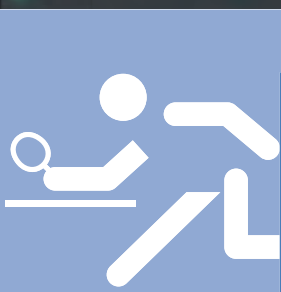
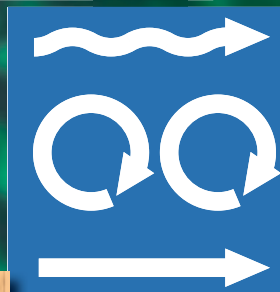
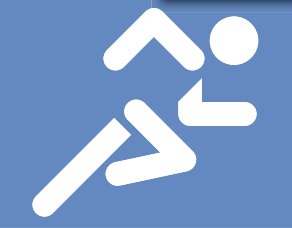
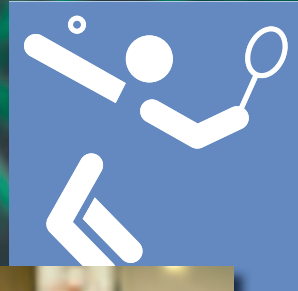
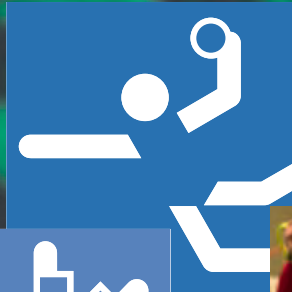


# TSGinfo 4 2019



„Mal nicht  
auf der  
Reservebank  
sitzen.“



Jetzt  
beraten  
lassen!


Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

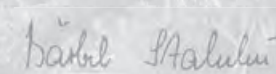
Wir machen den Weg frei.

## Liebe Leserinnen und Leser,

Weihnachten zeichnet sich schon ganz nah am Horizont ab.  
Da wollen wir nicht zu spät kommen und wünschen euch/Ihnen allen  
FROHE WEIHNACHTEN, eine besinnliche Zeit zum Jahresende und  
ALLES GUTE, GLÜCK UND ZUFRIEDENHEIT im neuen Jahr.


  
Elke Althäuser

  
Volker Bosch

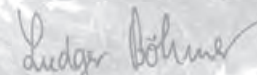
  
Bärbel Stahlhut

  
Alfons Eilers

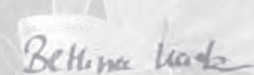
  
Dirk Engelhard

  
Manfred Stahlhut

  
Jürgen Zang

  
Ludger Böhmer

  
André Meister

  
Bettina Katzer

Der Vorstand der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

Ein trauriges Ereignis hat uns jetzt kurz vor Weihnachten noch  
sehr betroffen gemacht: Unser Ehrevorsitzender Helmut Hüppop  
ist tot. Mehr dazu ab Seite 6.

Die TSG-Geschäftsstelle bleibt in der Zeit vom 20.12.2019  
bis zum 5.1.2020 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 2019

<b>VORSTAND</b>	<b>Helmut Hüppop zum Gedenken</b>	<b>6</b>
	<b>Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren</b>	<b>9</b>
	<b>Dankeschön: Veranstaltung für langjährige TSG-Mitglieder</b>	<b>10</b>
<b>TURNEN</b>	<b>Übungsleiterwochenende: Mehr Spaß als erwartet</b>	<b>12</b>
	<b>Seniorensporthag: ... erst recht im Alter!</b>	<b>16</b>
<b>TENNIS</b>	<b>Sportlicher Jahresrückblick: Spiel – Satz – und dann?</b>	<b>18</b>
<b>TRIATHLON</b>	<b>Terminsache: Schewy-Leveringhaus-Gedächtnisturnier 2020</b>	<b>23</b>
	<b>Deutschland Klassiker: Conny Dauben hat es geschafft</b>	<b>24</b>
	<b>Röntgenlauf: Nächstes Jahr wieder</b>	<b>27</b>
	<b>Lauftreff: Wir suchen dich!</b>	<b>27</b>
<b>GuFi-Kursplan</b>		<b>28-29</b>
<b>BADMINTON</b>	<b>Neue Saison: Schwieriger Start</b>	<b>30</b>
<b>JUDO</b>	<b>WM-Gold: Heiße Kämpfe in Marrakesch</b>	<b>32</b>
	<b>Bronze in Holzwickede: Jonas Lindemann stark auf Bezirksebene</b>	<b>33</b>
	<b>Das Jahr 2019 im Überblick</b>	<b>34</b>
	<b>Einladung zur Abteilungssitzung</b>	<b>34</b>
<b>KARATE</b>	<b>Sommerlager 2019: OZU! (Begrüßung)</b>	<b>35</b>
<b>TANZSPORT</b>	<b>Die neuen Tanzpaare: ... schon tüchtig geschwitzt</b>	<b>36</b>
	<b>Tanzipedia: „Bank♦drücken“</b>	<b>37</b>
<b>FUSSBALL</b>	<b>TSG-Fußballkalender 2020: jetzt erhältlich</b>	<b>38</b>
<b>HANDBALL</b>	<b>1. Damen: Erfolgreicher Saisonstart</b>	<b>40</b>
	<b>1. Herren: Richtungsweisender Dezember</b>	<b>41</b>
	<b>F-Jugend: Sportbegeisterter Nachwuchs gesucht</b>	<b>41</b>
	<b>2. Herren: Höchstleistungen sind möglich</b>	<b>42</b>
	<b>Projektwoche der GGS Haßlinghausen</b>	<b>42</b>
	<b>Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung</b>	<b>43</b>
<b>TISCHTENNIS</b>	<b>Erfolgreiche Zusammenarbeit</b>	<b>44</b>
<b>BOULE</b>	<b>Im Winterhalbjahr</b>	<b>46</b>
<b>Übungs- und Trainingszeiten</b>		<b>47-50</b>
<b>GESUNDHEIT&amp;FITNESS</b>	<b>10 Jahre GuFiT: Jubiläumsfeier</b>	<b>51</b>
	<b>Erste-Hilfe-Kurse: Übung macht den Meister</b>	<b>52</b>
<b>KURZ &amp; GUT</b>	<b>Kurzmeldungen, Kalender</b>	<b>54</b>

### REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 1/2020 ist der 19. Januar 2020

**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 0171-283 53 41;  
 Druck und Vertrieb: B&W MEDIA-SERVICE GmbH, Emil-Weitz-Str. 2, 44866 Bochum, www.buw.com.  
 Namentlich unterschriebene Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

**Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung**

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



# Helmut Hüppop zum Gedenken

**„Es geht mir gut.“ – „Ich bin zufrieden.“ – „Ich habe ein sehr schönes Leben gehabt.“**

Das sind Aussagen aus den letzten Wochen von Helmut Hüppop, dem Ehrenvorsitzenden der TSG Sprockhövel. Obwohl (oder gerade weil?) es ihm gesundheitlich seit Ostern dieses Jahres nicht mehr so gut ging, hat er auch seinen letzten Sommer noch genossen – in seinem Garten, mit der Familie, mit Freunden, beim Boulespielen.

Am 24.11.2019, dem Totensonntag, dem letzten Sonntag des Kirchenjahres, zwei Monate nach seinem 90. Geburtstag, ist Helmut nach einigen Tagen im Krankenhaus abends friedlich eingeschlafen und gut begleitet durch seine Familie verstorben. Am Totensonntag – offizielle Bezeichnung „Ewigkeitssonntag“ – gedenken (evangelische) Christen der Toten. Der Fokus wird nicht auf den Tod und die Vergänglichkeit gelenkt, sondern auf christliche Werte wie Hoffnung und die Vorstellung von Ewigkeit und Wiederauferstehung.

Das passt zu Helmut: Er hat immer Hoffnung gehabt, mitgestaltet und darauf vertraut, dass sich Dinge verbessern und verbessern lassen. Seine Kindheit in Haßlinghausen wurde durch die Hitlerjugend und den Krieg geprägt. Diese beeinflussten seine Einstel-

lungen (begeisterter Einsatz für Ziele, kritischer Umgang mit Macht, skeptische Distanz zu Parteien, ...) und seine Verhaltensweisen: engagierter Einsatz für die Jugendarbeit, den Handballsport, die TSG, den Sport und dann für die Senioren in Sprockhövel.

Helmut war 1945 direkt nach Kriegsende als Handballer in die TSG eingetreten. Schnell übernahm er als Schiedsrichter, Kassierer, Schüler- und Jugendwart auch außerhalb des Spielfeldes Verantwortung. Später wurde er stellvertretender Handballobmann und schließlich Leiter der Handballabteilung.

31 Jahre hat Helmut Hüppop an vorderster Stelle die Geschicke der Handballabteilung der TSG (mit)bestimmt. Er nahm sich der großen und kleinen Sorgen der Handballer an und vertrat ihre Interessen im Gesamtverein und im Handballverband, er stellte den Spielbetrieb sicher und ungezählte Trainings- und Hallenbelegungspläne auf. Immer wieder schaffte er es, auch andere für den Handball und die Mitarbeit im Verein zu begeistern, Konflikte zu erkennen und zu entschärfen, Impulse für Verbesserungen zu geben. Seit 2001 war Helmut „Ehrenobmann“ der Handballabteilung, im selben Jahr erhielt er den CDU-Sportpreis.

56 Jahre lang hat Helmut im Hauptvorstand (und dann im Hauptausschuss) der TSG mitgearbeitet, sein Wort zählte, sein Einsatz und seine Meinung wurden beachtet und anerkannt. **1991 wählten die TSG-Mitglieder ihn zum zweiten Vorsitzenden des Gesamtvereins, 2003 zum ersten Vorsitzenden der TSG.** Er nutzte seine Amtszeiten, um mit



*2008 bei der Überreichung des Bundesverdienstkreuzes durch Landrat Dr. Arnim Brux (rechts), begleitet von Bürgermeister Dr. Klaus Walterscheid (links)*

entsprechenden Angeboten Menschen jeden Alters und verschiedenster Leistungsfähigkeit in Bewegung zu bringen. Er hat wesentlich zur Entwicklung der TSG beigetragen, dazu, dass die TSG seit vielen Jahren der mitgliederstärkste Sportverein im Ennepe-Ruhr-Kreis ist, dass sich Kinder, Jugendliche, Erwachsene und auch Ältere und Hochaltrige in der TSG wohlfühlen, dass Freizeit-, Gesundheits- und Leistungssportler in unserem Verein ein Zuhause haben, dass GuFIT vor zehn Jahren gebaut werden konnte, dass es seit fünf Jahren eine Boulegruppe gibt.

Aber es geht weniger darum, die Leistungen der Vergangenheit, das Vergängliche, zu würdigen. Bis ganz kurz vor seinem Tod hat Helmut immer wieder Hoffnung ausgestrahlt und Rituale gepflegt, im Garten gesessen, Gespräche geführt, täglich mit Edith (und oft mit anderen Gästen) Espresso genossen, Kontakte gehalten, an Feiern teilgenommen, sich über seine Kinder, Enkel und die vier Urenkelinnen gefreut, Impulse gegeben und selber

begeistert Boule gespielt. Das hat er erst im Alter von über 85 Jahren gelernt und mit großem Geschick gespielt – kein Wunder – als „gelernter“ Handballer!

Neben den sportlichen Angeboten für möglichst

viele Bevölkerungsgruppen lag ihm die Gemeinschaft im Verein besonders am Herzen. Es ging ihm auch darum, im Sport anerkannte Grundwerte zu leben und zu vermitteln: Lernen wollen, Leistung zeigen, fair verhalten, Fremdes achten, solidarisch handeln, ...

1992 hat er die DANKESCHÖN-Veranstaltung für langjährige Mitgliedschaft in der TSG eingeführt. Diese ist inzwischen im Vereinsleben fest verankert. Auch andere Impulse zur Anerkennungskultur im Sport sind von ihm ausgegangen und hat er mitgestaltet. Das wussten die Mitglieder der TSG dann auch zu schätzen und zu würdigen. **Helmut wurde 1989 zum Ehrenmitglied und 2005 zum Ehrenvorsitzenden der TSG ernannt.** Hochachtungsvoll haben viele Sprockhöveler ihn als „graue Eminenz“ des Sports in Sprockhövel bezeichnet.

1970 hat Helmut die Gründung des Stadt-sportverbandes der Stadt Sprockhövel initiiert um die Zusammenarbeit der Vereine untereinander sowie mit der Stadt und den Schulen

zu fördern, die Jugendarbeit zu unterstützen und möglichst gute Bedingungen für die Sporttreibenden zu schaffen.

Neben seiner Arbeit für die TSG und im Stadtsportverband fand Helmut auch noch Zeit, um sich in verschiedenen Ratsausschüssen, im Stadtjugendring sowie im Rahmen der Lokalen Agenda zu engagieren, in deren Sprecherrat er bis zum Schluss aktiv war.

