

OKTOBER

2022

IN DIESER  
AUSGABE:

S. 1

Rubrik: Aus dem Vorstand

S. 2

News aus unseren 6 Abteilungen

Ehrungen unserer Vereinsmitglieder

S.3-4

Unsere „Besten“: Interviews mit Nathalie Köhn (RSG) und Friedrich Rumpf (LA)

Ankündigung Jubiläumsfeier 2023



## AUS DEM VORSTAND



„Es geht beim Sport nicht nur darum, fit und gesund zu werden, sondern Spaß daran zu haben, es zu bleiben!“

Liebe Vereinsmitglieder,  
die letzten Monate des Jahres haben begonnen und somit ist die Planung für das kommende Jahr in vollem Gange. Auch wenn die aktuelle wirtschaftliche und politische Situation uns alle vor große Herausforderungen stellt, so schauen wir doch positiv in die Zukunft und freuen uns auf die vielen kommenden Highlights, Wettkämpfe und Spielrunden. Wir stehen im ständigen Kontakt mit der Senatsverwaltung von Berlin, dem Bezirkssportbund, dem Bezirksamt Marzahn/Hellersdorf und mit dem Landessportbund Berlin. Alle Krisen können wir nur gemeinsam meistern und sind deshalb im regen Austausch mit den jeweiligen Institutionen.  
Wir bedanken uns bei der Abteilung Leichtathletik für den durchgeführten Läufercup, den wir am 28. September (Finale) besucht haben. Des Weiteren gratulieren wir der Abteilung American Football zu ihrem 30. Abteilungsjubiläum.  
Das Projekt „Sport im Kiez“ („Graffiti-Projekt“) für beide Vertragssporthallen unseres Vereins begrüßen wir sehr und wir dürfen alle gespannt sein, wie sich unsere beiden Sporthallen an der Allee der Kosmonauten zeitnah optisch verändern. Hierzu wird es einen Pressetermin geben, zu dem wir die hervorragenden Graffiti-Künstler, den Bezirksstadtrat (Ma-He) Dr. Torsten Kühne und interessierte Vereinsmitglieder begrüßen dürfen.  
Der Januar beginnt dann gleich mit einer Kinderschutz-Sport-Konferenz, veranstaltet durch den Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund, die wir insbesondere allen Trainer\*innen aus dem Kinder- und Jugendbereich unseres Vereins sehr ans Herz legen möchten.  
Anmeldungen unter [www.btfb.de](http://www.btfb.de).  
Am 26. September 2022 fand die 4. Vorstandssitzung dieses Jahres statt. Alle Vorstandsmitglieder wurden über die erfolgreiche Änderung des Vereinsregisterauszugs beim Amtsgericht, zum Stand der Sportstättenbeantragung, zu Zuwendungen und Fördermitteln aus 21/22 und Anträgen zu Bezuschussungen für 2023 informiert. Die Planung einer Klausurtagung im Sommer 2023 wurde angeregt.  
Seid alle lieb begrüßt und bleibt fit und gesund.  
Nicole (1. Vorsitzende) und Jürgen (stellv. Vorsitzender und Geschäftsführer)



### • Rhythmische Sportgymnastik (288 Mitglieder)

Am 26.8.2022 fand eine große Putz- und Aufräumaktion mit vielen Trainerinnen und Aktiven in unserer Vereinshalle „AdK119A“ statt, um einerseits die Brandschutzordnung einzuhalten und andererseits mal wieder gründlich auszumisten und zu putzen. Nun blitzt und blinkt es wieder-Danke an alle Beteiligten!!! Im Bereich Kinderturnen wurde wieder eine neue Gruppe für 3-4-jährige Kids eröffnet, ein paar Plätze sind noch frei! Unser Bundesligateam „Fortuna Berlin“ konnte in der letzten Saison den Aufstieg in die 1. Bundesliga feiern und startet nun gut vorbereitet in die neue Saison. Wir drücken unseren Gymnastinnen um Teammanagerin Tanja und Trainerin Anastasia die Daumen! Den ersten Wettkampf am 8.10.22 vor heimischem Publikum in Berlin hat das Team bereits gut gemeistert und tolle Übungen auf die Fläche gezaubert!

