CLUBZEITUNG

DER CLUB AN DER ALSTER | AUSGABE 3-2026

TENNIS
TAMARA KORPATSCH GEWINNT
WTA-TURNIER IN HAMBURG

HOCKEY
JOJO GROSSE WIRD
WELTMEISTER IN BELGIEN

CLUB
RED WHITE NIGHT:
EIN ABEND IN ROT UND WEISS



Mercedes-Benz

DIE ERSTE
ELEKTRISCHE C-KLASSE.

Ein Klassiker erfindet sich neu: mit bis zu 762 km Reichweite (WLTP) und Schnellladetechnik, die bis zu 325 km in zehn Minuten* liefert. Der beleuchtete Chromgrill im ikonischen Mercedes-Benz Design und die Heckleuchten in Sternoptik machen den Fortschritt sichtbar.

Welcome home.

Jetzt Probe fahren

140 YEARS OF INNOVATION

Mercedes-Benz C 400 4MATIC elektrisch | Energieverbrauch (kombiniert): 18,5–14,1 kWh/100 km; CO_2-Emissionen gesamt (kombiniert): 0,0 g/km; CO_2-Klasse (kombiniert): A.

*Die angegebene Reichweite (WLTP), die nach einem zehnminütigen Ladevorgang erreicht werden kann, wurde unter Verwendung der maximalen DC-Ladeleistung gemäß ISO/SAE 12906 und unter den in dieser Norm festgelegten Bedingungen ermittelt.

Anbieter: Mercedes-Benz AG, Mercedesstraße 120, 70372 Stuttgart
Mercedes-Benz Hamburg: Friedrich-Ebert-Damm 115 · Kollaustraße 171
Ihr persönlicher Ansprechpartner: Nicholas Gärtner
Telefon: 0176/30904146 · E-Mail: nicholas.gaertner@mercedes-benz.com
www.mercedes-benz-hamburg.de

Foto Titelbild: @Sportfotografie Witters

VORWORT



Friedrich Gröpper, Vorstand Hockey Erwachsene seit 2025, ehemaliger Spieler und Kapitän der I. Hockeyherren

Liebe Clubmitglieder, liebe Alsteraner,

was unseren Club ausmacht, lässt sich wahrscheinlich gar nicht für alle gleich beantworten. Für die einen ist Alster Leistungssport, für andere die feste Tennisrunde, das Training im Fitnessbereich oder der Sport der eigenen Kinder. Und für viele gehört ein Bier oder ein Glas Rosé in unserer Gastronomie genauso zu Alster wie der Sport selbst.

Gerade diese Vielfalt macht für mich unseren Club aus. Über 4.000 Mitglieder bringen ganz unterschiedliche Erwartungen und Interessen mit. Gleichzeitig lebt ein Club für mich von den Momenten, in denen daraus mehr entsteht als das eigene Sportprogramm. Man begegnet sich, lernt andere Bereiche des Clubs kennen und manchmal entstehen daraus neue Ideen, Freundschaften oder auch Engagement für den Club. Genau diese Mischung aus Sport und Clubleben macht Alster für mich besonders.

Davon gab es in diesem Sommer einige schöne Beispiele. Die Padel Clubmeisterschaften, der EY Rothenbaum Cup, die Red White Night oder unser Event rund um das Südafrika-Projekt. Unterschiedliche Menschen und Sportarten kamen zusammen und unsere Gastro hat bei diesen Gelegenheiten auch gezeigt, was sie kann.

Sportlich kommt man in dieser Ausgabe an einem Erfolg nicht vorbei: Jojo Große ist Weltmeister! Ein außergewöhnlicher Erfolg, zu dem ich ihm auch an dieser Stelle noch einmal herzlich gratulieren möchte. Bei unseren Hockeymannschaften gehen wir den eingeschlagenen Weg konsequent weiter. Dabei geht es für uns neben den Ergebnissen auch um die Frage, wofür unsere Mannschaften in Zukunft stehen sollen. Seit September ist Harry Fritsche als neuer Sportdirektor an Bord. Ich freue mich auf seine neuen Impulse und auch darauf, dass er unsere bisherige Arbeit hinterfragt.

Gemeinsam mit unseren Trainerteams wollen wir das Profil unserer Leistungsmannschaften weiter schärfen und gleichzeitig den Weg aus der Jugend über die zweiten Mannschaften in den Erwachsenenbereich stärken.

Unsere Leistungssportler sind für mich dabei mehr als Athleten. Sie sind Teil des Clubs und gerade für unsere Kinder und Jugendlichen wichtige Identifikationsfiguren.

Aus meiner eigenen Zeit im Leistungssport weiß ich, wie viel Arbeit hinter dem steckt, was am Ende auf dem Platz zu sehen ist. Umso mehr Respekt habe ich vor den Leistungen unserer Tennisspielerinnen und Tennisspieler, von denen ich viele Woche für Woche bei uns trainieren sehe. Tamara Korpatschs Sieg beim WTA-Turnier in Hamburg ist dafür natürlich ein besonderes Ausrufezeichen.

Ein anderes Thema hat uns in den vergangenen Monaten einiges an Geduld gekostet. Ich kann den Unmut über die teilweise langen Bauzeiten gut verstehen. Auch wir im Vorstand sind Mitglieder und Nutzer unserer Anlage und hätten uns manches schneller gewünscht. Umso schöner, dass der Parkplatz nun wieder vollständig zur Verfügung steht, und bei den neuen Padelplätzen sind wir nach einem Behördenmarathon hoffentlich endlich auf der Zielgerade.

Bei all dem, was sich gerade bei Alster entwickelt und verändert, ist mir eines besonders wichtig: dass wir uns die Mischung erhalten, die diesen Club ausmacht. Sportlicher Anspruch gehört genauso dazu wie ein lebendiges Clubleben und die vielen unterschiedlichen Menschen, die hier zusammenkommen.

Ich freue mich auf die kommenden Monate und viele gemeinsame Momente bei Alster.

Euer/Ihr
Friedrich Gröpper



MESSMER SCHWIMMFEST
Sportlicher Einsatz und jede Menge Freude im Wasser



WUSSTEN SIE SCHON, DASS ...

REDAKTIONSSCHLUSS

23.11.2026

Beiträge an
clubzeitung@dcada.de

... auch die jüngsten Clubmitglieder ihre eigene Weihnachtsfeier haben? Passend zum Nikolaustag wartet auf den Alster-Nachwuchs ein besonderer Nachmittag mit Lichterglanz, Weihnachtsstimmung und jeder Menge Spaß.



Druckprodukt mit finanziellem
Klimabeitrag
ClimatePartner.com/13243-2609-1027

Wussten Sie, dass unsere Clubzeitung von nun an Klimaneutral produziert wird?! Zum Ausgleich der entstanden Emissionen unterstützen wir mit diesem Siegel ein nachhaltiges Projekt.

Präzision auf dem Platz,
Weitblick bei Ihren Finanzen



Bester Vermögensverwalter des Jahres 2026
GESAMT-SIEGER
über drei Auswertungszeiträume
Basis: Sharpe-Ratio in drei Risikoklassen
firstfive

M.M.Warburg & CO
Ferdinandstraße 75
20095 Hamburg
Tel.: +49 40 3282-0
info@mmwarburg.com

Mit Ihren Zielen im Blick entwickeln wir individuelle Lösungen.
Denn wir nehmen Vermögensverwaltung persönlich – seit 1798.

Mehr Informationen unter: www.mmwarburg.de

M.M.WARBURG & CO
BANK

WELTMEISTER!

Jojo Große holt mit den HONAMAS den Titel



Was für ein Erfolg für Johannes „Jojo“ Große: Am 30. August hat sich unser Alster-Spieler mit der deutschen Hockey-Nationalmannschaft im belgischen Wavre zum Weltmeister gekrönt und mit den HONAMAS den Titel von 2023 verteidigt.

Dabei führte der Weg zum WM-Titel nicht ohne Umwege ins Finale. In der Zwischenrunde musste sich das deutsche Team Spanien mit 1:2 geschlagen geben. Für Jojo war es dennoch ein besonderes Spiel: Der 28-Jährige absolvierte dabei sein 150. Länderspiel. Danach drehten die HONAMAS auf, bezwangen Australien im Viertelfinale mit 4:2 und Argentinien im Halbfinale mit 2:1. Im Endspiel wartete erneut Spanien.

Und diesmal hatte Deutschland das bessere Ende für sich. In einem intensiven und lange torlosen Finale erzielte Michel Struthoff in der 44. Minute den entscheidenden Treffer zum 1:0. Die deutsche Defensive hielt dem spanischen Druck stand, dann war es geschafft: Weltmeister!



Für Jojo ist der Titel ein weiterer Höhepunkt seiner beeindruckenden Hockeykarriere und für Alster ein ganz besonderer Grund zur Freude. Seit der Saison 2024/25 trägt er wieder das rot-weiße Trikot. Nach sechs Jahren bei Rot-Weiss Köln, vier Deutschen Meisterschaften und zahlreichen internationalen



Einsätzen war er nach Hamburg zurückgekehrt. Seine Rückkehr zu Alster beschrieb er damals selbst als „ein wenig, wie nach Hause kommen“.

Nun kommt er als Weltmeister zurück.

Mit dem Triumph in Wavre verteidigten die deutschen Hockey-Herren nicht nur ihren WM-Titel. Nach 2002, 2006 und 2023 ist es bereits der vierte WM-Erfolg der HONAMAS. Damit zieht Deutschland mit Rekordweltmeister Pakistan gleich.

Lieber Jojo, herzlichen Glückwunsch zu diesem großartigen Erfolg. Wir freuen uns riesig mit Dir und sind stolz, einen Weltmeister in unseren Reihen zu haben!

// **FC**





DR. THOMSEN & KOLLEGEN –
DIE SPEZIALISTEN FÜR IHRE ZAHNGESUNDHEIT



Dr. Jens Thomsen
Zahnarzt und Arzt
Ästhetische Zahnheilkunde und Prävention, Schnarchtherapie



Dr. Tore Thomsen
Zahnarzt
Ästhetische Zahnheilkunde, Wurzelkanalbehandlungen, Abrasionsgebisse



Dr. Coralie Thomsen
Fachzahnärztin für Kieferorthopädie, unsichtbare Zahnspangen



Dr. Giedre Matuliene
Fachzahnärztin für Parodontologie, Peri-implantitisbehandlung



Dr. Pamela Glöckler
Fachzahnärztin für Oralchirurgie, Implantologie

Sie haben Fragen? Für ausführliche Informationen besuchen Sie unsere Homepage, oder rufen Sie uns an.

Heilwigstraße 115 | 20249 Hamburg | Tel: 040-445971 | www.dr-thomsen.com

DR. THOMSEN & KOLLEGEN

EIN TRAUM WURDE WAHR!

Tamara Korpatsch triumphierte bei den MSC Hamburg Open am Rothenbaum



Foto: @Sportfotografie Witters

Heimspiel, Herzklopfen, Gänsehaut: Tamara Korpatsch hat sich beim WTA-Turnier am Hamburger Rothenbaum einen ganz großen Traum erfüllt. Die gebürtige Hamburgerin gewann vor heimischem Publikum ihren zweiten Titel auf der WTA-Tour – ausgerechnet auf der Anlage ihres eigenen Clubs am Rothenbaum. Seit zehn Jahren spielt Tamara erfolgreich für unseren Club in der Tennis-Bundesliga.

Es gibt Siege, die mehr sind als ein Eintrag in der Statistik. Siege, die sich nicht allein an Weltranglistenpunkten, Preisgeld oder Trophäen messen lassen. Der Triumph von Tamara Korpatsch bei den MSC Hamburg Open gehört zweifellos in diese Kategorie.

Am Sonntag krönte die 31-Jährige ihre starke Turnierwoche. Vor den Augen ihrer Familie, ihrer Freunde und der Clubmitglieder sowie eines begeisterten Hamburger Publikums setzte sie sich im Finale souverän mit 6:3, 6:3 gegen die Ungarin Anna Bondar durch.



„Mein Heimspiel zu gewinnen, in Hamburg, in meinem Club, vor meiner Haustür, bedeutet mir sehr viel“, sagte sie nach dem Finale in ihrer Siegerrede sichtlich bewegt. Schon vor Beginn des Turniers hatte sie sich vorgenommen, bis zum Sonntag in Hamburg zu bleiben. Dass sie am Ende tatsächlich um den Titel spielen würde, war zunächst kaum mehr als ein Wunsch. Dass sie ihn schließlich gewann, machte den Traum perfekt.

Von Beginn an konzentriert

Tamara präsentierte sich während der gesamten Turnierwoche konzentriert und selbstbewusst. Auch im Finale fand sie sofort in ihr Spiel. Gegen Anna Bondar startete sie hochkonzentriert und erspielte sich schnell eine 3:0-Führung. Die Ungarin ließ sich davon zunächst nicht beeindrucken und kam nach einem Break auf 3:4 heran. Doch Korpatsch blieb ruhig. Mit einem unmittelbaren Re-Break stellte sie die Weichen wieder auf Sieg und brachte den ersten Satz anschließend sicher mit 6:3 nach Hause.

Auch im zweiten Durchgang blieb sie ihrer Linie treu. Tamara agierte aggressiv, bewegte sich gut und setzte ihre Gegnerin immer wieder unter Druck. Beim Stand von 3:2 gelang ihr erneut das entscheidende Break. Bondar versuchte noch einmal, zurückzukommen. Doch Tamara ließ keinen Zweifel daran, wer den Center Court als Siegerin verlassen würde. Im neunten Spiel nutzte sie ihren ersten Matchball: 6:3, 6:3 – der Traum war Wirklichkeit.

Ein Titel mit besonderer Bedeutung

Für Tamara war dieser Erfolg weit mehr als ein weiterer Turniersieg. Es war der Triumph einer Hamburgerin auf heimischem Boden – an einem Ort, der eng mit ihrer persönlichen Tennisgeschichte verbunden ist.

Die Unterstützung von den Rängen war während der gesamten Woche spürbar. Familie, Freunde und Clubmitglieder begleiteten sie, das Hamburger Publikum feuerte sie an. Jeder gewonnene Punkt wurde gefeiert, jeder wichtige Ballwechsel mit Spannung verfolgt.

Als der letzte Punkt gespielt war, entlud sich die Anspannung in purer Freude. Korpatsch ließ ihren Emotionen freien Lauf. In diesem Moment schien die lange Reise ihrer Karriere zusammenzulaufen: die frühen Jahre, Rückschläge und Verletzungen, Zweifel, unzählige Trainingsstunden – und nun dieser Titel vor den Menschen, die sie seit Jahren begleiten.

Ihren eigenen Weg gegangen

Der Weg bis zu diesem Moment war nicht selbstverständlich. Der Deutsche Tennis Bund förderte Tamara in jungen Jahren nicht. Gemeinsam mit ihrer Familie entschied sie sich dennoch, ihren eigenen Weg weiterzugehen und alles für ihre Karriere zu geben. Ihr Vater Thomas trainiert sie seit klein auf, Mutter Birgit kümmert sich um die Planungen und ihre Brüder Tom und Richie stehen ihr immer wieder als Trainingspartner zur Seite.



Dass sich Tamara in diesem Jahr auf Sand besonders wohlfühlt, hatte sich bereits bei den French Open gezeigt. In Paris erreichte sie erstmals in ihrer Karriere die dritte Runde eines Grand-Slam-Turniers. Der Erfolg in Hamburg knüpft daran nahtlos an und unterstreicht ihre starke Entwicklung.

Mit dem Titelgewinn und den damit verbundenen 250 Weltranglistenpunkten erreichte sie zudem mit Position 49 die bislang beste Platzierung ihrer Karriere und war damit wieder die deutsche Nummer eins. Hinter ihr folgen Tatjana Maria und Eva Lys.

Ihren ersten Titel auf der WTA-Tour hatte Tamara 2023 im rumänischen Cluj-Napoca gewonnen. Schon damals war der Erfolg ein besonderer Meilenstein. Der Triumph in Hamburg besitzt jedoch eine ganz eigene Bedeutung: als gebürtige Hamburgerin auf dem Center Court ihres eigenen Clubs zu gewinnen, auf dem sie regelmäßig trainiert.

Zugleich reiht sich Tamara Korpatsch damit in die lange Hamburger Tennisgeschichte ein. Die letzte deutsche Siegerin am Rothenbaum war Steffi Graf – 1992. Mehr als drei Jahrzehnte später sorgte nun die Hamburgerin für einen deutschen Triumph auf der traditionsreichen Anlage am Rothenbaum.

Wir gratulieren Tamara herzlich zu diesem einmaligen Erfolg und freuen uns, sie in unserem Club zu haben.

// **SF**

HOCKEY IM GESPRÄCH

Business Club zu Gast bei PECO



Was für ein besonderer Abend im Zeichen des Hockeysports! Im September durften wir bei unserem Partner PECO rund 55 Gäste zu unserem Business Club Event begrüßen – und gemeinsam einen Abend voller spannender Einblicke, interessanter Gespräche und großer Hockeybegeisterung erleben.

Im Mittelpunkt des Abends stand die Vorstellung von Harry Fritsche als neuem Sportdirektor Hockey Erwachsene. Gemeinsam mit Christian Cohrs und Johannes „Jojo“ Große wurde im Rahmen der Podiumsdiskussion „Wachsende Professionalität im Amateursport Hockey“ über die Entwicklungen und Herausforderungen diskutiert, die unseren Sport bewegen.

