



# Schwalbenpost



Rundbrief des TSV Schwalbe Tündern von 1911 e.V.

Ausgabe 2-2022 (November 2022)

## Nachlese zur Jubiläumsfeier 111 Jahre TSV „Schwalbe“ Tündern

Nach einer relativ langen Planungsphase mit vielen Unwägbarkeiten hatten wir uns doch entschlossen unser Jubiläum am 25.06.2022 zu feiern, zumal es mit dem 110-Jährigen bedingt durch Corona nichts wurde. Die Feierlichkeiten begannen mit dem Festakt mit geladenen Gästen, von denen viele ein Grußwort gesprochen haben. Leider waren nur sehr wenig Zuschauer anwesend, mit denen wir nach den Reden noch bei einem kleinen Imbiss zusammengestanden haben.

Ein Sketch von Marlene und Simone sorgte für lustige Unterhaltung. Die Kinder haben mit Helfern und unter Simones und Claudias Aufsicht ihr turnerisches Können gezeigt. Sowohl Alicas Tanzkinder von Dance for Kids als auch die Erwachsenen aus der Tanzfit-Gruppe von Brigitte haben ihre Choreografien mit viel Freude dargeboten. Am Abend flautete der Besucherandrang leider etwas ab, eigentlich schade, denn es war noch ein sehr schöner Abend bei Bratwurst, Bier und anderen Getränken

Auch bei Verkauf von Kaffee, Kuchen und Bratwurst waren genug Helfer anwesend. Bei allen Helfern und dem Organisationsteam möchte ich mich ganz herzlich für ihren Einsatz bedanken.



Fotos: Nastassja Heinz



v.l.: Herbert und Traudel Beuse, Thilo Meyer, Dirk Kiene, Claudio Griese, Alexander Usadel, Silke Wächter, Carsten Busse, Klaus Trepke, Friedrich-Wilhelm Schünemann, Roserike Kabitz, Karl-Friedrich Meyer, Christa Pfennig, Friedrich Hake, Karolin Rautmann

Der Nachmittag war sehr schön und gut besucht, es gab verschiedene Vorführungen bei Kaffee und Kuchen.

und mit Musik und Tanz. Der Auf- und Abbau sowie der Transport der Möbel hat Dank der gemeldeten Helfer gut funktioniert.

Einen kleinen Wehrmutstropfen habe ich aber dennoch: Während der Planungen hatten wir wenige Meldungen von Helfern, obwohl unser Mitgliederwart Jürgen Wordtmann mehrfach die Mitglieder um Anmeldung gebeten hatte. Das bedeutet für mich, dass wir ein Kommunikationsproblem innerhalb des Vereins haben. Über ein Feedback, was wir vielleicht anders machen können, würde ich mich sehr freuen. Bitte verwendet dafür die folgende E-Mail-Adresse: vorstand@tsv-schwalbe-tuendern.de. Nochmals ein herzliches Danke schön an alle Beteiligten und viel Spaß beim Lesen der Schwalbenpost.

Klaus Trepke



# Sport, Verein und Energie

Nach der Krise ist vor der Krise! Nachdem uns Corona das Ver einsleben lahmgelegt hat, kann man im Nachhinein wenigstens bilanzieren, dass es den TSV wirtschaftlich nicht hart getroffen hat. Das könnte jetzt die Energiekrise erledigen. Aber der Reihe nach.

Die Medien sind voll von den Bemühungen der Städte und Gemeinden Energie zu sparen und sogenannte „Mangellagen“ im kommenden Winter zu verhindern, bei denen dann entschieden werden muss, wer noch Erdgas bekommt und wer nicht. Diese Bemühungen werden natürlich immer reichlich politisch diskutiert. Und so sind die Auswirkungen auf unseren Sportbetrieb auch das Ergebnis solcher Diskussionen.

Übriggeblieben sind - zumindest in den städtischen Sporthallen und damit auch in der Sporthalle Lauerweg in Tündern - folgende Maßnahmen: 1. Senkung der Raumtemperatur in den Sport-

hallen auf den zulässigen Mindestwert von 15°C und 2. Abschaltung von Lüftungsanlagen, angepasst an das Nutzungsverhalten.

Das hätte schlimmer kommen können, denn auch eine Schließung der Hallen in den Ferien oder eine Einschränkung der Nutzung bei geringen Teilnehmerzahlen standen zur Diskussion.



