

Das Schwarze

FRÜHJAHR 2025



**Delisha Benelisa Domingos verbessert
ihren eigenen deutschen Hallenrekord
– TuSLi-Sportlerin des Jahres 2024 –**



Turn- und Sportverein Lichterfelde von 1887 e.V. (Berlin)

Impressum

Herausgeber

Turn- und Sportverein Lichterfelde
von 1887 e.V.
Krahrmerstraße 15
12207 Berlin

V.i.S.d.P: Paul Harfenmeister

Kontakt

☎ 030 / 766 890 62
@ info@TuSLi.de
Internet: <http://TuSLi.de>

Kontoverbindung

Deutsche Bank
IBAN: DE 61 1007 0024 0884 2262 00
BIC: DEUTDE3333

Redaktion

Redaktionsschluss 15. Februar 2025

Herstellung

Satzherstellung Neymanns
☎ 030/70242224
@ neymanns@satzherstellung.com
Internet: www.satzherstellung.com

Auflage

750 Exemplare

Fotos

Sofern nicht weiter gekennzeichnet oder benannt, aus dem TuSLi Archivmaterial und Bestand oder von privat.

Foto Titelseite

Die Leichtathletik-Abteilung wird sie zur TuSLi-Sportlerin des Jahres 2024 küren. Noch bevor Delisha Benelisa Domingos ihre Auszeichnung überreicht bekommt, erzielt sie einen Rekord nach dem anderen. Bei den BBM Männer/Frauen/U18 in Hohenschönhausen verbessert sie im Januar 2025 ihren eigenen deutschen Hallenrekord in 60 m Hürden auf 8,25 Sekunden.

Foto: Karl-Heinz Flucke

Inhaltsverzeichnis

Impressum _____	2
Vorwort _____	3

TuSLi

Veranstaltungen

Ein Veranstaltungshighlight jagt das Nächste! _____	4
--	---

Projekte

TuSLi-Vereinszentrum: Infoveranstaltungen zum Thema Bürgschaften und Darlehen _____	8
Historisches _____	10

Aus den Abteilungen

Gymnastik _____	11
Leichtathletik _____	14
Schwimmen _____	24
Spiel-Sport-Spaß _____	26
Tischtennis _____	27
Trampolinturnen _____	29
Ultimate Frisbee _____	31

Kontakt daten _____	35
----------------------------	----

Liebe Mitglieder und Freunde des TuSLi,

zunächst wünsche ich euch allen – wenn auch mit etwas Verspätung – ein frohes neues Jahr! Möge 2025 für euch viele sportliche Erfolge, Gesundheit und vor allem verletzungsfreie Trainingseinheiten und Wettkämpfe bereithalten. Die Zeit vergeht rasend schnell und das neue Jahr hat bereits mit vollem Tempo begonnen.

Ein großes Thema für unseren Verein bleibt der Bau unseres Vereinszentrums. Die Planungen sind weit fortgeschritten, und es sieht gut aus, dass wir in diesem Jahr endlich den ersten Spatenstich setzen können. Allerdings gibt es noch Hürden zu überwinden: Vor allem weitere Bürgschaften für das Darlehen des Senats sind notwendig, damit wir die Förderung durch ihn erhalten. Darüber hinaus sind wir weiterhin auf Spenden und zusätzliche Darlehen angewiesen. Jede Unterstützung bringt uns unserem Ziel ein Stück näher – gemeinsam schaffen wir das!

Diese Hürden werden wir hoffentlich so gut meistern, wie unsere Leichtathletin Delisha Benelisa Domingos. Sie hat in diesem Jahr den deutschen U18 Rekord über 60m Hürden gleich zweimal verbessert, auf mittlerweile 8,25 Sekunden. Eine herausragende Leistung, die nicht nur sie selbst, sondern auch unseren gesamten Verein stolz macht. Herzlichen Glückwunsch, Delisha!

Hiermit möchte ich auch schon auf unser Sommerfest am Samstag, den 12. Juli ab 14:00 Uhr im Stadion Lichterfelde hinweisen. Es würde mich sehr freuen, alle unsere über 2.500 Mitglieder dort zu begrüßen.



Weitere Informationen zum Vereinszentrum, den Veranstaltungen und Sportliches aus den Abteilungen findet ihr auf den folgenden Seiten.

Lasst uns gemeinsam dieses Jahr mit voller Energie angehen – sei es beim Sport, bei der Unterstützung unseres Vereins oder bei der Realisierung unseres neuen Vereinszentrums.

Sportliche Grüße
Paul Harfenmeister
Vorsitzender

*Gemeinsam
auf dem Weg in ein
neues Zuhause –*

www.TuSLi.de/zuhause

Ein Veranstaltungshighlight jagt das Nächste!

Sportler- und Ehrenbankett am Freitag, 04. April 2025, im Stubenrauchsaal in Teltow

Bereits zum dritten Mal findet das Sportler- und Ehrenbankett im Stubenrauchsaal in Teltow statt. Die Lokation hat in den letzten zwei Jahren nicht nur die Verantwortlichen, sondern auch die Gäste überzeugt.

Die Einladungen an die diesjährigen Ehrengäste sind bereits versendet. Jeder kann live mit dabei sein, solange es Karten gibt. Wer einen tollen Abend mit vielen Gästen und einem herausragenden Buffet (inkl. Getränke) von Lutz Bande und seinem Team nicht verpassen möchte, sollte sich schnell entscheiden!

Kartenpreise 2025

Erwachsene:	50,00 €
Kinder unter 18 Jahre:	45,00 €
Kinder unter 3 Jahre:	15,00 €
Ehrenmitglieder:	40,00 €

Sportler- und Ehrenbankett

Herzlich Willkommen
im Stubenrauchsaal im Rathaus Teltow

14. Juli 2023



Wir freuen uns auf einen einmaligen und gemütlichen Abend in geselliger Runde!

TuSLi-Erwachsenenfahrt am 15. Mai 2025

Wolltest du schon immer mal wissen, was aus den Kohleabbaugebieten wird? Lust auf Spargel? Lust auf Finsterwalde? Dann sei am 15. Mai mit dabei! Weitere Infos findest du auf Seite 6.

TuSLi-Heideparkfahrt am 29. Mai 2025

Alle Jahre wieder füllen wir einen großen Bus mit vielen Kindern und Jugendlichen und veranstalten ein sportliches Event der Extraklasse.

Nach einer schlaflosen Nacht voller Vorfreude, folgen 4 Stunden pure Aufregung, bevor dann in 5–6 Stunden tausende Kalorien verbrannt werden. Nach dieser sportlichen Höchstleistung gönnen wir uns einen vierstündigen Cooldown, um dann völlig k.o. ins Bett zu fallen.

Preise 2025

Mitglieder 90 cm bis 17 Jahre:	80,00 €
Mitglieder ab 18 Jahre:	85,00 €
Zukünftige Mitglieder:	90,00 €
Kinder unter 90 cm (in Begleitung):	40,00 €

Wer dieses Spektakel nicht verpassen möchte, sollte sich nun schnellstmöglich online anmelden. Die Plätze sind begrenzt und schnell belegt.

Alle Infos findet ihr unter:

www.tusli.de/veranstaltungen/jugendfahrt



TuSLi-Sommerfest am Samstag, 12. Juli 2025, im Stadion Lichterfelde

Wir haben vorsichtshalber das halbe Stadiongelände reservieren lassen. Denn das diesjährige Sommerfest orientiert sich an dem Fortschritt des Projektes „Neue TuSLi-Heimat“. Eins ist klar: es wird wie jedes Jahr ein tolles Fest mit rund

800 Mitgliedern und Freunden des TuSLi! Jede Sportart des TuSLi soll vertreten sein und die meisten wird man auch ausprobieren können. Seid gespannt, was wir in den kommenden Monaten und Wochen verraten werden und tragt euch jetzt schon im Kalender ein, dass ihr am 12.07.2025 von 14–17 Uhr beim TuSLi im Stadion Lichterfelde seid!



TuSLi-Feriencamps in den Sommerferien, im Stadion Lichterfelde

Sie gehören mittlerweile zum TuSLi dazu und wir hoffen, dass sie mit dem neuen Vereinszentrum irgendwann einmalig werden: die TuSLi-Sommerferiencamps! Ein abwechslungsreiches Sportprogramm und eine Betreuung von 08:30-16:00 Uhr inkl. Mittagessen wartet auf die Kinder. Wir versuchen, dass alle sechs Ferienwochen zur Auswahl stehen werden. Achtet auf den Newsletter im April/Mai und auf die Ankündigung auf der Homepage.



IBA-Terrassen Großräschen / Sängerstadt Finsterwalde • Spargelhof

TuSLi-Erwachsenenfahrt am Donnerstag, den 15. Mai 2025

In Finsterwalde angekommen, werden wir am Marktplatz mit barockem Rathaus aussteigen. Dort werden wir eine sehr lebendige Kleinstadt erleben, dessen Altstadtkern sich rund um den Marktplatz erstreckt. Warum und seit wann der Ort den Beinamen „Sängerstadt“ trägt, werden wir erfahren. Anschließend kann der historische Stadtkern genossen werden. Es kann individuell gebummelt oder an einem angebotenen Spaziergang teilgenommen werden, der u. a. zum Finsterwalder Schloss führen wird. Die inmitten der Stadt gelegene weiträumige Schlossanlage, eine ehemalige Raubritterburg, dient heute als Sitz der Stadtverwaltung.

