

Bailamos! Latin Dance

Alle die lateinamerikanische Musik mögen und Spaß am Tanzen haben, sind hier richtig! Man braucht keinen Partner, weil dieser Kurs eine Art Fitnessstanz ist, ähnlich wie Zumba, wo zu verschiedenen Rhythmen wie Salsa, Merengue, Bachata, Cumbia, Raegenton sowie brasilianischer Musik tanzen gelernt wird. Die Choreographien sind leicht zu erlernen und somit auch für Anfänger geeignet. Die schöne Musik und die Bewegung verbreiten Freude und positive Energie für ein guten Start in den Alltag. Einfach mal vorbeikommen zum Ausprobieren, es sind noch ein paar Plätze frei! Immer dienstags von 10:30 bis 11:30 Uhr im Gymnastikraum des TV Laboe (Beeke-Sellmer-Haus). Kursleitung: Amparo Acebey

Text: A. Acebey

Seniorengymnastik im TV-Laboe

Hurra, endlich wieder da!! Mit viel Freude und Spaß wollen wir altersgemäß „die Knochen bewegen“. Ziel des Kurses ist es mit möglichst abwechslungsreichen Übungen aus Gymnastik, Stationstraining und Ausdauerschulung für uns eine Steigerung der Fitness zu erreichen. Wir wollen uns im Sinne der Förderung der Gesundheit so bewegen, dass eine allmähliche Steigerung von Kraft sowie Beweglichkeit stattfindet. Die Belastung wird an die Fähigkeiten der Gruppe angepasst. Wo: Gymnastikraum TV Laboe im Beeke-Sellmer-Haus, wann: jeden Mittwoch 8:30 - 9:30 Uhr, Übungsleiter: Harald Priebe

Text: H. Priebe

Athletische Norm und Vereinsmeisterschaft 2023

In diesem Jahr konnten wir unseren kleinen Athletik–Wettkampf zusammen mit allen Gruppen an einem Tag durchführen. Am Sonntag, den 29.01.2023, kurz nach 14:00 Uhr startete eine gemeinsame Erwärmung für alle, danach die kurze Begrüßung und die Verteilung auf die jeweiligen Stationen. 10 – 12 Stationen gab es zu bewältigen, die Kraft, Dehnung, Ausdauer und Koordination erforderten. Die „Großen“ starteten mit einer Art „Polizeilauf“, die „Kleineren“ begannen am Seil zu klettern, an der Sprossenwand Klappmesser zu zählen oder sich für die Spagat-Messung vorzubereiten. In der Halle gab es viel zu sehen! Dank der Trainer und vielen Helfer konnten wir zügig vorankommen und früher als geplant mit der Siegerehrung beginnen. Die Gewinnerinnen der beliebten Pokale sind: Marie Kühmstedt (Jg 2016), Lina Melchert (Jg 2015), Oda Howaldt (Jg 2014), Ayla Kacar (Jg 2013), Merle Tappendorf und Hannah Bieder (Jg 2012-2011), Romy Meyer zur Heide (Jg 2010), Julia Reichstein (Jg 2009), Nia Wollschläger (Jg 2008), Zoe Stella Johanning (Jg 2004-2007).



Einen knappen Monat später erwartete die Mädels schon der nächste Wettkampf, unsere alljährige Vereinsmeisterschaft. Am Samstag, den 25.02.2023, sind in den Jahrgängen 2003 bis 2016 insgesamt knapp 40 Turnerinnen gestartet. Für einige von ihnen war es sogar der allererste richtige Turnwettkampf. Wir konnten viele schöne Übungen sehen und uns schon gut auf die

Kreismannschaftsmeisterschaft am 18.03.2023 vorbereiten. Einige Mädels haben sich nun bereits das zweite Mal in diesem Jahr gegen ihre Vereinskolleginnen durchsetzen können. Im Jahrgang 2016 und 2015 haben Marie Kühmstedt und Lina Melchert neben dem AN-Pokal im Januar auch die Vereinsmeisterschaft für sich entscheiden können. Darya Lapchuk erzielte gegen fünf Turnmädels mit 49,50

Punkten den ersten Platz im Jahrgang 2014. Livia Hansen (2013) gewann mit einer starken Balkenübung und letztlich 49,60 Punkten. Julia Schaak (2012) erreichte 56,50 und Emma Goik (2011) 53,40 Punkte und somit das höchste Treppchen ihres Jahrgangs. Bei den Turnerinnen im Jahrgang 2010 blieb es bis zum

Schluss richtig spannend und so kam es bei der Siegerehrung zur Überraschung: Marie Schaak und Ida Mau landeten punktgleich auf Platz eins. Gold im Jahrgang 2008 ging an Lea-Sophie Voth mit 57,10 Punkten. Bei den Großen gewannen Anna Mau (2007), Zoe Stella Johanning (2006) und Janine Rattavong (2003).



Einen herzlichen Glückwunsch an Euch und auch an alle anderen Turnerinnen, die so fleißig trainiert und sich angestrengt haben! Wir freuen uns auf die nächsten Trainingswochen, in denen wir nochmal alles geben möchten, um den TV Laboe möglichst stark bei der Kreismannschaftmeisterschaft in Raisdorf vertreten zu können. Das Schöne bei diesem Wettkampf ist, dass die Mädels nun einmal Seite an Seite in einem Team antreten und sich so gegenseitig

unterstützen können. Wir Trainer sind alle stolz auf euch!