In der TSV-Halle sieht die Lage da schon anders aus. Während sich bei der städtischen Halle die Mehrkosten auf alle Steuerzahler verteilen, so muss der TSV bei der alten Pfarrscheune die Belastungen selber tragen. Allein beim Erdgas ha-

ben die Stadtwerke unsere monatlichen Zahlungen aktuell fast verdoppelt.

Das wird dazu führen, dass der Vorstand bei der kommenden Jahreshauptversammlung das Thema Beitragserhöhung auf die Tagesordnung bringen muss.

Einziges Gegenmittel: Energiesparen! Bitte tragt alle mit dazu bei, dass die Energirechnung nicht noch höher wird. Zum Beispiel sollten die großen Heizgebläse ausgeschaltet werden, wenn das Sportangebot vorbei ist. Und wenn Eure Kurse ausfallen, dann bitte unbedingt bei unserer Hallenwartin Ilona Kreye (0176/44409606) Bescheid sagen, damit wir die Bude nicht umsonst hochheizen. Bei Licht und anderen Verbrauchern verhält es sich ähnlich: Weniger ist im Moment tatsächlich mehr und eine alte Pfarrscheune ist natürlich energetisch kein Neubau.

Carsten Busse

## Neu beim TSV: Tanzclub

Nachdem mich einige Mitglieder auf der Jubiläumsfeier auf einen Tanzkurs für Paare angesprochen hatten, habe ich mich auf die Suche nach einem Tanzlehrer gemacht. Es hat etwas gedauert, aber mit Luca Tomkowiak, 19 Jahre und seit fast sechs Jahren begeisterter Tänzer und Tanzasistent bei der Tanzschule „Für Sie“, konnten wir einen engagierten Übungsleiter buchen.

Wichtig ist uns, dass wir ein Angebot schaffen für Anfänger und Fortgeschrittene, die einfach Ihr Können mal wieder auffrischen und ein paar neue Drehungen kennenlernen wollen. Luca gibt wertvolle Tipps, sodass jede/r mitmachen kann.

Am 25.09.2022 konnten wir mit sieben Paaren den ersten Abend mit Walzer und Discofox begehen.

Angedacht war, dass wir uns alle 14 Tage am Sonntag um 18:00 Uhr in der TSV-Halle treffen. Umso erfreulicher war, dass gleich nach dem ersten Abend der Wunsch

Wer Interesse hat beim Tanzclub mitzumachen und für 1,5 Stunden eine schöne Sportart zu betreiben, ist herzlich eingeladen. Bitte kommt vorbei oder meldet Euch



nach wöchentlichen Treffen kam und wir dieser sehr positiven Resonanz gerne nachkommen.

bei mir unter 0179/9036175.

Karolin Rautmann

## 2. Vorstandsvorsitzende/r gesucht

Unser 2. Vorsitzende Carsten Busse hat auf der letzten Mitgliederversammlung am 25. März 2022 verkündet, dass er für sein Amt nach Ablauf der Amtsperiode in 2024 nicht zur Wiederwahl stehen wird. Nach insgesamt 12 Jahren Vorstandarbeit, davon zehn Jahre als 2. Vorsitzender plus zwei Jahre als Kassenwart, möchte Carsten sich nun wohlverdient zu-

blicken? Ihr könnt bereits jetzt jederzeit in Carstens Arbeit rein schnuppern und Euch erklären lassen, was man als 2. Vorsitzende/r für Aufgabenfelder hat und in welchem Umfeld man sich bewegt. Bei Gefallen könnt Ihr Euch durch einen offiziellen Beschluss in der Mitgliederversammlung zum/zur 2. Vorsitzenden wählen lassen. Die Amtszeit läuft immer für 2 Jahre.

die Möglichkeit haben, Rückfragen stellen zu können und Hilfe von einem „alten Hasen“ zu bekommen.

Unser derzeitiger Vorstand besteht aus drei Personen, die Ihr jederzeit ansprechen könnt, gerne per E-Mail unter:

vorstand@tsv-schwalbe-tuendern.de

Oder jeweils telefonisch wie folgt:



Foto: Nastassja Heinz



rückziehen und den „Jüngeren“ den Vortritt lassen mit neuen Ideen und Impulsen für den TSV.

Mit über 400 Mitgliedern ist der TSV eine wichtige Säule der dörflichen Gemeinschaft in Tündern mit vielen Gestaltungsmöglichkeiten rund um die Themen Sport, Gesundheit und Fitness.

