



VERBANDSMITTEILUNGSBLATT

Betriebssportverband Hamburg e.V.

Der Verband für Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport

Betriebssportverband Hamburg e.V.

Wendenstraße 120, 20537 Hamburg

Telefon: 040 / 23 37 77/78, Fax: 040 / 23 37 11

Mail: info@bsv-hamburg.de

www.bsv-hamburg.de

Geschäftszeit: Mo.- Fr. von 9.00 – 17.00 Uhr

50. Jahrgang

Verbandsmitteilungsblatt Nr. 12 02. Dez. 2011
als pdf unter www.bsv-hamburg.de

MITTEILUNGEN DES PRÄSIDIUMS

Das Präsidium und die Geschäftsstelle bedanken sich für die vielen guten Wünsche zum Weihnachtsfest und für das neue Jahr. Wir wünschen Ihnen alles Gute, viel Gesundheit und sportliche Erfolge!

BSV-Verbandstag

Der nächste ordentliche Verbandstag findet am Dienstag, den 27. März, 18:00 Uhr, bei ERGO Versicherungen, Hauptverwaltung, Casino, Überseering 45, 22297 Hamburg, statt. Wir bitten um Terminvormerkung. Die vorläufige Einladung mit Anlagen wird mit dem VMB Nr. 2, am 03.02.2012, versandt.

BSV-Bestandserhebung zum 31.12.2011

Der **Bestandsbogen 2011** wird erneut veröffentlicht. Dieser steht auch unter www.bsv-hamburg.de, Downloads als pdf und doc.-Version zur Verfügung. Rückgabe per Post, Fax 040 / 23 37 11 oder info@bsv-hamburg.de

Abgabetermin, Freitag, 13.01.2012

Partnerangebote auf www.bsv-hamburg.de

Im Zuge der Neuausrichtung des BSV und dem Ausbau eines Netzwerkes für das Betriebliche Gesundheitsmanagement wurde der Internetauftritt so gestaltet, dass die Kooperationspartner zu den Themen Sport und Gesundheit mit ihren Angeboten schnell gefunden werden können. Schauen Sie sich doch einmal in Ruhe die vielen Angebote unter www.bsv-hamburg.de an.

Bezirksamt Altona informiert

An der Grundschule Barlsheide, Bornheide 2, 22549 Hamburg, wird zum 01. Februar 2012 eine neue Zweifeldsporthalle (Markierungen für die Sportarten Badminton, Basketball, Handball und Volleyball vorhanden) zur Verfügung stehen. Das Bezirksamt beabsichtigt, die Halle den Sportverbänden sowie ortsansässigen Vereinen und Betriebssportgemeinschaften zu überlassen. Anträge auf Mitbenutzung sind bis zum 31.12.2011 zu richten an das Bezirksamt Altona, Fachamt Sozialraummanagement, Sportreferat, Platz der Republik 1, 22765 Hamburg und eine Kopie an den BSV Hamburg, z.Hd. von Ulrich Lengwenat-Hahnemann.

Gesundheitssport-Angebote auch in Ihrer BSG?!

Wir möchten helfen, Gesundheitssport-Angebote (Wirbelsäulengymnastik, Pilates, Yoga, Nordic Walking etc.) als Zusatzangebot in Ihre BSG zu integrieren. In Kooperation mit den Hamburger Sportvereinen und anderen Gesundheitsanbietern können wir Ihnen konkrete Angebote in Ihrer unmittelbaren Nähe unterbreiten. Wenn Sie eigene Räumlichkeiten vor Ort haben, kommen wir auch ins Haus. Es berät Melanie Gronau, Tel. 23 85 79 62 oder melanie.gronau@bsv-hamburg.de.

Neues von Kooperationspartnern

Der **Lufthansa Sportverein Hamburg e.V.** und der **TH Eilbeck** starten mit guten Vorsätzen und umfangreichen Angeboten ins neue Jahr. Mit 10er Karten oder Kurzzeitmitgliedschaften können Sie interessante Kurse ausprobieren. Zum Teil werden diese Kurse sogar von den Krankenkassen bezuschusst. Die aktuellen Ausschreibungen erhalten Sie im **Anhang**.

