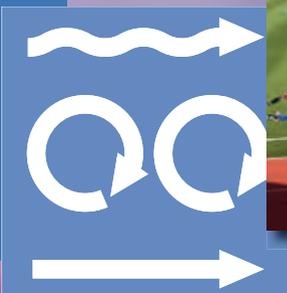
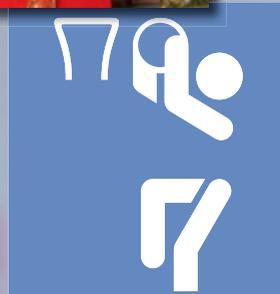
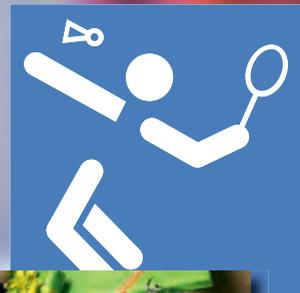


# TSGinfo 4 2018



„Mal nicht  
auf der  
Reservebank  
sitzen.“

Jetzt  
beraten  
lassen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

## Liebe Leserinnen und Leser,

„Eine Sommerwoche im Herbst“ – so überschreibt das Fußball-Trainerteam seine Nachlese zur AHE-Fußballferienschule in den Herbstferien. Werden wir jetzt „eine Herbstwoche zu Weihnachten“ erleben? Nach diesem verrückten Jahr würde das zum Jahresende irgendwie passen.

Doch lassen wir die Spekulationen. Das Wetter spielt zwar im Sport häufig eine wichtige Rolle, aber nicht die Hauptrolle. Die wird von unseren zahlreichen Akteuren ausgefüllt, wie diese letzte TSGinfo des Jahresgangs 2018 im Rückblick mal wieder eindrucksvoll beweist.

Den Anfang macht die Tennisabteilung mit einem ausführlichen Jahresrückblick. Hervorzuheben ist darin sicherlich der Aktionstag zum 40-jährigen Bestehen der Abteilung. Zahlreiche Aktive hatten für den 6. Oktober ein tolles Programm auf die Beine gestellt – und wurden belohnt mit einem perfekten Sonnentag und vielen Besuchern. Überhaupt hat der außergewöhnlich trockene Sommer dazu beigetragen, dass die Tennisspielerinnen und -Spieler überdurchschnittlich viele Stunden auf dem roten Sand verbringen konnten. Aber auch die übrigen Sportstätten, die Wanderwege und das Freibad, waren aufgrund der außergewöhnlich häufigen Sonnentage gut besucht.

Zum guten Schluss wünsche ich allen Lesern und Leserinnen für die bevorstehende Weihnachtszeit und den Jahreswechsel im Namen des gesamten TSG-Vorstands ein besinnliches Fest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2019!

Jürgen Zang



# 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 2018

<b>TENNIS</b>	<b>40 Jahre TSG-Tennisabteilung:</b> Saisonrückblick im Jubiläumsjahr 2018	<b>6</b>
	<b>Terminsache:</b> Einladung zum Schewy-Leveringhaus-Turnier	<b>15</b>
<b>KARATE</b>	<b>Von Wettkämpfen ... und Song Contest:</b> Bericht zum Jahresende	<b>16</b>
<b>BUDO/JUDO</b> //JU JUTSU	<b>Veteranen-WM:</b> Andrea Haarmann mit Bronze	<b>20</b>
	<b>German Open:</b> Desieée Haarmann holt Gold	<b>21</b>
	<b>Deutsche Hochschulmeisterschaft:</b> ... und nochmal Gold	<b>21</b>
	<b>Einladung zur Abteilungssitzun Judo/Aikido 2019</b>	<b>22</b>
<b>VORSTAND</b>	<b>Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren</b>	<b>23</b>
	<b>GuFi-Kursplan</b>	<b>24-25</b>
<b>TURNEN</b>	<b>Bezirksmeisterschaften Gerätturnen:</b> ... und es geht doch!	<b>26</b>
<b>FUSSBALL</b>	<b>AHE-Fußballferienschule im Herbst:</b> ... mit viel Spaß und Engagement	<b>30</b>
<b>HANDBALL</b>	<b>1. Damen:</b> Neubeginn in der Kreisliga	<b>32</b>
	<b>1. Herren:</b> Ernüchternder Saisonstart	<b>33</b>
	<b>2. Herren:</b> Aus der Vierten wird die Dritte wird die Zweite	<b>34</b>
	<b>wB-Jugend:</b> Guter Start in die Vorrunde	<b>34</b>
	<b>wC-Jugend:</b> Verkorkster Saisonstart	<b>35</b>
	<b>TSG on the Beach!:</b> Abschlussfahrt der wC-Jugend	<b>36</b>
	<b>Abschied:</b> Georg Böhmer im „Trainerruhestand“	<b>39</b>
<b>TANZSPORT</b>	<b>Balance beim Tanzen:</b> Das Gleichgewicht ...	<b>40</b>
	<b>Tanz-Training (Theorie)</b>	<b>42</b>
<b>SENIOREN</b>	<b>Tanz-Training (Praxis)</b>	<b>43</b>
	<b>Übungs- und Trainingszeiten</b>	<b>45-48</b>
<b>GESUNDHEIT&amp;FITNESS</b>	<b>Neues Trainingstool:</b> Sturzprophylaxe auf dem G-Weg®	<b>50</b>



**REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 1/2019 ist der 27. Januar 2019**

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 / 902 850;  
**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**

# 40 Jahre TSG-Tennis abteilung

Der Saisonrückblick im Jubiläumsjahr 2018

**Die Tennissaison 2018 der TSG startete am Samstag, den 13. Januar** mit dem beliebten **Schewy-Leveringhaus-Turnier** in der Halle des Sportpark Ruhrtal in Hattingen. Dabei wurden in der Vorrunde unter 16 Teilnehmern in Damen- und Herrendoppel die vier Bestplatzierten für das Halbfinale gesucht, das dann im Mixed-Doppel ausgetragen wurde.

Im Finale standen sich schließlich Christina Herrmann und Michael Hilligloh sowie Julia

Koch und Henryk Parusel im Mixed gegenüber. In einem spannenden Endspiel behielten dabei schließlich Herrmann/Hilligloh knapp die Oberhand. Nach der Siegerehrung wurde der schöne Tennistag mit einem deftigen, gemeinsamen Grünkohllessen 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 – auch mit der Unter-

stützung durch etliche Mitglieder – eine Frühjahrsüberholung durchgeführt. Am 1. Mai konnten wir dann die Anlage eröffnen und mit dem Spielbetrieb für 2018 beginnen.

## Meisterschaftsspiele

Bereits am 28. April begannen die Meisterschaftsspiele der TSG für die Erwachsenen und Junioren, glücklicherweise mit einem Auswärtsspiel



**Turniersieger/innen: (von links): Michael Hilligloh, Christina Herrmann, Julia Koch, Henryk Parusel**

unserer **Damen 60**, denn unsere Anlage war ja noch gar nicht fertig. Für die TSG gingen 2018 insgesamt sieben Mannschaften aus dem Seniorenbereich und sechs Jugendmannschaften ins Punkterennen. Zudem beteiligten sich die „Oldies“ der TSG in den Sommerferien wieder an der traditionellen Senioren-Doppel-Runde um den Clemens-Ryzner-Pokal.

Die **Herren 55+** um Mannschaftsführer Michael Hilligloh waren 2017 etwas unerwartet in die Westfalenliga aufgestiegen, wo sie sich 2018 mit den sieben besten Mannschaften aus Westfalen messen mussten. Natürlich war da der Klassenerhalt das Wunschziel, da die Hälfte der acht Mannschaften in die Verbandsliga absteigen sollten.

Bis zum letzten Spieltag kämpften die TSG-Herren um den Klassenerhalt, scheiterten aber am letzten Spieltag durch eine 4:5-Niederlage gegen Blau-Weiß Castrop o6. In 2019 geht die Mannschaft nun wieder in der Verbandsliga an den Start. Erst zum dritten Mal ging für die TSG 2018 auch eine **2. Mannschaft in der Altersklasse Herren 55+** in der Kreisliga ins Rennen. Das Team um Spielführer Ralf Jürgens konnte auch in diesem Jahr die Klasse wieder problemlos halten (3. Platz). Für viele ehemalige Hobbyspieler ist der Spaß am Turniersport so groß, dass die Mannschaft 2018/2019 auch in der Winterhallenrunde an den Start gehen wird. Dort erfolgte der Start bereits im November 2018.

Auch die **Damen 60+** mit Mannschaftsführerin Erika Scherr waren 2017 aufgestiegen und spielten nun in der Ruhr-Lippe-Liga. Obwohl nur der Klassenerhalt angepeilt wurde,



**Aufgestiegen: Die Damen 40**

startete die Mannschaft souverän mit drei Siegen in die Saison. Am Ende stand ein toller Platz in der oberen Tabellenhälfte für die Aufsteigerinnen (siehe ausführlichen Bericht in der TSGInfo 3/2018). Das macht Mut für 2019.

Unsere Herren-Mannschaft ging 2018 in der Kreisliga wieder mit der Hoffnung ins Rennen, den Sprung in die Bezirksliga zu schaffen. Leider startete das Team um Marcel Kötter mit einer unglücklichen 4:5 Niederlage gegen den späteren Aufsteiger Castrop o6 in die Saison. Obwohl danach alle Spiele gewonnen wurden, reichte es dadurch leider nicht zum Aufstieg. Auf ein Neues in der nächsten Saison.

Wie fast in jedem Jahr hatte das mit vielen Nachwuchsspielern aufgefüllte **Herren II-Team** der TSG in der Kreisklasse 1 wieder unter vielen Ausfällen zu leiden. Die jungen TSG-Herren (Spielführer Tom Schönweiß) mussten häufig auf ihre besten Spieler verzichten und konnten so den Abstieg in die Kreisklasse 2 leider nicht vermeiden.

2018 nahmen die **TSG-Tennisdamen** erstmals wieder als vollständige 6er-Mannschaft am Spielbetrieb in der Kreisliga teil. Das junge Team um Spielführerin Esther Koch konnte

sich auf Anhieb in der neuen Konstellation gut behaupten und sicherte sich mit Platz 4 in der Gruppe deutlich den Klassenerhalt. Das sollte ein toller Ansporn für die nächste Saison sein. Auch die **Damen 40+** der TSG um Spielführerin Julia Koch wagten 2018 erstmals den Start als 6er-Mannschaft in der Kreisliga. Und das war sicherlich die richtige Entscheidung, denn mit der Unterstützung von Petra Massolle-Danisch aus den Damen 60+ als Gastspielerin gelang sofort im ersten Jahr der Aufstieg in die Bezirksliga.

Ungeschlagen belegten die TSG-Damen am Saisonende den ersten Platz ihrer Gruppe. Nur gegen den TC Haus Wittringen Gladbeck mussten die Damen heftig kämpfen, ehe der knappe 5:4 Sieg eingefahren war. Und Gladbeck wurde schließlich Tabellenzweiter. Eine anständige Feier hatten sich die Damen 40+ damit mehr als verdient und die Vorfreude auf die neue Saison in der höheren Spielklasse ist natürlich groß. Viel Glück!

Im Jugendbereich wurden 2018 wieder insgesamt sechs Mannschaften in der Kreisliga

und der Kreisklasse 1 gemeldet – eine stattliche Zahl für die TSG-Tennisabteilung.

