

„Mal nicht
auf der
Reservebank
sitzen.“

Jetzt
beraten
lassen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

EINLADUNG zur Mitgliederversammlung 2015 der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

am Dienstag, den 14. April 2015, um 19.00 Uhr
im „Sportlertreff“, Im Baumhof 15, 45549 Sprockhövel

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung und der satzungsgemäßen Einladung
2. Bericht des Vorstandes, Rückblicke und Ehrung langjähriger Mitglieder
3. Gespräche zu den Jahresberichten der Abteilungen
4. Bericht der Schatzmeisterin
5. Bericht der Revisoren
6. Beschlussfassung über den Jahresabschluss des abgelaufenen Geschäftsjahres
7. Entlastung des Vorstandes
8. Neuwahl des Geschäftsführenden Vorstandes
 - 8.1 Vorsitzende/r
 - 8.2 Schatzmeister/in
 - 8.3 Hauptgeschäftsführer
9. Wahlen der Vorstandsmitglieder
 - 9.1 Geschäftsstelle
 - 9.2 Sporträume
 - 9.3 Projekte
 - 9.4 Öffentlichkeitsarbeit
 - 9.5 GuFiT
 - 9.6 Mitarbeiter und Personal
 - 9.7 Freizeit & Senioren
 - 9.8 Leistung & Wettkampf
10. Wahlen der Revisoren
11. Beschlussfassung über den Haushaltsplan des laufenden Geschäftsjahres
12. Beschlussfassung über Anträge
13. Bestätigung der Abteilungsvorstände und des Jugendwartes/der Jugendwartin
14. Verschiedenes

Anträge zur Mitgliederversammlung bitten wir fristgerecht bis zum 21. März 2015 schriftlich an den Vorstand zu richten. Anregungen und Vorschläge nehmen wir gerne auf.

Mit sportlichem Gruß

Volker Bosch,

Vorstand Organisation und Verwaltung (Hauptgeschäftsführer)

Nutzt als Mitglied euer Recht zur Mitbestimmung und Mitgestaltung!

Liebe Leserinnen und Leser,

wie immer im ersten Heft des neuen Jahres finden Sie darin eine Mischung aus Berichten zu Ereignissen des vergangenen Jahres, erste Berichte zu Ereignissen aus 2015 und – ganz wichtig – Einladungen oder Ankündigungen zu demnächst stattfindenden Veranstaltungen, wie zum Beispiel zu den Abteilungsversammlungen der Turnabteilung (**Seite 13**), der Tennisabteilung (**Seite 27**) und natürlich zur TSG-Mitgliederversammlung 2015 (**Seite 3**).

Alle Mitglieder, die diese Informationen nicht auf anderem Wege erhalten haben, können sich also hier informieren.

Fast schon traditionell beginnt das Heft Nr. 1 mit dem Nikolaus-Prellballturnier der Turnabteilung (**ab Seite 6**), das am 6. Dezember des vergangenen Jahres stattgefunden hat. Der Nikolaus persönlich stattete dann am 10. Dezember den kleinsten Turnerinnen und Turnern einen Besuch ab – nicht ohne für jeden ein Geschenk mitzubringen.

Einen weiteren Schwerpunkt bildet später der Jahresrückblick der Tennisabteilung (**ab Seite 20**), die im vergangenen Jahr wieder zahlreiche Erfolge bei Meisterschaften und Turnieren bejubeln durfte. Und auch die beliebten vereinsintern ausgetragenen Turniere waren wieder Teil der Tennissaison.

Die Aktivitäten der Handballabteilung nehmen auch in diesem Heft wieder einen großen Raum ein (**ab Seite 40**), und ein Großereignis ganz besonderer Art rundet dann das Heft ab: Am 30. November 2014 strömten hunderte begeisterte Teilnehmer/innen in die Glückaufhalle, um beim „Dance-Workshop“ des Berliner Starchoreographen Detlef D! Soost dabei zu sein – eine Riesensache für Sprockhövel und die TSG (**ab Seite 62**).

Und so kann es weitergehen mit dem Sport im (nicht mehr ganz) neuen Jahr. Bis zum nächsten Heft
Jürgen Zang

PS: Viel Vergnügen beim Lesen und Anschauen!

TSGinfo 1/März 2015

TURNEN	Alle sind Sieger: Nikolaus-Prellballturnier 2014	6
	Auf einmal ging das Licht aus: Der Nikolaus beim Turnen	10
	Elfmal meisterlich: Leichtathletik-Bezirkshallenmeisterschaft 2014	12
	Einladung zur Jahreshauptversammlung 2015	13
	Zirkusschule: Für Kinder, Eltern und Junggebliebene	14
SENIOREN	23. Dankeschön-Abend: Ankündigung	15
JUGEND	... bei Sport und Spiel: Jugendbericht 2014	16
	Einladung zur TSG-Jugendversammlung 2015	18
TENNIS	Das Tennisjahr 2014: Sportlicher Jahresrückblick	20
	Einladung zur Jahreshauptversammlung 2015	27
BADMINTON	Die Saison läuft heiß	28
TANZEN	Nur eisernes Training bringt den Erfolg	30
VORSTAND	Der Vorstand der TSG / SEPA Lastschriftverfahren	32
	GuFi-Kursplan	34-35
BUDO/JUDO	15mal Grund zur Freude	36
	Mutter und Tochter erfolgreich: Meeuven und Westdeutsche	37
TRIATHLON	Alles kann, keiner Muss: Triathlon-Wochenende in Hachen	38
HANDBALL	Besser als gedacht: 1. Damenmannschaft	40
	Licht und Schatten: 1. Herrenmannschaft	42
	Schwankende Leistungen: Zwischenbericht 2. Herren	44
	wB ist Herbstmeister!	45
	Miteinander/füreinander: Endlich Siege für das Team der wC	46
	Fast am Ziel: Die wD-Handballmädels	48
	Handball-Nachrichten	50
Handballer feiern große Party	52	
	Übungs- und Trainingszeiten	55-58
GESUNDHEIT&FITNESS	SERIE: Einfache Übungen für daheim (Folge 6)	59
	Kaffee vor dem Sport – Klingt komisch ...	61
	Richtig cool: Detlef D! Soost in der Glückaufhalle	62
	Laufen ohne Schnaufen: Raus aus dem Hausschuh	66



IMPRESSUM

Herausgeber: TSG 1881 Sprockhövel e.V.
Redaktion/verantwortlich für den Inhalt: Jürgen Zang, juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 02324 / 972 04;
Layout: Jürgen Zang, Anna Strug; **Erscheinungsweise:** viermal jährlich; **Der Bezugspreis** ist im Mitgliedsbeitrag enthalten; **Anzeigenannahme am Ort:** Volker Bosch, volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 0234 / 902 8530 (bis 17 Uhr); **Druck und Vertrieb:** B&W MEDIA-SERVICE GmbH, Emil-Weitz-Str. 2, 44866 Bochum, www.buw.com.
Namentlich unterschriebene Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung

TSG
Geschäfts-
stelle:
Tel. 0 23 24 /
686 47 46



Nikolaus-Prellballturnier 2014

Alle sind Sieger

... und bekommen einen Weckmann



Es ist wie immer: wir bereiten uns gut vor und es kommt wieder alles anders... Aber auch der Rest ist wie immer: gute Stimmung, schöne Spiele, leckeres Essen und reichlich Spaß!

Unser diesjähriges Prellballturnier am Nikolausvorabend fing ein bisschen später an (weil, es kommt ja immer alles anders, aber wir lassen wirklich alle mitspielen, die wollen), aber dafür waren sofort alle bei der Sache. Und für alle, die sich gar nichts darunter vorstellen können und sich daher scheuen am Turnier teilzunehmen: mindestens die Hälfte

der Mannschaften kam in die Halle, suchte sich einen Prellball und haute probenhalber mal drauf – das erste Mal im Jahr und für einige auch das erste Mal überhaupt. Demzufolge haben wir vor dem ersten Anpfiff auch nochmal eine kleine Regelkunde eingelegt.

Und danach ging es gleich in medias res – immer rein ins kalte Wasser und einfach losspielen. Das ist auch für die Anfänger und Gelegenheitsspieler nicht schwer. Wir spielen ja in drei Gruppen, die möglichst nach gleichem „Könnensstand“ eingeteilt werden. Denn es soll ja allen Spaß machen. Natürlich gibt es auch Gelegenheitsspieler, die schon so lan-

Kleine Regelkunde durch Christine



ge zu unserem Turnier kommen, dass sie ein bisschen gefordert werden können. Es wird meistens zwei mal fünf Minuten gespielt, aber wir haben auch eine Pause eingelegt, um das Buffet zu stürmen und danach frisch gestärkt in die nächsten Partien zu gehen. Und am Schluss ist alles wie immer: alle sind Sieger und alle bekommen einen Preis, traditionell einen Weckmann. Wer es sich also nochmal überlegen will, das nächste Turnier startet am 4. Dezember 2015.

Natürlich klappt das Turnier nicht ohne unsere fleißigen Helfer: alle, die im Vorfeld organisieren, Essen spenden, Getränke besorgen, die Spielfelder abkleben, die Spielpläne auf-

stellen, am Buffet helfen usw usw. Also an die alle: herzlichen Dank! Danke, dass ihr uns so gut umsorgt und bewirbt, während wir spielen. Und einen herzlichen Dank an alle, die von fern und nah kommen und diesen Abend erst möglich machen. Und zuletzt noch einen Dank an alle „nur“-Zuschauer, die uns anfeuern und unterstützen. Danke euch allen, bis zum nächsten Mal!

Christine Sattler (Fotos: Jürgen Zang)

PS: Wir haben auch dieses Jahr unsere Ergebnislisten online gestellt, zu sehen auf www.tsg1881-turnen.de





Auf einmal ging das Licht aus

Der Nikolaus beim Turnen

Da staunten die Kinder aber nicht schlecht: Plötzlich stand ein Mann mit weißem Bart und rotem Mantel in ihrer Turnhalle. Dabei fing die Stunde an wie immer: ein bisschen Musik, damit das Aufwärmen noch mehr Spaß macht und dann geht's erstmal hin und her, mit Hopsalauf, Seitwärtslauf, großen Schritten und Marschieren. Aber am allerliebsten machen wir – Flitzen!!! Nachdem wir alle warm sind, kommt der schwierigste Teil: Aufbauen. Aber danach ist die Halle freigegeben zum Toben und Spielen, Klettern und Schaukeln.

Nur am 10. Dezember 2014 ging auf einmal das Licht aus und der Nikolaus stand in der Halle, natürlich mit Geschenken für unsere lieben Turnkinder. Und als wäre das noch nicht genug Überraschung, durften ihm alle Kinder etwas vorturnen und der Nikolaus ist hinterher geklettert. Das war ein Spaß! Dafür, dass er mit uns geturnt hatte, wollte der Nikolaus dann aber noch ein Lied oder ein Gedicht hören. Und das haben wir auch gemacht. Danach musste er leider weiter und wir waren wieder allein. Zum Trost mit einem Schokoladennikolaus für jedes Kind. Und wenn wir alle artig sind und jede Woche turnen, kommt er uns in diesem Jahr wieder besuchen...

Christine Sattler
Vater-Mutter-Kind-Turnen

Fotos: Sonja Will



RECYCLING VON HÖCHSTER QUALITÄT.



Müller & Sohn bietet Ihnen als auf Aluminium spezialisierter Metallabnehmer aktuelle Übernahme-Preise und sichert Ihnen eine reibungslose und schnelle Abwicklung sowie besondere Sortier-Verfahren und zuverlässige Qualitätskontrollen zu. Wir bieten Full-Service-Lösungen für unsere professionelle Partner im Aluminiummarkt, ökologisches NE-Metall-Recycling, sowie umfassende Beratung und Betreuung. Testen Sie uns.



T: +49 2339 605-600 · F: +49 2339 605888-88 · Email@AluminiumOnline.de · www.AluminiumOnline.de

Elfmal meisterlich

Leichtathletik-Bezirkshallenmeisterschaft 2015

Wie jedes Jahr fand am ersten Sonntag im Februar die Bezirkshallenmeisterschaft in der Sporthalle Stockum statt. Unter der Regie der TSG und der TG Herbede mit Unterstützung des TUS Stockum starteten 99 Kinder und Erwachsene aus acht Vereinen im Alter von 5 bis 86 Jahren im leichtathletischen Dreikampf (Sprung-Lauf-Wurf).

In diesem Jahr konnten wir unser Erwachsenenteam durch Eltern unserer Leichtathletikkids erweitern, um so in mehr Altersgruppen vertreten zu sein. Durch diese Kombination von Jung und Alt wurden alle beflügelt und zeigten hervorragende Leistungen. Von den 31 Teilnehmer/innen der TSG konnten wir zahlreiche erste Plätze verzeichnen.

Wir gratulieren ihnen und natürlich all denen auf den weiteren Plätzen.

Als nächstes steht das Bezirksturnfest im Wittener Wullenstadion auf dem Plan. Wir hoffen hier auf noch mehr Starter und laden alle Leichtathletikfreunde zur Teilnahme ein.

Frank Kriegeskorte



Die Bezirksmeister 2015 der TSG Sprockhövel:

weibl. Jugend 17-18 Jahre
Svenja Korbie

Frauen 30-34 Jahre
Lena Weinberger-Schüngel

Frauen 45-49 Jahre
Michaela Kleinbeck

Frauen 50-54 Jahre
Gisela Berghäuser

Frauen 55-59 Jahre
Monika Schnitzler

Frauen 75-79 Jahre
Ilse Kleinbeck

männl. Jugend 5-6 Jahre
Anton Mayböck

männl. Jugend 7-8 Jahre
Tom Mayböck

männl. Jugend 17-18 Jahre
Robert Hoffmann

Männer 30-34 Jahre
Tobias Schüngel

Männer 50-54 Jahre
Hergen Jung

FINLADUNG

zur **Die Jahreshauptversammlung 2015** der TSG-Turnabteilung findet statt **am Donnerstag, den 16. März 2015** um **19.30 Uhr** in der **Glückaufhalle -Cafeteria**

Die Themen:

TOP 1 ► Begrüßung und Totenehrung

TOP 2 ► Jahresbericht

TOP 3 ► Kassenbericht

TOP 4 ► Entlastung des Vorstandes

TOP 5 ► Wahlen

– Abteilungsleitung

– Geschäftsführung

– Pressewart

– Frauenwartin und Seniorenwartin/wart

TOP 6 ► Sonstiges

Ihr seid alle herzlich eingeladen! Und wer etwas Besonderes besprechen möchte, sagt mir bitte vorher Bescheid unter 7020 60.

