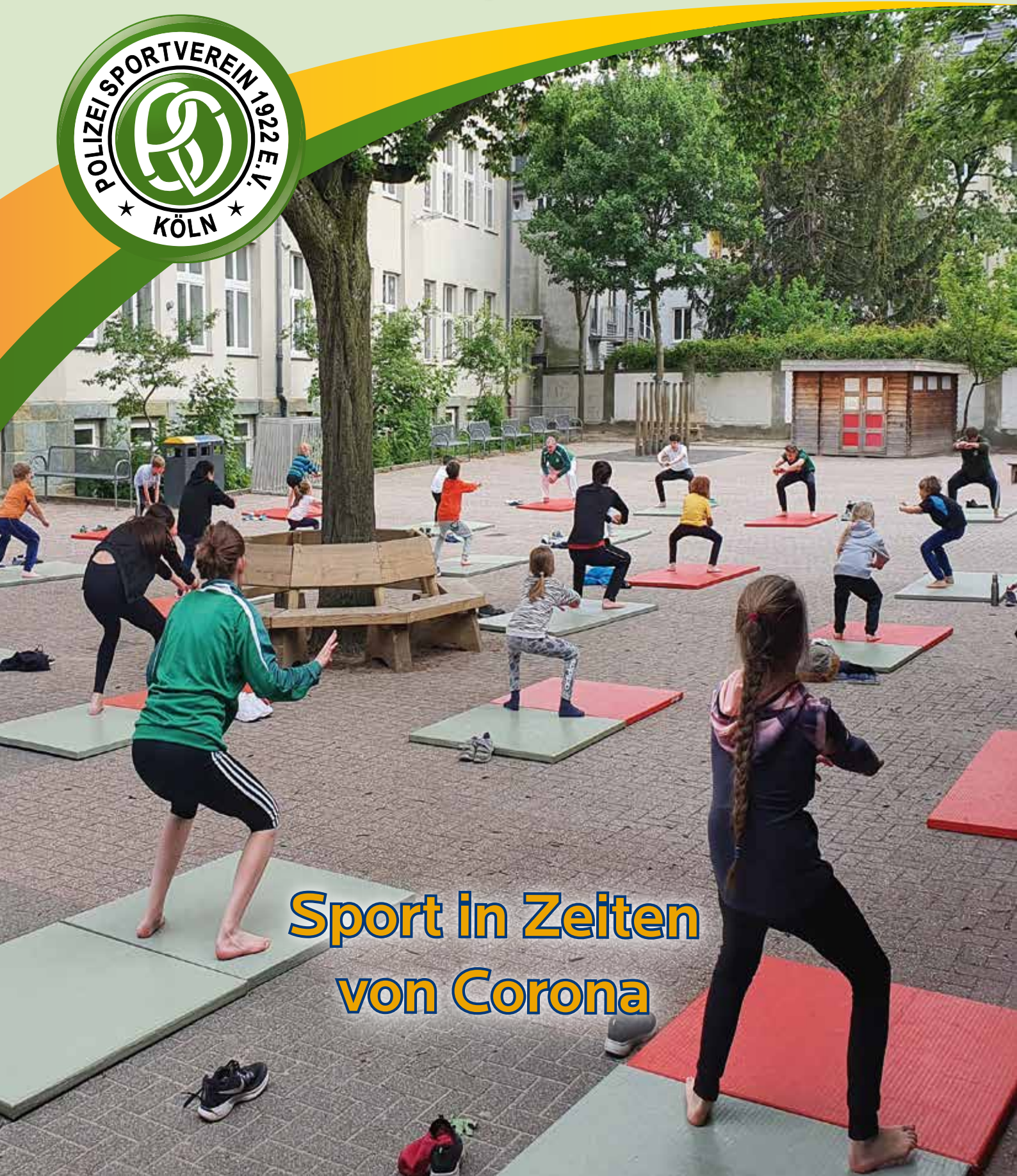


POLIZEI SPORTVEREIN KÖLN

www.psv-koeln.de *Mach mit!*



**Sport in Zeiten
von Corona**

Inhalt

Aktuelles Sportangebot	4
Der Hundesport ist zurück	6
Abteilung Hundesport	
Open-Air-Training	8
Abteilung Judo	
Am Anfang war nur der Sport	10
Abteilung Schießsport	
Was macht eigentlich	12
Abteilung Leichtathletik	
Kapitaler Fang wieder in Freiheit	14
Abteilung Angeln	
Der Vorstand zu Corona und den Folgen	15
Der Vorstand	
Fliegerische Praxis	16
Abteilung Luftsport	
Wir sind wieder da	20
Abteilung Seniorensport	
Kölner Altstadtlauf musste verschoben werden	22
Allgemein	



Titelfoto: Abt. Judo

Editorial

*Liebe Sportfreunde, Freunde und
Förderer des PolizeiSportVereins Köln,*



wir sind inzwischen in der zweiten Hälfte dieses besonderen Jahres angekommen und allmählich hat man sich an die ungewohnten Umstände durch COVID 19 gewöhnt. Wer hätte noch vor einem Jahr sich vorstellen können, mit welchen Bedingungen und Auflagen sich die Gesellschaft und insbesondere auch der Sport in diesem Jahr konfrontiert sieht. Nicht nur im Profisport kommt es zu erheblichen Einbußen und existenziellen Krisen, sondern auch im ambitionierten Amateursport und selbst im Hobbybereich. Bislang ist es uns gelungen, die strengen Coronaschutzmaßnahmen in unseren Abteilungen einzuhalten und zu beachten. Dafür bedanke ich mich ausdrücklich noch einmal bei allen Mitwirkenden. Es wurden keine Infektionsfälle im Zusammenhang mit unseren vielfältigen Aktivitäten im PSV bekannt und es wäre schön, wenn wir das auch weiter so durchhalten können und möglichst alle Vereinsmitglieder und deren Angehörige gesund bleiben.

COVID 19 und die damit einhergehenden Schutzmaßnahmen haben aber auch über den Sport hinaus erhebliche Auswirkungen im Alltag verursacht, die nicht nur mit starken Belastungen, sondern teilweise auch mit erheblichen finanziellen

Engpässen bishin zu existenzbedrohenden Folgen einhergehen. Ich darf nur hoffen, dass unsere Mitglieder davon weitestgehend verschont bleiben und damit die Folgen für unsere Vereinsaktivitäten möglichst gering sein werden. Inzwischen ist es erfreulicherweise in vielen Abteilungen möglich, das Training und die sportlichen Aktivitäten mit gewissen Auflagen wieder aufzunehmen oder auch Alternativangebote zu unterbreiten. Das erfordert etwas Kreativität und vor allem Disziplin bei allen Teilnehmern, aber nur so kommen wir langsam wieder in die Normalität. Auch dafür bin ich sehr dankbar und freue mich über die gegenseitige Unterstützung und das Engagement.

Mit den bisher gewährten finanziellen Unterstützungen und den Vereinsrücklagen sehe ich auch weiterhin gute Möglichkeiten, unseren Verein durch diese Krisenzeiten zu führen. Leider werden wir aufgrund des Mitgliederrückgangs damit rechnen müssen, dass wir eine weitere Abteilung schließen müssen. Es ist sicherlich die richtige Entscheidung, gleichzeitig aber auch ein Schritt in die falsche Richtung, denn wir wollen unser sportliches Angebot möglichst ausweiten und verbreitern. Vielleicht finden sich auch noch neue Sportarten, die wir in unser An-

gebot künftig aufnehmen können. Aufgrund der ungewohnten Umstände mussten wir auch unsere Hauptvorstandssitzungen aussetzen und die diesjährige Jahreshauptversammlung in den Herbst verschieben. Nach bisherigen Planungen werden wir diese nun im November durchführen. Die dabei zu beachtenden Schutzmaßnahmen werden sich bis dahin sicherlich noch weiter entwickeln und wir sind bemüht und zuversichtlich, dazu einen möglichst großen Teilnehmerkreis begrüßen zu dürfen. Sobald wir den Termin und die Rahmenbedingungen abgestimmt haben, werden wir auf Euch zu kommen.

