl stellen. Am 07.04.2026 wird bei der Jahreshauptversammlung also ein neues Gesicht die Nachfolge antreten. Der Trainer der ersten Herren und 2. Vorsitzende, Alexander Wittkopf, möchte seinen Rollen im Verein hingegen gerne treu bleiben.

Damenabteilung: Zusammenhalt im Umbruch

Treu bleibt auch das Trainerteam der Damenabteilung der SGBN, welches die Mannschaft aktuell durch das „Tal der Tabelle“ der Regionsoberliga Nord begleitet. Nach bislang 13 Spielen macht die Mannschaft zwar langsam Fortschritte, befindet sich jedoch leider noch punktlos auf dem letzten Tabellenplatz und muss sich inzwischen mit dem Thema Abstieg beschäftigen. Geschuldet sei dies einem personellen Umbruch, bei dem viele Leistungsträgerinnen der letzten Jahre nicht mehr zur Verfügung standen.



Gleichwohl mussten viele neue Spielerinnen integriert werden. Doch auch wenn der sportliche Erfolg Geduld erfordert, scheint dies der Stimmung in der Mannschaft keinen Abbruch zu tun. So bewiesen die Damen bei der vergangenen Weihnachtsfeier sowie der Kohlfahrt, dass der nötige Esprit weiterhin innewohnt.





Zweite Herren: Aufwärtstrend in der „Wundertüte“

Das Spieler-Trainer-Team der zweiten Herrenvertretung kann zuletzt hingegen einen positiven Trend verzeichnen. Dabei verhält sich die „Zweite“ weiterhin selbst und greift im Zuge dessen auf mehrere erfahrene Spieler zurück, die unter anderem auch das Training gestalten. Mit acht von zehn möglichen Punkten aus den letzten fünf Partien kletterte die Mannschaft jüngst aus dem Tabellenkeller der Regionsliga Süd und schließt nun von unten an das dicht gestaffelte Mittelfeld an.

Als bunt gemischte Truppe, die vom Handballneuling bis zum „erfahrenen Handballherbst“ alles bedient, wird das Prinzip verfolgt, jedem Spieler ausreichend Einsatzzeiten zu ermöglichen. Dennoch konnten sich die inneren Strukturen so weit festigen, dass Spaß und Erfolg nun bereits vor Ablauf der 60 Spielminuten deutlich zu erkennen sind. Zuletzt durften zudem wieder einige jüngere Spieler in der „SGBN-Wundertüte“ begrüßt werden. Routinier David Kleideiter verrät, dass man



gerne noch mehr Ballbegeisterte aufnehmen möchte. Am liebsten will das Team bis Saisonende noch auf den anvisierten Lieblingsplatz vier vordringen. Im Vordergrund steht dabei allerdings der Spaß, der den Erfolg meist von allein mit sich bringt.

TUCHE

by @Tom





Erste Herren: Nun doch – Kampf um den Klassenerhalt

Nach dem unerwartet erfolgreichen Saisonbeginn der ersten Herrenvertretung in der Landesliga befindet sich das Team von Trainer Alexander Wittkopf aktuell genau da, wo man lieber nicht gelandet wäre: mitten im Abstiegskampf (11. Platz, 15:17 Pkt.). Hierbei ist zu berücksichtigen, dass der Verband die Liga auf 14 statt der geplanten 12 Mannschaften aufgefüllt hat, was zur Folge hat, dass es mindestens fünf Absteiger geben wird. Dementsprechend weit gefasst ist der Begriff „Abstiegskampf“.

Auch wenn dieser Umstand bekannt war, ließ die teilweise personelle Mangelverwaltung kaum mehr Erfolg zu. „Besonders ärgern mich die Big Points, die wir zuletzt liegen gelassen haben“, so Wittkopf. Der Grund sei schnell ausgemacht: Zu selten komme die Mannschaft in Gänze zusammen – sowohl im Spiel als auch im Training. Einen Vorwurf könne man dennoch

kaum formulieren: „Jeder Spieler, der fehlt, tut dies aus einem wichtigen Grund, sei es aus familiären oder beruflichen Motiven.“

Die Zeit, die bleibt, verbringt jeder Spieler gerne mit der Mannschaft. Der „Vibe“ stimmt also; nun bleibt zu hoffen, dass beispielsweise Rückkehrer Hannes Dienemann zumindest ein positiver Faktor unter Vielen wird, um das Ziel Klassenerhalt zu realisieren. Wittkopf resümiert: „Noch ist das große Drama nicht in Szene gesetzt – viele Punkte sollten wir dennoch nach Möglichkeit nicht mehr liegen lassen, zumal das Potenzial für Punktgewinne fraglos vorhanden ist.“

Fairness
for ever





„Man findet hier auch Freunde“

Die Kids des ATS erzählen, was ihnen am Hip Hop gefällt



Spaß, Freunde finden, Musik und Bewegung - all das vereint die Kinder-Hip Hop-Gruppe des ATS Buntentor. Die 8- bis 12-Jährigen der Gruppe treffen sich immer einmal in der Woche und lernen Hip Hop Grundlagen wie den Bounce, Kick-Ball-Change und alle Moves, die zum Hip Hop dazugehören. In der Regel wird dabei über mehrere Wochen eine Choreografie zu einem bestimmten Lied gemeinsam einstudiert.

Neugierig geworden? Die Gruppe trifft sich jeden Dienstag im Tanzraum des Sporthauses von 17:30 bis 18:30 Uhr. Egal ob mit oder ohne Tanzerfahrung - die Gruppe ist offen für alle Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren, die Lust auf Bewegung und Hip Hop Musik haben. Ein Einstieg ist immer nach den Schulferien möglich. Information und Anmeldung bei Elke Tobis (turnen@atsbuntentor.de).



UNTERM STRICH

Die Karikaturen des Jahres

KLARTEXT

THOMAS PLaßMANN, UNTERM STRICH 2025 KLARTEXT VERLAG, 19,95

Feuchte Luft, hau ab!

Wir sind mit dem Einbau des Ventilators in der Sauna im Sporthaus Kornstraße fertig. Die Scheibe ist eingesetzt, die Fensterkreuze wieder aufgebracht, der Ventilator samt Zeitsteuerung und Steuerungselement (Zuluft, Abluft, Verschluss) eingebaut und angeschlossen. Die Steuerung ist an der Wand montiert und alles funktioniert. Wir haben eine laminierte Funktionsbeschreibung über der Steuerung aufgehängt, sodass auch Unbedarfte den Ventilator benutzen können. Auf dem Regal ist eine Mappe hinterlegt, in der die Bauanleitung, die Gerätespezifikationen etc. sowie die Anleitungen zur Sauna und deren Steuerungselement abgeheftet sind. Die Aktion hat Spaß gemacht und alle finden, es ist ganz ordentlich geworden.



Euer Andreas



Europäische Meisterschaften Combat Juggling im Sporthaus

Im Dezember 2025 fanden die Europäischen Meisterschaften im Combat Juggling zum ersten Mal im Sporthaus des ATS Buntentor statt. Combat Juggling ist eine Mischung aus Kampfsport und Jonglage. In diesem Wettkampf jonglieren beide KontrahentInnen 3 Keulen und wer länger jongliert gewinnt. Dabei ist es erlaubt, die Keulen des Gegners aus der Luft zu schlagen. Auch wenn die Szene sehr klein ist, gibt es eine Liga für diese Sportart und Turniere werden auf der ganzen Welt auf Jonglierconventions gespielt. Seit zehn Jahren gibt es Europäische Meisterschaften, bei denen die besten SpielerInnen gegeneinander antreten. Bisher fand das Event in Berlin statt und 2025 zum ersten Mal in Bremen.

Dieses Jahr gab es zwei Turniere. Die acht besten weiblichen Spielerinnen wurden für ein Frauenturnier eingeladen und die sieben Besten im allgemeinen Jahres-

ranking für das Offene Turnier, welches für alle Combat SpielerInnen gilt. Zusätzlich gab es davor ein Wildcard Turnier, bei dem nicht bereits qualifizierte SpielerInnen die Teilnahme für das offene Turnier gewinnen konnten.

