

# Newsletter Betriebssport

Raus aus der Bank- Rein in unsere Teams

01/2021



Herzlich willkommen zur 1. Ausgabe des DekaBank Sport-Newsletters 2021, womit wir wieder alle Mitglieder und Interessenten über Neuigkeiten des Vereins und unser Programm informieren wollen.

## Aktuelles aus dem Verein:

- Mitgliederversammlung am 14.09.2021

Die nächste Mitgliederversammlung ist für Dienstag, 14. September 2021 (17 Uhr) terminiert. Bitte merkt Euch diesen Termin vor. Die Einladung dazu erhaltet Ihr wie gewohnt spätestens 2 Wochen vorher. Wie in jedem Jahr planen wir eine Veranstaltung vor Ort in der Pantry des Trianon. Neben den üblichen organisatorischen Tagesordnungspunkten werden wir schon einmal jetzt darauf hinweisen, dass wir spätestens im nächsten Jahr die Stelle des Kassierers neu besetzen müssen. Ferner ist auch noch – nachdem Siegfried Krentz die Bank verlassen hat – eine neue Teamleitung „Laufen“ gesucht.

- Statistik (per 02.04.2021):

- Aktive Vereinsmitglieder: 514 ↓
- Männer: 402    Frauen: 112
- Alter bis 30: 47    30 bis 40: 93    40 bis 50: 164    50 bis 60: 166    über 60: 44
- Neue Mitglieder seit Jahresbeginn: 0 (Vorjahr: 33)
- Gerd-Helmut Schäfer und Dieter Friedrich sind in diesem Jahr seit 40 Jahren im Verein: Eintritt 1981

- COVID-19 (Nach der Welle ist vor der Welle, oder?)

Grundsätzlich ist der Vereinssport in Hessen wieder möglich, auch wenn aktuelle Abstands- und Hygienekonzepte einzuhalten sind und die Durchführung z.T. etwas umständlicher ist. Immer aktuelle Informationen findet Ihr z.B. unter <https://www.landessportbund-hessen.de/servicebereich/news/coronavirus/>

Die Schulsporthallen sind zwar offiziell von der Stadt Frankfurt seit Juni wieder freigegeben worden, z.T. ist die Nutzung derzeit aber noch eingeschränkt (Duschen und Umkleiden). Zum aktuellen Trainingsplan -> siehe weiter hinten. Hoffen wir, dass die bevorstehende vierte Welle nicht so einschneidend für Uns alle werden wird – wer geimpft ist schützt sich und andere vor einer besonders schwerwiegenden COVID-19-Erkrankung!!

- Nachruf: Unser Vereinsmitglied **Frau Lisbeth Martin** ist im hohen Alter von 100 Jahren verstorben. Zum Glück hatte Armin Salbert sie noch vor Kurzem zu Ihrem großen runden Geburtstag im März besucht.



## Veranstaltungen 2021/2022:

- Restliche Veranstaltungen in 2021

- Frankfurt City **Triathlon** 2021 (bereits am 01.08.2021) mit 3 DekaSport-Mitgliedern am Start
- 46. Dt. Sparkassen-**Marathon** am 19. September 2021 bei der Sparkasse Marburg-Biedenkopf (virtuell)
- **Bürostadtlauf** F-Niederrad (virtuell) am 19. August 2021 (5/10km Laufen oder auch 30/50km Radfahren!)
- Kartrennen „**S-Kart-Pokal**“ der Kreissparkasse Börde (Oschersleben) am 11. September (Anmeldung bis 16.08.2021 (Ansprechpartner Team Deka: Ralf Füllgrabe -1740) <http://www.s-kart-pokal.de/>

