

DIEBRÜCKE

VEREINSZEITUNG DES OSNABRÜCKER SPORTCLUBS

Ausgabe 20 | Februar 2025

Verleih-Service
WOLFGANG MÜNNICH
Tel. 0541/43 37 08

Sparkasse
Osnabrück

LEVIEN//DRUCK



OSC TIGERS: AUFSTIEG IN DIE REGIONALLIGA PERFEKT!

Am 23. September bestritten die OSC Tigers ihr letztes Spiel der Oberliga-Saison 2024 – und jetzt, über 100 Tage später, ist es offiziell: **Die Tigers starten 2025 in der Regionalliga!** Kurz nach Weihnachten erreichte die frohe Nachricht vom Verband das Team, dass der Aufstieg am Grünen Tisch beschlossen wurde. Für die Tigers, die seit ihrem Abstieg aus der Regionalliga im Jahr 2016 unermüdlich auf eine Rückkehr hingearbeitet haben, ist das ein großer Meilenstein.

„Es war Freude pur! Für die Jungs und das gesamte Team ist das ein riesiger Schritt“, berichtet Cheftrainer Hartwig Glowka. „Jetzt können wir endlich konsequent für die dritte Liga planen, und das hat auch für das Sponsoring eine enorm positive Wirkung.“

Doch nicht nur die Ligazugehörigkeit bringt große Veränderungen: Der bereits verpflichtete US-Amerikaner Justin Sottolare, der ursprünglich als Offensive Coordinator vorgesehen war, wird 2025 nun auch als Quarterback für die Tigers auf dem Feld stehen. Sottolare hatte seine Unterstützung zugesichert – als Coach im Falle einer weiteren Oberliga-Saison oder als aktiver Spieler im Aufstiegsfall. Nun steht fest, dass er das Team als Spielmacher verstärken wird.

Mehr Informationen auf Seite 36-37

INHALT

2-4	Allgemeines
6-7	Sportlertreff / Aktivital
9	Hockey
10-11	Tanzen
12-13	Boxen
14	Boxen / Fechten
16-17	175 Jahre OSC
18-19	Skiabteilung
20	Taekwondo / Tanzen
21-23	KidsZ
24-26	Interviews FSJler ...
27	MMA / Aktivital
28-31	Basketball
33	Allgemeines
34	Ausbildungsmesse
35	Weihnachtsshow
36-37	American Football
38-39	Handball
40	Rollkunsport
41	Aktivital
43	Ansprechpartner



PHYSIO-THERAPIE

Gesundheits- und Reha-Sport im OSC

Mehr Informationen auf Seite 7



OSC Aktivital
Das Sport- & Gesundheitszentrum



NACHWUCHSFÖRDERUNG BEI DEN PANTHERS: GEMEINSAM STARK FÜR DIE ZUKUNFT!

Seit dem 20. Januar läuft unser Crowdfunding-Projekt zur Finanzierung einer Vollzeitstelle in der Kinder- und Jugendarbeit. Noch bis zum 17. Februar können Sie uns dabei unterstützen, die Zukunft der #Panthersfamily zu sichern und junge Basketballtalente nachhaltig zu fördern!

Mehr Informationen auf Seite 28

KAY RAYS OSNABRÜCKER SPASS-CAMP

Samstag, 29.03.2025 | 21:00

Hier geht's zu den Tickets ->



OSC-Sportlertreff
Hiärm-Grube-Straße 8 |
49080 OSNABRÜCK



Pflege, die Ihr Handwerk versteht!

- Ambulante Pflege
- Tageszentrum Lebenswelten Hollage
- Seniorenwohngemeinschaften „wohnen in familiärer Atmosphäre“

SDH Pflege

www.sdh-pflegedienst.de

SDH Pflege
Am Schölerberg 9
49082 Osnabrück
Tel.: 0541 / 9611024
info@sdh-pflegedienst.de



Weil's um

GEMEINSCHAFT geht.

200 Jahre gemeinsam erfolgreich.

Kundennah. Kompetent. Relevant.
Heute und in der Zukunft.



Feiern Sie mit uns auf der großen
Jubiläumstour: In und um Osnabrück.
Das ganze Jahr!

Seien Sie vor Ort mit dabei – jetzt online informieren!

gemeinsam-sparkasse-feiern.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Osnabrück



200
JAHRE
Gemeinsam
erfolgreich.

Hallo OSC-Familie

2024 haben wir 175 Jahre Osnabrücker Sportgeschichte mit vielen großen und kleinen Veranstaltungen gefeiert. Wir haben sportliche Erfolge erlebt und uns im Sommer gemeinsam mit der Nationalmannschaft an das WM-Märchen von 2006 erinnert.

2025 ist ein Sportjahr ohne Olympia, Fußball-WM oder EM – ein Jahr, in dem wir auch mal an unseren eigenen Sport denken sollten. „Wir denken an uns selbst zuerst“ – diesen Satz hören wir oft aus Amerika. Doch in welcher Gesellschaft leben wir, wenn jeder nur an sich selbst denkt? Gibt es dann noch Vereine oder Vereinssport? Lasst uns gemeinsam diesem Trend zu immer mehr Egoismus entgegenwirken.

Unser Verein zeigt in seiner Vielseitigkeit, dass es auch anders geht. Gerade im OSC sehe ich immer wieder, wie einer für den anderen Verantwortung übernimmt. Ehrenamt und Gemeinsinn werden bei uns großgeschrieben. Wir sind vereint in unserem Interesse, gemeinsam Sport zu treiben. Natürlich gibt es unterschiedliche Meinungen und verschiedene Ansichten zur Vereinsführung – und das ist auch gut so. Diskussionen sollten jedoch stets demokratisch und in einem respektvollen Ton geführt werden. Wird eine Entscheidung demokratisch getroffen, gilt es, die Meinung der Mehrheit zu respektieren. Unser Motto bleibt: Gemeinsam für den OSC!



Auch 2025 erwarten uns viele Highlights: Unsere Teilnahme am Karnevalsumzug, das Sommerfest, die Ausbildungsmesse, der Laternengang und die Weihnachtsshow – all das sind Termine, die ihr euch schon vormerken könnt. Zudem wird es auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Ferien-Camps für die Kleinen geben.

Zum Abschluss noch ein Appell an alle Hallensportler: Haltet jetzt am Ende der Saison die Motivation hoch! Es ist Crunchtime – Meisterschaften werden entschieden, und Abstiegsplätze vergeben. Aber bitte immer fair, so wie wir es als OSCler gewohnt sind.

Unser Aushängeschild, die GiroLive-Panthers, braucht jetzt unsere volle Unterstützung, um die Playoffs zu erreichen. Ich freue mich auf eine volle Halle, eine großartige Stimmung – und wer weiß, vielleicht geht sogar noch mehr ...

Bis bald
Euer



Geschäftszeiten im Überblick

GESCHÄFTSSTELLE / KIDSZ / SPORTBÜRO

Mo., Di., Mi., Fr. 09.00-12.30 Uhr
Di. 15.00-18.30 Uhr
Do. 10.30-12.30 Uhr
14.00-16.30 Uhr

Tel.: 0541 5805777-0

KINDERBETREUUNG AKTIVITAL

Fr. 15.45-18.15 Uhr
Sa. 10.00-14.00 Uhr
So. 10.00-14.00 Uhr

An gesetzlichen Feiertagen, Heiligabend sowie Silvester findet keine Betreuung statt.

Tel.: 0541 5805777-25

AKTIVITAL

Mo.-Fr. 07.00-22.00 Uhr
Sa., So. 08.00-20.00 Uhr
Feiertag 10.00-18.00 Uhr

Tel.: 0541 5805777-25

FUSSBALLBÜRO

jederzeit per Mail unter:
fuba@osnabruecker-sportclub.de

SPORTLERTREFF

Tel.: 0541 5805777-15



Anzeige



Kerber
MIELE SPEZIALIST

Küchenforum
kochevents. seminare. teambuilding. tastings.

Muss man erleben!

Anzeige

Küchenforum
kochevents. seminare. teambuilding. tastings.



www.kerber-online.shop/c/kochevents

Jetzt anmelden!

Kerber
MIELE SPEZIALIST

WARENDORF
DIE KÜCHE

Miele

HANNOVERSCHE STR. 99A | 49084 OSNABRÜCK | TELEFON 0541 24553

Der OSC ist „engagementfreundlicher Sportverein“

Verein erhält LSB-Zertifikat in Silber – „Eine schöne Anerkennung unserer Arbeit“

Mit etwa 7.500 Mitgliedern in ca. 50 Sportabteilungen ist der Osnabrücker SC – gemessen an den aktiven Sportler*innen – der größte Breitensportverein in Osnabrück und Umgebung und definiert sich in den meisten seiner Sportarten weiterhin vorrangig als Engagement- und weniger als Dienstleistungsverein. Ein Verein also, der zwar auch durch das Hauptamt geleitet, jedoch vor allem durch das freiwillige Engagement gelebt wird.

Seit Anfang 2024 ist Fiona Stahl neben ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit als Abteilungsleiterin Basketball in eben diesem Hauptamt als Sportliche Leitung aktiv und soll in dieser Rolle die Verbindungen und den Informationsfluss zwischen Haupt- und Ehrenamt stärken. Seit März 2024 wird sie dabei von Mathias Wygold unterstützt, der zunächst als Minijobber mit Themenschwerpunkt Freiwilligenmanagement und seit Kurzem als Leitung für Vereinsentwicklung agiert und sich ebenfalls auch freiwillig in der Handballabteilung engagiert. Ge-

meinsam arbeiten beide an der Entwicklung eines strategischen Freiwilligenmanagements für den OSC, wenngleich sie wissen, „dass wir da noch am Anfang stehen und es mit Sicherheit ein Projekt für die nächsten Jahre sein wird.“

Am Ende dieser Reise soll dabei eine spürbar positive Entwicklung der sogenannten Engagementfreundlichkeit in der Organisationskultur des OSC stehen. „Unsere Vision ist es, ein Umfeld für freiwilliges Engagement zu schaffen, in dem sich Freiwillige und Ehrenamtliche gerne aufhalten und mit dem wir den allgemeinen Trend der Rückläufigkeit von freiwilligem Engagement – vor allem in Leitungspositionen – durchbrechen können“, skizzieren Stahl und Wygold ihre Pläne für die kommenden Jahre.

Schon in diesem Jahr meldeten beide gemeinsam den OSC für die Zertifizierung zum engagementfreundlichen Sportverein an, die der



Landessportbund Niedersachsen respektive die ihm zugehörige Organisation Vereinshelden im Zusammenwirken mit den ortsansässigen Sportbünden durchführt. „Wir wollten damit vor allem eine objektive Standortbestimmung durchführen und erfahren, wo wir – auch im Vergleich mit anderen Sportvereinen in Niedersachsen – stehen und wo wir uns vor allem noch verbessern können und müssen“, äußern Stahl und Wygold ihre Intention.

Dass es am Ende nach Ausfüllen eines umfangreichen Selbstbewertungsbogens und einem

anschließenden Audit durch den LSB sogar schon heute zur Zertifizierung in Silber reichte, freute beide umso mehr. Am vergangenen Donnerstag war es schließlich Manuela Schänzer vom Stadtsportbund Osnabrück, der dem OSC stellvertretend für den LSB Niedersachsen die entsprechende Plakette und einen Scheck über 1.000,- € überreichen konnte. Mittel, die erneut in das Projekt Freiwilligenmanagement fließen werden.

Anzeige

Ihr Profi in allen Disziplinen.

Ob Wirtschaftsprüfung, steuer- oder betriebswirtschaftliche Beratung – wir finden die optimale Lösung für Sie.



HBBN

Wirtschaftsprüfer Steuerberater Rechtsanwälte

Hans-Wunderlich-Straße 3
49078 Osnabrück
Tel.: 0541 40460-0
E-Mail: info@hbbn.de

Weitere Informationen unter
www.hbbn.de | www.hbbn-recht.de
www.instagram.com/_hbbn_
www.linkedin.com/company/hbbngmbh
www.xing.com/pages/hbbngmbh

Die HBBN Gruppe

HBBN GmbH
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft
Steuerberatungsgesellschaft

HBBN DR. HINDERSMANN & PARTNER
Rechtsanwälte

HBBN AUDIT AG
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

HBBN Consulting GmbH

Anzeige

DIE ENERGIEWENDE HAT VIELE HÜBSCHE GESICHTER. FLIRTEN ERLAUBT!

HEINRICH ALTENHOFF
Seit 1842 GmbH

Pagenstecherstraße 34
49090 Osnabrück
Telefon 0541 - 62826

www.heinrich-altenhoff.de





Ebrecht-Reker

GEBÄUDEREINIGUNG



Ebrecht Reker - Ihr Spezialist für Gebäudereinigung und -dienste

Hygiene hat bei uns Tradition. Ob Glasreinigung oder Hausmeisterservice: Seit 125 Jahren bietet unser Meisterbetrieb tadellosen Glanz für Verwaltung, Industrie, Privathaushalte und Bauunternehmen – eine saubere Sache seit 5 Generationen.



Ebrecht-Reker
GEBÄUDEREINIGUNG
Meisterbetrieb seit 1895

SAUBER IN OSNABRÜCK

Wir suchen DICH! - Reinigungskraft (m/w/d)

Wir möchten unser Team vergrößern und suchen engagierte Reinigungskräfte, Putzfrauen und Saubermänner.

Worauf Sie sich freuen können:

- faire und leistungsgerechte Bezahlung nach Tarif
- wertschätzender und kollegialer Umgang im Team
- langfristiger und sicherer Arbeitsplatz

Wir konnten Ihr Interesse wecken? Dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Ebrecht-Reker GmbH
Eduard-Pestel-Straße 5
49080 Osnabrück

Tel: (05 41) 95 90 70 | Fax: (05 41) 95 90 719
E-Mail: info@ebrecht-reker.de
www.ebrecht-reker.de

**JETZT
BEWERBEN!**

Abschied von Irene – Ein großes Dankeschön für deinen Einsatz!

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge verabschieden wir uns von unserer liebevollen Kollegin Irene, die nach vielen Jahren als Aushilfe in unserer Spülküche nun ihren wohlverdienten Ruhestand antritt.

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge verabschieden wir uns von unserer liebevollen Kollegin Irene, die nach vielen Jahren als Aushilfe in unserer Spülküche nun ihren wohlverdienten Ruhestand antritt. Von Juni 2018 bis Dezember 2024 war Irene stets ein fester Bestandteil unseres Teams und hat uns mit ihrem Humor und ihrer positiven Energie den Arbeitsalltag versüßt.



chen. Ihre sportliche Seite zeigte sich schon früh, als sie mit 50 Jahren das Skifahren für sich entdeckte – eine wahre Vorbildfunktion!

Irene war während ihrer Zeit bei uns nicht nur für ihre Arbeit in der Spülküche bekannt, sondern auch für ihre herzliche Art, die unseren gesamten Verein bereichert hat. Wir werden ihren Humor und ihre positive Ausstrahlung sehr vermissen.

Im Namen des gesamten Teams danken wir Irene für ihre tatkräftige Unterstützung und wünschen ihr für die Zukunft nur das Beste. Möge sie weiterhin das Leben in vollen Zügen genießen, die Zeit mit ihren Enkelkindern und Hunden verbringen und vielleicht auch noch das ein oder andere spannende Biathlon-Match im Fernsehen verfolgen.

Irene, geboren am 2. April 1942, hat bis zu ihrer Rente als Justizangestellte am Osnabrücker Gericht gearbeitet. Sie ist nicht nur eine unglaublich starke Frau, die so manchen Schicksalsschlag wie ein „Kampfschweinchen“ gemeistert hat, sondern auch eine unvergessliche Persönlichkeit. Ihre sprühende Lebensfreude und ihr Humor machten sie bei uns zur wahren „Star“-Figur – und das nicht nur bei uns, sondern auch während ihrer unvergesslichen Ägyptenreise, auf der sie die gesamte Gruppe sowie alle Angestellten begeisterte.

Abgesehen von ihrer Arbeit bei uns ist Irene vor allem eine liebevolle Mutter und Großmutter. Ihre beiden Enkel liebt sie abgöttisch. Auch heute noch sind ihre Enkel und ihre beiden Havanesen ihre größte Freude, und ihre Leidenschaft für Sport, besonders Biathlon, bleibt ungebro-

Abschied von Arne Udo Neubert – Die Seele des Hauses und unser „Mädchen für alles“



Mit Arne Udo Neubert verlieren wir einen wahren Allrounder und die Seele unseres Hauses. Arne, geboren am 19. November 1977, war nicht nur eine unverzichtbare Stütze unseres Teams, sondern auch ein echter Freund und Unterstützer des gesamten Vereins.

Seit April 2022 bis zum Dezember 2024 war er als Aushilfe bei uns tätig und hat sich mit seinem unermüdlichen Einsatz weit über das „Normale“ hinaus engagiert.

Arne ist seit mindestens 40 Jahren Mitglied des OSC und hat seine sportliche Reise als Fußballer begonnen, bevor er schnell zum Fechten überging. Außerhalb des Vereins arbeitet er seit 30 Jahren als Kaufmann für Groß- und Außenhandel bei Cordes und Graefe – ein weiteres Zeugnis seiner Beständigkeit und seines Engagements.

Arne ist nicht nur ein wertvolles Mitglied unseres Teams, sondern auch eine zentrale Figur im Sportler- und Vereinsleben. Als Ehrenmitglied unterstützt er den Verein nicht nur mit seiner Arbeit, sondern auch durch seine tatkräftige

Hilfe bei den 1. Herren der Fußballer – sei es beim Grillen oder bei anderen Veranstaltungen. Im „Sportlertreff“ war Arne stets der Ansprechpartner für alle und stand immer hilfsbereit hinter und vor dem Tresen.

Das Getränk „Charlie“ (Mariacron mit Cola) wurde nach ihm benannt und ist inzwischen sogar in der Kasse unter seinem Namen zu finden – ein kleines, aber feines Denkmal für seinen Humor und seine Beliebtheit bei uns allen.

In seiner Freizeit spielt Arne mit viel Leidenschaft, recht passabel, Dart. Aber auch beim Zuschauen von Sport, vor allem bei uns im Verein, ist Arne stets mit vollem Einsatz dabei und ein begeisterter Fan.

Arne, wir danken dir von Herzen für deinen unermüdlichen Einsatz, deine Hilfsbereitschaft und die viele Zeit, die du dem Verein gewidmet hast. Du wirst hier eine große Lücke hinterlassen, aber wir wissen, dass du uns auch weiterhin mit deinem Engagement unterstützen wirst.

Im Namen des gesamten Teams und aller Mitglieder sagen wir „Danke“ und wünschen dir für alles, was noch kommt, nur das Beste!

Anzeige

Richtig richtig alt werden.

Die neue InvestRente: Sprechen Sie uns an.

Vertretung
Hensing OHG
Meller Str. 21
49082 Osnabrück
Tel. 0541 909050
www.vgh.de/hensing
hensing@vgh.de

Finanzgruppe

VGH
fair versichert

Anzeige

Behrenswerth
ENERGIESERVICE

Haustechnik
Winter
Sanitär • Heizung • Elektro

Ihr Energie**FAIR**sorger
in der Region

Jetzt **Angebot**
anfordern

Heizöl ERDGAS FLÜSSIGGAS Holzpellets Ladestationen
STROM E-Fuels HAUSTECHNIK

www.behrenswerth.de – Service: 0800 15 25 350

Neues Reha-Angebot im Aktivital: Fokus auf Nacken- und Rückenschmerzen

Nackenschmerzen sind ein verbreitetes Problem – etwa 50 % der Erwachsenen leiden an Rückenschmerzen, und 30 % von ihnen kämpfen mit wiederkehrenden Nackenschmerzen. Häufig führen Muskelschwächen, Fehlhaltungen am Arbeitsplatz oder Verschleißerscheinungen der Halswirbelgelenke zu diesen Beschwerden. Doch auch Faktoren wie Stress, Zugluft oder Überkopparbeiten können Schmerzen verstärken.

Um Betroffenen gezielt zu helfen, hat das **Therapie- und Gesundheitszentrum des Osnabrücker Sportclubs (OSC)** im Aktivital ein neues Reha-Angebot ins Leben gerufen. Ziel ist es, die Beweglichkeit und Funktion der Halswirbelsäule zu verbessern, Beschwerden zu lindern und chronische Probleme zu verhindern. In unseren speziell entwickelten Kursen setzen wir auf ein ganzheitliches Konzept aus Therapie und Prävention.

Inhalte sind:

- **Gezielte Mobilisierung:** Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit der gesamten Wirbelsäule.
- **Dehnung und Entspannung:** Spezielle Dehnungen für Nacken- und Schultermuskeln.
- **Kräftigung:** Muskelaufbau zur Stabilisierung der Hals- und Lendenwirbelsäule.
- **Alltagshilfen:** Praktische Tipps zur Vermeidung von Fehlhaltungen im Beruf und Alltag.
- **Nervenmobilisation:** Spezielle Techniken für Nervenstrukturen im Schulter-, Nacken- und Hüftbereich.

Die Kurse werden von erfahrenen Physiotherapeuten geleitet, die Sie individuell betreuen und gezielt auf Ihre Beschwerden eingehen.

Warum Prävention wichtig ist

Nackenschmerzen können langfristig zu Nervenreizungen, Durchblutungsstörungen oder Einschränkungen in Alltag und Beruf führen. Mit unserem neuen Kursangebot wollen wir Sie dabei unterstützen, Beschwerden vorzubeugen und Ihre Lebensqualität nachhaltig zu steigern.