Dabei ging es um weit mehr als sportliche Ergebnisse: Die Gesprächsrunde beleuchtete die Bedeutung professioneller Strukturen im Leistungssport, die stetige Weiterentwicklung von Hockeyschlägern und Ausrüstung sowie die Frage, welche Voraussetzungen geschaffen werden müssen, um den Weg an die Weltspitze erfolgreich zu gestalten. Besonders spannend waren dabei die unterschiedlichen



Perspektiven und persönlichen Erfahrungen der Gesprächsteilnehmer, die eindrucksvoll gezeigt haben, wie sehr sich der Hockeysport in den vergangenen Jahren verändert und weiterentwickelt hat.

Moderiert wurde die Runde von Matthias Zillmer, der mit seinen Fragen für einen abwechslungsreichen und lebendigen Austausch sorgte.

Doch nicht nur auf dem Podium wurde angeregt diskutiert. Im Anschluss an die Gesprächsrunde blieb ausreichend Zeit zum persönlichen Austausch und Netzwerken. Die offene Atmosphäre, die vielen guten Gespräche und die spürbare Begeisterung für unseren Sport haben den Abend zu etwas ganz Besonderem gemacht. Es war schön zu sehen, wie viele Menschen sich für die Zukunft des Hockeysports interessieren und mit eigenen Ideen, Erfahrungen und Fragen zum Austausch beigetragen haben.

Ein herzliches Dankeschön an unseren Partner PECO für die großartige Gastgeberschaft, die angenehme Atmosphäre und die perfekte Location für diesen Abend. Ebenso bedanken wir uns bei allen Gästen, die dabei waren und diesen Abend mit ihrer Energie, ihren Fragen und ihrem Interesse bereichert haben.

Wir freuen uns schon jetzt auf die nächsten Gespräche und Veranstaltungen im Rahmen unseres Business Clubs. Denn eines hat dieser Abend einmal mehr gezeigt: Hockey verbindet – auf dem Platz und darüber hinaus.







RICHTIGWUNDERBARENACHT 2026

Leichte Stimmung, lange Nacht und ganz viel Alster



Freitag nach den Sommerferien, ist DER Freitag nach den Sommerferien. In vielen Kalendern ist der Abend fest reserviert in rot-weißen Lettern. Zum Glück. Denn die Red White Night ist so eine gelungene, ja, man kann fast sagen, Tradition geworden im Club. Rot und Weiß: Fußball in Essen? Spaghetti-Eis? Etwa Trump ohne Sakko? Keine dieser Vorstellungen trifft zu, handelt es sich doch um eine mordsmäßig entspannte Party auf der Terrasse am Rothenbaum.

Der Tag ging sonnig los, aber just zum Aufbruch gen Club brachen auch die dunklen Wolken auf, ideal bei weißen Hosen … „Ich glaub, ich geh heut nicht mehr tanzen“, singen AnnenMayKantereit, denen ich eigentlich gerne zuhöre; zu schön, dass niemand anderes auf sie gehört hat. Und so dauerte es nicht lange, bis sich das Clubhaus in eine dänische, schweizerische, japanische oder wo auch immer die Sommerferien einen hinführten Kulisse verwandelte.

Fast ausnahmslos dazu: ein Glas Gin Tonic. Wobei, das G steht hier für Gatsby! Ein so großzügiger Sponsor, the great Gatsby.





HÄUSER MIT GESCHICHTE,
WERTE MIT ZUKUNFT.

Besondere Häuser verdienen einen besonderen
Blick auf das, was war und auf das, was kommt.

Individuelle Beratung

Isabell Salzmann
+49 151 1166 3585
salzmann@isabellsalzmann.de
www.isabellsalzmann.de

ISABELL SALZMANN
REAL ESTATE





Ganz ohne Frage ist dies der Moment, auch den weiteren Sponsoren außerordentlich zu danken: Ihre Treue über die Jahre ist enorm wertvoll. GGW, MAGNUS, Mercedes-Benz (mit dem eindrucksvollen Wagen im Eingang), Meßmer, Optiker Bode und adidas: **DANKE!**





Noch etwas das Leben leichter machende Saxophonklänge im Ohr, begann das Cruisen ums Buffet. So entspannt. Die Anordnung war derart aufgelockert, dass zu keiner Zeit ein Drängeln oder Warten die gute Stimmung störte; man nahm sich Garnelen, ging problemlos ein zweites, ein drittes Mal sogar, es gab Garnelen satt.

Im Grunde musste man den ganzen Abend pendeln, denn neben den Garnelen gab es noch diese fabelhafte Sushi-Insel und, on top, das fantastische Buffet von Flo und seiner Premier-League-Servicemannschaft. Hätte es nicht so ärgerliche Folgen, ich wäre noch bis zum Frühstück weitergependelt!











Wohin der Blick auch fiel, überall waren gelassene Menschen, lachend, plaudernd, genießend und tanzend. Ja, es wurde getanzt. Die Musik hat Spaß gemacht. Was für ein entspannter Abend, eine so leichte Zeit, herrlich unkompliziert.

Beim Weggehen in die nächtliche Dunkelheit habe ich mich noch einmal umgedreht und aus der Ferne gestaunt, was für einen bildschönen Platz wir da mitten in der Stadt haben. Wir haben schon Glück …

// **MC**







1. DAMEN

Neue Gesichter, neue Impulse – die Vorbereitung auf die Feldsaison



HOCKEY

Nach der Sommerpause und individuellen Athletikplänen ging es für uns wieder gemeinsam auf den Platz. Mit intensiven Hockey- und Athletikeinheiten starteten wir in die Vorbereitung auf die neue Feldsaison – und damit auch in eine Phase, in der sich unser Team in neuer Konstellation finden musste.

Denn zur neuen Saison mussten wir zwei langjährige Leistungsträgerinnen verabschieden: Unsere Torhüterin Mali Wichmann zieht es studienbedingt nach Durham, England, wo sie ihren Master absolvieren und gleichzeitig für die Universität Hockey spielen wird. Auch Hanna Rothländer, die in den vergangenen Jahren unsere Innenverteidigung maßgeblich geprägt hat, wird in der kommenden Saison nicht für Alster auflaufen. Sie verbringt ein Auslandsjahr in Madrid und wird dort für Club de Campo de Madrid eine Saison lang Hockey spielen. Beide haben unser Team über viele Jahre begleitet und mitgeprägt. Umso mehr wünschen wir ihnen für ihre neuen Herausforderungen alles Gute und freuen uns natürlich schon jetzt darauf, sie hoffentlich irgendwann wieder im Alster-Trikot in Hamburg begrüßen zu dürfen.

Gleichzeitig dürfen wir uns über einige neue Gesichter in unseren Reihen freuen. Für Verstärkung im Sturm sorgt Pahila Arnold, die vom Berliner Hockey Club nach Hamburg gewechselt ist, nachdem es sie beruflich in die Hansestadt gezogen hat. Ebenfalls neu im Angriff ist die junge Lara Niebler, die vom Münchner SC zu uns kommt. Im Mittelfeld und in der Verteidigung verstärkt uns Jessica Schwarz vom HC Ludwigsburg, die zuletzt bei der U21-Europameisterschaft in Valencia im Einsatz war. Und auch ein bekanntes Hamburger Gesicht ist zurück: Fenna Slawyk kehrt nach Stationen beim UHC Hamburg und dem TSV Mannheim in ihre Heimatstadt zurück und wird künftig für uns spielen.



Nicht nur im Kader, sondern auch im Trainerteam gab es zur neuen Saison eine Veränderung. Julian Tarres hat sich nach der vergangenen Saison dazu entschieden, den Club zu verlassen und seine Trainerlaufbahn bei Rot-Weiß Köln fortzusetzen. Erfreulicherweise konnten wir die entstandene Lücke intern schließen: Unsere bisherige Co-Trainerin Corinna Zerbs, die zudem die weibliche U18-Nationalmannschaft betreut, übernimmt zur neuen Saison die Rolle als Headcoach an der Seite von Laurenz Hering, unserem Co-Trainer. Gemeinsam bilden sie unser neues Trainerteam und gehen mit uns in die kommende Spielzeit.



Während ein Teil der Mannschaft bereits gemeinsam in Hamburg in die Vorbereitung startete, waren einige Alster-Spielerinnen im Sommer noch im Nationaltrikot unterwegs. Bei der U21-Europameisterschaft in Valencia feierten Klara Batschko, Emelie Tödter, Taja Gans und Jessica Schwarz mit der deutschen Auswahl im Spiel um Platz drei einen starken 3:0-Sieg gegen Belgien und sicherten sich damit die Bronzemedaille.

Auch bei der weiblichen U18-Nationalmannschaft war Alster erfolgreich vertreten. Charlotte Rehmet und Charlotte Wellner waren beim 8-Nationen-Sommerturnier in Granada für Deutschland im Einsatz und erreichten mit der deutschen Auswahl einen starken zweiten Platz und damit die Vizemeisterschaft. Unsere neue Headcoachin Corinna Zerbs stand als U18-Bundestrainerin an der Seitenlinie.

Im A-Kader waren in diesem Sommer ebenfalls drei Alster-Spielerinnen dabei: Hanna Rothländer, Emma Davidsmeyer und Johanna Hachenberg gehörten zum deutschen Kader bei der Weltmeisterschaft in Belgien und den Niederlanden. Bei den Spielen in Wavre und Amstelveen erreichten die DANAS am Ende den sechsten Platz, bevor es für unsere Spielerinnen wieder zurück in die Vorbereitung auf die Bundesligasaison ging.



Nach dem individuellen Einstieg in die Vorbereitung kamen wir auch auf dem Platz immer besser zueinander. Neben intensiven Hockeyeinheiten standen zahlreiche Athletikeinheiten auf dem Programm, bevor wir in die Testspielphase starteten. Dabei trafen wir unter anderem auf Großflottbek, den Hamburger Polo Club, HTHC, den Berliner Hockey Club und den Bremer HC. Die Spiele boten uns die Möglichkeit, verschiedene Konstellationen auszuprobieren, Abläufe zu festigen und uns als Mannschaft weiterzuentwickeln. Dabei konnten wir uns von Spiel zu Spiel steigern. Gerade mit Blick auf die vielen neuen Eindrücke und die veränderte Teamkonstellation war es wichtig, gemeinsam Rhythmus zu entwickeln, Automatismen aufzubauen und unsere Spielidee immer besser auf dem Platz umzusetzen. Die intensive Vorbereitung hat uns dabei nicht nur körperlich gefordert, sondern uns auch als Team noch näher zusammengebracht.

Mit dem Start in die Feldhinrunde der 1. Bundesliga beginnt für uns die nächste wichtige Phase. Nach den intensiven Wochen der Vorbereitung sind wir bereit für die kommenden Aufgaben und die ersten Bundesliga-Zähler. Wir blicken positiv auf die neue Saison und freuen uns auf eine spannende Feldhinrunde mit unserem neu formierten Team.

WECHSELKARUSSELL

Verstärkung bei den I. Damen und I. Herren



PAHILA ARNOLD
Sturm, Angriff
vom Berliner Hockey Club



LARA NIEBLER
Sturm, Angriff
vom Münchner SC



JESSICA SCHWARZ
Mittelfeld, Verteidigung
vom HC Ludwigsburg



FENNA SLAWYK
Mittelfeld
vom TSV Mannheim



JEREMY HAYWARD
Abwehr
Australischer Nationalspieler



CARL VON STRANTZ
Mittelfeld
vom Mannheimer SC



LUIS GEISLER FERNANDEZ
Tor
von den Zehlendorfer Wespen



REUBEN SENDZUL
Sturm, Angriff
Südafrikanischer U21 Nationalspieler



FLEMMING KÜHL
Athletiktrainer

Hamburg | HafenCity

Vom Performer zum Leader

Part-Time MBA

Leadership & Supply Chain Management

18 Monate
» inkl. 2 Study Trips

Sprache
» Englisch

Top 5 % weltweit
» AACSB-akkreditiert

Studiere berufsbegleitend in einem exklusiven, internationalen Umfeld

www.klu.org

Kontakt
johannes.dietz@klu.org

WhatsApp
+49 175 7262346

KLU KÜHNE LOGISTICS UNIVERSITY

Leading with an Operations Mindset

1. HERREN

Neue Gesichter, große Ziele



Letzte Saison Platz drei nach der Gruppenphase, ein Ergebnis, das sich sehen lassen kann. Und dann dieses Viertelfinale gegen Uhlenhorst Mülheim, in dem uns einige verletzte Spieler fehlten und am Ende auch das nötige Quäntchen Glück. Jetzt ist die neue Saison da und wir sind heiß!

Aber keine neue Saison ohne Veränderungen. Maxi Schlüter zieht es beruflich nach Dubai, Noah Lund wechselt zum HTHC. Beiden danken wir für alles, was sie in unserem Trikot gegeben haben. Noah werden wir übrigens schneller wiedersehen, als ihm vielleicht lieb ist. Dazu später mehr.

Außerdem verabschieden wir zwei Schotten. Stürmer Jamie Green zieht es zurück auf die Insel, um sein Studium zu beenden. Torwart Tommy Alexander, der über zahlreiche Jahre bei uns im Tor stand hat und in dieser Zeit zu einer festen Größe bei uns geworden ist, wechselt zum Aufsteiger Berliner HC. Was die beiden für unseren Club geleistet haben, bleibt. Danke, Jamie und Tommy, und alles Gute für das, was jetzt kommt. Auch Johannes Große, frisch gebackener Weltmeister, wird uns nach vier Spielen der Hinrunde vorübergehend verlassen. Ihn zieht es nach Australien, zur Rückrunde steht er wieder bei uns auf dem Platz. Bis dahin nehmen wir jede Minute mit, die er im Alster-Trikot spielt. Nic Hansen laboriert derzeit noch an einer Verletzung, seine Rückkehr rückt aber näher. Auch er wird uns in den kommenden Wochen wieder gut tun.

Und dann sind da die Neuzugänge, auf die sich der ganze Club freut.

Jeremy Hayward ist zurück. Der australische Nationalspieler war vor zwei Saisons das bekannteste Gesicht in unserem Kader, und ja, wir haben ihn vermisst. Ein Spieler dieser Klasse hebt nicht nur das Niveau in der Abwehr und bei den Strafecken, sondern das Selbstverständnis der gesamten Mannschaft.

Mit Reuben Sendzul kommt ein südafrikanischer U21-Nationalspieler an die Alster. Leider hat er sich in der Vorbereitung unglücklich verletzt und gibt derzeit alles, um bald wieder gemeinsam mit uns auf dem Platz zu stehen.

Carl von Strantz wechselt vom Mannheimer HC zu uns und setzt damit eine echte Familientradition fort. Sein Bruder Frederick spielt bereits bei uns, und schon ihr Vater trug früher unser Trikot. Man könnte sagen, Carl kommt nicht zu uns, er kommt nach Hause.

Im Tor bekommen wir Verstärkung aus Berlin. Luis Geisler Fernández kommt von den Zehlendorfer Wespen, bringt spanische Agilität mit und soll uns die Kiste sauber halten.

Verstärkt haben wir uns jedoch nicht nur auf dem Platz. Mit Flemming Kühl hat unser Staff einen Athletiktrainer gewonnen, der die Mannschaft fit und dynamisch halten soll. Vor allem aber hat er eine klare Aufgabe. Die Verletzungen, die uns in der vergangenen Saison im Laufe des Ligabetriebs immer wieder zurückgeworfen haben, sollen dieses Jahr nicht über unsere Saison entscheiden. Wer das Viertelfinale noch vor Augen hat, weiß, warum das keine Nebensache ist.

Fit zu bleiben ist auch deshalb so wichtig, weil die Konkurrenz nicht schläft. Viele Teams haben in der Sommerpause personell nachgelegt, und das Niveau der Bundesliga steigt Jahr für Jahr. Genau das macht sie jedes Jahr wieder aufs Neue so spannend. Wir sind überzeugt, dass wir als Einheit und mit einer starken Teamleistung wieder so gut durch die Gruppenphase kommen wie im vergangenen Jahr. Und dann wollen wir dieses Mal auch das Viertelfinale erfolgreich bestreiten. Der Teamspirit ist besser denn je, und genau das ist in dieser Liga unsere größte Stärke.

Der Auftakt hat bereits gezeigt, was diese Liga ausmacht. Gegen Aufsteiger DSD Düsseldorf haben wir souverän gewonnen und genau die Stärke auf den Platz gebracht, die wir uns vorgenommen haben. Gegen Rot-Weiss Köln, eine der Topmannschaften der Liga, mussten wir uns geschlagen geben.

Vor uns liegen nun zwei Hamburger Derbys, gegen den UHC und gegen den HTHC, und damit auch das angekündigte Wiedersehen mit Noah Lund im gegnerischen Trikot. Es gibt keine Spiele, auf die diese Mannschaft heißer ist. Jetzt seid ihr dran. Kommt an den Platz, seid laut, und lasst uns gemeinsam zeigen, wer in Hamburg den Hockeysport dominiert.



MANIGOLD MULLIGAN TEAM CUP 2026







Nach einigen Jahren im Marine Golf Club sind wir wieder zum Golfclub Sylt zurückgekehrt. Die Gründe: ein bisschen Tradition und eine überragende Gastronomie.

44 Teilnehmer bildeten ein sehr angenehmes Feld, und bei absolutem Traumwetter ging es auf die neun Löcher, die zur Ermittlung der Besten notwendig waren.Die allermeisten Flights haben im Sinne von Dr. Jochen Manigold, unserem langjährigen Betreuer und Feelgood-Manager der I. Herren, reichlich Mulligans gekauft, um ihr Spielergebnis ein wenig zu pimpen. Alles für 'nen guten Zweck im Leistungssport.









