



CAN'T STOP THE RISE.

Neue Saison, neue Spieler.
Neue Trainer, neue Ziele.



Wenzel Marine

For smart solutions



INHALTE

01	Vorwort & Ausblick Peter-Michael Sagajewski	01
02	Mannschafts- & Ligen-Übersicht	03
		
	<ul style="list-style-type: none">• Damen 1 - Landesliga• Damen 2 & 3 - Bezirksliga• U 18 / U 15 Mädchen• U 12 / U 11 / U 10 Mädchen• Mini-Volleyball	03 04 05 06 06
	<ul style="list-style-type: none">• Herren 1 - Oberliga	07
03	Unsere geschätzten Sponsoren im Überblick	08
		
	<ul style="list-style-type: none">• Herren 2 - Verbandsliga• Herren 3 - Bezirksliga• Herren 4 - Bezirksliga• U 16 Jungs• U 15 Jungs	10 11 12 13 14
04	Übersicht Trainingszeiten	15
05	TV Baden Shop & Förderverein	17
06	Impressum	18



erima[®]
SPORTSWEAR SINCE 1900

Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
Bewegen · Integrieren · Fördern

STARKEBÄCKER
Brot seit 1868.

Von vergangenen Zeiten, der Gegenwart und ein Ausblick...

Ihr Lieben! Mit Freude blicke ich auf unsere große Volleyballgemeinschaft im TV Baden. Gut 200 Begeisterte baggern, pritschen und schmetterten um die Wette.



Hallenvolleyball:

Nachdem der Höhenflug der 1. Herren nach 18 Jahren und inklusive vier Jahren in der 2. Bundesliga abrupt endete, wurde das Männerteam zunächst in die Regionalliga zurückgezogen. Auch hier gelang der Klassenerhalt. Dennoch folgte auch hier ein Rückzug aus Vernunftsgründen und die jungen wilden 17-18-jährigen gehen nun als 1. Herren in der Oberliga an den Start. Dahinter folgen die Routiniers in der Verbandsliga sowie noch weitere Teams auf Bezirksebene.



Im Damenbereich bin ich sehr gespannt auf die kommende Saison. Die First Ladies haben sich mit etlichen routinierten Kräften verstärkt und dürften in der Landesliga ein gewichtiges Wörtchen mitreden. Zwei sehr junge Teams befinden sich dahinter auf Bezirksebene im Aufbau.

Unser Hauptaugenmerk liegt neben den Ligateams auf der Jugend: Weit über die Hälfte unserer SportlerInnen sind Jugendliche ab 8 Jahren. Im Einsteigerbereich werden die Kinder von Günter Kraus, India und Claudia Decker behutsam ans Netz geführt. Die weitere Aufbauarbeit leisten Axel Biesewig, Jan Stollberg und wieder Günter bei den Mädels.

Im Herren- und Jungs-Bereich freue ich mich über das Engagement von Linda Eggert, Matthias Caspers, Jan Kahrs und Matthias Weiß. In heutiger Zeit ein glücklicher Umstand: ALLE unsere Teams sind mit lizenzierte TrainerInnen versorgt!



Neben dem Punktspielbetrieb starten unsere jungen Aktiven auch in Jugendspielrunden. Zu den Jugendmeisterschaften sind nahezu sämtliche Altersklassen gemeldet. Ab der U14 sind über die Qualifikationen über Regional-, Bezirks und Landesmeisterschaften Teilnahmen an Deutschen Meisterschaften möglich. Im Rückblick freuen wir uns im männlichen Bereich über mittlerweile 18 DM-Teilnahmen mit teilweise sehr guten Platzierungen.





AKTIV SPORT & FREIZEITMODE

Olaf Heym e.K.

Obernstraße 35 | Achim Große Straße 74 | Verden

Beachvolleyball:

Hier freue ich mich rückblickend über
viele Teilnahmen an Deutschen
Beachjugendmeisterschaften an
tollen Orten in ganz Deutschland.