20 Minuten Busfahrt entfernt werden wir zum Spargelessen im Landgasthof eines kleinen Lausitzer Dorfes einkehren. Nach dem Essen werden wir einen Lausitzer Spargelhof besuchen, wo der Spargel angeboten wird, den wir

mittags auf dem Teller hatten. Es können frisch gestochener Spargel und andere regionale Produkte gekauft werden.

Der Braunkohletagebau hat die Region geprägt: Auf der Suche nach dem «braunen Gold» fraßen sich riesige Planierraupen durch die Landschaft, ganze Dörfer mussten weichen. Wo seit 1991 der letzte Braunkohlezug fuhr, entstehen jetzt Seen in den stillgelegten Gruben.

Am Nachmittag besuchen wir die IBA-Terrassen in Großräschen. Auf den Terrassen lässt sich bequem beobachten, wie sich der ehemalige Braunkohletagebau in eine Seenlandschaft verwandelt. Es entsteht ein Seehotel, ein Hafen und es wird Wein angebaut. Besucher sitzen auf der Promenade oder im Café am Rand des gigantischen Kraters. Dort bietet sich die Gelegenheit zum Kaffeetrinken oder zum schlemmen eines Eisbechers.

- Abfahrt:** 9:00 Uhr, TuSLi-Geschäftsstelle,
Krahmer Str. 15, 12207 Berlin
- Abfahrt:** 9:15 Uhr, Bahnhof Südkreuz,
Hildegard-Knef-Platz, 10829 Berlin
- Rückkehr:** ca. 19:00 Uhr
- Preis pro Person:**
65,00 € für TuSLi-Mitglieder
75,00 € für Nichtmitglieder

Nur mit Anmeldung über die Geschäftsstelle per Mail, info@tusli.de, oder per Telefon, 030/76689062, zu den Sprechzeiten mit Angabe der Essenauswahl, dem Zustiegsort (Geschäftsstelle oder Südkreuz) und einer Handynummer (falls vorhanden), damit wir dich notfalls am 15.05.2025 erreichen können. **Anmeldeschluss ist am 30.04.2025.**

Im Reisepreis enthaltene Leistungen:

Fahrt mit dem Reisebus, Spargelessen, Aufenthalt IBA-Terrassen Großräschen, Aufenthalt Finsterwalde, Aufenthalt Spargelhof, ganztägige Reiseleitung



Foto: © Peter Fahlke

Bitte gebe bei der Anmeldung an, welches Gericht du zu Mittag essen möchtest:

- 1) Spargelessen mit Schnitzel, Spargel und Salzkartoffeln
- 2) Spargelessen mit Rührei, Spargel und Salzkartoffeln
- 3) Spargelessen mit Schinken, Spargel und Salzkartoffeln

neymanns
satz • layout • druck • versand

Sie haben
Ihr Ziel erreicht!



Von der
Visitenkarte bis
zur Festschrift

☎ 030/70 24 22 24

satzherstellung.com

TuSLi-Vereinszentrum: Infoveranstaltungen zum Thema Bürgschaften und Darlehen

„Wie beim Vereinstag berichtet, kann es sich nur noch um Tage handeln, bis auch die Planung der TGA abgeschlossen ist“, berichteten wird im letzten Schwarzen L. Aus wenigen Tagen wurden zwei Monate.

Als wir zum Ende des Jahres 2024 noch immer keine Unterlagen in den Händen hielten, haben wir uns nochmal mit dem Planungsbüro auseinandergesetzt und deutlich gemacht, dass es keine weiteren Zeitaufschub gibt.

Mitte Januar war die Planung der TGA dann endlich abgeschlossen und die Unterlagen wurden übersandt.

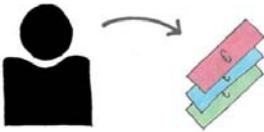
Mitte Februar gab es bereits weitere Abstimmungsgespräche. Einige wenige Details müssen noch korrigiert werden und dann kann die Bauplanungsunterlage (BPU) beim Senat eingereicht werden.

Diese Unterlage umfasst mittlerweile einen reinen Fließtext von über 25 Seiten. Die Ausarbeitung dieser Unterlagen hat uns sehr viel Kraft gekostet. Wir hoffen, dass der Senat keine großen Beanstandungen haben wird und die BPU schnell genehmigt wird.

Um den Förderbescheid vom Senat zu bekommen, müssen wir ihm eine Sicherheit für das

Hier noch einmal die möglichen Auswirkungen zusammengefasst:

Spenden



Spender überweist Geld an TuSLi

Keine Rückzahlung

Spendenbescheinigung

Steuerminderung bei der Einkommensteuer

Spendenkonto

TuS Lichterfelde von 1887 e.V.

IBAN: DE83 1007 0024 0884 2130 00

BIC: DEUTDE33

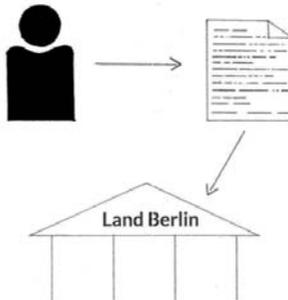
Zweck: Spende Neue TuSLi-Heimat, Name/Adresse o. Mitgliedsnummer

Bürgschaft

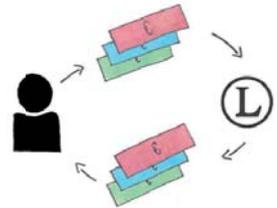
Geldfluss nur bei Insolvenz oder Auflösung des TuSLi und nur über die vereinbarte Summe (min. 2.000,- Euro)

schriftliche Vereinbarung

min. 10 Jahre, Ersatzbürgen möglich, Alternative: teure Bankbürgschaft



Darlehen



Darlehensgeber überweist Geld an TuSLi

Mit Rückzahlung (i.d.R. zinslos, flexible Rückzahlungsdauer)

Darlehensvertrag

keine Strafgebühren, kein Geldverlust

zinslose Darlehen geben. Diese Sicherheit kann mit Hilfe von selbstschuldnerischen Bürgschaften und/oder einer Bankbürgschaft erfolgen. Des Weiteren können wir die Höhe des Senatsdarlehen beeinflussen, wenn wir unseren Eigenanteil deutlich steigern. Je kleiner das Senatsdarlehen, desto weniger Bürgschaften werden benötigt.

Wie bereits angekündigt, wollen wir mit euch zu diesen Themen ins persönliche Gespräch kommen, kommen, um viele weitere Bürgen und Darlehensgeber zu finden. Dazu wird es kleinere Infoveranstaltungen geben, die vormittags oder nachmittags stattfinden. Es geht dabei nicht um die einzelnen Details zum Gebäude an sich, sondern vor allem um die Finanzierung und Absicherung.

Wir bringen euch in einem kurzen Vortrag den aktuellen Planungsstand näher und gehen dann vor allem auf Fragen zu Bürgschaften und Darlehen ein. Anschließend stehen wir für Gespräche zur Verfügung, die eventuell nicht für die gesamte Versammlung gedacht sind.

Folgende Termine stehen bereits fest:

- Dienstag, 18.03.2025, 10:00–12:00 Uhr, TuSLi-Geschäftsstelle
- Donnerstag, 20.03.2025, 16:00–18:00 Uhr, TuSLi-Geschäftsstelle
- Dienstag, 25.03.2025, 10:00–12:00 Uhr, TuSLi-Geschäftsstelle
- Donnerstag, 27.03.2025, 16:00–18:00 Uhr, TuSLi-Geschäftsstelle

Die Plätze in der Geschäftsstelle sind begrenzt. **Eine Anmeldung ist daher Pflicht!** Die Anmeldung kann telefonisch zu den Sprechzeiten (030 766 890 62) oder jederzeit per Mail (info@tusli.de) erfolgen.



Wir freuen uns auf einen regen Austausch und hoffen, dass wir die erforderlichen Bürgen und Darlehensgeber gewinnen können.

Unser Spendenkonto:

TuS Lichterfelde von 1887 e.V. –
 Bausonderkonto NTH
 IBAN: DE83 1007 0024 0884 2130 00
 BIC: DEUTDE33HAN33
 Zweck: Spende Neue TuSLi-Heimat
 Name/Adresse o. Mitgliedsnummer

Wer möchte, kann auch ganz unkompliziert und schnell über die Homepage spenden:
www.tusli.de/zuhause

Euer TuSLi – Mehr als Sport!