Ein besonderer Dank gilt Ali, Ilka und Michelle für ihre exzellente Performance am Gin-Tonic-Loch, Michelle on top für sehr gute und kreative Fotos. Peter Mayr war als mein Hilfs-Sheriff im Cart unterwegs und versorgte alle Teilnehmer mit dem Nötigsten. Meine liebe Frau Immi rief als wandelndes Inkassounternehmen zur Unterstützung auf, stellte mit mir sämtliche Flights zusammen und half bei der Auswertung.

Und in diesem Jahr gilt ein besonderer Dank den Familien Benoit und Nau, die für das verlängerte Wochenende einfach mal die komplette Truppe der I. Herren aufgenommen haben. Vielen Dank euch allen. Hat, wie immer, riesig Spaß gemacht.

Ah, Sieger gab es auch: Das Team KA Nagel, Mattl Grau, Anke Manigold und Frank Herbertz gewann die Nettowertung. Das Team Olli Hülse, Axel Kröger, Simon Mundorf und Stefan Edl holten sich den Bruttosieg!
// JM







AUGEN ÄRZTE TORNOW EIMSBÜTTEL

Osterstr. 120
20255 Hamburg
Tel.: 040 / 40 50 30
praxis@drtornow.de

Offene Sprechstunde
Mo.- Fr. 9:00 bis 12:00 Uhr
Do. 14:00 bis 16:00 Uhr

sowie OP-Sprechstunde
und Privatsprechstunde

FRÜHERKENNUNG UND BEHANDLUNG DES GRÜNEN STARS (GLAUKOM)

LASERBEHANDLUNG VON Z.B. NACHSTAR, GLAUKOM UND DIABETES

CHECK-UP UNTERSUCHUNGEN

FÜHRERSCHEIN- UND SPORTBOOTGUTACHTEN

Dr. med. Christoph Tornow
Dr. med. Katharina Tachezy
& Kollegen

AMBULANTE OPERATIONEN DES GRAUEN STARS (KATARAKT)

PREMIUM INTRAOKULARLINSEN UND OP MIT FEMTOSEKUNDENLASER

FRÜHERKENNUNG UND BEHANDLUNG VON MAKULADEGENERATION

INTRAVITREALE INJEKTIONEN (IVOM)

PANOPTES Augenchirurgie

PANOPTES Augenchirurgie GmbH

Heußweg 35
20255 Hamburg

E-Mail: panoptes@drtornow.de



SAISON PERFEKT

Cliffhanger stürmen in die nächste Liga!

Was für eine Saison, was für ein Team! Die Cliffhanger haben es geschafft: Nach einer starken Spielzeit 2025/2026 steigt das Team hochverdient auf und spielt in der kommenden Saison in der Gruppe Gold. Nun sucht das Team Verstärkung aus den Reihen von Alster.

Es war eine Saison voller Nervenkitzel. Mit großem Teamgeist, taktischer Disziplin und ausgeprägtem Siegeswillen steigerten sich die Cliffhanger in der Hamburger Sixpack Liga von Spiel zu Spiel. Am Ende belohnte sich die Mannschaft für den harten Einsatz der letzten Monate mit dem ersehnten Aufstieg in die Gruppe Gold.

Nach der Pflicht folgt die Kür – die nächste Saison wird uns alles abverlangen. Um den Kader für die anstehende Spielzeit breiter aufzustellen und die Qualität weiter zu erhöhen, suchen die Cliffhanger ab sofort neue Spieler. Du bist mindestens 35 Jahre alt und hast früher Hockey gespielt? Du suchst eine neue sportliche Herausforderung oder möchtest nach längerer Pause wieder zum Schläger greifen? Dann bist du bei uns genau richtig.



Wir bieten jeden Montag um 20:30 Uhr in der Hallerstraße ein Training an, zu dem Interessierte herzlich eingeladen sind. Ligaspiele finden ebenfalls montags um 20:30 Uhr statt.

Interesse? Wir freuen uns auf dich!
Oli: 0173/200 52 74
Jan-André: 0179/685 57 83
Nick: 0175/184 11 11



KASI Hockey

Alster Cape Town Hockey Project wird Kasi Hockey

Seit mehr als 15 Jahren zeigt das Alster Cape Town Hockey Project, welche Kraft im Hockeysport steckt, um Leben zu verändern. Was als Partnerschaft zwischen Deutschland und Südafrika begann, ist zu einer Bewegung herangewachsen, die heute Tausende Kinder in Township-Communities erreicht. Durch Hockey, Bildung, Mentoring, Gesundheitsaufklärung und internationales Volunteering hat das Projekt Möglichkeiten geschaffen, wo es zuvor kaum welche gab.

Kinder haben Selbstvertrauen, Führungsqualitäten und Hoffnung für die Zukunft gewonnen. Lokale Trainer sind zu Vorbildern in ihren Communities geworden. Volontäre sind mit einem tieferen Verständnis und neuen Perspektiven nach Hause zurückgekehrt. Die Wirkung war außergewöhnlich. Doch mit der Zeit wurde klar: Unsere Mission war über unseren Namen hinausgewachsen.

Heute reicht unsere Arbeit weit über einen einzelnen Club, eine einzelne Stadt oder auch nur ein einzelnes Land hinaus. Südafrika bleibt das Herz von allem, was wir tun – gleichzeitig erschließen wir Möglichkeiten in weiteren Ländern (Chile, Tansania, Sambia) und bauen Partnerschaften innerhalb der internationalen Hockey-Community auf. Weitere Neuigkeiten folgen in Kürze.

Um diese Vision zu verwirklichen, brauchen wir eine Plattform, die größer ist als jede einzelne Organisation. Eine Plattform, die Clubs, Volontäre, Sponsoren, Schulen, Universitäten und Partner aus Deutschland und der ganzen Welt willkommen heißt.

Die Plattform Kasi Hockey

„Kasi“ ist ein in Südafrika gebräuchlicher Begriff für Township-Communities. Es würdigt die Communities, in denen unsere Reise begann und in denen unser Engagement bis heute am stärksten verwurzelt ist. Gleichzeitig ist Kasi Hockey unabhängig, inklusiv und global. Es ist nicht an einen bestimmten Club, eine Stadt oder ein Land gebunden. Es ist eine Bewegung, der sich jede und jeder anschließen kann.

Im Zentrum von Kasi Hockey steht ein einfacher Grundsatz: **We turn privilege into possibilities.**

Für die Kinder, die wir unterstützen, bedeutet das: Zugang zu Sport, Bildung, Vorbildern und neuen Perspektiven. Für Volontäre bedeutet es, die eigenen Talente und Möglichkeiten einzusetzen, um echten Wandel zu schaffen. Für Partner bedeutet es, Teil einer globalen Gemeinschaft zu werden, die daran glaubt, dass Hockey eine Kraft zum Guten sein kann.

Kasi Hockey ist keine Abkehr vom Alster Cape Town Hockey Project. Es ist seine Weiterentwicklung. Die gleichen Werte. Das gleiche Engagement. Die gleiche Wirkung. Aber mit einer größeren Vision, einer breiteren Community und dem globalen Anspruch, für Kinder überall dort Möglichkeiten zu schaffen, wo sie gebraucht werden.

Kasi Hockey – We turn privilege into possibilities.
kasihockey.org
// DN

GOLD FÜR DIE HOCKIES BEI DEN SPECIAL OLYMPICS

Großer Erfolg für die HOCKIES



Bei den Special Olympics Nationalen Spielen im Saarland gewann das Team die Goldmedaille im Hockey. Damit setzt die Mannschaft eine besondere Erfolgsgeschichte fort, die vor 35 Jahren bei Alster begann.

Mehr als 4.000 Athletinnen und Athleten waren bei den Nationalen Spielen in zahlreichen Sportarten am Start. Hamburg war mit mehr als 70 Aktiven vertreten – und besonders erfolgreich im Hockey: Die HOCKIES von Lebenshilfe Hamburg und Alster sicherten sich Gold, die Hockeybande des Hamburger Polo Club gewann Bronze.

Für Alster hat dieser Erfolg eine besondere Bedeutung. Bereits im August 1991 wurden die HOCKIES auf Initiative von Eltern gemeinsam von der Lebenshilfe Hamburg und unserem Club gegründet.Heute gehören rund 25 Spielerinnen und Spieler mit und ohne Behinderung zur Mannschaft und trainieren regelmäßig auf unserer Anlage am Rothenbaum.

Auch international haben die HOCKIES bereits auf sich aufmerksam gemacht. Bei den Special Olympics World Games 2023 in Berlin gehörten mit Verena Senger, Stefan Schlehahn und Tom Krohn gleich drei Mitglieder zur deutschen Auswahl. Tom Krohn und Verena Senger gewannen mit ihrem Team Gold, Krohn erzielte beim 7:1 im Finale gegen die Niederlande drei Tore. Stefan Schlehahn erreichte mit dem zweiten deutschen Team den vierten Platz.

Im selben Jahr wurden die HOCKIES für ihr langjähriges Engagement und ihre sportlichen Erfolge mit dem SPORT BILD-Award in der Kategorie Inklusion ausgezeichnet. Ein weiterer Meilenstein folgte 2024: Hockey wurde offiziell in das Sportartenprogramm von Special Olympics Deutschland aufgenommen und war damit bei den Nationalen Spielen 2026 erstmals regulär im Wettkampfprogramm vertreten.

35 Jahre nach der Gründung zeigt der Goldgewinn im Saarland eindrucksvoll, was aus der gemeinsamen Initiative von Lebenshilfe Hamburg und Alster entstanden ist. Die HOCKIES stehen für sportlichen Ehrgeiz und Teamgeist – und dafür, wie selbstverständlich Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam Sport treiben können.

// FC

DAHLER

Finest Real Estate









1 Hamburg-Hoheluft-Ost – Haus im Haus mit Garten im Quartier Falkenried, Baujahr 2004, ca. 157 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, 3 Ebenen, Parkett, 2 Balkone, Terrasse, Garten, Tiefgaragenstellplatz, V, 110 kWh/(m²a), Kl. D, FW, KP: 1.450.000,- € zzgl. 3,57 % Käuferprovision inkl. gesetzlicher MwSt.

2 Hamburg-Eppendorf – Hamburger Klassiker mit drei Balkonen, Baujahr 1904, 4. OG, ca. 218 m² Wohnfläche, 5,5 Zimmer, historische Stilelemente, Parkett, Dielenboden, Kaminofen, Sauna, 3 Balkone, Energieausweis gemäß §79 (4) GEG nicht erforderlich, KP: 2.690.000,- € zzgl. 3,57 % Käuferprovision inkl. gesetzlicher MwSt.

3 Hamburg-Eppendorf – Gründerzeitwohnung mit Balkon in UKE-Nähe, Baujahr 1908, 1. OG, 80 m² Wohnfläche, 3 Zimmer, 2 Bäder, historische Stilelemente, hohe Decken, Kaminofen, Balkon, Fahrstuhl, V, 95,30 kWh/(m²a), Kl. C, Gas, KP: 740.000,- € zzgl. 3,57 % Käuferprovision inkl. gesetzlicher MwSt.

4 Hamburg-Harvestehude – Eigentumswohnung im Dachgeschoss mit Charakter nahe der Außenalster, Bj. 1958, Ausbau 1980, 3. OG, ca. 115 m² Wohnfl., 59 m² Nutzfl., 2 Zi. zzgl. Galerieebene, 2 Bäder, offene Raumgestaltung, Kamin, Süd-Balkon, TG-Stellplatz mögl., V, 187,50 kWh/(m²a), Kl. F, Gas, KP: 980.000,- € zzgl. 3,57 % Käuferprovision inkl. gesetzlicher MwSt.

DAHLER Hamburg Alster-West
DAHLER & COMPANY Alster GmbH & Co. KG
Mittelweg 165, 20148 Hamburg
T 040 41 53 96 0 **E** alster-west@dahler.com

Eppendorfer Baum 20, 20249 Hamburg
T 040 48 09 24 25 **E** eppendorf@dahler.com
dahler.com/alster-west

Zur Website:

NEWS

WU16/MU16

Zwei Alster-Teams beim Athlos Cup in Barcelona



Gemeinsam machten sich unsere MU16 und WU16 auf den Weg nach Barcelona, um beim Athlos Cup gegen starke internationale Konkurrenz anzutreten. Neben spannenden Spielen bot die Reise auch reichlich Gelegenheit für gemeinsame Erlebnisse und jede Menge Teamgeist.

Unsere **MU16** zeigte über das Turnier hinweg großen Einsatz und setzte mit einem Unentschieden gegen das spätere Siegerteam Royal Leopold, den belgischen Meister, ein besonderes Ausrufezeichen. Am Ende belegte die Mannschaft einen guten 6. Platz.

Für unsere **WU16** ging es sogar bis ins Finale. Nach dem Gruppensieg setzte sich das Team im Halbfinale mit 1:0 gegen Royal Herakles durch. Im Endspiel musste sich die WU16 dem englischen Team aus Surbiton knapp mit 1:2 geschlagen geben und sicherte sich damit einen hervorragenden 2. Platz.



Auch abseits des Hockeyplatzes kam das gemeinsame Erlebnis nicht zu kurz. Ein Highlight war das Schwimmen im Mittelmeer, und auch sonst blieb genügend Zeit, Barcelona zu genießen. Eine Reise, die sportlich einiges zu bieten hatte und beide Teams noch enger zusammenwachsen ließ.

MU10

Aufs Podest gespielt: MU10 wird Dritter in München



Mit einem beachtlichen 3. Platz kehrte unsere MU10 vom Jappadapadu Cup in München zurück, und das unter besonderen Vorzeichen: Das Team war mit dem jüngeren Jahrgang angereist. Umso höher ist die Leistung der Kinder einzuschätzen, die über das gesamte Turnier hinweg mit viel Einsatz, Teamgeist und Spielfreude überzeugten.

Der Start ins Turnier verlief zunächst etwas unglücklich: Im ersten Spiel gegen den ASV München musste sich die Mannschaft knapp geschlagen geben. Davon ließ sie sich aber nicht aus der Ruhe bringen. Im zweiten Spiel zeigte das Team eine starke Reaktion und gewann klar. Spiel drei endete unentschieden, sodass sich die MU10 mit einer soliden Ausgangslage für die K.-o.-Runde qualifizierte.

Im Viertelfinale wartete mit dem Münchner SC ein anspruchsvoller Gegner. In einem engen Spiel behielt die Mannschaft die Nerven und setzte sich mit 1:0 durch, ein Sieg, der vor allem durch konzentrierte Defensivarbeit und großen Kampfgeist getragen wurde. Im Halbfinale traf die MU10 auf Rot-Weiss Köln. Trotz großer Moral musste sie sich einem sehr starken Gegner mit 2:6 geschlagen geben. Doch auch nach dieser Niederlage blieb die Mannschaft zusammen und zeigte im Spiel um Platz 3 noch einmal, was in ihr steckt. Gegen den ESV München belohnte sich das Team für ein insgesamt starkes Turnier und gewann verdient mit 3:1. Damit stand am Ende ein herausragender Podestplatz, auf den alle stolz sein können.



Auch abseits des Platzes gab es echte Highlights: Für viele Kinder war das Zelten direkt am Platz ein besonderes Erlebnis, und das Fußballspielen in der Nacht wird vermutlich noch lange für Gesprächsstoff sorgen.

U16

Turniersieg mit der U16-Nationalmannschaft: Glückwunsch, Carli!



Beim jährlichen Sommerturnier in Wałcz, Polen, traten acht Nationen gegeneinander an und kämpften um den Turniersieg. Mit dabei: unser Spieler Carl von Schwabe.

Nach einer souveränen Gruppenphase mit drei Siegen aus drei Spielen gegen Spanien, Schottland und England stand das deutsche Team im Halbfinalklassiker gegen die Niederlande. Auch diese Begegnung gewannen die Jungs unter dem Trainerteam Kock/Persoon mit 4:1.

Das Finale gegen Belgien übertraf das gesamte Turnier noch einmal. Nach einem atemberaubenden Schlagabtausch und zwischenzeitlicher Führung Belgiens setzte sich die deutsche U16 vier Sekunden vor dem Schlusspfiff mit 3:2 durch.

U18

Silber für Charlotte Rehmet und Charlotte Wellner



Herzlichen Glückwunsch an unsere Spielerinnen Charlotte Rehmet und Charlotte Wellner, die mit der deutschen U18-Nationalmannschaft beim Sommerturnier einen hervorragenden 2. Platz belegten!

Nach einer starken Gruppenphase als Gruppensieger setzte sich das Team im Halbfinale mit 1:0 gegen Belgien durch. Im Finale musste sich die Mannschaft zwar mit 0:2 geschlagen geben, dennoch ist der Vizetitel ein großartiger Erfolg.

Besonders freuen wir uns, dass nicht nur Charlotte Rehmet und Charlotte Wellner Alster auf höchstem Niveau vertreten haben, sondern auch unsere Trainerin Corinna Zerbs, die als Bundestrainerin Teil des erfolgreichen Teams war.

U21

Starke Alster-Bilanz bei der U21-EM





Ein großartiger Erfolg für unsere U21-Spielerinnen und -Spieler: Bei der U21-Europameisterschaft in Valencia war Der Club an der Alster gleich mehrfach vertreten.

Die deutsche weibliche U21 sicherte sich die Bronzemedaille. Mit dabei waren Klara Batschko, Taja Gans, Emily Toedter und unser Neuzugang Jessica Schwarz. Auch unser Athletiktrainer Benjamin Linke gehörte zum erfolgreichen Team.