Oder schriftlich an: christine.sattler@tsg-sprockhoevel.de

Christine Sattler

Tag der offenen Tür in der Turnabteilung! Am Samstag, den 30. Mai 2015, von 14.00 bis 17.00 Uhr in der Glückaufhalle

Es gibt viel zu gucken und viel auszuprobieren! Zieht Euch bequeme Sachen an, bringt Turnschuhe und gute Laune mit und lasst euch zeigen, was die Turnabteilung alles zu bieten hat. Es ist für jeden etwas dabei, für Groß und Klein, für Jung und Alt.

Lasst Euch überraschen, bleibt neugierig und kommt vorbei! Liebe Grüße, Christine Sattler

PS: Natürlich gibt es auch Kaffee und Kuchen...

Zirkusschule für Kinder, Eltern und Junggebliebene



Faszinierende Zirkuskünste ausprobieren und erlernen können, davon träumen die Großen und die Kleinen. In dem neuen Kurs „Zirkusschule für Kinder, Eltern und Junggebliebene“ kann jeder das üben, was er/sie möchte und seine persönliche Bestform erlangen.

Teller drehen, Bälle und Diabolos fliegen lassen, Menschenpyramiden bauen und am Vertikaltuch baumeln sind nur einige der Fertigkeiten, die man unter Anleitung von Marion und Rabea Palenschat in Niedersprockhövel lernen und üben kann.

Das neue Angebot für Große und Kleine startet **am Samstag, den 18. April 2015 von 12.00 - 13.30 Uhr** in der Turnhalle der Mathilde Anneke Schule. Zahlreiches Erscheinen und Schnuppern ist erwünscht!!
 Informationen zum Angebot unter *0173-2625293* oder *maripalenschat@aol.com*



ANKÜNDIGUNG



Zwei Bilder vom 22. Dankeschön-Abend der TSG am Freitag, 16.5.2014

23. Dankeschön-Abend der TSG am Freitag, 29.5.2015 um 18.00 Uhr in unserem Tennisheim

Mitglieder, die unserem Verein 50 Jahre und mehr die Treue gehalten haben, laden wir herzlich zu unserem traditionellen Dankeschön-Abend ein.

Geehrt werden an diesem Abend Mitglieder, die im Jahr 2014 ohne Unterbrechung 50, 60 und 70 Jahre zu uns gehören.

Unsere Turnabteilung und das GuFiT werden in

Kurzform über die Möglichkeiten sportlicher Betätigung für unsere Altmitglieder unterrichten. Ein Gedankenaustausch könnte dann für uns alle interessant sein.

Wir freuen uns auf fröhliche Stunden und gute Gespräche in der Gemeinschaft unserer Altmitglieder. Eine persönliche Einladung folgt.

Euer Helmut Hüppog

Ihr Partner in allen
Versicherungsfragen

DIRK MAUSS

HAUPTVERTRETUNG DER ALLIANZ

Hauptstr. 5, 45549 Sprockhövel

Am Busbahnhof, Tel. (02324) 72400

Vermittlung für die Allianz
Gesellschaften: Sach-, Haftpflicht-,
Kraftfahrtversicherungen, Auto-
Schutzbrief, Lebens-, Unfall-,
Krankenversicherungen, Rechtsschutz-
Technische Transportversicherungen,
Bausparverträge, Kapitaleinlagen,
Finanzierungen



**Elektroinstallation - Hausgeräte
Haushaltsartikel - Küchenmodernisierung
Kundendienst**

Miele

LIEBHERR

SIEMENS



BOSCH



Constructa

seyock
elektro
haustechnik

**ELEKTRO
SCHÖNEBORN**

Service ist unsere Tradition!

Elektro Schöneborn, Zweigniederlassung der Seyock Elektro-Haustechnik GmbH

Große Weillstraße 12
45525 Hattingen

Tel.: 0 23 24 / 2 13 87
Fax: 0 23 24 / 2 32 75

Hauptstraße 46
45549 Sprockhövel

Tel.: 0 23 24 / 9 19 57-0
Fax: 0 23 24 / 9 19 57-29

Kinder und Jugendliche bei Sport und Spiel

Jugendbericht 2014



Freiwilliges Soziales Jahr

Im Zeitraum vom 1.7.2013 bis 30.6.2014 war Rabea Striebeck als FSJ'lerin in der TSG tätig. Vom 1.8.2013 bis zum 31.7.2014 war Jannik Niedereichholz als FSJ'ler in der TSG tätig. Seit dem 1.8.2014 ist Lena Cerkaski als Jahrespraktikantin in der TSG tätig.

Ihren Dienst übten die drei überwiegend im Jugendsport aus. Daneben unterstützten sie die Hauptgeschäftsstelle, die Fußballgeschäftsstelle und den Servicebereich im GuFiT. Auch Einzelprojekte wie z. B. die Bewegungsfeste mit den anerkannten Bewegungskindergärten und die Bewegten Herbstferien wurden von ihnen mitbetreut.

Unsere beiden FSJ'ler hatten sich als Projektaufgabe die Gestaltung und die Durchführung eines Jugendsportfestes ausgesucht. In vielen Stunden erarbeiteten sie einen Spielplan, erdachten sich Sportspiele, gestalteten die Plakate und Flyer mit Unterstützung von Jürgen Zang. Leider wurde diese Mühe nicht

belohnt. Gerade einmal zwei Anmeldungen gingen für dieses Sport- und Spielfest ein, das am 14. Juni 2014 stattfinden sollte. Die Enttäuschung war natürlich groß.

Praktikumsplätze

Im vergangenen Jahr haben mehrere junge Menschen in der TSG ihr Schülerpraktikum durchgeführt. Es ist selbstverständlich, dass wir unseren jungen Mitgliedern die Möglichkeit anbieten, die organisatorischen und sportfachlichen Ausrichtungen eines Großvereins kennenzulernen.

Kooperation mit Schulen

Die Kooperationen mit den beiden Ganztagsgrundschulen in Sprockhövel bestehen weiterhin. In der Ganztagsgrundschule Haßlinghausen bietet die TSG eine Ball-AG an. In der Ganztagsgrundschule Börgersbruch werden eine Ball-AG sowie eine Turn-AG angeboten.

Zusammenarbeit mit dem Jugendamt der Stadt Sprockhövel

Die Zusammenarbeit mit dem Jugendamt der Stadt Sprockhövel ist sehr gut. Insbesondere stellt der verabschiedete Kinder- und Jugendplan eine verlässliche Grundlage für finanzielle Förderungen dar. Ich verweise erneut auf die Möglichkeit zum Erhalt von Fördermitteln für Trainingsfahrten der Abteilungen.

In 2014 übernahm die TSG zum vierten Mal die Trägerschaft für die Ferienveranstaltungen Abenteuerspielplatz und Afrikawoche. Der

Abenteuerspielplatz ist eine vierzehntägige Veranstaltung, die pädagogisch von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Jugendzentrums Niedersprockhövel betreut wird. Bei der Afrikawoche handelt es sich um eine einwöchige Veranstaltung des Jugendzentrums Haßlinghausen. Insgesamt wurden täglich über 100 Kinder betreut. Die formellen und finanziellen Voraussetzungen konnten durch die TSG geschaffen werden.

Finanziert wurden diese Ferienangebote durch die Stiftung der Sparkasse Sprockhövel sowie durch die Beiträge der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die TSG Sprockhövel setzte für organisatorische Leistungen ihre Mitarbeiter ein und stellte den Vereinsbus für Transporte zur Verfügung. Es war eine sehr gute Zusammenarbeit, die auch in den Sommerferien 2015 fortgesetzt werden soll.

Drei Abteilungen der TSG nahmen an der Veranstaltung des Jugendamtes zum Weltkinderdortag am 20.9.2014 in der Sporthalle Haßlinghausen teil. Viele junge Besucher suchten die einzelnen Sportstationen auf.

Bewegungskindergarten

Die TSG unterhält eine Kooperation mit dem KiFaz Miteinander (Kinder- und Familienzentrum der Stadt Sprockhövel). Das KiFaz ist als Bewegungskindergarten zertifiziert worden.

Am 15.2.2014 startete in der Glückaufhalle ein gemeinsam organisiertes Fest unter dem Motto „Tiere im Wald“, an dem etwa 40 Kinder und ihre Eltern teilnahmen. Jedes Kind erhielt am Ende der Veranstaltung eine Urkunde für seine erfolgreiche Teilnahme.

Die TSG unterhält eine zweite Kooperation mit dem KAZ (Kinderaktionszentrum) in



Rechtsanwaltskanzlei
Elke Althäuser

Hölterstr. 58
45549 Sprockhövel
Tel. 02324/68 69 800
www.althaeuser.de

Tätigkeitsschwerpunkte:

- Arbeitsrecht
- Bankrecht
- Strafrecht
- Zivilrecht
- Verkehrsrecht

Abendtermine
nach tel. Vereinbarung
bis 21.00 Uhr

Sprockhövel. Am 22.2.2014 gab es hier ebenfalls ein gemeinsames Fest. Die Kinder legten das Kindersportabzeichen „Jolinchen“ ab. Unterstützt wurde dieses Fest durch unsere Leichtathletiktrainerinnen Ilse und Michaela Kleinbeck und durch Ingolf Schreiber.

Bewegte Herbstferien

In der zweiten Woche der Herbstferien 2014 gab es wieder die Bewegten Herbstferien in der Baumhofhalle. Neben einem Angebot zu

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung konnten die insgesamt 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer Tennis, Tischtennis, Hockey und Fußball spielen. Den Abschluss bildete ein Handball-Spielfest. In der Mittagspause wurde gemeinsam ein Mittagessen eingenommen. Sämtliche sportlichen Angebote wurden von erfahrenen Trainern betreut.

Malwettbewerb Stadtfest

Beim Stadtfest wurde wieder ein Malwettbe-

werb für Kinder zum Thema „Meine Sommerferien“ angeboten. Über 50 Kinder malten wunderschöne Bilder zu ihren Erlebnissen. Der elfköpfigen Jury fiel es sehr schwer, die Sieger in der jeweiligen Altersklasse zu ermitteln. Am 14.12.2014 wurden die Siegerinnen und Sieger im GuFIT.19 geehrt und erhielten ihre Preise. Die Bilder und die Künstler wurden in der TSG-Info 4/2014 veröffentlicht.

Weihnachtsaktionen

Die Sparkasse und der Stadtmarketingverein hatten Sprockhövels Schulen, Kindergärten und Vereine eingeladen, an den Adventsaktionen auf dem Sparkassenvorplatz und an der Gestaltung des Adventskalenders im Sparkassengebäude mitzuwirken. Die Tanzgruppen

von Britta Löffler (Turnabteilung) traten am 11.12.2014 im Veranstaltungsraum der Sparkassen vor einem großen Publikum auf. Es waren wunderschöne Darbietungen, die alle Zuschauer begeisterten.

Drei Kinder aus der Fußball und Tennisabteilung hatten Bilder zum Thema „Nikolaus“ gemalt. Alle Bilder waren mit großem Eifer hergestellt worden. Ein Bild wurde im Fenster der Sparkasse für den 6.12.2014 ausgestellt. Die anderen Bilder waren im GuFIT.15 zu bewundern.

Für das laufende Jahr wünsche ich uns allen eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Bärbel Stahlhut, Jugendwartin

EINLADUNG zur TSG-Jugendversammlung 2015

Am Mittwoch, den 25. März 2015, findet um 18.30 Uhr in der Geschäftsstelle der TSG Sprockhövel, Im Baumhof 20, die JUGENDVERSAMMLUNG der TSG statt.

Ich lade dazu herzlich ein

- alle Jugendwarte/Beauftragten aller Abteilungen
- je ein weiteres Mitglied der Jugend(ausschüsse) der Abteilungen
- die Jugendsprecher der Abteilungen und
- aktive Jugendliche ab 16 Jahre.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung
2. (kurze) Berichte zur Jugendarbeit aller Abteilungen
3. Bericht der Jugendwartin
– Aussprache über den Bericht
4. Erweitertes Führungszeugnis für Übungsleiter/Innen und Betreuer/Innen
Ehrenkodex
5. Perspektiven zur Jugendarbeit in der TSG/Veranstaltungen in 2015
– (abteilungs-) übergreifende Angebote und Möglichkeiten
– „Gestaltungsräume“/-möglichkeiten für interessierte und aktive Jugendliche
– Kooperationen mit Schulen
6. Datenschutz
7. Wahl des Jugendrates: Vorsitzende/r und Mitglieder
8. Verschiedenes

Mitglieder des Jugendrates sind:

- die Jugendwarte (Jugendbeauftragten oder andere Jugendvertreter) ALLER Abteilungen
- je ein weiteres Mitglied der Jugendausschüsse der Fachabteilungen (oder Aktive im Jugendbereich)
- die Jugendsprecher (jeweils zwei) der Fachabteilungen und
- zwei Vertreter aus dem Hauptvorstand der TSG.

Aufgaben des Jugendrates: Der Jugendrat ...

- vertritt die gemeinsamen Interessen der Fachjugendabteilungen nach innen und außen und ist Ansprechpartner für alle Jugendangelegenheiten, die nicht nur eine Jugendabteilung betreffen,
- fördert den Sport als Teil der Jugendarbeit,
- dient dem Erfahrungsaustausch zwischen den Jugendabteilungen, gibt Anregungen und Hilfestellungen und entlastet die einzelnen Jugendabteilungen durch gemeinsame Vorbereitung und Durchführung besonders von Aufgaben der überfachlichen Jugendarbeit,
- wählt eine(n) Vorsitzende(n), die/der den Jugendrat leitet und die Jugendabteilungen im Hauptvorstand der TSG vertritt
- ...

Ich würde mich freuen, wenn alle Abteilungen mit ihren Jugendvertretern und interessierten jungen Sportlern und Sportlerinnen an dieser Versammlung teilnehmen.

Mit sportlichem Gruß, Bärbel Stahlhut

Tel. 0 23 24-7 42 43, E-Mail: baerbel.stahlhut@tsg-sprockhoevel.de

Das TSG-Tennisjahr 2014

Sportlicher Jahresrückblick

Das Tennisjahr 2014 begann für die TSG-Tennisabteilung am 22. März 2014 mit den **9. Hallenkreismeisterschaften für Doppel und Mixed** im Sportpark Ruhrtal in Hattingen. 160 Teilnehmerinnen und Teilnehmer (80 Paare) kämpften dabei in 17 Konkurrenzen um die begehrten Titel und Preise. Die Finalspiele fanden am 30. März in Hattingen statt. Dabei konnte die TSG vier Kreismeistertitel und einen weiteren 2. Platz erringen.