# Newsletter Betriebssport

Raus aus der Bank- Rein in unsere Teams

01/2021



- Team **Golf**: Teilnahme an den letzten Turnieren des Jahres (Ansprechpartner: Andrej Kroth: -7017)
  - Online - DBM **Fernschach** 15.09 und 15.10 (Ansprechpartner: Peter Ortinau: -8229)
  - Team **Squash** nimmt regulären Spielbetrieb im MAKKABI Sportpark (Bockenheim) wieder auf
  - Team **Schwimmen** muss sich leider noch gedulden – wir arbeiten an einer Lösung.
- Planungen für 2022 (vorbehaltlich den weiteren Restriktionen/Absagen wegen der Corona-Pandemie)
    - Der **42. Sparkassen-Skilanglauf** in Hinterzarten/Schwarzwald – ein Jedermann-Wettbewerb – findet voraussichtlich am 05.02.2022 (KW 5) statt. Training und Einweisung in der angegebenen Kalenderwoche.
    - **Aktivwochenende**: Aus aktueller Sicht können wir in die Planungen für ein drittes Aktivwochenende noch nicht einsteigen. Über den aktuellen Stand der weiteren Planungen werden wir euch frühzeitig informieren.
    - **Europäische Betriebssportmeisterschaften** 2022 Arnheim (NL) finden voraussichtlich vom 22. bis 26. Juni 2022 statt. Es ist zwar noch etwas hin, aber eine gute Vorbereitung kann ja grundsätzlich nicht schaden.
    - **47. Sparkassenmarathon** bei der **Sparkasse Hannover**: hier hoffen wir wieder auf eine starke Deka-Beteiligung – nicht nur bei der Après-Party!
    - **JPMCC-Lauf** 2022 -> die Organisation erfolgt durch den Bereich Personal/Vertrieb

## Aktueller Trainingsplan DekaSport e.V.

Trainingsplan DekaBank Sport e.V.					
Zeit (ab)	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11 Uhr	11 - 12 Uhr <b>Schwimmen</b> Landessportbund Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4, F.Niederrad <i>Training erst nach den Sommerferien</i>	12 - 13 Uhr <b>Zhineng Qigong</b> Gymnastikraum 8. OG <i>Training erst nach Umzug ins neue Gebäude!</i>	11.30 - 12.30 Uhr <b>Deka Lauftreff Prisma</b> Treffpunkt Haupteingang Prisma Kontakt: Joachim Römer*	12 - 13 Uhr <b>Schwimmen</b> Landessportbund Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4, F.Niederrad <i>Training erst nach den Sommerferien</i>	
13 Uhr				13 - 14 Uhr <b>Fitness-im-Freien</b> <i>Derzeit kein Training / Spiel</i>	
17 Uhr	18 - 20.30 Uhr <b>Tischtennis</b> Sporthalle Musterschule, 5-9 Oberweg (F-Nordend) Kontakt: Benedikt Sauer*	17.30 - 19.00 Uhr <b>Tanzen</b> Seitenraum Kantine ML16 <i>Findet derzeit noch nicht statt!</i>	17.30 - 20.30 Uhr <b>Kegeln</b> Saalbau Bornheim, <b>Aynsburger</b> Str. 24 <i>Findet derzeit noch nicht statt!</i>	18 - 21 Uhr <b>Golf</b> (Mai-Sept) Golf-Club Neuohf (Dreieich) Kontakt: Andrej Kroth*	
			18 - 19 Uhr <b>Deka Lauftreff Trianon</b> Treffpkt. Seiteneingang früheres HC <i>Findet derzeit noch nicht statt!</i>	18 - 20.00 Uhr <b>Basketball</b> Sporthalle der Friedrich-Fröbel-Schule, Else-Alken-Straße 3 (Niederrad) Kontakt: Marvin Abedi-Boafo*	
19 Uhr	18 - 21 Uhr <b>Tennis auf Sandplätzen</b> TGS Vorwärts 1874 e.V., <b>Rebstöcker</b> Weg 17, F-Rödelheim Kontakt: Volker Starck*	18 - 21 Uhr <b>„Fußballertennis“</b> TGS Vorwärts 1874 e.V., <b>Rebstöcker</b> Weg 17, F-Rödelheim Kontakt: Volker Starck*	18 - 21 Uhr <b>Tennis auf Sandplätzen</b> TGS Vorwärts 1874 e.V., <b>Rebstöcker</b> Weg 17, F-Rödelheim Kontakt: Volker Starck*	18 - 19 Uhr, ggf. Verlängerung <b>Squash</b> Makkabi Tennis & Squash Park Kontakt: Frank Griebel*	<i>Individuelle Wettkampfvorbereitung oder einfach nur „fit-for-work“ ☺</i>
	19 - 22 Uhr <b>Tennis (Halle)</b> FTG-Rödelheim, <b>Rebstöcker</b> Weg 15, F-Rödelheim Kontakt: Tim Irrgang*	19 - 20 Uhr, ggf. Verlängerung <b>Squash</b> Makkabi Tennis & Squash Park Kontakt: Frank Griebel*	19 - 20.30 Uhr <b>Drachenbootfahren</b> Mainufer Siemenschule, Gutleutstraße 333-335 ( <b>Guteur</b> ) Kontakt: Frank Lay*	ab 19 Uhr (1 x monatlich) <b>Schafkopf</b> „Casablanca“, Adalbertstraße 36A (F-Bockenheim) Kontakt: Frank Hartmann*	
		20 - 21 Uhr <b>Fußball</b> (Winter) <i>Derzeit kein Spiel/Training!</i>	19.30 - 21 Uhr <b>Fußball</b> (Sommer) TGS Vorwärts 1874 e.V., <b>Rebstöcker</b> Weg 17, F-Rödelheim Kontakt: Thomas Held *	19 - 20.30 Uhr <b>Fußball</b> (Winter) <i>Derzeit kein Spiel/Training!</i>	
nach Absprache	<b>Badminton</b> Spielmöglichkeiten z. B. im Fitnessstudio Bodylife, FitnessFirst- Eckenheim, oder FTG-Sportfabrik*	<b>Triathlon</b> Training (Radfahren, Schwimmen, Laufen) <u>nach Absprache</u> Kontakt: Tanja Bauer*	<b>Schach</b> <i>Findet derzeit noch nicht statt!</i> Kontakt: Peter Ortinau*	Zusätzlich können auch die Angebote des BSV-Hessen genutzt werden, z.B. <b>Yoga, Aqua- Gymnastik, Salza oder Dart</b> <a href="https://bsv-frankfurt.de/">https://bsv-frankfurt.de/</a>	
*Bitte die aktuell geltenden Abstands- und Hygieneregungen der Landesregierung Hessen beachten! <a href="https://www.landessportbund-hessen.de/servicebereich/news/coronavirus/">https://www.landessportbund-hessen.de/servicebereich/news/coronavirus/</a>					

