

„Mal nicht
auf der
Reservebank
sitzen.“

Jetzt
beraten
lassen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



**Liebe Leserinnen, liebe Leser,
liebe TSG-Mitglieder,**

auch wir sind nur Menschen!

„Wir“ sind ein Verein (etymologisch aus 'vereinen, eins werden' und 'etwas zusammenbringen', Wikipedia) und haben ein gemeinsames Interesse: Sport möglichst zusammen mit Gleichgesinnten zu betreiben.

„Wir“ sind auch eine Vielzahl von Ehrenämtern, ehrenamtlichen Übungsleitern und unzähligen helfenden Händen, die alles tun, um einen möglichst reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Das klappt auch meist, aber nicht immer ...

Es kommt natürlich auch vor, dass etwas nicht wie vorgesehen abläuft, und die Organisatoren freuen sich dann riesig über zusätzliche Hilfe und ein wenig Verständnis der Mitglieder, denn es ist keine Selbstverständlichkeit, Verantwortung zu übernehmen.

An dieser Stelle daher nochmals ein großes Dankeschön an alle, die sich in unserem Verein engagieren – ohne euch wären unsere vielfältigen Angebote nicht möglich!

In diesem Sinne wünsche ich euch/Ihnen ein besinnliches und friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Übergang in das neue Jahr.

*Im Namen des Vorstandes
Elke Althäuser*

**Die TSG-Geschäftsstelle bleibt in der Zeit vom 27.12.2017
bis zum 5.1.2018 geschlossen.**



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

TSGinfo 4/Dezember 2017

AKTION	Herbstferien = Bewegungsferien bei der TSG	6
VORSTAND	Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren	9
BUDO/JUDO	Desirée Haarmann ist Westdeutsche Meisterin	10
	Einladung zur Abteilungssitzung Judo/Aikido 2018	11
	/AIKIDO	
	Erfreuliche Entwicklung	11
KARATE	Domo arigato gozaimasu – Vielen Dank	12
TENNIS	Die Saison 2017 – ein Rückblick	14
	Terminsache: Einladung zum Turnier am 13.1.2018	20
	Einladung zur Jahreshauptversammlung	21
	Volles Haus: Die U12 feierte	21
BADMINTON	Nach der Hinrunde ist vor der Rückrunde ...	23
	GuFi-Kursplan	24-25
TANZEN	Gesunde Bewegung auch im Alter	26
	In 36 Tagen von Flensburg bis zum Bodensee	26
TURNEN	Neue Gruppe für turninteressierte Mädchen und Jungs (6 bis 9 Jahre)	28
	Sportabzeichen 2017: Ausgabe der Urkunden	28
HANDBALL	Spitzenreiter: Überaus erfolgreicher Start der wB	30
	A-Jugend-Spielerinnen entwickeln sich gut	32
	Aus 4. wird 3. – Saisonstart der dritten Herrenmannschaft	32
	TSG und Grundschulen: Ausbau der Zusammenarbeit	33
	TSG-Handballer(innen): Nicht nur am Ball ein starkes Team	34
FUSSBALL	A-, B-, C-Jugend im Kreispokalfinale	35
	Übungs- und Trainingszeiten	37-40
GESUNDHEIT&FITNESS	Die Neuen im GuFiT: Stellt euch vor, ...	41
	Erste Hilfe	42
	Der Lauftreff hat Geburtstag	44
	Zum 10. Mal: Raus aus dem Hausschuh ...	44
	Kursangebote am Samstag: Der Herbst ist da ... es naht der Winter	46



REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 1/2018 ist der 4. Februar 2018

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; **Erscheinungsweise:** viermal jährlich; **Der Bezugspreis** ist im Mitgliedsbeitrag enthalten; **Anzeigenannahme am Ort:** Volker Bosch, volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 0 234 / 902 85 30 (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.

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

Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung

Herbstferien = Bewegungsferien bei der TSG



Zwanzig Kinder aus Sprockhövel erlebten jetzt wieder das Angebot der TSG Sprockhövel „Bewegte Herbstferien“. Eine Woche lang wurde den Kindern ein abwechslungsreich es Sportprogramm in der Baumhof-Sporthalle geboten. Die Plätze waren früh vergeben. Die schnellsten zwanzig angemeldeten Kinder durften dann eine Woche ein buntes Programm bei unterschiedlichen Trainern erleben.

Auch in diesem Jahr waren wieder einige „Wiederholungstäter“ dabei. Der Schwerpunkt lag, wie in den Jahren zuvor, auf dem Angebot Gewaltprävention. Dieser Bereich wurde von Andrea Haarmann, der mehrfachen Judo-Weltmeisterin und erfahrenen Trainerin im Bereich Gewaltprävention, abgedeckt. Unterstützung gab es in der Woche von Nico Kadur, der bei der TSG sein „Freiwilliges Soziales Jahr“ absolviert.

Die teilnehmenden Kinder sollten behutsam mit dem sensiblen Thema vertraut gemacht werden. Zuerst hieß es, sich kennenlernen und Regeln für das Miteinander aufstellen. Vertrauens-, Schrei- und Zweikampfspiele machten den Kindern auch viel Spaß. Wichtig war auch zu erfahren, was Gewalt eigentlich

ist, wie sich Gewalt äußern kann. Kann ich Gewalt erkennen und vermeiden? Wer ist Täter, und kann jeder Opfer werden? Wie kann ich Hilfe holen oder helfen, ohne selbst in Gefahr zu kommen?

Viel Spaß bereitete den Kindern auch immer der Bereich Selbstverteidigung. Ein Highlight für die Kinder ist außerdem das abschließende Sumo-Turnier, bei dem es für alle zusätzlich eine Urkunde gibt. Über Mittag sind alle bestens versorgt und betreut.

Einen weiteren großen Schwerpunkt bildeten die verschiedenen Ballspielangebote wie Hockey, Fußball, Tennis und Tischtennis, also alles mit Bällen in fast allen Größen. Diese Angebote fanden dann nach der Mittagspause statt.

Aber nicht nur alles rund um den Ball wurde geboten. Den Angebotsreigen eröffnete Ronja Steinberg, die ein flottes Tanzprogramm zu bieten hatte. Weiter ging es am Dienstag mit Manuel Valentin, der für die Kids Hockey im Angebot hatte. Auch ein Angebot, das bei den Kindern immer sehr gut ankommt.

Am Mittwoch war dann der Tag der Bälle. Vormittags scheuchte Esther Koch die Kinder mit den Filzkugeln durch die Halle. Dazu durften die Kinder auch eigene Tennisschläger mitbringen. Am Nachmittag zog Thomas Kutzner das Tempo mit den kleinen Pingpong-Bällen noch einmal an. Wie schnell so ein kleiner Ball über die Platte geflogen kommen kann, durften die Kinder selbst erleben. Von den kleinen Bällen ging es dann am Donnerstag

zu einem großen Ball. Mit Fußball gab es eine weitere Ballsportart für die Kinder. Da war dann auch Nico in seinem Element, der dieses Angebot leitete.

Der Freitag gehörte noch einmal der Gewaltprävention und dem Kampfsport. Nach unterschiedlichen Zweikampfspielen durften sich die Kinder nach der Pause noch auf das Sumoturnier freuen. Im Anschluss bekamen alle Kinder wieder eine Mappe mit Zertifikat, Sumo-Urkunde und anderen diversen Unterlagen überreicht und werden in die zweite Woche der Herbstferien entlassen. Zum Andenken an die Bewegten Herbstferien gab es auch in diesem Jahr ein T-Shirt. Die Kinder

und das gesamte Team hatten sehr viel Spaß. Vielleicht sieht man sich ja wieder, wenn es heißt: Bewegte Herbstferien 2018!

Andrea Haarmann (Text und Fotos)

Beim Sumo-Turnier gab es folgende Platzierungen:

WK 1:	WK 2:	WK 3:	WK 4:
1. Kasimir	1. Lucas	1. Maik	1. Kira
2. Pauline	2. Finn	2. David	2. Luis
3. Mia	3. Moritz	3. Jason	3. Leander
3. Tine	3. Noah 2.0	3. Luisa	3. Adrian
3. Clemens	3. Luke	3. Morten	3. Noah 1.0



DER VORSTAND DER TSG

Sprecherin des Vorstands: **Elke Althäuser**
 elke.althaeuser@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 68 69 800 (T/g)
 0 23 24 - 68 69 802 (F)
 mobil 0177/68 69 803

Hauptgeschäftsführer: **Volker Bosch**
 volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 902 85 30 (T bis 17:00)
 0 23 24 - 902 85 85 (F)

Schatzmeisterin: **Bärbel Stahlhut**
 baerbel.stahlhut@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 7 42 43 (T/p)

GuFi: **Simone Piepkorn**
 simone.piepkorn@tsg-sprockhoevel.de
 mobil 0172 - 569 04 56

Mitarbeiter und Personal: **Manfred Stahlhut**
 manfred.stahlhut@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 7 42 43 (T/p)

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

Öffentlichkeitsarbeit: **Jürgen Zang**
 juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 9 72 04 (T/g)
 mobil 0177 - 4444 204

Sporträume: **Ludger Böhmer**
 ludger.boehmer@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 7 32 05 (T/p)
 mobil 0175 - 364 61 60

Sozialwart: **André Meister**
 andre.meister@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 7 73 36 (T/p)
 mobil 0172 - 877 93 65

Geschäftsstelle: **Bettina Katzer**
 bettina.katzer@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 686 47 46 (Geschäftsstelle)

Kinder und Jugend: **Bärbel Stahlhut**

Projekte: **NN**

Freizeit und Senioren: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

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

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



Für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert

Désirée Haarmann ist Westdeutsche Meisterin

Die Judoka Wattenscheid waren Ausrichter der Westdeutschen Titelkämpfe der Männer und Frauen am 14. Oktober in Bochum. In drei Blöcken wurden die unterschiedlichen Gewichtsklassen gekämpft.

Für diese Maßnahme war Désirée Haarmann vom Landestrainer gesetzt. Die junge Sprockhövelerin startete in der Gewichtsklasse bis 70kg. Dort absolvierte sie einen regelrechten Kampfmarathon. Insgesamt musste die TSG-Sportlerin fünfmal auf die Matte.

Ihr erster Kampf ging gegen die Kämpferin vom Brander TV, Jenny Klaus. Hier war Désirée selber über ihren schnellen Kampf überrascht; nach nur 12 Sekunden konnte sie die Begegnung mit einem tollen Tani-otoshi (Talfallzug) beenden. In ihrem zweiten Kampf ging es gegen Selina Luhmann vom SC Lippetal. Hier tat sich Désirée anfangs recht schwer, konnte ihre Gegnerin aber nach gut drei Minuten durch eine Hebeltechnik vorzeitig besiegen.