Bis dahin verbleibe ich mit sportlichen Grüßen und dem dringenden Wunsch, dass Ihr alle gesund bleibt

Martin Lotz

AKTUELLES SPORTANGEBOT*

**ANGELN**

Holger Bowe 02 21.841240
Klaus Waßmann 02 21.78 51 76
E-Mail: angeln@psv-koeln.de

Vereins-Angelsee:
„Gut Hasselrath“, gelegen am Stommelner Busch

**BADMINTON**

Frank Stroot 02 21.2 29 95 79
Georg Orths 01 76.3 61 77 291
E-Mail: badminton@psv-koeln.de

Mi. 19:30 Uhr (Mannschaften)
Fr. 19:30 Uhr
Sporthalle Humboldtgynasium, Kartäuserwall 42

**FAUSTBALL**

Walter Prinz 0 22 33.2 23 61
E-Mail: faustball@psv-koeln.de

Mi. 15:30–17:30 Uhr
Sporthalle Süd Südstadion, Köln-Zollstock

**FUSSBALL**

Alte Herren: Winfried Profuss 02236.969844
Wolfgan Babera
E-Mail: fussball@psv-koeln.de
Blindenfußball: Dietrich Wolf
E-Mail: blindenfussball@psv-koeln.de

Sa. 15:00–17:00 Uhr (Alte Herren)
Freundschaftsspiele auf wechselnden Sportanlagen
Sa. 10:00–12:00 Uhr (Blindenfußball)
Soccerbox an der Uni Köln, Zülpicher Wall 1, 50674 Köln
0 22 34.98 84 88

**HANDBALL**

Jan Neugebauer 01 78.8 67 51 18
E-Mail: handball@psv-koeln.de

Sporthalle Humboldtgynasium, Kartäuserwall 42
Sporthalle Friedrich-Wilhelm-Gymnasium, Severinstraße 241
Details sind der Homepage Abt.-Seite Handball zu entnehmen

**HUNDESPORT**

Gerd Engel
Horst Schmuck
E-Mail: hundesport@psv-koeln.de

Di. ab 18:00 Uhr
Sa. ab 14:00 Uhr
Emil-Hoffmann-Straße, Shell Gelände, Tor 3, 50996 Köln

**JUDO**

Thomas Engel 0179.6982047
Dominik Albat
E-Mail: judo@psv-koeln.de

Mi. + Fr. 18:00–19:30 Uhr (Kinder 8-12 J. und Jugend 12–17 J.)
Mi. + Fr. 19:30–21:00 Uhr (Erwachsene)
Gemeinschaftsgrundschule Manderscheider Platz,
Berrenrather Straße 352, 50937 Köln-Sülz

**JU-JUTSU**

Claudia Bergrath-Nießen 0175.4139775
E-Mail: ju-jutsu@psv-koeln.de

Mi. 19:00–21:00 Uhr (Anfänger u. Fortgeschrittene ab 14 J.)
Fr. 19:00–21:00 Uhr (Anfänger u. Fortgeschrittene ab 14 J.)
Irmgardis-Gymnasium, Mörikestraße, 50968 Köln



Achtung: Dieses Angebot gilt nicht in "Corona-Zeiten".

**3
20 5**

Aktuelle Änderungen siehe www.psv-koeln.de



LEICHTATHLETIK

Yvonne Eberhard

E-Mail: Leichtathletik@psv-koeln.de

Mo., Mi. + Fr. im Sommer ab 17:00 Uhr in der Bezirkssportanlage
Köln-Weidenpesch, Scheibenstraße

Di., Do. + Fr. im Winter in div. Kölner Sporthallen im Kölner Norden,
aktuelle Trainingszeiten und -orte bei www.psv-koeln.de



LUFTSPORT

Lutz Conzen 0 24 21.500 5501

Sebastian Eusterholz 0241.475 887 28

E-Mail: luftsport@psv-koeln.de

Aktivität: Flugplatz Dahlemer Binz, 53949 Dahlem-
Schmidtheim/Eifel

Clubheim PSV Köln 1922 e.V. neben Flugzeughalle II
Segelflug • Motorflug • Reisemotorsegler • Ausbildung
und Leistungsfliegen

April bis Oktober jedes Wochenende/Feiertag

November bis März nach Wetter



MODELLFLUG

Horst Donhauser 02 21.36 33 44

Erwin Halsig 0151.21925225

E-Mail: modellflug@psv-koeln.de

In den Feldern zwischen
Weilerswist, Friesheim u. Niederberg



MOTORSPORT

Ortsclub im ADAC Nordrhein

Andi Gödecke

Dirk Langel

E-Mail: motorsport@psv-koeln.de

Clubabend alle zwei Monate am **ersten Montag** eines
geraden Monats (bei Feiertagen verschiebt sich der
Clubabend jeweils auf den darauffolgenden Montag) um
19:30 Uhr, in den Räumen der Fa. GHC Getränke Boecken
GmbH & Co. KG, Poll-Vingster-Str. 140-148, 51105 Köln



SCHIEßSPORT

Wolfgang Krämer

Siegfried Hein

E-Mail: schiesssport@psv-koeln.de

Sa. 09:00 – 13:00 Uhr
Schießanlage Köln-Deckstein, Militärringstraße 55,
50935 Köln



SCHWIMMSPORT

Ingo Speé 0176.93727767

E-Mail: schwimmen@psv-koeln.de

Mo. + Di. 16:00 – 18:15 Uhr (Kinder/Jugend)

Mo. 19:00 – 20:00 Uhr (Erwachsene)

Di. 16:45 – 18:15 Uhr (Wassergewöhnung 3 – 4-jährige)

Di. 18:15 – 19:30 Uhr (Erwachsene)

Ossendorfbad, Äußere Kanalstraße 191,
50827 Köln-Neuehrenfeld



Seniorensport 50+

Heinz Jung 02 21.712 43 60

E-Mail: Seniorensport@psv-koeln.de

Di. + Do. Ab 16.00 Uhr Bezirkssportanlage Weidenpesch
Zu Hallenzeiten siehe Homepage www.psv-koeln.de



VOLLEYBALL

Cindy Sandt

E-Mail: volleyball@psv-koeln.de

Do. 19:30 – 21:30 Uhr
Grundschule Bocklemünd, Mengenicher Straße 26

Hundesport

Der Hundesport ist zurück!

In den vergangenen Wochen haben sich die Hundesportlerinnen und -sportler immer wieder die Frage gestellt, was können und dürfen wir im Moment tun und wann können wir wieder wie gewohnt unserem Sport- und Trainingsbetrieb nachgehen? Dank der regelmäßigen Informationen des Hauptvereins und des DVGs wurden stets die aktuellen Richtlinien an alle verteilt und nach den ersten Lockerungen konnten wir den Übungsbetrieb erst in Kleingruppen und inzwischen wieder in fast normaler Gruppengröße aufnehmen. Natürlich immer unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln und der Mund/Nasenschutz begleitet auch uns immer dort, wo er notwendig ist. Auch unsere beliebten Gästekurse sind mit Abstand, Hygiene & Mundschutz zwischenzeitlich wieder angelaufen. Wir freuen uns, dass auch diese Kurse wieder gut besucht sind und wir den Hundehaltern mit unserem Sach- und Fachwissen dabei helfen können, mit ihren jungen, manchmal auch schon älteren Vierbeinern ein gutes Team zu bilden. Es muss nicht immer der Turnierhundesport sein, den Hundehalter zum Ziel haben! Oftmals geht es einfach darum, mit dem Hund zu agieren und gemeinsam ein Ver-



Leckerchensuche

ständnis zu entwickeln für eine gute Partnerschaft und eine lange Freundschaft zwischen Mensch und Hund. Vielen von uns hat während der Kontaktsperre ganz besonders der Austausch auf unserem Hundepplatz in Godorf gefehlt. Das Lernen von und miteinander und eben auch der lieb gewonnene soziale Kontakt untereinander. Und auch den Hunden hat man bei der Wiederaufnahme des Trainings angemerkt, dass ihnen ihre vierbeinigen Freunde und die Aktivität auf der Anlage gefehlt haben. Doch was haben unsere Mitglieder und ihre Hunde vor dieser Zeit gemacht? Wie sah Training/Beschäftigung aus, als alle Sportanlagen gesperrt und an gemeinsame Aktivitäten nicht zu denken war? Zum Glück braucht man zum Hundesport keine große Sportausrüstung und man kann ihn, wenn es

nicht anders geht, auch auf kleinem Raum in der Wohnung oder im heimischen Garten durchführen. Schnell wurden unter den Mitgliedern über die sozialen Medien Ideen geteilt, um mit dem Vierbeiner aktiv zu bleiben. Es wurden aus alltäglichen Dingen Hürden gebaut, Slalomstangen auf dem Rasen aufgestellt oder auch Gehorsamsübungen im Wohnzimmer durchgeführt. All das natürlich neben den täglichen Spaziergängen! Eine Idee wurde schnell zur „PSV Klopapier Challenge“: In welche Übungen kann man Klopapier einbauen? (Natürlich erst, als es wieder in ausreichender Menge vorhanden war! Wir haben keine Hamsterkäufe für diese Übungen veranstaltet, das können wir guten Gewissens sagen.) In welcher Rolle ist das Leckerchen versteckt? Über wie viele Rollen