Die Gruppe war bunt gemischt mit Teilnehmenden aus Deutschland, Niederlande, Belgien, UK, Frankreich und Polen. Alles in allem war die Stimmung sehr gemeinschaftlich, die Spiele spannend und fair und die Organisation Dank der Voraussetzungen im Sporthaus reibungslos. Gemeinsam haben wir uns über Spieltaktiken ausgetauscht, gelacht, gekämpft und miteinander mitgefiebert. Wir beglückwünschen Isabell Stroben (Aachen) und Bas Van de Kerkhof (Niederlande) für ihre Siege im Frauenturnier und im offenen Turnier und freuen uns schon auf weitere Wettkämpfe.

© Fotos: Callie Laurie (3. links und oben),
Wiebke Schnapper (1. unten)







Artistik



Fotos: Callie Lawrie (4, oben),
Wiebke Schnapper (1, unten)



Circus People Weekend im ATS

Zwischen den Jahren haben wir uns wie "alle Jahre wieder" mit Bremer*innen und Freund*innen von außerhalb zum "Circus People Weekend" im Sporthaus getroffen. Vier Tage lang wurde jongliert, Akrobatik gemacht, gekocht, gegessen, gespielt und sauniert.

Neben dem Circustraining durften wie jedes Jahr einige Aktivitäten nicht fehlen. Verstecken im Dunkeln im ganzen Sporthaus ist immer ein Highlight. Dieses Jahr gab es eine offene Bühne, auf der wir uns gegenseitig neue Tricks und Nummern gezeigt haben. Außerdem haben wir uns sehr gefreut, dass uns Tine Thevissen aus

der Abteilung Artistik ein Work-in-Progress ihres tollen neuen Zirkusstücks gezeigt hat!

Auch den Silvesterabend haben wir gemeinsam im Sporthaus gefeiert. Es ist inzwischen schon eine Tradition, dass wir uns für den "guten Rutsch" um 10 vor 12 an der Rutsche in der unteren Halle versammeln. Unter großem Anfeuern rutschen alle Circusleute die Rutsche hinunter, um anschließend das ganze Treppenhaus hoch ins Dojo zu rennen und von dort aus das Feuerwerk zu bestaunen.

Vielen Dank an den Verein, dass wir im Sporthaus so tolle Events verwirklichen können!





Cross-Landesmeisterschaft beim ATS Buntentor

Cross- LM beim ATS Buntentor: Gegensätzlicher hätte Sonntag, der 22. Februar 2026, nicht sein können. Der noch immer wintertiefe Boden wurde bei den Landesmeisterschaften im Crosslauf durch andauernden Regen noch rutschiger und alle Aktiven wurden bis an ihre Grenzen gefordert ("Der härteste Crosslauf meines Lebens" O-Ton eines auswärtigen 60+Starters). Und dennoch war die Stimmung herausragend gut, selbst bei denen, die zwischenzeitlich zu Fall gekommen waren. Das ist eben Crosslauf und die Strecke einer Meisterschaft absolut würdig, so der einhellige Tenor.

Das Team um die Organisationsleiter Philipp Dirschauer und Tim Krüger hatte dabei beste Planungsarbeit geleistet. Die acht Läufe starteten pünktlich, die Siegerehrungen der einzelnen Läufe ließen nicht lange auf sich warten, alle Hilfskräfte und Zuschauer standen in einem positiven Austausch mit den Teilnehmenden und direkt neben den Kabinen konnten sich die Aktiven mit Bockwurst, Brötchen und Co aus der Vereinsgastro CORVUS stärken.

Für den gastgebenden Verein fielen dabei in den Altersklassen 50+ auch einige Titel und Podestplatzierungen ab, so dass zeit-

weilig ständig ATS'ler auf dem von der Firma windstream gestifteten Siebertreppchen standen. Landesmeister wurden Carsten Hülss (M50), Gerrit Lubitz (M60), Bernhard Memering (M70), Harald Dittberner (M80) sowie das Team der M70/80 mit Bernhard Memering, Harald Dittberner und Hartmuth Schlachter. Walter Trampe ereilte das Schicksal des Vereinsvierten, der nicht mehr in die Teamwertung kam.

Dritter wurde in der M50 Timo Sieke und in der M65 Michael Bruns, der dadurch mit Gerrit Lubitz und Bernd Wassermann auch Teamvizemeister der M60/65 wurde. Ein dramatisches Finish gab es in der W50. Dort hat Nicol Petermann auf dem Bronzerang den Meistertitel nur um 9 Sekunden verpasst. Ihre direkten Konkurrentinnen liefen knapp vor ihr ein, die Vierte 4 Sekunden danach. Für die jüngeren Athleten auf der Mittel- und Langstrecke, teilweise mit Doppelstart, reichte es trotz großartiger Leistungen im starken Teilnehmerfeld nicht für die Plätze ganz vorne.

Besonders anzumerken: Der älteste Teilnehmer der LM war Jahrgang 1935 und lief in der M90!

Meisterteam M70/80: Memering, Dittberner und Schlachter (von links).



Carsten Hülss (Meister M 50) und Drittplatzierter Timo Sieke.



Buntentorler bei vielen Lauf-Wettbewerben dabei



Morten Weber, Sebastian Schulze, Daniel Wewer



Walter Trampe, Nicol Petermann, Bernhard Memering, Hartmuth Schlachter, Harald Dittberner und vorne Tanja Ewers (Die Schlammfläche gehört glücklicherweise nicht zum Spielfeld)



Teampodest der M60/65, links Gerrit Lubitz (1. M60) und Michael Bruns (3. M65), es fehlt Bernd Wassermann.



Laufen



...und wieder ein Riesenteilnehmerfeld beim Schokocross am Werdersee.



Ingo konnte über 30 kg Weihnachtsschokolade zur Bremer Tafel bringen.



...und schön kalt war's auch bei der Winterserie!



...und natürlich auch beim Werderseelauf dabei, ganz stark Walk for Peace – mit Sabine und Barbara.



Sabine und Marion auf dem Megamarsch auf Mallorca.



Sehr anspruchsvoll von morgens im Dunkeln los bis abends im Dunkeln zurück beim Megamarsch auf Mallorca.

TÖPCHÉ

by OTOM





Straßen-Landesmeisterschaft 5 km in Göttingen Fünf Titel, zwei dritte Plätze und zwei Landesrekorde

Am 15. März trat der ATS Buntentor mit einem 12-köpfigen Team zur Landesmeisterschaft über 5 km auf der Straße in Göttingen an. Die Strecke in der Innenstadt war schwierig und schnell, da sie geprägt war von einigen scharfen Kurven mit tückischen Bordsteinen und wechselnden Untergründen. Timm Averages-Neumann und Morten Weber liefen vom Start an in einer Gruppe und kamen schließlich mit 16:23 (Morten) und 16:28 (Timm) ins Ziel. Es folgten Daniel Wewer mit einer Zeit von 18:18 und Philipp Dirschauer in 20:10.

Im zweiten Lauf hagelte es Topplatzierungen für die ATS-Athleten. Als erstes lief Gerrit Lubitz nach 19:28 Minuten ins Ziel ein. Das sicherte ihm den 3. Platz in der Altersklasse M60 und zudem noch den Bremer Landesrekord! Es folgte Michael Bruns in 20:00 als Meister der M65, der sich noch bei der Siegerehrung fragte, wo er die 19:59 liegen gelassen hatte. Lena Schröder als einzige ATS-Athletin erreichte das Ziel in 21:02 und schaffte damit ein erfolgreiches Comeback nach fast einem Jahr Wettkampfpause. Kurz dahinter lief Bernhard Memering in 21:10 als Landesmeister der M70 und eben-



falls neuer Landesrekordhalter ein. Es folgten Thomas Langhorst in 22:27 und Christian Förster in 24:06. Dietmar Hein sicherte sich mit 24:24 den 3. Platz in der M70. In 26:22 erreichte der neue Landesmeister der M80, Harald Dittberner, das Ziel.

