

Siebenmeter

Das Hallenheft des TSV Altenholz



TSV Altenholz //
Burgdorf II

Samstag, 14.10.23 um 18:00 Uhr



REWE
Dein Markt



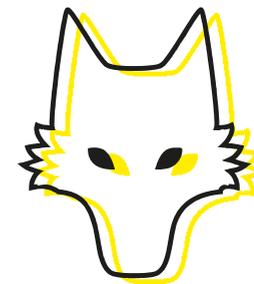
Die Beste Taktik auf dem Feld – Vielfalt!



Große Vielfalt aus deiner Region



Entdecke eine Vielfalt an regionalen und lokalen Erzeugnissen.



WIR BLEIBEN AUF DER ERFOLGSSPUR

Mit 11:1 Punkten starteten wir sehr gut in die Saison und das kann von uns aus auch gerne so weitergehen. Grundstein für unser gutes Abschneiden war bisher, dass wir als Mannschaft geschlossen funktionierten. Alle gaben auf der Platte immer 100 Prozent oder vielleicht sogar noch mehr. Diese Einsatzbereitschaft war aber auch

nötig, um erfolgreich zu sein. In dieser dritten Liga gewinnt man kein Spiel im Vorbeigehen. Tabellenstände sind zu diesem Saisonzeitpunkt noch nicht aussagekräftig.

Heute haben wir die zweite Mannschaft des TSV Burgdorf zu Gast. Mit 4:8 Punkten steht die Nachwuchsmannschaft aktuell auf dem 12. Tabellenplatz, musste aber auch schon gegen den Staf-

felfavoriten Braunschweig antreten und eine Spielabsage mit 0:2 Punkten hinnehmen. Es erwartet uns heute eine spielstarke und athletisch gut ausgebildete Mannschaft.

Mit euch zusammen wollen wir unsere Erfolgsgeschichte weiterschreiben. Unterstützt uns nach Kräften, wir zählen auf euch!

Eure Erste

Süderstr. 4 • 24214 Gettorf

Für dich geöffnet: Montag – Samstag von 7 bis 21 Uhr

INHALT



Wir
reißten
was!

06	<i>Blick in den Rückspiegel</i>	28	<i>Mannschaften der Saison</i>
08	<i>Spiel in Anderten</i>	30	<i>Spieltage</i>
10	<i>Team hinter dem Team</i>	34	<i>Hin- und Rückspiele</i>
12	<i>Spiel gegen HSV Insel Usedom</i>	40	<i>Sponsoren</i>
14	<i>Aufstellung</i>	41	<i>Tabelle</i>
18	<i>Torschützentabelle</i>	42	<i>Neuzugang</i>
20	<i>Unser Heutiger Gegner</i>	44	<i>Mitgeschriebenen</i>
22	<i>Weibliche C</i>	48	<i>Schiedsrichter</i>
26	<i>Übung des Monats</i>	50	<i>Impressum</i>



► Werbung
durch Technik!

www.k2-center.de



FÜR IHRE
**WORK-DRIVE
BALANCE**

XCYC
exciting cargo bikes



fine vehicles for business.

powered by 

WALLED®

**Besser Werben
auf unseren LED-Walls**

DOOH – Digital out of Home

powered by 

WÖLFE BLEIBEN UNBESIEGT - 33:30 GEGEN HC BURGENDLAND

Es war kein Spiel für Handballästheten. Es ruckelte und rumpelte ordentlich bis der Sieg unter Dach und Fach war. Burgenland trat sehr kompakt auf und ging körperlich kompromisslos zur Sache. Andrés Männer brauchten 30 Minuten, um sich darauf einzustellen. In der zweiten Halbzeit deckten die Wölfe offensiver und deutlich aggressiver. Jetzt gelang es der Mannschaft auch, den spielentscheidenden Vorsprung herauszuarbeiten und bis zum Ende zu halten.

André: „Ich hatte nie das Gefühl, dass wir das Spielfeld als Verlierer verlassen werden, aber wir haben uns lange sehr schwer getan und eine 3-Toreführung schnell wieder aus der Hand gegeben. Unsere rechte Angriffsseite mit Lars (9 Tore) und Klas (7 Tore) war heute sehr effektiv und nicht zu bremsen. Dieses Spiel hat gezeigt, dass wir gegen jeden Gegner in dieser Liga immer Vollgas geben müssen; es wird einem nichts geschenkt.“



SPIELBERICHT

Saggau, Landgraf, Jöhnck; Schneider, Fängler, Seebeck, Braissait 2, Meereis 9, Bornhöft 4, Bergemann 7, Battermann 8, Richter 2, Menges 1

Spielverlauf: 0:1, 2:3, 4:4, 6:4, 8:7, 11:8, 12:11, 13:13 HZ 13:14, 16:14, 18:16, 19:18, 20:20, 23:20, 26:21, 29:24, 31:26, 31:28, 33:30

SMALL GROUP FUNCTIONAL FITNESS

LASS DICH VON ECHTEN PROFIS TRAINIEREN. WERDE GANZHEITLICH FIT. UND LERNE ALLES, UM ES ZU BLEIBEN.

Starter Check Up
+ Probetraining
kostenlos!



FIT

IN ALTENHOLZ IM



FIT-Kiel.de

WÖLFE SIEGTEN SOVERÄN UND VERDIENT - 34:25 IN ANDERTEN

Mit 0:6 Punkten startete der TSV Anderten überraschend schlecht in die neue Saison. Aufgrund einer Spielverlegung hatten die Hannoveraner 14 Tage Zeit, um sich auf die Wölfe vorzubereiten. Dementsprechend engagiert gingen die Männer von Trainer Robin John zu Werke. In der Anfangsphase wechselten die Führungen immer hin und her, keine Mannschaft konnte sich absetzen. Nach knapp 15 Minuten übernahmen dann die Wölfe die Führung und Spielkontrolle. Mit einem 15:12 zur Halbzeit wurden die Seiten gewechselt. Nach Wiederanpfiff dominierten dann eindeutig Andrés Männer das Spielgeschehen. Eine bewegliche und aggressive 5:1 Deckung mit einem gut aufgelegten Tom im Tor war für die Gastgeber an diesem Abend eine Nummer zu groß. Jetzt machte sich auch die Breite des Kaders bemerkbar. Egal wen André aufs Spielfeld schickte, derjenige fügte sich nahtlos ein. Ben-Connor erzielte seine acht Feldtore allesamt in den zweiten 30 Minuten. Klas überzeugte auf Rechtsaußen wieder mit einer schlafwandlerischen Sicherheit im Abschluss (7 Tore) und Tommy und Simon rührten Beton in der Abwehr an. Alles in allem war es eine sehr gute Teamleistung die Lust auf mehr macht.



S
P
I
E
L
B
E
R
I
C
H
T

Saggau, Landgraf, Jöhnck; Schneider 1, Fängler 1, Seebeck 2, Brassait, Meereis 3, Bornhöft 2, Bergemann 7, Glindemann, Voigt, Abelmann-Brockmann 6, Battermann 8, Richter 2, Menges 2

Spielverlauf: 1:0, 3:1, 4:3, 5:6, 7:8, 9:10, 11:13, 12:15, HZ 14:16, 15:19, 16:20, 17:23, 18:26, 20:29, 24:31, 25:34

TNG 

GLASFASER KOMMT. JETZT.