Er ist auch der „Vater“ des Agenda-Pfades, der als Wanderweg Haßlinghausen und Niedersprockhövel verbindet. „Dank Ihrer Initiative wurde mit dem Pfad eine Verbindung zwischen den beiden Ortsteilen geschaffen. Das trägt dazu bei, das Zusammengehörigkeitsgefühl der Sprockhöveler ein wenig zu stärken,“ lobte ihn 2008 der damalige Bürgermeister Dr. Klaus Walterscheid.

Bis vor kurzem war Helmut als Vorsitzender des Ausschusses für kommunale Sportpolitik und Sonderaufgaben im Stadtsportverband und im Seniorenbeirat der Stadt Sprockhövel aktiv. Noch in diesem Sommer (2019) hat er sich engagiert in eine Sitzung eingebracht.

2008 überreichte der amtierende Landrat Dr. Arnim Brux das **Bundesverdienstkreuz** im Namen des Bundespräsidenten an Helmut – für sein Engagement im Sport und in der Stadt. „Sie haben mit Ihrer jahrzehntelangen Arbeit, Ihrem ehrenamtlichen Engagement und Ihren Ideen entscheidend dazu beigetragen, dass die TSG Sprockhövel mit mehr als 3000 Mitgliedern der größte Sportverein im Ennepe-Ruhr-Kreis ist. Die Marke ´Sprockhövel´ ist damit auch Ihr Verdienst. Sie sind eine wahre Seele des Sports.“ Mit diesen Worten lobte der Landrat das Lebenswerk des Ausgezeichneten. „Über die Jahrzehnte gelingt es Helmut Hüppop und seinen Mitstreitern, die

soziale Bedeutung des Sports für Sprockhövel herauszustellen“, machte Brux deutlich.

Viele Sprockhöveler Vereine und Organisationen schlossen sich dem Lob des Landrates an und gratulierten Helmut herzlich zu dieser Auszeichnung: „Du hast Dich um die TSG, den Sport in Sprockhövel und die Stadt verdient gemacht durch Dein besonderes Engagement und Deine Leistungen. Dein ehrenamtliches Engagement und Dein Lebenswerk für die TSG und den Sport sind vorbildlich! HERZLICHEN DANK!“, so haben wir das vor elf Jahren zusammengefasst und so bleibt es jetzt in Erinnerung.

Für Helmut waren das Bundesverdienstkreuz und die Anerkennung wichtig. Er hat viel Gutes getan – für andere Menschen, für die TSG, für den Sport, für die lokale Agenda und für die Senioren. Aber er hat auch viel Lob und Anerkennung dafür bekommen. Sein Engagement für andere hat auch zu seiner Zufriedenheit, Gesundheit und Lebensqualität beigetragen.

Helmut war auch für mich persönlich ein großes Vorbild – mit seinem Engagement für den Sport und die Menschen in Sprockhövel. Aber auch in vielen Einstellungen und Verhaltensweisen. Und einen besseren Schwiegervater als ihn kann man sich einfach nicht wünschen. Jetzt bleiben die Erinnerung an die besondere Persönlichkeit Helmut Hüppop und die Hoffnung, dass sich immer wieder Menschen für den Sport und die Gemeinschaft engagieren und zur Lebensqualität in Sprockhövel und in unserer Gesellschaft beitragen – für uns und unsere Kinder und (Ur-)Enkel\*innen!

### GLÜCKAUF – auch für Deinen letzten Weg!

*Dirk Engelhard  
für den Vorstand  
der TSG 1881 Sprockhövel e.V.*

## 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  
mobil 0171-2835341

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

GuFi: **Alfons Eilers**  
alfons.eilers@tsg-sprockhoevel.de  
mobil 0176 - 75 82 07 42

Freizeit & Senioren: **Dirk Engelhard**  
dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de  
mobil 0151 - 64 19 67 99

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.am@wuerttembergische.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: **NN**

Projekte: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

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

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



# DANKESCHÖN!

## Veranstaltung für langjährige TSG-Mitglieder

Zum 27. Mal hat der Vorstand der TSG in diesem Jahr alle TSG-Mitglieder eingeladen, die 50 Jahre und mehr unserem Verein angehören. Das sind inzwischen 71 Mitglieder mit insgesamt 4199 Beitragsjahren und das kann sich sehen lassen und belegt, dass sehr viele TSG-Mitglieder den Verein nicht nur als Dienstleister für Sport- und Bewegungsangebote sehen, sondern auch als „soziale Heimat“, als Gemeinschaft. An der kleinen „DANKESCHÖN-Veranstaltung“ am Montag, den 28.10.2019, im Tennisheim nahmen 35 Personen teil. Besonders geehrt wurden die Mitglieder, die 2018 und 2019 jeweils 50, 60 und 70 Jahre dem Verein angehören.

TSG-Mitglieder mit den längsten Mitgliedschaften sind Annelore Westermann (77 Jahre Mitglied), der TSG-Ehrenvorsitzende Helmut Hüppop, Paul Herbert Gremm und Lieselotte Brempkamp (je 73 Jahre Mitglied).

Am 31.1.1992 fand die erste DANKESCHÖN-Veranstaltung für langjährige TSG-Mitglieder statt – damals waren das 27 Personen. Helmut Hüppop war seinerzeit zweiter Vorsitzender der TSG und initiierte die Veranstaltung, die er bis 2018 auch immer vorbereitete. In diesem Jahr konnte er aus gesundheitlichen Gründen erstmalig nicht teilnehmen, am 24.11. ist er verstorben (Seite 6). Übrigens waren im Jahre 2000 dann 50 TSG-Mitglieder seit 50 Jahren und länger in der TSG und 2005 erstmalig über 60 Mitglieder. Jetzt sind es über 70. Die Menschen werden älter und bleiben aktiv!

Für 70jährige Mitgliedschaft wurden Herbert Pleiger und Georg Dessel ausgezeichnet; für 60 Jahre Robert Hagl, Erhard Malik, Horst Wegener und Hans Werner Buchner. Seit 50 Jahren sind u.a. in der TSG Heinz Dieter Friese, Jörg Hüppop, Hans Georg Kötter, Ilona Brinkmann, Renate Dessel, Dieter Böhmer, Gabriele Gräbe, Dieter Körner, Ulrich Brüggemann und Andreas Döring. Elke Althäuser als TSG-Vorsitzende überreichte die Urkunden.

Wie erwartet gab es ein leckeres Essen, schöne Urkunden und ein paar angenehme gemeinsame Stunden mit unterhaltsamen Gesprächen über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft unserer Gemeinschaft und in Sprockhövel.

*Dirk Engelhard  
TSG-Vorstand „Freizeit und Ältere“*

### 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](http://www.vw-kuhlmann.de)

# STÜWE

## REIBSCHLUSSVERBINDUNGEN



## 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)

# Mehr Spaß als erwartet

## Übungsleiterwochenende der Turnabteilung

*Nach einem kurzen Informationstreffen vorab war bereits klar, dass das Wetter unsere Aktivitäten in Hachen etwas einschränken würde. So machten sich alle am Freitagnachmittag auf den Weg ins Sauerland und ließen sich davon überraschen, was uns dort wohl erwarten wird.*

Unter den elf Teilnehmern waren Übungsleiter- und Gruppenhelfer verschiedenster Sportarten wie Prellball, Akrobatik, Laufen, Gerätturnen, Schwimmen, Gymnastik und Leichtathletik vertreten und alle waren gespannt darauf, die anderen besser kennenzulernen

und einmal neue Dinge auszuprobieren, ohne selbst dazu anleiten zu müssen.

Vor Ort waren außer uns noch einige andere Sportgruppen. Christine gab ihr Bestes, passende Hallenzeiten zu ergattern und knüpfte dabei bereits Kontakte zu anderen Gruppen.

Die Vorstellungsrunde verkürzten wir auf die Gespräche am Tisch beim Abendessen, damit die heiß begehrte Schwimmhalle noch genutzt werden konnte und wir im Anschluss der Einladung einer anderen Gruppe zum Zumba folgen konnten.

Am nächsten Tag ging es ausgeschlafen und vom reichhaltigen Essen gesättigt weiter mit einer Fitness-Einheit für die Tiefenmuskulatur mit den „TOGU-Brasilis“.

Nachmittags versuchten wir uns in kleineren, bunt gemischten Grüppchen beim Geo-Caching. Dank guter Zusammenarbeit, waren die Rätsel schnell gelöst, die Koordinaten gefunden und alle pünktlich vor dem nächsten Dauerregen wieder am Tagungszentrum angekommen.



Nach kurzer Pause bei Kaffee und Kuchen ging es auch schon weiter mit dem Hallenbogenschießen, ein Zielwurfspiel, das aus dem Eisstockschießen entwickelt worden ist. Eine nette Gruppe aus Iserlohn hatte sich bereit erklärt, uns die Sportart näherzubringen. Nachdem



## 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)



unsere „Trainer“ zu Beginn so einige Augen zudrücken mussten, dauerte es gar nicht lange, bis wir es zu einem Spielablauf mit taktischer Herangehensweise schafften. Natürlich stand dabei nicht das Gewinnen, sondern der Spaß im Vordergrund und wir wechselten fleißig untereinander nach Bedarf die Teams.

Die übrigen Kraftreserven reichten noch für ein paar Runden Darts und Tischtennis. Danach ließen wir den Abend, wie auch am Freitag, gemütlich zusammen in der Tenne bei dem ein oder anderen Kaltgetränk ausklingen.

Am Sonntagmorgen wollten wir uns alle einmal beim Prellball versuchen. Ein flüssiger Spielablauf kam aber, trotz tollem Coaching von Monika, nicht so richtig zustande.

Uns fehlte auch die Zeit zum Üben, denn es folgte schon die nächste unbekanntere Sportart „Kinball“. Ziel war es hierbei, jeweils in drei Teams den riesigen Ball in der Luft zu halten. Hierbei sammelten alle fleißig Punkte und trotz altersmäßig ausgeglichenen Mannschaften wurde es zunehmend anstrengend.

Jeder der Teilnehmer dachte sich wohl bei einer Aktivität zwischendurch mal: „Naja, was soll’s: mitgefangen, mitgehangen“ und musste sich danach am Ende eingestehen, dass das Wochenende viel mehr Spaß bereitet hat, als zuvor erwartet. Rundherum ein sehr gelungenes und aktives Wochenende, in dem wir viele neue Sportarten ausprobieren konnten und das Teambuilding gestärkt wurde.

*Sara Walter und Annika Ebel*



**GUT  
BERATEN  
GARANTIE**

**100%  
ZUFRIEDEN  
ODER 50€**

Weitere Infos unter:  
[www.ihrfels.de](http://www.ihrfels.de)

## Nie nach Schema F. Sondern immer mit Plan B.

Immer an Ihrer Seite.

**Generalagentur Andre Meister**

Mobil 0172-8779365

[andre.meister.am@wuerttembergische.de](mailto:andre.meister.am@wuerttembergische.de)

[www.wuerttembergische.de/versicherungen/andre.meister](http://www.wuerttembergische.de/versicherungen/andre.meister)

**W&W württembergische**

Ihr Fels in der Brandung.





## ... erst recht im Alter!

Am Samstag, den 2.11.2019 fand in der Dreifach-Sporthalle des TV-Haßlinghausen auf Einladung des Stadtverbandes eine **neue Auflage des Seniorensporttages für Sprockhövel** statt. Die Veranstaltung lief diesmal unter dem Oberthema „Sturzprophylaxe“.

Ziel war es, einmal mehr die vielfältigen Möglichkeiten sportlicher Betätigung auch – und gerade – im Alter aufzuzeigen und zum Mitmachen und Ausprobieren zu animieren. Die beteiligten Vereine zeigten Ausschnitte ihres Sportprogramms, so wurde z.B. vom TV Haß-



linghausen eine Gymnastik mit dem Stab angeboten, für die TSG-Sprockhövel präsentierte die Gruppe von Regina Fischer eine Einheit mit dem Reifen, die Herren den Handballclubs Haßlinghausen führten einen Satz Fußballtennis vor und der VfL Gennebreck lud zum gemeinsamen Tanzen ein.

Anschließend konnten die Gäste sich an verschiedenen Stationen in der Halle ausprobieren. Neben einem Gedächtnisparcour gab es eine „Wackelbrücke“ – perfekt für die Schulung des Gleichgewichtes –, die aber auch Mut und Konzentration erforderte. Verschiedene Übungen auf dem G-WEG® sollten den Fokus auf die Bedeutung eines flüssigen und sicheren Ganges für die Senioren richten. Mitmachen war auch beim Cross-Boccia erwünscht, eine gute Möglichkeit dosierter sportlicher Betätigung, die nahezu überall möglich ist.

Abgerundet wurde der Nachmittag mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken und einem interessanten Vortrag zum Thema „Diabetes im Alltag“ von Dr. Sven Stüwe.

