



TSG 1881 Sprockhövel e.V.
www.tsg-sprockhoevel.de

37. Jahrgang

TSGinfo 1 2023



Seite 4: Einladung zur Mitgliederversammlung



**14.071* Mitglieder
statt Egonummer.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Die großen Aufgaben unserer Zeit lösen wir nur zusammen. Deshalb entscheiden wir mit unseren Mitgliedern gemeinsam, wie wir als Bank handeln. Und obwohl diese Idee schon mehr als 170 Jahre alt ist, könnte sie kaum moderner sein.

Liebe Leserinnen und Leser,

Mitgliederversammlung – soll ich diese Versammlung besuchen? Ist es nicht eher ein etwas lästiger Termin? Was soll ich da – es werden doch nur Zahlen vorgetragen? Vielleicht werde ich auch noch gefragt, einen Posten zu übernehmen. Da gehe ich doch lieber gar nicht hin.

Schade!!

Die Mitgliederversammlung/Abteilungsversammlung ist der Ort, an dem die Abteilungsleitungen oder der Hauptvorstand ihren Rechenschaftsbericht abgeben. Die Mitglieder erfahren, was mit ihren Beiträgen geschehen ist und wofür sie verwendet wurden. Was geschah im abgelaufenen Jahr.

Die Mitglieder können Nachfragen stellen oder Auskünfte einholen, z. B. ob und wofür Zuschüsse beantragt wurden.

Die Abteilungsleitungen und der Hauptvorstand – alle im Ehrenamt tätig – bereiten diese Versammlungen vor, um ihre Tätigkeit darzulegen.

Wie frustrierend ist es, wenn nur wenige Mitglieder, die sich für die Ausführungen interessieren, bei der Versammlung anwesend sind.

Besonders in den Abteilungsversammlungen, deren Leitungen für die Organisation der Sportstunden in den Abteilungen verantwortlich zeichnen, die sich um die Einstellung von Übungsleitern kümmern, die alles versuchen, dass der Sportbetrieb im gewohnten Maße bestehen bleibt, und die neue Anregungen zur Gestaltung der Sportstunden aufnehmen, ist eine geringe Teilnahme an Abteilungsversammlungen enttäuschend.

Wir sollten uns als Mitglieder darüber einmal Gedanken machen, dass alle Verantwortung in ehrenamtlicher Hand liegt. Zur Anerkennung dieser Ehrenamtstätigkeit wünsche ich mir (einmal im Jahr !) eine rege Teilnahme an Abteilungsversammlungen und an der Mitgliederversammlung des Vereins.

Wir sehen uns bei der Mitgliederversammlung am 26. April 2023.

*Bärbel Stahlhut
Vorstand Finanzen*

**P.S.: Die TSG-Geschäftsstelle ist
in den Osterferien nur vormittags geöffnet und am 13. April geschlossen.**

EINLADUNG

zur Mitgliederversammlung 2023 der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

Am Mittwoch, den 26. April 2023, um 18:30 Uhr
im TSG-Sportlertreff, Im Baumhof 15, 45549 Sprockhövel

TAGESORDNUNG:

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung und der satzungsgemäßen Einladung 2. Bericht des Vorstandes, Berichte der Abteilungsleitungen 3. Gespräche zu den Jahresberichten der Abteilungen 4. Bericht der Schatzmeisterin für das Jahr 2022 5. Bericht der Revisoren 6. Beschlussfassung über den Jahresabschluss des abgelaufenen Geschäftsjahres 7. Entlastung des Vorstandes 8. Neuwahl des Geschäftsführenden Vorstandes <ol style="list-style-type: none"> 8.1 Vorstandsprecher/in 8.2 Hauptgeschäftsführer/in 8.3 Vorstand Finanzen (Schatzmeister/in) | <ol style="list-style-type: none"> 9. Wahlen der Vorstandsmitglieder <ol style="list-style-type: none"> 9.1 Geschäftsstelle 9.2 Sporträume 9.3 Öffentlichkeitsarbeit/Marketing 9.4 Kinder & Jugend 9.5 Mitarbeit/Personal 9.6 Leistung & Wettkampf 9.7 Freizeit & Senioren 9.8 Gesundheit & Fitness 9.9 Vorstand Soziales 10. Wahlen der Revisoren 11. Beschlussfassung über den Haushaltsplan des laufenden Geschäftsjahres 2023 12. Beschlussfassung über Anträge 13. Bestätigung der Abteilungsvorstände und des Jugendwartes/der Jugendwartin 14. Wohin geht die TSG? Strategieentwicklung zur Zukunftsfähigkeit 15. Verschiedenes |
|---|---|

Anträge zur Mitgliederversammlung bitten wir fristgerecht bis zum **11. April 2023** schriftlich an den Vorstand zu richten. Anregungen und Vorschläge nehmen wir gerne auf.
Mit sportlichem Gruß
Volker Bosch, Vorstand Organisation und Verwaltung (Hauptgeschäftsführer)

Nutzt als Mitglied euer Recht zur Mitbestimmung und Mitgestaltung!

TSGinfo 1/März 2023

JUDO	Gürtelprüfung: Judoka beschenken sich vor Weihnachten selbst	6
	Französischer Spitzen-Judoka in Witten zu Gast	8
BADMINTON	Gute Aussichten zum Saisonende	9
BASKETBALL	Die Mini-Miners machen viel Freude / Miners werden Kreismeister	10
TURNEN	Turnfest in Witten: Verdienter Applaus	12
	Bezirksmeisterschaft: Sechsmal Gold in Stockum	13
	Kinder-Tanzkurse: Unterstützung gesucht	13
	Einladung zur Jahreshauptversammlung 2023 der Turnabteilung	15
	Nachrufe: Helmut Glotzbach und Horst Weinert	15
TRIATHLON	Herner Silvesterlauf 2022: Altes Jahr neue Vorsätze	16
	Hildener Winterlaufserie	18
	Regen ... Schnee und Wintertraining – Die Geschichte mit der Motivation	18
	Nikolauslauf Herdecke und Witten	20
	Jahresabschluss im Laufcamp: Laufend der Sonne entgegen	20
	Winterlaufserie in Duisburg	21
GuFi-Kursplan		22-23
FUSSBALL	Fußball-Youngsters: Nikolaus/Trainer-Jahresabschluss/Hallenturniere	24
BOULE	Frühling – Bewegung – frische Luft	26
TENNIS	LEB' WOHL und WILKOMMEN Tennisschule	28
	Tennis+: Kooperation mit der TG Hiddinghausen	29
	Einladung zur Jahreshauptversammlung 2023 der Tennisabteilung	30
VEREINSARCHIV	Update Archivgruppe	32
VORSTAND	Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren	34
Übungs- und Trainingszeiten		37-40
GESUNDHEIT&FITNESS	GuFiT-News: Erste-Hilfe-Kurs	41
KURZ & GUT	Kalender	42

REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 2/2023 ist der 7. Mai 2023

IMPRESSUM
Herausgeber: TSG 1881 Sprockhövel e.V.
Redaktion/verantwortlich für den Inhalt: Jürgen Zang, juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 02324/97204;
Layout und Titelfoto: Jürgen Zang; Fotos: privat (wenn nicht anders gekennzeichnet);
Erscheinungsweise: viermal jährlich; Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten;
Anzeigenannahme am Ort: Volker Bosch, volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 00171-2835341;
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

Judoka beschenken sich vor Weihnachten selbst

Gürtelprüfung bei der TSG Sprockhövel

Zum Abschluss des Jahres gab es bei der TSG Sprockhövel endlich wieder eine Prüfung wie vor Corona. 20 Judoka hatten sich zur Prüfung angemeldet. Es wurden so ziemlich alle Gürtelstufen geprüft. Eine gewisse Nervosität war bei allen Teilnehmern zu spüren. Alles war etwas anders als bei den letzten Prüfungen. Auch einige Eltern wollten sich die Prüfung ihrer Kinder nicht entgehen lassen.

Alle hatten sich aber auch intensiv vorbereitet und präsentierten ihr jeweiliges Programm souverän. Kata, Fallschule, Würfe, Hebel, ... wurden gekonnt demonstriert. Jüngster Prüfling war Carl Rabe, der mit gerade mal sechs Jahren den gelben Gürtel schaffte.

Insgesamt war das Ergebnis richtig gut. Max Wolf, sowie Mia und Thea Kajtaz konnten dabei besonders überzeugen.

► Wer sich für Judo interessiert, ist jederzeit zu einem Probetraining eingeladen.

Andrea Haarmann Text und Fotos



weiß-gelb haben bestanden:

Marie Poth, Jannes Riegel, Nic Stude und Max Wolf

gelb haben bestanden:

Annika Fuxman, Alexander Haß, Mia Kajtaz, Thea Kajtaz, Johanna Kern, Carl Rabe, Amelie Wagner, Marlon Werning und Nina Werning

orange hat bestanden:

Lukas Bäumer

grün haben bestanden:

Leon Hildt und Mick Patzak

blau haben bestanden:

Janina Götz, Ronja Rätzel und Tina Wißmann

braun hat bestanden:

Dennis Hildt



Amelie & Carl



Marie & Amelie



Nic



Marlon & Alexander



Mia & Thea



Dennis & Leon

Französischer Spitzen-Judoka in Witten zu Gast

Zwei TSG-Judoka nutzten das Angebot

Kurz vor den Weihnachtsferien lud die Sportunion Witten-Annen noch zu einem Lehrgang. Zu Gast war Arthur Clerget, ein französischer Spitzen-Judoka, der an diesem Tag „Taiso“ und ein Technik-Seminar für die Teilnehmer vorbereitet hatte. Taiso ist eine judospezifische Aufwärmgymnastik. In Frankreich ist Taiso deutlich populärer als in Deutschland.