Zuzahlung durch Krankenkassen möglich

Viele Krankenkassen unterstützen die Teilnahme an Präventionskursen durch eine Zuzahlung. Sprechen Sie mit uns oder Ihrer Krankenkasse, um Ihre Möglichkeiten zu klären.

Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit – wir unterstützen Sie dabei!

Für weitere Informationen oder zur Anmeldung steht Ihnen das Team des Aktivital gerne zur Verfügung.

Physiotherapie im OSC Aktivital – Ein starkes Angebot für Ihre Gesundheit

Seit Januar 2025 bietet der OSC im Aktivital eine eigene Abteilung für Physiotherapie an. Mit dem Abschluss der Bauarbeiten stehen nun zwei moderne Behandlungsräume zur Verfügung, in denen ein umfassendes Spektrum physiotherapeutischer Leistungen angeboten wird – von Krankengymnastik über neurologische Behandlungen und Symptombehandlungen bis hin zur Wärmetherapie.

Geleitet wird die neue Physiotherapie-Abteilung von Reinhard Dobrowolski, einem erfahrenen Physiotherapeuten, der seit vielen Jahren in Osnabrück tätig ist.

Individuelle Behandlung und Kooperation mit Ärzten

Ein besonderes Merkmal der neuen Physiotherapie im OSC ist die Möglichkeit, physiotherapeutische Leistungen auch ohne ärztliche Verordnung in Anspruch zu nehmen. Zudem steht eine enge Zusammenarbeit mit niedergelassenen Ärzten in Osnabrück im Fokus, um eine optimale Versorgung der Patientinnen und Patienten zu gewährleisten.

Therapie und Training – eine starke Kombination

Nach einer abgeschlossenen Behandlung haben Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, unter therapeutischer Aufsicht ein indikationspezifisches Aufbautraining auf der Trainingsfläche des Aktivital zu absolvieren. So wird eine nachhaltige Genesung gefördert und die körperliche Belastbarkeit gezielt verbessert.

Präventionskurse und Krankenkassen-Unterstützung

Neben der klassischen Physiotherapie werden im OSC Aktivital auch Präventionskurse zur Rücken- und Nackenschule angeboten. Diese Kurse sind darauf ausgelegt, Beschwerden vorzubeugen und langfristig für mehr Wohlbefinden zu sorgen. Viele dieser Angebote werden von den Krankenkassen unterstützt.



Über Reinhard Dobrowolski

- 63 Jahre
- Examen 1982
- Studium am Universitätsklinikum Essen
- Langjährige Tätigkeit in der Markus-Klinik Bad Driburg (Fachklinik für Orthopädie, Neurologie und Reha nach Schlaganfall)

- Reha-Zentrum für Orthopädie & Neurologie in Neckargemünd (Heidelberg)
- Seit 1987 selbstständiger Physiotherapeut in Osnabrück
- Gesundheitsberater an der Trainingsfläche des Aktivital



Reinhard Dobrowolski

Physiotherapie
Teilheilpraktiker für Physiotherapie
Präventionskurse
Reha- und Gesundheitssport

Osnabrücker Sportclub e.V.
Hiärm-Grube-Straße 8
49080 Osnabrück

T: 0541 / 580 57 77-50
aktivital@osnabruecker-sportclub.de



www.aktivital.info



Physiotherapie
Teilheilpraktiker für Physiotherapie
Präventionskurse
Reha- und Gesundheitssport



www.aktivital.info

Anzeige

STARKE Automobilgruppe



Nutzfahrzeuge



PORSCHE



CUPRA



SEAT

SKODA



FIAT



XPENG

H. Starke & Sohn GmbH | Blumenhaller Weg 153 | 49078 Osnabrück | info@starke-gruppe.de | 0541 40441-0 | www.starke-autos.de

DAHLER



Vertraut mit den besten Lagen.

Seit 20 Jahren steht DAHLER Osnabrück für Ehrlichkeit, Verantwortung, Wertschätzung und Professionalität – Werte, die heute wichtiger sind denn je. In einem dynamischen Markt sind wir Ihr verlässlicher Partner: Mit tiefem Wissen über lokale Wertentwicklungen, langjähriger Erfahrung in den besten Lagen und einem feinen Gespür, die richtigen Menschen mit den passenden Immobilien zusammenzubringen.

Ihr Team von DAHLER Osnabrück:

v. l. n. r.: Sophia Werner, Immobilienberaterin, Sören Röttger, Inhaber DAHLER Osnabrück, Birte-Nadine Röttger, Assistenz, Silke Lohmann, Assistenz im Backoffice



Sind Sie auf der Suche nach einem neuen Zuhause oder möchten eine Immobilie verkaufen oder vermieten? Dann scannen Sie den QR-Code und erfahren Sie mehr.

DAHLER Osnabrück
Inh.: Sören Röttger Immobilien e.K.
Nikolaiort 5a, 49074 Osnabrück
T 0541 76 09 99 00 E osnabrueck@dahler.com

dahler.com/osnabrueck

Feld- und Hallenhockey im OSC

Die Hockey-Feldsaison beginnt immer April und endet im September, danach beginnt dann im Oktober die Hallensaison und diese endet im März, so kann Hockey das ganze Jahr über gespielt werden.

Der Hockey-Sport wird in der Feldsaison auf Kunstrasen ausgeübt, im Winter wird Hallenhockey auf handballgroßen Feldern gespielt.

Das temporeiche Spiel ist bei Mädchen und Jungen sowie bei Erwachsenen gleichermaßen beliebt.

Die Mannschaft kämpft mit dem Hockeyschläger um den Ballbesitz, einen Torerfolg, bzw. das Verhindern eines Gegentores. Das Spiel ist kontaktlos und sehr fair.

Hockey ist eine Sportart, die jedem offensteht. Deshalb richtet sich das sportliche Angebot nicht nur an Hockey-Anfänger sondern auch an „Quereinsteiger“ und Hockeykinder Eltern, die so einen Zugang zum aktiven Hockey bekommen.

Hallenhockey-Training der Kinder- und Jugendmannschaften im Winter 2024



Allgemeines zum Hockeysport im OSC

Ab welchem Alter kann mit dem Hockeyspielen angefangen werden?

Es ist möglich, ein Kind ab dem Alter von 5 Jahren in einer entsprechenden Trainingsgruppe (den „Wussel“) mit der Sportart Hockey vertraut zu machen.

Betreiben Jungen und Mädchen Hockey gemeinsam?

In den untersten Altersklassen sind die Mannschaften gemischt. Wenn sich ausreichend Mädchen oder Jungen in einer Altersklasse zusammengefunden haben, erfolgt ein individuelles Training nach Geschlechtern getrennt.

Wie oft wird trainiert?

Im Kinderbereich 2 Einheiten pro Woche, im Jugendbereich 2 (manchmal 3) Einheiten pro Woche.

Welche Ausrüstung muss man selbst besorgen und was kostet diese?

Kinderschläger für Feld- und Hallenhockey können ab ca. 20 Euro erworben werden. Benötigt werden ein Schläger für die Halle und ein Schläger für das Feld. Der OSC hält für Neueinsteiger auszuleihendes Schlägermaterial in unterschiedlichen Größen bereit.

Dazu werden Sportschuhe für Feld und Halle benötigt. Weiterhin empfohlen sind Schienbeinschoner (ab ca. 15 Euro), Handschuh (ab ca. 15 Euro) und ein Mundschutz (ab ca. 10 Euro).

Wie sieht ein Hockeyschläger aus?

Als Spielgeräte werden ein Hockeyschläger aus verstärktem Holz oder Kunststoff sowie eine etwa tennisballgroße Hartplastikkugel verwendet. Der Schläger hat am Ende eine abgerunde-

te und eine flache Seite - auch Keule genannt. Die Kugel darf nur mit der flachen Seite des Schlägers gespielt werden. Deshalb muss der Schläger zum Beispiel bei einem Rückhandschuss oder -pass schnell um die eigene Achse gedreht werden. Präzision und Ballsicherheit sind deshalb entscheidend für den Erfolg.

Wie hoch ist das Verletzungsrisiko?

Das ambitionierte Regelwerk ist darauf ausgelegt, Verletzungen zu verhindern. Dies funktioniert im Hockey außerordentlich gut und wird durch das eher niedrige Ranking des Sports in den Verletzungsstatistiken dokumentiert. Die Schutzausrüstung besteht aus dem Mundschutz, den Schienbeinschonern, einem speziellen Handschuh, der Torwart ist durch einen speziellen Ganzkörperanzug inklusive Helmes geschützt.

Was wird im Hockeysport gefördert?

Hockey ist ein sehr dynamisches Spiel, das von den Spielern viel Laufarbeit und eine schnelle Ballführung erfordert. Deshalb stehen die Kraft- und Schnelligkeitsausdauer bei den Trainingsabläufen im Vordergrund. Ebenso werden koordinative Fähigkeiten trainiert, sowie die besonderen Spieltechniken, das schnelle Reaktionsvermögen, das Ballgefühl, die Orientierungsfähigkeit und die Konzentration.

Spielstätten:

Hallenhockey: Sporthalle der Möser-Realschule am Westerberg, Arndtstr. 1 in 49078 Osnabrück

Feldhockey: Kunstrasenplatz des SSB auf dem Limberg (Dodesheide), Alwine-Wellmann-Str. 1 in 49088 Osnabrück

Die Trainingszeiten variieren aufgrund der unterschiedlichen Trainingsorte voneinander.

Für weitere Informationen rund um den Hockeysport könnt ihr mich gerne kontaktieren!

Frank: Mobil: 01577 7336878 / E-Mail: tinafrankschilling@t-online.de

Feldhockeysaison

Am 31. März 2025 endet die Hallenhockeysaison, dann wird ab April wieder auf dem Kunstrasenplatz trainiert und gespielt. Der OSC hat für die Feldhockeysaison den sandverfüllten Kunstrasenplatz vom Stadtsportbund (SSB) auf dem Limberg angemietet. Auf dem Platz sind zwei Kleinfeld-Spielfelder und je ein $\frac{3}{4}$ Feld und ein Großfeld eingezeichnet, somit können alle Spielformen trainiert werden. Der

Platz verfügt über eine sehr gute Flutlichtanlage, somit kann auch in den Abendstunden der gesamte Platz ausgeleuchtet werden.



Training Feldhockey Kinder/Jugend Training 2024

oben: Saisonabschluss Spiel der Feldhockeysaison mit Goalie Frank

Hobby-Mannschaft (Damen und Herren)

Unsere altersgemischte Truppe ist stark angewachsen, sodass wir in der Feldsaison zwei Großfeldmannschaften oder zwei $\frac{3}{4}$ Feldmannschaften gegeneinander spielen lassen konnten. Gerne können auch Hockeianfänger oder ehemalige Hockeyspieler zu einem Probe

Training/Spiel zu uns kommen. Wir trainieren immer Mittwoch von 19:00 bis 21:00 Uhr. Bei unseren abendlichen Spielen steht der Spaß und die Lust am Hockeyspielen im Vordergrund. Melde dich bei Frank Schilling an, um weitere Infos zu bekommen.



Training der Hobbymannschaft im Sommer 2024 auf dem Limberg



Europameisterschaft und WDSF Open in Belgrad, Serbien

Unsere Solo-Formationen **Las Caderas** und **Diamonds** haben erneut ihr Können auf internationalem Parkett unter Beweis gestellt. Am 04.10.2024 traten sie bei der WDSF Europameisterschaft in Belgrad an und erzielten beeindruckende Ergebnisse:

Latin Small Team Adult: Las Caderas – 5. Platz
Latin Small Team Youth: Diamonds – 3. Platz



Am selben Tag fand zudem die WDSF Open statt, bei der unsere Tänzerinnen folgende Platzierungen erreichten:

Lana Befort: 1. Platz
Martha-Louisa Körner: 11. Platz
Daliah-Jaelle Stwolinski: 33. Platz
(Kategorie: Latin Female Youth)

Herzlichen Glückwunsch an alle Tänzerinnen, die mit beeindruckendem Engagement und Leidenschaft aufgetreten sind.



Gold für Lana Befort bei den WDSF Open in Belgrad

Ein herausragender Erfolg für Lana Befort: Bei den WDSF Open in Belgrad tanzte sie sich auf Platz 1 und holte die Goldmedaille! Gegen starke Konkurrenz aus insgesamt 34 Teilnehmerinnen bewies Lana Runde für Runde ihr Können, ihre Ausstrahlung und ihre technische Perfektion.

Besonders beeindruckend war ihre Leistung, da sie sich in einem hochkarätigen Teilnehmerfeld behaupten konnte. Tänzerinnen aus Serbien, Mazedonien, der Ukraine, Zypern, Bulgarien sowie Bosnien und Herzegowina traten an, doch Lana repräsentierte Deutschland mit Bravour und sicherte sich den Spitzenplatz.

Wir gratulieren Lana Befort herzlich zu diesem außergewöhnlichen Erfolg und sind stolz auf ihre Leistung.



Vizeweltmeistertitel für unser Kinder- und Jugendteam "Diamonds"

Vom 20. bis 24. Nov. 2024 fand die IDO World Championship in Skopje statt, bei der unser Kinder- und Jugendteam "Diamonds" einen unglaublichen Erfolg feiern konnte. Mit herausragenden Leistungen tanzten sie sich durch die Vorrunden und sicherten sich einen Platz im Finale.

Die Spannung war greifbar, als unsere "Diamonds" gegen fünf weitere Teams antraten.

Mit beeindruckender Choreografie, Energie und Teamgeist überzeugten sie die Jury und holten sich den Vizeweltmeistertitel!

Dieser großartige Erfolg ist ein verdienter Lohn für monatelanges Training, Leidenschaft und Zusammenhalt. Wir gratulieren dem Team herzlich zu diesem unvergesslichen Moment und sind unglaublich stolz auf euch!



Bronze bei der Weltmeisterschaft in Skopje für die Las Caderas

Das Erfolgsteam "Las Caderas" schreibt seine beeindruckende Geschichte weiter! Nach zwei Vizeweltmeistertiteln und einer Bronzemedaille bei Weltmeisterschaften sicherten sie sich nun erneut Bronze bei der IDO Weltmeisterschaft 2024 in Skopje.

Mit ihrem unverwechselbaren Stil, perfektem Zusammenspiel und leidenschaftlichen Performances bewiesen sie einmal mehr, warum sie zu den besten Teams der Welt gehören. Der Weg aufs Siegerpodest war geprägt von

harter Arbeit, Leidenschaft und unerschütterlichem Teamgeist.

Wir gratulieren "Las Caderas" von Herzen zu diesem weiteren Meilenstein!

Weitere Erfolge bei der Weltmeisterschaft:
5. Platz: Latin Style ChaChaCha Junioren 2 Duo – Valeriia Vdovenko & Lana Befort
6. Platz: Latin Style Groups Erwachsene – Las Caderas

Weiter auf nächster Seite

IDO WELTMEISTERSCHAFT 2024 IN SKOPJE

Ergebnisse der Solotänzerinnen und -tänzer:

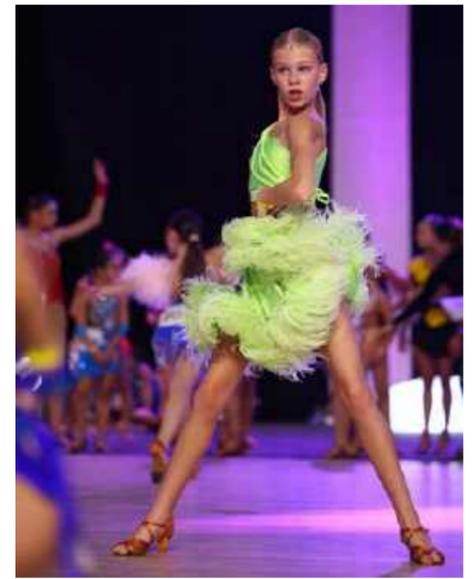
Martha-Louisa Körner (Kinder-Rubrik):

Cha Cha: 15. Platz
Jive: 13. Platz
Paso Doble: 9. Platz
Rumba: 18. Platz
Samba: 17. Platz



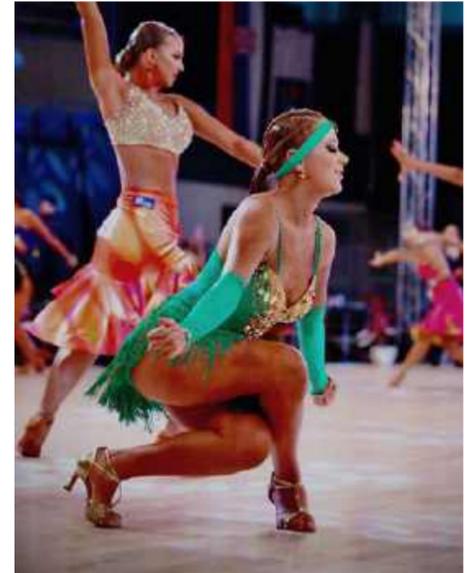
Valeriia Vdovenko (Junioren2):

Cha Cha: 26. Platz
Jive: 22. Platz
Paso Doble: 16. Platz
Rumba: 23. Platz
Samba: 16. Platz



Daliah-Jaelle Stwolinski (Junioren2):

Rumba: 26. Platz
Samba: 16. Platz



Lana Befort (Junioren 1):

Cha Cha: 17. Platz
Jive: 7. Platz
Paso Doble: 5. Platz
Rumba: 8. Platz
Samba: 12. Platz

Nikita Schulz (Erwachsene):

Jive: 9. Platz
Samba: 9. Platz



Wilfried Kowald und Simone Gampig glänzen bei der OWL Tanzt in Bielefeld

Am 9. und 10. November 2024 fand das prestigeträchtige Turnier "OWL Tanzt" in Bielefeld statt, bei dem zahlreiche talentierte Tänzerinnen und Tänzer aus verschiedenen Klassen ihr Können zeigten.

Paare an und erreichten einen hervorragenden 7. Platz. Mit ihrer Eleganz, Präzision und Harmonie beeindruckten sie das Publikum und die Jury gleichermaßen.

In der Klasse MAS III B Standard traten Wilfried Kowald und Simone Gampig gegen 16 weitere

Wir gratulieren Wilfried und Simone herzlich zu diesem tollen Ergebnis und wünschen ihnen weiterhin viel Erfolg auf ihrer Tanzreise!

SALSA

Ariel Lucero wird der neue Salsa Trainer

Im Februar übernimmt Ariel Lucero den Salsa Kurs in der Tanzsporthalle in Voxtrup. Immer sonntags ab 17 Uhr für Anfänger und ab 18 Uhr für Fortgeschrittene.

Der neue Salsa-Kurs bietet die perfekte Gelegenheit, die mitreißende Welt des Tanzes zu entdecken – ob allein oder im Paar! Egal, ob du deine ersten Tanzschritte wagst oder deine Fähigkeiten ausbauen möchtest, dieser Kurs ist der ideale Einstieg in die Welt der latein-amerikanischen Rhythmen.

Mit Ariel Lucero steht ein erfahrener Trainer an deiner Seite, der mit seiner langjährigen

Expertise als Tanzlehrer, DJ und Veranstalter von Salsa- und Bachata-Partys nicht nur die Technik vermittelt, sondern auch die Freude und Leidenschaft, die diesen Tanz so einzigartig machen. Seine energiegeladene Art und sein umfangreiches Wissen garantieren ein inspirierendes und motivierendes Lernumfeld.

Salsa verbindet Musik, Bewegung und Lebensfreude – probiere es aus und lass dich von diesem leidenschaftlichen Tanz begeistern! Egal, ob du neue Leute kennenlernen oder deine Partnerschaft auf ein neues Level bringen möchtest, dieser Kurs bietet dir die perfekte Bühne dafür.

TSA IM OSNABRÜCKER SPORTCLUB 

START 09.02

NEU SALSA KURSE

Lernt die Grundfiguren des Salsa Tanzens in unserem neuen Anfängerkurs und verbessert eure Technik im fortgeschrittenen Kurs!

KURSZEITEN MIT ARIEL
Anfängerkurs: 17:00-18:00
Fortgeschritten: 18:00-19:00

 TSA im OSC
Am Mühlenkamp 67, 49086 Osnabrück

 TSAOSNABRUECK
  0172 7055988
  www.tanzsport-osnabrueck.de





OSC-Boxer erfolgreich beim 7. Advents-Box-Event

Auch wenn es anfangs im formalen Bereich Unstimmigkeiten mit den ewig Gestrigen bzgl. der Anzahl an Kampfpaarungen gab, war das 7. Advents-Box-Event erneut ein voller Erfolg.

Nachdem Boxcoach Heinz Janocha die Einladung für das geplante Adventsboxen verschickt hatte, wurde er mit Meldungen aus dem gesamten Bundesgebiet überhäuft. Aus Gründen der Fairness versuchte Coach Janocha alle Vereine mit mindestens zwei Boxern/innen zu berücksichtigen.

Zwei Tage nach Versenden der eingeplanten Kampfpaarungen kamen die zwischenzeitlich üblichen Abmeldungen. Somit wurde

eine neue Liste erstellt und mit 29 Paarungen verschickt. Nun meldete sich ein Mitglied des Weser-Ems-Boxvorstands und verwies auf eine zwischenzeitlich „unrealistische Vereinbarung“ pro Veranstaltung nur noch 15 Kämpfe anzubieten. Bedingt durch die Unart vieler Vereine, kurzfristig Meldungen abzusagen, absolut überholt.