Neben diesen Erfolgen in den Einzelwertungen gab es auch noch Grund zum Jubeln über die Titel in den Teamwertungen für die M60/65 (Lubitz, Bruns, Langhorst) und die M70+ (Memering, Hein, Dittberner).





Mein Lauf zum Deutschen Vizemeister im 50 km Ultramarathon in der AK M70

In diesem Jahr wurden die Deutschen Meisterschaften im 50 km Ultramarathon wieder im Rahmen des Werdersee-Laufes von bremenRacing ausgerichtet, wie schon 2024, genau auf der Strecke, auf der wir mittwochs immer mit unserem Lauftreff laufen (nur ohne „Schlenker“) - ein „Heimspiel“ also genau vor unserer Haustür. Klar, dass Ingo und ich (sogar als „Titelverteidiger“ in der M70) da starteten.

Die 8,333 km lange Runde um den Werdersee musste 6 mal durchlaufen werden. Die Anmeldeliste in der M70 war mit nur 4 Läufern sehr überschaubar: Alles Jungspunde, gerade aus der M65 aufgerückt. Ein Superläufer war dabei, gegen den ich von vornherein keine Chance hatte, ein zweiter war ungefähr meine „Preisfrage“, der dritte wohl langsamer als ich. Also wartete das Treppchen auf mich.

Ich hatte mir eine Pace von etwa 5:30 bis 5:40 Minuten/km vorgenommen. Mit Spannung erwartete ich die Anzeige der Platzierung auf dem Monitor bei Start/Ziel. Nach der 1. Runde wurde für mich eine 2 angezeigt. So weit, so gut, aber wo waren meine Gegner? Gecoacht von meiner Frau erfuhr ich nach der 3. Runde, dass die beiden anderen Gemeldeten nicht angetreten waren.

Damit war der Wettkampfaspekt natürlich raus und ich bin relativ entspannt weitergelaufen und nach 4:51 Stunden ins Ziel: Vizemeister, Silber! Die Zeit war etwas langsamer als geplant. Der erste war von vornherein unerreichbar, der ist unglaubliche 3:44:45 !!! gelaufen, über eine Stunde schneller als ich. Der hat den Deutschen Altersklassenrekord (gelaufen 2024 auch am Werdersee von jemand anderem) um unglaubliche 23 Minuten verbessert. Er ist

neu in die AK70 aufgerückt und wird mich die nächsten 2 Jahre begleiten...

Bei den M70-Frauen gab es auch nur zwei in der Wertung, genauso in der M75 Klasse. 80er waren nicht angetreten und in der M85 nur der vielfache aktuelle Weltrekordhalter Walter Stöcker. Die Luft wird im Alter einfach dünner ...

Ingo Susemihl-Behaghel verbesserte seine Bestzeit deutlich und erreichte in tollen 4 Stunden und 7 Minuten den 8. Platz in der M55.

Insgesamt war es eine tolle Veranstaltung. Ich hatte eine Marathon-Durchgangszeit von ziemlich genau 4 Stunden und will (nach einer kleinen Regeneration) und diesem erreichten Trainingsstand noch mal in vier Wochen am 12. April bei der Marathon DM in Hannover starten. Man wird sehen...

Hartmuth Schlachter





Deutsche Hallenmeisterschaften Senioren

Für die Deutschen Hallenmeisterschaften der Senioren Anfang März waren zwei Athleten des ATS Buntentor für die 1.500 Meter gemeldet: Bernhard Memering (M70) und Michael Bruns (M65). Jedoch: Bernhard musste krankheitsbedingt seine Teilnahme absagen, also ist Michael am Freitag alleine nach Düsseldorf gefahren.

Das Rennen wurde pünktlich um 11:00 Uhr angeschossen und es ging auf die 7,5 Runden, in der Halle ist die Bahnlänge nur 200m, nicht wie draußen üblich 400m. Schnell bildete sich eine Dreiergruppe bestehend aus Christian Stoll (nicht der ehemalige Stadionsprecher), Timo Kuhrau und Michael Bruns, den schnellsten nach den angegebenen Meldezeiten. Der Abstand zu den Folgenden vergrößerte sich Runde für Runde, sodass die Podestplätze unter den dreien ausgemacht werden sollten.

Die Geschwindigkeit hielt sich lange taktisch in Grenzen, zu Beginn der letzten Runde musste also etwas passieren, Michael war an dritter Position und dachte mit einer Tempoverschärfung an die zweite Position vorrücken zu können. Jedoch, weit gefehlt - Timo hat sofort die Attacke bemerkt und ebenfalls das Tempo verschärft. Michael



war sofort klar, dass er die letzten 150 Meter nicht mehr mithalten konnte und ist dann als Dritter mit einer Zeit von 5:26,10 min. ins Ziel gelaufen. Aufgrund der mangelnden Vorbereitung war er mit dem Ergebnis voll zufrieden, da das Ziel - ein Podestplatz - mit der Bronzemedaille sicher erreicht wurde.





19. Lauf- und Walkwochenende in Bredbeck

Herbstzeit ist Zeit für das Lauf- und Walkwochenende, das nach 16 Auflagen in Walsrode und einem einmaligen Abstecher nach Aurich nun zum zweiten Mal in Bredbeck nahe OHZ stattfand. Wie im Vorjahr wurden wir freundlich empfangen und bestens bewirtet. Die Unterbringung im Atriumhaus 1 war zudem deutlich komfortabler als Im Vorjahr im Jugendgästehaus. Neben diversen sportlichen Aktivitäten im Wald, auf der Bahn oder im Schwimmbad, gab es auch abends angenehme Unterhaltung im Kaminzimmer.

Etwas betrüblich war die Tatsache, dass kurzfristig gleich vier Reiseteilnehmerin-

nen erkrankten und somit zu Hause das Bett hüten mussten. Aber auch eine Positivabsage war zu verzeichnen - Annette und Peter, herzlichen Glückwunsch zum Enkelkind!

Für die Jahre 2026 und 2027 haben wir bereits die Option gezogen, am letzten Wochenende der Herbstferien erneut nach Bredbeck zu reisen. Da wir auf den bis zu vier Laufeinheiten des Wochenendes verschiedene neue Streckenvarianten entdeckt haben und zudem größere Waldstücke in nur wenigen Kilometern mit dem Auto erreicht werden können, wird es uns sicher nicht so schnell langweilig werden.





Gemeinsam durch den Winter

Einsteiger/Wiedereinsteiger-Laufgruppe bleibt motiviert



Der Winter hat es uns in diesem Jahr wirklich nicht leicht gemacht. Aber trotz Dunkelheit, Regen, Wind und Kälte hat die Einsteiger/Wiedereinsteiger-Laufgruppe durchgehalten und war Woche für Woche motiviert am Start. Warm eingepackt, mit Beleuchtung ausgestattet und immer gute Laune im Gepäck, sind wir gut durch die dunkle Jahreszeit gekommen. Ende des Jah-

res wollte Marco Denker es dann noch einmal wissen und startete beim Silvesterlauf. Erfolgreich absolvierte er die 10 Kilometer und holte sich anschließend als Belohnung Medaille und Berliner ab.

Es gab jedoch auch Tage, da war kein Laufen möglich, da die Straßen und Wege eine spiegelglatte Eisfläche waren. Als Ausgleich gab es dann ab und an ein Indoor-Training im Krafraum im Sporthaus Kornstraße. Dort standen Ganzkörperkräftigung, Mobilisation und auch etwas Entspannung auf dem Programm. Diese Einheiten haben nicht nur für warme Muskeln gesorgt, sondern auch für viele Lacher und ein starkes Gemeinschaftsgefühl.

So zeigt sich: Mit Zusammenhalt, Humor und Spaß an der Bewegung lässt sich selbst der härteste Winter meistern. Aber jetzt freuen wir uns schon auf den Frühling und auf viele weitere gemeinsame Kilometer.

