

# Achtumer Sportnews

Ausgabe 1/22



Tennis - Fußball - Volleyball - Tischtennis - Schwimmen - Kinderturnen -  
Tanz für Kinder - Damengymnastik - Sport für Jedermann - Bewegtes Rollenspiel -  
Beckenbodengymnastik - Damenfitnessgymnastik - Yoga

PEACE  
NOT WAR



Zitat DOSB: „Integration durch Sport“ versteht sich als eine Initiative, die sich den Menschen verpflichtet fühlt. Sie folgt nicht der Logik kriegerischer Auseinandersetzungen, die dem Machtkalkül oder der Raison einzelner Politiker oder Regierungen entspringen. Sie wendet sich gegen jegliche Freund-Feind-Logik in der Gesellschaft“.

# Fassen Sie sich ein Herz auf heimatherzen.de



## Gutes tun für unsere Heimat.

heimatherzen.de – die Spendenplatt-  
form für Vereine und ihre Unterstützer.  
Machen Sie mit und unterstützen Sie  
Ihren Lieblingsverein!

Mehr Infos: [www.heimatherzen.de](http://www.heimatherzen.de)  
Die Spendenplattform der  
Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

Weil's um mehr als Geld geht.



# Fußball –

## 1. Herren RSV Achtum



In der Vorbereitungszeit auf die Rückserie der 2. Kreisklasse hat die 1. Herren des RSV Achtum zwei Vorbereitungsspiele gemacht.

Gegen die Mannschaft des FSV Algermissen II am 27.2.22 verlor man 2:1. Das Spiel war lange Zeit ausgeglichen und wurde erst kurz vor Schluss entschieden. Dabei ging die Mannschaft aus Algermissen sehr hart zu Werke, sodass der Spieler Joel Mbilisi Akwa kurz vor Ende der Begegnung mit einer Knöchelverletzung ausscheiden musste und für den Start der Punktspielrückserie nicht zur Verfügung steht.

Am 6.3.22 spielte der RSV I beim PSV GW Hildesheim (1. Kreisklasse) auf der Marienburger Höhe. Hier zeigte die Mannschaft eine starke Leistung und erreichte ein 0:0. Besonders hervorzuheben ist die Leistung von Keeper Michael Hofmann, der mit einigen guten Paraden das Unentschieden sicherte.

Das erste Punktspiel der Rückserie beim TSV Söhlde ging mit 2:1 verloren, trotzdem konnte die Mannschaft weiterhin auf dem 1. Tabellenplatz bleiben.

Am 20.3.22 fand auf dem Achtumer Sportplatz das erste Heimspiel der Rückserie gegen die SpVgg Hüddesum - Machtsum II statt. Bei starkem Wind kam kein gutes Spiel zustande, aber die Mannschaft von Trainer Patrick Fricke und Jörg Franzmann konnte das Spiel 3:1 für sich entscheiden. Zweifacher Torschütze war wieder einmal David Brinkmann mit dem zweiten und dritten Tor. Schütze zum 1:1 war Wael Ismail.

Beim Spitzenspiel gegen die Mannschaft von Ochtersum II erkämpfte sich die 1. Herren einen 5:2 Sieg. Nach anfänglichem Rückstand kam die Mannschaft von Patrick Fricke und Jörg Franzmann stark zurück und siegte am Ende gegen eine sehr hart und robust spielende Mannschaft von Ochtersum verdient.

Somit steht die 1. Herren mit 43 Punkten und 60:14 Toren auf dem 1. Tabellenplatz. Bei noch 2 ausbleibenden Spielen kann die Mannschaft im schlechtesten Fall Tabellenzweiter werden.

Die drei ersten Mannschaften nehmen an der Aufstiegsrunde zur 1. Kreisklasse teil. Wir wünschen der 1. Herren dazu viel Erfolg!

EDV-Vernetzung · Sicherheitstechnik · Kommunikationstechnik · SAT-Anlagen  
Elektroinstallation · Video-Überwachung · Modernisierung · Kundendienst



## Elektro Fischer

**Inh. Elektromeister Michael Fischer**

Achtumer Winkel 6 · 31135 Hildesheim  
Fon 05121 34765 · Fax 05121 12397 · Fix 0175 5433405  
e-m@il: ElektroFischerHildesheim@t-online.de  
www.Elektro-Fischer-Hildesheim.de

**Praxis Wegner**  
Physiotherapie  
Osteopathie

**DINGELBE**  
Konrad-Adenauer-Straße 29  
31174 Schellerten/Dingelbe  
Tel.: 0 51 23 - 40 66 88

**MEDICINUM HILDESHEIM**  
Goslarsche Landstr. 19  
31135 Hildesheim  
Tel.: 0 51 21 - 91 29 21 0

Neben unseren umfangreichen physiotherapeutischen Leistungen, ist die Osteopathie für Erwachsene, Kinder und Säuglinge ein Schwerpunkt unserer Praxis.

Wir bieten zusätzlich Kurse in Yoga, Qigong, Rückent, Hüft-Knie-Kurs, autogenem Training, Faszienkurs, Rückbildungsgymnastik und Babymassage an.

In Dingelbe bieten wir Ihnen das Physio-Aktiv Gesundheitstraining an zwei Milon-Zirkeln unter physiotherapeutischer Betreuung an.

Zu Fragen rund um unser Therapieangebot stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

**Physio Aktiv**  
Gesundheits- & RehaZentren

**omilon**



# PRAXISWEGNER.de

# Schwitzen, Essen, Spaß haben - Trainingslager der Volleyballjugend



Am Samstag, den 26. Februar 2022 war es endlich soweit - die U16/U18 traf sich zu einem Trainingslager in der Sporthalle der Molitorisschule in Harsum. Geplant waren 3 Trainingseinheiten zu den Bereichen Aufschlag, Annahme und Angriff. Da wir in den letzten Wochen und Monaten sehr viele Neuzugänge begrüßen konnten, wurde der Fokus vor allem auf die Grundlagen gelegt.



Wir starteten um 13:30 Uhr mit dem Aufbau und der Testkontrolle. Anschließend sollte ein intensives und anstrengendes Erwärmungsprogramm dafür sorgen, dass alle Beteiligten das Trainingslager unverletzt überstehen. Im Anschluss konnten wir dann auch mit der 1. Trainingseinheit starten: Aufschlag.