Als nächstes wartete die für die Judo-Löwen Düsseldorf kämpfende Athletin Christina

Zols. Nach einem Angriff der Düsseldorferin konnte Désirée auch hier mit einer schönen Kontertechnik den Kampf vorzeitig für sich entscheiden.

Nun ging es um den Einzug ins Finale gegen die Judoka Jana Grzesiek vom Judo Team



Einladung zur Abteilungssitzung Judo/Aikido 2018

Am 5. Februar 2018, 19.30 Uhr

Ort: Sportlertreff, Im Baumhof 15, 45549 Sprockhövel



Tagesordnung:

- | | |
|---------------------------------------|-------------------|
| 1. Begrüßung | 5. Bericht Aikido |
| 2. Genehmigung der Tagesordnung | 6. Bericht Judo |
| 3. Wahl eines Protokollführers | 7. Finanzen |
| 4. Feststellung der Stimmberechtigten | 8. Verschiedenes |

Mit sportlichen Grüßen, Andrea Haarmann



Erkelenz. Hier konnte sich Désirée durch einen Fußfeger einen Vorteil erkämpfen. Im anschließendem Bodenkampf konnte die Sprockhövelerin dann eine Haltetechnik ansetzen und beendete auch diesen Kampf vorzeitig. Das Finale war gesichert.

Hier wartete mit Lara Friedrich aus Münster eine alte Bekannte auf sie. Das Finale ging dann auch über die volle Kampfzeit. Im Stand konnte sich Désirée durch eine Fußtechnik eine Wertung erkämpfen, die sie dann bis zum Ende des Kampfes verteidigen konnte. Ein toller Erfolg für Désirée Haarmann, die sich somit direkt für die Deutsche Meisterschaft in Stuttgart im Januar qualifiziert hat.

Andrea Haarmann (Text und Fotos)

Aikido

Erfreuliche Entwicklung

Seit Mai 2017 sind wir in der glücklichen Lage mit einem informativen Flyer für Aikido in der TSG-Sprockhövel 1881 zu werben. Und er wirkt. Erste Interessierte haben an Probetrainings teilgenommen. Sie sind nun fester Bestandteil der Aikidogruppe. Das freut uns sehr. Zwar lohnt noch keine Überlegung über die Aufteilung in eine Erwachsenen- und eine Kindergruppe, aber ein Trend in die Richtung wünschen wir uns.

Adrian und Jürgen stehen als Trainer **montags von 17:00 bis 18:30 Uhr** auf den Tatami im Gymnastikraum der Glückaufhalle in Niedersprockhövel bereit.

Jürgen Engelbert

DOMO ARIGATO GOZAIMASU

(Vielen Dank)

Auch in den letzten Monaten ist bei den TSG-Karatekas wieder viel passiert und es stehen einige Veränderungen an: Nach langjähriger Trainertätigkeit wird uns leider *Jonathan Weine* vorübergehend aus beruflichen Gründen verlassen. An dieser Stelle möchten wir uns für



Trainerwechsel: Sandra kommt für Jonathan

seinen tollen Einsatz insbesondere im Aufbau und Betreuung der Kindergruppe bedanken und wünschen ihm sowohl privat als auch beruflich weiterhin viel Erfolg. Domo arigato gozaimasu (Vielen Dank!). Erfreulicherweise konnten wir *Sandra Kürten* als neue Trainerin für unsere Kindergruppe gewinnen und somit ist weiterhin eine kontinuierliche Betreuung für unseren starken Nachwuchs gewährleistet.



Die Schwarzgurt-Prüflinge in Barcelona (Ulf Nolte: hinten, 5. von links)

Besonders stolz ist die gesamte Karate-Mannschaft auf unseren Sensei (Meister) *Ulf Nolte*: Im Anschluss an die Europameisterschaft in Barcelona stellte er sich der Prüfung zum 5. Dan. Nach monatelanger intensiver Vorbereitung trat Ulf dann die Reise zur Europameisterschaft der Matsushima-Organisation an. Zunächst fungierte er hier als Kampfrichter und begleitete die einzelnen Kämpfe bis zum Finale. Im Anschluss stellte er sich zusammen mit weiteren Karatekas der Gürtelprüfung zur nächst höheren Graduierung. Unter den wachsamen und kritischen Augen von Kancho Y. Matsushima (President IKO 3, Japan) und Hanshi J. Taylor (Vice President IKO 3, Australien) wurde die Prüfung durchgeführt.

Zu Beginn wurde Kihon (Grundtechniken) in allen erdenklichen Formen geprüft, gefolgt von einer langen und intensiven Einheit über Kata (stilisierter Kampf). Unterbrochen wurde die Prüfung durch harte Konditionstests und zum Abschluss musste sich Sensei Ulf noch 50 Kämpfen nach Kyokushin-Vollkontakt-Regeln stellen. Nach über neun Stunden Prüfungszeit, die wirklich alles von den einzelnen Teilnehmern abverlangte, war es dann geschafft: Ulf hat die Prüfung erfolgreich bestanden und



Shian Ulf Nolte mit Kyokushin-Torte

darf sich ab sofort **Shihan (Großmeister)** nennen. Die gesamte Karateabteilung der TSG gratuliert hier an dieser Stelle nochmals und ist stolz auf den frisch gebackenen 5. Dan. Natürlich hatten wir für Ulf auch eine süße Überraschung vorbereitet.

Somit findet sich der höchst dekorierte Schwarzgurt der Matsushima Gruppe Deutschland wieder in Sprockhövel. Neben

▶▶▶ KURZ VOR SCHLUSS

Am 25. November fand in Ahaus die Deutsche Meisterschaft der Matsushima Kyokushin Karate Organisation statt. Insgesamt waren über 240 Kämpfer gemeldet und auch 13 TSG Karatekas waren am Start. Nach einem langen Turniertag konnten im Erwachsenenbereich letztendlich zwei Pokale für jeweils den 3. Platz in verschiedenen Kategorien mit nach Sprockhövel geholt werden. Besonders stolz sind wir auf die zehn Kinder aus unserem Nachwuchs – auch sie haben eine super Leistung gezeigt. Weitere Details dann ausführlich in der nächsten TSGinfo.



Von links: Sensei Andreas Beer, Shihan Ulf Nolte, Kancho Yoshikazu Matsushima, Sensei Stefan Beer

Ulf Nolte haben auch noch Sensei Andreas und Sensei Stefan Beer aus München erfolgreich ihre Prüfung zum 4. Dan abgelegt. An dieser Stelle auch herzlichen Glückwunsch an die Senseis aus Bayern.

Andreas Schall

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



Die Saison – ein Rückblick

Die Saison der TSG Tennisabteilung startete mit dem beliebten **Schewy-Leveringhaus-Turnier** in der Halle des Sportpark Ruhrtal in Hattingen am 15. Januar 2017. Dabei wurden in der Vorrunde in Damen- und Herrendoppel die vier Bestplatzierten für das Halbfinale gesucht, das dann im Mixed-Doppel ausgetragen wurde.

Im Finale standen sich schließlich Julia Koch und Karl-Heinz Haude sowie Nicole Müller und Henryk Parusel gegenüber. In einem spannenden Satz behielten dabei Koch/Haude mit 6:4 knapp die Oberhand. Nach der Siegerehrung (*großes Foto*) wurde der schöne Tennistag mit einem deftigen, gemeinsamen

Grünkohlessen im Sportpark abgerundet. Neben allen Teilnehmern gilt unser Dank vor allem Erika Scherr für die Vorbereitung und die perfekte Organisation des Turniertages.

Wie in jedem Jahr haben wir im März/April auf unserer Tennisanlage eine **Frühjahrsüberholung** durchgeführt. Leider konnten wir den Spielbetrieb bedingt durch schlechtes Wetter (Frost und Regen) und dadurch nur langsam aushärtende Platzdecken erst am 30. April eröffnen.

Am 6. Mai 2017 begannen dann schon die Meisterschaftsspiele für die Erwachsenen und Junioren. Für die TSG gingen insgesamt sieben Mannschaften aus dem Seniorenbereich und



sechs Jugendmannschaften ins Punkterennen. Zudem beteiligten sich die „Oldies“ der TSG als Titelverteidiger in den Sommerferien wieder an der langjährigen Senioren-Doppelrunde um den Clemens-Ryzner-Pokal.

Die **Herren 55+** um Mannschaftsführer Michael Hilligloh hatten in der Verbandsliga einige Ausfälle zu verkraften. Trotzdem stand die Mannschaft am Ende der Saison völlig unerwartet in der Tabelle ganz oben und schaffte zum wiederholten Male den Aufstieg in die Westfalenliga. Ein wenig Glück war auch dabei, denn ohne die Schützenhilfe von Rot-Weiß Stiepel, die am letzten Spieltag den direkten Konkurrenten aus Erwitte besiegten, wäre das nicht möglich gewesen. Ein toller Erfolg für die TSG.

Auch die **Damen 60+** (Mannschaftsführerin Erika Scherr) hatten sich wieder den Aufstieg in die Ruhr-Lippe-Liga vorgenommen. Und in diesem Jahr hat es auch geklappt. Ganz souverän siegten die TSG-Damen bei allen Turnieren und konnten sich so völlig verdient über den Aufstieg in die höchste Liga im Bezirk freuen. 2018 ist dann



natürlich zunächst einmal der Klassenerhalt das Ziel.

Unsere **Herren-Mannschaft** ging 2017 in der Kreisliga wieder mit der Hoffnung ins Rennen, den Sprung in die Bezirksliga zu schaffen. Viele Ausfälle durch Verletzungen machten dieses Unterfangen schon vor dem Saisonstart praktisch unmöglich. So konnte Mannschaftsführer David Hilligloh sich am Ende wenigstens über den Klassenerhalt freuen. Selbst 2018 ist die Rückkehr aller verletzten Spieler ungewiss.

Unter den Ausfällen in der 1. Herren-Mannschaft hatte natürlich besonders das mit vielen Nachwuchsspielern aufgefüllte **Herren II-Team** der TSG in der Kreisklasse 1 zu leiden. Die jungen TSG-Herren (Spielführer Bastian Koch) mussten ihre besten Spieler schon vor der Saison abgeben und konnten so den Abstieg leider nicht vermeiden.

Erst zum zweiten Mal ging für die TSG eine **2. Mannschaft Herren 55+** in der Kreisliga ins Rennen. Das Team um Spielführer Ralf Jürgens konnte die Klasse wieder problemlos halten



(dritter Platz) und hatte dabei sogar noch Luft nach oben. Viele Spiele wurden erst knapp im Match-Tie-Break verloren. Mit weiter zunehmender Spielpraxis ist 2018 eventuell noch mehr möglich.