Ein besonderes Highlight: Klara wurde als beste Torhüterin des Turniers ausgezeichnet.

Auch die deutsche männliche U21 überzeugte in Valencia: Ferdinand Steinebach wurde Vize-Europameister, und unser Neuzugang Harry Fritsche war als Co-Trainer Teil des erfolgreichen Trainerteams. Wir sind stolz auf euch alle und gratulieren herzlich zu diesen großartigen Leistungen. Ihr habt Alster auf internationaler Bühne hervorragend vertreten!

MIT HERZ FÜR DIE KLEINSTEN

Lena Bensel in der Ballschule



Alter: 23 Jahre

Beruf: Werkstudentin im Club

Seit wann bist Du im Club? Seit 2015

Deine Verbindung zum Sport:
Ich habe selbst in meiner Jugend Hockey bei Alster gespielt.

Was machst Du, wenn Du gerade nicht auf dem Platz stehst?
Ich verbringe gerne Zeit mit Freunden, gehe Kaffee trinken, zum Sport oder spazieren.

Drei Worte, die Dich beschreiben:
Humorvoll, zuverlässig, herzlich.

Wie bist Du zur Ballschule gekommen und was hat Dich gereizt, jetzt die Leitung zu übernehmen?
Ich habe bereits im Jugendbereich Hockeytraining gegeben und studiere außerdem Grundschullehramt, da hat das Angebot, die Ballschule zu übernehmen, eigentlich perfekt gepasst.

Was ist Dir bei der Arbeit mit den Kindern besonders wichtig?
Mir ist besonders wichtig, dass sich die Kinder bei mir wohlfühlen und einfach mit Freude dabei sind. In diesem Alter geht es für mich vor allem darum, dass sie eine schöne erste Erfahrung mit Bewegung und Sport machen, jedes Kind in seinem eigenen Tempo.

Was möchtest Du mit der Ballschule in den kommenden Monaten bewegen oder vielleicht auch neu anstoßen?
Ich bringe gerne ein paar neue Spiele und Übungen mit ein, die ich aus meiner eigenen Trainererfahrung kenne.

Was macht die Ballschule aus Deiner Sicht zu einem besonderen Angebot für die jüngsten Clubmitglieder?
Für viele ist das hier der allererste Kontakt mit Sport und genau das macht es für mich besonders. Die Kinder kommen einfach zum Spielen und Austoben.

dr-mechkat-immobilien.de
Wir kümmern uns um Ihre Immobilie!
• zertifizierte Hausverwalter nach § 26a WEG
• Immobilienbewertung DIN EN ISO/IEC 17024
• zertifizierte Schimmelanalysen
• zertifizierte Schadstoffanalysen
Dr. Mechkat & Cie. Immobilien
T: 040 54 88 77 88
kontakt@dr-mechkat-immobilien.de

TEAMGEIST AUF UND NEBEN DEM PLATZ

Nanar Airapetian im Porträt



Wir freuen uns, mit Nanar Airapetian eine erfahrene Tennistrainerin für den Jugend- und Erwachsenenbereich gewonnen zu haben. Mit Beginn der Hallensaison hat sie Leif Jensen abgelöst, der Alster in Richtung Mallorca verlassen hat. Um sie besser kennenzulernen, haben wir ein Interview mit ihr geführt.

Nanar Airapetian

Wie alt bist Du? 41 Jahre

Wie lange bist Du schon als Trainerin tätig?
Angefangen habe ich mit 16 Jahren bei einem Tennis-Camp, seit Oktober 2012 bin ich hauptberuflich als Trainerin tätig. Die letzten 14 Jahre habe ich als Trainerin beim UHC Hamburg gearbeitet.

Deine Verbindung zum Sport: Was waren Deine größten Erfolge?
Mein Papa war Hockey-Nationalspieler und wir sind 1992 aus Armenien nach Hamburg gezogen. Als Kind war ich ständig mit ihm auf der Anlage und habe hierdurch Tennis kennengelernt. Mit knapp 10 Jahren habe ich dann selbst mit Tennis angefangen und konnte zahlreiche Titel gewinnen:

- 8 x Hamburger Meisterin Jugend (3 x im Einzel, 5 x im Doppel)
- Hamburger Vizemeisterin bei den Damen
- Hamburger Mannschaftsmeisterin Jugend
- Siegerin beim Turnier der Nordverbände in der Altersklasse U16
- jahrelange Erfahrung in der Regionalliga mit den 1. Tennisdamen des UHC
- College-Tennis in der NCAA Division I, dort habe ich in einem der Top-15-College-Teams der USA gespielt.

Was machst Du, wenn Du gerade nicht auf dem Platz stehst?
Dann verbringe ich gerne Zeit mit meiner Familie und Freunden, gehe lecker essen oder ins Kino.

Drei Worte, die Dich beschreiben:
offen, zuverlässig, charakterstark

Dein persönliches Motto oder ein Satz, der gut zu Dir passt:
Teamwork makes the dream work!
Lebe im Moment!

Was ist Dir bei der Arbeit mit den Kindern besonders wichtig?
Dass ich als Trainerin auch Pädagogin bin. Neben Technik und Taktik ist es mir wichtig, dass die Kinder lernen, freundlich und respektvoll miteinander umzugehen und im Wettkampf fair zu bleiben. Ich versuche, ihr Selbstbewusstsein zu stärken und meinen Beitrag zu ihrer positiven Entwicklung zu leisten. Sie sollen lernen, mit Erfolg und Niederlage umzugehen und sich nicht mit anderen zu vergleichen, sondern jeden Tag ein Stückchen besser zu werden.



ZURÜCK, WO WIR HINGEHÖREN

Die I. Herren steigt nach einer makellosen Saison wieder in die 2. Bundesliga auf.



Ein Ball, der fehlte

Ganze fünfmal hätte uns im vergangenen Jahr jeweils ein einziger verwandelter Matchball gereicht, um die Liga zu halten. Wir haben es nicht geschafft. Der Abstieg aus der 2. Bundesliga war äußerst bitter, und an diesem Erlebnis hatten wir lange zu knabbern.

Umso wichtiger war die Antwort, die wir im Winter gegeben haben: eine Regionalliga-Saison, in der wir jedes Spiel gewonnen haben, und am Ende die Titelverteidigung. Damit war das Ziel für den Sommer klar: Mission direkter Wiederaufstieg.

Gleiches Team, frischer Wind

Das Team blieb komplett zusammen und wurde für die Sommersaison nur durch zwei Neuzugänge ergänzt: Luca Hesselmann und Vincent Strauch. Beide haben sich nicht nur menschlich, sondern auch leistungstechnisch hervorragend eingefügt.

Ein Sommer ohne Zitterpartie

Ehrlich gesagt: Spannend war diese Saison nicht, zumindest nicht im Vergleich zum Vorjahr. Der Grund ist schnell erklärt: Wir waren schlicht zu dominant. Dahinter steckt auch eine Eigenheit des deutschen Tennis. Die Clubs in den höchsten Ligen sind stark von privaten Förderern und Sponsoren abhängig, weshalb Stärke und Dichte der Regionalliga von Jahr zu Jahr auseinanderklaffen können. 2024 war das Feld hochklassig, mit ausschließlich starken Gegnern. Wir beendeten die Saison auf Platz 3 und durften erst nachträglich aufsteigen. 2026 war die Konstellation eine andere.

Die Zahlen sprechen für sich: sechs Begegnungen, sechs Siege, das knappste Ergebnis lautete 7:2. Insgesamt gaben wir gerade einmal sechs Matchpunkte ab. Headcoach Tobias Hinzmann ordnet es so ein: „Es ist mir absolut wichtig zu betonen, dass wir jedem Gegner mit dem nötigen Respekt und der nötigen Wertschätzung entgegentreten. Und so haben meine Jungs auch dieses Jahr einige knifflige Momente und schwere Matches auf unsere Seite gezogen. Dennoch muss man am Ende konstatieren, dass wir die Liga in dieser Saison absolut dominiert haben und mehr als verdient aufgestiegen sind. Mit dieser Mannschaft



waren wir zu stark für die diesjährige Regionalliga und gehören in die 2. Bundesliga.“

Ein Routinier mit weißer Weste

Auch wenn Tobi nicht gern einzelne Spieler herausstellt: Einen Namen muss ich an dieser Stelle einfach erwähnen. George von Massow, mit 36 Jahren der Routinier im Team, bestritt alle zwölf möglichen Partien in Einzel und Doppel und blieb als Einziger ungeschlagen. Seine Bilanz von 12:0 Punkten ist so makellos wie sein weißes Alster-Trikot. Mitspieler Jason Hildebrandt bringt es augenzwinkernd auf den Punkt: „Der Typ ist wie ein guter Wein … Mit jedem Jahr wird er noch besser.“



George von Massow

Danke an unsere Zuschauer

Dass die Spannung an manchen Spieltagen fehlte, änderte nichts daran, dass viele Mitglieder bei den Heimspielen jede Menge Unterhaltung und Spaß hatten. Besondere Highlights waren die Doppelspieltage mit den 1. Damen: Die Alster-Energie war über alle sechs Matchcourts spürbar, zwischen den Plätzen entstand eine echte Symbiose, die sich auch auf die Zuschauer übertrug.

Wer die Heimspiele der 1. Herren und 1. Damen schon länger verfolgt, weiß: Ein gut besuchter Spieltag mit vollen Tribünen war bei Alster nicht immer selbstverständlich. Für mich zählt es neben den sportlichen Zielen der Mannschaft zu den wichtigsten Punkten, und es ist unglaublich schön zu sehen, dass sich der positive Trend aus dem letzten Jahr auch in dieser Saison fortgesetzt hat. Nichts motiviert uns mehr als unsere Zuschauer, die uns zum Sieg pushen wollen. Besonders freuen wir uns über die ganz „Kleinen“, den Nachwuchs, und ich hoffe, dass wir für sie Vorbilder sein können, die sie direkt bei sich im Club spielen sehen.

Besonders schön war für mich der 31. Mai: Herren und Damen spielten gleichzeitig, und parallel wurde der Rising Stars Cup ausgetragen. Die Anlage war „pickepackevoll“. Der Trend geht absolut nach oben, und gleichzeitig bin ich mir sicher: Da geht noch mehr!

Jugend im Team

Am letzten Spieltag gab es noch einen besonderen Moment: Top-Youngster Daniel Czarnecki feierte mit gerade einmal 15 Jahren sein Debüt bei den 1. Herren, im Doppel. Er trainiert bei Matthias Kolbe und verkörpert damit das, wofür wir im Club stehen wollen: den Weg von der Jugend in die erste Mannschaft.


Mika Petkovic

Ausblick: Die 2. Bundesliga kann kommen

Wir sind maximal motiviert und voller Vorfreude auf die Saison 2027. Wir wollen zeigen, dass wir in diese Liga gehören, und das Ziel ist selbstverständlich der Klassenerhalt.

Dabei gehen wir einen besonderen Weg. Spätestens ab der 2. Bundesliga sind viele Teams reine Profi-Mannschaften, teils komplett ohne deutsche Spieler. Bei Alster ist das anders: Bis auf unseren Brasilianer Pedro Sakamoto besteht das Team ausschließlich aus regionalen Spielern, die alle in unmittelbarer Nähe des Clubs wohnen.

Vielen von euch ist diese Tatsache sicherlich schon bewusst, aber man muss es einfach noch einmal herausstellen: Dies ist deutschlandweit ein absolutes Unikat und in dieser Form bei keinem anderen Club aus den Bundesligen zu finden. Sakamoto ging diesen Sommer bereits in seine 12. Saison in Folge für Alster und hatte auch am Aufstieg wieder seinen Anteil. Seit seinem Debüt 2015 für Alster spielte er nie für einen anderen Club. Auch er ist schon längst ein „eingefleischter“ Alsteraner und wir freuen uns jeden Sommer wieder, ihn bei uns zu haben.

Besonders wertvoll in der 2. Bundesliga werden die Leistungsträger und Publikumslieblinge Mika Petkovic und Niklas Guttau sein. Beide sind aktiv auf der Profi-Tour unterwegs und Aushängeschilder der Mannschaft.

Gute Freunde kann niemand trennen

Was dieses Team zusammenhält, ist mehr als Sport. Guttau erklärt: „Wir sind so viel auf Turnieren unterwegs, für uns ist das die schönste Zeit im Jahr. Auf der Tour bist du meistens allein unterwegs und kämpfst für dich selbst. Hier habe ich meine Teammates alle um mich herum, die mich unterstützen und die ich allesamt als meine Freunde bezeichnen darf. Es gibt nichts Besseres.“

Dieser Zusammenhalt wird auch 2027 auf die Probe gestellt, denn es gibt nur sechs Startplätze für die Einzel. Hinzmann sagt dazu: „Das ist tatsächlich der winzige Teil des Jobs, der mir so gar keinen Spaß macht. Aber ich weiß, dass ich mit meinen Jungs immer offen und ehrlich kommunizieren kann und der gegenseitige Respekt im Team herausragend ist. Manche Dinge nehmen mir die Jungs sogar ab. Natürlich ist es manchmal enttäuschend und schmerzhaft, wenn ein hervorragender Spieler auf die Bank muss, weil ich nur sechs aufstellen darf. Jeder will spielen. Das ist völlig normal und das muss auch so sein. Aber die Vergangenheit hat gezeigt, wie professionell die Jungs damit umgehen: Wer an dem einen Tag nicht spielt, übernimmt als Coach auf der Bank eine umso wichtigere Rolle und unterstützt den Teamkollegen, der gerade vielleicht seinen Platz eingenommen hat und verhilft ihm zum Sieg. Das sind die Momente, in denen ich besonders stolz bin.“

Bis ganz bald

Eins ist sicher: Nächstes Jahr wird jedes Spiel ein Highlight. Und Coach Hinzmann würde sich den einen oder anderen entspannteren Moment aus dieser Saison vielleicht zurückwünschen. Aber genau dafür spielen wir: für diese Momente, in denen Sieg und Niederlage an einem Ball, an einem einzigen Punkt hängen. Wir werden in das ein oder andere Spiel durchaus als „Underdog“ gehen. Umso mehr freuen wir uns dann darauf, euch als unseren „12. Mann“ hinter uns zu wissen und die entscheidenden Prozentpunkte auf die Alster-Seite zu ziehen.

Deshalb gilt unser größter Dank allen, die uns in dieser Saison unterstützt haben: unseren Zuschauern auf den Tribünen, JC Engelke, Peer Laux, Sandra Fritsch, Margarita Holle und dem gesamten Supporters Club. Ihr habt dieses Team getragen.

Wir freuen uns auf euch und sind uns sicher, dass wir mit eurer Unterstützung die 2. Bundesliga rocken und die Klasse halten können.

// **FP, I. Herren**

DERMATOLOGIE
IN EPPENDORF



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8-19 Uhr

Eppendorfer Landstrasse 42
20249 Hamburg

T: 040 - 70 70 81 50
info@dermatologie-eppendorf.de

www.dermatologie-eppendorf.de

PRIVATPRAXIS FÜR DERMATOLOGIE,
ALLERGOLOGIE UND VENEROLOGIE

Im Herzen von Eppendorf befindet sich das Zentrum für moderne Diagnostik und Therapie von Hauterkrankungen.

Unser Anspruch ist es, Ihrer Haut das Beste zu geben - in Diagnose, Therapie, Fürsorge und Pflege. Dem fühlen wir uns verpflichtet.


DR. KATHI TURNBULL | DR. PHILIP FLAMMERSFELD | DR. LILIA PLATE | DR. BIRGIT FRANTZEN | DR. BENJAMIN SCHLAG

LEISTUNGSSPEKTRUM

Hautvorsorge | Operative Dermatologie | Allergologie | Lasertherapie
Ästhetische Dermatologie | Venenerkrankungen | Kindersprechstunde
Dermatologische Kosmetik | Medizinische Fußpflege

SOMMERSAISON 2026

Unsere Teams waren wieder sehr erfolgreich.

Unsere 2. Damen hatten als Saisonziel den direkten Wiederaufstieg in die Regionalliga Nord-Ost. Gleich am ersten Spieltag unterlag das Team von Coach Jan Klinko beim TV Jahn Wolfsburg unglücklich mit 4:5. Hierbei gingen gleich drei Match-Tie-Breaks an den Gastgeber. Im weiteren Saisonverlauf blieb das Team ungeschlagen, doch am Ende fehlte ein Matchpunkt zum Erreichen des Aufstiegsspiels.

Zum Einsatz kamen im Verlauf der Saison: Ania Hertel, Maja Michner, Mila Möller, Gitte Möller, Ada Gergec, Luna Blöcker, Michelle Geznenge, Ronja Hoffmann, Tessa Brinkmann, Akua Hansen, Carolin Schmidt und Emma Wang.



Die 2. Herren schafften ungeschlagen und souverän den Aufstieg aus der I. Hamburger Liga in die Nordliga. Spannend war die Begegnung beim Rahlstedter HTC, die nach einem 4:2-Zwischenstand nach den Einzeln mit 5:4 gewonnen wurde.

Zum Einsatz kamen: Vincent Strauch, Tomas Charlos, Daniel Czarnecki, Luca Hesselmann, Jonathan und Alexander Lawrenz, John-Martin Darmstaedter, Simon Luigs und Nils Udvardi.

Neben den 2. Herren schafften auch die 3. Herren den Aufstieg aus der Klasse V. Das Team blieb an allen vier Spieltagen ungeschlagen. Besonders spannend war der letzte Spieltag beim Niendorfer TSV II, wo es nach den Einzeln noch 2:4 stand, dann aber alle drei Doppel gewonnen werden konnten.