Am Kampftag, den 22.12.2024, waren es dann noch 21 Kämpfe, was zum Protest einiger Funktionäre führte. Nach hitziger Diskussion konnten dann doch alle geplanten Kämpfe durchgeführt werden. Die OSC-Boxabteilung konnte noch acht ihrer zehn gemeldeten Boxer/innen einsetzen. Leider hatten die Gegnerinnen von Isabel Voß und Alina Klein kurzfristig abgesagt.

Als zweiter OSC-Boxer bestritt **Konstantin Unruh** seinen ersten Kampf und traf im Weltgewicht auf Daniel Glukovski vom BC Westertede. Beide Boxer taktierten erst verhalten und versuchten Deckungslücken des Gegners auszunutzen. Hier landete Konstantin eindeutig die besseren Treffer und gewann ebenfalls nach Punkten.

Nun trafen im Halbschwergewicht OSC-Boxer **Lukas Koch** auf Kevin Evans, PSV GMH und OSC-Boxer **Ivan Stahlke** auf Kevin Vassilyjev, auch PSV GMH. Beide OSC-Boxer kannten nur



den Weg nach vorne und deckten ihre Gegner mit unzähligen Schlagserien ein. Diesen offensiven Angriffen hatten beide GMH-Boxer wenig entgegenzusetzen und verloren klar nach Punkten.



Shahidullah Kakar war der erste OSC-Boxer, der im Federgewicht auf Slojanovic Mihaljo vom ASV Bocholt traf. Der 17-jährige Kakar bestimmte gleich mit kompromisslosem Angriffsboxen das gesamte Kampfgeschehen und gewann klar nach Punkten.



Nach vier OSC-Siegen sah sich der 16-jährige OSC-Boxer **Darij Derksen**, Schwergewicht, fast unter Zugzwang, zumindest konnte man seinen forschen Kampfstil so werten. Anfangs versuchte sein Gegner, Maxim Baron vom SV Falke Wehrbleck, noch gegenzuhalten, doch nach harten Treffern und dem wiederholten Anzählen brach der Ringrichter den Kampf ab: Fünfter. OSC-Sieg!





Nun absolvierte die junge OSC-Boxerin **Jana Kronfeld** im Federgewicht ihren ersten Kampf gegen die erfahrenere Boxerin Rolband Khalaf vom BC Kirchweihe. Nach kurzem Abtasten nutzte die Kirchweiher Boxerin die Unsicher-

heit von Jana kompromisslos aus und deckte sie in der zweiten Runde mit einem wahren Schlaghagel ein. Zurecht brach daraufhin der Ringrichter den Kampf ab.

Um das halbe Dutzend voll zu machen, stieg OSC-Boxer **Patrick Zabre** im Mittelgewicht in den Ring. Er traf auf Azad Alshehk vom BW Lohne. Hier boxten zwei technisch versierte

Boxer gegeneinander und machten es den Punktrichtern schwer. Wenn auch knapp, kam es auch hier zu einem Punktsieg für OSC-Boxer Zabre.



Als letzter OSC-Boxer schlug sich **Viet Pham**, Bantam-Gewicht, selbst. Er beherrschte seinen Gegner Mika Schach vom ABC Lingen in allen drei Runden klar, wurde aber zweimal wegen Innenhandschlagen verwarnt. Eine Verwarnung bedeutet den Abzug eines vollen Punktes, wodurch nach zwei Verwarnungen ein Kampf nur noch durch einen KO-Sieg zu gewinnen ist. Somit wurde der Sieg eines einseitigen Kampfes verschenkt.

Acht Kämpfe und sechs Siege – mit diesem Resultat konnte Coach Janocha zufrieden sein.

Heinz Janocha

Anzeige

 **große kracht**
wir machen kälte

Cooler Job mit Zukunft.

Wir brauchen frischen Wind und suchen in Osnabrück Auszubildende als:

Mechatroniker für Kältetechnik (m/w/d)

www.grosse-kracht.de



Jetzt direkt
bewerben!





OSC Box-Amazonen

Bedauernde aber traurige Realität ist im Bereich Niedersachsen die Förderung des weiblichen Boxsports. Bis auf seltene Ausnahmen findet man in nur wenigen Vereinen weibliche Mitglieder in den Boxabteilungen.

Um diesen Zustand zu ändern wird zwar einmal im Jahr in Kassel ein Sparringboxen angeboten, was allerdings nur als Tropfen auf den heißen Stein gewertet werden kann. Wie das Beispiel der Boxabteilung des OSC aufzeigt, liegt es nicht am mangelnden Interesse der Frauen, sondern mehr im Umgang sowie Verhalten der Athletinnen und Athleten mit und untereinander. Egal welcher Nationalität begegnen sich Sportlerinnen und Sportler respektvoll, ungezwungen und mit selbstverständlicher Wertschätzung. Nicht umsonst kann die OSC Boxabteilung auf 5 aktive (siehe Bild) sowie 4 weitere weibliche Boxsportlerinnen verweisen. Zur Förderung, speziell der Damen, plant Coach Heinz Janocha mit Unterstützung von Hanna Rolfes, ein jeweils alle acht Wochen sonntags stattfindendes Sparringboxen mit Boxerinnen aus dem näheren sowie weiteren Umfeld.



Von links nach rechts: Studentin Jana Kronfeld, Studentin Evelin Fuchs, Studentin Hanna Rolfes, Gymnasiastin Alina Klein und Gymnasiastin Isabel Voß (Foto: Jana Kronfeldt)

Ulrich Weise in den Ruhestand verabschiedet

Angefangen hat alles mit Fechtmasken. Diese produzierte der gebürtiger Schlesier und gelernte Werkzeugmacher Ulrich „Uli“ Weise in Görlitz in der damaligen DDR.

1992 dann der Umzug mit Ehefrau Monika nach Osnabrück, wo Weise die Herstellung von Fechtmasken wieder aufnahm. Später wurde daraus ein eigenständiger Service für Fechtartikel und Turnierbetreuung. Zum richtigen „OSCer“ wurde Uli Weise 2006. Ab da engagierte er sich in einer kleinen Werkstatt im Fecht Keller. Unzählige Fechtwaffen und technisches Material wurden von Weise seitdem repariert und machten den stets bescheidenen und zuverlässigen Waffenwart zu einem unverzichtbaren Helfer für die Fechtabteilung.

In einer kleinen Feierstunde wurde der heute 80-jährige im Juni 2024 in den Ruhestand verabschiedet. **Danke für Alles, Uli Weise!**



Anzeige



Diakonie-Wohnstift
am Westerberg



Premium-Residenz

Selbstbestimmt
das Leben gestalten.







· SeniorenWohnen Plus
· PflegeHOTEL
· PflegeWohnen Plus
· Kurzzeitpflege

In bester Wohnlage im Herzen von Osnabrück finden Sie bei uns alles, was Sie zu einem komfortablen Leben brauchen: hochwertige Ausstattung in eleganten Appartements, erstklassigen Rundum-Service, kultivierte Freizeitangebote – und die Gewissheit, jederzeit auf die tatkräftige Unterstützung unserer qualifizierten Mitarbeiter zurückgreifen zu können.

Diakonie-Wohnstift am Westerberg, Bergstraße 35 A-C, 49076 Osnabrück, Telefon: 05 41/60 98-0,
Telefax: 05 41/60 98-4999, waw@diakoniewerk-os.de, www.wohnstift-westerberg.de

2024 Vienna House Easy Cup Trophäe der Friedensstadt Osnabrück

Großer Andrang Anfang Dezember in den OSC-Hallen: Beim internationalen DFB Qualifikationsturnier U20 gingen bei den Damen und Herren jeweils mehr als 100 Teilnehmer an den Start.

Großer Andrang Anfang Dezember in den OSC-Hallen: Beim internationalen DFB Qualifikationsturnier U20 gingen bei den Damen und Herren jeweils mehr als 100 Teilnehmer an den Start. In die Siegerlisten konnten sich die ge-

wohnt starken Fechter und Fechterinnen vom Heidenheimer SB eintragen. Sowohl bei den Damen als auch den Herren gewannen sie die von Oberbürgermeisterin Katharina Pötter gestiftete Trophäe der Friedensstadt Osnabrück.

Drei OSC-Fechter waren in der Herrenkonkurrenz vertreten. Ole Kladdé belegte Platz 60, Konrad Hellmich Platz 67, sein jüngerer Bruder Richard erreichte beim ersten Start in der älteren Altersgruppe den 83. Rang.

Turnierergebnisse / Platzierungen der OSC-Fechterinnen und Fechter

Allstar Deutschland Challenge Leverkusen Herrendegen U15



8. Richard Hellmich
32. Nikoloz Gogaladze

U17 Herren
1. Richard Hellmich
2. Konrad Hellmich
6. Julian Herzberg

23. Keese Optik-Cup 2025 Buchholz in der Nordheide / Damendegen Seniorinnen

U11 Damen
1. Adelheid Hellmich
2. Anastasia Herzberg
8. Kateryna Synylo

6. Tessa Wietheuper

Braunschweiger Jugend-Degen-Turnier

U20 Herren
1. Ole Kladdé
2. Konrad Hellmich
5. Simon Höwekenmeier



OSC-Fechterinnen ganz oben auf dem Treppchen

U15 Herren
1. Richard Hellmich
5. Nikoloz Gogaladze
16. Tobias Schulz



Mit uns. Für alle.

RICHTIG WAS BEWEGEN!

**Ein Job bei den Stadtwerken
Osnabrück ist mehr als nur „Arbeit“.**



Hier geht's zu den Job-Angeboten:
www.swo.de/karriere



**Stadtwerke
Osnabrück**

175 Jahre Osnabrücker Sportgeschichte: Festveranstaltung zum Jubiläum des OSC

Am 26. Oktober 2024 fand die Festveranstaltung zum 175-jährigen Jubiläum des Osnabrücker Sportclubs (OSC) statt. Mit einer langen Tradition als einer der ältesten und größten Breitensportvereine der Region bot die Veranstaltung die Gelegenheit, auf die erfolgreiche Vergangenheit des Vereins zurückzublicken und zugleich einen Ausblick auf die zukünftige Entwicklung zu geben.

Feierliche Reden und Grußworte

Die Veranstaltung begann mit einer Rede von OSC-Präsident Thomas Levien, der die Bedeutung des Vereins für die Stadt und die Region betonte. Besonders hob er die Vielfalt des sportlichen Angebots, die zahlreichen Erfolge und die wichtige Rolle des Vereins als Arbeitgeber hervor. Gleichzeitig skizzierte er die Pläne für die Zukunft, darunter den Ausbau von Sportflächen, Modernisierungen und die Förderung von Angeboten für Kinder und Jugendliche.

Matthias Middelberg (CDU), der ebenfalls an der Veranstaltung teilnahm, würdigte in seinem Grußwort die gesellschaftliche Rolle des OSC als Motor für Integration, Gemeinschaft und Bewegung. Auch die Bürgermeisterin Bir-

git Strangmann (Bündnis 90/Die Grünen) der Stadt Osnabrück unterstrich in ihrer Ansprache die Wichtigkeit des gesellschaftlichen Auftrags eines Vereins wie des OSC. Sie hob hervor, wie der Verein als verbindendes Element über Generationen hinweg Menschen zusammenführt und ihnen einen Ort der Begegnung bietet.

Das Grußwort des Landessportbundes Niedersachsen überbrachte André Kwiatkowski, der dem OSC für seine Arbeit in der Förderung des Sports und der Vereinsgemeinschaft Anerkennung aussprach.

Begleitet von großem Applaus wurde die Auf-führung der OSC-Tanzmäuse, die zu diesem Anlass eine aufwändige Choreografie und eigens komponiertes Musikstück einstudiert hatten.

Ein gelungener Austausch

Im Anschluss an die offiziellen Reden lud der OSC seine Gäste zu einem Brunch ein. In entspannter Atmosphäre bot sich die Gelegenheit für Gespräche und den Austausch zwischen Mitgliedern, Unterstützern und Gästen. Diese Begegnungen zeigten einmal mehr, wie der

OSC als Ort der Gemeinschaft fungiert und seine Bedeutung weit über den Sport hinausreicht.

Ein Verein mit Tradition und Zukunft

Die Jubiläumsveranstaltung bot den perfekten Rahmen, um auf die beeindruckenden 175 Jahre Vereinsgeschichte zurückzublicken. Gleich-

zeitig zeigte sie, dass der OSC auch in der Zukunft ein starker Partner für Sport, Gemeinschaft und gesellschaftliches Engagement bleiben wird. Mit seiner breiten Ausrichtung und einem klaren Blick nach vorne bleibt der OSC eine feste Institution in Osnabrück und ein Vorbild für den Sport in Niedersachsen.



Anzeige



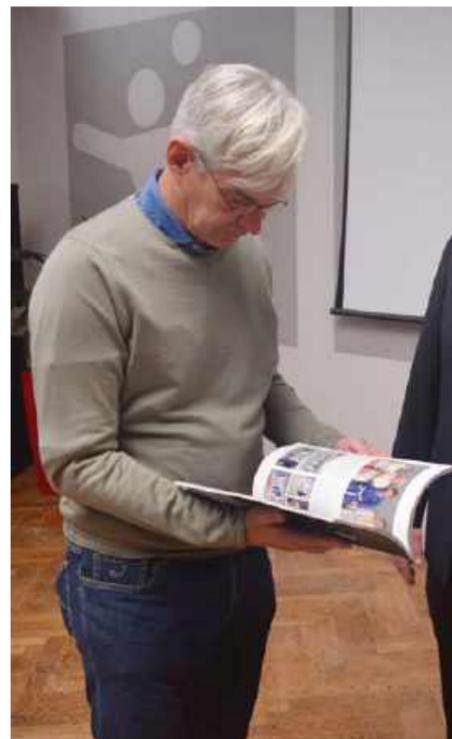
Pflege, die Ihr Handwerk versteht!

- **Ambulante Pflege:** Grund- und Behandlungspflege, Hauswirtschaftliche Versorgung, Betreuungsleistungen
- **Tageszentrum Lebenswelten Hollage:** kostenloser Abholservice, Gemeinschaft, Aktivierungsangebote, gemeinsame Mahlzeiten
- **Wohnen in familiärer Atmosphäre:** Haus Dröper, Haus Krüperspatt, Seniorenwohngemeinschaft Berningstraße

SDH Pflege · Am Schölerberg 9 · 49082 Osnabrück
Tel.: 0541 / 9611024 · info@sdh-pflegedienst.de



www.sdh-pflegedienst.de



Anzeige

...seit 80 Jahren!

Kompetenz
in Tapeten,
Farben und
Teppichböden



telgkämper
am blumenhaller weg
osnabrück



Darß und Fischland 21.-26.07.2024

Der Sammelpunkt am Sonntag war wie üblich an der OSC Halle. Nachdem wir festgestellt hatten, dass wir nur 24 statt der gebuchten 26 waren, ein Ehepaar hat aus medizinischen Gründen abgesagt, konnte sich der Bus vor der geplanten Abfahrtszeit um 6:25 Uhr in Bewegung setzen. Das übliche werksseitig gelieferte Frühstück wollten wir an der Raststätte „Grundbergsee“ einnehmen. Dort mussten aber erst die PKW verscheucht werden, die sich auf dem Busparkplatz breit gemacht hatten. Danach kamen wir weiter gut voran, bis auf den üblichen Stau um Hamburg, der wie immer ohne ersichtlichen Grund war. Schuld daran sind die nach meiner Meinung überflüssigen, blinkenden Schilder „Staugefahr“. Die dadurch verunsicherten Fahrer stoppen ab und warten auf den Stau, der dann aber gar nicht da ist. Inzwischen sehen die anderen die roten Stopplichter und bremsen ebenfalls ab bis der Verkehr steht.

Unsere Ankunft in Rostock war um 13:30 Uhr. Da die Zimmer im Hotel „Vienna“ noch nicht bezogen werden konnten, fand die Stadtführung als erstes statt. Bei 32° suchten wir eher den Schatten als die Sehenswürdigkeiten.



Der Reiseführer, Jens, hatte ein Einsehen und verweilte in der Marienkirchen bis man uns dort rauswarf. Die astronomische Uhr und verschiedene andere interessante Details boten reichlich Stoff für Erklärungen. Von der Kirche mussten wir nur noch den Marktplatz überqueren und waren an unserem Hotel. Der Bus stand dort vor der Tür, so dass das Einchecken zügig ging. Nach dem Abendessen bot sich ein Spaziergang durch die Altstadt an.



Am nächsten Morgen hatten wir 19° und es nieselte leicht. Die Wetter App sagte, ab Mittag solle es besser werden. Um die Zeit zu überbrücken fuhr der Bus zweimal um die Stadt. Danach ging es weiter nach Bad Doberan.



Hier steht das Münster, das aus einem Kloster entstanden ist. Wie gewohnt machte unser Führer Jens eine sehr ausführliche Führung. In der anschließenden Regenpause starteten wir in Richtung Kühlungsborn. Der Plan war über Bastorf, dort sollte es einen Leuchtturm mit spektakulärem Blick geben, zu fahren.



Kurz hinter der Ortsgrenze setzte der Regen wieder ein. Wir suchten unter Bäumen Schutz und legten Regenkleidung an. Durch die unfreiwillige Pause verkürzten er den geplanten Weg von 24 km auf 12 km und wir verzichteten auf Leuchtturm und tolle Aussicht. Die Mittags Freizeit in Kühlungsborn konnte die Gruppe individuell gestalten. Für die meisten hieß das, wo ist die nächste Fischbrötchen-Bude?

Ohne Regen, aber mit starkem Wind im Rücken, fuhren wir über den Küstenweg nach Heiligendamm. Jens hatte die Strecke als die „Fahrradautobahn“ bezeichnet. Die Beschreibung bezog sich aber nur auf die Menge der Radfahrer und Fußgänger.



Der Weg entlang der Steilküste war nicht ganz ungefährlich. An den unbewaldeten Stellen musste man stark gegen den Wind ansteuern um nicht hinunter geweht zu werden. Im Geisterwald machten wir einen Fotostopp und erkundeten den dort als Badestelle ausgewiesenen groben Sandstrand.



Durch noch mehr Wald ging es nach Warnemünde. An der Kirche begann ein kurzer Freigang durch den Ort. Zur Räder Verladung hinter dem Bahnhof fuhren wir dann wieder als Pulk. Bei der Rückfahrt ins Hotel erfolgte die Anweisung. „Batterien ausbauen und Aufladen. Morgen haben wir eine lange Strecke mit viel Gegenwind vor uns!“



Am nächsten Morgen mussten wir früh aufstehen, denn der Bus sollte um 8:15 Uhr rollen. Wir sollten pünktlich den Bootsanleger in Born erreichen. Es schien die Sonne aber wir hatten nur 16°. Das Schiff war nicht besonders groß und wenn noch andere Gruppen die gleiche Idee hätten könnte der Platz eng werden. Die Verladung der Räder übernahm die Besatzung. So wie die die Geräte gestapelt haben, hätten wir Amateure es nie hin bekommen.



Nach 40 Minuten landeten wir in Bodstedt. Das Entladen ging ebenfalls problemlos. Jeder Gast nahm ein Fahrrad entgegen, egal wem es gehörte, und rollte es vom Anleger. Sortiert wurde dann auf der grünen Wiese am Ufer. Als jeder das richtige Fahrrad gefunden hatten, begann eine lange Fahrt durch Felder und Wiesen mit viel versprochenem Gegenwind. Irgendwann

setzte auch noch Regen ein. Wir kamen gerade noch bis Saal um dort einen Zwischenstopp mit der Besichtigung der Kirche einzulegen. Als wir später auf den Marktplatz von Ribnitz Dammgarten rollten schien wieder die Sonne.



In den zwei Stunden Freizeit standen der Besuch des „Deutschen Bernstein Museum“ oder die Suche nach einer Fischbrötchen-Bude auf dem Programm. Unsere Radfahrer hatten die Räderverladung für 15 Uhr geplant. Laut Wetter-App stand Übles bevor. Alle saßen pünktlich im Bus, als um 15:10 Uhr der Weltuntergang mit Starkregen und Gewitter begann. Der Regen begleitete uns bis ins Hotel. Wir waren unseren Radfahrern sehr dankbar, dass sie so voraus schauend geplant hatten.

Bei Sonnenschein und 16° brachte uns der Bus zu unserem neuen Startpunkt Barth. Die Gruppe hatte ein biologisches Problem. Das vorgesehene öffentliche WC waren geschlossen. Notgedrungen enterten einige Damen ein Cafe am Markt. Die anderen mussten noch bis zum ersten Maisfeld warten. Die Fahrt ging entlang der Boddenküste aber schlug auch große Bogen in das argrar genutzte Land. Über einen Ufer nahen Weg wollten wir zum Mittagstreffpunkt fahren. Die Strecke war aber sehr zugewachsen. Außerdem prangte ein Sperrschild davor an dem rot/weißes Flatterband die Weiterfahrt unterbinden sollte. Jens entschied sich nicht in ein waghalsiges Abenteuer zu stürzen. Nicht alle Mitfahrer wären den kommenden Anforderungen gewachsen. Also mussten wir wieder zurück auf den Berg um den parkenden Bus zu erreichen.





Unser Fahrer hatte für unsere Mittagspause schon ein kaltes Buffet aufgebaut. Den dazu gereichten gut gekühlten Getränken wurde reichlich zu gesprochen.

