

**LET'S**





# Das eigene Zuhause. Leichter als gedacht.

**Finanzieren Sie  
mit uns einfach  
und schnell Ihre  
Wunschimmobilie.**

**Jetzt beraten lassen.**

[sparkasse-bremen.de/baufi](https://sparkasse-bremen.de/baufi)



**Die Sparkasse  
Bremen**

Liebe Mitglieder und Freunde von Bremen 1860,

Gesundheit durch Bewegung ist ein zentraler Wert, an dem wir uns als Sportverein orientieren und den wir an unsere Mitglieder weitergeben wollen. Neben der körperlichen Gesundheit sind aber auch andere Werte, wie die geistige Gesundheit zu stärken, in den Fokus gerückt: Zuverlässigkeit, Zusammenhalt und Gemeinschaft.

In meinem Empfinden sind wir trotz Abstand enger zusammengerückt. Jeder hat seine Bedürfnisse auch einmal hintenangestellt, damit das „große Ganze“ funktionieren konnte, hat sich Gedanken gemacht, wie Prozesse optimiert werden können, damit alles Hand in Hand läuft. Wie in einer großen Familie. Eine Familie, deren Teil Du bereits geworden bist, von Klein auf warst, oder es noch werden möchtest. Wenn Du bereits unsere Sportan-

gebote besuchst, ist Dir sicherlich aufgefallen, dass Dich unsere Trainer mit „Du“ angesprochen haben. An anderen Stellen wurdest Du vielleicht aber auch gesiezt, etwa am Telefon oder per E-Mail. Aber muss das sein? Mit dieser Frage haben wir uns beschäftigt und sind zu dem Entschluss gekommen, dass wir Dir auch außerhalb des Sportbetriebs das „Du“ anbieten möchten. Denn wir sind ein Verein – eine Familie!

Ich möchte Dich deshalb einladen, unser gesamtes Team mit „Du“ anzusprechen und somit den Abstand, den wird räumlich gesehen in der Pandemie einhalten mussten mit dem familiären „Du“ zu füllen und Nähe zu schaffen. Ich freue mich Dir bei Veranstaltungen, Wettkämpfen und auch Feiern in unserem Verein zu begegnen und Dich kennenzulernen!

*„Let's DU it“*



  
**Sebastian Stern**  
 Geschäftsführer  
 Bremen 1860

# JETZT ANMELDEN!

SportScheck

RUN  
BRE

20.05.22

NIGHT EDITION

- » 1,3 KM DAK KIDS RUN
- » 5 KM RUN
- » 10 KM RUN
- » 21,1 KM RUN

[sportscheck.com/run](https://sportscheck.com/run)



# Let's DU:

Kindersport.....Seite 06  
 Turnen.....Seite 08  
 CrossFit..... Seite 10  
 Basketball.....Seite 12  
 Karate.....Seite 14  
 Badminton.....Seite 15  
 Bogenschießen.....Seite 16  
 Tanzen.....Seite 18  
 Rollsport.....Seite 20  
 Roundnet.....Seite 22  
 Triathlon.....Seite 24  
 Leichtathletik.....Seite 26  
 Ninja.....Seite 28  
 Rugby.....Seite 30  
 Cheerleading.....Seite 32



**Feiere deinen Geburtstag bei uns!**

Weitere Infos und Buchung unter [bremen1860.de](http://bremen1860.de)

VOLES PROGRAMM FÜR DEINE GESUNDHEIT



Die Jubiläumsveranstaltung in der Überseestadt!

**10. GEWOBA city triathlon bremen**

**BREMEN ERLEBEN!**

**14. August 2022**

**GEWOBA**

VOLKSTRIATHLON | STAFFELTRIATHLON | OLYMPIC TRIATHLON

Infos und Anmeldung: [www.gewoba-citytriathlon-bremen.de](http://www.gewoba-citytriathlon-bremen.de)

Die Sparkasse Bremen | Roland Klinik | hkk | MÄDING | fair versichert ÖVB



**„Mein Weg zur Schule ist nicht weit,  
deiner zum Kindersport auch nicht.“**

Morgens um 8.30 Uhr in der Halle von Bremen 1860: Anna und helfende Hände der FSJler bauen bei freudigen Musiktönen die Halle in eine Bewegungslandschaft um. Währenddessen kommen nach und nach Müt-

ter, Väter und Großeltern vor den Halleneingang von Bremen 1860. Sie unterhalten sich, checken ein und wechseln ein paar nette Worte mit dem Schließdienst aus.

Die Familien werden von Anna empfangen und Groß und Klein machen es sich in der Halle gemütlich. Langsam erwacht der Raum zum Leben, Erwachsene und Kinder singen und spielen gemeinsam, die Kinder krabbeln und manch Einer übt die ersten Schritte. Sie lernen, den Sport in den Alltag zu integrieren und sobald sie sicher laufen können, wechseln sie zum Eltern-Kind-Sport und dürfen sich in der sehnsüchtigsten erwarteten Kinderbewegungslandschaft ausprobieren.

Arne leitet die Gruppe, sie singen, spielen und toben. Der Spaß an Bewegung steht grundsätzlich im Vordergrund. Sind die Kinder bereits drei Jahre oder älter, dürfen sie ohne Begleitung eines Erwachsenen am Kindersport teilnehmen, müssen sie aber nicht.