Wer hat Lust und ein wenig Zeit, in spannende Aufgaben hinter die Kulissen eines Sportvereins zu

Und wir hätten natürlich auch Möglichkeiten die Aufgaben auf zwei Personen aufzuteilen, wenn Ihr Euch das z.B. mit einem Freund oder einer Freundin zusammen gut vorstellen könnt.

Auch ein „Schnupperpraktikum“ ist möglich, wenn Ihr mal schauen wollt wie Vorstandarbeit im TSV funktioniert. Der/die neue Kandidat/in wird von Carsten in jedem Falle sehr gerne und gut eingearbeitet und wird auch später immer

Klaus Trepke, 1. Vorsitzender (05151/940655)

Carsten Busse, 2. Vorsitzender (05151/961432)

Karolin Rautmann, Kassenwartin (0179/9036175)

Wir brauchen Euch und Eure Unterstützung - nutzt die Chance, um mitzugestalten für die Zukunft des TSV „Schwalbe“ Tündern!

Nastassja Heinz

## Ideensammlung: Neue Sportangebote



In unserem Verein kann jede/r von Euch etwas bewirken und seinen/ihren eigenen Beitrag für ein zufriedenes Miteinander im Vereinsleben leisten. Beispielsweise indem Ihr Verbesserungspotenzial aufzeigt, konstruktive Anregungen

gibt oder mithilft, praktikable Lösungen für ein bestehendes Problem zu finden.

Daher unsere Fragen an Euch:

- Was fällt Euch im laufenden Vereinsbetrieb auf?
- Was können wir verbessern?
- Fehlt aus Eurer Sicht ein attraktives Sportangebot in einer bestimmten Altersgruppe? Wenn ja, habt Ihr Vorschläge für uns?
- Kennt Ihr vielleicht Übungsleiter oder jemanden, der es werden möchte?

- Habt Ihr Bekannte oder Freunde, die eine Sportart besonders gut können und diese im TSV anderen beibringen könnten?

Wir freuen uns auf Eure Rückmeldungen. Bitte richtet diese per E-Mail oder telefonisch an unseren Mitgliederwart Jürgen Wordtmann.

E-Mail: wordtmann@gmail.com

Telefon: 05151/941555

Handy: 01590/3123328

Nastassja Heinz

# Workshop: Umgang mit Stress am 19.11.2022

Das Thema Stress begleitet uns tagtäglich auf der Arbeit und im privaten Leben. Viele Termine und Aufgaben stehen jeden Tag auf dem Plan, die erledigt werden wollen/müssen.

Aber was machst Du, wenn Dir alles über den Kopf wächst?



Im Leben bist Du täglich Reizen ausgesetzt, auf die Du reagierst. Dabei kannst Du den auf Dich wirkenden Reiz nicht beeinflussen. Was Du jedoch lernen kannst ist: Deine Reaktion auf den Reiz bewusst zu steuern.

Deine Bewertung des Reizes sorgt entweder für positive oder für negative Reaktion und somit für Entspannung oder Anspannung. Um in die Entspannung reinzukommen, brauchen wir eine Art „Fahrkarte“ und das ist der Stressabbau. Ohne den Abbau von Stresshormonen wird es Dir schwer gelingen in die Entspannung rein zu kommen. Indem Du aktiv die



## Impressum:

Die „Schwalbenpost“ ist der Rundbrief des TSV Schwalbe Tündern von 1911 e.V.

Gretchenbrink 16  
31789 Hameln

1. Vorsitzender:  
Klaus Trepke

Redaktion:  
Nastassja Heinz

Weitere Informationen:  
[www.tsv-schwalbe-tuendern.de](http://www.tsv-schwalbe-tuendern.de)

sportlichen Vereinsangebote nutzt, tust Du Gutes für Deinen Körper, Deine sozialen Kontakte und baust nebenbei die Stresshormone ab, die Dich von der Entspannung abhalten könnten.

Sport im Verein ist also Deine Fahrkarte zur Entspannung!



Mein Name ist Waldemar Brecht. Ich bin Übungsleiter der Fitness-Gruppe und habe im September 2022 erfolgreich eine Ausbildung zum Stress-Coach absolviert.

Mein Ziel ist es, die Menschen auf ihrem Weg zu mehr Leichtigkeit

und Gelassenheit in ihrem Leben zu begleiten. Fühlst Du Dich von der Thematik angesprochen?

Kommen Dir Schlaflosigkeit, Grübeln, mehr Alkohol trinken, hoher Kaffee-Konsum, schnelle Reizbarkeit bekannt vor?

