

1. Basketball Regionalliga Nord



#3 Josh Meyer
Center



Rendsburg Twisters
vs.

TSV Neustadt temps
Shooters

23.03.2024





Werner Vollert GmbH & Co. KG

ABV Bau
Ullrich GmbH



Ein letzter Wirbelsturm für diese Saison

Eine lange und spannende Saison liegt nun fast hinter uns und wir freuen uns auf den heutigen Abschluss gegen den Tabellenersten aus Neustadt vor unserem Heimpublikum.

Nachdem die Twisters am letzten Wochenende über sich hinausgewachsen sind, mit dem Rücken zur Wand einen Sieg erzielen mussten und dies dann so souverän gemeistert haben, bleiben wir auch weiterhin in der ersten Regionalliga. Mental gestärkt und mit dem Wissen, aus eigener Kraft die Hürde Klassenerhalt genommen zu haben, werden wir in die heutige letzte Begegnung gehen.

Die unglaublich starke Teamleistung in Braunschweig hat einmal mehr das große Potential unserer jungen Twisters gezeigt und ebenso die enorme Leistungsentwicklung in dieser Spielzeit. Umso schöner war es anzusehen, dass das neue Spielkonzept von Coach Max Rockmann nicht nur offensiv erfolgreich war, sondern der Schlüssel für den Auswärtssieg in der Verteidigung lag, da man sowohl das Tempo der Niedersachsen kontrollieren, als auch einfach Abschlüsse in Korbnähe verhindern konnte. Und genau daran gilt es heute Abend anzuknüpfen.

Mit den Neustadt temps shooters erwartet uns heute nicht nur der aktuelle Tabellenerste, sondern auch ein sehr breit aufgestelltes Teams, das das Ziel hat, Meister zu werden und in die 2. Bundesliga aufzusteigen. In jedem Fall wollen unsere Jungs als Underdog das Beste geben und schauen, was heute Abend alles möglich ist.

Nach Spielende werden wir uns außerdem von unseren beiden Profis Josh Meyer (USA) und Ivan Zivkovic (Kroatien) verabschieden, die wieder in ihre Heimat zurückkehren.

Auf geht es also zum letzten Spiel der Saison 2023/24, bei dem wir uns vielmals für die großartige Unterstützung unserer treuen Fans und Zuschauer bedanken wollen! Ihr seid die besten der gesamten Liga und es hat uns sehr viel bedeutet, dass wir mit euch trotz einiger Heimgniederlagen einen neuen Rekord im Zuschauerschnitt aufgestellt haben und ihr uns so den Rücken gestärkt habt!

We are one TEAM!

Sponsor of the day

Möbel

WIR HABEN DIE MÖBEL

ZU IHREM LEBEN!

Bergemann

<https://www.moebel-bergemann.de>

Gegnervorstellung Neustadt temps Shooters



Zum Abschluss der regulären Saison treffen die Twisters im letzten Heimspiel auf die Neustadt Shooters. Das Team ist mit einer Bilanz von 19 Siegen bei nur zwei Niederlagen unangefochtener Tabellenführer. Sie werden in den kommenden Wochen um den Aufstieg in die 2. Bundesliga ProB spielen.

Neustadt ist eine sehr ausgeglichene Mannschaft, in der sieben Spieler knapp 10 oder mehr Punkte im Schnitt machen. Angeführt werden sie von den erfahrenen Guards Matej Jelovic und Dyon Doekhi, die 15,9 bzw. 16,6 Punkte im Schnitt machen. Sie stehen sinnbildlich für den Spielstil der Shooters, welcher sich durch aggressive Drives und hochprozentige Distanzwürfe auszeichnet. Neustadt hat es während der gesamten Saison geschafft, seine Gegner defensiv unter Druck zu setzen und Fehler zu erzwingen, die sie immer wieder in einfache Punkte umwandeln konnten.

Für die Twisters heißt es nach einem souveränen Auswärtssieg in Braunschweig und dem damit gesicherten Klassenerhalt, die Saison gemeinsam mit den Fans ausklingen zu lassen.

