

# MAYER & EULER

## RECHTSANWÄLTE UND NOTARE



**Hubertus Mayer**  
Rechtsanwalt und Notar



**Joachim Euler**  
Rechtsanwalt und Notar



**Matthias Mayer**  
Rechtsanwalt



**Ronald Mayer**  
Rechtsanwalt

Mittelstraße 44 (Bundesstraße 51)  
45549 Sprockhövel (Haßlinghausen)

Telefon (0 23 39) 48 00  
Telefax (0 23 39) 48 09  
E-Mail [info@mayer-euler.de](mailto:info@mayer-euler.de)  
Internet [www.anwaelte-mayer.de](http://www.anwaelte-mayer.de)



*Liebe TSG-Mitglieder,  
liebe Sprockhövelerinnen  
und Sprockhöveler,*

## **jetzt geht es wirklich (endlich) los!**

*Vor über fünf Jahren haben wir begonnen ein „Bewegungs- und Gesundheitszentrum“ zu planen, denn in Sprockhövel fehlten geeignete Räume und zusätzliche Nutzungszeiten um den veränderten Anforderungen an gesundheitsorientierte Bewegung gerecht werden zu können. Nach vielen Diskussionen und Veränderungen von Plänen, Prüfung unterschiedlicher Standorte und Gebäudegrößen, verschiedener Finanzierungs- und Betriebskonzepte, nach langwierigen politischen Entscheidungen und vereinsinternen Abstimmungen konnten dann vor etwa einem Jahr konkrete Bau- und Finanzierungsanträge gestellt werden. Dank der Unterstützung der Stadt, der Sparkasse, des Sportstättenfinanzierungsprogramms des Landes, der Volkshochschule, der JobAgentur EN und vieler engagierter Mitglieder der TSG und des Vorstandes wurde mit dem Bau des **Gesundheits- und FitnessTREFFS (GuFiT)**, der jetzt deutlich kleiner wird als zunächst geplant, am 13.12.2008 mit der ersten „Baggerschaufel“ begonnen. Am 30. März 2009 wurde der Grundstein gelegt und am 24. Juni das Richtfest gefeiert.*

*Bereits am 17. August, dem ersten Montag nach den Sommerferien, wird es die ersten gesundheitsorientierten Bewegungsangebote im neuen **GuFiT der TSG** geben – einem Gebäude mit besonderen Energiestandards und Materialien, Ausstattungen und Bedingungen.*

**Seid neugierig!** Schaut doch mal am Sportplatz „Im Baumhof“ vorbei oder im Internet nach: der Neubau ist fast fertig!

*Hier in diesem Sonderheft der TSGinfo und ständig aktuell unter [www.tsg-sprockhoevel.de](http://www.tsg-sprockhoevel.de) stellen wir die neue Sportstätte, die neue TSG-Abteilung „Gesundheit und Fitness“, unsere neue TSG-Geschäftsstelle und die neuen Bewegungsangebote vor.*

*Mit vielfältigen Angeboten zur Gesundheitsförderung und Fitness, Prävention und Rehabilitation und gemeinsam mit unterschiedlichen Partnern laden wir alle TSG-Mitglieder und **ALLE Sprockhövelerinnen und Sprockhöveler** herzlich ein: Nutzt die neuen Möglichkeiten zu Bewegung, Spiel und Sport für alle Altersgruppen und alle „Fitness-Grade“! Bewegt Euch – gemeinsam mit anderen – auch wenn Ihr noch an Bewegungsmangel oder Übergewicht oder fehlender Motivation leidet: Wir bringen Euch in Bewegung! Denn Bewegung tut gut, fördert Gesundheit, Zufriedenheit und Lebensqualität! Also: Wenn nicht jetzt, wann dann?!*

*Nach den Sommerferien geht's los!*

*Wir freuen uns über Jede und Jeden, die/der in unserer TSG in Bewegung kommt!*

*Für den TSG-Vorstand*

**Dirk Engelhard**

*Vorstandssprecher*

# Wicke

- ☞ ist ein dynamisches Unternehmen der Metall und Kunststoff verarbeitenden Industrie mit über 270 Mitarbeitern in Produktion und Verwaltung.
- ☞ ist ein erfolgreicher Produzent von Rädern und Rollen für Transportgeräte, Flurförderfahrzeuge, Antriebstechnik sowie von technischen Polyurethan-Formteilen.
- ☞ ist ein Familienunternehmen mit über 140jähriger Tradition, modern ausgerichtet mit attraktiven Arbeitsplätzen am Stadtrand Wuppertal/Sprockhövel.
- ☞ ist der größte industrielle Arbeitgeber in Sprockhövel und besitzt als konzernunabhängiges und internationales Unternehmen zusätzliche Produktionsstätten in China (400 Mitarbeiter) und Tschechien (100 Mitarbeiter).