Allen Beteiligten hat der Nachmittag viel Spaß gemacht, dennoch hätten sich die Ver-



**Cross-Boccia: Mit Zielsicherheit und Geschick – die Übung macht's**

antwortlichen noch mehr Interesse von Senioren gewünscht, die bisher noch nicht sportlich aktiv im Verein tätig sind. *Steffi Basner Fotos: J. Zang*



# Spiel – Satz – und dann?

Unser Tennisjahr startete im Januar mit einer umfangreichen Renovierung unseres Clubhauses. An mehreren Wochenenden wuselten viele Helfer mit viel Spaß, Farbe, Pinsel und neuen Stoffen, um unserem Clubheim einen neuen Look zu geben. Und das ist toll gelungen. Vielen Dank an alle freiwilligen Helfer, die sich dabei eingebracht haben.

Die ersten Bälle flogen dann am 10. Februar bei unserem traditionellen und 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 Erika Scherr und Karl-Heinz Haude sowie Christina Herrmann und Henryk Parusel im Mixed gegenüber. In einem spannenden Endspiel auf Zeit behielten dabei schließlich Scherr/Haude knapp mit 5:2 die Oberhand. Nach der Siegerehrung wurde der schöne Tennistag mit einem deftigen, gemeinsamen „Grünkohlesse“ im Sportpark abgerundet. Neben allen Teilnehmern gilt unser Dank vor allem Erika Scherr für die Vorbereitung und die perfekte Organisation des Turniertages.

Erstmalig hat im Winter 2018/2019 eine **Herren 50+Mannschaft** in der Kreisklasse an der Winterhallenrunde teilgenommen. Dazu mussten für die Heimspiele Hallenplätze angemietet werden.

Leider entpuppten sich die Gegner deutlich stärker als angenommen. So war der 4. Platz in der Gruppe das Optimum, dass das



*Henning Schulz, Geschäftsführer der Tennisabteilung bei der Siegerehrung des Schewy-Leveringhaus-Turniers 2019. V.l.n.r.: Henryk Parusel, Christina Herrmann, Erika Scherr und Karl-Heinz Haude.*

Team um Kapitän Ralf Jürgens erreichen konnte. Im Winter 2019/20 wird sich das Team erneut versuchen. Der Saisonstart war bereits im November.

Wie in jedem Jahr haben wir im März/April auf unserer Tennisanlage – auch mit der Unterstützung durch viele freiwillige Helfer der Tennisabteilung – eine Frühjahrsüberholung durchgeführt. Am 25. April konnten wir dann die Anlage eröffnen und mit dem **Spielbetrieb für 2019** beginnen.

Am Samstag, den 27. April begannen dann die Meisterschaftsspiele der TSG für die Erwachsenen und Junioren. Für die TSG gingen 2019 insgesamt sieben Mannschaften aus dem Seniorenbereich und sechs Jugendmannschaften in den Meisterschaftsspielen an den Start. Weitere Jugendliche konnten an den Spielen in Kooperationen mit der TG Bochum 49 und dem TC Rot-Weiß Hardenstein Witten teilnehmen.

## Das Tennisjahr 2019 – ein sportlicher Jahresrückblick der TSG-Tennisabteilung



Die **Herren 55+** um Mannschaftsführer Michael Hilligloh gingen nach dem Abstieg aus der Westfalenliga im Vorjahr 2019 in der Verbandsliga an den Start. Leider mussten in der ersten Saisonhälfte krankheitsbedingt einige Ausfälle verkraftet werden, so dass als Saisonziel schnell der Klassenerhalt formuliert werden musste.

Am Ende wurde dieser aber sicher im Mittelfeld erreicht. 2020 geht die Mannschaft letztmals in der Altersklasse Herren 55+ an den Start. Ab 2021 wird das Team dann in die Altersklasse Herren 60+ wechseln.

In der Kreisliga ging das Team **Herren 55+/2** der TSG ins Rennen. Die Truppe um Mannschaftsführer Ralf Jürgens hatte eine schwere Gruppe erwischt, konnte aber am Ende trotzdem mit knappen Siegen gegen Rechen Bochum und Grün-Weiß Herne mit ausgeglichenem Punkteverhältnis klar den Klassenerhalt sichern.

Für die **Damen 60+** mit Mannschaftsführerin Erika Scherr kam es 2019 in der Ruhr-Lippe-Liga knüppeldick. Durch Krankheiten und Verletzungen konnten sie kaum einmal eine schlagkräftige Mannschaft bei den Spielen stellen. Am Ende reichte es leider nur zu zwei Unentschieden, so dass die Mannschaft aus der Ruhr-Lippe-Liga in die Bezirksliga absteigen musste. Über den Winter muss man nun überlegen, wie es 2020 mit dem Team weitergeht.

Wie in jedem Jahr ging unsere **Herren-Mannschaft** auch 2019 in der Kreisliga wieder mit der Hoffnung ins Rennen, den Sprung in die Bezirksliga zu schaffen. Leider leistete sich das Team um Marcel Kötter wieder eine Niederlage gegen den späteren Aufsteiger Rot-Gelb Horst. Obwohl alle weiteren Spiele deutlich gewonnen wurden, reichte es dadurch leider nicht zum Aufstieg. Auf ein Neues in der nächsten Saison.

Das mit vielen Nachwuchsspielern aufgefüllte **Herren II-Team** der TSG ging wieder in der Kreisklasse 1 an den Start. Die jungen TSG-Herren (Spielführer Niklas Gerisch) schlugen sich dabei überraschend gut und konnten die Klasse sicher erhalten.

Die **TSG-Damen** spielten 2019 wieder in der Kreisliga. Das junge Team um Spielführerin Esther Koch spielte sich souverän auf den 3. Platz der Gruppe und sicherte sich damit den Klassenerhalt. Zwei unglückliche Niederlagen verhinderten leider den durchaus möglichen Aufstieg in die Bezirksliga. Das könnte ein großer Ansporn für die nächste Saison sein.

2018 waren die **Damen 40+** der TSG um Spielführerin Julia Koch in die Bezirksliga aufgestiegen. Dort hatte man mit einem schweren Jahr gerechnet. Und die ersten Spiele mit deutlichen Niederlagen schienen das auch zu bestätigen. Aber dann kämpfte die Mannschaft sich toll zurück und konnte mit zwei Siegen am Ende noch den 4. Platz der Grup-



pe und damit den Klassenerhalt sicherstellen. Das wurde dann natürlich entsprechend ausgiebig gefeiert.

Im Jugendbereich wurden 2019 wieder insgesamt sechs Mannschaften in der Kreisliga und der Kreisklasse 1 gemeldet – eine stattliche Zahl für die TSG-Tennisabteilung.

In der Kreisliga Ruhr starteten jeweils ein U18- und ein U15-Juniorenteam. Dabei schafften die **U18-Junioren** den Klassenerhalt und die **U15-Junioren** belegten sogar den 2. Platz in ihrer Gruppe hinter dem souveränen Gruppensieger vom TC Bochum-Süd.

In der Altersklasse U15-Junioren schickte die TSG auch eine **zweite Mannschaft** in der Kreisklasse ins Rennen. Ein Sieg reichte in der kleinen Gruppe zum Klassenerhalt.

In der Kreisklasse spielte auch eine **U12-Juniorenmannschaft** der TSG. Mit ausgeglichenem Punkteverhältnis belegte die Mannschaft am Ende den 3. Platz in ihrer Gruppe.

Schließlich haben wir auch 2019 zwei gemischte Jugendmannschaften in den Altersklassen **U8 und U10** ins Punkterennen geschickt. Beide Mannschaften schlugen sich dabei hervorragend und belegten vordere Plätze in ihren Gruppen.

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, KISTE8 sowie MINUTE werden unsere Junioren/-innen immer wieder bei lustigen Turnieren mit Aufgaben rund um das Tennisspiel 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 2019 haben wieder viele Jugendliche aus Sprockhövel mitgemacht. Schaut doch im Sommer auch mal bei uns rein, wenn Ihr Interesse am Tennissport habt!

Am Pfingstmontag, den 10. Juni 2019, fand die schon 27. Ausgabe des beliebten **Kuddelmuddel-Mixed-Turniers** um den begehrten „Kohlebrocken-Pokal“ unter der souveränen Leitung von Manfred Stahlhut bei bestem Ten-



**Kuddelmuddel 2019:**  
Teilnehmerfeld und Siegerehrung



Pure Tennisnostalgie am 19. Juli 2019

nissetter auf der TSG-Tennisanlage statt. 20 Teilnehmer/-innen aller Altersklassen hatten sich zu diesem seit Jahren beliebten Turnier eingefunden (s. TSGinfo 3/19).

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 Christina Herrmann, Petra Massolle-Danisch, Martin Herrmann und Michael Hilligloh das Finale, in dem Petra Massolle-Danisch und Michael Hilligloh in einem langen Satz mit 9:5 die Oberhand behalten konnten.

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

Leider konnten 2019 keine Jugend-Stadtmeisterschaften im Tennis ausgetragen werden. Neben den Schwierigkeiten, einen passenden Termin zu finden, war auch das Interesse der Jugend eher durchgewachsen. Wir werden 2020 einen neuen Versuch starten.

Am 19. Juli fand auf unserer Tennisanlage ein **nostalgisches Damen-Doppel-Tennisturnier** statt. 12 Damen waren dabei der Einladung von Petra Massolle-Danisch gefolgt und spielten in tollen Outfits der 20er und 30er

Jahre in langen Röcken Damendoppel. Auf altes Schlägermaterial wurde aber verzichtet, um keine Verletzungen zu provozieren.

Tolles Wetter, viel Spaß, prickelnder Sekt und leckere Erdbeeren sorgten für einen unvergessenen Tag. Vielen Dank an Petra für die Organisation.

Im Juni 2019 wurden in Bochum-Harpen wieder die **Bezirksmeisterschaften der Senioren** ausgetragen. Dort erreichte Karl-Heinz Haude im Doppel der Herren 60+ mit seinem Partner Rolf Busse von Rot-Weiß Hattingen (ehemals TSG) das Endspiel. Leider mussten sie sich dort dem sehr starken Doppel Kalkstein/Seidel aus Herne mit 6:7 und 1:6 geschlagen geben.

Auch beim hochklassig besetzten **Graf's-Reisen-Cup** in Bochum spielte sich Karl-Heinz Haude im August 2019 in der Konkurrenz Herren 70+ wieder bis ins Finale vor. Dort besiegte er Joachim Klawitter mit 6:0 und 6:4 deutlich.

Mit Rolf Busse von der TG Rot-Weiß Hattingen erreichte er bei diesem Turnier auch im Doppel Herren 65+ das Endspiel. Gegen Stamer/Krüger aus Stiepel behielten sie mit 6:1 und 6:0 klar die Oberhand.

Bei den Herren 55+ spielte sich zudem Michael Weiss von der TSG bis ins Halbfinale vor. Dort unterlag er jedoch dann Werner Krause etwas unglücklich mit 3:6 und 4:6

Ein fester Bestandteil des Turnierkalenders bildet seit vielen Jahren die Doppeltourniere um den **Clemens-Ryzner-Pokal** mit einigen Mannschaften aus dem regionalen Umfeld.

Leider konnten in diesem Jahr nicht genügend Mannschaften für das Turnier gewonnen werden. Die TSG hatte aber im August die „Blauen Elfen“ aus Bochum-Harpen zu einem **Freundschaftsturnier** zu Gast. Neben Spaß (vor allem bei der TSG), Spiel, Essen und Trank wurde vereinbart, 2020 gemeinsame Anstrengungen zu unternehmen, um dieses Turnier am Leben zu erhalten.

Vom 09. bis 21. September fanden die **14. Einzelkreismeisterschaften im Tennis** unter der Schirmherrschaft des Kreisportbundes (KSB) statt. Spielberechtigt ist bei diesem Turnier, wer in einer der 9 EN-Städte in einem Verein spielt und/oder im EN-Kreis wohnt.

Nachdem das Turnier im Vorjahr mangels Meldungen leider abgesagt werden musste, konnten sich die Veranstalter aus Sprockhövel in diesem Jahr über fast 90 Meldungen freu-

en. Es wurden Konkurrenzen in 8 Altersklassen jeweils mit Nebenrunden (Verlierer des ersten Spiels) auf 5 Tennisanlagen in Kreis ausgetragen.

Die Finalspiele der Haupt- und Nebenrunden fanden am 21.09.2019 beim Herdecker TV statt und verliefen für die TSG sehr erfolgreich. Karl-Heinz Haude gewann die Konkurrenz Herren 70 überaus überlegen gegen Dieter Albers von der SU Annen mit 6:0 und 6:0.