In der Kreisliga Ruhr konnten wieder **zwei U18-Teams** bei Jungen und Mädchen gemeldet werden. Beide Teams schafften den Klassenerhalt, die Junioren als 4. ihrer Gruppe und die Juniorinnen erreichten sogar den 3. Platz.

In der **Altersklasse U15** schickte die TSG erstmals sogar zwei Junioren-Mannschaften ins Rennen. Die 1. Mannschaft schaffte als jahrgangsjunges 4er-Team in der Kreisliga den Klassenerhalt. Die 2. Mannschaft ging als 2er-Team in der Kreisklasse an den Start und landete sofort im Mittelfeld der Gruppe.

Da die meisten Junioren aus dem Bereich U12 für 2018 in der Altersklasse U15 gemeldet wurden, konnte bei den **U12-Junioren** nur noch ein 2er-Team gemeldet werden. Aber das schlug sich toll und erreichte den 3. Platz der Gruppe in der Kreisklasse.

Schließlich hatten wir auch 2018 wieder eine neue **gemischte U10-Mannschaft** in der Kreisklasse gemeldet. In einer Gruppe mit sieben Mannschaften wurde dabei ein toller

**Elektroinstallation - Hausgeräte**  
**Haushaltsartikel - Küchenmodernisierung**

**Kundendienst**

**Miele**

LIEBHERR

SIEMENS

BOSCH

NEFF

Constructa

**seyock**

elektro haustechnik

ELEKTRO **SCHÖNEBORN**

Service ist unsere Tradition!

Elektro Schöneborn, Zweigliederfassung der Seyock Elektro-Haustechnik GmbH

Große Weilstraße 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



Kuddelmüddel-Sieger 2018

5. Platz erreicht. Neben dem sportlichen Erfolg steht bei den jungen Nachwuchsteams natürlich vor allem der Spaß am Mannschaftssport Tennis im Vordergrund.

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“, „Buchstählen“ 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 und im Sportpark Hiddinghausen in Sprockhövel. In den Sommerferien werden regelmäßig Ferienspaß-Aktionen und Ferien-camps angeboten. Auch 2018 haben wieder viele Jugendliche aus Sprockhövel mitgemacht. Schaut doch im Sommer auch mal bei uns rein!

### Meister und Pokalsieger

Am Pfingstmontag, den 21. Mai 2018, fand schon die 26. Ausgabe des beliebten **Kuddel-**

**Muddel-Mixed-Turniers** um den begehrten „Kohlebrocken-Pokal“ unter der souveränen Leitung von Manfred Stahlhut bei bestem Tenniswetter auf der TSG-Tennisanlage statt. 16 Teilnehmer/-innen aller Altersklassen hatten sich zu diesem seit Jahren beliebten Turnier 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 Erika Scherr, Laura Müller, Ralf Jürgens und Georg Breindl das Finale, in dem Laura 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.

2018 fanden nach einjähriger Pause wieder die **Jugend-Stadtmeisterschaften** im Tennis unter der Schirmherrschaft des Stadtverbandes Sprockhövel statt. 23 Teilnehmer kämpften dabei in vier Altersklassen um Medaillen und Pokale. Die Finalspiele wurden am Sonntag, den 10. Juni, auf der Anlage der TSG Sprockhövel ausgetragen.

Bei den U12 Junioren wurden mangels Teilnehmern Kästchenspiele „jeder gegen jeden“ ausgetragen. Stadtmeister wurde Felix Schumann von der TG Hiddinghausen (TGH), der sich äußerst knapp im Match-Tie-Break des dritten Satzes gegen Nicolas Kurz von der TSG Sprockhövel (TSG) durchsetzen konnte.

Im Finale der U15 Junioren standen sich Nico Beermann und Pierre Gopon (beide TSG) gegenüber. Hier konnte sich dann der ältere Spieler Nico Beermann mit 6:4 und 6:3 in einem spannenden Match durchsetzen.

Das Finale der U18 Junioren machten zwei Spieler der TGH unter sich aus. Stadtmeister wurde Finn Stebel, der gegen Niklas Schroe-

# Rechtsanwälte MAYER

Fachanwälte und Notar



**Hubertus Mayer**  
Rechtsanwalt  
und Notar a.D.



**Matthias Mayer**  
Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Verkehrsrecht  
Fachanwalt für Versicherungsrecht



**Ronald Mayer**  
Rechtsanwalt und Notar  
Fachanwalt für Erbrecht  
Fachanwalt für Arbeitsrecht



**Andreas Müller**  
Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Miet- und WEG-Recht  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Familienrecht



**Susanne  
Jacobs-Tschorn**  
Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Verkehrsrecht



**Jeannine Stein**  
Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Arbeitsrecht

Mittelstraße 44  
45549 Sprockhövel  
(Haßlinghausen)

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

E-Mail: team@anwaelte-mayer.de  
unfall@anwaelte-mayer.de  
notariat@anwaelte-mayer.de



**Sacha Léger**  
Rechtsanwalt  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Verkehrsrecht



**Sylvia Booz**  
Rechtsanwältin  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Erbrecht und Arbeitsrecht

[www.anwaelte-mayer.de](http://www.anwaelte-mayer.de)



**U15 Junioren-Stadtmeisterschaften (von links): Pierre Gopon, Nico Beermann, Mark Espey**



**Erfolgreiche U18 Juniorinnen; Laura Müller (rechts) mit der Zweitplatzierten Meggy Roßbach**

der mit 6:3/1:6/10:8 gewann.

Die einzige Mädchen-Konkurrenz – U18 Juniorinnen – dominierte dann die TSG. Stadtmeisterin wurde Laura Müller durch ein 6:2 und 6:0 gegen Meggy Roßbach.

Im Anschluss wurden alle Sieger/-innen auf der Anlage der TSG durch Bärbel Stahlhut (Vorstand TSG), Helmut Dikty (Stadtspportver-



**Siegerehrung bei den Tennis-Stadtmeisterschaften 2018**

band) und Stefan Rath (Vorsitzender TGH) geehrt. Die Jugendwarte der TSG, David Hilligloh und Julia Koch, bedankten sich dabei ausdrücklich bei den Teilnehmern für ihr Engagement und bei den Sponsoren für die Unterstützung.

Im Juli 2018 wurden in Bochum-Harpen wieder die **Bezirksmeisterschaften der Senioren** ausgetragen. Dort gab es dann im Doppel der Herren 60+ fast ein Sprockhöveler Finale. Karl-Heinz Haude gewann mit seinem Partner Rolf Busse von Rot-Weiß Hattingen (ehemals TSG) das Endspiel gegen Bernd Nöcker und Sigi Staudinger mit 6:2 und 6:2. Ein schöner Erfolg für die TSG.

Auch beim hochklassig besetzten **Graf's-Reisen-Cup in Bochum** spielte sich Karl-Heinz Haude im August 2018 in der Konkurrenz Herren 65+ wieder bis ins Finale vor. Nachdem er im Vorjahr das Endspiel gegen Antonius Warmeling aus Hagen noch verloren hatte, siegte er 2018 sehr überzeugend in einem überaus hochklassigen Match mit 6:1 und 7:6.

Bei den Herren 55+ spielte sich zudem Michael Weiss von der TSG bis ins Halbfinale vor. Dort unterlag er dann jedoch Volker Serwin aus Bochum-Werne mit 2:6 und 5:7.

Am 18. August 2018 fanden die Endspiele um den **Clemens-Ryzner-Pokal** auf der Anlage des TC Blau-Weiß Harpen in Bochum statt. Auch 2018 haben sich die „Oldies“ der



**Senioren-Bezirksmeister im Doppel wurde Karl-Heinz Haude mit seinem Partner Rolf Busse von Rot-Weiß Hattingen (links). Rechts daneben die Zweitplatzierten Sigi Staudinger und Bernd Nöcker**

TSG – neben dem TC Ludwigstal, der TG Hidinghausen, der TG Rot-Weiß Hattingen und den „Blauen Elfen“ aus Bochum-Harpen – wieder an dieser Senioren-Doppel-Sommerunde beteiligt.

Nach den Vorrundenspielen, wo erstmals „jeder gegen jeden“ anzutreten hatte, erreichten mit der TG Rot-Weiß Hattingen als Titelverteidiger und der TSG Sprockhövel (Sieger 2016) zwei Mannschaften mit Spielern aus der Westfalenliga das Endspiel in Harpen. Und das wurde richtig hochklassig und spannend.

Am Ende gewann jede Mannschaft drei Matches (3:3) und auch sechs Sätze (6:6), so dass das Spielverhältnis über den Turniersieg entscheiden musste. Und dort behielt die TG Rot-Weiß Hattingen mit 55:52 denkbar knapp die Oberhand, die damit ihren Titel verteidigen konnte. Der Dank aller Mannschaften gebührt den Gastgebern aus Harpen, die bei tollem Tenniswetter einen reibungslosen Turnierablauf organisiert hatten.

Seit 13 Jahren hatten die Tennis-Einzelkreismeisterschaften EN unter der Schirmherrschaft des Kreissportbundes im September ihren festen Platz im Turnierkalender. Für die Austragung der Finalsporte hätte der Herdecker TV seine Anlage zur Verfügung gestellt.

Leider ist es 2018 den Organisatoren aus Sprockhövel und Gevelsberg trotz größter Anstrengungen erstmals nicht gelungen,

genügend Teilnehmer für ein Turnier auf der Ebene der politischen Grenzen des Kreises EN zu motivieren. Das war ein schwerer Schlag für die Turnierleitung. Zum Glück bleiben die Sponsoren diesem Turnier treu, so dass wir 2019 nach einer eingehenden Analyse einen neuen Versuch starten werden.

### Tennis-Aktionstag

Am Samstag, den 6. Oktober, haben wir unsere Tennisanlage im Rahmen eines Aktionstages anlässlich des 40-jährigen Bestehens der Tennisabteilung für jedermann geöffnet. Warme Temperaturen und Sonnenschein hatten wir bestellt und auch erhalten.



**Die Finalisten von der TSG beim Clemens-Ryzner-Pokal 2018**



Dabei wurde auf der einen Seite ein buntes Mitmachprogramm für Kinder und Erwachsene angeboten, das von Julia Koch konzipiert und perfekt organisiert wurde. Dort sollte der Spaß am Tennissport altersübergreifend im Vordergrund stehen. Das ist eindrucksvoll gelungen. Auf der anderen Seite wurde auch Erwachsenen und Jugendlichen die Möglichkeit geboten, unter fachlicher Anleitung Freude am Tennis zu gewinnen. Einige haben gleich die Möglichkeit des verbilligten Beitrages an diesem Tag genutzt und sind der Tennisabteilung beigetreten.

Kaffee, Kuchen und Grillgut standen den ganzen Tag für Mitglieder und Gäste bereit.

Allen Beteiligten an der Organisation und der Durchführung dieses besonderen Tages gilt unser herzlicher Dank.

Am 27. Oktober 2018 haben wir die Tennisanlage nach einer langen und schönen Sommersaison winterfest gemacht. Ein ereignisreiches und erfolgreiches Tennisjahr ist damit für die Tennisabteilung der TSG wieder zu Ende.

Aber schon am Sonntag, den 10. Februar 2019 werden wir die neue Turniersaison wieder aufnehmen. Dann findet im Sportpark Ruhrtal in Hattingen das nächste Schewy-Leveringhaus-Turnier statt. Interessierte Mitglieder sollten diesen Termin bitte unbedingt

Über die Firma Wurm konnten tagsüber E-Bikes getestet und bestaunt werden.