Frisch gestärkt ging es weiter nach Stralsund. Am Wasser entlang ging es bis in den Hafen. Dort lag das Steuergeld „Millionengrab“, das Segelschulschiff der Bundesmarine, die „Gorch Fock“ am Kai. Die Besichtigungstermine war leider alle ausgebucht.



Aber für ein Gruppenfoto reichte es. Es blieben uns 1,5 Stunden zur selbständigen Stadtbesichtigung. Die wurde doch sehr mühsam. Denn überall wurde gehämmert und gebohrt und Autos und Budenteile versperrten den Weg. Die „Wallenstein Tage“ mit dem Mittelalterlichen Markt“ befanden sich gerade im Aufbau.

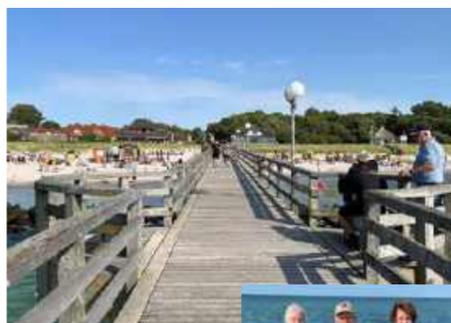
Heute war unser Startpunkt „Ahrenshoop“. Dem Vernehmen nach sollte es ein Künstlerdorf sein. Davon merkte man aber nichts. Die Anwesenheit der Kreativen war schon lange vorbei. Nur ein paar Skulpturen erinnern noch an sie. Der Tourismus beherrscht jetzt den Ort. Als wir ausstiegen schien zwar die Sonne, aber es waren nur kühle 12°. Das änderte sich aber bald als wir vom Fischland über Bron und Wieck am Darß entlang des Bodden nach Prerow fuhren. Die gemeinsame Besichtigung der Schifferkirche war Pflicht.



Der Weg zum „Ozeaneum“ war aber frei. Von außen sieht es mehr aus wie eine Ansammlung von Öltanks. Aber die heutigen Architekten sehen ja mehr die Funktion. Die wahren Schätze sind innen.



Danach konnte man fakultativ: Schwimmen in Prerow und dort auch Fahrräder verladen, oder mit den Rädern weiterfahren bis Wustrow. Bei der langen Fahrt durch den Darßwald war es sehr kühl. Beim Zwischenstopp am Weststrand, der gut besucht war, konnten wir uns wieder aufwärmen. Zur Kaffeepause erreichten wir Wustrow, den wir mit einem Gang auf die Seebrücke krönten.



Zur Fahrradverladung fuhren wir noch ziemlich lange über einen Deich, bis wir den



Parkplatz des ursprünglich für diese Reise vorgesehene Hotel in Wustrow erreichten. Das Haus machte einen sehr guten Eindruck, lag aber einsam, weit entfernt vom Ortszentrum. Also nichts mit abends noch einmal vor die Tür gehen!

Am Abreisetag, bei der Gepäckverladung um 9:00 Uhr, war der Himmel bedeckt. Es folgte eine kurze Busfahrt in den Hafen. Die dortige Wartezeit haben wir mit der Besichtigung des Eisbrechers und Hochseeschlepper „Stephan Jantzen“ überbrückt. Das Schiff wird von einem Förderverein betreut. Eine Betriebsgenehmigung hat das Schiff nicht mehr, es ist aber noch voll ausgerüstet. Es dient jetzt als Museum und Veranstaltungsraum. Eigentlich war noch gar keine Besichtigungszeit. Aber für uns machte man gegen eine kleine Spende eine Ausnahme.



Auf der „Rostock 7“ ging es nach Warnemünde. Dort hatten wir Freigang bis 13 Uhr. Die Zeit reichte für einen Spaziergang durch das malerische Kapitänsviertel und zum Leuchtturm und einem Imbiss.



Dieses Mal waren alle pünktlich zur Busabfahrt auf dem Hafensparkplatz da. Die weitere Heimfahrt verlief zunächst sehr gut. Rechtzeitig, vor dem 14 km Stau vor Hamburg, hatte „Tom Tom“ Alarm geschlagen und schlug eine Umfahrung auf der Bundesstraße vor. Die Überraschung – die war vierspurig ausgebaut und es herrschte kaum Verkehr. In Harburg erreichten wir wieder die A1. Eine weitere Vollsperrung, verursacht durch 6 beteiligte Fahrzeuge in der Baustelle bei Holdorf, haben wir ähnlich umgangen. Ankunft an der OSC Halle um 19:45 Uhr. Alles in allem war es eine gelungene Radreise und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr. Dann geht es zur „Deutschen Weinstraße“. Das Standquartier wird dann in Bad Dürkheim sein.



Ein neuer Schwarzgurt

Am 07.12.2024 stellte sich die OSC Sportlerin Lana Velagic der Schwarzgurtprüfung der niedersächsischen Taekwondo Union in Bomlitz.

Gut vorbereitet reiste Lana mit ihrem Trainer und einer Fan-Gemeinschaft früh morgens an, um dem Prüfungsgremium ihr Erlerntes zu präsentieren.

Das Prüferteam bestehend aus Werner Unland 8. Dan, Wolfgang Kiss 6. Dan und Jan Linnenbank 4. Dan überprüften die Leistungen in den Bereichen Formen, Einschrittkampf, Wettkampf, Selbstverteidigung und Bruchtest.

Lana gehörte zu den wenigen, die die Prüfung auf klassische Art und Weise absolvierte und die Aufgabenstellungen des Prüfungsgremiums umsetzen konnte.

Nach vielen Stunden des Wartens konnte Lana mit guten Bewertungen die Urkunde zum 1. Dan entgegennehmen und mit leichten Blessuren die Heimreise mit ihrem Team antreten.

Wir sind sehr stolz auf unsere Sportlerin, die mit Fleiß und Ehrgeiz mit gerade mal 16 Jahren den ersten Meistergrad besitzt und wir auf viele weitere hoffen.

Ein besonderer Dank gilt auch den Unterstützern Jasmin Heinrich, Semin Calakovic, Berkan Kenar, und Simon Dälken die über Monate Lana unterstützt haben und maßgeblich an dem Erfolg beteiligt sind.



Gemeinsame Landesmeisterschaft Nord Kinder / Junioren / Jugend

Am 01.02. und 02.02.2025 fand die gemeinsame Landesmeisterschaft in den lateinamerikanischen Tänzen für die Kinder, Junioren & Jugendlichen in Hamburg statt. 3 Paare der OSC-Tanzsportabteilung nahmen an dieser Landesmeisterschaft in 5 Turnieren teil.

Serhii Balkovenko/Lana Befort:

Zweifache Landesmeister und Zweifache Norddeutsche Meister in den Startklassen der Junioren 2 C und der Jugend C.

JUN II C: Platz 1 im Gesamtturnier und Landesmeister Niedersachsen – Insgesamt waren 18 Paare aus 5 Bundesländern am Start.

JUG C: Platz 1 im Gesamtturnier und Landesmeister Niedersachsen – Insgesamt waren 12 Paare aus 5 Bundesländern am Start.

Konstantin Befort / Martha-Luisa Körner:

In ihrer Altersklasse der JUN I C wurden sie Vizelandesmeister.

JUN I C: Platz 2 im Gesamtturnier und Vizelandesmeister Niedersachsen – Insgesamt waren 12 Paare aus 5 Bundesländern am Start.

JUN II C: Platz 8-9 im Gesamtturnier – Insgesamt waren 18 Paare aus 5 Bundesländern am Start.

Nikita Schulz / Valeriia Vdovenko:

JUG B Latein: Vizelandesmeister in Niedersachsen und Platz 6 im Finale im Gesamtturnier. Insgesamt waren 15 Paare aus 5 Bundesländern am Start.



Konstantin Befort / Martha-Luisa Körner



Serhii Balkovenko / Lana Befort



Nikita Schulz / Valeriia Vdovenko

Strahlende Kinderaugen beim Laternengang

Ein kleiner Rückblick und ein herzliches Dankeschön: Trotz Regen zog eine leuchtende und strahlende Laternenkette um den Sportplatz. Wir konnten viele strahlende Kinderaugen und Laternenlichter sehen. Zum Abschluss konnten auch noch eine leckere Bratwurst, Currywurst oder eine Waffel verzehrt werden. Ebenso durften der heiße Glühwein und der Kinderpunsch nicht fehlen. Ein Dankeschön für die köstliche Unterstützung an unseren Sportlertreff. Ein weiterer Dank geht auch an Ingrid Haferkamp, die den Laternenumzug mit vielen Liedern wunderbar unterstützte und wärmend anführte.



DAS KINDERSPORTZENTRUM
IM OSC



Camp Termine 2025

- 07.04. – 11.04. Ostercamp
- 07.07. – 11.07. Sport- und Kreativcamp
- 14.07. – 18.07. Sportkarussell
- 04.08. – 08.08. großes Sommercamp
- 11.08. – 13.08. kleines Sommercamp
- 20.10. – 24.10. Herbstcamp



NEU:
inklusives Angebot beim OSC



Freds Sportzauber

Wichtige Infos:

- Am Donnerstag um 17:00 Uhr in der Turnhalle des KidsZ.
- Ein inklusives Sportangebot, das offen für ALLE ist.
- „Wir freuen uns auf DICH in einer vielfältigen, neuen und bunten Sportgruppe für Kinder und Jugendliche mit einem Handicap oder chronischen Erkrankung“.
- NUR mit Anmeldung unter hasselmann@osnabruecker-sportclub.de.

Egal, ob du eine Gehhilfe nutzt, im Rollstuhl fährst, dich auf dem Boden fortbewegst oder frei laufen kannst. Du bist willkommen.



DAS KINDERSPORTZENTRUM
IM OSC



KARNEVAL im OSC

Rosenmontag, 03. März 2025
15.30 Uhr bis 17.30 Uhr
in Halle A
buntes Programm für Klein und Groß
Überraschungsgast & Rallye

Zwischen 15.00-18.00 Uhr finden an diesem Tag **keine Kurse** aus der Turnhalle, Tanzraum, Therapiehalle und Halle A statt.

Die Bewegungslandschaft ist für die Kleinen (6-18 Monate) in den zwei Stunden geöffnet.



KidsZ – Kindersportzentrum
Hiärm-Grüpe-Str. 8
49080 Osnabrück
Tel.: 0541/5805777-0
kidsz@kidsz.de
www.kidsz.de



DIE BESTE ADRESSE FÜR MEIN KIND

DAS KINDERSPORTZENTRUM
IM OSC



SAVE THE DATE 15. Juni 2025

OSC Sommerfest
für die ganze Familie von 10-17 Uhr

Mitmachangebote im KidsZ,
Aktivital und Hauptverein
Flohmarkt
Ausstellermesse
Leckereien aus dem Sportlertreff

*weitere Infos folgen



KidsZ – Kindersportzentrum
Hiärm-Grüpe-Str. 8
49080 Osnabrück
Tel.: 0541/5805777-0
kidsz@kidsz.de
www.kidsz.de



DIE BESTE ADRESSE FÜR MEIN KIND

Sportangebot im KidsZ

ab 02/2025

Zeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	Zeit
15.00						Lust auf einen Nähkurs am Wochenende oder möchtest du bei der Oster-/Weihnachtsbäckerei dabei sein? Dann schau unter "MEHR SPORT IM KIDSZ" unter "MEHR ERFAHREN!"	15.00
15.15		Bambini Kicker ab 4 J.		Tanzmäuse 3-5 J.	Gymnastik + Tanz 3. bis 5. Klasse***		15.15
15.30			Einrad	Reha Sport Psychomotorik 4-6 J.			15.30
15.45							15.45
16.00	Gymnastik + Tanz 1. + 2. Klasse*	Reha Sport Psychomotorik 4-6 J.	Bambini Kicker ab 4 J.				16.00
16.15			Inliner Anfänger				16.15
16.30							16.30
16.45							16.45
17.00	Gymnastik + Tanz 3. bis 5. Klasse*	Reha Sport Psychomotorik 7-9 J.	Bambini Kicker ab 5 J.	Reha Sport Psychomotorik 4-6 J.	Gymnastik + Tanz 6.+7. Klasse***		17.00
17.15							17.15
17.30				Inliner Fortgeschrittene	Dance4Teens 12-17 J.		17.30
17.45							17.45
18.00							18.00
18.15		Reha Sport Psychomotorik 10 J.	Reha Sport Psychomotorik 10 J.	Gymnastik + Tanz 6.+7. Klasse***			18.15
18.30							18.30
18.45	Gymnastik + Tanz ab 13 J.*						18.45
19.00					Gymnastik + Tanz ab 13 J.***		19.00
19.15							19.15
19.30							19.30
19.45							19.45
20.00							20.00
20.15						20.15	
20.30	Gymnastik + Tanz Erwachsene*					20.30	
20.45						20.45	
21.00						21.00	
21.15						21.15	
21.30						21.30	

* im KidsZ *** Montessori Schule



Bewegungslandschaft

ab 02/2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
09:30 bis 10:15	Krabbelsport 6-18 Mo. mit Eltern			Krabbelsport 6-18 Mo. mit Eltern	Krabbelsport 6-18 Mo. mit Eltern	09:30 bis 10:15
10:30 bis 11:15	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern		Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	10:30 bis 11:15
11:30 bis 12:15			Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern			11:30 bis 12:15
15:15 bis 16:00	Krabbelsport 6-18 Mo. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Krabbelsport 6-18 Mo. mit Eltern	Entdeckerkids ab 4 J. OHNE Eltern	15:15 bis 16:00
16:15 bis 17:00	Entdeckerkids 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	Entdeckerkids 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern	16:15 bis 17:00
17:15 bis 18:00	Entdeckerkids 1-4 J. mit Eltern	Weltenbummler 1-4 J. mit Eltern		Entdeckerkids 1-4 J. mit Eltern		17:15 bis 18:00



Freds Sportschule

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
15:00	Fred's Sportschule (3-5 J.)	Fred's Sportschule (3-5 J.)	Fred's Sportschule (3-5 J.)	Fred's Sportschule (3-5 J.)		15:00
15:30						15:30
16:00						16:00
16:30		Fred's Sportschule (1.-4. Klasse)	Fred's Sportschule (3-5 J.)	Fred's Sportschule (Vorschule)		16:30
						17:00



Früh lernen, spät spezialisieren. Das macht Fred's Sportschule besonders!

Was beinhaltet die Sportschule?

- Eine breite motorische Grundausbildung, angepasst an den individuellen Entwicklungsstand.
- Einen sportartenübergreifenden Unterricht zum Entgegenwirken einer einseitigen Spezialisierung.
- Mit Spiel und Spaß ohne Leistungsdruck die Koordination, Kraft und Beweglichkeit fördern.

Um das gewährleisten zu können, trainiert euer Kind:

- In einer festen Gruppe.
- Eingeteilt nach Alter und Entwicklungsstand.

In der Fred's Sportschule hat euer Kind die Möglichkeit, entscheidende Grundlagen für die körperliche und seelische Entwicklung durch vielfältige Bewegungserfahrungen zu stärken.

Hiermit werden die besten Voraussetzungen für sportliche Leistungen im Jugend- und Erwachsenenalter geschaffen.

Vielseitig und mit immer neuen Schwerpunkten und über Jahre begleitet, beobachtet und gefördert von unseren qualifizierten Trainer*innen.

Der perfekte Start in die große Sportwelt.

Möchtest du dein Kind zum Schnuppern anmelden?

Für Informationen und Fragen stehen dir die Mitarbeiter*innen in der Geschäftsstelle zu den Öffnungszeiten telefonisch unter der Nummer 0541 5805777-0 zur Verfügung. Gerne kannst du auch eine E-Mail schreiben an kidsz@kidsz.de.

Reha im KidsZ

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
15:00						15:00
15:30				Reha Sport Psychomotorik (4-6 J.)		15:30
16:00	Reha Sport Psychomotorik (4-6 J.)					16:00
16:30						16:30
17:00	Reha Sport Psychomotorik (7-9 J.)	Reha Sport Psychomotorik (4-6 J.)				17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30	Reha Sport Orthopädie (ab 10 J.)	Reha Sport Orthopädie (ab 10 J.)				18:30
19:00						19:00



Unsere FSJler, dualen Studierenden und die Praktikantin im Gespräch



Arne (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Ich mache mein FSJ bei dem OSC, da es ein guter Sportverein ist.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ich habe eine andere Art der Arbeit kennengelernt.

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Ich habe gelernt, mit Kindern zu arbeiten.

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Am meisten Spaß macht es mir, mit den Kindern Fußball zu spielen.

Welcher Aufgabenbereich war am Anfang eher eine Herausforderung für dich?

Für mich war es zunächst eine Herausforderung, einen Kurs mit Kindern zu beaufsichtigen.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Die Zusammenarbeit ist gut.

Wie geht es nach dem FSJ für dich weiter?

Nach dem FSJ fange ich eine Ausbildung zum Zimmermann an.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Keine!

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, vielseitig und engagiert



Lena (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Ich wollte nach dem Abitur definitiv erstmal in den sozialen Bereich rein schnuppern und gucken, ob mir die Arbeit mit Menschen Spaß macht. Zudem wollt ich erstmal Erfahrungen sammeln um so die spätere Berufswahl zu vereinfachen. Außerdem ist Sport ein großer Teil in meinem Leben und die Kombination aus den beiden Bereichen hat mir sehr gut gefallen. Da der OSC der größte Verein in Osnabrück ist,

habe ich hier die meisten Möglichkeiten alle Bereiche einmal kennenzulernen.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ich würde sagen, dass ich mich definitiv schon weiterentwickelt habe, weil man vor allem durch die Arbeit mit Kindern immer wieder vor Herausforderungen gestellt wird. Ich bin auf jeden Fall selbstbewusster geworden, vor allem im Leiten von Kursen. Außerdem habe ich gelernt, wie ich mit unterschiedlichsten Altersklassen Sport treiben kann.

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Die meisten neuen Kenntnisse habe ich im Umgang mit Kindern gelernt. Wie man sich in Problemsituationen am besten verhält und vor allem, wie man den Kindern Spaß am Sport vermittelt. Außerdem würde ich sagen, dass ich nun sicher bin, dass die Arbeit mit Menschen und mit Kindern etwas ist, was ich mir für mein späteres Berufsleben vorstellen kann.

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Ich finde die Arbeit mit den Kindern in den einzelnen Gruppen hat mir am meisten Spaß gemacht, weil es wirklich nie langweilig wurde. Auch die Zusammenarbeit mit dem Team ist immer toll.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Das Team im OSC ist einfach klasse und die Zusammenarbeit hat immer Spaß gemacht. Die Atmosphäre ist super locker und es macht einfach immer wieder aufs Neue Spaß.

Gab es in dem FSJ ein oder mehrere Highlights, von denen du erzählen kannst?

Ich finde die Camps in den Ferien sind immer wieder ein Highlight, weil die Aktivitäten mit den Kindern immer super sind.

Wie geht es nach dem FSJ für dich weiter?

Nach dem FSJ ist für mich ein Studium im Bereich Erziehungswissenschaften geplant.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Ich finde den Rollkunstlauf sehr faszinierend und würde diesen gerne mal ausprobieren.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

gemeinschaftlich, motivierend, abwechslungsreich



Lilly (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Spaß am Vermitteln meines Basketballwissens und an der Zusammenarbeit mit Kindern.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ja

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Neue Erfahrungen und Kenntnisse als Trainerin

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Das waren die Turnierteilnahmen mit unseren Mannschaften.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Harmonisch, lustig und organisiert

Gab es in dem FSJ ein oder mehrere Highlights, von denen du erzählen kannst?

Ja, die Turnierteilnahmen mit unseren Mannschaften.

Wie geht es nach dem FSJ für dich weiter?

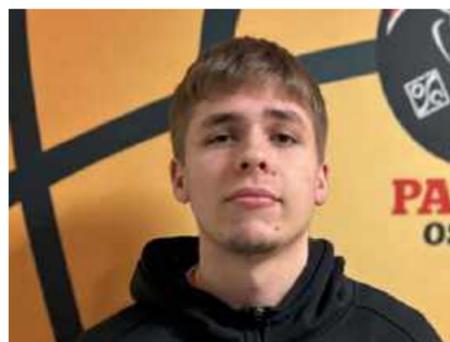
Ich möchte wahrscheinlich Sportmanagement studieren.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Handball

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Vielfältig, familiär und ambitioniert



Luca (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Ehrlich gesagt, wusste ich nicht genau, was ich sonst machen sollte. Das FSJ war für mich eine gute Möglichkeit, mich zu orientieren und praktische Erfahrungen zu sammeln.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ja, auf jeden Fall! Ich bin selbstbewusster geworden und habe gelernt, Verantwortung zu übernehmen.

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du während des FSJ erworben?

Tatsächlich habe ich keine speziellen neuen Fähigkeiten gelernt, aber ich konnte meine organisatorischen und kommunikativen Fähigkeiten verbessern.

Welche Aufgaben haben dir am meisten Spaß gemacht?

Definitiv die Akti-Schichten. Dabei sind immer tolle Gespräche entstanden und auch der Kontakt mit den Mitgliedern macht dort viel Spaß.

Gab es Aufgaben, die für dich eine besondere Herausforderung dargestellt haben?

Büroarbeit – und das ist sie auch immer noch! Ich arbeite lieber praktisch als den ganzen Tag am Schreibtisch zu sitzen.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Mega! Das Team ist super hilfsbereit und es

macht einfach Spaß, mit so engagierten Leuten zu arbeiten.

Gab es besondere Highlights während deines FSJ?