Ein Meistertitel und viele teils sehr gute Platzierungen machten unseren Verein
in Deutschland bekannt! Auch in diesem Sommer waren unsere Jungs
erfolgreich unterwegs. Bennet Decker belegt mit seinem externen Partner Platz
18 bei der DM-U17 und Platz 5 beim U17-Bundespokal der Länder. Dem Team
Patrick Elling/Ben Wehrkamp gelang die Quali zur DM U17. Hier sprang am Ende
Platz 20 im 32er-Feld heraus. Jüngst richteten wir die „Nordwestdeutsche“ für
die U13 und U14 am Lahof-Beachfeld aus. Unser Team Ali/Michel erkämpfte sich
Platz 3 in der U13. Diese beiden Jungs konnten sich bei der erstmalig
ausgerichteten NWDM-U12 den Meistertitel sichern.

Für unsere sehr gut aufgestellten Sparte schaue ich positiv in die Zukunft und
wünsche allen Aktiven, TrainerInnen und Betreuenden viel Spaß am Volleyball

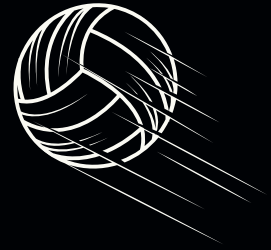
Peter-Michael Sagajewski

Spartenleitung | August 2023



DAMEN 1 / LANDESLIGA

Trainer: Günter Kraus



DAS TREPPCHEN IM BLICK



Mit zwei starken Heimspielen katapultierten sich die „First Ladies“ des TV Baden in der Hinrunde auf den zweiten Tabellenplatz in der Landesliga. Das Team beendete die Saison mit einem zufriedenstellendem vierten Platz.



#TVBADEN_DAMEN.1

Für Trainer Günter Kraus war es die bisher beste Saison mit den Damen des TVBaden. Jedoch verließen fünf Spielerinnen aus verschiedenen Gründen die Mannschaft nach Saisonende. Das engagierte Team und der Trainer konnten aus bestehenden Kontakten neue Spielerinnen auf allen Positionen akquirieren und den Sommer zur Teamfindung nutzen.



Der Erfolg beim selbst ausgerichteten BVV-Pokal im September bestätigte, dass das Team in der neuen Konstellation gut harmoniert und sich spielerisch verstärkt und entwickelt hat.

Die „First Ladies“ starten motiviert und mit neuer Kraft und das Ziel für die kommende Saison ist mindestens der Dritte Platz in der Landesliga!

DAMEN 2&3 / BEZIRKSLIGA

Trainer: Jan Stollberg



HOCH HINAUS

Wir Spielerinnen dieser Ausbildungsteams stammen aus der gleichen Trainingsgruppe, spielen in der selben Liga (Bezirksklasse), praktizieren das gleiche Spielsystem und sind fast alle noch im Jugendbereich spielberechtigt..

Kurzum: Wir bilden EINE Gemeinschaft aus jungen, frischen und ehrgeizigen Volleyballerinnen.

Wir trainieren intensiv zwei- bis dreimal pro Woche, veranstalten Testspiele und Trainingslager und besuchen verschiedene Vorbereitungsturniere, um an unsere bisherigen Erfolge anzuknüpfen.



In dieser Saison möchten wir uns in der Erwachsenen-Volleyballwelt etablieren und mit beiden Teams die vordere Tabellenhälfte schmücken. Für die absehbare Zukunft haben wir allerdings auch höhere Spielklassen fest im Blick.

Darüber hinaus möchten wir uns mit spielerisch-dynamischem Spiel auf dem Spielfeld wohlfühlen und dafür sorgen, dass man uns gerne zuschaut. Ob unseren Worten dann auch Taten folgen, könnt Ihr an unseren Heimspieltagen überprüfen oder in unserer überarbeiteten Erfolgsliste in der kommenden Saison ablesen.



STARKEBÄCKER
Brot seit 1868.

U18 / MÄDCHEN

Trainer: Claudia Decker und Axel Biesewig

STARK GESTARTET



Diese Gruppe bestritt ihre Punktspiele in der Bremer Jugendliga U20. Am Anfang konnten wir einige Spiele gewinnen.

Im Laufe der Saison trafen wir jedoch auf stärkere Teams und so gab es leider einige Niederlagen.

Wer sich mit 15 Jahren dazu entscheidet, mit Volleyball anzufangen, ist in dieser Trainingsgruppe genau richtig.

Das Team betreuen Axel Biesewig und Claudia Decker.