Herzliche Grüße, Anja Heeren





Zu Fuß und mit dem Fahrrad kamen die Hartgesottenen zur Lesung mit Flora Montán am 7. November 2025. Trotz gesperrter Brücke, Werder-Spiel, Laternenumzug, Nebel und Nieselregen. An dem Abend wurde viel gelacht, wenn im Roman die Zumba-Frauen in ihrem Verein „Buntes Tor“ und vor dem Hauptbahnhof tanzten oder die Männer aus der Gymnastikgruppe als Hirten im Krippenspiel einsprangen. Mehr wird nicht verraten ...

(weitere Informationen in der Buntentors-Post Oktober 2025, Seite 83)



SEMBACH-GLAS

Sembach-Glas 28201 Bremen
In der Neustadt, Kornstraße 118
Tel.: 0421-552183
www.sembach-glas.de



Erfolgreiche Floorballsaison

U9 im Aufwind!

Unsere U9 ist mit viel Einsatz in die neue Floorball-Saison gestartet. Gleich am ersten Spieltag zeigte das Team großen Kampfgeist und lieferte spannende, sehr knappe Spiele. Auch wenn ein Sieg noch ausblieb, wurde deutlich, wie viel Einsatz, Teamgeist und Qualität in der Mannschaft steckt.

Besonders erfreulich: Viele neue Kinder haben sich dem Team angeschlossen. „Die Gruppe ist deutlich gewachsen, und im Training sorgen noch mehr Bewegung, Spaß und Begeisterung für Floorball für eine tolle Atmosphäre“, so Trainer Gregor Schürmann.

Als Ziel für die kommenden Spieltage hat sich das Team fest vorgenommen, die ersten Siege einzufahren und die Saison erfolgreich abzuschließen. Die Motivation ist groß, die starke Leistung aus der Vorsaison (3. Platz) sogar noch zu übertreffen.

U11 beweist sich!

Im Verlauf der Vorrunde der diesjährigen U11-Saison, musste sich die U11 leider mehrmals gegen starke Gegner geschlagen geben. Zwar konnte man auch zwei Spiele gewinnen, trotzdem reichten diese 6 Punkte nur für die Platzierungsrunde. Diese begann nun Ende Februar. Dort traf man bisher auf die Uphusen Vikings, gegen die unsere U11 mit einem überzeugenden 11:0-Sieg einen guten Start in die Platzie-

Die U11 freut sich aufs Heimspiel in der Stadtwerderhalle.





Die U13 spielt eine unfassbar starke Saison ...



und steht am Ende der Hauptrunde auf Platz 1.

rundrunde erwischte. Ein weiteres Spiel wurde mit 8:0 für die U11 gewertet. So steht man mit 6 Punkten aus den ersten beiden Spielen auf dem ersten Platz der Staffel und blickt voller Motivation aufs Heimspiel am 26. April in der Stadtwerderhalle.

U13 auf Mission Meisterschaft!

Zu Beginn der U13-Saison hätte es wohl kaum jemand für möglich gehalten, wie unfassbar stark die Saison bisher für die U13 verläuft. Zwar war es angestrebt, die Lücke zu den letztjährigen Bezwingern aus Horn und Lilienthal zu schließen, doch mit einem deutlichen Sieg gegen beide Mannschaften (19:1 bzw. 12:7) hatte man nicht gerechnet.

Und auch gegen die anderen Konkurrenten in der Liga wurde gewonnen - und zwar deutlich. Am Ende der Hauptrunde steht man mit der maximalen Punkteausbeute und einer Tordifferenz von 117:36 unangefochten auf Platz 1.

Trainer Henry Martin beschreibt die Situation als einen Positionswechsel: „plötzlich wirst du vom Gejagten zum Jäger.“

Ganze neun Partien brauchte es, bis man zum ersten Mal knapp bezwungen wurde. Die nächsten drei Spiele wurden dann wieder gewonnen. Nun gilt es für die letzten vier Spiele alles zu geben um anschließend am 16. Mai beim Saisonfinale in der Stadtwerderhalle sich zum Meister zu krönen.



**Leben
bunt
machen.**

**Es gibt viele Gründe,
einem Kind ein neues
Zuhause zu geben.**

Sind Sie dabei?



P1B
pib-bremen.de



Floorball



U15 ohne Glück

Die laufende Saison ist für die U15 wie eine Achterbahn der Gefühle. Bereits am ersten Spieltag verlor man knapp mit 7:8 gegen den TB Uphusen. Auch beim Spieltag Anfang März musste man sich mit 7:8 Last-Minute gegen Lilienthal geschlagen geben. „Wenn du dein Bestes gibst und dabei nichts rumkommt, leidet die Motivation enorm“, schlussfolgern die Trainer Tom Sander und Theo Bömelburg. Trotzdem lässt sich die U15 nicht unterkriegen und so konnte man sich immerhin zwei Mal für seinen Aufwand belohnen und auch gegen Spitzenreiter Horn ein sehr gutes Spiel abliefern (7:10).

Ein Platz auf dem Treppchen ist zwar inzwischen nur noch sehr unwahrscheinlich, trotzdem werden sich alle gemeinsam daran beteiligen, das bestmögliche aus der Saison zu machen.

U17 wird das dritte Jahr in Folge Vizemeister!

In dieser Saison konnte sich unsere U17 das dritte Jahr in Folge den zweiten Tabellenplatz sichern. In der Vorrunde ging es um die Gegner für den finalen Spieltag am 8. März. Gegen Hannover 96 konnte sich unser Team in zwei Spielen knapp durchsetzen. Während es im ersten Spiel noch in die Verlängerung ging, konnte das zweite Spiel bereits in der regulären Spielzeit für uns entschieden werden. Gegen die Lilienthaler Wölfe legte die Mannschaft im ersten Spiel eine souveräne Vorstellung hin und gewann mit 8:4. Im zweiten Spiel fehlte unserem

Die U17 überzeugt mit dreimal Platz 2 nacheinander.





Team, gegen überraschend starke Lilienthaler die Toreffizienz und man musste sich mit 3:5 geschlagen geben. Gegen das Team aus Horn konnten trotz starker Verteidigungsleistung keine Punkte geholt werden.

Am Finalen Spieltag ging es zunächst um den Einzug ins Finale wieder gegen Lilienthal an den Start. In einem spannenden Spiel setzte sich unser Team mit 3:1 durch und hatte damit schonmal den zweiten Platz sicher. Im Finale gegen Horn konnte man im ersten Drittel noch gut mithalten, musste sich dann aber doch recht deutlich geschlagen geben.

Insgesamt hat unsere U17 eine gute Saison gespielt und einen gelungenen Abschluss im Jugendbereich für das Team geschafft.

1. Mannschaft gewinnt Platzierungsrunde!

Nach einer schwierigen Vorrunde, die man mit nur einem Sieg aus drei Spielen abschließen konnte, nahm sich die Mannschaft rund um Kapitän Philipp Putscher für die Platzierungsrunde einiges vor. „Wir haben eine gute Mischung aus Erfahrung und jugendlichem Ehrgeiz im Kader. Das macht uns gemeinsam stark“, so der Kapitän. Und diese Stärke spiegelte sich in den Resultaten wieder: Vortzeitiger 1. Platz, 5 von 5 Spielen gewonnen und beide Topscorer der Staffel haben wir einen Spieltag vor Schluss zu verbuchen. Die beiden Siege im Stadtderby gegen Eiche Horn setzen dem Ganzen die Krone auf. Nun gilt es, sich daran zu machen, nächstes Jahr in der Meisterrunde konkurrenzfähig zu sein.



jeder Schuss ein Treffer...

**b r e m e r
k r i m i n a l
t h e a t e r**

www.b-k-t.eu fon:0421 166 91 758



Eindrücke aus den letzten Monaten:



Die blauen Trinkflaschen spendiert von der Lebenshilfe Bremen ...



5 km für den ATS Buntentor/Lebenshilfe Bremen am letzten Tag des Jahres (mehr war nicht mehr drin ...).