### • Freizeitsport (266 Mitglieder)

Am 19.10.22 wird für unsere Übungsleiter der 17 Freizeitsportgruppen die Abteilungsleitungssitzung mit einer Führung im neu eröffneten Sportmuseum beim Bezirkssportbund starten. Leider möchten drei langjährige Übungsleiter\*innen zum Jahresende ihre Arbeit niederlegen. Für zwei Gruppen ist bereits adäquater Ersatz gefunden, in einer Gruppe wird noch Ersatz gesucht. Erfreulicherweise nehmen zwei Trainerinnen ab November am Basistrainerlehrgang beim BSB teil, um eine Lizenz zu erwerben. Für 2023 gibt es große Pläne: die Aerobic-Gruppe möchte im August zur Weltgymnastrada nach Amsterdam fahren. Wir wünschen viel Spaß bei den Vorbereitungen!

### • Leichtathletik (209 Mitglieder)

Wir gratulieren Friedrich Rumpf zum 2-fachen Deutschen Meistertitel U20 über 200m und 400m und zum Erreichen der WM-Norm! Leider konnte Friedrich bei der U20 WM aufgrund einer Corona Erkrankung nicht teilnehmen. Wir sind stolz auf unseren derzeit besten Leichtathleten! Am 10./11.9.22 waren wir Ausrichter der Berliner Meisterschaft U12 und U14 auf unserem Sportplatz. Mit vielen fleißigen Helferlein konnten die Wettkämpfe erfolgreich durchgeführt werden und unsere Kids konnten gute Ergebnisse einfahren. Der letzte Läufercup fand nun noch mit großer Beteiligung in allen Altersklassen am 28.9.2022 statt.

### • American Football (209 Mitglieder)

Gerade ist die Saison erfolgreich beendet, die Männermannschaft unserer „Bullets“ wurde Meister in ihrer Liga. Leider ging das anschließende Relegationsspiel verloren und somit bleiben unsere starken Jungs in der 4. Liga. Es war aber auch ohne Aufstieg eine Top-Saisonleistung und wir gratulieren Spielern und Trainern! Unsere B- Jugend im Alter von 14-16 Jahren hat die Spielsaison trotz hoher Fluktuation durchgehalten. Die Trainer haben hier gute Arbeit geleistet und die Mannschaft zusammengehalten. Unsere A-Jugend im Alter von 16-18 Jahren erbrachte durchgängig bei allen Spielen eine gute Teamleistung, auch wenn einige Spiele verloren gingen. Am 15.10. feiert die Abteilung ihr 30-jähriges Bestehen mit einer großen Jubiläumsfeier im Tierpark und wir wünschen allen viel Spaß dabei.

### • Hockey (60 Mitglieder)

Die Feldsaison ist nun mit vielen guten Platzierungen unserer Mannschaften beendet. Die AK 8-10 hat mit einer Anfängermannschaft an drei Turnieren teilgenommen und jeweils gute Platzierungen belegt: im Juni 2022 in Großbeeren beim Rookie- Turnier den 4.Platz, im Juli 2022 beim 11. Rubezahlcup der Köpenicker Hockey Union den 6.Platz und im September beim 3. Kreuzbären Cup 2022 einen 5. Platz. Mit viel sportlichem Einsatz und Spielfreude haben unsere Marzahner Kinder Hockey gespielt. Die Trainer\*innen sind stolz auf ihre Teams. Ab Oktober 2022 bis Ende März 2023 findet nun wieder unser Hallentraining statt. Die Mädchen Mannschaft U14 Pokal und unsere U10 männlich nehmen auch am Spielbetrieb in der Hallensaison 2022/2023 teil. Abteilungsleiterin Dorothea Horbert nimmt nach Absprache Termine in Grundschulen und in 7./8. Klassen zur Mitgliedergewinnung wahr.