Gegen das Topteam der Liga kann man nun befreit aufspielen und muss nicht mehr in die anderen Hallen und auf die Ergebnisse der Kontrahenten gucken. Im letzten Saisonspiel wollen die Twisters nochmal zeigen, was in ihnen steckt. Nach der vermeintlich besten Leistung der Saison am letzten Spieltag in Braunschweig kann die Mannschaft mit breiter Brust in das Spiel gehen. Es gilt, dem hohen Druck der Gäste standzuhalten und das Spiel möglichst lange offen zu gestalten. Sollte dies gelingen, ist am Ende vielleicht sogar eine große Überraschung drin.



Tickets und Plätze

Treppe	Aufteilung der Tribüne nach Blöcken				Treppe
Gang					
Block E	Block D	Block C	Block B	Block A	
Erwachsene 5 € Kinder 3 €	Erwachsene 6 € Kinder 4 €	VIP Erwachsene 7 € Kinder 5 €	Erwachsene 6 € Kinder 4 €	Erwachsene 5 € Kinder 3 €	



BBCR Rendsburg und die Twisters online

Internet
<https://www.bbcr.de/>



Facebook
www.facebook.com/bbcr.twisters/



Instagram
www.instagram.com/bbcrendsburtwisters/



Hinweis in eigener Sache:

Bitte helfen Sie mit und halten die Halle und Tribüne sauber, indem Sie den Abfall in die dafür vorgesehen Behälter entsorgen. Das Orga-Team dankt schon jetzt für Ihre Unterstützung.

Teams/Tabelle						
Rang	Verein	Spiele	W/L	Punkte	Körbe	Diff.
1	TSV Neustadt temps Shooters	21	19/2	38	1992 : 1567	425
2	ASC 46 Göttingen	20	16/4	31	1713 : 1476	237
3	TSV Bargteheide Bees	21	17/4	31	1885 : 1633	252
4	VfL Stade	21	15/6	30	1764 : 1630	134
5	Aschersleben Tigers BC	20	13/7	26	1734 : 1677	57
6	TuS ADEMAX Red Devils Bramsche	21	9/12	18	1591 : 1817	-226
7	Oldenburger TB	21	7/14	14	1571 : 1688	-117
8	Baskets Juniors TSG Westerstede	21	7/14	14	1668 : 1696	-28
9	MTV/BG Wolfenbüttel	21	6/15	12	1553 : 1811	-258
10	SG Braunschweig	21	6/15	12	1688 : 1803	-115
11	BBC Rendsburg Twisters	21	5/16	10	1629 : 1784	-155
12	WSG Königs Wusterhausen	21	5/16	7	1581 : 1787	-206

**ETWAS ZU
ENTSORGEN?
PERSÖNLICH
ODER ONLINE
CONTAINER
BESTELLEN!**

Unser Webshop hat rund um die Uhr für Sie geöffnet.

www.shop.ehrich.de

EHRICH
recycling



Energieversorgung in allen Bereichen

- ✓ Auto
- ✓ E-Bike
- ✓ Solar
- ✓ Camping
- ✓ Antrieb
- ✓ Versorgung
- ✓ E-Mobilität



Good bye Josh!

Wir hatten in den letzten 12 Jahren zahlreiche Profis, die neben starken Leistungen für unsere Twisters auch als Trainer im Verein mitgearbeitet haben. Aber wir hatten noch niemals einen Spieler wie Josh Meyer, der mit unglaublich großer Freude und Begeisterung als Trainer für uns und mit unserer Jugend gearbeitet hat. Gleich nach seiner Ankunft ist er als Co-Trainer im männlichen U14-Bereich gestartet und hat schnell zusätzliches Individualtraining gegeben. Im Herbstcamp letzten Jahres war er auf Anhieb der Trainerliebling aller Camp-Kinder und Jugendlichen und hat neben zahlreichen basketballerischen Tipps, Tricks und Ideen auch das Englischsprechen und -hören aller verbessert. Mit seiner immer freundlichen Art wird er uns in diesem Bereich künftig sehr fehlen.

Daher lieber Josh, wünschen wir dir alles Gute für deine weitere sportliche und persönliche Zukunft! Wir werden dich sehr vermissen!



Jan Witt



Dachdeckermeister

...ALLES FÜR IHR DACH.

Grüner Weg 11, 24808 Jevenstedt - 04337/1388 - kontakt@dachdeckerei-janwitt.de

Interview mit Twisters-Spieler Lasse Kemmling (#7)

Wie kamst du zu Beginn der Saison zum Twisters-Team in Rendsburg und wo hast du zuvor gespielt?