Am Abend wurde dann im Clubhaus mit den Mitgliedern das 40-jährige Jubiläum gefeiert. Ein schöner Abschluss für einen anstrengenden, aufregenden und lustigen Tag auf unserer Tennisanlage.

vormerken. Ansprechpartnerin ist Erika Scherr (siehe Infokasten).

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

Fotos: Jürgen Zang, privat

## ▶ TERMINSACHE!

**Am Sonntag, den 10.2.2019 findet im Sportpark Ruhrtal 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!



Sosai Memorial Training Krefeld

## Von Wettkämpfen ... und Song Contest

Ein ereignisreiches Jahr geht für die TSG-Kyokushin-Karatekas langsam zu Ende. In den letzten Monaten ist viel passiert und zum Jahresende gibt es einiges zu berichten.

### Sosai Memorial Training Krefeld

Im April fanden sich über 70 Karatekas aus den NRW Matsushima Kyokushin Dojos (=Schulen) zum alljährlichen Sosai Memorial Training in Krefeld ein (großes Foto). Auch die TSG war hier mit vielen Teilnehmern aus dem Kinder- und Erwachsenenbereich vertreten. Nach einer intensiven Einheit Kihon (=Grundtechnik) folgten noch kurzweilige Einheiten aus den unterschiedlichsten Bereichen des Kyokushin Karate. Auch verschiedene Selbstverteidigungstechniken wurden unterrichtet. Die letzte Trainingseinheit des Tages war ganz dem Kumite (=Freikampf) gewidmet. Nach über sechs Stunden schweißtreibendem Training konnte jeder, egal ob jung oder alt, Anfänger oder Schwarzgurt, viele neue Eindrücke und Erfahrungen mit nach Hause nehmen.

### Lehrgang Südlohn

Ende Mai folgten zehn TSG-Kyokushin-Karatekas einer Einladung zum NRW Regionallehrgang nach Südlohn. In anstrengenden Trainingseinheiten wurden Kihon (=Grundtechniken), Kata (=Form) und Kumite (=Kampf) unterrichtet, Feinheiten verbessert und neue Trainingsimpulse vermittelt. Es war ein sehr schöner und gut besuchter Lehrgang bei unseren Freunden in Südlohn, bei dem natürlich auch der Spaß nicht zu kurz kam.

### Gürtelprüfung Anfänger

Anfang Juli, kurz vor der Sommerpause, stellten sich noch einige Anfänger aus der Kindergruppe der Prüfung zum 10. Kyu (oranger Gürtel). Nach eifriger Vorbereitung und fleißigem Lernen wurden zunächst alle Grundtechniken für den orangenen Gürtel geprüft und neben Verhaltensregeln im Dojo auch Grundlagen wie das Binden des Obi (=Gürtel), oder das Falten des Gi (=Anzug) abgefragt. Nach einer Stunde hatten es dann alle Prüflinge hinter sich und ihre erste Gürtelprüfung erfolgreich bestan-

den. Somit kommt jetzt noch mehr Farbe in unsere Kindergruppe, die sich über das Jahr gesehen sehr gut entwickelt hat.

### Matsushima European Summer Camp

Ein besonderes Highlight war dieses Jahr auf jeden Fall das European Summer Camp Anfang August in Bad Hersfeld. Das diesjährige europäische Sommerlager der Matsushima-Gruppe zeichnete sich vor allem durch die hochrangigen Instrukturen aus: Neben Shihan Rex (Vorsitzenden EKO, Dänemark) und Shihan Lukyanchikov (Vizepräsident EKO, Ukraine) hatten sich noch viele weitere hohe Dan-Träger angekündigt. Als besonderes Highlight war auch Hanshi Taylor (9. Dan, Vizepräsident IKO Matsushima) extra aus Australien angereist, um bei bestem Sommerwetter mit den Karatekas aus aller Welt zu trainieren. Alle Teilnehmer konnten von dem riesigen Erfahrungsschatz aller Instrukturen profitieren.

Allmorgendliche Bergläufe eröffneten die Trainingstage und viele verschiedene Übungseinheiten folgten über den Tag verteilt. Besonders bereichernd empfanden wir die sehr internationale Atmosphäre: Karatekas aus den USA, Finnland, Österreich, Dänemark,

Belgien, Ukraine, um nur einige zu nennen, waren angereist. Unvergessen wird wohl der International Song Contest während der Sationara Party bleiben, bei dem jede Nation gesangliche Höchstleistungen zum Besten gab – wenn auch manche ihre Kernkompetenz eher im Karate gefunden haben.

Es freut uns sehr, dass sich gleich zwei Teilnehmer aus Sprockhövel dieses Jahr auch noch während des Sommerlagers der Prüfung zur nächsten Gürtelfarbe gestellt haben. Unter den wachsamen Augen der Instrukturen und nach schier endlosen Kämpfen am letzten Tag, war es geschafft und wir konnten einen neuen Blaugurt und einen weiteren Shodan (1. Dan) für das TSG-Dojo mit zurück nach Sprockhövel nehmen. Es war ein wirklich schönes und gut organisiertes Trainingslager, in dem viele alte Freundschaften gepflegt und viele neue Bekanntschaften geknüpft wurden. Wir freuen uns schon auf das nächste Lager in 2019.

### Lehrgang Sprockhövel

Im September konnten die TSG-Karatekas die NRW-Dojos zum NRW-Regionallehrgang in Sprockhövel willkommen heißen. Über 60 Teilnehmer fanden sich in der Glückaufhalle ein,

Ihr Brillenteam in Sprockhövel

Brillen  
Brandes

Hauptstraße 45

| 45549 Sprockhövel

| Telefon 023 24/7 81 64



Deutsche Meisterschaft 2018: Helena Sollmann (Foto rechts) holt Platz 4 im Nachwuchs-Kata

um gemeinsam alle Bereiche des Kyokushin Karate zu üben. Neben einer sehr starken Kindergruppe waren auch die Erwachsenen in den unterschiedlichsten Leistungsgruppen gefordert. Vom Anfänger bis zum erfahrenen Karateka konnte jeder viel neues erlernen, bekanntes verbessern und somit weiter an sich arbeiten.

### Deutsche Meisterschaft

Im Oktober fand die Deutsche Kyokushinkai Karate Meisterschaft in Neustadt statt. Leider konnten wir dieses Jahr nur eine Teilnehmerin zu diesem Turnier melden. Nach entsprechender Vorbereitung erreichte Helena einen hervorragenden 4. Platz im Nachwuchs-Kata. Wir freuen uns darüber sehr und gratulieren an dieser Stelle nochmals. Für das nächste Jahr hoffen wir, wieder stärker im Turnierbereich vertreten zu sein.

Noch ist das Jahr nicht ganz zu Ende: Im November wird unser Shihan Ulf als Kampfrichter noch zur Weltmeisterschaft nach Shanghai fliegen und hoffentlich viele neue Eindrücke und Erfahrungen mit zurück nach Sprockhövel bringen. Und für Anfang Dezember ist noch eine Gürtelprüfung für Kinder und Erwachse-

ne geplant, in der alle zeigen können, was sie das Jahr über erlernt haben.

Andreas Schall Text und Fotos

### Was bedeutet eigentlich „Kyokushin“?



Kyokushinkai bezeichnet die von Oyama Masutatsu gegründete Stilrichtung des Karate. Übersetzt bedeutet es soviel wie „die letztendliche Wahrheit“. Das Symbol (=Kanji) des Kyokushin ist hier gezeigt und setzt sich aus drei Teilen zusammen:

**Kyoku:** endgültig, höchst, vollendet  
**Shin:** Wahrheit, Wirklichkeit  
**Kai:** verbinden, zusammentreffen

# SCHALDACH

Ihr Elektriker



Ihre Servicenummer  
**02324.77373**

## Für Ihr gutes Recht

Althäuser & Dieckmann  
 Rechtsanwältinnen PartGmbB

Wir beraten und vertreten Sie kompetent in allen Fragen rund um

- Arbeitsrecht    ● Erbrecht    ● Familienrecht
- Strafrecht    ● Verkehrsrecht    ● Zivilrecht

Hölterstr. 58, 45549 Sprockhövel, Tel. 02324/68 69 800

[www.althaeuser.de](http://www.althaeuser.de)

# Vier harte Tage, die sich gelohnt haben

**Veteranen-WM:  
Andrea Haarmann mit Bronze**

Ein aufregendes verlängertes Wochenende ist vorbei, ich kann auf ein erfolgreiches und interessantes Geschehen zurückblicken. Bei der WM der Veteranen in Cancun/Mexiko bin ich für Deutschland angetreten. Weit über 1000 Judoka aus 45 Nationen waren für diese WM in den verschiedenen Alters- und Gewichtsklassen am Start. Aus Deutschland waren 24 Herren, davon vier aus NRW, sowie neun Frauen, davon zwei aus NRW, am Start. Knapp 9000 Flugkilometer mussten dafür überwunden werden, entsprechend früh musste die Planung angegangen werden.

Für Donnerstag wurde der Flug gebucht. Pünktlich ging es von Köln/Bonn los. Erst nach München und von dort Richtung Cancun. Dort dann der übliche Schriftkram, der für die Einreise benötigt wird. Kontrolle und Gepäckabfertigung klappten aber sehr zügig. Dann ab ins Taxi und zum Hotel. Endlich mal wieder die Beine ausstrecken! Sehr praktisch war, dass alles in diesem Hotel stattfand, einschließlich der Wettkämpfe.

Um 10 Uhr am Freitag ging es mit dem Wiegen los. Da natürlich viele dort standen um gewogen zu werden, blieb als Alternative ein Tausch der Reihenfolge: erst frühstücken und wenn die Schlange weg ist zum Wiegen. Gegen Mittag war dann auch an den anderen Tischen nur noch wenig los, sodass der Rest (registrieren, akkreditieren, ...) relativ schnell

erledigt werden konnte. Der Nachmittag stand dann zur freien Verfügung und nach einem Blick in die Wettkampfhalle und anfeuern der „alten Bekannten“ ging es an den wunderschönen Strand – Entspannung pur!

Am Samstag um 9.30 Uhr starteten dann die Wettkämpfe. Einmal ordentlich aufwärmen und los. Meine Kämpfe waren durchweg erfolgreich, lediglich gegen die spätere Siegerin aus den USA, Margarita Cabrera, gab es eine Niederlage. Im Kampf um Bronze gegen eine Judoka aus Mexiko blieb ich dann wieder siegreich und sicherte mir Bronze. So hat sich der lange Weg für eine kurze Reise auf jeden Fall gelohnt.

In der Gesamtwertung belegte das Deutsche Team Platz drei hinter Brasilien und Frankreich. *Andrea Haarmann Text und Fotos*



Wer sich für Judo interessiert, kann sich unter 0171-7542286, oder auf [www.tsg-sprockhoevel.de](http://www.tsg-sprockhoevel.de) über laufende Kurse informieren.

## Désirée Haarmann holt Gold

**Ju Jutsu-German Open**

Gelsenkirchen war Ausrichter des Mega-Events im Ju Jutsu Fighting, Duo und Brazilian Jutsu. Teams aus 21 Nationen schickten ihre Athleten ins Rennen, um in den verschiedenen Disziplinen Medaillen zu erkämpfen. Die weiteste Anreise hatten wohl die Teams aus Korea und Israel.

