

HZB- BADMINTON - ADLERSHOF

Kurzbericht 2020/2021

Spielbetrieb seit April-2017 in der Anna-Seghers-Schule, Radickestraße 43, in Adlershof.

Spielzeit: Montags 18:00 bis 19:30 Uhr, auf max. 4 Spielfeldern.

Wir sind derzeit 14 aktive Spieler/INNEN davon 7 männlich/ 7 weiblich (4 Externe).

Vor den Einschränkungen durch Corona lief der „Sportbetrieb“ wie bisher mit guter Teilnahme und Auslastung der Halle. In der Zeit zwischen den Lockdowns gab es unter Beachtung der Hygienevorschriften auch Badminton, allerdings mit deutlich eingeschränkter Beteiligung. Nicht Nutzen konnten wir die Halle während einer weiteren Hallensanierung am Ende der letzten Sommerferien. Außerdem wurde die Halle nach dem ersten Lockdown auch für „normalen“ Unterricht genutzt bzw. eingerichtet, wir haben dann abhängig vom Aufwand der Frei- und Rückräumarbeiten entschieden, ob wir spielen wollten oder ausfallen ließen.

Wir bedanken uns sehr bei Andreas von Kozirowski, der in den Anfangsjahren des Adlershofers Badminton die Abteilung geleitet hat. Aus gesundheitlichen Gründen ist Badminton leider nicht mehr die richtige Sportart für ihn.

Als Wunsch für die Zukunft bleibt von unserer Seite, weiterhin der Erhalt dieser sehr schönen Trainingsmöglichkeit und – falls möglich – gern auch wieder die Verlängerung der Hallenzeit bis 20:00 Uhr (eventuell bei Neubeantragung / Verlängerung der Sporthalle).

Und natürlich und zuallererst die baldige Rückkehr zu normalen Zeiten des gemeinsamen Sporttreibens ohne Kontaktbeschränkungen und Gedanken von Ansteckungsgefahr – einfach OHNE CORONA!

Bleibt gesund und mit sportlichen Grüßen, Michael Abo-Bakr für das Adlershofer Badminton Team

Berlin, Mai 2021



BSG Helmholtz-Zentrum Berlin – Abteilung Liga Badminton

Kurzbericht 2020/2021

Die Abteilung Badminton besteht derzeit aus ca. 8 Mitgliedern, HZB-Interne aus Adlershof und Wannsee und zusätzliche Externe eingerechnet. Durch im Verlauf des Jahres aufgetretene Zu- und Abgänge kam es zu Fluktuationen in der Mitgliederzahl. Die Freizeitgruppe spielt mittwochs 17:45 Uhr bis 19:15 Uhr in der größeren Halle der Conradschule und die Ligagruppe sonntags (auch in den Ferien) 16 bis 19 Uhr in der neuen Shadowhalle in Zehlendorf. Dort finden dann auch die Freizeitligaspiele im Betriebssportverband FFV statt.

Kerngedanke:

An erster Stelle steht bei uns der Spaß am Spiel mit dem leichten und schnellen Federball. Dazu gesellt sich der Sportsgeist, hin und wieder mit Gleichgesinnten aus ganz Berlin in einen freundschaftlichen Wettkampf zu treten. Das geht manchmal sogar über die Landesgrenze hinaus. Eine Teilnahme bei den European Company Sports Games (ECSG) in Griechenland fiel bisher aus, da sie leider wiederholt durch Corona verschoben wurden. Aktueller Termin ist Oktober 2021.

Ligabetrieb:

Aufgrund der Corona-Situation konnte die Saison 2020/21 nicht wie gewohnt durchgeführt werden und ist letztlich komplett ausgefallen. Unsere 1. Mannschaft verbleibt daher in der 2. Liga der FFV Badminton und freut sich auf die hoffentlich normal durchführbare Saison 2021/22. Das Training am Sonntag mit den 6-8 Stammspielern konnte wegen der Corona-Einschränkungen nur über den Zeitraum Juni bis Oktober 2020 stattfinden.