*Gemeinsam auf dem Weg
 in ein neues Zuhause*

Olympiatalente, Bundeskader Hockey und Ferienprogramm

Urlaub für Familien – Familienreisen nach Spiekeroog

Für Einzelreisenden, Ehepaare und Familien bietet die Sportjugend Berlin im Sportjugendheim Spiekeroog – einem 120 Betten-Hotel auf der „grünen Insel“ der Nordsee – preiswerte Familienreisen mit Vollpension an. Die Unterbringung ... erfolgt in Zwei- und Dreibettzimmern mit fließend warm und kalt Wasser. Das Haus ist für seine Gastlichkeit und gute Verpflegung bekannt und beliebt. ...

Altersgruppen und Durchgänge: Die für die jeweiligen Ferienlager ausgeschriebenene Altersgruppen sind unbedingt einzuhalten. ... Verlängerungen im Lager sind nicht möglich. *Angebote waren 1985 u. a.:* Paddel-Tour durch Südschweden, Segelferien in Holland, Reiten und Tennis im Salzburger Land und für Wasserratten: Weissensee/Kärnten, Blanes/Costa Brava oder Westerland/Sylt.

Hockeyspieler im Jugend-B-Kader des Deutschen Hockey-Bundes

Zweien unserer Jugend-B-Spieler legte der Deutsche Hockey-Bund (DHB) ein besonders erfreuliches Weihnachtsgeschenk auf den Gabentisch: Kai Britze und Dirk Hinrichs erfuhren vom Bundestrainer, daß er sie in den Jugend-B-Kader (Jahrgang 1969/1970) des DHB berufen hat. Sie gehören damit zur Nationalmannschaftskader dieser Altersklasse des DHB. ... Anfang April müssen die beiden beweisen, daß ihre Berufung zu Recht erfolgte. Hierzu bedarf es harter konditioneller und hockeyspezifischer Arbeit in den nächsten Monaten. Hans-Peter Metter

Jugend trainiert für Olympia

Für die Kronachschule startete die komplette L-Mannschaft der Wettkampfgruppe und belegte den 4. Platz. Pamela und Nadine starteten in der Mannschaft der Schule „Unter den Kastanien“, die den 2. Platz belegte. Herzlichen Glückwunsch. I.E.



(gefunden von Sven Wesely)

GYMNASTIK

Einladung zum Ü-60-Cafe

... einmal wieder außerhalb der Sporthalle bei Kaffee und Kuchen plaudern, Bekannte aus früheren Gruppen treffen, die vielleicht nicht mehr so aktiv sein können ...

Ob im aktiven oder passiven Status: Lasst uns mal wieder TuSLi-Gemeinschaft leben!

Ihr seid eingeladen am **Freitag, 25.4.25**
15:00 – 17:00 Uhr

Ort: Ev. Johann-Sebastian-Bach Kirchengemeinde – Gemeindehaus, Luzerner Str. 10–12 (Thuner Platz) Erreichbar mit den Bussen: 112, 188

Um besser planen zu können, bitten wir Euch um eine kurze Rückmeldung per Mail an **sabine.bareck@gymnastik.tusli.de** oder **Tel./SMS an 0176 25783300** wenn Ihr dabei sein möchtet.

Lasst uns auch wissen, ob Ihr – voller Vorfreude in Backlaune geraten – eine Kuchenspende mitbringen werdet!

Wir freuen uns auf Euch!

*Mit sportlichen Grüßen
Eure Gymnastik-Abteilung*

Gymnastik mit Margot am Donnerstag

Da schlummert ein Juwel fast unbeachtet in unserer Gymnastikabteilung. Seit drei Jahren gehört auch dieser Termin zu meinen wichtigen in der Woche, weil die ganz andere Art der Bewegung glücklich macht. Dabei habe ich es lange nicht gewagt, die Gruppe, die sich früher „Tänzerische Gymnastik mit Musik“ nannte, auszuprobieren. Ich fürchtete, kein Talent zu haben, mich vielleicht zu blamieren. Es brauchte einen Mitturner, der mich mitzog.

Als ich es dann versuchte, war es eine wunderbare Erfahrung, zu erleben, wie verschieden man die Arme oder Beine auf elegante Weise bewegen kann. Als Steigerung dann auch die Kombination – langsam und mit Geduld erlernt – von verschiedenen Armbewegungen mit kleinen Schrittfolgen. Wie sehr hatte ich

mir als Kind erfolglos gewünscht, zum Ballettunterricht zu gehen und nun – im aktiven Seniorenalter – schwebte ich manchmal zur Klavier- oder anderer Musik, die Margot gezielt für uns einsetzt, durch die Halle. Und wenn ihr, die ihr Leben lang getanzt und Generationen von Menschen unterrichtet hat, in unserer kleinen gemischten Gruppe herausrutscht, dass wir gerade einen „grand plie“ machen, fühlt es sich besonders bedeutsam an.

Schaut euch doch gern zur Einstimmung „margotmoves.com“ an oder noch besser: probiert es nach einer kurzen Anmeldung über **gymnastik@tusli.de** bei uns in der Clemens-Brentano-Schule in Berlin-Lichterfelde aus: Es gibt freie Plätze!

Sabine B.



Beschwingte Tänze

Wir möchten gern einmal monatlich mit Euch tanzen und fröhlich sein! Es werden überwiegend **Kreistänze, Quadrille oder Line-Dance** getanz.

Ihr benötigt keine Vorkenntnisse
und keinen Partner / keine Partnerin.

• **Wann?**

Sonntag-Vormittag von 10:00 Uhr bis ca. 11:30 Uhr
(19.01.2025, 16.02.2025, 16.03.2025, 13.04.2025, 18.05.2025,
15.06.2025, Pause im Juli und August, Termine ab September folgen)

• **Wo?**

Turnhalle der Giesensdorfer Grundschule
Ostpreußendamm 63, 12207 Berlin-Lichterfelde

• **Kosten?**

Wir bitten um eine wertschätzende Spende von 3,-- EUR je Teilnahme
für die Gymnastikabteilung.

Anmeldungen bitte unter gymnastik@tusli.de

Für Fragen stehen wir Euch natürlich jederzeit gern zur Verfügung.

Euer TuSLi-Gymnastik-Team

Sabine Schmeißer



Gymnastik-Abzeichen 2025



Wir werden mindestens 4 der vom DTB vorgegebenen 9 Übungen Schritt für Schritt einstudieren und zum Abschluss wieder eine Abnahme anbieten. Bei erfolgreicher Prüfungs-Teilnahme kann am Ende eine Urkunde mitgenommen werden! (bei vielen Krankenkassen für Bonusprogramme anerkannt!)

Jung, jung geblieben, groß, klein, Neulinge und „alte Hasen“ sind herzlich willkommen!!!

Termine sind: 16.03.2025, 13.04.2025, 18.05.2025, 15.06.2025, Pause im Juli und August, Termine ab September folgen).

immer ab **11:30 Uhr**



Ort: Giesensdorfer Grundschule

Für den Zusatzkurs (inklusive Prüfung) fällt für TuSLi-Mitglieder pro Quartal eine Spende von € 5 an; für Nichtmitglieder € 12.

Wir freuen uns auf Euch!

Gruß, *Margit & Sabine*



Bitte um verbindliche Anmeldung unter:

gymnastik@tusli.de

Bitte angeben: Name, Vorname, E-Mail, Mitglied JA/NEIN

Neuer Kurs: Fit und aktiv im Alter mit Ulrike G.

Seniorengymnastik

Mit abwechslungsreichen gymnastischen Übungen, untermalt mit flotter Musik erhalten und stärken wir, so wie jeder kann, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer für unseren Alltag. Es geht um Spaß und Freude im Miteinander, um auch im höheren Alter noch fit und aktiv sein zu können. Also einfach kommen und mitmachen.

Beginn am 6. März 2025 – Donnerstag 16.00 bis 17.00 Uhr

Clemens Brentano Schule, Kommandantenstraße 83, 12205 Berlin

LEICHTATHLETIK

Ein guter Start in die Hallensaison

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern und Betreuer,

Gesagt – getan! Schrieb ich in der letzten Vereinszeitung, dass wir uns über die Sportentwicklung bei den Kindergruppen Gedanken machen müssen, setzten sich gleich in der ersten Januarwoche alle Trainer an einen Tisch und haben sich Gedanken gemacht wie wir den Übergang von der Kinder-Leichtathletik zur Wettkampf Leichtathletik verbessern können.

Während vom Berliner Leichtathletik-Verband für die weibliche und männliche Jugend U12 normierte Hürdenstrecke mit Abständen und Hürdenhöhen als Test eingeführt werden, gibt es zukünftig Teilnahmevoraussetzungen, die zu erfüllen sind um an Nachwuchsmeisterschaften teilzunehmen.

Für diesen Bereich werden wir u.a. nicht nur zur Vorbereitung an Wettkämpfen folgende Angebote verstärkt anbieten: Abnahme von Sportabzeichen, Abnahme des Laufabzeichen in verschiedenen Abstufungen, Abnahme des Mehrkampfabzeichens und Wertung für das Kinder-Leichtathletik-Abzeichen.