WERDE TEIL DES SCHNELLSTEN
NETZES MIT TNG GLASFASER.

[tng.de](https://www.tng.de)

0431 530 50 400
info@tng.de

DAS TEAM




André Lohrbach
Trainer



Tommy Fängler
Co-Trainer



Dr. Kay Baade
Mannschaftsarzt



Dr. Mathis Wegner
Mannschaftsarzt



Dr. Jakob Fay
Mannschaftsarzt



Lisa Fahlbusch
Physiotherapeutin



Peter Linke
Mannschaftsverantwortlicher



Simon Rasmussen
Athletikpartner FIT



LUST AUF NOCH MEHR SPIELZEIT?

POKER | BLACKJACK | ROULETTE | AUTOMATENSPIEL | BAR

casinokiel.de
Holstenbrücke 30 | 24103 Kiel

Einlass ab
18
mit Personalausweis

WÖLFE DAS MASS ALLER DINGE IN DER 3. LIGA - 35:24 SIEG BEIM HSV INSEL USEDOM

Erwartungsfroh kamen 650 Zuschauer in die Pommernhalle und wollten den HSV Insel Usedom zum Sieg antreiben. Allerdings machten Andrés Männer den Fans früh einen Strich durch die Rechnung. Von Anfang an bestimmten die Wölfe das Spielgeschehen. Die Gastgeber konnten nur bis zum 3:3 ergebnistechnisch mithalten. Danach nahmen unsere Jungs Fahrt auf und waren nicht mehr zu stoppen. Aus einer beweglichen Abwehr mit einem gutaufgelegten Tom dahinter, setzten sich die Wölfe immer mehr ab. Zur Halbzeit war die Messe beim 19:12 schon gelesen; zu deutlich war der Leistungsunterschied an diesem Abend. In der zweiten Halbzeit wurde der Vorsprung immer weiter ausgebaut. Bei einer konzentrierteren Chancenverwertung wäre das Ergebnis noch deutlicher ausgefallen. Basis für diesen Erfolg war wieder eine geschlossene Mannschaftsleistung. Am kommenden Samstag wollen wir gegen den TSV Burgdorf II die Erfolgsserie weiter ausbauen.

S P I E L B E R I C H T

Saggau, Landgraf, Jöhnck 1; Schneider 2, Fängler 1, Seebeck 1, Meereis 3, Bornhöft, Bergemann 7, Voigt 6, Abelmann-Brockmann 5, Richter 3, Menges 4

Spielverlauf: 0:1, 1:3, 3:3, 4:7, 6:9, 7:11, 8:13, 11:15, 11:19, 12:19 HZ 13:21, 15:23, 18:24, 20:26, 20:30, 22:32, 23:34, 24:35



RENAULT TWINGO E-TECH 100% ELEKTRISCH

Bereit E-Mobilität zu "E-fahren"?



Renault Twingo E-Tech 100% elektrisch
PAKET TECHNO 22 kWh
Ab mtl.

79 €

Inkl. 12.150 € Elektrobonus*

Leasing: Fahrzeugpreis nach Abzug des Renault Anteils Elektrobonus*: 20.350 €. Leasingsonderzahlung: 6.000 € (Leasingsonderzahlung kann mit dem Bundeszuschuss in Höhe von 4.500 € verrechnet werden)*. Laufzeit: 24 Monate. Gesamtleistung: 10.000 km. Monatsrate: 79 €. Gesamtbetrag: 7.896 €. Ein Kilometer-Leasingangebot für Privatkunden der Renault Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstr. 1, 41468 Neuss. Gültig bis 30.09.2023.

Renault Twingo E-Tech 100% elektrisch PAKET TECHNO 22 kWh, Elektro, 60 kW: Stromverbrauch kombiniert: 16,0 kWh/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km. Renault Twingo E-Tech 100% elektrisch: Stromverbrauch kombiniert (kWh/100 km): 16,0-16,0; CO₂-Emissionen kombiniert (g/km): 0-0 (nach gesetzl. Messverfahren, Werte nach WLTP).

*Der Elektrobonus i. H. v. 12.150 € umfasst 4.500 € Bundeszuschuss sowie 7.650 € Renault Anteil gemäß den Förderrichtlinien des Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK). Auszahlung des Bundeszuschusses nach positivem Bescheid eines von Ihnen gestellten Antrags beim BAFA. Kein Rechtsanspruch.

Abb. zeigt Twingo E-Tech 100% elektrisch mit Paket Techno.

Süverkrüp

Autohaus Süverkrüp
GmbH & Co. KG
www.sueverkruep.de
info@sueverkruep.de

Kiel
Holzkoppelweg 18
Tel. 0431 - 5 46 46 0

Rendsburg
Büsumer Str. 97 - 101
Tel. 04331 - 4 39 49 0

Flensburg
Gutenbergstr. 11
Tel. 0461 - 90 30 80

Neumünster
Grüner Weg 45
Tel. 04321 - 200 47 40



Torhüter

- 16 Philipp Saggau
- 71 Tom Landgraf
- 77 Thore Jöhnck

Feldspieler

- 4 Julius Schneider
- 5 Tommy Fängler
- 6 Simon Seebeck
- 7 Michel Brassait
- 9 Lars Meereis
- 10 Jan Bornhöft
- 17 Klas Bergemann
- 19 Hannes Glindemann
- 21 Malte Voigt
- 24 Malte Abelmann-Brockmann
- 25 Henri Pabst
- 28 Ben-Connar Battermann
- 58 Juri Richter
- 87 Matteo Menges

Trainer

- André Lohrbach
- Tommy Fängler | Co-Trainer
- Simon Rasmussen | Athletik-Trainer

Mannschaftsärzte

- Dr. Kay Baade
- Dr. Mathis Wegner
- Dr. Jakob Fay
- Dr. Jonas Schmidt

Physiotherapeuten

- Lisa Fahlbusch

Betreuer

- Peter Linke

FOREVER. FASTER.



ON COURT PACK
FEAT. ACCELERATE & ELIMINATE

TSV ALTENHOLZ

 **MICHAELPFAFF** *dipl.-betriebswirt*
Steuerberater.

TEICHKOPPEL 45. 24229 DÄNISCHENHAGEN

telefon +49 4349 9156 - 09

e-mail INFO@STB-PFAFF.COM

web WWW.STB-PFAFF.DE

 **Muhlack Küchen**
KielerKüchenKultur

KÜCHEN SIND UNSER
HEIMSPIEL

Grasweg 16
24118 Kiel

Tel.: 0431 61 04 5
Mail: info@muhlack-kuechen.de
www.muhlack-kuechen.de



NordBrief 

Weltweiter Postversand mit NordBrief - zuverlässig und fair

NordBrief GmbH ist eine Tochter der großen Tageszeitungsverlage des Nordens im Hause der MADSACK Mediengruppe. Seit vielen Jahren leisten wir für über 2.500 Geschäftskunden zwischen Kiel und Rostock bis vor die Tore Hamburgs zuverlässige Postdienstleistungen – **regional, bundesweit, weltweit.**

Lernen Sie uns kennen und erfahren Sie mehr über die exklusiven Vorteile der NordBrief GmbH - es ist Zeit für den Farbwechsel!