Kassenlage:

Der positive Trend in der Abteilungsbilanz konnte trotz sinkender Mitgliedszahl ausgebaut werden. Der Hauptgrund ist der Ausfall der Spielsaison 2020/21. Die Situation mit den für den Ligabetrieb zu stellenden Echtfederbällen hat sich deutlich entspannt. Es konnten 5 neue Ballrollen für den Ligabetrieb erworben werden, die aufgrund der begrenzten Haltbarkeit auch dem kommenden Training zu Gute kommen sollen. Der zusätzliche Ligabeitrag wird bis auf weiteres beibehalten.

Halle:

Da unsere Stammsporthalle der OSZ Agrar Peter Lené / Z88 im Moment saniert wird und ab Oktober 2020 nicht mehr zur Verfügung stand, benötigten wir zumindest vorübergehend einen Ersatz. Mit der neuen Shadowhalle am S-Bahnhof Zehlendorf wir haben einen mehr als würdigen Ersatz bekommen. Vielen Dank an Martina Stephan, die uns dabei wesentlich unterstützt hat.

Unser Sonntagstraining bestreiten wir nun in einer großen 6-Felder-Halle! Badminton. Es gibt dort reichlich Platz für alle Begeisterten und wir würden uns sehr freuen, wieder neue Spieler(innen), egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, gerade auch vom HZB in Adlershof, bei uns begrüßen zu dürfen.

Aussichten:

Es ist geplant mit einer Mannschaft in der nächsten Saison 2021/2022 am Spielbetrieb teilnehmen.

Abschließend möchten wir uns beim Vorstand für die ausgezeichnete Betreuung und Unterstützung während der vergangenen Spielzeit bedanken.

Roland Bartmann (Abteilungsleiter Liga Badminton)

Kurzbericht Badminton Wannsee Freizeit (Bericht von Ursula Michalczik)

Aufgrund der Coronavirus -Pandemie im Jahr 2020 haben wir nur von Juni bis Oktober in der Halle gespielt. Die Gruppe in Wannsee hat sich stark dezimiert. Zwar haben wir noch 5 Mitglieder in der Kartei, aber es kamen höchstens 2-3 Spieler. Auch intensive Werbung (Aushänge im Haus) haben daran nichts geändert.

Spielzeit: Mi, 18:00-19:15

**Kurzbericht Betriebssportgemeinschaft
Basketball vom Helmholtz-Zentrum
2021**

Trainingszeit: Donnerstag, 20-21:30 Uhr

Ort: Sporthalle des Paulsen-Gymnasiums, Gritznerstraße 57, 12163 Berlin

Mitgliederzahl: 12

Regelmäßige Trainings-Teilnehmer: 6-10

Durch Corona konnten wir in 2021 noch gar nicht trainieren und der fehlende Sport ist für alle Mitglieder enttäuschend und belastend. Wir hoffen darauf, bald wieder wie gewohnt trainieren zu können, wenn es die Corona-Situation zulässt.

Ansonsten ist es natürlich weiterhin als positiv zu bewerten, dass wir eine konstante Hallenzeit und eine fest und ganzjährig zugewiesene Halle haben, was allen Teilnehmern sehr entgegen kommt und die Organisation stark vereinfacht.

Vor der Corona-Pause schafften wir es wieder regelmäßig, unsere Trainingszeit wahrzunehmen. Die Teilnehmerzahl schwankt dabei zwischen 6 und 10 Teilnehmern, meist zwischen 6 und 8.

Die Gruppe ist gemischt; es nehmen sowohl Frauen als auch Männer teil und auch das Leistungsniveau deckt ein breites Band ab.

Wir versuchen konstant, neue Mitglieder zu gewinnen, Probetrainings werden ermöglicht. Einige Interessenten gab es bereits. Im letzten Jahr wurde 3 neue Mitglieder aufgenommen.