Die jungen **TSG-Damen** wurden erst 2016 in der Kreisklasse 1 als 4er-Mannschaft neu gebildet und erreichten nachträglich auf Anhieb den Aufstieg in die Kreisliga. 2017 gelang Esther Koch und ihrer Mannschaft dann der überlegene Gruppensieg in der Kreisliga. Damit sicherten sich die Damen den inoffiziellen Titel „Kreismeister-Ruhr“. Leider bleibt der Mannschaft der Aufstieg in die Bezirksliga verwehrt, weil die Kreisliga für 4er-Teams die höchste Spielklasse darstellt. Aus diesem Grunde hat sich die Mannschaft entschlossen, 2018 wieder als 6er-Team anzutreten.

2016 schaffte auch eine neue **Damen 40+** als 4er-Mannschaft in der Kreisklasse 1 direkt den Aufstieg in die Kreisliga. Und das Team um Spielführerin Julia Koch beendete auch die Saison 2017 ungeschlagen und wurde ebenfalls inoffizieller „Kreismeister Ruhr“. Analog zu den Damen hat man sich auch hier entschlossen, 2018 wieder eine 6er-Mannschaft zu bilden, um im Aufstiegsrennen weiter mitmischen zu können.



Da hatten die Damenmannschaften der TSG natürlich allen Grund, die tolle Saison zu feiern. Und das taten sie auch fleißig in unserem Clubhaus. Dazu unser Dank an das Gastro-Team der Tennisabteilung.

Im Jugendbereich wurden 2017 insgesamt sechs Mannschaften in der Kreisliga und der Kreisklasse 1 gemeldet – so viele wie schon lange nicht mehr.

Erstmals seit längerer Zeit konnten so wieder zwei U18-Teams bei Jungen und Mädchen gemeldet werden. Die **Juniorinnen** spielten nach ihrem Aufstieg in der U15 nun 2016 in der U18-Kreisliga. Den Aufstieg in die Bezirksklasse verpassten sie dort nur denkbar knapp. Punktgleich mussten sie dem TC Ludwigstal den Vortritt lassen.

Für die **U18 Junioren** hingegen erwies sich die Kreisliga als zu anspruchsvoll und sie müssen 2018 wieder in der Kreisklasse 1 einen neuen Anlauf nehmen. Viel Glück.

Recht erfolgreich verlief die Saison der **Junioren U15** in der Kreisklasse. Mit nur einer Niederlage erreichten sie den dritten Platz in ihrer Gruppe.

Überaus erfreulich verlief die Saison für die **U12-Junioren** der TSG. Erstmals konnten

in dieser Altersklasse sogar zwei Mannschaften gemeldet werden. Dabei schlug sich die 2. Mannschaft als 2-er Team in der Kreisklasse super und wurde hinter Blau-Weiß Wanne-Eickel zweiter ihrer Gruppe.

Getoppt wurde das jedoch noch durch die **U12 I**, die als 4er-Team überlegen ihre Gruppe in der Kreisliga gewinnen konnte und sich somit für die Endrunde des Kreises Ruhr qualifizierte. Dort war leider Rot-Weiß Stiepel zu stark, aber der 2. Platz im Kreis Ruhr ist ein toller Erfolg für die junge Mannschaft und die Jugendarbeit in der TSG.

Schließlich haben wir auch 2017 wieder eine neue **gemischte U10-Mannschaft** in der Kreisklasse gemeldet. In einer Gruppe mit sieben Mannschaften wurde dabei ein toller Erfolg steht bei den jungen Nachwuchsteams natürlich vor allem der Spaß am Mannschaftssport Tennis im Vordergrund.

Darüber hinaus stellen unsere Jugendwart 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“ oder „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 und im Sportpark Hiddinghausen in Sprockhövel. In den Sommerferien werden regelmäßige **Ferienstpaß-Aktionen und Feriencamps** angeboten. Auch 2017 haben wieder viele Jugendliche aus Sprockhövel mitgemacht, einige sind direkt in die Tennis-



abteilung eingetreten. Schaut doch auch mal bei uns rein!

Am Pfingstmontag, den 5. Juni 2017, fand die 25. Ausgabe des beliebten **Kuddel-Muddel-Mixed-Turniers** um den begehrten „Kohlebrocken-Pokal“ wieder unter der souveränen Leitung von Manfred Stahlhut bei bestem Tenniswetter auf der TSG-Tennisanlage statt. 12 Teilnehmer/-innen aller Altersklassen hatten sich zu dieser Jubiläumsveranstaltung eingefunden.

In vier Vorrundenspielen auf Zeit mit ständig wechselnden Partnern stritten die Teilnehmer um die begehrten Plätze im Endspiel. Als punktbeste Damen und Herren erreichten dann Nicole Müller, Petra Massolle-Danisch, Ralf Jürgens und Georg Schulte das Finale, in dem Nicole Müller und Ralf Jürgens in einem langen Satz die Oberhand behalten konnten.

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

Mangels Interesse mussten 2017 die geplanten **Jugend-Stadtmeisterschaften** in Sprockhövel leider erstmals ausfallen. Da hoffen wir natürlich auf eine bessere Beteiligung 2018. Es wäre schade, wenn dieses Turnier in Sprockhövel nicht mehr ausgetragen werden könnte.

Im Juni 2017 wurden in Bochum-Harpen wieder die **Bezirksmeisterschaften der Senioren** ausgetragen. Dort erreichte Karl-Heinz Haude mit seinem Partner Rolf Busse von Rot-Weiß Hattingen das Finale im Doppel der Herren 65. Beide siegten dort überlegen gegen die Paarung Lehmann/Sommer aus Unna und Gahmen mit 6:2/6:0.

Auch beim hochklassig besetzten **Grafs-Reisen-Cup** in Bochum spielte sich Karl-Heinz Haude in der Konkurrenz Herren 65+ wieder bis ins Finale vor. Nachdem er bis dahin alle namhaften Gegner ausgeschaltet hatte, verlor er das Finale dann etwas überraschend gegen den nicht ganz so hoch eingeschätzten Antonius Warmeling mit 3:6 und 3:6.

Am 26. August 2017 fanden die Endspiele um den **Clemens-Ryzner-Pokal** erneut auf der Anlage des TV Burgaltendorf statt. Auch 2017 haben sich die „Oldies“ der TSG – in

diesem Jahr als Titelverteidiger – wieder an dieser Senioren-Doppel-Sommerrunde beteiligt – neben dem TC Ludwigstal, der TG Hiddinghausen, der TG Rot-Weiß Hattingen, dem VfL Niederweningen, dem TC Bochum-Süd, den „Blauen Elfen“ aus Bochum-Harpen und dem TV Burgaltendorf.

In den Vorrundenspielen konnten sich die TSG-Senioren gegen den VfL Niederweningen und den TC Bochum-Harpen deutlich behaupten. Leider gab es im entscheidenden Spiel um den Gruppensieg gegen den TC-Bochum-Süd einige verletzungsbedingte Probleme, so dass man dort letztendlich unglücklich mit 2:4 unterlegen war und so das Finale verpasste. Im Spiel um Platz 3 waren dann aber wieder alle Mann an Bord und der TC Ludwigstal wurde mit 5:1 geschlagen. Turniersieger 2017 wurde die TG Rot-Weiß Hattingen, die sich im Finale gegen Bochum-Süd behaupten konnte.

Vom 11. bis 23. September 2017 fanden zum 13. Mal die **EN-Einzelkreismeisterschaften** im Tennis mit etwa 100 Teilnehmern in acht Konkurrenzen erstmals mit Nebenrunden statt. So konnten jedem Teilnehmer mindestens zwei Spiele für sein Startgeld garantiert werden. Leider hat sich trotz des

besseren Angebotes der Trend zu schwächeren Meldezahlen fortgesetzt.

Die Finalsspiele wurden 2017 auf der Anlage des TC Rot-Weiß Gevelsberg ausgetragen. Diese Veranstaltung steht unter der Schirmherrschaft des Kreissportbundes-EN und wird seit Jahren von Sprockhövel aus



organisiert. Für die TSG verlief dieses Turnier auch 2017 äußerst erfolgreich.

In der Breitensport-Konkurrenz der Herren 40+ erreichte Ralf Jürgens von der TSG das Finale. Dort musste er sich jedoch leider seinem Gegner Huy Hoang Nguyen von Rot-Weiß Harpenstein mit 3:6/3:6 geschlagen geben

In der Leistungsklasse B der Herren konnte sich Timo Kockel bis ins Finale vorkämpfen. Dort lieferte er sich mit Jan Behler von der TG Witten einen tollen und spannenden

Kampf, den er leider äußerst knapp mit 3:6/6:4/6:10 verlor.

Auch bei den Damen B spielte sich mit Esther Koch eine TSG-Dame bis in das Finale vor. Da wartete aber dann eine unglaublich starke Gegnerin. Gegen Henrike Steinbach von Rot-Weiß Gevelsberg kämpfte Esther toll, musste sich aber dennoch deutlich mit 0:6/2:6 geschlagen geben

Die Nebenrunden der Spielklassen Herren B und Damen B wurden ebenfalls von TSG-Sportlern dominiert. Bei den Damen standen sich im B-Rundenfinale Nicole Müller und Louisa Gries gegenüber. Hier siegte Nicole Müller mit 6:1/6:3.

Bei den Herren B erreichte Nico Schöneweiß ebenfalls das Finale der B-Runde. In einem spannenden Spiel musste er sich jedoch letztlich seinem Gegner Hendrik Schäfer von Grün-Weiß Ennepetal mit 1:6/4:6 geschlagen geben.

Mein Dank als Turnierleiter gilt dem TC Rot-Weiß Gevelsberg für die tolle Organisation der



Elektroinstallation - Hausgeräte
Haushaltsartikel - Küchenmodernisierung
Kundendienst

Miele SIEMENS NEFF
 LIEBHERR BOSCH Constructa

seYock elektro haustechnik
 ELEKTRO SCHÖNEBORN
 Service ist unsere Tradition!

Große Weiststraße 12 Tel.: 0 23 24 / 2 13 87 Hauptstraße 46 Tel.: 0 23 24 / 9 19 57-0
 45525 Hattingen Fax: 0 23 24 / 2 32 75 45549 Sprockhövel Fax: 0 23 24 / 9 19 57-29

Finalspiele auf ihrer schönen Anlage sowie allen weiteren Helfern rund um das Turnier. Auch den wichtigen Sponsoren Kreissportbund-EN, Sparkasse Gevelsberg-Wetter und Sport Krön in Hiddinghausen gilt hier mein besonderer Dank. Ohne deren Engagement wäre dieses Turnier nicht durchführbar. Trotz abnehmenden Interesses werden wir versuchen, dieses Turnier auch 2018 im Turnierkalendar wieder anzubieten.

Leider ist der Initiator und langjährige Turnierleiter dieser Veranstaltung, Werner Volk, im Laufe des Turniers verstorben. Ein schwerer Verlust für den Tennissport in Sprockhövel und weit über die Grenzen hinaus. Wir werden ihn immer in Erinnerung behalten.