Nach ca. 1 1/2 Stunden stand dann aber auch die erste größere Pause an, die beim Buffet verbracht wurde. Das Essen sollte an diesem Tag nämlich nicht zu kurz kommen und somit hatten wir auch ein riesiges Buffet, das nur zu gerne von Spieler\*innen und Trainern aufgesucht wurde.

Nach der Pause stand dann die Annahme auf dem Programm. Mit vollem Magen schlugen sich die Spieler\*innen aber auch hier sehr gut.

Zum Schluss des Tages kam die Lieblingseinheit der Spieler\*innen dran: Angriff. Dabei kam vor allem der Spaß nicht zu kurz, auch wenn einige gerne eine längere Pause am Buffet gehabt hätten. Vor allem beim Angriff entstanden tolle Videos und Bilder und es zeigte sich, dass alle Spieler\*innen trotz der intensiven Trainingseinheiten und der Kürze der Zeit, sehr viel gelernt haben. Gegen 19:30 Uhr ging dann ein anstrengender, lehrreicher, aber auch spaßiger Tag zu Ende.

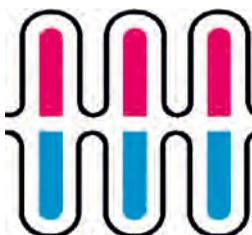
Vivien Schaar



Fachgerechte  
Ausführung  
sämtlicher  
Fliesenarbeiten



Thomas Wende \* Ringstraße 17 B \* 31135 Hildesheim  
Telefon (05121) 13 31 74  
Telefax (05121) 16 69 96  
Mobil (0171) 95 30 666



**Römer & Seidel**

**Innungs-Meisterbetrieb**

Sanitäre Anlagen Gasheizungen Solaranlagen  
Junkers Vertragskundendienst Gasgerätewartungen  
Gasabdichtung Gascheck Badsanierung

Frankenstr. 2a 31135 Hildesheim  
Tel. 0 51 21 / 3-73 89 Fax 3 50 23

# Bericht der Tennisabteilung



Am 21.8.2020 konnten wir Dieter Wüstefeld noch einmal überzeugen, weiterhin die Tennisabteilung zu führen. Aus persönlichen Gründen hat er jetzt aber leider das Amt niedergelegt.

Dieter gehört mit zu den „ersten Männern“ unserer Abteilung. Der Hausbau und die Tennisabteilung (oder umgekehrt) führten ihn nach Achtmum. Er hat die Zeiten erlebt, als der RSV in höheren Klassen nicht nur mitgespielt, sondern auch gewonnen hat. Der Andrang auf den Plätzen war so groß, dass ein dritter Platz gebaut wurde. Wenn man spielen wollte, musste man sich in ein Buch (höchstens eine Woche, bzw. auf dem anderen Platz einen Tag im Voraus) eintragen.

Unvergessen sind die Vereinsmeisterschaften im Einzel und Doppel. Die „Playernight“ fand in großem Rahmen neben dem Tennisplatz oder auch in Halle statt.

Wir waren eine aktive Abteilung.

An Einsätze bei dem Rose – Turnier denken wir noch gern zurück.

Dann kam der Einbruch.

Sicherlich gab es dafür unterschiedliche Ursachen. Viele auswärtige Spieler haben (manche ziemlich schnell) den Verein verlassen. In dieser schwierigen Situation hat Dieter Verantwortung in der Spartenleitung übernommen. Er hat versucht, Achtumer Spieler „bei der Stange“ zu halten. Er hat versucht, neue Spieler zu finden. Letztlich ereilte uns das Schicksal vieler Tennisvereine – unsere Abteilung „schrumpfte“.

Ein immer wiederkehrendes Thema ist beim Tennis die Vorbereitung der Plätze. Dieter hat uns zu Platzarbeiten (Laub, Unkraut, Hecken) eingeladen und – ohne viele Worte zu verlieren – oft allein auf den Plätzen gearbeitet. Die „Platzfirma“ hat anschließend den Platz hergerichtet. Dieter hat es gemanagt.

Die Netze wurden ab- bzw. aufgebaut. Dieter hat es gemanagt.

Die Spartenversammlung musste vorbereitet werden und mit dem Hauptverein mussten Gespräche geführt werden. Dieter hat es ...

Dieter hat sich über viele Jahre unermüdlich für die Abteilung eingesetzt. Ihm gebührt dafür ein großes Dankeschön.

Reinhard Kaune

# Neue Trikots für die Herren

SPONSOR GESUCHT!!!



Unser junges, dynamisches und hoch motiviertes Herrenteam sucht einen Sponsor für die neuen Trikots.

DU WILLST ES DOCH AUCH :-)

Kontakt: [volleyball@mtv-sg.de](mailto:volleyball@mtv-sg.de)

# SG geht mit schwerer Mission und Vorfreude in die erste Rückrunde, seit zwei Jahren

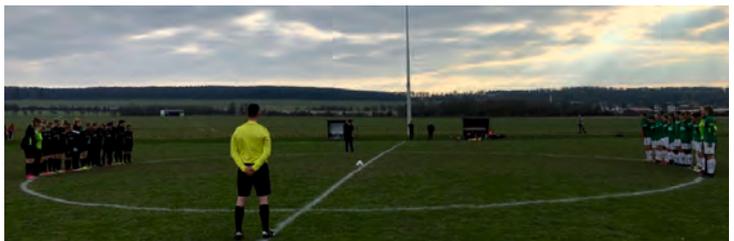


Die letzten zwei Spielzeiten wurden coronabedingt vorzeitig abgebrochen, diese Saison wird es endlich auch wieder eine Rückrunde geben. Auch wenn die Inzidenzen astronomisch in die Höhe schnellen wird, es keinen Saisonabbruch geben. Die Pandemie war noch nie so nah wie jetzt. Es gab kein Team, das keine Coronafälle zu beklagen hatte. Auch wir waren betroffen und mussten nach unserem Testspiel gegen HSC Hannover II eine einwöchige freiwillige Trainingsquarantäne einlegen. Trotzdem muss ich dem Team ein großes Kompliment aussprechen, wie diszipliniert und verantwortungsvoll sie mit der Situation umgehen.