Bei Bovi zu Besuch zum Neujahrsempfang: Sabine Schmieder und Marion Hörmann vom ATS Buntentor/Lebenshilfe Bremen sowie Susanne Jahn von Special Olympics Bremen.



Thomas Hartmann und Martin Wördemann vom Boccia + Stocksport haben es geschafft mit diesem wahnsinnsemotionalen Bild mit DPD-Transport Post durch Deutschland zu gehen und gesehen zu werden. Mit jedem Paket sind diese beiden wundervollen Athleten zu sehen. Als Paketaufkleber. Entstanden bei den Landesspielen in Bremen beim ATS Buntentor. Herzlichen Glückwunsch der Fotografin von Special Olympics, Sarah Rauch, die dieses wunderbare Bild geschaffen und damit den 1. Preis gewonnen hat.



Auffrischungs- und Fortbildung der Übungsleiter-Assistent:innen und einmal Ausbildung (Sam): Sabine Schmieler, Heidi Wilkens, Oliver Neddermann, Elke Rauschenberg, Dorothe Burhop und Stine Holin von Special Olympics Bremen). Es fehlen Klaus Lormes und Sam Bonhorst.



Special Olympics Nationale Spiele 2026 im Saarland



Das Training für die Nationalen Spiele wird härter für diejenigen, die mitfahren und auch für diejenigen, die nicht mitfahren.

Wir sehen uns im Saarland!





Eine großzügige Spende!

Vielen Dank Herrn Renzelmann vom Bauhaus Osterholz (Weserpark). Wir vom Boccia-Triathlon, Menschen mit und ohne Behinderungen, freuen uns sehr darüber. Wir konnten ein Zelt mit Seitenwänden (4 x 6m) sowie 5 Radständer à 4 Bügel abholen. Das bedeutet für zusätzliche 20 Radfahrende ein Abstellplatz für unsere teilnehmenden Triathlet*innen mit und ohne Behinderungen.



INKLUSIVER BREMER TRIATHLON 2026

- » für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung
- » (Unified-)Staffeltriathlon, Unified-Tandem oder Einzeltriathlon*
- » 150m Schwimmen | 6km Radfahren | 2km Laufen oder Walken
- » geeignet für Einsteiger*innen
- » organisiert vom Boccia-Team des ATS Buntentor und der Lebenshilfe

29. AUGUST 2026 | START 10:30 UHR | WERDERSEE (STRAND)

» Infos und Anmeldung:
Sabine Schmieder
Phone: 0160 5336721 | Mail: schmiederbremen@t-online.de
Startgeld: 3 Euro



Mit freundlicher Unterstützung von:

* Eine Teilnahme ist alleine für alle drei Disziplinen oder in einer Staffel möglich. Eine Staffel kann aus zwei bis drei Athlet*innen mit und ohne Beeinträchtigung bestehen, die sich die drei Disziplinen teilen oder gemeinsam absolvieren.

Mit einer Anmeldung wird zugestimmt, dass während des Triathlons Fotos für die unentgeltliche Nutzung seitens der Veranstalter und ihrer Partner gemacht werden.

Einladung zum inklusiven Bremer Triathlon 2026 am 29. August 2026 am Werdersee.





Boccia und Stocksport bei den Sixdays

Auf Einladung der Familienbeauftragten Special Olympics Bremen, die leider nur zur Begrüßung dabei sein konnte, haben wir uns einen ganzen Tag bei den Sixdays vergnügt. Aufgrund des Wetters leider in deutlich kleinerer Besetzung, aber wer da sein kann soll Spaß haben.

Nach einem „wie jedes Jahr“ kleinen Wissens-Test von mir, so zum Beispiel:

- dass 20 Personen 2 Tage benötigen, um die Holzbahn aufzubauen,
- dass die Sixdays seit 2 Jahren nur noch 4 Tage dauern,
- ob ein Renn- bzw. Bahnrad (bei Fahrten auf der Bahn) eine Bremse, Licht und Gangschaltung hat,
- bei einem Freilauf darf man nicht aufhören zu treten, sonst fällt man um,
- Erklärung Ausscheidungsrennen, Zeitfahren, Derbyrennen.

Jaaaaa, das gehört, so wie ich finde, unbedingt dazu! Und getanzt haben wir wie jedes Jahr nach der Musik von Klaus und Klaus. Kann man sowieso nur tanzend aushalten (oder gehen...).

Special Grüße Sabine



Fachtag von Special Olympics Bremen und Kooperationspartner Behindertensportverband



Ziel: praxisnahe Impulse und konkrete Strategien für den inklusiven Sport mit dem Ziel durch praxisnahe Einblicke und Beispiele gelungener Inklusion Wege aufzuzeigen, wie Sportangebote für alle geöffnet werden können.

Fast zwei Stunden haben wir einen Blick hinter die Kulissen inklusiver Sportangebote gegeben mit einer Muster Stocksport-Übungsstunde und vielen praktischen Impulsen. Siehe Zettel.

Mit mir als Referentin (+ Trainerin), sowie Unified -Partnerinnen Anke Janßen und Marion Hörmann und Athlet*innen Oliver Neddermann, Elke Rauschenberg, Heidi Wilkens, Tracy Otoo.

Im Anschluss gab es Impulse und Interviews mit den Herausforderungen des inklusiven Sports mit den Schwerpunkten Finanzierung und Zugang mit Jürgen Maly (ganz klasse dargestellt - wir sind alle ganz dankbar beim ATS Buntentor zu sein), Christine Nienaber und zwei weiteren Menschen.



Special Grüße Sabine



Neue Trainingsmöglichkeiten beim Tischtennis

Nominierung für den Landeskader
Unser U15-Talent Emil hat es in den neu aufgelegten FTTB-Landeskader geschafft! Wir sind mächtig stolz auf Emil, der stets mit vollem Elan trainiert und sich diese Nominierung sehr verdient hat. Beim Landeskader wird Emil in den nächsten Monaten Lehrgänge mit den anderen Besten seiner Altersklasse absolvieren, um ihn noch mehr zu fördern. Weiter so!

Stand der Mannschaften

Wir nähern uns dem Endspurt der Tischtennis-Saison 2025/26. Bisher (Stand Mitte März) verlief sie für unsere Mannschaften derart erfolgreich, dass wir am Ende der Saison wahrscheinlich mehrere Aufstiege und eventuell auch Meistertitel feiern werden können. Unsere Erste Mannschaft steht derzeit auf dem dritten Platz der Stadtliga 1 und hat gute Chancen, den Aufstieg in

die Bremen-Liga zu schaffen. Auch wenn noch ein paar schwierige Spiele bevorstehen, glauben wir fest daran, dass das Team den Sprung in Bremens höchste Spielklasse schaffen wird!

Die Zweite Mannschaft steht derweil seit einigen Monaten mit deutlichem Abstand auf dem ersten Platz der 2. Kreisliga. Man verlor nur knapp das erste Saisonspiel im September, seitdem hat die Zweite 11 Siege in Serie eingefahren. Im April stehen noch vier Spiele an, ein weiterer Sieg sollte jedoch ausreichen, um den Aufstieg und höchstwahrscheinlich auch die Meisterschaft zu sichern!

Ähnlich gut läuft es bei der Dritten Mannschaft, die gerade auf dem zweiten Platz der 1. Kreisklasse steht und mit einem guten Schlusspurt ebenfalls sowohl den Aufstieg als auch den Meistertitel erreichen kann!



Nicht ganz so deutlich sieht es bei der Vierten Mannschaft aus, die jedoch als Viertplatzierte der 3. Kreisklasse auch noch ein Wörtchen im Aufstiegskampf mitzureden hat. Mit etwas Glück könnten am Ende der Saison alle vier Mannschaften aufsteigen.

Unsere erste U15-Mannschaft steht derzeit auf dem siebten Platz der Bremen-Liga - die Konkurrenz war insgesamt zu stark, obwohl wir auch einige äußerst knappe Niederlagen einstecken mussten. Unsere zweite U15-Mannschaft hatte zu Beginn der Saison Anlaufschwierigkeiten, ist jedoch immer mehr in Fahrt gekommen und könnte tatsächlich noch im Meisterschaftskampf der Stadtliga mitmischen!