Im Doppel Leistungssport der Herren 60 war Karl-Heinz Haude mit seinem Partner Wilfried Boskamp von Rot-Weiß Hattingen (Foto 1/



1



2

links) einmal mehr nicht zu schlagen. Im Finale schlugen sie das Doppel Unger/Czesny aus Ennepetal mit 6:2 und 6:2.

Ein wenig überraschend konnten Erika Scherr und Christel Brohl die Konkurrenz Damen Doppel 60 für sich entscheiden. Im Finale setzten sie sich knapp gegen das sehr hoch eingeschätzte Doppel Kondziolka/Hellwig aus Bommern im Match-Tie-Break mit 6:2/4:6/10:7 durch. (Foto 2)

In der Breitensportklasse Herren-Doppel 40+ erreichten gleich zwei Sprockhöveler Doppel von der TSG das Finale. Dort setzten



3



4

sich dann Jürgen Zang und Ralf Jürgens (Foto 3/links) gegen Carsten Schmidt und Volker Schöneweiß mit 6:4 und 6:2 durch.

Den vierten Titel sicherte der TSG die Familie Christina und Martin Herrmann (Foto 4/rechts), die die Mixed-Breitensportkonkurrenz 30+ gewinnen konnte. Im Finale siegten sie dabei sehr glücklich im Match-Tie-Break gegen das Mixed Bergrath/Bergrath aus Volmarstein mit 6:1/6:7/11:9.

Leider hat die Beteiligung an diesem Turnier in den letzten Jahren immer mehr nachgelassen, so dass wir uns dafür entschieden haben, dieses Turnier ab 2015 vorerst nicht mehr auszutragen. Die finanziellen Risiken der Hallenkosten und die Konkurrenz durch andere Turniere sind einfach zu hoch. Es ist natürlich schade, dass wir so unser Jubiläumsturnier (10. Austragung) verpassen werden.

Nach einem langen, aber milden Winter haben wir am 12. April 2014 die Tennisanlage hergerichtet und konnten am Ostersonntag, den 20.4., den Spielbetrieb eröffnen.

Die **6. Jugend-Stadtmeisterschaften** im Tennis fanden im Mai 2014 statt. Turnusmäßig wurden die Endspiele auf der Anlage der TG Hiddinghausen ausgetragen. Dabei wurden Stadtmeister/-innen in fünf Altersklassen ermittelt.

Das Finale der U18-Junioren bestritten die beiden TSGler Nico Schöneweiß und Timo Kockel (Foto 5/rechts), der das Endspiel mit 6:4 und 6:3 für sich entscheiden konnte.

Die U18-Juniorinnen trugen ihre Konkurrenz in Kästchenspielen aus. Dabei blieb Esther Koch von der TSG ungeschlagen und wurde Stadtmeisterin. (Foto 6)

Zudem erreichten Luc Stahlhut (U12 gemischt), Laura Müller (U15-Juniorinnen) und



5



6



7

Alex Schocke (U15-Junioren) jeweils das Finale und konnten sich über einen 2. Platz freuen. Die Siege gingen jeweils an Spielerinnen und Spieler von der TG Hiddinghausen. (Foto 7)

Dank unserer Sponsoren und der kostengünstigen Turnierabwicklung, konnten wieder die Bälle gestellt werden ohne die Startgelder zu erhöhen. Unser Dank gilt den Jugendwarten Julia Koch und David Hilligloh für Ihren Einsatz und ihre Mühe. 2015 werden die Endspiele dann wieder auf der Anlage der TSG Sprockhövel ausgetragen.

Am Pfingstmontag, den 9.6.2014, fand die **22. Ausgabe des traditionellen Kuddel-Muddel-Mixed-Turniers** um den „Kohlebrocken-



Am 3. Mai 2014 begannen dann auch endlich die **Meisterschaftsspiele** der Erwachsenen- und Jugendmannschaften. Für die TSG gingen insgesamt sieben Mannschaften aus dem Seniorenbereich, eine Herren-Hobby-Mannschaft und vier Jugendmannschaften an den Start. Zudem beteiligten sich die „Oldies“ der TSG wieder an der Senioren-Doppel-Runde um den Clemens-Ryzner-Pokal.



Die **Herren 50** um Mannschaftsführer Michael Hilligloh erreichten in der Verbandsliga den 4. Platz in ihrer Gruppe und damit den sicheren Klassenerhalt. Das ist auch das Ziel für 2015, um dann in dieser Spielklasse ab 2016 in die Herren 55 zu wechseln.

Die **Herren 70** mit Mannschaftsführer Hans-Werner Paschke konnten – durch Verletzungen und Krankheiten geschwächt – die Bezirksliga nicht halten. Leider hat sich auch für 2015 die Situation nicht verändert, so dass die Mannschaft sich nach vielen gemeinsamen und erfolgreichen Jahren vom Spielbetrieb zurückziehen wird.

Unsere **Herren-Mannschaft** ist Anfang 2014 noch in letzter Sekunde in die Bezirksliga aufgestiegen. Das junge Team um Spielführer David Hilligloh konnte jedoch etwas unglücklich die Klasse nicht halten und wird 2015 vermutlich wieder in der Kreisliga an den Start gehen müssen.

Auch das mit vielen Nachwuchsspielern aufgefüllte **Herren II-Team** hat 2014 noch den Aufstieg in die Kreisklasse 1 geschafft. Die jungen TSG-Herren (Spielführer Bastian Koch) schafften dort den 4. Platz in ihrer Gruppe und damit etwas überraschend den sicheren Klassenerhalt. Ein toller Erfolg für unsere

Pokal“ wieder unter der souveränen Leitung von Manfred Stahlhut bei bestem Wetter auf der TSG-Tennisanlage statt.

20 Personen (Foto 8) stritten dabei in fünf Vorrundenspielen auf Zeit mit ständig wechselnden Partnern um die begehrten Plätze im Halbfinale. Als die jeweils punktbesten Damen und Herren konnten sich Esther Koch, Karin Kolsters, Petra Moser und Elke Thomsen sowie Georg Schulte, Heinz Bösel, Uli Salomon und Jürgen Zang in der Vorrunde durchsetzen.

Nach ausgeglichenen Spielen im Halbfinale erreichten schließlich Elke Thomsen und Uli Salomon das Endspiel, in dem sie sich in einem langen Satz mit 9:6 gegen Petra Moser und Jürgen Zang durchsetzen konnten. (Foto 9)

Unser Dank gilt neben Manfred Stahlhut für Vorbereitung und Organisation auch der perfekten Bewirtung durch unsere Clubwirte.

Nachwuchsspieler für den Herrenbereich.

Die **TSG-Damen** haben auch 2014 die Kreisklasse 1 wieder souverän verteidigt. Dabei kamen wiederum viele junge Spielerinnen neben den erfahrenen Damen um Spielführerin Julia Koch zum Einsatz.

Die **Damen 50** der TSG (Spielführerin Heike Schmitt) hatten eigentlich den Wunsch, 2014 wieder in die Bezirksliga aufzusteigen. Aufgrund personeller Probleme landeten sie aber in ihrer Gruppe unglücklich auf dem 2. Platz, so dass sie auch 2015 einen neuen Anlauf in der Kreisliga nehmen müssen.

Für die **Damen 55** (Mannschaftsführerin Erika Scherr) erwies sich die Ruhr-Lippe-Liga, in die die Damen 2013 aufgestiegen waren, als zu stark. Letztlich hätte ein Sieg gegen Marl (Ergebnis 3:3) jedoch gereicht, um den

Abstieg zu verhindern. 2015 werden die Damen also wieder in der Bezirksliga an den Start gehen.

Im Jugendbereich wurden 2014 insgesamt vier Mannschaften auf der Kreisebene gemeldet. In der Kreisliga spielten die **U18 Junioren** der TSG eine tolle Saison und wurden in ihrer Gruppe punktgleich mit dem Aufsteiger Zweiter. Damit haben sie den Aufstieg nur ganz knapp verpasst.

Auch die **U15 Junioren** gingen in der Kreisliga an den Start, konnten mit ihren Nachwuchskräften in der Klasse aber nicht wirklich mithalten. Erstmals wurde eine gemischte U10-Mannschaft für die 1. Kreisklasse gemeldet, die sich sehr achtbar geschlagen hat. In dieser Altersklasse steht jedoch vor allem der Spaß am Tennis im Vordergrund.

- **Netzwerk-Management**

- **Client / Serverlösungen**

- **Virtualisierung**



Tel.: 0 23 24 - 6 86 35 92
Fax: 0 23 24 - 6 86 35 93

E-Mail: info@mi-its.de
Web: www.mi-its.de

Sehr erfreulich verlief die Saison für die gemischte **U12-Mannschaft** der TSG, die in der 1. Kreisklasse sogar den Gruppensieg erzielen konnte und damit an der Kreisklassenendrunde teilnehmen durfte. Eine tolle Erfahrung für unseren Nachwuchs.

Darüber hinaus stellen unsere Jugendwarte jedes Jahr noch eine Vielzahl weiterer Angebote für unsere Jugend bereit. So werden für unsere interessierten Jugendlichen eine Menge **Spaßturniere** von Julia Koch organisiert und veranstaltet. Mit „knackigen“ Namen, wie „SAMT jung“, „SAHNE“, „Buchstahlen“ sowie „Formel 10“ werden unsere Junioren/-innen immer wieder zum Mitmachen eingeladen. Zudem läuft über den gesamten Sommer eine Clubmeisterschaft für die Jugend.

Dazu bieten wir das ganze Jahr **qualifizierten Tennisunterricht** durch unsere Tennisschule – im Winter im Sportpark Ruhrtal in Hattingen. In den Sommerferien werden regel-



mäßig **Ferienstpaß-Aktionen und Feriencamps** (Fotos 10+11) angeboten. 2014 haben mehr als 30 Jugendliche aus Sprockhövel mitgemacht, einige sind direkt in die Tennisabteilung eingetreten. Schaut doch auch mal bei uns rein!

Auch 2014 beteiligte sich die **TSG-Hobby-Herren-Mannschaft** um Spielführer Jürgen Zang wieder an der Hobby-Spielrunde des WTV/Bezirk Ruhr-Lippe. Gleich zu Saisonbeginn gab es gegen die späteren Finalisten TuS 09 Erkenschwick und Westfalia Buer zwei deutliche Auswärtsniederlagen (0:6 und 1:5). Im ersten Heimspiel gegen den SSVBuer wurde dann ein 3:3-Unentschieden erreicht. Im letzten Saisonspiel gegen den SC Hassel erfüllte sich die Hoffnung auf eine Revanche zur Vorjahresniederlage nicht – trotz Heimvorteil setzte es ein 1:5. Aber: Die Mannschaft ist intakt und wird 2015 wieder mit neuem Elan antreten.

Im Juli 2014 wurden in Bochum-Harpen die **Bezirksmeisterschaften** im Tennis ausgetragen. Im Doppel 60+ erreichte Karl-Heinz Haude mit seinem Partner Heiner Pottgießer von RW Hattingen das Finale, wo die beiden leider unglücklich unterlagen.

Am 16.8.2014 fanden die Endspiele um den **Clemens-Ryzner-Pokal** auf der Anlage des TV Burgaltendorf statt. Auch 2014 haben sich die „Oldies“ der TSG wieder an dieser Senioren-Doppel-Runde beteiligt – neben zwei Mannschaften des TC Ludwigstal, der TG Hiddinghausen, der TG Rot-Weiß Hattingen, des VfL Niederwenigern, den „Blauen Elfen“ aus Bochum und dem TV Burgaltendorf.

Das Endspiel erreichte der TV Burgaltendorf, der sich nach spannenden Spielen gegen den Pokalverteidiger „Blaue Elfen“ durchsetzen konnte. Für 2015 ist eine „Verjüngung“ der TSG-Mannschaft geplant.



Vom 23. August bis zum 6. September fanden zum 10. Mal die **Einzel-Kreismeisterschaften** im Tennis mit über 200 Teilnehmern in 18 Konkurrenzen statt. Die Finalspiele dieser Jubiläums-Veranstaltung wurden 2014 auf der Anlage des TC Rot-Weiß in Gevelsberg ausgetragen. Diese Veranstaltung steht unter der Schirmherrschaft des SSV Sprockhövel und des KSB und wird seit Jahren von Sprockhövel aus organisiert.

In der Konkurrenz Herren 65 war Karl-Heinz Haude (Foto 12/links) einmal mehr nicht zu schlagen. Im Endspiel ließ er seinem Gegner Hans-Peter Haas vom TC Ludwigstal beim 6:0 und 6:0 nicht den Hauch einer Chance.

In der Leistungsklasse B der Damen er-



reichte Esther Koch (Foto 13/rechts) von der TSG das Finale. Hier musste sie sich jedoch Marie Hibbeln von der TG Hiddinghausen mit 2:6 und 2:6 geschlagen geben.

Zudem erreichten Timo Kockel bei den Herren B, Günter Sirsch bei den Herren 60 und Jürgen Zang bei den Herren 60 im Breitensport jeweils das Halbfinale.

Am 27.9.2014 wurde zum sechsten Mal ein **offenes Mixed-Turnier** auf der Anlage der TSG ausgetragen. (Foto 14)

Nach spannenden Vorrundenspielen, bei denen jeweils die Mixed-Partner neu zusammengesetzt wurden, erreichten Christel Brohl und Petra Massolle-Danisch als punktbeste

SCHALDACH
Ihr Elektriker



Ihre Servicenummer
02324.77373



14



15

Damen ebenso das Finale, wie Michael Mulder-Thomsen und Michael Hilligloh als punktbeste Herren. In einem sehr ausgeglichenen Finale setzten sich letztlich Christel Brohl und Michael Hilligloh (Foto 15/links) mit 5:4 gegen Petra Massolle-Danisch und Michael Mulder-Thomsen durch und konnten die Siegerpreise durch die Abteilungsleitung der TSG Sprockhövel in Empfang nehmen.

Ein gemeinsames Essen und ein gemütlicher Abend rundeten einen schönen Tennistag ab. Dafür auch einen großen Dank an unsere Clubwirte.



16

Schon einen Monat später fand am 26.10.2014 das beliebte „Schwey-Leveringhaus-Mixed-Turnier“ unter der Regie von Erika Scherr in der Halle im Sportpark Ruhrtal statt.

Insgesamt 16 Teilnehmer/-innen spielten sich in Vorrundenspielen im Damen- und Herrendoppel auf Zeit bis ins Halbfinale vor. Dort wurden die jeweils vier punktbesten Damen und Herren in Mixed-Paarungen aufgeteilt.