3. Ernährungskurs „Schritt für Schritt im Job besser Essen“

Am 21. Februar 2012 startet unser 3. Ernährungskurs mit der Dipl. Ökotrophologin Heike Niemeier. Der Kurs ist in acht Module aufgebaut, Sie erhalten die Inhalte und Informationen im **Anhang**. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Es besteht die Möglichkeit, einen Zuschuss von der Krankenkasse zu erhalten. Infos: Melanie Gronau, Tel. 23 85 79 62 oder melanie.gronau@bsv-hamburg.de.

Workshop: Burnout & Ernährung

Am 26. Januar 2012 findet von 16.30 bis 19.00 Uhr in den Räumlichkeiten der BARMER GEK ein kostenloses Workshop-Programm mit interessanten Referenten zum Thema Burnout und Ernährung statt. Im Anhang erhalten Sie den aktuellen **Flyer** mit dem Programmablauf.

Seminare der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft

Vom 11. bis zum 13.02.2012 haben Sie wieder die Möglichkeit, kostenlos an drei Seminaren der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft teilzunehmen. Eine Ausschreibung im **Anhang** oder bei Melanie Gronau unter Tel. 23 85 79 62 oder melanie.gronau@bsv-hamburg.de.

OfficePhysio

Diese Online-Rückenschule ist ein Lern- und Übungsprogramm für ein gesundes Arbeiten an Bildschirmarbeitsplätzen. Das Programm basiert auf den Ergebnissen medizinischer Studien und unterstützt Sie in der täglichen Rückengesundheit. Testen Sie unter <http://www.officephysio.de/>

BSV Fitnesswochenende

Vom 04. – 06.05.2012 organisiert der BSV wieder in Kooperation mit dem VTF ein Fitnesswochenende im Strandhotel**** am Weissenhäuser Strand. Walking oder Jogging am Ostseestrand, Aqua-Training im Pool oder Cardiofit fördern die Ausdauer, die Muskeln straffen Sie beim Body Workout und Rücken-Fitness. Stretch & Relax sowie Entspannungskurse runden das Programm ab. **Ausschreibung** anbei. Infos bei Melanie Gronau unter Tel. 23 85 79 62.

European Company Sport Games 2011 in Hamburg

Wenn Sie noch Interesse haben, preisgünstig ECSG-Polo- oder T-Shirts, Caps oder Poster zu erwerben, dann finden Sie unter www.ecsghamburg2011.de einen Online-Shop. Bei Abholung auf der Geschäftsstelle entfallen die Versandkosten.

Der DBSV informiert

Alle Termine für Deutsche Betriebssportmeisterschaften in 2012 finden Sie unter www.betriebssport.net

„Schwarze Kassen im Verein/Verband“

Über dieses Thema informiert der DBSV-Generalsekretär Patrick Nessler, siehe **Anlage**.

Ausführliche Informationen zu den o.g. Themen finden Sie im Vorspann des Gesamt-VMB unter www.bsv-hamburg.de. Dort sind auch alle Anlagen und Ausschreibungen enthalten.

gez. Ulrich Lengwenat-Hahnemann

Das VMB Nr. 2/2012 erscheint am 03.02.2012.

Der **BSV-Newsletter** informiert Sie darüber! Unter www.bsv-hamburg.de bestellen!