## Dann aufgepasst:

Am **Samstag, den 19.11.2022, 12:00-13:00 Uhr** findet ein Workshop in der TSV-Halle im Kirchweg statt, bei dem es **um gesunden Umgang mit Stress** gehen wird.

Willst Du dabei sein? Hast Du weitere Fragen? Dann schreib mir sehr gerne eine E-Mail an: [waldifit-coaching@gmx.de](mailto:waldifit-coaching@gmx.de)

Deine Investition für einen spannenden und lehrreichen Workshop beträgt 20 Euro. Das eingenommene Geld wird komplett an den Verein gespendet.

Waldemar Brecht

## Bitte um Aktualisierung Eurer Daten

Sollten sich im Laufe der Zeit Daten von Euch ändern, die für uns als Verein relevant sind, wäre ich Euch sehr dankbar, wenn Ihr mir Eure neuen Kommunikationsdaten, Euren Adresswechsel, die neue Bankverbindung oder sonstige Korrekturen möglichst zeitnah per E-Mail mitteilen könntet an: [wordtmann@gmail.com](mailto:wordtmann@gmail.com). Das würde mir viel Arbeit ersparen. Ganz herzlichen Dank im Voraus für Eure Unterstützung.

Jürgen Wordtmann



**- EILMELDUNG -**  
**Tischtennis Kreismeisterschaften 2022**  
Wir freuen uns über das tolle Abschneiden des TSV „Schwalbe“ Tündern am 09.10.2022 und gratulieren den Gewinnern!  
**Einzel:** 1. Platz: Sebastian Jeske, 2. Platz: Marcel Schreiber,  
3. Platz: Bastian Karjetta  
**Doppel:** 1. Platz: Sebastian Jeske / Marcel Schreiber



# Schwälbchenpost

Liebe Kinder, liebe Jugendliche,  
habt Ihr Euch schonmal die Frage  
gestellt:

## Was passiert, wenn etwas passiert?

In der letzten Schwalbenpost (Mai 2022) haben wir in einer kleinen Vorschau einen Vortrag - speziell für Kinder - zum Thema Katastrophenschutz angekündigt.

Jetzt ist es soweit: Am  
**Freitag, 18.11.2022, von 16:00 bis 17:00 Uhr in der TSV-Halle**

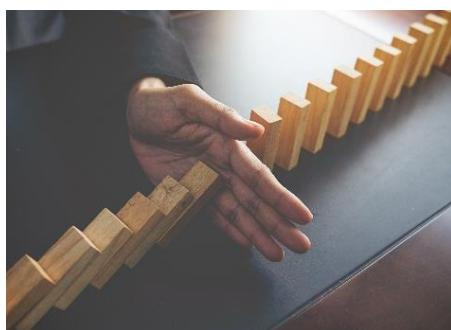
wird der oberste Feuerwehrmann der Stadt Hameln, Thomas Breitkopf, bei Kakao und Kuchen zusammen mit seinen Kindern einen kindgerechten Vortrag über Notfälle halten. Hierbei lernt Ihr Kinder spielerisch mit Notsituationen umzugehen.

Für Eure Eltern gibt es am  
**Samstag, 19.11.2022, von 10:00 bis 12:00 Uhr in der TSV-Halle**  
bei einem leckeren Frühstück mit Herrn Breitkopf eine Veranstaltung

für Erwachsene, ebenfalls zum Verhalten in Notsituationen.

Anmeldung für Kinder und Erwachsene bitte bei Susanne Busse (Kontaktdaten s. rechte Spalte).

Wir freuen uns auf Jung und Alt, um mit diesem wichtigen Thema auf die Zukunft vorbereitet zu sein. Der TSV ist nämlich einer der ersten Vereine, der ein solches Informationsangebot anbietet.



Katastrophenschutz:  
„Umgang mit Notsituationen“  
Foto: Freepik

Im Anschluss findet am Samstag übrigens ein Workshop unseres Fitnesstrainers Waldemar Brecht zum Thema „Gesunder Umgang mit Stress“ statt. Weitere Infos in dieser Schwalbenpost auf Seite 4.

## Kontakt

E-Mail: busse.susi@t-online.de  
Telefon: 05151/409 468  
Handy: 0162/1552 708

Emmerthaler Str. 1 in Tündern  
(bei der Feuerwehr, im Haus der kleinen Hexe)

Susanne Busse  
(Kinder- und Jugendwartin)

## PS:

**Wir haben wieder eine kleine Maus in der Schwalbenpost versteckt! Viel Spaß beim Suchen!**

## Termin zum Vormerken:

Alle Jahre wieder – bald ist es soweit und es duftet nach Weihnachten und Lebkuchen! Wir vom TSV nehmen am **Sonntag, den 27.11.2022** am **Weihnachtsmarkt in Tündern** teil. Dieser findet bei uns in der TSV-Halle und auf dem Gelände vom Pfarrhaus statt.