Am 28. Oktober 2017 haben wir die Tennisanlage nach einer langen und schönen Sommersaison winterfest gemacht. Ein ereignisreiches und überaus erfolgreiches Tennisjahr ist damit für die Tennisabteilung der TSG wieder zu Ende.

Aber schon am 13. Januar 2018 werden wir die Turniersaison wieder aufnehmen. Dann findet im Sportpark-Ruhrthal in Hattingen das nächste Schewy-Leveringhaus-Turnier statt. Interessierte sollten diesen Termin bitte vormerken. Ansprechpartnerin ist Erika Scherr.

Mein Dank gilt allen Helfern, die die vielen Aktivitäten innerhalb der TSG-Tennisabteilung erst möglich gemacht haben. Ein großer Dank geht auch an unser Clubhausteam um Achim und Toby, die viele Aktivitäten mit Speis' und Trank unterstützt und zu guter Laune beigetragen haben.

Ein weiterer Dank geht an unseren Platzwart Frank, der seine Aufgaben bei uns wieder perfekt erfüllt hat.

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

Michael Hilligloh

Sportwart der TSG Tennisabteilung

▶ **TERMINSACHE!**

Am Samstag, den 13.1.2018 findet im Sportpark Ruhrthal wieder unser Schewy-Leveringhaus-Gedächtnisturnier

Ruhrallee 15, Hattingen – Spielzeit: 15.00 bis 18.00 Uhr anschließend Siegerehrung und Grünkohlessen

SPIELMODUS: Für die Vorrundenspiele werden wieder Damen- und Herrendoppel ausgelost. Es wird nach der normalen Zählweise (15-30-40...) gespielt. Die nach der Vorrunde besten zwei Damen und zwei Herren spielen das Finale im Mixed-Modus. Auch hier werden die Paarungen wieder durch das Los bestimmt.

Das Startgeld (für die Platzmiete) beträgt **12,00 €**.
Grünkohlessen: **8,50 € /Person**
Anmeldungen bitte an Erika Scherr
Telefon 02324/32256
e-mail: erikascherr1@web.de
Bitte angeben, ob mit oder ohne Essen!

EINLADUNG zur Jahreshauptversammlung 2018

Am Dienstag, den 20. Februar 2018, findet um 19 Uhr im Tennis-Clubhaus an der Dresdener Straße unsere diesjährige Jahreshauptversammlung statt.



Tagesordnung:

1. Formalia

- 1.1 Begrüßung
- 1.2 Feststellung der Tagesordnung
- 1.3 Genehmigung der Tagesordnung
- 1.4 Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung 2017

2. Berichte

- 2.1 Abteilungsleiter
- 2.2 Geschäftsführer
- 2.3 Sportwart
- 2.4 Jugendwart
- 2.5 Kassenwart

3. Bericht der Kassenprüfer

4. Entlastung der Abteilungsleitung

5. Neuwahlen

- 5.1 Abteilungsleiter
- 5.2 Geschäftsführer
- 5.3 Sportwart
- 5.4 Jugendwart
- 5.5 Stellv. Jugendwart
- 5.6 Referent für die Anlage

6. Anträge

7. Haushalt 2018

8. Termine 2018

9. Verschiedenes

Vorschläge und Anträge für die Punkte 5. und 6. bitten wir bis spätestens zum 23.1.2018 in schriftlicher Form an die Abteilungsleitung zu richten.

Mit freundlichen Grüßen Für die Abteilungsleitung, Horst Moser

Volles Haus: Die U12 feierte

Am 29. 9.2017 war Feiertag – und zwar für die Junioren der beiden U12er-Mannschaften nebst deren Eltern und/oder Großeltern.

Zu feiern gab es die tollen Erfolge der Mannschaften in dieser Saison. Dazu eingeladen hatte die stellvertretende Jugendwartin Julia Koch. Organisiert worden war die Feier von Ulrike Espey. Und alle kamen, brachten Spiele mit und viel Appetit.

Es wurde ziemlich voll im Tennisheim. Doch bevor das gesellige Schmausen und Spielen beginnen konnte, erinnerte Julia noch einmal an die erfolgreiche Saison der U12er. Die

4er-Mannschaft der TSG wurde in der Kreisliga ohne Punktverlust Gruppensieger in einer 6er-Gruppe und qualifizierte sich damit für die Endrunde der drei Gruppensieger um die Kreismeisterschaft im Ruhrbezirk. Die Gegner waren TC Blau Weiß Harpen 1 und TC Rot Weiß Stiepel 1. Zum ersten Endrundenspiel ging es nach Harpen, wo ein 4:4 erkämpft wurde. Das folgende Spiel gegen RW Stiepel wurde dann 3:5 gegen den späteren Kreismeister ver-



loren. Weil TC Harpen gegen RW Stiepel mit 1:7 das Nachsehen hatte, wurden wir Zweiter der Aufstiegsrunde.

Die Ausgeglichenheit und die Harmonie in der Mannschaft waren der Schlüssel zu diesem erfolgreichen Jahr, in dem Ben Stahlhut an Position 2 und 3 seine sechs Spiele in der Gruppen- und Endrunde alle gewinnen konnte. Zu der erfolgreichen Mannschaft gehören: Jakob Niederhoff, Marc Espey, Ben Stahlhut, Pierre Gopon, Leonard Sobisch, Elias Vogt, Felix Kirchhoff und Nicolas Kurz. Dass drei Spieler der Mannschaft (Marc Espey, Ben Stahlhut und Leonard Sobisch) in dieser Saison deutlich mehr als 250 Matchpunkte erreicht haben und deshalb ab 1.10.2017 von der LK 23 in die LK 22 aufsteigen würden, war einen extra Applaus wert.

Die 2er-Mannschaft mit Nicolas Kurz, Lucas Straub, Janne Engel, Luca Woelke und Tom Mayböck belegte einen respektablen 2. Gruppenplatz in der Kreisklasse, der mit ebenfalls mit viel Applaus gewürdigt wurde. Ulrike hatte viele schöne Dinge vorbereitet, die – nachdem sich alle am Buffet sattgegessen hatten – überreicht wurden. Urkunde, Fotos und Trainingsanzug als Erinnerung und Anerkennung für eine erfolgreiche Saison wurden stolz entgegengenommen, bevor die jungen Tenniscracks sich auf dem Balkon des Tennisheimes zum abschließenden Mannschaftserinnerungsfoto „zusammenraufen“.

Vielen Dank Julia und insbesondere Ulrike für die von euch investierte Arbeit, die diesen schönen Abend ermöglicht hat.

Manfred Stahlhut

Fotos: Detlef Gopon, Susanne Kurz

Nach der Hinrunde ist vor der Rückrunde ...

In der **1. Seniorenmannschaft** der TSG Sprockhövel hatte sich viel geändert. Sie wurde mit drei Spielern der 2. Mannschaft verstärkt. Der Start in die neue Saison verlief sehr holprig. Trotz schlechten Starts konnte sich die 1. Mannschaft wenigstens mit zwei Unentschieden ein paar Punkte sichern und kann nun in die Rückrunde der Bezirksliga Süd 1 starten.

Bei der **2. Mannschaft** sieht es zurzeit noch nicht nach Eingigkeit aus. Es fehlt die Routine. Leider konnte sie bis jetzt noch keinen Punkt holen. Geschwächt von Verletzungen mussten hier wieder die Ersatzspieler ran, die Ihre Sache sehr gut machten.

Nichtsdestotrotz sind sich alle einig, der Klassen-erhalt ist noch zu erreichen und der Kampfgeist ist keinen Millimeter zurückgegangen!

Bei der **Jugend-Spielgemeinschaft** Sprockhövel und Hattingen lief es ähnlich wie bei den Senioren, ABER sie konnten einen Sieg verzeichnen! Die „Kleinen“ machen es den Großen vor Auch hier muss sich die Mannschaft erst finden!

Bei den **Hobbys** läuft es sehr gut. Donnerstags ist es sehr bunt geworden. Die Hobbys, die Mannschaften und die Jugend spielen zusammen und jeder kann sich einen Überblick verschaffen und überall reinschnuppern.

Jeden Montagabend von 18 bis 20 Uhr und donnerstags von 20 bis 21:30 Uhr **darf gerne geschnuppert werden**. Es stehen einige Veteranen zur Verfügung, die die Basics des Badminton lehren. Ob Jung ob Alt, ALLE sind herzlich willkommen.

Wir möchten uns hiermit noch einmal bei allen Ersatzspielern bedanken, die immer wieder großen Einsatz und Willen gezeigt haben um die Mannschaften zu unterstützen. **Wir danken euch!!!**

Fabian Krause



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
8.00 - 09.00 Wirbelsäulengymnastik [IB]						
	9.00 - 10.00 Fit for Fun [G19]	9.00 - 10.00 Pilates Mix [G15]	9.00 - 10.00 Rücken Fit [G15]	9.00 - 10.00 Good Morning ZUMParty Dance [G15]	9.00 - 10.00 Cycling [G15]	
	10.00 - 11.00 Vinyasa Yoga I [G19]		10.00 - 11.30 BOP&more [G15]	10.00 - 11.00 Rücken Fit-Entspannung [G15]	10.15 - 11.15 Funktionales Training [G15]	10.00 - 11.00 ZUMParty Dance [G15]
	11.00 - 12.00 Vinyasa Yoga II [G19]					11.00 - 12.00 BOP&more [G15]
						12.15 - 13.15 Cycling [G15]
Unser Kursangebot wird regelmäßig angepasst. Aktualisierte Kurspläne gibt es unter www.gufit.de und im GuFiT						
	15.00 - 16.30 Osteoporose Prävention [G15]		15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)		14.00 - 15.00 ZUMParty Dance [G15]	
		15.30 - 16.15 QuietschFidel (LS)				
16.00 - 17.00 Z D's Kids Club (ab 7 Jahre) [G19]		16.15 - 17.00 QuietschFidel (LS)				
17.00 - 18.00 Z D's Kids Club (ab 10 Jahre) [G19]		17.00 - 18.00 Z D's Kids Club (ab 10 Jahre) [G15]				
17.30 - 18.15 Aqua Jogging (LS)		17.00 - 18.00 Frauengymnastik 50+ [G19]				
17.30 - 18.30 Funktionales Training [G15]	17.15 - 18.45 Z Hatha Yoga Erfahrene [G19]					
	17.30 - 18.30 Pilates [G15]	17.30 - 18.30 ZUMParty Dance (GH)				
18.00 - 19.00 Z D's Dance Club (ab 12 Jahre) [G19]		18.00 - 19.00 Z D's Dance Club (ab 13 Jahre) [G15]	18.00 - 19.00 Rücken Fit [G15]	18.15 - 19.15 Cycling [G15]		
18.15 - 19.00 Aqua Fitness (LS)						
18.30 - 19.00 Bauch Spezial [G15]	18.30 - 19.30 BOP&more [G15]	18.30 - 19.30 Fit mit Hit (GH)				
19.00 - 20.00 Cycling [G15]	18.50 - 19.50 Z Hatha Yoga Anfänger [G19]	19.00 - 20.15 Tanzen und mehr (Frauen 40+) (MAS)	19.00 - 20.30 Step'n Style [G15]			
	19.30 - 20.30 Power Mix [G15]	19.15 - 20.30 Cycling [G15]				
20.15 - 21.15 Cycling [G15]						

Gesunde Bewegung auch im Alter

Für alle, die Sport am liebsten in Gesellschaft betreiben, gibt es eine ideale Sportart: Tanzen!