Parallel zum eher offenen Spiel in der Kinderbewegungslandschaft werden in der Kinderbewegungsschule verstärkt motorische Grundlagen für unterschiedliche Sportarten gelegt. Hier bekommen Kinder zwischen vier und neun Jahren die Möglichkeit, mit Hilfe von entsprechend ausgebildeten Trainern in die verschiedenen Sportangebote des Vereins hineinzuschnuppern. Bremen 1860 bietet dabei ein Programm für jeden Geschmack. Egal, ob Mannschafts- oder Einzel, Breiten- oder Leistungssport – Hauptsache in Bewegung!

Wir freuen uns sehr, euch, liebe Sportler, jeden Tag aufs Neue zu begleiten und das möglichst ein Leben lang.

*Eli, Öffentlichkeitsarbeit*

...und **alles**  
läuft **rund!**



**BAHRENBURG HAUSTECHNIK AG**

[www.bahrenburg-haustechnik.de](http://www.bahrenburg-haustechnik.de) • Tel. 04205 / 31710

# Geräteturner in der Landeskategorie.

## Sind auch die Geräteturnerinnen dieses Jahr dabei?

Die erwachsenen Geräteturner von Bremen 1860 haben letztes Jahr wieder erfolgreich in der Landeskategorie, der zweithöchsten Liga Niedersachsens, teilgenommen. Zwar war letztes Jahr kein Aufstieg möglich, dennoch konnte mit einem hervorragenden 2. Platz die Ambition für den normalen Ligabetrieb aufgezeigt werden. Sobald Corona eingedämmt ist, freuen sich gleich zwei Mannschaften an den Start gehen zu können: Die Einsteiger, die erste Erfahrungen im Ligabetrieb sammeln können und die Fortgeschrittenen, die dann den Aufstieg in die Landeskategorie meistern wollen.

Auch die Geräteturnerinnen konnten in unterschiedlichen Mannschaften ihr Können demonstrieren und ihre neuen Übungen präsentieren. Derzeit gibt es leider noch keine Mannschaft, aber langsam sind genügend Turnerinnen auf einem angemessenen Niveau in der Halle, dass sich auch hier eine Mannschaft bilden könnte. Die Motivation der Gruppe ist daher hoch und alle, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen, freuen sich, dass auch in dieser angespannten Zeit das Training möglich ist. Vielen Dank an alle, die das möglich machen.

*Olaf, Turnen Erwachsene*

**Alle reden von Digitalisierung**

**WIR L(I)EBEN  
SIE SCHON!**

**SUHREN.COM**

**SUHREN**  
OFFICE- & IT SOLUTIONS



# Damit Sie in Bewegung bleiben.



Neu!  
**THERAPIE-  
MEDIATHEK**

Jederzeit bequem  
informiert:  
[roland-klinik.de/  
mediathek](http://roland-klinik.de/mediathek)



Wenn's zwickt, zwackt,  
knackt und knirscht:  
Als Fachklinik sind wir  
spezialisiert auf  
orthopädische und hand-  
chirurgische Erkrankungen.  
In unseren vier Zentren behandeln wir  
stationär und ambulant, konservativ  
und operativ – Erwachsene und Kinder,  
Profi- sowie Freizeitsportler und selbstver-  
ständlich gesetzlich wie privat Versicherte.  
Wir sorgen für Ihre Gesundheit und  
ein bewegtes Leben.

[roland-klinik.de](http://roland-klinik.de)



Roland-Klinik gemeinnützige GmbH  
Niedersachsendamm 72/74 · 28201 Bremen

 **Roland Klinik**  
Kompetenz in Bewegung



Bei CrossFit 1860, dem neuesten Projekt des Vereins, trainieren seit Mitte Januar Kinder ab 4 Jahren, Teens und Erwachsene. Wir haben einige unserer Neulinge gefragt was ihnen am CrossFit bei 1860 gefällt und obwohl sie alle beim Training an ihre Grenzen gehen, steht Spaß an erster Stelle.

„CrossFit ist cool“, behauptet unsere achtjährige Vega. Sie trainiert bei den Kids. Michelle, 10 Jahre sagt: „Ich mag CrossFit, weil wir spielen und es Spaß macht. Meine Trainerin ist super“. Ein Beweis dafür, dass das weibliche Geschlecht bei dieser Sportart groß raussticht, ist Emelie, sie ist Turnerin und trainiert mit ihren zwölf Jahren zusätzlich zweimal die Woche CrossFit: „Ich mache CrossFit, da man viel Spaß mit anderen hat und viel Kraft aufbauen kann“, ist sie überzeugt. Christian, 37 Jahre, ist von Anfang an dabei: „CrossFit ist für mich genau das Richtige. Ich lerne in der Kleingruppe großartige Übungen kennen. Der Trainer und Mittrainierende motivieren mich, alles aus mir herauszuholen. Das wäre für mich beim Solo-Training in diesem Maße nicht möglich. Für mei-

ne energiegeladenen vierjährigen Kinder ist CrossFit Kids 1860 super, weil sie sich dort spielerisch auspowern und ihre Körperwahrnehmung verbessern“, berichtet er.

Als Teil einer der größten Sportvereine Bremens, bieten wir außerdem grundlegende Fitness für spezifische Sportarten. Wir möchten alle Sportbereiche unterstützen und sie optimal auf ihre Spiele/Wettkämpfe vorbereiten.