VOLLES PROGRAMM

U15 / MÄDCHEN

Trainer: Günter Kraus

Die Mädchen unter 15 Jahren befinden sich noch in der Teambuilding Phase. Sie haben an verschiedenen regionalen und überregionalen Spielrunden teilgenommen, um Spielerfahrungen zu sammeln. Die Delegation im Bild hat erstmalig die Regionsmeisterschaft der U13 gewonnen und sich für die Bezirksmeisterschaft qualifiziert. Dort reichte es dann zum 5. Platz.



Die Höhepunkte in der letzten Saison waren der Stadtmusikanten Cup in Bremen und das Trainingslager in den Winterferien im Hössensportzentrum Westerstede.

In diesem Jahr geht es auch mit Beachvolleyball los. Die Trainingsgruppe besteht derzeit aus 17 Spielerinnen der Jahrgänge 2010 bis 2014. Wir wollen an den U13 w und U14 w Meisterschaften teilnehmen.



U12/U11/U10 MÄDCHEN

Trainer: India Decker & Leonora Büttner

MINI VOLLEY

India Decker betreut mit Leonora Büttner die 8- 10 jährigen Mädchen, die auf das Kleinfeldspiel hingeführt werden. Ihre ersten Spielerfahrungen können sie nächste Saison auf dem Kleinfeld (4.5 x 6 Meter) machen. 18 Mädchen sind mit Freude dabei, Aufschläge von unten, baggern und pritschen zu lernen..



BALLSPORTGRUPPE – AB 1. KLASSE

Trainer: Claudia Decker und Mieke Rau

HINEIN IN GROSSE FUSSTAPFEN

In dieser Gruppe machen die Grundschulmädchen viele Erfahrungen mit fliegenden Bällen. Es geht um Bälle fangen und werfen, trumpfen, schlagen auf dem Ball, erstes baggern, pritschen, Aufschlag von unten, Federball spielen, Brennball, Laufspiele und vieles mehr.

Diesen Sommer nahmen einige Mädchen am i-run in Achim-Baden teil und hatten gute Zeiten beim Lauf vorgewiesen. Beim letzten Training vor den Sommerferien trafen sich alle mit Eltern beim Beachvolleyballfeld am Lahof. Es wurde gepicknickt und gemeinsam gespielt.

Claudia Decker und Mieke Rau freuen sich, wenn sich noch weitere 1. und 2. Klässler dazukommen könnten, denn hier sind noch Plätze frei.



Texte & Content

- für Websites
- für Blogartikel
- für Social Media
- für Produkte
- für Bücher & Ratgeber
- für Flyer & Broschüren

Ich habe zurzeit Kapazitäten für neue Kunden und Projekte und freue mich über Einzelanfragen als auch über Anfragen von Agenturen / Webdesignern.

persönlich. kreativ. fachlich.
seo. zielgruppenorientiert.



Linda Eggert



Linda Eggert // Grasberg

0176 81 58 58 99

wuemmetexter@gmail.com

www.wümme-texter.de





- Rohrleitungsbau
- Anlagenbau
- Industriemontagen
- Schweißfachbetrieb

HERREN 1 / OBERLIGA

Trainer: Peter-Michael Sagajewskir

NACH DER REGIONALLIGA IST VOR DER OBERLIGA



Nach Rückzug aus der 2. Bundesliga vor einem Jahr folgte nun auch der Rückzug aus der Regionalliga in diesem Jahr. Gründe dafür waren wieder ähnliche wie im Vorjahr. Viele Abgänge und berufliche Präferenzen sorgten nun dafür, dass sich diese Mannschaft in die Verbandsliga zurückzieht.



Wir, die 2. Herren, welche letzte Saison aufgrund der Übernahme des Startplatzes der vorherigen 2. Herren, schon bereits überraschend in der Oberliga startete, wird jetzt jedoch die Ehre zuteil, die neue 1. Herren zu bilden. Wir werden jedoch nicht den Regionalligaplatz übernehmen, sondern ein weiteres Jahr in der Oberliga verbringen.

Nach dem eigentlichen Abstieg letzte Saison sind wir durch die Rückkehr des ehemaligen 2. Bundesliga Kapitäns Stefan Baum in unser Team zuversichtlich, diese Saison die oberen Plätze anzugreifen. Wir sind eine junge motivierte Truppe und hoffen das wir uns dieses Jahr gegen die erfahrenen Erwachsenen durchsetzen können und dass wir unsere noch fehlende Konstanz auf dem Feld überwinden. Wir freuen uns auf eine neue aufregende Saison und hoffen, viele von euch in der Halle zu sehen.