Während diese Vereinszeitung bei Euch auf dem Tisch liegt, wird über die neue Berufung der Leichtathletik Talente Zentren für den Zeitraum 2025 – 2028 entschieden. Die Kriterien werden erweitert, wobei insbesondere die Stellung der Kaderathleten, Teilnahme an KILA-Leichtathle-

tik Wettkämpfen, Teilnahme an Wettbewerben der Bärln League, Teilnahme am Berliner Läufer Cup, Ausrichtung von Leichtathletik Veranstaltungen, Anzahl von lizenzierten Trainern ein stärkeres Gewicht gelegt wird.

Das leitet mich zu unseren Veranstaltungen über, denn am 10./11. Mai finden die Berliner TEAM Meisterschaften, Samstag 17. Mai der KILA SÜD CUP im Stadion Lichterfelde und das Internationale Pfingstsportfest „THE BERLIN MEETING“ am 07./08. Juni statt. Dazu erwarten wir Eure aktive Teilnahme und Mitarbeit und Euren Helfereinsatz.

Unsere Nachwuchs-, Landes- und Bundeskaderathletinnen konnten während der Hallensaison schon die ersten Regionaltitel erringen und zeigten sich auch auf nationaler Bühne recht erfolgreich, was Ihr in den Wettkampfberichten nachlesen könnt. Ab Ende März beginnt die Freiluftsaison und dazu wünsche ich weiter viel Erfolg.

Ich freue mich schon auf die Freiluftsaison, wenn wir uns regelmässig beim Training oder Wettkampf begegnen und die Zeit haben miteinander zu reden.

Für alle die über Ostern verreisen wünsche ich sonnige Tage und einen guten Start in die Wettkampfsaison und bleibt gesund

Kalli Euer
(Karl-Heinz Flucke)

Rückblick Wettkampfberichte

15./16.02.2025: Deutsche Jugend Hallemeisterschaften in Dortmund

Einen Mega Erfolg konnten unsere jungen U18 Sprinterinnen über 60 Meter Helena Allegra Bendig und Delisha Benelisa Domingos im Feld der älteren U20 Athletinnen zusammen mit ihrem BLV-Landestrainer Chris Montengue feiern. Bereits im Vorlauf verbesserte Delisha ihre bisherige Bestzeit um vier Hundertstel auf 7,47 Sekunden. Beide Läuferinnen qualifizierten sich über die Halbfinals mit Platz 2 und Platz 3 und zogen ins Finale ein. Die letztjährige Deutsche Meisterin Sherin Kimuanga (SC DHfK Leipzig) wiederholte dort ihren Erfolg mit 7,27 Sekunden und in der Reihenfolge auf Platz 5 lief Delisha mit wiederum verbesserten 7,46 und Platz 7 für Helena mit 7,55 Sekunden über die Ziellinie. Die Zeit von Delisha Benelisa Domingos ist

gleichzeitig neuer Deutscher Rekord für die Altersklasse U18 und Helena Allegra Bendig liegt auf Platz 10.

Nicht so glücklich verlief das 1.500m-Finale für Benjamin Klonowski. In 4:00,88 Minuten erreichte er nur Platz 10.

16.02.2025 BM Mehrkampfmeisterschaften U16/U14 in Hohenschönhausen

Lorelay Neumann (W15) und Levi Tornow (M14) hießen unsere beiden Silbermedaillengewinner beim Blockmehrkampf Wurf, wobei Lorelay im Hürdenlauf mit 9,73 s und Levi im Weitsprung mit 5,24 m neue persönliche Bestleistungen erzielten. Namia Sakho lag vor dem 800 m Lauf noch auf Platz 2, wurde allerdings



Mega Erfolg für Delisha Benelisa Domingos und Helena Allegra Domingos bei den Deutschen Leichtathletik Meisterschaften der U20 im 60 Meter Lauf!



wegen übertreten der Bahnlinie disqualifiziert und landete so leider nur auf Platz 13. Weitere Platzierungen: 6. Henry Hampel M14 2.209; 10. Ada Bajon W14 2.315

16.02.2025: 41. Luckenwalder Crosslauf-Serie (1. Lauf)

Mit 11 × Platz 1, 4 × Platz 2 und 5 × Platz 3 standen bereits 20 TuS Li Athletinnen und Athleten in Luckenwalde auf den Podestplatz und sichern sich die Anwartschaft, wie auch im letzten Jahr, die Vereins Gesamtwertung zu gewinnen. Die schnellsten TuS Li Läufer beim 1. Lauf waren: Jonas Henike MK10, Filipa Klimmek WK11, Lena Bosboom W15, Nils Nicoleit M14. Vladislav Bezgachev MJU18, Jasmin Thompson WJU18. Am 23.02., 02.03. 09.03 finden die nächsten Läufe statt.

01. Februar 2025 NDM Meisterschaft in Potsdam U20

In Vorbereitung zu den Deutschen Jugend Hallenmeisterschaften in Dortmund starteten unsere U18 Sprinterinnen in der höheren Altersklasse U20 hoch. Bereits in den Vor- und Zwischenläufen über 609 Meter überzeugten unsere jungen TuSLi-Sprinterinnen Helena Al-

legra Bendig und Delisha Benelisa Domingos als Siegerinnen. Im 1. Zwischenlauf setzte Delisha mit 7,51 Sekunden auf Rang 5 der ewigen Deutschen Bestenliste U18 ein besonders Ausrufungszeichen. Im Finale gab es dann eine Zielbild Auswertung und mit 7,56 Sekunden lag Helena zwei Hundertstel vor Delisha, so dass Bronze an Helena und Platz 4 an Delisha ging.

Amira Jonscher kam unter 17 U20-Dreisprung-Konkurrentinnen mit 11,23 Meter auf Platz 6.

01. Februar 2025 NDM Winterwurf Meisterschaften

Zwei TuSLi-Werfer traten im Sportforum Hohenschönhausen in der U16 im Speerwurf an. Mit 30,17 Meter kam Lorelay Neumann auf Platz 8 und Jakob Ullrich mit dem 100g schweren Speer auf 27,38 Meter auf Platz 11.

31. Januar 2025: Internationales Sparkassen Meeting in Erfurt

Seine persönliche Bestzeit konnte Benjamin Klonowski (U20) zum ersten Male mit 3:59,04 unter vier Minuten drücken und schob sich als Sieger des D-Zeitfinales auf Platz 10 der laufenden Deutschen Bestenliste.



Tausendstel Entscheidung im U20 Finale über 60 Meter

26./26. Januar 2025: BBM Männer/ Frauen/U18 in Hohenschönhausen

Bereits im Vorlauf über 60 m Hürden blieb Delisha Benelisa Domingos nur 10 Hundertstel über ihren eigenen Deutschen Hallenrekord. Im



Delisha Benelisa Domingos (U 18) freut sich über den Deutschen Rekord



Silber im Hochsprung für Yannick Ruef mit 1,86 Meter

Finale verbesserte sie diesen Rekord abermals nun auf 8,25 Sekunden.

Auch am 2. Wettkampftag konnte sich Delisha über 60 Meter kühren lassen, als sie das A-Finale in 7,67 Sekunden gewann. Pech dagegen hatte Lena Bosboom die gleich nach dem Start in eine Karambolage verwickelt wurde, stürzte und die Medaillen Chancen dahin waren.

Einen weiteren Vizemeistertitel sichert sich Yannick Ruef in der Männerklasse im Hochsprung mit 1,86 und musste nach diesem Sprung leider verletzt ausscheiden.

Auch für Raven Scheller der inzwischen in der Masters Klasse startberechtigt ist gab es mit Platz 8 bei den Männern eine neue persönliche Bestleistung über 400 Meter in 51,18 s.

Durch Krankheitsausfall musste Trainer Kalli noch am Freitagabend die weibliche U16 4 x 200 m Staffel für den Kampf der Berliner Meisterschaft noch umbesetzen. In der noch nicht eingewechselten Staffel mit Ada Bajon-Lorelay Neumann-Naima Sakho-Luisa Sophie Kindsvater wurde diese Mannschaft hinter der Startgemeinschaft Südwest Berlin und LAC Berlin Dritte in 1:52,67 Minuten was vorher gar nicht erwartet wurde.

Weitere Ergebnisse

WJU18

Gleisberg	60 m	8,68	
Bosboom	800 m	2:33,64	
Jonscher	Weit	5,09 m	Platz 9

MJU18

Fijalkowski	1.500 m	5:13,55	Platz 10
-------------	---------	---------	----------

Männer

Scheller	60 m	7,59	
Scheller	200 m	23,73	Platz 10





Überraschend Bronze gewinnt die 4 x 200 m Staffel der U16 mit Ada Bajon – Lorelay Neumann – Naima Sakho Luisa Sophie Kindsvater

19. Januar 2025 BM Winterwurf U16 in Potsdam

Beim Winterwurf der männlichen Jugend M14 im Speerwurf schnappte sein Konkurrent Sde-latschek (LG Nord) den Titel weg und so wurde Jakob Ullrich Vizemeister mit 29,81 Meter. Mehr Glück hatte Lorelay Neumann W15 die mit 27,68 lange auf Platz 2 lag und im letzten Versuch sich auf 32,50 Meter steigerte und mit dieser Weite Rang 3 in der laufenden DLV-Bestenliste platzierte.

