



HT16 Newsletter September 2020

Liebe Mitglieder,

die Sommerferien sind vorbei, die heißen Tage liegen hinter uns. Wir hoffen, ihr konntet das schöne Wetter genießen, ob im Urlaub oder hier in der Heimat. Viele von euch waren trotz der warmen Temperaturen fleißig beim Sport, das freut uns sehr.

Das Thema Corona beschäftigt uns weiterhin, die ab 01. September gültige neue Verordnung bringt leider nur für wenige Bereiche die erhofften weitreichenden Lockerungen.

Nur die Mannschaftsportarten wie Fußball, Handball und Volleyball dürfen wieder mit bis zu 30 Personen gleichzeitig innerhalb eines Raumes ohne Kontaktverbot trainieren. Für alle Einzelsportarten gilt dies leider nicht.

Wir kämpfen zusammen mit den anderen Sportvereinen bei den politischen Entscheidungsträgern um eine Gleichbehandlung für alle Sportarten.

Was das für die jeweiligen Bereiche im Einzelnen bedeutet, plus viele weitere Neuigkeiten und Infos lest ihr unten.

Viel Spaß beim Lesen des Newsletters und beim Sport in der HT16!

Sauna/Wellness

Nach neuer Verordnung ist eine Nutzung der Sauna- und Wellnessbereiche grundsätzlich wieder erlaubt - die Durchführungsbestimmungen für eine Inbetriebnahme sind allerdings wie folgt: Die Saunen dürfen nur von einer Person pro Zeit genutzt werden, und zwischen Nutzern muss eine gründliche Desinfektion erfolgen. Diese Anforderungen sind für uns sowohl bezüglich Organisation und Kontrolle, als auch unter wirtschaftlichen Aspekten derart ungünstig, dass wir von einer Öffnung des Bereichs unter diesen Bedingungen vorerst absehen.

Wir hoffen auf euer Verständnis und bitten euch weiterhin um Geduld, in der Hoffnung auf baldige Lockerungen in dem Bereich.

Fitness - Gerätebereich

Aufgrund unverändert bestehender Abstandsregelungen in den Sportbereichen von 2,50m müssen wir weiterhin das bekannte und glücklicherweise inzwischen reibungslos funktionierende Buchungssystem für die Nutzung der Gerätebereiche und Kurse verwenden.

Unsere Körperzusammensetzungsanalyse (BIA) ist ab sofort wieder durchführbar. Die BIA (Bioelektrische Impedanzanalyse) ist ein medizintechnisches Verfahren zur Bestimmung der Körperzusammensetzung. Sie gibt sowohl Aufschluss über Körperfett- und Muskelanteil, als auch über Zellgesundheit und Ernährungszustand. Wer also wissen möchte, ob die Corona-Pause Spuren hinterlassen hat oder wie es sonst um die Körperzusammensetzung bestellt ist, kann dies via Messung überprüfen lassen (Kosten 19€). Zu diesem Zweck bitte einen Termin an der Rezeption oder oben im Gerätebereich vereinbaren.

Die Testung der Herz-Kreislaufleistungsfähigkeit (PWC) wird noch etwas auf sich warten lassen, wir informieren euch sobald sie uns wieder erlaubt ist.

Fitness – Kurse

Jumping ist gestartet

Leider hat sich die Hoffnung auf größere Gruppennzahlen im Kursbereich nicht erfüllt, so dass es bis auf Weiteres bei den gewohnten Nutzerzahlen pro Raum bleibt.

Die Kurse werden seit Mitte August erst 48 Stunden vor Kursbeginn zur Buchung freigegeben. Details dazu findet ihr hier. Diese Umstellung hat sich bewährt, das Feedback von euch ist durchweg positiv.

Wir bemühen uns, den durch die Kapazitätsreduzierungen erhöhten Bedarf nach Kräften zu bedienen - aktuell bieten wir euch 5 Kurse pro Woche mehr an, als im regulären „Vor-Coronaplan“ vorgesehen. Bitte habt etwas Nachsicht, wenn es einmal nicht mit dem Wunschangebot in der konkreten Woche klappt.

Die Anforderungen an die Durchführung dienen unserer aller Sicherheit und Gesundheit, wir machen das Beste aus den existierenden Bestimmungen.

Die guten Nachrichten: Jumping ist gestartet, und erfreut sich bei euch bereits größter Beliebtheit!



Die „normalen“ Jumping Kurse sind für jeden geeignet der keine gesundheitlichen Einschränkungen hat - die Versehrten unter euch starten erstmal mit Jumping Health. Dieses Kursformat ist auch für Menschen mit Gelenkerkrankungen (Arthrose) oder anderen orthopädischen Beschwerden durchführbar. Neben viel Spaß und erwiesenen Trainingseffekten für Muskulatur und Herz-Kreislaufsystem, mehren sich Anzeichen, dass sich die Schwingungen durch das Trampolin ebenfalls besonders positiv auf Faszien und das Lymphsystem auswirken.

Also probiert diesen Trendsport unbedingt einmal aus!

Senioren- und Rehasport

Auch für unsere Senioren- und Rehasportangebote gilt weiterhin eine Anmeldepflicht. Die Anmeldungen können weiterhin wie gewohnt jeweils eine Woche vor Beginn des jeweiligen Angebots telefonisch an der Rezeption getätigt werden.

Auch hier bitten wir um Verständnis für die Durchführungsbestimmungen. Wir bemühen uns, die Anmeldeprozesse für alle fair und transparent zu gestalten.