In den Konkurrenzen Damen B und Herren B erreichten Esther Koch und Leonard Krieff jeweils das Finale. In spannenden Spielen mussten sich aber leider beide ihren Kontrahenten geschlagen geben. Esther Koch unterlag dabei der sehr starken Henrike Steinbach vom TC Rot-Weiß Gevelsberg mit 3:6 und 2:6 und Leonard Krieff verlor gegen Maximilian Beckmann von der TG Hiddinghausen erst äußerst unglücklich mit 1:6/6:1 und 6:10 im entscheidenden Match-Tie-Break.

Zudem erreichten Timo Kockel und Florian Preuß bei den Herren B ebenso das Halbfinale, wie Julia Koch bei den Damen 50+ und Jürgen Zang bei den Herren 65+.

Auch in den Nebenrunden war die TSG sehr erfolgreich. Louisa Gries siegte bei den Damen B, Carsten Gries bei den Herren 55+



Vizekreismeisterin Esther Koch (im Foto rechts), Vizemeister Leo Krieff, Nebenrundsieger Schmidt und Gries

**► TERMINSACHE!**

**Am Sonntag, den 26.1.2020 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 nach gewonnenen Spielen besten zwei Damen und zwei Herren spielen dann das Finale im Mixed-Modus. Auch hier werden die Paarungen wieder durch das Los bestimmt.

**Das Startgeld** (für die Platzmiete) beträgt **13,00 €**. Grünkohlessen: **9,50 € /Person**

**Anmeldungen bitte an Erika Scherr**  
**Telefon 02324/32256**  
**erikascherr1@web.de**  
 Bitte angeben, ob mit oder ohne Essen!

und Carsten Schmidt bei den Herren 50+.

Alle Sieger wurden im Anschluss an die Spiele durch die Turnierleitung, Beate Vohwinkel als Vertreterin des KSB sowie den stellvertretenden Bürgermeister der Stadt Herdecke geehrt. Mein Dank als Turnierleiter gilt allen Helfern, dem KSB als Schirmherr und Sponsor, Sport Krön sowie dem ausrichtenden Verein in Herdecke.

Am 26. Oktober 2019 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 gegangen.

Aber schon zu Beginn des Jahres 2020 werden wir die Turniersaison wieder aufnehmen. Dann findet im Sportpark-Ruhrtal in Hattingen das nächste interne Schewy-Leveringhaus-Turnier statt (siehe „TERMINSACHE“). Interes-

sierte Mitglieder sollten diesen Termin bitte unbedingt vormerken.

**Unser Dank** gilt wie in jedem Jahr allen Helfern, die die vielen Aktivitäten innerhalb der TSG-Tennisabteilung erst möglich gemacht haben. Wir bedanken uns auch bei unserem 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 immer die Anlage und die Plätze im Auge hatte.

**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: M. Hilligloh, J. Zang*



# Conny Dauben beendet den Deutschland Klassiker

Der Deutschland Klassiker ist inspiriert vom schwedischen „En Svensk Klassiker“, einer Sportserie von vier verschiedenen Sportarten, die innerhalb eines Jahres zu absolvieren sind (TSGinfo 2/2019). Die vier Königsdisziplinen sind Radfahren, Schwimmen, Laufen und Skilanglauf.



Mein Einstieg war am 3. Februar 2019 beim König Ludwig Lauf in Oberammergau, einem 50 km Skilanglauf im klassischen Stiel. Es ist schön wenn es schneit und alles weiß ist, aber mein Wunsch wäre gewesen, vernünftige Verhältnisse zu haben. Das war leider nicht der Fall, denn es schneite ununterbrochen. Nach ein paar Kilometern war die Loipe durch den heftigen Schneefall verschwunden, was für mich ein zusätzliches Handicap war, da ich

ja nicht so eine geübte Langläuferin bin. Und so kämpfte ich mich Kilometer für Kilometer bei heftigem Schneefall durch die Allgäuer Landschaft.

Nach 5 Stunden 30 Minuten erreichte ich überglücklich das Ziel. Dies war der Anfang für meinen Deutschland Klassiker und gleichzeitig auch Training für den Wasa Lauf in Schweden, der Abschluss für meinen Schweden Klassiker war.



Am 25. Mai 2019 startete ich im 300-km-Radfahren, bei der Mecklenburger-Seen-Runde in Neubrandenburg. Die Mecklenburger-Seen-Runde ist mit mehr als 3000 Startern der größte Jedermann-Radmarathon in Deutschland. Die verkehrsarmen Straßen und die abwechslungsreiche Natur der Mecklenburgischen Seenplatte machen dieses Erlebnis zu einem der reizvollsten Radevents. Es wurde immer in 50er Gruppen gestartet mit 15 Minuten Abstand zur nächsten Gruppe, was sehr entspannt war.

Ich hatte mich für 7 Uhr gemeldet und Glück, dass ich zu dieser Zeit auch starten konnte. Es ging im Polizeikonvoi bis außerhalb der Stadt und dann begann die sehr unruhige Fahrt, weil mancher Teilnehmer meinte, er wäre bei einem Straßenrennen. Bei einem Zwischenstopp nach 60 Kilometern habe ich dann eine tolle Mädelsgruppe getroffen und wir waren uns schnell einig, dass wir zusammen fahren wollten. Wir wechselten uns regelmäßig bei der Führungsarbeit ab. Diesmal bei tollem Wetter genossen wir die herrliche Landschaft und mit flottem Tempo ging es dann Richtung Ziel, das ich trotz Pausen in 11 Stunden 30 Minuten erreichte. Wir waren uns



alle einig, dass dieses Radevent eine Wiederholung wert ist.

Am 18. August ging es dann zum Unterbacher See nach Düsseldorf, wo das 3,3-Km-Schwimmen stattfand. Das Schwimmen im Unterbacher See ist das größte Freiwasserschwimmen für jedermann in NRW. Exklusiv für diesen Wettbewerb besteht die Möglichkeit, den See in vollem Umfang zu durch-

Ihr Brillenteam in Sprockhövel



Hauptstraße 45 | 45549 Sprockhövel | Telefon 023 24 / 781 64



schwimmen. Diese Disziplin war für mich die leichteste. Und obwohl es wie aus Kübeln goss, erreichte ich nach 55 Minuten das Ziel. Drei Disziplinen hatte ich nun geschafft und als letztes wartete der Frankfurt Marathon, um den Deutschland Klassiker zu vollenden.

**Am 27. Oktober 2019 stand die letzte Disziplin der Frankfurt Marathon auf dem Programm.**

Der Mainova-Frankfurt-Marathon ist mit 27000 Läufern der zweitgrößte Marathon Deutschlands und aufgrund seiner flachen Strecke der drittschnellste Marathon der Welt. Der Zieleinlauf über den roten Teppich in der Frankfurter Festhalle gilt als das schönste Marathonziel Deutschlands. Kurz vor dem abschließenden Lauf in der Mainmetropole erwischte mich eine hartnäckige Erkältung. Ich habe Tagelang nur Tee getrunken und Erkältungsbäder genommen, damit ich irgendwie nur teilnehmen konnte. Eigentlich hatte ich eine persönliche Bestleistung über die 42,195 km angepeilt,



thon in einem gemäßigten Tempo, dabei hatte ich immer ein Auge auf meinem Pulsmesser. Am Ende lief ich bei 3 Stunden/45 Minuten durchs Ziel in der Frankfurter Festhalle, und ich muss sagen, dieser Zieleinlauf entschädigt für alles. Ich hatte ihn geschafft, den Deutschland Klassiker.

dafür hatte ich mich sogar für den ersten Startblock eintragen lassen. Doch daran war letztlich nicht mehr zu denken, denn bis drei Tage vorher lag ich noch im Bett.

Es war trotzdem ein Erlebnis, mit den Kenianern im ersten Startblock zu stehen. Ich hörte auf meinen Körper und lief den Mara-



**Jetzt bin ich in die „Hall of Fame“ aufgenommen, als 18. Frau in Deutschland, die den Deutschland Klassiker geschafft hat.** Da ich den Schweden Klassiker als 5. deutsche Frau geschafft habe, bin ich jetzt die erste Deutsche, die sowohl den Schweden- als auch den Deutschland Klassiker gemeistert hat.

Conny Dauben

# ... nächstes Jahr wieder!

## Röntgenlauf

Beim 19. Röntgenlauf in Remscheid am 27.10.2019 starteten für das TriTeam Christian Koch und Iris Beer. Eigentlich wollte Christian mit Torsten Remmert vom Laufftreff dort starten, aber das ging krankheitsbedingt leider nicht und so hat Iris den Startplatz kurzfristig übernommen.

Während früh morgens noch starker Regen mit mindestens ebenso viel Wind das Wetter bestimmte, waren sowohl der Regen als auch der Wind kurz vor dem Start vorbei und es wurde ein toller Herbsttag wie aus dem Bilderbuch! Christian war flotten Schrittes unterwegs und hat das Ziel am Clemenshammer nach 1:51:36 Stunden erreicht. Iris brauchte etwas länger



und war nach einem für sie guten Lauf, bei dem alles stimmte, nach 2:42:24 Stunden im Ziel. Für Christian war es die erste Teilnahme, Iris war schon mehrfach am Start, aber beide sind sich einig: nächstes Jahr auf jeden Fall wieder!

TriTeam



## Wir suchen Dich!!

Der Laufftreff der TSG Sprockhövel, der sich unter der Leitung von Christian Koch immer Mittwochs um 19:30 Uhr auf dem Parkplatz vor dem Aldi-Markt in Niedersprockhövel trifft, sucht DICH als Verstärkung. Wir laufen in mehreren Gruppen mit unterschiedlichen Geschwindigkeiten und freuen uns über jeden, der mit uns laufen möchte. Wir fahren auch

gemeinsam zu Veranstaltungen im Umkreis, z. B. nehmen Christian und Torsten wieder an der Winterlaufserie Anfang nächsten Jahres in Duisburg teil. Am besten meldest du dich vorher unter [c.koch@triathlon-Sprockhoevel.de](mailto:c.koch@triathlon-Sprockhoevel.de) kurz an. Wir freuen uns auf dich.

**Laufftreff, immer Mittwochs, 19:30 Uhr, Aldi-Parkplatz Niedersprockhövel**



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
8.30 - 9.30 [IB] Wirbelsäulengymnastik						
	9.00 - 10.00 [G19] Fit for Fun	9.00 - 10.00 [G15] Pilates Mix	9.00 - 10.00 [G15] Rücken Fit	9.00 - 10.00 [G15] Dance Workout		
	10.00 - 11.00 [G19] Yoga 60+		10.00 - 11.30 [G15] BOP&more	10.00 - 11.00 [G15] Rücken Fit-Entspannung	10.00 - 11.00 [G15] Cycling (ab 12.10.)	10.00 - 11.00 [G15] Dance Workout
	11.00 - 12.00 [G19] Vinyasa Yoga				11.15 - 12.15 [G15] Funktionales Training (ab 12.10.)	11.00 - 12.00 [G15] BOP&more
						12.15 - 13.15 [G15] Cycling
<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 - 16.15 (LS) <b>Z</b> QuietschFidel 	15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)			
16.00 - 17.00 [G19] <b>Z</b> D!s Kids Club (ab 8 Jahre)		16.15 - 17.00 (LS) <b>Z</b> QuietschFidel 				
17.00 - 18.00 [G19] <b>Z</b> D!s Kids Club (ab 11 Jahre)		17.00 - 18.00 [G15] <b>Z</b> D!s Dance Club (ab 12 Jahre)				
17.30 - 18.15 (LS) Aqua Jogging		17.00 - 18.00 [G19] Frauengymnastik 50+				
17.30 - 18.30 [G15] Funktionales Training	17.15 - 18.45 [G19] <b>Z</b> Hatha Yoga Erfahrene					
	17.30 - 18.30 [G15] Pilates					
18.00 - 19.00 [G19] <b>Z</b> D!s Dance Club (ab 13 Jahre)		18.00 - 19.00 [G15] <b>Z</b> D!s Dance Club (ab 14 Jahre)	18.00 - 19.00 [G15] Rücken Fit	18.15 - 19.15 [G15] Cycling		
18.15 - 19.00 (LS) Aqua Fitness		18.00 - 19.30 [G19] <b>Z</b> Yoga				
18.30 - 19.00 [G15] Bauch Spezial	18.30 - 19.30 [G15] Step&more					
19.00 - 20.00 [G15] Cycling		19.00 - 20.15 (MAS) Tanzen und mehr (Frauen 40+)	19.00 - 20.00 [G15] Step'n Style			
	19.30 - 20.30 [G15] Power Mix	19.15 - 20.15 [G15] Cycling		19.30 - 20.30 [G15] Complete Body Workout		
20.15 - 21.15 [G15] Cycling		19.45 - 21.15 [G19] <b>Z</b> Yoga				

# Schwieriger Start in die neue Saison

Die Hinrunde der Saison ist beinahe vorüber, noch immer warten die beiden Badmintonmannschaften der TSG auf den ersten Sieg. Nachdem sowohl die erste, als auch die zweite Mannschaft in der letzten Saison den Aufstieg erreichen konnten, gestaltet sich der Start in der Bezirksliga bzw. Bezirksklasse zunächst schwierig.