Slalomtraining

kann mein Hund springen? Ein Slalom Parkour war auch sehr beliebt bei unseren Hunden und die bislang auch schon genutzten Lübecker Hüte wurden entsprechend verziert. Auch für Apportierübungen konnten die Innenrollen gut eingesetzt werden. So konnten wir die Zeit ohne Hundeplatz kreativ und abwechslungsreich überbrücken und können jetzt wieder motiviert im gewohnten Rahmen in den Hundesport starten, um uns optimal auf unser Herbst-THS-Turnier vorzubereiten. Auch die Vorbereitung steht in sportlicher wie logistischer Hinsicht natürlich unter den Coronabedingungen, Sicherheit geht vor und so haben wir die Gegebenheiten auf der Anlage so angepasst, dass wir mit Abstand und einem Höchstmaß an Hygiene trainieren, Gäste empfangen und unser Turnier vorbereiten. Gemein-



Sprungtraining im Flur

sam macht unser Sport eben immer noch am meisten Spaß, deshalb freuen sich Mensch und Tier über die Möglichkeit, wieder auf der Hundesportanlage in Godorf trainieren zu können.

Bleibt alle gesund.

Judo

Open-Air Training – endlich wieder gemeinsam auf der Matte

Nachdem im Mai die Bedingungen für Freiluftsport gelockert wurden, nutzten auch die Judoka die Gelegenheit, endlich wieder gemeinsam in ein an die Besonderheiten unserer Zeit angepasstes Training einzusteigen.

Im letzten Heft berichteten wir über die Möglichkeiten der online-Gürtelprüfungen, die von der Abteilung Judo angeboten wurden, um den Mitgliedern die geleistete Trainingsarbeit in der nächsten Leistungsstufe „attestieren“ zu können. Mit dem Handy aufgenommene Videosequenzen oder Liveschaltungen mit dem Trainer machten es möglich, auch in einer Zeit, in der gemeinsames Training nicht möglich war, Gürtelprüfungen abzunehmen.

Die Mitglieder machten begeistert mit und dankten das große Engagement der Trainer mit Einfallsreichtum und großartig improvisierten Trainingsstätten und –möglichkeiten. Das Netz war eine Alternative, aber alle Beteiligten waren mehr als glücklich, als der Startschuss gegeben wurde für eine Rückkehr zum gemeinsamen Trainingsbetrieb. Natürlich galt und gilt es nach wie vor, die Rahmenbedingungen zu beachten, die Corona uns auferlegt. Abstand halten ist dabei auch weiterhin eine zentrale Vorgabe, genau wie die Hygieneregeln vor, während und nach dem Training. Auch wenn es schwer fällt, Körperkontakt ist nicht möglich, so müssen Begrüßungen oftmals distanzierter ausfallen als das sonst üblich ist und das Training

besteht aus Einzelübungen, aber immerhin in der gewohnten Gemeinschaft! Ein erster Lichtblick, der ganz besonders beim ersten Open-Air Training der Abteilung von allen Beteiligten nach einer langen Zeit der Entbehrung begeistert aufgenommen wurde. Bevor es aber losgehen konnte, hieß es erstmal Matten reinigen und desinfizieren, eine Übung die nach jeder Trainingsgruppe sorgfältig durchgeführt wurde. Der große Hof an der Halle in der Manderscheider Straße machte es tatsächlich möglich, in großen Gruppen zu trainieren und dabei dennoch penibel die Abstandsregeln einzuhalten. Einzeltraining in der Gruppe, ein tolles Gefühl für die Judoka und wenigstens ein kleiner Schritt auf dem Weg zu einer neuen Normalität, an die wir uns alle erst noch gewöhnen müssen. Auch wenn Trainings in der Halle inzwischen wieder möglich sind, ist ein Ausweichen ins Freie wann immer es geht auch eine gute Alternative. Das Trainerteam und seine Helfer sind unermüdlich in der Ideenfindung rund um ein effektives und sicheres Training. Den Trainings Teilnehmern egal ob groß oder klein, macht es auf jeden Fall viel Spaß, endlich wieder gemeinsam auf der Matte zu stehen. Immer nach dem Motto, gemeinsam ist es mit Abstand am Besten.





Vorbereitung der Matten



Gemeinsame Übungen mit Abstand



Freilufttraining in Coronazeiten, einzeln aber nicht mehr allein

Schießsport

Am Anfang war nur der Sport ...

Gerne erinnere ich mich zurück, als ich vor etwa einem Jahr Kontakt zur Schießsportabteilung des PSV Köln aufnahm. Im Internet fand ich entsprechende Informationen und ich meldete mich wie beschrieben per Mail beim PSV Köln. Nach meiner Kontaktaufnahme wurde ich freundlichst zum „Gastschießen und zu einem lockeren Gespräch“ an einem Samstagvormittag auf der Schießanlage Köln - Deckstein eingeladen. Ich freute mich auf das persönliche Kennenlernen vor Ort und war ganz gespannt wer und was mich dort erwarten würde. Am Tag des Gastschießens wurde ich freundlichst begrüßt und es folgte ein kurzes, lockeres Gespräch in kleiner Runde - so dachte ich auf jeden Fall. Pünktlich um 10:00 Uhr saßen mir dann 4 Herren gegenüber und ich staunte nicht schlecht über das doch so zahlreich erschienene Gremium bestehend aus dem stellvertretenden Geschäftsführer, dem Abteilungsleiter und seinem Stellvertreter und dem Kassenwart. Der Vorteil für mich war natürlich, dass ich direkt im ersten Gespräch wichtige Ansprechpartner kennen lernen konnte ;-).

Nach dem sehr angenehmen und sehr informativen Gespräch (u.a. auch über die Anwartschaft zur Aufnahme in den Verein) folgte eine Belehrung und eine Einweisung zur



Schießsport mit Abstand und Maske

Handhabung der Sportgeräte. Ich war beeindruckt vom Schießstand und den Abläufen, insbesondere über die gelebte Sicherheit. Der stellvertretende Geschäftsführer und Sportwart - der auch die Belehrung und die Einweisung mit mir durchführte - begleitete mich bei meinem ersten Probetraining und gab mir wertvolle Hinweise. Nach diesem ersten Probetraining entschied ich mich dem PSV Köln als Anwärter beizutreten. Zu Beginn meiner Zeit als Anwärter wurde ich freundlichst in die Gemeinschaft aufgenommen und in den Kadermanager eingepflegt. Ich kannte dieses Programm "Kadermanager" vorher nicht und war mächtig gespannt auf die Handhabbarkeit und die gebotenen Funktionalitäten. Der Kadermanager entpuppte sich als ein sehr ef-

fizientes und effektives Werkzeug zur Terminplanung der individuellen Trainingszeiten und natürlich als Kommunikationsmedium für die Mitglieder der Abteilung Schießsport. Nun konnte ich also mit dem regelmäßigen Training beginnen, was ja auch letztendlich der Grund meines Vereinsbeitritts war. Nach den Sommerferien hatte es sich so eingespielt, dass ich immer sehr früh am Schießstand war, um beim Aufbau zu helfen und um dann im Anschluss mit meinem Training beginnen zu können. Sehr positiv empfand ich dabei, dass den Anwärtern ein Trainer zur Seite stand, der die Trainingseinheiten begleitete und mit seinen Hinweisen die Trainingsfortschritte stark förderte. Im Spätsommer ereignete es sich, dass immer häufiger ein gemeinsames Früh-

stück vor dem Training organisiert und durchgeführt wurde. Einer der Sportkameraden