Für das Finale qualifizierten sich dann Julia Koch und Karl-Heinz Haude gegen Erika Scherr und Hans-Friedrich Eckey sowie Susanne Erdmann und Michael Hilligloh gegen Edith Brüggemann und Henryk Parusel. Dort ließen dann Koch/Haude ihren Kontrahenten keine Chance und konnten sich über den „Schwey-Wanderpokal“ freuen (Foto 16/links). Der Abend wurde mit einem gemeinsamen Essen im Sportpark Ruhrtal abgerundet. Unser Dank gilt neben allen Teilnehmern vor allem Erika Scherr für die perfekte Organisation.

Stellvertretend für viele Turniere, an denen sich auch 2014 wieder Mitglieder der TSG-Tennisabteilung beteiligten, haben zum Abschluss der Saison 2014 im November einige Spieler/-innen der TSG sehr erfolgreich an den **Hallen-Stadtmeisterschaften der Stadt Hattingen** im Sportpark Ruhrtal mitgewirkt.

Karl-Heinz Haude wurde in der Einzelkonkurrenz Herren 65+ gegen Herrmann Vogt von der TC Ludwigstal zum wiederholten Male Hattinger Stadtmeister.

Auch in der Konkurrenz Herren-Doppel 60+ war Karl-Heinz Haude mit seinem Partner Rolf Busse aus Hattingen gegen Günter Sirsch und Henryk Parusel (beide TSG) mit 6:0 und 6:2 erfolgreich.

Bei den Herren 50 musste sich Michael Weis erst im Finale dem wesentlich LK-stärkeren Rolf Girgenrath (BSG Ruhrtal/SW Marl) äußerst knapp mit 7:6, 2:6 und 9:11 geschlagen geben.

Am 27. Oktober 2014 haben wir die Tennisanlage nach einem langen Sommer winterfest gemacht. Ein ereignisreiches Tennisjahr ist damit wieder zu Ende. Mein Dank gilt allen

Helfern, die die vielen Aktivitäten innerhalb der TSG-Tennisabteilung erst möglich gemacht haben. Ein großer Dank auch an unser Clubhausteam um unsere Clubwirtin Anja, die uns zum Glück auch 2015 die Treue halten werden. Vergessen möchte ich auch nicht unsere neuen Platzwarthelfer, die in ihrer ersten Saison die Anlage schon gut „im Griff“ hatten

Ich wünsche allen Tennisspielern/-innen der TSG-Tennisabteilung und aus Sprockhövel für die kommende Saison alles Gute und weiterhin viel Spaß an unserem Sport.

Michael Hilligloh
Sportwart der TSG Tennisabteilung

EINLADUNG zur Jahreshauptversammlung 2015

Am Montag, dem 23. März 2015, findet um 19 Uhr in unserem Clubhaus an der Dresdener Straße die Jahreshauptversammlung der TSG-Tennisabteilung statt.



Tagesordnung:

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Formalia <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Begrüßung 1.2 Feststellung der Tagesordnung 1.3 Genehmigung der Tagesordnung 1.4 Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung 2014 2. Berichte <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Abteilungsleiter 2.2 Geschäftsführer 2.3 Sportwart 2.4 Jugendwart 2.5 Kassenwart | <ol style="list-style-type: none"> 3. Bericht der Kassenprüfer 4. Entlastung der Abteilungsleitung 5. Neuwahlen <ol style="list-style-type: none"> 5.1 Stellvertreter Abteilungsleiter 5.2 Schatzmeister 5.3 Kassenprüfer 6. Anträge 7. Haushalt 2015 8. Termine 2015 9. Verschiedenes |
|--|--|

Mit freundlichen Grüßen
Für die Abteilungsleitung, Horst Moser

Der Termin für den Einzug des Spartenbeitrags Tennis: 16. März 2015.



Die Saison läuft heiß

Nach 10 von 14 Spieltagen geht die Saison in die entscheidende Phase.

Die 1. Mannschaft ist auf einem guten Weg, den direkten Wiederaufstieg in die Landesliga zu schaffen. Sie führt mit 18:2 Punkten die Tabelle vor dem Verfolger BSC/DJK Solingen 3 mit 14:6 Punkten an. Die TSG bestreitet sämtliche Spiele nur mit einer Dame und gibt auch das Dameneinzel regelmäßig kampflos ab. Mannschaftsführerin Tanja Dreher konnte aufgrund ihrer Schwangerschaft seit dem zweiten Spieltag kein Spiel mehr bestreiten und auch Patrizia Kegler konnte aufgrund ihrer Schulterverletzung nur sehr selten eingesetzt werden. Nadine Hoffmann bestreitet als Teilzeitprofi bislang die Heimspiele der TSG. Kira Husemann stellt sich wenn möglich der Zweifachbelastung zwischen den regulären Einsätzen in der Reserve und den Einsätzen in der 1. Mannschaft.

Aufgrund der prekären Situation der 2. Mannschaft möchte die Erstvertretung eigentlich nicht auf Ersatz aus der Reserve zurückgreifen, zudem darf Kira pro Saisonhälfte nur zweimal in der Ersten eingesetzt werden, ohne sich für diese festzuspielen. Bislang wurde der Damenmangel damit mehr oder weniger kompensiert. Die TSG wollte sich wie berichtet auf ihre Doppelstärke besinnen: das ist aufgegangen, bislang wurde kein einziges Herrendoppel abgegeben.

Die Zweitvertretung befindet sich mit 5:15 Punkten auf dem 7. Tabellenplatz und damit auf einem Abstiegsplatz. Allerdings sind der Drittletzte BC Dortmund 1 und Saxonia Dortmund 1 als Fünfter mit 7:13 Punkten noch in Reichweite. An den verbleibenden vier Spieltagen spielen sämtliche Mannschaften der

Plätze fünf bis acht noch gegeneinander. So wird ggf. erst am letzten Spieltag im Heimspiel gegen BC Dortmund 1 im direkten Duell der Klassenerhalt entschieden. Julia Peters hat sich Mitte November im Spiel gegen WBG Bochum 2 das Kreuzband gerissen und wurde mittlerweile erfolgreich operiert. Die Saison ist damit für sie gelaufen. Sie ist damit die dritte Dame, die der TSG in der laufenden Saison ausfällt, was in diesem Ausmaß so nicht mehr kompensierbar ist. Eine Rückkehr steht damit erst in der nächsten Saison an. Damit steht mit Kira Husemann auch für die 2. Mannschaft nur eine Dame zur Verfügung. Eva-Maria Lange, die längere Jahre in der 2. und 3. Mannschaft der TSG spielte und aus beruflichen Gründen

aktuell nicht am regelmäßigen Spielbetrieb teilnehmen kann, wird noch einige Spiele absolvieren und so die Not etwas lindern.

Die 3. Mannschaft hatte im Laufe der Saison mit vielen Ausfällen zu kämpfen. Die Mannschaft hat sich derzeit mit 9:11 Punkten auf den 4. Tabellenplatz vorgekämpft. Die Gruppe ist allerdings bis auf die ersten beiden Mannschaften, die sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen um den Aufstieg liefern, spielerisch sehr ausgeglichen. Der Abstand zu den Abstiegsplätzen beträgt allerdings schon drei Punkte. Die Mannschaft ist mit den Erfolgen der letzten Spiele dem Ziel „Mittelfeldplatz“ ein gutes Stück näher gekommen.

Ingo Kegler (Foto: JZang)

ZIMMEREI UND HOLZBAU Uwe Sparenberg

Telefon: 0 23 24 / 23 99 24
Fax: 0 23 24 / 23 99 25
Mobil: 0 17 1 / 415 40 11

Anschrift Betrieb:
Johannessegener Str. 48b
45527 Hattingen

Anschrift Büro:
Alter Kohlenweg 15
45549 Sprockhövel

Email: Zimmerei-Sparenberg@web.de



Nur eisernes Training bringt den Erfolg

Tanzen 2014

Mit einem leichten Schmunzeln wollen wir als Kruse-Dienstagsgruppe der Tanzsportabteilung selbstkritisch und mit spritziger Ironie noch einmal an das Jahr 2014 erinnern. Zu den harten Fakten gesellen sich daher auch einige spitze Bemerkungen und nicht immer ernst gemeinte Kommentare.

Das vergangene Jahr 2014 soll noch einmal, wie alljährlich gewohnt, unter anderem in einem statistischen Rückblick an den geeigneten Lesern dieser Zeilen vorüber ziehen. Zunächst sollen aber noch einige bedeutende Worte über das Tanzen allgemein losgelassen werden. Hierbei werden insbesondere die Anfänge des Tanzens mit der heutigen Zeit und dann noch insbesondere mit der Kruse-Dienstagsgruppe unserer Tanzsportabteilung verglichen werden.

Zunächst geht es um den Ursprung des Tanzes. Wie bei vielen technisch-akrobatischen Sportarten liegen auch die Wurzeln

des Tanzes in der Frühgeschichte der Menschheit. Belegt sind drei Urformen des Tanzes:

Nr. 1: Eine Urform des Tanzes waren die früheren Zaubertänze und Beschwörungstänze

Das hat sich bis zur heutigen Zeit auch bei unseren Paaren durchgeschlagen. Ansätze sind zu finden bei vielen verzweifelten Beschwörungsgesten bei verschiedenen Tänzen bzw. Tanzfiguren, die man durch diese Gesten oder bestimmte Zauberflüsterformeln auf die eigenen trotzigsten Tanzfüße zu bringen versucht. Unbewusst kann der Außenstehende aber auch bestimmte Tanzfigurenabläufe als Beschwörungstanz definieren, da manchmal der Bezug zu gewollten Tanzfiguren ganz abhanden gekommen scheint. Beschwörungstänze in der heutigen Zeit sind in der Regel aber nicht von Erfolg gekrönt, da nur eisernes Training den Erfolg bringen kann.

Nr. 2: Eine weitere Urform waren die rhythmisch akzentuierten Arbeitsbewegungen



Wer da nicht in unserer Gruppe sofort mindestens die für uns vom Trainer vorgemachten rhythmischen „ZUMBA-Einstimmungsbewegungen“ als akzentuierte einfache Arbeitsbewegungen erkennen kann, der hat zu Beginn des Tanztrainings plaudernd nur am Rande gestanden, anstatt volle Pulle mitzuwirken und dem Trainer volle Aufmerksamkeit zu gönnen. Aber auch der einfache und gemeine Paso Doble erinnert an diese Urform der rhythmischen

Liebe Leser! Nunmehr kommen auch noch die statistischen Zahlen 2014:

Es hat 30 Informations-E-mails gegeben, die alle über die Lust am Tanzen berichtet haben und der Kommunikation mit den restlichen Tanzpaaren dienten, die das Training versäumen mussten.

Durch Urlaub und wohl durch gewisse Verspätungen geprägt, ist die Tatsache, dass bei den durch Email verbürgten 30 Tanzabenden 10x kein ZUMBA getanzt wurde. Das bedeutet aber auch im Kehrschluss, dass 20x rhythmisch akzentuierte einfache Arbeitsbewegungen doch noch getanzt wurden und der entsprechende körperliche Kreislauf, falls annähernd vorhanden, hoch körperlich gereizt werden konnte. Immer wenn der Trainer da war, was

einfachen Arbeitsbewegungen durch das vielfach geradezu euphorische und hingebungs-volle Aufstampfen mit dem linken oder rechten Fuß. Die Wirkung des satten Gleichklangs von oftmals bis zu 20 die Halle zum Beben bringenden stampfenden Paso-Fußstampf-Attacken wird eigentlich nur übertroffen von der überaus einfachen Arbeitsbewegung einer voll gefüllten Wasserflasche an den trockenen Mundschlund nach dem Tanzen.

Nr. 3: Die letzte Urform waren die Ausdruckstänze von Freuden, Leiden, Wünschen und Hoffnungen.

Auch diese Darstellungsformen sind bei uns in der Gruppe bestens überliefert. Vor allem die tänzerischen Ausdrucksformen wie Wünsche und Hoffnungen: z.B. das Hoffen auf einen Wiener Walzer oder Wünsche nach mehr Sitzbankdrücken. Aber auch der tänzerische Ausdruck von Leiden wird vollendet dargestellt: z.B. wenn der Partner mal wieder nicht den Schritt zwischen die Füße der Partnerin sondern nur den Schritt auf die Füße der Partnerin gefunden hat.

wie oben beschrieben selten genug war, wurde folgende Tanzreihenfolge eingehalten: Samba, ChaCha, Rumba, Jive und Paso. Was passierte nach ZUMBA als Aufwärmtraining?

Insgesamt 118x während der 30 Tanzabende wurden Tänze auch mehr oder weniger durch Trainingsfolgen und neue Figuren trainiert:

20 x	Langsamer Walzer	= 17%
15-16 x	Quick, Tango, SlowFox	= 40%
	oder je	13,33%
10-11 x	ChaCha, Rumba, Jive	= 27%
	oder je	9,00%
abgeschlagen schon		
7-8 x	Samba, Paso	= 13%
	oder je	6,50%
und ganz abgeschlagen		
4 x	Wiener Walzer	= 3%

Der noch für 2013 diagnostizierte überbordende Latein-Überhang konnte deutlich gestoppt werden. Trotz trainerischer permanenter Unterdrückung von Wiener Walzer kam der Standard-Bereich locker auf 60% und Latein demnach nur auf 40%. Die Auswertung der Tanzemails hat außerdem ergeben, dass wir es nicht geschafft haben, einmal alle 12 Paare im Dienstag-Übungsbetrieb zu haben. Zweimal schafften wir 11 Paare, zweimal waren die unterste Grenze fünf Paare, einmal genossen sogar nur vier Paare die volle Traineraufmerksamkeit. Im Durchschnitt zählten wir aber 62% der möglichen Anwesenheiten. Das waren bei uns also im Durchschnitt 7,5 Paare. Vielen Dank daher für die Einzeltänzer und Einzeltänzerinnen, die an den verschiedenen Tagen ohne ihren eigentlichen Partner den Trainer zusätzlich zum Tanzen, Durchputzen und Schwitzen gebracht haben.

Und natürlich soll nicht vergessen werden, dass wir die vielen Trainingstunden natürlich auch für Ruhm und Ehre genutzt haben. Drei unserer Tanzpaare haben in 2014 das Tanzsportabzeichen erfolgreich abgetanzt. Wir gra-



tulieren den Paaren Mansel, Schindewolf und Steinmann zu Bronze, Silber und Gold! Und unser Wunsch für 2015 kann nur so lauten wie in all den Jahren zuvor:

Weiter so! Wir lassen uns nicht hängen und tanzen uns weiter gesund und munter.