Die Sprechzeiten für Rehasport sind Montag, Dienstag und Donnerstag 11:00 – 13:00 Uhr.

Klettern / Bouldern

Neue Kurse / Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche

Es ist wieder ordentlich Leben in der Halle!

Endlich finden seit Anfang August wieder regelmäßige Trainings- und Kletterkurse (Toprope und Vorstieg) und Schnupperklettern statt. Der letzte Toprope-Kurs war mit 14 Teilnehmern restlos ausgebucht und auch der erstmalig stattfindende Vorstiegskurs am Wochenende ist bereits voll!

Termine für die nächsten Kurse zum Schnuppern oder Erlernen der notwendigen Fähigkeiten zum Klettern oder Bouldern findet ihr hier.

Wer bereits Kletter-oder Bouldererfahrung hat, aber auf der Suche nach Kletterpartnern ist, oder einfach Freude am Austausch mit Gleichgesinnten hat, ist bei unserem Klettertreff genau richtig. Der Treff findet jeden Dienstag ab 18:30 Uhr statt, Treffpunkt ist unten in der Kletterhalle.



Unser erstmals durchgeführtes Boulderevent „HammBloc* Stars“ für Kinder und Jugendliche im Alter von 7 - 14 Jahren, war der erste Contest seiner Art nach dem Lockdown in Hamburg, und mit 20 Teilnehmern ein voller Erfolg. Aufgrund dieser positiven Erfahrung wird im September und Oktober bereits das nächste Event bei uns stattfinden – die HT16 Kletterhalle beteiligt sich am renommierten Boulder Contest „Junior Jam 2020“, der bundesweit zu den bekanntesten Wettkämpfen für Kinder und Jugendliche zählt! Mehr Informationen zu dieser Veranstaltung findet ihr unter <https://www.ht16.de/veranstaltung/junior-jam-2020-kids-boulder-competition/>.



Achtung: Aus diesem Grund ist am Donnerstag, den 10.09.20 und am Freitag, den 11.09.20 sowie am Donnerstag, den 01.10.20 und am Freitag, den 02.10.20 der Boulderbereich wegen Umbauarbeiten gesperrt.

Freut euch auf 60 neue Boulder, die zu diesem Zweck in unserer Boulderhalle entstehen!

Unsere Kletterhalle wird konstant von Woche zu Woche in verschiedenen Bereichen neu geschraubt.

Regelmäßiges Vorbeischauen lohnt sich also!

Kinder & Jugend und Wettkampfsport

Aktuelle Durchführungsbestimmungen

Alle Angebote in diesem Bereich sind nach den Ferien unter Corona Bedingungen wieder voll gestartet. Leider erlaubt die neue Eindämmungsverordnung nur den Mannschaftsportarten (Fußball, Handball, Basketball) ein Kontakttraining im Innen- und Außenbereich ohne Abstand mit bis zu 30 Personen sowie einen Start des Wettkampfbetriebes.

Für alle anderen Sportarten gilt weiterhin das Kontaktverbot und die Abstandsregel von 2,50 in geschlossenen Räumen. Damit bleibt es leider weiterhin bei den bekannten Gruppengrößen für alle Einzelsportarten im Innenbereich.

Neue Sportart in der HT16 - Jetzt wird in der HT16 auch gerungen

Über unsere stark wachsende Boxabteilung wurde ein Angebot der Sportart Ringen initiiert. Das Training wird durch den erfahrenen Ringer Trainer (Name fehlt noch, Info kommt am Wochenende von Eduard) geleitet. Interessierte mit und ohne Erfahrung sind herzlich willkommen.

Trainingszeiten: Samstag & Sonntag von 15:00 – 17:00 Uhr

Du hast Interesse und möchtest einmal in die neue Sportart reinschnuppern? Dann melde dich bei Eduard Dinges unter boxtraining-hamburg@web.de und vereinbare ein Probetraining.

Bistro

Es geht wieder los mit warmer Küche im Bistro

Ab 1. September haben wir wieder mit regulärer Küche mit wochenwechselnder Karte und erweiterten Öffnungszeiten im Bistro gestartet.

Öffnungszeiten Bistro:

Montag – Freitag von 10:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Samstag & Sonntag von 11:00 Uhr bis 18:00 Uhr



Öffnungszeiten Küche:

Montag – Donnerstag von 11:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Freitag – Sonntag: kleine Auswahl „kalte Karte“

Außerhalb der regulären Öffnungszeiten sowie Küchenzeiten nach Anfrage/ Buchung, spricht uns gerne an.

Alle unsere Angebote findet ihr unter <https://www.ht16.de/sportbistro/angebote/>

Gerne richten wir eure Feier oder Veranstaltung aus oder sorgen für das Catering auch außerhalb der regulären Küchen und Öffnungszeiten. Anfragen bitte an sportbistro@ht16.de

Unser Bistro- Team freut sich auf euch

HT16 Veranstaltungen

Aufgrund der Corona-Pandemie konnten in diesem Jahr schon einige Veranstaltungen (Hammer Lauf, Sportgala) nicht stattfinden. Auch die bekannte und jährlich stattfindende Kinderolympiade wird aus diesem Grund nicht von uns ausgerichtet. Stand heute können wir aufgrund der behördlichen Auflagen auch den im November geplanten Kinderturntag mit anschließendem Laternenumzug nicht ausrichten. Dies ist allerdings noch keine finale Absage. Wir halten euch diesbezüglich auf unserer Homepage auf dem Laufenden.