Testspiele unter Wettkampfbedingungen sind aktuell nicht geplant.

Kontakt Abteilungsleiter:

Hendrik Rahm

handyrik@gmail.com

Bericht der BSG - Abteilung Beachvolleyball

Leider ist letztes Jahr kein Training zu Stande gekommen. In der Hoffnung bei den Kollegen/innen etwas mehr Interesse zu wecken, haben wir es mit Aushängen probiert. Oft war selbst ein direktes Ansprechen der Kollegen /innen ohne Erfolg. Oft sind es persönliche Gründe die hier mitspielen. Zum Beispiel: Elternzeit, Weggang aus dem Institut oder auch das Auslaufen von befristeten Verträgen. Gerne würden wir versuchen wieder eine Spielmannschaft zusammen zu stellen. Es gab mehrere Zusagen aber noch ist die Findung sehr schleppend und nicht so erfolgreich. Als erste Maßnahme haben wir die Mitgliedschaft vom Beachvolleyball gekündigt, um dann bei festen Zusagen noch einen erneuten Versuch zu starten. Sobald hier genügend Volleyballer/innen gefunden werden, möchten wir wieder fester Bestandteil der BSG werden und die Abteilung Beachvolleyball neu aktivieren.

Trevor Vessey

Kurzbericht Fußball Adlershof

Die schöne Wintersaison 19/20 in der wir uns regelmäßig in der Anna Seghers Schule in Adlershof zum Hallen-Fußball getroffen haben wurde unverhofft eine Woche vor ihrem tatsächlichem Ende von Corona am 22.3. beendet.

Die Sommersaison auf unserem Outdoor-Platz ist für uns leider fast komplett ausgefallen, da Fußball eine Kontaktsportart ist.

Für die Wintersaison haben wir endlich wieder eine größere Halle mit Duschen nahe S Treptower Park beziehen dürfen. Leider konnten wir diese aufgrund der 2ten Corona Welle nur ein einziges Mal bespielen, hoffen aber für den kommenden Winter wieder eine ähnlich gute Halle vom Bezirksamt zugewiesen zu bekommen.

Konrad Löhr

Abteilungsleiter Fußball Adlershof

Tätigkeitsbericht 2019 der BSG HZB Abteilung Fußball LMC

Wöchentlicher Trainingsbetrieb: (Theoretisch)

Mittwoch von 16.00 bis 19.00 Uhr auf dem HZB-Rasenplatz (nur in d. Sommerzeit).

Mittwoch von 20.00 bis 22:00 Sporthalle Lichtenberg / Wartinerstr.

Sonntag von 10.00 bis 12:00 Sporthalle Moabit / Paulstr.

Durch die Coronalage 2020 fanden keine Fußball- Abteilungsversammlungen statt.

Im Corona-Jahr 2020 wurden alle unsere Hallenbelegungswünsche genehmigt.

Leider konnten wir die Trainingstermine an einer Hand abzählen.

Durch Corona waren wir fast völlig ausgebremst.

Der Kontakt unter den Mitglieder läuft in 2020 fast ausschließlich über soziale Netzwerke.

In verschiedenen Foren haben wir versucht Kontakt zu halten um uns auszutauschen.

An nationalen oder internationalen Wettkämpfen/Turnieren haben wir in 2020 leider nicht teilnehmen können.

Fast alle Mitglieder haben aber der Abteilung Fußball die Treue gehalten.

Lediglich ein Austritt ist zu vermelden.

Mit dem Ex-Mitglied habe ich persönlich gesprochen, es lag nicht primär an Corona, vielmehr war schon vor 2020 aus gesundheitlichen Gründen kein Fußballsport mehr möglich.

Berlin HZB, 28.05.2021

Andreas Klix

(Abteilungsleiter Fußball / Standort Wannsee)

Kurzbericht der Abteilungen Laufen 2020

Die Abteilung zählt 18 Mitglieder.