Die erste Seniorenmannschaft ist in die Bremen-Liga aufgestiegen! Die zweite Senioren-Mannschaft hat in der 1. Kreisklasse bisher eine ausgeglichene Saison mit jeweils fünf Siegen und Niederlagen und zwei Unentschieden gespielt und wird damit sicher die Klasse halten.

Unsere neu aufgestellte FLINTA*-Mannschaft spielt in der Bezirksklasse eine sehr solide Debütsaison, sie befindet sich derzeit auf dem vierten Tabellenplatz. Es waren sehr spannende Spiele dabei und wir freuen uns schon auf die nächste Saison!

Meisterliche Senioren

Unsere erste Senioren-Mannschaft ist Meister der Senioren-Stadtliga! Mit einem 6:4-Erfolg gegen Werder Bremen II machte unsere Mannschaft nicht nur die Meisterschaft, sondern auch den Aufstieg in die Bremen-Liga, Bremens höchste Spielklasse, klar. Glückwunsch, wir freuen uns sehr auf die kommende Saison und sind gespannt, wie sich unser Team in der Bremen-Liga schlagen wird.



Neue Trainingsmöglichkeiten in der Mainstraße

In den letzten Jahren und Monaten ist unsere Abteilung stetig gewachsen. Wir freuen uns sehr über diese Entwicklung, mussten aber aufgrund der hohen Teilnehmerzahlen auch mit einer erschwerten Trainingssituation umgehen. Deshalb freuen wir uns sehr, dass wir seit Anfang März neben unserer Halle im Sporthaus Kornstraße eine weitere Turnhalle in der Mainstraße für unser Training zur Verfügung haben. Mit dieser Erweiterung haben sich die Trainingszeiten und -möglichkeiten enorm verbessert. Wir bedanken uns vielmals bei unserem Abteilungsleiter Jan Luca, dass er sich so emsig gekümmert hat und vor allem bei unserem tollen Vorstand, der das alles ermöglicht hat - ihr seid großartig!





FLINTA*-Tischtennisstraining beim ATS

Jeden Dienstag um 20:15 Uhr findet beim ATS das FLINTA*-Tischtennisstraining mit Trainerin Leo statt. Das Training richtet sich an unterschiedliche Spielstärken - vom Einstieg bis zum Punktspielniveau - und zeichnet sich durch eine besonders unterstützende und wertschätzende Atmosphäre aus. Leo schafft es, alle mitzunehmen, unabhängig vom Niveau, Energielevel oder Laune. Die Gruppe ist stark gewachsen, und seit der Saison 25/26 stellen wir ein Team für Punktspiele auf. Zusätzlich gibt es donnerstags von 18 - 22 Uhr die Möglichkeit zum Freispiel in der FLINTA*-Gruppe in der neuen Halle in der Mainstraße.

Mit dem FLINTA*-Training schafft der Verein einen Trainingsort außerhalb des oft von cis Männern dominierten Rahmens. Solche Räume sind kein „Extra“ sondern ein ergänzendes Angebot, das dazu beiträgt, dass sich mehr Menschen im Sport willkommen fühlen und langfristig dabei bleiben. Dass mehrere Spieler*innen sagen, sie würden ohne diesen Trainingsraum gar nicht Tischtennis spielen, zeigt wie wichtig solche Angebote sein können.

Eine kürzlich geführte Diskussion in der Abteilung hat auch gezeigt, wie wichtig respektvolle und inklusive Räume im Sport sind. Angebote wie das FLINTA*-Training sind Teil des Anspruchs des ATS, Vielfalt und Teilhabe aktiv zu fördern. Neue Mitspieler*innen sind herzlich willkommen.

Volker Schorstein-Reiche



Im November mussten wir Abschied nehmen von unserem Lauffreund Volker Schorstein-Reiche, der nach langer schwerer Krankheit verstorben ist. Volker wäre am 9. Januar 76 Jahre alt geworden. Er war seit 2005 Mitglied im ATS Buntentor und gehörte zu den Urgesteinen der Laufgruppe. Als leidenschaftlicher Läufer war er sehr glücklich darüber, in späten Jahren noch einmal einen Marathon mit seinem Sohn zusammen laufen zu können.

Volker wird uns unvergessen bleiben, als Lauffreund, als Teilnehmer des Laufwochenendes in Walsrode und von vielen gemeinsamen Werderspielen, die er mit uns im Vereinsheim geschaut hat. Wenn überhaupt jemals ein böses Wort über seine Lippen kam, dann nur, wenn die Grünweißen nicht anständig spielten. Für uns Rotweiße brachte er jedes Jahr zu seinem Geburtstag einen großen Karton Mayer Junior Schokoküsse mit zum Lauffreutreffmittwoch. Und auch in seinen letzten schweren Monaten saß er oft noch vor dem Umkleidehaus und wartete auf das Beisammensein mit seinen Lauffreundinnen und Lauffreunden im CORVUS.

BeVOR Sie sich SORGEN



Unsere Kollegin Carina Flömer berät Sie gern umfassend zur **GE-BE-IN Bestattungsvorsorge**: nach eigenen Vorstellungen geregelt · vorausschauend entschieden · gibt Ihnen ein gutes Gefühl · Entlastung für Ihre Angehörigen · finanziell abgesichert · versehen mit einer Preisgarantie ge-be-in.de/vorsorge



11x in Bremen
und umzu

Regina Winkel



Am 11. Februar 2026 ist unsere Walking- und Turnschwester Regina Winkel im Alter von 66 Jahren zuhause gestorben.

Seit vielen Jahren war Regina auf dem Stadtwerder etliche Kilometer mit uns unterwegs und hat im Sporthaus donnerstags trainiert. Wir haben gerne mit ihr Sport getrieben und vermissen Reginas freundliche und zugewandte Art in unseren Gruppen.

Wir trauern mit unserem Sportfreund Karsten und seiner Familie.

Giuseppe Schinocca



Alla fine del sentiero restano solo i ricordi die tempi felicio Giuseppe, am Ende des Weges bleiben die Erinnerungen an glückliche Zeiten.

Unser Freund Giuseppe ist Anfang Februar verstorben. Giuseppe, ein handwerkliches Genie und ein unermüdlicher Anpacker. Unvergessen sein Einsatz beim Bau der Finnbahn und bei vielen Installationen in unseren Umkleidehäusern.

Bremen war seine Heimat, hier hatte er Freundinnen und Freunde und war zu jeder Tages- und Nachtzeit für gewöhnliche, aber lieber noch für ungewöhnliche Aufträge erreichbar. Wir sind traurig; eine liebenswerte aber auch ganz eigensinnige Persönlichkeit hat unsere Welt verlassen.



Kreativer Kindertanz



Kinder, 4–6 Jahre

montags, 15:45–16:30 Uhr
montags, 16:30–17:15 Uhr
mittwochs, 15:30–16:15 Uhr
mittwochs, 16:15–17:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Hip Hop



Kinder, ab 8 Jahre (Anfänger)

dienstags, 17:30–18:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Musikunterricht



Schlagzeug

montags, 18:00–19:00 Uhr,
Schule Am Dorfkampsweg
donnerstags (nach Absprache) ab 18:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße

Flöten

donnerstags, 17:30–18:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße

Weitere Infos + Anmeldung:
musik@atsbuntentor.de

Jugger Sommertraining



dienstags, 18:00–20:00 Uhr
mittwochs, 18:00–20:00 Uhr
sonntags, 16:00–18:00 Uhr
Sportanlage Stadtwerder

Tanzkreis Standard und Latein



für Tanzpaare mit Vorkenntnissen
montags, 18:10–19:40 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Tanzkreis „leicht fortgeschritten“



**Standard und Latein
für leicht Fortgeschrittene**
montags, 20:00–21:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Zumba



**Tanz-Fitness-Workout
für Frauen und Männer**
dienstags, 20:00–21:00 Uhr
mittwochs, 19:00–20:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Zumba Gold