Beim Winterwurf im Diskuswerfen steigerte sich Jakob Ullrich beim letzten Versuch auf 23,62 Meter und gewann die Silbermedaille. Kiana-Soo Kamy warf das Gerät auf 15,02 Meter und belegte Platz 6.

18. /19. Januar 2025 BM U16 in Potsdam

Bereits beim Schlegel Sportfest überzeugte Naima Sakho W14 mit Ihrer 60 Meter Sprintleistung und steigerte sich von 8,08 Sekunden im Vorlauf auf 7,94 Sekunden als Meisterin im Finale. Mit dieser Zeit hat sie Rang 9 der Ewigen Deutschen Bestenliste erobert, wo Delisha Domingos immer noch Rang 4 einnimmt.

Am 2. Tag erkämpfte Lena Bosboom im 800 m Lauf den Vizemeistertitel in 2:26,35 und Mara Constantin kommt mit 2:43,66 auf Platz 7. Einziger männlicher U20 TuS Li Starter war über 800 m Benjamin Klonowski, der in seinen Zeitlauf nur Siebenter in 2:03,34 Minuten wurde.

Weitere Ergebnisse

W14

Weit	Bajon	4,54	
Kugel	Kamy	7,41	Platz 6

M15

300 m	Wormuth	43,15
-------	---------	-------

W15

300 m	Bosboom	45,24	
	Lafon	49,33	
	Constantin	51,21	
Kugel	Neumann	9,73	Platz 3

U18

3.000 m	Fijalkowski	11:30,82	Platz 9
---------	-------------	----------	---------

WJU20

Weit	Jonscher	5,31	Platz 4
------	----------	------	---------

Männer

4x200 m Staffel	Kern – Ruef – Friede – Scheller	1:36,19	Platz 5
-----------------	---------------------------------	---------	---------



Naima Sakho (W14) erobert als Meisterin Rang 9 der ewigen Deutschen Bestenliste

11./12. Januar 2025 Gerhard-Schlegel-Sportfest

Bereits am 1. Tag standen zwei Ergebnisse im besonderen Blick. Delisha Domingos verbesserte im 60 m Hürdenlauf mit 8,30 den Deutschen Jugend Hallenrekord U18 um 9 hundertstel Sekunden. Auf der Flachstecke steigerte Helena Bendig mit 7,55 Sekunden ihre Bestleistung um 4 Hundertstel und eroberte Rang 8 der ewigen Deutschen Bestenliste.

Zwei Staffeln in der U16 und eine Staffel bei den Männern hatte Trainer Kalli in Vorbereitung der Berliner Meisterschaft an den Start gebracht. Bei der U16 kam die I. Mannschaft mit Bajon-Kamya-Sakho-Neumann auf Platz 2 in 1:57,67 und II. Mannschaft Bosboom-Klimova-Merten-Reinhard Platz 8 in 2:00,96. Die Männerstaffel (Kern-Ruef-Hauke-Raven) unterbot mit Platz 3 in 1:35,78 die Quali für die Norddeutschen Meisterschaften in Potsdam.

Weitere Ergebnisse

M14

60 m	Tornow	8,03
	Arslan	9,14
	Ullrich	9,16
Weit	Ullrich	4,59
Kugel	Ullrich	9,25



Unser Neumitglied Levi Tornow (M14) überrascht im Kugelstoßen mit Drehstoßtechnik von 9,25 m und platziert sich gleich auf Rang 2 der Berliner Bestenliste.

W14

60 m	Sakho	8,06
	Bajon	8,69
	Kamya	8,92
Kugel	Kamya	7,66
Weit	Sakho	4,83
	Bajon	4,67
	Kamya	4,08

**M15**

60 m Wormuth 8,48
 Weit Wormuth 4,83

W15

60 m Neumann 8,70
 Bosboom 8,90
 Reinhardt 9,34
 Constantin 9,73
 Weit Neumann 4,67
 Bosboom 4,37
 Kugel Neumann 10,04
 Klimova 7,18

WJU18

Amira Jonscher Drei 11,17, Weit 5,27

MJU18

Vladislav Bezgachev 200 m 26,13;
 Jan Fijalkowski 800 m 2:22,06

WJU23

Annika Kircher 200 m 29,77

31. Dezember 2024 Silvesterlauf am Teufelsberg

Knallfrösche (2 km), Wunderkerzen (6 km) und Raketen (10km) wurden die Streckenlängen beim diesjährigen Silvesterlauf des bezeichnet. Diese Jahresabschluss Veranstaltung mit horrenden Startgeldern (bis zu 30,-€) für die 10 km Strecke lockte dennoch einige TuSLi-Läufer*innen an.

Ergebnisse**U14**

Platz 4 Kamil Tyblewski 10:20

Frauen

Platz 18 Kim Hagen 38:24

W45

Platz 2 Johanna Merten 26:35

W55

Platz 1 Martina Wildner 29:36

U23

Platz 2 Clemens Herfarth 36:06

Männer

Platz 9 Ole Specht 39:00

W40

Platz 1 Lena von Dietmann 45:23

W55

Platz 2 Katja Günnewig 55:03

M55

Platz 45 Volke Specht 57:13

14. Dezember 2024: Run & Jump

Der erste größere Leistungstest gab schon recht hervorragende Leistungen und Rückschlüsse über das abgeleistete Wintertraining. Bereits bei den 30 m fliegend Läufen konnten Levi Tornow M14 mit 2. Plätzen (3,48) und Luisa-Sophie Kindsvater W15 (3,60) überzeugen.

Die Deutsche Freiluftmeisterin U16 über 60 m Hürden Delisha Domingos startete zum ersten Mal in der Altersklasse U18 und erzielte mit 8,57 Sekunden mit neuen Hürdenabständen eine DLV Jahres Bestzeit. Im Weitsprung gelang ihr mit 5,73 m Platz 1 der Bestenliste 2025 und Amira Jonscher knapp dahinter mit 5,56. Aber auch Ada Bajon W14 mit neuer Bestleistung von 4,70 kam auf Platz 1. Einen weiteren Eindruck hinterließ Felix Lüdemann über 300 Meter mit seiner Hallenzeit von 38,44 s. Drei 1. Plätze gab es im 800 m Lauf durch Marie Merten W14 2:35,22, Lena Bosboom 2:32,90 und Levi Tornow 2:46,31.

8. Dezember 2024 Hallensportfest U14/U16/U18

Ergebnisse**W14**

60 m Merten 9,49
 800 m Merten 2:38,03

W15

60 m Neuman 8,92
 Klimova 9,01

Weit	Klimova	4,24
Kugel	Klimova	9,41
	Neumann	8,92

MJU18

400 m	Bezgachev	56,42
800 m	Fijalkowski	2:24,45

6. Dezember 2024 Sportliche Weihnachtsfeier der Leichtathletik Jugend

Am Nikolaustag kam nicht nur der Nikolaus in die Sporthalle der Lippstädter Straße, sondern rund 100 TuS Li Kinder und Jugendliche mit ihren Eltern, um an einem sportlichen Abend mit vielen Spielen dabei zu sein.

Nach einer lockeren Erwärmung waren Kinder, Trainer und Eltern aktiv dabei und es zeigte sich, was die Leichtathletik Abteilung für ein tolles Team ist. Egal ob es die Staffelspiele oder das abschließende Tauziehen war, es war für jeden etwas dabei.

Zum Abschluss durfte jedes Kind in Sack des Nikolaus greifen und eine Überraschung und eine süßes Weihnachtsandenken mit nach Hause nehmen.



Ein tolles TEAM die TuSLi-Leichtathleten

23. November 2024: Erfolgreicher Nachwuchs bei Deutschen Crosslauf Meisterschaften in Riesenbeck

Zur letzten Deutschen Meisterschaft trat Benjamin Klonowski (U18) in der Altersklasse (U20) an, um in den Kreis der Nominierten zur Cross-



Erster nationaler Auftritt für Lena Bosboom

Europameisterschaft in Antalya/Türkei zu gelangen. Drei Runden sah es so aus, um sich zu qualifizieren, aber in der Schlussrunde landete er nur auf den 16. Platz auf den ca. 6.000 m langen Kurs.

Im Rahmenprogramm konnten unsere U16 Nachwuchsläufer Vladislav Bezgachev und Lena Bosboom ihre ersten nationalen Erfahrungen





gen sammeln. Auf den ca. 1,9 km langen Kurs belegte Lena Platz 4 in 6:51 Minuten und Vladislav Platz 8 in 6:03.

17. November 2024 Hallensportfest U12/U14

Den Start in die Hallensaison unternahmen unsere jüngeren Athletinnen und Athleten. Dabei konnten sich einige in den vorderen Rängen beweisen.