- ✓ Keine Vertragsbindung sowie keine Porto-Vorauslage
- ✓ Monatliche Abrechnung Ihrer exakten Sendungsmengen
- ✓ Die Vorsortierung und die Frankierung Ihrer Sendungen übernehmen wir
- ✓ Optional steht Ihnen auch der Abholservice Ihrer Post zur Verfügung
- ✓ Qualitative Leistungsvielfalt: Druck, Kuvertierung, Infopost, PreLabel uvm
- ✓ Eine große Auswahl an attraktiven Briefmarkenmotiven aus der Heimat - auch individuelle Motive und im Abo möglich!

Von Altenholz bis in die Alpen - auch für Privatkunden

Mittlerweile haben wir **über 300 blaue Briefkästen** und **mehr als 170 Verkaufsstellen** in unserer Region sowie einen Online-Shop, damit jedermann von unseren Dienstleistungen profitieren kann - weil Post nicht gelb sein muss.

Erfahren Sie mehr unter: www.nordbrief-ostsee.de

Kontakt

Tel.: 0800 / 1234 409

Mail: kundenservice@nordbrief-ostsee.de

Web: www.nordbrief-ostsee.de

 **Klimaneutral**
Versand
ClimatePartner.com/12910-2207-1001



NordBrief 

Pl	Name	Spiele	Tore	Quote
1.	Ben-Connar Battermann	5	37	7,4
2.	Klas Bergemann	6	27	4,5
3.	Lars Meereis	6	24	4
4.	Malte Abelmann-Brockmann	4	19	4,8
5.	Matteo Menges	6	19	3,2
6.	Malte Voigt	4	15	3,8
7.	Jan Bornhöft	6	11	1,8
8.	Juri Richter	6	11	1,8
9.	Julius Schneider	6	8	1,3
10.	Simon Seebeck	6	8	1,3
11.	Hannes Glindemann	3	4	1,3
12.	Michel Brassait	4	3	0,8
13.	Tommy Fängler	5	3	0,6
14.	Thore Jöhnc	6	1	0,2
15.	Philipp Saggau	6	0	0
16.	Tom Landgraf	5	0	0
17.	Henri Pabst	0	0	0

TORE GESAMT: 190

HOTEL  ATHLETIK
KIEL

Rehmkamp 1 • 24161 Altenholz
Tel. 0431 55 60 72 98
info@hotel-athletik.de
www.hotel-athletik.de

87x im Norden



Für unvergessliche
Erlebnisse!

Ihre Tickets für die Welt der Oper, des Musicals, des Sports
oder des Pops bekommen Sie an unserer Information.

Für über 200.000 Veranstaltungen!

Altenholz, Altenholzer Str. 9-11
Mo – Sa. 8 – 21 Uhr

www.famila-nordost.de

famila
besser als gut!

TSV BURG DORF II



Das Juniorteam des TSV Burgdorf stand vor der Saison vor einem großen Umbruch. Der neue Trainer Kilian Kraft hatte die anspruchsvolle Aufgabe, die zahlreichen Abgänge durch den Einbau junger Akteure zu kompensieren. Neben dem eigenen Nachwuchs sind lediglich Chris Ole Brandt (vom TuS Rotenburg) und Leander Pietsch (aus der A-Jugend TSV Anderten) hinzugekommen.

„Alles andere als der Klassenerhalt kann nicht unser Anspruch sein. Abgeschenkt wird jedenfalls kein Spiel“, versprach der Coach zu Saisonbeginn. „Jedes Spiel wird eine Herausforderung. Wir sind eine junge Truppe, bei der wir damit rechnen müssen, dass die Konstanz wellenförmig sein wird. Aber wir gehen mit der Einstellung rein, jedes Spiel gewinnen zu wollen.“ Die Ergebnisse in der laufenden gaben dem Trainer



Bundesland:
Niedersachsen

Einwohner:
30.063

Fläche:
112,56 km²

Entfernung:
261 km

bisher recht. Hohe Niederlagen gegen den MTV Braunschweig (23:34) und dem Nachwuchsteam aus Leipzig (33:41) wechselten sich ab mit einer knappen Niederlage in Bernburg (36:33) und Siegen gegen den Oranienburger HC (33:31) und die SG Hamburg Nord (29:22)). Dazwischen gab es noch die Spielabsage gegen die HSG Ostsee. Das Spiel gegen die HSG Ostsee musste aufgrund von Krankheit für die HSG gewertet werden. So oder so wartet auf uns eine spielstarke Mannschaft mit sehr gut ausgebildeten jungen Handballern.

*Herzlich willkommen in Altenholz
TSV Burgdorf II*



Torhüter

- 16 Lasse Andresen
- 25 Lukas Reichenbach

Feldspieler

- 4 Chris-Ole Brandt
- 15 Fynn Unger
- 24 Niklas Gautzsch
- 25 Fabrice-Joel Wolf
- 28 Mika Hänies
- 41 Karol Chmielewski
- 46 Johannes Thiel
- 56 Leander Pietsch
- 58 Daniel Weber
- 63 Justin Wollny
- 74 Karay Ayar
- 80 Luis Rodríguez
- 82 Paul Helderermann
- 92 Fynn Unger
- 94 Kjell Maelecke
- 97 Renke Rohrweber
- 99 Leander Pietsch

Trainer

Kilian Kraft



**Willkommen
im echten Winter**

www.ski-und-mehr.de

**Ihr Reiseveranstalter für
Skireisen nach Skandinavien**

Holtener Str. 318 - 24106 Kiel
Tel. 0431-259 70 30 - info@skiundmehr.de



TSV ALTENHOLZ

WEIBLICHE C



Die Mannschaft der weiblichen C (Jahrgang 2009/2010) des TSV Altenholz ist in dieser Saison in der Regionsklasse vertreten. Nach einer erfolgreichen letzten Saison, die als Regionsvizemeister abgeschlossen wurde, befand sich die Mannschaft in der Sommerpause in einem kleineren Umbruch. Der



Jahrgangswechsel, einige Abgänge und erfreulicherweise viele Neuanfänger stellen die Mädels in dieser Saison vor verschiedene Herausforderungen, die es als Team zu lösen gilt.

In den zweimal pro Woche stattfindenden Trainingseinheiten ist es nun das Ziel, wieder ein eingeschweißtes Team aufzubauen, die individuellen Fähigkeiten zu verbessern und natürlich den Spaß am Handball weiterhin zu fördern.

Neben den regulären Trainingseinheiten und dem Punktspielbetrieb macht das Team auch verschiedene Mannschaftsfeiern und nimmt bei dem ein oder anderen Turnier teil. Das absolute Jahreshighlight war das Turnier im dänischen Aabenraa, bei dem sich die Mädels mit Mannschaften aus etlichen Nationen messen durften und bei dem sich alle hinterher einig waren, nächstes Jahr dort wieder hinzufahren.

Aktueller Kader:

Line Blum, Lotta Böhrensen, Mina Dathe, Zaïna Dikizeyeko, Emilia Sophie Fikus, Lina Haberer, Grit Holte, Teresa Klüter, Clara Lisann Lützen, Anna Lydia Petri, Solvey Radau, Marie Reich, Lina Steinhagen, Lara Sophie Treudler

Trainerin: Rieka Thal

Hast auch du mal Lust, Handball zu spielen und die Mädels in der Saison zu unterstützen oder möchtest du das Team von der Bank aus mitbetreuen, bist du jederzeit herzlich willkommen!