### • Tischtennis-Gesundheitssport (14 Mitglieder)

Das vom Abteilungsleiter Jürgen Schäffner erfolgreich durchgeführte Projekt „Tischtennis für Menschen mit Demenz und Angehörige“ wurde auf der Fachkonferenz des DOSB und der Deutschen Alzheimergesellschaft e.V. am 12.5.22 in Frankfurt am Main ausgewertet und mit wertvollen Ergebnissen zum Abschluss gebracht. Insbesondere ist bemerkenswert, dass die Projektteilnehmenden/Übenden mehr Wohlbefinden und Lebensqualität erfahren haben und seit Januar 2022 regelmäßig und mit viel Freude an den Übungsstunden teilnehmen. Für unseren gesamten Verein erzielte das Projekt eine große positive Außenwirkung und hat zugleich Potenzial zur Mitgliedergewinnung. Momentan nehmen sechs demenziell Erkrankte und ihre Begleiter jeden Dienstagvormittag in der Turnhalle AdK119A das vielfältige Bewegungsangebot „Tischtennis und Gesundheitssport“ wahr. Interessenten wenden sich gern an die Geschäftsstelle.



Bildrechte: Nicole Greßner und Susanna Nikolenko



## EHRUNGEN IM SOMMER 2022

Im Sommer ´22 gab es einige Ehrungen unserer Ehrenamtlichen, zu denen wir herzlich gratulieren:

**Susanna Nikolenko** (Abt. RSG) erhielt für ihre langjährige Arbeit als Trainerin und Leiterin unserer Turntalentschule Bärllinchen die bronzene Ehrennadel des Landessportbund Berlin.

**Nicole Greßner** (1. Vorsitzende) gehörte bei den diesjährigen BTFB Awards für den Vera Cizsak-Preis zu den Nominierten.

**Josephine Reimann** (Abt. RSG) durfte sich bei der Ehrung der besten Nachwuchstrainer\*innen gratulieren lassen.

Unsere herzlichsten Glückwünsche allen Geehrten!



Zur Person: Nathalie ist 22 Jahre alt und hat gerade ihre sportliche Laufbahn nach 6 Jahren als Mitglied der Nationalmannschaft RSG Gruppe beendet, die letzten 2 Jahre davon als Mannschaftskapitänin. Sie begann im Alter von 2 Jahren mit Ballett und tauchte mit 6 Jahren erstmalig bei uns im Verein in der Abteilung RSG in einer Showtanzgruppe auf. Ihre erste Trainerin war dort unsere jetzige 1. Vorsitzende Nicole Greßner. Mit 7 Jahren wechselte Nathalie in den Leistungssport und bekam bei Fortuna Marzahn-Trainerin Beate Giese ihren „Grundschliff“. Als talentierte Gymnastin ging sie zur 5. Klasse auf die damalige RSG Sportschule Coubertin und ab der 7. Klasse fuhr sie täglich ans andere Ende der Stadt ins Landesleistungszentrum der Poelchau-Schule. Bis zum 16. Lebensjahr steigerten sich ihre Leistungen kontinuierlich und dies wurde mit diversen Berliner Meistertiteln und Medaillen bei den DM belohnt. Größere Ziele riefen und Nathalie fuhr nach Schmiden zu einigen Sichtungslehrgängen der Nationalmannschaft, in die sie dann erstmalig mit 16 Jahren kurzfristig als Ersatz für die Olympischen Spiele in Rio berufen wurde. Daraufhin trainierte Nathalie dort 6 Jahre im Hochleistungssport und vertrat unseren Verein, unsere Stadt und unser Land im Nationalteam RSG Gruppe. In diesem Jahr hieß es nun Abschied nehmen von ihrer 2. Heimat Schmiden und Nathalie ist nach Berlin zu uns zurückgekehrt. Daher wurde es Zeit für ein paar Interviewfragen an sie:



Bildrecht: Ullrich Fassbender

- Welche Kindheitserinnerungen aus den ersten Jahren bei uns im Verein sind Dir besonders hängen geblieben?