Bis jetzt hatte ich noch kein spezielles Highlight, aber insgesamt ist die Erfahrung sehr bereichernd.

Wie geht es für dich nach dem FSJ weiter?

Gute Frage! Ich weiß es ehrlich gesagt noch nicht genau, aber ich werde meine Zukunft wohl nicht beim OSC verbringen.

Gibt es eine Sportart, die du interessant findest, aber noch nie ausprobiert hast?

Ja, Paddeltennis – das würde ich gerne mal ausprobieren.

Wenn du den OSC in drei Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Engagiert, familiär und bewegend.



Luisa (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Neben der Chance, praktische Erfahrungen im Sportbereich zu sammeln, wollte ich mir Klarheit über meine beruflichen Interessen schaffen. Ich habe mich bewusst für den OSC entschieden, weil ich dort die Möglichkeit sah, Sport mit sozialen Projekten zu verbinden und neue Herausforderungen zu meistern. Außerdem wollte ich mich persönlich weiterentwickeln, meine Komfortzone verlassen und lernen Verantwortung zu übernehmen.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Absolut. Ich bin selbstbewusster geworden, habe gelernt, besser mit Stress umzugehen und in unvorsehene Situationen flexibel zu reagieren. Auch meine Kommunikationsfähigkeit hat sich deutlich verbessert – sei es im Umgang mit Kindern, Eltern oder Kollegen. Durch die vielen neuen Erfahrungen fühle ich mich deutlich reifer und bereit, größere Aufgaben zu übernehmen.

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Im Laufe meines FSJ habe ich nicht nur praktische Fähigkeiten wie das Planen und Durchführen von Sporteinheiten erlernt, sondern auch wertvolle Kenntnisse in der Teamführung und Konfliktbewältigung gewonnen. Außerdem habe ich viel über die Organisation von Veranstaltungen und die Arbeit hinter den Kulissen gelernt.

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Am meisten Spaß gemacht hat mir die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, insbesondere die Möglichkeit, sie bei ihrer Entwicklung zu unterstützen und mit ihnen gemeinsam Erfolge zu feiern. Auch die Organisation von Sportevents und das kreative Mitgestalten von Aktivitäten waren echte Highlights. Es ist ein tolles Gefühl am Ende des Tages zu sehen, was man erreicht hat.

Welcher Aufgabenbereich war am Anfang eher eine Herausforderung für dich?

Zu Beginn fiel mir der Umgang mit unerwarteten Situationen und spontanen Änderungen schwer. Gerade bei der Arbeit mit Gruppen von Kindern und Jugendlichen gab es Momente, in denen ich schnell reagieren musste, was nicht immer einfach war.

Es war eine Herausforderung, gleichzeitig flexibel zu bleiben und sicherzustellen, dass alles gut läuft. Doch mit der Zeit habe ich gelernt mit solchen Momenten umzugehen.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Die Teamarbeit war sehr motivierend. Jeder bringt seine Stärken mit und das hat dazu beigetragen, dass wir uns gegenseitig ergänzen konnten. Es gab immer jemanden, der Unterstützung angeboten hat, wenn es schwierig wurde. Ich habe den Teamgeist und die Offenheit bei der Zusammenarbeit sehr geschätzt, vor allem, weil ich mich von Anfang an als ein Teil des Teams gefühlt habe.

Gab es in dem FSJ ein oder mehrere Highlights, von denen du erzählen kannst?

Ein echtes Highlight waren die Camps, in denen wir mit den Kinder gespielt, gegessen und viel gelacht haben. Es war unglaublich schön, die Kinder in einer entspannten Atmosphäre zu erleben, wie sie Spaß an den Aktivitäten hatten und sich weiterentwickelten. Besonders toll war es, das Lächeln der Kinder zu sehen und gemeinsam mit dem Team diese Erlebnisse zu schaffen.

Wie geht es nach dem FSJ für dich weiter?

Nach dem FSJ möchte ich gerne ein Studium in der sozialen Arbeit beginnen, da mir die Arbeit mit Menschen und das Fördern von Entwicklung viel Freude bereitet. Durch die vielseitigen Erfahrungen im OSC habe ich gemerkt, wie wichtig es mir ist, soziale Verantwortung zu übernehmen und etwas Sinnvolles beizutragen. Gleichzeitig möchte ich weiterhin ein Teil des Teams beim OSC bleiben.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Ich finde Tennis sehr interessant. Die Kombination aus Schnelligkeit, Präzision und Taktik macht den Sport besonders herausfordernd.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, engagiert und vielfältig



Patrick (FSJ)

Was waren die Hauptgründe, ein FSJ beim OSC zu machen?

Nach dem Abitur wollte ich nicht direkt studieren. Zudem war es eine gute Möglichkeit zu schauen, ob ich mir in meiner späteren Berufslaufbahn vorstellen kann, im Sportbereich zu arbeiten.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ja

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Umgang mit kleinen Kindern in den Grundschul-AG's, da ich zuvor hauptsächlich ältere Kinder trainiert habe.

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Die tägliche Trainingsarbeit mit meinen Mannschaften

Welcher Aufgabenbereich war am Anfang eher eine Herausforderung für dich?

Hausmeistertätigkeiten ;)

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Harmonisch, lustig und organisiert

Gab es in dem FSJ ein oder mehrere Highlights, von denen du erzählen kannst?

Turnierteilnahmen/-fahrten sowie der Wintercup

Wie geht es nach dem FSJ für dich weiter?

Ich werde ein duales Studium (Sportwissenschaft und Coaching) beim OSC machen.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Tischtennis

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Vielfältig, familiär und offen



Franzi (duale Studentin)

Welches Studium machst du aktuell?

Aktuell studiere ich den dualen Studiengang „Sportwissenschaften und Training (B.A.)“.

Wie sieht eine normale Woche für dich aus?

Eine normale Woche sieht so aus: Ich arbeite entweder in der Frühschicht oder in der Spätschicht. Und hierbei gibt es auch die Service-schicht und die Schicht, in der ich, wenn es möglich ist, mit einem Trainer auf die Fläche gehe und dort für Mitglieder einen Trainingsplan erstelle. Vor der Arbeit oder nach der Arbeit versuche ich noch zu lernen fürs Studium. Das ist aktuell meine normale Woche.

Wie lange bist du schon duale Studentin und warst du vorher schon im Verein?

Ich bin im ersten Semester und ich habe vorher im Verein im Aktivital trainiert.

Wie bist du auf den OSC gekommen?

Ich habe vorher schon in der Abteilung „Aktivital“ trainiert und habe mich irgendwann dazu entschieden, mich zu bewerben. Ganz klassisch.

Welche Abteilungen hast du innerhalb des Studiums kennengelernt?

Ich habe bislang nur die Abteilung Aktivital kennengelernt.

Welche Aufgaben haben dir bisher am meisten Spaß bereitet?

Ich mag es sehr gerne, mit dem Trainer einen Trainingsplan für Mitglieder zu erstellen.

Wie sah dein Leben vor dem Studium aus, was hast du vorher gemacht?

Ich habe vorher im Einzelhandel gearbeitet und dann mein Fachabitur nachgeholt.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Ziemlich spannend finde ich die Sportart Rhönrad fahren, welche auch im OSC angeboten wird.

Mit welchen 3 Worten würdest du dich beschreiben?

Fröhlich, freundlich und offen/kommunikativ.

Würdest du gerne noch mehr Bereiche des OSC kennenlernen?

Ja, ich würde gerne mal im Bereich der Verwaltung reinschnuppern.

Wie genau ist das Studium kompatibel mit der Arbeit hier?

Es ist schon herausfordernd, sich abends oder morgens vor der Arbeit an den Schreibtisch zu setzen. Aber wenn ich erst in dem Lernprozess drin bin, dann läuft es rund.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Engagiert, Teamwork, Zusammenhalt



Jan (dualer Student)

Welches Studium machst du aktuell?

Ich studiere Sportwissenschaft und Training

Wie sieht eine normale Woche für dich aus?

Ich habe eine 4-Tage-Woche. Montags findet man mich auf der Fläche im Aktivital oder bei Terminen. Dienstag und Mittwoch bin ich immer im Service. Donnerstags bin ich bei den Tanzmäusen mit dabei und gebe einen Seniorengymnastikkurs.

Wie lange bist du schon dualer Student und warst du vorher schon im Verein?

Ich bin seit Oktober letzten Jahres dualer Student, also noch in meinem ersten Semester. Ich war allerdings auch vorher schon im OSC, da ich hier auch mein FSJ gemacht habe. Da war ich aber überwiegend im Kindersport tätig.

Wie bist du auf den OSC gekommen?

Wie bereits erwähnt habe ich mein FSJ hier absolviert und da bot es sich an, dem Verein erhalten zu bleiben, da man hier schon vieles kennt, wie etwa die Kollegen, das Gelände und die Abläufe.

Welche Abteilungen hast du innerhalb des Studiums kennengelernt?

In meinem Studium bin ich hauptsächlich im Aktivital tätig, aber auch noch einen geringen Teil im Kindersport.

Welche Aufgaben haben dir bisher am meisten Spaß bereitet?

Am meisten Spaß macht es mir, Trainingspläne zu erstellen und mit unseren Mitgliedern in den Austausch zu kommen. Aber auch die Kurse, sei es Kindertanzen oder die Seniorengymnastik, machen mir sehr viel Spaß, weil man da immer positives Feedback bekommt.

Wie sah dein Leben vor dem Studium aus, was hast du vorher gemacht?

Ich habe mein FSJ gemacht, nachdem ich mit meinem Abitur fertig war. Darüber hinaus spielt das Fußballspielen eine große Rolle in meinem Leben.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Ich liebe es American Football zu schauen, da es so unglaublich strategisch ist und es ein so schneller, physischer Sport ist. Ausprobiert habe ich es aber noch nie, ich wäre dafür vermutlich leider auch zu verletzungsanfällig.

Mit welchen 3 Worten würdest du dich beschreiben?

Zuverlässig, freundlich und teamfähig

Würdest du gerne noch mehr Bereiche des OSC kennenlernen?

Stand jetzt, fühle ich mich hier im Aktivital sehr gut aufgehoben, es wäre aber auch mal durchaus interessant, einen kleinen Einblick in die Verwaltung zu bekommen.

Wie genau ist das Studium kompatibel mit der Arbeit hier?

Zu Beginn meines Studiums lerne ich natürlich erstmal die ganzen Grundlagen des Fitnesstrainings kennen, wozu auch Übungen für Muskeltraining und darüber hinaus dann die Erstellung von Trainingsplänen gehören, was ich hier sehr gut in der Praxis anwenden kann.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, vielseitig und flexibel



Laurin (dualer Student)

Welches Studium machst du aktuell?

Duales Studium Sportwissenschaften mit Fokus auf Bewegung und Gesundheit

Wie sieht eine normale Woche für dich aus?

Neben dem selbstständigen Lernen zu Hause kann ich das Gelernte direkt in der Praxis anwenden. Neben Probetrainings und Trainingsplanerstellungen bin ich auch als Masseur im Aktivital tätig.

Wie lange bist du schon dualer Student und warst du vorher schon im Verein?

Ich bin jetzt im dritten Semester meines Studiums, ich habe also fast die Hälfte geschafft. Ich bin tatsächlich erst mit Studienbeginn in den Verein eingetreten, jetzt bin ich aber schon Mitglied in zahlreichen Abteilungen.

Wie bist du auf den OSC gekommen?

Ich komme selber nicht aus Osnabrück, sondern aus dem beschaulichen Hopsten aus NRW. Aber auch in meinem kleinen Dorf war der OSC ein Begriff, darum hat mich der Verein von Anfang an gereizt.

Welche Abteilungen hast du innerhalb des Studiums kennengelernt?

Ich bin vor allem im Aktivital beschäftigt. Hier wird der Fokus klar auf praktisches Arbeiten gelegt. Ich konnte bereits viel Erfahrung im Bereich Training und Trainerjob an sich sammeln. Zudem konnte ich mit Unterstützung des OSC ein Massageangebot auf die Beine stellen und kann jetzt schon die Mitglieder behandeln.

Welche Aufgaben haben dir bisher am meisten Spaß bereitet?

Bestimmte Aufgaben kann ich nicht genau sagen, aber mir macht es generell Spaß, Menschen zu helfen. Wenn man sieht, dass die eigene Leistung dem Gegenüber hilft, sei es durch einen Trainingsplan oder Massage, fühle ich mich erfüllt.

Wie sah dein Leben vor dem Studium aus, was hast du vorher gemacht?

Vor dem Studium habe ich ein FSJ gemacht. Die sozialen Komponenten, die ich mir aneignen konnte, kann ich aktuell im Studium gut gebrauchen.

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Wer einmal einen Blick auf unsere Sportartangebote wirft, wird sehen, dass der OSC unglaublich vielfältig ist. Es gibt so viele Sportarten, die sich interessant anhören. Wenn ich mir aber eine aussuchen müsste, wäre es wahrscheinlich American Football.

Mit welchen 3 Worten würdest du dich beschreiben?

kompetent, wissbegierig und hilfsbereit

Würdest du gerne noch mehr Bereiche des OSC kennenlernen?

Ich bin immer offen für neue Einblicke und bin mir sicher, diese im weiteren Verlauf des Studiums auch noch zu bekommen.

Wie genau ist das Studium kompatibel mit der Arbeit hier?

Durch die zahlreichen Möglichkeiten, das Gelernte direkt anzuwenden, wird der schulische Stoff direkt verinnerlicht und man merkt sich den manchmal auch trockenen Inhalt schneller.

Gab es bisher schon eine positive Anekdote, welche du erzählen kannst?

Das schöne ist, dass ich in meinen fast einhalb Jahren schon so viele positive Erlebnisse mit Mitgliedern und Kollegen hatte, dass ich nicht eins besonders hervorheben kann.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, vielfältig und gemeinschaftlich



Leonie (duale Studentin)

Welches Studium machst du aktuell?

Ein duales Online-Studium im Bereich Tourismusmanagement mit der Spezialisierung auf Eventmanagement

Wie sieht eine normale Woche für dich aus?

Montag und Dienstag lerne ich im Selbststudium und besuche freiwillig Tutorien an meiner Hochschule in Münster. Von Mittwoch bis Freitag arbeite ich 20 Stunden im Verein und unterstütze zusätzlich bei den Heimspielen der GiroLive Panthers

Wie lange bist du schon duale Studentin und warst du vorher schon im Verein?

Seit Oktober 2024. Als Kind war ich einige Jahre hier und habe verschiedene Sportarten gemacht

Wie bist du auf den OSC gekommen?

Dadurch, dass ich hier groß geworden bin, kannte ich den OSC schon und wusste, dass hier viele Events stattfinden. Besonders die Basketball-Camps von früher und die Panthers, sind mir in Erinnerung geblieben.

Welche Abteilungen hast du innerhalb des Studiums kennengelernt?

Ich bin vor allem in der Verwaltung und kümmere mich um verschiedene Events im Verein und rund herum, sowie um die Organisation und auch Durchführung der Spieltage der Panthers.

Welche Aufgaben haben dir bisher am meisten Spaß bereitet?

Die Organisation der Spieltage von den GiroLive Panthers

Wie sah dein Leben vor dem Studium aus, was hast du vorher gemacht?

2023 habe ich mein Abitur am Graf-Stauffenberg Gymnasium gemacht und danach ein FSJ in einem Kindergarten

Welche Sportart findest du interessant, hast sie aber noch nie ausprobiert?

Boxen

Mit welchen 3 Worten würdest du dich beschreiben?

Organisiert, hilfsbereit und familiär

Würdest du gerne noch mehr Bereiche des OSC kennenlernen?

Ja, ich freue mich über jeden neuen Bereich den ich kennenlernen kann.

Wie genau ist das Studium kompatibel mit der Arbeit hier?

Ich lerne in meinem Studium betriebswirtschaftliche und branchenspezifische Inhalte, Marketingstrategien, Planung und Durchführung von Events und vieles mehr, was sich vor allem mit den vielen Veranstaltungen hier im OSC zusammenbringen lässt.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, vielfältig und lebendig



Mia (Praktikantin)

Was waren die Hauptgründe, ein Praktikum beim OSC zu machen?

Ich mache derzeit mein Fachabitur auf der Völker-Schule. Für die Klasse 11 musste ich ein einjähriges Praktikum im kaufmännischen Bereich absolvieren. Da ich schon von klein auf im Verein bin (erst im KidsZ und mittlerweile im Aktivital) war ich sehr froh, dass das geklappt hat.

Hast du dich persönlich weiterentwickelt?

Ich würde sagen, dass ich durch mein Praktikum selbstbewusster geworden bin und gelernt habe, Verantwortung zu übernehmen. Ich durfte sehr viele coole Erfahrungen sammeln und konnte durch das Team viel lernen.

Welche neuen Fähigkeiten oder Kenntnisse hast du erworben?

Durch das Leiten von Kursen habe ich gelernt, diese zu planen und zu koordinieren. Anfangs war das eine Herausforderung, aber das hat sich relativ schnell eingependelt. Was die Arbeit am Computer betrifft, konnte ich in der Geschäftsstelle viel lernen.

Was hat dir am meisten Spaß gemacht?

Am meisten Spaß hat mir die Arbeit im Team und mit den Kids gemacht. Ich fand den Ausgleich zwischen Büro und Kursen ziemlich cool, weil es einfach sehr abwechslungsreich war. So wurde es nie langweilig.

Welcher Aufgabenbereich war am Anfang eher eine Herausforderung für dich?

Anfangs hat mich das Telefonieren am meisten Überwindung gekostet, mittlerweile stresst es mich nicht mehr so sehr.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

Mir hat die Zusammenarbeit im Team sehr viel Spaß gemacht. Alle sind hier wirklich super lieb. Ich wurde anfangs sehr an die Hand genommen und mir wurde alles gezeigt. Ich habe das Gefühl, dass ich mich bei Fragen oder Problemen jederzeit an jemanden wenden kann, mir zugehört und geholfen wird.

Gab es in bei deiner Praktikumszeit ein oder mehrere Highlights, von denen du erzählen kannst?

Ein Highlight war auf jeden Fall der Weihnachtsmarkt und die Weihnachtsshow, wo wir auch mit den Kindern vom Inliner-Kurs aufgetreten sind.

Wie geht es nach der Praktikumszeit für dich weiter?

Nach meinem Praktikum habe ich noch 1 Jahr Schule, in dem ich mein Fachabitur im Bereich Wirtschaft auf der Völker-Schule mache.

Wenn du den OSC in 3 Worten beschreiben müsstest, welche wären das?

Familiär, herzlich und abwechslungsreich



Luisa (Auszubildende)

Was hat dich dazu motiviert, deine Ausbildung gerade in diesem Sportverein zu machen?

Ich habe mich für den OSC entschieden, da dieser ein großer und renommierter Sportverein in Niedersachsen ist. Schon bei den ersten Gesprächen habe ich schnell Potential gesehen, mich dort beruflich und persönlich weiter zu entwickeln und auch der Zusammenhalt im Team sowie die lockere Atmosphäre haben direkt einen sehr guten Eindruck gemacht.

Wie sah dein sportlicher Hintergrund vor der Ausbildung aus?

Auch vor der Ausbildung war ich schon immer sportbegeistert und habe viele verschiedene Sportarten ausprobiert. Letztendlich bin ich jedoch beim Fußball hängengeblieben – der es mir aus jeder Sicht (Spieler, Schiedsrichter und Trainer) angetan hat.

Gab es einen besonderen Moment oder ein Highlight während deiner Ausbildung?

Ein besonderes Highlight während meiner Ausbildung war auf jeden Fall der Besuch der FIBO in Köln. Es war faszinierend, so viele neue Trends und Entwicklungen im Fitnessbereich zu sehen und sich mit Fachleuten auszutauschen.

Welche Fähigkeiten und Kenntnisse hast du in dieser Zeit besonders weiterentwickelt?

Während der Ausbildungszeit habe ich besonders mein Selbstbewusstsein und meine Kommunikationsstärke weiterentwickelt. Ich habe gelernt, klarer und überzeugender zu kommunizieren, sowohl in einem Team als auch in individuellen Gesprächen.

Gab es Herausforderungen, die du während der Ausbildung meistern musstest?

Eine der größten Herausforderungen während meiner Ausbildung war es, zum ersten Mal alleine zu wohnen (komme gebürtig aus Hannover) und alles miteinander zu vereinbaren – Arbeit, Schule, Fußball und den eigenen Haushalt. Es war eine neue Erfahrung, alles selbst zu organisieren und dabei den Überblick zu behalten.

Wie hat dich das Team unterstützt?

Besonders in den Phasen vor den Prüfungen wurde ich sehr unterstützt. Durch die Hilfe vom Team konnte ich mich intensiv auf die Prüfungen vorbereiten bzw. vorbereitet werden, ohne mir Sorgen um andere Aufgaben machen zu müssen. Durch deren Hilfe wurde mir das Vertrauen gegeben die Prüfungen erfolgreich zu meistern.

Wie geht es für dich jetzt weiter? Hast du Pläne für die Zukunft im Sportbereich?

Ich freue mich sehr über die Möglichkeit weiterhin beim OSC bleiben zu dürfen, mich hier noch weiter entwickeln zu können und weitere Erfahrungen zu sammeln. Die Ausbildung hat mir erneut verdeutlicht, dass ich in die Sportbranche gehöre, dort meine berufliche Zukunft gestalten und mich langfristig im Sportbereich engagieren möchte.



MMA

Neuigkeiten aus der Abteilung

Da das Thema Selbstverteidigung immer wichtiger wird und uns sehr am Herzen liegt, haben wir uns dazu entschlossen unser Abteilungsangebot zu erweitern.