Vom Bundestrainer war Désirée Haarmann in der Kategorie Ne waza (Bodenkampf) in der Gewichtsklasse bis 70kg nominiert. Hierbei heißt es, die Gegnerin in die Bodenlage zu bringen und durch Würge- oder Hebeltechniken zur Aufgabe zu zwingen. Gelingt dies nicht, bleiben insgesamt sechs Minuten, um durch verschiedene Halteformen und Umdreher Vorteile und Punkte zu sammeln, die am Ende den Sieg bedeuten – wenn man mehr als die Gegnerin hat.

Désirée startete gut in das Turnier und konnte im Stand und in der Bodenarbeit gute Akzente setzen. In den ersten beiden Partien beherrschte sie ihre Gegnerinnen sicher und holte sich die ersten Siegpunkte. Im Kampf um das Finale gab es allerdings eine knappe Niederlage für die junge Ath-



letin. Im entscheidenden Kampf um eine Medaille konnte sich Désirée dann knapp durchsetzen und sicherte sich Bronze. Ein weiterer toller Erfolg der Sprockhövelerin, die für den Judo Klub Hagen kämpft.

## ... und nochmal Gold

**Hochschulmeisterschaft im Ju Jutsu**

Traditionell wird in Lich/Hessen die Deutsche Hochschulmeisterschaft im Ju Jutsu ausgerichtet. In den Kategorien Fighting, Duo und Bodenkampf ging es für die Athleten um die Titel. Désirée Haarmann von der TSG Sprockhövel startete in der Kategorie Ne-waza (Bodenkampf).

In ihrer Gewichtsklasse bis 70kg ging es auch für die junge Sprockhövelerin um den Titel. Hierbei heißt es, die Gegnerin in die Bo-

denlage zu bringen und durch Würge- oder Hebeltechniken zur Aufgabe zu zwingen. Gelingt dies nicht, bleiben insgesamt sechs Minuten, um durch verschiedene Halteformen und Umdreher Vorteile und Punkte zu sammeln, die am Ende den Sieg bedeuten, wenn man mehr als die Gegnerin hat.

Gewohnt angriffslustig gestaltete Désirée die Begegnungen und konnte dabei jeweils viele Punkte sammeln. Alle Kämpfe beendete sie vorzeitig durch Aufgabe der Gegnerin. Dies bedeutete für die Sprockhövelerin eine weitere Medaille in „Gold“. *Andrea Haarmann*

# EINLADUNG ZUR

## Abteilungssitzung Judo/Aikido 2019



**Am Freitag, 8. Februar 2019, 20.00 Uhr**

**Ort: Glückaufhalle, Treffpunkt vor dem Gymnastikraum**

### 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*

### 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)

Hauptgeschäftsführer: **Volker Bosch**  
 volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de  
 0 23 4 - 90 2 850 (T/g)  
 0 23 4 - 90 2 85 85 (F)

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

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

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

**Die aktuellen TSG-Beitriffsformulare gibt es bei der Geschäftsstelle und unter:**  
[www.tsg-sprockhoevel.de/mitgliedschaft](http://www.tsg-sprockhoevel.de/mitgliedschaft)

### 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

## 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](mailto:Zimmerei-Sparenberg@web.de)

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 Dance Workout [G15]	9.00 - 10.00 Cycling [G15]	
	10.00 - 11.00 Yoga 60+ [G19]		10.00 - 11.30 BOP&more [G15]	10.00 - 11.00 Rücken Fit-Entspannung [G15]		10.00 - 11.00 Dance Workout [G15]
					10.15 - 11.15 Funktionales Training [G15]	
	11.00 - 12.00 Vinyasa Yoga [G19]					11.00 - 12.00 BOP&more [G15]
						12.15 - 13.15 Cycling [G15]
<b>Unser Kursangebot wird regelmäßig angepasst. Aktualisierte Kurspläne gibt es unter <a href="http://www.gufit.de">www.gufit.de</a> und im GuFIT</b>						
			15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)		15.30 - 16.30 Dance Workout [G15]	
		15.30 - 16.15 Z QuietschFidel (LS)				
16.00 - 17.00 Z D!s Kids Club (ab 8 Jahre) [G19]		16.15 - 17.00 Z QuietschFidel (LS)				
17.00 - 18.00 Z D!s Kids Club (ab 11 Jahre) [G19]		17.00 - 18.00 Z D!s Kids Club (ab 12 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]					
18.00 - 19.00 Z D!s Dance Club (ab 13 Jahre) [G19]		18.00 - 19.00 Z D!s Dance Club (ab 14 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 Step&more [G15]	18.30 - 19.30 Dance Workout (GH)				
19.00 - 20.00 Cycling [G15]	18.50 - 19.50 Z Hatha Yoga Anfänger [G19]	19.00 - 20.00 Z Yoga für Einsteiger [G19]				
		19.00 - 20.15 Tanzen und mehr (Frauen 40+) (MAS)	19.00 - 20.00 Step'n Style [G15]			
	19.30 - 20.30 Power Mix [G15]	19.15 - 20.15 Cycling [G15]	20.00 - 20.30 Body Forming [G15]			
20.15 - 21.15 Cycling [G15]						



Bezirksmeisterschaften Gerätturnen

# ... und es geht doch!

**Ein 1. Platz mit Ansage und ein etwas überraschender 1. Platz in Witten**

Ihre „Androhung“ aus dem Training „Diesmal belege ich den ersten Platz“ hat Anika eindrucksvoll umgesetzt. Trotz leichter Schwächen am Schwebebalken, reichen 55,85 Punkte für Platz 1. Knapp dahinter folgen auf dem geteilten zweiten Platz Nele Mielchen und Jil Weinhold. Beide Turnerinnen verbessern sich gegenüber dem letzten Wettkampf um mehrere Plätze. Für Jil ist der zweite Platz

in ihrem letzten Wettkampf für die TSG ein toller Erfolg, sie verlässt uns leider in Richtung Essen.

Nach kurzer Wettkampfpause ist Nadia wieder in das Wettkampfgeschehen eingestiegen. Mit 52,10 Punkten schrammt sie knapp am Treppchen vorbei. Mit konstanten Leistungen absolviert Josephin einen ausgeglichenen Wettkampf und komplettiert mit



einem fünften Platz das hervorragende Mannschaftsergebnis.

Sehr zur Freude des Trainerteams (Ingolf, Michaela und Sara), doch auch ein wenig überraschend, beendet Luisa R. ihren Wettkampf auf dem ersten Platz. Durchgehend Wertungen über 13 Punkte sind ein großer Erfolg für sie.

Ihren ersten Wettkampf bestreitet Luisa V. für die TSG – und den sehr erfolgreich. 51,20 Punkte reichen für den vierten Platz, nur 0,3 Punkte vom dritten Rang entfernt.

Enya startet als einzige Turnerin der TSG in der Leistungsklasse 3 (Kürübungen). Bei starker Konkurrenz sie sich einen dritten Platz. Gegenüber dem letzten Wettkampf ist dies eine Verbesserung um einen Platz.

Bleibt als Fazit festzuhalten: Alle Turnerinnen haben sich gegenüber dem letzten Wettkampf verbessert. Das Trainerteam ist sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen.

*Ingolf Schreiber*

*Fotos: Christiane Mielchen, Sara Walter*



Mit Bestürzung und Trauer haben wir Donnerstagsturnerinnen vom plötzlichen Tod unserer Turnschwester **Inge Breme** erfahren. Sie hat jahrelang mit viel Freude und Ausdauer mit uns trainiert und war unsere liebe und immer hilfsbereite Freundin. Sie war sehr sportlich und gelenkig, man merkte, dass der Sport ihr Hobby war. In jeder Turnstunde werden wir an Inge denken und sie in liebevoller Erinnerung behalten.  
*Regina Fischer, Übungsleiterin Seniorensportgruppe*



# Alubau & Bauelemente

Bauschlosserei Samsel

GmbH

Meisterbetrieb · Edelstahlarbeiten  
Schweißfachbetrieb nach DIN EN 1090 EXC. 2



DER TREND VON HEUTE – [www.glasgelaender.de](http://www.glasgelaender.de)

Karolinenstraße 109 | 44793 Bochum | Tel.: 0234/36 12 36

*Eine Sommerwoche im Herbst – die erste AHE-Fußballferienschule in den Herbstferien 2018 war ein voller Erfolg*

Die große Nachfrage und der außergewöhnliche Erfolg der AHE-Fußballferienschule in den Sommer- und Osterferien 2018, hatte dazu geführt, dass in den Herbstferien 2018 in der GermanFLAVOURS Travel Arena erstmalig auch im Herbst für die Nachwuchskicker aus Sprockhövel und den Nachbarstädten die AHE-Fußballferienschule angeboten wurde.

Die Trainer der TSG Sprockhövel konnten 60 Kinder und Jugendliche der Jahrgänge 2005-2012 begrüßen, mit 60 Kindern war die AHE-Fußballferienschule nicht nur zum wiederholten Male ausgebucht, sondern auch überbucht – leider konnten nicht alle interessierten Kinder teilnehmen.

Die in altersgerechten Gruppen eingeteilten Nachwuchskicker wurden von



und Trainer mit Würstchen und Sucuk versorgte.

Damit die tolle erste Ferienwoche noch länger in Erinnerung blieb, gab es für alle Teilnehmer ein T-Shirt und einen altersgerechten Fußball. Die Trainer konnten dann erstmals nach der schweißtreibenden – aber sehr schönen – Arbeit gemeinsam mit dem Fußballnachwuchs die Füße hochlegen.

Zum Abschluss bedanken wir uns noch einmal bei all denen, die zum Gelingen der AHE-Fußballferienschule beigetragen haben und lassen zum Abschluss des Berichtes die Mama eines Teilnehmers zu Wort kommen:

Resa M.: Vielen herzlichen Dank an die Organi-

satoren der Fußballferienschule! Mein Sohn war begeistert und mir als berufstätiger Mutter haben die angenehmen Betreuungszeiten sehr geholfen, die erste Ferienwoche zu organisieren. Toll, dass sowas aus Sprockhövel für Sprockhövel angeboten wird.

Die nächste AHE-Fußballferienschule findet in den Osterferien 2019 statt – wir freuen uns, wenn wir euch Ostern 2019 begrüßen dürfen. *Das Trainerteam*

## ... mit viel Spaß und Engagement

einem qualifizierten Trainerteam (Trainer mit A-Lizenz) trainiert.

Im Vordergrund der Trainingseinheiten am Vormittag standen verschiedene Spielformen zu den Themen Passspiel, Torschuss, Dribbling und Eins-gegen-Eins-Situationen. Alle Übungen wurden mit viel Spaß und Engagement bewältigt – es zählte nicht nur der sportliche Ehrgeiz. Nachmittags konnten die Kicker bei verschiedenen Turnieren ihr Können auf die Probe stellen.

Nach der Belastung durch Spiel und Spaß standen natürlich ausreichend Pausen zur Verfügung, in denen Getränke und die Verpflegung mit Obst und Rohkost kostenlos, aber nicht umsonst, den Kicker-Akku wieder aufgeladen haben. Gesündigt wurde lediglich bei der nachmittäglichen Eis-Pause, die bei den sommerlichen Temperaturen für die nötige Erfrischung sorgte. Danke an dieser Stelle unseren tollen Mitarbeiterinnen des TSG-Sportlertreffs, die sich wie der sehr gut um alle Teilnehmer gekümmert haben.

