



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

37. Jahrgang

TSGinfo 3 2023

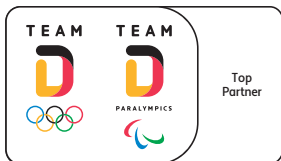




Mehr als nur ein Glücksmoment.

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.



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Schwelm-
Sprockhövel

Liebe Leserinnen und Leser,

erinnern Sie sich noch an den 2. und 3. Juni dieses Jahres? Nein? Dann aber vielleicht an den „Tag des Sports“ in Sprockhövel. Oder haben Sie den etwa verpasst? Schade, denn dabei handelte es sich um eine äußerst gelungene Premiere für das Organisationsteam der TSG und für unsere Stadt. Ein Highlight, dass jetzt in diesem Heft noch einmal ein kleines Wiedersehen feiert – in Form von Fotos, die einen Ausschnitt aus dem großen Spektrum der angebotenen Aktionen abbilden. Los geht es gleich ab Seite 6.

Aber das war noch nicht alles! Manchmal läuft es ja auch mal etwas zäh mit den Berichten für die TSGinfo. Aber bei diesem Heft hier hätte ich gerne zwischenzeitlich einmal STOPP gerufen. Ich habe schnell gemerkt, dass die übliche Sommer-Ferienpause vorbei ist – die Schreiberinnen und Schreiber für das Heft waren kaum zu bremsen. Ich meine, es ist mal wieder eine schöne, interessante und nicht zuletzt bunte Mischung geworden. Herzlichen Dank an euch fleißige Mitarbeiter:innen – denn das hier macht sich nicht von alleine!

Und was gab es sonst noch? Wie im vorherigen Heft bereits angekündigt, haben sich die Handballer der neu gegründeten HSG Hattingen/Sprockhövel am 20. August in der Glückaufhalle der Öffentlichkeit präsentiert. Eine neue Ära des Handballsports in Hattingen und Sprockhövel wurde an diesem Tag gebührend gefeiert. Wir wünschen der Spielgemeinschaft viel Erfolg und einen guten Weg in die Zukunft.

Mit sportlichen Grüßen
Jürgen Zang

MASSGESCHNEIDERTE LÖSUNGEN IM ALUMINIUM-RECYCLING

Aluminium ist als Werkstoff für eine nachhaltigere Wirtschaft unverzichtbar. Die Wiederverwertung des Leichtmetalls ist ebenso eine Wissenschaft wie eine Kunst: Sortenreine Trennung der Legierungen und präzise Analysen sind genauso notwendig wie Erfahrung und Zuverlässigkeit.

Müller & Sohn bietet Ihnen als auf Aluminium spezialisierter Metallabnehmer einen schnellen An- und Verkauf, reibungslose Abwicklung sowie Sorgfalt beim Recycling Ihrer Metallabfälle. Bei Müller & Sohn ist Ihr Wertstoff in den richtigen Händen.

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

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



TSGinfo 3/September 2023

VORSTAND	Tag des Sports	6
	Alte-Haase-Trail, Stadtmeisterschaften	12
	Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren	14
FUSSBALL	AHE-Fußballferienschule: Intensität, Spaß und ein Huhn	16
	Wenn "Qualle" pfeift	17
	Saisoneröffnung: Die Saison 23/24 startet!	18
	Die 1. Mannschaft	19
TISCHTENNIS	Olympiazentrum / Aktionstag im Freibad / Meisterschaft: Aktion mal drei	20
JUDO	Sommerprüfung: Mit voller Kraft zum nächsten Gürtel	22
	1. Meistergrad für Marc Backhaus: Was lange währt wird endlich schwarz	23
	Leon Stenitzer: Von den besten lernen	24
KARATE	Sommerlager 2023: Nächster Gürtel-Grad erreicht	25
BASKETBALL	Young Miners: Test bestanden	26
	1. Mannschaft: Miners bereit für die Bezirksliga	28
	Spielpläne 1. und 2. Mannschaft	29
TANZEN	Neue Paartanzgruppe: ... und haben sichtlich Spaß	30
	Line-Dance am Donnerstag	31

GuFi-Kursplan **32-33**

BADMINTON	Herner Kids Cup: Turnierpremiere mit positivem Fazit	34
TURNEN	Turnwettkampf in Witten-Annen: Besondere Herausforderung	36
GESCHÄFTSSTELLE	Parkour: Neuer Kurs ab Oktober	37
BOULE	TSG-Tete-Turnier: Pétanque als Wettkampfsport / Zeiten und Orte	38
TRIATHLON	Westerwald: TriTeam-Mädels auf Tour	40
	Landesliga-Saisonstart	43
	Bochumer Triathlon: Heimspiel 2.0	44
	Sassenberg, Steinfurt	46
	Challenge Roth	48
	Badewannenrennen, Stadtradeln	52
VEREINSARCHIV	Schätze – Bilder – Unterlagen	54
TENNIS	Spendenaufwurf	55

Übungs- und Trainingszeiten **57-60**

GESUNDHEIT&FITNESS	Conny Dauben: Jakobsweg per Rad – Sammelaufwurf Sportschuhe	61
-------------------------------	--	-----------



KURZ & GUT	Kalender	62
-----------------------	-----------------	-----------

REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 4/2023 ist der 12. November 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



TAG DES

SPORTS



Wunderschönes Wetter am 2. und 3. Juni 2023 – und das Organisations-team für diese Veranstaltung atmete auf. Sollten doch alle Veranstaltungen im Außenbereich stattfinden.

Viele waren neugierig auf die „Biermeile“. Was sollte man sich darunter vorstellen? Der

Parkplatz Im Baumhof war für Autos gesperrt, das Freibad lud Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Mitmachen bei den Sportangeboten ein, auf dem Sportplatz liefen sich die jungen Spielerinnen und Spieler warm. Die Mitmachangebote auf dem Parkplatz sowie die Getränkestände wurden aufgebaut. Die Läuferinnen



und die Läufer des Alte Haase Trail Runs konnten starten. Viele Besucherinnen und Besucher schlenderten über den Parkplatz oder schauten auf dem Sportplatz vorbei. Alle freuten sich über das bunte Miteinander auf dem gesamten Veranstaltungsgelände.

Mehr als 400 Eintrittskarten waren für die Abendveranstaltung verkauft worden und auch hier eine fröhliche und mitreißende Stimmung. Viele Familien waren mit ihren Kindern da. Alle genossen das tolle Fest.

Ich möchte gar nicht viel schreiben, denn die nachfolgenden Fotos zeigen, wie viel Freude an diesen Tagen vorherrschte. Mir ist es aber wichtig, allen Helferinnen und Helfern für ihre zupackende Mithilfe zu danken. Ohne diese Freiwilligen ist solch ein Fest nicht zu leisten. Sei es der Einsatz beim Aufbauen, beim Verkauf von Kaffee, Kuchen, Süßigkeiten und Getränken, beim Verfassen von Poesietexten,



beim Fotografieren oder beim Aufräumen am Tag danach.

Mein größter Dank gilt dem Organisationsteam. Es war eine große Freude mit euch zusammen das Fest zu organisieren. Gemeinsam zu überlegen und zu planen und immer zu einem positiven Ergebnis zu kommen. Vielen Dank Melanie, Steffi, Patrick, Tim und René. Ich freue mich auf die nächsten Planungen.

Ich möchte an dieser Stelle auch den Sponsoren und Unterstützern des Festes Danke sagen. Ohne die finanziellen Beiträge oder die Gestellung von Sachleistungen wäre ein solches Fest nicht durchzuführen. Nachstehend wird eine Liste der Sponsoren veröffentlicht, um noch einmal Danke zu sagen.

Vielen Dank an alle und auf ein Neues im nächsten Jahr.

Bärbel Stahlhut

Fotos: Melanie Strehle, Jürgen Zang



Liste der Sponsoren, Freunde und Förderer der Veranstaltung

- Sparkasse Schwelm Sprockhövel
- Volksbank Sprockhövel
- AHE Abfallbeseitigung
- Patrick Becker GmbH
- ELINKA GmbH
- Brillen Brandes
- Dr. med dent Markus Baumann
- Stadtmarketing- und Verkehrsverein für Sprockhövel e.V.
- Nano IT-design
- Harke Küchen
- Mittelmann & Wiemann GbR
- Haircut by Melanie / Melanie Blaschke
- Melanie Keilbach UG / empafit
- Zwergenhäuschen Ute Weber
- Autohaus Kuhlmann
- TZB Maschinenbaufirma GmbH
- Elektrofirma Pröpfer aus Witten
- Herbolt Bauunternehmung / Felix Maas
- Osteopathie am Kirchplatz / Marcus Birke
- Media-Team Heuser



§ einfach kompetent. kreativ. zuverlässig.

§ **Elke Althäuser**
Rechtsanwältin und
Fachanwältin für Arbeitsrecht
Fachanwältin für Familienrecht

Claudia Schnittka
Rechtsanwältin

Brinkerstr. 1
45549 Sprockhövel

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

Arbeitsrecht
Familienrecht
Mietrecht
Verkehrsrecht
Vertragsrecht
Zivilrecht
Strafrecht

Tag des Sports – Alte-Haase-Trail – Stadtmeisterschaften



Im Rahmen des „Tag des Sports“ haben wir als TriTeam innerhalb eines Monats eine kleine Laufveranstaltung aus dem Boden gestampft. Wir haben eine Strecke gesucht, vermessen, optimiert, abgesteckt, ausgeschildert. Den Lauf/Walk ausgeschrieben, Werbung gemacht, eine Tombola mit großartigen Preisen auf die Beine gestellt, einen Kuchenstand mit der Auswahl von ca. zehn verschiedene Kuchen (von Erdbeerkuchen, über Nussstriezel bis hin zu Muffins war alles dabei) organisiert. Teilnehmer akquiriert,

aufgebaut, abgebaut, Strecken-Verpflegung, Zielverpflegung, Besenläufer, Streckenposten, alles war dabei.

Die Strecke, die über 4,8 km ging und für ganz besonders sportliche auf 7 km ausgeweitet werden konnte, erntete bei den Teilnehmern viel positives Feedback. Die Strecke war insbesondere durch die Zeche Alte Haase und die bergigen Etappen durchaus historisch interessant und auch anspruchsvoll.

Perfektes Laufwetter, 20 Grad und Sonnenschein. Um 10 Uhr ging es los. Laufen, Walken oder Wandern mit oder ohne Hund, alles war bei uns erlaubt. Mit bester Laune steuerten unsere 27 Starter ab dem Klein-Spielfeld, dann geradewegs durch die Wälder von Sprockhövel Richtung KLEIN-Sportarena.

Markus verpflegte die Läufer auf der Strecke mit Wasser, Volker und Susanne wiesen den Teilnehmern den richtigen Weg. Alle 27 Starter erreichten erfolgreich das Ziel und freuten sich über Ihre Medaille und den leckeren Kuchen im Anschluss.

Im Zielbereich ließen dann alle die sportliche Aktivität Revue passieren, bis unsere Tombola startete. Hier gab es Gutscheine für das GuFIT, eine Zehnerkarte für das Freibad. Gutscheine von Mimo (Pizza am alten Bahnhof) und von

Kaffeglut, Karten für die Abendveranstaltung und einen grandiosen Präsentkorb. An dieser Stelle: herzlichen Dank an unsere großzügigen Sponsoren.

Während alle Teilnehmer sowie deren Fans Kaffee und Kuchen genossen, sammelten wir auch für den guten Zweck, hier sind 70 € für die Alzheimer-Gesellschaft Sprockhövel zusammengekommen, vielen Dank an alle Spender.

Parallel zu unserem Trail fanden auch die Stadtmeisterschaften im Schwimmen der Stadt Sprockhövel, sowie das Staffelschwimmen des Freibadfördervereins statt. Immer mal wieder schlich sich einer von uns weg und erschwamm sich kurz den Titel der bzw. des Stadtmeisters. Bei der Staffel verloren beide Teams (Männer, sowie Frauen) leider gegen die DLRG Haßlinghausen. Allerdings sicherte sich unser Frauen-



team mit Conny, Sandra, Alex und mir den 2. Platz gesamt, während die Männer leider in der Vorrunde ausschieden. Zur Siegerehrung um 14.30 Uhr hatten wir unseren ersten Alte-Haase-Trail erfolgreich beendet. Es war eine gelungene Veranstaltung, die bestimmt einer Fortsetzung bedarf. Danke an alle meine VereinskollegINNEN: Maik, Uwe, Markus, Conny, Alex, Marion, Sven, Sandra, Patrick, Christian S., Christian K., Jasmin, Volker, Susanne und auch allen die nicht da sein konnten und uns unterstützt haben. So macht Vereinsleben Spaß. Auch Danke an den Hauptverein, die TSG Sprockhövel, der uns hier sehr unterstützt hat.

Tanja Käsebir
Fotos: Sven Schirp



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

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)

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

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

Sozialwart: **André Meister**
 andre.meister@fn.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)

Ehrenmitglied: **Volker Bosch**

Kinder und Jugend: **NN**

Projekte: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

Sporträume: **NN**

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

SEPA LASTSCHRIFTVERFAHREN

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

SEPA-Lastschriftmandat
Mandatsreferenz/Mitgliedsnummer

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

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

Vorname, Nachname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

IBAN DE

BIC (8 oder 11 Stellen)

Ort, Datum

Unterschrift

Liebe Mitglieder der TSG 1881 Sprockhövel e.V., zum 1.2.2014 wurden die bisher gültigen nationalen Verfahren zum Bankeinzug durch die SEPA-Zahlungsverfahren abgelöst. Für neue Mitglieder, die wir in der TSG 1881 Sprockhövel begrüßen, gilt, dass sie neben dem Aufnahmeantrag auch das neue SEPA-Basis-Lastschriftmandat unterschrieben abgeben müssen.
 Bärbel Stahlhut, Vorstand Finanzen

Rechtsanwälte
MAYER
 Fachanwälte und Notar



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

Intensität, Spaß und ein Huhn

Am 26. Juni startete unsere Sommer-AHE-Fußballferienschule bei idealem sonnigen Wetter. 50 Kinder brachten viel Motivation mit, so hatten alle sehr viel Spaß!