Aber es gab auch schöne Nachrichten. Am 07.02.22 wurde unsere Mitspielerin Deborah Kirchhoff stolze Mutter eines kleinen Jungen. Wir freuen uns sehr für euch und wünschen Deborah und ihrem Ehemann Tobias alles Gute zur Geburt des kleinen Matteo.

In der spielfreien Zeit zwischen Hin und Rückrunde hielten wir uns in der Sporthalle der Renataschule in Ochtersum fit, bevor wir dann wieder am Sonntag 13.2.2022 in die Rückrundenvorbereitung eingestiegen sind. Mit dabei Winterneuzugang Kim-Marie Krüger von der SG Sehlem/ Westfeld. Es warteten sechs knackige Wochen, mit je drei Trainingseinheiten auf das Team. Wobei ab Woche drei die dritte Einheit immer ein Testspiel war. Durch die ungewisse Wetterlage war der Start in die Vorbereitung wie immer etwas holperig. Aber tatsächlich musste nur in einer Trainingseinheit improvisiert werden und die Lafschuhe mussten ausgepackt werden. Am zweiten Trainingswochenende machten wir ein Workout im Madison Fitness. Eine gute Abwechslung zum gewohnten Trainingsalltag.

Unser erstes Testspiel bei der SG 74 Hannover musste leider noch wetterbedingt ausfallen. Aber das war nicht die schlechte Nachricht in dieser Woche. Der unsinnige Angriffskrieg von Wladimir Putin auf die Ukraine überschattete alles. Es wurde viel diskutiert und an Normalität war erstmal nicht zu denken. Auch wir wollten ein Zeichen setzen und unsere Solidarität zeigen. Deshalb beschlossen wir, mit Zustimmung unseres Gegners HSC Hannover II, vor dem Test-





spiel eine Schweige und Gedenkminute einzulegen. Das anschließende Testspiel konnten wir mit 2-1 für uns entscheiden. Sicherlich ein guter Start in die Testspielphase für uns. Auch das zweite Vorbereitungsspiel auf dem neuen Kunstrasenplatz des VfV

Borussia 06 Hildesheim konnten wir erfolgreich für uns entscheiden. Kreisligist VfV Borussia 06 Hildesheim wurde knapp ebenfalls mit 2-1 geschlagen. Im letzten Test vor dem Rückrundenstart wartete die Landesligareserve des FFC Hannover auf uns. Bei böigem Wind wurde nur selten kontrolliert Fußball gespielt. Trotzdem konnten wir auch das letzte Freundschaftsspiel mit 2-0 zu unseren Gunsten gestalten.

Nun fiebern wir auf den Rückrundenstart hin und hoffen die gute Form auch in die Pflichtspiele zu transportieren. Die Aufgabe ist klar, es geht immer noch für uns um den Klassenerhalt. Der vierte Platz nach der Hinrunde täuscht etwas über unsere Ausgangslage hinweg. Nach oben geht nicht mehr viel. Maximal ist noch Platz drei in Reichweite. Dies sollte auch unser Ziel sein, weil in der Mannschaft mehr steckt wie sie es phasenweise in der Hinrunde gezeigt hat. Trotzdem müssen wir von Spiel zu Spiel schauen und gerade gegen die direkten Mitkonkurrenten die Punkte holen. Aber auch gegen die beiden Topteams der Liga 1.FC Sarstedt und SG Bockenem/ Ambergau darf gerne der ein oder andere Bonuspunkt eingefahren werden.

Wir hoffen natürlich, dass ihr uns, wie in der Hinrunde, auch in der Rückrunde zahlreich bei unserer Mission unterstützt. Dann würde sich auch für mich der Kreis schließen. Ich befinde mich, nach vielen schönen und erfolgreichen Jahren mit dem Team, auf meiner letzten Mission. Natürlich möchte ich auch diese erfolgreich mit der Mannschaft zu Ende bringen. An Energie und Leidenschaft fehlt es mir nicht und ich hoffe, dass ich diese auch an das Team übertragen kann, damit wir unser gemeinsames Ziel (Platz 3) erreichen können. Wir wünschen euch eine schöne Osterzeit und hoffen euch bei unseren Spielen zu sehen.

Mit sportlichem Gruß  
Frank Vetter (Trainer)

# Damengymnastik



Als erstes möchten wir **Marianne Adolf** ganz herzlich zu ihrem **85. Geburtstag** am 13. Februar gratulieren. Seit über 40 Jahren hält sie unserer Gruppe die Treue; und wahrscheinlich ist sie das älteste aktive Mitglied im gesamten RSV. Liebe Marianne, wir wünschen Dir alles Liebe und Gute, Gesundheit, und dass Du uns noch lange erhalten bleibst

Unseren Bericht in der letzten Vereinszeitung hatte ich noch mit „Beinahe Normalität“ überschreiben können. Dieser schöne Zustand war leider schon nach kurzer Zeit wieder zu Ende, und wir mussten wieder eine Pause einlegen

Zum einen war die Turnhalle durch den Ausfall der Heizung kalt – für andere Gruppen vielleicht noch akzeptabel; für uns, die wir auch ruhige Übungen auf dem Boden machen, aber nicht mehr hinnehmbar. Zum anderen machte uns die Verschärfung der Corona-Regeln Ende November wieder einen Strich durch die Rechnung. Auch unsere Weihnachtsfeier fiel ihr zum Opfer.

Nach den Weihnachtsferien haben wir es noch einmal in der, immer noch kalten, Halle versucht, aber danach unseren Übungsbetrieb erneut für die nächsten fünf Wochen eingestellt.

Seit Ende Februar dürfen wir, nach erneuter Lockerung der Corona-Regeln, das Pfarrheim für unsere Übungsstunde nutzen. Dafür sind wir sehr dankbar!

Nun hoffen wir, dass die Halle nach den Osterferien, entweder durch eine reparierte Heizung, oder milde Frühlingstemperaturen so weit erwärmt ist, dass wir uns darin wieder wohl fühlen können.

Vera Tartsch



Entspannung und Schönheit  
ist unser Motto!