Arthur Clerget hat in diesem Fall sein Taiso-Programm auf sein anschließendes Technik-Seminar abgestimmt. Nicht zu anstrengend, aber doch deutlich gefordert, wurden die entsprechenden Körperpartien aufgewärmt. Auch die beiden Teilnehmerinnen von der TSG Sprockhövel, Nina Werning und ich, kamen einigermmaßen ins Schwitzen.

Nach einer vollen Stunde und kurzer Pause ging es weiter mit dem Technik-Seminar. Einige Übungen aus dem Taiso kamen nun beim Bodenprogramm zum Tragen. Sehr interessant waren auch die Techniken, die Arthur im Stand vorbereitet hatte. Es war nicht nur anstrengend, wir hatten beide auch viel Spaß



Arthur Clerget mit Andrea (li.) und Nina

bei der Ausübung des Gezeigten. Arthur zeigte bei allem vollen Einsatz und beantwortete alle aufkommenden Fragen.

Schade war, dass die Resonanz für dieses Angebot nicht so groß war. Wahrscheinlich lag es am Termin, schließlich war es das Wochenende vom 4. Advent. Für die Anwesenden hat es sich auf jeden Fall gelohnt. Anschließend stand Arthur noch für Fotos bereit.

Andrea Haarmann

Gute Aussichten zum Saisonende

Drei Spieltage vor Ende der Saison steht die Badmintonmannschaft der TSG komfortabel auf Platz 1 der Tabelle.

Die Mannschaft ist dabei in der gesamten Saison ungeschlagen und konnte mit Ausnahme von einem Unentschieden gegen die SF Gevelsberg alle Spieltage für sich entscheiden. Zurzeit trennen die TSG sechs Punkte zum Tabellenzweiten, der jedoch einen Spieltag nachzuholen hat. Trotzdem stehen alle Zeichen auf Aufstieg in die Bezirksliga für die nächste Saison.

Besonders erfolgreich waren die Spielerinnen und Spieler der TSG im ersten Herrendoppel sowie im Mixed. In beiden Disziplinen konnte die TSG alle Spiele der Saison für sich entscheiden und musste jeweils nur zwei Sätze abgeben.

Auch wenn die Saison noch nicht beendet ist, laufen im Hintergrund die Planungen für die nächste Saison bereits auf Hochtouren. Neben der Festlegung der Aufstellung in der ersten Mannschaft hofft die TSG – dank erfreulichem Zuwachs im Hobby- und Jugendbereich – in der kommenden Saison, nach zwei Jahren Pause wieder zwei Mannschaften aufstellen zu können. So soll allen Spielerinnen und Spielern die Möglichkeit gegeben werden, Meisterschaftserfahrung zu sammeln und langfristig zwei Mannschaften auf hohem Niveau halten zu können.

Jan Thoma



Auto D. Kuhlmann

Inh. S. Wieschermann

Spezialwerkstatt für Seat und Skoda

Meisterwerkstatt für alle Fabrikate

Bochumer Str. 4a, 45549 Sprockhövel,

Tel. 02324/9075-0

Autoglas Fachbetrieb – Klare Sicht. Klare Sache.

Seitdem die Basketball-Abteilung ihr Jugendprojekt letztes Jahr im Februar gestartet hat, hat sie enorm an Mitgliedern gewonnen. Nachdem bis zu den Sommerferien ca. zehn Kinder am Training teilnahmen, ist die Gruppe mittlerweile auf 60 Kinder angewachsen, von denen sich fast 40 in der Abteilung und bei der TSG angemeldet haben.



Aus anfänglich einer Trainingseinheit wurden mittlerweile fünf (vielen Dank an Ludger Böhmer, der das möglich gemacht hat und an die Handballabteilung, die Zeiten getauscht hat), so können die Kinder und Jugendlichen nun entsprechend Ihrer Altersgruppe trainieren.

Wenn es dabei bleibt, könnten in der nächsten Saison eine U12, eine U14 und eine U16 am Spielbetrieb teilnehmen. Voraussetzung für eine U12 sind allerdings absenkbare Kör-



be in der Halle, (240 cm Ringhöhe) was auch den Effekt hätte, noch jüngere Kinder an das Basketballspiel heranzuführen, denen es bisher unmöglich ist, bei einem Korb auf 305 cm Höhe Erfolgserlebnisse zu haben. Hier versuchen wir auch die Grundschule mit ins Boot zu holen.

Darüber hinaus hatte unsere U14 ihren ersten Auftritt als Mannschaft



Die Mini-Miners machen viel Freude

(Danke der Firma CA Kältetechnik für den gestifteten Trikotsatz).

Obwohl viele erst seit wenigen Wochen trainieren und fast alle Anfänger sind, schlugen sie sich bei der Reserve der Witten Baskets hervorragend. Zwar ging das Spiel mit 30:42 verloren, doch gelangen einige schön herausgespielte Körbe, für die die Young Miners von ihren zahlreich mitgefahrene Eltern gefeiert wurden. Für die Jugendlichen und ihre Trainer war es eine wichtige Erfahrung, sich erstmals in einem Wettkampf zu messen

Sprockhövel Miners werden Kreismeister

Die Herrenmannschaft schlug sich zu Jahresbeginn hervorragend, so wurden zwei Siege, darunter ein 69:58 gegen den Kreisrivalen Witten Baskets, eingefahren. Danach setzte es, unter anderem verletzungsbedingt, drei

recht heftige Niederlagen gegen Hagener Mannschaften.

Als es dann darauf ankam, folgte aber ein souveräner 66:52 Sieg gegen RE Schwelm. Da die Mannschaft durch den vorausgegangenen 11-Punkte-Sieg gegen Witten im direkten Vergleich um einen Punkt vorne liegt, ist es ihr damit gelungen Kreismeister zu werden. Als Kreismeister kann die Mannschaft den Auf-

stieg in die Bezirksliga wahrnehmen, dafür bedarf es aber sicherlich weiterer Verstärkungen und vor allem einem weiteren Leistungssprung der jungen Mannschaft. Hier steht auch die Überlegung im Raum, nächste Saison mit einer Herren II anzutreten und mit dieser weitere Jugendspieler an den Senioren-Spielbetrieb heranzuführen.

Für die Abteilung Jochen Knorr

Trainingszeiten	Montag	Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	15:30-16:00	15:30-16:30 Halle 3	15:30-17:00 Halle 1		
16:00-16:30	U12	U14			
16:30-17:00	16:30-18:00 Halle 3				
17:00-17:30	U16 mit U18				17:00-18:30 Halle 3
17:30-18:00					U12
18:00-18:30					
18:30-19:00					18:30-20:00 Halle 3
19:00-19:30					U14
19:30-20:00					
20:00-20:30	20:00-21:30 Halle 3		20:00-21:30 Großfeld	20:00-21:30 Halle 3	20:00-21:30 Halle 3
20:30-21:00	Nur Mannschaft		Herren 1, 2 und U 18	Herren 2 und U 18	U16 mit U18
21:00-21:30					

Verdienter Applaus

Mit insgesamt neun Turnerinnen und sechs Trainer:innen/Betreuer:innen nahm die Turngruppe der TSG Sprockhövel am Turnfest in der Holzkamp Gesamtschule Witten teil. Ebenso gab es eine große Fangemeinschaft die sich aus den Eltern und Freunden der Turnerinnen zusammenstellte. Seit längerem einmal wieder ein Wettkampf für die älteren Wettkampfturnerinnen und ein erster Wettkampf für die Jüngeren.

... umso mehr genossen alle Teilnehmenden den Tag. So ein Wettkampf lässt sich ja eigentlich nicht an den Leistungen messen. Letztendlich ist Leistung individuell unterschiedlich zu bewerten und alle gingen mit einem für sich besonderen Gefühl zu diesem Wettkampf. Den Trainer:innen zeigten die Turnerinnen auf jeden Fall vollsten, hochkonzentrierten Einsatz.

Dies zeigte sich dann auch im Endergebnis. Alle Turnerinnen absolvierten ihren Wettkampf mit den vier Disziplinen Schwebelbalken, Boden, Stufenbarren und Sprung. Emma Fux wurde schon vorab als Favorit gehandelt und ging am Ende auch wohlverdient als Stadtmeisterin mit einem Pokal auf das Podest. Ebenso schaffte es Josephin Desel in ihrer Altersklasse zu einem Stadtmeistertitel.