Peter Steinmann

Der Vorstand der TSG

Sprecherin des Vorstands: **Elke Althäuser**
elke.althaeuser@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 68 69 800 (T/g)
 023 24 - 68 69 802 (F)
 mobil 0177/68 69 803

Hauptgeschäftsführer: **Volker Bosch**
volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de
 0234 - 902 85 30 (T bis 17:00)
 023 24 - 97 12 03 (T ab 19:00)
 0234 - 902 85 85 (F)

Schatzmeisterin: **Bärbel Stahlhut**
baerbel.stahlhut@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 7 42 43 (T/p)

GuFi: **Simone Piepkorn**
simone.piepkorn@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 / 965 54 43
 mobil 0172 - 569 04 56

Mitarbeiter und Personal: **Manfred Stahlhut**
manfred.stahlhut@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 7 42 43 (T/p)

Öffentlichkeitsarbeit: **Jürgen Zang**
juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 9 72 04 (T/g)
 mobil 0177 - 4444 204

Sozialwart: **André Meister**
andre.meister@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 7 73 36 (T/p)
 mobil 0172 - 877 93 65

Geschäftsstelle: **Bettina Katzer**
bettina.katzer@tsg-sprockhoevel.de
 023 24 - 686 47 46 (Geschäftsstelle)

Kinder und Jugend: **Bärbel Stahlhut**

Sporträume: **Bärbel Stahlhut**

Projekte: **NN**

Freizeit und Senioren: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

T = Telefon ; F = Fax; p = privat; g = geschäftlich

Die aktuellen TSG-Beitrittsformulare gibt es bei der Geschäftsstelle und unter:
www.tsg-sprockhoevel.de/start/downloads/

SEPA LASTSCHRIFTVERFAHREN

Turn- und Sportgemeinschaft 1881 Sprockhövel e.V.
 Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel
 Gläubiger-Identifikationsnummer: DE27ZZZ00000230343

SEPA-Lastschriftmandat Mandatsreferenz/Mitgliedsnummer

Ich ermächtige die TSG 1881 Sprockhövel e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der TSG 1881 Sprockhövel e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname, Nachname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

IBAN DE

BIC (8 oder 11 Stellen)

Ort, Datum

Unterschrift

Liebe Mitglieder der TSG 1881 Sprockhövel e.V., zum 1.2.2014 wurden die bisher gültigen nationalen Verfahren zum Bankeinzug durch die SEPA-Zahlungsverfahren abgelöst. Für neue Mitglieder, die wir in der TSG 1881

Sprockhövel begrüßen, gilt, dass sie neben dem Aufnahmeantrag auch das neue SEPA-Basis-Lastschriftmandat unterschrieben abgeben müssen.
Bärbel Stahlhut, Vorstand Finanzen

Ihr Brillenteam in Sprockhövel



Hauptstraße 45 | 45549 Sprockhövel | Telefon 023 24/7 81 64

P = PROGRAMME / 10 bzw. 12 Einheiten
(Prävention, Förderung durch Krankenkasse)

Z = ZUSATZBEITRAG

* = Anmeldung erforderlich

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
8.30 - 09.30 Wirbelsäulengym (IB)	8.30 - 09.30 Wirbelsäulengym (IB)			8.30 - 09.30 [G15] Fatburner Mix		
9.30 - 10.30 Wirbelsäulengym (IB)	9.30 - 10.30 Fit for Fun (IB)	9.00 - 10.00 [G15] Pilates	9.00 - 10.00 [G15] Rücken Fit	9.30 - 10.30 [G15] Rücken Fit		
	10.00 - 11.00 [G19] Yoga sensitive	10.00 - 11.15 [G19] P GuFiT-Führerschein*	10.00 - 11.30 [G15] BOP&more			10.00 - 11.00 [G15] ZUMParty Dance
				10.30 - 11.00 [G15] Progressive Muskelrelaxation	10.15 - 11.15 [G15] Funktionales Training	
					11.30 - 12.30 [G15] Cycling	11.00 - 12.00 [G15] BOP&more
						12.15 - 13.15 [G15] Cycling
Zurzeit sind weitere Angebote in Planung. Aktualisierte Kurspläne gibt es unter www.tsg-sprockhoevel.de und im GuFiT						
	15.00 - 16.30 [G15] Osteoporose Prävention	15.00 - 16.00 [G19] Rollator-Training*		15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)		
16.00 - 17.00 [G19] D!s Kids Club (ab 7 Jahre)		16.00 - 17.00 QuietschFidel (LS)		16.30 - 17.30 [G15] BOP&more		
17.00 - 18.00 [G19] D!s Kids Club (ab 10 Jahre)		16.30 - 17.30 [G15] D!s Kids Club (ab 8 Jahre)				
17.30 - 18.15 Aqua Jogging (LS)		17.00 - 18.00 [G19] Frauengymnastik 50+				
17.30 - 18.30 [G15] Step Aerobic	17.20 - 18.50 [G19] Z Hatha Yoga Erfahrene	17.30 - 18.30 [G15] D!s Dance Club (ab 11 Jahre)				
	17.30 - 18.30 [G15] Pilates	17.30 - 18.30 ZUMParty Dance (GH)				
18.00 - 19.00 [G19] D!s Dance Club (ab 14 Jahre)			18.00 - 19.00 [G15] Rücken Fit	18.00 - 19.00 [G15] Cycling		
18.15 - 19.00 Aqua Fitness (LS)						
18.15 - 19.30 Fit Ü40 (GH)		18.30 - 19.30 Fit mit Hit (GH)				
18.30 - 19.00 [G15] Bauch Spezial	18.30 - 19.30 [G15] BOP&more	18.30 - 19.30 [G19] D!s Dance Club (ab 12 Jahre)				
19.00 - 20.00 [G15] Cycling	19.00 - 20.00 [G19] Z Hatha Yoga Anfänger	19.00 - 20.15 [G15] Cycling	19.00 - 19.45 [G15] Step Aerobic für Anfänger	19.00 - 20.00 [G19] Meditation*		
19.00 - 20.15 [G19] P GuFiT-Führerschein*	19.30 - 20.30 [G15] Power Mix	19.00 - 20.15 (MAS) Tanzen und mehr (Frauen 40+)	19.45 - 20.30 [G15] Fit mit Hit			
20.15 - 21.15 [G15] Cycling						



15mal Grund zur Freude



Maurmann, die die Prüfung zum weiß-gelben Gürtel ablegten. Der jüngste Prüfling war Arne Czudaj mit knapp sieben Jahren. Niklas Velten war ein beehrter und guter Prüfungspartner.

Für Judointeressierte besteht die Möglichkeit, dienstags oder freitags ein Probetraining zu absolvieren. Infos dazu gibt es unter www.tsg-sprockhoevel.de oder unter **0171-7542286**.

*Mit sportlichen Grüßen
Andrea Haarmann*

Vor den Weihnachtsferien gab es bei der TSG Sprockhövel noch eine Gürtelprüfung.

Verschenkt wurde nichts, die kleineren und größeren Judoka haben sich schließlich intensiv auf die Prüfung vorbereitet. Insgesamt stellten sich 15 Teilnehmer zur Prüfung. Prüfungen gab es von weiß-gelb aufwärts. Es wurde ein buntes Programm geboten: werfen, halten, hebeln – meist eine sichere Präsentation der Aktiven. Besonders überzeugen konnten Leonie Huppert, Greta Leue und Anselm

Weiß-gelb haben bestanden:

Arne Czudaj, Leonie Huppert, Moritz Kiewaldt, Greta Leue, Anselm Maurmann und Leonie Sophie Reidenbach.

Gelb haben bestanden:

Florian Behrenbeck, Julius Hillemann, Joline Hilpert und Celina Mohncke.

Gelb-orange haben bestanden:

Lucy Klettke, Julian Knop, Connor Seebold und Niklas Velten.

Braun hat bestanden:

Martin Nitsche

Mutter und Tochter gemeinsam erfolgreich

Gleich zu Jahresbeginn ging es am 3. Januar für Désirée und Andrea Haarmann von der TSG Sprockhövel zu einem internationalen Turnier nach Meeuwen/Belgien. Désirée startete bei den Damen bis 70kg. Ihren ersten Kampf verlor sie sehr unglücklich durch eine Bestrafung, die ihrer Gegnerin einen Vorteil verschaffte, den sie bis zum Schluss verteidigte. Nun hieß es warten, ob die Gegnerin ins Finale kommt und dadurch der Weg zur Hoffnungsrunde gesichert war. Dies war der Fall und so konnte sich Désirée auf die Hoffnungsrunde vorbereiten. Hier blieb sie in allen Kämpfen siegreich und sicherte sich souverän die Bronzemedaille.

Im Anschluss an diese Wettkämpfe fand noch ein Bodenturnier statt, an dem sowohl Désirée, als auch Andrea teilnahmen. Beide



waren in der Gewichtsklasse bis 70kg am Start, allerdings in unterschiedlichen Altersklassen. Désirée musste sich in der

AK bis 25 Jahre mit der Konkurrenz messen, was sie sehr erfolgreich erledigte. Nach drei Siegen durch Haltegriff und Laufwürger und einer Niederlage sicherte sich die junge Sprockhövelerin die Silbermedaille.

In der AK über 25 Jahre ging es dann für Andrea um eine Medaille. Nach drei Kämpfen, die sie jeweils durch Haltegriff siegreich für sich entscheiden konnte, war der Medailensatz komplett – die Goldmedaille war gesichert. So hatten sich die Fahrt und das lange Warten für die beiden Judoka gelohnt. *AH*

Désirée Haarmann weiter in der Erfolgsspur

Als Erstplatzierte der Westfalen-Meisterschaften startete Désirée Haarmann am Sonntag den 15. Februar bei der Westdeutschen Meisterschaft in Bochum-Wattenscheid. Hier traf die Sprockhöveler Judo-Kämpferin auf die Platzierten der Nordrhein-Meisterschaften. Désirée war in der Gewichtsklasse bis 70kg qualifiziert. Ungefährdet kam Désirée bis ins Halbfinale. Hier traf sie auf Pia Bartelt von der JG Münster. Nach einer kleinen Wertung für eine Wurftechnik konnte Désirée ihre Gegnerin im Anschluss mit einer Würftechnik zur Aufgabe zwingen. Das Finale war sicher.

Mit Pia Kampes vom 1. JC M'Gladbach traf Désirée auf die Titelträgerin der Nord-



rhein-Meisterschaften. Den ersten Angriff ihrer Gegnerin konterte Désirée mit einem Gegenwurf nach hinten, für den sie eine große Wertung bekam. Der zweite Angriff brachte die Entscheidung. Hier konnte Désirée für ihre Wurftechnik einen vollen Punkt (Ippon) erzielen und den Kampf vorzeitig zu ihren Gunsten beenden. Als Westdeutsche Meisterin U21 fährt sie nun zur Deutschen Meisterschaft nach Frankfurt/Oder. *AH*





Alles kann, keiner muss

Triathlon-Wochenende in der Sportschule Hachen über Karneval

Sonntagnachmittag gegen 15 Uhr, die Sonne scheint, Milchkaffee, Balkon und Füße hoch. So lässt es sich aushalten. Vor allem die neuen Muskeln „Eva 1 bis 4“, die mir übers Wochenende gewachsen sein müssen, schmerzen nicht mehr so. Dabei fing alles so schön mit einer fast staufreien Anfahrt an. Und mit einem guten, reichhaltigen Abendessen.

Das Motto für dieses Wochenende: alles kann, keiner muss. Also ab in die Muckibude! Ein bisschen Bauch, ein bisschen Oberarm, nicht zu viel, gleich wird geschwommen. Schnell sind wir uns einig, die erste Einheit nicht zu heftig, erstmal in Hachen ankommen. Nach dem Saunagang wartete Willi der Tennenwirt auf uns.

Samstag stand nach dem Frühstück „Lauf ABC und Stabi-Übungen mit Eva“ auf der Tagesordnung. Am Abend davor wurden noch viele Späße darüber gemacht, aber schnell war klar, das ist nicht lustig. Rechter Arm, linkes Bein, aufrechter Oberkörper, Zehen anziehen, mit ganzem Fuß äääh? Was sollte der rechte Arm machen? Ergebnis: Knoten in den Hirnwindungen.



Dann ging es auf die Matte. Endlich liegen. Nix da! Nicht mit Eva. Stabi Bauchlage haltend, wippend, vor und zurück, rauf und runter. Das gleiche in der Stabi Seitenlage links, Seitenlage rechts und Rückenlage. Gut, mehr Lagen haben wir nicht.

Die Zeit drängte, wir hatten im Vorfeld eine Stunde „Biathlon“ gebucht.

Schnell alles aufbauen, die Spielregeln erklärt und los ging's. Im Feriendorf hörte man bald nur noch: Wieviel? Vier! Und du? Zwei! Gut! Nur sprach der eine von den Strafrunden und der andere von den Treffern. Was abends bei Willi für viel Spaß sorgte.

Schnell Duschen und ein leckeres Mittagessen genießen. Vor der Schwimmeinheit gönnten wir uns eine Pause. Mit vollem Magen schwimmt es sich nicht so gut. Uli machte die Ansagen und wir legten los, eine Bahn nach der nächsten. Die Arme wurden schwerer und schwerer und noch ,ne Bahn. Zum Schluss noch eine Staffel obendrauf, und so war das Mittagessen gleich wieder abgearbeitet. Ja, man kann auch im Wasser schwitzen.

Und weil es uns allen mit Eva so viel Spaß gemacht hat, auf zur zweite Runde. Jetzt aber als Partnerübung. Stabibauch, Seitenlage und Rückenlage mit einem Partner (in meinen Fall 102 kg) der gegen meine Stabiübung drückte. Bei diesen Übungen müssen die neuen Muskeln entstanden sein, Eva 1 bis 4. Aua!

Die Tränen hatten wir bei den Blackroll Kugeln in den Augen. Mit den Kugeln haben wir die verklebten Muskeln massiert, und als der Schmerz nachließ, war auch wieder ein Lächeln möglich.

Gelacht haben wir auch abends in der Tanne bei Willi. Eine andere Gruppe war verkleidet und Willi hatte reichlich Karnevalslieder zum Schunkeln auf gelegt.

Sonntag – leider hatten wir nur noch eine Einheit, bevor es nachhause ging. Bei Sonnenschein und strahlend blauen Himmel ging es an den Sorpesee zum Laufen. Herrlich!

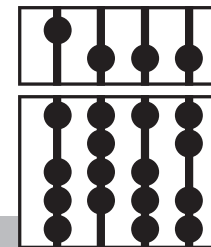
Nach dem Mittagessen ging's nach Hause – mit der Freude auf nächstes Mal.

Und bis dahin nicht vergessen: Immer eine Handbreit Luft zwischen Matte und Bauch.