**WIR BEDANKEN UNS HERZLICH BEI ALLEN SPONSOREN,
DIE UNS IN DER SAISON 23/24 UNTERSTÜTZEN:**

STARKEBÄCKER
Brot seit 1868.



Wenzel Marine

For smart solutions

E. S. Planung u. Rohrbau GmbH

- Rohrleitungsbau
- Anlagenbau
- Industriemontagen
- Schweißfachbetrieb

Gerstenkamp 8 · 27299 Langwedel · Tel. 04232 88 07-0 · www.es-rohrbau.de

**STARKES
TEAM**

Hemelinger
BECK & CO. BREMEN

Wenn's um Geld geht

**Kreissparkasse
Verden**

BECKER TOURS
OMNIBUSBETRIEB

Becker Tours GmbH
Bremer Straße 36
21255 Tostedt
Becker-Tours.com
info@becker-tours.com
Telefon: 04182-2811-28
Fax: 04182-2811-27

Reisepartner des TV Baden
Volleyball 2. Bundesliga

Leistungen
Gruppenreisen aller Art
Komplette Planung Busreisen
Anmietverkehr
Transfer Europaweit
Unverbindliches Angebot
Ansprechpartner Jens Becker

HH HEINRICH HOPPE

INTERNATIONALE SPEDITION & LOGISTIK



HERREN 2 / VERBANDSLIGA

Trainer: Leander Schulz

POTENZIAL, EHRGEIZ, AUSBLICK

Die letzte Saison war ein Auf und Ab, konnte jedoch mit dem sicheren Klassenerhalt gekrönt werden.

An viele Dinge musste sich das Team in der Verbandsliga gewöhnen. Dazu zählten u.a. längere Fahrten, eine höhere Anzahl an Spielen, Nachwirkungen der Coronapandemie und natürlich stärkere Gegner. Als Liganeuling konnten wir uns trotz dieser Gewöhnungsphase durch mehrere Siege bereits zum Beginn der Saison etablieren.



Im übrigen Verlauf der Saison gestalteten sich die Spiele sehr wechselhaft. Gegen vermeintlich leichtere Gegner schöpfte die Mannschaft ihre Möglichkeiten nicht aus und gegen vermeintlich stärkere Gegner zeigten wir streckenweise das volle Potenzial.

Insgesamt blicken wir auf schöne gemeinsame Erfahrungen zurück und freuen uns schon auf die nächste Saison.


erima
SPORTSWEAR SINCE 1900


Becker Tours GmbH
Bremer Straße 36
21255 Tostedt
Becker-Tours.com
info@becker-tours.com
Telefon: 04182-2811-28
Fax: 04182-2811-27


BECKER TOURS
OMNIBUSBETRIEB

Reisepartner des TV Baden

Volleyball 2. Bundesliga



Leistungen

Gruppenreisen aller Art
Komplette Planung Busreisen
Anmietverkehr
Transfer Europaweit

Unverbindliches Angebot
Ansprechpartner Jens Becker



HERREN 3

Trainer: Linda Eggert



AKTIV SPORT & FREIZEITMODE

Olaf Heym e.K.

Obernstraße 35 | Achim Große Straße 74 | Verden

TEAM-SPIRIT IM FOKUS

Die neu formierte Herren 3, die sich aus der einstigen Herren 3 und Herren 4 zusammensetzte, bestritt in der Saison 22/23 ihre ersten gemeinsamen Spiele in der Bezirksliga Herren Volleyball.

Trotz der neuen Konstellation und geringer Zeit, um zueinander zu finden, startete die Mannschaft mit einigen Siegen in die Saison, in vielen Fällen jedoch erst im Tie-Break - so wurden wir schnell als die "ewigen Tie-Breaker" betitelt.

Im Lahof beim Heimspiel zeigten die Herren 3 dann, was es bedeutet, im Volleyball als Team zu agieren: Wir feierten zuhause in zwei blitzblanken 3:0-Siegen unsere Gäste aus Karlhöfen/G. und Elsdorf von der Platte und standen kurzzeitig auf Platz 2.