Zum Einsatz kamen: Henry Hirsch, Keagan Gronewald, Luke Malaise, Tom Oppermann, Julian und Leander Herzog, Tito Nadler, Benedikt Lüthge (Captain), Luis Pages, Maximilian Korte, Kristian Laux, Matteo Kreidler, Nick Heyser, Lennard Jebe, Ilan Kotalakidis, Severin Schönholz, Josh Rittich.



Die Herren 30 haben den Aufstieg aus der Nordliga in die Regionalliga leider nicht geschafft. Das Team holte sich in der Saison mit vier Siegen souverän den Gruppensieg, unterlag dann jedoch im Aufstiegsspiel mit 3:6 gegen den TC 1899 Blau-Weiß Berlin.

Zum Einsatz kamen: Tomas Charlos, John Darmstaedter, Jonas Kuwert, Dr. Sebastian Schönholz, Matthias Kolbe, Björn Bellingrodt, Jonathan Wilde (Captain), Bastian Schmitz, Alexander Lerche, Max Bülk, Dr. Alexander Beck, Jan Lenninghaus und Andres Reig-Schmidt.

Die sonstigen Ergebnisse:

- Herren 40 I: Abstieg in die Klasse II
- Herren 40 II: Aufstieg in die Klasse V
- Herren 50 I: 2. Platz in der Klasse III
- Herren 50 II: 3. Platz in der Klasse VII
- Damen III: 2. Platz in der Klasse II
- Damen 30: 2. Platz in der Klasse IV
- Damen 50: 2. Platz in der Klasse II
- Damen 50 Pokal: 2. Platz in der Klasse IV

KI

Erben und Vererben geht auch sinnvoller.

Mit dem Generationenmanagement des Haspa Private Banking regeln Sie Ihren Nachlass ganzheitlich. Informieren Sie sich jetzt – bei einem persönlichen Gespräch.
haspa.de/generationenmanagement

Haspa
Private Banking

EY ROTHENBAUM-CUP 2026

WHITE DRESS – WOODEN RACKETS – TIMELESS TENNIS



Nach seiner umjubelten Premiere 2019 kehrte der EY ROTHENBAUM-CUP an den Rothenbaum zurück – und wurde erneut zu einem Tag, der auf ganzer Linie berührte: sportlich, gesellschaftlich und im Herzen doch immer für den Nachwuchs des Clubs.

Initiiert wurde die Neuauflage von Konstantin von zur Mühlen, der das Turnier gemeinsam mit Carl Prien, Lars Fischer und Clubmanagerin Sandra Fritsch auf die Beine stellte. Die Idee ist so schlicht wie bezaubernd: Tennis spielen und erleben, wie es Generationen vor uns taten – ganz in Weiß, mit klassischem Holzschläger und purer Freude am gemeinsamen Spiel.



An die 50 Spielerinnen und Spieler traten an, gut 250 Zuschauer begleiteten sie – und trugen eine Atmosphäre über die gesamte Anlage, die man nicht beschreiben, sondern nur spüren kann. Weiße Kleidung, Holzschläger, Oldtimer, Foodstände und unzählige Begegnungen auf und neben den Plätzen machten den Rothenbaum zum Treffpunkt für alte Freunde, neue Bekanntschaften und generationenübergreifende Begeisterung.

Ihren besonderen Zauber verdankte die Anlage nicht zuletzt den jungen Helfern und Ballkindern. Beim Tombola-Losverkauf waren sie mit leuchtenden Augen dabei – und mindestens ebenso hingebungsvoll beim Kauf. Der Andrang war so groß, dass die Lose schnell vergriffen waren.



Denn hinter Tennis, Tradition und Geselligkeit stand und steht ein einziges Ziel: die Förderung der Tennisjugend unseres Clubs. Aus Nenngeldern, Sponsoren und weiteren Unterstützern kamen am Ende fast 10.000 Euro für den DCadA Supporter Club zusammen.

Sportlich setzten sich bei den Herren Frank Unkelbach und Yannick Heitzeberg (TC Blau-Weiß Berlin 1899) durch, bei den Damen Wencke Brorhilker und Zeynep Dinc, die beide für Der Club an der Alster antraten.

Getragen wurde dieser Tag von seinen Sponsoren und Unterstützern. Allen voran EY als Hauptpartner und Namensgeber – mit Jan Brorhilker, selbst Alster-Mitglied, besteht eine ganz persönliche Verbindung zu unserem Club. Sichtbar und mit spürbarer Hingabe zeigt sich Paulaner: Der große Paulaner-Wagen wurde rasch zum Herzstück der Anlage, Freibier und „Brause“





sorgten für beste Laune bei Spielern und Publikum. Grossmann & Berger stand als starker Hamburger Partner an der Seite des Cups – und war wie EY mit zahlreichen Spielern gleich selbst auf dem Platz aktiv. Für die Verpflegung direkt an den Plätzen sorgte Gut Drült, das unser Mitglied Frederik von Rumohr mit seiner Familie auf die Beine stellte. Die Oldtimer der Bralo Automobile GmbH fügten sich wie selbstverständlich in das historische Bild des Turniers.

Unser Tennispartner Wilson präsentierte unter dem Motto „alt triff neu“ seine neueste Schlägerpalette, die auch gleich vor Ort getestet werden konnte.

Auch Hamburg 13, Gatsby, Magnus, Grünthal und weitere Partner unterstützten den EY ROTHENBAUM-CUP mit. Ein herzlicher Dank gilt den Unterstützern – Optiker Bode, Heinemann, Montblanc, Wilson sowie das Hotel Vier Jahreszeiten, das Dim Sum Haus und viele weitere stellten großzügige Preise zur Verfügung.

Was bleibt, ist vor allem ein Gefühl: spannende Spiele, viel Herzlichkeit, freudige Wiedersehen und ebenso viele neue Begegnungen. Ein großartiger gemeinsamer Tennistag.

Zuspruch und Begeisterung sind so hoch, dass die Organisatoren bereits mit dem Gedanken spielen, den EY ROTHENBAUM-CUP im kommenden Jahr erneut auszurichten – **ein Jahr, in dem der DCadA zugleich 100 Jahre Tennis im Club feiert.** Ein schönerer Rahmen für ein Wiedersehen ließe sich kaum denken.

// **KvzM**

ZAHNÄRZTE
HARVESTEHUDE

Sportzahnmedizin I Veneers I Implantologie I Bleaching
zahnärztliche Schlafmedizin I Wurzelkanalbehandlung
Kiefergelenkstherapie I Invisalign I Prophylaxe

040/420 01 23
www.zahnaerzte-in-harvestehude.de
Hansastrasse 2-3, 20149 Hamburg

DOPPELTER HAMBURGER MEISTERTITEL



Was für eine Saison für unsere Juniorinnen! Unsere U12 und U15 haben in der 1. Hamburger Liga eine beeindruckende Saison hingelegt und sich beide ungeschlagen den Titel des Hamburger Mannschaftsmeisters gesichert.

Von Beginn an zeigten unsere Mädchen großen Einsatz, Teamgeist und Spielfreude. Dass am Ende beide Mannschaften ohne Niederlage ganz oben stehen, ist der verdiente Lohn für eine positive Entwicklung im Laufe der Saison.

Unsere U12 – souverän zum Titel

Die U12 spielte eine großartige Saison und gab in vier Begegnungen gerade einmal drei Matches ab. Gegen den THK Rissen und den SV Blankenese gelang jeweils ein 6:0, gegen Polo ein 4:2 und gegen den Winterhude-Eppendorfer TV ein 5:1.

Für die erfolgreiche U12 spielten Liat Ahlers, Philippa Knälmann, Lucie Kienle, Sophie Gallus und Pia Thiermann.

Unsere U15 – mit Teamgeist zum Meistertitel

Auch die U15 blieb ungeschlagen und krönte ihre Saison mit einem starken Matchverhältnis von 21:3. Die Mannschaft setzte sich gegen den SV Blankenese (5:1), den Winterhude-Eppendorfer TV (4:2), den Eimsbütteler TV (6:0) und den HTHC (6:0) durch.

Besonders schön und ein echtes Zeichen für den Zusammenhalt innerhalb unserer Jugend: Bei der U15 halfen immer wieder Spielerinnen aus der U12 aus. U12 und U15 sind damit nicht nur sportlich, sondern auch als Mannschaften zusammengewachsen.

Zum U15-Meisterteam gehören Emma Wang, Johanna Baron, Joelle Radeck, Liat Ahlers, Philippa Knälmann, Lucie Kienle, Sophie Gallus und Pia Thiermann.

Zwei Hamburger Meistertitel und zwei ungeschlagene Mannschaften: Eine Saison, die für unsere Juniorinnen kaum besser hätte laufen können.

Wir gratulieren unseren Juniorinnen von Herzen! Ihr könnt wirklich stolz auf euch sein – wir sind es auf jeden Fall!

// **SF**

GROSSER ANDRANG BEI DEN JUGEND-CLUBMEISTERSCHAFTEN

Mitte September war auf unserer Tennisanlage wieder richtig viel los: Die Jugend-Clubmeisterschaften 2026 fanden statt. Insgesamt 172 Kinder und Jugendliche nahmen teil und kämpften in 16 verschiedenen Altersklassen um den Titel der Clubmeisterin bzw. des Clubmeisters 2026.

Wie bereits in den Vorjahren wurde das Turnier nicht an einem einzigen Wochenende ausgetragen, sondern unter der Woche während der regulären Trainingszeiten.

Die Zuschauerinnen und Zuschauer, darunter viele Eltern, Geschwister und Freunde, durften sich über zahlreiche spannende und teilweise hochklassige Matches freuen.

Zwischen den Spielen konnten sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer an einem von unseren Jugendwartinnen liebevoll organisierten Buffet mit Waffeln und Popcorn stärken. Überall sah man strahlende Kinderaugen – manchmal wurden aber auch ein paar Tränchen verdrückt.

Ein großer Dank geht an dieser Stelle an unsere beiden engagierten Jugendwartinnen Margarita Holle und Anna Hentzen, die gemeinsam mit dem gesamten Trainerteam für eine rundum gelungene Organisation und eine reibungslose Durchführung der Meisterschaften sorgten.



Auch unser langjähriger Tennispartner Wilson unterstützte uns erneut mit attraktiven Sachpreisen für die jeweils drei Erstplatzierten.

Am Ende standen in 16 Altersklassen die Clubmeisterinnen und Clubmeister 2026 fest – wir gratulieren:



U6 Jungs

1. Platz: Carl Huckfeldt-Weber
2. Platz: Constantin Wolf
3. Platz: Anthony Hinneberg



U7 Jungs

1. Platz: John Karacz
2. Platz: Caspar Lohr
3. Platz: Caspar Weidenhöfer



U8 Jungs

1. Platz: Karl Lenninghaus
2. Platz: Lucius Klinkert
3. Platz: Tom Bülk





U9 Jungs
1. Platz: Carl Gemmrig
2. Platz: Danial Salmassi
3. Platz: Victor Siebert



U10 Jungs
1. Platz: Bono Schoklitsch
2. Platz: Julius Baack
3. Platz: Theo Karacz



U12 Jungs
Platz: Benedikt Berger
Platz: Claas Thiermann
Platz: Julian Stenzel



U15 Jungs
1. Platz: Julian Stenzel
2. Platz: Lukas Ahlers
3. Platz: Theo Moritz



U18 Jungs
1. Platz: Lukas Ahlers
2. Platz: Gigi Pages
3. Platz: Alexander Zivic





U6 Mädchen
1. Platz: Ava Howald
2. Platz: Antonia Klinkert
3. Platz: Emilia Geist



U7 Mädchen
1. Platz: Rosa Rauschen
2. Platz: Pauline Bartels
3. Platz: Josephine Beck



U8 Mädchen
1. Platz: Luise von Rumohr
2. Platz: Verena Schardt
3. Platz: Carlotta Strasaldo



U9 Mädchen
1. Platz: Emelie Wildgrube
2. Platz: Philippa Lögering
3. Platz: Valérie Puech



U10 Mädchen
1. Platz: Charlotte Rösing
2. Platz: Emelie Wildgrube
3. Platz: Amalia Stremme



U12 Mädchen
1. Platz: Liat Ahlers
2. Platz: Lucie Kienle
3. Platz: Sophie Gallus



U15 Mädchen
Platz: Liat Ahlers
Platz: Ariane Schardt
Platz: Vivienne Seidel



U18 Mädchen
Platz: Vivien Seidel
Platz: Florien Brennenstuhl
// SF



Tennis und Erben verbindet mehr, als man denkt: Timing, Präzision und mentale Stärke. Ein zu früher Schlag landet im Aus, ein zu spätes Reagieren kostet den Punkt. Entscheidend ist die Balance.

Auch ein fairer Erbprozess braucht Überblick, Strategie und klare Kommunikation.

Als Immobilienpsychologin begleite ich Familien als strategische Begleiterin:
Ich ordne Konflikte ein, schaffe Orientierung und unterstütze dabei, Lösungen zu entwickeln, die emotional tragfähig sind.

Denn Gerechtigkeit ist nicht immer Gleichheit.

Wer frühzeitig spricht, schützt nicht nur Vermögen, sondern auch Beziehungen.

Bitte sprechen Sie mich gerne frühzeitig an.

Immobilienpsychologin Petra Watolla
+49 160 290 9999 · immo@watolla.de

DREI TITEL FÜR ALSTER

Starker Nachwuchs bei den Hamburger Jugendmeisterschaften



Bei den gemeinsamen Jugendmeisterschaften der Tennisverbände Hamburg und Schleswig-Holstein war Alster mit insgesamt zehn Juniorinnen und fünf Junioren vertreten. Auf den Anlagen des TC Schirnau, des SV Henstedt-Ulzburg und des TC Alsterquelle durfte sich der Nachwuchs über gleich drei Titelgewinne freuen.

In der Altersklasse U11 sicherte sich Liat Ahlers als Nummer zwei der Setzliste den Titel. Im Finale setzte sie sich mit 6:1, 6:3 gegen Ida Gloyer (Flensburger TC) durch. Während des gesamten Turniers gab Liat keinen Satz ab und gewann den Titel hochverdient.

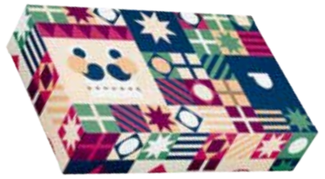
Auch in der U16 gab es Grund zum Jubeln: Luna Blöcker gewann das Finale gegen Lina Lou Coprian (TC Hohenwestedt) souverän mit 6:2, 6:0. Bereits im Halbfinale hatte sie ihre Mannschaftskameradin Tessa Brinkmann mit 6:3, 6:1 bezwungen.

Bei den Junioren bestätigte Daniel Czarnecki einmal mehr seine derzeitige Dominanz. Ohne Satzverlust gewann er den Titel. Im Halbfinale besiegte er seinen Teamkollegen Keegan Groenewald mit 6:1 und 3:0 nach Aufgabe, ehe er im Finale den an Position zwei gesetzten Julius Feldmann (TTK Sachsenwald) mit 6:1 und 4:1 nach Aufgabe bezwang.

Auch Emma Wang überzeugte in der U14. Sie erreichte das Halbfinale und unterlag dort nach großem Kampf der späteren Siegerin Theresa Fölsch (TSV Lübeck) mit 2:6, 7:5 und 4:10 im Match-Tiebreak.

// SF

Public



24 Tage feinster Genuss

Public Coffee Roasters bringt wieder den täglichen Kaffeegenuss in die Adventszeit.

Statt Pralinen und Schokolade versüßen 24 Spezialitätenkaffees Deine Weihnachtszeit.
Mit unserem Adventskalender bringen wir den täglichen Genuss eines frisch aufgebrühten Kaffees in die Adventszeit! In der hochwertigen und nach der Weihnachtszeit weiterverwendbaren Box befindet sich für jeden Tag – so viel dürfen wir schon jetzt verraten - ein Public-Sachet!



Kaffeegenuss in der Adventszeit

Vom unkomplizierten Aufbrühen der Sachets über den Genuss unserer vielseitigen Röstungen bis hin zum Blick hinter die Kulissen, ist unser Adventskalender ein Erlebnis.
Auf der Rückseite jedes Public-Sachets befindet sich ein **QR-Code**, der dir durch exklusiven Content jede Tasse auf eine neue Weise erlebbar macht.

Limitierte Auflage mit Rabatt für unsere treuen Gewerbekunden

Der limitierte Adventskalender kann ab sofort in unserem Online-Shop für 53,20 Euro bis zum 31.10. vorbestellt werden. Gewerbekunden erhalten ab einer Bestellmenge von **10 Stück einen Preis von netto 49,90 Euro**.
Die Bestellungen von Gewerbekunden nehmen wir gerne über argin@publiccoffeeroasters.com an.
Die Auslieferung erfolgt ab der ersten Novemberwoche.

Zum Online-Shop



In 4 Schritten zum Genuss*

Schritt 1: Beutel öffnen und Sachet an der Perforationslinie aufreißen.

Schritt 2: Papierhenkel ausklappen und auf den Tassenrand aufsetzen.

Schritt 3: Mit nicht mehr kochendem Wasser übergießen und mindestens 60 Sekunden ziehen lassen.

Schritt 4: Langsam nachgießen, bis die Tasse gefüllt ist. QR-Code scannen und hinter die Kulissen schauen. Public-Sachet entnehmen und genießen.