Es gibt bis dato keine von der Leitung organisierten Lauffreize, sieht man von den Firmenläufen ab. Corona-bedingt sind die Veranstaltungen B2Run, „5 x 5 km“-Teamstaffel sowie der IKKBB Firmenlauf im Jahr 2020 ausgefallen. Letzterer hätte „unter einer Flagge“ mit Läufern anderer Berliner Helmholtz-Zentren, bzw. der Helmholtz-Geschäftsstelle stattgefunden.

Einzig die Adlershofer Firmenstaffel wurde mit HZB-Beteiligung ausgetragen: sechs Teams mit je drei Staffelläufern hatten sich selbständig angemeldet. Insgesamt liefen 72 Teams gegeneinander und erfreuten sich einem gut organisierten Event mit nachvollziehbarem Hygienekonzept. In der Mixed-Wertung konnten der 11. und 12. Platz belegt werden. In der Gesamtwertung belegte das Team „HZB_Hot Runners“ (Daniel Abou-Ras, Ibrahim Ahmet und Nico Grimm) den 2. Platz.

Noch in diesem Jahr, 2021, ist geplant, beim Be2Run teilzunehmen. Stand heute, der 31.05.2021, wird das Event am 10.08.21 stattfinden. Die 50 gebuchten Startplätze wurden aus der Vorjahresanmeldung übernommen. Die Einladung an die Mitarbeiter erfolgt Anfang Juni durch den Organisator/ Abteilungsleiter, Nico Grimm.

Außerdem ist geplant, neue Mitglieder zu werben und Lauffreize, bzw. Laufschulungen zu organisieren. Dazu muss zunächst die Freigabe für Gruppenbildungen gegeben werden und ein Konzept erarbeitet werden.

Abteilung Pilates Adlershof 2020

Abteilung Pilates Adlershof 2020

Im Zuge der Pandemie waren die Aktivitäten der Sportgruppe Pilates nur für einen kurzen Zeitraum mit Präsenz möglich.

Wir nutzten die Lockerungen vom 09.06.2020 – 27.10.2020, um bei einer Höchstbelegung von 10 Teilnehmern + Trainer und Einhaltung der Hygiene-/ Abstandsregeln im Geb. 13.10. Kino zu trainieren.

Mit den davor und nachfolgenden Einschränkungen im Sportbereich, wechselte der Kurs auf ein online Format.

Unsere Trainerin Anett produzierte dafür wöchentlich Videos, die jeder individuell abrufen konnte.

Diese Form fand bei einigen Mitgliedern Anklang, da keine festen Trainingszeiten gesetzt waren.

Andererseits gab es auch Ablehnung, da ein selbst gewählter Trainingstermin oft für andere Prioritäten verschoben wurde, was bei einer Präsenz im gewohnten Umfeld mit anderen Kursteilnehmern nicht so oft passiert.

Für unsere Abteilung war schon immer die Räumlichkeit ein Problem, da das Kino oft für Veranstaltungen des HZB benötigt wird.

Zur Zeit ist dort das örtliche Testzentrum des HZB beherbergt. Wann eine Nutzung für uns wieder möglich ist, ist momentan unbekannt.

Training im Freien ist auf dem Gelände WCRC Adlershof auch nicht möglich und unsere Mitglieder möchten nicht öffentlich im Park trainieren

Eine Rückkehr zur Präsenz wird erwartet und gefordert. Das WO ist dabei ein großes Fragezeichen.

Sportliche Grüße,

Ines Drochner und Cornelia Kosemund

Kurzbericht Rücken-Fit

Die Abt. Rücken-Fit, ist ein präventives Angebot, dass finanziell von der HZB-GF unterstützt wird.