Die anderen Turnerinnen präsentierten ihre Leistungen an den verschiedenen Geräten eben-



Turnerinnen:
Emily, Ruby,
Emma, Lale,
Luisa, Fritzi,
Josephin,
Lena,
Charleen
Fotos:
Yvonne Fux



Sechsmal Gold in Stockum

Am 12. Februar war es endlich wieder so weit: Wir Leichtathleten der TSG sind aufgebrochen, unseren Verein bei der alljährlichen Bezirksmeisterschaft in Witten-Stockum zu vertreten. Zuerst trugen die erwachsenen Altersklassen ihre Wettkämpfe im Sprint, Standweitsprung, Kugelstoßen und Vollball aus. Danach war die Jugend an der Reihe, die tatkräftig von Ersteren unterstützt wurde. So halfen die meisten „Großen“ als Riegenführer oder Kampfrichter, dem Nachwuchs einen schönen Wettkampf zu bereiten. Besonders hervorzuheben sind aus unserem Verein Michaela Kleinbeck, Ingolf Schreiber sowie Frank Kriegeskorte,



die großen Anteil am reibungslosen Ablauf des Sporttages hatten.

Neben einem sehr fröhlichen Miteinander konnten wir auch einiges an Edelmetall in die Heimat mitnehmen: Sowohl unsere Jugend- als auch die Erwachsenenabteilung haben jeweils drei Goldmedaillen erkämpft. Insgesamt also ein rundum gelungener Vormittag!

Corvin Gerber Foto: Robert Hoffmann

falls sehr gut, vor allem am Zittergerät Schwebelbalken. Auch sie gingen mit guten Platzierungen nach Hause.

Die gezeigten Leistungen an den verschiedenen Geräten überraschten selbst die Trainer:innen (und auch die Fangemeinde)! Sie alle feierten die TSG-Turnerinnen bei der Siegerehrung mit lauten Rufen und frenetischem Applaus.

Die TSG hat sich dort wirklich als eine tolle Gemeinschaft präsentiert. An diesem Tag standen aus diesem Grunde nicht nur die turnerischen Leistungen, sondern vielmehr das Miteinander, der Spaß und der großartige Teamzusammenhalt im Vordergrund. Das hat diesen Tag zu einem wirklich wunderbaren Ereignis werden lassen.

Melanie Dessel

Unterstützung auf Honorarbasis gesucht!

Du kannst gut mit Kindern umgehen und hast Taktgefühl! Dann wärst du als Unterstützung in meinen Tanzkursen genau richtig. Du unterstützt mich, indem du mit mir die Kinder betreust und die ein oder andere Choreo mit uns lernst. Wir tanzen zu Kindermusik und den aktuellen Charts. Wir tanzen zu Kindermusik und den aktuellen Charts.

Gerne kannst du montags oder donnerstags mal reinschnuppern.

Falls du Fragen hast, kannst du dich unter 0172/5661070 melden.

Ann-Kathrin König (Krümel)

MASSGESCHNEIDERTE LÖSUNGEN IM ALUMINIUM-RECYCLING

NACHHALTIG AUS ÜBERZEUGUNG

Müller & Sohn wirtschaftet in doppelter Hinsicht nachhaltig und ressourcenschonend. Neben unserer Kernaufgabe, dem Recycling vom Aluminium, sorgen wir auch im eigenen Betrieb für Klima- und Umweltschutz durch eine nachhaltige und schonende Produktion.

Dieses ermöglichen wir durch regelmäßige Investition in neueste und effiziente Anlagen- und Prozesstechnik, den stetigen Ausbau von Umweltschutzmaßnahmen sowie eine fortlaufende Umstellung der elektrischen Mobilität in allen Bereichen. Zusätzlich werden alle Unternehmensbereiche weiter digitalisiert – ein weiterer Beitrag für noch mehr Klimaschutz. Mit diesen und noch vielen weiteren Maßnahmen kommen wir dem Ziel unserer ökologischen Fußabdruck weiter zu reduzieren.

Und was können wir für Sie tun?

Müller & Sohn GmbH & Co. KG | Metall-Aufbereitungswerk
 T: +49 2339 605-600 | F: +49 2339 605888-88
 info@AluminiumOnline.de | www.AluminiumOnline.de



Wir dürfen wieder ALLES machen. Macht etwas Neues
 (oder etwas Altbewährtes) und kommt zur

Jahreshauptversammlung 2023 der Turnabteilung

am Donnerstag, den 30. März 2023
um 19.30 Uhr

in der Cafeteria der Glückauf-Halle

mit folgenden Themen:

1. Begrüßung und Totenehrung
2. Jahresbericht
3. Kassenbericht
4. Entlastung des Vorstandes
5. Wahlen
 - a. Abteilungsleiter/in
 - b. Geschäftsführer/in
6. Verschiedenes

Ihr seid alle herzlich eingeladen! Gibt es größere Themen, die euch beschäftigen und über die wir reden sollen? Dann sagt uns das bitte vorab unter

christine.sattler@tsg-sprockhoevel.de,

am besten vor dem 28.03.2023

Christine Sattler für den Vorstand der Turnabteilung



Wir trauern um

Helmut Glotzbach

unseren lieben und engagierten ehemaligen Übungsleiter und Abteilungsleiter der im Alter von 92, fast 93 Jahren, starb.

Er zeichnete sich durch Bescheidenheit und große Liebe zur TSG aus. Für seine langjährige Mitarbeit wurde er vom Stadtverband Sprockhövel geehrt.

Helmut war für die Sportabzeichen-Abnahme und für den Lauftreff am Sonntagmorgen zuständig.

Mit Herzblut engagierte er sich als Leiter der Leichtathletik in der Turnabteilung.

Die TSG denkt mit Trauer, Dankbarkeit und Hochachtung an ihn.

Horst Weinert

der im Alter von 87 Jahren verstarb.

Er hat sich auf zahlreichen Ebenen im Verein engagiert. Horst Weinert war viele Jahre als Abteilungsleiter der Turnabteilung aktiv und repräsentierte den Verein auch nach außen. Ferner war er über lange Jahre mitverantwortlich für die Redaktionsarbeit der TSGinfo. Wir bedauern nicht nur den Tod eines Vereinsmitgliedes sondern auch den eines engagierten Menschen, der sich stets im Verein eingebracht hat.

Turnabteilung und Vorstand der TSG Sprockhövel

Altes Jahr neue Vorsätze

Herner Silvesterlauf 2022



Nachdem ich meinen Arbeitskollegen Stefan bereits erfolgreich zum 6 Stundenlauf in Remscheid überredet und

seine Anschlusseuphorie ausgenutzt hatte, stand am 31.12.2022 der Herner Silvesterlauf vor der Tür. Sobald die Anmeldemaske freigeschaltet war, meldeten Stefan und ich uns für den 10 km -Lauf an. Wir waren offenbar so früh dran, dass wir die Startnummer 24 und 25 und damit sogar ein Teilnehmer-(in unserem Fall natürlich auch Finisher-)Shirt erhalten haben. Zusätzlich zu Stefan konnte ich auch Markus aus dem TriTeam für den 5 km-Lauf in Herne gewinnen. Das Ziel von uns dreien war wie immer: Gesund ins Ziel kommen.

Wobei ich ehrlich gesagt nicht mehr als eine Stunde brauchen wollte. Das Wetter in der Vorwoche und auch die Prognose sagten nichts Gutes voraus. Sturmwarnung, Regen, Unwetter, bis zuletzt waren wir gespannt, ob der Wettkampf unter den Bedingungen stattfinden würde.

Keine Absage, gut, also ging es los. Markus war als erster vor Ort, da der Start der 5-km Runde um 11 Uhr sein sollte. Ich traf ihn kurz vorher an der Anmeldung, wünschte ihm viel Glück und verpasste seinen Start, da ich meine Nummer noch abholen musste.

Markus teilte mir mit, dass er mit ca. 32 Minuten rechnet. Kurz nach mir trudelte auch Stefan ein und wir gingen zum Ziel, um die ersten Läufer, die nach 15 Minuten ins Ziel gerannt kamen anzufeuern. Bis jetzt hatten wir und auch Markus auf der Strecke, Glück mit



Mit Medaillenschmuck: Markus, Tanja und Stefan, ...

dem Wetter, es war zwar windig, dafür trocken und unglaubliche 17 Grad warm. Nach fantastischen 28 Minuten kam Markus ins Ziel.

Hier hatte wohl jemand ordentlich trainiert. Markus erzählt, dass der Fackellauf ihn ein wenig zum Training motiviert hatte und hier sah man eindeutig das Ergebnis.

Dann ging es so langsam für Stefan und mich Richtung Start. Hier trafen wir Corinna wieder, die wir beim 6-Stunden-Lauf kennen-

gelernt hatten. Sie hatte sich spontan heute nachgemeldet und wollte auch unter einer Stunde laufen, aber hatte Freundinnen dabei, die es eher gemütlich angehen wollten. Also teilten Stefan und ich uns auf.

Pünktlich um 12.30 Uhr ging es los, über den Parkplatz in den Gysenbergpark. Wir wurden bereits im Vorfeld vor einigen matschigen Passagen gewarnt. An sich war die Strecke aber gut zu laufen. Allerdings hatte die Strecke doch einige Höhenmeter zu bieten, mit denen ich in Herne ehrlich gesagt nicht gerechnet hatte. Besonders da ich gerade frisch aus dem Urlaub kam und so gut wie gar nicht im Training war, hatte ich an den Anstiegen richtig zu kämpfen. Die Uhr zeigte an, dass ich doch dringend einen Zahn zulegen musste, um die Zielzeit von unter einer Stunde zu halten.