*Tipp: Für das optimale Ergebnis, verwende eine normale Tasse und keinen großen Becher.

DIE JÜNGSTEN GANZ GROSS

Zehn Alster-Kids messen sich mit Deutschlands Tennisnachwuchs bei den Jüngstenmeisterschaften

Mitten in der Ferienzeit, wenn sich viele gemütlich am Strand sonnen, findet jedes Jahr die inoffizielle Deutsche Jüngstenmeisterschaft für alle Kinder unter 11 Jahren sowie die offizielle Meisterschaft für die unter 12 Jahren statt. Es ist das bekannteste Event für diese Altersgruppen. Zahlreiche deutsche Tennisgrößen, von Steffi Graf und Boris Becker bis Alexander Zverev, haben hier schon gespielt. Auf mehreren Anlagen um Detmold und Bad Salzuflen werden spannende Matches ausgetragen und manch eine Träne nach der Niederlage wird verdrückt.



Der Club an der Alster war in diesem Jahr mit insgesamt zehn Tennis-Kids dabei. Bei einigen wurde sogar der Familienurlaub in die ostwestfälische Hügellandschaft gelegt.

Unsere jungen Tenniscracks haben sich gegen die starke Konkurrenz sehr gut geschlagen. Hervorzuheben ist Liat Ahlers, die es in der Altersklasse unter 11 bis ins Halbfinale geschafft hat und dabei die Nummer 3 der Setzliste ausschalten konnte. Glückwunsch, Liat!



Für alle, die es in der Hauptrunde nicht geschafft haben, weiterzukommen, gab es eine Pokalrunde, die immer noch sehr stark besetzt war. Emelie Wildgrube begeistert uns immer wieder mit tollen Ergebnissen und gewann das kleine Finale in der jüngsten Altersklasse U9. Lucie Kienle hat es hier bis ins Halbfinale und Bono Schoklitsch bis ins Viertelfinale in der U11-Konkurrenz der Pokalrunde geschafft.

Charlotte Rösing erreichte in der Altersklasse U10 die dritte Runde im Hauptfeld und Pia Thiermann schied in der Konkurrenz U11 in der zweiten Qualifikationsrunde aus.

Wir bedanken uns bei allen Kindern und ihren Eltern, die uns bei diesem bedeutenden Turnier vertreten haben.

// **SF**

TITEL, PODIUMSPLÄTZE UND TALENT-CUP NOMINIERUNGEN

Die Alster-Nachwuchsspielerinnen und -spieler haben in den vergangenen Wochen bei zahlreichen Jugendturnieren mit starken Leistungen überzeugt. Neben mehreren Turniersiegen gab es Finalteilnahmen, Podiumsplätze und zwei Nominierungen für den DTB Talent Cup.

Sophie Gallus sicherte sich den Turniersieg beim J4-Ranglistenturnier „Team Massivhaus“ in Flensburg. In der Altersklasse U12 gewann sie alle drei Gruppenspiele. Besonders umkämpft war die Partie gegen die spätere Zweitplatzierte Clara Sohns vom Club zur Vahr Bremen, die Sophie mit 6:3, 0:6 und 10:4 für sich entschied.

Ebenfalls erfolgreich war **Julian Stenzel** beim J2-Jugendturnier des Eimsbütteler TV. Mit einer überzeugenden Leistung spielte er sich bis ins Finale und sicherte sich den zweiten Platz.

Für ein Highlight sorgten **Maja Michna und Luna Blöcker** beim A4-Turnier „Ostsee-Cup“ in Timmendorfer Strand. Luna kämpfte sich als ungesetzte Spielerin bis ins Finale vor. Auf dem Weg dorthin bezwang sie unter anderem die an Position drei gesetzte Vorjahressiegerin Juliane Triebe, die in der Deutschen Rangliste auf Platz 95 geführt wird. Im Finale kam es anschließend zu einem vereinsinternen Duell: Luna traf auf ihre Clubkollegin Maja Michna und musste sich dieser geschlagen geben.

Einen weiteren Turniersieg feierte **Pia Thiermann** beim Ostsee-Cup in Heikendorf. Drei Matches, drei Siege – besser hätte das Turnierwochenende für Pia kaum laufen können. In der U12 setzte sie sich auch im Finale souverän mit 6:1 und 6:4 durch. Ein schöner Erfolg und zugleich die Belohnung für die intensive Trainingsarbeit der letzten Wochen.

Auch **Lucie Kienle** durfte einen Turniersieg feiern. Beim J5-Ranglistenturnier in Bargteheide überzeugte sie insbesondere in den entscheidenden Runden. Im Halbfinale gewann Lucie deutlich mit 6:1 und 6:0. Im Finale musste sie zunächst den ersten Satz mit 3:6 abgeben, drehte die Partie anschließend aber noch und gewann mit 6:4 und 10:6.

Einen starken dritten Platz erreichte **Darian Salmassi** beim J5-Turnier „Jugend Lawn Cup“ in Elmshorn. Damit komplettierte er die erfolgreiche Serie unserer Nachwuchsspielerinnen und -spieler.



Nominiert: Liat und Lucie

Eine besondere Ehre wurde **Liat Ahlers und Lucie Kienle** zuteil. Beide wurden vom Hamburger Tennis-Verband für den DTB Talent Cup nominiert, der vom 6. bis 9. August im TVN Tennis-Zentrum in Essen ausgetragen wurde.

Der Talent Cup ist eine erste bundesweite Sichtungsmaßnahme des Deutschen Tennis Bundes für die Altersklasse U11. Die bereits auf Landesverbandsebene gesichteten Kinder treten dort nicht nur im Tennis gegeneinander an. Neben Einzel, Doppel und Mixed stehen auch verschiedene Mannschafts- und Koordinationswettbewerbe auf dem Programm. Zum Mannschaftsmehrkampf gehören Fußball, Fußball-Tennis, Hockey und Cornhole. Ergänzt wird das Programm durch Koordinationsaufgaben in den Bereichen Sprint, Geschicklichkeit, Wurf und Sprung. Insgesamt geht es damit nicht nur um die Tenniskünste, sondern auch um Vielseitigkeit, Koordination und Teamgeist.

Die Nominierung von Liat und Lucie ist eine schöne Anerkennung ihrer bisherigen Entwicklung und zeigt einmal mehr, dass sich die intensive Nachwuchsarbeit unseres Clubs auszahlt.

Herzliche Glückwünsche an alle erfolgreichen Nachwuchsspielerinnen und -spieler!

// **SF**

ROD LAVER JUNIOR CHALLENGE

Tennis, Teamgeist und internationale Freundschaften







Eine Woche voller spannender Matches, internationaler Begegnungen und unvergesslicher Erlebnisse: Vom 20. bis 24. Juli war Kopenhagen Gastgeber der diesjährigen Rod Laver Junior Challenge. Sieben Nationen gingen an den Start – Spanien, Schweden, die Slowakei, Italien, Großbritannien, Deutschland sowie Gastgeber Dänemark, der gleich zwei Teams ins Rennen schickte.

Deutschland wurde in Kopenhagen von einem reinen Alster-Team vertreten. Mit dabei waren Daniel Czarnecki, Jesse Gehrke, Mila Möller und Tessa Brinkmann. Betreut wurde das Team von Jan Klinko, da Gitte Möller kurzfristig erkrankt war.

Von Dienstag bis Donnerstag kämpften die gemischten Mannschaften aus Mädchen und Jungen in den Gruppenspielen um die besten Ausgangspositionen für die Platzierungsspiele am Freitag. In einem sportlich hochklassigen und gleichzeitig von großem Fairplay geprägten Teilnehmerfeld präsentierte sich das deutsche Team überzeugend und belegte den fünften Platz. Den Turniersieg sicherte sich in diesem Jahr die Mannschaft aus Großbritannien.

Doch die Rod Laver Junior Challenge ist weit mehr als ein internationales Tennisturnier. Gemeinsam Kopenhagen entdecken, bei den Team-Dinnern neue Freundschaften schließen und sich mit Spielerinnen und Spielern aus ganz Europa austauschen – genau diese besonderen Momente machen den Reiz der Veranstaltung aus. Über Sprach- und Ländergrenzen hinweg entstanden viele neue Kontakte und Erinnerungen, die weit über das Sportliche hinausreichen.

Ein besonderes Highlight erlebte Jesse Gehrke: Er durfte gegen den jüngeren Bruder von Carlos Alcaraz antreten und konnte das Match sogar in zwei Sätzen für sich entscheiden. Ein Erlebnis, das sicherlich noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Für das deutsche Team war diese Woche eine bereichernde Erfahrung und eine willkommene Abwechslung zum gewohnten Turnieralltag. Sie hat einmal mehr gezeigt, dass Tennis nicht nur vom Wettkampf, sondern vor allem von Begegnungen, Fairness und gelebter internationaler Freundschaft lebt.

// SF

HOTEL ATLANTIC
HAMBURG
THE GRAND HOTEL
OF
CULINARY EXCELLENCE

DANIEL CZARNECKI

Alster-Talent auf internationalem Kurs

Wer Daniel Czarnecki bei uns auf der Anlage auf dem Tennisplatz sieht, ahnt vielleicht nicht sofort, welche beachtliche sportliche Entwicklung der 15-Jährige bereits hinter sich hat. Daniel ist seit seinem zehnten Lebensjahr Mitglied im Club– heute zählt er zu den erfolgreichsten Nachwuchsspielern seiner Altersklasse in Deutschland und ist längst auch international unterwegs.

Dabei begann alles ganz klassisch. Daniel wurde im Februar 2011 in Hamburg geboren und stand schon früh mit dem Tennisschläger auf dem Platz. Mit fünf Jahren spielte er seine ersten Turniere. Seine ersten Tennisjahre verbrachte er beim THC Horn-Hamm, bevor er im Alter von zehn Jahren in unseren Club wechselte.

Seitdem ist viel passiert – vom Club ins Nationalteam

2025 wurde für Daniel zu einem besonderen Jahr. Bei den Deutschen Meisterschaften U14 erreichte er im Einzel und im Doppel das Finale und wurde Deutscher Vizemeister.

Ein Höhepunkt folgte auf internationaler Ebene: Daniel wurde in die deutsche U14-Nationalmannschaft berufen und durfte Deutschland bei den ITF World Junior Tennis Finals vertreten. Mit dem deutschen Team erreichte er einen hervorragenden vierten Platz – und spielte damit bereits im Alter von 14 Jahren auf einer Bühne, auf der sich einige der besten Nachwuchstalente der Welt begegnen.

Auch 2026 setzt Daniel seine Entwicklung konsequent fort. Er gewann internationale ITF-J30- und J60-Titel im Doppel, wurde Deutscher U16-Vizemeister im Doppel und Hamburger Meister U16.

Bemerkenswert ist dabei, dass Daniel inzwischen nicht mehr ausschließlich in seiner eigenen Altersklasse spielt. Im Club tritt er bei den Junioren U18 an und sammelt bereits Erfahrungen bei den Herren in verschiedenen Ligen. Genau dieser Übergang ist für einen jungen Leistungsspieler ein wichtiger nächster Schritt.



Talent allein reicht nicht

Hinter solchen Erfolgen steckt natürlich weit mehr als nur Talent. Training, Turniere und Reisen bestimmen einen großen Teil von Daniels Alltag – und parallel dazu gibt es noch ein ganz normales Leben als Schüler. Daniel besucht ein Hamburger Gymnasium und geht in die 10. Klasse.

Trotz seines ambitionierten sportlichen Weges ist er dabei vor allem eines geblieben: ein Jugendlicher, der sich bei uns im Club zu Hause fühlt.

Und es gibt tatsächlich auch ein Leben ohne gelben Filzball. Wenn Daniel nicht auf dem Tennisplatz steht, geht er gerne angeln – wahrscheinlich einer der denkbar größten Kontraste zu einem umkämpften Match auf dem Court.

Ein schöner Weg aus unserer Jugend

Für uns als Club ist Daniels Entwicklung besonders schön zu verfolgen. Viele Mitglieder haben ihn über die Jahre auf den Plätzen gesehen und konnten miterleben, wie aus einem tennisbegeisterten Jungen Schritt für Schritt ein erfolgreicher Nachwuchsleistungsspieler geworden ist.

Mit gerade einmal 15 Jahren hat er damit bereits erstaunlich viel erreicht. Noch spannender ist allerdings die Frage, was vor ihm liegt.

Wir freuen uns, Daniel auf diesem Weg begleiten zu dürfen – und vielleicht können wir in ein paar Jahren sagen: Wir haben ihn schon spielen sehen, als alles gerade erst angefangen hat.

// MH

IC TROPHY

Leading Tennis Clubs of Germany: Starker dritter Platz für das Alster-Team



Vom 11. bis 13. September 2026 fand auf der Anlage des neuesten Mitglieds, dem TC Augsburg, die 11. Auflage der IC Junior Trophy der Leading Tennis Clubs of Germany statt.

Bei diesem besonderen Team-Wettbewerb treten ein Junior und eine Juniorin der Altersklasse U18 für ihren Club an. Gespielt werden jeweils ein Einzel sowie ein Mixed – eine spannende Kombination, da die Jugendlichen im normalen Turnierbetrieb eher selten gemeinsam Mixed spielen.



In diesem Jahr nahmen neun der elf renommierten Clubs teil. Nach der Vorrunde in drei Dreiergruppen ging es für die Teams in die anschließende Finalrunde.

Unser Club wurde auch in diesem Jahr wieder durch Mila Möller und Jesse Gehrke, betreut von Gitte Möller, vertreten. Aufgrund ihrer Leistungsklassen wurden die beiden an Position zwei gesetzt und starteten souverän in das Turnier.

In der Gruppenphase trafen Mila und Jesse auf den DTV Hannover und den gastgebenden TC Augsburg. Beide Begegnungen entschieden sie überzeugend mit 3:0 für sich und zogen damit in die Finalrunde ein.

Dort warteten mit Rot-Weiß Köln und dem TC 1899 Blau-Weiß Berlin zwei starke Gegner. In beiden Begegnungen lagen Mila und Jesse nach den beiden Einzeln bereits mit 0:2 zurück. Die anschließenden Mixed-Partien konnten sie jedoch jeweils für sich entscheiden.

Am Ende stand für die beiden ein hervorragender dritter Platz zu Buche!

Den Turniersieg sicherte sich der TC 1899 Blau-Weiß Berlin, der über das gesamte Wochenende ungeschlagen blieb.

Die 12. Auflage der IC Junior Trophy findet im kommenden Jahr beim TK Grün-Weiß Mannheim statt. Wir freuen uns bereits auf die nächste Ausgabe.

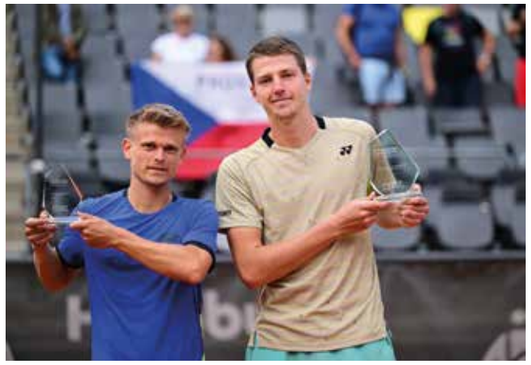
// SF



PREMIERE AM ROTHENBAUM

Hamburger Ladies & Gents Cup 2026







Fotos: @Sportfotografie Witters

Im August fand bei uns auf der Anlage am Rothenbaum erstmals der Ladies & Gents Cup des Hamburger Tennisverbands statt. Damit schlugen nach drei Jahren wieder Damen und Herren parallel auf unserer Anlage auf.

Gespielt wurde ein ATP Challenger 75 der Herren sowie ein ITF-50-Turnier der Damen. Live zu erleben waren etablierte Namen aus der ATP- und WTA-Welt, internationale Stars von morgen und die deutsche Nachwuchselite.

Auch Alster war mit vier Aktiven am Start. Mika Petkovic erhielt eine Wildcard für das Hauptfeld und traf dort in der ersten Runde auf Nils McDonald, den Sieger der French Open Juniors 2025. In einem umkämpften Match musste sich Mika mit 6:0, 4:6, 3:6 geschlagen geben. Anna Petkovic, Maja Michna und Niklas Guttau unterlagen leider in der Qualifikation.

Bis ins Finale spielte sich Marvin Möller, der über viele Jahre für unsere I. Herren aktiv war, in den letzten beiden Jahren für den TC Bredeney in der I. Tennis-Bundesliga aufschlug. In einem spannenden Finale unterlag Marvin dem tschechischen Qualifikanten Jan Kumstat knapp in drei Sätzen.

// **SF**

PADEL-CLUBMEISTER-SCHAFTEN 2026

70 Teams in sechs Konkurrenzen



Mit 70 Teams und 104 Spielerinnen und Spielern verzeichneten die diesjährigen Padel-Clubmeisterschaften eine starke Beteiligung. Allerdings mussten einige Teilnehmer kurzfristig verletzungsbedingt absagen.

Die Clubmeister 2026 wurden in sechs Konkurrenzen ermittelt:

Damen-Doppel: 10 Paarungen
Damen-Doppel 45: 4 Paarungen
Mixed: 27 Paarungen
Herren-Doppel: 12 Paarungen
Herren-Doppel 45: 14 Paarungen
Herren-Doppel 55: 7 Paarungen

Im Gegensatz zu den vergangenen Jahren wurde in diesem Jahr auf die Vorrunden verzichtet. Stattdessen wurden alle Begegnungen an einem Wochenende von Freitagnachmittag bis Sonntag ausgetragen. Dieser neue Modus kam bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern sehr gut an.