Huhn

Es gab Passübungen, Torschusstraining und jeden Tag wurde ein Turnier ausgespielt. Zudem hatten die Kids auch intensives Athletiktraining, wo unter anderem auch die Sprintstärke mit Hilfe von Lichtschranken gemessen wurde. Aber auch Sachen abseits des Fußballs wie Verstecken und Fangen spielen mit den Trainern durften nicht fehlen.

Tag 4 der AHE-Fußballferienschule wird allen Beteiligten lange in Erinnerung bleiben. Nicht nur, dass die Kids ihr Fußballabzeichen gemacht haben, ... zum Ende der Mittagspause gab es unerwarteten Besuch: ein Huhn aus dem benachbarten Freibad war seinem Käfig entkommen und auf unserer Anlage aufgetaucht. Im Tausch gegen einen über den Zaun

geschossenen Ball wurde das Huhn wieder zurück zum Besitzer gebracht und es entstanden viele lustige Szenen und natürlich auch reichlich Bildmaterial.

Am letzten Tag wurde dann noch die Fußball-Weltmeisterschaft ausgespielt und Frankreich siegte. Nach einem abschließenden Gruppenfoto gingen die Kids, bewaffnet mit Trainings-Shirts, Bällen und ihren Urkunden, geschafft aber glücklich nach Hause.

Wir bedanken uns bei unserem Sponsor AHE, bei Heier's Mühle, dem Dorfkrug, Steakhouse Rose, dem Restaurant Sirtaki und natürlich unserem Grillmeister Carsten für die perfekte Verpflegung der Teilnehmer.

Das gesamte Team freut sich schon auf die Fußball-Ferienschule in den Herbstferien.



Wenn „Qualle“ pfeift



Am 29. Juli leitete Jugendschiedsrichter @quallexdoo1 – bekannt durch seine aktive Präsenz auf YouTube, bei Tiktok und Instagram – ein spannendes Freundschaftsspiel zwischen den D-Jugendmannschaften TSG Sprockhövel und TuS Stockum. Die Begegnung, die auf großes Interesse stieß, wurde durch Qualles engagierte und faire Schiedsrichterleistung zu einem gelungenen Ereignis. Nach dem Spiel lobten sowohl die Mannschaften als auch die Fans Qualles Engagement und Professionalität. Seine Leidenschaft für den Schiedsrichtersport stellte er auch im Workshop eindrucksvoll dar. Die TSG-Fußballjugend ist sehr dankbar für diese gelungene Aktion!



Schiri „Qualle“ (Mitte) mit Assistenten



Die Saison 23/24 startet!

Das muss natürlich ordentlich gefeiert werden. Am Sonntag den 6. August 2023 fand unsere Saisonöffnung in der Klein Arena statt.

Von Mini-Kickern bis zur C-Jugend spielten sie in 4er bis 6er Teams interne Turniere. Die Mini-Kicker veranstalteten ein FUNino-Turnier. Alle neuen und alten Minis hatten viel Spaß beim Zocken. Geleitet wurde das Spiel fest von ihren Trainern Joris und Til.

Später entstand aus dem Mini-Kicker-Spielfest noch ein Eltern-Kind Turnier. So wurde von Jung und Alt lange nach dem eigentlich FUNino-Turnier weiter gespielt.

Bei dem internen Turnier der F-Jugend hatten die einzelnen Mannschaften ganz besondere Trainer. Einige Spieler der U16 und die F-Jugend Trainer Tom und Fynn aus der U17 unterstützen die F-Jugend beim Turnier.

Parallel lief auch das Turnier der E-Jugend. Die E-Jugend wurde von den U18 Spielern der TSG lautstark vom Rand aus angefeuert. Das Mitfiebers der Trainer und Eltern und auch das bis dato gute Wetter trug zur guten Stimmung auf dem ganzen Platz bei. Es blieb wider erwarten lange trocken. Doch dann kam ein großer Wolkenbruch und es fing richtig an zu regnen.



Wir ließen uns die gute Laune aber nicht nehmen, also ging die Party auf der Tribüne weiter. Es lief laute Musik und es gab natürlich auch alles was das Herz begehrt: Wie auch schon am Vormittag gab es Pommes von Heike und



Maren. Des Weiteren wurden Kaffee, Kuchen, Waffeln und sämtliche Softdrinks verkauft und auch frische Würstchen und Sucuk wurden auf dem Grill gebraten. Außerdem gab es eine Popcorn- und eine Slash Ice-Maschine. Als wenn das noch nicht genug wäre: auf dem Balkon des Vereinsheimes wurde vom Sprockhöveler Bäckermeister Timo Heier auch noch Pizza frisch gebacken. Somit war fürs leibliche Wohl mehr als genug gesorgt.

Nach der kleinen Pause ging es natürlich weiter. Erst wurde ein Gruppenfoto mit allen anwesenden Spielern und Trainern geschossen. Auch die 1. Mannschaft war vertreten. Die großen Jungs zeigten den jüngeren Kids trotz des Regens in den Spielpausen ein paar Tricks.

Leider hörte es nicht auf zu regnen. Trotzdem spielten die D- und C-Jugend ein internes Turnier. Auch hier wurde in 4-6er Teams fair und freudig gespielt. Die D- und C-Jugendspieler der TSG Sprockhövel hatten die U19 zur Unterstützung als Trainer an ihrer Seite. Auch sie machten ordentlich Stimmung auf dem Platz.

Während des ganzen Tages wurde zudem fleißig die Schussgenauigkeit beim Fußball geübt und jeder der wollte, wurde auch geschminkt. Somit hatten wir nicht nur Fußball-Helden, sondern auch Spidermans, Schmetterlinge oder Sterne in unserer Klein Arena rumlaufen.

Die Saisonöffnung war wieder ein großer Erfolg. Alle Beteiligten, Eltern, Trainer und Spieler hatten riesig Spaß. Das haben



wir vielen Menschen zu verdanken! Deshalb ein großes Dankeschön an die Mitglieder unseres Jugendvorstandes und dessen Familien, an Heier's Mühle und auch an die Spielertrainer, Trainer, Spieler und alle weiteren Helfer. Ohne so viel ehrenamtliches Engagement

wären solche tollen Veranstaltungen nicht möglich ...

Wir freuen uns nun alle auf die neue Saison und wünschen allen Spielern und Trainern viel Erfolg!!!

Claudia Vogel, Luisa, Patrick und das FFS-Team

Liebe Vereinsmitglieder und liebe Sportsfreunde aus Sprockhövel und Umgebung,

eine weitere Saison 2023/2024 ist für die Oberliga-Mannschaft der TSG Sprockhövel gestartet.

Die ganze Mannschaft, der ganze Verein und die ganze Stadt konnten nach dem letzten Spiel den Klassenerhalt in der Oberliga feiern. Nach einem großen Umbruch im Kader im letzten Jahr, hat der Vorstand es dieses Jahr geschafft, mit allen Spielern zu verlängern, die gerne weiterhin für die TSG spielen möchten. Es gab keinen Kaderumbruch und aus der eigenen Jugend und mit drei externen Spielern wurde der Kader punktuell verstärkt. Die Philosophie der Fußballabteilung, auf junge talentierte Spieler zu setzen, wird beibehalten. Mit einem attraktiven und schönen Fußball will die Mannschaft den Verein und die Zuschauer begeistern. Damit die KLEIN-Arena an Spieltagen und Trainingstagen sehr gut besucht ist, will die Mannschaft auf einem familiären Umfeld aufbauen und wünscht sich die Unterstützung der Zuschauer. Auch wir als Mannschaft wollen die Nähe zu unseren Zuschauern suchen und finden. „Also keine Scheu vor Gesprächen. Wir freuen uns auf nette Gespräche auf der Tribüne oder im Vereinsheim“. Für diesen Wohlfühleffekt sorgen auch unsere ehrenamtlichen

Helfer. Ein großer Dank an die Ehrenamtlichen, den Vorstand und an unsere Sponsoren, die uns und den jungen Sportlern helfen, ihre Träume zu verwirklichen.

Das Trainerteam wurde erweitert: Chef-Trainer Yakup Göksu, Co-Trainer Tim Joppe, Torwart-Trainer Eckhard Hülser, Betreuer Thorsten Fuchs und Dirk Ladwig, Videobeamer Atakan Göksu, Scout Hakan Gültekin sind dem Verein treu geblieben. Phillip Stambor wird das Trainerteam vervollständigen und als Betreuer und Videobeamer der Mannschaft helfen. Auch hier im Trainerteam sind alle Personen mit TSG-Vergangenheit.

Wir wünschen dem gesamten Verein eine erfolgreiche Saison und würden uns über zahlreiche glückliche Gesichter in der KLEIN-Arena freuen. **Eure 1. Mannschaft**



Aktion mal drei

Liebe Tischtennis-Sportfreunde, im Rahmen unserer ‚TSG Tischtennis-Offensive 2023‘ haben wir in den vergangenen Monate bereits mehrere Aktionen durchgeführt.

Vom 21. bis 23. Juli wurde ein gemeinsames Wochenende im Tischtennis-Olympiazentrum des Bundesligisten TTC Zugbrücke-Grenzau angeboten.

Unsere Teilnehmer konnten unter der bewährten Leitung des ehemaligen Nationalspielers und Tischtennis-Bundestrainers Anton Stefko wieder kräftig dazulernen und werden die praktizierten Übungen in unser wöchentliches Trainingsprogramm einfließen lassen.

Die mitreisenden Ehefrauen konnten die Zeit im angeschlossenen Sporthotel im Fitness- und Wellness Bereich genießen. Ge-

Zeit im angeschlossenen Sporthotel im Fitness- und Wellness Bereich genießen. Ge-

Training in der Halle des TTC Zugbrücke-Grenzau



meinsam traf man sich während des Tages im Hotelbereich beim bekanntermaßen sehr guten Buffetangebot. Die Abende wurden an der Bar mit Kartenspiel oder auch beim Bowling verbracht, wobei hier die Trainingsbelastung des Tages schon deutlich zu verspüren war.

Ein wirklich tolles Wochenende, das im kommenden Jahr sicherlich auch weitere Teilnehmer aus unserem Kreis anlocken sollte.

Als nächste Aktion wurde im Rahmen einer Breitensport-Aktion des Westdeutschen Tischtennis Verbandes (WTTV) am 5. August ein Tischtennis Aktionstag in unserem Freibad durchgeführt.

Dies erfolgte in Zusammenarbeit mit dem Freibad-Förderverein und mit der Bereitstellung von Materialien durch den WTTV. Das Ziel, weiteres Interesse für unsere Sportart zu



Zwischen September 2023 und April 2024 werden unsere Meisterschaftsspiele stattfinden.

Wir konnten gleich zwei Seniorenteams anmelden, deren Heimspiele abwechselnd an Samstagen ab 17:30 Uhr in unserer Baumhofhalle ausgetragen werden. Wir werden hierüber berichten. Leider kann aktuell noch keine Jugendmannschaft gemeldet werden, aber wir werden weiter am Konzept arbeiten, dies zukünftig wieder zu ermöglichen.

Um eine Mannschaft zu bilden, müssen regelmäßig immer mindestens vier Akteure an den Spieltagen einsatzbereit sein. Vielleicht findet ihr im Kreis von Freunden oder Bekannten einige Interessenten, mit denen ihr euch gemeinsam in unserer Sportart weiterentwickeln wollt. Hierbei sind auch gemischte Teams von Mädchen und Jungen üblich. Also – bei Interesse einfach mal anfragen.

Mit sportlichem Gruß und dem bei uns üblichen ‚Netz- und Kantenball‘
Uwe Kilfitt
uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de

Fotos: U. Kilfitt, J. Zang

wecken, wurde im Wesentlichen erreicht, aber die instabile Wetterlage limitierte die Anzahl der Teilnehmer doch ein wenig.

Abgerundet wurde die Aktion durch eine nette Grillwürstchen-Spende von unserem Sportkameraden Björn, die der Bademeister für alle Teilnehmer gerne zubereitet hat. Unseren mitwirkenden Helfern hat es ebenfalls viel Spaß gemacht und diese oder eine ähnliche Aktion können wir im kommenden Jahr sicherlich gerne noch einmal durchführen.

Offen ist nur noch der Termin für unsere erstmals nach zehn Jahren wieder stattfindenden Vereinsmeisterschaften, aber diese werden wir an einem spielfreien Wochenende sicherlich bis zum Jahresende durchführen. Startberechtigt werden alle TSG-Mitglieder sein, also nicht nur aktive Mannschaftsspieler unserer Teams. Meldet euch gerne bei uns.

Sommerprüfung Mit voller Kraft zum nächsten Gürtel

Vor den Sommerferien wurde es nochmal so richtig bunt.
Die erste große Prüfung stand an.

ES HABEN BESTANDEN:
weiß-gelb
Felix Dreher, Luan Heydn
und Anton J. Werth
gelb
Lion C. Roloff, Luca M.
Roloff und Leon Stenitzer
gelb-orange
Annika Fuxman, Mia
Kajtaz, Thea Kajtaz,
Johanna Kern, Marlon
und Nina Werning
braun
Janina Götz

Insgesamt nahmen 14 Judoka an dieser Prüfung teil. Ein Mädchen vom PSV Bochum, Lilli Steeg, nahm ebenfalls als Prüfling teil. Da sie die Partnerin von Janina war, einigten sich alle Beteiligten auf diese Lösung. Lilli schaffte die Prüfung zum orange-grünen Gürtel.

Für Felix, Luan und Anton war es die erste Prüfung. Da sich die drei gut vorbereitet hatten, brauchten sie auch nicht nervös sein. Sie absolvierten

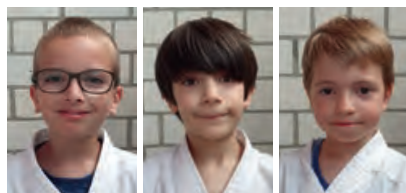
ihr Programm sehr überzeugend. Aber auch die anderen Prüflinge zeigten ein gutes Programm. Vor allem Mia und Thea, sowie Marlon und Nina konnten mit einer hervorragenden Leistung überzeugen.

Der Ablauf der Prüfung verlief noch etwas unorthodox, waren doch durch unterschiedliche widrige Umstände ein Großteil der Prüflinge am eigentlichen Prüfungstag verhindert. So musste ausnahmsweise noch einmal improvisiert werden, wie man das schon zu Corona-Zeiten gewohnt war. Die Judoka wurden in mehreren kleinen Gruppen geprüft. Bestanden haben alle, sodass sie dann mit neuem Elan an die Vorbereitung für die nächste Prüfung gehen können.