-SK- erwähnte in diesem Zusammenhang, dass es sich möglicherweise nicht um einen Sportverein handelt, sondern wir eher in einem „Frühstücksverein“ gelandet sind. Die ersten gemeinsamen Frühstücke empfand ich eher störend, da so mein eingespielter Ablauf unterbrochen wurde. Ich kam also früh zum Schießstand, half gerne beim Aufbau nahm am gemeinsamen Frühstück teil und konnte erst dann, natürlich mit vollgeputztem Bauch, mit dem Training beginnen. Dabei wollte ich doch nur den Schießsport ausüben, um meine Leistung so zu verbessern, um möglicherweise im nächsten Jahr an Wettbewerben, wie zum Beispiel der Vereinsmeisterschaft, teilnehmen zu können. Und dann, sowas Als Anwärter hat man beim PSV die Möglichkeiten an den angebotenen Vereinsveranstaltungen teilzunehmen. Ein absolutes Highlight einer dieser Veranstaltungen war der Besuch des Schieß Sport Centrums in Aldenhoven. Hier wurden mehrere 100 Meter-Schießbahnen angemietet und die erfahrenen, langjährigen SK brachten ihre unterschiedlichen Sportgeräte mit. Die Palette der zur Auswahl gestellten Sportgeräte erstreckte sich von handelsüblichen Sportgeräten bis hin zu absoluten Raritäten. Unter fachkundiger Aufsicht konnten nun diese Sportgeräte auf 100 Meter im Hinblick auf ihre Handhabbarkeit und ihre Präzision ausprobiert werden. Dabei galt natürlich: Je besser die fachkundigen Hinweise berücksichtigt wurden, desto weniger blaue Flecken gab es am Ende des Tages ;-). Die Veranstaltung in Aldenhoven endete dann mit einem gemütlichen Zusammensitzen bei alkoholfreien

Getränken und einem Snack, fast wie bei einem gemeinsamen Frühstück, nur halt am Abend.

Rückblickend erkenne ich nun natürlich den beträchtlichen Wert des gemeinsamen Frühstücks. Neben der großen Auswahl der doch sehr herzhaften Köstlichkeiten, fanden viele Gespräche statt, es wurden Meinungen ausgetauscht, man lernte sich besser kennen und es entstanden Freundschaften. Am Ende des Jahres, spätestens beim gemeinsamen Weihnachtsfrühstück, hatte sich meine Einstellung zum gemeinsamen Frühstück komplett geändert und der soziale Aspekt rückte sehr nahe an den sportlichen Aspekt des Sportvereins heran. Das Jahr 2020 begann vielversprechend, natürlich mit einem gemeinsamen Frühstück zum Gedenken eines verstorbenen Sportkameraden. Die Ergebnisse der absolvierten Trainingseinheiten verbesserten sich von Mal zu Mal. Die Disziplinen des Rheinischen Schützenbundes -RSB- wurden vorgestellt und hielten Einzug in das Trainingsprogramm. Besonders spannend fand ich bei der Disziplin 2.40 neben dem Präzisionsschießen 3 * 5 Schuss in jeweils 6 Minuten, das Duell-Schießen mit 3 * 5 Schuss, wobei jeweils ein Schuss in 3 Sekunden ins Ziel zu bringen ist. Das Jahr lief also gut an und die nächsten Termine, unter anderem der Termin für die Jahreshauptversammlung -JHV- der Abteilung Schießsport, standen an und wurden satzungskonform unter der Beteiligung der Anwärter durchgeführt. Die Anwärter besaßen natürlich noch kein Stimmrecht, waren aber herzlich eingeladen, die JHV

mitzuerleben. Nachdem das Programm erfolgreich abgearbeitet war schloss sich dann ein gemeinsames Mittagessen und der Ausklang der Veranstaltung an, die innerhalb des kommunizierten Zeitplans zu Ende ging. Der Termin für die Jahreshauptversammlung des PSV Köln stand auch fest und die ersten Interessenten / Teilnehmer meldeten sich verbindlich an. Leider kam dann alles anders als geplant. Aufgrund der Covid 19 Pandemie fiel nicht nur das regelmäßige Training aus, sondern die geplante JHV des PSV Köln und das gemeinsame Grillen mit Freunden und Familie wurden leider auch abgesagt.

Nach ca. drei Monaten ging es dann unter Auflagen endlich wieder mit dem Trainingsbetrieb in Deckstein langsam weiter. Allerdings ist es wirklich sehr schwierig, die sozialen Kontakte wieder so zu pflegen, wie es früher einmal war. Beispielsweise finde ich es sehr schade auf den persönlichen Handschlag, als Begrüßungs- und Verabschiedungsritual, zurzeit zu verzichten. Ich hoffe sehr, dass diese Zeit auch bald wieder kommt.

Für mich stehen nun, nach einem Jahr im PSV die sozialen Aspekte auf der gleichen Stufe wie die sportlichen Aspekte. Ich bedanke mich recht herzlich für eine tolle Zeit im Rahmen der Schießabteilung des PSV - Köln.



Leichtathletik

Was macht eigentlich ...

... ein Leichtathlet, wenn er keinen Trainingsalltag hat, der von einem engagierten Trainerteam organisiert und begleitet (kontrolliert) wird?

Diese Frage stellten sich wie in vielen Abteilungen auch die Verantwortlichen der Abteilung Leichtathletik, als die Dauer der Einschränkungen aufgrund der Pandemie trotz erster Lockerungen nicht absehbar und gefühlt endlos war. Außerdem war es ihnen wichtig, den Kindern, Jugendlichen aber auch den Eltern deutlich zu machen, dass ihnen der Kontakt zu den Mitgliedern auch in Zeiten von Corona wichtig ist und sie Anteil nehmen an den unterschiedlichsten Belastungen, die diese Pandemie den einzelnen Familien auferlegt. Und so schickte die Abteilungsleitung eine Mail an die Kinder und Jugendlichen der Abteilung, bzw. an deren Eltern natürlich, in der genau diese Frage gestellt und eine Challenge ins Leben gerufen wurde. Das Motto: „Abteilung Leichtathletik in Corona Zeiten:

„WIR bleiben zu Hause – für DICH - und sind sportlich fit“

. Die Aufgabe bestand darin, Fotos zu übermitteln, in denen sportliche Aktivitäten festgehalten wurden, bei denen nach Möglichkeit auch der Spaß, der insbesondere in schwierigen Zeiten nicht vergessen werden darf, zum Ausdruck kommen sollte. Höchstleistung oder einfach alltägliche Haushaltsfitness, alles war erlaubt, einzig das PSV Logo, egal in welcher Form, durfte auf dem Bild nicht fehlen. Und wer Lust hatte war

dazu aufgefordert, sein Bild mit Text oder einer kurzen Erklärung zur Auswahl zu untermalen. Das Trainerteam ließ sich nach dieser Idee nicht lange bitten und ergänzte die Challenge um eine konkrete Aufgabe, um dem einen oder anderen einen Anhaltspunkt für mögliche Aktivitäten zu geben und alle gemeinsam, wenn auch durch Corona getrennt, mit dieser Aufgabe zu verbinden.

Ihre Aufgabe an die Athleten lautete - Zeigt uns, wie gut ihr den Standweitsprung beherrscht (Fotos sind gerne willkommen.) Und zur Sicherheit gab es noch eine Internetanleitung für den Standweitsprung als Link dazu. (wer es probieren möchte, hier ist der Link: <https://lvnordrhein.de/content/7-jugend/2-lvn-athletics-league/2-challenges/challenge-1-standweitsprung-2.mp4>

Und für den Spaß an der Freude kam noch die Bastelanleitung für einen sogenannten Schweifball dazu. Unschlagbar schnell herzustellen sorgt er für einen enormen Spaßfaktor. Was man braucht sind ein Tennisball, ein Stück Flatterband, eine Unterlegscheibe und ein Teppichmesser bzw. für diesen Teil der Bastelstunde die Unterstützung der Eltern. Mit dem Messer schneidet man einen Schlitz in den Ball (der gern gebraucht sein darf). Das Flatterband zieht man durch die Unterlegscheibe so dass zwei gleich lange Enden entstehen und schiebt dann die Unterlegscheibe durch den Schlitz in den Ball. Kurz anziehen so dass sich die Scheibe gegen die Innenwand des Balls legt und fertig ist der Schweifball.

Nachdem die Mitglieder mit diesen

Aufgaben ausgestattet waren, begann das Warten auf die Reaktion aus den heimischen Wohnzimmern und Gärten. Die Bilder in und um diesen Artikel zeigen die Aktivitäten der Athleten und sind ein Beleg dafür, dass in Zeiten von Corona Abwechslung mehr als Willkommen ist. Viele Eltern haben ihre Kinder unterstützt, dafür sagen wir Danke!

Und nun freuen sich alle darauf, nach den Sommerferien wenigstens wieder in einem kleinen Rahmen ans Training gehen zu können. Dann auch hoffentlich wieder mit persönlichen Kontakten und dem so lange vermissten Austausch beim gemeinsamen Sport.