**Nathi:** Besonders erinnere ich mich an den tollen Zusammenhalt, das Familiäre im Verein...ich bin immer gern zum Training gegangen, musste nie gezwungen werden, in die Halle zu kommen. Jeder wurde akzeptiert und respektiert, Stärken und Schwächen erkannt und jeder wurde dementsprechend gefördert. In den ersten Jahren waren meine Leistungen Mittelmaß und die Kampfrichter sagten, dass nie was aus mir werden würde, aber meine Trainerinnen haben an mich geglaubt!

- Als der Umzug nach Schmiden anstand, fiel Dir das schwer? Gab es viel Heimweh und wie schwer fiel es Deinen Eltern?

**Nathi:** Dadurch das mein Alltag vorher schon an der Sportschule am anderen Ende der Stadt stattfand, war es gar keine so riesige Umstellung und ich und auch meine Eltern waren das schon fast gewöhnt. Das Heimweh war daher nicht so groß.

- Was waren Deine größten Erfolge?

**Nathi:** In meiner Jugend war es schon toll, mehrere Jahre in Folge Berliner Meisterin zu werden und bei den Deutschen Meisterschaften gab es dann auch einige Silbermedaillen (Nathi lacht: immer Silber, weder Gold noch Bronze!). Das erste Highlight war dann natürlich 2016 mit nach Rio zu dürfen, auch wenn ich nur als Ersatz dabei war. Aber dann kamen ja diverse EMs und WMs, wo ich turnen durfte. Das Größte war dann natürlich der 7. Platz bei der WM in Japan letztes Jahr. Wir haben alle unser Bestes gezeigt und es lief alles glatt. Für uns war das das optimale Ergebnis.

- Wie war Euer Nationalmannschaftstraining strukturiert und wie viele Stunden pro Woche wurde trainiert?

**Nathi:** Unser Training in der Nationalmannschaft war 8 Stunden am Tag, 6 Tage die Woche, einen Tag hatten wir frei. Es war in 2 Trainingseinheiten pro Tag unterteilt, 1-2 x pro Woche gab es Athletik/Zirkeltraining und 90min am Tag Ballett.

- Wie habt Ihr Euch als Team verstanden/unterstützt und den Alltag neben dem Training abseits Eurer Heimat und Familien verbracht?

**Nathi:** Im Großen und Ganzen verstanden wir uns gut. Bei 8-9 Mädels im Team gab es natürlich auch mal ein paar Diskussionen, das ist ja normal. Die Jüngeren wohnten im Internat, ab 18 Jahren zogen wir in eine WG, so hatte jede ihr Einzelzimmer, aber Küche, Bad etc. zusammen und somit meisterten wir natürlich auch abseits des Trainingssaals unseren Alltag zusammen. Das ist dann eben die „Ersatzfamilie“.

- Wie geht es Dir nun nach der Rückkehr in die Heimat? Was vermisst Du und was genießt Du?

**Nathi:** Mir geht es sehr gut! Die Rückkehr nach Berlin und das Ende meiner „Karriere“ war meine eigene Entscheidung und es war der richtige Zeitpunkt für den Schlussstrich! Ich genieße meine Freizeit und war auch schon im Urlaub. Natürlich ist es jetzt wichtig, gut abzutrainieren, das wird ca. ein Jahr dauern und ist extrem wichtig für mein Herz!

- Du betonst Dein „Herz“...gab es da ein Problem? Und gab es bei dem großen Trainingspensum noch andere Rückschläge gesundheitlich, die Du verkraften musstest?