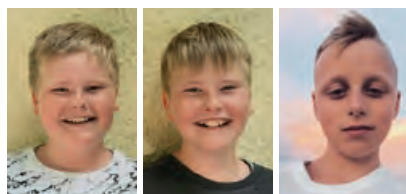
Mit dem Bild von Carl wurden auch der Trainerin die Ferien kalorienarm versüßt!



Annika, Marlon und Nina



Felix, Luan und Anton



Lion, Luca und Leon



Mia, Thea und Janina

Wer sich für Judo interessiert, kann nach den Ferien jederzeit an einem Probetraining teilnehmen. *Andrea Haarmann*



Was lange währt wird endlich schwarz

1. Meistergrad für Marc Backhaus

Vor vielen Jahren hat Marc als Schüler beim TuS Eichengrün-Kamen mit dem Judo angefangen. Er hat immer fleißig trainiert und auch regelmäßig an Prüfungen teilgenommen; bis zum braunen Gürtel. Dann passierte das, was bei vielen jungen Leuten passiert. Mit dem Abitur in der Tasche ging es dann zum Studium. Da blieb nicht mehr viel Zeit für Judo. Vor einigen Jahren verletzte Marc mit seiner Familie seinen Lebensmittelpunkt nach Sprockhövel. Dort wurde er auf die Judo-Abteilung der TSG aufmerksam und entschied sich für ein Probetraining. Das hat ihm anscheinend gut gefallen, denn Marc blieb dem Judo treu.

Irgendwann wurde beim Training auch über eine Prüfung zum schwarzen Gürtel nachgedacht. Eine intensive Vorbereitung folgte. Die vielen Termine zu den Vorbereitungen, die in Bochum, Witten und Herne angeboten wurden, stellten allerdings ein zeitliches Problem dar. Da kam die Idee der Trainerin, bei der „Black-Belt-Aktion“ des NWJV (Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband), gerade recht. Erst seit letztem Jahr gibt es dieses Angebot vom NWJV. Judoka, die die Prüfung zum 1. Dan machen wollen, nehmen an einem einwöchigen Lehrgang in Hennef teil und können im Anschluss die Prüfung ablegen. Dieses Angebot nutzte Marc dann auch. Eine extrem intensive Woche mit täglich vielen Übungseinheiten bei Top-Referenten folgte. Aber die Mühe hat sich am Ende ausgezahlt. Voller Stolz darf Marc nun nach bestandener Prüfung den schwarzen Gürtel zum Judogi tragen. Marc ist nun der erste TSG-Judoka seit über 15 Jahren, der die Prüfung zum 1. Dan abgelegt hat.

Von der Judo-Abteilung der TSG bekommt Marc nun seinen Gürtel überreicht. Die ganze Abteilung gratuliert herzlichst und hofft auf Nachahmer! AH



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.

Von den Besten lernen



Leon mit Frank Wieneke



... und mit Ralf Lippmann

... das dachte sich auch Leon Stenitzer aus der Judo-Abteilung, als er die Ausschreibung für einen Lehrgang beim Bushido Köln bekam. Der Bushido Köln hatte mit dem Referenten-Team Frank Wieneke und Ralf Lippmann ein Top-Team für diesen Lehrgang eingeladen. Bei den Olympischen Spielen in Los Angeles 1984 holte Frank Wieneke die erste olympische Goldmedaille für den Deutschen Judo Bund (DJB). Ralf Lippmann war ebenfalls ein sehr erfolgreicher Wettkämpfer und ist heute zuständig für den kompletten Ausbildungsbereich im DJB.

Also machte sich Leon mit seinen Eltern auf nach Köln. Der Lehrgang war in drei Altersgruppen aufgeteilt. Nach einem intensiven Aufwärmprogramm ging es mit Taktik- und Techniktraining weiter. Super erklärt und vorgezeigt, ging es dann an die eigene Umsetzung des Gezeigten. Natürlich wurde im Anschluss auch gekämpft, wo dann die vorher geübten Techniken auch ausprobiert werden konnten.

Nach einem sehr intensiven Training gab es noch die Gelegenheit, sich mit den Referenten fotografieren zu lassen oder Autogramme zu holen. „Es hat sich auf jeden Fall gelohnt“, so Leon, der jetzt schon auf einen weiteren Lehrgang wartet. AH



Nächster Gürtel-Grad erreicht

Das Kyokushin Karate Sommerlager der KKD e.V. fand wie üblich bei schönstem Sommerwetter vom 7. bis 9. Juli 2023 in Bad Hersfeld statt. Auch dieses Jahr waren die TSG-Karateka aktiv mit dabei.

An jedem Tag standen anspruchsvolle und fordernde Trainingseinheiten unter der Leitung erfahrener Kyokushin-Instruktoren auf dem Programm. Die Einheiten beinhalteten eine Kombination aus körperlichen Konditions-, Kata- und Kumite-Übungen. Natürlich durfte auch der obligatorische Berglauf nicht fehlen.

Im Laufe des Sommerlagers bestand ebenfalls die Möglichkeit zum Ablegen der Prüfung zum nächsthöheren Gürtel-Grad, einem wichtigen Meilenstein in der Entwicklung eines Karateka. Auch einige Sprockhöveler stellten sich dieser Herausforderung. Die Prüflinge mussten sämtliche Anforderungen der Prüfungsordnung zeigen und wurden von den erfahrenen Prüfern bewertet. Neben Kihon, Kata und Kumite wurden auch entsprechende Konditionstests gefordert.

Den anspruchsvollsten Anforderungen musste sich dabei Sempai Andreas stellen, der nach langer und intensiver Vorbereitung zur Prüfung zum 3. DAN antrat. Nach vielen Stunden Prüfung zu Kihon und Kata, einem schweißtreibenden Konditionstest und un-



Die TSG-Karateka beim Sommerlager 2023

3. Dan für Sempai Andreas (rechts)

zähligen Runden Kumite war es dann geschafft. Alle angetretenen Prüflinge zeigten gute Leistungen und konnten ihren nächsten Gürtel-Grad erreichen. Herzlichen Glückwunsch an dieser Stelle.

Auch im Jahr 2023 war das Sommerlager somit ein voller Erfolg. Für jeden war etwas dabei und alle konnten wichtige Eindrücke mit nach Hause nehmen. Der Termin für das nächste Sommerlager 2024 steht ebenfalls bereits fest und die TSG Karate Abteilung wird bestimmt wieder mit dabei sein.

Für das verbleibende Jahr stehen noch einige Lehrgänge sowie die Deutsche Meisterschaft in Berlin auf dem Plan. Wir werden an dieser Stelle darüber berichten.

Andreas Schall

(Text und Fotos)



Testbestanden

Die **Young Miners** haben auch durch die Erfolge der Nationalmannschaft weiterhin enormen Zulauf und starten mit drei Mannschaften in die kommende Saison, die erst nach den Herbstferien beginnen wird.

Die Jüngsten, unsere offene U12 (Mädchen und Jungen Jahrgang 2012/2013) freuen sich,

dass sie von der Stadt Sprockhövel eine höhenverstellbare Korbanlage erhalten haben und jetzt wettbewerbsgerecht spielen und trainieren können. Das erste Testspiel wurde absolviert und die SE Gevelsberg klar mit 64:28 geschlagen. Auch die **offene U14** (Jungen und Mädchen Jahrgang 2010/2011) trat

in neuen Trikots, gespendet vom Autohaus Kuhlmann, gegen Gevelsberg an, musste sich aber in einem lange Zeit ausgeglichenen Spiel am Ende knapp mit 40:42 geschlagen geben.

Die männliche U16 (Jahrgang 2008/2009) beendete den Vergleich gegen die SE Gevelsberg. Hier zeigte sich, dass die Spieler schon länger im Herrenbereich mittrainieren und die daraus resultierenden Erfahrungen mit ins Spiel nahmen. Am Ende sprang ein souveräner 67:45 Sieg heraus.

Dafür, dass die Kinder und Jugendlichen erst seit maximal zwölf Monaten trainieren und manche erst ein paar Wochen dabei sind, muss man eine enorme Entwicklung feststellen. Gingen im April Vergleiche mit den Witten Baskets noch klar verloren, geben die neuen Ergebnisse jetzt Hoffnung, dass die Young Miners auch in der Liga mithalten können und

das ein oder andere Spiel für sich entscheiden werden. Der Dank gilt den Trainern, die meist ehrenamtlich die Kinder und Jugendlichen betreuen und damit den Spielbetrieb erst möglich machen.

Abgesehen von den aktuell trainierenden Kindern gibt es jede Menge Anfragen durch Eltern von Kindern zwischen sieben und neun Jahren für ein Basketballtraining. Leider kann das aber zurzeit nicht angeboten werden, da leider kein Übungsleiter zur Verfügung steht.

Anfragen nehme ich als Sportwart gerne entgegen (tel. 0171 777 8849). Sobald die Möglichkeit besteht, in dieser Altersklasse ein Training anzubieten, würden dann die Interessenten informiert werden.

Auch für die offene U12 werden noch Mädchen und Jungen gesucht.

Jochen Knorr (Fotos: J. Knorr, J. Zang)



Miners bereit für die Bezirksliga

Die 1. Mannschaft der TSG Sprockhövel Miners steht vor einer aufregenden Saison in der Bezirksliga, und die Vorzeichen stehen gut. Nach zwei aufeinanderfolgenden Aufstiegen in den vergangenen Jahren sind die Miners bereit, sich in der höheren Spielklasse zu beweisen.

Die Mannschaft unter der Leitung von Spielertrainer Tim Richter hat sich intensiv auf die bevorstehende Saison vorbereitet. Der Mannschaftskern ist durch drei neue und erfahrene Spieler ergänzt worden. Dieser frische Wind hat dazu beigetragen, einen ausgewogenen Mix aus erfahrenen und jungen Spielern zu schaffen, der die Miners in dieser Saison voranbringen kann. Denn das Saisonziel ist klar: der Klassenerhalt.



In den letzten Monaten wurde hart an Kondition, individuellen Fähigkeiten und taktischem Verständnis der Spieler gearbeitet. Die gesamte Mannschaft hat erhebliche Fortschritte gemacht und die Ergebnisse der intensiven Vorbereitung sind durch die Testspiele auch deutlich sichtbar.

Im ersten Testspielsieg gegen den Bezirksligisten BC Langendreer aus Bochum konnten sich die Miners mit einem knappen 50:46 durchsetzen. Noch erwähnenswerter war jedoch das Unentschieden im zweiten Testspiel gegen den Mit-Aufsteiger SV Haspe 70 4 mit 63:63. Noch vor wenigen Monaten in der vergangenen Saison hatten die Miners gegen

dieselbe Mannschaft mit einem Abstand von 70 Punkten verloren, was den Fortschritt der Miners nochmals unterstreicht.

Die Spannung steigt, da die Miners ihre Saison am kommenden Sonntag, dem 10. September 2023, um 18.00 Uhr in der Turnhalle Blankenstein mit einem Auswärtsspiel in Welper beginnen werden.

Ebenfalls in die Saison startet die neu formierte **2. Mannschaft der Miners** am Donnerstag dem 7.9. 2023 um 20.00 Uhr in der Glückaufhalle gegen die Emster Eagles 2 aus Hagen. Die Mannschaft setzt sich aus einigen erfahrenen Spielern und Jugendspielern zwischen 15 und 16 Jahren zusammen, die in der 2. Kreisliga Hagen an den Seniorenbasketball herangeführt werden sollen. *J. Knorr*

1. Mannschaft

Quelle: <http://basketball-bund.net>

Spielplan - Bezirksliga 11 Herren - Vorrundengruppe A (BeL11H-A) (Senioren; Liganr.: 500183)					
Nr.	Tag	Datum	Heim	Gast	Spielhalle
2	1	10.09.2023 18:00	SG Welper	TSG Sprockhövel	Turnhalle Blankenstein
6	2	13.09.2023 20:15	TSG Sprockhövel	RE Baskets Schwelm 2	Glückauf-Halle
11	3	23.09.2023 16:00	SE Gevelsberg	TSG Sprockhövel	SH B im Sportzentrum West
18	5	25.10.2023 20:15	TSG Sprockhövel	Witten Baskets 2	Glückauf-Halle
24	6	04.11.2023 14:00	TuS Breckerfeld 2	TSG Sprockhövel	Spiel- und Sporthalle
26	7	08.11.2023 20:15	TSG Sprockhövel	TuS Breckerfeld 3	Glückauf-Halle
30	8	15.11.2023 20:15	TSG Sprockhövel	SG Welper	Glückauf-Halle
34	9	02.12.2023 16:00	RE Baskets Schwelm 2	TSG Sprockhövel	Märkisches Gymnasium
39	10	06.12.2023 20:15	TSG Sprockhövel	SE Gevelsberg	Glückauf-Halle
46	12	19.01.2024 20:30	Witten Baskets 2	TSG Sprockhövel	Otto-Schott-Realschule (Großfeld)
52	13	24.01.2024 20:15	TSG Sprockhövel	TuS Breckerfeld 2	Glückauf-Halle
54	14	03.02.2024 16:00	TuS Breckerfeld 3	TSG Sprockhövel	Spiel- und Sporthalle

2. Mannschaft

Spielplan - 2. Kreisliga Hagen (Senioren Kreis Hagen; Liganr.: 516120)