Leichtathletik – Ausschuss

- INHALTSVERZEICHNIS** :
- 1) Mitteilungen des LA-Ausschusses
 - 2) Einladung Lauffeuer-Waldlauf / BSV-Waldlaufmeisterschaften 2012
 - 3) Einladung Crosslauf Bergedorfer Gehölz
 - 4) Terminplan 2012

MITTEILUNGEN DES LA-AUSSCHUSSES

ZUR ERINNERUNG TERMINE

| | |
|-------------------|---|
| Sonnabend, 07.01. | Waldlauf SV Signal Iduna / Volkspark HH-Bahrenfeld |
| Sonnabend, 14.01. | Vattenfall-Werfertag / Jahnkampfbahn |
| Sonnabend, 21.01. | Crosslauf Marienhöhe / Hamburger Laufladen |
| Sonnabend, 11.02. | Lauffeuer-Waldlauf / BSV-Waldlaufmeisterschaften 2012 / Tangstedter Forst |

TERMINPLAN 2012

In diesem VMB gibt der Leichtathletik-Ausschuss die Termine für das Jahr 2012 bekannt. Unsere Spartenleiter/innen werden gebeten, ihren Aktiven den Terminplan zur Kenntnis zu bringen. Auf zwei Veranstaltungen, bei denen der BSG-Teamgeist gefordert ist, sollte besonders hingewiesen werden : die Alsterstaffel am 25. März (mit Langstaffel) und den BSV-Mannschafts-Cup am 19. Juni 2012 ! Bei Terminänderungen erfolgt umgehende Information im VMB, aktuelle Infos auch im Internet : www.kuddl-voss.de

Alsterstaffel/Halbmarathonmeisterschaften

Nachdem der zunächst vorgesehene Termin für die 99. Alsterstaffel kein Aprilscherz war, ergab sich aus der Vorverlegung um eine Woche (es wurde übersehen, dass der 1. April verkaufsoffener Sonntag ist...) auf den 25. März eine Überschneidung mit den für diesen Tag geplanten BSV-Halbmarathonmeisterschaften. Dank der auf Initiative des LA-Ausschusses vor zwei Jahren ins Programm aufgenommen Langstaffel hat die Alsterstaffel nicht nur für Hamburgs Betriebssportler verloren gegangene Attraktivität zurück gewonnen. Um unsere Aktiven/BSGen nicht vor die Frage zu stellen, Teilnahme bei Deutschlands ältester Straßenlaufstaffel oder Start am gleichen Tag beim Halbmarathon, werden die BSV-Halbmarathonmeisterschaften in diesem Jahr am 18. März 2012 in Bramfeld durchgeführt.

VERBANDSMITTEILUNGSBLATT 2012

Das Verbandsmitteilungsblatt (VMB) erscheint im Jahr 2012 an den folgenden Tagen (als PDF unter www.bsv-hamburg.de) :

Nr. 1 : 06. Januar / Nr. 2 : 03. Februar / Nr. 3 : 02. März / Nr. 4 : 13. April / Nr. 5 : 04. Mai / Nr. 6 : 01. Juni / Nr. 7 : 06. Juli / Nr. 8 : 03. August / Nr. 9 : 07. September / Nr. 10 : 05. Oktober / Nr. 11 : 02. November / Nr. 12 : 07. Dezember 2012

SPORT IM BETRIEB

Redaktionsschluss für Berichte für die Zeitschrift SPORT IM BETRIEB (SiB) 2012 :
Nr. 1 am 20. Januar / Nr. 2 am 25. Mai / Nr. 3 am 24. August / Nr. 4 am 26. Oktober 2012

LAUFEN IN HAMBURG

In der Broschüre „Laufen in Hamburg“ ist auch die Einladung zum City Nord Lauf am 6. Juni 2012 enthalten. Bitte beachten : die Einladung in der Broschüre richtet sich **nicht** an die Leichtathleten des BSV Hamburg! Die **BSV-Ausschreibung** für den City Nord Lauf wird im VMB 5/2012 veröffentlicht.

EINLADUNG ZUM 7. LAUF-FEUER-WALDLAUF B S V – WALDLAUFMEISTERSCHAFTEN 2012

Die BSG'en Laufwerk und Feuerwehr laden unsere Sportlerinnen und Sportler sehr herzlich zu ihrem 7. gemeinsamen Waldlauf ein. Es ist der 39. Waldlauf im Tangstedter Forst.