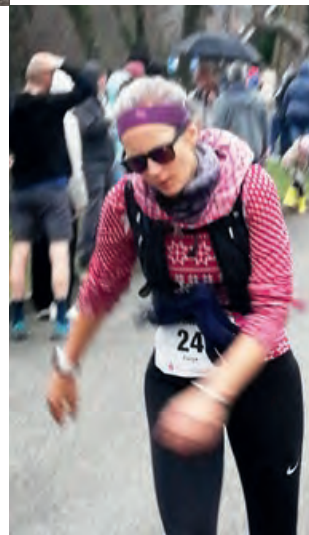
Auf den letzten 400 Metern wurde es wirklich knapp, und es fing auch noch an zu reg-

nen, außerdem gab es eine ordentlich Portion Gegenwind. Mit letzter Kraft schleppte ich mich in 59 Minuten und 20 Sekunden ins Ziel. Erstmals was trinken. Markus wartete bereits und machte herrliche Fotos meines sportlichen Erfolgs. Kurz nach mir kam auch Corinna ins Ziel.

Stefan finishte seinen ersten 10 km-Wettkampf in



... Tanja und Corinna



Mit letzter Kraft

Herner Silvesterlauf am 31.12. 2022

- An einem herrlichen Wintertag, warm und trocken, an Silvester Vormittag, die Temperatur lag bei außergewöhnlichen 17 Grad mit stürmischem Wind, entschied ich mich für kurze Laufkleidung.
- Ich nahm zum ersten Mal an diesem Laufwettkampf teil, startete auf der 5 km Distanz und war gespannt, was in diesem Waldstück „Gysenberg“, an der Grenze zwischen Bochum und Herne auf uns Läufer so zukam, denn in den letzten Tagen hatte es ergiebig geregnet. In der Teilnehmer-Meldeliste standen für beide Läufe, 5 km / 10 km fast 1000 Teilnehmer.
- Pünktlich um 11 Uhr wurden die 5 km gestartet und ich wollte bei dem Teilnehmerfeld von 400 Startern auf jeden Fall versuchen, ins Mittelfeld zu kommen. Die ersten 600 Meter waren noch asphaltiert, danach wurde das Waldstück erreicht und die Strecke wurde etwas rutschig, zum Teil auch matschig. In den Kurven musste man immer innen laufen, sonst bestand die Gefahr zum Sturz.
- Auf dem Waldweg ging es mal hoch und dann wieder runter, etwas Höhenprofil war also auch vorhanden, die letzten 600 Meter waren asphaltiert, da erreichte man das Sportgelände, musste noch einen kleinen Bogen über den Parkplatz laufen, bis der Zieleinlauf kam.
- Ich erreichte mit einer Zeit von 28:45 Uhr meine beste Laufzeit in dem kompletten Kalenderjahr.
- Die Platzierung war auch sehr zufriedenstellend, Platz 18 in der AK M50. Markus Barthen

1 Stunde und 8 Minuten. Eine großartige Leistung, insbesondere wenn man bedenkt, dass der Lauf über 150 HM in sich hatte.

Im Ziel gab es dann für alle eine Finishermedallie und alkoholfreien Sekt (sponsort von Stefan), mit dem wir das sportliche Jahr 2022 (auch wenn es anders gelaufen ist als gedacht) abschlossen. Im Jahr 2023 wollen wir auf jeden Fall wieder bei einem Silvesterlauf starten, ob es nochmal Herne wird, wird sich zeigen.

Tanja Käsebier

Hildener Winterlaufserie

Lauf 1 am 29.1.2023

Die Hildener Winterlaufserie ist ein Dreifach-Laufwettkampf und findet in diesem Jahr an drei Sonntagsterminen statt. Der erste Lauf fand am Sonntag, dem 29.1.2023, im Hildener Wald statt. Die nächsten Läufe sind am 12.2. und am 26.2. an selber Stelle angesetzt. Vom TriTeam der TSG haben Sandra und Patrick die große Laufserie gemeldet, Alexandra die kleine Laufserie. Die Unterschiede liegen an den Distanzen bei den drei Terminen. Markus meldete nur den ersten Lauf in der kleinen Serie als Einzellauf.

Der 29.1. war ein sehr kalter und trockener Lauftag, bei Temperaturen um 0 Grad und gefrorenem Waldboden startete Markus um 10:40 Uhr dann alleine in der ersten Gruppe,

da Alexandra kurzfristig krankheitsbedingt ausfiel und sie die Aufgabe „Support und Fotos machen“ übernahm. In einem Starterfeld von 259 Startern ging Markus sehr weit hinten im Feld an den Start, auf den teilweise engen Waldwegen war es aber schwierig zu überholen, vor allem wenn sich mehrere Läufer als Laufgruppe nebeneinander bewegten. Die Startzeit war mit einer Starttoleranz von zehn Minuten begrenzt, sobald man die erste Zeitnehmermatte überquerte lief die Zeit.

Nach einer durchschnittlichen Leistung erreichte



Markus



Sandra

Markus nach 29,02 Min. auf 5 km das Ziel als 17. in seiner AK (Altersklasse) mit dem Gesamtplatz 178. Dort warteten die beiden Frauen auf den zufriedenen Finisher, der sich vorgenommen hatte, unter 30 Min. zu bleiben und dies dann auch erfüllte.

Um 12 Uhr war der Start der großen Laufdistanz, ein Teilnehmerfeld mit 252 Startern (64 Frauen und 188 Männer). An diesem Tag mit überschaubaren 10 km, im Wald waren es zwei Laufgruppen. Auch hier gab es die Zehn-Minuten-Starttoleranz.

Sandra startete ziemlich weit vorne, da Patrick fehlte war sie die einzige vom TriTeam. Sie wollte vorne frei alleine laufen können. Bereits nach der ersten Runde war sie im vorderen Viertel zu finden, mit einer Zeit um die 23 Minuten. Es sah nach einer sehr guten Platzierung aus und sie hatte kaum Nebenleute vor der zweiten Runde.

Nach fantastischen 47,07 Min. erreichte Sandra als sechste Frau das Ziel, mit Gesamtplatz 83 war sie sogar die erste Frau ihrer AK. Wir alle drei freuten uns über ihre tolle Leistung. Nun gilt es in den nächsten beiden Läufen die Führung zu verteidigen, um ein sehr gutes Ergebnis nach allen drei Läufen zu erreichen. Ein toller Anreiz für die beiden weiteren Termine, natürlich ist dies ein großer Erfolg für das TriTeam der TSG Sprockhövel.

Sandra / Markus / Alexandra

Regen, Regen, Regen, Schnee und Wintertraining – Die Geschichte mit der Motivation

Normalerweise schreibe ich über unsere Wettkämpfe, oder sonstigen gemeinsamen Aktivitäten mit dem TriTeam. Heute möchte ich mich dem Thema Motivation widmen. Zurzeit ist Off-Saison, das heißt: keine Triathlon-Wettkämpfe. Die Saison geht von Ende April bis Mitte September. Triathlon ist ein Sommersport. Draußen in der Sonne radfahren, im Freiwasser schwimmen, bei Sonnenschein laufen, das macht Spaß. Das ist mein Ding. Gerade regnet es und es scheint auch die nächsten Tage

nicht aufzuhören. Also was macht man nun als Triathletin im Winter?

Die Frage lässt sich schnell beantworten: Vorbereitung auf den Sommer, Aufbau von Grundlagenausdauer, oder Techniktraining beim Schwimmen und zumeist Indoor-Radfahren. Grundlagenausdauer bedeutet, lang und langsam.

Die Frage ist nur: warum zur Hölle hört es nicht endlich auf zu regnen? Wir haben Mitte Januar und gefühlt regnet es seit Weihnachten durch. Mir (und ich bin sicher, auch 95%

aller anderen Menschen hier in Deutschland) geht es gewaltig auf den Keks. Es wird nicht richtig hell und Regenspausen sind eine Seltenheit. Wie können wir uns also motivieren, wenn wir doch viel lieber auf dem Sofa sitzen möchten?

Das „verhasste“ Schwimmen mutiert in solchen Zeiten zur Lieblingssportart einiger Teammitglieder. Hier ist es wenigstens warm (naja, soweit mit den aktuellen Energiesparmaßnahmen möglich).

Radfahren machen wir zurzeit fast alle indoor und digital.

Denn MTB fahren macht bei dem Wetter nicht wirklich Spaß.

Dann ist da noch das Laufen. Zurzeit sind lange und langsame Läufe angesagt, das macht es noch schwerer, sich zu motivieren. Der Regenrad wird minütlich gecheckt. Teilweise quälen wir uns nach Feierabend durch die Dunkelheit und den Regen.

Warum machen wir das, und wie können wir uns jeden Tag erneut aufraffen?

Es gehört einfach dazu. Für uns wurde es zur Gewohnheit, die einen festen Bestandteil in

unserem Alltag ist. Das Training. Egal ob Schwimmen, Radfahren oder Laufen und zusätzliche Krafteinheiten. Wir machen das, um im Sommer aus dem Vollen schöpfen zu können.