**Sylvia Malinowski**

Di - Fr 9:00 - 18:00 Uhr  
Sa 8:00 - 14:00 Uhr

Annenstrasse 28  
31134 Hildesheim  
05121 / 999 49 69

Weil Frische so lecker ist!  
Qualität vom Fachmann!



BÄCKEREI · KONDITOREI

**Heinrich Safft**

Inhaber **Wolfgang Raatz** Bäckermeister

Goschenstraße 41  
31134 Hildesheim  
Telefon 05121/12850

## Das sollten Sie ausprobieren

Wir sind Montag bis Freitag von 6 bis 18 Uhr  
und Samstag von 6 bis 13 Uhr für Sie da.

Es warten auf Sie täglich frisch aus dem Ofen  
über 30 verschiedene Sorten Brötchen.

Vom Vollkorn über Dinkel  
zum Weißbrot

Vom Sahne bis hin zum Plunder-Stück

Guten Appetit wünscht Ihnen  
Ihr Bäckermeister  
Wolfgang Raatz

## So sehen Sieger aus"

Es war der letzte Spieltag in dieser Saison für unsere 2. Damenmannschaft und auch wenn wir uns alle freuten, dass wir nach einer so langen Zwangspause wieder spielen konnten, war und ist es für uns nicht selbstverständlich, dass wir so "normal" mit unserem Leben weitermachen können, während die Menschen tausende Kilometer weg unfassbares Leid erleben müssen. Auch wenn es nichts Großes ist, entschieden sich Simona und Kim Kollmann, sich in blau und gelb einzuspielen und setzten damit ein wichtiges Zeichen. Da der TSV Clauen Soßmar nicht antreten wollte, war schon im Vorfeld klar, dass wir von diesem Heimspieltag auf jeden Fall 3 Punkte mitnehmen würden. Natürlich hatten wir auch das Ziel, unser letztes Spiel der Saison zu gewinnen. Mit der dritten Damenmannschaft der VSG Dünge/Holle/Bodenburg hatten wir allerdings einen starken Gegner zu Gast.

Den ersten Satz gewannen wir mit 25:20. Besonders herauszuheben ist hier eine tolle Aufschlagsserie von Kim Kollmann, die das eine oder andere Ass erzielte. Im zweiten Satz lieferten sich beide Mannschaften einen spannenden Schlagabtausch - mit dem besseren Ende für unsere Damenmannschaft. Wir gewannen den Satz knapp mit 28:26. Vor allem auch starke Angriffe von unserer Mittelblockerin Irina Ialoma halfen uns, diesen Satz zu gewinnen. Im dritten Satz setzten uns starke Aufschläge und Angriffe vom Gegner immer wieder unter Druck. Letztendlich konnten wir uns nicht durchsetzen und mussten uns mit 19:25 geschlagen geben. Nun war es wichtig, dass wir uns nicht aus der Ruhe bringen ließen. Also bündelten wir nochmal all unsere Kräfte für den vierten Satz. Wir wollten drei Punkte aus dem Spiel mitnehmen, weshalb wir diesen dringend gewonnen mussten. Auch in diesem Satz setzten starke Aufschläge vom Gegner uns immer wieder unter Druck. Aber unsere Nerven hielten stand und am Ende konnten wir diesen Satz - und somit auch das Spiel - mit 25:21 für uns entscheiden.

Erwähnt werden sollen an dieser Stelle auch diejenigen, die an diesem letzten Spieltag



nicht mitspielen konnten. Am Ende hat jede einzelne Spielerin dafür gesorgt, dass wir nach dem Spieltag die Tabelle anführen. Ob das jedoch so bleibt, zeigt sich in den nächsten Spielen der Gegner. Wir haben jedoch mit dem Heimsieg einen wichtigen Schritt Richtung Meisterschaft gemacht und müssen nun die Ergebnisse der anderen Spiele abwarten.



	Mannschaft		Spiele	Siege	Sätze	Punkte
1	MTV SG Borsum/Harsum/Achtum II	▲	4	3	11:4	10
2	VSG Dungen/Holle/Bodenburg III	△	3	2	7:4	6
3	TSV Giesen GRIZZLYS III		2	2	6:3	5
4	TSV Clauen Soßmar		2	0	1:6	0
5	MTV 48 Hildesheim V	▽	3	0	1:9	0

# Carina

FRISUREN

Goschenstraße 56 · 31134 Hildesheim

Telefon 0 51 21 - 33 444

[www.carina-frisuren.de](http://www.carina-frisuren.de)

## Vor 50 Jahren – Aufstieg der Fußballer in die Bezirksliga



Lang, lang ist es her! In der Saison 1971 /72, also vor 50 Jahren war im Achtumer RSV -Fußball eine Menge los. Nachdem die 1.Herren des RSV Meister der Bezirksklasse Nord geworden war, startete sie nun die Aufstiegsrunde zur Bezirksliga. In dieser Runde spielten die Mannschaften aus Boffzen, Bad Sachsa, Nordheim und dem „kleinen Dorf“ Achtum. Eigentlich war der RSV mit seinem Trainer Gerhard Schmidt klarer Außenseiter und man hatte gar keine Ambitionen, aufzusteigen. Aber die Mannschaft und die RSV - Fans freuten sich auf spannende Spiele und tolle Stimmung im Verein. Und dann kam es ganz anders als erwartet. Schon das erste Spiel in Boffzen wurde mit 4:1 gewonnen und am Ende aller Hin- und Rückspiele war die Mannschaft Gruppenerster und stieg in die Bezirksliga auf. Das war natürlich für Achtum ein toller Erfolg. Bis 1975 spielte man gegen Mannschaften wie Hann. Münden, SVG Göttingen, Duderstadt oder Einbeck. Auf den Achtumer Sportplatz kamen mitunter bis zu 1000 Zuschauer. Alte Achtumer RSVer können sich sicherlich noch an diese Zeiten erinnern. Das Foto der Aufstiegsmanufaktur von 1972. Schön war's!



Auf dem Foto fehlen Reinhard Hartmann und August Illemann

## Bericht vom Kindertanzen

Beim Kindertanzen üben wir kleine Choreografien ein, die auch Kinder ab der ersten Stunde mittanzen können. Wir tanzen z.B. zu dem „Flummilied“, dem „Fliegerlied“ oder dem „Körperteil – Blues“.



