



Newsletter vom 29. 1.

HANDBALL · BASSUM – TWISTRINGEN – SYKE

Neues vom Vorstand

Moin PHOENIX-Handballer,
leider können wir nichts Neues zum Spielbetrieb vermelden, Ihr selber kennt alle die allgemeine Lage und natürlich auch die Situation zum Amateursportbetrieb, damit auch unsere Handballlage;

lock down ist so – und trotzdem head up.

Wir vom Vorstand können auch nicht voll Power arbeiten, sondern erledigen zurzeit das, was ohne Wettkampf- und Spielbetrieb notwendig und sinnvoll ist. Also wir halten uns – wie IHR PHOENIX-AKTIVEN – fit.

Wir möchten die Handballspielpause aber auch nutzen, ein wenig über den PHOENIX-Vorstand und dessen Aufgabenfelder zu berichten; dabei werden sich auch die jetzigen Vorstände in lockerer Reihenfolge vorstellen und über ihre Aufgaben und Ideen hier im Newsletter schreiben.

Die HSG PHOENIX existiert nun schon in der achten Spielsaison als Handballspielgemeinschaft der drei Sportvereine TSV Bassum, SC Twistringen und TUS Syke, das ist nichts Neues, das wisst Ihr alle.

Die HSG PHOENIX ist als eigenes Mitglied beim HVN geführt und der Sportbetrieb steht in der alleinigen Verantwortung der HSG PHOENIX. Jeder PHOENIX hat eine Mitgliedschaft in einem der drei Sportvereine, diese Mitgliedschaft wird durch HSG PHOENIX überhaupt nicht verändert.

Das heißt, alle Angelegenheiten im Zusammenhang mit der Mitgliedschaft zum Sportverein müssen mit diesem Verein geregelt werden; dafür stehen in jeden Verein die Handball-Spartenleiter gerne zur Verfügung,

- in Bassum ist das Ulrich Schröder,
- in Twistringen ist das Frank Cordes,
- in Syke ist das Gerald Hartmann.

Gerne hilft auch an dieser Stelle die Geschäftsstelle der HSG PHOENIX weiter; indem sie Euer Anliegen weiterleitet an den verantwortlichen Spartenleiter.

Gerade kommt auf den Redaktionstisch der Spruch von Albert Schweitzer:

„Aus jedem Tun kommt neue Kraft“,

dann also Tun und Machen – tut was, macht was – haltet Euch fit und bleibt gesund.

Bis nächste Woche

EUER PHOENIX-Vorstand

VARIO[®]