Anmerkung der Redaktion:

Kurz vor Redaktionsschluss kam die wirklich gute Nachricht, dass am 15.06. der vorsichtige Wiedereinstieg ins Training vor Ort mit einem Übergangstraining (für jede Gruppe ein wöchentliches Training) begann, ein Anfang war gemacht. Alle Teilnehmer hielten sich konsequent an die Abstandsregeln und Hygienevorschriften, die Abteilung konnte so, durch die tolle Mitwirkung der Teilnehmer alle Auflagen für einen Trainingsbetrieb erfüllen! Ein dickes Lob an Groß und Klein für die gezeigte Disziplin! Davon beflügelt fiel dann auch die Entscheidung, mutig den nächsten Schritt zu wagen und ab dem 27.07.2020 bis auf weiteres das Übergangstraining im Rahmen des ursprünglichen Sommer-Trainingsplanes anzubieten.

Wir wünschen gutes Gelingen und viel Spaß beim gemeinsamen Training!



Isabell: Ich habe täglich ein Workout gemacht, bei dem Po, Beine und Bauch beansprucht werden. Dazu gehörte außerdem noch ein ausführliches Stretching der Muskulatur. Ich habe mich hierfür entschieden, weil das eigentlich der einfachste Weg ist, auch zuhause Sport zu treiben und in Coronazeiten fit zu bleiben. Man benötigt kein Equipment und auch eine Turnmatte ist nicht unbedingt erforderlich, weil sich ein normaler Teppich auch sehr gut dafür eignet. Über YouTube findet man sehr viel Variation und Inspiration, wie man ein solches Workout gestalten kann. Dazu kommt, dass man nebenbei Musik hören kann und es dann auch Spaß macht, sich sportlich zu betätigen.



Yvonne, Fit durch Nordic Walking



Ich skate im Hausflur um mich fit zu halten ... liebe Grüße, Leny



Elisabeth, Einzeltraining auf dem Tennisplatz



Leonhard spielt gern mit dem Fußball



Ein fertiger Schweifball, hergestellt von Marlene



Maurice beim Standweitsprung (oben), Miachaela: Radfahren hält fit (links)



Marc beim Krafttraining

Tamara mit Sam unterwegs (o.links)

Vera beim Liegestütz (links)



Lukas mit dem Bike unterwegs



Holger, Krafttraining mit dem Sohn

Marlene beim Standweitsprung auf 1,50 m (unten rechts)



Auszug aus der Mail von Maurice: Hallo Liebes Trainerteam, mir geht's gut. Homeschooling finde ich nicht so toll. Und langsam nervt es das man nicht alles machen kann was man möchte. Mit Freunden treffen auf den Spielplatz gehen oder zum Training das fehlt mir sehr. Ich gehe manchmal mit meinem Papa Joggen oder wir machen eine Radtour zum Fühlingersee. Manchmal springe ich bei unseren Nachbarn auf dem Trampolin zum Aufwärmen eine Runde blinde – Kuh, anschließend Trampolin springen und zum Schluss mit der Wasserpistole abkühlen. Ich hoffe euch allen geht es gut und wir sehen uns bald wieder Liebe Grüße Maurice



Justus und Christian Fotoshooting beim Waldlauf

Jule beim Training mit Giraffe (rechts)



Kapitaler Karpfen erhält Freiheit zurück



Vorbereitung abgeschlossen, es kann losgehen

Ein kleiner Zwischenbericht der PSV-Angler von ihrem Vereinsgewässer Gut Hasselrath in Pulheim-Sinnersdorf, einem exklusiven Angelplatz einzig für die Nutzung des PSV Köln freigegeben. Ohne Konkurrenz macht Angeln zwar doppelt Spaß, aber man ist leider auch für die anstehenden Arbeiten rund um den See allein verantwortlich. So mussten wir in den ersten Monaten des Jahres unsere Angelplätze wie in jedem Jahr zunächst von Brombeeren und Trieben der Schwarzelen befreien, bevor an Angeln überhaupt zu denken war. Doch auch diese Auf-

gaben erledigen wir seit vielen Jahren in eingespielten Teams, so dass die Arbeit dann doch auf einige Schultern verteilt wird und gemeinsam macht es dann sogar Spaß, dafür zu sorgen, dass wir dann zum Beginn des Sommers unserem Hobby an einem sehr idyllischen See wieder entspannt nachgehen können. Natürlich hatte Corona auch unsere Abteilung fest im Griff, aber mit den Lockerungen im Juni konnten wir wieder ans Werk gehen. Und so kam es, dass sich unser 2. Vorsitzender, Klaus Waßmann, im Juni am Gewässer einfand und dort mit entsprechen-

der feiner Montage auf Rotaugen gefischt hat. Als die Rutenspitze sich heftig bewegte und der Fisch entsprechend Schnur nahm, konnte Klaus noch nicht ahnen, wer am anderen Ende der Angel angebissen hatte. Nachdem er vorsichtig angeschlagen hatte, benötigte er eine Stunde, um den Fisch

anzulanden. Doch anstelle der erwarteten Rotaugen hatte er einen kapitalen Karpfen von 1m Länge und einem geschätzten Gewicht von 30-40 kg gefangen. Anglerlatein? Nein, diesen Karpfen gab es wirklich und es gibt ihn auch noch heute im See von Gut Hasselrath. Solch kapitale Fische wie unser Karpfen sind für die Hege des Gewässers zu wichtig, als dass man sie herausfischen sollte. Das war auch Klaus sofort klar und so wurde der Haken vorsichtig gelöst und der Fisch danach wieder ebenso vorsichtig in das Gewässer zurückgesetzt. Vorher wurde er natürlich zu Beweis Zwecken noch schnell vermessen und fotografiert, soviel Zeit muss und darf sein, das macht dem Tier nichts aus! Die wieder gewonnene Freiheit nutzte der Karpfen übrigens direkt, um in den Tiefen des Sees zu verschwinden. Es bleibt nun zu hoffen, dass er dazugelernt hat und nicht noch einmal an den Haken eines PSV-Anglers gerät.

In jedem Fall ist der Fang ein Beleg für die gute Gewässerqualität und ein Zeichen für ein gelungenes Gleichgewicht der Natur, denn es dauert schon seine Zeit, bis ein Karpfen diese Größe erreicht.



Ein kapitaler Fang

Vorstand

Der Geschäftsführende Vorstand zum Thema Corona und seine Folgen

Schon im letzten Heft mussten wir uns mit den Folgen der Pandemie auch für die Sportvereine beschäftigen und auch in diesem Heft ist Corona natürlich ein Thema in vielen Beiträgen. Noch immer setzt der Virus ein unübersehbares Zeichen in unserer Gesellschaft, am deutlichsten noch immer zu erkennen an den stets gegenwärtigen Mund-Nase-Masken, die schon fast so etwas wie einen Normalitätsstatus erreicht haben.

Dennoch dürfen wir nicht verkennen, dass es in vielen Bereichen inzwischen wieder möglich ist, mit Umsicht und Vorsicht ein gesellschaftliches Leben neu zu definieren und zumindest im Rahmen und mit Abstand wieder Menschen zu treffen, die man lange vermisst hat.

Auch für den PSV Köln bedeuten die Lockerungen, dass unser Vereinsleben in klar abgestecktem Rahmen wieder stattfinden kann. Kleinere Abteilungen konnten bereits in ausreichend großen Räumlichkeiten ihre Abteilungsversammlungen durchführen oder werden das in den nächsten Wochen tun. Trainings finden wieder statt, auch wenn die Durchführung sich bei einigen Abteilungen noch deutlich von den früher üblichen Abläufen unterscheidet und die Vorbereitung der Trainings noch arbeitsintensiver geworden ist. An dieser Stelle möchte sich der Geschäftsführende Vorstand bei den Athleten wie auch den verantwortlichen Trainern und Abteilungsleitungen vor Ort für das Verständnis mit dem alle Maßnahmen akzeptiert

und die Umsicht mit der sie umgesetzt werden ganz herzlich bedanken. Nur so kann ein Sportbetrieb mit gutem Gewissen aufrecht erhalten bzw. wieder in Gang gesetzt werden.

Für den Gesamtverein bedeutet die nach wie vor bestehende Infektionsgefahr einen verantwortungsvollen Umgang mit der Entscheidung zur Durchführung der ordentlichen Mitgliederversammlung. Wir haben uns entschieden, uns und unseren Mitgliedern noch etwas Zeit zu geben, die weiteren Entwicklungen abzuwarten und dann im Übergang Herbst/Winter die Versammlung zu

terminieren. Aktuell haben wir die Absicht, die Versammlung im Monat November durchzuführen. Wir werden den Termin rechtzeitig über die Abteilungsleitungen und natürlich auch über unsere Homepage bekannt geben.