Johannette Loose

Christian Oliver Stoltenberg

Dipl. Betriebswirt (FH) | Steuerberater



- Steuerberatung
- Controlling on Demand
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Unternehmensgespräche

Elfringhauser Str. 19a | 45527 Hattingen

Telefon 023 24/902 25 51 | Telefax 023 24/91 92 68 | info@christian-stoltenberg.com



1. Damen TSG Sprockhövel Landesliga

Besser als gedacht

Wer hätte das vor Saisonbeginn gedacht, nach der schwierigen Saisonvorbereitung, Trainerverlust, Abgängen und Verletzungspech hieß das Saisonziel nur nicht absteigen.

So startete das Team mit dem Minimalziel in die Saison, doch es sollte anders kommen als erwartet. Siege und Niederlagen hielten sich zunächst die Waage doch im weiteren Saisonverlauf überwogen die Erfolge und so

steht das Team plötzlich auf dem 5. Platz – damit deutlich besser als erwartet – und hat mit dem Abstieg wohl nichts mehr zu tun, eher geht der Blick nach oben.

Trotzdem machen die nach wie vor vielen Ausfälle der Mannschaft weiter zu schaffen. Germaine wird in dieser Saison nicht mehr auflaufen, Jenny B. fehlt auch verletzungsbedingt immer wieder mal und Teresa, unsere Top-Torhüterin, hat es für die nächste Zeit in die USA verschlagen.

So stand zum Spiel gegen den bis dahin verlustpunktfreien Spitzenreiter Eiserfeld nur ein Rumpfteam mit einer Jugendspielerin auf der Bank zur Verfügung. Und da die drei etatmäßigen Torhüterinnen nicht zur Verfügung standen, musste Paula aus der 2. Damen aushelfen. Und das Unglaubliche gelang, in einem überaus spannenden und umkämpften Match gelang es dem Sprockhöveler Mini-Team, dem Spitzenreiten mit einem 23:23 den ersten Punkt zu entreißen, woran insbesondere Paula im Tor und Shari mit neun Toren großen Anteil hatten.

Doch nur zwei Tage später, im Nachholspiel gegen den TV Wanne, zeigte sich das andere Gesicht der Mannschaft. Anscheinend wirkte der Kräfteverschleiß vom Sonntag noch nach, obwohl vier Spielerinnen da gar nicht gespielt hatten und auch die Bank besser besetzt war. Jedenfalls bekamen sie am Dienstag danach nichts auf die Kette und gaben völlig verdient aber eigentlich unnötig die eingeplanten Punkte ab. Wie titelte Lisa so schön – sonntags hui, dienstags pfui.

Nun laufen auch schon die (Trainer-)Planungen für die nächste Saison, Benji muss aus beruflichen Gründen kürzer treten und Ingo wird sich wieder verstärkt um die Jugend kümmern. Auch neue Spielerinnen wären mehr als wünschenswert und nötig, wenn in der kommenden Saison ein Angriff auf die Tabellenspitze unternommen werden soll.

Jetzt freut sich das Team aber erstmal über die tolle Platzierung und wir wünschen ihm für die letzten Saisonspiele weiterhin viel Erfolg.

Georg Böhmer





Licht und Schatten

Nachdem die **1. Herrenmannschaft** zum Ende des vergangenen Jahres noch voll im Soll auf dem sechsten Tabellenplatz lag, startete das Team von Marcus Gerhardt ins neue Jahr zum Abschluss der Hinserie mit zwei deutlichen Niederlagen. Bei beiden Spielen trat die Mannschaft zwar bedingt durch Verletzungen ersatzgeschwächt an, dennoch blieben die Leistungen aller Akteure deutlich hinter den Erwartungen zurück. Unkonzentriertheiten im Angriff und Nachlässigkeiten in der Abwehr sorgten dafür, dass in beiden Spielen zu keinem Zeitpunkt das Gefühl aufkam, sie erfolgreich gestalten zu können. Zudem haderten die Sprockhöveler im ersten Spiel zu sehr mit den Schiedsrichterentscheidungen und verloren so die Konzentration auf das eigentliche Spiel.

Zum ersten Spiel der Rückserie konnte die Unsicherheit endlich abgelegt werden und gegen den Tabellenletzten aus Wanne-Eickel wurde ein weitgehend ungefährdeter Erfolg

eingefahren. Dabei absolvierte Neuzugang Sebastian Krumme seine erste Partie für die TSG und brachte sich direkt hervorragend in die Mannschaft ein. Im zweiten Spiel der Rückrunde konnte die Mannschaft an die Vorwoche anknüpfen und bezwang nach einer spannenden Endphase den HSV Herbede 2 mit 31:29, nachdem das Hinspiel noch knapp verloren gegangen war.

Mit dem dritten Sieg im dritten Spiel der Rückrunde gegen den SV Westerholt 2, schaffte die Mannschaft den Anschluss an den vierten Tabellenplatz, der auch als Saisonziel angepeilt wird. In dieser Begegnung misslang der Start deutlich und nach 25 Minuten stand es 15:10 gegen die Sprockhöveler. Der Abstand konnte jedoch bis zur Pause auf zwei Treffer reduziert werden. Im zweiten Durchgang schaffte es das Team durch eine gute kämpferische Leistung, das Spiel zu drehen und am Ende mit 30:26 zu gewinnen.



Erfreulich ist, dass die erzielten Treffer mittlerweile auf viele Schultern verteilt werden und die Mannschaft in der Lage ist, selbst Ausfälle wichtiger Spieler zu kompensieren. Dies stimmt zuversichtlich, das Saisonziel erreichen zu können und das Team weiterzuentwickeln.

Felix Schuppert



Schwankende Leistungen

Zwischenbericht 2. Herren

Nach unserem starken Start mit sechs Siegen, folgten leider recht schwankende Leistungen unseres Teams. Im Derby gegen Winz-Baak zeigten wir ein ganz schwaches Spiel und verloren deutlich mit 10 Toren. Auch das folgende Spiel gegen den Tabellenführer aus Bochum ging knapp verloren. Hier war aber schon eine Steigerung zu sehen. In Hüls und gegen Haltern zeigten wir dann wieder unser wahres Können und gingen als Sieger vom Platz. Das letzte Spiel im Jahr 2014 war dann wieder sehr schlecht. In Wanne schafften wir es, in der zweiten Halbzeit nur drei Tore zu werfen.

Das reichte natürlich nicht, um Punkte zu sammeln. In diesem Jahr läuft es wieder besser.

Nach drei Siegen und einem unnötigen Unentschieden in Riemke liegen wir momentan auf dem dritten Platz. Der Aufstieg ist also immer noch im Bereich des Möglichen, nur müssen wir dann ab sofort in allen Spielen Vollgas geben. Aber das hat sich die Mannschaft auch vorgenommen. Schauen wir mal, was am Ende dann für uns herauspringt.

Hier noch einmal ein Dankeschön an unsere 3. Mannschaft, die immer mal wieder mit Spielern aushilft, wenn es bei uns eng wird!

Christian Dornieden



Im letzten Bericht der TSGinfo hieß es über die wB-Jgd. (Kooperation mit Welper – Mannschaft muss sich finden – Spiele gewonnen): Platz 3. Jetzt heißt es:

wB ist Herbstmeister!

Nun, ein paar Wochen weiter, können sich die Mädels von Simone und Kerstin „Herbstmeister“ nennen. Die Mannschaft ist voller Zuversicht und Selbstvertrauen. Mit einem 22:7 Kantersieg am Sonntag den 30.11.2014 über den TV Asseln haben sich die Mädels für das Topspiel gegen die JSJG Witten warm geschossen. Die TSG ging gleich konzentriert zur Sache und erspielte sich gegen den hoffnungslos überforderten Gegner locker eine 11:2 Pausenführung. Auch wenn sie danach die Zügel ein wenig schleifen ließen, taten sie aber einiges fürs Torkonto, da beim Gast nur Rückraumrechts zu sehenswerten Treffern kam. Mit dem Kantersieg in einer temporeichen Partie konnten wir überwiegend zufrieden sein, wollten uns aber bei der Trainingsarbeit noch an die Verbesserung der Abschlüsse machen.

Beim Duell gegen Witten behielt Sprockhövel die Nerven und gewann das körperbetonte Spiel 13:12. Mitreißender hätte das Spiel gegen den Tabellenersten nicht sein können.

Witten stellte von Anfang an eine 6:0-Deckung. Erst wussten unsere Mädels nicht daran vorbeizukommen, aber durch ständigen Druckaufbau auf die Abwehr konnten wir unsere Auslösehandlungen umsetzen, die wir immer wieder im Trainingsaufbau trainiert hatten. Bald merkten unsere Mädels, dass man ganz einfache Tore aus einer Kreuzung heraus machen konnte. Durch Rückpassvariationen kamen sie zu unserer Freude auch hier zu Torerfolgen. Da das Tempospiel zu unseren Stärken zählt, setzten wir dies in diesem Spiel auch um. Durch eine 3-2-1 Abwehr konnten wir den Ball des Gegners des Öfteren für uns gewinnen. Die daraus resultierenden Tempo-gegenstöße führten dann zu einfachen Toren.

Aber Witten ließ sich nicht abschütteln, obwohl die TSG immer wieder in Führung ging. In die Pause ging es aber dann zugunsten der TSG (7:6). Obwohl sich die Mädels zwischendurch in der zweiten Spielzeit mit drei Toren absetzen konnten, schafften sie es nicht, den

AOK Westfalen-Lippe - Die Gesundheitskasse.




 Die Gesundheitskasse.

Punkten Sie für Ihre Gesundheit mit dem AOK-Prämienprogramm

Beim AOK-Prämienprogramm lohnen sich Vorsorge und Fitness doppelt. Infos gibt es in Ihrer AOK-Geschäftsstelle:

AOK Witten
 Ardeystr. 122 c
 58452 Witten
 ☎ 0 23 02/91 85-0

www.aok-praemienprogramm.de

Vorsprung zu halten. Witten kam wieder heran und ging fünf Minuten vor Schluss sogar mit einem Tor in Führung. Erst Bonnie von außen und Svenja aus der Mitte brachten uns die Führung wieder.

Pia, die auch heute wieder tolle Paraden zeigte, sorgte dafür, dass der Rückstand von Witten bestehen blieb. Am Ende wurde es nochmal turbulent, aber den Sieg gaben die Mädels nicht aus der Hand. Kerstin und Simone können die Mannschaft nur loben, dass sie die Nerven und den unbändigen Willen zum Sieg behalten haben.

Beim nächsten Spiel ging die TSG als klarer Favorit in die Partie. Trotzdem wollten wir den Gegner Schüren nicht unterschätzen, da sie immer nur knapp gegen die besser platzierten verloren hatte. Obwohl Schüren das Spiel mit vier 97'er Jahrgängen (A-Jugendliche, daher a.K) bestreiten musste, verloren sie gegen die Mädels der TSG doch deutlich. Den sehr robusten Spielerinnen aus Dortmund, fiel nichts ein um durch unsere Abwehr zu kommen. Sie versuchten zwar immer den „kräftigen“ Kreis anzuspielen, doch das wusste Melanie zu verhindern. Vorne im Angriff wurden über die „Halben“ Akzente gesetzt, die aber weiterhin ausbaufähig sind. Auch wurden von uns immer wieder Auslösehandlungen gespielt und die Abwehr von Schüren so unter Druck gesetzt. Pia im Tor war super gut aufgelegt, ließ wenig Tore zu und zeigte tolle Paraden. Alle haben ihren Teil zum „Herbstmeistertitel“ beigetragen, nun gilt es diesen in den restlichen Spielen zu verteidigen um auch am Ende der Saison dort oben zu stehen.

Spieler und Trainer haben einen Podiumsplatz fest im Visier und auch die Quali zur Bezirksliga steht schon an. Schauen wir mal wie's dann weitergeht.

Simone Weltzien

Miteinander/ füreinander

Endlich Siege für das Team der wC

Die letzten Jahre verliefen für das jetzige Team der weibl. C-Jugend alles andere als erfolgreich, landeten sie doch meist abgeschlagen am Tabellenende. Doch in dieser Saison sollte alles anders werden.

Zu Saisonbeginn übernahm das Trainerteam Joshua Bötzel, Jonas Breme und Martin Knapp die wC (13 Spielerinnen) und machten sich zuerst einmal daran, das Selbstbewusstsein und die Spielfertigkeiten der Spielerinnen zu steigern. Außerdem wechselten einige Spielerinnen von Hattingen nach Sprockhövel und verstärkten so das Team.

Zum Saisonauftakt wurde ein Grillnachmittag organisiert, damit sich Spielerinnen, Trainer und Eltern erst einmal untereinander richtig kennenlernten. Am Anfang war die Trainingsbeteiligung bedingt durch private Pflichttermine eher gering. Die Trainer legten zunächst Wert darauf, dass sich die technischen Fähigkeiten verbesserten und der Erfolg lässt sich an der zunehmenden Ballsicherheit unserer Spielerinnen klar erkennen. Der Saisonverlauf ist dann überaus erfreulich, endlich gelangen dem Team nach der langen Durststrecke Siege und die neue Spielfreude zeigt sich auch in der steigenden Trainingsbeteiligung.

Die weibl.- C-Jugend belegt zurzeit einen hervorragenden 3. Platz, und wurde bis jetzt nur durch die Top-Teams von Teutonia Riemke und TUS Ickern bezwungen.

Der Schlachtruf der weibl.- C-Jugend lautet: Miteinander/Füreinander. Dies zeigt sich

nicht nur bei den Spielen sondern auch bei gemeinsamen Aktivitäten wie Beachhandball, Weihnachtsessen und demnächst durch ein Grillfest zum Saisonabschluss.

So wollen wir bis zum Saisonende weitere Siege einfahren um letztlich den 3. Platz zu halten.
Martin Knapp, Georg Böhmer



B Berkermann
Bauelemente Bauschlosserei

weru
Fenster und Türen fürs Leben

Normstahl
GARAGENTORE

Kirchweg 8, 45549 Sprockhövel
Telefon 0 23 24 / 97 18 85
Fax 0 23 24 / 97 18 86

www.berkermann.de

TÜREN + FENSTER
GELÄNDER + TORE
KUNSTSCHMIEDE
EDELSTAHLARBEITEN

**über 35 Jahre
Meisterbetrieb**



wD-Handballmädels fast am Ziel

Weiter so Mädels! – so endete der letzte Bericht im Dezember. Und die Mädels haben sich daran gehalten, stehen wieder auf dem 3. Platz und wollen diesen bis zum Saisonende verteidigen.

Das Training gestaltet sich für die Trainer momentan als Herausforderung, gilt es doch, die vielen Neulinge und die „alten Hasen“ beim Training so zu fordern und zu fördern, dass sich die Mädels zu einem schlagkräftigen Team weiter entwickeln. Erste Erfolge lassen sich auch schon sehen, Klara und Julia, beide

erst seit einigen Monaten dabei, konnten ihre ersten Tore in den Meisterschaftsspielen erzielen und auch unsere Torhüterin Jana macht weiter Fortschritte und Madita Konkurrenz.