Für das exzellente Mittagessen bedanken wir uns bei unserem Partner dem Restaurant Sirtaki – Christo Toris und sein Team haben uns zum wiederholten Male sehr großzügig unterstützt.

Ein Highlight gab es dann am letzten Tag: Unsere Mini-WM. Die quer durch alle Altersklassen zugelassenen Teams haben die WM Revue passieren lassen – und wie bei der echten WM: Auch hier setzte sich Frankreich in einem spannenden Finale durch.

Begleitet wurde dieser Tag von Grillmeister Sascha Kanka (F1 Trainer), der Kinder, Jugendliche



# Neubeginn in der Kreisliga

## 1. Damen

*Nach dem Abstieg in die Bezirksliga in der vorletzten Saison folgte leider ein erneuter Abstieg in die Kreisliga.*

Optimistisch mit einem großen Kader in die Vorbereitung gestartet, verabschiedeten sich nach und nach leider fünf Spielerinnen wegen eines Vereinswechsels, aus beruflichen oder aus gesundheitlichen Gründen. Zu diesen Spielerinnen kommen noch zwei Langzeitverletzte mit deren Einsatz frühestens im Januar wieder zu rechnen ist, sowie eine Spielerin, die momentan im Ausland weilt, was den Kader natürlich schmälert.

Die ersten beiden Spiele gingen daher dann leider auch recht deutlich verloren, einmal gegen den Mitabsteiger aus Bochum und einmal gegen den Aufstiegs Kandidaten aus Gladbeck. In einem spannenden Spiel gegen die SG TuRa Altendorf konnten sich die Damen um Trainer Markus Bärthel dann aber mit einem Tor Vorsprung durchsetzen und die ersten Punkte einfahren. Gegen den TV Dülmen folgte dann ein kampfloser Sieg am grünen Tisch, da unsere Gegnerinnen nicht antraten. Leider mussten wir schon im nächsten Spiel gegen den TV Cronenberg stark ersatzgeschwächt antreten und verloren aufgrund der dort gebrachten Leistung nicht unverdient.

4:6 Punkte klingen somit zunächst gar nicht so schlecht, aber wir müssen noch viel Zeit und Arbeit in unser Trai-

ning investieren, damit die Klasse gehalten werden kann. Schön wäre es, wenn Handball als Team sport an Priorität 1 gesetzt werden würde, denn nur so können Spiele gewonnen werden. Als Mannschaft können wir unsere Mitspielerinnen freispielen und Tore werfen, durch Einzelaktionen wie in der letzten Saison

kann man keine Spiele gewinnen. Trotzdem wollen alle auch an ihrer individuellen Stärke arbeiten, um dann im Team Tore zu werfen und weitere Punkte zu holen. Gemeinsam können wir es schaffen, diese Liga zu halten.

Neue Spielerinnen sind bei uns dabei weiterhin herzlich willkommen. *Eva Hiby*

## 1. Herren

### Ernüchternder Saisonstart

*Das hatten sich Spieler und Trainer der 1. Herren doch anders vorgestellt, schließlich liebäugelte man vor Saisonbeginn mit dem Patz an der Sonne und dem möglichen Aufstieg.*

Aber nach bisher sechs Spielen liegt die 1. Herren auf dem 8. Tabellenplatz – eine Leistung, die weder Trainer noch Spieler zufriedenstellen kann. Das erste Spiel wurde noch knapp gegen den VfL Bochum gewonnen, danach folgten aber immer mehr Absagen von Spielern pro Spiel oder wir liefen schließlich mit angeschlagenen Spielern auf, sodass nur noch eins der nächsten fünf Spiele gewonnen werden konnte.

Bei den drei Niederlagen kam aber neben den äußeren Umständen auch noch Pech dazu, zwei Spiele wurden mit einem, das Spiel gegen den HSV Herbede mit zwei Toren Unterschied verloren.

Einzig im Spiel gegen die DJK Westfalia Welper erwischte die Mannschaft einen Sahnetag und konnte mit 47:21 gewinnen.

Für die kommenden Spiele muss sich die Mannschaft wieder besser präsentieren, sonst werden alle Saisonziele aus den Augen verloren. *gb*

## AUTO Dieter Kuhlmann



Inh. Sven Wieschermann

- **Reparatur aller Fabrikate**
- **Instandsetzung von Unfallschäden**
- **Klima-Service**
- **Reifendienst**
- **Instandsetzung von Glasschäden**

☎ (02324) **9075-0**

Telefax (02324) 907522

Bochumer Str. 4a · Sprockhövel

**www.vw-kuhlmann.de**

# Aus der Vierten wird die Dritte wird die Zweite

**2. Herren**

**Aufgrund der rückläufigen Kadergrößen im gesamten Herrenbereich und unter Berücksichtigung einer enttäuschenden Vor-Saison in der 3. Kreisklasse, haben wir nach intensiven Diskussionen zum Beginn der Saison 2018/2019 entschieden, die ehemalige 2. sowie 3. Herrenmannschaft zusammenzulegen.** Hiervon versprachen wir uns eine quantitativ wie qualitativ gut besetzte Mischung um in der 2. Kreisklasse auf Augenhöhe mitspielen zu können. Nun haben wir nach sechs Spielen 4:8 Punkte erreicht, es ist also noch Luft nach oben – auch unter Berücksichtigung unserer

zuletzt steigenden Zahl an verletzten Spielern, die wir hoffentlich alle zeitnah wieder in unseren Reihen begrüßen dürfen! Daher bleiben wir optimistisch und wollen vor allem über die Heimspiele die nötigen Punkte für ein zufriedenstellendes Saisonergebnis im Mittelfeld der Spielklasse erreichen.

An dieser Stelle mal wieder einen großen Dank an Eva, Benji und natürlich Dorne für die regelmäßige Unterstützung am Spielfeldrand und im Umfeld!  
*Philipp Bötzel*

# Guter Start in der Vorrunde

**Weibliche B-Jugend**

**Die neue Saison begann mit einer kleinen Zäsur für die B-Mädels (Jahrgang 02/03): nach acht Jahren der erste Trainerwechsel, der Verlust der Torhüterin sowie der besten Schützin der letzten Saison. Zudem wollten neue Spielerinnen des Jungjahrgangs in die Mannschaft integriert werden. Aktuell umfasst der Kader zwölf Spielerinnen von denen zwei für die Torhüterposition vorgesehen sind, aber auch im Feld spielen werden.**

Der Saisonstart war dementsprechend unruhig. Wir verloren gleich das erste Spiel in Recklinghausen deutlich, was aber auch einem neuen Deckungsverband und vielen Wechseln der Mädels auf ungewohnte Positi-

onen geschuldet war – der Trainer wollte einen Überblick über das Potenzial der Mädchen auf den verschiedensten Positionen erlangen.

Mittlerweile ist die individuelle und mannschaftliche Arbeit im offensiven Deckungsverband allen Spielerinnen etwas geläufiger, und es gelingt uns immer besser, leichte Ballgewinne und schnelle Torerfolge zu realisieren. Aufgrund dessen konnten die folgenden drei Spiele siegreich gestaltet werden.

Gegen den Liga-Primus aus Haltern gab es dann die zweite Niederlage der laufenden Saison. Es ist davon auszugehen, dass wir an diesem Tag gegen den zukünftigen Meister gespielt haben, denn Haltern war uns in allen Belangen überlegen. Zuletzt konnte ein toller Heimsieg gegen den Bochumer HC erzielt werden, alle Spielerinnen warfen sich mit voller Kraft in das Spiel. Lange Zeit liefen wir in diesem spannenden und offenen Spiel einem

Rückstand hinterher, der letztendlich dann noch zu einem Vier-Tore-Sieg gedreht wurde.

Mit nur noch einem ausstehenden Spiel scheint Platz 3 gefestigt zu sein und damit wäre die Teilnahme an der Meisterschafts-Endrunde nahezu sicher (ab Januar 2018). Wir sind uns sicher, dass die Mädels auch in diesem letzten noch ausstehendem Spiel wieder alles in die Schale werfen werden um siegreich in die Winterpause zu gehen.

Die Mädels sind toll, zuverlässig und beherzt beim Training. Es macht Riesenspaß mit dieser Mannschaft zu arbeiten. Es ist auch immer wieder schön zu sehen, wie sie sich miteinander-füreinander über erzielte Tore oder gelungene Aktionen freuen.

Weiterhin suchen wir für diese, aber vor allem auch für die nächste Saison, noch zwei bis drei Spielerinnen aus dem Jahrgang 2002/2001 und ebenso aus dem Jahrgang 2003. Interessierte Mädels können sich gerne vorab bei Carsten Müller (0170/4722991) informieren, oder aber ihr schaut einfach mal zum Schnuppertraining mittwochs oder donnerstags in der Zeit von 18:30 bis 20:00 Uhr in der Glückaufhalle bei uns vorbei, spricht uns an und macht mit.

*Carsten Müller (Caddy), Trainer wB / gb*



# Verkorkster Saisonstart

**Weibliche C-Jugend**

**Nahezu ohne Vorbereitung startete unser Team in die Saison.**

Einer eher mäßigen Leistung im einzigen Trainingsspiel gegen den TV Haan kurz vor Saisonstart folgte mit einem 24:20 Sieg eine doch ordentliche Leistung im ersten Saisonspiel gegen Aplerbeck. Hier fehlten uns allerdings schon mit Carlotta und Charlotte zwei Langzeitverletzte. Nach dem Aplerbeckspiel meldete sich auch Zeliha auf unbestimmte Zeit verletzt ab. Es folgte ein Spielplan der überhaupt keinen Rhythmus aufkommen ließ und dann noch eine Spielverlegung durch den Gegner.

Im 3. Saisonspiel verletzte sich Joanna eine weitere Leitungsträgerin auch noch ernsthaft am Sprunggelenk. So hatten wir nach nun fast zehn Wochen Saison erst unser viertes Spiel. Nach dem Auftaktsieg mussten wir uns in den folgenden drei Spielen leider geschlagen geben. Dazu kam noch eine durchwachsene Trainingsbeteiligung in den letzten Wochen, die eigentlich kaum ein konstruktives Mannschaftstraining möglich machte.

Alles zusammen führt zu dem derzeitigen Bild einer ziemlich gerupften und verunsicherten Mannschaft. Unseren aktuell spielfähigen Kader kann man nicht gerade als „körperlich überlegen“ bezeichnen. So fehlt uns im

Moment absolut das Durchsetzungsvermögen auf dem Platz. Durch die vielen Ausfälle ergeben sich zwangsläufig immer wieder neue Konstellationen, so dass wir von einem „eingespielt sein“ meilenweit entfernt sind. Das macht sich besonders im Angriff bemerkbar. Hier ist aktuell vieles Stückwerk, die Hauptlast liegt auf wenigen Spielerinnen die sich im An-

griff aufreiben. Viele unserer Mädels sind körperlich und spielerisch aktuell an ihrer Grenze was das Durchsetzungsvermögen angeht. Für die gegnerische Deckung sind wir im Moment leicht zu verteidigen.