Am Ende der Saison positionierten wir uns jedoch im Mittelfeld, auch bedingt durch einige Verletzungspausen - und unser eindeutiges Ziel in der nächsten Saison ist das Treppchen.





LET'S GO BEZIRKSLIGA

Als vierte Herren treten in dieser Saison unsere talentierten Nachwuchsspieler zu ihrer ersten Spielzeit im Herrenbereich an. Die Mannschaft besteht hauptsächlich aus Spielern des Jahrgangs 2008. Viele von ihnen haben bereits in der vergangenen Saison in der Damenbezirksliga als u16-Team mit Sonderspielrecht Erfahrungen gesammelt. Diese Saison konnte souverän als Tabellenerster beendet werden.

So erfolgreich wird das nächste Jahr in der Herren-Bezirksliga sicher nicht verlaufen. Vermutlich werden wir einiges Lehrgeld zahlen, dafür aber schnelle Fortschritte in Technik und Spielverständnis, wie auch in der körperlichen Entwicklung machen. Ganz konkrete Ziele sind die weitere Erarbeitung des Läufersystems und der damit einhergehenden weiteren Spezialisierung auf einzelne Positionen. Mit aktuell 21 Spielern auf der Mannschaftsliste ist der Kader breit aufgestellt, um die Jungs auch auf verschiedenen Positionen einspielen zu können.

Neben dem Spielbetrieb stehen die Jugendmeisterschaften auf dem Programm. Hier wäre es schön, wenn wir die Qualifikation für die Nordwestdeutschen Meisterschaften der U18 erreichen könnten.

Dass die Mannschaft gut zusammenpasst, hat sich auf einen 3-tägigen Beachcamp auf einem Campingplatz in Schleswig-Holstein über Himmelfahrt gezeigt. Alle konnten ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern und hatten viel Spaß zusammen. Man darf also auf die Herren 4 gespannt sein...



U16 / JUNGS

Trainer: Matthias Caspers



WEITERENTWICKLUNG LEVEL UP



In der Jugendgruppe u16 sind wir derzeit 12 Jungen und ein Trainer. Das Wichtigste beim Training ist am Anfang die Umstellung vom 4er auf das 6er Spielfeld und die passenden Spielformationen, sowie die neue Netzhöhe.

Im Training üben wir technische und taktische Abläufe des Volleyballspiels und setzen das dann zum Ende beim regelmäßigen Spiel um. Das Ganze findet schon mit Spaß am Sport statt, ist aber auch auf eine Weiterentwicklung für das Team, die Spieler und den Trainer ausgerichtet. Wir trainieren 2-mal pro Woche.

Mit dem Beginn der Saison 23/24 nehmen wir am Punktspiel der Damen Bezirksklasse teil, da diese auf derselben Netzhöhe spielen wie wir auch. Diese Spiele werden an den Wochenenden stattfinden. Darüber hinaus nehmen wir an Jugendmeisterschaften teil - sowohl in der Halle als auch im Sand bei Beach-Wettbewerben. Präsent waren wir bei den letzten Jugendmeisterschaften in Lüneburg und beim Stadtmusikanten-Cup in Bremen.

E. S. Planung u. Rohrbau GmbH



- Rohrleitungsbau
- Anlagenbau
- Industriemontagen
- Schweißfachbetrieb

Gerstenkamp 8 · 27299 Langwedel · Tel. 04232 88 07-0 · www.es-rohrbau.de



U15 / JUNGS

Trainer: Günter Kraus



WIE DIE GROSSEN



Das erfolgreiche Team der Jungs unter 15 Jahren ist mittlerweile auf über 30 Spieler angewachsen.

Die Jahrgänge 2009 wechseln vom Kleinfeld auf das Großfeld der Erwachsenen und spielen in der kommenden Saison 6 gegen 6 in der Bezirksklasse der Frauen, weil dort die Netzhöhe bei 2,24 Meter liegt und nicht wie im Männerbereich bei 2,43 Meter.



Die Jahrgänge 2010 bis 2014 rutschen eine Altersklasse nach oben und werden wieder in allen Jugendmeisterschaften an den Start gehen, mit dem Ziel über die Regions- und Bezirksmeisterschaften an den Nordwestdeutschen Meisterschaften (NWDM) teilzunehmen.