Die TSG Tanzsportabteilung weiß seit über 30 Jahren von dieser Alltagsweisheit. Mit einer Pulsfrequenz von 120 bis 150 – zum Beispiel beim beliebten Tanz „Quickstepp“ – ist es das perfekte Herz-Kreislauf-Training. Gleichzeitig werden alle Muskeln gestärkt, besonders die im Rücken, in den Beinen und im Beckenboden. Auch die Sehnen und Bänder profitieren, weil sie kräftiger durchblutet werden. Wer, wie die Tanzsportler der Tanzsportabteilung, dies wahrnimmt, schätzt daher das wöchentliche Training in den Sprockhöveler Sporthallen.

Die aufrechte Haltung, besonders geschätzt beim Tanzen, entlastet die Wirbelsäule und beugt Bandscheibenschäden vor. Mit jedem Schritt werden Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainiert. Wer im Alter über 50 noch flott den „Jive“ oder den

„Wiener Walzer“ tanzen kann, der verbessert ganz nebenbei auch die Haltung. Des Weiteren werden Koordination und Balance geschult. Das Lernen von Schrittkombinationen und Figurfolgen schult außerdem das Gedächtnis.

Aber keine Angst, die Menge der Schrittfolgen ist überschaubar, so dass keine Überforderung eintreten kann. Durch das Koordinieren von Musik und Tanzschritten werden im Gehirn neue Verknüpfungen gebildet. Keine andere Sportart bringt die Gehirnzellen so auf Trab wie das Tanzen. Bei den fünf Standardtänzen und den fünf Lateintänzen mit insgesamt ca. 50 bis 60 Schrittfolgen (Figuren) lässt sich das gut bewältigen.

Deshalb muss niemand Angst haben, sich auf das blanke Parkett zu bewegen. Schnuppern kann man jederzeit in den bestehenden vier Gruppen der Tanzabteilung. Termine unter www.tsg-sprockhoevel.de oder auf Nachfrage beim Abteilungsleiter Ingo Wegge: Ingo.Wegge@tsg-sprockhoevel.de oder Telefon 02324/6863501. **Übrigens:** Wer sich traut, der kann auch mit 35 oder 40 Jahren seine Haltung verbessern und die grauen Zellen danken es ihm (ihr) natürlich auch.

In 36 Tagen von Flensburg bis zum Bodensee und zurück

Dass Tanzen nicht nur gesund hält, sondern auch einen sportlichen Charakter beinhaltet, davon sind die Tänzerinnen und Tänzer der Tanzsportabteilung der TSG Sprockhövel voll überzeugt. Doch ist es natürlich schwierig,



Auch zu Nikolaus wurde getanzt.



Hubertus Mayer
Rechtsanwalt und Notar a.D.

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

Ronald Mayer
Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Andreas Müller
Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt:
Miet- und WEG-Recht

Susanne Jacobs-Tschorn
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Verkehrsrecht

Jeannine Scholz
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Tätigkeitsschwerpunkt: Arbeitsrecht

Sacha Léger
Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt: Verkehrsrecht

Sylvia Booz
Rechtsanwältin
Tätigkeitsschwerpunkt: Erbrecht

40-jähriges Jubiläum

Wir gratulieren unserem Kanzleiogründer Rechtsanwalt Hubertus Mayer herzlich, der im Oktober 1977 die Kanzlei MAYER gründete und somit den Grundstein für unsere Zusammenarbeit gelegt hat.

Telefon (0 23 39) 121780
Telefon (0 23 39) 48 00
Telefax (0 23 39) 48 09

Mittelstraße 44
45549 Sprockhövel
(Haßlinghausen)

den sportlichen Charakter überzeugend darzustellen. Natürlich könnte man eine Pulsuhr befragen, wenn beim Quickstepp der Puls mal auf 120 bis 150 Schläge hochschnellt. Aber der Gesamtleistung der Dienstaggruppe mit ihrem Trainer Manfred Kruse könnte auch eine Pulsuhr nicht gerecht werden.



Damen-Einzeltraining

Deshalb wurde eine andere Methode gesucht und gefunden. Natürlich nicht ganz objektiv und nicht wissenschaftlich nachvollziehbar, aber für uns doch ganz praxisnah und mit einem leichten Augenzwinkern.

Wir haben uns in 2016 an insgesamt 36 Übungsabenden in der Sporthalle der Hauptschule in Niedersprockhövel

getroffen. Die Gesamtzahl aller Tänzerinnen und Tänzer betrug an diesen Übungstagen insgesamt 448 Beteiligte. Unterstellt haben wir dabei von den 90 Minuten Trainingszeit 60 Minuten reines Tanzen absolviert. Multipliziert mit

Regelmäßiges sportliches Tanzen powert das Herz-Kreislauf-System, stärkt Knochen und Wirbelsäule, fördert die Ausdauer und trainiert die grauen Zellen.

einer durchschnittlichen Schrittzahl pro Minute und einer durchschnittlichen Schrittlänge kommen wir auf insgesamt 2.200 km, wenn man die wöchentlichen Einzelschritte hintereinanderlegen würde.

Die äußerste Entfernung vom Norden in Flensburg bis zum Süden in Lindau am Bodensee beträgt ungefähr 1.000 km, so dass wir praktisch einmal hin und wieder zurück getanzt sind. Bei 20 Tänzerinnen und Tänzer in der Gruppe ergibt sich eine durchschnittliche Jahresleistung pro Person von 110 km. Der Altersdurchschnitt unserer Gruppe liegt dabei weit über 50 Jahre. Wer also glaubt, dass sportliches Tanzen altersmäßig nicht zu ihm passt, der irrt und sollte es einfach mal probieren.

Übrigens, der Trainer hätte es gerade einmal knapp bis nach Dortmund nach Hause geschafft! Aber zur Entschuldigung sei gesagt, dass er ja dafür da ist, uns zu bewegen und nicht umgekehrt! (Siehe auch „Gesunde Bewegung auch im Alter!“)

Peter Steinmann



Ingrid und Peter – unsere Oldies sind begeistert.

Hallo Turnfreundinnen und -Freunde,

mein Name ist Enya. Ich bin seit vier Jahren als Gruppenhelferin und seit einem Jahr als Übungsleiterin in der TSG Sprockhövel 1881 tätig. **Ich werde nach den Ferien, ab dem 6.11.17, eine Gruppe für turninteressierte Mädchen und Jungs starten.** Diese Gruppe ist für Mädchen und Jungs im Alter von 6 bis 9 Jahren, die noch keine bzw. wenig Erfahrung im Turnen haben.

Die Stunden werden **montags von 18 bis 19 Uhr in der Halle der Hauptschule** stattfinden. Da ich es selber liebe zu turnen, werden wir spielerisch anfangen und immer mehr neue Sachen ausprobieren und lernen.



Wenn ihr interessiert seid, Teil eines tollen Teams zu werden und Spaß habt, neue Fähigkeiten zu entdecken, würde ich mich freuen, wenn ihr vorbeikommt.

Eure Enya Althäuser

▶▶ Sportabzeichen im Jahr 2017

Insgesamt haben 49 Sportler und Sportlerinnen ihre Prüfungen erfolgreich abgeschlossen.

Die Ausgabe der Urkunden erfolgt am 26. März 2018 um 17.30 Uhr im Gesellschaftsraum der „Metamorphose“. Am Montag nach Ostern starten wir dann wieder auf dem Sportplatz im Baumhof in die neue Saison.

Für das gesamte Helfer- und Prüferteam Jürgen Nath

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



Jana



Enna



Klara



Lisa



Madita



Sofija

Spitzenreiter Überaus erfolgreicher Saisonstart der wB

Mit so einem Saisonstart hatte keiner im Team gerechnet, schließlich sind wir gerade der C-Jugend entwachsen und in unserer ersten B-Jugend-Saison, und auch der Trainer rieb sich zunächst verwundert die Augen.

Nach dem überraschenden Sieg in Dülmen (19:12) empfangen wir als nächstes die Mädels des TV Wanne. Da wir dieses Team kannten, rechneten wir uns schon Chancen aus, aber

anscheinend beflügelten uns die neuen Trikots so sehr, dass am Ende ein 41:7 Kanter-sieg herausprang. Auch das nächste Spiel gegen Hüls endete mit 32:8 ebenfalls überdeutlich.

Bis dahin hatten wir eher leichtere Gegnerinnen gehabt, doch nun mussten wir zum Tabellenführer und Nachbarn nach Welper. Dieses Team hat sogar zwei A-Mädels in seinen Reihen und stand nicht umsonst auf dem ersten Platz. In einem spannenden Spiel mit wechselnder Führung behielten wir in der Schlussphase letztlich die



Oberhand und konnten den bisherigen Tabellenführer mit 20:17 bezwingen.

Nun waren wir also Spitzenreiter und wollten diesen Platz nach besten Kräften verteidigen, was uns gegen Linden-Dahlhausen mit einem hart erkämpften 19:15 auch schon einmal gelang.

Ein Saisonstart mit 10:0 Punkten macht uns zum derzeit erfolgreichsten TSG-Team,

motiviert natürlich und lässt das Team Kraft und Zuversicht für die nächsten Spiele – dann gegen die Top-Teams – sammeln.

Unsere hochmotivierten Rückraumspielerinnen helfen derzeit sogar noch bei den Spielen der wA aus, da dieses Team wegen Auslandsaufenthalten und Verletzungen nicht so stark besetzt ist.

Georg Böhmer Fotos: Annette Dornieden

Ihr Brillenteam in Sprockhövel

Hauptstraße 45

| 45549 Sprockhövel

| Telefon 023 24/7 81 64

A-Jugend-Spielerinnen entwickeln sich gut

Die weibliche A-Jugend hat im Vergleich zur vorherigen Saison einen deutlich dünneren Kader. So haben uns drei Spielerinnen in Richtung Damenmannschaft verlassen, Laura ist wieder zu ihrem Heimatverein gewechselt, einige Spielerinnen sind nach dem Abi ins Ausland gegangen oder haben sich verletzt.

Während wir in der letzten Saison also noch bei vielen Spielen über eine volle Bank mit 13 Feldspielerinnenn + Torfrau verfügten, stellen wir momentan eher sieben oder acht Feldspielerinnen pro Spiel, wovon vormals nur zwei Spielerinnen im Rückraum gespielt haben.