Nachdem unser Abteilungsleiter Ronny Imbrich seit 2023 nun bereits mehrfach „Selbstverteidigungs-Camps“ an Wochenenden angeboten hat, haben seit Anfang dieses Jahres Frauen und Mädchen ab 12 Jahren die Möglichkeit, an einem wöchentlichen Selbstverteidigungstraining teilzunehmen. Denn das regelmäßige Trainieren der Techniken ist sehr wichtig, um diese in Gefahrensituationen auch sicher anwenden zu können.

Das Training findet immer mittwochs von 18:15 – 19:15 im Kampfsportraum im Keller vom OSC statt. Trainiert werden hier die Gefahrenvermeidung, Selbstbehauptung und im Fokus die körperliche Selbstverteidigung.

Als Teil der Abteilung MMA, habt ihr mit der Anmeldung zusätzlich die Option, an dem „regulären“ MMA Training teilzunehmen.

Eine Vorerfahrung ist nicht nötig. Wenn ihr Interesse an einem Probetraining habt oder sonstige Fragen, meldet euch gerne unter: imbrich@osnabruecker-sportclub.de



Sport in der Krebsnachsorge

Bewegung ist ein wichtiger Bestandteil der Krebsnachsorge – sie kann das Wohlbefinden steigern, Nebenwirkungen der Therapie lindern und die Lebensqualität verbessern. Deshalb bieten wir im OSC-Aktivital einen Reha-Sportkurs für Krebspatientinnen und -patienten an.

Der Kurs ist speziell auf die Bedürfnisse von Betroffenen abgestimmt und wird von qualifizierten Übungsleitern geleitet. Die Teilnahme kann ärztlich verordnet und von der Krankenkasse unterstützt werden.

Um dieses wichtige Thema voran zu bringen und bekannter zu machen, nahmen wir im vergangenen Jahr an zwei Informationsveranstaltungen teil.

Am 09.03.2024 fand das „Offene Café zum Thema Krebs“ im Foyer des Theaters in Osnabrück statt. Hier waren wir durch unseren Mitarbeiter Ronny Imbrich mit einem Infostand vertreten. Es entstanden viele interessante Gespräche. In Folge dessen wurde durch Heike Köhler von der psychosozialen Krebsberatungsstelle Osnabrück, welche auch zum „Offenen Café“ geladen hatte, der Kontakt zum Klinikum Osnabrück hergestellt.

Hier nahmen unsere Kollegen Laurin Struck und Ronny Imbrich am Krebsaktionstag „Gemeinsam gegen den Krebs“ am 27.10.2024 teil. Dieses Mal hatten die interessierten Besucher zusätzlich die Möglichkeit, live zu erproben, wie



gezielte Übungen zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit beitragen können. Hierzu gab es über den Tag verteilt vier Time Slots von jeweils 10 Minuten in denen eine kleine Sporteinheit mit Ronny mitgemacht werden konnte.

Durch diese tollen und wichtigen Aktionstage, haben wir einen deutlichen Anstieg der Nachfrage zum Thema „Sport in der Krebsnachsorge“ bekommen und planen in diesem Jahr eine weitere „Krebssport-Gruppe“ zu gründen.

Wir freuen uns auch in diesem Jahr wieder, sowohl beim „Offenen Café zum Thema Krebs“ am 15. März als auch im Klinikum beim Aktionstag „Gemeinsam gegen Krebs“ mit einem Infostand und kleinen Sporteinheiten dabei zu sein.

Für Informationen zu diesem und weiteren Themen des Gesundheitssports, meldet euch gerne direkt bei unseren Rehasport-Beratern im Aktivital.

Tel.: 0541/5805777-50
reha-aktivital@osnabruecker-sportclub.de

Jetzt neu!
Selbstverteidigungstraining für Frauen und Mädchen ab 12J.!

Die neue Trainingseinheit der Abteilung MMA beinhaltet unter anderem die Themen:

- Gefahrenprävention
- Selbstbehauptung
- Selbstverteidigung

(mit & ohne Selbstverteidigungswerkzeug/
Alltagsgegenständen)

Wann? jeden Mittwoch von 18:15h - 19:15h

Wo? Kampfsportraum OSC
(Hiärm-Grupe-Str. 8, 49080 Osnabrück)

Melde dich zum kostenl. Probetraining:
imbrich@osnabruecker-sportclub.de

Hast du Fragen? Schreibe eine Mail an:
imbrich@osnabruecker-sportclub.de

Herbert Knüppe

* 06. Juni 1937

† 02. September 2024

Der Osnabrücker Sportclub e.V. und die Panthers Familie trauern um Herbert Knüppe. Am 02. September 2024 ist Herbert Knüppe im Alter von 87 Jahren verstorben.

Herbert Knüppe hat sich immer für den Sport in vielen Vereinen in Osnabrück engagiert, so auch bei den GiroLive-Panthers und dem Osnabrücker Sportclub e.V.

Der Verein und die Panthers Familie werden ihm für seine Unterstützung auf ewig dankbar sein.

Unser aufrichtiges Beileid und die Anteilnahmen gelten seiner Familie und den Angehörigen.

Der Vorstand und die Geschäftsführung



Nachwuchsförderung bei den Panthers: Gemeinsam stark für die Zukunft!



Die Basketballabteilung der OSC Panthers blickt auf eine spannende Zeit zurück und hat ambitionierte Pläne für die Zukunft. Vom 20. Januar bis zum 17. Februar 2025 haben wir ein Crowdfunding-Projekt ins Leben gerufen, um eine Vollzeitstelle in der Kinder- und Jugendarbeit zu schaffen. Diese Initiative ist ein wichtiger Schritt, um die nachhaltige Entwicklung unserer Abteilung weiter voranzutreiben. Doch um unsere Vision zu verwirklichen, brauchen wir die Unterstützung von engagierten Unterstützer*innen, die unsere Leidenschaft für die Entwicklung von Bewegungsförderung und die Liebe zum Sport teilen.

Eine hervorragende Möglichkeit, unsere Abteilung zu unterstützen, ist die Jugendpatenschaft. Durch eine monatliche oder jährliche Spende tragen Sie aktiv zur Strukturentwicklung der OSC Panthers bei und helfen uns, die Qualität unserer Angebote für die jungen Talente zu sichern. Ihre Unterstützung ist entscheidend, denn seit der Neugründung der Abteilung im Jahr 2021 haben sich unsere Mitgliederzahlen fast verdreifacht! Dies ist das Ergebnis des starken Engagements und der hohen Qualität in der Abteilungsleitung und Koordination.

Martina Flerlage und Fiona Stahl haben sich 2021 mit einer klaren Vision dem Basketballsport in Osnabrück verschrieben. Sie gründeten die Grundschuliga, weiteten das Projekt Panthers@school aus und schufen einen Ort für die freie Entwicklung junger Talente auf unterschiedlichsten Ebenen. Der Slogan #Panthersfamily ist für uns nicht nur ein Motto, sondern wird täglich mit Leben gefüllt. Derzeit bewegen wir rund 350 Mitglieder im Trainings- und Spielbetrieb und erreichen mit unseren Schulinitiativen jedes Jahr schätzungsweise 500 Schüler*innen in der Stadt und dem Landkreis Osnabrück.

Diese beeindruckenden Dimensionen sind mit Hilfe unserer ehrenamtlichen Trainer*innen, Schiedsrichter*innen und Organisator*innen entstanden und in Zukunft ohne Hauptamt nicht weiter in dieser Qualität tragbar. Die Bedeutung von Sponsoren und Spender*innen kann daher nicht hoch genug eingeschätzt werden. Gemeinsam können wir die Zukunft des Basketballs in Osnabrück gestalten und sicher-

stellen, dass die #Panthersfamily weiterhin ein fester Bestandteil der Basketballwelt bleibt.

Lassen Sie uns gemeinsam anpacken und die nächsten Schritte in der Nachwuchsförderung gehen! Ihre Unterstützung ist der Schlüssel zu einer erfolgreichen und nachhaltigen Entwicklung unserer Abteilung. Vielen Dank für Ihr Engagement und Ihre Treue zu den OSC Panthers!

Bei Fragen zum Herzensprojekt steht Ihnen Fiona Stahl zur Verfügung:

Fiona Stahl
bb-buero@osnabruecker-sportclub.de
0176 18182320



#toyotacrowd

CROWD
MENGE / PUBLIKUM / SCHWARM

FUNDING
FINANZIERUNG

WAS IST CROWDFUNDING?

JEDE:R VON EUCH KANN TEIL DER CROWD WERDEN. ÜBER VIELE KLEINE & GROSSE BETRÄGE KÖNNEN WIR UNSER PROJEKT ERFOLGREICH MACHEN.





Panthers und Westenergie gehen gemeinsam in die neue Saison



Foto: Clean Fotostudio

Westenergie verlängert das Sponsoring der Profibasketballmannschaft des Osnabrücker Sportclub (OSC). Auch in dieser Saison unterstützt der größte regionale Energiedienstleister und Infrastrukturanbieter in Deutschland die GiroLive-Panthers als Exklusiv-Partner.

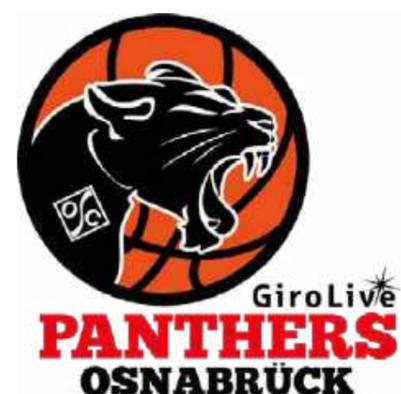
Westenergie bestätigt: Wir bleiben am Ball. „Die GiroLive-Panthers des Osnabrücker Sportclub sind ein gut aufeinander eingespieltes Team. Auch bei Westenergie prägen erfolgreiche Frauen-Teams den Weg des Unternehmens. Aus diesem und aus vielen anderen Gründen, passen die Westenergie AG und die Panthers sehr gut zusammen“, stellt Ruth Brand, Leiterin Öffentlichkeitsarbeit Region Osnabrück der Westenergie AG, klar. „Unser Geschäft ist zum großen Teil leitungsgebunden. Wir sind daher im besten Sinne mit der Region verbunden und in der Region verwurzelt. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Unternehmens mit Gebäude am Goethering in Osnabrück kommen aus Osnabrück und Umgebung. Es ist uns gemeinsam wichtig, in der Region und für die Region aktiv zu sein. Ein so talentiertes, vielschichtiges

und diverses Damenbasketballteam wie die Panthers unterstützen wir gerne weiterhin und starten gemeinsam voller Energie in die Saison 2024/25. Wir unterstützen das Team, wo wir können, für die Körbe sind dann die Frauen des Basketballteams verantwortlich. Wir wünschen ihnen in diesem Jahr viele besondere und erfolgreiche Spielbegegnungen.“

Wie auch schon zuvor werden die Pokaltrikots das Logo der Westenergie zieren. Außerdem wird es weiterhin bei Heimspielen eine extra Logoumrandung des Sponsoringpartners um das Spielfeld geben. „Den Rückenwind von Westenergie bei den kommenden Spielen zu haben, ist großartig“, freut sich OSC-Geschäftsführer Sascha Bartsch. „Verlässliche Partner sind für uns das A und O. Umso schöner ist es, wenn wir die Partnerschaft verlängern und ausbauen können und das Team weiterhin auf starke regionale Sponsoren zählen kann.“ Axel Voss, Geschäftsführer der Werbeagentur team4media und bei den Panthers zuständig für das Sportsponsoring, freut sich, dass auch Osnabrück als Basketballstandort mit dem breiten Sponsorenteam weiter wach-

sen kann. „Mit starken Panthers-Partnern können wir viel in und für die Region und den Basketballstandort erreichen. Da wir in diesem Jahr beim EUROCUP auch internationales Parkett betreten wollen, haben Unternehmen zukünftig die Chance, auch über die Grenzen hinaus ihre Verbundenheit mit der Region zu zeigen.“ Die Panthers spielen

in diesem Jahr erstmals in der Türkei im EUROCUP Qualifiers und durften ebenso türkische Gäste in der Halle der Artland Dragons begrüßen. Unabhängig vom sportlichen Ergebnis ein weiterer Schritt in der positiven Entwicklung der GiroLive-Panthers als Botschafter für Osnabrück.



westenergie



RST verstärkt den Support für die GiroLive-Panthers

Die Spezialisten für Kabelverschraubungstechnik unterstützen auch in dieser Saison den erstklassigen Damenbasketball der Osnabrücker Panthers als Exklusiv-Partner.

Die Profibasketballerinnen der GiroLive-Panthers Osnabrück spielen in der Ersten Liga um Titel und das ganze RST-Team in Wallenhorst fiebert mit. Das Familienunternehmen setzt sein Engagement als Exklusiv-Partner nun direkt bis 2026 fort.

„Die Verlängerung um zwei weitere Jahre ist ein Ausdruck für den erfolgreichen gemeinsamen Weg mit den Panthers bisher“, sagt RST-Geschäftsführer Jan Christoph Rabe. „Als wir angefangen haben, war uns klar, dass wir nicht nur kurzfristig in emotionalen Spitzensport investieren wollen, sondern dass wir als regionales Familienunternehmen ein verlässlicher Partner sind.“, so Rabe weiter. RST ist ebenfalls wieder Pate für den Head Coach Sasa Cuić und auch für Topscorerin Briana Rollerson.

Die Experten für Kabelverschraubungen und Gehäusetechnik von RST werden zudem mit dem markanten RST-Logo auf den Trikots und mit Bodenaufklebern zu sehen sein.

In den kommenden Wochen und Monaten wird das RST-Team die Panthers in der Halle am Spielfeldrand wieder genauso lautstark als Zuschauer unterstützen wie auch mit der Präsentation der „RST Crunchtime“ mit Interviews zu jedem Heimspiel unter: www.rst.eu/crunchtime. Die RST-Kolleginnen und Kollegen aus der Region haben so immer wieder die Möglichkeit, zusammen mit der Familie, Freunden oder den Kollegen erstklassigen Basketball live zu erleben und daraus neue Inspiration zu schöpfen. „Vielfalt ist schon immer eine unserer großen Stärken gewesen – bei



RST aus Wallenhorst drückt den GiroLive-Panthers Osnabrück die Daumen

Foto: Clean Fotostudio

unseren Produkten genau so wie in unserem Team“, erklärt Rabe, der das inhabergeführte Unternehmen seit 2014 in zweiter Generation leitet. „Schließlich sind wir mittlerweile seit 35 Jahren international in nahezu 50 Ländern

tätig.“ Sportlich wünscht er den Spielerinnen daher auch, dass sie weitere europäische Erfahrungen sammeln und in der Liga um den ersten Platz kämpfen können.

Panthers-Sponsorenabend bei prowind am 05.12.2024

Als regional verwurzeltes Unternehmen engagiert sich prowind bereits seit einigen Jahren auch im regionalen Sport. So unterstützt prowind die GiroLive-Panthers Osnabrück als Sponsor.

In dieser Funktion war prowind Ausrichter eines Sponsorenabends der Panthers. Die Vertreter verschiedenster Unternehmen aus der Region trafen sich zum Netzwerken in lockerer Atmosphäre. Neben den Grußworten von Sascha Bartsch und prowind-Gründer und Geschäftsführer Johannes Busmann gab es kalte Getränke, frische Waffeln

sowie leckeren Grünkohl – passend zu unserer Region!

Zum Abschluss bekam jeder Gast noch ein gemeinsames Geschenk von den Panthers und prowind mit auf den Weg.

Ein gelungener Abend mit vielen netten Gästen aus unterschiedlichen Branchen. Prowind ist stolz darauf, sich als Unternehmen aus der Erneuerbare Energien Branche einen Platz in der regionalen Wirtschaft verdienen zu haben.

Vielen Dank an prowind und alle Gäste!



Dein Dach. Dein Strom. Dein Vorteil.

Photovoltaiklösungen für **Osnabrück!**

Jetzt
unverbindlich
beraten
lassen!

In 4-6 Wochen
auf Ihrem Dach.

SunXpert
GmbH
Elektro- & Dachdeckermeisterbetrieb

Mindender Straße 344
49086 Osnabrück
0541 91185999
www.sunxpert.de

VERNETZT VERTRAUT VERLÄSSLICH

datos
IMMOBILIEN

*Sie kümmern sich um
unsere zukünftigen
Olympiasieger, und wir
verkaufen Ihre Immobilie.*

#MEHR ZEIT FÜR MICH

IHR IMMOBILIENBÜRO AM WESTERBERG



datos Immobilien GmbH, Lotter Straße 81, 49078 Osnabrück, 0541 / 40 660

„Zukunftswerkstatt Sportverein“ findet Fortsetzung beim OSC

Über E-Sport, KI oder den offenen Ganzttag – „Viele spannende Denkansätze“

Als Fortsetzung der erfolgreichen Auftaktveranstaltung „Zukunftswerkstatt Sportverein“ im Jahr 2023 bei TK Hannover stattfand, übernahm der Osnabrücker SC in diesem Jahr den Staffelstab und die Gastgeberrolle und lud Ende September zur Neuauflage ein.

Nach der Eröffnung durch Osnabrücks Oberbürgermeisterin Katharina Pötter tauschten sich insgesamt ca. 100 Teilnehmer*innen aus dem organisierten Sport, aus Vereinen und Verbänden in vier spannenden Workshops zu den Themen „Offener Ganzttag – Eine große Chance für Sportvereine“, „E-Sport im Breitensport“, „Synergien von Ehrenamt & Hauptamt“ und „Einsatzmöglichkeiten von Künstlicher Intelligenz im Sportverein“ über die Felder aus, die für den Sportverein der Zukunft zunehmend an Bedeutung gewinnen werden.

„In Zusammenarbeit mit dem Landessportbund Niedersachsen, dem Niedersächsischen Turnerbund und dem Stadtsportbund Osnabrück konnten wir hier glaube ich ein tolles Event auf die Beine stellen, in dem für den Sport wegweisende Themen ihren Platz gefunden haben“, freut sich OSC-Geschäftsführer Sascha Bartsch über den Erfolg der Veranstaltung, die parallel in Halle A, Halle B und im VIP-Raum des Vereins stattfand. Ein Thema, das aufgrund seiner besonders in Osnabrück hohen Präsenz gleich doppelt Raum bekam, war die Entwicklung im offenen Ganzttag im Grundschulsektor.

Gesetzlich eigentlich erst ab 2026 vorgeschrieben, befindet sich die Stadt Osnabrück in einer Art Vorreiterrolle, hat sie ihre Grundschulen schließlich bereits ab dem Schuljahr 2024/2025 dazu verpflichtet, ein flächendeckendes Ganztagsangebot ab dem 1. Schuljahr zu schaffen. Eine große Herausforderung an vielen Ecken und Enden, die gleichzeitig aber auch viele Chancen – auch oder vor allem – für die Sportvereine bietet. Auch der OSC arbeitet derzeit daran, die Voraussetzun-

gen zu schaffen, Träger für den Offenen Ganzttag werden zu können.

Ein Sportverein als Träger – ein Modell, das in vielen anderen Kommunen bereits Lebenswirklichkeit geworden ist. So unter anderem auch beim TV Jahn Rheine oder dem ASC Göttingen, deren Vorsitzende Ralf Kamp und Jörg Schnitzerling deshalb in der Diskussion in überzeugender Weise die Vorteile des Zusammenwirkens zwischen Sportverein und Schule aufzeigten und damit versuchten, in Osnabrück möglicherweise noch bestehende Vorbehalte gegen ein solches Konstrukt aufzulösen.

Eine Kerbe, in die auch Marco Lutz in seiner Rolle als stellvertretender Vorsitzender des LSB Niedersachsen und Ex-Profi-Handballer Max Ramota, der heute mit seinem max-camp e. V. erfolgreich u.a. inklusive Sportangebote an einer Vielzahl an Schulen etabliert hat, schlugen. Osnabrücks Oberbürgermeisterin Katharina Pötter, die das Podium komplettierte, zeigte sich offen für Gespräche über neue Ideen und Modelle, betonte aber gleich, dass bestehende, in beidseitigem Vertrauen gelebte Zusammenarbeit mit bestehenden Trägern nicht ohne weiteres aufgelöst werden würden. „Wir haben uns sehr darüber gefreut, in diesem Jahr Ausrichter der Zukunftswerkstatt gewesen sein zu dürfen und nehmen auch selbst viele spannende Denkansätze aus der Diskussion und den Workshops mit“, zieht Bartsch ein positives Fazit. Insgesamt war die Zukunftswerkstatt Sportverein eine erneut erfolgreiche und inspirierende Veranstaltung für die Sportlandschaft und ihre Entwicklung.



Gelungene Premiere der Ausbildungsmesse beim OSC

Am 18. August fand die erste Ausbildungsmesse unter dem Motto #GemeinsamMenschenBilden beim OSC statt. Gemeinsam mit der Polizei Osnabrück und der IHK Osnabrück – Emsland – Grafschaft Bentheim präsentierte der OSC ein vielseitiges Event, das Informationen, Mitmachaktionen und sportliche Herausforderungen miteinander verband.