Organisiert wurde der Spielbetrieb von Sandra Fritsch über die Turnierplattform „Tournify“. Dadurch konnten alle jederzeit die aktuellen Paarungen und Ergebnisse einsehen.

Nachdem die Wettervorhersage zunächst nichts Gutes prophezeit hatte, erwartete uns am Ende bestes Padelwetter. Lediglich am Sonntag wurden die Finalspiele kurzzeitig von etwas Regen begleitet.

In allen Konkurrenzen wurde sehr guter Sport geboten. Zahlreiche Begegnungen waren hart umkämpft und wurden erst im Match-Tie-Break entschieden. Besonders erfreulich war die große Zuschauerresonanz an allen drei Turniertagen.

Alle Ergebnisse



Damen-Doppel

Finale: Cornelia Schmidt/Bianca Kirchhof – Antonia von Schwabe/Isa Morgen 6:4, 6:3

Spiel um Platz 3: Mira Baack/Anna Engelbertz – Jenny Neuse/Alexandra Schön 7:6, 7:6



Damen-Doppel 45 – Gruppenspiele

1. Platz: Nele Hedden/Katharina Voscherau
2. Platz: Franziska Schön/Carola Brede
3. Platz: Anna Warringsholz/Franziska von Glasenapp



Mixed

Finale: Jenny Neuse/Leif Jensen – Antonia Paschen/Frederic Arndts 6:1, 6:2

Platz 3: Katharina und Carl Christian Voscherau und Bianca Kirchhof/Frank Gemmrig



Herren-Doppel

Finale: Jonathan Lawrenz/Jonas Kuwert – Felix Hölter/Anton Boeckel 6:2, 6:3

Platz 3: Leif Jensen/Philipp Jessen und Nils Udvardi/Jovan Nemcevic



Herren-Doppel 45

Diese Konkurrenz wurde noch nicht beendet. **Im Finale** stehen Thomas Schulte/Thomas Reimann und Christian von Schwabe/Niklas Todsen.

Platz 3: Philipp Unger/Philipp Jessen und Carl Christian Voscherau/Fabian Baack



Herren-Doppel 55

Finale: Christian Karl/Wulf-Peter Kemper – Lars Brennecke/Alexander Lampert 6:2, 6:7, 10:3

Spiel um Platz 3: Stefan Wiskemann/Freddy Ness – Frank Unkelbach/Michael Radeck 4:6, 6:3, 10:1

Die anschließende Siegerehrung auf der Clubterrasse wurde von Herrn Dr. Gisbert Beckers, dem für den Padelbereich zuständigen Vorstandsmitglied, vorgenommen.

Unser großer Dank gilt unserem Padelausrüster adidas für die Bereitstellung der schönen Sachpreise für alle Platzierten.

Ein rundum gelungenes Padel-Wochenende liegt hinter uns – und alle Beteiligten freuen sich schon jetzt auf die Padel-Clubmeisterschaften 2027!

// **SF**



PUNKTSPIELBETRIEB

Alster mit sieben Teams in der Hamburger Padelliga

Padel boomt – und gerade Hamburg entwickelt sich zu einem wichtigen Standort für die Trendsportart. Wie bereits im vergangenen Jahr organisierte der Hamburger Padel-Verband auch in dieser Saison die Hamburg Liga.

Die Ligaspiele erstreckten sich über einen Zeitraum von drei bis vier Monaten. Die einzelnen Spieltage wurden dabei flexibel von den Teamkapitänen miteinander abgestimmt. An jedem Spieltag standen insgesamt sechs Doppel auf dem Programm. Zum Abschluss der Saison wurde bei den Padel Amigos das Final-Four-Turnier um die Hamburger Mannschaftsmeisterschaft ausgetragen. Dafür qualifizierten sich jeweils die Erst- und Zweitplatzierten der Gruppen.

Der Club an der Alster war mit insgesamt sieben Mannschaften in der Hamburg Liga vertreten. Gleich vier Teams schafften den Sprung ins Final Four.



DAMEN

Die Damen unterlagen im Halbfinale dem Gastgeber mit 0:6. Im anschließenden Spiel um Platz 3 musste sich das Team dem TC Mitte mit 1:5 geschlagen geben.



DAMEN 45

Besonders unglücklich verlief das Final-Four-Turnier für die Damen 45. Im Halbfinale gegen P3 stand es nach vier Doppeln 2:2. Ein Match-Tie-Break musste daher über den Einzug ins Finale entscheiden. Diesen verlor das Alster-Team denkbar knapp mit 9:11. Auch im Spiel um Platz 3 gegen Nordheide fiel die Entscheidung erst im Match-Tie-Break – erneut mit dem unglücklicheren Ende für die Alster-Damen.



HERREN 45

Auch die Herren 45 lieferten sich im Halbfinale gegen Buchholz ein spannendes Duell. Nach einem 2:2-Zwischenstand musste auch hier der Match-Tie-Break die Entscheidung bringen. Mit 8:10 ging dieser knapp an den Gegner. Im Spiel um Platz 3 zeigte die Mannschaft anschließend eine starke Reaktion und sicherte sich mit einem souveränen 4:0-Erfolg gegen Klipper den dritten Platz.



HERREN 55

Am erfolgreichsten schnitten die Herren 55 ab. Nach einem überzeugenden 3:1-Erfolg im Halbfinale zog das Team souverän ins Finale ein. Dort entwickelte sich gegen Nordheide eine enge Begegnung, die mit 1:3 zugunsten der Gegner endete. Damit belegten die Herren 55 einen starken zweiten Platz und sorgten für das beste Alster-Ergebnis im diesjährigen Final Four.

// **SF**

The Helderview
Luxury Suites

Wenn der deutsche Golfherbst endet,
BEGINNT IHR FRÜHLING AM KAP.

The Helderview Luxury Suites – das 5-Sterne-Boutique Guesthouse in Somerset West. Perfekt gelegen zwischen den renommiertesten Golfplätzen der Kapregion, den Winelands und Kapstadt.

Sie genießen die schönsten Fairways der Kapregion. Wir kümmern uns um den Rest.

Persönlich. Individuell. Mit viel Liebe zum Detail.

Ein Ort zum Ankommen, Genießen und Wiederkommen.

Wir freuen uns darauf, Sie in Somerset West willkommen zu heißen.

Sonnige Fairways

Erstklassige Golfplätze in einzigartiger Landschaft

Wein, Genuss & Erholung in der Kapregion

Ute Geißner
The Helderview Luxury Suites
Somerset West | Kapstadt
www.helderview.de
Info@thehelderview.com

TOURISM GRADING COUNCIL OF SOUTH AFRICA



FISU WORLD UNIVERSITY CHAMPIONSHIP PADEL

Eine Woche, die ich nie vergessen werde



Wenn mir vor einiger Zeit jemand erzählt hätte, dass ich einmal Deutschland bei einer Studenten-Weltmeisterschaft im Padel vertreten würde, hätte ich wahrscheinlich nur gelächelt. Umso größer war die Freude, als ich vom Deutschen Padel Verband für die erste Ausgabe der FISU World University Championship Padel in Malaga nominiert wurde.

Für Deutschland waren wir mit insgesamt fünf Personen vor Ort. Neben mir gehörten Lars Witkowski, Luisa Hernandez und Lara Wensing zum deutschen Team, begleitet wurden wir von unserem Betreuer Moritz Strätz. Im Herrendoppel trat ich gemeinsam mit Lars an, im Mixed spielte ich an der Seite von Luisa.

Ein erster Höhepunkt wartete bereits bei der Eröffnungszeremonie auf mich. Ich durfte als Fahnenträger die deutsche Delegation anführen. Mit der Deutschlandfahne vor den anderen Nationen einzulaufen und unser Land bei einer Weltmeisterschaft zu repräsentieren, war für mich eine große Ehre und ein echter Gänsehautmoment.



Vom Club auf die internationale Bühne

In den vergangenen Jahren konnte ich bereits viele Erfahrungen im Padel sammeln. Für Alster spielte ich in der 2. Padel-Bundesliga und konnte mit der Mannschaft den Aufstieg feiern. Zudem trete ich regelmäßig bei nationalen Turnieren an und messe mich dort mit vielen der besten Spieler Deutschlands.

In Málaga bekam dieser sportliche Vergleich noch einmal eine andere Dimension. Gegen Spieler aus den unterschiedlichsten Ländern und insbesondere aus etablierten Padel-Nationen anzutreten, war für mich eine unglaublich spannende und wertvolle Erfahrung. Hier wurde Padel auf absolutem Weltklasseniveau gespielt. Umso interessanter war es für mich zu sehen, wo man selbst im internationalen Vergleich steht und wie sich Spieltempo, Taktik und Spielverständnis unterscheiden.

Zwei Siege zum Auftakt

Mein Turnier begann im Mixed gemeinsam mit Luisa gegen den Libanon. Trotz meiner bisherigen Turniererfahrung war ich bei den ersten Ballwechseln nervös. In diesem Moment wurde mir erst richtig bewusst: Ich stehe hier tatsächlich für Deutschland auf dem Platz. Die Nervosität legte sich zum Glück schnell und wir konnten unser Auftaktmatch mit 6:2, 6:2 gewinnen. Mein erstes Match bei einer Weltmeisterschaft war damit gleichzeitig mein erster Sieg für Deutschland.

Direkt danach ging es für mich im Herrendoppel mit Lars gegen die USA weiter. Gegen das amerikanische Top-Doppel zeigten wir ein starkes Match und gewannen mit 6:3, 6:3. Zwei Spiele, zwei Siege – besser hätte der erste Wettkampftag kaum laufen können.

Highlights auf dem Center Court

Ein weiterer Höhepunkt folgte gegen Ungarn. Wir durften auf dem Center Court antreten und das Match wurde live übertragen. In einem solch professionellen Umfeld zu spielen, war für mich etwas völlig Neues. Besonders schön war, dass meine Familie und Freunde die Partie von zu Hause verfolgen und mich aus der Ferne unterstützen konnten.

Auch wenn wir das Match verloren, bleibt mir gerade dieser Tag in Erinnerung. Nach der Partie durften wir zusätzlich ein Post-Match-Interview geben, das ebenfalls live übertragen wurde – eine Erfahrung, die ich aus meinem bisherigen Sportleralltag so nicht kannte.



Nach den abschließenden Platzierungsspielen belegten Lars und ich im Herrendoppel Platz 16 von 32 Teams. Mit Luisa erreichte ich im Mixed Platz 14 von 32 Teams. In der Teamwertung belegte Deutschland den 10. Platz.

Mehr als nur Padel

Was Málaga für mich so besonders machte, spielte sich aber nicht nur auf dem Court ab. Die gesamte Veranstaltung war hervorragend organisiert und auch abseits der Wettkämpfe wurde viel geboten. Bei einem gemeinsamen Bowling-Event, einer Karaoke-Nacht und der großen Abschlussfeier kamen die verschiedenen Nationen zusammen.

So entstanden viele Gespräche und Bekanntschaften mit Spielerinnen und Spielern aus aller Welt. Während man sich auf dem Court noch um jeden Punkt duellierte, verbrachte man wenige Stunden später gemeinsam den Abend.

Ein besonderes Andenken konnte ich ebenfalls mit nach Hamburg nehmen: Ich tauschte während der Weltmeisterschaft Nationaltrikots mit Spielern aus den USA und Argentinien. Gerade das argentinische Padel-Trikot bedeutet mir viel. Ein Trikot aus einer der großen Padel-Nationen als Erinnerung an meine erste Weltmeisterschaft zu besitzen, macht mich schon ein bisschen stolz.

Eine Woche, die bleibt

Am Ende waren wir als fünfköpfige deutsche Delegation nach Málaga gereist, ohne uns vorher wirklich zu kennen, und kehrten als richtig gutes Team zurück. Wir haben gemeinsam trainiert, uns angefeuert, Siege gefeiert und uns nach Niederlagen gegenseitig aufgebaut.

Deutschland bei der allerersten Studenten-Weltmeisterschaft im Padel vertreten zu dürfen, die deutsche Fahne bei der Eröffnungszeremonie zu tragen, meine ersten Siege für Deutschland einzufahren und mich mit internationalen Spielern zu messen, waren für mich einmalige Erfahrungen.

Ich bin mit vielen neuen sportlichen Eindrücken, neuen Freundschaften, zwei Nationaltrikots und vor allem einer Menge besonderer Erinnerungen nach Hamburg zurückgekehrt.

Eine Woche, die mir gezeigt hat, was Sport über den eigentlichen Wettkampf hinaus ausmacht – und eine Woche, die ich definitiv nie vergessen werde.

// JL



Schmerztherapie anders als gewöhnlich

Schulmedizin, Osteopathie, Trigger, Stoßwellen, Faszien und mehr. Untrennbar. Integrativ.

Kopf-, Schulter- und Rückenbeschwerden, Hüft- und Knieprobleme: Die Ursache von Schmerzen liegt oft woanders als dort, wo sie auftreten.

Nur wenn man die Zusammenhänge und den Ursprungsort der Schmerzen kennt, lassen sie sich gezielt behandeln. Genau an diesem Punkt setzen wir an.

„Wir beginnen da, wo andere erfolglos waren“





Frank Scholz

ZENTRUM FÜR
INTEGRATIVE MEDIZIN SCHOLZ

Frank Scholz, Heilpraktiker,
Osteopath DO.CN

Hoheluftchaussee 20
20253 Hamburg
Telefon 040/25178774
rezeption@zim-scholz.de
www.zim-scholz.de

Öffnungszeiten

Montag	08:00 - 19:00 Uhr
Dienstag	08:00 - 19:00 Uhr
Mittwoch	08:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag	08:00 - 19:00 Uhr
Freitag	08:00 - 16:00 Uhr

Alle privaten Kassen, Beamte, Selbstzahler
und Zusatzversicherungen

MESSMER SCHWIMMFEST 2026

Dritter Anlauf, großer Badespaß







Am 19. August 2026 war es endlich so weit: Im dritten Anlauf konnte unser Meßmer Schwimmfest 2026 stattfinden. Die Freude bei allen Beteiligten war entsprechend groß.

Mit viel Spaß, Einsatz und sportlichem Ehrgeiz gingen die angemeldeten Kinder und Jugendlichen an den Start. Nach den verschiedenen Wettkämpfen warteten alle gespannt auf die Medaillenverteilung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten sich über ihre wohlverdienten Medaillen sowie über einen pinkfarbenen Überraschungsbeutel von Meßmer freuen.

Selfcare by Meßmer

NEU

Für deine neue Tee Routine



DE-ÖKO-001

www.messmer.de













Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Zur Stärkung gab es leckere Grillwürstchen, die bei Groß und Klein gleichermaßen gut ankamen. Außerdem wurde wieder der beliebte Meßmer Cold Tea ausgeschenkt. Der diesjährige Geschmacksfavorit: Marshmallow!

Ein herzliches Dankeschön geht auch in diesem Jahr an unseren Sponsor Meßmer für die tolle Unterstützung und dafür, dass unser Schwimmfest wieder möglich war!

Und auch der nächste Termin ist bereits geplant: Am 7. Juli 2027 geht das Meßmer Schwimmfest in die nächste Runde. Alle Clubmitglieder dürfen sich darauf schon jetzt freuen!

// JD

ALSTERGOLF 2026

50 Teilnehmer haben bei überwiegend schönem Herbstwetter im Gut Waldhof die Schläger geschwungen und die Bälle irgendwo platziert.

„Teilweise hervorragendes Golf!“, berichtete Peter Mayr, der als großer Unterstützer des Turniers die von Liesi Meves gestifteten Äpfel und Getränke auf der Runde verteilte.

Ermittelt wurden die „Golfer of the Year“ in fünf Kategorien: Bei den Damen gewann Henriette Willert im Netto, Catherina Zierleyn die Bruttowertung. Bei den Herren gingen die Titel an Jendrik Sielaff (Netto) und Max Weinhold (Brutto). Den schönen Pokal „Kamerad, weißt Du noch“ für unsere Ü70-Athleten sicherte sich Dr. Rembert Vaerst.

Die Siegerehrung bei einem herrlichen BBQ von Pierre und Flo rundete einen sehr schönen Golftag ab.



Auf ein Neues 2027, im 60. Jubiläumsjahr dieses Clubturniers. Ziel ist ein Teilnehmerfeld von mindestens 80 Golferinnen und Golfern. Wir werden uns etwas Besonderes einfallen lassen.

// JM



FEURSTEIN

FINE BESPOKE TAILORING

DIE KUNST KLASSISCHER MASSSCHNEIDEREI

Im Atelier von Schneidermeisterin Madlen Feurstein in Hamburg-Harvestehude entsteht klassische Herrenmaßbekleidung, vollständig von Hand gefertigt. Ihre Arbeit verbindet die handwerkliche Tiefe der Wiener Schneidertradition mit der Eleganz der Savile Row.

Im Mittelpunkt steht der Maßanzug, individuell gefertigt und ganz auf seinen Träger abgestimmt. Traditionelles Schneiderhandwerk und ausgewogene Passform prägen jedes Kleidungsstück, vom Businessanzug und Maßhemd bis zu Hochzeitsanzug, Smoking und Cutaway. Geschaffen, um seinen Träger über viele Jahre zu begleiten.