Die Jungs aus der Basketball Mannschaft U14 trainieren seit Oktober 2021 einmal die Woche in geschlossener Gruppe bei CrossFit 1860, das Training ist dabei auf ihre Sportart abgestimmt. „CrossFit hat eine direkte Wirkung auf die Performance der Spieler. Sie sind in besserer Kondition als ihre Gegner. Diese Spielsaison haben sie bis auf eine Ausnahme alle Spiele gewonnen“, erklärt Trainerin Karina zufrieden. Wenn auch du CrossFit ausprobieren möchtest, kannst du uns gerne über [info@crossfit1860.de](mailto:info@crossfit1860.de) schreiben und bei einem Probetraining mitmachen. Es ist für Jeden etwas dabei.

*Eli, Trainerin CrossFit 1860*

# KURZKE

**MALEREIBETRIEB**

**EMDER STR. 73**

**Tel.: 0421/3961742**

**[www.maler-kurzke.de](http://www.maler-kurzke.de)**

**Fax: 0421/393508**

**[t.kurzke@t-online.de](mailto:t.kurzke@t-online.de)**

Gemeinsam stark in die nächste Spielsaison.

Jugendbasketball bei Bremen 1860 „boomt“.



Neben vielen altbekannten Personen, die der Sparte in der Coronazeit treu geblieben sind, bringen viele neue Gesichter Schwung in den Basketball bei Bremen 1860.

Eines der positiven Beispiele ist die männliche U12 mit ihren Trainern Daniel „Jeff“ und Ben. Nachdem viele Teammitglieder, aufgrund des Alters mit den Coaches in die höhere Altersklasse gewechselt sind, gab es nur einen kleinen Spielerstamm. Mit viel Engagement der beiden neuen Trainer und einem super Teamgeist, wurden viele Freunde rekrutiert und nun steht ein junges Team, welches auch schon die ersten Erfolge in den Punktspielen sammeln konnte. „Es macht viel Spaß, die Jungs zu trainieren. Sie sind hoch motiviert und kommen mit Freude zum Training und zu den Spielen“, betont Jeff. Dass Bremen 1860 ein Verein ist, der Gemeinschaft zu schätzen weiß, zeigt das enorme Engagement von Seniorenspielern, die sich neben dem eigenen Training für die Jugend engagieren. Auch „Kinder des Vereins“, haben das Team in der Coronazeit gestärkt. Sie widmen ihre Zeit und Erfahrung den Jugendmann-

schaften und lernen nebenbei fürs Abitur. Von diesem Engagement profitiert vor allem der weibliche Jugendbereich, der nach und nach mit den Jungs aufschließt. Bremen 1860 hat es wieder geschafft zwei reine Mädchen-Mannschaften für den Spielbetrieb zu bringen. Feline ist seit Sommer 2020 Trainerin der U 14 Mannschaft. „Die Mädchen sind so dankbar darüber, was der Verein für sie leistet. Wir konnten während der Lockdown-Zeit auf verschiedenste Art und Weise weiter trainieren. Jetzt haben wir sogar ein zweites Mädchenteam U12. Beide Mannschaften sind hochmotiviert und auch ihre Eltern unterstützen sie stets“, erzählt Feline stolz. Die Traineerinnen sind ein Vorbild für die Jugendlichen. So oder so hat die Pandemie das Beste aus den Mitgliedern der Sparte hervorgebracht. Die Basketballabteilung schaut mit Vorfreude auf die kommende Saison. Im Namen des Abteilungsvorstands wollen wir uns für die Treue und das Engagement bei allen Helfern bedanken.

*Niklas, Spieler der ersten Herren und  
Abteilungsleiter im Basketball*



Inspektion · Wartung · Reparatur  
Produktion · Entwicklung · Handel  
Für Schulen, Kitas, Behörden und Vereine  
auch individuelle Sonderanfertigungen nach Bedarf

Borkumstraße 5 · 28217 Bremen  
Tel.: 0421 - 396 60 03 | Fax: 0421 - 380 93 88  
info@rosenberg-bremen.de  
[www.rosenberg-bremen.de](http://www.rosenberg-bremen.de)



Seit 1998 besteht unsere Karate-Abteilung bei Bremen 1860. Wir betreiben Karate im Shotokan Stil. Karateka anderer Stile sind aber immer willkommen, daher sind wir seit 2021 im Deutschen Karateverband als „stiloffen“ gemeldet. Die Abteilung hat ca. 60 Mitglieder. Wir trainieren vorwiegend nach Altersstufen getrennt. Eine kleine Gruppe in unserer Abteilung betreibt zusätzlich laido, also „den Weg des Schwert-Ziehens“. Für die Unterrichtsstunden sind drei erfahrene und lizenzierte Übungsleiter eingesetzt. Wir möchten die Schwerpunkte unseres Trainings möglichst vielfältig setzen, da uns unsere Kampfkunst hier-

für alle Grundlagen schafft.