Unsere Abwehrarbeit ist unter den aktuellen Umständen solide und noch steigerungsfähig, aber sicherlich nicht der entscheidende

Grund dass wir unsere Spiele verlieren. Gerade im Angriff tun wir uns enorm schwer. Hier hilft im Moment aber nur „Augen zu und durch“ und immer wieder „rein in die Deckung“. Wir müssen und werden die Gegebenheiten aber annehmen und in den nächsten Spielen versuchen, mit unseren aktuellen Möglichkeiten unseren Angriff effektiver zu machen.

Wir haben nun wieder eine vierwöchige Spielpause. Die ersten Langzeitverletzten kommen wieder ins Training zurück. Wir werden die Zeit nutzen und im Training weiter am Zusammenspiel feilen. Wenn die Saison dann ab Anfang Dezember wieder weitergeht werden wir uns sicher ein Stück weit gefestigter und spielerisch flexibler präsentieren. *Peter*

## TSG on the Beach!

**Als Abschlussfahrt der Saison 2017/18 war unsere weibliche C-Jugend Ende Juni auf einem Beach-Handball-Turnier in Damp an der Ostsee.**



Am 22. Juni setzten sich zwölf Mädels mit Co-Trainerin Svenja, Trainer und Trainergattin gegen 9.00 Uhr in den Bus und machten sich auf die Reise ins Ostseebad Damp. Mit Marie und Wiebke mussten wir am Abreisetag leider noch zwei Mädels des Teams schweren Herzens krank zu Hause lassen.

Nach neun Stunden Busfahrt erreichten wir unseren Campingplatz – rubbeldiekatz waren die Zelte aufgebaut. Im Anschluss ging es direkt am Ostseestrand entlang zur großen Eröffnungsfeier auf das Turniengelände. Das Turniengelände liegt direkt an der Promenade des Ostseebads Damp, die Spielfelder grenzen unmittelbar an die Ostsee. Über alle Altersklassen verteilt nahmen über 160 Mannschaften mit insgesamt knapp 1800 Aktiven am Turnier teil. Jeder Verein wurde einzeln vorgestellt und durfte mit seinen Aktiven auf das

Turniengelände einmarschieren. Eine tolle Sache mit einem beeindruckenden Gesamtbild. Über das ganze Wochenende gesehen kann man dem Veranstalter nur ein dickes Lob aussprechen. Für ein Turnier dieser Größenordnung war es eine nahezu perfekte Organisation!

**Frage: Beach-Handballer-Herz was wünschst du dir mehr?? Antwort: Besseres Wetter !!**

Nachdem der Sommer 2018 als außergewöhnlich warm und trocken bezeichnet wird, erwischten wir wohl das einzige „bescheidene“ Wochenende. Temperaturen deutlich unter 20 °C, immer wieder Schauer und teils sehr kräftiger Wind. Die Sorge des Trainers, ob dies auf die Laune der Mädels drücken würde war nach kurzer Zeit verflogen. Über das ganze Wochenende gab es kein Genöle oder Gemeckere über das wenig sommerliche Wetter.

*Dem mäßigen Wetter fiel die geplante Eröffnungs-Beachpartie zum Opfer. Nur wenige Teilnehmer fanden sich zum Spiel ein, so machten auch wir uns dann rasch in Richtung Zeltplatz auf. Mit einem fulminanten Mitternachts-Footballspiel ließen wir den Freitag ausklingen, gegen 2.00 Uhr kehrte dann auch im letzten Zelt Ruhe ein. Samstagmorgen stand für 9.00 Uhr das erste Spiel auf dem Plan, das hieß: 7.00 Uhr wecken. Die Zeit, die die Mädels vom „geweckt werden“ bis zum „startklar“ brauchten, wurde vom Trainer etwas unterschätzt. So ging es leicht gehetzt ohne Frühstück direkt in den Sand.*

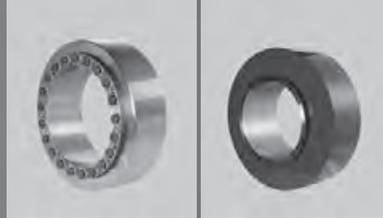
*In unserem ersten Spiel erhielten wir eine kostenlose Lehrstunde in Sachen Beachhandball. Wir verloren sehr deutlich gegen eine dänische Mannschaft, die später das Turnier in unserer Altersklasse auch ungeschlagen gewinnen sollte. Unsere drei folgenden Gruppenspiele verloren wir leider auch, wenn auch teilweise knapp und unglücklich. So blieb für uns am Sonntag „nur“ die B-Finalrunde.*

*Nach einer kühlen und nassen Nacht von Sams-*

*tag auf Sonntag, hieß es wieder um 7.00 Uhr aufstehen, Sachen packen, nasse Zelte abbauen, Gepäck im Bus verstauen und ab zum Frühstück. Nach dem Frühstück startete für uns Turniertag 2 in der Trostrunde. Nachdem die Mädels sich schon am Samstag von Spiel zu Spiel steigern konnten, legten sie Sonntag, trotz oder vielleicht auch wegen zweier kurzer Nächte, noch eine Schuppe drauf. In der Trostrunde konnten wir daher alle unsere vier Spiele gewinnen. Das letzte Spiel hat für uns schon jetzt Kultstatus, in einem supersuper spannendem Spiel gewannen wir schließlich erst in der Verlängerung des Shoot-Outs. Mit diesem Sieg fand ein wirklich tolles Wochenende seinen krönenden Abschluss.*

**MÄDELS – DANKE !!** *Ihr habt super mitgezogen und euch echt einwandfrei verhalten und benommen. Es hat wirklich mordsmäßig Spaß gemacht und ich hab' es nicht einen Augenblick bereut. Ebenso ein dickes Dankeschön an Svenja und meine Frau, dass ihr euch diese Tour mit „angetan“ habt!!*  
*Georg Böhmer*





## 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](http://www.stuewe.de)

## Abschied – doch niemals geht man so ganz

*Seit fast 20 Jahren war ich nun als Trainer verschiedener TSG-Handballteams aktiv, und durfte mit diesen viele schöne Stunden erleben und Erfolge feiern.*

Angefangen hatte es damit, dass meine Tochter und ihre Schulfreundinnen Spaß am Handballsport fanden, aber – wie in den meisten Sportarten – kaum Jugendtrainer zu finden waren (sind). So rutschte ich als „alter Handballer“ ganz unversehens erst als Co-Trainer und schließlich als Trainer der jungen D-Jugend-Ladies ins Amt.

Anscheinend passten wir gut zusammen, was mich zum Trainerschein motivierte und die Mädels zu Höchstleistungen. Jedenfalls spielten wir in den nächsten Jahren immer um die Kreismeisterschaft mit und der größte Teil des Teams blieb bis in die Damen zusammen, wo sie es mit den vorhandenen Spielerinnen unter Michael Richter bis in die Landesliga schafften.

In der Folge trainierte ich weitere Handballteams der TSG, bis ich Anfang 2010 unser kleines GF-Jugend-Team übernahm, eigentlich um etwas kürzer zu treten, da in dieser Altersklasse noch keine Meisterschaften ausgetragen wurden und somit die Wochenenden für den Trainer frei waren. Doch schnell vergrößerte sich die Truppe und es kamen erstaunlich viele Mädels dazu, die aber altersbedingt zur nächsten Saison in die E-Jugend wechseln mussten.

Dort und in den Meisterschaftsbetrieb wollte ich eigentlich nicht so schnell wieder



hin, doch die Mädels ließen nicht locker, und so ließ ich mich „breitschlagen“ und übernahm die neuformierte wE. Jetzt lag viel Arbeit vor uns, schließlich musste den Neulingen erstmal das

Handballspiel näher gebracht und die individuellen Fertigkeiten geschult werden. Doch im Laufe der Zeit wurde es immer besser, Trainer und Team fanden zusammen, konnten in den nächsten Jahren einige Erfolge verbuchen und gehörten in den letzten Jahren immer zu den drei besten Teams der Liga.

Die Saison 2017/18 war die erfolgreichste, trotzdem zeigte sich, dass nach über acht Jahren ein Wechsel im Traineramt vonnöten war, um das Team der jetzigen wB weiterzuentwickeln. Also Zeit für mich, an den Rückzug zu denken und für das Team einen geeigneten Ersatz zu finden. Nach den Sommerferien war es dann soweit, mit Caddy (Carsten Müller) konnten wir einen engagierten Trainer und „alten“ TSGler für die jungen Ladies finden.

Es freut mich außerordentlich, dass beide Seiten gut zueinander gefunden haben, dass das Training allen Spaß macht und das Team an alte Erfolge anknüpfen kann.

Jetzt bin ich also im Trainerruhestand, genieße diesen und fiebere trotzdem immer mit meinen ehemaligen Teams mit wenn's um die Punkte geht - man geht halt nie so ganz.

*Georg Böhmer*



Anke auf der Halbkugel, Tanzpartner Ingo und Heidrun begleiten sie mit kritischem Blick

### Das Gleichgewicht als zentraler Schlüssel zur eleganten Bewegung

Von außen betrachtet erscheint Tanzsport oft nur als das Lernen von Schrittfolgen, ausgeführt im Takt der passenden Musik. Im wahrsten Sinne von zentraler Bedeutung erweist sich aber das Gleichgewicht der Tänzer, wenn die präsentierte Figur harmonisch und schön aussehen soll. Grund genug, zu diesem Thema einen Sonderkurs in der Tanzsportabteilung der TSG Sprockhövel anzubieten. Heidrun Dobeleit, die auch wöchentlich eine der Gruppen trainiert, konnte für dieses besondere Angebot gewonnen werden. Sie-

ben Paare hatten Zeit und Interesse, einen Samstagnachmittag lang alles zum Thema Körperbalance zu erfahren.

Die Turnhalle im Baumhof mit dem federnden Parkett war der perfekte Ort, um einen Parcours mit diversen Übungen zum Thema aufzubauen. Eine Sportmatte als flexibler Untergrund macht den schlichten Ballwurf auf einem Bein zur anspruchsvollen Übung, eine halbkugelförmige Unterlage fordert die Muskelkoordination, wenn man aufrecht stehen bleiben will. Scheinbar einfache Auf-



Wo ist meine Körpermitte?



Ballwurf mit einbeiniger Balance



Christiane und Martin: Tanzen macht Spaß



Ingrid und Peter bekommen Tipps von Heidrun



Sigrun versucht sich im sitzenden Gleichgewicht

gaben verlangen vollen Körpereinsatz, wenn man nicht ins Schwanken geraten will. Am Ende der ersten Hälfte des Kurses spüren alle Teilnehmer Muskelgruppen, die sie vorher gar nicht gekannt haben.

Nach der wohlverdienten Kaffeepause gilt es, bei langsamem Walzer und Cha-Cha-Cha das neue Gefühl für die Balance beim Tanzen zu erspüren. Heidrun hat ihre Augen überall

und gibt wertvolle Tipps, wie die Drehung gelingen kann, ohne dass einer der Tanzpartner „aus der Kurve getragen“ wird. Schrittfolgen, die bisher Stolperfallen waren, verlieren im Gleichgewicht ihre Schrecken. Balance und Gleichgewicht beim Tanzen – ein Thema, das alle Kursteilnehmer ab jetzt mit viel größerer Bedeutung auf dem Parkett begleiten wird.