Ansprechpartner sowie weitere Informationen unter [www.deka-sport.de](http://www.deka-sport.de) oder auf Facebook „Deka-Sport“

Stand: 08/2021

# Newsletter Betriebssport

Raus aus der Bank- Rein in unsere Teams

01/2021

The logo for Sport Deka, featuring the word "Sport" in a black, stylized font above the word "Deka" in a larger, bold, red font.

## Verschiedenes DekaSport:

- „Holger Terhaag holt den Sieg beim EM-Tippspiel“

Bis zum Achtelfinale wechselten die Podiumsplätze von Spiel zu Spiel. Dann setzte sich Holger Terhaag (Sparkassenvertrieb NRW) an die Spitze und behauptete bis nach dem Endspiel den 1. Platz. Dabei war das Finale beim Tippspiel so eng wie das Spiel zwischen England und Italien. Die ersten drei Plätze trennten gerade mal vier Punkte. Den zweiten Platz belegte Alexander Hörnlein (Vermögensmanagement) alias AlexH, den dritten Platz ertippte sich Daniel Müller (Private Banking und Produktmanagement) alias Zauberkünstler. In einer kleinen Online-Siegerehrung wurden den Erstplatzierten die Preise überreicht. Als Lohn für die richtigen Tipps gab es Einkaufsgutscheine für den Sportartikel-Shop Teamsports.de. Erstmals wurde der kreativste Tippnamen gekürt. Die Fachjury des Betriebssportvorstandes entschied sich für den „Bratwursttester“. Hannes Klockmann aus dem Bereich Personal zeigte mit diesem Namen die Leidenschaft für die „3. Halbzeit“, die bei jedem Fußballspiel natürlich auch wichtiger Bestandteil ist. Beim Tippen hat dies allerdings wenig geholfen. Der Bratwursttester landete im Mittelfeld. Als Trost für die Platzierung und Anerkennung für den kreativen Tippnamen erhielt Hannes Klockmann immerhin ein kleines Präsent vom Betriebssportverein. Auch wenn die EM für die deutsche Mannschaft kein gutes Ende fand, war das Tippspiel mal wieder eine „runde“ Sache. Vielen Dank fürs Mitspielen! Wir fiebern jetzt schon auf die WM in Katar hin....

- Deka machtfit-Plattform – erste Erfahrungen:

Das DekaBank-eigene Fitnesscenter ist Geschichte – dafür ist die DekaBank seit Anfang des Jahres in enger Kooperation mit der Fitnessplattform „machtfit, einem Startup aus Berlin. Erste Erfahrungen haben gezeigt, dass sich in Zeiten von Homeoffice dieses Angebot schon bei vielen Kollegen und Kolleginnen bewährt hat. Zum einen gibt es einen allgemeinen Angebotsbereich sowie einen Firmenbereich DekaBank. Hierüber wird beispielsweise der Firmenlauf (06.-12.09.21) oder „Augentraining“ sowie u.a. die Kurse „Rückenfit“ oder „Bauchkiller“ angeboten. Hier treffen wir übrigens alte Bekannte aus dem Health-Center wieder. Im Allgemeinen Bereich gibt es unzählige Angebote zu Sport & Bewegung, Gesundheit und Ernährung, Prävention und Beratung sowie Aktionen wie z.B. „machtfit-Sommer-spiele“. Hervorzuheben ist, dass es neben den reinen Sportangeboten auch ein „machtfit“-Magazin mit vielen interessanten Artikeln über Ernährung, Rezepte, Trinkverhalten oder Entspannung gibt. Grundsätzlich sind die Anmeldung und Bedienung des machtfit-Portals leicht und verständlich. Über das Setzen von Filtern kann man seine individuellen Interessen und Vorlieben eingrenzen und stößt so z.B. auch auf Kurse wie „Stand-up-Paddling“ oder ein hilfreiches „Akkupressurmatten-Set“.

Das Angebot des DekaSport e.V. wird weiterhin in bewährter Form angeboten – der Mannschaftssport stellt immer noch eine hervorragende Möglichkeit der Vernetzung und des Austauschs unter den Beschäftigten der DekaBank dar. Außerdem kann man nicht jede Sportart alleine ausführen und es gibt mehr Spaß, Antrieb und Motivation beim Sport im Team.

- COVID-19: Regelmäßiger Sport kann vor schwerem Krankheitsverlauf schützen

*Los Angeles* – Mitglieder einer US-Krankenversicherung, die bei den regelmäßigen Befragungen bei Arztterminen eine geringe körperliche Aktivität angegeben hatten, erkrankten im Fall einer Infektion mit SARS-CoV-2 häufiger schwer an COVID-19. Auch das Sterberisiko war laut einer Studie im British Journal of Sports Medicine (2021; DOI: 10.1136/bjsports-2021-104080) deutlich erhöht.

Den kompletten Artikel findet Ihr unter <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/122966/COVID-19-Regelmaessiger-Sport-kann-vor-schwerem-Krankheitsverlauf-schuetzen>.

- Kooperationen:

An dieser Stelle möchten wir Euch noch einmal auf unsere Kooperationspartner sowie das sehr diversifizierte Sportangebot der „Mitarbeiter Vorteile“ im Intranet aufmerksam machen.

- **Teamsports Egelsbach**

# Newsletter Betriebssport

Raus aus der Bank- Rein in unsere Teams

01/2021

Sport  
**„Deka**

- **STEWA Touristik**
- **United Volleys Frankfurt**
- **Corporate Benefits** und **Sparkassen-Mitarbeitereinkauf (über 30 Sportartikel-Anbieter!)**
- Umzug von der Hahnstrasse 55 zur Lyoner Straße 13  
Große Ereignisse werfen Ihre Schatten voraus. Bald ist es soweit. Die Umzugskartons sind schon gepackt, das Gebäude in Frankfurt-Niederrad wird gerade ausgemistet und für den Auszug vorbereitet. Daneben haben auch wir vom DekaSport ein paar Dinge vorab umziehen lassen. Zum einen wurde die Pokal-Vitrine wieder ins Trianon umgezogen. Dies erfolgt, bis später ein neuer Standort im neuen Gebäude gefunden ist. Erfreulich ist, dass das neue Gebäude besser auf sportliche Belange ausgelegt sein wird als das Prisma. Zum einen gibt es für alle Fahrradbegeisterten sehr viel mehr Abstellmöglichkeiten, so dass der Weg zur sportlich mit dem Fahrrad zurückgelegt werden kann. Zum anderen wird es im 8.OG des neuen Gebäudes einen Gymnastikraum geben, den u.a. auch unser Team Zhineng Qigong nutzen kann. Über Umkleide und Duschkmöglichkeiten kann man sich vorab über die Projektseite im Intranet informieren.
- Danksagungen und Ehrungen  
Wir danken allen Teamleitern/-innen für Ihr Engagement und ihre große Bereitschaft, das Sportangebot in der Deka-Bank zu ermöglichen und aufrecht zu erhalten. Allen, die an Wettkämpfen teilgenommen haben, herzlichen Glückwunsch vom gesamten Vorstand.

## Bilderrückblick auf die European Company Sport Games in Salzburg 2019:

Viele Grüße und bleibt gesund!

**Der Vorstand des DekaBank Sport e.V.**  
– Der nächste Newsletter erscheint vsl. in Q1 2022 –  
(Redaktion: Jens Willmann & Volker Starck)