Nr.	Tag	Datum	Heim	Gast	Spielhalle
5	1	07.09.2023 20:15	TSG Sprockhövel 2	Emster Eagles 2	Glückauf-Halle (Querfeld)
12	2	14.09.2023 20:00	TV Hohenlimburg	TSG Sprockhövel 2	TH des TV Hohenlimburg 1871 e. V.
13	3	20.09.2023 20:00	BG Hagen 6	TSG Sprockhövel 2	SH Wehringhausen
23	4	28.09.2023 20:15	TSG Sprockhövel 2	SV Enten Hagen	Glückauf-Halle (Querfeld)
27	5	18.10.2023 20:15	SG VFK Boele-Kabel 6	TSG Sprockhövel 2	TH der Henry-van-de-Velde-Schule
35	6	26.10.2023 20:15	TSG Sprockhövel 2	SE Gevelsberg 2	Glückauf-Halle (Querfeld)
42	7	30.10.2023 00:00		TSG Sprockhövel 2	
47	8	09.11.2023 20:15	TSG Sprockhövel 2	TSV Hagen Unified	Glückauf-Halle (Querfeld)
52	9	16.11.2023 18:45	SV Haspe 70 6	TSG Sprockhövel 2	SH Westerbauer (Quambusch)
59	10	23.11.2023 20:15	TSG Sprockhövel 2	SG Welper 2	Glückauf-Halle (Querfeld)
62	11	01.12.2023 20:15	SG VFK Boele-Kabel 5	TSG Sprockhövel 2	Sportzentrum Boele (Halle 3)
71	12	08.12.2023 18:45	Emster Eagles 2	TSG Sprockhövel 2	TH Emst
78	13	18.01.2024 20:15	TSG Sprockhövel 2	TV Hohenlimburg	Glückauf-Halle (Querfeld)
79	14	25.01.2024 20:15	TSG Sprockhövel 2	BG Hagen 6	Glückauf-Halle (Querfeld)
89	15	30.01.2024 20:30	SV Enten Hagen	TSG Sprockhövel 2	Sporthalle Altenhagen
93	16	22.02.2024 20:15	TSG Sprockhövel 2	SG VFK Boele-Kabel 6	Glückauf-Halle (Querfeld)
101	17	28.02.2024 20:00	SE Gevelsberg 2	TSG Sprockhövel 2	SH B im Sportzentrum West (Drittelfeld)
108	18	04.03.2024 00:00	TSG Sprockhövel 2		Glückauf-Halle (Querfeld)
113	19	12.03.2024 19:00	TSV Hagen Unified	TSG Sprockhövel 2	Öwen-Witt-Halle
118	20	11.04.2024 20:15	TSG Sprockhövel 2	SV Haspe 70 6	Glückauf-Halle (Querfeld)
125	21	15.04.2024 00:00	SG Welper 2	TSG Sprockhövel 2	Turnhalle Blankenstein
128	22	25.04.2024 20:15	TSG Sprockhövel 2	SG VFK Boele-Kabel 5	Glückauf-Halle (Querfeld)



... und haben sichtlich Spaß

Besuch bei der neuen Paartanzgruppe am Donnerstag

Nachdem sich die alte Donnerstags-Paartanzgruppe aufgelöst hatte, gelang es uns schnell, eine neue Gruppe zusammenzubekommen. Am 20 April konnte die neue Gruppe starten. Nach Zeitungsartikeln in der WAZ und im Stadtspiegel waren 13 Paare vor Ort, die alle Anfänger waren oder vor langer Zeit mal getanzt haben.

Nachdem die Gruppe nun siebenmal Training hatte sind immer noch zehn Paare dabei und haben sichtlich Spaß beim Tanzen. Manfred Kruse, Trainer der Dienstagsgruppe, hat als Urlaubsvertretung die Gruppe zweimal trainieren dürfen und meinte danach, dass aus der Gruppe was werden kann. Die Gruppe würde gut miteinander harmonieren und sich gegenseitig unterstützen.

Das ist auch während des Trainings zu merken, das ich besuchen durfte. Los ging es mit dem Langsamen Walzer. Grundschrift mit Drehung und Übergang wurden geübt. Schon ganz schön viel für den Anfang, wo in der Tanzschule zu Beginn gerade mal Grundschrift im Karree eingeführt wird. Aber die Gruppe hat das hervorragend gemeistert und Trainerin Heidrun Dobeleit war sichtlich zufrieden.

Daher konnte es dann auch bald schon weitergehen mit dem Tango. Erst einmal wurde die „Promenade“ geübt. Heidrun machte die Schritte vor und übte sie dann zuerst mit den Herren, anschließend mit den Damen. Während die Damen ihre Schritte zusammen mit Heidrun übten, übten einige Herren miteinander und korrigierten sich gegenseitig. Bei den Damen war das genauso zu sehen.

Nachdem das alles einstudiert war, konnten die Paare die Figur zusammen üben. Mit leichten Korrekturen und Hilfen hat es bei allen schon gut geklappt. Wenn es mal nicht geklappt hat wurde gelacht und dann neu von vorne gestartet. Beim Tanzen mit Musik wurde dann die „Wiege“ als Startschritt vorgebaut und danach die Promenade getanzt.

Als nächster Tanz kam dann der Quickstepp – Start „Vor Chasse Schritt“, „Rück Chasse Schritt“ ging es los, und auch hier konnten die Paare nach kurzer Zeit zeigen, dass sie schon einiges gelernt haben. Es machte einfach Spaß, den Paaren beim Tanzen zuzuschauen. Als letzte Figur wurde dann noch der „Lockstep“ angehängt, um den Quickstep zu ergänzen.

Anschließend wurde dann nochmal kurz ChaChaCha getanzt. Die Trainerin machte die Figuren vor, um die Erinnerung aufzufrischen, und danach versuchten sich die Paare am Grundschrift mit „Hand-to-Hand“, „New Yorker“ und „Under-Arm-Turn“.

Zum Abschluss des Trainings stand dann noch kurz Discofox auf dem Programm, Grundschrift (eins, zwei, tap) mit Drehung der Dame wurde getanzt. Sah schon sehr gut aus, und fünf Tänze an einem Abend sind eine Menge. Nach dem Training standen noch einige Paare zusammen und unterhielten sich. Nach der kurzen Zeit hat sich wirklich schon eine Gruppe gebildet, die sich gegenseitig unterstützt und wirklich gut miteinander harmoniert.

Es ist schön, dass wir eine solche neue Gruppe haben, und wir hoffen dass diese Gruppe noch viele Jahre zusammen bei der TSG tanzen wird.

Line Dance am Donnerstag

Seit über einem Jahr, genauer gesagt seit dem 28.4.2022, verstärkt eine zweite Line Dance-Gruppe die Tanzabteilung der TSG. Waren beim ersten Training acht Teilnehmerinnen anwesend, steigerte sich die Gruppe auf



inzwischen 12 bis 17 Personen, die regelmäßig donnerstags am Training teilnehmen.

Wer nun glaubt, Line Dance ist nur etwas Western-Liebhaber mit Hut und Cowboy Stiefeln wird überrascht wie vielseitig die Musikauswahl ist, zu der sich die Tänzerinnen donnerstags in der Mathilde-Anneke-Schule bewegen. Neben Pop, Disco oder Countrymusik sind auch Shantys wie Santiano oder Wellermann oder auch Salsa-Rhythmen zu hören.

Zwar tanzt beim Line Dance jeder/jede für sich – anders als im klassischen Paartanz –, aber es gilt, auf die Mittänzerinnen zu achten und die Aufstellung in den Linien in Bewegung zu halten. Der besondere Reiz ist, zwar alleine zu tanzen – aber synchron mit der Gruppe.

Dass Line Dance auch ein Sport für den Kopf ist, zeigen die abwechslungsreichen Choreografien, in denen die 16er, 32er oder sogar 64er Schrittfolgen durch den ein oder anderen Restart, den die Musik vorgibt, unterbrochen werden. Da heißt es Runden zählen oder, wenn der Neustart verpasst wurde, schauen wo die anderen sind und sich wieder „reinfudeln“.

Trainerin Heidrun Dobeleit gestaltet das Training abwechslungsreich und sorgt mit einer Mischung aus bekannten und neuen Choreografien dafür, dass am Ende alle geschafft, aber mit einem Lächeln das Training beenden.

Wer Lust auf Tanzen hat, kann gerne einfach mal bei einer der Tanzgruppen vorbeischauen. Montags (20:30-21:30 Uhr) und donnerstags (19:00-20:00 Uhr) findet Line Dance statt. Ein Einstieg ist für jeden möglich, der sich nicht sofort entmutigen lässt. Paartanzgruppen gibt es auch an verschiedenen Tagen mit unterschiedlichem Leistungsstand.

Marcus Kubaschek

Fragen und Anmeldungen gerne an tsg-tanzsport@web.de

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]				11.00 - 12.30 Cycling [G15]	
						11.15 - 12.15 BOP&more [G15]
15.15 - 16.00 T Tanzflöhe (3-4 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 Vinyasa 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]						

Turnierpremiere mit positivem Fazit

Kinder und Jugendliche der TSG beim Herner Kids Cup



OBEN: Sara Kortmann (links), Moritz Vogt (Mitte), Henry Wittkop (rechts)

MITTE: Klara Vog, Ben Kortmann und Jannick Treute (links), Sara Kortmann mit Amelie Schwabe (rechts)

UNTEN: Ben Kortmann mit Jannick Treute



Am Wochenende des 3. und 4. Juni nahmen die Kinder und Jugendlichen der TSG am 18. Herner Kids Cup teil. Am Samstag wurden zunächst die Einzel der Mädchen in der Altersklasse U13 und die Einzel der Jungen in der Altersklasse U15 ausgespielt. Für die TSG spielten Klara Vogt im Mädcheneinzel U13 sowie Ben Kortmann und Jannick Treute im Jungeneinzel U15. Am späteren Nachmittag wurde die Disziplin auf Doppel umgestellt. Hier vertraten Moritz Vogt und Henry Wittkop die TSG im Jungendoppel der Altersklasse U17.

Der Sonntag begann mit dem Jungeneinzel U17. Auch hier traten Moritz Vogt und Henry Wittkop für die TSG an. Später wurden die Mädchen- und Jungendoppel in der Altersklasse U15 ausgespielt. Hier traten Amelie Schwabe und Sara Kortmann im Mädchendoppel U13 und Ben Kortmann und Jannick Treute im Jungendoppel U15 an.

Für alle Spielerinnen und Spieler war es die erste Turnierteilnahme. Trotz des starken Teilnehmerfeldes waren viele Spiele hart umkämpft. Das Wichtigste war jedoch, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein positives Fazit ziehen konnten und viel Spaß und Motivation aus dem Turnier mitgenommen haben. Anbei einige Impressionen des Turniers.

Jan Thoma



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

Besondere Herausforderung

Turnwettkampf in Witten-Annen

Für neun Turnerinnen der TSG Sprockhövel stand am 11. Juni wieder ein Wettkampf auf dem Programm. Es ging zum Bezirks-Turnfest nach Witten-Annen in die Sporthalle der Holzkamp Gesamtschule. Für drei Turnerinnen war das sogar ihr erster Wettkampf.

Nicht nur für die Turnerinnen, sondern auch für die Zuschauer:innen ist so ein Tag sehr aufregend. Die Neun wurden begleitet und unterstützt von einer großen Menge an Eltern, Großeltern, Geschwistern und



(Unsere Turnerinnen Emma, Lilia, Charleen, Emily, Esma, Lena, Ruby, Valentina, Luisa)

Freund:innen. Denen zeigten sie an den Geräten Sprung, Schwebebalken, Boden und Reck, was sie die Wochen zuvor trainiert und geübt hatten.

Dieses Mal standen die Turnerinnen vor einer besonderen Herausforderung, da zwei Trainer:innen leider nicht am Wettkampftag dabei sein konnten. Trotz aller Aufregung turnten alle sehr sicher und diszipliniert ihre Übungen vor den Kampfgerichten. Sowohl für die Zuschauer:innen als auch für die

Trainer:innen war es eine große Freude, den Turnerinnen zuzusehen.

Alle Neun zeigten außerordentliche Leistungen, auf die sie stolz sein können. So wurden sie dann auch bei der anschließenden Siegerehrung von den Zuschauer:innen herzlich mit Jubel und Applaus gefeiert.

Im Jahrgang 2013 gelang den Turnerinnen der TSG Sprockhövel sogar ein Sieg im Doppelpack. Emily Stuyts belegte einen hervorragenden zweiten Platz, knapp hinter der erstplatzierten Emma Fux. Lena Minthoff erkämpfte sich ebenfalls einen Platz auf dem Treppchen. Sie wurde Dritte im Jahrgang 2010/2011.

Insgesamt waren alle Teilnehmerinnen zufrieden mit ihren Ergebnissen und ließen sich von den Zuschauer:innen feiern.



Das Trainer:innen-Team der TSG war begeistert von dem sportlichen Erfolg, der unterstützenden Gemeinschaft und der schönen Atmosphäre an diesem Tag. Einen herzlichen Dank an alle, die geholfen haben, dass dieser Tag sicherlich zu einer besonders schönen Erinnerung für die Turnerinnen werden wird.

Marleen Kost (Fotos: Yvonne Fux)



NEU!

- ab Oktober 2023 -

PARKOUR

Mit PARKOUR ohne Umwege zum Ziel bei der TSG Sprockhövel!

Hürden spielend leicht überwinden, sich den eigenen Ängsten stellen und die Fähigkeiten des Körpers ausbauen – das verspricht die Trainingsmethode PARKOUR.

Die Sportart bedeutet, sich Herausforderungen zu stellen und an ihnen zu wachsen. Durch die oft herausfordernden Bewegungsabläufe arbeiten Trainierende aktiv an ihrer Ausdauer, ihrer Kraft und ihrer Schnelligkeit. PARKOUR ist für alle geeignet, die Spaß an Sport und Fitness haben. Besondere Kenntnisse sind nicht nötig.

Die TSG Sprockhövel bietet allen ab 14 Jahren, die sich für diese Sportart interessieren, ab dem 16.10.2023 einen neuen Kurs immer montags von 17.00 bis 18.30 Uhr in der Turnhalle der Mathilde-Anneke-Schule an. **Kosten:** 60 Euro für 10 Termine bis zu den Weihnachtsferien.

„Parkour bezeichnet eine Fortbewegungsart, deren Ziel es ist, nur mit den Fähigkeiten des eigenen Körpers möglichst effizient von Punkt A zu Punkt B zu gelangen. Der Parkourläufer bestimmt seinen eigenen Weg durch den urbanen oder natürlichen Raum – auf eine andere Weise als von Architektur und Kultur vorgegeben. Es wird versucht, sich in den Weg stellende Hindernisse durch Kombination verschiedener Bewegungen so effizient wie möglich zu überwinden. Bewegungsfluss und -kontrolle stehen dabei im Vordergrund. Parkour wird deshalb auch als „Kunst der effizienten Fortbewegung“ bezeichnet ...“

(wikipedia)

interessiert? noch Fragen?
 geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 24 - 686 47 46

Pétanque als Wettkampfsport – TSG-Tete-Turnier

Ligaspiele, Landes- und Vereinsmeisterschaft bieten „echten“ Wettkampf und Leistungsvergleiche wie in anderen Sportarten.