Termin: Sonnabend 11. Februar 2012

Ort: Tangstedter Forst. Anfahrt mit PKW, hinter U-Bahn Ochsenzoll rechts die Segeberger Chaussee (B432) Richtung Segeberg. Nach ca. 3 km hinter dem Plaza Baumarkt, 1. links in den Hasenmoorweg, dann rechts Wilstedter Weg bis zum Wald. Mit dem Bus 378 bis Wilstedt-Ziegen-Ziegenkoppel (Ecke Forstweg-Dorfstraße aussteigen und den Forstweg zu Ende gehen).

Wettbewerb und Startfolge:

13:30 Uhr Langstrecke 3 Runden = 10.320 m

14:45 Uhr Kurzstrecke 1 Runde = 3.400 m

15:25 Uhr Mittelstrecke 2 Runden = 6.860 m

Strecke: Streckenführung wie in den Vorjahren, gelaufen wird auf Waldwegen ohne nennenswerte Steigungen. Spikes dürfen benutzt werden.

Startberechtigung: Startberechtigt sind alle Mitglieder von BSGen, die dem BSV Hamburg angehören und einen gültigen Leichtathletik-Startpass besitzen.

Wertungen: Gemäß Regelung der Wald-/ Crosslaufserie 2011/2012

Meldungen: Internetmeldung bis Mittwoch 8. Februar 2012 23:00 Uhr.
Rückfragen an Helge Meise per Mail: info@laufwerk-hamburg.de

Startgeld: 2,50,- Euro je Start

Das Startgeld ist **spätestens 10 Tage** nach dem Waldlauf zu überweisen an: Laufwerk Hamburg, Hamburger Bank BLZ 20190003, Konto 88278000. Bitte unbedingt BSG oder Verein angeben!!!

Nachmeldungen: am Veranstaltungstag sind nur möglich bei Barzahlung von 4,- Euro pro Start.

Meisterschafts-Auszeichnungen : Meisterschaftsmedaillen für Sieger und Platzierte der AK-Wertungen, Ehrenpreise für die siegreichen Mannschaften.

Urkunden: Per Selbstdruck über athleticon.bsvhh.de/public

Allgemeines: Gewertet wird nur wer einen eingetragenen Chip beim BSV hat und eine Startnummer der Wald-/Crosslaufserie 2011/2012 trägt.

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

Umkleidemöglichkeiten stehen leider nicht zur Verfügung, kommen sie bitte in Sportkleidung zum Waldlauf. Die FF Ottensen gibt Tee aus (bitte Becher mitbringen), auch Würstchen gibt es.

Die Jugendfeuerwehr Langenhorn Nord übernimmt die Streckenüberwachung.

Bitte beachten: Es wird nachdrücklich darauf hingewiesen so zu parken, dass der Straßenverkehr nicht behindert wird.

Der Lauf -Feuer Waldlauf ist die 6. Veranstaltung der Wald-/ Crosslaufserie 2011/2012 und findet bei fast jedem Wetter statt.

BSG Feuerwehr
gez. Alfred Hintzmann/Thomas Meyer

BSG Laufwerk
gez. Helge Meise

gen.: LA-Ausschuss
gez. orlo

EINLADUNG ZUM 37. BSV-CROSSLAUF IN BERGEDORF



Da der SV Allianz die Veranstaltung zurückgegeben hat, wird die Veranstaltung 2012 unter der kommissarischen Leitung von Birger Schröder und Helfern der BSGen NDR und Allianz durchgeführt. Für 2013 wird dringend ein neuer Ausrichter dieser Traditionsveranstaltung gesucht! Interessierte BSGen mögen sich bitte beim LA-Ausschuss melden! *)

TERMIN : **Sonnabend, 25. Februar 2012 / Beginn 13.30 Uhr**

ORT : **Bergedorfer Gehölz** / Pfingstberg am Billtal-Stadion

WETTBEWERBE UND STARTFOLGE

| | | |
|------------------|----------------------|-------------------------------------|
| 13.30 Uhr | Kurzstrecke | 1 kleine + 1 große Runde = 3.300 m |
| 14.15 Uhr | Langstrecke | 1 kleine + 3 große Runden = 7.900 m |
| 15.25 Uhr | Mittelstrecke | 1 kleine + 2 große Runden = 5.600 m |

STRECKE : Waldwege mit zahlreichen Steigungen. **S p i k e s** dürfen benutzt werden, bei extremer Witterung ist die Benutzung von Spikes ratsam !