Die Kinder können auch frei tanzen und kreativ werden. Besonders beliebt ist die Reise in eine Fantasiewelt. Dabei überlegen sich die Kinder einen Ort und welche Tiere oder Wesen dort leben könnten und wie diese sich bewegen. So wird die Turnhalle unter anderem zum magischen Wald, in dem kleine Einhörner wohnen.

Zu „Let It Go“ aus dem Film „Die Eiskönigin“ erstarren alle zu Eis, sobald die Musik aufhört zu spielen.

Alle Jungen und Mädchen, die Spaß und Freude an Tanz und Bewegung haben sind bei uns willkommen. Es dürfen jederzeit Kinder zum „Schnuppern“ vorbeikommen. Das Kindertanzen ist für Kindergartenkinder ab 3 Jahren bis zum Grundschulalter.

Mit freundlichen Grüßen  
Annika Skorka

### **Kevin Fleige**

**Kfz. - Meisterbetrieb**

**Hildesheim/ Wackenstedt**

**Daimlerring 63**

- Reparaturen aller Art
- Abschlepp- und Bergedienst
- ASU / AU

**Ruf (05121) 5 90 70**



**Straßendienst**

im Auftrag des

**ADAC**

sowie vieler weiterer  
Versicherung  
und Automobilclubs

# Schweißtreibendes Trainingslager mit externem Trainer



Am Samstag, den 15. Januar, besuchte der hessische Gasttrainer „Olli“ Oliver Bernzen, die 2.Damen sowie die Herrenmannschaft der MTV SG Borsum/Harsum/Achtmum für ein ausgiebiges Trainingslager.

**Es wurde viel geschwitzt aber ebenso viel gelacht.**

Die Gesundheit von allen ist uns sehr wichtig!

Daher mussten sich zu Beginn alle den strengen Coronakontrollen von Kim unterziehen.

Um ein Höchstmaß an Sicherheit zu gewährleisten, gibt es bei uns im Augenblick nur Volleyball unter 2Gplus mit zusätzlich negativem Test auch für Geboosterte!

Nach einer kurzen Begrüßung ging es auch schon los.

Zunächst stellte Olli erstmal klar: „**Ich kann das nicht, gibt's nicht!**“. Danach schickte er alle zu ein paar Runden Warmlaufen mit anschließenden spielerischen Aufwärmübungen, bis auch dem Letzten ordentlich warm war. Die Kraftübungen danach, wo besonders auf eine ordentliche Ausführung Wert gelegt wurde, brachten so manchen an seine Grenzen. Doch dann sollte es aber auch schon mit Volleyball losgehen. Der Trainer, den Dogan an einem Internet-Trainer-Stammtisch kennenlernte, wiederholte kurz nochmal die korrekten Haltungen. Besonders beim Baggern, was im Nachhinein bei dem ein oder anderen auch nicht schaden konnte, ließ er dann jeweils in Partnerarbeit einige Pritsch- und Baggerübungen machen. Explizit die eigene Selbstkontrolle und auch die eigene Korrektur wurde immer wieder betont. Besonders als er Mittel zur richtigen Durchführung wie ein kleines 2kg- Gewicht oder ca. 50cm lange Röhren mit Fahrradschläuchen



benutzt wurden die Augen groß. Spätestens jetzt war klar: der Olli, weiß wovon er spricht!

Unter dem Stichwort „**erst Fliegen, dann Liegen**“, ging es weiter zum Hechtbagger, der erst von allen ausprobiert wurde und dann, nach einer kurzen Anleitung, bei den meisten sehr gut funktioniert hat. Hier hat es auch zu den besten und lustigsten Fotos geführt. Von Superman bis Seerobbe war alles dabei.

Schon bei den folgenden Ballwechselübungen hat man gemerkt, wie gut das Gelernte umgesetzt wurde, gerade was die Atmosphäre und Stimmung angeht, die laut Olli das A und O beim Volleyball sind.

### „STIMMUNG, STIMMUNG... HEY, HEY“

Gegen 15:45 Uhr legten dann alle eine Pause ein, versammelten sich größtenteils am selbstmitgebrachten Buffet und genossen die gemeinsame Zeit. Einige nutzten dies für Fragen an Olli nach Tipps und Tricks, um sich noch weiter zu verbessern. Nach einer halben Stunde folgten dann ein paar Challenges. Wieder jeweils zu zweit, die für einen extra Schub Motivation für den nächsten wichtigen Bestandteil, das Schlagen, sorgten. Der genaue Schlagablauf und die Schrittabfolge wurden kurz im Kreis einzeln geübt und dann am Netz vollständig durchgeführt. Auch



# A P O L L O N

## Griechisches Restaurant



Alle  
Gerichte  
auch  
zum  
mitnehmen.

Party-  
service  
ab 10  
Personen.

**Bahnhofsallee 11 - 31134 Hildesheim**

**Tel.: 05121- 13 46 99**

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Sonntag 17:00 - 22:45  
an Sonn. und Feiertagen 12:00- 14:30

hier sind ebenfalls coole Fotos entstanden. Die letzte Einheit des Tages bestand dann darin in getrennten Mädchen- und Jungs Teams ein paar Sätze unter erschwerten Bedingungen zu spielen. Eine letzte Lektion hatte Olli für uns noch:

**„Wenn man einen Fehler im Spiel macht, so sind Teamkollegen dazu da, einen aufzubauen!“**

Am Ende des Trainings waren sich dann alle einig, dass sie nicht nur, was die Technik betrifft viel gelernt und mitgenommen haben, sondern auch, dass der #TEAM-GEIST, die Stimmung und der Spaß eine wesentliche Rolle beim Volleyball spielen!

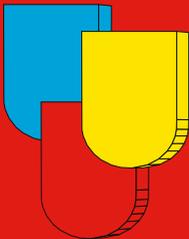
Diese sind für ein erfolgreiches Spiel, aber auch Training, sehr wichtig.

Nachdem alle gemeinsam gegen 19:30 Uhr alles abgebaut hatten, ließen wir den Abend noch mit einem Pizzaessen ausklingen.