Wir bieten:

- Tradition, Etikette und charakterliche Entwicklung
- Selbstverteidigung, Selbstbehauptung und Selbstbewusstsein
- Sportlichkeit, Beweglichkeit und Gesundheit

- Gemeinschaft, Respekt und Spaß

So vielfältig unsere Inhalte sind, reicht auch die Altersspanne unserer Abteilungsmitglieder. Von 6 bis über 70 Jahren, vom Anfänger bis zum hochgraduierten Schwarzgurt und vom Gelegenheits- bis zum Leistungssportler kommen bei uns alle auf ihre Kosten.  
*Sebastian, Karateabteilung*

Unsere Trainingszeiten sind:

Dienstag, 18:00-19:30 Uhr Kinder ab Gelbgurt, Halle 11a

Dienstag, 19:30-21:30 Uhr Jugendliche & Erwachsene (alle), Halle 11a & 11b

Donnerstag, 20:30-22:00 Uhr laido, Halle 1

Freitag, 17:00-18:30 Uhr Kinder (Anfänger), Halle 11b

Freitag, 18:30-20:00 Uhr Jugendliche & Erwachsene (Unterstufe), Halle 11b

Freitag, 20:00-21:30 Uhr Jugendliche & Erwachsene (Oberstufe), Halle 11b



Die Badminton-Abteilung besteht seit nun mehr 38 Jahren und wir möchten uns gerne einmal kurz vorstellen.

Unsere Gruppe besteht aus circa 50 Mitspielern, ist bunt gemischt und es sind alle Altersgruppen vertreten. Wir sind eine Freizeitgruppe, daher nehmen wir nicht an Punktspielen teil. Unser Motto lautet „Spaß und spielen“. Wir freuen uns über neue Mitspieler, gerne könnt ihr auch einfach mal reinschnuppern. Infos gibt es auf der Bremen 1860 Homepage oder direkt beim Trainer Werner unter der Telefonnummer 0421 875373.

Petra, Badminton-Abteilung





# Schuss in den Frühling

## Endlich wieder Bogensportsaison

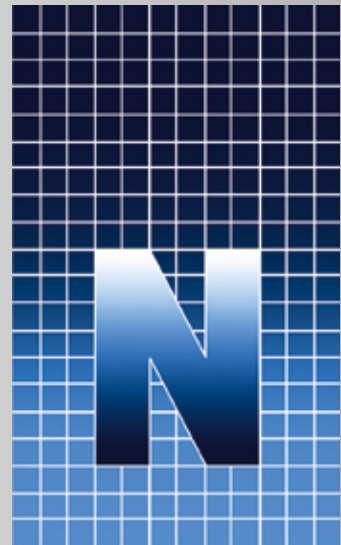
Bogenschießen ist eines der drei Projekte von Bremen 1860, das 2021 entstand. Im Frühjahr 2021 konnten wir dank des erfolgreichen Crowdfundings mit dem Aufbau starten. Wir haben die Fangnetze aufgehängt, den Untergrund vorbereitet, den Rollrasen verlegt und den Schießbereich gepflastert. Im Juli konnten wir mit dem Angebot der Kurse starten. Hoch motiviert haben wir dann gleich im Oktober den Sauerampferpokal zur Einweihung des Schießplatzes ausgerichtet. Ende Dezember wurde die Abteilung als solches gegründet und ich wurde als Abteilungsleiter gewählt. Auch wenn das Schießen auf dem Platz rich-

tig Spaß macht, haben wir noch viel Arbeit vor uns. Unser Ziel für 2022 ist die Fertigstellung des Schießplatzes. Im Frühjahr starten wir mit neuen Kursen, konkrete Termine folgen. Wir möchten die Jugendförderung ausbauen und an Wettbewerben teilnehmen. Eine Erweiterung des Angebots ist ebenfalls in Planung. Zum Beispiel könnten wir uns einen Pfeilbau-Workshop gut im Verein vorstellen. Wir freuen uns auf wärmere Temperaturen, um neuen Menschen zu begegnen und sie an diese einzigartige Sportart heranzuführen.

*Mayaan, Abteilungsleiter Bogenschießen*

BADEZIMMERRENOVIERUNG AUS EINER HAND  
 FLIESEN · KERAMIK  
 NATURSTEINVERLEGUNG  
 WAND u. BODENFLIESENAUSWECHSLUNG  
 MAUER · PUTZ  
 ESTRICHARBEITEN  
 KOORDINIERUNG DER GEWERKE

**Steffensweg 126 · 28217 Bremen**  
**Tel. 0421 / 38 25 06**  
**Fax 0421 / 38 25 16**  
**Mobil 0172 / 4 24 00 92**  
**Email [fliesen.nolte@t-online.de](mailto:fliesen.nolte@t-online.de)**  
**Web [fliesennolte-bremen.de](http://fliesennolte-bremen.de)**



**FLIESEN NOLTE GMBH**



### Tanzen ist für Menschen jeden Alters ein Gewinn.

Es fordert das Gehirn, hält den Körper beweglich, trainiert die Menschen an Beinen und Rücken.

Es wird vermutet, dass Tanzen ein Nebenprodukt des aufrechten Gangs ist. Der Rhythmus der Musik aktiviert das Gehirn, so dass ganz verschiedene Bereiche stimuliert werden. Übung macht den Meister, also kommt und

macht mit. Wir tanzen freitags von 19.30-21.00 Uhr in den Hallen vom theraFit. Hier werden Standard- und Lateinamerikanische Tänze, sowie aktuelle Tanzformationen eingeübt. Unsere Trainerin führt dich behutsam ein. Interessierte Paare melden sich bitte in der Geschäftsstelle an.