Die erste Mannschaft hat im ersten Spiel zunächst deutlich gegen den Liga-Favoriten SSV WBG Bochum 2 verloren. In den zwei Spielen gegen TuS RW Wuppertal und TB Wülfrath konnte die TSG zumindest beim Dameneinzel und im Mixed überzeugen. Tanja Dreher konnte beide Dameneinzel für sich entscheiden und auch das Mixed, bestehend aus Kira Husemann und Frank Hustert, konnten je einen Punkt holen.

Auch bei der zweiten Mannschaft läuft es bisher nicht rund. An den ersten drei Spieltagen konnten einzig Niklas Gerisch im ersten Herreneinzel, sowie Hannah Tolkemit mit Jens Mayland im Mixed Spiele für sich entscheiden.

Trotz des schwierigen Starts haben beide Mannschaften noch Chancen, den Klassenerhalt zu schaffen – beide haben bisher fast ausschließlich auswärts gespielt. So erhoffen sich die Spielerinnen und Spieler in der Rückrunde den Heimvorteil nutzen zu können und so noch einige Spiele für sich zu entscheiden.

Jan Philipp Thoma

Foto: David Wiegardt / Wiegardtphotography



*Steffen Bötzel im Spiel gegen  
den VFL Bochum*

*Wir wünschen der  
TSG Sprockhövel  
viel Erfolg!*

Rechtsanwälte  
**MAYER**

Fachanwälte und Notar

Mittelstraße 44, 45549 Sprockhövel

Telefon (0 23 39) 121780

Telefon (0 23 39) 48 00

Telefax (0 23 39) 48 09

info@anwaelte-mayer.de

**www.anwaelte-mayer.de**





Andrea Haarmann (2. v.l.) bei der Siegerehrung

## Heiße Kämpfe in Marrakesch

**Nun auch mit WM-Gold**

*Freitags hin, montags wieder zurück. Zugegeben, die Tage der Wettkämpfe sind schon sehr anstrengend! Aber Zeit ist Geld, also muss alles entsprechend geplant werden. Trotzdem war es eine Reise, die sich für mich voll gelohnt hat.*

Über 1200 Judoکا aus allen fünf Kontinenten waren bei der Veteranen-Weltmeisterschaft am Start. Insgesamt schickten 49 Nationen ihre Athleten ins Rennen. Mit 368 Judoکا stellte die Franzosen das größte Team. Der Deutsche Judo Bund wurde durch 47 männliche und 30 weibliche Judoکا vertreten. Mit 18mal Bronze, neunmal Silber und viermal Gold schaffte es das deutsche Team insgesamt auf Platz sechs der Nationenwertung. Fünf Medaillen holten sich Judoکا aus NRW (zweimal Gold, einmal Silber, zweimal

Bronze). Eine der zwei Goldmedaillen habe ich erkämpft.

Nach dem üblichen Prozedere wie Akkreditieren und Wiegen, ging es für mich in die Wettkampfhalle. Dort liefen noch die Kämpfe um die Medaillen der Männer in den AK4 und AK5. Also schon mal ein bisschen das Feeling genießen. Warm war es dort, sehr warm. Ein Vorgeschmack auf den nächsten Tag, wenn die eigenen Kämpfe anstehen. Abends wurden dann die Wettkampflisten ausgehängt und die Zeiten für den

Start der Gewichtsklassen und Einteilung der Wettkampfmatten.

Für mich startete die Meisterschaft ab 12 Uhr. Vorher noch ordentlich warm machen, obwohl dies bei der Hitze schon eine echte Herausforderung war. Aber die Verletzungsgefahr ist sonst zu groß. Dann ging es mit den Kämpfen los. In der Altersklasse F6 bis 70kg musste ich insgesamt viermal auf die Matte. Das Warten auf die einzelnen Kämpfe war dabei schweißtreibender als die eigentlichen Kämpfe. Der Wartebereich hatte so seine 35°, und das im Judoanzug!

Die einzelnen Kämpfe dauerten dann zum Glück sind so lange. Das erste Mal war auch eine Japanerin dabei. Alle Kämpfe gingen nach kurzer Zeit (alles unter 30 Sekunden) an mich – die Goldmedaille war sicher. Nach EM-Doppelgold nun also auch WM-Gold. Nun musste noch die Zeit bis zur Siegerehrung überbrückt werden. Da noch einige Kämpfe um die Medaillen offen waren, hatte ich Gelegenheit, noch so einige deutsche Judoکا anzufeuern. Dann war es endlich soweit: Medaille bekommen und die wenige verbliebene Zeit bis zum Rückflug genießen. Auf ein Neues in 2020!

Andrea Haarmann

## Bronze in Holzwickede

**Jonas Lindemann auch auf Bezirksebene stark**

Nachdem sich Jonas Lindemann von der TSG Sprockhövel in Hattingen bei der Kreismeisterschaft erfolgreich für die Bezirksmeisterschaft qualifiziert hatte, ging es nun eine Stufe weiter. In Holzwickede wurden am letzten Septemberwochenende die Titelkämpfe auf Bezirksebene ausgetragen. Mit dabei und hoch motiviert war auch der kleine Jonas aus Sprockhövel.

Früh ging es los, da die Waage bereits um 9.00 Uhr startete. In der Gewichtsklasse bis 23 kg hatte sich Jonas qualifiziert. In dieser Klasse ging es jetzt eine Ebene höher gegen die Qualifizierten der anderen Kreise des Bezirks Arnsberg. Jonas erwischte einen guten Start. Gleich seinen ersten Kampf beendete er erfolgreich mit einer Fußtechnik. Im Kampf um den Einzug

ins Finale musste er sich allerdings geschlagen geben.

Noch einmal sehr konzentriert ging er in die Partie um Bronze. Nach kämpferischen Vorteilen und einer Wertung durfte sich Jonas über Platz drei und Bronze freuen. Für die Judoکا der Altersklasse u10 ist dies die höchste Ebene. Ein toller Erfolg für das junge Talent aus Sprockhövel.

Andrea Haarmann Text und Foto:



**Elektroinstallation – Hausgeräte  
Haushaltsartikel – Küchenmodernisierung  
Kundendienst**

**Miele**

**LIEBHERR**

**seyock**  
elektro  
haustechnik

Große Weilstraße 12  
45525 Hattingen

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

**SIEMENS**



**BOSCH**



**Constructa**

**ELEKTRO  
SCHÖNEBORN**

**Service ist unsere Tradition!**

Elektro Schöneborn, Zweigniederlassung der Seyock Elektro-Haustechnik GmbH

Hauptstraße 46  
45549 Sprockhövel

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



# Das Jahr 2019 im Überblick

Zum Jahresabschluss eine kurze Zusammenfassung der Ereignisse 2019

Insgesamt ist die Teilnahme der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen beim Judo-Training konstant. Schade ist, dass gerade freitags das Training aufgrund von Hallenschließungen häufiger nicht stattfinden kann. Es findet zwar teilweise ein Outdoor-Training statt, aber dies ist natürlich kein vollwertiger Ersatz.

- ➔ 2019 wurden zwei Gürtelprüfungen abgehalten; eine findet noch im Dezember statt.
- ➔ Mit fünf kleinen Judoka der TSG gab es eine Kampfgemeinschaft mit dem BSC Linden in der U12-Liga des Kreises Bochum-Ennepe. Ein mittlerer Tabellenplatz war das Endergebnis.
- ➔ Zur Zeit nimmt mit Jonas L. nur ein einziger Judoka an Einzelwettbewerben teil. Er konnte sich verschiedene Platzierungen erkämpfen und wurde dafür zu einem Sichtungslerngang eingeladen. Es ist generell sehr schwierig, die Kinder für Wettkämpfe zu motivieren.
- ➔ Vor den Sommerferien gab es wieder ein Abschlusstraining im Freien. Auch vor den Weihnachtsferien ist wieder ein Abschlusstraining geplant, allerdings dann in der Halle :-)
- ➔ Auf ein neues Jahr mit vielen neuen tollen Ereignissen freuen wir uns schon jetzt!

Andrea

## EINLADUNG ZUR

### Abteilungssitzung Judo

Am Freitag, 28. Februar 2020, 20.00 Uhr

Ort: Glückaufhalle, Treffpunkt vor dem Gymnastikraum



#### Tagesordnung:

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

Mit sportlichen Grüßen, Andrea Haarmann



## OZU!

Teilnehmer/innen des Karate-Sommerlagers 2019

Ein ereignisreiches Jahr neigt sich für die TSG Karatekas so langsam dem Ende entgegen. Über das Jahr hinweg hat sich die Karateabteilung sehr gut weiterentwickelt und ist nicht nur im Kinderbereich erfreulich angewachsen. Ein besonderer Höhepunkt in den letzten Monaten war mit Abstand das diesjährige **Sommerlager Mitte Juli in Bad Hersfeld**. Shihan Klaus Rex, 7. DAN aus Dänemark, sowie Shihan Sergey Lukyanchikov, 6. DAN aus der Ukraine, waren als Gasttrainer geladen und führten neben weiteren nationalen Trainern die Teilnehmer durch die einzelnen Trainingseinheiten.

Ein Schwerpunkt wurde dieses Jahr auf Kihon (Grundtechniken) und verschiedenste Kata gelegt, was vor allem den Teilnehmern der Gürtelprüfung zugute kommen sollte. Die morgendlichen Berg-Lauftrainings durften natürlich nicht fehlen, wobei dieses Jahr auch ein Dämmerungslauf in den Abendstunden von Shihan Ulf eingefordert wurde.

Gleich drei TSG-Karatekas nahmen an der in das Sommerlager integrierten Gürtelprüfung teil. Am Samstag wurden über mehrere Stunden Grundschule und Kata abgefragt. Be-

sonders die Prüflinge für Braun- und Schwarzgurt wurden hier bis an ihre Grenzen geführt. Der Samstag wurde nach der schweißtreibenden Prüfung mit der obligatorischen Sayonaraparty abgerundet, die wiederum durch Absacker in den attraktiven Lokalisationen Bad Hersfelds komplettiert wurde.

Das Sommerlager endete wie immer mit den Kämpfen am Sonntag, wo jeder sein Können unter Beweis stellen durfte. Besonders die Dan (=Schwarzgurt)-Prüflinge waren hier ein letztes Mal gefordert sich würdig zu erweisen. Nach einem langen Trainingslager voller Erlebnisse konnten die TSG-Karatekas mit gleich zwei neuen Braungurt-Trägerinnen und einem 2. Dan für Sempai Andy sowie vielen neuen Eindrücken das Sommerlager beschließen.

Für Ende November steht noch die diesjährige Deutsche Meisterschaft in Mönchengladbach auf dem Plan. Des Weiteren ist für Dezember noch eine Gürtelprüfung sowohl für die Kinder- als auch für die Erwachsenen-Gruppe geplant, um das Jahr 2019 erfolgreich abzuschließen.

Andreas Schall



# Die neuen Tanzpaare haben schon tüchtig geschwitzt

*Pünktlich um 20:00 Uhr scharten sich die neuen Paare um den Trainer, darunter auch ich mit meiner Frau Angelika, die wir es uns nicht nehmen ließen, die neuen Tänzerinnen und Tänzer zu begrüßen. Als Trainingsort ist das Foyer der Hauptschule geblieben. Unser Trainer, Dietmar Dobeleit, stellte sich in kurzen und launigen Worten vor und ließ dann die Tänzerinnen und Tänzer gleich mal loslegen.*

Der erste Tanz mit seinen Grundsritten war der DiskoFox. Und wer dachte, dass das alles einfach sei, der sollte sich tüchtig täuschen. Erst waren die Männer an der Reihe, die Grundsritte zu tanzen, dann durften auch die Damen ihre Schritte beisteuern. Anschließend „Hände halten“ und mit Abstand spiegelgleich die Schritte ausführen. Das war dann



Der Trainer spricht

schon schwieriger und so manche Sohle der Herren traf den Damenschuh! Doch danach durfte Tanzhaltung eingenommen werden – rechte Hand des Herrn auf dem Schulterblatt der Dame. Die Schritte haben dann auch synchron gut geklappt, so dass der Trainer gleich zum nächsten Tanz übergehen konnte.

Die ChaCha war nunmehr Thema der Tanzkunst für die Paare. Auch hier nur die ersten Grundsritte und die gleichen Abläufe wie beim ersten Tanz: die Herren allein, dann die Damen allein, sodann „Händchen halten“ wie gehabt und erst dann wieder die normale Tanzhaltung. So langsam begann der eine oder die andere auch seine Waden und Füße zu spüren. Der Trainer spornte aber alle an und lobte ausgiebig seine Aspiranten.