Diese Entwicklung sorgte dann auch dafür, dass wir erstmal mit einem negativen Punktekonto (2:6) in die Saison gestartet sind. Besonders das Fehlen unserer Leistungsträgerin Jule durch ihren Auslandsaufenthalt macht sich bemerkbar, so dass wir in dieser Saison etwas schwächer als in der letzten agieren.

Erfreulich und wichtiger als das Abschneiden in der Liga ist aber, dass sich die ver-

bliebene Besetzung individuell gut entwickelt. Das übergeordnete Ziel diese Saison ist weiterhin, die Spielerinnen in ihrer Spielfähigkeit zu verbessern, um sie bestmöglich auf den Seniorenbereich vorzubereiten. Die Einsätze in der Damenmannschaft zeigen, dass die Spielerinnen, was das betrifft, auf einem sehr guten Weg sind. So sind sowohl individualtechnisch und individualtaktisch als auch im kooperativen Spiel bei vielen Spielerinnen deutliche bis sehr deutliche Steigerungen zu sehen.

Positiv ist auch, dass in den letzten Wochen vermehrt Spielerinnen aus der wB-Jugend die Mannschaft unterstützen und vor allem den zahlenmäßig schwach besetzten Rückraum verstärken. Wenn sich dies noch ein bisschen besser einspielt und wir regelmäßig wieder ein paar mehr Leute auf der Bank haben, werden sicherlich auch wieder mehr Punkte bei uns landen.

Marvin Saszik, Georg Böhmer

Aus 4. wird 3. Saisonstart der dritten Herrenmannschaft

Im Rahmen der Neuorganisation der bestehenden Seniorenmannschaften hat sich aus dem Kern der ehemaligen 4. Herrenmannschaft, die die letzte Saison im Mittelfeld der 4. Kreisklasse abschloss, die neue 3. Herrenmannschaft gebildet.

Anfangs noch mit personellen Problemen – ausgelöst durch die Abgänge von Lukas und Sven – hat sich Dank unserer beiden Neuzugänge Niklas und Holger sowie der Rückkehr von Lars eine konkurrenzfähige Truppe gebildet, die mit 4:6 Punkten als Aufsteiger im Mittelfeld der dritten Kreisklasse steht.

Leider macht uns sowohl im Trainingsbetrieb als auch in den Meisterschaftsspielen die wechselnde bzw. knappe Personaldecke aufgrund beruflicher und schulischer Ausfälle noch zu schaffen, aber wir hoffen, auch dieses Problem mit fortschreitendem Saisonverlauf in den Griff zu bekommen, so dass wir unser Ziel des Klassenerhalts sicher erreichen.

An dieser Stelle auch nochmal vielen Dank an die übergreifende Unterstützung durch Spieler, Betreuer und Zeitnehmer, Ihr seid super!!!

Philipp Bötzel (Mannschaftsverantwortlicher)

TSG + Grundschulen

Die Handballabteilung der TSG baut die Zusammenarbeit mit den Grundschulen in Sprockhövel aus: Handball AGs für alle Kinder der GGS Haßlinghausen und GGS Börgersbruch.

Nachdem die TSG mit der Handball AG an der GGS Börgersbruch mittlerweile schon ins vierte Jahr gegangen ist, startete sie am 16.11.2017 nun auch die Handball AG an der GGS Haßlinghausen. Möglich wurde dies, nachdem neben der Volksbank Sprockhövel, die unsere AG an der GGS Börgersbruch schon seit Jahren finanziell unterstützt, nun auch die Volksbank Bochum-Witten finanzielle Unterstützung für eine Handball AG an der GGS Haßlinghausen gewährt. Möglicherweise hat der ein oder andere Leser dieses Berichtes ja Mitte des Jahres für unser Projekt auf der Internetseite der Volksbank gevotet! Jedenfalls sind einige Stimmen zusammengekommen, vielen Dank!

Jedes Kind der Klassen 2, 3 und 4 beider Schulen, das Lust auf Spaß, Sport und Spiel hat, ist zu unserer

Handball AG jedenfalls herzlich eingeladen. Unser Trainer zeigt den Kindern dort das Spiel mit Hand und Ball, schult die Geschicklichkeit, das Pellen sowie zielgerichtetes Werfen und bringt den Kids weitere Grundlagen des Handballsports bei.

Eine Vereinsmitgliedschaft in der TSG Sprockhövel ist nicht erforderlich, die einfache Anmeldung an der jeweiligen Schule für die AG reicht aus. Die Teilnahme an der Handball-AG ist natürlich kostenlos.



Sie haben noch Fragen? Die beantworte ich Ihnen gerne!

Marvin Saszik
Trainer der Handball AG's
Jugendwart der
TSG-Handballabteilung
Telefon 0160 8744980

TERMINE DER HANDBALL AGs:

GGs Börgersbruch: Dienstags, 14:30 bis 16:00 Uhr,

Glückaufhalle Niedersprockhövel

GGs Haßlinghausen: Donnerstags, 15:30 bis 17:00 Uhr,

Sporthalle Haßlinghausen

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

Allianz



Das Team

TSG-Handballer(innen)

Nicht nur am Ball ein starkes Team

Am 14. Oktober war es wieder soweit: **Schichtfest!** Das Bandfestival fand dieses Jahr zum zweiten Mal statt und konnte steigende Besucherzahlen vermelden. Wie auch schon im vergangenen Jahr zugesagt, kümmerten wir – die Handballabteilung – uns um das leibliche Wohl der Besucher. Es gab

Bockwurst im Brötchen, belegte Brötchen, frisch gebackene Brezeln und natürlich kalte Getränke. All das zu jugendlichen Preisen!

Wir hatten ein starkes Team am Start, nicht nur zahlenmäßig waren wir mit rund zehn bis zwölf Personen pro Schicht gut besetzt, es waren alle pünktlich wie vereinbart und voll motiviert am Start! Die Teams waren bunt gemischt aus Jugend, Eltern und Senioren. Alle haben sich toll eingebracht, DANKE dafür!

Auch die Zusammenarbeit mit den Organisatoren (Kunst- und Kulturinitiative Sprockhövel, Jugendamt, Julius Schwoerer-Boehning) war sehr gut organisiert, unkompliziert und ergebnisreich.

Die Resonanz aus der Glückauf-Halle war durchweg positiv, tolle Bands und Solokünstler, professionelle Technik, lediglich die Besucherzahlen ließen trotz steigender Tendenz noch Luft nach oben. Aber wir sind uns sicher, im nächsten Jahr werden es einige mehr! Wir sind dann auch gerne wieder am Start.

Annette Dornieden

Die Mädels



A-, B-, C-Jugend im Kreispokalfinale

Die **A-Jugend** der TSG Sprockhövel setzte sich am 7.11. im Kreispokalhalbfinale gegen den SC Obersprockhövel mit 6:0 durch. Das Team von Oliver Triestram und Hakan Gültekin ging schon nach nur drei Minuten durch ein Eigentor in Führung. Dadurch konnte die TSG befreit aufspielen und setzte sich souverän durch. Im Kreispokalfinale in Vorhalle trifft der Westfalenligist auf die SpVg Hagen 1911. Ein Sieg dort, würde den Einzug in den Westfalenpokal bedeuten.

Auch die **B-Jugend** von Trainer Patrick Knieps konnte im Kreispokal überzeugen. Dem Team gelang ein 2:0 Sieg über die SpVg Hagen 1911. Die Tore für den B-Jugend-Landesligisten erzielten Kenan Sofic in der 38. Spielminute und Beyar Suleymann in der 53. Spielminute. Im Kreispokalfinale, ebenfalls in Vorhalle, trifft die Mannschaft auf den Lokalrivalen SC Obersprockhövel. Auch hierbei gilt: Ein Sieg bedeutet den Einzug in den Westfalenpokal.

Als dritter Kreispokalfinalist steht die **C-Jugend** der TSG Sprockhövel fest. Der Mannschaft von Trainer Robert Wasilewski gelang

ein 6:1 Erfolg über SSV Hagen. Trotz eines 0:1 Rückstands in der 4. Spielminute, zeigte die C-Jugend große Moral und erzielte schon eine Minute später den Ausgleich. Danach lief das Spiel nur noch in

Richtung Hagener Tor, somit ist der Sieg mehr als verdient. Der Kreispokalgegner in Vorhalle wird noch im Spiel SuS Volmarstein gegen SpVg Hagen 1911 ermittelt. Als Belohnung gäbe es für den C-Jugend-Bezirksligisten auch hier die Teilnahme am Westfalenpokal.

Alle drei Jugendteams gehen als Favoriten in ihr Kreispokalfinale, da sie gegen unterklassige Gegner spielen müssen. Trotzdem dürfen die Gegner nicht unterschätzt werden, da den Teams dies sonst schnell zum Verhängnis werden kann.

Nico Kadur Illustration: ccvision

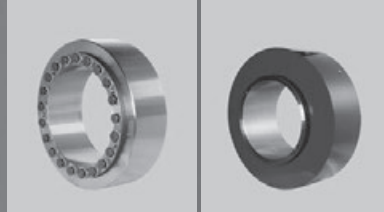


SCHALDACH

Ihr Elektriker



Ihre Servicenummer
02324.77373



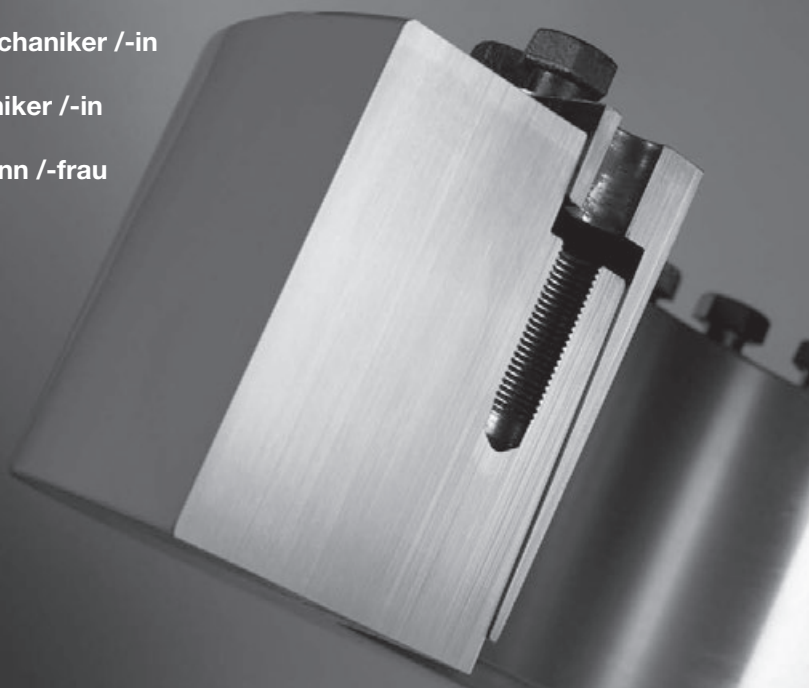
TECHNIK, DIE VERBINDET...