Insgesamt war es für alle ein toller, gemeinsamer Tag, der gerade in Coronazeiten viel zu selten da ist.

**Danke Olli**, wir sind dir sehr verbunden und starten jetzt mit noch mehr Power in die nächsten Trainingsstunden!

by Svenja



**Malermeisterbetrieb  
Gründel**

**Ausführung sämtlicher Malerarbeiten**

**Martinusweg 9 \* 31135 Hildesheim**

**Tel. 05121/ 131905 FAX 05121/ 2819850**

**Mobil 0172/ 5458931**

# Mierisch

Bäckerei

Scharnhorststr. 1 • III-Marienburger Höhe • Telefon 05121 54356



**Sahin  
Kurt**



Berliner Str. 2 31135 Hildesheim  
Tel.: 05121/ 5 25 84 Fax: 05121/ 51 11 35

**Autowäsche  
Backshop  
BISTRO  
Shop**

# Neues aus der Schwimmabteilung

Seit Oktober vergangenen Jahres findet der Schwimmbetrieb (fast) im gewohnten Umfang wieder statt. Als Corona Schutzmaßnahmen sind die Anzahl der Kinder in den jeweiligen Gruppen begrenzt. An den Anfängergruppen können zurzeit jeweils 6 Kinder gleichzeitig teilnehmen. Maximal 12 Kinder nehmen gleichzeitig an den jeweiligen Abzeichen- und weiterführenden Gruppen teil.

Die Eltern tragen in der Schwimmhalle einen Mund- Nasen- Schutz. Alle anderen Corona- Auflagen sind zurückgefahren worden.

Die Trainingszeiten sind:

## Montag (Ameosklinik)

Neues aus der Schwimmabteilung	Seit Oktober vergangenen Jahres findet der Schwimmbetrieb (fast) im gewohnten Umfang wieder statt. Als Corona Schutzmaßnahmen sind die Anzahl der Kinder in den jeweiligen Gruppen begrenzt. An den Anfängergruppen können zurzeit jeweils 6 Kinder gleichzeitig teilnehmen. Maximal 12 Kinder nehmen gleichzeitig an den jeweiligen Abzeichen- und weiterführenden Gruppen teil.	
Die Eltern tragen in der Schwimmhalle einen Mund- Nasen- Schutz. Alle anderen Corona- Auflagen sind zurückgefahren worden.	Die Trainingszeiten sind:	
	<b>Montag (Ameosklinik)</b>	
	Bronze Silber 1	Anfänger 1
	<b>16.30-</b>	<b>16.30 - 17.10</b>

		<b>17.30 Uhr</b>	<b>Uhr</b>
			Anfänger 2
			<b>17.10 – 17.50 Uhr</b>
		Bronze Silber 2	Anfänger 3
		<b>17.30 – 18.30 Uhr</b>	<b>17.50 – 18.30 Uhr</b>
<b>Freitag (Ameosklinik)</b>			

## Freitag (Ameosklinik)

Weiterführung/Wettkampf	Anfänger 4
<b>16.30 – 18.00 Uhr</b>	<b>16.30- 17.15 Uhr</b>
	Anfänger 5
	<b>17.15 – 18.00 Uhr</b>

## Samstag (Hallenbad Himmelsthür)

Weiterführung/Wettkampf
<b>15.00 bis 16.00 Uhr</b>

In letzter Zeit sind zahlreiche Kinder neu in die Schwimmabteilung aufgenommen worden. Damit konnte der Mitgliederschwund der Coronazeit teilweise ausgeglichen werden. Zahlreiche Kinder haben außerdem Abzeichen erworben. 10 Kinder erhielten das Seepferdchen, 6 Kinder schafften Bronze- und 10 Kinder das Silberabzeichen.





**HAARSTUDIO**  
*Frank*

**Reinkommen – drankommen  
– sich wohlfühlen**

Einumer Straße 93 • Hildesheim • Tel. 0 51 21-12692  
Dorfstraße 8 • Schellerten • Tel. 051 23-4077510

# *Massagepraxis*

## *B. Markwart*



- Sportphysio- und Lymphdrainagetherapie
- Fussreflexzonenmasage

**31135 Hi-Achtum  
St. Margaretenweg 20A  
Tel.05121 / 33 605**

# Das erste Heimspiel der Saison 27.11.2021



Am Samstag, den 27.11.2021, hatten wir unser erstes Heimspiel dieser Saison. Mit Motivation zu gewinnen und mit 11 Spielerinnen trafen wir uns in Harsum in der Halle. Das erste Spiel bestritten wir

gegen die Grasdorf/Rethen Volleys. Mit guten Angriffen und Stimmung im Feld, sowie außerhalb des Feldes, gewannen wir knapp den ersten Satz mit 25:23. Mit einer gut funktionierenden Annahme konnten wir Druck im Angriff aufbauen und somit auch den zweiten Satz mit 25:21 für uns gewinnen.

Im dritten Satz machten wir teilweise zu viele Eigenfehler. Grasdorf/Rethen hat wiederum weiterhin sein gutes Spiel fortgesetzt und gewann somit den vierten Satz mit 15:25. Im vierten Satz versuchten wir in unser Spiel wieder reinzufinden, was uns auch gut gelang. Somit gewannen wir den vierten Satz mit 25:21 und das Spiel somit 3:1.

Das zweite Spiel bestritten wir gegen GFL Hannover IV. Schon im ersten Satz machten wir ein paar Eigenfehler und konnten im Angriff nicht genug Druck aufbauen. Durch eine gute Abwehr und platziertes Spielen gewann GFL Hannover dann den ersten Satz mit 17:25. Im zweiten Satz funktionierten unsere Annahme und der Angriff wieder besser und somit konnten wir den zweiten Satz knapp mit 27:25 gewinnen. Wir versuchten weiterhin konstant unser Spiel zu spielen und konnten somit den dritten Satz mit 25:21 gewinnen. Im vierten Satz merkte man langsam, dass wir schon vier Sätze vom Spiel davor in den Knochen hatten. Wir bekamen den Ball einfach nicht ins andere Feld. Die Gegner standen sehr gut in der Abwehr, was sich in den langen Ballwechseln zeigte. Den vierten Satz konnte GFL somit mit 18:25 für sich gewinnen. Im letzten Satz holten wir nochmal all unsere Kräfte raus und gewannen ihn mit 15:13. Somit haben wir das zweite Spiel 3:2 gewonnen.