Einige der Spieler*innen der Boulegruppe in der TSG nehmen regelmäßig (und begeistert) daran teil. Holger Fiedler gewinnt 2023 die



Die Trainingsgruppe Sommer 2023

(inoffizielle) Vereinsmeisterschaft!

Am TSG-internen Tete-Turnier (Einzel) nahmen in diesem Jahr 20 Spieler*innen teil und spielten in max. fünf Runden nach dem Schweizer System diese Meisterschaft aus. Gewonnen hat Holger Fiedler souverän mit fünf Siegen, gefolgt von Rocco Mondo und Ingrid Ommerborn. Herzliche Glückwünsche!

Die diesjährigen Erfahrungen mit dem Turnierformat über mehrere Wochen führten zu der Entscheidung, zukünftig Vereinsmeisterschaften „komprimiert“ an einem Tag oder Wochenende durchzuführen.

Sabine Engelhard

ZEITEN und ORTE: Zu „eingespielten“ Zeiten für Treffs, Trainings und andere Maßnahmen der TSG-Boulegruppe laden wir alle Interessierten jetzt besonders herzlich ein nachdem die Spielzeiten und -orte den veränderten Rahmenbedingungen angepasst wurden.

BOULE (S)=Sommerzeit, **(W)** = Winterzeit

Kontakt: Dirk Engelhard, T 971816, dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de

MONTAG: (S) 16:00 – 19:00 Uhr | **(W)** 14:00 – 17:00 Uhr

▶ Treff mit offenem Spielen und Training ▶ Stadion Im Baumhof

DIENSTAG: (S) 17:00 – 19:00 Uhr ▶ Training ▶ Glückauf-Trasse oder Stadion Im Baumhof

MITTWOCH: (S) 16:00 – 19:00 Uhr ▶ Treff mit offenem Spielen und Training

(W) 14:00 – 17:00 Uhr ▶ Treff mit offenem Spielen und Training Boule-Sportabzeichen

▶ Stadion Im Baumhof

FREITAG: (S) 16:00 – 19:00 Uhr | **(W)** 14:00 – 17:00 Uhr ▶ offenes Spielen ▶ Glückauf-Trasse

SONNTAG:(S) 11:00 – 13:00 ▶ offenes Spielen ▶ Glückauf-Trasse

Weitere Spieltermine können jederzeit frei über die WhatsApp-Gruppe „Boule-Treff“ vereinbart werden!



Mit Sicherheit ein Bestangebot

Jeden Monat ein neuer DEAL

www.kogelheide.de

#kogelheidedeal

kogelheide
Willkommen in der hiesigen Familie



TriTeam-Mädels auf Tour

Ein Triathlonwochenende im Westerwald

Pfingsten stand vor der Tür und somit mein erster Triathlon für die Saison 2023. Meine Freude über den Campingausflug mit den Mädels und dem damit verbundenen Traithlonwochenende war in den letzten Wochen doch eher schwankend, je nach Wetterlage. Das Wetter im Mai war einfach unglaublich – unglaublich kalt, unglaublich unberechenbar. An einem Tag war noch Sommer am nächsten Tag dann wieder Winter. Aber eines war durch die durchweg niedrigen Temperaturen gewiss: Das Freiwasserschwimmen wird eher eine frostige Angelegenheit.

Okay, aber fangen wir von vorne an. Letztes Jahr beim Schwimmtraining fragte Sandra mich und Alexandra, ob wir nicht Lust haben, in Frei-

lingen beim Löwentriathlon zu starten (Sandra hatte hier noch eine Corona-Rechnung offen). Freilingen sei im Westerwald und wir könnten direkt auf dem Campingplatz, auf dem der Triathlon ausgetragen wird, übernachten.

Warum nicht, dachten wir. Also meldeten sich Alexandra so wie Sandra für die olympische Distanz am Sonntag an. Ich wollte mit etwas weniger, also der Sprintdistanz, am Samstag an den Start gehen. Sandra mietete uns einen Wohnwagen und alles war schon Ende 2022 eingetütet.

Anfang Mai meldete sich der Veranstalter per E-Mail und rückte den Löwentriathlon wieder in Blickrichtung. Also bereiteten wir uns auf unser Mädelswochenende im Westerwald vor. Es wurde ein Essenplan aufgestellt (Essen ist beim Sport sehr wichtig) und eingekauft.

Am Donnerstagabend packten wir unsere Taschen und das Essen für gefühlt zehn Personen ein, damit es am Freitag nach der Arbeit direkt losgehen konnte. Sandra düste mit Cookie (unserem TriHund) aus Lippstadt los. Alex und ich trafen uns in Heiligenhaus, dann ging es auf die Autofahrt nach Freilingen.

Am frühen Abend kamen wir dort an, richteten uns ein und machten erstmal ein Testschwimmen im Postweiher. Na gut, Sandra und Alex machten ein Testschwimmen, ich hatte leider meine Schwimmbrille im Wohnwagen liegen lassen und 300 Meter nochmal zurück gehen ist auch ein bisschen viel, schließlich startete ich ja schon Samstag. Lieber mal einen Tag ausruhen, und mit 16 Grad hatte der See auch keine angenehme Badwassertemperatur.

Abends machten wir uns eine Brotzeit und gingen artig früh schlafen, wir waren alle etwas k.o. von der zurückliegenden Arbeitswoche und froh, einfach schlafen zu können. Am nächsten Morgen war es so weit, mein erster Triathlon 2023 (Sandra und Alex hatten die Wochen zuvor sehr erfolgreich Ihre Saisonauftakte absolviert).

Startzeit 15.45 Uhr, wer denkt sich denn so etwas aus? Wirklich, das macht die ganze Essenplanung obsolet, besonders wenn man sich um ca. 13 Uhr noch ein Brötchen mit Veggewurst und Zwiebeln reinzimmert. Der Rad-Check-In begann um 11 Uhr, also brachte ich mein geliebtes Liv in die Wechselzone. Anschließend schauten die Mädels und ich uns die Wettkämpfe der Bundesliga Süd an. Das Lei-

stungsniveau war schon beeindruckend.

Dann ging es um 15.45 Uhr an den letzten Start des Tages. Sprintdistanz der Frauen (500 Meter Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km laufen). Der Neoprenanzug war ein bisschen eng, half aber sehr gegen die doch sehr kühlen Temperaturen im Wasser. Das Schwimmen lief gar nicht so schlecht (bis auf das Zwiebelbrötchen, was irgendwie merkwürdig in meinem Bauch lag), danach ab aufs Rad. Drei Runden auf abgesperrten Bundesstraßen, haben richtig Spaß gemacht. Zum Schluss dann noch 5 km mit einigen „Hügelchen“ laufen (auch hier war das Zwiebelbrötchen wieder präsent, aber es blieb drin). Nach 1 Stunde, 23 Minuten war ich dann im Ziel. Auf der Strecke waren Alex und Sandra die ganze Zeit bei mir und feuerten mich an. Im Ziel war ich superglücklich mit den beiden meinen gelungen Saisonauftakt zu feiern. Aber ich merkte, dass die Nervosität stieg, denn Sonntagvormittag gingen ja noch Sandra und Alex an den Start. Am Ende des Tages stellte sich heraus, dass ich den 3. Platz in meiner Altersklasse und den 15. Platz der Frauen gesamt belegt hatte. Also schnell Rad auschecken, duschen und dann zur Siegerehrung. Anschließend hatte

Alexandra schon alles für unsere Pasta-Party vorbereitet.

Für mich und die Mädels gab es Nudeln, um die Speicher zu füllen, anschließend ab ins Bett, denn Schlaf ist vor dem Wettkampf sehr wichtig. Auch Sonntag zeigte sich der Mai von seiner besten Seite strahlender Sonnenschein. Perfekte Voraussetzungen für einen Wettkampf.



Die Mädels bereiteten sich für Ihren Start um 11 Uhr vor (ja da würde man vorher natürlich kein Brötchen mit Zwiebeln essen). Räder wurden eingchecked und Neos bereitgelegt. Ich bereitete mich auf die Cookiebetreuung (der Hund) und den Support an der Strecke vor.

Pünktlich um 11 Uhr ging es los. 1500 Meter Schwimmen, 40 km Radfahren und 10 km laufen standen für die Mädels auf dem Programm. Der Schwimmstart sah gut aus. Die Frauen zogen richtig an und schienen auf das 5 Minuten zuvor gestartete Männerfeld aufschließen zu können. Die Athleten mussten zwei Runden mit je 750 Meter schwimmen und hatten dazwischen kurz Landgang. Nach der ersten Runde war Sandra sehr weit vorne und hatte auch schon einige Männer überholt. Eine Frau war vor ihr, wie sich herausstellte war diese aber mit den Männern gestartet, da sie mit einer Staffel teilnahm.

Nach der zweiten Runde war klar, Sandra kam als erste Frau aus dem Wasser. Auch Alexandra folgte recht kurz nach Sandra. Dann ging es für beide auf die nicht ganz flache Radstrecke. Hier gaben die Mädels ordentlich Gas. Es war richtig spannend. Da Sandra sehr stark auf dem Rad war, konnte Sie Ihre Führung weiter ausbauen und ging auch als erste Frau auf die Laufstrecke. Alex musste noch eine Runde drehen und zog dann ihre Laufschiuhe an. Ich, Cookie und Heiko vom Campingplatz fieberten mit Sandra, auf der zweiten Laufrunde war das Führungsfahrrad bei ihr, also konnte Sie ihren wahnsinnigen Vorsprung weiter halten.

Nach 2 Stunden, 33 Minuten war Sandra als erste Frau im Ziel. Sie hat souverän die Führung gehalten und weiter ausgebaut. Die zweite Frau kam 5 Minuten nach ihr ins Ziel. Nachdem Sandra erst mal bewusst werden musste, dass sie gewonnen hat, war die Freude groß.

Nach 3 Stunden, 4 Minuten begrüßten wir Alexandra im Ziel. Eine super souveräne Leistung, die gebührend gefeiert werden musste.

Die Mädels checkten schnell Ihre Räder aus und dann ging es schon zur Siegerehrung. Sandra darf sich nun offiziell Westerwaldmeisterin 2023 nennen. Herzlichen Glückwunsch. Auch Alexandra belegte einen super 6. Platz in einer wirklich starken AK.

Nach der Siegerehrung ist vor dem Feiern. Also gönnten wir uns auf dem Weg zu unserem neuen Zuhause auf Zeit erst mal ein Kölsch. Anschließend bekochte ich die Mädels mit Chili sin Carne und es gab einen feucht-fröhlichen Abend. Die Stimmung war super, der Aperol und auch der Wein waren lecker. Der Raki muss wohl schlecht gewesen sein, denn am nächsten Morgen ging es mir gar nicht gut.

Egal, wer feiern kann, kann auch arbeiten, und so gönnten wir uns erst mal ein ausgie-



biges Katerfrühstück, plauderten ein bisschen mit den Nachbarn und packten alles zusammen. Die Autos wurden beladen, der Wohnwagen gefegt und dann ging es wieder ab Richtung Heimat.

Es war ein wunderbares Pfingstwochenende mit sportlichen Höchstleistungen und Vereinsleben, wie es im Buche steht. Danke Mädels für das schöne Pfingsten 2023

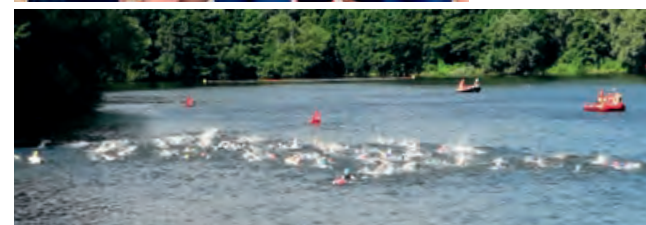
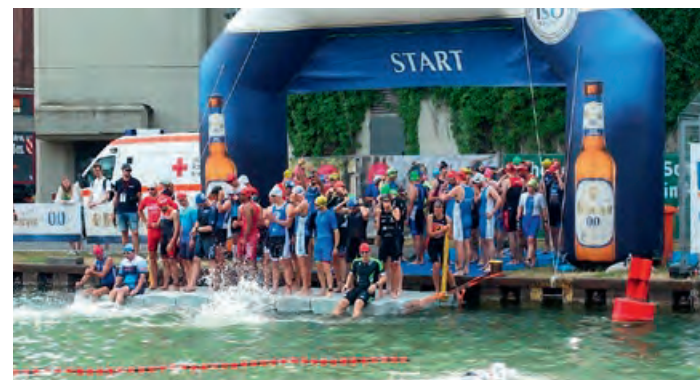
Tanja Käsebier

Landesliga-Saisonstart

Am 18. Juni ging es für Patrick, Volker und mich nach Münster.

Ein Ausfall konnte leider nicht kompensiert werden, so ging es in Unterbesetzung an den Start. Bei sommerlichen Temperaturen war das Schwimmen im Hafen von Münster angenehm, auf dem Rad und auf der Lauf-

strecke war es nicht einfach bei der Hitze. Ich war mit Patrick fast gleichauf, wir erreichten die Plätze 46 und 47 mit 26 Sekunden Abstand, Volker erreichte einen guten Platz 75, von insgesamt 79 Startern. Durch die Unterbesetzung gab es aber für uns leider nur den letzten Platz in der Mannschaftswertung.



Der zweite Start am 2. Juli in Saerbeck

war dann mit voller Besetzung – das Schwimmen im Saerbecker Badensee angenehm, das Wetter ideal und nicht zu heiß. Erst eine Woche nach der Langdistanz in Roth erreichte Patrick einen guten Platz 54 in der Gesamtwertung, für mich war es Platz 42, Volker und

Tanja belegten die Plätze 69 und 71. Das TriTeam erreichte einen guten Platz 15 in der Mannschaftswertung. Besten Dank auch an Markus für den Support beim Wettkampf!

