



## » VAF aktuell „Juli/August 2008“



„Ganz schön was los hier!“, scheint Leo zu sagen. Also Schuhe ausziehen und mithopsen auf der großen Hüpfburg. Sie ist eine unserer zahlreichen Attraktionen des Kinder-Sommerfestes. Mehr dazu auf Seite 3.

### » Liebe Leserin, lieber Leser,

nach einem traumhaften, sonnigen Frühling stehen wir schon mit beiden Beinen in einem ereignisreichen, heißen Sommer. Damit Sie erst gar nicht in Versuchung kommen, die schönen Monate außerhalb Hamburgs zu verbringen, haben wir für Sie einen frischen, farbenfrohen Cocktail gemischt. Denn in diesem Sommer sind Sport, Spiel, Spannung und vor allem Spaß angesagt. Hauptsache, keine Langeweile!

Genießen Sie die beschwingte Jahreszeit. Feiern Sie mit uns die Feste, wie sie fallen, gönnen Sie sich einen kleinen Flirt oder gehen Sie längerfristige Bindungen ein. Bei uns ist alles möglich. Mitmachen lohnt sich.

Herzlichst  
Ihr VAF-Team

### » Vier gewinnt! - Sommerspiel vom 14. Juli bis 27. August

Ohne Schweiß kein Preis - denn beim diesjährigen Sommerspiel legen sich unsere Studiomitglieder wieder richtig ins Zeug. Zunächst heißt es, schnell Viererteams zu bilden, dann fleißig - allein oder in der Gruppe - trainieren und für jeden absolvierten Termin Punkte sammeln. Für 30 Punkte gibt es jeweils ein Los. Und mit etwas Glück erhält man darauf sogar einen der schönen Hauptgewinne. Auf einer kleinen Party am Freitag, dem 29. August, werden alle Gewinner gezogen. Nähere Infos beim Trainierteam im Studio für gesunde Fitness.



## Kinder, das wird ein Sommer!

Summer in the City? Wer die Ferien zuhause verbringt, muss auf Spaß und Action nicht verzichten. Das sind unsere besonderen Angebote für euch:

### »» Triathlon-Schnupperwoche vom 18.08. - 22.08.2008

Eine Woche können Kinder von acht bis zwölf Jahren ausprobieren, ob ihnen Triathlon Spaß macht. Schwimmen, Laufen, Radfahren - alle drei Disziplinen werden ausgiebig trainiert, denn am Ende steht der spannende Minitriathlon.

Alle Teilnehmer müssen den Freischwimmer haben oder 50 Meter sicher schwimmen. Mitzubringen sind Sportkleidung für drinnen und draußen, Fahrrad, Helm, Badekleidung, Schwimmbrille und Verpflegung für die Pause.

Zeiten: Montag bis Freitag von 10.00 – 13.00 Uhr

Leitung: Matthias Lehne

Preis: € 60,- pro Kind

Preis mit Ferienpass: € 50,- pro Kind

Ort: VAF Freizeitsportanlage, Bertrand-Russell-Str. 4

Anmeldung bis zum 31.07.2008.

### »» Sommer-Sport-Camp vom 21.07. - 24.07.2008



Schaukelspaß in der KiSS

Habt Ihr Lust auf eine kleine Abenteuerreise? In der VAF KinderSport-Schule (KiSS) erwarten euch viele Überraschungen: Ihr geht auf eine Bewegungsbaustelle, auf Schatzsuche und werdet rund um den Zirkus viel Neues kennen lernen. Dazu gibt es viele eurer Lieblingsspiele. Bitte mitbringen: Sportkleidung für drinnen und draußen.

Zeiten: Montag bis Donnerstag, 10.00 - 15.00 Uhr

Alter: 5 – 10 Jahre

Leitung: Susann Schönemann

Preis: € 60,- pro Kind

Preis mit Ferienpass: € 50,- pro Kind

Ort: KiSS-Halle, Stiefmütterchenweg 42 – 46

Anmeldung bis zum 15.07.2008

### »» Ein bisschen Meer: Wasserspaß für Kinder Mittwochs 12.00 - 14.00 Uhr

Das gibt es nur in den Ferien! Wasserspielzeuge verwandeln das Bad in eine Spiellandschaft mit vielen Abenteuern. Eintritt: € 2,50 pro Kind

Termine: 23.07.2008    13.08.2008    30.07.2008    20.08.2008    06.08.2008    27.08.2008



## >> Sommerfest

Mittlerweile ist es im ganzen Stadtteil bekannt: das VAF-Sommerfest für Kinder und Jugendliche. Am Samstag, dem 5. Juli, dreht sich von 15 bis 18 Uhr in der gesamten VAF-Freizeitsportanlage mit seinem großen Schwimmbad und seiner Bewegungskindertagesstätte alles um Spaß und Bewegung. Mit Unterstützung des Sportamtes, des Hamburger Sportbundes und der Sportjugend haben die Organisatoren wieder ein tolles Programm auf die Beine gestellt.