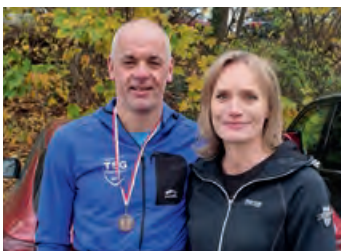
Ich zum Beispiel lasse vor jedem Lauf die Bilder von unseren Wettkämpfen im Sommer vor meinem inneren Auge ablaufen. Auch das Wissen um das Gefühl, dass man sich nach einem Lauf im Regen den meisten Couchpotatos überlegen fühlt, und zuhause eine warme Dusche und etwas zu Essen wartet.

Für einige meiner Teamkollegen ist die Zeit beim Laufen wichtig, um (egal wie sehr man seine Familie liebt) Zeit für sich selbst zu haben. Gedanken schweifen lassen, oder einfach mal nicht denken.

Außerdem war ich die letzten Jahre (Corona mal außen vorge lassen) nicht krank.

Das Gefühl, sein Training durchgezogen zu haben, statt unter der Kuscheldecke auf dem Sofa in Selbstmitleid zu versinken, ist einfach unbezahlbar.

Tanja Käsebier



3.12.2022. Es war bitterkalt, 9,6 km waren zu laufen beim **Nikolauslauf Herdecke** rund um den Hengsteysee, zum Glück war es trocken, die Strecke nicht vereist. Andrea Ellinger benötigte 43 Minuten 9 Sekunden und kam auf **Platz 3** der W50, ich kam nach 44 Minuten und 43 Sekunden ins Ziel und erreichte **Platz 12** der M55. Der warme Tee im Ziel tat gut, bei Kaffee und Kuchen konnten wir uns wieder stärken. *Christian Koch*

11.12.2022. Beim **Nikolauslauf in Witten** ging ich über 10 Kilometer an den Start. Gemeinsam mit Uwe und Conny an der Strecke, hatte ich den besten Support für diesen Tag an meiner Seite. Insgesamt wurde ein Rundkurs von vier Runden absolviert. Conny gab mir pro Runde eine kurze Rückmeldung, wie es um meine aktuelle Platzierung stehe. Bei knackig kalten Temperaturen lief es für mich sehr gut und ich konnte mich im Damenfeld auf **Platz 4** der Gesamtwertung und auf **Platz 3** der Altersklasse platzieren. Insgesamt eine gelungene Veranstaltung und für mich ein guter Auftakt in die Winterlaufsaison. *Sandra Brüggershemke*



Kurz nach den Weihnachtstagen ging es für mich nach Portugal in mein erstes Laufcamp. Neun Tage mit zwei Läufen pro Tag standen auf dem Trainingsplan. Das sollte die erste intensive Vorbereitungsphase für die neue Triathlon-Saison werden.

An Silvester gab es dann einen besonderen Lauf. 10 Kilometer ohne Uhr laufen, nur nach Gefühl des Körpers. Durch die Belastung des Lauftrainings im Vorfeld lief es trotzdem sehr gut. Mit einer Zeit von 56:18 Minuten (auf der wirklich sehr anspruchsvollen Strecke) lief ich sehr konstant und glücklich ins Ziel. Am Neujahrstag war dann aber auch Ausschlafen und Relaxen angesagt.

Ich muss zugeben, dass die folgende Woche, in der selbstverständlich auch zwei Lauftrainings pro Tag stattfanden, irgendwann hart wurde. Nach insgesamt über 100 km an acht Tagen ging es wieder ins kalte Deutschland zurück und in meine wohlverdiente Ruhewoche danach. *Alexandra Malk*

Laufend der Sonne entgegen

Jahresabschluss im Laufcamp



Winterlaufserie in Duisburg

Die Teilnahme an der Winterlaufserie in Duisburg rund um das Fußballstadion des MSV Duisburg und der Regattabahn ist schon eine Tradition beim TriTeam und eine gute Vorbereitung für die Triathlon-Saison ab Mai. Drei Läufe sind zu absolvieren im Abstand von ca. vier Wochen, bei der großen Serie sind dies 10 km, 15 km und zum Abschluss der Halbmarathon.

Der Start war am 4.2.2023 mit dem 10-km-Lauf. Bei 10 Grad und Sonne hatten wir optimales Laufwetter. Andrea Ellinger galoppierte in 43 Minuten und 32 Sekunden auf **Platz 1** bei den W50, ich trabte mit 46 Minuten und 48 Sekunden auf **Platz 54** der M55.



Torsten Remmert beendete seinen Trainingslauf nach 54 Minuten und 31 Sekunden und erreichte **Platz 126** bei den M50. Am 4. März sind wir beim 15-km-Lauf wieder am Start.

Christian Koch



einfach
kompetent.
kreativ.
zuverlässig.



Elke Althäuser
Rechtsanwältin und
Fachanwältin für Arbeitsrecht

Claudia Schnittka
Rechtsanwältin

Brinkerstr. 1
45549 Sprockhövel

☎ 02324/6869-800
☎ 02324/6869-802
info@althaeuser.de

Arbeitsrecht
Familienrecht
Mietrecht
Verkehrsrecht
Vertragsrecht
Zivilrecht
Strafrecht



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			9.00 - 10.00 Rücken Fit [G15]			
9.30 - 10.30 Pilates [IB]						
	10.00 - 11.00 Yoga 60+ [G15]			10.15 - 11.15 Rücken Fit-Entspannung [G15]		10.00 - 11.00 Zumba® [G15]
11.00 - 12.00 Yoga auf dem Stuhl [G19]						
	11.00 - 12.00 Vinyasa Yoga [G15]					11.15 - 12.15 BOP&more [G15]
15.15 - 16.00 T Tanzflöhe (3-4 Jahre) [G15]		15.00 - 16.00 Z D!s Kids Club (ab 7 Jahre) [G15]				
		15.30 - 16.15 Z QuietschFidel 🐢 (LS)	15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)			
16.00 - 17.00 T Tanzmäuse (6-7 Jahre) [G15]		16.00 - 17.00 Z D!s Kids Club (ab 9 Jahre) [G15]				
		16.15 - 17.00 Z QuietschFidel 🐢 (LS)				
		16.30 - 17.30 Frauengymnastik 50+ [G19]				
	17.00 - 18.00 Rücken intensiv [G15]	17.00 - 18.00 Z D!s Dance Club (ab 12 Jahre) [G15]				
		18.00 - 19.00 Z D!s Dance Club (ab 14 Jahre) [G15]	18.00 - 19.30 Z Yoga [G19]			
			18.00 - 19.00 Rücken Fit meets Yoga [G15]			
18.15 - 19.15 Power Pump [G15]	18.15 - 19.15 BOP&more [G15]					
		19.00 - 20.15 Tanzen und mehr (Frauen 50+) (MAS)				
		19.15 - 20.15 Cycling [G15]	19.15 - 20.15 Step'n Style [G15]	19.15 - 20.15 Complete Body Workout [G15]		
19.30 - 20.30 Cycling [G15]	19.30 - 20.30 Power Mix [G15]					
			19.45 - 21.15 Z Yoga [G19]			
20.30 - 21.30 Cycling [G15]						

Viel los bei den TSG-Fußball-Youngsters



Am 6.12. kam der Nikolaus mit seinem fleißigen Engelchen in die Klein-Arena, um unsere Kids und deren Geschwister mit Schokolade und Keksen zu beschenken. Neben weihnachtlicher Musik aus den Boxen, erklang auch „In der Weihnachtsbäckerei“ – zaghafte Gesänge von den Beschenkten.

Es war eine Menge los und der Nikolaus und seine Helferinnen blickten in viele glückliche Gesichter.



Kurz vor Weihnachten gab es den Trainer-Jahresabschluss. Das Trainerteam wurde mit Glühwein, Kakao und Punsch verpflegt und auch der Grill war mit Bratwurst und Sucuk bestens bestückt.

Bei dem gemütlichen Beisammensein ließ es sich der Jugendvorstand nicht nehmen, sich für den tollen Einsatz des Trainerteams im abgelaufenen Jahr mit einem kleinen Präsent zu bedanken.



Nach einer kurzen Weihnachtssruhe fanden nach langer Corona-Pause endlich wieder die großen Winter-Highlights statt: unsere Jugend-Hallenturniere.

Vom 2. bis zum 8. Januar fanden insgesamt zehn Turniere statt. Viele verschiedene Teams waren in dieser Zeit in der Glückaufhalle zu Gast und hatten eine gute Zeit. Für viele Kids waren es auf Grund von Corona die ersten Hallenturniere und die Aufregung war groß. Dank vieler Helfer und der engagierten Trainer und Eltern war es eine rundum gelungene Turnier-Woche.

Jetzt ist bereits die Rückrunde gestartet und wir freuen uns auf viele tolle Spiele und Veranstaltungen im Jahr 2023.

Claudia Vogel



Prominenter Turniergast: Anthony Losilla vom VfL Bochum war als interessierter Gast dabei. Er begleitete seinen Sohn, der auf dem Spielfeld aktiv war.

Fotos: Luisa Rohde, Christian Schmäling, Melanie Strehle, Claudia Vogel

Frühling – Bewegung – frische Luft

Die TSG-Boulegruppe wächst weiter – immer mehr Menschen merken, wie schön es ist, sich an der frischen Luft zu bewegen und spannende Spielchen zu machen. Das tut gut!