Christian Koch

Heimspiel 2.0 – mit dem Rad zum Start und auch wieder zurück

Es ist mal wieder so weit, der Bochumer Triathlon steht vor der Tür, Heimspiel 2.0 quasi. Seit ich in Bochum wohne, hat auch die Stadt einen Triathlon, wenn das mal kein Zeichen ist.

Schon im Januar meldete ich mich für die Kurzdistanz an. Allerdings schien es so, als hätten alle Sportveranstaltungen aus der Umgebung auf den 18. 6.2023 gewartet. Denn parallel zum Triathlon startete in Bochum der Urbantrail, in Münster traten unsere Vereins-



männer für die Landesliga Mitte an, und in Wuppertal rannte Alex beim Schwebelbahnlauf durch die Hitze. Ich muss sagen, dass ich diesen Zustand sehr unglücklich fand, denn ich hätte gerne auch an allen weiteren Veranstaltungen teilgenommen. Sei's drum, für ich ging es also vor der Haustüre an den Start.

Markus war in Bochum als Wettkampfrichter eingesetzt und sollte an diesem Tag seine Motorradprüfung ablegen. Zudem ging auch unser Neuzugang Marion mit mir an die Startlinie, sie wollte die Kurzdistanz als Vorbereitung für Ihre Mitteldistanz im September nutzen.

Wie immer versorgte uns Markus vorab mit den wichtigsten Infos (Wassertemperatur etc.) denn er war schon seit 7 Uhr im Einsatz. Um 7 Uhr drehte ich mich allerdings nochmal gemütlich um. Start war erst um 10.20 Uhr und meine Anreise hielt sich mit 3 km in Grenzen.

Gegen 8.30 Uhr radelte ich los, kurz vor dem Wiesental stellte ich dann fest, dass ich meinen Brustgurt vergessen hatte, also zurück marsch marsch, denn ein nicht aufgezeichneter Wettkampf wurde bekanntlich nie absolviert. Gegen kurz nach 9 Uhr und mit mittlerweile knapp 10 km auf dem Tacho erreichte ich dann auch das Schwimmbad von Blau-Weiß-Bochum. Es war superwarm und super voll. Im zweiten Jahr war Bochum schon Austragungsort für die Landesliga Süd.

Ich checkte mein Rad ein und unterhielt mich ein wenig mit Marion, dann machten

wir uns fertig fürs Schwimmen. 1000 Meter im Becken vom Blauweiß. 2-mal quer durchs Becken mit 1-mal Landgang. Ich war in einem 3-er Pulk gefangen, alle schwammen ungefähr mein Tempo, es war echt anstrengend da wieder rauszukommen. Trotzdem lief das Schwimmen solide. Nach 19,5 min war ich aus dem Wasser.

Dann ging es ab aufs Rad. Es gelang mir ein schneller Wechsel. Die Strecke war ein bisschen anders als im letzten Jahr, trotzdem ging es viermal die Königsallee hoch und zum Glück auch wieder runter (insgesamt 37 km). Auf der Strecke sah ich meine Freunde, die mich anfeuerten, das ist das schöne an einem Heimspiel. Auch Markus winkte mir kurz vom Motorrad zu. Auf ihn war ich bei den Temperaturen nicht neidisch (volle Motorradkluft bei 30 Grad). Nach dem vierten Anstieg waren meine Beine aber auch durch und ich war „froh“, nur noch laufen zu müssen. Also runter vom Rad, rein in die Laufschuhe.

Die erste Runde ging noch gut, danach merkte ich das fehlende Training aufgrund einer Zerrung, und auch die Hitze machte mir mehr zu schaffen als gedacht. Ich quälte mich Runde für Runde (insgesamt vier à 2,5 km) und wurde immer langsamer. Mit einer Laufzeit von einer Stunde und einer Minute kam ich dann nach 2h42min endlich ins Ziel und war wirklich froh, dass diese Hitzeschlacht

vorbei war. Erstmal Wasser und Fiege (natürlich alkoholfrei). So ist das in Bochum.

Im Ziel traf ich Marion, die mit der Veranstaltung auch super zufrieden war, sie freute sich endlich wieder bei einem Wettkampf dabei gewesen zu sein. Beim Auschecken in der Wechselzone traf ich dann auch Markus und wir warteten zusammen noch auf die Ergebnislisten, denn tatsächlich war meine Gesamtzeit gar nicht so schlecht. Wie sich herausstellte, wurde ich am Ende mit Platz 3 in meiner AK belohnt und durfte aufs Treppchen. Auch Marion hätte aufs Treppchen gedurft, wäre Sie nicht schon auf dem Weg nach Hause gewesen. Sie belegte Platz 1 in Ihrer AK.

Markus versammelte wie immer das Foto von mir auf dem Podest, trotzdem war ich mehr als zufrieden und durfte sogar eine Medaille aus meiner Heimatstadt mit nach Hause nehmen. Selbstverständlich hat Markus auch seine Prüfung auf dem Motorrad bestanden und darf jetzt den armen Athleten Zeitstrafen verpassen.

Wir fuhren glücklich nach Hause (ich natürlich mit dem Rad, es waren sehr weite drei Kilometer, das könnt ihr mir glauben) und ließen dieses wunderbar sonnige Wochenende entspannt ausklingen. Parallel dazu wurden in Wuppertal Bestzeiten von Alex gelaufen und auch die Männer in Münster hatten einen erfolgreichen Wettkampf *Tanja Käsebier*



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



Asbestsanierung und Entsorgung – Reparaturen, Inspektionen und Wartungen

Sassenberger Triathlon

Am 6.8. fand der Triathlon im münsterländischen Sassenberg statt. Es war die 35. Auflage dieses Wettkampfes, der im Zentrum des Naturschutzgebietes Feldmark stattfindet. Für diese ländliche Region ist es eine Großveranstaltung mit über 5000 Besuchern und mehr als 1300 Startern in zehn Startgruppen auf vier unterschiedlichen Distanzen. Teilweise gab es dort sehr große Teilnehmerfelder in den Gruppen. Die Wetterbedingungen waren trocken und ca. 17 Grad kühl, bei einer Wassertemperatur von 19,7 Grad. Vom TriTeam der TSG Sprockhövel starteten fünf Mitglieder in drei unterschiedlichen Distanzen.

Trotz des vielen Regens der letzten Wochen, war die Laufstrecke im Wald in einem sehr guten Zustand und der „Wettergott“ spielte mit, erst nach dem Einlauf des letzten Sportlers begann es dunkel zu werden und einige Zeit später zu regnen.

Die Schwimmstrecke, beginnend am Sandstrand des Feldmarksees, wurde über den See verteilt, über abgespannte Streckenbereiche für die jeweiligen Distanzen gekennzeichnet und von den Athleten dann so zurückgelegt, wie gemeldet. Der Ausstieg war an der anderen Seite vom See, dort standen dann die Fahrräder in der Wechselzone.

Die Radstrecke war der bekannte Radrundkurs mit einer Länge von 23 km über Wirtschaftswege. Die Windbedingungen waren eigentlich fantastisch: kaum Wind, und teilweise zwischen den Maisfeldern geschützt, konnte man auch gut beschleunigen, gesperrte Streckenabschnitte an den Hauptstraßen ließen ein ordentliches Radrennen zu.

Die Laufstrecke, ungefähr die Hälfte des 5-km-Kurses war asphaltiert. Die Strecke war mit genügend Posten, Helfern, Verpflegungsmöglichkeiten und Wasser bestückt, die Streckenführung super ausgezeichnet, und der Lauf über den Campingplatz ist eh immer für jeden Sportler ein „Highlight“, da hier nochmals eine andere Stimmung ist als außerhalb.

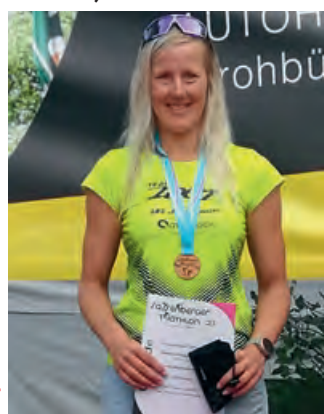
Marion startete um 9:30 Uhr in der ersten Startgruppe auf der längsten Distanz, der Mitteldistanz (1,9 km schwimmen, 89 km Rad und 20 km laufen). Sie finishte nach 6:12 Stunden und wurde erste in Ihrer AK. Volker und ich starteten danach um 10:10 Uhr in der Startgruppe B. Ein großes gemisch-



Zieleinlauf Patrick



Zieleinlauf Marion



Siegerehrung Sandra

tes Starterfeld mit über 400 Athleten in der Sprintdistanz (0,7 km schwimmen, 23 km Rad, 5 km laufen), 270 Männer und 140 Frauen.

Volker ging viel früher in den See und erreichte am Ende einen guten Platz 11 in seiner AK mit 1:35 Std. Gesamtzeit. Ich ging als letzter ins Wasser und erreichte das Ziel nach 1:55 Std. auf Platz 20 in meiner AK.

Patrick und Sandra hatten für den Münsterland Grand Prix gemeldet. Diese zweitlängste Distanz (1,7 km schwimmen, 67 km Rad und 15 km laufen) wurde als Startgruppe C geführt und startete um 10:30 Uhr. Beide waren super unterwegs, Sandra kam früher aus dem Wasser. Sie erreichte das Ziel als zehnte Frau, als dritte in Ihrer AK durfte sie mit einer Zeit von

3:52 Std. zur Siegerehrung auf das Treppchen. Patrick finishte nach 4:07 Std. und erreichte Platz 12 seiner AK. Auch für ihn ein tolles Ergebnis, nachdem er in den letzten Monaten bereits einige ganz harte Wettkämpfe durchführt und auch alle erfolgreich beendet hatte.

FAZIT: Sassenberg war für uns als Team mal wieder eine Reise wert, da Sven, Marion, Sandra und ich schon früher am Campingplatz anreisten, konnten wir uns schon samstags vorbereiten, und die Startunterlagen entgegennehmen. Es gab sogar noch Zeit, die Schwimmstrecke und den See mit seiner Wassertemperatur auszuprobieren – ein rundum zufriedenstellendes Wochenende für unsere TriTeam-Teilnehmer. *Markus Barthen*

Triathlon in Steinfurt

Am 28.5. bin ich auf der Mitteldistanz in Steinfurt gestartet. Zusammenfassend eine gelungene Veranstaltung, aber der Reihe nach.

Es zeigte sich direkt wieder beim Startunterlagen holen und morgens beim Bike einchecken, kleinere Veranstaltungen machen viel mehr Spaß.

Bei bestem Wetter ging es zunächst im Freibad auf die 2 km Schwimmstrecke. Nachdem sich alles ein wenig geordnet hatte, machte es richtig Spaß und mit knapp über 40 Minuten war ich für meine Verhältnisse top zufrieden.

Dann kam wie immer das schönste beim Triathlon. Auf dem Rad lief es rund und mit einem guten 33-kmh-Schnitt waren die gut 82 km an dem Tag schnell durch. Es lief also, und das war das Motto für die Laufstrecke. Die vier 5-km-Runden hatten es in sich – mehr Höhenmeter als man denken würde in der Gegend. Auch hier konnte ich die 20 km dann in



meinem Zieltempo gut durchlaufen. Am Ende stand eine Zeit von 5 Std. 11 Minuten in den Ergebnislisten der M 45/50. Deutlich unter der Zielzeit die ich mir vorgenommen hatte. Das viele Training zahlt sich also aus.

Mit Blick auf die Challenge Roth eine tolle Standortbestimmung. Und das auf einer top organisierten Veranstaltung. Hier starte ich gerne mal wieder. *Patrick Gerdes*

Dabei sein und das Erlebnis zählen!

Langdistanz-Triathlon mit zwei Startern aus dem TriTeam der TSG Sprockhövel – ein Wettkampftag bei der Challenge Roth aus der Sicht eines Betreuers und einer Zuschauerin

In der Presse war bereits zu lesen: Der Triathlon in Roth endete mit Weltrekorden bei den Damen und Herren. Üblicherweise weniger bekannt ist, dass die weitaus größte Anzahl der Teilnehmenden Amateure, also Hobbysportler sind, die in ihrer Freizeit trainieren und sich auf den Wettkampf vorbereiten. Dieser beginnt also nicht mit dem Startschuss und endet nicht mit dem Einlauf im Ziel.

Unsere Vereinsmitglieder Patrick Gerdes als Einzelstarter und Sandra Brüggershemke als Schwimmerin in einer Staffel, waren dabei.

Wie sieht so ein Wettkampf aus der Sicht eines ebenfalls Amateur-Betreuers und einer mitgereisten Zuschauer-Neueinsteigerin aus?

Der Tag beginnt für Patrick Gerdes vom TriTeam früh: gegen 4 Uhr Aufstehen und Abfahrt zum Startbereich um 4:45 Uhr, da pünktlich bis 6.20 h das Einchecken, also die Registrierung und die „Markierung“ mit der Startnummer, in diesem Fall Nr. 3688, auf dem Oberarm erfolgt.

Die Teilnehmer mussten bis 6:20 Uhr vor Ort sein. Angesichts von rund 5.500 Startern und der Sperrung einiger Straßen war eine frühe Anfahrt angezeigt.

Bereits am Vorabend musste Patrick sein Fahrrad abgeben. Es wurde in der sogenannten „Wechselzone“ abgestellt und über Nacht bewacht. Dort wird am Wettkampftag der Schwimmanzug gegen Radkleidung getauscht.

Der erste Start zum Schwimmen für die Profis unter den Teilnehmern war um 6:30 Uhr und wurde von lokalen Böllerschützen mit Getöse begleitet. Diese Prozedur

wiederholte sich alle fünf Minuten, da die Wettkämpfer*innen jeweils in Gruppen ins Wasser geschickt wurden, um Gedränge im eigens für die Schifffahrt gesperrten Main-Donau-Kanal zu vermeiden. Patrick musste sich bis 8:00 Uhr gedulden, bevor er 3,8 km schwimmen durfte. Ab da schwamm, radelte und lief er wie am Schnürchen! Sandra musste auf ihren Staffelstart bis kurz nach 9 Uhr warten.