Das erwartet Euch:

- Kindergartenspielplatz mit Wassermatschbahn und Trampolin
- Überraschungen mit dem Zauberclown Maximum
- AWO Kids Lab zum Forschen und Experimentieren
- Wasserspaß in der Schwimmhalle
- Riesen-Luftkissen-Hüpfburg
- Schmink- und Malecke
- Kinderflohmarkt (ohne Anmeldung, einfach Decken mitbringen)
- Tanz-Präsentation "Fit Kids & Teen Power"

## ..... und die Erwachsenen haben auch ihr Vergnügen!

### >> Sommerflirt

Sie sind in richtiger Sommerlaune? Möchten spontan sein, Neues ausprobieren ohne sich festzulegen? Dann sollten Sie unsere Sommer-Kurse besuchen!



Sonnige Zeiten für unsere Studiomitglieder

Vom 1. Juli bis zum 31. August können Sie zahlreiche Kurse einzeln buchen – einfach vorbeikommen und mitmachen. Auch jenseits der Klassiker wie Aerobic, Pilates und Bauch-Beine-Rücken-Po finden Sie interessante Angebote, zum Beispiel Aqua-Workout, Spinning Fatburner, Power Yoga oder Langhanteltraining. Bei Erwerb einer Zehnerkarte sparen Sie und sind 1x kostenfrei dabei.

Einzeleintritt: jeweils € 6,-- Zehnerkarte: € 54,--

### >> Sommerfreundschaft

Sie sind schon bindungswillig? Aber wollen noch keine dauerhafte Liaison eingehen? Dann empfehlen wir Ihnen einen Probemonat im Studio für gesunde Fitness. Eine richtig schöne Sommerfreundschaft, vielleicht wird ja mehr daraus...

Vom 1. Juli bis zum 31. August 2008 können Sie für einen Monat Mitglied im Studio für gesunde Fitness werden, zu besonders günstigen Konditionen.

Preis: € 48,- inkl. Schwimmen und Sauna

Preis: € 58,- plus Gym-Abo



## >> Sommergespräch

Der sonnigste Mai seit Beginn der Wetteraufzeichnungen machte Lust auf Bewegung. Aber trotz der vielen Sonnenstrahlen steigen die Energiepreise auch für den VAF. Im Gespräch dazu Thomas Beyer, erster Vorsitzender des VAF.

*VAF aktuell: Zum 1. Juli dieses Jahres werden die Mitgliedsbeiträge erhöht.*

Thomas Beyer: Ja, unsere Schwimm-Mitglieder zahlen dann 33,- Euro statt 30,- Euro monatlich, die Studiomitglieder künftig 58,- Euro statt wie bisher 55,- Euro pro Monat. Die steigenden Energiekosten machten diese Entscheidung leider unabdingbar.

*VAF aktuell: Die anderen Bereiche bleiben von Preissteigerungen unberührt?*

Thomas Beyer: Die VAF-Schwimmschule, die Kindersportschule und unsere Kurse für Kinder und Erwachsene bleiben stabil. Damit sichern wir vor allem für Familien und Kinder weiterhin preisgünstige Angebote.

*VAF aktuell: Wie hoch ist eigentlich der Energiebedarf für Sauna, Schwimmbad, Duschen und Heizung?*

Thomas Beyer: Auf ein Jahr betrachtet könnte man davon problemlos 50 Einfamilienhäuser ausreichend versorgen. Diese Ausgaben belasten in hohem Maße unser Budget.

*VAF aktuell: Lässt sich keine Energie einsparen?*

Thomas Beyer: Schon seit Jahren stemmen wir uns mit energiesparenden Maßnahmen gegen die steigenden Kosten. Doch auch die moderne Technik hat ihre Grenzen.



Thomas Beyer, Vorsitzender des VAF  
(Foto: adh)

*Thomas, seit 1990 bestimmst du ehrenamtlich als Vorsitzender des VAF maßgeblich das Geschick des Vereins. Vor zwei Monaten wurdest du zum Geschäftsführer der Universiade Bewerbungsgesellschaft ernannt mit dem Ziel, die Weltsportspiele der Studenten nach Hamburg zu holen. Bleibst du dem VAF erhalten?*

Sehr gerne sogar und vorausgesetzt, der Verein will es auch. Die Arbeit mit den Vorstandskollegen bringt viel Spaß und zusammen mit den hauptamtlichen Mitarbeitern sind wir ein sehr produktives Team im Interesse der Mitglieder. Ich glaube, die sehen das auch so, denn alle Kurven zeigen kontinuierlich nach oben. Ich halte den VAF für einen leistungsstarken Verein und das gibt mir viel Kraft für die sehr sportliche Aufgabe, die zweitgrößte Multisportveranstaltung der Welt mit 10.000 Teilnehmern nach Hamburg zu holen.

*Thomas, wir wünschen dir viel Glück für die neue Aufgabe und weiterhin alles Gute bei der ehrenamtlichen Arbeit mit deinen Vorstandskollegen Evelyn Butter-Berking und Peter Joerss.*