Trainingszeiten:

Dienstag 15.30-17.00 Uhr Kreishalle

Freitag 15.30-17.00 Uhr Edgar-Meschkat-Halle



Fair sein bedeutet: Verantwortung übernehmen für Menschen und die Region. Wir engagieren uns für Sport, Kultur und soziale Initiativen. Setzen uns für Chancengleichheit und eine offene Gesellschaft ein. Und fördern nachhaltige Investitionen.

Jetzt mehr erfahren:
foerde-sparkasse.de/fair

Weil's um mehr als Geld geht.



Förde Sparkasse

Familie Hennemann/Damm,
Haus & Grund-Mitglied seit 2017

Unsere Immobilie?

Dafür haben wir jemanden!



Haus & Grund berät und unterstützt Immobilieneigentümer – und solche die es werden wollen. Für einen Jahresbeitrag ab 60,- Euro.

Mehr Infos bei Haus & Grund Kiel unter 0431 6636-123 oder www.haus-und-grund-kiel.de


Haus & Grund[®]
Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.

STADTWERKE KIEL ^{24/7}

ZEIT FÜR PHOTOVOLTAIK

Solaranlage, Batteriespeicher und
Ladestation – alles aus einer Hand.

- Unabhängiger von steigenden Strompreisen
- Umweltfreundliche Energieversorgung
- Smarte Vernetzung und Steuerung
- Beratung, Installation, Service

Jetzt Angebot
anfordern!

Unverbindlich und kostenlos:
stadtwerke-kiel.de/pv

Frische Energie für die Zukunft.

Hellas
Griechische Spezialitäten



24161 Altenholz

Ostpreußenplatz 8

Tel. 0431 - 32 44 39

Ostsee  Immobilien

Kann man schöner wohnen als bei uns im Norden?

Hinter Ostsee Immobilien steht ein junges, dynamisches Team von Immobilien-Profis. Als Immobilienmakler, Projektentwickler und Bauträger decken die Experten annähernd alle wichtigen Themen rund um die Immobilie ab: Sie initiieren und planen Immobilienprojekte und zählen mit ihren Partnern zu den führenden Anbietern beim individuellen Neubau.



Ostsee Immobilien GmbH & Co.KG ▪ Teichtor 11 ▪ 24226 Heikendorf
Tel. 0431/5601101 ▪ www.ostsee-gmbh.de

BARMER UND FIT PRÄSENTIEREN DIE ÜBUNG DES MONATS

FIT FUNKTIONELLES
INNOVATIVES
TRAINING

BARMER

präsentieren die Übung
des Spieltages

DEN LUNGE
(AUSFALLSCHRITT)

Der Ausfallschritt trainiert sehr effektiv die Koordination und Kraft eurer Bein- und Gesäßmuskulatur, aber auch Waden- und Rumpfmuskulatur haben jede Menge zu tun. Aufgrund seiner Funktionalität ist der Ausfallschritt vor allem für Leistungssportler von großem Wert, weil er der Laufbewegung sehr nahe ist. Aber auch das Gehen ist eine alternierende Bewegung, weswegen auch der normale Breitensportler vom Training mit dem Ausfallschritt profitiert. Der Ausfallschritt lohnt sich also für jeden, allerdings ist die technisch saubere Ausführung wichtig, um die Gelenkstrukturen nicht falsch zu belasten. Beim Ausfallschritt benötigen wir dabei je nach Variation wenig bis kein Equipment, um die Muskulatur ausreichend zu belasten. Mit unseren weiteren Tipps kann beim Training mit dem Ausfallschritt nichts mehr schiefgehen:

Ausgangsposition

- Nimm den hüftbreiten Stand ein und halte deine Arme locker neben deinem Körper.

Ausführung

- Setze jetzt einen Fuß eine große Schrittlänge nach vorne, beuge anschließend das hintere Bein ein und senke das Knie möglichst tief in Richtung Boden ab. Das vordere Schienbein bleibt während der Übung senkrecht (vordere und hinterer Kniewinkel ca. 90 Grad).
- Dein Oberkörper bleibt die gesamte Zeit in einer aufrechten Position.

Schwierigkeiten

- Während der Übung einen möglichst gerader Rücken (Rumpfstabilität) beibehalten.
- Gleichgewichtsfähigkeit (Beinachsenstabilität)
- Mobilität

Varianten / Progression

- Setze dein Bein nach hinten auf
- Beine im Wechsel nach vorne / hinten aufsetzen
- In Schrittposition bleiben und das hintere Knie mehrfach absenken und die wieder Beine durchstrecken
- Zusatzgewichte verwenden



KRIWAT
GEMEINSAM IN BEWEGUNG



**WIR BRINGEN
SIE WIEDER
IN BEWEGUNG!**

HOCHQUALITATIVE BANDAGEN FÜR
SPORT UND ALLTAG

- » SICHERER HALT DURCH OPTIMALEN SITZ
- » ENTLASTUNG UND SCHMERZ-
REDUKTION AM KNIE

KOSTENLOSEN TERMIN VEREINBAREN UNTER:

WWW.KRIWAT.DE

T. 0800 / 66 112 66



MEDICAL PARTNER

3. LIGA NORD



Saison 2023/2024

Gute Nachrichten für die ganze Familie

Ihre KN als E-Paper mit 2 Tablets und gratis KN+

- Ihre digitale Zeitung für **24 Monate**
- Dank **3 Zugängen** bequem zeitgleich lesen
- Inklusive **2 Tablets** nach Wahl
- **Voller Zugriff auf KN+**

Jetzt das KN-Familienpaket entdecken!

Sichern Sie sich Ihr E-Paper-Paket für die ganze Familie:

abo.KN-online.de/tablets

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Kieler Nachrichten

0800/1234-901

KÜSTENRAD

E-BIKE STORES

DIE BESTE E-BIKE BERATUNG IN DEINER NÄHE.

Bald 12 x in Schleswig-Holstein. Jetzt Termin buchen:

→ www.kuestenrad.de

SPIELTAGE

Der letzte Spieltag (06)

07.10.2023	HSG Eider Harde	:	MTV Braunschweig	27:36
07.10.2023	Stralsunder HV	:	SC Magdeburg II	29:28
07.10.2023	HC Burgenland	:	TSV Anderten	21:31
07.10.2023	Füchse Berlin Reinickendorf II	:	HSG Ostsee N/G	36:32
07.10.2023	HSV Insel Usedom	:	TSV Altenholz	24:35
07.10.2023	TSV Burgdorf II	:	SG Hamburg Nord	29:22
08.10.2023	HC Empor Rostock	:	SV Anhalt Bernburg	2:0
08.10.2023	SC DHfK Leipzig II	:	Oranienburger HC	32:36

Der heutige Spieltag (07)

14.10.2023	SV Anhalt Bernburg	:	HSG Eider Harde	:
14.10.2023	TSV Altenholz	:	TSV Burgdorf II	:
14.10.2023	HSG Ostsee N/G	:	HC Empor Rostock	:
14.10.2023	Oranienburger HC	:	Füchse Berlin Reinickendorf II	:
14.10.2023	SG Hamburg Nord	:	SC DHfK Leipzig II	:
14.10.2023	TSV Anderten	:	HSV Insel Usedom	:
14.10.2023	MTV Braunschweig	:	Stralsunder HV	:
15.10.2023	SC Magdeburg II	:	HC Burgenland	:

Der nächste Spieltag (08)

20.10.2023	HSG Eider Harde	:	HSG Ostsee N/G	:
21.10.2023	Stralsunder HV	:	SV Anhalt Bernburg	:
21.10.2023	SC DHfK Leipzig II	:	TSV Altenholz	:
21.10.2023	HC Burgenland	:	MTV Braunschweig	:
21.10.2023	Füchse Berlin Reinickendorf II	:	SG Hamburg Nord	:
21.10.2023	TSV Burgdorf II	:	TSV Anderten	:
21.10.2023	HSV Insel Usedom	:	SC Magdeburg II	:
22.10.2023	HC Empor Rostock	:	Oranienburger HC	:



WIR prüfen Rauchwarnmelder digital, ohne Mieter zu stören.