**Tanz-Fitness-Workout, angepasst an
die Bedürfnisse von aktiven, älteren
Frauen und Männern**
montags, 10:00–11:00 Uhr
montags, 11:05–12:05 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Tanz-Fitness

neu

**Tanz kombiniert mit Fitnessselementen
für aktive Ältere**
dienstags, 16:15–17:15 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum



Darts beim ATS Buntentor



Lockerer Sportangebot für nette Menschen

dienstags, 19 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Ebene 3

Boccia und Stocksport



Menschen mit und ohne Behinderung
Kooperation mit der Lebenshilfe
freitags, 14–17 Uhr
Sportanlage Stadtwerder
(Shuttle-Bus möglich)

Tischtennis



Jugendtraining

montags, 17:15–18:45 Uhr
(Fortgeschrittene)
mittwochs, 17:15–18:45 Uhr (jedes Level)
freitags, 17:15–18:45 (jedes Level)

Erwachsenentraining

montags, mittwochs, freitags,
19:00–22:00 Uhr (jedes Level)

Junggebliebene Ältere

dienstags, 14:00–16:30 Uhr, mit Trainer
donnerstags, 13:00–15:30 Uhr,
freies Training

Flinta-Tischtennis

jeden 2. Dienstag (ungerade KW)
20:15–22:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Obere Turnhalle

Basketball



Freizeitsportgruppe für Jugendliche + Erwachsene

freitags, 18:30–22:00 Uhr
Oberschule Leibnizplatz, obere Turnhalle
sonntags, 18–20 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle

Parkour



angeleitetes Kindertraining (bis 14 Jahre)

freitags, 17:00–18:30 Uhr
Offenes Training (nicht für Kinder)
mittwochs, 20:30–22:30 Uhr
freitags, 18:30–22:00 Uhr
sonntags 17:00–20:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Untere Turnhalle

FamilienFit



Kinder und Erwachsene

turnen gemeinsam
Kinder 2-8 Jahre
montags, 16:00–17:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle

SpielRaum



Spielen und Turnen für Kinder 2–6 Jahre

dienstags, 15:30–16:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle
(bitte vorher anmelden:
spielraum@atsbuntentor.de)

Ballschule für Kinder



Kinder 3–6 Jahre

donnerstags, 16:15–17:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle



Eltern-Kinder-Turnen

Kinder 1–3,5 Jahre

montags und mittwochs, 15:30–16:30 Uhr
mittwochs, 16:30–17:30 Uhr
donnerstags, 10:45–11:30 Uhr
und 16:15–17:00 Uhr,
freitags, 10:45–11:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle



Gerätturnen Kinder 6–10 Jahre

dienstags, 17:00–18:00 Uhr,
Sporthaus Kornstraße, untere Halle
donnerstags, 17:00–18:00 Uhr,
Grundschule Buntentorsteinweg



Kinder-Turnen

Kinder 3,5–6 Jahre

montags, 16:30–17:30 Uhr
donnerstags, 15:30–16:15 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle



Gerätturnen Kinder 11–16 Jahre

dienstags, 18:00–19:30 Uhr,
Sporthaus Kornstraße, untere Halle
donnerstags, 18:00–19:30 Uhr
Grundschule Buntentorsteinweg



Gerätturnen Erwachsene ab 16

dienstags, 19:45–21:30 Uhr,
Sporthaus Kornstraße, untere Halle
donnerstags, 19:45–21:30 Uhr
Grundschule Buntentorsteinweg



Kinder-Turnen

Kinder 6–11 Jahre

montags und mittwochs, 17:30–18:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle



Yoga

Kraft, Vitalität und Energie

dienstags, 09:30–11:00 Uhr
mittwochs, 20:00–21:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum



Pilates

Ganzheitliches Körpertraining

mittwochs, 17:15–18:45 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum
freitags, 10:00–11:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle



Jonglage und Hula Hoop

offener Treff der Abteilung Artistik

donnerstags, 20:00–22:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Turnhalle
Kontakt: artistik@atsbuntentor.de



Qi-Gong

Bewegung – Entspannung – Ruhe für Frauen und Männer

donnerstags, 18:30–20:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum



Fitness mit Sport und Spiel



Fitnessstraining für Frauen und Männer
donnerstags, 20:00–21:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle

Power-Fitness



Männer und Frauen
dienstags, 19:00–20:15 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle

Kraft am Donnerstag



Kraft-Fitnessstraining für Frauen und Männer
donnerstags, 18:30–20:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle

Bauch, Beine, Po



Spaß beim Sport und Fit for ever für Frauen
mittwochs, 10:00–11.30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle

Rückengymnastik



Frauen und Männer
donnerstags, 17:15–18:15 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle

Soft-Aerobic für jedes Alter



Frauengymnastik
donnerstags, 18:30–19:45 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle

Fitness Männer um 50



montags, 18:30–20:00 Uhr
mit anschließender Saunamöglichkeit
Sporthaus Kornstraße, untere Halle

Mach mit & bleib fit



Frauengymnastik
dienstags, 18:45–20:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum

Frauengymnastik 60+



mittwochs, 19:00–20:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Turnhalle

Männer Fit um 60



Fitness-Gymnastik und Spaß beim Sport für Männer „um 60“
montags 10:00–11:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Turnhalle

Krebssport-Reha



montags, 11:15–12:15 Uhr
Sporthaus Kornstraße, obere Halle



Ju-Jutsu für Erwachsene



dienstags, 18:30–20:30 Uhr
donnerstags, 18:30–20:30 Uhr
samstags 10:30–12:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Ju-Jutsu für Kinder



dienstags, 17:00–18:30 Uhr (12–16 Jahre)
donnerstags, 17:00–18:30 Uhr (9–12 Jahre)
freitags, 17:00–18:30 Uhr (7–9 Jahre)
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Karate für Erwachsene



montags, 20:00–21:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, untere Halle
mittwochs, 19:30–21:00 Uhr
21:00–22:00 Uhr (freies Training)
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Brazilian-Jiu-Jitsu (BJJ)



für Erwachsene
dienstags, 20:30–22:00 Uhr
donnerstags, 20:00–21:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Karate für Kinder



montags, 18:00–19:30 Uhr
mittwochs, 18:30–19:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Brazilian-Jiu-Jitsu (BJJ)



für Kids ab 8 Jahre
montags, 17:00–18:00 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Fahrrad Station Neustadt

Trekkingräder | Cityräder
Manufakturräder (Contoura)
E-Bikes

www.fahrradstation-neustadt.de

Service rund um's Rad

Tel.: 0421 - 30 21 14

Lahnstraße 33 | 28199 Bremen

Öffnungszeiten:

Montag - Ruhetag

Di. - Fr.: 10.00 - 13.00 Uhr | 14.30 - 18.00 Uhr

Sa.: 10.00 - 13.00 Uhr

Ninjutsu



montags, 19:30–21:30 Uhr
freitags, 19:30–21:30 Uhr
samstags, 15:00–17:00 Uhr (nach Absprache)
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Wing Tsun



Erwachsene
mittwochs, 17:00–18:30 Uhr
sonntags, 11:00–12:30 Uhr
Kinder
sonntags, 11:00–12:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Dojo

Capoeira



donnerstags, 17:00–18:30 Uhr
Sporthaus Kornstraße, Tanzraum



養生

Yangsheng = Lebenspflege = Qi Gong

Qi Gong kommt aus China und ist für die ganze Welt. So sagten es meine chinesischen Lehrer. Mit bewusst geführten unkomplizierten Bewegungen in Verbindung mit der Atmung kommen wir zur Ruhe, zur Erholung.

Genauso wie es einst Siegfried Lenz beschrieb: Der alte Mann wird in den Kirchturm gesetzt, um das Dorf zu schützen. Er sollte rechtzeitig Alarm geben können, wenn sich der Feind nähert. Am Ende wurde er wieder herunter geholt, denn der Krieg war zu Ende.

Genauso ist es im Qi Gong: durch die gelenkte Aufmerksamkeit lassen wir uns nicht mehr verleiten.