Boulespielen ist außerdem ganz einfach: Jede*r wirft seine Kugel möglichst nahe ans Ziel (die Zielkugel, Cochonnet). Das Gewinnen ist schon schwieriger, weil ja alle nahe dran sein wollen oder näher liegende Kugeln einfach wegschießen. Auf dem Platz kann das sehr leicht erklärt und ausprobiert werden!

Jetzt im Frühling macht es noch mehr Spaß – endlich wieder Wärme, Düfte, frische Luft, Bewegung und nette Menschen genießen! Dazu gibt es in Niedersprockhövel viele Gelegenheiten:

Auf dem Spielgelände an der Bahntrasse – zwischen Lidl-Parkplatz und „Alter Bahnhof“ mit vielfältigen Spielmöglichkeiten: drei relativ glatte Bahnen und ein „Baum-Gelände“ – eine besondere Herausforderung. Montags (14:00 Uhr während der Winterzeit, 16:00 Uhr Sommerzeit) und sonntags (11:00 Uhr) trifft sich die Gruppe dort. Das Spielen ist

jederzeit möglich, Terminvereinbarungen auch über unsere WhatsApp-Gruppe „Boule-Treff“!

Auf dem Spielgelände „Im Baumhof“ (Sportplatz): fünf Bahnen – seit Februar auch mit Flutlicht – mittwochs und freitags (14:00 Uhr während der Winterzeit, 16:00 Uhr Sommerzeit) für TSG-Mitglieder.

Unser Training – besonders für Liga-/Meisterschafts-Spieler*innen: dienstags 17:00 Uhr auf wechselndem Spielgelände!

Außerdem gibt es jetzt einige besondere Aktionen:

- Vereinsmeisterschaften (Tete/Einzel, Doublette/Doppel, Triplette/zu Dritt und Mixte/geschlechtsübergreifend)
- Aktion Sport-Phönix Pétanque – siehe TSGinfo 4/2022
- Flutlicht-Boule
- ALLES IMMER MITTWOCHS auf dem Sportplatz „Im Baumhof“!

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen – PROBIERT ES EINFACH MAL!

*Dirk Engelhard,
TSG-Vorstand Ältere und Freizeit*



© ccvision



RECHTSANWÄLTE
Mittelmann & Wiemann



Rechtsanwälte und Fachanwälte
für Medizin-, Arbeits- & Sozialrecht

Bahnhofstraße 6 | 45549 Sprockhövel

Telefon: 02324 9041414 | E-Mail: info@mwkanzlei.de | Web: mwkanzlei.de

LEB' WOHL und WILLKOM MEN Tennisschule

Nach jahrzehntelangem engagiertem Training durch Cheftrainer Christian hat sich die Tennisschule Stahlhut am 30.9.2022 von der TSG Tennisabteilung verabschiedet. Diese vielen Jahre haben eine sehr erfolgreiche 1. Herren-Mannschaft hervorgebracht und auch bei der Damen-Mannschaft

hat sich endlich der verdiente Erfolg eingestellt. Viele aus unserem Trainerteam wurden hier erfolgreich ausgebildet. Sogar mir hat Christian durch seine motivierende Art die Entscheidung, mich der Trainerprüfung zu stellen, erleichtert.

Als Jugendwartin und Trainerin habe ich sehr gerne und sehr eng mit Christian und seinem Team zusammengearbeitet, um immer neuen Nachwuchs für die Mannschaften zu fördern. Nicht nur im Kinder- und Jugendbereich haben wir nach Verstärkung gesucht, sondern auch bei deren Eltern. So fiel mir der Abschied auch besonders schwer.

Leichter wurde es dadurch, dass sich zu unserem Glück Dorothea Stehling-Reiß genau in diesem letzten Tennisschul-Sommer 2022 zu unserem Trainerteam als weitere Trainerin der Kategorie A hinzugesellte und ab Oktober 2022 nahtlos die Lücke „Tennisschule“ schließen konnte.

Willkommen: Doros Tennisschule!

Die Wintersaison hat sie nun schon fast hinter sich und Dorothea und ihr Team (alte Bekannte) freuen sich auf die Sommersaison 2023. Dorothea stellt sich auf unserer Homepage (www.tsgtennis.de) ausführlich vor. Hier nur ein paar Schlagworte: sehr erfolgreiche Einzelspielerin, staatl. gepr. Tennis-/ Fachsportlehrerin, Trainerlizenz C+B im Leistungssport, Schwerpunkt Coaching, Fitnesstrainerin und Ernährungsberaterin.

Das sind eine Menge Titel und Lizenzen und das Training bei ihr macht außerdem auch noch mega Spaß. Zufall, dass die Damen40+ im Sommer 2022 erneut aufstiegen, nachdem sie bei ihr Training hatten?

Für den Sommer erarbeiten wir gerade einen Plan für die Ferienaktivitäten wie z.B. ein Camp.

Bereits vorhanden ist eine Trainingsfahrt im Frühjahr nach Mallorca, zu der bereits jetzt Anmeldungen möglich sind. Da der Flyer hierzu bei Redaktionsschluss noch nicht veröffentlicht werden konnte, bitten wir euch, euch einfach mit mir oder Doro (01573 1934613) in Verbindung zu setzen oder auch dazu unsere Homepage zu besuchen. Dort versuchen wir schnellstmöglich alle Infos zu veröffentlichen.

Julia Koch, Jugendwartin Tennis

PS.:

Die Mitgliedsbeiträge werden zum 15.3.2023 eingezogen.

Tennis+

NEU

Die TSG-Tennisabteilung hat eine Kooperation mit der TG Hiddinghausen zur Nutzung der Allwettercourts in Hiddinghausen geschlossen.

Damit habt ihr noch mehr Möglichkeiten draußen Tennis zu spielen. Folgende Leistungen sind Teil des Angebotes, das ihr zu eurer normalen Mitgliedschaft hinzubuchen könnt:

- Nutzung der Allwetter-Courts der TG Hiddinghausen (Flatrate) außerhalb der Sommersaison
- **Frühlingsession 01.01.2023 - 30.04.2023**
- **Herbstsession 01.11.2023 - 31.12.2023**
- **Preis: 60€ pro Kalenderjahr und Mitglied**

Ihr erhaltet einen Zugang zum Online-Buchungssystem der TG Hiddinghausen, bucht euren Platz und startet früher in die Sandplatzsaison als je zuvor.

Alle weiteren Infos findet ihr auf der Anmeldeseite → → →



Gilt für Mitglieder der TSG-Tennisabteilung. Nur registrierte MitspielerInnen sind zur Nutzung der Plätze berechtigt. Bei Rückfragen meldet euch gerne bei flo.preuss@web.de



Dorothea Stehling-Reiß (links) mit Julia Koch

Patrick Becker GmbH

Ihr Dachdeckermeister in Sprockhövel

Steildächer – Flachdächer und Abdichtungen – Fassadenbekleidungen – Bauklempnerei

Dachfenster (Velux Experte) – Balkon- und Terrassensanierung

Asbestsanierung und Entsorgung – Reparaturen, Inspektionen und Wartungen

Tel. 02324 / 90 38 13 info@dachbecker.de www.dachbecker.de

EINLADUNG

zur Jahreshauptversammlung 2023

Am Montag, den 20.3.2023, findet
um 19 Uhr im Tennis-Clubhaus an der Dresdener Straße
unsere diesjährige Jahreshauptversammlung statt.

TAGESORDNUNG:

1. Formalia

- 1.1 Begrüßung
- 1.2 Feststellung der Tagesordnung
- 1.3 Genehmigung der Tagesordnung
- 1.4 Genehmigung des Protokolls der
Jahreshauptversammlung 2022

2. Berichte

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

3. Bericht der Kassenprüfer

4. Entlastung der Abteilungsleitung

5. Neuwahlen

- 5.1 Stellvertreter Abteilungsleiter
- 5.2 Kassenwart
- 5.3 Kassenprüfer

6. Anträge

7. Haushalt 2023

8. Termine 2023

9. Verschiedenes

Vorschläge und Anträge für die Punkte 5 und 6 bitten wir bis spätestens zum 15.3.2023
in schriftlicher Form an die Abteilungsleitung zu richten.

Mit freundlichen Grüßen

Für die Abteilungsleitung
Henning Schulz



© ccvision/creativ collection



Mit Sicherheit ein Bestangebot

Jeden Monat ein neuer DEAL

www.kogelheide.de
[#kogelheide](https://twitter.com/kogelheide)

kogelheide
Willkommen in der hohli Familie

Update Archivgruppe

Jeden Mittwoch von 10.00 bis ca. 12.00 Uhr trifft sich die Archivgruppe der TSG im Archivzentrum Hattingen-Sprockhövel im Rauendahl in Hattingen. Inzwischen ist schon sehr viel Ordnung in die vielen Ordner und Papiere gebracht worden, und die Arbeit macht allen Archivgruppen-Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen sehr viel Spaß.