Stefan Spychalski

# Tanz-Training (Theorie)

Während in der Vergangenheit die Vielzahl der Tanzabteilungsberichte von den praktischen Teilen des Tanztrainings erzählten, geht es diesmal um reine Theorie. Unser allgemeines Tanztraining untergliedert sich in vier Gruppen mit lizenzierten Trainerinnen und Trainern:

**ERSTENS** in die tanztechnische Ausbildung: das Erlernen und Vervollkommen der Grundschrirte, Figuren und Körperlinien. Dies kennt jeder Tanzbegeisterte aus eigener Erfahrung. Ohne die Grundschrirte der jeweiligen Tänze geht ja gar nichts. Es folgen dann weitere Figuren, weil man nicht dauernd nur den Grundschrirte tanzen will. Etwas schwieriger wird es dann aber schon bei den Körperlinien. Die Streckung der Körperseiten, lange Beine, Kopfhaltung bringen den einen oder anderen schon an seine Grenzen.



**ZWEITENS** in die Ausbildung koordinativer Leistungsvoraussetzungen: besonders die Ausprägung der Orientierung auf der Tanzfläche in Relation zu anderen Paaren und die daraus bei Bedarf erforderliche schnelle Umstellung auf tanztechnische Varianten. Bei dieser Ausbildung im Rahmen des Tanztrainings haben Paare zu Beginn schon erheblichen Orientierungsbedarf, da in der Regel gegen den Uhrzeigersinn und mit Seiten getanzt wird (lange Seite, kurze Seite, lange Seite,



kurze Seite). Und da es aber auch schonmal runde Säle gibt, kann es da zu empfindlichen Zusammenstößen kommen, die das koordinative Training ja verhindern helfen soll.

**DRITTENS** in die tanzspezifische konditionelle Ausbildung: Erwerb der Leistungsvoraussetzungen für spezielle Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer (auch die Ausdauer evtl. für ein Turnier). Bei Turnieren wird bei den Standard- und Lateintänzen bis auf wenige Ausnahmen ca. 90 Sekunden lang getanzt. In dieser Zeit ist die tanztechnische Ausbildung gefordert. Aber es ist zu beachten, dass natürlich meh-

re Tánze hintereinander die volle Kraft und Ausdauer erfordern. Gemächliches Schwofen gehört da natürlich nicht zum Sporttanz.

**VIERTENS** die kompositorisch/choreographische Ausbildung: Gestaltung des Tanzes, Übereinstimmung von Musik und Bewegung, Rhythmik und Interpretation. Hier braucht es doch schon ein längeres Training. Natürlich versuchen wir hier in Sprockhövel, dem gerecht zu werden. Da aber das Turniertanzen bei uns nicht zum unbedingten Muss gehört,

Ziel der Mehrfachwirkung mit dem Grundtenor Übereinstimmung der Bewegungen des Paares. Die Verteilung von Entwicklungsaufgaben über längere Zeitabschnitte wird daher zu beachten sein und wird von den Trainern gefördert.

# Tanz-Training (Praxis)

Dienstags abends wird zu später Stunde (20 Uhr) mit sicherer Hand eine glänzende Scheibe (CD) aus einer Vielzahl von Scheiben herausgezogen und in das schwarze Gerät (Musikanlage) eingelegt und mit einer leicht zurückgelegten Kopfhaltung, die Konzentration und Programm verheißt, verfolgt der Trainer mit kritischem Blick die Bemühungen einer Anzahl von Personen (Tänzerinnen und Tänzer), die mit ihren Gliedmaßen (in der Regel die Füße) in mehr oder weniger vorgeschriebenen regelmäßigen Bewegungen (Figuren) die Laute (Musik) der glänzenden Scheibe zu interpretieren versucht.

Da und dort beginnt sogleich ein Zeren an Bekleidungsstücken, ein unterdrücktes Fluchen, wenn Fuß auf gegenüberstehende Fußspitze trifft. Hier ein hilfloser Hopser, der mangelnde Figurenkenntnis verrät, abgeschirmt verhindert ein gut gefüllter (männlicher) Bauchansatz einen notwendigen Vorwärtsschub und zu guter Letzt ein soeben veriteter Crash (Zusammenstoß) inmitten der wogenden, Koordination suchenden Menge (Paare).

Ohne Vorwarnung gehen die leichten Töne (aus der Musikanlage) in einen anderen Rhythmus über, und die mehr oder weniger kopflosen Paare versuchen zu ergründen,

darf man hier vielleicht bei dem einen oder anderem Paar Abstriche machen. Im Vordergrund steht aber immer noch der Spaß, und wenn dann die eine oder andere geforderte Ausbildung nicht so ausgeführt wird, wie es der Trainer vorsieht, besteht trotzdem kein Anlass zum Hadern.

Die Besonderheit des Tanztrainings besteht darin, dass zwar einzelne Ausbildungsspekte Schwerpunkt in einer Trainingseinheit sind, dennoch die anderen Ausbildungsinhalte stets mittrainiert werden. Das Tanztraining hat also stets den Charakter und das

welche wohlabgestimmten Bewegungen denn nunmehr umzusetzen seien. Mehrere konträre Meinungen (Damen und Herren) bilden sich heraus, und erst ein resignierendes (vom Trainer) laut eingeworfenes „Rumba“ ergibt den notwendigen gleichmäßigen Bewegungsablauf bei allen Anwesenden.

Der dritte Rhythmuswechsel ergibt den gewohnten Chaos-Anblick. Nur nach und nach entwirren sich die Körper. Halb erhobene, verkrampfte Hände begleiten die Körpersprache, doch das geforderte Miteinander will und will sich nicht einstellen, so dass Zug um Zuq die Bewegungen abrechnen, und mit einem wackligen Schlingern auch das letzte Paar entsetzt stehenbleibt, um verzweifelt zu dem Mann (Trainer) am schwarzen Kasten (Musikanlage) zu blicken.

Ein ahnungsvolles Schaudern durchläuft den Mann am Gerät, und mit einer leicht deprimierten Hand- bewegung bricht er abrupt die Geräusche (Musik) des schwarzen Gerätes ab. Mit drei eleganten raumgreifenden Schritten durchmisst er die Stätte des Grauens und bleibt mit wippenden Füßen in der Raummitte (Turnhalle Hauptschule) stehen. Sein Blick (zwei Augen) umfasst die im Kreis mit hängenden Schultern und schuldbewussten Gesichtern verbliebenen Personen (Tänzerinnen und Tänzer). Ein spitzbübisches Lächeln auf seinem Gesicht lässt Hoffnung bei den Versteinerten aufkommen, und mit einem „so schlecht war das doch gar nicht!“ eröffnet Tanztrainer Manfred die übliche Trainingsstunde am Dienstagabend.

Natürlich lieber Leser, liebe Leserin, wird jeder gleich erkannt haben, dass eine derartige Darstellung nicht von dieser Welt sein kann. Das Drumherum bei unserer Tanzsportabteilung läuft natürlich viel lockerer ab. Nach entsprechendem Training sind unsere Paare

ein Paradestück an Selbstbewusstsein und der Trainer/die Trainerin muss deshalb auch nicht verzweifeln. Nein, er/sie hat selne/ihre wöchentliche Freude an den Übungsstunden. Dass Einüben der manchmal nicht einfachen



Folgen geht immer langsam vonstatten und im Nu hat es jeder kapiert.

Tanzen im Verein macht Freude und diese Freude wird maßgeblich durch den Trainer beeinflusst. Gerade unsere Trainer/Trainerinnen haben ihr Programm und kennen alle ihre Pappenhimer. Ein regelmäßiger (unbeliebtes) Partnerwechseln bringt immer Stimmung in die Bude, versucht der Trainer doch damit eingefahrene Partnerschaften beim Tanz auf neue Wege zu bringen. Aber bitte nur beim Tanzen!  
*Peter Steinmann Text und Fotos*

BADMINTON				
Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 ✉ jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	18:00	–	20:00	<b>Hobby</b> GH 2
	18:00	–	19:30	<b>Jugend ab 14 Jahre</b> GH 3
	19:30	–	21:30	<b>Mannschaft</b> GH 3 (bis 20:00) GH 2
Donnerstags	20:00	–	21:30	<b>Jugend + Mannschaft + Hobby</b> GH 2
Freitags	16:00	–	17:30	<b>Schüler unter 14 Jahren</b> GH 2
	17:30	–	19:00	<b>Schüler ab 14 Jahre</b> GH 2
	19:00	–	21:30	<b>Mannschaft 1-3</b> GH 2
BASKETBALL				
Informationen über die Geschäftsstelle ☎ 686 47 46 ✉ geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	20:00	–	22:00	<b>Herren-Mannschaft</b> GH 3
Donnerstags	20:00	–	22:00	<b>Herren-Mannschaft</b> GH 3
BOULE				
Dirk Engelhard ☎ 0151 64 19 67 99 ✉ dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
Mittwochs	16:00	–	19:00	<b>offenes Training</b> Baumhof-Stadion
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	<b>Aikikai für Schüler/innen ab 8 Jahre und für Erwachsene</b> GH/GymnRaum
	20:30	–	22:00	<b>Karate für Erwachsene</b> Baumhof-Halle
Dienstags	16:00	–	17:30	<b>Judo für Anfänger weiß und weiß-gelb bis 8 Jahre</b> GH/GymnRaum
	17:30	–	19:00	<b>Judo: Technik- u. Wettkampftraining Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.</b> GH/GymnRaum
	20:00	–	21:30	<b>Karate für Erwachsene</b> GH/GymnRaum
	19:00	–	20:00	<b>Karate für Kinder</b> GH/GymnRaum
Freitags	17:00	–	18:30	<b>Judo: Techniktraining u. Prüfungsprogr. Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.</b> GH/GymnRaum
	18:30	–	20:00	<b>Judo (alles) für Jugendliche und Erwachsene</b> GH/GymnRaum
	19:00	–	20:00	<b>Karate für Kinder</b> GH 1
	20:00	–	21:30	<b>Karate ab 14 Jahre und Erwachsene</b> 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  
 Jürgen Homberg: 0175 1679759, Patrick Rohde 0177 12672487

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

<b>Montags</b>	16:15 – 17:30	<b>U8</b>
	16:15 – 17:45	<b>U9/D2</b>
	16:45 – 18:15	<b>U12</b>
	17:15 – 18:45	<b>U14</b>
	17:30 – 19:00	<b>U13</b>
	17:45 – 19:15	<b>U15</b>
	18:45 – 20:15	<b>U16</b>
	19:15 – 21:00	<b>1. Herren</b>

<b>Freitags</b>	15:30 – 16:30	<b>U7</b>
	16:15 – 17:45	<b>U10/U11</b>
	16:30 – 17:45	<b>E2</b>
	16:45 – 18:15	<b>U16</b>
	17:45 – 19:15	<b>U17/E4</b>
	18:15 – 19:45	<b>U19</b>
	19:15 – 21:30	<b>1. Herren</b>
	19:45 – 21:30	<b>Damen</b>

<b>Dienstags</b>	15:30 – 16:30	<b>U7</b>
	16:15 – 17:45	<b>U13/U14</b>
	16:45 – 18:15	<b>U15</b>
	17:00 – 18:30	<b>U11</b>
	17:45 – 19:15	<b>U17</b>
	18:15 – 19:45	<b>U19</b>
	19:15 – 21:30	<b>1. Herren</b>
	19:45 – 21:30	<b>2. Herren</b>

<b>Dienstags</b>	15:30 – 16:30	<b>U7</b>
	16:15 – 17:45	<b>U13/U14</b>
	16:45 – 18:15	<b>U15</b>
	17:00 – 18:30	<b>U11</b>
	17:45 – 19:15	<b>U17</b>
	18:15 – 19:45	<b>U19</b>
	19:15 – 21:30	<b>1. Herren</b>
	19:45 – 21:30	<b>2. Herren</b>

<b>Mittwochs</b>	16:30 – 18:00	<b>U8/U10/E4</b>
	16:45 – 18:15	<b>U12/E2</b>
	18:00 – 19:45	<b>U19</b>
	18:15 – 19:45	<b>U16</b>
19:45 – 21:30	<b>Alte Herren</b>	

**HANDBALL** Jugend: Marvin Saszik ☎ 0160 874 49 80  
 Senioren: Thomas Wahlen ☎ 0163 3125253

Alle Termine (bis auf die gekennzeichneten) finden in der Glückaufhalle statt. „m“ sind männliche, „w“ sind weibliche Jugendmannschaften.