SIE sorgen einfach rechtskonform für Sicherheit.

techem

Mehr Sicherheit für Ihre Bewohner*innen, weniger Haftungsrisiko für Sie: Wir prüfen Gerätestatus und Funktion der rechtskonformen Rauchwarnmelder zweimal monatlich per Funk. Datenübertragung ganz automatisch über Techem Smart System – ohne dass jemand die Wohnung betreten muss.
Gehen Sie jetzt auf Nummer sicher: techem.de

Techem Energy Services GmbH · Prinz-Heinrich-Straße 20 · 24106 Kiel · Tel. +49 431 648140 · www.techem.de



DR. WOLF STÄHR
Notar a. D.

DR. GEORG WEGNER (bis 2017)
Notar a. D.

KARL W. LANGEN
Notar

DR. STEFAN THOLUND
Notar | Fachanwalt für Handels- und Gesellschaftsrecht

ARNO WITT
Fachanwalt für Verwaltungsrecht | Mediator

ROLF HANSEN
Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

GABY KRÄMMER

DR. MISCHA FÄRBER
Fachanwalt für Verwaltungsrecht

DR. STEPHAN GEISLER
Notar | Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht

DR. ALEXANDER WILCKEN
Notar | Fachanwalt für Versicherungsrecht | Fachanwalt für Verkehrsrecht

DR. CHRISTIAN FEDDERS
Notar | Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht

DR. JAN PETERS
Fachanwalt für Arbeitsrecht | Fachanwalt für Familienrecht

PROF. DR. TOBIAS BREITLING
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht | Fachanwalt für gewerblichen Rechtsschutz

MAREI KIEWALD
Fachanwältin für Verkehrsrecht

ANDREAS KREUTNER
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht

CHRISTOPH-H. JAHN
Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

wegner stähr & partner
Rechtsanwälte
Notare

Sophienblatt 100
24114 Kiel

Postfach 2767
24026 Kiel

Telefon
(0431) 66 40 90

Telefax
(0431) 66 40 950

E-Mail
info@wsp-recht.de

Internet
www.wsp-recht.de

Dr. Ross & Partner

RECHTSANWÄLTE UND NOTAR

Dr. Stephan Schröder

Rechtsanwalt u. Notar
Fachanwalt für Verkehrsrecht
ADAC-Vertragsanwalt

Niels Riecken

Rechtsanwalt

Sophienblatt 46 | 24114 Kiel

Telefon: 0431-319797-0 Fax: 319797-19

Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag: 8.30-17.30 Uhr
Freitag: 8.30 - 13.00 Uhr

Team Sport

Friedrichsort

www.teamsport-friedrichsort.de

24159 Kiel, Friedrichsorter Str. 14

Tel.: 0431 / 39 24 53

- Teamsport
- Beflockung
- Bestickung
- Digitaldruck

Wir ziehen Mannschaften an.



Nie ohne Steuermann! Niemals.

Sie haben hart für Ihre Immobilie gearbeitet, also tun wir das auch. Wenn die Zeiten mal stürmisch sind, brauchen Sie Immobilien-Spezialisten, die sich auch mal weit nach draußen lehnen. Ob wir verwalten oder vermarkten: Seien Sie sich unseres vollen Einsatzes jederzeit sicher. Dann stimmt auch der Kurs ...



Hans Schütt

Wir machen Ihre Hausaufgaben

Hans Schütt Immobilien GmbH, IVD · Kleiner Kuhberg 2-6 · 24103 Kiel · Telefon (0431) 9069-60 · schuett.de

www.linke-metallbau.de



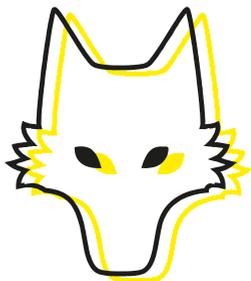
LINKE Metallbau

Klausdorfer Straße 84

24161 Altenholz

Telefon 0431/32 14 76

ERGEBNISSE DER SAISON 2023/24



HINRUNDE

03. September 2023	HC Empor Rostock - TSV Altenholz	23 : 23
08. September 2023	TSV Altenholz - HSG Eider Harde	35 : 26
16. September 2023	Stralsunder HV - TSV Altenholz	25 : 30
23. September 2023	TSV Altenholz - HC Burgenland	33 : 30
30. September 2023	TSV Anderten - TSV Altenholz	25 : 34
07. Oktober 2023	HSV Insel Usedom e.V. - TSV Altenholz	24 : 35
14. Oktober 2023	TSV Altenholz - TSV Burgdorf II	-- : --
21. Oktober 2023	SC DHFK Leipzig II - TSV Altenholz	-- : --
28. Oktober 2023	TSV Altenholz - Füchse Berlin Reinickendorf II	-- : --
11. November 2023	TSV Altenholz - SV Anhalt Bernburg	-- : --
18. November 2023	SG Hamburg-Nord - TSV Altenholz	-- : --
16. März 2024	TSV Altenholz - Oranienburger HC	-- : --
01. Dezember 2023	HSG Ostsee N/G - TSV Altenholz	-- : --
09. Dezember 2023	SC Magdeburg II - TSV Altenholz	-- : --
16. Dezember 2023	TSV Altenholz - MTV Braunschweig	-- : --

RÜCKRUNDE

20. Januar 2024	TSV Altenholz - HC Empor Rostock	-- : --
26. Januar 2024	HSG Eider Harde - TSV Altenholz	-- : --
03. Februar 2024	TSV Altenholz - Stralsunder HV	-- : --
17. Februar 2024	HC Burgenland - TSV Altenholz	-- : --
24. Februar 2024	TSV Altenholz - TSV Anderten	-- : --
02. März 2024	TSV Altenholz - HSV Insel Usedom e.V.	-- : --
09. März 2024	TSV Burgdorf II - TSV Altenholz	-- : --
23. März 2024	TSV Altenholz - SC DHFK Leipzig II	-- : --
06. April 2024	Füchse Berlin Reinickendorf II - TSV Altenholz	-- : --
13. April 2024	SV Anhalt Bernburg - TSV Altenholz	-- : --
20. April 2024	TSV Altenholz - SG Hamburg-Nord	-- : --
27. April 2024	Oranienburger HC - TSV Altenholz	-- : --
03. Mai 2024	TSV Altenholz - HSG Ostsee N/G	-- : --
18. Mai 2024	TSV Altenholz - SC Magdeburg II	-- : --
25. Mai 2024	MTV Braunschweig - TSV Altenholz	-- : --

VIER FÜR IHR RECHT!