Ein Treffpunkt für Beruf und Freizeit

Auf dem Gelände des OSC, von der Hiärm-Grube-Straße bis hin zur Halle B und dem Sportlertreff, drehte sich alles um die Themen Ausbildung und Berufseinstieg. Über 20 regionale Unternehmen und Institutionen – darunter die Polizei, der Zoll, die Bundeswehr und die Niels-Stensen-Kliniken – nutzten die Gelegenheit, sich als attraktive Arbeitgeber vorzustellen. Neben klassischen Informationsständen luden interaktive Angebote wie E-Sports, Vorträge und Talkrunden zum Mitmachen und Netzwerken ein. OSC-Geschäftsführer Sascha Bartsch zeigte sich begeistert von der Resonanz: „Unsere Ausbildungsmesse war ein gelungenes Zusammenspiel aus sportlichem Engagement und beruflicher Orientierung. Gerade der Austausch zwischen Unternehmen und jungen Menschen ist in Zeiten des Fachkräftemangels besonders wichtig.“

Sportlich überzeugen: „Tough like a Cop“ und mehr

Besonderen Anklang fand das sportliche Programm, bei dem Besucher ihr Können unter Beweis stellen konnten. Im Rahmen der Aktion „Tough like a Cop“ war es möglich, die Laufabnahmen über 3.000 und 5.000 Meter zu absolvieren – eine wichtige Voraussetzung für Bewerberinnen und Bewerber bei der Polizei. Die Polizei Osnabrück beeindruckte außerdem mit ihrer Vielfalt: Von der Reiterstaffel Hannover über die Wasserschutzpolizei samt Einsatzboot bis hin zur Diensthundeführergruppe konnten die Besucher einen spannenden Einblick in verschiedene Tätigkeitsfelder gewinnen. Polizeivizepräsidentin Andrea Menke betonte die Bedeutung solcher Veranstaltungen: „Wir müssen die Bedürfnisse der jungen Generation erkennen und aufzeigen, warum der Beruf bei der Polizei genau das Richtige für sie ist.“

Vielfalt der Aussteller beeindruckt

Neben den Sicherheitsbehörden waren auch viele Unternehmen und Institutionen aus der Region vertreten, darunter die Sparkasse Osnabrück, Cordes & Graefe Osnabrück KG, Westland Gummiwerke und das Hauptzollamt Osnabrück. Mit interaktiven Aktionen und Ge-



sprächen zeigten sie auf, wie vielfältig die beruflichen Möglichkeiten in der Region sind. Marco Graf, Hauptgeschäftsführer der IHK Osnabrück, hob die Relevanz der Veranstaltung hervor: „Der OSC schafft mit dieser Messe einen Ort, an dem junge Menschen in ihrer Freizeit erreicht werden. Motivation und Können spielen beim Sport eine große Rolle – genau wie bei der Berufswahl.“

Ein Fest für alle Generationen

Die Ausbildungsmesse bot auch zahlreiche Aktivitäten für die gesamte Familie. Ob sportliche Mitmachaktionen, kulinarische Angebote oder

entspannte Gespräche – für jeden Geschmack war etwas dabei. Die Premiere der Ausbildungsmesse war ein voller Erfolg. Mit über 1.000 Besuchern wurde gezeigt, wie groß das Interesse junger Menschen an beruflicher Orientierung ist und wie wirkungsvoll die Verbindung von Sport und Berufsperspektiven sein kann. Wir freuen uns schon auf die zweite Ausgabe der Ausbildungsmesse in diesem Jahr!

Ein herzliches Dankeschön an alle Helferinnen, Helfer und Partner, die diese Veranstaltung möglich gemacht haben.

Anzeige

AUCH HANDWERK IST IM VEREIN AM SCHÖNSTEN!



Bedachungen
Wagener & Söhne
 Ihr Dachdeckermeister- & Tischlermeisterbetrieb

Bedachung aller Art · Dach-/Fassadenfenster · Klempnerarbeiten
 Wärmedämmung · Innenausbau · Kranarbeiten · Gerüstbau

Nicht nur, dass es in einer eingespielten Mannschaft einfach mehr Spaß macht. Auch die Qualität profitiert von guter Teamarbeit. So ist es beim Team von Wagener & Söhne und den Spielerinnen der Basketballmannschaft „Girolive Panthers“.

Darum wünschen wir der Mannschaft meisterhafte Spiele und viel Erfolg für die neue Saison!

Prenzlertweg 3
 49080 Osnabrück
 Tel.: 0541/982900
 Fax: 0541/982901
 info@wagener-bedachung.de
 www.wagener-bedachung.de

BRAAS
 SYSTEMPARTNER



Anzeige



meets



OSC-
 Ausbildungsmesse

11:00 – 16:00 Uhr

13.09.2025

Osnabrücker Sportclub e.V.
 (Hallen + Außengelände)
 Hiärm-Grube-Straße 8 | 49080 Osnabrück

Tough like a cop meets Industrie und Handel

- Deine Ausbildung: Unternehmen stellen sich vor
- eSports
- TOUGH LIKE A COP: Training für den Sporttest der Polizei Niedersachsen, Vorführung der Diensthundeführer
- Ausbildungsmöglichkeiten bei Polizei, Zoll und Bundeswehr



Rückblick von der faszinierenden Weihnachtsshow 2024

Bei unserer Weihnachtsshow konnten die unterschiedlichen Abteilungen die Vielfalt des OSC präsentieren.

Einerseits gab es aufregende Darbietungen der Abteilungen Einrad, Rhönrad, Turnen und Rollsport, andererseits glänzten erstklassige Auftritte unserer Tanzgruppen, wie z.B. Tanzsport, Gymnastik und Tanz, oder Volkstanz. Ebenso gab es einen Einblick in Sportarten wie Hockey, Kinball, Taekwondo und Fechten.

Mit einem tollen Auftritt begeisterten auch unsere Rollkunstläuferinnen unsere Gäste und brachten mit einigen tollen bunten Darbietungen ein Leuchten in die Augen.

Ein weiterer besondere Programmpunkt war der Auftritt der Kinder des OSC Kindergartenprojekts, die uns mit einem kleinen Parkour begeisterten. Dank einer großartigen Spende des Rotary Clubs, kann dieses Projekt, bei dem Osnabrücker Kindergartenkinder zum Sport begeistert und motiviert werden, nun auch weitergeführt werden.

Am Ende der Show durften leckere Nasch-Weihnachtstüten, die unser Weihnachtsmann und seine fleißigen Helfer an alle anwesenden Kinder verteilte, selbstverständlich nicht fehlen.

Das war aber noch nicht alles. Denn in diesem Jahr gab es auf unserem Gelände wieder ei-



nen kleinen schnuckeligen Weihnachtsmarkt. Es glänzten einige süße und deftige Stände im Innenhof, an denen Waffeln, Popcorn, sowie Bratwurst und Pommes angeboten wurden. Und so wurde bei weihnachtlicher Musik der Innenhof winterlich verzaubert.

Aber auch Getränke wie Glühwein und Kinderpunsch wurden ausgeschenkt und am knisternden Lagerfeuer zu sich genommen.

Das Kindersportzentrum war für alle Kinder geöffnet. Die Bewegungslandschaft und ein Parcours durften erkundet werden. Ebenso konnten weihnachtliche Lieder bei Karaoke gesungen werden und unser KidsZ Tanzraum verwandelte sich an diesem Tag in eine Bastelstube.

Ein wunderschöner Tag beim OSC – ob für groß oder klein, es war für jeden etwas dabei!



Anzeige

TISCHLEREI
Dumke

INNENAUSBAU
MÖBEL- & RAUMGESTALTUNG
AUßENBEREICH

INH. FLORIAN HEGGE
TISCHLERMEISTER
OSNABRÜCK & REGION

MOBIL: 0178 - 57 98 840
INFO@TISCHLEREI-DUMKE.DE
WWW.TISCHLEREI-DUMKE.DE



Wiederaufstieg nach 9 Jahren – OSC Tigers zurück in der Regionalliga



Nun ist es offiziell. Die OSC Tigers werden die Saison 2025 in der Regionalliga bestreiten. Nachdem die Tigers 8 Saisons in der viertklassigen Oberliga verbracht haben, geht es nun zurück in die Regionalliga, der dritthöchsten Spielklasse im deutschen American Football. Dort waren die Tigers bereits von 2003 bis 2016 – mit Ausnahme von den Jahren 2012/13, als die Tigers in der GFL 2 spielten.

Jedoch war bis kurz vor Jahresende nicht vollends klar, ob der Aufstieg gelingen sollte. Die Tigers erreichten zwar wieder die Playoffs, schieden jedoch abermals im Halbfinale aus. Doch aufgrund von Unterbesetzung der Regionalliga erhielten die Tigers die Chance, als Nachrücker die Liga aufzufüllen. Diese Möglichkeit bestand bereits 2022, wurde jedoch aus sportlichen und strukturellen Überlegungen abgelehnt. Dieses Mal fühlte sich das Team jedoch bereit, diesen Schritt zu gehen und stimmten dem Aufstieg "am Grünen Tisch" zu.

"2022 war unser Team noch im Aufbau. In den letzten beiden Jahren konnten wir große Schritte unternehmen und das Team in allen Bereichen festigen. Wir glauben, in der Regionalliga nun den nächsten Schritt gehen und das Team auf das nächste Level bringen zu können." begründet Hartwig Glowka, Headcoach der Tigers, den Aufstieg.

"Die Regionalliga ist die letzte Amateurliga vor den semi-professionellen Bundesligen (GFL 1 und GFL 2). Da weht schon ein ganz anderer Wind, was Importspieler und die Professionalisierung der Vereine angeht." schildert Hartwig die Herausforderungen, die auf die Tigers in der nächsten Saison zukommen werden. *"Wir wollen weiterhin auf unser starkes Teamgefüge und unseren Zusammenhalt setzen. Mir ist es dabei wichtig, dass wir als Team organisch wachsen, das heißt durch eine weiterhin gute Jugendarbeit und Zuwachs durch unsere Tryouts."*

Außerdem konnten die Tigers insbesondere im vergangenen Jahr erfahrene Spieler für sich gewinnen, welche aus persönlichen oder beruflichen Gründen in die Region gezogen sind und sich aus dem breiten Angebot an Vereinen für die OSC Tigers entschieden.

So kam auch der neue Quarterback und Offensive Coordinator Justin Sottolare zum Team. Justin ist aus familiären Gründen nach Osnabrück gezogen und hat sich im letzten Jahr durch das Begleiten von einigen Trainingseinheiten sowie dem Auswärtssieg gegen den späteren Meister aus Bremerhaven von den Tigers überzeugen lassen.

Für das Team ist Justin dabei in vielerlei Hinsicht ein großer Gewinn. Die Offense der Tigers hatte in den vergangenen Jahren immer wieder mit Problemen zu kämpfen und Justin hat sich vorgenommen, als Quarterback und Coordina-

tor die Offense zu einer schlagkräftigen Einheit zu formen. Er kann dabei auf einen reichen Erfahrungsschatz zurückgreifen. So spielte er zwei Jahre als Starter am Wesley College in seiner Heimat, den USA, bevor es ihn 2014 zum ersten Mal nach Deutschland verschlug. In den Folgejahren spielte Justin in verschiedenen Ländern Europas und sogar Australien, bis er schließlich 2020 als Spieler und dann als Coach zu den Munich Cowboys in die GFL 1 kam. In den Folgejahren widmete sich Justin auch vermehrt seiner Tätigkeit als Quarterbackcoach und erlangte mit seinen Camps und Coachings im deutschen Football große Bekanntheit.

"Mein Hauptanliegen ist es, die Offense zu optimieren. Dafür müssen wir herausfinden, wo wir stehen und uns auf bestimmte Aspekte fokussieren, um uns dort so schnell wie möglich zu verbessern. Mein Endziel ist es aber natürlich zu gewinnen. Wenn wir uns als Team entwickeln, werden wir gut spielen, und das Ergebnis wird sein, dass wir Siege einfahren." umreißt Justin sein Coachingkonzept für die Tigers.

Ein konkretes Saisonziel in Hinblick auf Tabellenplatzierungen gibt Headcoach Hartwig Glowka zu diesem Zeitpunkt noch nicht aus. *"Wir möchten uns kontinuierlich auf beiden Seiten des Balls verbessern und die positive Überraschung in der Regionalliga sein."* In der kommenden Saison werden die Tigers wie im letzten Jahr auf die Bremerhaven Seahawks

sowie die aus vorangegangenen Saisons in der Oberliga bekannten Hannover Grizzlies treffen. Weitere Gegner werden die Braunschweig New Yorker Lions II sowie die Hamburg Black Swans sein.

Die Tigers stehen vor einer spannenden Saison mit großen und spannenden Herausforderungen. Vor dem Hintergrund der stetig voranschreitenden Professionalisierung der Strukturen, der Verstärkung im Coaching Staff und des Aufwachsens des Teams blicken die Tigers erwartungsvoll auf die kommende Spielzeit und freuen sich, bei den Heimspielen wieder zahlreiche alte und neue Fans begrüßen zu dürfen.

Die Fans können sich dabei neben dem altbekannten Programm auch auf einige Neuerungen freuen. Zunächst werden die Tigers am 05.04. in einem Testspiel gegen die GFL2-Absteiger Oldenburg Knights antreten, bevor es am 04.05. in Osnabrück zum ersten Regionalligaspiel seit neun Jahren gegen die Hamburg Swans geht. Genauere Infos zu Uhrzeit und Anfahrt können auf der Website der Tigers (www.gotigers.de) sowie den gängigen Social Media Kanälen eingeholt werden. Dort werden regelmäßig Beiträge über und um das Team herum gepostet, wodurch Interessierte die Tigers das ganze Jahr über begleiten können. Die OSC Tigers freuen sich auf die kommende Saison in der Regionalliga und hoffen auf Eure Unterstützung. **Go Tigers!**

Generalprobe geglückt

2024 stellten die Tigers erstmals eine Mixed 5er Flag Mannschaft

Furios startete die erste Saison des 5er-Flag-football-Teams der Tigers. Gleich im ersten Turnier sicherte man sich mit drei Siegen in drei Spielen den Turniersieg.

Furios startete die erste Saison des 5er-Flag-football-Teams der Tigers. Gleich im ersten Turnier sicherte man sich mit drei Siegen in drei Spielen den Turniersieg. Einen Dämpfer

der Euphorie musste man dann allerdings im zweiten Turnier hinnehmen. Drei von vier Spielen gingen verloren. Dem entgegen steht mit einem 70:07 gegen Northern Storm aber auch der höchste Saisonsieg der noch jungen Flag-Football-Mannschaft. In der kommenden Spielzeit nimmt man die gewonnene Erfahrung mit, um an die Erfolge des Premieren-Turniers anzuknüpfen.



v.l.n.r. oben: Tamy, Jan, Björn, Moritz, Janis, Niklas / v.l.n.r. unten: Kevin, Raffi, Jan, Mattias, Icky, Mario

Wenn Tiger zu Mustangs werden

Sieben Jugendspieler schaffen Sprung in die Landesauswahl.

Jugendarbeit ist ein wichtiger Teil der Vereinsarbeit. Wie gut die Tigers aufgestellt sind zeigt die Nominierung von gleich sieben Spielern in den

Landeskader, den Niedersachsen Mustangs. Der Auswahlkader konnte sich im Jugendländerturnier die deutsche Vizemeisterschaft sichern und musste sich im Finale lediglich dem Gastgeber Bayern geschlagen geben.



v.l.n.r.: Jona, Moritz, Kjell, Christian (stv. Vorsitzender OSC Tigers / Jugendbeauftragter AFCVN) Simon, Noah, Maliek, Norwin

Neuer Vorstand stellt Weichen für die Zukunft

Auf der Abteilungsversammlung vom 27.11.2025 wählen die Mitglieder einen neuen Vorstand.

Der neu gewählte Vorstand hat eine klare Vision: **Die Tigers zur ersten Adresse im American**

Football in der Region zu machen. Hierfür soll insbesondere die Jugendarbeit als Fundament eines nachhaltigen Footballprogramms weiter gestärkt und ausgeweitet werden. Eigens zu dem Zweck ist eine Position im Vorstand geschaffen worden.



René B. Vollmer
1. Vorsitzender
Sponsoring



Christian Dudek
Stv. Vorsitzender
Sponsoring / PR



Felix Spieß
Jugend



Andrea Schröder
Finanzen



Andrea Stolzenburg
Events und Gamedays



Anzeige

Ihre Post in den besten Händen

Unsere Leistungen für Sie:

- Briefversand
- Infopost
- Einschreiben
- Briefmarken mit eigenem Motiv
- Abholservice
- Drucken, Kuvertieren, Konfektionieren
- Digitaler Postversand

CITIPOST OSNABRÜCK
Anette Haskamp · Vertriebs-Außendienst
Telefon 0541/60013-831
anette.haskamp@citipost-os.de

Bringt mehr als man denkt.

Anzeige

WER SICH SELBST BESIEGT, IST STARK. Laotse

Den inneren Schweinehund besiegen - Bestattungsvorsorge

Wilhelm Schulte

BESTATTUNGSHAUS

Wersener Str. 67 • Osnabrück

(0541) 12 35 31

www.bestattungshaus-schulte.de



25 Kartons für den Familienhilfe-Verein „per se!“

HSG unterstützt lokales Projekt mit Backutensilien – „Freuen uns über die Resonanz“

Viele Jahre stellten die Handballer*innen der HSG Osnabrück in der Vorweihnachtszeit je mindestens einen Schuhkarton für die Initiative „Weihnachten im Schuhkarton“ zusammen. Ein außerordentlich wertvolles Programm. In diesem Jahr jedoch fokussiert sich die HSG in ähnlicher Weise auf ein Projekt vor Ort und unterstützt so den Verein „per se! e. V.“.

„per se!“ hilft vor allem Familien und Jugendlichen in der Region bei der Integration in die Gesellschaft und leistet in diesem Kontext vor allem Dienste im Erziehungsbeistand (EZB) oder der Sozialpädagogischen Familienhilfe (SPFH). „Wir treten in Beziehung zu den Familien, Jugendlichen und Kindern, die in ihren aktuellen Lebenssituationen Begleitung benötigen. Dabei nehmen wir besonders Rücksicht auf die individuellen Erfahrungen der einzelnen Familienmitglieder. Die Stärkung der Konfliktfähigkeit und der Kommunikationsfähigkeit soll den Beteiligten helfen,

die vielschichtige Problemlage zu erkennen.“, heißt es auf der Website des Vereins.

„Nachdem wir in den vergangenen Jahren regelmäßig bei ‚Weihnachten im Schuhkarton‘ mitgemacht haben, wollten wir in diesem Jahr gerne ein lokales Projekt unterstützen“, sage der HSG-Vorsitzende Fabian Siebert. Insgesamt 25 Schuhkartons wurden von den HSG-Mannschaften mit Backutensilien (u.a. Ausstechformen, Lebensmittel, Rezepte) gepackt und an „per se!“ übergeben. Mithilfe der gespendeten Materialien soll eine gemeinsame Advents-Back-Aktion ermöglicht bzw. unterstützt werden. „Wir freuen uns sehr über die Resonanz aus unseren Mannschaften und dass so viel zusammengekommen ist“, bewertet Siebert die Aktion als großen Erfolg.

Mathias Wygold



(Foto: HSG Osnabrück)

Anzeige

Haustechnik
Winter
Sanitär • Heizung • Elektro

Haustechnik aus bewährter Hand!

JETZT BEWERBEN!

- Technische Projektleitung SHK (m/w/d)
- Kundendienstmonteur SHK (m/w/d)
- Baustellenmonteur SHK (m/w/d)
- Azubi SHK (m/w/d)

IHR ENERGIEFAIRSORGER

Behrenswerth
ENERGIESERVICE

Haustechnik Winter
Höhenweg 22d
49170 Hagen a. T. W.

05401 881397-0
info@haustechnik-winter.de

KOMM IN UNSER

INKLUSIVES HANDBALLTEAM

Handball ist in. Osnabrück!

Inklusion ist in. Osnabrück!

- Spiel, Spaß und Bewegung mit dem Ball
- Gemeinsam spielen & Ziele erreichen
- Neue Herausforderungen
- Freundschaften schließen
- Individuelle Betreuung

Samstags 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Osnabrücker SC
Hiärm-Grupe-Straße 8
49080 Osnabrück

SCHNUPPERTRAINING OHNE ANMELDUNG MÖGLICH

Infos: inklusion@hsg-os.de www.hsg-os.de



Ab auf die Eisbahn

Weibliche Jugendmannschaften der HSG mit etwas anderer „Trainingseinheit“

Mit ganz anderen Sportgeräten als üblich machten sich die die HSG-Nachwuchshandballerinnen der weiblichen D-, C- und B-Jugend Mitte Dezember auf den Weg zu einer etwas anderen „Trainingseinheit“. Anlässlich der gemeinsamen Weihnachtsfeier wurden Handbälle gegen Schlittschuhe getauscht und ab ging es zur Osnabrücker Eishalle.

Neben dem entspannten und Spaß bringenden Rundendrehen auf dem ungewohnt kalten Untergrund stand auch ein Buffet mit einigen Leckereien bereit, die sich die Osnabrücker Handballerinnen bestens schmecken ließen. Da bei einer Weihnachtsfeier selbstverständlich auch

eine Bescherung nicht fehlen darf, gab es für alle noch eine HSG-Trinkflasche, die von Überraschungsgast HSG-Maskottchen Wolfgang, der als Stellvertreter des Weihnachtsmanns gekommen war, überreicht wurde.

Gemeinsam mit Wolfgang wurden noch ein paar weitere Runden auf dem Eis gedreht, bevor sich die Feierlichkeiten mit dem Vortrag selbst geschriebener Gedichte dem Ende näherte und alle sich in die wohlverdiente Handball-Weihnachtspause verabschiedeten.