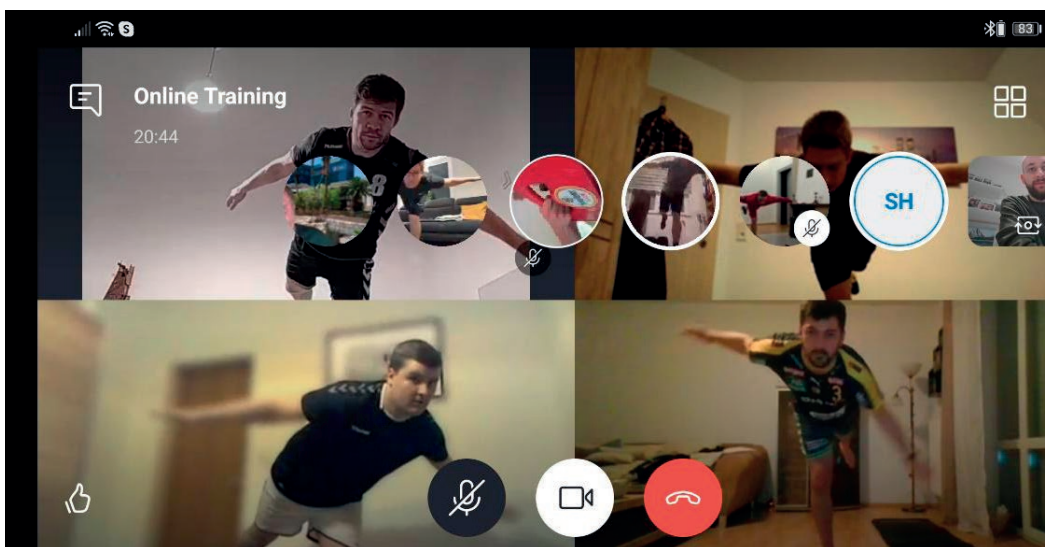
Aus den Mannschaften

Training allein und doch gemeinsam

Die 1. Herren liegt auch im Lockdown nicht auf der faulen Haut. Trainer Christoph Schweitzer und Co-Trainer/Fitnesscoach/Physiogott Stefan Honscha halten ihre Männer auch in diesen schwierigen Zeiten auf Trapp. Einmal wöchentlich findet ein gemeinsames Online-Training statt. Neben der Fitness steht dabei auch immer wieder die Theorie zum Sport auf dem Programm. Damit die restliche Woche nicht so leer ist und sich niemand langweilt, hat Honsch verschiedene Trainingsvideos gesichtet und als Auftrag zur Nachahmung weitergegeben. So hat jedes Mannschaftsmitglied die Aufgabe im Laufe der Woche ein Foto im Anschluss an das individuelle Trainingsprogramm zu machen und zur Kontrolle aber auch als Motivation in die Mannschaftsgruppe zu senden. Die verschwitzten und geröteten Gesichter zeugen vom vorangegangenen Kraftakt und lassen die Anstrengung erahnen. So trainieren die Herren zwar überwiegend individuell und dennoch irgendwie gemeinsam. Denn sie alle teilen das Schicksal von harten Trainingszeiten mit Ashley, Nina oder Rowan.

Trotz des kontinuierlichen eigenständigen Trainings freuen sich alle Herren hoffentlich bald wieder gemeinsam und in physischer Gestalt miteinander trainieren zu können. Denn Training ist so viel mehr als die Verbesserung der eigenen Leistungsfähigkeit, des Geistes oder der Technik. Es ist Austausch, Spaß, Miteinander, das Teilen von Freud und Leid und vielleicht auch ein gemeinsames Bier. Bleibt gesund und haltet durch!

Eure 1. Herren



VARIO[®]

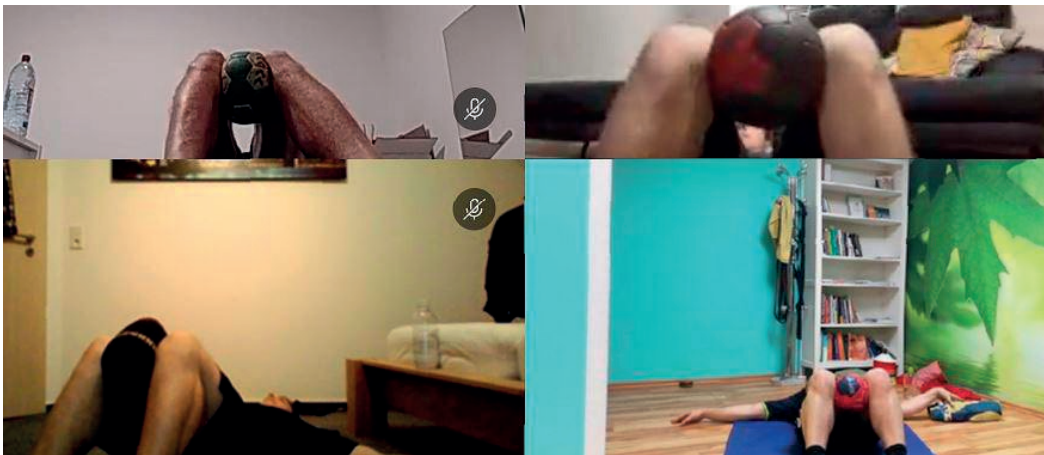


Geburtstagswünsche

Wir gratulieren allen PHOENIX-Geburtstagskinder der letzten Woche!

Leo-Moritz True, Mona Gottwald, Jolina-Jolee Schlieter, Simone Wolff, Anik Stubbmann und Lale Theile.

Herzlichen Glückwunsch und alle Gute!



Handball – ist für vieles gut!

VARIO®