Vermutlich war der Betreuer – 1996 selbst Teilnehmer in Roth – aufgeregter als der Wettkämpfer selbst. Betreuer und mitgereiste Zuschauerin versuchten, ihren „Schützling“ an verschiedenen Stellen der Wettkampfstrecke abzusichern, um ihn lautstark anzufeuern und zu schauen, ob er noch bei Kräften sei. Es galt dazu im Voraus abzuschätzen, zu welchem Zeitpunkt Patrick welchen Punkt passieren würde, welche Stelle der Strecke überhaupt zugänglich und zum richtigen Zeitpunkt mit Auto und Fahrrad zu erreichen sei. Betreuer und Zuschauerin legten dazu rund 80 km mit dem Auto, 23 km mit dem Rad und einige Kilometer zu Fuß zurück.

Während Betreuer und Zuschauerin sich bemühten, aus der Vielzahl der Vorbeiradelnden und Laufenden den Richtigen herauszufinden – es waren viele, sie waren schnell und sahen in ihren Sporttrikots ziemlich ähnlich aus – und bereits davon einigermaßen erschöpft waren, radelte und lief Patrick unbeirrt sein Tempo und benötigte eigentlich keine Unterstützung. Nur zweimal brauchte er seine ▶

Roth, 25.06.2023. Es begann vor einem Jahr als ich das erste Mal als Begleiter das Feeling der DATEV Challenge Roth 2023 erleben durfte und dann noch Glück hatte, bei der Online-Anmeldung eines der begehrten Tickets zu bekommen. Somit begann das was am 25. Juni 2023 um 20:52 Uhr endete bereits vor einem Jahr.

Der Trainingsplan ab Oktober war schnell erstellt und dann war also Vorbereitung angesagt. In diesem Jahr waren es gut 70 km im Wasser, gut 5500 km auf dem Rad und gut 1000 km Laufen bzw. gut 350 Trainingsstunden.



Nun durfte ich den Mythos Solarer Berg und das Stadion auf dem Festplatz und den Schwimmstart in Hilpoltstein selbst erleben. Es war noch besser und mehr als erwartet.

Alleine schon die Tage seit Donnerstag vor Ort erleben zu dürfen war einmalig, und mit jeder Stunde vor dem Start wurde die Aufregung immer größer. Das Einschwimmen im legendären Kanal war schon krass.

So kam der Sonntag nun immer näher, die Vorfreude und der Respekt stiegen enorm an. Bereits um 5:45 Uhr war ich am Schwimmstart. Erst um 8:00 Uhr war dann aber erst mein Startfenster. Die ersten Minuten im Wasser waren hart – einfach zu viele Leute auf zu wenig Fläche Wasser, da hieß ruhig bleiben. Nach 1:32 Std. waren die 3,8 km absolviert. Voll im Plan mit dem miesen Start.

Dann kam das Schönste am Triathlon – rauf aufs Rad und 180 km + 1550 HM freie Fahrt. Einfach nur Hammer. Leider muss man die letzten Kilometer rausnehmen. 6:14 Std. bei dem Profil und guten 30 Grad waren erneut voll im Plan. Ich wollte nach 8 Stunden auf der Laufstrecke sein und das passte auf die Minute.

Der Respekt vor dem was nun noch kam war enorm, doch ich merkte, die Beinen wollen noch und musste mich die ersten 15 km zügeln. Das erste Tief folgte aber sofort. Die Halbmarathon-Marke motivierte nochmals und die Beine gingen wieder, doch es waren ja noch ein paar Kilometer. Die 3 km hoch nach Büschenbach muss sich übrigens bei km 32 jemand ausdenken, der gemein ist und es anspruchsvoll mag. Doch das Training wirkte und ich lief durch und kam dann nach 12:52 Std. um kurz vor 21 Uhr im Ziel an.

Man kann kaum beschreiben, was das für ein Gefühl ist, in jedem Fall etwas das man nicht kaufen kann – und das war jede Sekunde und jeder Kilometer an diesem Tag und in der Vorbereitung wert. Glück greifbar gemacht. Ich werde den Moment des Zieleinlaufs nie mehr vergessen.

Und obwohl es bereits die zweite Langdistanz war, es war einfach nochmal eine Stufe drüber, denn den Mythos Roth zu erleben ist was ganz besonderes.

Ganz herzlichen Dank an meine Supporter vom TriTeam der TSG Sprockhövel. Ihr habt es nochmals besonders gemacht. Ohne euch wäre ich nicht angekommen.

Patrick Gerdes

eigene, präparierte Trinkflasche, deren Inhalt der Athlet streng geheim hält!

Immerhin hatte er so viel Zeit, bei einer Übergabe stehen zu bleiben, die Trinkflasche zu nehmen und dem Betreuer seinen Abfall zu übergeben, den die anderen Teilnehmer einfach an den Wegesrand warfen.

Nach 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren in hügeligem, anspruchsvollem Gelände, folgten 42,2 km Marathonlauf bei Sonne und 28 Grad. Während einige Teilnehmer zwischenzeitlich kurze Strecken gingen, sahen wir „unseren“ Patrick pausenlos laufen. Was für eine Leistung bei diesen Anforderungen!

Der letzte Streckenteil führte durch die Innenstadt von Roth, wo sich besonders viele der insgesamt etwa 250.000 Zuschauer versammelt hatten.

Patrick Gerdes, Startnummer 3688, Altersklasse Ü45, war nach 12:52:15 Std. im Stadion Roth und damit am Ziel, während die neue Weltrekordlerin Daniela Ryf 08:08:21 Std. benötigte.

Sandra Brügershemke, ebenfalls Tri-Team der TSG Sprockhövel, erreichte mit ihrer gemischten Staffel zusammen mit einer weiteren Frau und einem 70jährigen Radfahrer eine Zeit von 12:58:28 Std..

Die letzten Läufer*innen erreichten nach 15 Stunden das immer noch gut gefüllte Stadion in Roth, wo sie begeistert auf den letzten Metern vorangeklatscht und jubelt wurden. Was für eine Kulisse! Es zeichnet den Triathlon von Roth besonders aus, dass nach dortiger Tradition Zuschauer und Erstankömmlinge bis zum Schluss vor Ort bleiben und die zuletzt Ankommenden in Empfang nehmen.

Außerdem beteiligt sich an diesem Triathlon fast der gesamte Landkreis Roth: Eine Armada von 7.500 freiwilligen Helfern sicherte die Strecken ab, stand als Retter, Straßen-

sperre, Ersthelfer, Sanitäter, Radservice bereit. Mitglieder örtlicher Vereine sorgten für die Verpflegung der Zuschauer*innen. Besonders erfreulich waren die vielen Jugendlichen und Kinder, die den Vorbeiradelnden und -laufenden Wasser, Energieriegel, aufgeschnittene Bananen und anderes Obst reichten. In diesem Fall durften die Reste einfach auf die Seiten geworfen werden, denn dort waren ebenfalls fleißige Helfer damit beschäftigt, den Abfall wieder einzusammeln.

Mit dem Zieleinlauf war Patricks Tag allerdings noch nicht zu Ende. Nach dem Duschen verlangte er nach einer fränkischen Bratwurst. Anschließend war sein Fahrrad bis Mitternacht aus der Wechselzone abzuholen. Sein zunehmend verzweifelter Betreuer versuchte vergeblich mit Hilfe von Googlemaps wie auch der örtlichen Polizei eine Pkw-Zufahrt zum abgestellten Fahrrad zu finden. Wegen der Straßensperrungen war daher nochmals ein längeren Fußweg zu bewältigen, bevor Patrick nach gut 20 Stunden Wettkampf mit Vor- und Nachspiel sein Hotel erreichte.

Was bleibt: man/frau muss nicht unbedingt Weltmeisterleistung erbringen. Auch weniger schnelle, weniger athletische Teilnehmer*innen verschiedenen Alters und mit normalen Körpermaßen bewältigten die Herausforderung; denn: Dabeisein und das Erlebnis zählen! Wer nicht alle drei Disziplinen mitmachen möchte, kann sich mit zwei anderen zu einer Staffel zusammenfinden.

Wer Lust und Interesse an gemeinsamem Training, an Schwimmen, Laufen, Radfahren hat, kann im TriTeam der TSG Sprockhövel – gerne auch probeweise – mitmachen. Bei Interesse einfach eine Nachricht schicken an triathlon@tsg-sprockhoevel.de. (Wir sind auch auf insta und Facebook.)



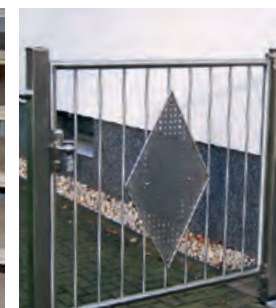
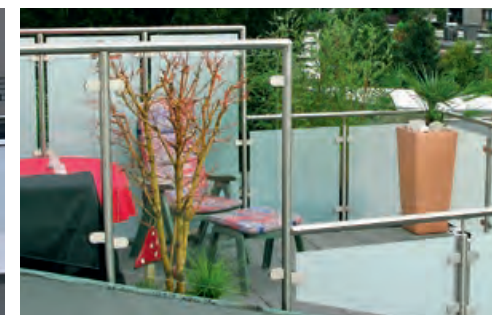
Alubau & Bauelemente

Bauschlosserei Samsel

GmbH

Meisterbetrieb • Edelstahlarbeiten

Schweißfachbetrieb nach DIN EN 1090 EXC. 2



Der Trend von HEUTE – www.glasgelaender.de

Karolinenstraße 109 | 44793 Bochum | Tel. 0234/36 12 36 | alba-bochum.de

Badewannenrennen im Freibad Sprockhövel

Am Sonntag, den 9.7.2023 nahmen wir – stellvertretend für die Triathlonabteilung – mit einem Team im Freibad am Badewannenrennen teil, für uns als TriTeam der TSG ist es wichtig, diese Veranstaltung in der eigenen Stadt auch zu unterstützen.



Von links: Betreuer Uwe, Volker, Markus, Betreuerin Susanne

Das maximale Teilnehmerfeld war durch die Onlineanmeldung bereits mit dem Limit von 36 Teams vor dem Wettkampftag erreicht und reserviert, diese mussten dann alle zur Anmeldung auch vor Ort sein. Um 10 Uhr war Freibadeinlass an der Kasse, eine gut 100 Meter lange Schlange, die in der ersten Stunde abgearbeitet werden musste, zeigte das gute

Wetter und natürlich auch die Zuschauer und Teilnehmer für das Badewannenrennen, denn der Schwimmbetrieb im 50-Meter-Becken konnte für die freien Schwimmer natürlich zunächst nicht genutzt werden.

Durch den großen Andrang verzögerte sich der Wettkampfbeginn. Nachdem wir um 10:15 Uhr im Freibad waren, musste auf die Vollständigkeit der Teams gewartet werden, im Anschluss dann die Auslosung, wann welche Mannschaft startete – etwa gegen 11:30 Uhr konnte begonnen werden.

Jedes Team hatte seine eigenen Kostüme und einen Schlachtruf. Die Moderation vom Freibad-Förderverein war super organisiert und jedes Team wurde für die Zuschauer aktiv über Mikrofon und „Talk“ vorgestellt. Es starteten immer drei Teams zeitgleich, da drei Badewannen verfügbar waren.

Die Auslosung ergab für uns das Team 19, wir waren

also die erste Mannschaft beim siebten Start. Die vorherigen Starts zeigten bereits, dass es nicht so einfach war, schnell und gerade voranzukommen und ruhig zu paddeln, ohne dass zu viel Wasser in die Wanne eindringt. Unser Team hatte in dieser Besetzung noch nie beim Badewannenrennen teilgenommen, für beide also „Neuland“.

Volker hatte sich unter der Woche einen kurzen Tanz mit Schlachtruf ausgedacht, ebenso den Kopfschmuck für unser Team-Outfit besorgt, den Tanz studierten wir kurz ein und führten ihn dann vor dem Start unserer Startgruppe 7 auch vor. Hierbei wurde vom Förderverein bei einem sehr lockeren Interview festgestellt, dass wir das älteste Team (116 Jahre) aller Teilnehmer waren,.

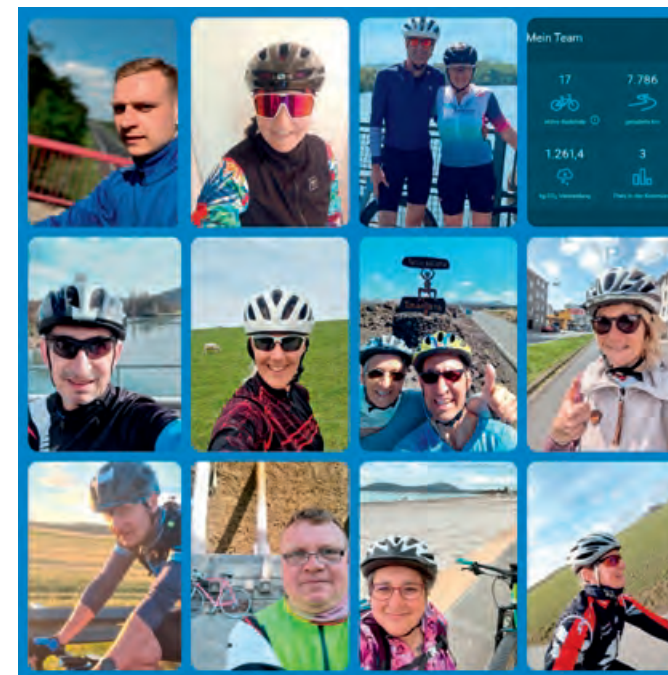
Für uns geplant hatten wir eigentlich, unser Vorrundenrennen zu gewinnen um weiter zu kommen. Aber bereits nach dem Einstieg in die Wanne merkten wir, wie wackelig es insgesamt war.

Nach dem Start kamen wir gut aus den Startlöchern, aber nach gut 15 Sekunden drang hinten seitlich in die Badewanne sehr viel Wasser ein, wir kenterten und das schnelle Ausscheiden war besiegelt.

Dabei sein war an diesem Tag für uns alles, beim nächsten Mal wollen wir es besser machen. Für den Förderverein ein großes Kompliment, eine wirklich tolle Veranstaltung für Sprockhövel, es macht uns stolz dabei gewesen zu sein.