Wir danken unseren Mitgliedern, den Verantwortlichen in den Abteilungen, unseren Ehrenvorständen und natürlich den vielen Ehrenamtlern im Verein für die Unterstützung und die engagierte Arbeit die sie leisten und wünschen ihnen allen einen gesunden Sportbetrieb im PSV Köln.

Der Geschäftsführende Vorstand


SPORTHOMEDIC
 Sportorthopädische Praxisklinik Köln

Unsere Spezialgebiete:
 Chirurgie, Orthopädie und Sportmedizin

Ihre Spezialisten für:
 Fuß, Kniegelenk, Schulter, Sprunggelenk,
 Hand, Wirbelsäule

Wir bieten:

- modernste Therapiekonzepte
- neueste Medizintechnik
- schonende Behandlungsmethoden
- angenehme Atmosphäre

Verletzt? Ihre Notrufnummer: 0221 398 079 833



Prof. Dr. med. Oliver Tobolski & Kollegen
 Chirurgie, Orthopädie und Sportmedizin
 Bonner Str. 207
 50968 Köln

Fon 0221 39 80 79 8-0
 Fax 0221 39 80 79 8-99
 info@sorthomedic.de
 www.sorthomedic.de

Luftsport

Fliegerische Praxis: Checkride (oder auch: „Höllenritt“)

Wer einmal erfolgreich seine Führerscheinprüfung bestanden hat, behält diesen normalerweise bis zu seinem Lebensende. Ob das in Zeiten immer dichter werdenden Verkehrs und Überalterung der Gesellschaft so bleiben kann, darüber streitet die Politik. Verpflichtende Nachweise der Fahrtauglichkeit – sei es aus medizinischer Sicht oder aufgrund vorhandener bzw. fehlender Fahrpraxis – gibt es nicht. Das hat sicher verschiedene Gründe: die Überprüfung aller Führerscheininhaber würde einen kaum leistbaren behördlichen Aufwand erfordern. Die Kosten hierfür wären für den Einzelnen erheblich – daher duckt sich die Politik bisher lieber weg. Vielleicht wartet man aber auch die Entwicklung hin zum autonomen Fahren ab – dann würde sich das Problem logischerweise von selbst erledigen...

Bei Piloten ist das alles anders.

Da sind zunächst die für alle Piloten verpflichtenden medizinischen Untersuchungen. Die Intervalle der Gesundheits-Checks sind je nach Lebensalter gestaffelt. Die Jüngeren haben 5 Jahre Zeit bis zur nächsten Tauglichkeitsprüfung, dann werden die Intervalle kürzer. Ab dem 60sten Lebensjahr muss man jährlich zum Doc. Die Untersuchungen sind sehr umfassend und nur bestimmte für diese Aufgaben qualifizierte und vom Luftfahrtbundesamt zugelasse-

ne Ärzte dürfen sie durchführen.

Die Sache mit der Flugpraxis.

Je nach Lizenz – auf Deutschland beschränkte oder internationale für Motorflug oder für Segelflug – sind innerhalb von 2 Jahren eine gewisse minimale Anzahl an Flugstunden sowie Starts und Landungen zu absolvieren. Nach Ablauf dieses Zeitintervalls muss der Lizenzinhaber einen einstündigen Überprüfungsflug mit einem Fluglehrer durchführen, der die Mindestflugstunden bzw. Starts und Landungen im persönlichen Flugbuch (eine Art Fahrtenbuch) überprüft und dann den hoffentlich erfolgreichen Check der zuständigen Luftfahrtbehörde schriftlich mitteilt. Die Überprüfung trägt er in der Lizenz des Piloten ein. Erst dann ist der Pilot wieder „current“, das heißt, er darf die Rechte aus seiner Lizenz für ein weiteres Zeitintervall wahrnehmen.

Der Checkflug.

Für die Piloten, die eine Instrumentenflug-Berechtigung haben (diese berechtigt zum Durchflug von Schlechtwettergebieten und zu Instrumentenanflügen auf Flughäfen – wie die „Großen“) ist zu den oben genannten Mindestbedingungen noch ein „Checkride“ mit einem Sachverständigen des Luftfahrtbundesamtes erforderlich. Wir in der Luftsportabteilung haben Glück, denn Stefan, einer unserer früheren Segelflugschüler, der nun hauptbe-



Dokumente sortieren



Triebwerksausfall – Suchen nach einem geeigneten Notlandefeld



Instrumentenflug (oben), Paperwork nach dem Checkflug (unten)



Motorkunstflug – an die körperlichen Grenzen gehen



Letzter Check vor dem Start

Als langjähriger Motor- und Segelfluggpilot sowie aktiver Segelfluglehrer erkennt man schnell, ob es seinem Flugschüler oder seiner Flugschülerin respektive seinen Fluggästen gut geht oder nicht. Nervöse, unkonzentrierte Ruderbewegungen, verzögerte Reaktionen auf Manörovorgaben, zunehmende Redearmut sind z.B. deutliche Zeichen für ein Unwohlsein. Hier wissen gerade Fluglehrer beruhigend auf ihre Schützlinge einzuwirken. Aber kann man sich wirklich in das Befinden der von Luftkrankheit betroffenen Personen hineinversetzen, wenn einem selber noch nie beim Fliegen schlecht geworden ist? Diese Frage stellte sich mir, denn auch

zufällig bei einer Airline fliegt, ist ein solcher Sachverständiger. Der alljährlich einmal verpflichtende „Checkride“ wird, weil anspruchsvoll, gerne auch „Höllennritt“ genannt. Die Gefahr, hier durchzufallen, ist größer als bei den oben genannten Überprüfungen unter Sichtflugbedingungen durch „normale“ Fluglehrer. Auch Stefan, unser Ehemaliger, kennt da kein Pardon – die Sicherheit geht immer vor! Hier werden nämlich Instrumentenanflüge unter angenommenen oder tatsächlichen IFR-Bedingungen geprüft, in jedem Fall ohne Sicht nach außen. (IFR=Instrumentel Flight Rules). Die komplexen Verfahren solcher Anflüge sind speziellen Karten zu entnehmen, die durch die ständige Anpassung an Erfordernisse der Flugsicherung (z.B. Lärmschutz, Verfahrensänderungen, z.B. GPS) oft angepasst werden und ständiger Veränderung unterliegen. Da muss man schon „Up to date“ sein, die Fehlertoleranz ist gering! Der Funkverkehr entspricht internationalen Regelungen und muss – natürlich in englischer Sprache – regelkonform auch beim Checkride „sitzen“.

Außenlandungen

Bei allen Checkflügen, auch bei denen, die nach Sichtflugbedingungen absolviert werden, werden Routineverfahren und Übungen zu simulierten Notfällen oder Gefahrensituationen in der Praxis durchgeführt. Dazu gehören auch Notlandeübungen, bei denen ein Außenlandefeld angefliegen werden muss, wenn ein Flugplatz nicht mehr erreicht werden kann. Dieses muss frei von Hindernissen sein und eine entsprechende

Länge und Bodenbeschaffenheit haben. Ein solches in der Eifel oder dicht besiedelten Gebieten zu finden ist manchmal nicht ganz einfach!

Kernübungen: Airwork.