AKTIV SPORT & FREIZEITMODE

Olaf Heym e.K.

Obernstraße 35 | Achim Große Straße 74 | Verden

UNSERE TRAININGSZEITEN

Du hast auch Lust, mit Volleyball anzufangen oder suchst einen Verein, in dem du deiner Leidenschaft zum Volleyball mit netten, ehrgeizigen Spielern nachgehen kannst?

Herren 1 Oberliga	Cato dienstags 20.00 - 22.00 Uhr Lahof mittwochs 19.00 - 22.00 Uhr Lahof freitags 17.00 - 20.30 Uhr
Herren 2 Verbandsliga	Lahof montags 20.00 - 22.00 Uhr GS Baden donnerstags 20.00 - 22.00 Uhr
Herren 3 Bezirksliga	Cato montags 18.00 - 20.00 Uhr Paulsberg mittwochs 20.00 - 22.00 Uhr
Herren 4 Bezirksliga	Cato montags 18.00 - 20.00 Uhr Paulsberg mittwochs 18.00 - 20.00 Uhr
Herren 5 Bezirksklasse	Paulsberg montags 17.00 - 18.30 Uhr GS Baden samstags 12.00 - 14.00 Uhr

E. S. Planung u. Rohrbau GmbH



- Rohrleitungsbau
- Industriemontagen
- Anlagenbau
- Schweißfachbetrieb

Gerstenkamp 8 · 27299 Langwedel · Tel. 04232 88 07-0 · www.es-rohrbau.de

UNSERE TRAININGSZEITEN

Damen 1 Landesliga	Cato dienstags 20.00 - 22.00 Uhr Realschule donnerstags 19.30 - 22.00 Uhr
Damen 2 Bezirksklasse	Cato montags 18.00 - 20.00 Uhr Lahof donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
Damen 3 Bezirksklasse	Cato montags 18.00 - 20.00 Uhr Lahof donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
Weibl. Jugend U18-Spielrunde	Lahof montags 15.30 - 17.00 Uhr Lahof donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
Mädchen U14-Spielrunde	Lahof montags 15.00 - 17.00 Uhr Lahof donnerstags 15.00 - 17.00 Uhr
Ballsportgruppe 3./4. Klasse	Lahof donnerstags 15.30 - 17.00 Uhr
Ballsportgruppe 1./2. Klasse	GS Baden mittwochs 15.30 - 17.00 Uhr
Jungs U14-Spielrunde	Lahof mittwochs 15.00 - 17.00 Uhr GS Baden samstags 10.00 - 12.00 Uhr

TV BADEN SHOP

Hoodies, T-Shirts,
Jogginghosen, Tassen...



JETZT STÖBERN:



FÖRDERVEREIN

Zur finanziellen Unterstützung gründeten wir im Jahre 2013 einen Förderverein, der vereinsübergreifend den Volleyballsport in der Stadt Achim aber auch den Leistungssport im TV Baden unterstützt.



Förderverein Volleyball Achim könnte ohne die Großzügigkeit unserer treuen Anhänger nicht existieren. Unsere fantastische Gemeinschaft wird weitgehend durch Spenden getragen und kann immer noch etwas Unterstützung gebrauchen. Sie denken darüber nach, Teil von Förderverein Volleyball Achim zu werden? Der beste Weg ist ein kleiner Beitrag von 2€ im Monat.

HERZLICHEN DANK AN ALL' UNSERE UNTERSTÜTZER.

DU MÖCHTEST AUCH VOLLEYBALL SPIELEN ODER UNSERE MANNSCHAFTEN ALS SPONSOR UNTERSTÜTZEN?

Dann nimm Kontakt zu
unserem Spartenleiter Peter auf.

Mobil: 0162 4807573

E-Mail: pmski@web.de



<https://www.turnverein-baden.de/>



facebook.com/tvbaden

IMPRESSUM:

Herausgeber:
TV Baden e.V | Volleyball
Verdener Straße 180
28832 Achim

Inhalte, Layout, Konzept:
Linda Eggert | Wümme Texter
Peter-Michael Sagajewski

Beiträge:
Mannschaftsführer | Trainer

Fotos:
Mannschaften

Wenn's um Geld geht



Kreissparkasse
Verden

Stadtwerke Achim

www.stadtwerke-achim.de



Sportliche
Leistung.