Das Training findet montags von 17.00 – 18.30 Uhr statt. Da wir 1 ½ Stunden zur Verfügung haben können wir das Training in drei Phasen aufteilen. Wir beginnen mit einer erweiterten Erwärmungsphase bzw. einem Konditionstraining. Jeder kann hierbei selber bestimmen/einschätzen wieviel er/sie mit machen kann. Danach folgen Übungen zum Teil Mithilfe von Therabändern mit dem Schwerpunkt Vorbeugung, Beseitigung bzw. Reduktion von Rückenleiden, aber auch die Mobilisation der Gelenke und das Lösen von Verspannungen. Unser Trainer ist hierfür gut in den Bereichen Fitness-und Gesundheitssport, Rehabilitationssport, Orthopädie und Herz- und Gefäßsport ausgebildet und geht auch gerne auf Wünsche einzelner Teilnehmer ein, denen er gerne mit Rat und Tat zur Seite steht. Den Abschluss bildet dann je nach vorhandener Zeit eine kurze Dehnungs- bzw. Entspannungsphase. Günstiger als bei uns (mit einem Jahresbeitrag von 24,-€) kann man nicht an ein wöchentlich stattfindendes Rehasport-angebot kommen.

Im Corona-Jahr 2020 waren auch bei uns die sportlichen Aktivitäten eingeschränkt. Ab Ende Mai 2020 konnten wir uns mit Abstand und in reduzierter Teilnehmeranzahl wenigsten wieder im Sportstadion Wannsee treffen. Bereits ab Juni war das Training wieder in der Halle und bald auch wieder in voller Teilnehmeranzahl möglich. Ab November 2020 wurden die Hallen und Plätze wieder gesperrt anhaltend bis zum 25. Mai 2021. Während der Lock-down-Zeiten hat unser Trainer regelmäßig 1 x wöchentlich Ein Übungs-Video zur Verfügung gestellt

Abteilungsleiterin Martina Stephan

Kurzbericht Tennis 2020

In Einhaltung der Pandemieregeln fand nur ein unregelmäßiges Tennisspielen zu den Übungszeiten montags ab 17 Uhr. Über die Saison waren wir vier Personen, die die beiden in 2020 zur Verfügung stehenden Plätze für Einzelspiele nutzten, gelegentlich auch schon einmal ein Doppel spielten. Unser Tennisbetrieb hat einen reinen Freizeitwert und es gibt keine Ambitionen, sich an Wettbewerben zu beteiligen.

Abteilungsleiter Norbert Stüßer

Kurzbericht der Abteilung Tischtennis zum Sportjahr 2020

Zum Spielbetrieb: Aufgrund der Corona-Pandemie wurde der Spielbetrieb im März 2020 von der Fachvereinigung Tischtennis (FVTT) im Betriebssportverband Berlin eingestellt. Sport in den Hallen wurde bis auf weiteres verboten und die Saison für beendet erklärt.

Über den Sommer hinweg wurden die Regeln gelockert und der Trainingsbetrieb unter Auflagen wieder aufgenommen werden.

Die Saison 2020/2021 begann Ende des Sommers und die ersten Spiele konnten ebenfalls unter Auflagen ausgetragen werden.

Ende Oktober wurden die Hallen wieder geschlossen. Im Vorgriff auf 2021: Die Spielsaison 2020/2021 wurde Ende Januar abgebrochen und für beendet erklärt. Die bereits ausgetragenen Spiele wurden annulliert und die einzelnen Klassen bleiben in der alten Aufstellung bestehen.

Wir hoffen natürlich darauf, dass die Sporthallen in absehbarer Zeit wieder genutzt werden dürfen.

Dann sollte auch das reguläre Training wieder donnerstags ab 18:30 Uhr in der alten Turnhalle des Dreilinden-Gymnasiums in Wannsee stattfinden können.

Bedauerlicherweise fehlt es wie überall an Nachwuchs. Auch sind seit Jahren keine Frauen mehr in der Abteilung vertreten. Beim Betriebssport dürfen Frauen in den Herrenmannschaften mitspielen. Wir würden uns sehr über neue Mitspielerinnen freuen.