Nach den zwei Siegen und einem anstrengenden Spieltag bestellten wir noch Pizza und ließen den Abend gemeinsam mit dem ein oder anderen Getränk dazu ausklingen.

Alida Oppermann



Innenausbau · Möbel · individuelle Planung und Fertigung · Tischlerei



# SALLAND

S C H R A N K I D E E N

Internet [www.salland.de](http://www.salland.de) · Telefon 05121 952110 · Mail [info@salland.de](mailto:info@salland.de)

Ausstellung bei Stammelbach Bau- & Wohnwelten in Hildesheim am Güterbahnhof

## **OIL! Tankstelle Einum**

**Thomas Gebke**

**Alte Heerstraße 1**

**31135 Hildesheim**

**Tel.: 05121-7030077**



- **Shop**
- **Bistro**  
**Werkstags frisch belegte Brötchen ab 05:30 Uhr**
- **Autowäsche**
- **Jeden Mittwoch Washtag**  
**Die beste Wäsche für 6,99 € statt 12,99 €**

## Ein Achtumer Nachwuchskicker



Der Fußball ist mein Ideal  
Der Fußball ist mein Leben,  
ich bin der beste Mann am Ball,  
beim SV Achtum eben.  
Am Sonntag zieht die Mannschaft aus  
zum Kampfe auf dem Rasen,  
ich kick das Leder, ei der daus,  
da fliehen fast die Hasen.  
Ich bolz den Ball mit aller Kraft,  
die Menge grölt im Chor,  
und manchmal habe ich`s geschafft:  
Der Fußball ist im Tor!  
Zwar kann ich`s noch nicht ganz so gut  
Wie unsre großen Bolzer.  
Vor denen ziehe ich den Hut,  
ich armer, kleiner Holzer.  
Ich lieb nun mal das Rasenfeld  
und alle Kameraden.  
Der Fußballsport ist meine Welt,  
und der wird mir nicht schaden.  
Wenn meine Mutter davon hört,  
schimpft sie mich dummen Bengel.  
„Du hast nur“, ruft sie ganz empört,  
„den Ball im Kopf, mein Engel“!  
Wo andere ihre Hüte tragen,  
geschmückt mit Band und Feder,  
da hast du – es ist nicht zu sagen –  
ein kugelrundes Leder!  
Das ist mir freilich schnurz und piep,  
ob ich da richtig liege:  
Ich hab den SV Achtum lieb,  
und gratulier zum Siege!

W. Bauermeister

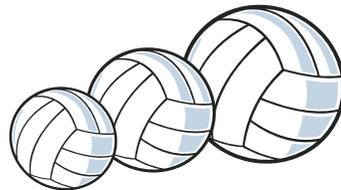
## Weihnachten – schon vorbei

2020 haben wir zu Weihnachten für alle aktiven Spieler\*innen T-Shirts bedruckt, verpackt und verteilt. Eine richtige kleine Weihnachtswerkstatt mit wenigen Händen (psst geheim), viel Arbeit und Quälerei, Schweiß und jeder Menge Kaffee sowie Cola. Was sollten wir da 2021 machen? Die T-Shirt-Aktion war schon was ganz Besonderes. Das funktioniert nicht jedes Jahr.

Da dachten wir uns, im letzten Jahr Weihnachtswerkstatt, dann in diesem Jahr ein bisschen Weihnachtsbäckerei? So ergab es sich, dass wir für unsere jüngste Mannschaft, die U12 Minis, versucht haben, kreativ zu sein. Es kam zu folgendem leckeren Ergebnis, teigige Finger und schokoladiger Volleyball.

Weil das so gut lief, wurde dann auch gleich das Lieblingstier der 1. Damen in Teig verewigt. Ob die Kekse lange gehalten haben?

Na, wir hoffen, dass es allen geschmeckt hat.





# Traumhafte Blüten & grüne Ideen...

... für das ganze Jahr

Goslarsche Landstr. 39  
31135 Hildesheim  
Telefon: 05121 - 35 192  
[www.gaertnerei-lehnhoff.de](http://www.gaertnerei-lehnhoff.de)

Öffnungszeiten

Mo. bis Fr.: 8 - 18.30 Uhr, Sa.: 8 - 16 Uhr

Gärtnerei  
Hauke **LEHNHOFF**  
Blumen, Pflanzen & mehr



# Richter

<sup>GmbH</sup>  
**Bedachungen**

Alte Heerstraße 27  
31135 Hildesheim/**Einum**

Tel: 05121 / 55 88 7

[www.dachdecker-hildesheim.de](http://www.dachdecker-hildesheim.de)

# Mini – Markt – Einum

Inhaber: Rainer Dannemann – Alte Heerstraße 27 – 31135 Einum



## Hier backt der Chef noch selbst!

- \* Täglich frische Backwaren
- \* Wurst & Grillspezialitäten von der Hausschlachterei Quante
- \* Mettwurst aus dem Eichsfelder Land
- \* Täglich frisch belegte Brötchen & Kaffee-Spezialitäten
- \* Zeitschriften – Süßwaren – Getränke – Zigaretten – andere Kioskartikel
- \* Hermes Paket-Shop
- \* Lotto Annahmestelle

## Öffnungszeiten:

Montag	Ruhetag	
Dienstag	05:30 – 13:00	15:00 – 19:00
Mittwoch	05:30 – 13:00	15:00 – 19:00
Donnerstag	05:30 – 13:00	15:00 – 19:00
Freitag	05:30 – 19:00	
Samstag	05:30 – 19:00	
Sonntag	08:00 – 19:00	

# Liebe RSVler,



die Bundesregierung hat offenbar das Ende der Pandemie beschlossen, fast alle Regeln fallen ab April weg. Was wie eine gute Nachricht auch für alle Sporttreibenden klingt, erscheint beim Blick auf die aktuellen Zahlen und auch auf das persönliche Umfeld seltsam realitätsfern.