RECHTSANWÄLTE · NOTARE

Die Rechtsanwälte Claudia Kuske, Dr. Markus Göldner, Peter Fredrich und Dr. Manfred Pimat vertreten Sie im Arbeitsrecht, Familienrecht, Erbrecht und im gesamten Immobilienrecht.

SPRECHEN
SIE UNS AN!

Berliner Straße 2 · 24768 Rendsburg · Tel.: +49 4331 1314 0
Neufeldstraße 6 · 24118 Kiel · Tel.: +49 431 66 86 36-0

www.gfkp.de

Wir machen Ein**DRUCK** vor Ort



im

Offset-Druck

wie auch im

Digital-Druck

Individuelle Beratung

Broschüren in Kleinauflagen

Personalisierte Drucksachen

Papiermuster-Service

Versandlogistik

Direktmarketing



Traditionsdruckerei in Kiel

 **hugo hamann**

Droysenstr. 21 | 24105 Kiel | t. 0431 5111-238 | druckerei@hugohamann.de | www.druckerei-hugohamann.de

 **HÖRAKUSTIK**
oberdieck

Hörakustik Oberdieck

Knooper Weg 8
24103 Kiel

Telefon: 0431 – 2202820
kiel@hoerakustik-oberdieck.de

Dorfstraße 22
24220 Flintbek

Telefon: 04347 – 90 90 571
flintbek@hoerakustik-oberdieck.de

Hamburger Landstraße 10
24113 Molfsee

Telefon: 0431 – 60 06 75 90
molfsee@hoerakustik-oberdieck.de

www.hoerakustik-oberdieck.de



**Sönke
Bergemann
ist ein Fan
vom TSV
Altenholz!**

...und seiner
Hörsysteme von
Hörakustik Oberdieck.

PSU
Publishing
Service Ulrich



**Apple IT-
Systeme und
mehr**

**Desktop Computer neu definiert:
Der neue Apple iMac 24" - 4,5K Retina Display und M1 Prozessor
In 7 unterschiedlichen Farben und Versionen.**

Unsere Leistungen:

Beratung, Neu- und Gebrauchtgeräte, Einrichtungsservice,
Wartung, Schulung und vor-Ort-Service

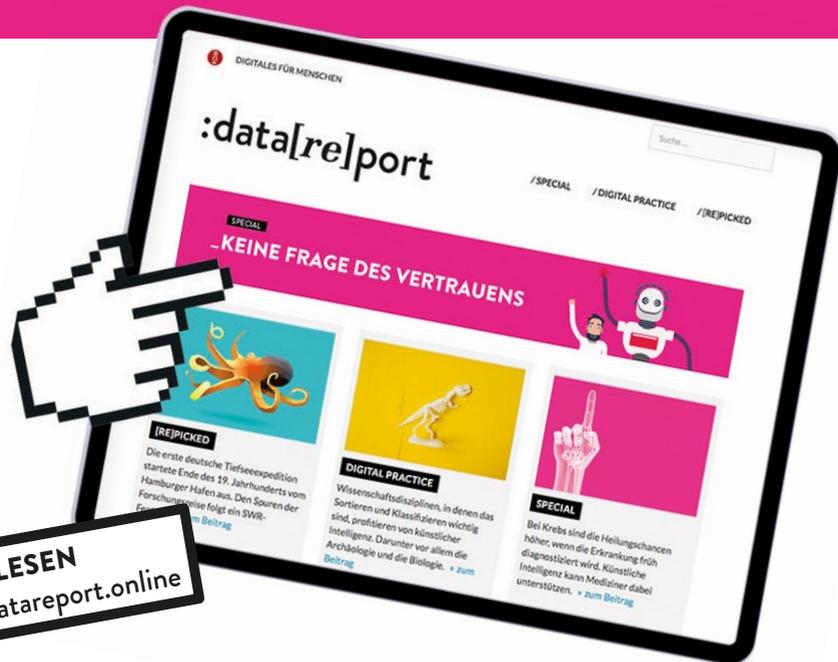
MOBIL: 0171-5361684 / **EMAIL:** info@psu-ulrich.de / **WEB:** www.psu-ulrich.de

Geschäftszeiten: Montag - Freitag 9.30 - 18 Uhr, Sonnabend 10 - 13 Uhr und nach Vereinbarung
Harald Ulrich / Rosenweg 19d / 24229 Dänischenhagen

DIGITALES FÜR MENSCHEN

:data[re]port

Technologie unter der Lupe: Sehen, was machbar ist, Perspektiven aufzeigen. Mit Blick auf die Verwaltung.



JETZT LESEN
www.datareport.online

UNSERE RUBRIKEN

SPECIAL: Themen aus den Schwerpunkten des Printheftes, dazu Material aus den Recherchen

DIGITAL PRACTICE: Genauer hingeschaut, neue Technologien und ihr Einsatz unter der Lupe

[RE]PICKED: Unseren Lesern und Leserinnen kurz vorgestellt, Tipps für Podcasts zur Digitalisierung



Ein Magazin von Dataport, dem Full Service Provider für öffentliche IT



Mach Dich bereit, Thailand zu entdecken!

Montag-Samstag
18:00-22:30 Uhr

Sonntag
16:00-20:30 Uhr

Sawadee Willkommen

Wir sind ein Thai-Restaurant mit traditionellen und modernen Gerichten. Auf unserer Karte finden sich Klassiker und Neuinterpretationen. Alle Gerichte werden mit frischen Zutaten von höchster Qualität zubereitet. Dazu bieten wir ein stilvolles, freundliches und gemütliches Ambiente und viele Außenplätze auf einer großen Terrasse.

Dynamisches Wanddesign aus Weidenruten prägt das Lokal, das Kokossuppe, Wok-Gerichte und Thai-Currys serviert.





Michelsen
Gebäude- und Liegenschaftsmanagement GmbH

—

Als inhabergeführtes Familienunternehmen setzen wir auf Nähe und Vertrauen zu unseren Kunden. Wir betrachten Sie daher nicht als Kunden, sondern als wichtigen Bestandteil unserer Familie.

Qualität, Flexibilität, Ehrlichkeit, Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit sind die 5 Säulen unseres Unternehmens. Sie stellen eine hervorragende Grundlage für eine enge Geschäftsbeziehung und ein gemeinsames Wachstum dar.



Michelsen
Hausmeister

Objektbetreuung
Grundpflege
Instandhaltung
u.v.m.



Michelsen
Reinigungsservice

Unterhaltsreinigung
Grundreinigung
Glaserreinigung
u.v.m.



Michelsen
Grundpflege

Gartenpflege
Form- und Rückschnitt
Dauerpflege
u.v.m.