<b>Donnerstags</b>	15:30 – 16:30	<b>Eltern-Kind-Fußball</b> (Jg 2014-15)
	16:15 – 17:45	<b>U13/U14</b>
	16:30 – 17:45	<b>U9</b>
	16:45 – 18:15	<b>U15</b>
	17:45 – 19:15	<b>U17/D2</b>
	18:15 – 19:45	<b>U19</b>
	19:15 – 21:30	<b>1. Herren</b>
	19:45 – 21:30	<b>1. Herren</b>

<b>Dienstags</b>	14:30 – 16:00	<b>Handball AG</b> (Kl 2-4) GGS
	15:30 – 17:00	<b>m/wE-</b> (ab 8) + <b>m/wF-</b> (ab 6)
	17:00 – 18:30	<b>wD</b> (ab 10) + <b>wC</b> (ab 12)
	18:30 – 20:00	<b>1. He</b> (ab 18) + <b>2. He</b> (ab 18)
	20:00 – 21:30	<b>1. Damen</b> (ab 18)

<b>Mittwochs</b>	17:00 – 18:30	<b>mC</b> (ab 12) + <b>mB</b> (ab 14)
	18:30 – 20:00	<b>wC</b> (ab 12) + <b>wB</b> (ab 14)
	18:30 – 20:00	<b>1. Herren</b> (ab 18)

<b>Donners- tags</b>	15:30 – 17:00	<b>Handball AG/GGS Haßlingh.</b> (Klassen 2-4) (Sporthalle Haßlingh.)
	17:30 – 19:00	<b>m/wE-</b> (ab 8) + <b>m/wF</b> (ab 6) + <b>wD</b> (ab 10) (KH)
	18:30 – 20:00	<b>wB</b> (ab 14) + <b>1. Damen</b> (ab 18)

<b>Freitags</b>	17:30 – 19:00	<b>Torwartraining Jugend</b>
	18:30 – 20:00	<b>mC</b> (ab 12) + <b>mB</b> (ab 14) (KH)

**GuFi/Lauftreff** Uwe Löschner ☎ 6864746 (Geschäftsstelle) ✉ geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de  
**Mittwochs** 19:30 – 20:30 **Lauftreff „Vom Hausschuh zum Laufsuh“** Aldi-Parkplatz (ganzjährig)

**TANZSPORT** Abteilungsleiter Ingo Wegge ☎ 6863501 ✉ 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 Henning Schulz ☎ 02324-31058 ✉ henning.schulz@t-online.de  
**Täglich** ab 15:00 Übungsstunden TSG-Tennisanlage (Sommersaison)

**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** Christian Koch ☎ 01573 8956750 ✉ c.koch@triathlon-sprockhoevel.de  
**Dienstags** 18:00 – 20:00 **Laufen** Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg  
 19:30 – 21:00 **Schwimmen – Training mit Birte** Lehrschwimmbad MAS  
**Mittwochs** 19:30 – 20:30 **Laufen** ALDI-Parkplatz Niedersprockhövel  
**Donnerstags** 18:00 – 20:00 **Laufen** Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg  
**Freitags** 18:30 – 20:00 **Schwimmen – freies Training** Lehrschwimmbad MAS  
**Freitags** 18:45 – 20:00 **Schwimmen – freies Training (1. Mai bis Anf. Sept.)** Freibad Sprockhövel

**VOLLEYBALL** Abteilungsleiter Martin Danisch ☎ 78985 ✉ martin.danisch@tsg-sprockhoevel.de  
**Donnerstags** 20:00 – 21:30 **Herren** GH 3

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, GGS = Grundschule Börgersbruch, 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

<b>Montags</b>	17:30 – 19:00	<b>Gymnastik Ältere Turnerinnen</b>	Baumhof-Halle
	18:00 – 19:00	<b>Turnen für 5-9 Jahre</b>	MAS Turnhalle
	19:00 – 20:00	<b>Fitness-Treff</b>	GH 1
<b>Dienstags</b>	16:00 – 17:00	<b>Einrad/Luftakrobatik (ab 6 Jahre)/M. Palenschat</b>	MAS Turnhalle
	17:00 – 18:30	<b>Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre)/M. Palenschat</b>	MAS Turnhalle
<b>Mittwochs</b>	15:30 – 16:45	<b>Mutter-Vater-Kind (3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle
	16:45 – 18:00	<b>Mutter-Vater-Kind (3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle
	20:15 – 21:15	<b>Jedermann Turnen</b>	MAS Turnhalle
<b>Donnerstags</b>	15:30 – 16:15	<b>Tanzflöhe 1</b> bei Ann-Kathrin	Baumhof-Halle
	16:30 – 17:15	<b>Tanzmäuse</b> bei Ann-Kathrin	Baumhof-Halle
	16:30 – 18:30	<b>Gerätturnen Mädchen (ab 8 Jahre)</b>	GH 1
	17:00 – 18:30	<b>Turnen der Älteren</b>	GH 2
	18:00 – 19:15	<b>Walking-Treff/Sabine Engelhard (Tel. 97 18 14)</b>	GH (Sommer)
<b>Freitags</b>	15:30 – 16:30	<b>Turnflöhe (ab 5 Jahre)</b>	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:45	<b>Krabbeltturnen I (1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 1
	16:30 – 17:15	<b>Tanzflöhe 2</b>	GuFIT.15
	16:45 – 18:00	<b>Krabbeltturnen II (1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 1
	17:15 – 18:00	<b>DanceKids 1</b> bei Britta	GuFIT.15
	18:00 – 19:00	<b>DanceKids 2</b> bei Britta	Baumhof-Halle
	18:00 – 19:30	<b>Turnabteilung</b>	MAS Turnhalle
20:15 – 21:30	<b>Vitale Männer 40+</b>	GH 1	
<b>Samstags</b>	09:30	<b>Walking-Treff/Sabine Engelhard (97 18 14)</b>	ALDI-Parkplatz (Winter)

**LEICHTATHLETIK** Ilse Kleinbeck ☎ 7 18 03 ✉ ilse.kleinbeck@tsg-sprockhoevel.de

<b>Montags</b>	17:30 – 19:30	<b>Sportabzeichen/Jürgen Nath (7 11 36)</b>	Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Donnerstags</b>	15:30 – 17:00	<b>Kinder 4-10 Jahre</b>	GH 2 (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Freitags</b>	18:30 – 20:00	<b>Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene</b>	MAS (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Sonntags</b>	09:00 – 10:30	<b>Laufftreff für Jedermann</b>	IG-Metall Bildungszentrum

**PRELLBALL** Hartmut Kroll ☎ 7 24 93

<b>Montags</b>	16:00 – 18:00	<b>Herren</b> / Hartmut Kroll	MAS Turnhalle
	19:00 – 20:30	<b>Damen</b> / Monika Rische (7 80 57)	Baumhof-Halle

**SCHWIMMEN** Marianne Stüwe ☎ 7 16 05 ✉ marianne.stuewe@tsg-sprockhoevel.de

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

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

<b>Donnerstags</b>	19:30 – 21:00	<b>Prellball</b>	Baumhof-Halle
<b>Freitags</b>	17:30 – 19:30	<b>Schwimmen</b>	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.

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

FOCUS MONEY

**TOP  
PFLEGE-  
TAGEGELD**

statische Tarife  
Württembergische Krankenversicherung

DFSI DEUTSCHES FINANZ-  
SERVICE INSTITUT GmbH

Ausgabe 35/2016

FOCUS MONEY

**TOP  
TARIF-  
BEDINGUNGEN**

Pflegetagegeld-Policen  
Württembergische Krankenversicherung

DFSI DEUTSCHES FINANZ-  
SERVICE INSTITUT GmbH

Ausgabe 35/2016

**Älter werden. Unabhängig bleiben.**  
Mit unserem **Pflegetagegeld PremiumPlus.**

Das Pflegestärkungsgesetz II kommt, Ihre Versorgungslücke bleibt. Unser „ausgezeichnetes“ Pflegetagegeld PremiumPlus schützt Sie und Ihre Familie vor den finanziellen Folgen im Pflegefall. Informieren Sie sich jetzt.



**Generalagentur  
Andre Meister**

Sedanstr. 35  
45138 Essen  
Telefon 0201-2379657  
Mobil 0172-8779365  
andre.meister@  
wuerttembergische.de



**württembergische**

Der Fels in der Brandung.



## Sturzprophylaxe auf dem G-Weg®

**Rechtzeitig zu Weihnachten bekommt die Abteilung Gesundheit und Fitness ein neues Trainingstool, den G-Weg®.**

Der G-Weg® ist ein sechs Meter langer, rutschfester Teppich, der mit einem Raster aus Grasflächen und Kopfsteinpflaster bedruckt ist. Er ist in einer Packtasche verstaut und kann überall schnell aus- und aufgerollt werden.

Es handelt sich dabei um ein therapeutisches Hilfsmittel, entwickelt von Experten des Lippstädter „Spomobil“, zur Sturzprophylaxe und zur Verbesserung des Gangbildes. Mittels 52 Methodik- und Übungskarten kann sehr abwechslungsreich, mit Spaß und alltagsnah das Gleichgewicht und die Gehfähigkeit trainiert werden.

Dabei ist der G-Weg® so konzipiert, dass er auch für das Training mit dem Rollator und dem Gehstock geeignet ist. Er bietet sich sowohl für ganze Trainingseinheiten zum Thema „Gehen“ an, als auch für kurzfristige Bewegungseinheiten oder Aufwärmprogramme.

Zum Einsatz kommen soll der Teppich in all unseren Rehasport-Gruppen, aber gerne auch in weiteren interessierten Gymnastik-Gruppen der TSG.

*Stefanie Basner*



# Ausdauer ist einfach.

### TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

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

KONTAKT	TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20		Öffnungszeiten:	
	Postanschrift: Postfach 91 12 02, 45537 Sprockhövel		Montag bis Mittwoch	
	Tel. 686 47 46		8:00 bis 12:00 Uhr	
	E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de,		Donnerstag	
	www.tsg-sprockhoevel.de		8:00 bis 12:00 und 15:00 bis 18:30 Uhr	
	Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister	<b>Grundschule Schwimmen</b>	Dresdener Str. 43	970 15 25
	<b>Glückaufhalle</b> Dresdener Str. 11	<b>Baumhof-Halle</b>	Eickerstr. 23	970 54 26
	<b>Mathilde-Anneke-Schule</b> Dresdener Str. 45	<b>Freibad</b>	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**



**Wenn man einen Finanzpartner hat, der einen auch im Sport unterstützt und weiterbringt.**