Es war eine spontane Entscheidung, nochmal auszuprobieren, ob ich auf dem Niveau mithalten kann. Vorher habe ich in Kronshagen gespielt, mich aber verletzt und ein Jahr Pause gemacht, bzw. im Anschluss nur aus Spaß in der Unimannschaft gespielt.

Welchen Eindruck hast du von deinen ersten Spielen bei den Twisters?

Die Spiele waren sehr körperlich, was für mich anfangs ungewohnt war. Es ist nicht immer einfach, ein positives Mindset beizubehalten, wenn man einen Run im Spiel kassiert.



Du reist nicht aus Rendsburg an, sondern nimmst den Twisters-Bus aus Kiel für Training und Spiele. Wo ist eigentlich dein Heimatort?

Ich bin in Hamburg-Rahlstedt aufgewachsen.

Wofür kannst du dich noch abseits vom Basketball begeistern?

Ich mag eigentlich alle Ball- und Rückschlagsportarten (z.B. auch Volleyball), Segeln, Gitarre und Schach spielen.

Welche besonderen Erlebnisse oder Herausforderungen hast du bisher in deiner Basketballkarriere erfahren und wie haben sie dich als Spieler geprägt?

Als ich in Kronshagen aktiv war, habe ich die Saison abgebrochen, weil mich meine eigenen Mitspieler sehr runtergezogen haben und der ge-

Energie. Spannung. Jubel.



Auch in Ihrem Zuhause landen Sie mit unseren Energie-Angeboten Volltreffer! Gehen Sie bei uns ans Netz!



Infos und Angebote finden Sie unter www.stadtwerke-sh.de

meinsame Fokus eher auf unseren Misserfolgen und unserem Versagen lag. Dadurch war bei den Spielen permanent eine sehr destruktive und negative Stimmung. Ich habe mich entschieden, mitten in der Saison aufzuhören, weil ich keinen Spaß mehr am Basketball hatte. Im Nachhinein bereue ich, dass ich das Team in einer kritischen Situation verlassen habe. Ich denke, das hat mich insofern geprägt, als dass ich verstanden habe, dass man auch Loosingstreaks oder schlechte Phasen überstehen muss und dem nicht entfliehen sollte.

Gibt es spezielle Rituale oder Gewohnheiten, die du vor Spielen oder wichtigen Events pflegst, um dich optimal vorzubereiten?

Viel Stretching hilft mir, ruhig zu bleiben.

Wie gehst du mit Niederlagen oder schwierigen Phasen in der Saison um und welche Strategien verfolgst du, um dich davon zu erholen?

Erstmal: Auf andere Gedanken kommen.

Später: Positive Sichtweise beibehalten und mich erinnern, Spaß am Spiel zu haben

Welche Rolle spielt das Teamgefühl für dich persönlich, und wie stärkt ihr als Twister-Team eure Bindung auch abseits des Spielfelds?

Teamgefühl ist mir sehr wichtig. Vor allem im Bus zu den Trainings und Spielen wird viel geredet und auch einfach viel Zeit verbracht, wodurch die Teamchemie meiner Meinung nach gestärkt wird.

Mit welchen persönlichen Stärken möchtest du das Team in der kommenden Saison unterstützen, und worin siehst du deine besonderen Beiträge?

Transition Offense

Vielen Dank, Lasse, und ein gutes letztes Saisonspiel mit deinem Team!