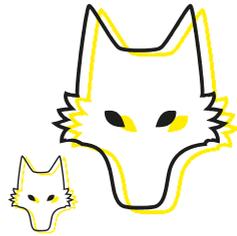
Kontaktieren Sie uns!
E-Mail: morten@nichelsen-services.de | Tel.: 0431-21 91 05 30

TABELLE

Pl	Mannschaft	Spiele	Tore	G.-Tore	Diff.	Punkte
1.	TSV Altenholz	6	190	153	30	11:1
2.	HC Empor Rostock	6	148	130	18	11:1
3.	Oranienburger HC	6	194	178	16	9:3
4.	MTV Braunschweig	6	198	165	33	8:4
5.	Füchse BERLIN II	6	207	189	18	8:4
6.	HSG Ostsee N/G	6	161	152	9	8:4
7.	HSG Eider Harde	6	189	178	11	6:6
8.	SC Magdeburg II	6	181	186	-5	6:6
9.	Stralsunder HV	5	133	133	0	5:5
10.	SG Hamburg-Nord	6	167	174	-7	5:7
11.	SC DHfK Leipzig II	6	198	201	-3	4:8
12.	TSV Burgdorf II	6	151	166	-15	4:8
13.	SV Anhalt Bernburg	6	150	170	-20	3:9
14.	TSV Anderten	5	133	152	-19	2:8
15.	HC Burgenland	6	149	179	-30	2:10
16.	HSV Insel Usedom	6	166	209	-43	2:10

NEU IM RUDEL - MATTEO MENGES

Mit Matteo stellen wir euch heute unseren dritten und letzten Neuzugang vor. Matteo kam vor dieser Saison aus der U 19 des THW Kiel zu uns ins Rudel. Am 19.07.2004 erblickte er im hessischen Wetzlar das Licht der Welt. Seit seinem vierten Lebensjahr jagt Matteo dem Handball hinterher. Zuerst im heimischen Hüttenberg und dann aufgrund seiner guten Leistungen in den Nachwuchsleistungszentren vom SC DHfK Leipzig und dem THW Kiel. Aktuell geht er noch in Friedrichsort zur Schule und möchte dann seinen Traumberuf ergreifen und zur Polizei gehen. Allerdings hätte er auch nichts dagegen, wenn er das Handballspielen eine zeitlang zu seinem Beruf machen könnte. Bei uns sorgt Matteo mit seinem athletischem Spiel und seiner Schnelligkeit ordentlich für Furore. Im Eins gegen Eins ist er für seine Gegenspieler kaum zu stoppen. Sein großes sportliches Vorbild ist der Magdeburger Gisli Kristjanson. In seiner knappen Freizeit pflegt er seine Freundschaften und ist in den sozialen Netzwerken unterwegs. Sein kurzfristiges Ziel im sportlichen Bereich ist es, im ersten Männerjahr in Altenholz Fuß zu fassen, um sich dann zu einer tragenden Säule im Spiel der Wölfe zu entwickeln. Auf ein bestimmtes Ritual verzichtet er ganz bewusst. Er versucht ohne Druck ins Spiel zu gehen, damit er befreit sein Spiel aufziehen kann.



Matteo Menges

**Wir lassen Ihr Haus in
neuem Glanz erstrahlen.**

Und das Beste! Wir koordinieren alle Gewerke für Sie.

Maler- & Lackierarbeiten, Interieurdesign, Betonsanierung,
Brandschutzbeschichtungen, Sanierung (auch von historischen Gebäuden),
Spritzverfahren und Innen Dämmungssysteme.

Günther Witt GmbH

Bringen Sie Farbe in Ihr Leben

Jetzt Folgen   

Kiel

Barkauer Str. 93
24145 Kiel
Tel.: 0431 61132
info@guenter-witt.de

Nortorf

Industriestraße 5
24589 Nortorf
Tel.: 04392 2671
nortorf@guenter-witt.de

HAUSGEBRAUTES BIER, LECKERE SPEISEN UND GETRÄNKE



BUNDESLIGA



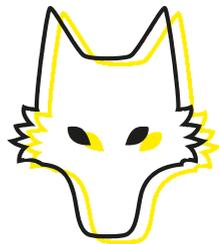
SPORTSBAR

TOM KYLE



TOM KYLE - ALTSTADT-BRAUHAUS · ALTER MARKT 16 · KIEL · WWW.TOM-KYLE-KIEL.DE

MITGE- SCHRIE- BEN



TSV Altenholz

- 16 Philipp Saggau
- 71 Tom Landgraf
- 77 Thore Jöhnck
- 4 Julius Schneider
- 5 Tommy Fängler
- 6 Simon Seebeck
- 7 Michel Brassait
- 9 Lars Meereis
- 10 Jan Bornhöft
- 17 Klas Bergemann
- 19 Hannes Glindemann
- 21 Malte Voigt
- 24 Malte Abelmann-Brockmann
- 25 Henri Pabst
- 28 Ben-Connar Battermann
- 58 Juri Richter
- 87 Matteo Menges

TSV Burgdorf II

- 4 Chris-Ole Brandt
- 15 Fynn Unger
- 16 Lasse Andresen
- 24 Niklas Gautzsch
- 25 Fabrice-Joel Wolf
- 28 Mika Hänies
- 41 Karol Chmielewski
- 46 Johannes Thiel
- 56 Leander Pietsch
- 58 Daniel Weber
- 63 Justin Wollny
- 74 Karay Ayar
- 80 Luis Rodríguez
- 82 Paul Helderemann
- 92 Fynn Unger
- 94 Kjell Maelecke
- 97 Renke Rohrweber
- 99 Leander Pietsch

Halbzeit

Endstand

STIFTUNG KIELER STADTKLOSTER



GLÜCK IST: Seine Berufung zu finden

Wir suchen Mitarbeiter*innen für die Pflege

In unseren Kieler Senioren- und Pflegezentren stellen wir die Bedürfnisse der Bewohner*innen und Tagesgäste in den Mittelpunkt. Wir versorgen nicht nur, wir helfen und haben ein offenes Ohr. Und als Stiftung können wir uns die Zeit nehmen, die dazu nötig ist.

www.helfen-macht-glücklich.de



FREU DICH AUF:

- Verlässliche Dienstplanung
- Sehr guten Verdienst
- 6 Wochen Urlaub
- Zuschuss Job-Bike & -Ticket
- Altersvorsorgezuschuss
- Faire Überstundenregelung

www.kieler-volksbank.de/hausbankvorteil



Aufsteiger!

Meine HausbankVorteilswelt -
rundum gut versorgt!

Meine PowerBank

- ✓ Bis zu 16€ p.M. Kontovorteil
- ✓ Bis zu 40.000€ Mitgliedschaft
- ✓ Exklusive Vorzugsleistungen

Bronze, Silber, Gold oder Platin?
Finanzielle Versorgung optimieren und
von bis zu 192 € p.a. Kontovorteil sowie
weiteren Vorzugsleistungen profitieren.

 **Kieler Volksbank**
Meine PowerBank



bft

KRUSE- TANK

Ihre FREIE TANKSTELLE in Altenholz

Täglich frische Brötchen
ARKO Depot

Kfz-Meisterbetrieb
DEKRA und AU Abnahme
EC-Tankautomat
Autowaschanlage

24161 Altenholz · Klausdorfer Str. 93
☎ 04 31 / 32 12 70

Rosa Rostig am Blücher

Blumen, Pflanzen, Geschenke
...und immer das Besondere



Unsere Öffnungszeiten:

Montag - Freitag
10 - 18 Uhr
Samstag 10 - 13 Uhr

Wir beraten Bauherren
und -damen

beim Immobilienkauf,
in Vertragsangelegenheiten,
während der Bauphase,
bei der Bauabnahme,
bei der Rechnungsprüfung
und in der Gewährleistungszeit

VPB

Verband Privater Bauherren e.V.

