



HSC-NEWSLETTER

vom **25.02.2021**

Nachfolgend findest du die Neuigkeiten aus der vergangenen Woche. Detaillierte Informationen und mögliche Fotogalerien stehen auf unserer Website www.hsc08.de. Wir wünschen dir einen schönen Tag,

dein Newsletter-Team

präsentiert von:  **Sparkasse Hamm**

Informationen und Berichte vom Hauptverein

HAUPTVEREIN – Öffnung der HSC-Bogensportanlage ab dem 24.02.2021

Es geht wieder los...aufgrund der neuen Vorgaben der Landesregierung konnten wir ab Mittwoch, den 24.02.2021 unsere HSC-Bogensportanlage unter strengen Richtlinien wieder öffnen. Dabei ist lediglich das Schießen auf der Außenanlage möglich, die Bogensporthalle bleibt weiterhin geschlossen.

Wir freuen uns, dass wir Euch nach und nach wieder Sport anbieten können und wünschen Euch viel Spaß!

Alle Richtlinien entnehmen ihr bitte [hier](#).



FREIZEITEN – Noch Restplätze für den Segeltörn 2021

Für den Segeltörn 2021, der vom 12.05. – 16.05.2021 stattfindet, gibt es noch 5 Restplätze. Alle Segelneulinge und erfahrene Segler ab 18 Jahren, die Interesse haben, können sich gerne noch anmelden.

Weitere Infos und die Anmeldung findet ihr [hier](#).

Berichte aus den Abteilungen

TENNIS - Der HSC bereitet die Außensaison 2021 vor!

Liebe Tennisfreundinnen, liebe Tennisfreunde,

ein langer und leider für den Tennissport inaktiver Winter neigt sich dem Ende zu. Wir alle hoffen darauf, dass wir möglichst bald wieder in gewohnter Form unserem Sport nachgehen können.

Die Coronaschutzverordnung des Landes NRW vom 22.02.2021 stellt dabei bereits jetzt in Aussicht, dass mit dem Beginn der Außensaison wieder Tennis gespielt werden darf: Ausdrücklich erlaubt ist der Sport „allein oder zu zweit oder ausschließlich mit Personen des eigenen Hausstandes auf Sportanlagen unter freiem Himmel einschließlich der sportlichen Ausbildung im Einzelunterricht. Zwischen verschiedenen Personen oder Personengruppen, die nach Satz 2 gleichzeitig Sport auf Sportanlagen unter freiem Himmel treiben, ist dauerhaft ein Mindestabstand von 5 Metern einzuhalten.“

Auch wenn es der ein oder die andere nicht abwarten kann und unmittelbar loslegen möchte (was bei den frühlingshaften Temperaturen naheliegend ist): Die Plätze müssen erst für die Außensaison vorbereitet werden. Noch müssen wir uns ein wenig gedulden.

Der HSC hat im Rahmen der Vorbereitungen der Tennis-Außenplätze bereits Kontakt zu seinen Partnerfirmen, die für die Platzinstandsetzung zuständig sind, aufgenommen. Wie im Vorjahr ist geplant, dass die Außenplätze ab Ende März wieder genutzt werden können. Dabei spielen natürlich auch die Witterungsbedingungen eine große Rolle – Drücken wir uns also allen fest die Daumen, dass es nicht mehr richtig kalt wird und nicht zu stark regnet.

Leider beziehen sich die Änderungen der Regelungen in NRW auf den Sport nur auf Außensportanlagen. Die Nutzung der HSC-Tennishalle bleibt durch den Erlass vorerst untersagt. Auch hier hoffen wir, dass sich dies noch in der Übergangsphase ändern wird. Wir informieren natürlich, sobald wir etwas Neues erfahren.

Für Fragen steht das Team der HSC-Geschäftsstelle trotz der Beschränkungen für den aktiven Sport unter der Rufnummer (0 23 81) 87 10 100 zur Verfügung.

Bleiben Sie gesund!

Informationen zum HSC-Sportwerk

Eine ausführliche Bildergalerie mit **exklusiven Einblicken** in das HSC-Sportwerk gibt es [hier](#).

Alle Informationen zur **Mitgliedschaft** und den Beiträgen gibt es [hier](#).

Alle Informationen zur **Trainingsfläche** gibt es hier und zu den **Kursen** [hier](#).

Alle Antworten zu deinen Fragen gibt es [hier](#) im **FAQ**.

Beweglichkeitswoche im Sportwerk

Bereits seit fast 4 Monaten müssen die Fitnessstudios aufgrund des Lockdowns geschlossen bleiben.

Mit Home-Workouts, Online-Kursen, Joggen oder Spaziergängen, versucht man auch in dieser Zeit sich weiter fit zu halten.

Oftmals bleibt leider aber eine wichtige Komponente unbeachtet. Das Beweglichkeitstraining!

Deswegen zeigen wir euch in dieser Woche jeden Tag simple Beweglichkeitsübungen für Zuhause, sodass ihr wie sonst im FIVE-Bereich auch eure Beweglichkeit trainieren könnt. Diese findet ihr auf der Facebook- und Instagram-Seite des HSC-Sportwerk.

Viel Spaß!