Bis bald in fröhlicher Tanzrunde.

*Rainer, Abteilungsleiter Tanzen*

**Kurse mit Quartalskarten**

1860  
Bremen

Jetzt buchen unter  
[www.bremen1860.de](http://www.bremen1860.de)



**Bohlken & Engelhardt**  
BEERDIGUNGS-INSTITUT

**Wir helfen Ihnen im Trauerfall und bei der Bestattungsvorsorge.  
Vertrauen Sie unserer langjährigen Erfahrung.**

Friedhofstraße 16 · 28213 Bremen · Tel. 0421 21 20 47 · [www.bohlken-engelhardt.de](http://www.bohlken-engelhardt.de)



# Reiners



Baustoffe · Fliesen · Bauelemente · Bauwerkzeuge und Baumaschinen mit Verleih  
Bauberufsbekleidung · Containerdienst



**Fliesen · Bauholz · Mörtel · Trockenbau  
Containerdienst 1, 6, 10 · Pflaster · Terrassenplatten  
Estrichkies · Pflastersand · Kies · Splitt**



Quintschlag 18/20 · 28207 Bremen  
Tel. (0421) 48545-0 · Fax (0421) 4854529  
[www.reiners-baubedarf.de](http://www.reiners-baubedarf.de)  
[info@reiners-baubedarf.de](mailto:info@reiners-baubedarf.de)



## Von der Ostereiersuche zum Eierlaufen

**Nicht jedes versteckte Osterei wird auch gefunden. So manches bleibt lange unentdeckt.**

Beim Rollkunstlauf hingegen wird nicht lange herumgeeiert. Schnell werden die ersten Schritte und Figuren erlernt bis hin zu Pirouetten und Sprüngen.

Die Roll- und Eissportabteilung von Bremen 1860 bietet für Klein, Groß, Jung und Alt ab Ende April Anfängerkurse auf Rollschuhen an und führt damit fort was im Winter auf Schlittschuhen so vielen Freude beschert hat. Auch ein Inliner-Kurs für die ganze Familie mit gemeinsamen Ausflug ist in Planung.

Der Kurskartenerwerb ist ab Anfang

April über die Homepage von Bremen 1860 möglich. Für den Anfängerkurs stehen Leihrollschuhe in begrenzter Zahl zur Verfügung.

Wer seine Fähigkeiten vertiefen möchte und den Ehrgeiz hat Sport und Kunst verschmelzen zu lassen, ist herzlich in der Abteilung willkommen!

Bevor es von der Kufe auf die Rolle geht, finden am 20.03. die Bremer Landesmeisterschaften im Eiskunstlauf statt. Bremen 1860 wird mit 16 Läuferinnen und Läufern vertreten sein.

*Meentje, Abteilungsleitung Roll- und Eissport*

Sie haben Probleme?  
Wir bieten Lösungen!

**SIEVER**  
**+ KNÜPPEL**  
**Elektrotechnik**

Siever + Knüppel Elektrotechnik  
Woltmershauser Str. 66  
28197 Bremen

Tel. 0421 / 52 015 - 0  
Fax. 0421 / 52 015 - 22  
E-Mail: [info@siever.de](mailto:info@siever.de)



Bild: Lars Kaempf

Bild: v.l.n.r: Paul, Janina, Sebastian, Lars, Benjamin, Janis, Julia, Yves

Ein schwarz-gelbes, trampolinartiges Netz, vier Menschen und ein Ball.

Die Sportart Roundnet kennen viele aus dem Park. Seit einem Jahr gibt es die Sparte bei Bremen 1860 und seit letztem Frühsommer haben wir durchgehend trainiert. Zuletzt mussten wir das interne Winterturnier verschieben, dafür konnten wir eine Gruppe in der Pro Division der Winterliga des deutschen Roundnet-Verbands stellen. In der höchsten Spielklasse sein zu können, ist ein Vorteil, den das Mitspielen in einer noch recht neuen

Sportart mit sich bringt. Ebenso unser Team: Inzwischen sind wir knapp 20 Sportler. Wir freuen uns über mehr Zuwachs, ganz egal welchen Niveaus. Auch auf den Sommer freuen wir uns sehr. Im letzten Sommer haben die Vereinsmitglieder auch beim Summer Cup mitgespielt. Das hat auf jeden Fall Lust auf mehr gemacht. Aktuell trainieren wir donnerstags in der Halle, doch sobald es wärmer wird, gehen wir wieder nach draußen an die frische Luft.

Sebastian, Roundnet-Abteilung

**TIELITZ**  
BESTATTUNG

„Am Ende will ich,  
dass alles gut ist.“

Als Träger des Markenzeichens stehen wir für Qualität und Vertrauen.

Tag und Nacht 0421- 20 22 30 [www.tielitz.de](http://www.tielitz.de)

Friedhofstraße 19  
28213 Bremen



Hier  
geht's zur  
Kursvielfalt:



# Der AOK- Gesundheitsgutschein

Zwei kostenfreie Kurse für AOK-Versicherte  
pro Jahr – bei Partnern in Ihrer Nähe

- Yoga, Outdoor-Fitness, gesunde Ernährung u. v. m.
- Mehr als 350 Kurse zur Auswahl
- Einfach Gutschein anfordern und los geht's!