**Nathi:** Ja, in 2017 hatte ich eine Herzmuskelentzündung. Das war schon hart! Erst hieß es 6 Monate Sportverbot und am Ende musste ich sogar 10 Monate pausieren, durfte mich null bewegen, um den Puls nicht in die Höhe zu treiben. Ich habe nur zugeschaut. Die geforderten Leistungen, hinterher wieder aufzuholen, war extrem hart. Dann hatte ich noch Ermüdungsbrüche in den Füßen und einen Außenbandriss im Fuß, die WM turnte ich mit gebrochener Rippe.

- Wie sehen Deine Zukunftspläne aus? Bleibst Du uns im Verein erhalten?

**Nathi:** Ab Februar beginne ich mit einer dualen Ausbildung zur Kita-Erzieherin. Und meine Trainer B-Lizenz habe ich ja schon. Die A-Lizenz werde ich dann auch noch machen und natürlich komme ich supergern zu Euch in den Verein als Trainerin zurück.

**Liebe Nathi,** vielen lieben Dank für das Interview und den Einblick in Deine sportliche Laufbahn! Wir haben uns sehr gefreut, dass Du für uns als Verein, so offen, alle Fragen beantwortet hast und denken, jeder wird es so empfinden wie wir: allergrößten Respekt vor Deinen Leistungen und dass Du alle Tiefschläge so tapfer verkraftet hast! Schön, dass Du wieder bei uns bist!

Dein Lieblingsverein, der 1. VfL FORTUNA Marzahn

Interview vom 7.9.2022, durchgeführt von Anja Bier



## INTERVIEW MIT FRIEDRICH RUMPF (LEICHTATHLETIK-SPITZENATHLET UND DEUTSCHER MEISTER)

Zur Person: Friedrich ist 19 Jahre alt und unser derzeit erfolgreichster Leichtathlet. Bevor er 2016 dem Verein beitrug, war er einige Jahre in einem Fußballverein. 2018 nahm er dann an seiner ersten Deutschen Jugendmeisterschaft teil und belegte direkt in der U16 über 300m den 3. Platz. Zwei Jahre später wurde er Deutscher U18 Vizemeister über 200m und 400m. Sein normaler Schulalltag am Wilhelm von Siemens Gymnasium musste seit Ende 2018 mit vielen Trainingseinheiten in der Trainingsgruppe von Stefan Klug abgestimmt werden. Im Sommer 2021 fuhr Friedrich zu seiner ersten Internationalen Meisterschaft, der U20 EM in Tallinn, dort sprintete er mit der Deutschen 4x400m Staffel zur Bronze-Medaille. Bei den diesjährigen Deutschen Jugendmeisterschaften erfüllte sich Friedrichs Traum vom Deutschen Meistertitel gleich doppelt, er gewann über 400m und 200m. Auch von ihm wollten wir natürlich mehr erfahren und freuen uns, dass Friedrich uns ein paar Interviewfragen schriftlich beantwortet hat:



Bildrechte: Friedrich Rumpf

• *War es schon immer Dein Wunschtraum, mal Spitzensportler zu werden oder hat sich das einfach so ergeben?*

**Friedrich:** Den Wunschtraum Spitzensportler zu werden, hatte ich nicht so wirklich. Es hat sich eher so ergeben. Gerade durch die letzte Saison wurde Stefan Klug (siehe Foto) und mir bewusst, dass ich es zu weiteren internationalen Wettkämpfen schaffen könnte.

• *Du warst nicht von Anfang an in unserem Verein...welchem glücklichen Umstand hat unsere Abteilung Leichtathletik zu verdanken, dass Du dort zum Mitglied wurdest?*

**Friedrich:** Auch schon bevor ich mit Leichtathletik angefangen habe, war ich relativ schnell. Mit dem Umzug habe ich beschlossen, es mal mit Leichtathletik zu versuchen.