Nach der Saison wechselt das Team komplett in die weibl. C-Jugend und auch hier wollen wir an die Erfolge dieser Saison anknüpfen.



fen. Um uns schon mal an die Spielweise in der C-Jugend zu gewöhnen und erste Erfahrungen zu sammeln, haben wir uns für die Bezirksliga-Quali angemeldet und einige Turniere stehen auch noch auf dem Programm.

So heißt es für uns auch schon wieder: nach der Saison ist vor der Saison, und die Trainer starten nach den Osterferien mit der Saisonvorbereitung für die wC-Jugend.

Glückwunsch Mädels zu eurer tollen Leistung in dieser Saison und natürlich – weiter so!

gb

Auto D.Kuhlmann Inh. Sven Wieschermann



- Neu- und Gebrauchtwagen
- EU-Wagen
- Verkauf - Service
- Ersatzteile
- Zubehör
- Reifen
- Unfallreparaturen aller Art
- Mietwagen
- TÜV-Abnahmen

45549 Sprockhövel, Bochumer Straße 45
Tel. 02324 - 90750 – Fax 02324 – 907522

**Ihr Partner für Volkswagen und
Meisterwerkstatt für alle Fabrikate**

HANDBALL-NACHRICHTEN

1. Herren

► **Die 1. Mannschaft** hat sich nun gefunden und die letzten Spiele gewonnen. Neuzugänge haben das Team verstärkt und bis zum Saisonende wird das Team sicherlich noch ein paar Plätze gutmachen und so im oberen Teil der Tabelle landen.

2. Herren: Siehe Extrabericht

3. Herren

► **Die 3. Mannschaft** steht weiterhin mit großem Abstand auf dem 1. Platz und könnte aufsteigen. Das klappt leider aber nur wenn auch die 2. Mannschaft aufsteigt, da diese in der Liga darüber spielt. Aber die Chancen stehen nicht schlecht, denn die 2. steht auch recht weit oben und hat ebenfalls den Aufstieg im Visier.

2. Damen

► **Die 2. Damen kämpft** weiter gegen den Abstieg, der sich aber wohl kaum noch verhindern lässt. Zu groß sind die personellen Defizite, denn wie heißt es so schön: keine Spieler – keine Siege.

1. Damen: Siehe Extrabericht

Handballjugend

► **Die mA** steht auf einem ordentlichen 3. Platz und wird diesen wohl auch bis zum Saisonende

verteidigen. Außerdem haben einige Spieler schon feste Einsatzzeiten in der ersten Herrenmannschaft.

► **Die erfolgreiche mC** teilt sich zurzeit den 2. Platz mit den punktgleichen Schalkern und wollen diesen Platz bis zum Saisonende nicht mehr abgeben.

► **Die Jungen der mD** unter Christoph Mühlhaus kämpfen um einen Mittelfeldplatz und dürften diesen auch zu Saisonabschluss erreichen.

► **Das junge Team der mE (gE)** mit ihren Trainern Benji und Eva hat sich einen tollen 5. Platz erkämpft und können mit etwas Glück noch weiter nach vorn kommen.

Weibliche B-Jugend: Siehe Extrabericht

Weibliche C-Jgd.: Siehe Extrabericht

Weibliche D-Jugend: Siehe Extrabericht

► **Die Minis, F-Jugend, die weibl E-Jgd und die weibl. D (Jg. 03/04)** suchen dringend zusätzliche Spieler/innen für die nächste Saison, wer also Lust auf Handball hat ist beim Training herzlich willkommen. Ansprechpartner ist Georg Böhmer: 0179/69 23 62 7

Wir freuen uns über Spieler/innen aller Altersklassen, die Trainingszeiten der Teams findet ihr auf unserer Homepage unter www.tsg-sprockhoevel-handball.de

Der nächste Einzug für den Spartenbeitrag der Handballabteilung erfolgt Anfang April 2015.

Die Mandatnummer ist die Mitgliedsnummer in der Handballabteilung.

STÜWE

REIBSCHLUSSVERBINDUNGEN

TECHNIK, DIE VERBINDET...

Stüwe GmbH & Co. KG

Zum Ludwigstal 35

45527 Hattingen

Tel. 02324-394-0

Fax 02324-394-30

www.stuewe.de



Handballer feiern *große Party*



Wie schon im vergangenen Jahr feierte die TSG-Handballabteilung im Januar eine große Party im Foyer der Glückaufhalle! Eingeladen hatte das Orga-Team um Jan Isermann. Nach anfänglich schleppenden Anmeldungen meldeten sich bis kurz vor der Feier rund 150 Personen an.

Für die Verpflegung sorgte die gesamte Abteilung, jeder brachte etwas mit. Es war ein großes Buffet, das keine Wünsche offen ließ. Die Getränke wurden zentral organisiert, von Mineralwasser über Limo, Cola und Bier bis hin zu Sekt und Cocktails war alles zu haben.

Zu Beginn der Party wurden mit den jüngeren Kindern Partyspiele veranstaltet. Ein Bericht über den Stand der jeweiligen Mannschaften folgte und nachdem alle Reden geschwungen waren, war für die Kids wieder freies Spielen angesagt. Sie tobten im Foyer der Glückaufhalle und wem es drinnen zu warm war, der spielte draußen.

Es wurde viel erzählt, man tauschte sich aus und lernte sich kennen, auch mannschaftsübergreifend. Alles in allem waren die Jugendmannschaften mit ihren Spielern und Eltern stark vertreten, von den Seniorenmannschaften hätten sich die Organisatoren etwas mehr Beteiligung erhofft. Lediglich die 3. Herrenmannschaft war nahezu komplett und mit guter Laune erschienen, während sich die anderen vier Seniorenmannschaften lediglich bruchstückhaft blicken ließen, schade!

Für das kommende Jahr soll diese Feier auch wieder stattfinden, allerdings in einer etwas abgewandelten Form. Für Ideen, Kritik und Anregungen ist das Orga-Team jederzeit offen, bitte wendet euch an diese Adresse: Handball-Party@web.de

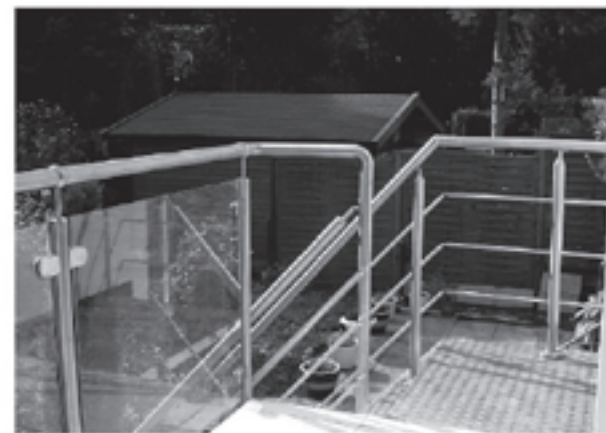
Eventuell noch vermisste Schüsseln, Platten etc. können bei Jan Isermann nachgefragt und abgeholt werden! *Annette Dornieden*

Geländermarkt Volker Bosch

WARTUNGSFREIE GELÄNDERSYSTEME



Geländersysteme, die den Charakter des Bauvorhabens optimal unterstreichen **ALUMINIUM**



EDELSTAHL

Gestalterische Freiheit durch viele Kombinationen

Verkleidungen Acryl - Glas - Lochblech - Stäbe - Kömmerling - Werzalit - Trespa

Bosch Geländermarkt

Freudenbergstr. 45 H

44809 Bochum

Telefon 0234/902850

Telefax 0234/9028585

www.bosch-gelaender.de



Wir wünschen der TSG Sprockhövel viel Erfolg!

Rechtsanwälte
MAYER
Fachanwälte und Notar



Hubertus Mayer
Rechtsanwalt und Notar



Matthias Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Verkehrsrecht
Fachanwalt für Versicherungsrecht
Fachanwalt für Miet- und WEG-Recht



Ronald Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht



Andreas Müller
Rechtsanwalt



Klaus Bojack
Rechtsanwalt



**Susanne
Jacobs-Tschorn**
Rechtsanwältin

Mittelstraße 44 * 45549 Sprockhövel (Haßlinghausen)
Telefon (0 23 39) 48 00
Telefax (0 23 39) 48 09
Internet: www.anwaelte-mayer.de



ÜBUNGS- UND TRAININGSZEITEN

125 Jahre in Bewegung

BADMINTON Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34				
Montags	16:30 – 18:00	Schüler bis 14 Jahre	GH 2+3	
	18:00 – 19:30	Jugend/Schüler, Mannschaft-Leistungstraining	GH 3	
	18:00 – 20:00	Hobby, Mannschaft 4+5	GH 2	
	19:30 – 20:00	Mannschaft 1-3	GH 3	
	– 21:30	Mannschaft 1-3	GH 2	
Mittwochs	18:30 – 20:00	Jugend + Mannschaft + Hobby	KH	
Freitags	16:00 – 17:30	Schüler bis 14 Jahre	GH 2+3	
	17:30 – 19:00	Schüler ab 14 Jahre	GH 2	
	18:00 – 19:30	Jugend/Schüler, Mannschaft-Leistungstraining	GH 3	
	19:00 – 21:00	Mannschaft 1-3	GH 2	
	21:00 – 21:30	Mannschaft 1-3/Ski-Club	GH 2	
BASKETBALL Informationen über die Geschäftsstelle ☎ 686 47 46				
Montags	20:00 – 22:00	Herren-Mannschaft	GH 3	
Donnerstags	20:00 – 22:00	Herren-Mannschaft	GH 3	
BUDO Abteilungsleiterin Tanja Triebel ☎ 0173-510 88 00				
Montags	17:00 – 18:30	Aikikai für Schüler/innen ab 4 Jahre und für Erwachsene	GH/GymnRaum	
	20:30 – 22:00	Karate für Erwachsene	Baumhof-Halle	
Dienstags	16:00 – 17:30	Judo für Anfänger weiß und weiß-gelb bis 8 Jahre	GH/GymnRaum	
	17:30 – 19:00	Judo: Technik- u. Wettkampfttraining Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.	GH/GymnRaum	
	20:00 – 21:30	Karate für Erwachsene	GH/GymnRaum	
Freitags	17:00 – 18:30	Judo: Techniktraining u. Prüfungsprogr. Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.	GH/GymnRaum	
	18:30 – 20:00	Judo (alles) für Jugendliche und Erwachsene	GH/GymnRaum	
	19:00 – 20:00	Karate für Kinder	GH 1	
	20:00 – 21:30	Karate ab 14 Jahre und Erwachsene	GH/GymnRaum	

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, MAS = Mathilde-Anneke-Schule (Hauptschule)

KONTAKT

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20
Postanschrift: Postfach 91 12 02, 45537 Sprockhövel
Telefon 686 47 46, Fax 686 47 57
E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de
www.tsg-sprockhoevel.de

Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister
Glückaufhalle Dresdener Str. 11 02324-506608
Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45 02324-9701521

Öffnungszeiten:
Dienstags 9:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstags 15:00 bis 18:30 Uhr

TSG
Geschäfts-
stelle:
Tel. 0 23 24 /
686 47 46

FUSSBALL

Abteilungsleiter Ulrich Meister ☎ 7 37 93 Sportlertreff-Baumhof ☎ 68 38 68

Alle Termine (bis auf die gekennzeichneten) finden am Baumhof-Stadion statt

Montags	15:30 – 17:00	U7 Baumhof-Halle	16:00 – 17:15	U8 / U11
	16:45 – 18:15	U12 Kleinspielfeld am Stadion	16:45 – 18:15	U13 / U14
	17:00 – 18:30	U12 / U13	17:15 – 18:45	U15
	18:30 – 20:00	U16	19:30 – 21:00	1. Mannschaft
	20:00 – 21:30	U19 (2)		
Dienstags	15:30 – 17:00	U9 Kleinspielfeld am Stadion	16:15 – 17:30	U11 (2)
	16:30 – 17:45	U11 / U12	17:00 – 18:30	U15
	17:45 – 19:15	U19	18:00 – 19:30	Torwarttraining U17 / U19
	18:15 – 19:45	U17 / U19	19:30 – 21:00	1. Mannschaft
Mittwochs	15:30 – 17:00	U7 Baumhof-Halle	16:45 – 18:15	U10 / U13 / U14
	18:00 – 19:30	U17	18:30 – 20:00	U16
	19:30 – 21:00	Alte Herren Kleinspielfeld am Stadion	20:00 – 21:30	Damen
	20:00 – 21:30	U19 (2)		
Donnerstags	15:30 – 17:00	U9	16:00 – 17:15	U8 / U9 Kleinspielfeld am Stadion
	16:30 – 17:15	U11 / U12 (2)	16:30 – 17:45	U12 / U13
	17:15 – 18:45	U13 (2) Kleinspielfeld am Stadion	17:15 – 18:45	U15
	17:45 – 19:15	U19	17:45 – 19:15	Torwarttraining U15 / U16 Kleinsp.
	19:30 – 21:00	1. Mannschaft	19:30 – 21:00	2. Mannschaft
Freitags	19:30 – 21:00	Alte Herren Kleinspielfeld am Stadion		
	16:30 – 17:45	U13 (2)	16:45 – 18:15	U10 Kleinspielfeld am Stadion
	16:45 – 18:15	U14	17:45 – 19:15	U19
	19:30 – 21:00	1. Mannschaft	19:45 – 21:15	Damenmannschaft

HANDBALL

Abteilungsleiter Ralf Nörthemann ☎ 7 12 58

Alle Termine (bis auf die gekennzeichneten) finden in der Glückaufhalle statt

Montags	16:00 – 17:30	wD-Jugend	17:30 – 19:00	mD-Jugend
Dienstags	15:30 – 17:00	mD-Jugend + mE-Jugend	17:00 – 18:30	wC-Jugend + mC-Jugend
	18:30 – 20:00	mB/mA-Jugend + wB-Jugend	20:00 – 21:30	1. He. (17+) + 1. Da. (16+)
Mittwochs	15:30 – 17:00	wE-Jugend	17:00 – 18:30	wD-Jugend + wC-Jugend
	17:00 – 18:30	mC-Jugend (KH)	18:30 – 20:00	mB/A-Jugend
	18:30 – 20:00	3. Herren (KH)	20:00 – 21:30	1. Damen (16+) + 2. Damen (16+)
Donnerstags	17:00 – 18:30	mE-Jugend (MAS)	17:00 – 18:30	wC-Jgd + TWtraining (KH)
	18:30 – 20:00	1. + 2. Herren (17+)		
Freitags	15:30 – 17:00	Minis (MAS)	17:00 – 18:30	F-Jugend (MAS)
	18:00 – 19:00	2. Damen	18:30 – 20:00	3. Herren (MAS)