Von den Archivmitarbeiterinnen Marlene Klutzny und Daniela Franz sind bereits einige Daten und Suchbegriffe in den Computer eingegeben worden und stehen somit auch digital zur Suche und Verwertung zur Verfügung. Erste Ergebnisse sind auf der TSG-Archivseite veröffentlicht:

<https://www.tsg-sprockhoevel.de/verein/archiv/>

Mittlerweile haben uns etliche Vereinsmitglieder ihre gesammelten Unterlagen zur Ver-



fügung gestellt. Es ist sehr spannend, was da alles an Informationen zu finden ist – zum Beispiel die Namen der Gründungsmitglieder der TSG Sprockhövel, uralte Fotos, Urkunden etc.

→ Wir freuen uns über weitere Materialien!

*Regina Fischer
für die TSG-Archivgruppe*

Archiv-Stammtisch

*Jeden Mittwoch ab 17.30 Uhr findet seit Mitte Februar ein TSG-Archiv-Stammtisch in unserer Vereinsgaststätte „Im Baumhof“ statt. Dann ist auch immer jemand von der Archivgruppe vor Ort, um Gespräche über archivwürdige TSG-Unterlagen zu führen. Interessierte oder „Material-Abgeber*innen“ sind herzlich willkommen – und natürlich auch alle, die einfach etwas klönen und über Gott und die Welt und über die Geschichte der TSG reden möchten.*

Einzelne Gespräche werden wir auch dokumentieren, denn die Berichte von „Zeitzeugen“ gehören unbedingt auch ins Archiv!

TSGinfo

Inzwischen ist die Sammlung aller Vereinszeitschriften vollständig, nur die TSGinfo-Ausgaben 4/2008 und 3/2021 fehlen uns noch. Wir freuen uns über archivierungswürdige Materialien und Bilder und sichten diese gerne. Kontakte sind auch per E-Mail möglich:

Archiv@tsg-sprockhoevel.de



Hubertus Mayer
Rechtsanwalt und Notar a.D.



Ronald Mayer
Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Handels- und Gesellschaftsrecht



Andreas Müller
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht



Susanne Jacobs-Tschorn
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Verkehrsrecht

45549 Sprockhövel-Haßlinghausen
Mittelstraße 44

Telefon (0 23 39) 12 17 80

Telefon (0 23 39) 48 00

Telefax (0 23 39) 48 09

www.anwaelte-mayer.de

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

Gesundheit & Fitness (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 - 4444204

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

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

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

Kinder und Jugend: **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

SEPA LASTSCHRIFTVERFAHREN

Turn- und Sportgemeinschaft 1881 Sprockhövel e.V.
 Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel
 Gläubiger-Identifikationsnummer: DE27ZZ00000230343

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

HKüchen

Ihr Küchenteam
 mit Leidenschaft



Wir sind für Sie da!

Vereinbaren Sie gerne einen Termin bei unseren fachkundigen Beratern.
 Telefonisch, via E-Mail oder direkt über unsere Homepage.



Planung



Verkauf



Montage &
 Modernisierung



Küchenumzüge

Harke Küchen
 Hauptstraße 71
 45549 Sprockhövel

Tel.: +49 (0)232478580
 Fax: +49 (0)232471464

Öffnungszeiten:
 Mo., Di., Do., Fr., 10.00-18.30 Uhr
 Mi., 10.00-20.00 Uhr
 und nach Vereinbarung

stefan.harke@kuechen-harke.de
www.kuechen-harke.de/



Alubau & Bauelemente

Bauschlosserei Samsel

GmbH

Meisterbetrieb • Edelstahlarbeiten

Schweißfachbetrieb nach DIN EN 1090 EXC. 2



Der Trend von HEUTE – www.glasgelaender.de

Karolinenstraße 109 | 44793 Bochum | Tel. 0234/361236 | alba-bochum.de



ÜBUNGS- UND TRAININGSZEITEN

BADMINTON Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 ✉ jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de Vorübergehend teilweise geänderte Trainingszeiten wegen Schließung der Sporthalle Haßlinghausen				
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	Mannschaft/Hobby		GH2
Freitag	17:30 – 19:00	Jugend und Schüler (Anfänger und Fortgeschrittene)		GH 2
	19:00 – 21:30	Mannschaft		GH 2
BASKETBALL Jochen Knorr ☎ 0171 777 88 49 ✉ jochen.knorr@web.de				
Montag	15:30 – 17:00	Jugend männlich/weiblich 8-13 Jahre		GH 1
	16:30 – 18:00	Jugend männlich/weiblich 14-16 Jahre		GH 3
	20:00 – 21:30	Herren offen ab 15 Jahre		GH 3
Mittwoch	20:00 – 21:30	Herren 1, Herren 2, Jugend 16-18 Jahre		GH Großfeld
Donnerstag	20:00 – 21:30	Herren 2, Jugend 16-18 Jahre		GH 3
Freitag	17:30 – 18:30	Jugend männlich/weiblich 8-11 Jahre		GH 3
	18:30 – 20:00	Jugend männlich/weiblich 12-13 Jahre		GH 3
	20:00 – 21:30	Jugend männlich/weiblich 14-16 Jahre		GH 3
BOULE (während der Sommerzeit) Alfons Eilers ☎ 97 18 15 ✉ alfons.eilers@tsg-sprockhoevel.de; Dirk Engelhard ☎ 97 18 16 ✉ dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	16:00 – 19:00	offenes Spielen	*(am Lidl-Parkplatz)	Glückauf-Trasse*
Dienstag	17:00 – 19:00	Training	Glückauf-Trasse oder	Baumhof-Stadion
Mittwoch	16:00 – 19:00	offenes Spielen und Training		Baumhof-Stadion
Freitag	16:00 – 19:00	offenes Spielen und Training		Baumhof-Stadion
Sonntag	11:00 – 13:00	offenes Spielen		Glückauf-Trasse
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. Wettkampftraining Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.		GH/GymnRaum
	19:00 – 20:00	Karate für Kinder		GH/GymnRaum
Freitag	20:00 – 21:30	Karate für Erwachsene		GH/GymnRaum
	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, GGS = Grundschule Bürgersbruch, 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 (ab 10.1.2022)
Montag bis Donnerstag:
von 8:30 bis 12:30 Uhr
Dienstag (außer Schulfreien):
zusätzlich von 15:00 bis 18:30 Uhr

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



Änderungen vorbehalten
wegen CORONA

FUSSBALL

Abteilungsleiter André Meister ☎ 0172 87 79 365 ✉ andre.meister@tsg-sprockhoevel.de
 Jugendleiter Mattias Vogel ☎ 0151 46 51 91 39 Sportlertreff ☎ 683868

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

Tag	Zeit	Termin	Tag	Zeit	Termin
Montag	16:00 – 17:15	U9 (F1)	Donnerstag	16:15 – 17:30	U13 (D1)
	16:15 – 17:45	U10 (E2), U13 (D1)		16:30 – 18:00	U8/9 (F3), U16 (B2)
	17:15 – 18:45	U15 (C1)		17:30 – 19:00	U14 (C2), U18 (A2) (Hiddingsh.)
	17:45 – 19:15	U12 (D2), U14 (C2)		17:45 – 19:15	U17 (B1)
	18:45 – 20:15	U18 (A2)		18:00 – 19:30	U12 (D2), U19 (A1), 1. Herren
	19:15 – 21:00	1. Herren		19:15 – 20:45	1. Herren
Dienstag	20:15 – 22:00	Altherren	19:30 – 21:00	2. Herren	
	16:00 – 17:00	U7 (G1)	Freitag	15:00 – 16:15	U9 (F1)
	16:15 – 17:45	U8 (F2), U11 (E1)		16:00 – 17:00	U7 (G1)
	17:00 – 18:30	U10/11 (E3)		16:00 – 17:45	U8 (F2), U10/11 (E3)
	17:00 – 19:00	U13 (D1), U16 (B2) (Hiddingsh.)		16:30 – 17:45	U12/13 (D3)
	17:45 – 19:15	U17 (B1)		17:00 – 18:30	U11 (E1)
	18:00 – 19:30	U19 (A1)		17:15 – 18:45	U15 (C1)
	19:15 – 20:45	1. Herren		17:45 – 19:15	U17 (B1)
19:30 – 21:00	2. Herren	18:45 – 20:15		U19 (A1)	
Mittwoch	16:00 – 17:30	U8/9 (F3), U10 (E2), U11 (E1)	19:15 – 21:30	1. Herren	
	16:15 – 17:30	U12/13 (D3)			
	17:30 – 19:15	U12 (D2)			
	17:30 – 19:00	U15 (C1), U16 (B2)			
	19:00 – 20:15	U18 (A2)			
	19:00 – 20:30	U19 (A1)			
20:15 – 21:30	Alte Herren				