Dank auch an Marion und Sven vom Tri-Team, die uns unterstützten und mit Fotos und Videos begleiteten. *Volker & Markus*

17 geben Vollgas für den Klimawandel



Das TriTeam der TSG hat erfolgreich den dritten Platz bei der **Aktion „Stadtradeln“** erzielt. Als kleinstes Team auf den ersten drei Rängen fuhr das Team mit nur siebzehn Triathlet*innen 7.786 Kilometer ein. Ein tolles Ergebnis, das Dank einer hohen Motivation und Leistungsbereitschaft aller Aktiven erzielt werden konnte. Den Mitgliedern hat es Spaß gemacht, sich dabei gegenseitig anzufeuern und zu unterstützen Kilometer zu sammeln.

Christian Koch

Schätze – Bilder – Unterlagen

Unser TSG-Vereinsarchiv entwickelt sich ständig weiter und wir finden immer wieder besondere Schätze, z.B. die Protokoll- und Kassenbücher des TV, einem der beiden Vorgänger-Vereine der TSG von 1881 bis 1939, oder immer mehr Bilder der einzelnen Abteilungen und Gruppen, z.B. der Freitagswanderer. Außerdem sind jetzt die meisten Dokumente erfasst und auffindbar – das waren mal über 25 Kartons mit Ordnern und unsortierten Loseblattsammlungen. Jetzt darf gesucht werden – auch mit der großen Chance etwas zu finden.



Wir freuen uns über weitere Materialien!

Archiv-Stammtisch

Die Treffen mittwochs ab 17.30 Uhr finden seit Mitte Februar 2023 als TSG-Archiv-Stammtisch in unserem „Sportlertreff“ im Baumhof statt, aber immer noch nicht so wie erhofft, denn wir wünschen uns viel mehr Gespräche über archiwwürdige TSG-Unterlagen, mehr „Material-Abgeber*innen“ oder mehr Interessierte, die einfach klönen, über Gott und die Welt und über die Geschichte der TSG reden möchten!

Zeitzeugen

Richtig gut fortgeschritten sind inzwischen unsere Gespräche mit TSG-Zeitzeugen und die Erfassung und Veröffentlichung der persönlichen Erinnerungen von diesen – siehe <https://www.tsg-sprockhoevel.de/verein/archiv/>

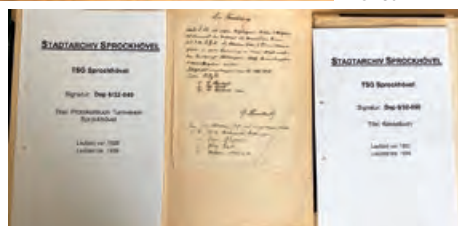
Es ist sehr spannend und teilweise auch überraschend, wie vielfältig solche Erinnerungen sind! Wir freuen uns weiter über archivierungswürdige Materialien und Bilder und sichten und erfassen diese gerne – und auch über persönliche Kontakte beim Stammtisch oder per E-Mail: Archiv@tsg-sprockhoevel.de
Dirk Engelhard für die TSG-Archivgruppe



Kassenbuch
Turnverein
Sprockhövel



Protokollbuch
Turnverein
Sprockhövel



Spendenaufruf

Liebe Tennisspieler:innen, TSG-Mitglieder, Sportbegeisterte und Sprockhöveler:innen,

wir wenden uns heute mit einem dringenden Anliegen an euch. Die Tennisabteilung der TSG Sprockhövel steht vor einer großen Herausforderung:

Im kommenden Oktober planen wir eine dringend benötigte Grundsanierung unserer Tennisplätze. Diese Sanierung ist von entscheidender Bedeutung für den Fortbestand unseres Vereins, da schon kleinste Regenmengen den Spielbetrieb erheblich beeinträchtigen.

Wir sind stolz darauf, dass die Tennisabteilung der TSG Sprockhövel seit vielen Jahren ein Ort der Begegnung, des Sports und des gemeinsamen Miteinanders ist. Unsere Mitglieder aller Altersklassen haben hier die Möglichkeit, ihre Leidenschaft für den Tennissport auszuleben, sie im Training weiterzuentwickeln oder einfach nur soziale Kontakte zu pflegen.

Leider klafft auch nach Zuspruch von Fördermitteln durch den Kreis und die Sparkasse und Erhöhung der Einnahmen durch Marketingaktivitäten noch immer eine Finanzierungslücke von ca. 15.000€, um die Kosten zu decken.

Wir bitten euch daher von Herzen um eure Spenden, um diese Finanzierungslücke zu schließen. Jeder Beitrag, egal wie klein oder groß, ist von Wert und trägt dazu bei, einen Ort zu erhalten, an dem wir und die folgende Generation unsere Leidenschaft für den Tennissport leben können.

Ihr könnt gerne bei uns auf der Anlage vorbeischaun und eine Spende in das Sparschwein im Clubhaus werfen (keine Spendenquittung) oder aber per Überweisung auf das Konto der Tennisabteilung spenden:

TSG 1881 Sprockhövel e.V. Tennisabteilung
IBAN: DE52 4545 1555 0000 0006 95
Verwendungszweck: Spende

Im Nachgang werdet ihr unaufgefordert eine Spendenquittung erhalten, um eure Spende steuerlich geltend machen zu können.

Lasst uns gemeinsam dafür sorgen, dass die Tennisabteilung der TSG Sprockhövel weiterhin ein Ort der Freude, des Sports und der Gemeinschaft bleibt. Helft uns, die Finanzierungslücke zu schließen und mit der Grundsanierung einen wichtigen Meilenstein in der positiven Weiterentwicklung unseres Vereines zu erreichen.

Wir danken euch im Voraus für eure großzügige Unterstützung. Gemeinsam werden wir es schaffen, den Fortbestand des Tennissports in Sprockhövel zu sichern und unseren Mitgliedern optimale Bedingungen für unseren Sport zu bieten.

Mit Sportlichen Grüßen

Im Namen des gesamten Vorstandes der
TSG Sprockhövel-Tennisabteilung
Florian Preuß

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

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

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

stefan.harke@kuechen-harke.de
www.kuechen-harke.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	16:00 – 17:00	Jugend männlich/weiblich 9-11 Jahre		GH 3
	16:00 – 18:30	Jugend männlich/weiblich 12-13 Jahre		GH 1
	18:30 – 20:00	Jugend männlich 14-16 Jahre		MAS Turnhalle
	20:00 – 21:30	Herren 2, Jugend 15-18 Jahre		MAS Turnhalle
	20:00 – 21:30	Herren 1		GH 3
Mittwoch	20:00 – 21:30	Herren 1		GH Großfeld
Donnerstag	20:00 – 21:30	Herren 2, Jugend 15-18 Jahre		GH 3
Freitag	16:30 – 18:00	Jugend männlich/weiblich 10-11 Jahre		GH 3
	18:15 – 19:45	Jugend männlich/weiblich 12-13 Jahre		GH 3
	20:00 – 21:30	Jugend männlich/weiblich 14-16 Jahre		GH 3
BOULE (während der Winterzeit) Alfons Eilers ☎ 97 18 15 ✉ alfons.eilers@tsg-sprockhoevel.de; Dirk Engelhard ☎ 97 18 16 ✉ dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
Montag	14:00 – 17:00	offenes Spielen		KLEIN-Arena
Dienstag	17:00 – 19:00	Training	Glückauf-Trasse oder	KLEIN-Arena
Mittwoch	14:00 – 17:00	offenes Spielen und Training		KLEIN-Arena
Freitag	14:00 – 17:00	offenes Spielen und Training		Glückauf-Trasse* (am Lidl-Parkplatz)
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
	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, GGS = Grundschule Börgersbruch, 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 Donnerstag:
von 8:00 bis 12:00 Uhr
Dienstag: zusätzlich
von 15:00 bis 18:00 Uhr

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

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

FUSSBALL

Abteilungsleiter André Meister ☎ 0172 877 93 65 ✉ andre.meister@fn.de
 Jugendleiter Patrick Rohde ☎ 0177 267 24 87 ✉ gegart33@googlemail.com Sportlertreff ☎ 683868

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

Tag	Zeitraum	Termin	Ort
Montag	16:00 – 17:00	U6/U7 (Minis)	KLEIN-Arena
	16:00 – 17:00	U8/U9 (F1-F3) Kleinfeld	
	16:15 – 17:45	U10/U11 (E1-E3)	
	16:30 – 18:00	U12 (D2)	
	17:45 – 19:15	U15 (C1)	
	18:15 – 19:45	U14 (C2)	
	19:15 – 21:00	1. Herren	
	20:00 – 21:30	U18 (A2)	
Dienstag	16:15 – 17:30	U8/U9 (F1-F3)	KLEIN-Arena
	16:15 – 17:45	U10/U11 (E1-E3)	
	16:30 – 18:00	U14/15 (C3)	
	17:30 – 19:00	U13 (D1)	
	17:00 – 19:00	U17/U16 (B1-B2) (Hiddingsh.)	
	18:00 – 19:30	U19 (A1)	
	19:15 – 20:45	1. Herren	
	19:30 – 21:00	2. Herren	
Mittwoch	16:45 – 18:15	U14 (C2)	KLEIN-Arena
	17:15 – 18:45	U15 (C1)	
	18:30 – 20:00	U16 (B2)	
	18:45 – 20:30	U19 (A1)	
	20:00 – 21:30	U18 (A2)	
	20:15 – 21:30	Alte Herren	

TANZSPORT

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

Tag	Zeitraum	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 ☎ 0176/35308475 ✉ 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	Zeitraum	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

HANDBALL

Abteilungsleiter Max Nieland ☎ 0157 73 52 83 58 ✉ maxnieland@gmx.de

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

Tag	Zeitraum	Termin	Ort	
Dienstag	14:30 – 16:00	Handball AG (Klassen 2-4)	GGs Börgersbruch	
	16:15 – 17:00	F-Jugend (6-8 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
	16:30 – 18:30	D-Jugend (10-12 Jahre)	Glückaufhalle	
	17:00 – 18:30	E-Jugend (8-10 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
	17:30 – 19:30	C-Jugend (12-14 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
	18:30 – 20:00	4. Herren (ab 2003)	Glückaufhalle	
	19:30 – 21:30	2. Herren	Kreissporthalle Hattingen	
	19:30 – 21:30	1. Herren	Kreissporthalle Hattingen	
	20:00 – 21:30	1. Damen	Glückaufhalle	
	Mittwoch	16:00 – 17:00	F-Jugend (6-8 Jahre)	Glückaufhalle
16:30 – 18:00		D-Jugend (10-12 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
17:00 – 18:30		E-Jugend (8-10 Jahre)	Glückaufhalle	
18:00 – 19:30		B-Jugend (14-16 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
18:30 – 20:00		1. Damen	Glückaufhalle	
18:30 – 20:00		4. Herren	Glückaufhalle	
19:30 – 20:30		2. Herren	Kreissporthalle Hattingen	
Donnerstag		18:30 – 20:00	C-Jugend (12-14 Jahre)	Glückaufhalle
		17:30 – 19:30	B-Jugend (14-16 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen
Freitag		16:00 – 17:00	Handballminis (Jg 2016 & 2017)	Glückaufhalle
	17:30 – 19:00	Torwarttraining Jugend	Glückaufhalle	
	18:00 – 19:30	E-Jugend (8-10 Jahre)	Kreissporthalle Hattingen	
	20:00 – 21:30	3. Herren (bei Bedarf)	Kreissporthalle Hattingen	
	20:00 – 21:30	1. Herren (bei Bedarf)	Kreissporthalle Hattingen	

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

TRIATHLON

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

Tag	Zeitraum	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
------------	---------------	--------	------

TURNEN Geschäftsführerin Regina Fischer ☎ 0 23 39 / 4690 ✉ regina.fischer62@gmx.de
 Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70

Montag	15:15 – 16:00	Tanzmäuse (Kinder 5-7 Jahre)	GuFIT.15
	16:00 – 17:00	Tanzmäuse (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 (Kinder 4-6 Jahre)	Baumhof-Halle
	15:30 – 17:00	Akrobatik/Zirkus (ab 5 Jahre)/M.Palenschat	MAS Turnhalle
	15:45 – 16:45	DanceKids (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 (Kinder 4-8 Jahre)	Glückaufhalle 3
	15:30 – 16:30	Krabbelturnen I (Kinder 1-3 Jahre)	Glückaufhalle 2
	16:30 – 17:30	Krabbelturnen II (Kinder 1-3 Jahre)	Glückaufhalle 2
	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	Laufftreff 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	Baumhof-Halle

SCHWIMMEN Geschäftsstelle ☎ 0 23 24 / 686 47 46

Montag	16:00 – 17:00	Wassergymnastik 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)

+++ Jacobsweg per Rad +++

Conny Dauben: in 33 Etappen von Gevelsberg nach Santiago de Compostela. Fotos: C. Dauben



+++ SAMMELAUFRUF +++

Sport-Hallenschuhe benötigt

Ich erteile seit einiger Zeit Sportunterricht In der Sekundarschule Altenhagen. Dabei haben wir ein Problem: Sehr viele meiner Schüler und Schülerinnen haben kein Sportzeug und am meisten fehlen Hallenschuhe. Deshalb hier mein Aufruf: Wenn ihr noch ausrangierte Hallenschuhe habt – also mit heller Sohle – die zum Wegwerfen noch zu gut sind, gebt die doch bitte im GuFIT ab. Alles von Größe 36 bis 46 wird benötigt. Ihr könnt den Kindern und Jugendlichen damit eine große Freude und mehr Spaß am Sportunterricht bereiten.



Vielen Dank, Conny Dauben

Foto: ccPhotoCloud/S. Platonov

KALENDER 2023/24

Die Abteilungsversammlung Basketball

findet am Dienstag 28.11.2023 um 18:30 Uhr im Tennisheim Dresdener Straße statt

Die Geschäftsstelle ...

- ... ist am 5. und 10. Oktober geschlossen
- ... in KW 45 vom **6. bis 10 November** nur am Dienstag-, Mittwoch- und Donnerstagvormittag geöffnet.
- ... und in den Weihnachtsferien vom **22.12.23 bis zum 7.1.2024** komplett geschlossen

Nach dem erfolgreichen Start in 2023, ist auch für das kommende Jahr wieder einen **TAG des SPORTS** geplant. Merkt euch den 8. Juni 2024 vor.



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.

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

TSG Geschäftsstelle:
Tel. 0 23 24 / 686 47 46

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