STÜWE® entwickelt seit über 40 Jahren hochspezialisierte Reibschlussverbindungen für besonders anspruchsvolle Anwendungen. Die erforderliche Qualität basiert auf der gewissenhaften Arbeit von qualifizierten und engagierten Mitarbeitern. Um unseren hohen Ansprüchen auch zukünftig gerecht zu werden, bilden wir kontinuierlich in den folgenden Berufen aus:

Zerspanungsmechaniker /-in

Industriemechaniker /-in

Industriekaufmann /-frau



Stüwe GmbH & Co. KG

Zum Ludwigstal 35
45527 Hattingen

Tel. 02324-394-0
Fax 02324-394-30
www.stuewe.de

BADMINTON Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 ✉ jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	18:00	–	20:00	Hobby GH 2
	18:00	–	19:30	Jugend ab 14 Jahre GH 3
	19:30	–	21:30	Mannschaft GH 3 (bis 20:00) GH 2
Donnerstags	20:00	–	21:30	Jugend + Mannschaft + Hobby GH 2
Freitags	16:00	–	17:30	Schüler unter 14 Jahren GH 2
	17:30	–	19:00	Schüler ab 14 Jahre GH 2
	19:00	–	21:30	Mannschaft 1-3 GH 2
BASKETBALL Informationen über die Geschäftsstelle ☎ 686 47 46 ✉ geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	20:00	–	22:00	Herren-Mannschaft GH 3
Donnerstags	20:00	–	22:00	Herren-Mannschaft GH 3
BUDO/KARATE Andrea Haarmann (Judo und Aikido) ☎ 0171 754 22 86 ✉ andrea.haarmann@tsg-sprockhoevel.de Andreas Schall (Karate) ☎ 0170 524 76 84 ✉ andreas.schall@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	17:00	–	18:30	Aikikai für Schüler/innen ab 8 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
	19:00	–	20:00	Karate für Kinder 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

Öffnungszeiten:
Montag bis Mittwoch
8:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag
8:00 bis 12:00 und 15:00 bis 18:30 Uhr

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



FUSSBALL Abteilungsleiter Ulrich Meister ☎ 73793 Sportlertreff ☎ 683868 ✉ ulrich.meister@tsg-sprockhoevel.de

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

Montags	16:00 – 17:15	U8/U9/U13	Donnerstags	19:15 – 21:00	1. Mannschaft
	16:30 – 17:45	U14		19:30 – 21:00	2. Mannschaft (Kleinspielfld)
	17:15 – 18:30	U12		19:30 – 21:00	Alte Herren (Kleinspielfeld)
	17:15 – 18:45	U15	Freitags	15:30 – 16:30	U7
	17:45 – 19:15	U19 (1)		15:30 – 16:45	U11/U10
	18:30 – 20:00	U16		16:00 – 17:15	U8
	19:15 – 21:00	1. Mannschaft		16:30 – 17:45	U13(2)
	20:00 – 21:30	U19 (2)		16:45 – 18:15	U10 (Kleinspielfeld)
15:30 – 16:45	U10 (2)	16:45 – 18:15		U14	
16:15 – 17:30	U11/U12	17:45 – 19:15		U19	
16:15 – 17:30	U13/U14	18:15 – 19:45		U17	
Dienstags	16:15 – 17:30	U15	19:30 – 21:00	1. Mannschaft	
	17:00 – 18:15	U11	20:00 – 21:30	Damen	
	17:00 – 18:30	U12/13 (3-4) (Hiddingsn)	HANDBALL Jugend: Marvin Saszik ☎ 0160 874 49 80 Senioren: Benji Hilgenstock ☎ 0170 327 26 84 Damen: Meryem Balci 0151 27 03 01 07		
	17:30 – 19:00	U17	Alle Termine (bis auf die gekennzeichneten) finden in der Glückaufhalle statt. „m“ sind männliche, „w“ sind weibliche Jugendmannschaften.		
	17:45 – 19:15	U19	Montags	17:00 – 18:30	mD-Jugend (ab 10)
	18:00 – 19:30	TW-Training U17/U19	Dienstags	14:30 – 16:00	Handball AG (Kl 2-4) GGS
	18:15 – 19:45	U17		15:30 – 17:00	mE- (ab 8) + wE-Jgd (ab 8)
	19:15 – 21:00	1. Mannschaft		17:00 – 18:30	wD- (ab 10) + wC-Jgd (ab 12)
19:30 – 21:00	2. Mannschaft	18:30 – 20:00		wA-Jgd (ab 16) + 1. Da (ab 18)	
Mittwochs	15:30 – 16:30	U7 - Mini Kicker	20:00 – 21:30	1. He. (ab 18) + 3. He. (ab 18)	
	16:30 – 17:45	U10/U13/U12/3 (3-4)	Mittwochs	17:00 – 18:30	mD (ab 10) + mC-Jgd (ab 12)
	17:30 – 18:45	U9 (2)		18:30 – 20:00	wC (ab 12) + wB-Jgd (ab 14)
	18:00 – 19:30	U17		18:30 – 20:00	1. He. (ab 18) + 2. He. (ab 18) (KH)
	18:30 – 20:00	U16		20:00 – 21:30	1. Damen (ab 18)
	19:00 – 20:30	U18/U19	Donners- tags	15:30 – 17:00	Handball AG/GGS Haßlingh. (Klassen 2-4) (Sporthalle Haßlingh.)
	20:00 – 21:30	Damen		17:00 – 18:30	wD-Jugend (ab 10) (KH)
20:30 – 21:30	Alte Herren	18:30 – 20:00		wB (ab 14) + wA-Jgd (ab 16)	
Donnerstags	15:30 – 17:00	U9	Freitags	15:30 – 17:00	Minis (ab 5) + m/w F (ab 6) (MAS)
	16:00 – 17:15	U9/U8 (Kleinspielfeld)		17:30 – 19:00	Torwarttraining D+C-Jgd
	16:30 – 17:45	U11 / U11 (2)		18:30 – 20:00	mC-Jugend (ab 12) (KH)
	16:30 – 17:45	U12/U13	19:00 – 20:30	Torwarttraining B+A-Jgd	
	17:15 – 18:45	U13 (Kleinspielfeld)			
	17:15 – 18:45	U15			
17:45 – 19:15	U19 TW-Training				
17:45 – 19:15	U16/U15 (Kleinspielfeld)				

GuFi/Lauftreff Johannette Loose ☎ 0157-59181450

Mittwochs	19:30 – 20:30	Lauftreff „Vom Hausschuh zum Laufsuh“	Aldi-Parkplatz (ganzjährig)
------------------	---------------	--	-----------------------------

TANZSPORT Abteilungsleiter Ingo Wegge ☎ 68635 01 ✉ ingo.wegge@tsg-sprockhoevel.de

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 Foyer

TENNIS Abteilungsleiter Horst Moser ☎ 02339 / 911644 ✉ horst.moser@tsg-sprockhoevel.de

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

TISCHTENNIS Abteilungsleiter Uwe Kilfitt ☎ 0152/34215583 ✉ uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de

Dienstags	18:00 – 19:30	Jugendkader	Baumhof-Halle
Mittwochs	17:00 – 18:30	Schüler + Jugend	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	Erwachsene	Baumhof-Halle

TRIATHLON Thomas Schmitz ☎ 71319 ✉ thomas.schmitz@tsg-sprockhoevel.de

Dienstags	18:00 – 20:00	Laufen	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
	19:45 – 21:00	Schwimmen	Lehrschwimmbad MAS
Mittwochs	19:30	Laufen	Schulstadion MAS
Donnerstags	18:00 – 20:00	Laufen	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
Freitags	18:30 – 20:00	Schwimmen	Lehrschwimmbad MAS

ab 1. Mai
Freitags ab 18:45 **Sommertraining im Freibad Sprockhövel / freies Training**

VOLLEYBALL Abteilungsleiter Martin Danisch ☎ 78985 ✉ martin.danisch@tsg-sprockhoevel.de

Montags	20:00 – 21:30	Hobby-Mixed	GH 1
Donnerstags	20:00 – 21:30	Herren	GH 3

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, GGS = Grundschule Börgerbruch, 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 ✉ christine.sattler@tsg-sprockhoevel.de
 Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70

Montags	17:30 – 19:00	Gymnastik Ältere Turnerinnen	Baumhof-Halle
	18:00 – 19:00	Turnen für 5-9 Jahre	MAS Turnhalle
	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 (3-5 Jahre)	MAS Turnhalle
	16:45 – 18:00	Mutter-Vater-Kind (3-5 Jahre)	MAS Turnhalle
	20:15 – 21:15	Jedermann Turnen	MAS Turnhalle
Donnerstags	16:30 – 18:30	Gerätturnen Mädchen (ab 8 Jahre)	GH 1
	17:00 – 18:30	Turnen der Älteren	GH 2
	18:00 – 19:15	Walking-Treff/Sabine Engelhard (Tel. 971814)	GH (Sommer)
Freitags	15:30 – 16:30	Turnflöhe (ab 5 Jahre)	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:45	Krabbeltturnen I (1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1
	16:30 – 17:15	Tanzflöhe (3-5 Jahre)	GuFIT.15
	16:45 – 18:00	Krabbeltturnen II (1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1
	17:15 – 18:00	Tanzmäuse (5-7 Jahre)	GuFIT.15
	18:00 – 19:00	DanceKids (7-10 Jahre)	Baumhof-Halle
	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 ✉ ilse.kleinbeck@tsg-sprockhoevel.de

Montags	17:30 – 19:30	Sportabzeichen/Jürgen Nath (7 11 36)	Baumhof-Platz (April – Okt.) GH 2 (Winter)
Donnerstags	15:30 – 17:00	Kinder 4-10 Jahre	Baumhof-Platz (April – Okt.) MAS (Winter)
Freitags	18:30 – 20:00	Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene	Baumhof-Platz (April – Okt.)
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 ✉ marianne.stuewe@tsg-sprockhoevel.de

Montags	16:30 – 17:30	Senioren wbl.	Lehrschwimmbecken GGS
	19:00 – 20:00	Senioren ab 60 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS
	20:00 – 21:00	Wasserratten	Lehrschwimmbecken GGS
Donnerstags	16:30 – 17:30	Schwimmen (6-10 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS
	17:30 – 18:30	Schwimmen (10-18 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS.
Freitags	16:00 – 16:45	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS
	16:45 – 17:30	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS

VERSEHRTENSPORT Dieter Böhmer ☎ 7 21 81 ✉ dieter.boehmer@tsg-sprockhoevel.de

Donnerstags	19:30 – 21:00	Prellball	Baumhof-Halle
Freitags	17:30 – 19:30	Schwimmen	Lehrschwimmbecken GGS Börgerbr.