Unverzichtbarer Bestandteil der Checkflüge ist „Airwork“. Hier überprüft der Fluglehrer bzw. der Sachverständige, ob der Pilot in der Lage ist, eine ungewöhnliche Fluglage zu beherrschen und unter Beachtung der Betriebsgrenzen des Flugzeugs möglichst rasch wieder in die Normallage zurück zu steuern. Die richtige Reihenfolge verschiedener Handgriffe und vorgeschriebener Abläufe ist hier zu beachten. „Griffe kloppen“ ist gefragt – wer dies nach seiner Ausbildung innerhalb der Gültigkeit seiner Lizenz nicht mehrfach geübt hat, gerät da leicht schon mal ins Schwitzen. Vergleichbar ist das alles in etwa mit den beim Fahr-sicherheitstraining durchgeführten Übungen mit einem Kraftfahrzeug, wie z.B. vom ADAC angeboten. Hier erfährt man, wie es ist, wenn man sich an Grenzbereiche der Fahreigenschaften herantastet und auch schon mal diese Grenzen überschreitet, um zu sehen, was dann passiert. In Ernstsituationen ist man dann gewappnet – hoffentlich! All dies dient auch der Übung und der Vermeidung von „Routinefehlern“, die sich über die Zeit einschleichen können. Am Ende ist in der Luftfahrt also einiges für die Sicherheit getan – anders als beim Straßenverkehr. Denn: Wie viele der Millionen Führerscheininhaber haben jemals ein Fahr-sicherheitstraining absolviert?



leichter Segelkunstflug, heftigste Thermikflüge und eine intensive Trudeleinweisung während der Fluglehrausbildung ließen mich dreißig Jahre lang immer glücklich und lachend dem Flugzeug entsteigen. Auch zehn Fahrten direkt hintereinander auf der bekannten Black Mamba – Achterbahn im Phantasialand nahe Köln – konnten dieses Gefühl in mir nicht erzeugen. So stellte ich mir die Frage: „Was kannst Du eigentlich an fliegerischer Belastung aushalten, bis Dir selbst unwohl wird?“

Meine Neugier interpretierte meine Familie direkt in einen Wunsch um und schenkte mir zu Weihnachten einen Gutschein über einen 20 Minuten Kunstflug mit einem 330 PS starken Extra 300LX Aerobaticflugzeug mit dem Inhaber der Aachener Flugwerft und Flugschule Westflug und ehemaligem deutschen Kunstflugmeister Walter Kampsmann. Bei ihm chartere ich neben der Benutzung unserer PSV Köln 1922 e.V.-Flugzeuge bei Bedarf größere Motorreiseflugmaschinen. An einem schönen Junitag traf ich mich morgens mit Walter auf dem Flugplatz Aachen – Merzbrück. An diesem Tag will ich zu einem späteren Zeitpunkt noch Bekannte mit einer Piper PA 28 über das Rheinland fliegen. Im Fall der Fälle liegt eine zweistündige Pause vom bevorstehenden Belastungsflug zum erholsamen Rundflug – während dieser sollte ich mich

also erholen können! Zunächst dachte ich unbeobachtet zu sein, aber meine Jungs hatten meinen Fluggästen verraten, dass es schon vor dem Rundflug etwas zu gucken geben würde. Und so treffen meine Großen per Motorrad und meine Bekannten mit dem Auto ein, während Walter mich auf dem vorderen Sitz der Kunstflugmaschine einweist. Unter wissenden Piloten geht das zügig aber nichts desto trotz gründlich von staten. Danach schnallt mich mein Instructor fest, denn anders als im normalen Flugzeug wird man hier mit Spannschlössern regelrecht festgezurr. Walter klettert hinter mir in die Maschine, Haube zu, und ein paar Sekunden später bellen die 330 PS los. Den Rollweg zur Startbahn und den Start an sich übernimmt mein Hintermann, denn vom vorderen Sitz sieht man außer Motorhaube, Luftschraube und Flügelflächen rein gar nichts. Das Flugzeug hat ein Spornrad am Flugzeugschwanz, deshalb ist der Rumpf himmelwärts gerichtet und man hat am Boden so gut wie keine Sicht nach vorne. Ab dem Querabflug soll ich dann die Steuerung übernehmen. Wir bekommen schnell die Startfreigabe, Walter gibt Vollgas und nach ca. 450 Metern zieht er die Maschine senkrecht in den Himmel. Mit einer unglaublichen Steigrate von 16 m/s. Zum Vergleich, die 180 PS-starke PA 28 hat eine Steigrate von 4 m/s. Im Querabflug übergibt

Walter dann das Steuer an mich mit einem „your control“, ich bestätige über die Bordsprechanlage „my control“ und erarbeite mir die Maschine in Fluglehrermanier – und hoppla, bei den ersten Rollübungen mit dem Querruder um die Längsachse, also das Wackeln mit den Flügeln, lege ich die Maschine schon auf den Rücken und mit einer spontanen Gegensteuerung direkt wieder in die Normalfluglage zurück. Die im technischen Datenblatt aufgeführte Rollrate von 380°/s drückt es aus, die Maschine braucht keine Sekunde, um sich einmal um die eigene Achse zu drehen. Richtig, der pure Wahnsinn!! Nach 10 Minuten haben wir die von der Flugsicherung zugeteilte Kunstflugbox erreicht. Das ist ein imaginärer quaderförmiger Luftraum, den man von der Flugsicherung nach Einreichen eines Flugplanes zugeteilt bekommt, um andere Luftfahrzeuge beim „Rumturnen“ nicht zu gefährden. Unsere Box liegt südwestlich von Aachen über der Eifel, nahe der deutsch-belgischen Grenze. Und dann geht es los, Walter fliegt eine Figur vor, ich fliege sie dann solange nach, bis ich sie beherrsche – Rolle, Looping, Turns, Trudeln wechseln sich nun in den kommenden sechs Minuten in guter oder schlechterer Qualität ab. Und die g-Kräfte, also die Beschleunigungskräfte auf den eigenen Körper, erreichen schon beachtliche Stärken von dem sieben bis achtfachen des



eigenen Körpergewichts. Aber auch nach sechs Minuten geht es mir noch gut. Walter schlägt nun vor, mal was aus seiner freien Kür zu präsentieren. Jetzt fliegt der Steuerknüppel nur noch hin und her und der eigene Körper pumpt. Unglaublich, welche aerodynamischen Grenzen dieser Kraftprotz von Flugzeug erreicht. Nach insgesamt acht Minuten Kunstflug fragt Walter mich, wie es mir geht. Mir läuft ein wenig der Schweiß, aber sonst gut, teile ich ihm über das Headset mit. Also darf ich jetzt noch mal die erlernten Figuren fliegen. Das macht natürlich richtig Laune, aber dann plötzlich ein stechender Schmerz im Magen, von einer Sekunde auf die andere. Mit einem direkten „your control“ überlasse ich Walter das Flugzeug wieder. Jetzt ist mir wirklich flau. Nachdem sich mein Körper etwas beruhigt hat, lässt mich Walter in der normalen Reiseflugkonstellation zurückfliegen. Mit einer Geschwindigkeit von 320 km/h sind wir ruckzuck wieder im Endanflug der Piste 07 von Aachen-Merzbrück. Meine Jungs und die Fluggäste winken uns mit gespannten Gesichtern beim Rollen in die Park-

position zu. Walter schaltet die Avionik aus, verarmt das Spritgemisch und der 5,8 Liter Hubraumstarke 6-Zylinder Lycoming Motor kommt zur Ruhe. Dann machen wir erst mal die Haube auf, und ich atme sehr tief durch.

Jetzt weiß ich, was so mancher Flugschüler oder Fluggast durchmacht, wenn er oder sie luftkrank wird. Aber rational betrachtet, eine logische Folgeerscheinung, wenn das Gehirn in seinem Bett hin und her geschleudert wird, sagt es über den Magen: „Jetzt lass mich bitte in Ruhe!“ Und wir haben dann ja auch aufgehört mit dem Kunstflug, sonst hätte es sicherlich ein kleines Unglück im Cockpit gegeben. Nach dem Öffnen der Gurte stehe ich aber schon schnell wieder gut gelaunt auf der Fläche und kann meinen Besuchern berichten. Nach einer erfrischenden Cola heben wir schon eine Stunde später gemeinsam wieder ab – gemächlich mit 180 PS bei doppeltem Gewicht und einer Steigrate von 4m/s. Tja, vom Porsche auf den Traktor, aber das hat ja auch was, denn Fliegen ist immer schön!

*Fotos von links nach rechts:
Das Sportgerät, die Kunstflugmaschine Extra 300LX mit Besatzung,
Extra 300LX im senkrechten Steilflug
mit Rollen um die eigene Achse,
Messerschmidt 300LX in ihrer
ganzen Pracht*

Info

Mehr über die Aktivitäten der Luftsportabteilung können sie über die Homepage des Vereins unter www.psv-koeln.de auf der Luftsportseite erfahren. Piloten, Fluglehrer, die Sportgeräte und Möglichkeiten der Abteilung werden dort dargestellt. In diesem Jahr hat die Abteilung nach einer Fusion Verstärkung aus Aachen bekommen und gemeinsam mit den neuen Mitgliedern für die künftigen Höhenflüge ein neues Sportgerät angeschafft. Mehr dazu lesen sie in unserem nächsten Heft.

Senioren-sport



Wir sind wieder da!

Wir, die Sportler/innen des Seniorensports 50 + des PSV Köln, sind seit dem 12.5.2020 wieder zum Training auf der Bezirkssport-Anlage in Köln-Weidenpesch!