Balla Thiam
Jahrgang 2001 - 1,90m
Point Guard



Josh Meyer
Jahrgang 1999 - 2,04m
Center



Lennard Willer
Jahrgang 1999 - 1,94m
Shooting Guard



Lasse Kemmling
Jahrgang 1999 - 1,98m
Small Forward



Malte Jacobsen
Jahrgang 2001 - 1,96m
Small Forward



Patrick Sopha
Jahrgang 1997 - 1,89m
Point Guard



Gbenga Hansen
Jahrgang 2002 - 1,87m
Point Guard



Ludwig Wagemann
Jahrgang 2003 - 1,98m
Center



Henning Rixen
Jahrgang 1999 - 1,98m
Power Forward



Torge Rump
Jahrgang 2001 - 1,89m
Guard



Morten Philipp
Jahrgang 2004 - 1,89m
Shooting Guard



Tom Skorsch
Jahrgang 2002 - 2,04m
Center

Das Twisters-Team Saison 2023/2024



Ivan Zivkovic
Jahrgang 2002 - 2,00m
Forward



Luca Mevius
Jahrgang 2007 - 1,91m
Point Guard



Ayk Grünau
Jahrgang 2005 - 2,02m
erweiterter Kader



Jonas Kraft
Jahrgang 2006
erweiterter Kader



Max Rockmann
Head-Coch



Felix Thießen
Assistant-Coch



Dominik Hassa
Physiotherapeut



Dr. Ingo Perner
Mannschaftsarzt



Julie Hoff
Teammanagerin
und Sponsoring



Thomas König
Teammanager



Twisti
unser Maskottchen

Damenbasketball zurück in Rendsburg

Time to shine. Der Damenbasketball in Rendsburg ist zurück! Nach ein paar Jahren ohne Damenmannschaft wollen wir nun wieder angriffen. Das Ziel ist es eine ehrgeizige Mannschaft zusammenzustellen, die vor allem Lust hat, sich individuell und athletisch weiterzuentwickeln. Bereits nach den Osterferien soll es losgehen mit zwei leistungsorientierten Trainings pro Woche in der Halle und einem zusätzlichen Athletikprogramm außerhalb. Neben der Trainings wird es vor dem Sommer die ersten Testspiele geben.

Jochen Gierich und Alex Barski bilden das Trainergespann für die Damenmannschaft. Jochen verfügt über viel Erfahrung und Expertise als Trainer, Alex ist ein junger motivierter Trainer, der zusammen mit der Mannschaft die nächsten Schritte gehen möchte und bereits in dieser Saison die U18W betreut hat.

Zusammen mit dem neuen Trainergespann soll es in den nächsten Jahren eine sportliche Entwicklung im Damenbereich geben mit dem Ziel innerhalb der nächsten drei Jahre in die 2. Regionalliga aufzusteigen.

Für dieses Projekt suchen wir noch weitere interessierte Spielerinnen aus dem Großraum Rendsburg, Neumünster und Kiel die Lust haben individuell und mit uns als Team den nächsten Schritt zu gehen. Wenn Du den Willen und sportlichen Ehrgeiz dazu hast, dann melde dich gerne per Mail: twoehst@bbcr.de

Wir freuen uns sehr das wir mit den Suns wieder durchstarten und sind sehr zuversichtlich das wir eine großartige und ambitionierte Mannschaft zusammenbekommen.



U12 Junior-Suns verteidigen Landestitel

Unsere U12 Mädchen blieben auch in dieser Saison das Maß der Dinge in Schleswig-Holstein und gewannen zum dritten Mal in Folge den Landesmeistertitel ihrer Altersklasse. Zunächst startete die Spielzeit mit vier U12-Teams und es versprach eine spannende Runde zu werden. Leider zogen die Vereine der Itzehoe Eagles und Schleswig Vikings ihre Teams bis Herbst letzten Jahres wieder aus dem Spielbetrieb zurück, so dass am Ende nur vier Begegnungen gegen die Lübeck Lynx das Rennen um die Meisterschaft ausmachen sollten.

In diesen überzeugte das Team um Trainerin Mathilde Menges aber auf ganzer Strecke und alle Spiele konnten mit einem durchschnittlichen Vorsprung von 43 Punkten gewonnen werden.

Herzlichen Glückwunsch an unsere jungen Basketballerinnen für diesen Erfolg!

„Trotz der wenigen Spiele haben wir uns immer stark präsentieren können. Wir sind von Spiel zu Spiel besser geworden und ich werde diese Saison immer in guter Erinnerung behalten und bin sehr stolz auf meine Mädels“, reflektiert die junge BBCR-Trainerin.



U18-Twisters werden Landesmeister

Nachdem wir in der vorherigen Saison knapp gescheitert waren und Vizelandesmeister wurden, stand das Ziel für die aktuelle Spielzeit schon früh fest. Sowohl Trainer Nico Wegener als auch die Spieler der Jahrgänge 2006 bis 2008 waren fest entschlossen, den Titel nach Rendsburg zu holen. Dass dies bis zum letzten Spieltag ungeschlagen umgesetzt werden konnte, war umso erfreulicher und die Mannschaft überzeugte in allen Spielen auf ganzer Linie und konnte durchschnittlich mit 49 Punkten Vorsprung gewinnen.