TANZSPORT

Abteilungsleiter Ingo Wegge ☎ 686 35 01

Montags	19:15 – 20:30	Tanzsportgruppe HD	MAS Foyer
Dienstags	20:15 – 21:45	Tanzsportgruppe MM	Baumhof-Halle
	20:00 – 21:45	Tanzsportgruppe MK	MAS Turnhalle
Donnerstags	20:00 – 21:30	Tanzsportgruppe DD	MAS Turnhalle

TENNIS

Abteilungsleiter Horst Moser ☎ 02339 / 9116 44

Täglich	ab 15:00	Übungsstunden	TSG-Tennisanlage
----------------	----------	---------------	------------------

TISCHTENNIS

Abteilungsleiter Uwe Kilfitt ☎ 0151/14657212

Dienstags	18:00 – 19:30	Jugendkader	Baumhof-Halle
Mittwochs	17:00 – 18:30	Schüler + Jugend	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	Erwachsene	Baumhof-Halle
Freitags	18:00 – 20:00	allg. Training (Familien, Hobby etc.)	Baumhof-Halle

TRIATHLON

Thomas Schmitz ☎ 7 13 19

Winter 2012/13 Di + Mi + Fr

Dienstags	18:30	Laufen Kids + Erwachsene	Treffpunkt: [P] MAS
	19:45	Schwimmen Kids + Erwachsene	Lehrschwimmbad MAS
Mittwochs	18:00	Schwimmen Erwachsene	„Schwimm in“ Gevelsberg
Freitags	17:45	Laufen Kids	Treffpunkt: [P] MAS
	18:00	Schwimmen Erwachsene	„Schwimm in“ Gevelsberg
	19:00	Schwimmen Kids	Lehrschwimmbad MAS

ab 1. Mai Di / Mi / Fr

ab 18:45 Sommertraining im Freibad Sprockhövel

VOLLEYBALL

Abteilungsleiter Martin Danisch ☎ 7 89 85

Montags	20:00 – 21:30	Hobby-Mixed	GH 1
Donnerstags	20:00 – 21:30	Hobby-Mixed und Herren	GH 1 + 2

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, MAS = Mathilde-Anneke-Schule (Hauptschule)

INFO Alle Telefonnummern haben – wenn nicht anders angegeben – die Vorwahl 0 23 24
**TSG-Anmeldungen sind möglich in den wöchentlichen Übungs-/ Trainingsstunden
 oder in der TSG-Geschäftsstelle im Baumhof 20.
 Telefon 686 47 46, Fax 686 47 57**

TURNEN			
Abteilungsleiterin Christine Sattler ☎ 70 20 60, Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70			
Montags	17:30 – 19:00	Gymnastik Ältere Turnerinnen	Baumhof-Halle
	19:00 – 20:00	Fitness-Treff	GH 1
Dienstags	16:00 – 17:00	Einrad ab 6 Jahre/M. Palenschat	MAS Turnhalle
	17:00 – 18:30	Akrobatik/Zirkus ab 6 Jahre/M. Palenschat	MAS Turnhalle
Mittwochs	15:30 – 16:45	Mutter-Vater-Kind 2-5 Jahre	MAS Turnhalle
	16:45 – 18:00	Mutter-Vater-Kind 2-5 Jahre	MAS Turnhalle
	20:15 – 21:15	Jedermann Turnen	MAS Turnhalle
Donnerstags	18:00 – 19:00	Chickadees (Tanzen) 10-14 Jahre	Baumhof-Halle
	17:00 – 18:30	Gerätturnen Mädchen ab 8 Jahre	GH 1
	17:00 – 18:30	Sport der Älteren	GH 3
	18:00 – 19:15	Walking-Treff/Sabine Engelhard (97 18 14)	GH (Sommer)
Freitags	09:00	Wandern mit Heinz Pohle 1 x im Monat	Busbahnhof
	15:30 – 16:30	Turnflöhe (ehemals Federmäuse)	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:45	Krabbeltturnen I 1-3 Jahre	Glückaufhalle 1
	16:30 – 17:15	Tanzflöhe 4-5 Jahre	GuFIT.19 (AB OSTERN)
	16:45 – 18:00	Krabbeltturnen II 1-3 Jahre	Glückaufhalle 1
	17:15 – 18:15	Tanzmäuse 6-9 Jahre	GuFIT.19 (AB OSTERN)
	18:00 – 19:30	Turnabteilung	MAS Turnhalle
	20:15 – 21:30	Vitale Männer 40+	GH 1
Samstags	09:30	Walking-Treff/Sabine Engelhard (97 18 14)	ALDI-Parkplatz (Winter)
LEICHTATHLETIK Ilse Kleinbeck ☎ 7 18 03			
Montags	17:30 – 19:30	Sportabzeichen/Jürgen Nath (7 11 36)	Baumhof-Platz (April – Okt.)
Donnerstags	15:30 – 17:00	Kinder 4-10 Jahre	Baumhof-Platz (April – Okt.) GH 2 (Winter)
	17:00 – 18:30	Jugend ab 11 Jahre	Baumhof-Platz (April – Okt.) GH 2 (Winter)
Sonntags	09:00 – 10:30	Laufftreff für Jedermann	IG-Metall Bildungszentrum
PRELLBALL Hartmut Kroll ☎ 7 24 93			
Montags	16:30 – 19:00	Herren / Hartmut Kroll	MAS Turnhalle
	19:00 – 20:30	Damen / Monika Rische (7 80 57)	Baumhof-Halle
SCHWIMMEN Marianne Stüwe ☎ 7 16 05			
Montags	16:30 – 17:30	Senioren wbl.	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
	19:00 – 20:00	Senioren ab 60 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
	20:00 – 21:00	Wasserratten	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
Donnerstags	16:30 – 17:30	Schwimmen 6-10 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
	17:30 – 18:30	Schwimmen 10-18 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
Freitags	16:00 – 16:45	Schwimmen 5-12 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
	16:45 – 17:30	Schwimmen 5-12 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
VERSEHRTENSPORT Dieter Böhmer ☎ 7 21 81			
Donnerstags	20:00 – 21:30	Prellball	Baumhof-Halle
Freitags	17:30 – 19:30	Schwimmen	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, MAS = Mathilde-Anneke-Schule (Hauptschule)

Einfache Übungen für daheim FOLGE 6

Hiermit möchten wir euch in jeder TSGinfo einige Übungsvorschläge mit auf den Weg geben, die ihr regelmäßig leicht zuhause nachturnen könnt. Die Übungsvorschläge sind hier auf der Vorder- und Rückseite abgebildet so, dass ihr die Seite raustrennen und sammeln könnt. Bei den Übungen geben wir Wiederholungen und Zeiten an, die je nach Leistungsstand variiert werden sollten. Stefanie Basner, Conny Dauben (Fotos: Manuel Valentin)

KRÄFTIGUNG SEITLICHE BAUCHMUSKELN



BILD 1: Seitliche Sit ups Rückenlage, Beine aufstellen, Fußspitzen anziehen, Arme ausgestreckt zu einer Seite



BILD 2: Oberkörper aufrichten, ggf. nur bis die Schulterblätter den Boden verlassen, beim Aufrichten ausatmen, beim Absenken einatmen, 3x20 Wiederholungen, dazwischen ausstrecken und entspannen



► Einfache Übungen für daheim **FOLGE 6**

KRÄFTIGUNG DER RUMPFMUSKULATUR/ RÜCKENMUSKULATUR



BILD 3:
Seitlicher Unterarmstütz
Ellenbogen unter die Schulter, rechter Winkel, Körper bildet eine Linie, Beine seitlich ausgestreckt, Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule, Ganzkörperspannung, gleichmäßig atmen, 20 Sekunden halten, 20 Sekunde Pause, 3 Wiederholungen jeweils rechts und links



BILD 4:
Bauchlage
Ganzkörperspannung, rechter Arm und linkes Bein heben leicht vom Boden ab, im Wechsel linker Arm und rechtes Bein, diagonale Bewegung, Blick zum Boden, gleichmäßig weiter atmen, im Wechsel 3x20 Wiederholungen, dazwischen ablegen und entspannen

– Kaffee vor dem Sport –

Klingt komisch? Ist aber gar nicht so falsch!

Untersuchungen haben gezeigt, dass der Konsum von Kaffee vor dem Sport positive Effekte hat: Das Koffein stimuliert die Produktion des Hormons Noradrenalin, das die Sinne schärft und wach hält. Wer anschließend joggt, fühlt sich vom Start weg energiegeladener. Der Fettstoffwechsel wird angekurbelt – vor allem Ausdauersportler können so ihre wertvollen Glykogenreserven in Muskulatur und Leber länger schonen und ihre Fettverbrennung optimieren. Die Atemmuskulatur wird entspannt. Dies führt zu einer verbesserten Sauerstoffaufnahme. Kaffee ist reich an Antioxidantien und schützt den Körper unter anderem vor Entzündungen.

Informationen dazu erteilt gerne Matthias Müller – Ernährungsberater – im GuFIT.

Dank eines flexiblen Angebots durch einen Partner vor Ort kann im GuFIT.15 seit kurzem ein Kaffeeautomat auf der Gerätefläche getestet werden. Per Münzeinwurf können jederzeit neben normalen schwarzen Kaffee auch

andere Produkte wie Latte Macchiato oder Cappuccino erworben werden.

Schon seit mehreren Wochen kann kostenlos auch direkt auf der Trainingsfläche Wasser gezapft werden. Eine Filteranlage sorgt dabei für schadstofffreies Wasser.

Tim Eilers



Berichtigung Einladung Abteilungsversammlung

Im letzten Heft haben wir zur Abteilungsversammlung „Gesundheit und Fitness“ eingeladen. Leider hat sich dabei der Fehlerteufel eingeschlichen: Der richtige Tag ist Donnerstag (19. März) und nicht Mittwoch. Die restlichen Infos sind richtig. Wir bitten den Fehler zu entschuldigen. Der Abteilungsvorstand

„Das war einfach richtig cool...“

Berliner Starchoreograph Detlef D! Soost begeistert beim Dance-Workshop



Endlich war es soweit! Der lang ersehnte Tanzworkshop für Kids und Teens mit Detlef D! Soost stand vor der Tür! Am 30.11.2014 stürmten circa 400 Kids, 300 Erwachsene und mindestens genauso viele Teenies die Glückaufhalle in Sprockhövel. Einmal jährlich besucht der Fitnesscoach mit seinen Berliner Choreographen NRW, dieses Mal hatte sich Let's dance Jasmins Tanzstudio den Workshop gesichert und ihn mit der TSG als Unterstützung nach Sprockhövel geholt.



Los ging es mit den Kids im Alter von sechs bis elf Jahren und dem Coach Rafael Antonio, der u.a. auch schon für „The Voice of Germany“ choreografiert hat, nebst Nachwuchscoach „Aga“ von der nationalen HipHop-Crew „Team Recycled“. Sie unterrichteten zwei Choreografien, die die Sprockhöveler Kids immer noch im D!s Kids Club-Unterricht mit ihrer Trainerin Ronja tanzen und nicht vergessen haben.

Nach den Kids kamen die Erwachsenen mit Detlef D! Soosts Fitnessprogramm ins Schwit-

zen. Eine Mischung aus „Tanz dich fit“ und seinem „10 weeks body change“-Programm. Jede Menge Spaß, ein sehr effektives Körpertraining und Motivation pur!

Danach wurden die Teens mit drei Showchoreografien bedient. Jeff und Pelin, beide Coaches von „Team Recycled“ und Choreograph „Luther“ aus London heizten den motivierten Teens ein.

Ein toller Tag für die ganze Familie! Natürlich kam man seinen Vorbildern in einer Talk- und Fotorunde näher. Jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer hatte am Ende des Tages ein persönliches Foto mit Detlef D! Soost und seiner Tanzcrew. Ein Showact von Let's dance Jasmins Tanzstudio und einigen Sprockhöveler und Hattinger Teilnehmern durfte nicht fehlen!

„Das war einfach richtig cool, die mal persönlich zu treffen, und der Workshop hat richtig Spaß gemacht!“, so die Kids von Ronjas Mittwochskurs im GuFiT.15. Ihr wollt auch diese Choreografien erlernen und auch in diesem Jahr bei der Workshoptour dabei sein?

Ronja Steinberg

Weitere Infos unter: www.jasminstanzstudio.de



Foto: J. Zang

Laufen ohne Schnaufen

Raus aus dem Hausschuh – rein in den Laufschuh!

► **Start 8. April 2015**

Sie sind noch nie in ihrem Leben gejoggt? Finden es aber toll, wenn Freunde und Bekannte von ihren Strecken und Laufzeiten reden?

Da können Sie in 12 Wochen mitreden. Wie? Greifen Sie zum Telefon und melden Sie sich zu unserem Lauf-Kurs für Anfänger an. Der Laufanteil wird in den ersten Wochen sehr wenig sein, wir steigern uns vom Gehen, übers Walken, zum Laufen. Das schafft

jeder, auch Sie mit dem Hüftgold. Unsere Devise: Laufen ohne Schnaufen. Wir starten am Mittwoch den 8. April 2015 um 19.30 Uhr vom Parkplatz der Mathilde-Anneke-Schule und werden ca. 30 bis 40 Minuten auf dem Radweg unterwegs sein.

Telefonische Anmeldung und weitere Informationen in der TSG Geschäftsstelle unter 023 24 / 686 47 46 oder per E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de. Das Angebot wird von einigen Krankenkassen refinanziert.



TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

TSG
Geschäfts-
stelle:
Tel. 0 23 24 /
686 47 46

KONTAKT

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20
Postanschrift: Postfach 91 12 02, 45537 Sprockhövel
Tel. 686 47 46
E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de,
www.tsg-sprockhoevel.de

Öffnungszeiten:
Dienstags 9:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstags 15:00 bis 18:30 Uhr

Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister	Grundschule Schwimmen Dresdener Str. 43	970 15 25
Glückaufhalle Dresdener Str. 11	Baumhof-Halle Eickerstr. 23	970 54 26
Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45	Freibad Bleichwiese	970 54 25

INFO

Alle Telefonnummern haben – wenn nicht anders angegeben – die Vorwahl 0 23 24
TSG-Anmeldungen sind möglich in den wöchentlichen Übungs-/ Trainingsstunden
oder in der TSG-Geschäftsstelle im Baumhof 20.
Telefon 686 47 46, Fax 686 47 57



Planen Sie hier Ihre Fitness.
Und mit uns Ihre Finanzen.

Gut. Fit. Mit Ihrer

Sparkasse
Sprockhövel