M12

Lio Valentin Young Tananow

Hochsprung 1,28

60 m 9,49

60 m Hürden 12,77

Marwin Julian Denz

60 m Hürden 12,15

Weit 4,23

W12

Alyah Pirch

60 m 9,18

60 m Hürden 11,94

Sara Lea Krug

60 m 13,80

Weit 3,78

Emmalene Schemionek

800 m 3:04,23

W13

Emma Nala Falk

60 m 8,84

Weit 4,05

Leichtathletik Seniorengruppe

Im Sommer trainieren sie für das Sportabzeichen und im Winter trainiert die Gymnastikgruppe von Klaus Scherbel in der Halle der Paulsenschule. Einige Teilnehmer sind schon seit Jahrzehnten dabei und sind inzwischen 70 und einige auch über 80 Jahre alt. Aber auch jüngere Damen sind bei diesen abwechslungsreichen Training dabei.

Wer Interesse hat dort mit einzusteigen nimmt einfach Kontakt mit Klaus Scherbel auf: Tel. 030/859 49 19 oder E-Mail: k.m.sch@t-online.de

KILA-Cup Termine 2025

Auch in diesem Jahr stehen wieder sechs Termine für die Altersklassen

U08 (Jahrgänge 2018/2019)

Leichtathletik Kampfrichter Ausbildung am 01. + 02. März 2025

Nur mit gut ausgebildeten Kampfrichtern können gute Leichtathletik Veranstaltungen durchgeführt werden. Der TuS Lichterfelde gehört zu den größten Leichtathletik Abteilungen in Berlin und veranstaltet zahlreiche Wettbewerbe. Dazu sind wir auch aufgefordert eigene Kampfrichter zu stellen.

Wenn Du Interesse hast und 16 Jahre alt bist, kannst Du Dich für die Kampfrichterausbildung unter diesen link anmelden:

<https://kampfrichter.leichtathletik-berlin.de/ag/lehrgaenge/grundlehrgang.php>

Dort findest Du auch eine detaillierte Aufgabebeschreibung, was dich erwartet.

Außerdem erhältst Du bei zukünftigen Kampfrichtereinsätzen einen kleinen Obulos und eine Ausrüstung.



Unsere jung gebliebenen Senioren Leichtathleten

U10 (Jahrgänge 2016/2017)

U12 (Jahrgänge 2014/2015)

des Berliner Kinder Leichtathletik Cups auf dem Programm.

Bei diesen Veranstaltungen sollte das erlernte Training in den spielerischen Team-Wettkampf umgesetzt werden. Bei den Veranstaltungen gibt es für jede/jeden Teilnehmer eine Urkunde und eine Medaille. Beim Finale am 27. September erhalten sogar die besten 3 Mannschaften zusätzlich noch einen Pokal.

Termine

Feiertag Do. 08.05.2025 Storchencup des BSV 1892 (Stadion Wilmersdorf)

Sa. 17.05.2025 KILA Süd Cup des TuS Lichterfelde (Stadion) Lichterfelde

Sa 29.05.2025 Sommer-Kids-Cup des SC Tegeler Forst

Sa 12.07.2025 Zehlendorfer KILA-Cup (Ernst-Reuter Stadion)

Sa 13.09.2025 OSC KILA Cup (Sportplatz Priesterweg)

Sa 27.09.2025 Kladower KILA Cup (Finale)

Plant diesen Termin und die Teilnahme schon fest in Euen Terminkalender mit ein.

Weitere Informationen erhaltet Ihr noch von Euren Trainern beim Training.

Zur Vorbereitung gibt es bereits am **05. April** und **12. April** die **Kinder Werfertage im Stadion Lichterfelde**

Wir wünschen schon heute viel Erfolg bei der Teilnahme an den KILA-Wettbewerben!

SCHWIMMEN

TuSLi-Jugend-Event auf *gefrorenem* Wasser

Unter dem Motto „Fortbewegung auf gefrorenem statt in flüssigem Wasser“ trafen sich 23 jugendliche TuSLi-Schwimmer*innen am Vormittag des 18. Januar 2025 vor der Eisbahn Lankwitz. Sie alle folgten damit einer Einladung der Schwimmabteilung.

Gleich nach Öffnung der Eisbahn um 12 Uhr ging es auf die Eisfläche und für Geübte wie Ungewöhnliche war es herrlich viele Runden zu drehen.

Auch die Trainerinnen versuchten ihr Bestes zu geben. Lisa als Anfängerin durfte mit Robbe über das Eis fahren und die TuSLi-Sportler*innen zeigten ihr, wie sie sich verbessern kann.

Es war großartig zu sehen und zu erleben, wie sich die Jugendlichen untereinander halfen und Spaß auf dem Eis hatten. Erst die Eismaschine konnte um 14 Uhr die glückliche, fitte und muntere Gruppe von der Fläche fegen. Einig waren sich alle, dass es nächstes Jahr nach Wilmersdorf geht, wo auch der Außenring für die Fortgeschrittenen befahrbar ist.

Die Trainerinnen Leonie, Susy und Lisa kommentierten: „Hut ab! Klasse Leistung!“

Alle drei freuen sich schon sehr auf das nächste Jugendevent! Kleiner Hinweis: Es gibt wieder viel Wasser unter den Brettern! Oder wir klettern hoch in den Himmel

Rettungsschwimmen als Ehrenamt

Ehrenamtliche Rettungsschwimmer*innen sind und bleiben unerlässlich für unser Trainingsangebot im TuSLi. Ein großes Dankeschön an alle, die sich hierfür engagieren.

Aber wieso brauchen wir vom TuSLi ehrenamtliche Rettungsschwimmer*innen, wenn doch hauptamtliche Schwimmmeister*innen in der Schwimmhalle sind? Und weshalb muss jeder Verein seine eigenen Rettungsschwimmer*innen haben?

Wir erklären es kurz: Für die meisten bedeutet Rettungsschwimmen, Schwimmende in Not zu retten (auch Fremdrettung genannt), sie an Land zu bringen und falls erforderlich, noch eine Herz-Lungen-Wiederbelebung durchzu-





führen. Um hierfür gut vorbereitet zu sein und bei Bedarf sofort abrufbares Wissen und Handeln einsetzen zu können, müssen wichtige Kompetenzen für eine Rettung erworben werden. So wird in Lehrgängen zum Rettungsschwimmen unter anderem das Beherrschen sogenannter Befreiungsgriffe in Rettungssituationen anhand beispielhafter Situationen simuliert und intensiv geübt. Das ist dringend nötig, damit der zu Rettende in seiner Panik den Helfenden nicht aus Versehen in die Tiefe zieht.

Kenntnisse und Fähigkeiten zum Rettungsschwimmen geben auch den Trainer*innen Sicherheit. Denn neben der Rettung von Schwimmenden (Fremdrettung) wird auch das Erkennen von Unsicherheiten oder die Überschätzung als wichtiger Bestandteil eines Rettungsschwimmerlehrgangs trainiert. Manchmal ist es auch wichtig, einen Insektenstich zu kühlen oder eine allergische Reaktion zu erkennen und korrekt sowie angemessen zu reagieren.

Ein einmaliger Lehrgang reicht hierfür nicht aus, sondern es gilt die Kompetenzen in Auffrischungslehrgängen zu festigen. Daher sind im Februar 2025 die im Rettungsschwimmen aktiven TuSLi Trainer*innen zusammengekommen, um das gelernte Wissen abzurufen und zu festigen.

Sich selbst aus einer Notlage befreien zu können, z. B. einen Krampf zu lösen oder sich aus einer Umklammerung zu entziehen, kann im Ernstfall überlebenswichtig sein. Auch das Schwimmen mit Bekleidung gehört fest in das Trainingsprogramm.

Wir freuen uns auf das nächste Training in der gewohnten Umgebung.

*Liebe Grüße von Euren
TuSLi-Trainer*innen*

Berichte und Fotos von Lisa



SPIEL-SPORT-SPASS

Freie Plätze bei Spiel – Sport – Spaß

Seit vielen Jahren erfreut sich unsere Spiel-Sport-Spaß-Abteilung großer Beliebtheit und langen Wartelisten, um Kindern den Einstieg in den organisierten Sport in unserem Bezirk zu ermöglichen. Aktuell sind das erste Mal seit vielen Jahren tatsächlich in beiden Gruppen (Jg. 2013-15 und 2015-17) Plätze frei.

Auf <https://tusli.de/spiel-sport-spass/> findet ihr alle Informationen über unsere Abteilung und

alle wichtigen Daten zu den beiden Gruppen. Solltet ihr Interesse haben und eine der Gruppen euch sowohl vom Alter als auch zeitlich passen, dann schreibt uns eine Mail an spiel-sportspass@tusli.de und bittet um ein Probetraining.

Wir freuen uns auf euch!

Euer Trainerteam

Unterstützung des Trainerteams gesucht

Wir suchen ab dem Schuljahr 2025/2026 neue Trainer/innen für unsere Spiel-Sport-Spaß-Gruppen.