## Unterstützung bei Dance for Kids

Seit Anfang März 2022 tanzen und bewegen sich rund 20 Kinder mit viel Freude zu flotter Musik. Dabei üben sie unterschiedliche Choreographien und können sehr gerne eigene Ideen und Musikwünsche einbringen.

Auch beim Stopptanz zum Ende der Stunde sind alle Kinder begeistert dabei.

Da unsere Übungsleiterin Alicia Tyralla beruflich sehr eingespannt ist, wird sie neuerdings erfreu-

licherweise von Nastassja Heinz vertreten, damit die Stunde nicht zwangsweise ausfallen muss, wenn Alicia Dienstbesprechungen hat oder mal krank ist.

Wer zwischen 6 und 11 Jahren ist und Lust hat, dienstags 16-17 Uhr bei Dance for Kids in der TSV-Halle im Kirchweg reinzuschauen, kann sich gerne vorab bei Nastassja melden unter: 0160/1652021 (auch WhatsApp) oder eine E-Mail schreiben an: Nastassja.Heinz@gmail.com.

Wir freuen uns auf Euch!

Alicia Tyralla und Nastassja Heinz



# Stand Up Paddling (SUP) für Kinder

Seit vergangenem Jahr bietet der TSV in der Sommerzeit auf dem Tündernsee Stand-Up Paddling (SUP) – auf Deutsch „Stehpaddeln“ – für Erwachsene an. Seit diesem Sommer möchten wir auch Kinder und Jugendliche ab zehn Jahren für diesen Sport auf dem Wasser direkt vor unserer Haustür begeistern.



Dank einer großzügigen Spende konnten wir sogar drei neue Boards für unsere SUP-Kinder anschaffen. Vielen Dank dafür an den Rotary Club Hameln!



Dieser Kurs für Kinder hat im Anschluss begonnen und ist gut angenommen worden. Wer den Freischwimmer (Bronzeabzeichen) besitzt und Lust hat, mit Spaß seinen Gleichgewichtssinn zu trainieren, ist montags und donnerstags von 17 bis 18 Uhr herzlich willkommen. Das Stand Up-Paddling für Erwachsene findet jeweils danach von 18 bis 19 Uhr statt.

Die Saison für dieses Jahr ist mittlerweile zwar beendet, aber sobald die Temperaturen nächstes Jahr wieder wärmer sind, geht es erneut los mit SUP und nasser Erforschung auf dem Tündernsee.

Bei Interesse gibt Karolin Rautmann, Kassenwartin und Leiterin unserer Wassersportabteilung, gern nähere Auskunft unter 0179/9036175 (auch WhatsApp).

Nastassja Heinz



Fotos: Karolin Rautmann

## Inklusives Kinderfest im Bürgergarten



Foto: Susanne Busse

Am 17. September 2022 fand im Hamelner Bürgergarten das „Inklusive Kinderfest“ für behinderte und nicht-behinderte Kinder statt. Ausrichter war der Behindertenbeirat

des Landkreises Hameln-Pyrmont. Viele Vereine waren vertreten und auch der TSV war dabei. Gemeinsam mit den erst in diesem Jahr gegründeten Landfrauen Weserbergland e.V. wurden Kaffee und Muffins unter das Volk gebracht und damit ein bisschen Geld in die Kassen der beiden Vereine gespült. Außerdem war die

Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e.V. mit dem auch den TSV-Kindern bekannten Waldpädagogen Bernd Schindler und mit einer Kinderschminkaktion auf dem

Gemeinschaftsstand vertreten. So ganz nebenbei wurden die Vereine ein bisschen bekannter gemacht.

Und am Ende des Tages erwischte uns das Wetter. In einem heftigen Wolkenbruch mussten wir erst verhindern, dass uns die Pavillons wegfliegen und hinterher alles wieder trockenlegen.

Vielen Dank an alle, die mitgeholfen haben und natürlich an die eifigen Muffinbäcker und -bäckerinnen, auf die wir uns wieder voll verlassen konnten. Es war eine runde Sache, hat allen Teilnehmern viel Spaß gemacht und auch die Zusammenarbeit der Vereine hat toll funktioniert.

Susanne Busse