Ganz so einfach war es aber dennoch nicht, denn die Saison war durch eine hohe Belastung geprägt, da annähernd alle U18-Spieler noch in mindestens einem weiteren Team am Spielbetrieb teilnahmen und in der Regel zwei Partien pro Wochenende absolvierten. Grundstein für den Erfolg waren die zahlreichen und intensiven Trainingseinheiten. Alle U18-Nachwuchstwisters trainierten mindestens drei Mal pro Woche im Teamtraining, ergänzt durch weitere Technik- und Einzeltrainings und einige Spieler kamen so sogar auf fünf bis sieben Einheiten. Außerdem absolvierte ein Großteil der Mannschaft ergänzend Krafttraining im Fitnessstudio. Der Erfolg basierte also neben dem Talent der Mannschaft auf unbedingtem Fleiß und großer Motivation.



Eine riesige Unterstützung waren von Beginn an die Eltern, die Wochenende für Wochenende bereit waren, ihre Jungs anzufeuern, zu zahlreichen Sporthallen Schleswig-Holsteins zu fahren oder die Trikots zu waschen. Herzlichen Dank für dieses Engagement!

Unser U18 Meisterkader:

Bauki Kaufmann (2008)

spielt auf der Guardposition. Seine größte Stärke ist die Defense. Wenn die Mannschaft jemanden braucht, der die starken Aufbauspieler der Gegner verteidigen muss, ist Bauki die erste Option, da er sowohl große als auch kleine Gegenspieler extrem unter Druck setzen kann. Hierüber gibt er der Mannschaft als Energizer immer wieder Ballgewinne, die zu einfachen Gegenkörben führen und dem Gegner Kraft und mentale Stärke rauben.

Benny Salmuth (2007)

übernimmt regelmäßig die Leitung des Spiels und verhilft der Mannschaft durch sein extrem ausgeprägtes Spielverständnis zu vielen Siegen. Außerdem steuert er zusätzlich immer wieder zahlreiche Dreipunktetreffer bei einer sehr starken Quote bei.

Elias Zouari (2007)

trägt auch den Namen „Mister Ehrgeiz“. Er hat in der ganzen Saison maximal 5 Trainings verpasst (wenn, dann aus Krankheit) und arbeitet extrem hart und motiviert in jeder Einheit. Außerdem ist Elias immer für eine gute Stimmung in der Mannschaft verantwortlich und verbreitet durchweg gute Laune.

Finley Marian (2007)

wird auch Spinley genannt. Er ist so flexibel auf seinen Beinen, dass er für seine Gegenspieler nur schwer zu verteidigen ist. Wenn er anfängt, einen Spinmove zu machen, ist er unstoppable 😊.

Hennes Hagge (2007)

ist der Kapitän im Team, unser aktueller FSJ'er im Verein und Trainer einer U14-Mannschaft. Und bei all diesen Funktionen und Aufgaben ist Hennes auch in seinen eigenen Trainings immer voll dabei. Im Spiel bringt er uns mit seinem Willen zu gewinnen immer wieder zu Bestleistungen und pusht damit seine Mitspieler. Er ist ein „Defensemonster“, schnell und

Praxis für Physiotherapie

Für alles, was Sie bewegt.



Florian Viergutz
Physiotherapeut

Christopher Schöning
Physiotherapeut

villavitalis_buedelsdorf
villavitalis-Buedelsdorf

UNSERE LEISTUNGEN

- ✓ Krankengymnastik
- ✓ Krankengymnastik am Gerät
- ✓ Manuelle Therapie
- ✓ CMD (Therapie für den Kiefer)
- ✓ Manuelle Lymphdrainage
- ✓ Gesundheitsberatung
- ✓ Fango
- ✓ Massagen
- ✓ Kindertherapie nach Bobath (KG ZNS Kind)
- ✓ PNF/neurologische Krankengymnastik (KG ZNS)



Alte Dorfstraße 19
24782 Buedelsdorf
Tel.: 0 43 31 30 100
info@villavitalis.net
villavitalis.net



Kronwerk
Apotheke



Apotheke
Westerrönfeld



Ihre Beratungs- und Serviceapotheken

wendig und erobert immer wieder Bälle, die er meistens sehr uneigennützig mit dem nächsten schnellen Pass zu einem Mitspieler weitergibt und damit für einfache Punkte für das Team sorgt.