Juliane, Doreen, Theresa v. L., Nancy, Svenja, Michelle, Kaija, Victoria, Theresa S. und Christine

Fotos: Lara-Sophie Dahn, Text: Kaija, Christine

Faschingsturnen TV Laboe

Am 18.02.23 fand das alljährliche Faschingsturnen des TV Laboes statt. Mit rund 200 Teilnehmern, war die Jenner-Arp-Sporthalle wieder brechend voll. Bei leckerem Kaffee und Kuchen konnten die Eltern ihren Kindern beim Spielen und Toben zusehen. Die Clowns, Ninjas, Polizisten und Tiere konnten an den Ringen zeigen, wie weit sie schwingen können und auf der Rollbrettbahn richtig Speed aufnehmen. Auch für unsere kleinen Teilnehmer haben wir eine Kleinkindecke aufgebaut. Klettern, krabbeln und balancieren förderten hier die Motorik der Kleinsten. Ecki, unser DJ, hat mit flotter Musik die Halle in Schwung gebracht. Auch die Naschikanone durfte natürlich nicht fehlen. Bei einem Kostümwettbewerb wurden drei Kostüme gekürt, wobei man sagen muss, dass alle Kostüme toll anzusehen waren. Wir bedanken uns herzlich bei allen, die an diesem Tag geholfen haben. Egal ob beim Auf- oder Abbau, beim Verkauf oder beim Absichern. Jede Hilfe zählt und unterstützt uns. Vielen lieben Dank!! Wir freuen uns auf das kommende Jahr und hoffen, dass ihr wieder dabei seid.

Text: Svenja Roespel (Sportwartin)

Handball: weibliche Jugend C

Die Handball-Mädels aus der weiblichen C-Jugend des TV Laboe haben in den ersten Monaten des Jahres 2023 einige herausragende Leistungen erbracht. So gehörte Landesauswahl-Spielerin Lilly Behrens (vorne links, Nr. 2) zu den 12 Mädchen des Jahrgangs 2008 aus Schleswig-Holstein, die sich für die Sichtung des Deutschen Handballbundes für die Nationalmannschaft U15 qualifizieren konnten. Anfang Februar standen von Freitagnachmittag bis Sonntagmittag im Olympiastützpunkt Kienbaum in der Nähe von Berlin zunächst sportmotorische Tests an, bevor es für die



schleswig-holsteinische Auswahl in Grundspielen im 6:5 und 4:4 sowie schließlich in „normalen“ Spielen gegen die andere Landesauswahlen aus Berlin, Sachsen-Anhalt und Niedersachsen-Bremen ging. Am Samstagabend gab es zudem ein persönliches Gespräch mit DHB-Trainer Gino Smits, in dem die Spielerinnen von ihren Zielen und Träumen im Handball erzählen konnten, bevor Gino Smits sie über die notwendigen Trainingsumfänge für eine Leistungssportkarriere aufklärte. Alles in allem eine tolle Erfahrung für Lilly und ein erster Einblick auf der Ebene des Leistungshandballs beim DHB. Ähnliche Ziele verfolgt auch Enna Lubitz, die sich im Jahrgang weiblich 09 über die Regionsauswahl für den Landesleistungszentrum des Handballverbandes Schleswig-Holstein qualifizieren konnte. Dort hat sie zusammen mit Lilly seit Anfang Februar 1x in der Woche zusätzliches Training am Stützpunkt Mitte in Hohn mit insgesamt knapp 30 Handball-Talenten der Jahrgänge 2008 und 2009. Auch Enna trainiert dafür, es in die Landesauswahl ihres Jahrgangs zu schaffen. Hier stehen im März und April weitere Sichtungslager an.

Ausgezahlt hat sich das viele Training auch für Jönna Wieck und Nike Hamann (Jahrgang 2010), die zwar noch in der D-Jugend spielen können, aber dauerhaft schon bei der C-Jugend zum Einsatz kommen und dort wichtige Stützen der Mannschaft sind. Jönna und Nike konnten sich nach einem Sichtungstraining und zwei Trainingseinheiten für den Endkader der Regionsauswahl von 16 Spielerinnen qualifizieren. Hier bekommen die beiden jeden Samstagvormittag zusätzliches Auswahltraining bei Ann-Kathrin Lass – ehemalige Spielerin und Jugendtrainerin beim TV Laboe –, die als Trainerin für die Regionsauswahl w09 der HG Region Förde verantwortlich ist.



Auch als Mannschaft konnte die weibliche C-Jugend in dieser Saison überzeugen. Nach sieben Siegen bei nur einer Niederlage stehen die Mädels aktuell auf Platz 1 ihrer Staffel in der Region Jugend und haben bei noch zwei ausstehenden Spielen gute Chancen, die Regionsmeisterschaft zu erringen. Neben den sportlichen Erfolgen durfte sich die Mannschaft über einen Satz neuer Aufwärmshirts freuen. Ermöglicht wurde dies durch die großzügige Unterstützung der BW Pflegezentrum Kiel GmbH. Hierfür geht ein ganz großes Dankeschön an unseren Sponsor!!!
Text und Fotos: Christoph Berlin

Rehabilitationsgymnastik im TV Laboe

Im Rehasport wird ein spezialisiertes Bewegungstraining angeboten. Durch die regelmäßige Teilnahme am Rehasport erhalten die Teilnehmer die Möglichkeit einen positiven Einfluss auf ihre Gesundheit zu nehmen. Voraussetzung an der Teilnahme ist eine ärztliche Verordnung, welche der Arzt auf dem Formblatt 56 ausstellt. Die Verordnung reicht man bei der zuständigen Krankenkasse ein. Diese bewilligt in der Regel die Verordnung und übernimmt zu 100 % die Kosten. Rehasport wird vom TV Laboe immer montags und freitags zu unterschiedlichen Zeiten im Gymnastikraum des Beeke-Sellmer-Haus angeboten. Nähere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter www.tv-laboe.de oder in unserer Geschäftsstelle per E-Mail an info@tv-laboe.de oder unter Tel.: 04343-4965301 bei Manuela Fischer-Stoermer.