In der Spiel-Sport-Spaß-Abteilung sollen Kinder, die noch keine oder wenig Vereins Erfahrung haben oder sich unsicher mit der Wahl einer Sportart sind, an den organisierten Sport herangeführt werden. Neben einfachen sportlichen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten möchten wir die Regeln und Verhaltensweisen des organisierten Sports vermitteln (Pünktlichkeit, Zuhören, Disziplin, Teamfähigkeit, Fairness, etc.). Dazu spielen wir viele Spiele und probieren verschiedene sportliche Aktivitäten und Sportarten aus. Dabei werden die Kinder häufig mit eingebunden, um eine gute Mischung aus allem zu finden.

Wir suchen zu Beginn des Schuljahres 2025/2026 interessierte Trainer/innen, die uns in einer oder beiden Spiel-Sport-Spaß-Gruppen unterstützen möchte.

Die Gruppen finden statt

Dienstags, 17:30–19:00 Uhr

Sporthalle der Friedrich-Drake-Grundschule (Jahrgänge 2013–2015)

Mittwochs, 16:00–17:30 Uhr

Sporthalle der Anna-Essinger-Gemeinschaftsschule (Jahrgänge 2015–2017)

Eine Lizenz ist wünschenswert, aber kein Muss. Sie kann kostenfrei über den TuSLi erworben werden, wenn man mindestens zwei Jahre als Trainer/in für den TuSLi aktiv ist. In der Abteilung Spiel-Sport-Spaß erhalten Übungsleiter*de eine Aufwandsentschädigung im Rahmen der Übungsleiterfreipauschale in Höhe von 13,00 €/Zeitstunde.

Solltet ihr Fragen bzw. Interesse haben, wendet euch bitte an info@tusli.de. Natürlich könnt ihr gerne mal nach Rücksprache mit uns in die aktuellen Gruppen reinschnuppern und euch ein Bild machen.

Viele Grüße vom Team der Geschäftsstelle

TISCHTENNIS

Damen/Herren/Senioren Hinrunde 2024/25

Die Hinrunde der Mannschaften ist inzwischen beendet und die Rückrunde hat auch schon wieder Fahrt aufgenommen. Ein Zwischenstand kann jederzeit im Internet nachgelesen werden. Alle Mannschaften spielen weiterhin eine ruhige Saison, die wir hoffentlich entspannt für alle im April beenden können – Ob Aufstieg, Abstieg, Klassenerhalt... Erst Ping, dann Pong!

Jugend in der Rückrunde

Auch die Jugendmannschaften sind mittlerweile schon in der Rückrunde angekommen. Wir melden rekordverdächtige zehn Mannschaften, die in der 2. und 3. Liga über Jungen 13, 15, 19 und bei Mädchen 13, 15 in der 1. Und 2. Liga im Einsatz sind.

Sportlerin des Jahres 2024: Nadin Stamm

Für das Jahr 2024 sind wir besonders stolz Nadin Stamm zur Sportlerin des Jahres ehren zu dürfen. Ausschlaggebend ist der zweimalige Aufstieg mit unserer 1. Damenmannschaft, wo sie als Kapitänin fungierte – Erfolgreich mit ihren Siegen, als



1. Jungen U19. Foto: Sebastian Bosse



Nadin Stamm. Foto: Karsten Stamm

auch mit Ihrem großartigen Geschick der Mannschaftsplanung. Dazu belegte sie bei unserer ersten Damen-Vereinsmeisterschaft den 1. Platz.

Rückblick: Veranstaltungen im Dezember

Auf unserem Instagram Account können noch die Bilder der Veranstaltungen vom Dezember

angeschaut werden, unter anderem die Jugend Berliner Meisterschaften, unser Eltern-Kind-Turnier und das Weihnachts-Doppel-Schleifchen Turnier.

Trainingsangebote Jugendliche

Derzeit sind leider immer noch alle Gruppen voll belegt – Es besteht eine sehr große Warteliste für Kinder Jahrgang 2012 und jünger – Ältere können nicht mehr aufgenommen werden. Interessierte melden sich bitte mit sehr viel Geduld unter **training@tt.tusli.de**.

Breitensportgruppe für Erwachsene

Samstags bieten wir von ca. 11:15–12:45 Uhr ein freies Training für Einsteiger, Eltern und Interessierte an. Bei Interesse in dieser Breitensportgruppe mitzuspielen, bitte eine kurze E-Mail an **training@tt.tusli.de** oder einfach mit Sportsachen vorbeischaun. Bitte beachten, dass in den Ferien kein reguläres Training stattfindet.

Alle Artikel von Sebastian Bosse



Sieger*innen Weihnachtsturnier. Foto: Sebastian Bosse

TRAMPOLINTURNEN

Alle Jahre wieder – Dresdner Adventsspringen

Anfang Dezember 2024 führte unser Weg wieder einmal nach Dresden zum alljährlichen Adventsspringen. Ursprünglich wollten wir mit 19 SpringerInnen teilnehmen, krankheitsbedingt wurde unsere Gruppe mit 13 SpringerInnen etwas kleiner. Insgesamt war die Gesamtteilnehmerzahl mit 106 TurnerInnen jedoch sehr hoch, weshalb der Wettkampf auf zwei Geräte und Wettkampfrichter aufgeteilt wurde.

Die größte Wettkampfklasse machte mit 44 SpringerInnen die WK01 Olympische Klasse aus. Dies war auch die einzige Klasse, in der es die Option für einen Jokersprung gab, wenn man mit seiner Übung nicht zufrieden war. Diese konnte dann wiederholt werden, wobei die Wiederholung in die Wertung geflossen ist, unabhängig davon, ob die Übung besser oder schlechter war. In der Olympischen Klasse starteten drei TuSLi-Springer. Philipp zeigte sowohl als Pflicht als auch in der Kür eine P5 und erreichte damit in dieser Klasse den 24. Platz. Arthur zeigte die P3. Seine Kür konnte jedoch nicht vollständig gewertet werden. Er belegte

den 42. Platz. Auf dem 43. Platz folgte Alexander mit einer P4. Auch bei ihm gab es einen Abbruch der Übung nach einem Zwischensprung.

In der WK02 Jugend F sprangen Magdalena und Lea. Magdalena fühlte sich zunächst nicht ganz fit und war nicht sicher, ob sie tatsächlich startet, kam beim Einspringen aber richtig in Schwung und ihr gelang der Einzug ins Finale, wo sie sich am Ende den 5. Platz sichern konnte. Von Leas Pflichtübung konnten auf Grund einer einbeini- ➤





gen Landung aus der Rückenlage-Halbe-Stand nur die ersten fünf Sprünge gewertet werden, wodurch sie den Einzug ins Finale leider verpasste. Sie erreichte den 9. Platz in dieser Gruppe.

Emilia Sch. vertrat den TuSLi in der WK03 Jugend E. Sie sprang als Pflicht und Kür eine P5 und schaffte als 5. den Einzug ins Finale. Dort gelang es ihr diesen Platz mit sehr guten Haltungsnoten zu verteidigen.

Die WK04 Jugend D war die Wettkampfklasse von Anna und Emilia G. Anna sprang eine M5 Pflichtübung. Nachdem der Einzug ins Finale als knapp Erstplatzierte klappte, zeigte Anna im Finale noch einmal eine Übung mit guten Haltungsnoten und sehr gutem Schwierigkeits- und ToF-Wert, womit sie klar siegte. Emilia ging mit einer P7 an den Start und freute sich, dass ihr trotz der starken Konkurrenz der Einzug ins Finale gelang. Sie beendete den Wettkampf als Fünfte.

Auch in der WK05 Jugend C sprangen zwei TuSLi-Turnerinnen, Yidou und Lara. Beide überzeigten mit Pflicht und Kür und schafften den

Sprung ins Finale. Hier zeigten sie noch einmal souverän ihre Übung und errangen damit die Plätze 5 (Yidou) und 7 (Lara).

In der WK08 Offene Klasse weiblich starteten Lisa und Cosima. Beide gingen mit einer W13 Pflichtübung an den Start. Sie erhielten sehr gute Noten für Haltung, Schwierigkeit und ToF und sicherte sich damit jeweils einen Startplatz im Finale. Cosima konnte sich schließlich mit einer Schwierigkeit von 7,1 den 2. Platz erkämpfen. Auch Lisa bestätigte im Finale noch einmal ihre sehr gute Leistung aus dem Vorkampf und erreichte den 3. Platz.

In der WK09 Offene Klasse männlich ging Vico für den TuSLi an den Start. Er sprang als Pflichtübung eine W11 und zeigte sowohl im Vorkampf als auch im Finale eine stabile Leistung, die ihm den 2. Platz bescherte.

Unterstützt wurden unsere SpringerInnen vor Ort von unseren TrainerInnen Kiana, Thomas und Roland. Auch Lisa, Cosima und Vico standen in ihrer sprungfreien Zeit den jüngeren SpringerInnen als TrainerInnen helfend zur Seite. Für die Wettkampfgerichte waren Joachim und Bernd mit nach Dresden gereist.

Gern wird der Wettkampftag mit einem Besuch auf dem Dresdner Weihnachtsmarkt abgerundet. Leider ist das dieses Mal im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser gefallen. Nichtsdestotrotz war es wieder ein schöner Tag in Dresden.