G. Buchert

Abteilungsleiter

Volleyball - Saisonbericht für die - ausgefallene - Spielzeit 2020/21

Spielbetrieb Herren-Liga

Die Saison 2020/21 ist zu Ende und es hat kein einziges Spiel stattfinden können! Gerade hatten wir uns nach dem „pandemiearmen“ Sommer schon darauf vorbereitet, mit gewissen Einschränkungen den Spielbetrieb aufnehmen zu können, da stiegen die Zahlen dann doch beträchtlich an. Der Rest ist bekannt...

Wie es derzeit aussieht, haben acht Mannschaften im Herrenbereich gemeldet und sind motiviert, „auf ein Neues“ den sportlichen Wiederbeginn zu wagen. Der Modus sieht vor, dass nach der Hinrunde – jeder spielt gegen jeden ein Spiel – zwei Play-Off-Runden gebildet werden. Die ersten vier Mannschaften spielen um die Meisterschaft, die anderen vier um die Plätze 5-8. Das ist zumindest jetzt im Mai 2021 Stand der Dinge. Wir werden sehen, ob es funktioniert. Im Juni gibt es eine Versammlung der FV-Volleyball, in der Konkretes beraten wird.

Wir wollen in der nächsten Saison also nach Möglichkeit gerne wieder im Spielbetrieb mitmischen. Unser Trainingstermin wird nach wie vor der Montag sein (außer in den Schulferien), 19.45 - 22.00 Uhr, Prinzregentenstraße 35, 10715 Berlin.

Zur Mannschaft gehören: Klaus Gresser, Jörn Damerius, Heinz Haack, Sven Häberer, Lorenz Wedekind, Dirk Helwig, Michel Henrion, Holger Meyer, Thomas Richter, Oliver Schlüter, Rainer Becker, Kay Roesler, Johannes-Georg Klose, André Hoppe, Sigurd Zepter, Wagner Peixoto Cordeiro, Horst Pachur.

Die aktuellen Teams für die Hauptrunde 2021/22:

- 1 Kerngehäusesport
- 2 Evangelische Schule Neukölln
- 3 Bayer Berlin
- 4 Deutsche Rentenversicherung Bund
- 5 Bezirksamt Tempelhof
- 6 Helmholtz-Zentrum Berlin
- 7 Ziegler Crew
- 8 SpG Commerzbank Turngemeinde i. Bln.

Kurzbericht Yoga

Im Jahr 2020 hat sich die Abteilung Joga am HZB weiter etabliert. Das Training wurde auch in 2020 mit einer Lehrerin aus Friedrichshain gestaltet. Das Jahr haben wir genutzt, weitere Facetten des Yoga zu erfahren (zB die Shakren) und eine für uns passende Trainingseinheit erarbeitet. Unser Fokus liegt dabei auf dem Ausgleich der sitzenden Tätigkeit. Weiterhin widmet sich die Trainerin einem konkreten Thema (Füße, Rücken, etc). Dabei wird explizit auf unsere Tagesform eingegangen. Aktuell hat die BSG 17 Mitglieder. Wir konnten zwei neue Teilnehmende gewinnen und mussten einen Yogi nach Adlershof ziehen lassen.

Nachdem Im März 2020 ein Training in geschlossenen Räumen untersagt wurde, haben wir mit dem 31.03.2020 auf eine digitale Stunde umgestellt. Wir treffen uns am Dienstag um 15.30 Uhr über eine Videokonferenz. Dadurch wird zum einen der Austausch und die Nähe der Mitglieder gestärkt und zum anderen die Haltungskorrektur durch die Trainerin ermöglicht. Mit dem Juni 2020 haben wir eine hybride Lösung gepflegt. Wir haben sowohl den Mitgliedern vor Ort als auch den Mitgliedern mit virtuellem Zugang das Training möglich gemacht. Ab November 2020 sind wir wieder vollständig auf das virtuelle Training umgestiegen.

Abt.-Leiterin Jenny Seifarth