Natürlich konnte es der Trainer nicht lassen und rief auch schon den dritten Tanz auf. Den Langsamen Walzer konnten nunmehr alle kennenlernen. Die üblichen Anfangsprozedenuren wie oben beschrieben und natürlich auch hier zum Schluss immer mit Musik, um auch den Takt kennenzulernen. Obwohl einige meinten: „Ohne Musik hat es besser geklappt“. Aber das ist normal! Als die Uhr symbolisch 21:00 Uhr schlug, war das Schwitzen deutlich eher bei den Herren zu spüren.

## TANZIPEDIA Bank♦drücken [ˈbankdrükˈn]

Natürlich weiß der sportlich Belesene, dass das Bankdrücken unter den Kraftdisziplinen in einem Fitnessstudio zu den bestaunenswertesten Kraftanstrengungen gehört. In unserem Fall bedeutet es aber genau die vollkommen andere Richtung.

Beim (Tanz-)Bankdrücken geht es eher gemächlich zu. Es handelt sich dabei um gewisse niedrige Turnbänke, die in jeder Turnhalle zur Standardausrüstung gehören. Gleichermäßen ist beim Tanz-Bankdrücken aber ein sehr feiner Unterschied zwischen der gesammelten Form von männlichen Personen und der von weiblichen Personen zu unterscheiden. Bei den männlichen Personen findet oftmals eine Besichtigung der Situation der weiblichen Wesen auf der Tanzfläche (gemeinsam mit dem Trainer) statt und man studiert genau, welche Figuren und Folgen denn dort absolviert werden.

Sofort nach dem (manchmal etwas mühevollen) Aufstehen, weiß Mann genau, was Sache ist. Im Gegensatz zu den weiblichen Gegenstücken. Diese beginnen in dem Moment, in dem sie die Bank drücken(!), eine unübersehbare Untereinander-Kommunikation, die vom allgemeinen Geschehen der Herren auf der Tanzfläche ablenkt und keinen Gedanken daran verschwendet, was denn da wohl auf der Tanzfläche mit den Herren (zusammen mit dem Trainer) passiert. Die allgemeine weibliche Frage nach Beendigung des Drückens (der Bank) lautet: „Welchen Tanz hattet ihr??“

Vorsorglich sei darauf hingewiesen, dass das Drücken der Bank keine sichtbaren Schäden am gewöhnlichen Holz hinterlässt.

ps

Aber der Trainer hatte noch einen vierten Tanz im Köcher. Es wurde der Tango angesagt. „Slow, slow, quick, quick, usw.“, hießen dann die lauten Ansagen von Dietmar Dobeleit. Und zum vierten Mal spielten sich die Abläufe auch hier ein: erst die Herren allein, dann die Damen allein, usw. Um 21:15 Uhr war dann auch dieser Tanz durch.

Wiederholungen aller Tänze kamen dann nicht mehr zustande, da ein allgemeiner Gesprächsbedarf untereinander bestand und Fragen an den Trainer und den Abteilungsleiter anstanden. Ein Paar fand die erste Stunde gelungen. Ein weiterer Herr fand es weniger anstrengend als gedacht!! Ein weiteres Paar meinte, dass sie schon jetzt alles vergessen hätten und freute sich schon auf die Wieder-

holung am nächsten Dienstag.

Und wer Lust hat, hier auch noch in die Anfängergruppe einzusteigen, der kann es gerne versuchen. Wir gehen hier so langsam voran, dass in den nächsten Wochen und Monaten immer noch Zeit ist, neu einzusteigen. Neue Paare werden noch gerne gesehen. Auch noch ab Januar. Bitte vorher melden bei [steinmann@tsg-sprockhoevel.de](mailto:steinmann@tsg-sprockhoevel.de).

Peter Steinmann, Abteilungsleiter



Des Trainers Werkzeug

# Der TSG-Fußballkalender 2020



Preis  
**9,50 Euro**  
(2 für 18,- Euro)  
(ab 3 Stück  
je 8,- Euro)\*

Mit Fotos von  
1. Mannschaft,  
2. Mannschaft  
und von allen  
Jugend- und  
Kinderteams aus der  
Saison 2019/20

Format DIN A3  
42 x 29,7 cm

► eine tolle Erinnerung ► ideal als Geschenk (bald ist Weihnachten!)



Den Kalender könnt ihr zu den Öffnungszeiten in der TSG-Geschäftsstelle (Im Baumhof 20), im GuFit.15 (Im Baumhof 15), im GuFit.19 (Hauptstraße 19), im TSG-Sportlertreff und bei SPORT MEISTER (Hauptstraße 76) kaufen. Mehr auf <http://tsg1881-fussball.de>



\*Mit dem Erlös aus dem Verkauf dieses Kalenders wird die Fußballjugendabteilung der TSG 1881 Sprockhövel e.V. unterstützt, die mit 15 Mannschaften in allen Jugenden am Spielbetrieb teilnimmt.

Physio Kimm  
Praxis für Physiotherapie



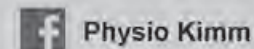
Wir freuen uns auf Sie!

Physio Kimm  
Inh. Sascha Kimm  
Bochumer Straße 6  
45549 Sprockhövel

Telefon 02324 77958  
[www.physio-kimm.de](http://www.physio-kimm.de)

Öffnungszeiten:

Montag	08:00–13:00, 14:30–19:00
Dienstag	08:00–13:00, 14:30–19:00
Mittwoch	08:00–13:00
Donnerstag	08:00–13:00, 14:30–19:00
Freitag	08:00–13:00, 14:30–17:00







## Erfolgreicher Saisonstart für die Damen

Die Damen der Handballabteilung sind erfolgreich in die Saison gestartet. Im Derby gegen die Damen von Ruhrbogen Hattingen konnte ein ungefährdeter 23:16 Sieg eingefahren werden. Damit ist die Mannschaft in die 2. Runde des Kreispokals eingezogen. Der nächste Gegner ist der Bochumer HC 2, eine Mannschaft, die in der Bezirksliga spielt.

Auch in der Meisterschaft konnte der erste Sieg verbucht werden. Gegen stark ersatzgeschwächte Dülmenerinnen gewannen die Damen mit 18:12. Das folgende Spiel gegen den VfL Bochum musste aufgrund von eigenem Personalmangel verlegt werden. Dies ist besonders ärgerlich, da der Kader aus über 14

Spielerinnen besteht, doch häufig werden die Prioritäten anders gesetzt.

In den Herbstferien waren die Hallen geschlossen und so fanden sich die Damen beim Spinning im GuFIT sowie zum Fußball in der Soccerhalle ein.

Insgesamt wächst das Team mehr und mehr zusammen und wenn alle gemeinsam an einem Strang ziehen, können die Spiele gewonnen werden. Dass das Team als solches funktioniert, zeigte sich beim Stadtfest als die Damen sowohl erfolgreich ihren Standdienst absolvierten, als auch gemeinschaftlich die Vorräte des Standes leerten. *Eva Hiby*

## Richtungsweisender Dezember

### 1. Herren

Nach der Sommerpause absolvierten wir Mitte August das Auswärts-Trainings-Rückspiel gegen Herbede 2. Nach gutem Kampf und ordentlicher Mannschaftsleistung wurde das Spiel dennoch mit 24:27 verloren.

Anfang September bestritten wir an einem Sonntag zwei Trainingsspiele. Das Spiel gegen TuS Bommern 3 (2. Kreisklasse) gestalteten meine Jungs nach Belieben und siegten am Ende überzeugend mit 30:16 (14:7). Das zweite Spiel an diesem Tag absolvierten wir gegen HSV Wuppertal 1 (LL-Absteiger im HVN). Trotz der Vorbelastung nach dem Bommern-Spiel waren meine Jungs hochmotiviert, zeigten auch gegen die Wuppertaler eine sehr starke Leistung und siegten 34:23 (17:11).

Das Pokalspiel am 8. September gegen den KL-Absteiger SuS Olfen 1 konnten wir leider nur in der ersten Halbzeit überzeugend gestalten (19:14). Nach 60 Min. stand nach schwacher zweiter Halbzeit ein enttäuschendes 28:29 auf der Anzeigetafel.

### Zwischenstand nach dem 5. Spieltag

Die ersten drei Spiele der laufenden Saison 2019/2020 gegen FC Schalke 04 3 (29:18), ETG Recklinghausen 2 (29:25) und DJK Westfalia Welper 3 (32:26) konnten allesamt gewonnen werden. Der 4. Spieltag fiel für uns im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser, da das Hallendach in Rauxel undicht war. Über lautstarke Unterstützung würden wir uns auch unter der Woche auswärts sehr freuen. Der 5. Spieltag war nicht unser Tag. Erneut war Olfen, jetzt während der Saison, unser Gast in der Glückaufhalle. Nach zwei trainingslosen Wo-

chen (Herbstferien) und schwachem Auftritt unterlagen wir 19:25.

Die sechs Wochen bis zur Winterpause werden richtungsweisend sein. Von diesen sieben Spielen müssen wir dreimal gegen Mannschaften aus dem oberen Tabellendrittel antreten. Mitte Dezember werden wir wissen, ob wir weiterhin oben mitspielen können, oder ob wir uns im Mittelfeld wiederfinden.

Ich wäre für Ersteres und appelliere an die Einstellung und Kampfbereitschaft meiner Mannschaft, in der eine Menge Potenzial steckt!

*Michael Richter*

### F-JUGEND

#### ▶▶▶ Sportbegeisterter Nachwuchs gesucht

*Das seit Mai bestehende Handballangebot für unsere Kleinsten erfreut sich über einen stetigen Zuwachs. So sind die mittlerweile knapp 20 Kinder im Alter von 4 bis 8 Jahren jede Woche mit Spaß dabei. Die Trainerinnen Sandra, Kristina und Sina versuchen den Kindern wöchentlich durch bekannte und neue Übungen den Handballsport näher zu bringen und Freude an der Bewegung zu entwickeln. Um gezielter auf die Bedürfnisse der sehr altersgemischten Gruppe eingehen zu können, soll es künftig wieder eine F-Jugend geben. Hier sind wir noch auf der Suche nach sportbegeisterten Kindern zwischen 6 und 8 Jahren. Ein Besuch beim Training (mittwochs von 15:30 bis 16:30 in der Glückaufhalle) lohnt sich also auf alle Fälle.*

*Sina Maas*

# Höchstleistungen sind möglich

## 2. Herren

Die 2. Herren ist ebenfalls Anfang September in die Saison gestartet. Im Kader der Mannschaft tummeln sich um die 20 Leute, von denen der eine mehr, der andere weniger Zeit hat, um zum Training zu kommen. Leider konnten wir von außerhalb keinen engagierten Trainer motivieren, die Geschicke der 2. Mannschaft zu leiten. Also bin ich (Benjamin Hilgenstock) eingesprungen und



ab dieser Saison wieder an der Seitenlinie der 2. Mannschaft tätig. Als Spieler können wir Louis Steenmann aus der A-Jugend in un-

### Projektwoche der GGS Haßlinghausen

Anfang des Jahres nahm unsere AG-Ansprechpartnerin Sandra Hautzenröder Kontakt zu uns auf und fragte, ob wir in der Woche vom 4.11. bis zum 7.11.2019 morgens von 7:45 bis 11:30 eine Projektwoche für interessierte Kinder machen würden. Wir setzten uns zusammen und beschlossen schon im März, dass wir an dieser Projektwoche teilnehmen wollen. Die Gruppen bestanden aus 16 Kindern (3. und 4. Klasse) in der frühen und 15 Kindern (1. und 2. Klasse) in der späten Zeit.

Anfang November war es dann soweit: Wir starteten am Montag mit einem ersten Kennenlernen und einer der wichtigsten Sachen des Handballspiels, dem Prellen. Am Dienstag und Mittwoch wurden die Kinder vertraut gemacht mit dem Schlagwurf und weiterer Spiele außerhalb des Handballsports. Der Donnerstag stand dann ganz im Zeichen des Projektwochenabschlusses, hier wurde sehr viel Neues

ausprobiert und in Abschlussspielen das Kennengelernte aus dieser Woche weiter vertieft. Letztlich kamen in dieser Woche auch der Technik- und der Koordinationsaspekt nicht zu kurz, damit auch die Kinder schauen können, was sie beim Handball erwartet. Wir erhoffen uns natürlich auch Zuwachs für unsere E-Jugend sowie den kleinsten, den Minis, und der F-Jugend.

**Vielen Dank** an Sina, Kristina, Annett, Caddy, Max T, Niklas, Felix, Micha, Mitsch und Max N., die Ihre Schichten so gelegt oder sich Urlaub genommen haben, um den Kindern in der GGS Haßlinghausen den Handballsport näher zu bringen. Wir wollen auch nochmal einen großen Dank an die GGS Haßlinghausen insbesondere an Frau Hautzenröder richten, für das entgegenbrachte Vertrauen und die wirklich super Organisation und Zusammenarbeit in dieser Woche. *Benjamin Hilgenstock*

serem Kader begrüßen und Fabian Haardt, der nach einem Jahr Pause wieder für die TSG aufläuft.