STARTBER. : Startberechtigt sind alle Mitglieder von BSG'en, die dem BSV Hamburg angehören und **im Besitz eines gültigen Leichtathletik-Startpasses sind.**
HLV-Aktive können an der Veranstaltung teilnehmen, die Wertung erfolgt a.K.

WERTUNGEN : Gemäß Regelungen der Wald-/Crosslaufserie 2011/2012

MELDUNGEN : Internet-Meldung (Athleticon): bis Mittwoch, 22. Februar 2012 (23.00 Uhr)
Auskünfte : Birger Schröder, Tel. 040/41562354

STARTGELD : **2,50 € je Einzelstart** **Bitte neue Kontoverbindung beachten!**
Das Startgeld ist bis spätestens 10 Tage nach dem Waldlauf zu überweisen an Birger Schröder, Konto-Nr. 1282469145 bei der Haspa, BLZ 20050550, Kennwort „Waldlauf 2012“. Name der BSG bei der Überweisung nicht vergessen !
Nachmeldungen am Veranstaltungstag sind nur bei gleichzeitiger Barzahlung möglich, Aufgeld 1,50 € je Start.

ALLGEMEINES : Startberechtigt sind nur Aktive, die im Besitz eines Chips (muss im Teilnehmerverzeichnis registriert sein) sind und die Startnummer der Wald-/Crosslaufserie tragen!

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

Umkleidemöglichkeiten stehen leider nicht zur Verfügung, kommen Sie bitte in Sportkleidung zum Bergedorfer Gehölz.

Zur Tee-Ausgabe sind eigene Becher mitzubringen.

ANFAHRT : Das Bergedorfer Gehölz ist zu erreichen über Wentorfer Straße, links ab in den Pfingstberg, Parkplatz zwischen Luisen-Gymnasium und Billtal-Stadion. Start und Ziel befinden sich wie in den Vorjahren auf der Rodelbahn.

Der Bergedorf-Cross ist die 7. Veranstaltung der Wald-Crosslaufserie 2011/2012 des Leichtathletik Ausschusses im BSV Hamburg. Die Veranstaltung findet bei fast jeder Witterung statt. Aktuelle und kurzfristige Informationen zu den Veranstaltungen gibt es u.a. unter www.laufforum-hamburg.de !

BSV HAMBURG LA-AUSSCHUSS

gez: Birger Schröder

*) = erfreuliche Mitteilung : es gibt voraussichtlich einen neuen Veranstalter !



Betriebssportverband Hamburg

Leichtathletik

Terminplan 2012



Januar

| | | | |
|------------|-----------|---------------------|-----------------------------|
| Sa. 07.01. | Waldlauf | SV Signal Iduna | Volkspark HH-Bahrenfeld |
| Sa. 14.01. | Werfertag | Vattenfall | Jahnkampfbahn |
| Sa. 21.01. | Crosslauf | Hamburger Laufladen | Marienhöhe, Sülldorf/Rissen |

Februar

| | | | |
|------------|----------------------|----------------------|--------------------|
| Sa. 11.02. | Waldlauf – MS | Feuerwehr + Laufwerk | Tangstedter Forst |
| Sa. 18.02. | Werfertag | Vattenfall | Jahnkampfbahn |
| Sa. 25.02. | Crosslauf | BSV-LA+Allianz | Bergedorfer Gehölz |

März

| | | | |
|------------|---|--------------------------------------|-------------------|
| So. 11.03 | Hallensportfest | BSV-LA | LA-Halle |
| Sa. 17.03. | Werfertag | Philips LG | Jahnkampfbahn |
| So. 18.03. | Halbmarathon – MS | BSV-LA + BMS Sportveranstaltungs GbR | Bramfeld |
| So. 25.03. | 99. Alsterstaffel / Langstaffel 4 x 2,5 Km | HLV + BSV-LA | HH |
| Sa. 31.03. | Waldlauf | Philips LG | Niendorfer Gehege |