Alle Infos unter [aok.de/bremen](https://aok.de/bremen)

AOK Bremen/Bremerhaven  
Die Gesundheitskasse.







# Triathlon wieder mit allen drei Disziplinen im Training.

## „Aus Bleienten kleine Haifische machen“.

Die Triathlon Abteilung bietet sowohl ein Schwimmangebot als auch ein Lauftraining an.

Ab dem 13. April gibt es wieder regelmäßig, jeden Mittwoch, ein gezieltes Radtraining. Fragen beantwortet der Abteilungsleiter gerne telefonisch oder persönlich im Gespräch.

Außerdem verfügt die Triathlon-Abteilung wieder über eine Schwimmzeit im Westbad. Jeden Donnerstag, von

20.00 – 21.00 Uhr, steht unser Trainer Bernd W. am Beckenrand und macht aus Bleienten kleine Haifische.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Mitgliedschaft in der Triathlon Abteilung bei Bremen 1860.

Mit dem Mitgliedsausweis melden sich die Sportler am Eingang zum Westbad in Walle und werden dort von Bernd W. in Empfang genommen.

*Bernd R., Abteilungsleiter Triathlon*

# DU SPIELST LOTTO UND ALLE GEWINNEN

Jeder Tipp  
unterstützt wichtige  
Projekte im  
Land Bremen.

Spielen ab 18. Spielen kann süchtig machen.  
Infos: [check-dein-spiel.de](http://check-dein-spiel.de) oder 0800 1372700

 **LOTTO**<sup>®</sup>  
Bremen



Bild: vlnr. Cornelia, Christian, René, Janis, Hartmut, sitzend: Jörg, Startblock: Kim.

# 17. swb-Marathon Bremen 2022

[www.swb-marathon.com](http://www.swb-marathon.com)

**AOK**  
HALBMARATHON

**swb**  
MARATHON

**HIRSCH**  
10 KM LAUF

**SEI AM**  
**2. OKTOBER 2022**  
**MIT DABEI!**



# Auf die Plätze, fertig, raus

## Die Leichtathletikabteilung schaut mit Vorfreude auf die Outdoorsaison.

Zwischen den Oster- und Herbstferien trainieren Kinder ab sechs Jahren auf der Leichtathletik-Anlage an der Universität Bremen. Das Training findet dienstags und donnerstags am Nachmittag bzw. Abend statt. An der Uni-Anlage können die Kids und Jugendlichen die ganze Vielfalt der Leichtathletik in ihren verschiedenen Disziplinen erleben und werden von lizenzierten Trainern dazu angeleitet. Wettkampfteilnahmen sind möglich, aber kein Muss.

Der Spaß am gemeinsamen Sporttreiben steht insbesondere nach den

beiden Corona-Jahren stets im Vordergrund. Die Wettkampfgruppe erhält ein zusätzliches Trainingsangebot, um gut vorbereitet zu sein.

Seit Herbst 2021 erweitert ein Lauftreff unser Abteilungsangebot für erfahrene Erwachsene Läufer, die 60 Minuten am Stück laufen können.

Dieser findet bei unserem ausgebildetem Laufkursleiter Arne wie folgt statt:

Mittwoch, 18 Uhr, im Bürgerpark (Treffpunkt: Waldbühne) statt.

Kim, Abteilungsleiter Leichtathletik



Mein Verstand sagt **SPORT!**  
Mein Herz schreit **KUCHEN!**

**W Otten**  
Bäckerei & Konditorei

  /BaeckereiOtten/

[www.baeckereiotten.de](http://www.baeckereiotten.de)

Eine köstliche Auswahl herrlich süßer Sünden finden Sie - vor oder nach dem Sport - bei uns in den Filialen: Bischofsnadel 14-15 • Friedhofstr. 9 • Hemmstr. 186 • HH-Meier-Allee 8 • Konsul-Smidt-Str. 86 • Schwachhauser-Heerstr. 97 • Wachmannstr. 16 • Wilhelm-Röntgen-Str. 11



## Ninja Kids sind begeistert

An Ringen, Rädern und Kegeln hängen, an Seilen hochklettern, über Wackelbrücken balancieren und eine gebogene Wand hochlaufen- das ist Ninja Kids bei Bremen1860.

Seit einigen Monaten bietet Wolfgang im Rahmen der Taekwondo-Abteilung dieses spezielle Angebot für Kids ab 6 Jahren an.

In dem variantenreichen Stunden-aufbau lernen Kinder auf spielerische Weise Koordination, Geschicklichkeit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Ninja Kids 6-9 Jahre, mittwochs, 15.00-16.00 Uhr sowie Ninja Kids mit Taekwondo-Elementen montags, für Anfänger und Gelbgarbe, 15.45-17.00 Uhr.

*Wolfgang, Abteilungsleiter Taekwondo*

**Manchmal ein Sprint, manchmal ein Marathon.**

**Sinn stiften.**



[pib-bremen.de](http://pib-bremen.de)  
Tel. 0421 95 88 200

Wir von PiB beraten, qualifizieren und begleiten Sie dabei, Kinder und Jugendliche für kurze oder lange Zeit zu unterstützen.