Wir haben diese Saison bereits sechs Spiele absolviert, und stehen mit 4:8 Punkten auf den 9. Tabellenrang von 14 Mannschaften in der 2. Kreisklasse. Leider konnten wir bisher nicht immer auf den vollen Kader zugreifen, so dass gerade in Spielen gegen gleichwertige Gegner, Punkte abgegeben wurden. Wir konnten in den zwei erfolgreichen Spielen, die mit Siegen belohnt wurden, einen Pflichtsieg verbuchen und einen Sieg gegen den bis dahin ungeschlagenen Tabellenführer

aus Bochum. Hier sah man auch zu welchen Höchstleistungen die Mannschaft im Stande ist – wenn sie dann mal einigermaßen komplett antritt.

Für die vergangenen Spielzeiten möchte ich mich nochmal bei Philipp Bötzel danken, der das Amt des Spielertrainers ausgeübt hat, aber diese Saison auf eigenen Wunsch hin nur noch Spieler der Mannschaft sein will, nichtsdestotrotz unterstützt und vertritt er mich bei Verhinderungen. Des Weiteren möchte ich mich bei Sabrina, Eva, Ralf und Dome für die Unterstützung an der Uhr bedanken.

*Benjamin Hilgenstock*

# EINLADUNG

Liebe Mitglieder/innen, Liebe Handballer/innen, bzw. die gesetzlichen Vertreter, hiermit laden wir Sie/euch zur

## ordentlichen Mitgliederversammlung 2020

ein. Die Mitgliederversammlung findet statt am

**Am Montag, den 17. Februar 2020, um 19 Uhr**  
**im Foyer der Glückaufhalle, Dresdener Str. 11, 45549 Sprockhövel**  
**Es wird folgende Tagesordnung vorgeschlagen:**

- |   |   |
|---|---|
| <b>1. Begrüßung</b>   | <b>5. Berichte aus den Mannschaften</b>         |
| <b>2. Feststellung der form- und fristgerechten Einladung sowie Feststellung der Beschlussfähigkeit</b> | <b>6. Kassenbericht</b>                         |
| <b>3. Wahl eines Protokollführers/führerin</b>  | <b>7. Bericht Vorstand (Aus- und Rückblick)</b> |
| <b>4. Feststellung der Tagesordnung</b>   | <b>8. Trikot Konzept 20/21/22</b>               |
|   | <b>9. Jugendarbeit</b>                          |
|   | <b>10. Verschiedenes</b>                        |

Gem. § 9 Abs. 4 der Satzung erfolgt die Einberufung der Mitgliederversammlung schriftlich unter Bekanntgabe der Tagesordnung zwei Wochen vor dem Versammlungstermin. Anträge zur Tagesordnung müssen dem Vorstand schriftlich mit Begründung spätestens eine Woche vor dem Versammlungstermin eingereicht werden

Wir freuen uns auf euer zahlreiches Erscheinen, eingeladen sind alle Mitglieder der Handballabteilung, sowie deren gesetzliche Vertreter!

Mit herzlichen Grüßen **Der Vorstand**



# Liebe Tischtennis-Sportfreunde,

**es ist schon einige Zeit her, dass wir an dieser Stelle über die sportlich erfolgreiche Zusammenarbeit mit dem PSV Ennepe-Ruhr berichtet haben.**

Unter der Fahne des PSV integrieren sich unsere Aktiven nun bereits schon in der siebten Spielzeit durchaus erfolgreich in dort für den Meisterschaftsbetrieb gemeldeten Teams. Dies wurde erforderlich, da die verbliebenen Tischtennisakteure innerhalb der TSG keine komplette Mannschaft mit annähernd gleicher Spielstärke für einen durchgängigen Spielbetrieb stellen konnten.

Somit haben weiterhin alle aktiven TSG-Mitglieder die Möglichkeit, innerhalb der beim PSV gemeldeten Senioren-, Schüler- und Jugendmannschaften am Spielbetrieb teilzunehmen. Dies wird nach wie vor auch gerne genutzt und gemeinsam stellen wir spielstarke Teams. Gleichfalls herrschen gute Trainingsmöglichkeiten, da beide Vereine sowohl in der Sporthalle „Am Baumhof“ in Sprockhövel als auch in der Turnhalle in *Hattingen-Holthausen, Am Hagen 8*, Trainings-

zeiten anbieten. Mittlerweile sind Mitglieder der TSG in allen Mannschaften gemeldet und finden hier die zu ihrer Spielstärke passende Spielklasse.

Die **1. Mannschaft** konnte im vergangenen Jahr erstmals in die Landesliga aufsteigen und verpasste den Klassenerhalt am Ende denkbar knapp. Derartig hochklassig haben zuvor weder PSV- noch TSG-Mannschaften spielen können, sodass sich bereits hieran der Erfolg auch für leistungsorientierte Spieler erkennen lässt. In der laufenden Spielzeit spielt das Team in der Bezirksliga-West und strebt dort einen gesicherten Mittelfeldplatz an.

Die **2. Mannschaft** stellt ein Team in der Kreisliga Bochum und die **3. Mannschaft** in der 2. Kreisklasse.

Im **Jugendbereich** finden sich zum Trainingsbetrieb immer wieder Kinder und Jugendliche ein und werden vom Trainerteam gerne an unseren Sport herangeführt. Auch hier besteht die Möglichkeit, innerhalb der gemeldeten Teams des PSV Ennepe-Ruhr am Spielbetrieb teilzunehmen. Hierzu arbeiten die Trainerteams beider Vereine eng zusammen und fördern talentierte Spieler zusätzlich in gesonderten Einzeltrainingseinheiten.



Trainingsbetrieb „Am Baumhof“



Die Mannschaft (v.l.n.r.): Uwe Werning, Jan-Markus Hölschen, Thomas Kutzner, Dennis Kilfitt, Pascal Vogler und Tim Aurich

Wir würden uns freuen, auch in Zukunft interessierte Sportler bei uns begrüßen zu dürfen, die unsere Sportart an Trainingstagen gerne einmal gemeinsam mit Freunden oder Familienmitgliedern ausprobieren können.

Für uns steht der Spaß am Sport im Vordergrund. Die regelmäßige Teilnahme an Meisterschaftsspielen ist wie beschrieben ebenfalls möglich, aber keinesfalls verpflichtend.

Mit sportlichem Gruß, Uwe Kilfitt Text und Fotos)



## Für Ihr gutes Recht

**Elke Althäuser**

Rechtsanwältin

Fachanwältin für Arbeitsrecht

Wir beraten und vertreten Sie kompetent in allen Fragen rund um

- Arbeitsrecht
- Bankrecht
- Strafrecht
- Verkehrsrecht
- Zivilrecht

Brinkerstraße 1, 45549 Sprockhövel, Tel. 02324/68 69 800

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



# BOULE im Winterhalbjahr

Die Sommersaison ist beendet. Ungefähr 150mal haben die Boule-Spieler/innen der TSG sich bisher in diesem Jahr getroffen um gemeinsam zu spielen, Spaß zu haben und (hin und wieder) auch mal richtig zu trainieren – auf den Boule-Anlagen „Im Baumhof“, an der Glückauftrasse und auf anderen Bahnen. Aber was passiert jetzt im Winterhalbjahr?



„Selbstverständlich spielen wir bei (fast) jedem Wetter – auch im Winter“ sagen die einen. „Ab 10 Grad Celsius“ meinen andere, oder „nur wenn die Sonne scheint“ wollen die Dritten spielen. Egal wie jede und jeder Einzelne das gestaltet – zum Spielen sind jetzt im Winter immer genug da! Denn Boule ist Breitensport, der ganzjährig betrieben werden kann, die Kontakte sind wichtig und Bewegung an der frischen Luft trägt zur Gesundheit bei!

Aber Boule und als Wettkampfsport Pétanque fordern auch heraus: Koordination und Konzentration sind notwendig, wenn man eine „Aufnahme“, ein Spiel und eine Begegnung gewinnen will. Die „Bilanz 2019“ zeigt für die TSG-Teams deutliche „Verbesserungspotenziale“. Zwar wurde der „Städtevergleich“ mit Hattingen gewonnen und auch bei den Stadtmeisterschaften wurden gute Leistungen gezeigt, aber in der BPV-Kreisliga B Ruhrgebiet belegte das TSG-Team nur einen 6. Platz und auch in der neu eingeführten BOULE-Hobby-Liga „SPROCK-HAT-WAT“ belegten die beiden TSG-Teams nur hintere Plätze. Verbesserungsfähig!

Also gibt es jetzt zusätzlich zu den Treffs und Spielmöglichkeiten noch systematisches Training mit einem qualifizierten Coach! Deshalb suchen wir jetzt auch eine überdachte Fläche von mind. 3 x ca. 12 Meter, optimal wä-

ren 10 x 12 m – zum Beispiel in einer Scheune oder Fabrikhalle!

### Für 2020 gibt es weitere Ziele:

- deutlich bessere Platzierungen in der Kreisliga und der Hobbyliga
- zusätzliche Boule-Flächen in Niedersprockhövel
- Sitz- und Abstellmöglichkeiten an der Glückauftrasse
- ...

Weitere Boule-Interessierte können gerne mitspielen und (auch jetzt im Winterhalbjahr!) zu den Boule-Treffs kommen. Die Zeiten sind während der Winterzeit vorverlegt:

- ▶ **sonntags ab 11:00 Uhr und montags ab 14:00 Uhr an der Glückauftrasse (zwischen Lidl und Cafe „Alter Bahnhof“)**
- ▶ **mittwochs und freitags ab 14:00 Uhr auf dem Sportplatz Im Baumhof**
- ▶ **nach freier Zeitvereinbarung (über unsere WhatsApp-Gruppe).**

Bei ganz schlechtem Wetter (wenn es „Mistgabeln regnet“ oder „klirrend kalt“ ist) spielen wir zu den angegebenen Zeiten im GuFIT.19 Indoor-Boule oder Crossboccia.

**Kontakt: Dirk Engelhard,**  
 Dirk.Engelhard@tsg-sprockhoevel.de,  
 Tel. 02324 971814 oder 0151 64196799.

BADMINTON				
Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 ✉ jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	18:00	–	20:00	Hobby GH 2
	18:00	–	19:30	Jugend und Schüler (Fortgeschrittene) GH 3
	19:30	–	21:30	Mannschaft GH 3 (bis 20:00) GH 2
Donnerstag	20:00	–	21:30	Jugend + Mannschaft + Hobby GH 2
Freitag	16:00	–	17:30	Jugend und Schüler (Anfänger) GH 2
	17:30	–	19:00	Jugend und Schüler (Fortgeschrittene) GH 2
	19:00	–	21:30	Mannschaft GH 2
BASKETBALL				
Informationen über die Geschäftsstelle ☎ 686 47 46 ✉ geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	20:00	–	22:00	Herren-Mannschaft GH 3
Donnerstag	20:00	–	22:00	Herren-Mannschaft GH 3
BOULE				
Dirk Engelhard ☎ 0151 64 19 67 99 ✉ dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	14:00	–	19:00	offenes Spielen und Training *(am Lidl-Parkplatz) Glückauf-Trasse*
Mittwoch	14:00	–	19:00	offenes Spielen und Training Baumhof-Stadion
Freitag	14:00	–	19:00	offenes Spielen und Training Baumhof-Stadion
BUDO/KARATE				
Andrea Haarmann (Judo) ☎ 0171 754 22 86 ✉ andrea.haarmann@tsg-sprockhoevel.de Andreas Schall (Karate) ☎ 0170 524 76 84 ✉ andreas.schall@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	20:30	–	22:00	Karate für Erwachsene Baumhof-Halle
Dienstag	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
	19:00	–	20:00	Karate für Kinder GH/GymnRaum
	20:00	–	21:30	Karate für Erwachsene GH/GymnRaum
Freitag	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  
 Jürgen Homberg: 0175 1679759, Patrick Rohde 0177 12672487

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

<b>Montag</b>	16:15 – 17:30	<b>U8</b>	<b>Freitag</b>	15:30 – 16:30	<b>U7</b>
	16:15 – 17:45	<b>U9/D2</b>		16:15 – 17:45	<b>U10/U11</b>
	16:45 – 18:15	<b>U12</b>		16:30 – 17:45	<b>E2</b>
	17:15 – 18:45	<b>U14</b>		16:45 – 18:15	<b>U16</b>
	17:30 – 19:00	<b>U13</b>		17:45 – 19:15	<b>U17/E4</b>
	17:45 – 19:15	<b>U15</b>		18:15 – 19:45	<b>U19</b>
	18:45 – 20:15	<b>U16</b>		19:15 – 21:30	<b>1. Herren</b>
	19:15 – 21:00	<b>1. Herren</b>		19:45 – 21:30	<b>Damen</b>

<b>Dienstag</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>Mittwoch</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>	