HANDBALL

Abteilungsleiter Benjamin Hilgenstock ☎ 0170 32 72 684

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

Tag	Zeit	Termin	Ort
Montag	17:00 – 18:30	C2 (Jg 2009)	
Dienstag	14:30 – 16:00	Handball AG (Klassen 2-4) – nach den Sommerferien	GGs
	16:00 – 17:00	F-Jugend (Jg 2014 & 2015)	Kreissporthalle Hattingen
	16:30 – 18:30	D-Jugend (Jg 2010 & 2011)	
	17:00 – 18:30	E-Jugend (Jg 2012 & 2013)	Kreissporthalle Hattingen
	18:00 – 19:30	C1 & B -Jugend (Jg 2008 bis 2004)	Kreissporthalle Hattingen
	18:30 – 20:00	1. Herren (ab 2003)	
Mittwoch	20:00 – 21:30	Damen (ab 2006)	
	16:00 – 17:00	F-Jugend (Jg 2014 & 2015)	
	16:30 – 18:00	D-Jugend (Jg 2010 & 2011)	Kreissporthalle Hattingen
	17:00 – 18:30	E-Jugend (Jg 2012 & 2013)	
Donnerstag	18:30 – 20:00	Damen (ab 2006)	
	17:00 – 18:30	C2-Jugend (Jg 2009)	Kreissporthalle Hattingen
Freitag	18:30 – 20:00	C1 & B -Jugend (Jg 2008 bis 2004)	
	16:00 – 17:00	Handballminis (Jg 2016 & 2017)	
	17:30 – 19:00	Torwarttraining Jugend	

TANZSPORT

Abteilungsleiter (komm.) Hermann Gies ☎ 97 16 40 ✉ hermann.gies@t-online.de

Tag	Zeit	Termin	Ort
Montag	19:15 – 20:30	Tanzsportgruppe H. Dobeleit	MAS Foyer
	20:30 – 21:30	Line Dance-Gruppe H. Dobeleit	MAS Turnhalle
Dienstag	19:45 – 21:45	Tanzsportgruppe D. Dobeleit	Baumhof-Halle
	20:15 – 21:45	Tanzsportgruppe M. Kruse	MAS Turnhalle
Donnerstag	19:00 – 20:00	Line Dance-Gruppe H. Dobeleit	MAS Foyer
	20:00 – 21:30	Tanzsportgruppe D. Dobeleit	MAS Turnhalle

TENNIS

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

täglich	ab 15:00	Übungsstunden	TSG-Tennisanlage (Sommersaison)
---------	----------	---------------	---------------------------------

TISCHTENNIS

Abteilungsleiter Uwe Kilfitt ☎ 0152/3421583 ✉ uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de

Tag	Zeit	Termin	Ort
Dienstag	18:00 – 19:30	Tischtennis für Jedermann	Baumhof-Halle
Mittwoch	17:00 – 18:30	Schüler + Jugend	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	Erwachsene	Baumhof-Halle
Freitag	19:00 – 20:00	Tischtennisjugend Talentförderung	Baumhof-Halle

TRIATHLON

Christian Koch ☎ 01573 8956750 ✉ triathlon@tsg-sprockhoevel.de
 Tanja Käsebier ☎ 01577 2971893

Tag	Zeit	Termin	Ort
Dienstag	19:30 – 21:00	Schwimmen – Training mit Uwe	Lehrschwimmbad MAS
Mittwoch	19:30 – 20:30	Laufen	ALDI-Parkplatz Niedersprockhövel
Freitag	18:30 – 20:00	Schwimmen – freies Training	Lehrschwimmbad MAS

VOLLEYBALL

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

Donnerstag	20:00 – 21:30	Herren	GH 3
------------	---------------	--------	------

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

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

TURNEN Abteilungsleiterin Christine Sattler ☎ 702060 ✉ christine.sattler@tsg-sprockhoevel.de
 Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70

Montag	15:15 – 16:00	Tanzmäuse bei Ann-Kathrin (Kinder 5-7 Jahre)	GuFIT.15
	16:00 – 17:00	Tanzmäuse bei Ann-Kathrin (Kinder 7-8 Jahre)	GuFIT.15
	17:30 – 19:00	Gymnastik Ältere Turnerinnen	Baumhof-Halle
	18:30 – 19:30	Fitness-Treff	GH 1
	19:30 – 21:30	Gerätturnen weiblich (ab 12 Jahre)	GH 1
Dienstag	16:00 – 17:30	Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre) /M.Palenschat	MAS Turnhalle
Mittwoch	15:30 – 16:45	Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)	MAS Turnhalle
	16:45 – 18:00	Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)	MAS Turnhalle
	18:00 – 19:00	Jedermann Turnen	MAS Turnhalle
Donnerstag	15:00 – 15:45	Tanzflöhe bei Ann-Kathrin (Kinder 4-6 Jahre)	Baumhof-Halle
	15:30 – 17:00	Akrobatik/Zirkus (ab 5 Jahre) /M.Palenschat	MAS Turnhalle
	15:45 – 16:45	DanceKids bei Ann-Kathrin (8-10 Jahre)	Baumhof-Halle
	16:30 – 18:30	Gerätturnen Mädchen (ab 8 Jahre)	GH 1
	17:00 – 18:30	Turnen der Älteren	GH 2
	17:00 – 18:30	Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre) /M.Palenschat	MAS Turnhalle
Freitag	9:30	Wandergruppe /Hartmut Kroll (Tel. 72493)	Treffpunkt kommt per Email
	10:00 – 11:15	Walking-Treff /Sabine Engelhard (Tel. 971814)	Glückauftrasse Höhe ALDI
	15:30 – 16:30	Turnflöhe (ab 5 Jahre)	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:45	Krabbelturnen I (Kinder 1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1
	16:45 – 18:00	Krabbelturnen II (Kinder 1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1
	20:15 – 21:30	Vitale Männer 40+	Glückaufhalle 1

LEICHTATHLETIK Michaela Kleinbeck ☎ 78270 ✉ mkleinbeck@gmx.de

Montag	17:30 – 19:30	Sportabzeichen /Andrea Haarmann (Tel. 0171 7542286)	Baumhof-Platz (April – Okt.)
Donnerstag	15:30 – 17:00	Kinder 4-10 Jahre	GH 2 (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
Freitag	18:30 – 20:00	Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene	MAS (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)
Sonntag	09:00 – 10:30	Lauftreff für Jedermann	IG-Metall Bildungszentrum

PRELLBALL Hartmut Kroll ☎ 72493 Monika Rische ☎ 78057

Montag	19:00 – 20:30	Damen / Monika Rische	Baumhof-Halle
Donnerstag	19:00 – 20:30	Herren / Hartmut Kroll (Tel. 72493)	Baumhof-Halle

SCHWIMMEN Geschäftsstelle ☎ 0 23 24 / 686 47 46

Montag	16:30 – 17:30	Senioren wbl.	Lehrschwimmbecken GGS
	19:00 – 20:00	Senioren ab 60 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS
	20:00 – 21:00	Wasserratten	Lehrschwimmbecken GGS
Donnerstag	16:30 – 17:30	Bronze	Lehrschwimmbecken GGS
	17:30 – 18:30	Leistungsgruppe Silber und Gold	Lehrschwimmbecken GGS.
Freitag	16:00 – 16:45	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS
	16:45 – 17:30	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS

VERSEHRTENSPORT Hartmut Kroll ☎ 72493 ✉ habekro@t-online.de

Freitag	17:30 – 18:30	Schwimmen /Hartmut Kroll	Lehrschwimmbecken GGS Börgersbr.
----------------	---------------	---------------------------------	----------------------------------

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

GuFIT - NEWS



14. Januar 2023: Die regelmäßige Auffrischung der Erste-Hilfe-Kenntnisse stand für das GuFIT-Team wieder an. Der Hintergrund ist ernst, aber es hat Spaß gemacht. Mit großem Engagement beteiligten sich die Trainerinnen und Trainer im mehrstündigen Kurs an der Vermittlung des theoretischen Erste-Hilfe-Wissens, begleitet natürlich von praktischen Übungen. Fotos: Conny Dauben



KALENDER 2023

24. und 25. März: Aktionstage „Sprockhövel putz(t)munter“.
Die Unterlagen hierzu befinden sich in der Geschäftsstelle.

Die Geschäftsstelle ist in den Osterferien ist nur vormittags geöffnet, und am 13. April geschlossen.

29. Mai (Pfingstmontag): Kuddelmuddel-Tennisturnier
auf der Anlage Dresdener Straße

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

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

KONTAKT	TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20 Postanschrift: Postfach 91 12 02, 45537 Sprockhövel Tel. 686 47 46 E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de, www.tsg-sprockhoevel.de	Öffnungszeiten (ab 10.1.2022) Montag bis Donnerstag: von 8:30 bis 12:30 Uhr Dienstag (außer Schulferien): zusätzlich von 15:00 bis 18:30 Uhr
	Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister Glückaufhalle Dresdener Str. 11 50 66 08 Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45 970 15 21	Grundschule Schwimmen Dresdener Str. 43 970 15 25 Baumhof-Halle Eickerstr. 23 970 54 26 Freibad Bleichwiese 970 54 25

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



An Eurer Seite!



Energie für jeden Tag.

avu.de 

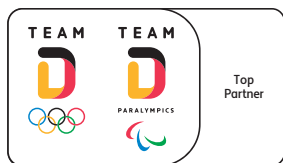
AVU...



Mehr als nur ein Glücksmoment.

Weil Sport uns alle verbindet,

engagiert sich die Sparkassen-Finanzgruppe ganz besonders in diesem Bereich. Ob alt oder jung, Hobby- oder Leistungssportler:in, Menschen mit oder ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in unsere Gesellschaft.



Sparkasse
Schwelm-
Sprockhövel

Weil's um mehr als Geld geht.