**PiB**

Pflegekinder in Bremen  
gemeinnützige GmbH



## Sonderkonditionen für Mitglieder von Bremen 1860



Kraft-  
training

Herz-Kreislauf-  
Training

Beweglichkeit  
& Stabilisation

Kurse

thera  
  
fit



Sauna

Luftreinigungsfilter in allen Räumen und auf der Trainingsfläche

„Endlich fühlt es sich wieder an wie echtes Rugby“.



Nach der Coronapause im letzten Jahr haben Julio, Ibou und ich im April 2021 angefangen, samstags draußen Training für Rugby Kids anzubieten. Das Angebot lief unter dem Namen „Kinderfit und Rugby“, wobei es schnell einen großen Andrang gab. Die Kinder hatten nach der langen Sportpause einen merklichen Bewegungsdrang. Ein paar Wochen lang haben die Kinder sich auf dem Rasenplatz ausgetobt, während sie sich an erste Fitnessübungen und Spiele mit dem Rugbyball herantasteten. Dienstags hat Julio bei der U6-U8 für gute Stimmung und verschwitzte Gesichter auf dem Feld gesorgt. Drei- bis achtjährige Kinder, die trotz Altersunterschied in 90 aufregenden Minuten gemeinsam die ersten Schritte zum Rugby gelernt haben. Donnerstags habe ich die Kinder der U10-U12 gemeinsam mit Ibou trainiert. Die älteren Jugendlichen

trainieren bei den Herren. Wie vor der Coronapause, wechselten wir in der Herbst- und Winterpause wieder in die Halle, um uns dort fit zu halten. Seit Mitte Februar trainieren wir wieder auf unserem geliebten Rasenplatz, was vor allem die Kinder sehr freut, da wir jetzt auch wieder tacklen können. Endlich fühlt es sich wieder an wie echtes Rugby. Dort zu trainieren, wo auch die Herrenmannschaft schwitzt, ist für sie ein großes Ding. Die älteren Kinder haben große Ansprüche, denen wir gerecht werden möchten. Ganz besonders freuen sie sich in diesem Jahr auf Spiele und kleine Turniere, bei denen sie sich nach der Coronazeit endlich wieder mit gleichaltrigen messen können. Sie spielen dort als sogenannte Piraten auch in anderen Teams, die ohne die Unterstützung nicht genügend eigene Spieler hätten.

*Johannes, Rugbyspieler- und Trainer*



blumen hogekamp

ihre gärtnerei im geteiviertel

elsasser str. 77, 28211 bremen, tel. 0421-43268-0

[www.blumen-hogekamp.de](http://www.blumen-hogekamp.de)



## Cheerleader Beifall auch ohne Meisterschaften.

Hochmotiviert und Zielorientiert trainieren wir mit unseren Gruppen. Trotz der aktuell schwierigen Zeit trainieren wir fleißig – mit Vorsicht, Nachsicht, viel Motivation und einem Ziel vor Augen. Auch wenn die Meisterschaften abge-

sagt wurden, arbeiten wir stets an neuen Stunts.

Beim Training erlernen wir unter anderem Akrobatik, Hebefiguren und Turnelemente. Es geht aber auch darum Freundschaften zu schließen und gemeinsam zu lachen. Mitgemacht werden darf schon ab sechs Jahren.

*Carlotta, Trainerin Cheerleading*



# Wir suchen Dich!

Werde HelferIn bei unseren Sportevents!

## Worum geht's?

Für unsere Veranstaltungen suchen wir HelferInnen ab 16 Jahren, die uns unterstützen möchten. Zu den vielfältigen Aufgabenbereichen gehören: Streckenposten, Ausgabe der Startunterlagen, Verpflegung an der Strecke, Zielverpflegung und Zielbereich, Kleiderbeutelabgabe sowie Auf- und Abbau der Eventflächen.

## Wann und wo?

Sportveranstaltungen in Bremen z. B.

Sportscheck RUN (20. Mai)  
GEWOBA City Triathlon (14. August)  
swb Marathon (2. Oktober)

## Wir bieten dir:

- Wertgutscheine (z. B. für Sportscheck)
- Freikarten für unsere Veranstaltungen
- Helferbekleidung und Verpflegungspakete
- auf Wunsch ein Helfer-Zertifikat
- spannende Einblicke hinter die Kulissen und das Beste zuletzt: Natürlich Spaß!



**Interessiert?** Schreibe uns eine Mail an [helfer@spospom.de](mailto:helfer@spospom.de)

Ihr möchtet uns als Mannschaft helfen? Prima!

Wir bedanken uns mit einer Spende für eure Mannschaft bei eurem Verein!

**spospom**

Sportsponsoring & Marketing GmbH

Baumschulenweg 6  
28213 Bremen

# DUNOW

Steuerberatungsgesellschaft



Fachgerechte Steuerberatung für das Gesundheitswesen

0421 30 32 79-0

[www.steuerberater-aerzte-bremen.de](http://www.steuerberater-aerzte-bremen.de)





Du erreichst uns zu folgenden Zeiten:\*

Mo und Do 9.00 - 18.30 Uhr

Di und Mi 9.00 - 17.00 Uhr

Fr 9.00 - 16.00 Uhr

\*unter Vorbehalt

## HERAUSGEBER

Bremen 1860

Baumschulenweg 6/8/10

28213 Bremen

Telefon: 0421-21 1860

info@bremen1860.de

www.bremen1860.de

www.facebook.com/Bremen1860

www.instagram.com/bremen1860

Danke Alexander Fanslau für die großartigen Hochkantfotos im Magazin.