Gesund und munter haben wir die Corona Pandemie bisher überstanden, da wir uns an die auferlegten Schutzmaßnahmen gehalten haben. Froh und freudig haben wir das erste Training ebenso genossen wie unser Wiedersehen, hatten wir uns doch viel zu erzählen.

Zwischen durch haben wir natürlich untereinander telefonisch Kontakt gehalten. Auch unsere Trainerin, Kathi Wolf, hat sich regelmäßig bei allen gemeldet und sich nach ihrem Wohlbefinden erkundigt, worüber wir uns sehr gefreut haben. Es ist doch schön, wenn eine Gemeinschaft auch in schwierigen Zeiten zusammenhält. Ich persönlich habe das Glück, einen Schrebergarten zu besitzen, in dem ich mich sportlich betätigen und über den Zaun hinweg mit anderen Laubenpiepern austauschen konnte.

Nun sind wir wieder mit neuem Elan auf der Bezirkssportanlage dabei, natürlich unter der Prämisse: Distanzregeln einhalten und Körperkontakte vermeiden. So geht es dann hoffentlich auch weiterhin gesund in die nächste Trainings- und Austauschrunde.



Dienstags und Donnerstags absolvieren die Seniorensportler ab 16 Uhr auf der Bezirkssportanlage in Weidenpesch nun wieder gemeinsam ihr Fitness- und Sportprogramm. Die Zwangspause haben alle gut überstanden und sie freuen sich, wieder im Team aktiv werden zu können.



Stell Dir vor:
**DEINE ZUKUNFT GEHT
AUF'S HAUS.**

Die SpardaBaufinanzierung

Bauen, kaufen, modernisieren mit dem fairsten Finanzberater.

Fair. Gemeinsam. Transparent.

Sparda-Bank West eG

Appellhofplatz 1, 50667 Köln · Johannisstraße 60-64, 50668 Köln · Telefon: 0211 23 93 23 93



Mehr Infos:
www.sparda-west.de/baufi

Sparda-Bank

Die Deine Bank.

Allgemein

Kölsches Jubiläum in Gefahr: der 11. Kölner Altstadtlauf musste verschoben werden.

Den 14. August hatten lauffreudige Kölner fest in ihrem Kalender vorgemerkt und bis zuletzt hatten viele gehofft, der Lauf könnte doch noch planmäßig stattfinden. Aber die Agentur Pulsschlag, die nicht nur diesen sondern landesweit zahlreiche erfolgreiche Laufveranstaltungen organisiert, hat auch für diesen Lauf die Reißleine gezogen. Mitte August ist einfach zu früh für eine Sportveranstaltung, bei der mehrere tausend Teilnehmer und besonders bei gutem Wetter auch zahlreiche Zuschauer erwartet werden. Nicht zu vergessen auch die vielen ehrenamtlichen Helfer u.a. aus den Reihen des PSV Köln, die für einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sorgen. Niemand soll die Teilnahme

mit seiner Gesundheit bezahlen müssen und es wäre tatsächlich nicht auszudenken, wenn ausgerechnet ein Event, mit dem seit vielen Jahren notleidende Kinder unterstützt werden, eine neue Ansteckungswelle mitverursachen würde. Also siegte am Ende die Vernunft und es kam zur Absage des für August geplanten Laufs. Allerdings hatten die Organisatoren dabei nicht nur schlechte Nachrichten. Es gibt zumindest die Chance, dass der Lauf nicht ausgerechnet im 11. Jahr der Veranstaltung ganz ausfallen muss. Er soll, so ist zumindest die Planung an der mit Hochdruck gearbeitet wird, im Herbst, vermutlich im Oktober, nachgeholt werden. Und damit ist es durchaus möglich, dass die in 10 Jah-



Em Golde Kappes



„Loß mer jet no Neppes jon!“

Möchtest Du ein frisch gezapftes FRÜH Kölsch genießen, echte kölsche Brauhausgerichte essen und gepflegte Gastlichkeit erleben? Dann komm nach Nippes zu FRÜH „Em Golde Kappes“.

FRÜH „Em Golde Kappes“

Neusser Straße 295, 50733 Köln, Tel. 0221-92292 640, kappes@frueh.de, www.emgoldekappes.de
Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 11:00 - 24:00 Uhr, Feiertag 10:00 - 22:00 Uhr, Sonntag Ruhetag

früh
EM GOLDE KAPPES



So war's im letzten Jahr ...

ren erreichte Spendensumme von 300.000 Euro für die Aktion „RTL Wir helfen Kindern“ im Jahr 2020 noch weiter aufgestockt werden kann. Die SpardaBank ist auf jeden Fall wieder dabei, egal wann der Lauf auch stattfindet. Das sind gute Nachrichten für alle Beteiligten.

Es wäre doch gelacht, wenn ausgerechnet das kölsche Jubiläum in Köln ausfallen sollte, das kann nicht sein, zumindest mag aktuell wirklich noch niemand daran denken. Holger Wesseln von der Agentur Pulsschlag ist vorsichtig optimistisch und natürlich wird der PSV Köln auch wieder mit dabei sein, wenn es im Herbst eine reelle und sichere Möglichkeit zur Durchführung dieser tollen Veranstaltung geben sollte. Dann muss nur noch Petrus mitspielen und den berühmten goldenen Oktober zeitgerecht nach Köln holen, damit der traditionelle Altstadtlauf sein besonderes Flair mit Musikgruppen am Rande der Strecke, Zuschauern insbesondere in der Außengastronomie unserer schönen Altstadt und interessanten Begegnungen in der Zielverpflegung und auf dem Heumarkt rund um die Bühne entfalten kann. Wir drücken jedenfalls fest die Daumen, dass die 11. Veranstaltung in Folge stattfinden kann und nicht in das Jahr 2021 verschoben werden muss. Die Hoffnung stirbt bekanntlich zuletzt und so sagen wir an dieser Stelle den potenziellen Startern wie auch den zahlreichen designierten Helfern aus den Reihen des PSV „auf ein Wiedersehen beim 11. Kölner Altstadtlauf im Oktober 2020“ wir freuen uns gemeinsam mit euch auf die Veranstaltung!

Der Geschäftsführende Vorstand



printed by:

Wir machen Druck.de

Sie sparen, wir drucken!

IMPRESSUM

Herausgeber:



Polizeisportverein Köln 1922 e.V.

Schirmherr

Polizeipräsident Uwe Jacob

Ehrenvorsitzende/Ehrenvorstand

PD a.D. Jürgen Haase

EPHK a.D. Walter Prinz

Peter Messner

PHK'in Petra Nentwich

EPHK a.D. Reinhard Schüttler

Geschäftsführender Vorstand

1. Vorsitzender LPD Martin Lotz

2. Vorsitzender POR Alexander Stoll

Hauptkassenwart PHK Florian Bub

Geschäftsführer PHK Bernd Bermann

Pressewartin EPHK'in Rita Brandhorst

(V.i.S.d.P.)

Vereinsanschrift / Geschäftsstelle

Polizeipräsidium Köln

Walter-Pauli-Ring 2 - 6 . 51103 Köln

Telefon 02 21.2 29-20 85

Fax 02 21.2 29-24 20 85

info@psv-koeln.de

www.psv-koeln.de

pressewart@psv-koeln.de

Sparkasse KölnBonn

IBAN: DE12370501980014 572 218

BIC COLSDE33

Anzeigenmarketing: PSV Köln

Fotos: Fotolia, PSV Köln Bildarchiv

Konzeption, Realisation:

Beratung & Service

Hermann Wesseling

Hameler Weg 29

51109 Köln

Telefon: 0221 935 93 35

Mobil: 0172 261 39 31

E-Mail: wesseling@koeln.de



Exklusive
Angebote für
**Polizei-
beamte**

Auch die tapfersten Beschützer
brauchen **zuverlässigen Schutz.**

Als Polizeibeamter sorgen Sie für Sicherheit. Aber wer sorgt für Ihre Sicherheit? Verlassen Sie sich am besten auf einen starken Partner – auf SIGNAL IDUNA. Die zur SIGNAL IDUNA Gruppe gehörende PVAG Polizeiversicherungs-AG bietet Ihnen speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Absicherungslösungen. Schließlich kennen wir die besonderen Risiken, die Ihr Dienst mit sich bringt. Informieren Sie sich jetzt!

Torsten Heyden, Verkaufsdirektor
Waldstr. 18
50169 Kerpen
torsten.heyden@signal-iduna.net
Mobil 0163 2073348

SIGNAL IDUNA 
gut zu wissen