Text + Fotos: Jessica Giersch

TuSLi-Trampolin-Turner bei Special Olympics Anerkennungswettbewerb in Dortmund

Am 09. und 10. November wurde der Bundespokal der Landesturnverbände in Dortmund ausgetragen. In diesem Rahmen erfolgten auch Anerkennungswettbewerbe für die Special Olympics. Wir freuen uns für unseren Springer Alexander, der die Möglichkeit bekam, an diesen Anerkennungswettbewerben in den Disziplinen Boden, Pferd, Sprung und Reck teilzunehmen.



ULTIMATE FRISBEE

Ultis Berlin gewinnen das U14-Quali-Turnier in Leipzig – DM in Aachen im Blick

Leipzig, 11. Januar 2025 – Ultis Berlin hat das U14-Qualifikationsturnier für die Deutsche Meisterschaft (DM) souverän gewonnen. Das Team blieb in allen Spielen ungeschlagen und sicherte sich den ersten Platz. Mit einer ausgewogenen Mischung aus fünf Mädchen und fünf Jungs zeigte die Mannschaft starke Leistungen und eine beeindruckende Teamdynamik. Das Team überzeugte mit einer soliden Verteidigung und einem präzisen Angriffsspiel. Nach dem Turniersieg in Leipzig blicken die Berliner optimistisch nach Aachen. „Mit genauso viel Fokus und Teamgeist wie hier wollen wir auch

dort erfolgreich sein“, sagte der Trainer Marc Borgartz. Die Erfolgsgeschichte geht weiter – Ultis Berlin hat sich eine vielversprechende Ausgangslage für die DM in Aachen erarbeitet.

Ultis Berlin startet in Potsdam und Dresden durch

Bevor es zur DM geht, stehen für Ultis Berlin zwei wichtige Vorbereitungsturniere auf dem Programm: Am 1. März in Potsdam und am 9. März in Dresden wird die U14-Mannschaft die Gelegenheit haben, weiter an ihrer Form zu fei-





len und sich optimal auf die DM vorzubereiten. Doch nicht nur die U14 wird dort antreten – auch die U12, ergänzt durch die Anfänger, wird diese Turniere nutzen, um erste wertvolle Wettkampferfahrungen zu sammeln. Zudem wird die U17 erstmals in der neuen Altersklasse der Jahrgänge 2010 und 2011 antreten und sich mit älteren Gegnern messen.

Wir wachsen weiter

Mittlerweile zählen wir über 30 Mitglieder, und unsere Gemeinschaft wächst stetig. Mit jeder Trainingseinheit und jedem Turnier wird unser Team größer und stärker. Besonders

in der U17-Altersklasse freuen wir uns über neue Spielerinnen, denn hier suchen wir noch dringend Verstärkung. Mädchen der Jahrgänge 2010 und 2011, die Lust haben, Ultimate Frisbee auszuprobieren oder ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln, sind herzlich willkommen. Egal, ob mit oder ohne Vorerfahrung – wer Teil eines motivierten Teams werden möchte, findet bei uns die perfekte Gelegenheit, einzusteigen!

Zum Schluss noch eine tolle Neuigkeit: Ultis Berlin ist jetzt auf Instagram! Schaut vorbei und bleibt immer auf dem Laufenden: https://www.instagram.com/ultis_berlin/

Erfolgreicher Auftritt der Ultis beim Leipzig Flying Pizza Cup 2024

Am Wochenende des 23. und 24. November 2024 nahmen die Ultis mit insgesamt 22 Spieler:innen am inzwischen traditionellen **Leipzig Flying Pizza Cup** teil, einem Indoor-Turnier für die Altersklassen U12 und U14. In einer stark besetzten Konkurrenz mit Teams aus Deutschland und Polen stellten sich die Ultis mutig der Herausforderung – und das mit beachtlichem Erfolg!

Starke Konkurrenz – starke Teams

Insgesamt traten sieben U12- und zehn U14-Teams aus acht Vereinen an, darunter auch zwei besonders spielstarke Teams aus Polen. Die Ultis waren mit einem U12-Team sowie zwei U14-Teams, den „**Avocados**“ und den „**Flamingos**“, vertreten. Für die jüngeren Spieler:innen war es das erste große Turnier, während die U14-





Gruppe zum ersten Mal in zwei Mannschaften aufgeteilt wurde.

Teamgeist zahlt sich aus

Trotz anfänglicher Schwierigkeiten steigerten sich unsere Teams im Turnierverlauf deutlich. Die U12 kämpfte sich nach spannenden Spielen auf einen hervorragenden **3. Platz**. Die U14-

Avocados sicherten sich den **5. Platz**, während die U14-Flamingos als **7. Platzierte** ebenfalls stolz auf ihre Leistung sein können.

Besonders beeindruckend war der große Teamzusammenhalt: Die fünf mitgereisten Mädchen unterstützten abwechseln in unterschiedlichen Teams, damit immer genug Mädchen im Spiel waren und leisteten einen wichtigen Beitrag. ➤





Auch neben dem Spielfeld herrschte eine großartige Atmosphäre, die sowohl in der Halle als auch in der Unterkunft spürbar war.

Blick in die Zukunft

Die Leistungen und der Teamgeist der Ultis haben einmal mehr gezeigt, was in unserem Verein steckt. Besonders die U12-Spieler:innen

waren sichtlich stolz auf ihre Platzierung. Zudem wurden wichtige Kontakte geknüpft: Neben einer Vertiefung der Freundschaft mit dem Gastgeberverein **Pizza Voilante Leipzig** entstand auch ein neuer Kontakt zu den **Panther Wrocław** aus Polen. Eine Teilnahme an ihrem Turnier im Jahr 2025 ist bereits fest im Blick.

Herzlichen Glückwunsch an alle Spieler:innen – wir freuen uns schon auf die nächsten Turniere!



Redaktionsschluss
für die nächste Ausgabe
am 15. Mai 2025



Vorstand

Paul Harfenmeister
 Katrin Weigelt
 Axel Fiebelkorn
 @ vorstand@TuSLi.de

Abteilungen und Ansprechpartner

Aikido

Ralf Andrä-Gellers
 @ ralf.andrae@TuSLi.de

Badminton

Abteilungsleitung
 @ badminton@TuSLi.de

DiscGolf

Manuel Franz
 @ discgolf@TuSLi.de

Gesundheitssport

Vorstand
 @ gesundheitssport@TuSLi.de

Gymnastik

Gabriela Baldowski
 @ gymnastik@TuSLi.de

Handball

Sarah Wagner
 @ handball@TuSLi.de

Karate

Sina Lühn
 @ karate@TuSLi.de

Leichtathletik

Karl-Heinz Flucke
 @ leichtathletik@TuSLi.de

Schwimmen

TrainerInnen Schwimmabteilung
 @ info.schwimmen@TuSLi.de

Spiel – Sport – Spaß

TrainerInnen
 @ spielsportspass@TuSLi.de

Tischtennis

Abteilungsleitung
 @ tischtennis@TuSLi.de

Geschäftsstelle

Cathrin to Baben, Dino Brčić, Maximilian Totel,
 Leon Schmolli, Vivien Fröse
 @ info@TuSLi.de; ☎ (030) 76 68 90 62
Geschäftszeiten: Dienstag von 9:00–13:00 Uhr
 und Donnerstag von 13:00–18:00 Uhr oder nach
 telefonischer Vereinbarung. (In den Berliner
 Schulferien ist die Geschäftsstelle geschlossen!)

Trampolin

Abteilungsleitung
 @ trampolin@tusli.de

Turnen

Kleinkinder
 Angelika Hahn
 @ angelika.hahn@TuSLi.de
 ☎ (030) 84 30 69 47

Jungen

Angelika Hahn
 @ angelika.hahn@TuSLi.de
 ☎ (030) 84 30 69 47

Mädchen

Angelika Hahn
 @ angelika.hahn@TuSLi.de
 ☎ (030) 84 30 69 47

RSG: Katrin Einofski

@ rsg@TuSLi.de

Allgemeine Anfragen: Angelika Hahn

@ angelika.hahn@TuSLi.de
 ☎ (030) 833 71 25

Ultimate Frisbee

Marc-Daniel Borgartz
 @ ultimate@TuSLi.de

Volleyball

Sven Wesely
 @ volleyball@TuSLi.de

Kontoverbindung

Deutsche Bank
 IBAN: DE61 1007 0024 0884 2262 00
 BIC: DEUTDE33



Ab sofort gibt es den regulären Rabatt von 1% mit der heyObi-App bei allen Obi-Märkten!

Es lohnt sich, die App zu installieren und sich zu registrieren.

Regelmäßig gibt es weitere tolle Angebote und Rabatt-Aktionen für alle und manchmal auch nur für TuSLi-Mitglieder.

Zusätzlich sponsort der OBI-Markt Berlin Steglitz den TuSLi jährlich und unterstützt damit die Kinder- und Jugendarbeit in Lichterfelde.