Hüseyin Celik (2007)

hat zu Beginn der Saison den Weg von Kiel zu uns nach Rendsburg gefunden. Er ist knapp zwei Meter groß, wendig und technisch stark. Außerdem ist er ein hervorragender Rebounder und pflückt jeden noch so schwer zu erreichenden Ball aus der Luft.

Jannis Mohrhagen (2007)

ist ein schneller, ballsicherer Linkshänder, der mit seiner starken Hand nur schwer zu stoppen ist und außerdem über einen guten Dreipunktewurf verfügt.

Jonas Kraft (2006)

macht mit einem Schritt so viel Raum gut, wie seine Spieler in zwei Schritten. Er ist über zwei Meter groß, aber dennoch schnell und variabel einsetzbar. Seine große Stärke besteht darin, dass er jeden Gegenspieler verteidigen kann, egal ob den Point Guard der Gegner oder dessen Center unter dem Brett.

Jonas Thomsen (2007)

ist unser Motivationscoach und pusht seine Mitspieler in jeder Einheit! Er gibt immer alles, alles was geht. Durch seinen Fleiß und seine Zielstrebigkeit hat er sich nicht nur technisch und athletisch im Laufe der Saison richtig verbessern können, sondern ist ergänzend in den Trainingskader der Twisters aufgenommen worden.

Joost Leichle (2008)

wird auch „Mister Athletic“ genannt. Er ist der jüngste Spieler im Team, aber dennoch der athletischste. Vor einem Jahr aus Schleswig zu uns gewechselt, hat er sehr große Fortschritte gemacht und unglaublichen Ehrgeiz. Joost ist in jedem Training dabei und wollte nicht mal auf Klassenfahrt fahren, weil er dann ja Basketballtrainings verpasst hätte.

Levin Kellermann (2008)

ist ebenfalls ein sehr aggressiver Verteidiger, der den ballführenden Spieler der Gegner immer wieder vor Probleme stellt und der Mannschaft viel Energie über sein Hustleplay gibt. Von den 2008-Spielern war er auf-

Pflegedienst **Meichner**

Wir bewegen uns gemeinsam

0 431 - 260 680

Kaiserstraße 32 • 24143 Kiel

grund seiner starken Entwicklung der einzige, der es im Laufe der Saison geschafft hat, den Sprung in den Kader der 2. Herren zu schaffen und dort erste Spielerfahrung im Seniorenbereich zu sammeln.

Luca Mevius (2007)

ist der jüngste Spieler im aktuellen Twister Team, obwohl er erst 16 Jahre alt ist. Daher wurde er in seiner eigentlichen Altersklasse, der U18, nur vereinzelt eingesetzt und unterstützte das Team immer dann, wenn er am selben Tag kein Spiel mit den Twisters oder zweiten Herren hatte. Dabei pusht er seine U18-Mitspieler immer wieder zu Höchstleistungen, erhöhte massiv das Spieltempo und gibt seine Erfahrung in allen Bereichen an die anderen weiter.

Max Laukötter (2006)

ist unser bester Rebounder. Er versucht, jeden Ball zu bekommen und kann sehr gut antizipieren. Im Angriff liegen seine Stärken darin, auch sehr schwierige Abschlüsse gekonnt zu versenken und viel zu punkten.

Michel Dünnes (2007)

ist unser „Multitool“, denn man kann ihn praktisch auf jeder Position einsetzen (sowohl als Aufbauspieler, als auch auf der Flügel- oder Centerposition). Er gibt der Mannschaft immer das, was sie gerade braucht, und das mit einer absoluten Ruhe und Verständlichkeit. Mit dem Wechsel aus Flensburg im letzten Sommer hat Michel sich für einen hohen Zeitaufwand bei der An- und Abreise zu den Trainings und Spielen entschieden und sich durch eine weitere Leistungssteigerung nach der JBBL selber belohnt.

