

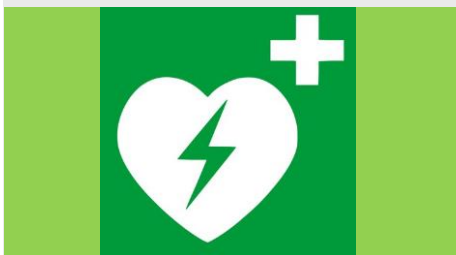
# ClubNews

Ausgabe 07 / 08 2016

## Stand Mannschaftsspiele Sommer 2016

**Aktuell hat unser Club bei den TVBB Spielen mit den 1. Herren einen Aufsteiger und den Herren 40 einen Absteiger zu verzeichnen. Den aktuellen Stand aller Mannschaften im Überblick findet ihr auf der beigefügten Liste.**

## Events



### Defibrillator-Training

18.07. | 17.00 Uhr

**Herzstillstand! Wie kann ich helfen?**  
Unsere Feuerwehrmänner Olli und Jörg bieten allen Interessierten bei dieser Frage Unterstützung an. Beim Training geht es um Reanimation und erste Maßnahmen nach einem Herzstillstand. Keine Anmeldung erforderlich. Kommt einfach vorbei und macht mit.

### Exklusiv nur für Clubmitglieder

**Yoga & Tennis - warum das denn? Ist das nicht nur etwas für Esoteriker mit Räucherstäbchen?**  
Irrtum! Yoga hat viele Seiten und es gibt viele Arten. Das neue Yoga auf der Heilandsweide bietet: Training und Dehnung des ganzen Körpers, um einseitiger Belastung vorzubeugen und entgegenzuwirken. Genaue Bewegungen und präzise Ausrichtungen des Körpers werden neben Entspannungsübungen selbst für trainierte Tennisspieler/-innen eine Herausforderung sein. **Tun wir also unserem Körper gut!**

**Kennenlern-Workshop 23.07. | 11.00 - 12.30 Uhr**  
**Neues Im-Club-Angebot YOGA FÜR TENNIS**

Die neue Kooperation mit dem AnandaBalance Yoga-studio in der Marienfelder Allee 20 macht es möglich, dass wir zunächst in der verbleibenden Sommersaison mittwochs auf Platz 4 von 18 - 19 Uhr (Beginn: 27.07.16, mind. 6 Pers., nicht bei Regen) etwas Ganzheitliches für unseren Körper tun können. Die Stunde kostet lediglich 7,50 EUR. Bitte meldet euch an:

Matten sind vorhanden. Bitte mitbringen: Gute Laune, bequeme Sportkleidung, ggf. Socken und ein Handtuch. Zur Einführung findet am Samstag, 23.07. der 1,5-stündige Kennenlern-Workshop statt (Platz 4, 7,50 EUR, mind. 6 Pers., nicht bei Regen). Jeder kann mitmachen. Bitte meldet euch bis 20.07. per E-Mail an:

[yoga@heilandsweide.de](mailto:yoga@heilandsweide.de)



## Turniere



### Jugend-Clubturnier

02./03.07. + Endspiel 10.07.

Unsere Jugendlichen (Altersklasse U8 bis U18) spielen in der Spielgemeinschaft Heilandsweide /Preussen im Juli die gemeinsamen Clubmeister aus. Am 10. Juli findet der große Endspieltag mit Grillbuffet beim TV Preussen statt. Kommt vorbei und feuert unseren Nachwuchs kräftig an.



### TVBB-Mixed-Runde

24.07. - 28.08.

Wir starten dieses Jahr mit 2 Teams in die neue Saison. Unsere 1. Mannschaft wurde letztes Jahr Verbandsmeister. Befreundete Berliner Spitzenspieler bis LK1 verstärken wieder unser Team. Das Zuschauen lohnt sich also garantiert! Die Spieltermine für beide Teams veröffentlichen auf unserer Website.



### 2 Jugend-Tennis-Camps

25. - 28.07. und 29.08. - 01.09.

Täglich von 9 - 15 Uhr kümmert sich das Team Moni/Roland/Timo um euch. Gern auch Kinder, die gern einmal Tennis ausprobieren möchten. Camp 110,00 EUR/Person: Tennis-, Konditions- und Koordinationstraining, viele Spiele, leckeres Mittagessen, Testschläger, Selters, ein bisschen Süßes für Zwischendurch.

## Aufstieg



### Erster Saisonserfolg

1. Herren ungeschlagen

Aufstieg 2016 war das Ziel und nach den Top-Matches in den letzten Wochen wurde dieses Ziel auch erreicht. Durch eine großartige Saisonleistung steigen unsere 1. Herren verdient in die Bezirksliga 1 auf. Gratulation, Jungs!

Stefan, Daniel, Florian, Peter, Björn und Jan spielten tolles Tennis, sind ein klasse Team und bedanken sich an dieser Stelle insbesondere bei den zahlreichen Zuschauern, die ihnen in jedem Spiel die Treue hielten und viel zu ihren Siegen beitrugen.

**Für Heizungs-Modernisierer gilt: Guter Rat, clever gespart.**

[www.neue-heizung.de](http://www.neue-heizung.de)



DIE BERLINER ENERGIE GASAG

## LK-Punkte



### Offizielles LK-Turnier

09.08. - 11.08. | ab 9.00 Uhr

Ihr möchtet noch ein paar LK-Punkte sammeln und auf der Heilandsweide gegen ähnliche LK's spielen? Dann meldet euch jetzt zum offiziellen Sommer-LK-Turnier an. 2 Spiele garantiert / 3 möglich. Nenngeld: 30 EUR. Anmeldeschluss: 07.08. 14 Uhr.

[Hier geht's zur Anmeldung](#)

## Helpf mit!



Helfen mit Herz

### Kleidung für Menschen

Kostenlose Abholung 7 - 21 Uhr

Ehrenamtliche Helfer sammeln u.a. für Hochwasseropfer, Mutter-Kind-Heime, Flüchtlinge, Einrichtungen für Jugendliche und Kinder. Saubere, gut erhaltene Kleidung, Bettwäsche, Küchenmaterial ... Einfach eine E-Mail mit eurem Bezirk zur Abholung an:

[kleidungfuermenschen@web.de](mailto:kleidungfuermenschen@web.de)

## Inside

### Erfolge auf Facebook posten.

Alle Mannschaften können gern ein Siegerfoto nebst kleinem Text an [ulrike.ruppel@heilandsweide.de](mailto:ulrike.ruppel@heilandsweide.de) zur Veröffentlichung auf der Vereinsseite auf Facebook senden.

### Hallenbuchung Winter 16/17

Bitte denkt an eure Wünsche für die Hallenreservierungen. Spätestens Anfang August werden die Reservierungsschreiben versandt. Bitte meldet euch bis dahin bei Dorit im Büro.



IT Service Lindenbergl  
Telefon +49 30 995 49 077  
[www.lindenbergl-befn.de](http://www.lindenbergl-befn.de)