<b>Donnerstag</b>	15:30 – 16:30	<b>Eltern-Kind-Fußball (Jg 2014-15)</b>
	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>	

**HANDBALL**  
 Abteilungsleiter Benjamin Hilgenstock ☎ 0170 3272684

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

<b>Montag</b>	17:00 – 18:30	<b>m/D (ab 10)</b>
<b>Dienstag</b>	14:30 – 16:00	<b>Handball AG (Kl 2-4) GGS</b>
	15:30 – 17:00	<b>m/wE- (ab 8) + m/wF- (ab 7)</b>
	17:00 – 18:30	<b>wC (ab 12) + mC (ab 12)</b>
	18:30 – 20:00	<b>1. He (ab 18) + 2. He (ab 17)</b>
	20:00 – 21:30	<b>Damen (ab 18)</b>
<b>Mittwoch</b>	15:30 – 17:00	<b>Minis + F-Jugend (4-8)</b>
	18:30 – 20:00	<b>mC (ab 12) (Kreissporthalle)</b>
	18:30 – 20:00	<b>wC (ab 12) + wB (ab 14)</b>
	18:30 – 20:00	<b>1. Herren (ab 18)</b>
<b>Donners- tag</b>	15:30 – 17:00	<b>Handball AG/GGS Haßlingh. (Klassen 2-4) (Sporthalle Haßlingh.)</b>
	17:00 – 18:30	<b>m/wE- (ab 8) + m/wF (ab 7) + mD (ab 10) (KH)</b>
	18:30 – 20:00	<b>wB (ab 14) + Damen (ab 16)</b>

**TANZSPORT** Abteilungsleiter Peter Steinmann ☎ 77908 ✉ steinmann@tsg-sprockhoevel.de

<b>Montag</b>	19:15 – 20:30	<b>Tanzsportgruppe HD</b> H. Dobeleit	MAS Foyer
<b>Dienstag</b>	20:15 – 21:45	<b>Tanzsportgruppe MM</b> M. Kruse	Baumhof-Halle
	20:00 – 21:45	<b>Tanzsportgruppe MK</b> M.K.	MAS Turnhalle
<b>Donnerstag</b>	20:00 – 21:30	<b>Tanzsportgruppe DD</b> D. Dobeleit	MAS Foyer

**TENNIS** Abteilungsleiter Henning Schulz ☎ 02324-31058 ✉ henning.schulz@t-online.de

<b>täglich</b>	ab 15:00	Übungsstunden	TSG-Tennisanlage (Sommersaison)
----------------	----------	---------------	---------------------------------

**TISCHTENNIS** Abteilungsleiter Uwe Kilfitt ☎ 0152/34 2155 83 ✉ uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de

<b>Dienstag</b>	18:00 – 19:30	<b>Jugendkader</b>	Baumhof-Halle
<b>Mittwoch</b>	17:00 – 18:30	<b>Schüler + Jugend</b>	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	<b>Erwachsene</b>	Baumhof-Halle
<b>Freitag</b>	19:00 – 20:00	<b>Tischtennisjugend Talentförderung</b>	Baumhof-Halle

**TRIATHLON** Christian Koch ☎ 01573 8956750 ✉ c.koch@triathlon-sprockhoevel.de

<b>Dienstag</b>	18:00 – 20:00	<b>Laufen</b>	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
	19:30 – 21:00	<b>Schwimmen – Training mit Birte</b>	Lehrschwimmbad MAS
<b>Mittwoch</b>	19:30 – 20:30	<b>Laufen</b>	ALDI-Parkplatz Niedersprockhövel
<b>Donnerstag</b>	18:00 – 20:00	<b>Laufen</b>	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
<b>Freitag</b>	18:30 – 20:00	<b>Schwimmen – freies Training</b>	Lehrschwimmbad MAS
<b>Freitag</b>	18:45 – 20:00	<b>Schwimmen – freies Training (1. Mai bis Anf. Sept.)</b>	Freibad Sprockhövel

**VOLLEYBALL** Abteilungsleiter Martin Danisch ☎ 789 85 ✉ martin.danisch@tsg-sprockhoevel.de

<b>Donnerstag</b>	20:00 – 21:30	<b>Herren</b>	GH 3
-------------------	---------------	---------------	------

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, GGS = Grundschule Bürgersbruch, 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>Montag</b>	17:30 – 19:00	<b>Gymnastik Ältere Turnerinnen</b>	Baumhof-Halle
	18:00 – 19:00	<b>Turnen (Kinder 5-9 Jahre)</b>	MAS Turnhalle
	19:00 – 20:00	<b>Fitness-Treff</b>	GH 1
<b>Dienstag</b>	16:00 – 17:00	<b>Einrad/Luftakrobatik (ab 6 Jahre)/R. Palenschat</b>	MAS Turnhalle
	17:00 – 18:30	<b>Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre)/M. Palenschat</b>	MAS Turnhalle
<b>Mittwoch</b>	15:30 – 16:45	<b>Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle
	16:45 – 18:00	<b>Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle
	20:15 – 21:15	<b>Jedermann Turnen</b>	MAS Turnhalle
<b>Donnerstag</b>	15:30 – 16:15	<b>Tanzflöhe 1 bei Ann-Kathrin (Kinder 3-5 Jahre)</b>	Baumhof-Halle
	16:30 – 17:15	<b>Tanzmäuse bei Ann-Kathrin (Kinder 5-6 Jahre)</b>	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>Freitag</b>	15:30 – 16:30	<b>Turnflöhe (Kinder ab 5 Jahre)</b>	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:45	<b>Krabbelturnen I (Kinder 1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 1
	16:30 – 17:15	<b>Tanzflöhe 2 bei Britta (Kinder 3-5 Jahre)</b>	GuFIT.15
	16:45 – 18:00	<b>Krabbelturnen II (Kinder 1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 1
	17:15 – 18:00	<b>DanceKids 1 bei Britta (Kinder 7-9 Jahre)</b>	GuFIT.15
	18:00 – 19:00	<b>DanceKids 2 bei Britta (ab 9 Jahre)</b>	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>Montag</b>	17:30 – 19:30	<b>Sportabzeichen/Jürgen Nath (7 11 36)</b>	Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Donnerstag</b>	15:30 – 17:00	<b>Kinder 4-10 Jahre</b>	GH 2 (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Freitag</b>	18:30 – 20:00	<b>Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene</b>	MAS (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
<b>Sonntag</b>	09:00 – 10:30	<b>Laufftreff für Jedermann</b>	IG-Metall Bildungszentrum

**PRELLBALL** Hartmut Kroll ☎ 7 24 93

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

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

<b>Montag</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>Donnerstag</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>Freitag</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 Böhrer ☎ 7 21 81 ✉ dieter.boehmer@tsg-sprockhoevel.de

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

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

## 10 Jahre GuFIT

Am 3. Oktober 2019 erreichte das GuFIT-Jubiläumsjahr seinen Höhepunkt, denn auf diesen Tag genau wurde vor 10 Jahren das GuFIT.15 im Baumhof eröffnet. Vormittags besuchten Vertreter aus Politik und Sport, sowie Partner und langjährige Wegbegleiter die Jubiläumsfeier im Bewegungsraum.



Elke Althäuser



Oliver Tollnick



Duo Cuppatea



Steffi Basner, Alfons Eilers, Dirk Engelhard

Neben Ansprachen von TSG-Vorstands-sprecherin Elke Althäuser und Oliver Tollnick, der als Vertreter für den leider verhinderten Bürgermeister kam, gab es auch eine kleine Gesprächsrunde mit Stefanie Basner (Studioleitung) und Dirk Engelhard (ehemaliger Abteilungs-vorstand und Vorstandsvorsitzen-der KSB EN), moderiert vom aktuellen Abteilungsvorsitzenden Alfons Eilers.



Plakatausstellung: GuFIT von 2009 bis 2019

Abgerundet wurde die Veranstaltung durch musikalische Untermauerung des Duo Cuppatea.

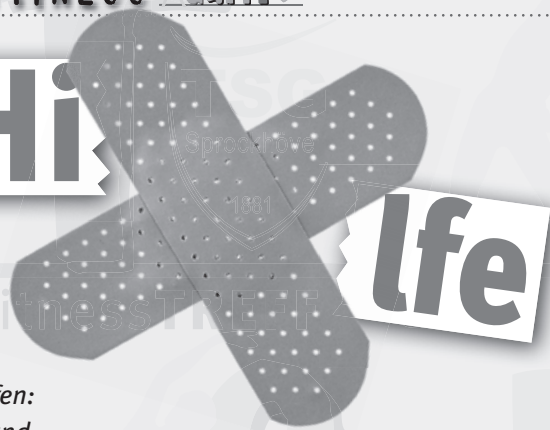
Am frühen Nachmittag ging es dann in lockerer Runde im GuFIT.19 weiter, wo mit Grillwurst und kühlen Getränken der Jubiläumstag in geselliger Runde ausklang.

Tim Eilers Fotos: J. Zang





# Erste Hi



Wer regelmäßig Sport treibt, weiß: „Übung macht den Meister“. Und dass Muskeln schnell vergessen, merken wir nach einer Krankheit – und sei es nur der profane Schnupfen: die Fitness ist dahin, die Muskeln und die Kondition schlapp und müssen durch viel Üben und Wiederholen wieder auf Vordermann gebracht werden.

Wie passt das mit Erster Hilfe zusammen? Nun ja, „Übung macht den Meister“ und „Wiederholen bringt Routine“. Und genau das machen wir alle zwei Jahre: Wiederholen, Üben und Abläufe verinnerlichen. Denn ein Notfall ist eine Ausnahmesituation, der Kopf ist leer und wir werden unsicher. Aber – wie beim Sport – Üben und Wiederholen hilft. Also, wie ist das beim Autounfall? Was tun beim Sonnenstich? Wie verbinden wir eine stark blutende Wun-

de? Wie können wir einer hilflosen Person begegnen und helfen? Wie erkennt man einen Schlaganfall? Herzinfarkt? Schock? Es gibt also eine Menge guter Gründe, vielleicht mal wieder einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen.

Das haben 20 Übungsleiter/innen der Abteilungen Gesundheit und Fitness (GuFi) im September und 13 aus der Turnabteilung im Oktober umgesetzt und jeweils einen Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz bzw. Arbeiter-Samariter-Bund ins GuFiT.19 eingeladen. Nach diesem Tag Üben und Wiederholen fühlen wir Übungsleiter uns wieder ein bisschen besser für den Notfall gerüstet.

*Christine Sattler*

# SCHALDACH

Ihr Elektriker



**Ihre Servicenummer  
02324.77373**



## 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

## NEUER FSJLER

**Hallo, ich bin Paul Schreiber.**



Ich bin 18 Jahre alt und habe im September mein Freiwilliges Soziales Jahr bei der TSG Sprockhövel begonnen. Ich unterstütze das GuFIT-Team und betreue eine E-Jugend Mannschaft und die Minikicker Mannschaft der TSG.

Auch in meiner Freizeit kann ich das Thema Fußball nicht außer Acht lassen, sei es selber spielen mit Freunden oder der Besuch von Spielen einer bekannten Ruhrgebietsmannschaft im Stadion. *Bis bald mal, euer Paul*

## KALENDER 2019/20

- ▶ 20.12.2019 bis 5.1.2020: Die Geschäftsstelle ist geschlossen.
- ▶ 31. Dezember 2019: Die **Aikikai-Gruppe** innerhalb der Budoabteilung wird aufgelöst.
- ▶ 3. Februar 2020: Die **Grundbeiträge** werden abgebucht.
- ▶ 12. Februar 2020: BOULE-Gruppengespräch (als „Abteilungsversammlung“) 18:30 Uhr im Sportlertreff und dann jeden zweiten Mittwoch in geraden Monaten
- ▶ 2. März 2020: Die **Spartenbeiträge** werden abgebucht.
- ▶ 4. März 2020: Jahreshauptversammlung der Tanzsportabteilung, Glückaufhalle
- ▶ 28. Oktober 2020: 28. DANKESCHÖN-Veranstaltung für langjährige TSG-Mitglieder

## 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	<b>Grundschule Schwimmen</b> Dresdener Str. 43 970 15 25
<b>Glückaufhalle</b> Dresdener Str. 11 50 66 08	<b>Baumhof-Halle</b> Eickerstr. 23 970 54 26
<b>Mathilde-Anneke-Schule</b> Dresdener Str. 45 970 15 21	<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



# ENERGIE fürs Leben!

Wir laden den EN-Kreis auf:

- mit Förderung für Schulen, Vereine und Stadtmarketing
- mit Strom, Gas und Wasser – zuverlässig wie eh und je

# AVU...

Energie – wir denken weiter

[www.avu.de/heimatvorteil](http://www.avu.de/heimatvorteil)



**Ausdauer  
ist einfach.**



**Wenn man einen Finanz-  
partner hat, der einen auch  
im Sport unterstützt und  
weiterbringt.**