Ermenegildo Zegna · Vitale Barberis Canonico 1663 · Fox · Scabal · Loro Piana

HARVESTEHUDER WEG 48 - 20149 HAMBURG (ATELIER IM GARTEN)
MF@FINE-BESPOKE-TAILORING.DE - TELEFON 040 716 333 12
WWW.FINE-BESPOKE-TAILORING.DE

AKTUELLES FITNESSANGEBOT

Fitness-Kurse

Von Montag bis Sonntag bieten wir derzeit zwölf verschiedene Fitnesskurse an. Dabei wechseln wir regelmäßig die Kursformate und ergänzen das Angebot durch saisonale Kurse, wie zum Beispiel Skigymnastik in den Wintermonaten.

Unser aktueller Kursplan

(Stand: 01.09.2026)

	UHRZEIT	KURS	TRAINER
MONTAG	09:15 – 10:15 Uhr 18:30 – 19:30 Uhr	Krafttraining für Frauen Fitness für Tennis- und Padelspieler	Anahita von Plotho Santiago Ramirez Fouz
DIENSTAG	08:00 – 09:00 Uhr	Yoga	Isabel Djukanovic
MITTWOCH	09:15 – 10:15 Uhr	Krafttraining für Frauen	Anahita von Plotho
DONNERSTAG	10:00 – 11:00 Uhr 11:00 – 12:00 Uhr 12:00 – 12:30 Uhr	Pilates für Herren Pilates Soft Fitness	Susann Damati Susann Damati Susann Damati
FREITAG	08:00 – 09:00 Uhr 09:15 – 10:15 Uhr	Yoga Training mit der Kettleball	Isabel Djukanovic Anahita von Plotho
SONNTAG	11:00 – 12:00 Uhr	Pilates	Anna Hentzen

Für die Teilnahme an den Kursen ist der Kauf einer 10er-Karte erforderlich.

Diese ist in der Geschäftsstelle erhältlich:

» 100 € für Fitness-Mitglieder - Fitness-Mitglieder können bei Abschluss einer Jahresmitgliedschaft zweimal jährlich, bei einer halbjährigen Mitgliedschaft einmal jährlich, eine 10er-Karte zum reduzierten Preis von 50 € erwerben.

» 150 € für Club-Mitglieder ohne Fitness-Mitgliedschaft

Über unsere Website sowie den wöchentlichen Newsletter informieren wir Sie regelmäßig über alle Neuigkeiten aus dem Fitnessbereich.

Mehr Kraft, neue Impulse: Das aktuelle Fitnessangebot

Von Montag bis Sonntag bieten wir derzeit elf verschiedene Kurse an. Dabei wechseln die Formate regelmäßig, ergänzt durch saisonale Angebote wie beispielsweise Skigymnastik in den Wintermonaten.

Seit dem 1. September bereichert unsere neue Trainerin Anahita von Plotho unser Kursangebot mit neuen Formaten. Als medizinische Fitnesstrainerin mit dem Schwerpunkt Kraftsport für Frauen setzt sie einen besonderen Fokus auf gesundheitsorientiertes und effektives Krafttraining.

Kettlebell-Training – Kraft und Fitness für den ganzen Körper
Kettlebell-Training ist ein funktionelles Ganzkörpertraining mit der Kugelhantel (Kettlebell). Durch dynamische Übungen werden gleichzeitig Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Stabilität verbessert. Das Training eignet sich für unterschiedliche Fitnesslevel und unterstützt dabei, Muskulatur aufzubauen, die Körperhaltung zu verbessern und das Herz-Kreislauf-System zu aktivieren.

Wir haben mit Anahita von Plotho über die Bedeutung von Krafttraining für Frauen gesprochen.



Warum ist Krafttraining gerade für Frauen so wichtig?

Krafttraining ist eine der wichtigsten Grundlagen für langfristige Gesundheit. Es stärkt nicht nur die Muskulatur, sondern auch Knochen, Gelenke und den gesamten Stoffwechsel. Gerade für Frauen ist es entscheidend, um im Alltag belastbar zu bleiben, Verletzungen vorzubeugen und gesund zu altern.

Viele Frauen haben Angst, durch Krafttraining „zu muskulös“ zu werden. Ist das berechtigt?

Diese Sorge ist sehr verbreitet, aber unbegründet. Frauen haben hormonell andere Voraussetzungen als Männer und bauen deutlich langsamer Muskelmasse auf. Ein „massives“ Erscheinungsbild entsteht nicht einfach so. Im Gegenteil: Krafttraining kann zu einem strafferen, definierten Körper beitragen und die Körperhaltung verbessern.

Du sprichst oft davon, dass viele Frauen „falsch“ trainieren. Was meinst du damit?

Häufig sehe ich, dass mit zu wenig Gewicht und sehr vielen Wiederholungen trainiert wird. Das fühlt sich zwar anstrengend an, setzt aber nicht immer den optimalen Reiz für Muskelaufbau und Kraftentwicklung. Effektiver ist es, mit einem angemessenen Widerstand zu arbeiten, der den Körper wirklich fordert – natürlich immer sauber und kontrolliert ausgeführt.

Welche Rolle spielt Krafttraining beim Älterwerden?

Eine zentrale. Ab etwa dem 30. Lebensjahr verlieren wir pro Jahrzehnt etwa 5 bis 8 Prozent unserer Muskelmasse, wenn wir nichts dagegen tun. Krafttraining wirkt diesem Prozess aktiv entgegen. Es hilft, Mobilität, Stabilität und Selbstständigkeit bis ins hohe Alter zu erhalten.

Es gibt auch neue wissenschaftliche Erkenntnisse. Kannst du dazu etwas sagen?

Ja, sehr spannend: Aktuelle Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Muskelkraft – insbesondere der Beinkraft – und der Gehirnfunktion. Das bedeutet, dass körperliche Stärke auch mit der kognitiven Leistungsfähigkeit zusammenhängen kann. Bewegung ist also nicht nur gut für den Körper, sondern auch fürs Gehirn.

Und wie sieht es mit der Knochengesundheit aus?

Krafttraining spielt auch hier eine wichtige Rolle. Besonders effektiv für die Knochendichte ist die Kombination aus Krafttraining und stoßbelastenden Bewegungen wie Springen.
Diese Kombination kann dazu beitragen, die Knochengesundheit zu fördern und einer Osteoporose entgegenzuwirken.

Was möchtest du Frauen mitgeben, die noch unsicher sind?

Traut euch, stärker zu werden. Krafttraining ist kein „Männersport“, sondern ein wichtiger Baustein für mehr Gesundheit, Selbstbewusstsein und Lebensqualität. Es lohnt sich in jedem Alter, damit anzufangen.

“ZITRONE IST EIN GAMECHANGER”

Hamburger Morgenpost, Freitag, 3. Juli 2026 | GASTRO
NACHGEFRAGT Florian Rentner, Küchenchef und Gastronom

Florian Rentner ist seit fast 30 Jahren Gastronom. „Der Club an der Alster“ ist sein Arbeitsplatz, hier ist der 55-Jährige Küchenchef. Im Steckbrief erklärt er, warum er Zitrone und frischen Lorbeer liebt – und wieso jeder Käse und Oliven im Haus haben sollte. Außerdem verrät er das Rezept für seine Sellerie-Birnen-Suppe.

Die drei wichtigsten Küchen-Utensilien:

» Hochwertige Töpfe – zum Beispiel aus Gusseisen von „Le Creuset“. Halten ein Leben lang und verleiten zu kreativem Kochen.
» Ein großes Schneidebrett: Wer viel Platz auf dem Brett hat, arbeitet organisierter und sauberer.
» Ein Mörser: Damit lassen sich Gewürzmischungen ohne viel Aufwand individuell zubereiten. Der Geruch von frisch gemahlenem Gewürz ist schlicht wundervoll.
Tipp: Eine Guacamole im gekühlten Mörser direkt aus dem Kühlschrank zubereiten!

Diese drei Gewürze sind völlig unterschätzt:

» Senfsaat: Ich nutze sie für Marinaden jeglicher Art, zum Finieren von Gemüse, zum Beispiel rote Zwiebeln für unsere Burger – und als Beize für Graved Lachs.
» Zitronen: Ein spritziger Gamechanger. Ob bei Fleisch, zu gegrilltem Fisch, als Finish bei Soßen und Suppen – oder im Gin Tonic.
» Frischer Lorbeer: Ein Muss für Eintöpfe, Suppen, Soßen sowie für Fischgerichte und Krustentiere wie Krebse.

Diese Zutaten sollten Sie immer im Haus haben:

» Ras el Hanout – eine Gewürzmischung aus bis zu 30 Zutaten. Sie macht zu jeder Jahreszeit aus saisonalem Gemüse oder aus Kühlschrank-Fundstücken ein pfiffiges Ofengemüse.
» Kartoffeln: So vielseitig – zum Beispiel als Smashed Potatoes: mit Olivenöl, Rosmarin und Meersalz im Ofen zubereitet. Einfach und lecker.
» Käse im Kühlschrank und ein Glas gute Oliven – dann können Freunde, Nachbarn oder Kollegen jederzeit spontan vorbeikommen.

Diese Zutat wird völlig überschätzt:

» Getrocknete Kräuter wie Oregano, Thymian oder Rosmarin aus der Dose. Sie liegen in den meisten Küchen schon viel zu lange in der Schublade – das kann nicht funktionieren! Lieber frische Kräuter verwenden.
» Scampis & Garnelen: Meist mit unklarer oder problematischer Herkunft, hohem Antibiotikaanteil und weiteren unerwünschten Zusätzen.

Der Fehler, den man zu Hause beim Kochen am häufigsten macht:

» Zu lange Garzeit. Ich stelle mir mittlerweile mehrere Timer – über Alexa oder Siri –, um den Überblick zu behalten, wenn meine Kinder ablenken.
» Zu kleiner Topf oder zu kleine Pfanne. Das kann nichts werden – lieber überdimensionieren. Think big!
» Zu kalt anbraten oder zu wenig anbraten. Was lernt jeder Koch in seinem ersten Lehrjahr: Röststoffe sind Geschmackstoffe.

Schnell und gut:

Ein Avocado-Sandwich: Toast, zwei Spiegeleier, Avocado – und on top crispy-Chili-Öl.

Ungewöhnlich, aber immer gut: Kombinieren Sie doch mal ...

Gegrillter Caesar Salad: In Olivenöl gebratene Römer-Salat-Herzen mit Caesar-Dressing. Und reichlich Granatapfelkerne obendrauf geben.

Absolutes No-Go in der Küche:

Schlechte Laune! Die überträgt sich immer aufs Essen.

Dieses Kochbuch (eines Kollegen) sollten Sie kennen:

„Österreichische Küche: Reloaded“ von Bernie Rieder

Leckerstes Produkt aus dem Supermarkt, das es überall gibt:

Griechischer Joghurt mit etwas Olivenöl, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Zitrone wird er im Handumdrehen ein feiner Dip für Röstbrot oder ein tolles Topping.

Kurzes Rezept in 1 bis 3 Sätzen:

Sellerie-Birnen-Suppe:
Man braucht: 1 mittlere Sellerieknolle (vom Markt), 1 weiße Zwiebel, 4 Birnen, 1 Lorbeerblatt.

Zutaten schälen, würfeln und in Butter anschwitzen. Mit einem Hauch Weißwein ablöschen und mit 700 ml Gemüsebrühe auffüllen. Etwa 25 Minuten köcheln lassen. 200 g Schlagsahne hinzufügen und pürieren (Lorbeerblatt vorher entfernen). Mit Pfeffer aus der Mühle und einem Spritzer Zitrone abschmecken. Dekoration: Frische Blattpetersilie – und wer mag, dazu ein Weißbrot-Crostino mit Pata Negra.

Diese Zutat würde ich nie anrühren:

Kochfisch. Ein echter Kindheits-Albtraum – meine Mutter möge es mir verzeihen, aber ich kann ihn einfach nicht riechen.

Mein größter Küchenfail:

Viel zu spät gemerkt, dass ich Salz mit Zucker verwechselt hatte.

Meine größte Sünde:

Schweinebraten in jeglicher Art – gerne mit viel knuspriger Kruste, am liebsten auch pur!



Zur Person:

Florian Rentner ist der Pächter der Gastro im „Der Club an der Alster“; Der Tennis- und Hockey-Club hat ein eigenes Restaurant mit Terrasse (Hallerstraße 91). Rentner hat seine Koch-Ausbildung im „Hotel Atlantic“ gemacht und ist unter anderem Gewinner der „Olympiade der Köche“. Er ist Vater von vier Kindern, St. Pauli-Fan und liebt die Musik der 80er-Jahre.

Ballgefühl ist gut.
Darmgefühl ist besser.
Ab 50 zur Vorsorge!

Darmkrebsvorsorge rettet Leben

COLOMEDICUM
Endoskopie & Proktologie

COLOMEDICUM
Praxis für Endoskopie, Proktologie & Chirurgie
PD Dr. med. M. Tachezy und Kollegen

Eimsbüttel: Hohe Weide 17B (alle Kassen)
Othmarschen: Waitzstraße 27 (proktologische Privatsprechstunde)

040.397934
info@colomedicum.de
www.colomedicum.de

NACHRUF

Von Herzen danke, Herr Wienholt!

Am 21.07.2026 ist Eberhard Wienholt, einer der größten Förderer unseres Clubs und langjähriges Mitglied des Ältestenrats im Alter von 98 Jahren verstorben.



Unsere Mitglieder nutzen und genießen bis heute die Ergebnisse seiner Großzügigkeit. Auch wenn seine erste Leidenschaft bis zuletzt dem Segeln galt, trat Eberhard Wienholt 1964 unserem Club bei und war ihm seitdem eng verbunden. Er genoss das Miteinander sowie die gute Küche und wollte daher das Clubleben stets fördern.

So unterstützte er Projekte wie den Fahrstuhl im Foyer und die Terrassenerweiterung mit der Pergola-Markise ganz oder zum größten Teil. Über seine Stiftung hinterließ er eine Großspende zum Erhalt des Clubhauses und seiner Räumlichkeiten. Er gab stets im Stillen, Aufmerksamkeit wollte er trotz seiner großzügigen Unterstützung nie.

An dieser Stelle wollen wir ihm dennoch einmal öffentlich von Herzen danken und sein Lebenswerk würdigen, denn Hamburg hat mit ihm einen der größten Sportförderer und Mäzene verloren.

Eberhard Wienholt begann seine Karriere als Auszubildender in der auf Fischmehl und Futtermittel spezialisierten Fritz Köster Handelsgesellschaft, deren Alleininhaber er schließlich 1985 wurde und die er mit viel unternehmerischem Geschick zu einem in dieser Sparte führenden internationalen Unternehmen entwickelte.

Neben seinen beruflichen Ambitionen galt seine Leidenschaft dem Segelsport und unserem Club. Für sein Lebenswerk wurde ihm bereits 1997 das Bundesverdienstkreuz I. Klasse verliehen.

In tiefer Dankbarkeit und Trauer
Der Club an der Alster

KONTAKT

Ihre Meinung
ist uns wichtig!

clubzeitung@dcada.de

Bitte beachten Sie die Beilage
E&E Design, Livia Reimers
und Mollwitz

REDAKTIONSSCHLUSS

Für die nächste Ausgabe senden Sie uns bitte Ihre Beiträge (Texte als .doc, Bilder als .jpg in Originalgröße/hoher Auflösung) bis spätestens:

23.11.2026
Beiträge an
clubzeitung@dcada.de

IMPRESSUM

Der Club an der Alster e.V.: Clubhaus, Sportanlage und Alster-Halle: Hallerstraße 91, 20149 Hamburg, info@dcada.de, www.dcada.de, Tel. Clubhaus/Sekretariat: (040) 414241-30
Redaktion: Constantin PR/Frauke Constantin
Layout: Pamela Burgarth
Bilder: @Sportfotografie Witters
Verlag: L.A.CH. SCHULZ Gesellschaft für Anzeigen, Werbung und VerlagmbH, Mattentwiete 5, 20457 Hamburg, Tel. (040) 3698040, www.lachschulz.de, info@lachschulz.de, Geschäftsführer: Michael Witte
Druck: Silber Druck GmbH & Co. KG, Otto-Hahn-Str. 25, 34253 Lohfelden, Tel. (0561) 520070,info@silberdruck.de.

Der Bezugspreis für die Clubnachrichten ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.
Verlagsort ist Hamburg.

EINZIGARTIGE ELBBLICK-VILLA

Hamburg-Nienstedten

Ca. 2.700 m² großes Südgrundstück mit spektakulärem Elbblick
Ca. 478 m² Wohnfläche, 12 Zimmer
Herrschaftliche Auffahrt, Doppelgarage

Kaufpreis: € 9.900.000, Käufercourtage: 3,57% inkl. USt.

Energiedaten: EA-B, Pelletheizung, 154,0 kWh/(m2*a), EEK-E, Baujahr 1890

DIE FIRST CLASS DER IMMOBILIEN

Dr. Jakob Borgmann
040 - 740 234 66
jakob.borgmann@borgmanngroup.com

BORGMANN
GROUP

www.borgmanngroup.com



Ihr Spezialist für Bestlagen.

Immobilien

MEISSLER & CO

86 44 44

Ihr Partner für exklusive Wohnimmobilien in Hamburg.

Seit über 30 Jahren steht Meissler & Co für Qualität, Diskretion und ein vertrauensvolles Miteinander. Als inhabergeführtes Unternehmen vermitteln wir hochwertige Wohnimmobilien in Hamburgs besten Lagen.

Persönliche, diskrete Beratung und langfristige Beziehungen prägen unsere Arbeit. Wir finden den richten Käufer für Ihre Immobilie und Ihr neues Zuhause.

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme unter 040 86 44 44 oder www.meissler-co.de.

Unsere Büros in Hamburg: Blankenese | Othmarschen | Ottensen - Alster