• *Wie viel trainierst Du derzeit am Tag/wöchentlich?*

**Friedrich:** Derzeit trainiere ich viermal die Woche für jeweils 2h bis 2 1/2h. In naher Zukunft werde ich fünfmal die Woche trainieren.

• *Gibt es neben dem Training für Dich noch Zeit für andere Hobbys/Aktivitäten?*

**Friedrich:** Neben der Leichtathletik bin ich in einem Schachverein. Das ist für mich eine gute Abwechslung zu der vielen Bewegung, die ich sonst habe.

• *Was ist Dein persönliches sportliches Highlight bisher? Was möchtest Du noch in Deiner sportlichen Laufbahn erreichen?*

**Friedrich:** Mein sportliches Highlight war in diesem Jahr als ich in Ulm bei der U20 DM sowohl Gold über 200m als auch Gold über 400 (und dazu zum ersten Mal eine Zeit unter 47s gelaufen bin) geholt habe. Mein Ziel für die nächsten Jahre ist noch an weiteren internationalen Wettkämpfen teilzunehmen.

• *Wie hast Du Deine Corona-Erkrankung kurz vor der diesjährigen U20 WM verkraftet, sowohl körperlich als auch emotional?*

**Friedrich:** Die Chance bei der U20 WM dabei zu sein, gibt es bloß einmal. Dementsprechend war ich auch emotional mitgenommen, als ich nicht teilnehmen konnte. Am Schlimmsten war es für mich, die Läufe, in denen ich gelaufen wäre, im Livestream zu schauen. Da ich einen milden Verlauf hatte, ging es mir körperlich bis auf weiteres ganz gut.

• *Gab es für Dich in den letzten Jahren weitere gesundheitliche Rückschläge zu verkraften und wie kannst Du Dich immer wieder motivieren, Höchstleistungen zu bringen?*

**Friedrich:** Zum Glück hatte ich noch nie eine richtige Verletzung und ich hoffe auch, dass das so bleibt. Ich brauche mich überhaupt nicht zu motivieren, um Hochleistungen zu bringen. Das Training und im Allgemeinen die Leichtathletik macht mir großen Spaß und dies ist schon ein wichtiger Faktor.

**Lieber Friedrich,** auch Dir vielen lieben Dank für das Beantworten der Interviewfragen und somit den kleinen Einblick in Deine sportliche Laufbahn! Wir beglückwünschen Dich zu Deinen hervorragenden Saisonleistungen und sind stolz auf Dich! Wir wünschen Dir die nächsten Jahre viel Energie für die vielen intensiven Trainingsstunden, viele Chancen zu internationalen Wettkämpfen zu fahren und dort die größtmöglichen Erfolge!

Dein Lieblingsverein, der 1. VfL FORTUNA Marzahn

Interview vom 5.10.2022, durchgeführt von Anja Bier



**SAVE THE DATE:** Im Jahr 2020 wurde unser Verein bereits 30 Jahre alt. Leider verhinderte Corona eine Feier. Das soll nun nachgeholt werden! Derzeit ist eine große abteilungsübergreifende Jubiläumsfeier in Planung. Bitte haltet Euch den 25.02.2023 im Kalender frei!

Unsere Geschäftsstelle im Haus des Sports in der Eisenacher Str. 125: Geschäftsführer Jürgen Schöffner und Mitarbeiterin Anja Bier haben für Eure Fragen und Wünsche immer ein offenes Ohr!

Terminvereinbarungen / Anfragen gern per Mail: [geschaeftsfuehrung@vfl-fortuna-marzahn.de](mailto:geschaeftsfuehrung@vfl-fortuna-marzahn.de)

14/10/2022 Newsletter herausgegeben durch die Geschäftsstelle des 1.VfL FORTUNA Marzahn e.V. Texte/Layout: A. Bier, Freigabe N. Greßner  
Alle Angaben ohne Gewähr!