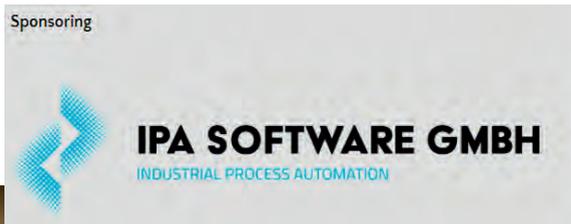
Die niedersächsische Landesregierung appelliert daher völlig zu Recht, (weiter) GEMEINSAM gegen Corona vorzugehen, weiter Abstand zu halten, wo es möglich ist und außer beim Sporttreiben selbst eine Maske zu tragen. Ich kann/Wir können das nur unterstützen ([www.niedersachsen.de/coronavirus/](http://www.niedersachsen.de/coronavirus/)) und baue(n) darauf, dass wir spätestens nach den Sommerferien wieder zu einer Art „Normalbetrieb“ zurückkehren können.

Über die Entwicklungen im Zusammenhang mit unserem Vereinsjubiläum werden wir laufend auf unserer Homepage berichten.

Ich bedanke mich/Wir bedanken uns bei allen Freunden, Sponsoren und Gönnern unseres Vereins für das Vertrauen und die gute Zusammenarbeit.

Euer Vorstand

## Sponsor des RSV



# Vorstand des Rasensportvereins v. 1932 Achtum e.V.

Vorstand		Telefon / Handy	E-Mail
1. Vorsitzender	Jörg Franzmann Kleegarten 21 31135 Hildesheim	05121- 51 62 18	j.franzmann@gmx.de
Kassenwart	Frank- Robert Schmalbruch Ringstr. 17 e 31135 Hildesheim	05121- 13 05 30	frank.schmalbruch@gmail.com
Vorstand	Günter Hartkens Kleegarten 19 31135 Hildesheim	05121- 13 18 29	g.hartkens@web.de
Vorstand	Ulf Knorr Orleansstr.15 31135 Hildesheim	05121- 28 53 48 9 0170- 26 11 66 0	ulfknorr@web.de
Schriftführer	Stefan Gölzow Ringstr. 17 c 31135 Hildesheim	05121- 69 46 76	guelzow.stefan@gmail.com

Erweiterter Vorstand/ Abteilungsleiter		Telefon / Handy	E-Mail
Bewegtes Rollenspiel	Michael König Ringstr. 64 31135 Hildesheim	05121 - 25969 0177- 3792828	micha.koenig@freenet.de
Damengymnastik	Edeltraud Wagner Hirschbergerstr. 9 31135 Hildesheim	05121 - 51 03 53	
Fußball	Frank Suffner-Paetzold Ringstr. 45 31135 Hildesheim	05121 - 15 35 9	fsp7@arcor.de
Schwimmen	Ulf Knorr Orleansstr. 15 31135 Hildesheim	05121 - 28 53 48 9 0170- 26 11 66 0	ulfknorr@web.de
Sport für Jedermann	Czeslaw Laqua Kirchstr. 7a 31135 Hildesheim	05121- 12 76 2	cokk@gmx.de
Tennis	Dieter Wüstefeld Achtumer Lindenkamp 27 31135 Hildesheim	05121- 14 53 0	dieter-wuestefeld@t-online.de
Tischtennis	Rainer Briem Kirschenweg 40 31135 Hildesheim	05121- 37 65 0	
Volleyball	Günter Hartkens Kleegarten 19 31135 Hildesheim	05121 - 13 18 29	g.hartkens@web.de

Das Clubhaus des RSV erreichen Sie unter: 05121/ 12 84 3

## Zur Information! Die Mitgliedsbeiträge des Rasensportvereins von 1932 Achtum e.V.

Beitragsgruppe	Jahresbeitrag	Beitragsgruppe	Jahresbeitrag
Kinder bis zum 6. Geburtstag	78,00 €	Passive Mitglieder	48,00 €
Kinder/Jugendliche bis zum 25. Geburtstag	92,00 €	Zusatzbeiträge Abteilungen	
Erwachsene	126,00 €	Schwimmen	20,00 €
Familien (inkl. Jugendliche bis zum 25. Geburtstag)	260,00 €	Yoga (8x) pro Kurs	70,00 €
Ehepartner/ Lebensgemeinschaften	208,00 €	Tennis	64,00 €

Für Vereinsmitglieder die Ihren Beitrag nicht im Rahmen des Lastschriftverfahrens erheben lassen, hier die Bankverbindung des Rasensportverein v. 1932 Achtum e.V. :  
Sparkasse Hildesheim IBAN : DE96 2595 0130 0003 0015 01 BIC: NOLADE21HIK



# FINDEN SIE DEN TOYOTA AYO X, DER AM BESTEN ZU IHNEN PASST



## DER NEUE TOYOTA AYO X

AB 23.04.2022 LIVE BEI UNS ERLEBEN

Erhältlich in vier temperamentvollen Zweitonlackierungen, ist der Toyota Aygo X genau auf Sie zugeschnitten. Ob spaßig-feuriges Chilli Red, aufregendes Cardamom Green, originell-lebhaftes Juniper Blue oder elegantes Ginger Beige – es gibt für jede Persönlichkeit die passende Farbe. Für einen perfekten Auftritt ist die Farbgestaltung des Innenraums harmonisch auf das äußere Temperament abgestimmt. Seien Sie mutig und setzen Sie ein Zeichen, egal welchen Geschmack Sie haben.

Kraftstoffverbrauch Aygo X, 1,0-l-VVT-i Benzinmotor 53 kW (72 PS), niedrig (Kurzstrecke) 5,7–5,4 l/100 km, mittel (Stadtrand) 4,5–4,4 l/100 km, hoch (Landstraße) 4,2–4,1 l/100 km, Höchstwert (Autobahn) 5,8–5,3 l/100 km, kombiniert 5,0–4,8 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 114–108 g/km. Die angegebenen Verbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte wurden nach dem WLTP-Messverfahren ermittelt.

### AUTO SCHUDER GMBH

Steuerwälder Str. 161 • 31137 Hildesheim  
Tel.: 05121/749960 • [www.auto-schuder.de](http://www.auto-schuder.de)

**AUTO SCHUDER**  
GmbH  
*Ihr Partner des Vertrauens*