Regionalbüro Kiel
Dorfkoppel 9, 24161 Altenholz
0431 32911-22, kiel@vpb.de

Bauherrenbetreuung
Bauträgermanagement
Gutachten
Projektsteuerung
Hochbau
Straßen-/Tiefbau



DIPL.-ING.
**THORSTEN
KUCHEL**
BERATENDER
INGENIEUR

Dorfkoppel 9
24161 Altenholz
Telefon 0431 32911-0
E-Mail info@ing-tk.de

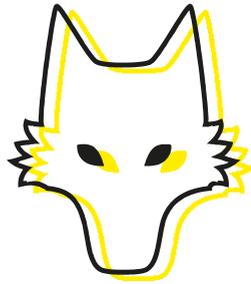
SCHIEDSRICHTER

der heutigen Begegnung sind die Sportsfreunde

Schiedsrichter: Jan Krüger / Björn Schmidt

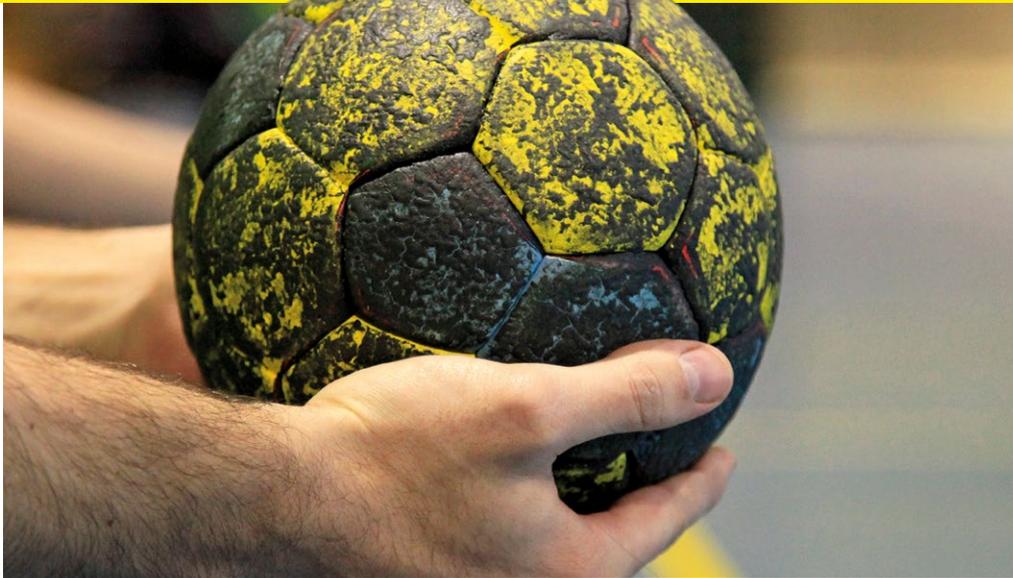
Zeitnehmer: Katja Meyer

Sekretär: Kerstin Felgentreu



ONLINE WISSEN, WAS LÄUFT:

Informieren Sie sich doch auch zwischen den Spielen über die Geschehnisse rund um unsere Handball-Mannschaft unter www.tsv-a.de oder auf www.facebook.com/tsva.handball



Der heutige Spielball wird zur Verfügung gestellt von

KÜSTENRAD
E-BIKE STORES



MYCREFO APP
BONITÄTSAUSKÜNFT
24/7 ZUR HAND

Mit der Creditreform App checken Sie die Firmendaten und Bonität von Geschäftspartnern schnell von unterwegs.

- ✓ Auf 5 Mio. Unternehmensdatensätze zugreifen
- ✓ Kostenlos in der Firmensuche recherchieren
- ✓ Bonitätsauskünfte abrufen & downloaden
- ✓ Weitere Mehrwerte & exklusive Features nutzen



Jetzt App
downloaden!

Creditreform Kiel
Tel. 0431 97980 40
info@kiel.creditreform.de
www.creditreform.de/kiel

Creditreform



**ISA Informations-, Schloss-
und Alarmtechnik GmbH**

 Schließsysteme

 Brandmeldesysteme

 Einbruchmeldesysteme

 Videoüberwachungssysteme

 Fluchtwegsysteme

 Zutrittskontrollsysteme

Sicherheitskompetenz aus dem Norden

mail@isa-kiel.de | 0431 66 70 90 0

AUF GE PASST!

**Nächstes Heimspiel
am 28.10.2023
um 18:00 Uhr gegen den
Füchse Berlin
Reinickendorf II**

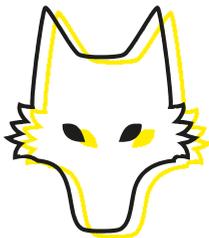
**Wir freuen uns auf euch
und eure Unterstützung!**

Datenschutz

Aus aktuellem Anlass weisen wir darauf hin, dass wir von der heutigen Veranstaltung Fotos machen werden und diese für die Öffentlichkeitsarbeit nutzen wollen. Wenn Sie das nicht möchten, sagen Sie uns bitte Bescheid, wir werden Ihr Gesicht dann unkenntlich machen.

Wir bedanken uns ...

ganz herzlich bei unseren Werbepartnern, Inserenten und Sponsoren. Wir bitten Sie, liebe Mitglieder, Fans und Leser dieser Ausgabe, unsere Werbepartner bei Ihren Einkäufen und Planungen zu berücksichtigen.



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Team Handball Altenholz GmbH
Klausdorfer Straße 78 e
24161 Altenholz

VERTRETEN DURCH

Sönke Bergemann
Matthias Fehrke

KONTAKT

Telefon: 0431 - 32 37 33
Telefax: 0431 - 32 30 62
geschaeftsstelle@tsv-a.de

TEXTE

Matthias Fehrke

FOTOS

Uwe Paesler

LAYOUT

strawberry field
Tel. 0172 / 4104253

DRUCK

Hugo Hamann
Droysenstraße 21
24105 Kiel

AUFLAGE

700 Stück

Die Artikel und die Anzeigen in diesem Heft sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.



**Immer füreinander da – für
Ihre Familie wollen Sie das Beste,
die BARMER auch.**

Für Familien zählen vor allem Sicherheit, beste Gesundheit und möglichst viel Zeit füreinander. Genau daran sind unsere Angebote und Leistungen ausgerichtet: umfassender Gesundheitsschutz mit vielen Extras, optimale Betreuung und erstklassige Medizin. Dazu profitieren Sie von Angeboten in den Bereichen Prophylaxe und Naturheilverfahren sowie von unseren zeitsparenden Services und Digitalangeboten.

* Wie sich Ihr individueller Vorteil zusammensetzt, erklären wir Ihnen gerne persönlich.

www.barmer.de/familien



BARMER



**Orthopädie
Unfallchirurgie und
Sporttraumatologie**

Lubinus Stiftung

Steenbeker Weg 25, 24106 Kiel

T: +49 431 388-0

www.lubinus-stiftung.de