Qi Gong immer donnerstags um 18:30 Uhr beim ATS Buntentor.



Liebe Corvus-Gäste,

wir danken Euch ganz herzlich für die netten Besuche über das Jahr und den guten Zuspruch. Wir werden auch zukünftig das Beste für Euch geben und stehen für gute Gastfreundschaft.

Wir werden immer wieder neue Speisen und Getränke anbieten, von traditionell über vegetarisch bis vegan. Gerne hören wir Euer Feedback und entwickeln uns weiter.

Der Sommer steht vor der Tür. Die Tische und Bänke für den Gastgarten werden geputzt und die Grillhütte auf Vordermann gebracht. Last Euch überraschen: Livemusik, neue leckere Speisen und natürlich die nette Atmosphäre bei uns und auf dem Kinderspielplatz erwarten Euch. Viele sportliche Events werden Anlass sein, noch gemütlich zusammenszusitzen!



@CORVUS_BUNTENTOR

Ihr erreicht uns:

Telefon: 0421-55 51 74,

corvus@quartier-bremen.de

oder auf Instagram

Herzlichst Euer Corvus-Team



Fairness for ever



Impressum

BuntentorsPost

Vereinszeitung des ATS Buntentor e.V.
Kornstraße 157
28201 Bremen
www.atsbuntentor.de
Verantwortlich: Vorstand, Jürgen Maly
Gestaltung: G.2, Frank Haager,
www.g-2ine.de
Auflage: 3.500 Exemplare

Mitgliedsbeiträge

Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr (12. Geburtstag)	11,50 Euro monatlich
Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr (18. Geburtstag), Arbeitslose, Erwachsene mit Einkommen auf Grundsicherungsniveau und Studierende (jährlicher Nachweis erforderlich, Studierende bis zum vollendeten 30. Lebensjahr)	13,50 Euro monatlich
Erwachsene	21 Euro monatlich
Fördermitglieder (passiv)	8,50 Euro monatlich
Familienbeitrag (einschließlich Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre)	42 Euro monatlich
Aufnahmegebühr	ein Monatsbeitrag
Mahngebühr für säumige Beitragszahler	10 Euro

Bankverbindung für Mitgliedsbeiträge: GLS-Bank, IBAN: DE54 4306 0967 1329 8002 00
Bankverbindung für Spenden: Sparkasse Bremen, IBAN: DE80 2905 0101 0001 0276 71

Abbuchungstermine

Jeweils am 1. eines jeden Monats: Monatszahler.

Innerhalb der ersten beiden Februarwochen: Jahres-, Halbjahres- und Quartalszahler.

Innerhalb der ersten beiden Aprilwochen: Quartalszahler.

Innerhalb der ersten beiden Juliwochen: Halbjahres- und Quartalszahler.

Innerhalb der ersten beiden Oktoberwochen: Quartalszahler.

Wird eine Lastschrift nicht eingelöst, kann der rückständige Beitrag zuzüglich fremder Bankkosten von 3 Euro innerhalb einer Woche überwiesen werden. Bei späterer Zahlung fallen die 3 Euro Rücklastschriftkosten und weitere Bearbeitungskosten von 10 Euro an.

Mitgliederverwaltung:

Andrea Jürgensen
ATS Buntentor, Sporthaus
Kornstraße 157, 28201 Bremen
Telefon 01573-1 63 06 52
Mitgliederverwaltung@atsbuntentor.de

Bildungspaket/Bremen-Pass Krankenkassenbestätigungen:

Inge Gräfe-Heigl
Schopenhauerstraße 23, 28201 Bremen
Tel. 0421-53 06 74
Email: Bildungspaket@atsbuntentor.de
Treffpunkt ohne Anmeldung:
Montags, 19:00–19:30Uhr,
Sporthaus Kornstraße 157, Büro/Archiv

Vorsitzender:

Jürgen Maly, Sedanstraße 47, 28201 Bremen, Tel. 0421-5579226, vorstand@atsbuntentor.de

Kassenwart:

Thorsten Wöltjen, Buntentorsteinweg 550, 28201 Bremen, Tel. 0421-59 639 27, Kasse@atsbuntentor.de

Stellv. Vorsitzender und Turnhallenverantwortlicher:

Rüdiger Molle, Arsterdamm 46 A, 28277 Bremen, Tel. 0421-873444, Turnhallen@atsbuntentor.de

Fußball:

Gerrit Süßmann, Tel. 0162-739 67 17, Fussball@atsbuntentor.de

Jugendleitung Fußball:

Gerrit Süßmann, Tel. 0162-739 67 17, jugendfussball@atsbuntentor.de

Turnen | Tanzen:

Jantje Dornhöfer, Am Damacker 9 D, 28201 Bremen, Tel. 0421-87299 24

Elke Tobis, Sedanstraße 47, 28201 Bremen, Turnen@atsbuntentor.de

Kinderturnen:

Iris Kwast, Lehnstedter Straße 115, 28201 Bremen, Tel. 0421-531631, kinderturnen@atsbuntentor.de

Handball:

Gordon Gräser, Brinkumer Straße 18, 28201 Bremen, Tel. 0421-27754730, Handball@atsbuntentor.de

Tennis:

Kontakt und Infos: Volker Kujus, tennis@atsbuntentor.de

Tischtennis:

Tischtennis: Jan Luca Bartau, Tel. 0421-0173-9708934, Tischtennis@atsbuntentor.de

Spielmanszug Da Capo:

Ronald Stelter, Tel. 0179-2602108, dacapo@atsbuntentor.de

Laufen:

Gerrit Lubitz, Tauroggener Straße 26, 28201 Bremen, Tel. 0421-59 632255, Laufen@atsbuntentor.de

Artistik:

Lina Brockob und Svenja Oltmanns, Artistik@atsbuntentor.de

Floorball:

Philipp Putscher, Tel. 0175-6986221, Rebekka Dahm, moin@buntentorknights.de

Lacrosse:

Hannah Sieberer, Tel. 0151-71015059, Lacrosse@atsbuntentor.de

Walking:

Klaus Herdler, Am Damacker 9 D, 28201 Bremen, Tel. 0421-8729924, Walking@atsbuntentor.de

Parkour:

Emilio Rösner, Tel. 0176-72443636, Ammon Slickers, Tel. 0176-30163932, Parkour@atsbuntentor.de

Quadball:

Alina, Bruno, Timo: quadball@atsbuntentor.de

Jugger:

Carolin: jugger@atsbuntentor.de

Selbstverteidigung/Deeskalation:

Jörg Hüntzschel, Tel. 0175-5867812, Ju-Jutsu@atsbuntentor.de

Jugend: Stefan Gautier, Ju-Jutsu-Jugend@atsbuntentor.de

Boccia und Stocksport:

Sabine Schmieder, Tel. 0160-5336721, boccia@atsbuntentor.de

Geschäftsführung:

Dimetri Steen, Sporthaus Kornstraße 157, 28201 Bremen, Tel. 0421-5486878, 0176-15148005, office@atsbuntentor.de

Mitgliederverwaltung:

Andrea Jürgensen, ATS Buntentor, Sporthaus Kornstraße 157, 28201 Bremen, Tel. 01573-1630652, Mitgliederverwaltung@atsbuntentor.de

Sportanlage Stadtwerder:

Betreuung: Uwe Herrmann, Tel. 0151-17552107,

Pascal Kellner, Tel. 0176-61238367, Stadtwerder@atsbuntentor.de

Sporthaus Kornstraße:

Technische Betreuung: Uwe Herrmann, Tel. 0151-17552107

Sport mit Biss

Wir übernehmen 80% der Kosten für folgende Leistungen:

- Eine individuell angefertigte **Zahnschutzschiene** (Mouthguard) für Risikosportarten wie Kampfsport, Biking, Eishockey und Inline-Skating.
- Eine **sportmedizinische Untersuchung** beim Vertragsarzt. Ihr betreibt regelmäßig Sport, wollt damit beginnen oder eure Leistung verbessern? Dann unterstützen wir euch!

Alle Infos unter aok.de