Noah Nielsky (2007)

ist ebenso in jedem Training, vier Mal pro Woche dabei, obwohl er ebenfalls aus Flensburg zu uns gewechselt ist und damit viel Zeit in der Bahn verbringt. Seine größten Stärken sind sein exzellenter Dreipunktewurf, gekoppelt mit einer starken On-Ball-Verteidigung, so dass er ein klassischer „3 and D“ Spieler ist.

Raduan Aberkane (2007)

ist Ende Januar aus Bremerhaven zu uns gewechselt, wo er bislang NBBL gespielt hat. Er ist für einen Spieler seiner Größe (2,03m) technisch sehr gut ausgebildet und sofort in den Trainingskader der Twisters aufgenommen worden, wo er künftig auch spielen soll. Leider hat er sich direkt nach

Möbel

*WIR HABEN DIE MÖBEL
ZU IHREM LEBEN!*

Bergemann

 **INTERSPORT**[®]
PROFIMARKT

I.D.Sievers GmbH & Co. KG Friedrichstädter Str. 57d 24768 Rendsburg

seinem Wechsel zu uns an der Hand verletzt und war einige Wochen nur eingeschränkt im Training. Er wird uns aber mit seiner Physis und seinen Skills künftig noch besser machen und mit Sicherheit die Bretter SH's dominieren.

Im Dezember letzten Jahres hat sich unser Team für die Vorrunde zur Norddeutschen Meisterschaft qualifiziert und wird am ersten Aprilwochenende in Hamburg gegen die besten Teams Norddeutschlands antreten. Auf diese Herausforderung freuen sich nicht nur die Spieler, sondern auch die beiden Trainer Nico Wegener und Bjarne Homfeldt. Während Nico in der Saison die U18-Spiele erfolgreich gecoacht hat, hat Bjarne sich um die Partien der 2. Herren gekümmert, in der drei Viertel der U18 Jungs ebenso aktiv waren. Das Training wurde von beiden gemeinsam geleitet und ebenso die weiterführende Meisterschaft ab April.



Druck
machen...



Let's go 
Twisters!!!   

...wir machen Druck
seit 1848!



Buch + Papier
ALBERS
www.papier-albers.de

Druckerei
ALBERS
www.druckerei-albers.de

Walking-Basketball

Seit Ende November 2022 trifft sich, derzeit um 19:30 Uhr im hinteren Drittel in der Kronwerk-Sporthalle, unsere Walking-Basketball Gruppe des BBCR. Ansprechpartnerin bin ich: Tanja Behrens

Als Jugendliche und junge Erwachsene habe ich im Amateurbereich Handball gespielt. Dieses musste ich aber aufgrund einer unvermeidbaren Sprunggelenksversteifung aufgeben. Nach Jahren der Suche habe ich nun mein neues Herzensprojekt beim BBCR gefunden:

Walking-Basketball

Walking-Basketball ist eine Gelenk- und rüchenschonende Alternative zum „normalen“ Basketball. Deren Ursprung sich in England befindet. Es gibt nur zwei Unterschiede: **Nicht rennen und nicht springen!**

Je nach Teilnehmeranzahl spielen wir 3x3 oder „normalen“ 5 gegen 5 und haben viel Spaß dabei.

Ob jung oder alt, ob Vorerfahrung im Basketball (ich selbst hatte keine), egal, jeder ist willkommen. Jeder lernt von jedem.

Pack deine Sportsachen und Hallenschuhe und komm vorbei! Ausprobieren kostet nichts. Die Gruppe und ich freuen uns auf Dich/Euch!

Falls noch Fragen offen sind, meldet euch bei der Geschäftsstelle des BBCR.



**ERLEBEN
ist
einfach.**

**REGIONAL.
PERSÖNLICH.**

 **Sparkasse
Mittelholstein AG**

**Einfach ist
LECKER.**



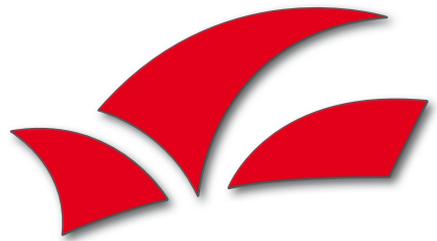
**Einfach ist
ATTRAKTIV.**



**Einfach ist
SICHER.**



**Einfach ist
PRAKTISCH.**



MITTELHOLSTEIN

**JOKER
ist
einfach.**

MITTELHOLSTEINJOKER.de