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

Stellt euch vor, ...

Die Neuen im GuFIT

Hallo,

mein Name ist **Sandra Simon**, ich bin Vinyasa Yogalehrerin (zertifiziert nach den Richtlinien der Yoga Allianz).

Ich unterrichte bereits seit 2016 für die Abteilung GuFi jeden Dienstagmorgen Yoga im GuFIT.19 an der Hauptstraße und freue mich über jede/n neuen Teilnehmer/-in.



ich bin **Anita Stolorz** und habe im Mai den Kurs „Pilates-Mix“ am Mittwochmorgen übernommen.



Und wenn ich nicht gerade die Kursteilnehmerinnen (plus zweier Männer) mit Theraband und unterschiedlichen Übungen „quäle“, bin ich außerhalb der Ferien oft an der Waldstraße in Hattingen anzutreffen oder in anderen pädagogischen Zusammenhängen unterwegs.

In unserem Kurs ist Jede und Jeder herzlich willkommen. Ich freue mich auf euch. Eure Anita

ich bin **Jonas Dornieden**. Ich komme aus Sprockhövel und bin 17 Jahre alt. Seit ca. einem halben Jahr bin ich jetzt Trainer für ZUMParty Dance im GuFIT. Zusammen mit Juliane Sadrin habe ich im Frühling den Kurs von Jola übernommen, in dem wir zuvor selber Teilnehmer waren, und seit kurzem leite ich nun meinen eigenen Kurs am Samstag.



Der Spaß steht im Vordergrund, das begeistert mich an ZUMParty Dance am meisten. Auch wenn die Choreographien bei den ersten Stunden noch nicht hundertprozentig saßen, hat mir von Anfang an die Idee der einfachen, aber doch anstrengenden Bewegungen zur Musik gefallen, vor allem in der großen Gruppe.

Ansonsten bin ich Vollzeit-Schüler im Abi-Stress und treffe mich gerne mit Freunden. Ich hoffe wir sehen uns mal bei einem der Kurse!

ich heiße **Juliane Sadrin** und bin 18 Jahre alt. Momentan besuche ich die Q2 und hoffe auf ein erfolgreiches Abitur nächstes Jahr. Seit ca. zwei Jahren besuche ich das Fitnessstudio und die BOP- und ZUMParty-Dance-Kurse des GuFIT, was vor einem halben Jahr dazu führte, dass ich den ZUMParty-Dance-Kurs von Jola und den „Fit mit Hit“-Kurs von Zuzana übernommen habe. Die Rolle als Trainer haben Jonas und ich uns beim ZUMParty Dance zunächst geteilt, doch jetzt hat jeder von uns beiden einen eigenen Kurs.



Auch wenn der Spaß im Vordergrund steht, ist es bemerkenswert, wie schnell die Teilnehmer neue Schrittfolgen aufnehmen! Insbesondere der Sport in der Gruppe macht sowohl das Tanzen, als auch das Krafttraining noch viel schöner.

Erste Hilfe



Was auf den ersten Blick wie ein „unterlassene Hilfeleistung Kurs“ (Zitat Tim Eilers) aussieht, ist in Wirklichkeit ein Erste Hilfe Kurs. Wie man sieht, kann ein ernstzunehmendes Thema und der Unterricht dazu auch Spaß machen. Dies scheint sich herumgesprochen zu haben. Bereits zum vierten Mal haben wir in der Abteilung Gesundheit- und Fitness eine Inhouse-Schulung in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz/Kreisverband Witten durchführen können.

Nicht nur Sofortmaßnahmen am Unfallort, sondern auch Sofortmaßnahmen beim Sport wurden unterrichtet. Verbände, Herz-Lungen- Wiederbelebung mit Defibrillator... die Liste der Themen war vielfältig!

Natürlich haben wir auch anderen Vereinsmitgliedern wieder die Möglichkeit gegeben teilzunehmen. Die Nachfrage in diesem Jahr war so groß, dass wir nicht alle Interessenten in den Kurs aufnehmen konnten. Nicht traurig sein, wir werden versuchen, am Anfang des nächsten Jahres einen weiteren Kurs anzubieten und würden uns freuen, wenn DU dabei bist. Helfen ist wichtig – richtig helfen können noch viel wichtiger.

Dem Team des DRK Kreisverbandes Witten ein herzliches Dankeschön!



Kontakt: Simone Piepkorn,
Leiterin GuFIT,
Tel. 0172-5690459

Die Abteilung GuFi wünscht allen eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gutes und gesundes Jahr 2018.

Simone Piepkorn
Fotos: Team GuFIT



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





Der Lauftreff hat Geburtstag

Im April 2008 fand der erste Laufanfängerkurs „Vom Hausschuh zum Laufschuh“ mit Uwe Löschner und mir statt. Einige der damaligen Teilnehmer/innen laufen heute noch beim Mittwochs-Lauftreff mit, andere trifft man auf der Trasse oder bei Wettkämpfen. Es ist schön, dass ich mit dieser Idee, so vielen die Leidenschaft zum Laufen vermitteln konnte.

Mit der Zeit wurde unser Laufradius immer größer. Aus einer Gruppe wurden drei Gruppen unterschiedlichster Leistungsstärken und Ambitionen. Unsere Gesundheitsläufer/innen laufen nach Wohlfühltempo und Quasseltempo regelmäßig und mit Freude. Unsere Trailläufer/innen ziehen durch die Wälder und Berge rauf und runter mit einem Tempo, das nur mit gutem Training zu halten ist. Durch den Spürsinn von Olli Beer findet diese Gruppe Wege

und Pfade, die kaum als diese zu erkennen sind. Die dritte Gruppe läuft in einem „normalen“ Tempo mal auf dem Radweg, mal in der näheren Umgebung, je nach Lust und Laune.

Was uns über all die Jahre immer wieder überraschte, war und ist das Wetter. Mittwochsabends ab 19:30 Uhr ist es meistens trocken in Sprockhövel. Viele Male standen wir zehn Minuten vor dem Beginn am Treffpunkt und haben überlegt, ob wir bei dem Wetter

Zum 10. Mal heißt es wieder: Raus aus dem Hausschuh – rein in den Laufschuh!

Der Laufanteil wird in den ersten Wochen sehr gering sein, wir steigern uns vom Gehen, übers Walken, zum Laufen.

Laufen ohne Schnaufen – Wir starten am Mittwoch, 11. April um 19.30 Uhr vom Aldi-Parkplatz und werden ca. 30 bis 40 Minuten auf dem Radweg unterwegs sein. Nach zwölf Wochen können Sie 30 Minuten am Stück laufen. Und wenn Sie Lust haben, bis Weihnachten 60 Minuten.

Das Angebot wird von einigen Krankenkassen refinanziert.

Anmeldung ab sofort in der

TSG-Geschäftsstelle unter 02324-6864746 oder Johannette.Loose@tsg-sprockhoevel.de

▶ Start 11. April 2018

wirklich laufen sollten, doch als ob Petrus ein Einsehen mit uns Läufern hat, hörte es auf und wir konnten die Stunde im Trockenen laufen. Einmal stand ich nur mit meinen Laufanfänger/innen am Treffpunkt. So stark hat es geschneit, dass wir die Hand vor den Augen nicht sehen konnten. Ab 19:30 Uhr hörte es auf und wir hatten einen der schönsten Läufe.

Wir sind gemeinsam zu vielen Wettkämpfen aufgebrochen, haben gemeinsam gelitten und gemeinsam gejubelt. In aller Herrgottsfrühe haben wir uns im Sommer zu langen Trainingsläufen getroffen und anschließend die verbrauchten Kalorien wieder aufgenommen.

Was wird noch kommen? Was ist noch geplant? In 2018 werden wir ein Laufwochenende in der Sportschule Hachen am Sorpesee verbringen. Dieser Wunsch kam schon vor einiger Zeit bei den Teilnehmern/innen auf, aber mangels Zeit wurde dies immer wieder verschoben. Zum zehnjährigen Bestehen, gibt es das Jubiläums-Laufshirt.

Ein großer Wunsch von mir wäre, wenn so viele Läufer/innen, ehemalige Kursteilnehmer/innen und Treffläufer/innen wie möglich zu einer gemeinsamen 10-Jahres-Feier zusammen finden könnten. Es ist noch nichts



Der Anfängerkurs 2012 ...



... und der Anfängerkurs 2015

Konkretes geplant, aber ihr könnt euch schon mal melden.

johannette.loose@tsg-sprockhoevel.de

Auch 2018 werden wir an Wettkämpfen teilnehmen. Die ersten starten bereits Anfang Februar bei der Winterlaufserie in Duisburg. Beim Halbmarathon in Venlo wird immer gerne gestartet, genauso wie beim „Zuckerspiel“ in Wuppertal. Beim „Röntgenlauf“ in Remscheid und Umgebung werden sich Läufer von uns auf allen drei Strecken (Halbmarathon, Marathon und Ultra) wiederfinden.

Ich möchte mich bei allen bedanken, die dafür sorgen, dass der Mittwochs-Lauftreff das ist, was er ist: eine wundervolle, gemeinsame Lauftruppe von Gleichgesinnten.

Bleibt gesund und habt immer genügend Puste für den nächsten Kilometer.

Johannette Loose Illustration: ccvision

Der Herbst ist da ... es naht der Winter



Ich möchte euch einladen, mit mir zusammen den goldenen Herbst und den kalten Winter zu nutzen, um fit in das Frühjahr zu starten.

Nach den Herbstferien haben wir wieder mit den Kursangeboten am Samstag begonnen:

9:00 Uhr bis 10:00 Uhr: Indoor Cycling

Das radsportbezogene Ausdauertraining ist für Radsportler und Fitnessbegeisterte verschiedener Leistungsstufen geeignet.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

10:15 Uhr bis 11:15 Uhr: Funktionales Training

Das funktionale Training ist abwechslungsreich, spricht Männer sowie Frauen an und lässt sich durch Differenzierungsmöglichkeiten gut an den individuellen Fitness- und Leistungsstand des einzelnen Teilnehmers anpassen.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Johannette Loose Illustration: ccvision

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

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:
Montag bis Mittwoch
8:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag
8:00 bis 12:00 und 15:00 bis 18:30 Uhr

Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister	Grundschule Schwimmen Dresdener Str. 43 970 15 25
Glückaufhalle Dresdener Str. 11 50 66 08	Baumhof-Halle Eickerstr. 23 970 54 26
Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45 970 15 21	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

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

Illustration: ccvision



Heimat-
vorteil

Volles Leben für EN

Der EN-Kreis ist bunt, lebens- und liebenswert. Ihre Begeisterung und Ihr Engagement stärken die Lebensqualität in der Region.

Wir unterstützen Sie.

Mehr Infos:

- AVU-Treffpunkt
- 02332 73-123
- www.avu.de

AVU...
ENergie – wir denken weiter