Aktuelles von den Ahsestrolchen

Willkommen zurück

Seit Montag ist es endlich wieder voller bei den Ahsestrolchen. Fast alle Kinder haben sich morgens wieder auf den Weg gemacht und sind in die Kita gekommen. Über drei getrennte Eingänge betreten die Kinder die Räumlichkeiten. Gruppentrennung ist da das große Stichwort.

Zum Glück ist passend zur Wiedereröffnung für alle das Wetter herrlich und man kann ganz viel Zeit an der frischen Luft verbringen. Die Kleinsten spielen auf dem Außengelände im Sand, die anderen beiden Gruppen machen sich auf längeren Spaziergängen mit der näheren Umgebung bekannt. Da sollte es mit den Aerosolen und der Abstandshaltung doch kein Problem sein. Und die Kinder haben Spaß mit ihren Freunden unterwegs zu sein und das ist doch in der momentanen Zeit ein echter Lichtblick!



Aktuelles von den Grashüpfern

Turnen im Winterland

Für die wilden Hummeln ging es am Montag in die Turnhalle. Aber nanu! Was ist denn da passiert?

Es hat geschneit!

Der ganze Boden lauter Schnee und Eis! Damit wir in die Turnhalle kommen, mussten wir erstmal Schnee schippen!

Nach dem Schnee schippen, ging es für uns auf die Skier! Endlich sind wir angekommen!

Wir waren uns schnell einig, dass wir den tollen Schnee nochmal ausnutzen möchten!

Deshalb haben wir nochmal mit Schneebällen geworfen, sind Schlitten gefahren und konnten einen Eistunnel erkunden.

Zum Abschluss des Tages haben wir alle Schneebälle gesammelt und haben sie zum Tanzen gebracht!

Draußen auf dem Außengelände ging es weiter mit dem Projekt und es wurden Schneemänner aus Alltagsmaterialien gebastelt!

Das Ergebnis kann sich sehen lassen!



Der Frühling kann kommen!

Passend zum schönen Wetter, wird die Gruppe umgestaltet. Weg mit der Winterdeko, der Frühling kann kommen! Gestartet sind wir mit Frühlings-Bildern, die unsere Gruppentür schmücken werden. Jedoch haben wir nicht mit einem Pinsel gemalt, sondern mit einer Gabel... aber Moment mal! Mit einer Gabel malen? Die Käfer-Kinder haben es ausprobiert und es hat super geklappt!

Die Ergebnisse können sich sehen lassen



Winterwoche bei den Hummeln

Diese und nächste Woche steht bei den „wilden Hummeln“ das Thema „Winter“ an. Leider ist der Schnee schon geschmolzen. Damit wir aber noch ein bisschen Winterstimmung haben, wurde die Gruppe fleißig geschmückt. Aus Flaschen wurden Schneemänner gestaltet und aus Ästen Schneeflocken. Zudem haben die Kinder noch Pinguine und Eisbären gebastelt.

Nächste Woche geht es weiter mit tollen Aktivitäten. Auf die Kinder warten eine Turnstunde im Winterland, das Backen eines Schneeflockenkuchens und interessante Experimente.

Die Kinder sind schon sehr gespannt und freuen sich auf eine schöne Winterwoche.



Informationen unserer Kooperationspartner

Schlemmersonntage im Auszeit Bistro

Im März bietet das Auszeit Bistro erneut zwei Schlemmersonntage an, die sich um das Thema „Wild“ und „Iberico“ drehen. Der Schlemmersonntag Wild wird am 07.03. sein (Anmeldeschluss 03.03., 12:00 Uhr). Am 21.03. folgt der Schlemmersonntag Iberico (Anmeldeschluss 17.03., 12:00 Uhr).

Die gesamten Menüs findet ihr [hier](#).

Das Auszeit-Team freut sich auf Euch!

Mittagstisch: 01.03. – 05.03.2021



Das Auszeit Bistro bietet in der Zeit von **12:00 – 13:00 Uhr** ein leckeres und abwechslungsreiches Mittagessen an.

Aufgrund der aktuellen Corona-Situation sind alle Gerichte nur zum Abholen nach vorheriger Anmeldung (bis spätestens 8:00 Uhr morgens) unter der 0173-2916789.

Bitte bei der Abholung an Tupperware für den Transport denken.

Montag, 01.03.2021	Sauerfleisch mit Bratkartoffeln & hausgemachter Remoulade
Dienstag, 02.03.2021	Spaghetti Carbonara Italia
Mittwoch, 03.03.2021	Rinderrouladen, Rosenkohl & Salzkartoffeln
Donnerstag, 04.03.2021	Schweinenacken mit Apfel-Rote Bete-Vinaigrette & Bratkartoffeln
Freitag, 05.03.2021	Zanderfilet mit Grissinikruste auf Paprikagemüse

Außerdem gibt es noch weitere Gerichte zum Mittag. Auch hier bitten wir um entsprechende Vorbestellung. Die Karte findet ihr [hier](#).

Mailimpresum

Hammer SportClub 2008 e.V.

Am Südbad 9 - 59069 Hamm - Tel.: (0 23 81) 87 10 100 - Fax: (0 23 81) 53 227 – E-Mail: info@hsc08.de - www.hsc08.de

Wenn du keinen Newsletter mehr beziehen möchtest, sende bitte eine E-Mail an news@hsc08.de!