Moana Schilberg/Mathias Wygold



(Fotos: HSG Osnabrück)



Ein sportlicher Start ins neue Jahr

Das HSG-Wintercamp mit viel Action und 40 Kids

Kaum begonnen, füllte das neue Kalenderjahr die Ballsporthalle in Hellern mit knapp 40 begeisterten Nachwuchs-Handballerinnen und -Handballern im Alter von 8 bis 12 Jahren, die am HSG-Wintercamp teilnehmen wollten.

Anfangs noch etwas verschlafen wirkend erwies sich die Camp-Gruppe mit dem Einschalten der Hallenbeleuchtung als herrlich aufgeweckt und motiviert. Voller Energie und Tatendrang nahmen die Kids an den abwechslungsreichen Aufwärmspielen und den vielfältigen taktischen und technischen Übungsformen teil. Während zwischendurch in altersgleichen Gruppen trainiert wurde, bestritten die Kinder die an beiden Tagen stattfindenden Turniere in geschlechts- und altersheterogenen Gruppen, wobei sich in allen Teams schnell ein gutes spielerisches und soziales Miteinander entwickelte.

Im Wintercamp wurden beim Training, in den Snackpausen und beim Mittagessen neue Kontakte geknüpft, es wurde viel gelacht und auch herumgealbert. Von Langeweile oder „Winterschlaf“ konnte also keine Rede sein. Satt, leicht erschöpft und um einige schöne Erinnerungen reicher nahmen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am frühen Abend des Freitags die bunt gefüllten HSG-Turnbeutel in Empfang, die nun sicherlich regelmäßig genutzt werden. Vielleicht ja sogar für das nächste HSG-Handballcamp.

Insgesamt blickt das Organisationsteam auf zwei mehr als gelungene Camp-Tage zurück, die durch den tatkräftigen Einsatz einiger HSG-Mitglieder ermöglicht wurden. Ihnen gilt ein besonderer Dank bei gleichzeitig bereits großer Vorfreude auf eine Neuauflage im nächsten Jahr.

Carolin Heide



(Foto: Carolin Heide)



16 OSC-Läuferinnen beim Drei-Türme-Pokal in Einbeck

Ein aufregendes Wochenende für die Trainerrinnen Birgit Schröder und Paula Weßel. 16 Läuferinnen sind in Einbeck am 24. und 25. August bei dem 20. Drei-Türme-Pokal an den Start gegangen.

5 Läuferinnen konnten sich in ihren Kategorien tolle Platzierungen einheimsen und einen Pokal mitnehmen. Wir gratulieren Lia-Marleen Gäfgen



für den 2. Platz sowie unseren Drittplatzierten in ihren Gruppen Vivien Artes, Viktoria Schwab, Lena-Marie Bergmann und Paula Weßel.

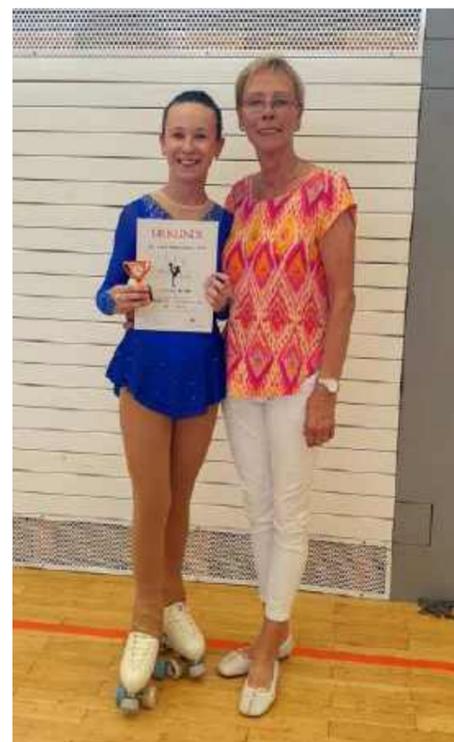
Besonders stolz dürfen unsere beiden Minis Lena Bergmann und Johanna Rademacher sein, die zum ersten Mal Wettbewerbsluft geschnuppert haben.

In der Vereinswertung haben die OSC Mädels sich den 6. Platz von 16 teilnehmenden Vereinen erkämpft.

Weitere Teilnehmerinnen des Wettbewerbs:

Maria Dratner	5. Platz
Mariella Brol	16. Platz
Lena Unnewehr	6. Platz
Lara Göppert	8. Platz
Leonie Koch	4. Platz
Liza Wilson	8. Platz
Sarah Scheier	5. Platz
Nieke Klick	10. Platz
Emily Montico	4. Platz
Helena Kohl	9. Platz
Johanna Rademacher	7. Platz

Wir gratulieren allen Teilnehmern und drücken für den nächsten Wettbewerb die Daumen!



Anzeige

DEINE WELT. DEINE WAHL.

Nachhaltig? Natürlich!

Setzen Sie auf nachhaltige Fußböden!
Mit ökologischen Materialien und professioneller Verlegung schaffen Sie ein gesundes Zuhause – umweltfreundlich und langlebig.

Natürlich  **Fußboden Graß**
Parkett | Bodenbeläge | Reparatur

KURSÜBERSICHT

Kurzfristige Kursänderungen sind der OSC App zu entnehmen.



FITNESS

MONTAG	Raum	DIENSTAG	Raum	MITTWOCH	Raum	DONNERSTAG	Raum	FREITAG	Raum	SAMSTAG	Raum	SONNTAG	Raum
09:00-09:55 Uhr BODY WORKOUT	2	09:00-09:55 Uhr HOT IRON	2			09:00-09:55 Uhr STRONG NATION LOW MIX	2	09:00-09:55 Uhr BODY WORKOUT	2				
						09:00-09:55 Uhr CIRCULAR	4						
10:00-10:55 Uhr PILATES	2	10:00-10:55 Uhr BODY WORKOUT	2	10:00-10:55 Uhr YOGA	2	10:00-10:55 Uhr FIT & VITAL	2	10:00-10:55 Uhr ENTSPANNT INS WOCHENENDE	2	10:30-11:25 Uhr PILATES	2	10:00-10:55 Uhr CYCLING	1
				10:00-10:55 Uhr CIRCULAR	4			10:00-10:55 Uhr CIRCULAR	4				
11:00-11:55 Uhr RÜCKEN-POWER	2	11:00-11:55 Uhr PILATES	2							11:30-12:25 Uhr FATBURN-KOMBI	2	11:00-11:55 Uhr HOT IRON	2
		11:00-11:55 Uhr CIRCULAR	4									12:00-12:55 Uhr BODY WORKOUT	2
												13:00-13:55 Uhr ZUMBA	2
								14:45-15:45 Uhr BOX FITNESS	2				
								16:00-16:55 Uhr BAUCH BEINE PO	2				
		15:30-16:25 Uhr CIRCULAR	4	17:00-17:55 Uhr POWER PILATES	2			16:00-16:55 Uhr BOX FITNESS	3				
17:00-17:55 Uhr STRONG NATION	2	17:00-17:55 Uhr DEEPWORK	2	18:00-18:55 Uhr CYCLING	1	17:00-17:55 Uhr HOT IRON	2	17:00-17:55 Uhr STRONG NATION	2				
18:00-18:55 Uhr PILATES	1	18:00-18:55 Uhr CYCLING	1	18:00-18:55 Uhr STRONG NATION	2	18:00-18:55 Uhr BODY WORKOUT	2	17:00-17:55 Uhr CYCLING	1				
18:00-18:55 Uhr BODY WORKOUT	2	18:00-18:55 Uhr ZUMBA	2	19:00-19:55 Uhr CYCLING	1	18:00-18:55 Uhr STRONG NATION	1	18:00-18:55 Uhr ZUMBA	2				
19:00-19:55 Uhr PILATES	1	19:00-19:55 Uhr HOT IRON CROSS	2	19:05-19:30 Uhr STRETCH & RELAX	4	19:00-19:55 Uhr BAUCH BEINE PO	2	18:15-19:30 Uhr YOGA	3				
19:00-19:55 Uhr HIIT	2	19:00-20:25 Uhr YOGA	3	19:05-20:00 Uhr BODY WORKOUT	2								
19:15-20:10 Uhr CYCLING	1			19:00-20:25 Uhr YOGA	3								

REHA/GESUNDHEIT

MONTAG	Raum	DIENSTAG	Raum	MITTWOCH	Raum	DONNERSTAG	Raum	FREITAG	Raum	SAMSTAG	Raum	SONNTAG	Raum
		08:00-08:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3										
		09:00-09:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	09:00-09:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3			09:00-09:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3				
10:00-10:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	09:00-10:00 Uhr HERZ SPORT	TR PD	10:00-11:00 Uhr HERZ SPORT	TR PD	10:00-10:45 Uhr LUNGENSPORT	TR PD	10:00-10:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3				
10:00-10:45 Uhr LUNGENSPORT	TR PD	10:00-11:00 Uhr HERZ SPORT	TR PD			11:00-11:45 Uhr LUNGENSPORT	TR PD						
11:00-11:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3					11:00-11:45 Uhr SPORT IN DER KREBSNACHSORGE	3						
11:00-11:45 Uhr LUNGENSPORT	TR PD												
17:00-17:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	17:00-17:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	17:00-18:00 Uhr HERZ SPORT	TR PD								
18:00-18:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	18:00-18:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	18:00-18:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3	18:00-18:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3						
				18:00-19:00 Uhr HERZ SPORT	TR PD	19:00-19:45 Uhr ORTHOPÄDIE	3						



HINWEIS: Änderungen vorbehalten.
Den aktuellsten Status unseres Kursangebot findet ihr unter www.aktivital.info

TR = Tanzraum / PD = Parkdeck / T = Turm

OUTDOOR

MONTAG	Raum	DIENSTAG	Raum	MITTWOCH	Raum	DONNERSTAG	Raum	FREITAG	Raum	SAMSTAG	Raum	SONNTAG	Raum
18:00-18:55 Uhr CROSS TRAINING	T												
						19:00-19:55 Uhr CROSS TRAINING	T						



FIDELIUM
professionell. leistungsstark. werterhaltend.

Wir haben ihn: Den Putzfimmel

Wir haben was gegen Schmutz, Staub und Verunreinigungen. Durch unsere professionellen Reinigungsdienste wird nicht nur Sauberkeit gewährleistet, sondern auch ein hygienisches, angenehmes Umfeld geschaffen, das das Wohlbefinden fördert und den langfristigen Werterhalt der Immobilie sichert. Unser engagiertes Team gewährleistet höchste Qualitätsstandards, um kontinuierlich und nachhaltig die Ansprüche von gewerblichen, öffentlichen und privaten Auftraggebern zu erfüllen.

Gebäudedienstleistungen und Gebäudereinigung mit **FIDELIUM** - Putzfimmel aus Passion.

Lernen Sie unsere Geschäftsbereiche kennen:

Reinigungsdienstleistungen, Hausmeisterdienste,
Glasreinigung, Grünflächenpflege und Graffiti-Entfernung

Gebäudedienstleistungen und Reinigungs- & Hygieneartikelhandel für Privat und Gewerbe

Hermann-Ehlers-Straße 3 | 49082 Osnabrück
Tel.: 05 41 7 70 94 23 | Fax: 05 41 7 70 94 25
mail@fidelium-service.de
www.fidelium-service.de | www.fidelium-shop.de



Jetzt bewerben
**Wir suchen
Mitarbeiter!**



www.fidelium-service.de

KONTAKTE

Vorstand	Thomas Levien	Vorsitzender	info@levien.de
	Johanna Blom	stellv. Vorsitzende	johanna.blom@yahoo.de
	Manuela Bourdon	stellv. Vorsitzende	fuba@osnabruecker-sportclub.de
	Heiko Engelhard	stellv. Vorsitzender Finanzen	heiko.engelhard@vbank.de
	Dr. Magnus Hindersmann	stellv. Vorsitzender	m.hindersmann@hbbn-recht.de
	Jannis Hörschemeyer	stellv. Vorsitzender	jannis.hoerschemeyer@web.de
	Dirk Reker	stellv. Vorsitzender	info@ebrecht-reker.de
	Jürgen Künsemüller	Ehrevorsitzender	j.kuensemuller@web.de
Geschäftsführung	Sascha Bartsch	Geschäftsführer	bartsch@osnabruecker-sportclub.de
Geschäftsstelle	Natalie Cooper-Keunecke	Geschäftsstelle	geschaefsstelle@osnabruecker-sportclub.de
Sportl. Leitung Hauptverein	Fiona Stahl		stahl@osnabruecker-sportclub.de
Vereinsentwicklung	Mathias Wygold		wygold@osnabruecker-sportclub.de
Controlling	Luisa Kahle		controlling@osnabruecker-sportclub.de
Verwaltung	Ina Stallkamp	Personal & Buchhaltung	abrechnung@osnabruecker-sportclub.de
	Jutta Lünstroth	Buchhaltung	buchhaltung@osnabruecker-sportclub.de
	Heike Pötter	Buchhaltung	verwaltung@osnabruecker-sportclub.de
	Urte Engelhard	Mitgliederverwaltung	verwaltung@osnabruecker-sportclub.de
	Carolin Meyer	Mitgliederverwaltung	verwaltung@osnabruecker-sportclub.de
FSJ-Koordination	Luciano Faraci	Ansprechpartner	fsj@osnabruecker-sportclub.de
Aktivital	Pascal Niermann	Leitung Aktivital	niermann@osnabruecker-sportclub.de
	Pascal Niermann	Rehasport	niermann@osnabruecker-sportclub.de
	Cosima Meyer	Leitung Online-Marketing	service@osnabruecker-sportclub.de
		Schul-AG	SchulAG@osnabruecker-sportclub.de
	Peter Hartmann	Service Aktivital und Sauna	aktivital@osnabruecker-sportclub.de
KidsZ	Sandra Haßelmann	Leitung KidsZ	hasselmann@osnabruecker-sportclub.de
	Sandra Haßelmann	Reha Kinder/Psychomotorik	hasselmann@osnabruecker-sportclub.de
Sportlertreff	Katrin Krems/Lisanne Ditler	Leitung Sportlertreff	sportlertreff@osnabruecker-sportclub.de
Auszubildene/r	Milica Cuic	Sport- und Fitnesskauffrau	
	Mika Meijer	Sport- und Fitnesskaufmann	
Hausmeister	Jens Unland	Ansprechpartner	hausmeister@osnabruecker-sportclub.de
Badminton	Manfred Kisker	Abteilungsleiter	manfred.kisker@web.de
Basketball	Fiona Stahl	Abt.-Leitung und BB-Büro	bb-buero@osnabruecker-sportclub.de
GiroLive-Panthers Osnabrück	Sasa Cuic	Sportl. Leiter 1. DBBL	panthers@osnabruecker-sportclub.de
Beachtennis	Sarah Bolsmann	Ansprechpartnerin	sarah_bo@web.de
Billard	Joachim Math	Ansprechpartner	jmath@gmx.net
Boxen	Heinz Janocha	Abteilungsleiter	vjano@gmx.de
Europ. Schwertkampf	Henning Neubert	Abteilungsleiter	info@schwertkreis.de
Fechten	Simon Anter	Abteilungsleiter	fechten@osnabruecker-sportclub.de
Floorball	Johnny Mai	Abteilungsleiter	mai@floorball-osc.de
Football Tigers	Rene Vollmer	Abteilungsleiter	info@gotigers.de
Fußball	Manuela Bourdon	Fußball-Büro	fuba@osnabruecker-sportclub.de
	Tim Plagemann	Spielleiter	t.beckemeier@gmx.de
Gymnastik u. Tanz	Susanne Cwik	Ansprechpartnerin	geschaefsstelle@osnabruecker-sportclub.de
Handball	Fabian Siebert	Abteilungsleiter	fabian.siebert@hsg-os.de
Hockey	Frank Schilling	Abteilungsleiter	tinafrankschilling@t-online.de
Inliner	Geschäftsstelle		geschaefsstelle@osnabruecker-sportclub.de
Lacrosse	Birgit Kohn	Abteilungsleiterin	vorstand@peacekeepers.eu
Iaido	Christian Haarmann	Abteilungsleiter	iaido.osnabrueck@gmx.de
Judo	Christine Meierarend	Ansprechpartnerin	christine.meierarend@osnanet.de
Karate	Holger Finsterwalder	Abteilungsleiter	HMF-OS@t-online.de
Kendo	Thorsten Paculla	Abteilungsleiter	kendo.osna@gmail.com
Kickboxen	Christina Müller	Abteilungsleiterin	a-mueller-os@t-online.de
	Ronny Imbrich	Ansprechpartner Jugend	imbrich@osnabruecker-sportclub.de
Kindersport	Geschäftsstelle		geschaefsstelle@osnabruecker-sportclub.de
Leichtathletik	Geschäftsstelle		geschaefsstelle@osnabruecker-sportclub.de
	Anton Siemer	Leistungssport	antsiemer@osnanet.de
Mixed Martial Arts (MMA)	Ronny Imbrich	Abteilungsleiter	imbrich@osnabruecker-sportclub.de
	Falk Tetenborg	Probetraining	osc.underdogs@gmail.com / 0157-35168786
Radsport	Ulrike Borgmann-Rasche	Abteilungsleiterin	ul.borgmann@t-online.de
Rhönrad	Stefanie Rasper-Krause	Ansprechpartnerin	krauseos@gmx.net
Rollsport	Wiebke Göppert	Abteilungsleiterin	info@rollkunstlauf-os.de
Sauna	Peter Hartmann	Ansprechpartner	aktivital@osnabruecker-sportclub.de
Schwimmen	Silke Meyer	Ansprechpartnerin	schwimmen@osnabruecker-sportclub.de
Senioren	Jürg Bach	Abteilungsleiter	juerg.bach@osnanet.de
Ski	Hannjörg Rietmann	Abteilungsleiter	ski-osc@gmx.de
Taekwondo	Jan Linnenbank	Abteilungsleiter	jlinnenbank@web.de
Tanzsport	Mara Becker	Abteilungsleiterin	becker.mara@icloud.com
Tennis	Uwe Welz	Abteilungsleiter	welz.uwe@web.de
Tischfußball	André Mess	Abteilungsleiter	info@osc-mavericks.de
Tischtennis	Stefan Fangmeier	Abteilungsleiter	fangmeier@gmail.com
Turnen	Anke Bergmann	Ansprechpartnerin	mail@anke-bergmann.com
Triathlon	Anne Diekmann	Abteilungsleiterin	diekmann.anne@gmx.de
Volleyball	Moritz Lenz	Abteilungsleiterin	moow@gmx.net
Windsurfen	Bernd Vonheiden	Abteilungsleiter	vonheiden@osnanet.de

TODESFÄLLE

Reinhold Diekmann	59 Jahre
Alfred Frankenberg	76 Jahre
Franz-Josef Helbrecht	89 Jahre
Dieter Hügelmeyer	85 Jahre
Vera Negt	68 Jahre
Hiltrud Schäfer	86 Jahre
Otto Schmidt	90 Jahre
Gerald Steinbrink	81 Jahre
Horst Wendt	84 Jahre
Anneliese Wrensch	81 Jahre

MEDIADATEN

1/1-Anzeige (hoch):

Format: 271,6 x 394,6 mm Kosten: 450,- €

1/2 Anzeige (quer):

Format: 271,6 x 191 mm Kosten: 290,- €

1/4 Anzeige (hoch/quer):

Format: 132,8 x 191 mm Kosten: 210,- €

Format: 271,6 x 90,5 mm

1/8 Anzeige II(quer):

Format: 132,8 x 95,5 mm Kosten: 180,- €

Redaktionsschluss nächste Ausgabe:

15.09.2025 | Datenversand an:

voss@team4media.net

Dateivorgaben:

Anzeigen: PDF-Datei (X3), 4c-Euroskala

Texte: Word-Dokument (.docx)

Bilder: 300 dpi, Dateigröße: min. 1 MB

IMPRESSUM

Verantwortlich i.S.d.P.: Sascha Bartsch, Geschäftsführer Osnabrücker Sportclub e.V.**Herausgeber:**

Osnabrücker Sportclub e.V. von 1849, Hiärm-Grube-Straße 8, 49080 Osnabrück, Telefon 0541/5805777-0, Fax 0541/5805777-19 info@osnabruecker-sportclub.de www.osnabruecker-sportclub.de

Bankkonto: Sparkasse Osnabrück

IBAN: DE 0426 5501 0500 0003 4942

BIC: NOLADE22XXX

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo., Di., Mi., Fr.: 09:00 – 12:30 Uhr

Di: 15:00 – 18:30 Uhr

Do.: 10:30 – 12:30 Uhr + 14:00– 16:30 Uhr

Druckproduktion: Leviendruck GmbH,

Eduard-Pestel-Straße 16, 49080 Osnabrück

Gestaltung: team4media GmbH,

Lengericher Landstraße 7, 49078 Osnabrück

Erscheinungsweise: halbjährlich**Redaktionsleitung:** Sascha Bartsch**Bildnachweise:**

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Herausgebers. Für unverlangt eingegangene Fotos, Dias, Filme und Manuskripte kann keine Gewähr übernommen werden. Der Bezugspreis ist im Vereinsbeitrag enthalten. Druck der Zeitung erfolgt auf chlorfreiempfindlichem Papier.

osnatel

25  **JAHRE**
Mit euch verbunden



Stabil verbunden.

Holt Euch Highspeed-Internet nach Hause!

osnatel.de/internet