Die nächste Ausgabe des Vereinsmagazins erscheint ab dem 15.09.2022



Jastrebow

## Top Leistung braucht Energie: Regional is(s)t besser

Starke Partner für ein gesundes Leben:

Wir sind stolzer Sponsor der Ferienbetreuung von Bremen 1860.

### Fit durch's Jahr

Frisches Obst und natürliche Lebensmittel: Neben unserem regionalen Bio-Sortiment erhalten Sie bei uns auch individuell zusammengestellte Obstkörbe.

### Starke Produkte – einfach liefern lassen

Wir bringen den Einkauf bequem zu Ihnen nach Hause.

info@edeka-jastrebow.de | www.edeka-jastrebow.de

Bremen-Vahr | Philipp-Scheidemann-Str. 11-13 | T 0421 / 8 78 25 88 · Bremen-Schwachhausen | Busestr. 42 | T 0421 / 21 30 33

- Großes Produkt- und Bio-Sortiment
- Alnatura-Produkte
- Obst- und Präsentkörbe
- Frische Spezialitäten

# Ihr starkes Team.

## Wir sind für Sie da!

fair versichert  
**ÖVB** 



### **ÖVB Vertretung Joachim Ladders**

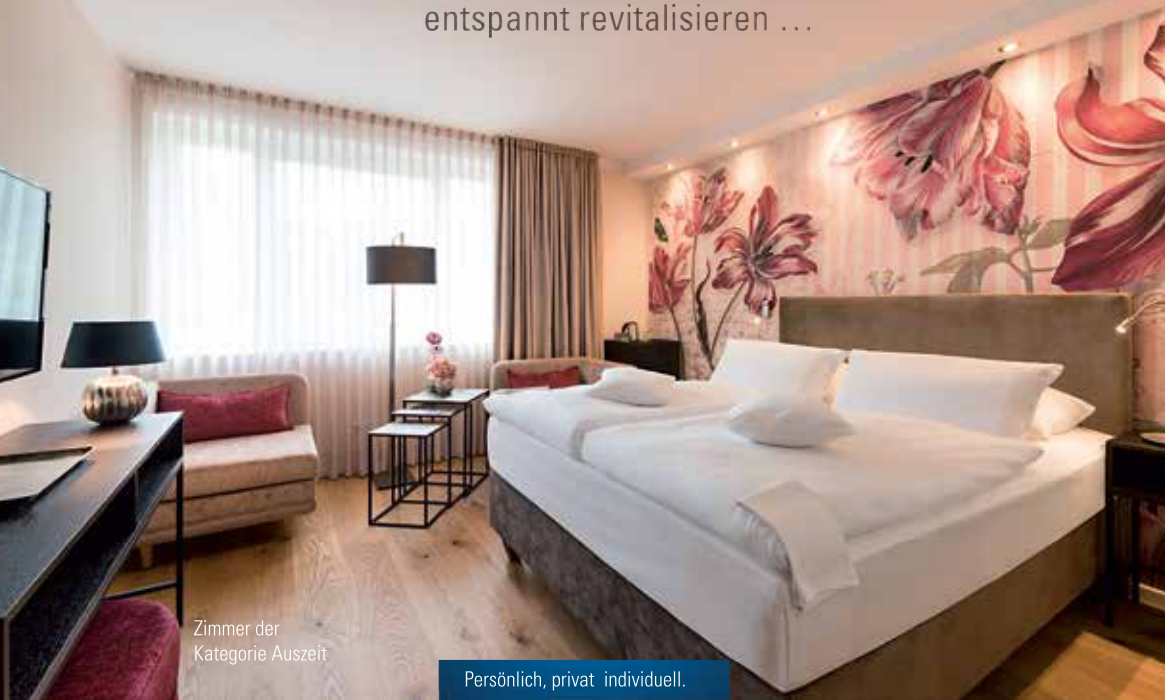
Baumschulenweg 6  
28213 Bremen  
Tel. 0421 342675  
Fax 0421 342690  
[www.oevb.de/joachim.ladders](http://www.oevb.de/joachim.ladders)  
[ladders@oevb.de](mailto:ladders@oevb.de)



**Offizieller  
Versicherungspartner  
von Bremen 1860**

 Finanzgruppe

Komfortabel wohnen, festlich feiern –  
entspannt revitalisieren ...



Zimmer der  
Kategorie Auszeit

Persönlich, privat individuell.



  
**HOTEL <sup>★★★★★</sup>  
MUNTE**  
AM STADT WALD  
BREMENS STADTHOTEL  
IM GRÜNEN



  
**Wels**  
Fisch, Wild & mehr  
Assiette  
MICHELIN 

  
del **bosco**  
trattoria italiana

  
**GENUSSLAND**  
Bremens Stadthotel & Spa

  
**Wald/Spa**

  
HolidayCheck  
**GOLD  
AWARD**

während Sie sich  
von uns verwöhnen lassen.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch.**

Familie Pauls  
Parkallee 299 | 28213 Bremen  
Telefon 0421/2202-0  
Telefax 0421/2202-609

info@hotel-munte.de  
www.hotel-munte.de