April

| | | | |
|------------|--------------------------------|--------------|------------------------|
| Mi. 11.04. | Bahneröffnung mit Werfertag | BSV-LA | Jahnkampfbahn |
| So. 29.04. | Marathon – MS | BSV-LA + HLV | Haspa Marathon Hamburg |

Mai

| | | | |
|------------|---|------------------------|-----------------------------|
| Mi. 09.05. | Abendsportfest | Philips LG | Hammer Park |
| Mi. 16.05. | Bramfelder See Lauf | NDR | 1. Lauf BSV-Sommer-Cup 2012 |
| Mi. 23.05 | Abendsportfest mit MS Mehrkampf + 3x1000m | BSV-LA + FA Blankenese | Hammer Park |

Juni

| | | | |
|------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| Mi. 06.06. | City-Nord-Lauf | ERGOsports+Vattenfall | 2. Lauf BSV-Sommer-Cup 2012 |
| So.10.06. | 3. Hoisbütteler Hasenlauf | Hamburger Laufladen | Hoisbüttel |
| Di. 12.06. | Stundenlauf | NDR | Jahnkampfbahn |
| Di. 19.06. | BSV-Mannschafts-Cup | BSV-LA | Jahnkampfbahn |
| Fr. 22.06. | Wedeler Deichlauf mit Swim&Run | Elbe-Sport | 3. Lauf BSV-Sommer-Cup 2012 |

Juli

| | | | |
|------------|-------------------|-------------------|-----------------------------|
| Di. 10.07. | Abendsportfest | BSV-LA | Jahnkampfbahn |
| Mi. 25.07. | Hammer Park –Lauf | Philips LG | 4. Lauf BSV-Sommer-Cup 2012 |
| Di. 31.07. | Abendsportfest | SV Rot-Gelb Shell | Jahnkampfbahn |

August

| | | | |
|------------|------------------------------|-------------------------|------------------------------|
| Sa. 11.08. | Hamburger MS / 1. Tag | BSV-LA | Jahnkampfbahn |
| Mi. 15.08. | Hamburger MS / 2. Tag | BSV-LA | Jahnkampfbahn |
| Mi. 29.08. | Hohenbuchenlauf | ERGOsports + Vattenfall | 5. Lauf BSV- Sommer-Cup 2012 |

September

| | | | |
|------------|-------------------------------------|------------------|---------------|
| So. 02.09. | 29. Airport Race | Lufthansa SV | Flughafen |
| Mi. 05.09. | Spartenleiterversammlung | BSV-LA | BSV-Anlage |
| Fr. 14.09. | Bahnabschluss mit Bacardi-Super-Cup | BSV-LA + Bacardi | Jahnkampfbahn |
| So. 30.09. | 10 Km-Straßenlauf MS | SG Zoll + BSV-LA | Speicherstadt |

Oktober

| | | | |
|------------|--|----------|---------------------------|
| So. 07.10. | 11. Wittenseer Quelle Stadtpark Staffel | Laufwerk | Jahnkampfbahn + Stadtpark |
| Sa. 27.10. | Crosslauf | SV Rapid | Horner Rennbahn |

November

| | | | |
|-------------|------------|---------------------|-------------------------|
| So. 18.11 | 25 Km-Lauf | Otto + TuS Holstein | Quickborn |
| 10.o.24.11. | Waldlauf | SV Rot-Gelb Shell | Volkspark HH-Bahrenfeld |

Dezember

| | | | |
|------------|----------|------------|-----------|
| 01.o.08.12 | Waldlauf | ERGOsports | Stadtpark |
|------------|----------|------------|-----------|

MS = Meisterschaften

Werferserie 2012/2013 = Termine werden bestimmt, wenn Termine für Wald-/Crosslaufserie feststehen
10 Km = sollte Durchführung wegen Straßenbauarbeiten nicht möglich sein : 14.10. Bramfeld