Wicke GmbH + Co. KG  
 Elberfelder Straße 109  
 D-45549 Sprockhövel-Herzkamp  
 Tel (0202) 25 28-0  
 Fax 25 28-110  
 info@wicke.com  
 www.wicke.com

## TSGinfo GuFi-Sonderheft / August 2009

<b>GRUSSWORTE</b>	<b>Bürgermeister Dr. Klaus Walterscheid</b>	<b>6</b>
	<b>Willibald Limberg (stellv. Landrat)</b>	<b>7</b>
<b>VORSTAND</b>	<b>Wir laden Dich/Sie herzlich ein!</b>	<b>8</b>
	<b>Leistungsangebote/Kosten</b>	<b>9</b>
<b>GRUSSWORTE</b>	<b>Klaus Knippschild (SPD)</b>	<b>10</b>
	<b>André Schäfer (CDU)</b>	<b>11</b>
	<b>Britta Altenhein (Bündnis 90/Die Grünen)</b>	<b>12</b>
	<b>Bodo Middeldorf (FDP)</b>	<b>14</b>
	<b>Rudolf Hermanns (Volksbank Sprockhövel)</b>	<b>16</b>
	<b>Uwe Müller (Sparkasse Sprockhövel)</b>	<b>17</b>
	<b>Claudia Koch (AOK)</b>	<b>18</b>
	<b>Frank Schäfer (Barmer)</b>	<b>19</b>
<b>VORSTAND</b>	<b>Neue Geschäftsstelle/neue Mitgliedsausweise</b>	<b>19</b>
<b>GuFi-TEAM</b>	<b>Liebe „GuFi's“</b>	<b>20</b>
	<b>GuFi – Gesundheit und Fitness für jedes Alter</b>	<b>21</b>
	<b>Nutzungsvereinbarung/GuFi-Aufnahmeantrag</b>	<b>22</b>
	<b>GuFi-Kursplan</b>	<b>24-25</b>
	<b>GuFi-Kursbeschreibung</b>	<b>26</b>
	<b>Beitrittserklärung</b>	<b>27</b>
<b>GuFi-TEAM</b>	<b>Radfahren in der Gruppe – Indoor Cyclen</b>	<b>28</b>
<b>VORSTAND</b>	<b>Projekt GuFiT</b>	<b>30</b>
	<b>Fit werden – gesund bleiben – besser leben</b>	<b>36</b>
	<b>Bewegung, Spiel und Sport für Ältere in der TSG</b>	<b>37</b>
<b>PERSPEKTIVEN</b>	<b>Erwartungen und Wünsche der Abteilungen</b>	<b>40-46</b>

**GuFi-Beratung und Anmeldung: Tel. 02324/597984 www.tsg-sprockhoevel.de**

**TSG  
 Geschäftsstelle:  
 Tel. 0 23 24 / 7 47 74  
 Fax / 68 52 24**

### IMPRESSUM

**Herausgeber:** TSG 1881 Sprockhövel e.V.  
**Verantwortlich für den Inhalt:** Jürgen Zang, Tel. 02324 / 9 72 04; **Redaktion:** Volker Bosch, Daniela Franz, Manfred Stahlhut, Jürgen Zang; **Erscheinungsweise:** dreimal jährlich; **Bezugspreis:** ist im Mitgliedsbeitrag enthalten;  
**Anzeigenannahme am Ort:** Volker Bosch, Bochumer Straße 98, 45549 Sprockhövel, Tel. 0 23 24 / 97 12 04 (bis 17 Uhr); **Druck:** Rath-Druck GmbH, Gutenbergstraße 12-16, 58300 Wetter, www.rath-druck.de  
**Namentlich unterschriebene Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.**

**Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung**

## Liebe Leserinnen und Leser der TSG-Info,

Sprockhövel überzeugt durch seine hohe Lebensqualität vor Ort. Die Menschen leben gerne hier. Das haben bei einer Umfrage des Stadtmarketingvereins über 92% der Befragten so gesagt. An diesem guten Ergebnis haben sicherlich viele Kräfte in unserer Stadt mitgewirkt. Dazu gehören Sportvereine wie die TSG Sprockhövel. Sie hat es über viele Jahrzehnte verstanden, den Menschen bedarfsgerechte Angebote zu präsentieren.

Heute stehen wir vor neuen Herausforderungen: Wir werden älter und wir werden „bunter“, d.h. individueller im Lebensstil. Die Antwort der TSG, die Gesundheits- und Wohlfühlangebote auszuweiten sowie das flexible Kurssystem zu verstärken, wird dieser Entwicklung gerecht. Der neue „Gesundheits- und Fitness-Treff“ bietet den gewandelten gesellschaftlichen Bedürfnissen ein passendes Zuhause und ist zugleich das sichtbare Zeichen für die Veränderungsbereitschaft dieses großen Sportvereins. Die hohe Lebensqualität vor Ort wird davon profitieren.

Dem „Gesundheits- und Fitness-Treff“ wünsche ich eine rege Nachfrage.

Mit einem herzlichen Glückauf  
Ihr

**Dr. Klaus Walterscheid**

Bürgermeister der Stadt Sprockhövel

## Gesundheitsorientierter Lebensraum

Ich habe selten im Ennepe-Ruhr-Kreis eine so sportaktive Stadt wie Sprockhövel vorgefunden, zudem es auch meine Heimat geworden ist.

Die Turn- und Sportgemeinschaft 1861 Sprockhövel e.V. hat und wird auch in Zukunft einen ganz erheblichen Teil dazu beitragen, dass aus Sprockhövel, SPORThövel wurde und auch zukünftig bleibt.

Die TSG erhebt nicht nur für sich und ihre Mitglieder den Anspruch, sportlich aktiv und gesund zu sein, sondern mit dem Gesundheits- und Fitness-Treff soll ein Beitrag für die Sprockhöveler Gesamtbevölkerung, insbesondere der ältern Menschen, geleistet werden. Das ist dem Sportverein mit all den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern gelungen. Und dazu gratuliere ich Ihnen als stellvertretender Landrat ganz herzlich.

Ich wünsche den Sporttreibenden, dass sie mit und durch das neueste TSG-Angebot fit und gesund bleiben.

Ihr

**Willibald Limberg**

Stellvertretender Landrat

Ihr Partner in allen  
Versicherungsfragen


**DIRK MAUSS**

HAUPTVERTRETUNG DER ALLIANZ

Hauptstr. 5, 45549 Sprockhövel

Am Busbahnhof, Tel. (02324) 72400

Vermittlung für die Allianz  
Gesellschaften: Sach-, Haftpflicht-,  
Kraftfahrtversicherungen, Auto-  
Schutzbrief, Lebens-, Unfall-,  
Krankenversicherungen, Rechtsschutz-  
Technische Transportversicherungen,  
Bausparverträge, Kapitaleinlagen,  
Finanzierungen

Allianz 

# SCHALDACH

Ihr Elektriker



**Ihre Servicenummer**  
**02324.77373**

GuFiT – Unser Gesundheits- und Fitness-TREFF

# Wir laden Dich/Sie herzlich ein!

„Da wird UNSER Fitness-Treff gebaut!“ erklärt eine junge Fußballerin ihren Bekannten im Vorbeigehen – mit einer deutlichen Betonung auf „unser“.

Schöner und besser kann ich das auch nicht formulieren: GuFiT – das soll UNSER „Gesundheits- und Fitness-TREFF“ sein, Treff der TSG, der Mitglieder der einzelnen zwölf Abteilungen, Treffpunkt aller Gesundheitsbewussten und Fitnessinteressierten!

Das „TREFFEN“ soll im Mittelpunkt stehen und zum Treffen laden ein

- ✗ die „Kraft-/Fitness-“ und „Präventions-/Rehabilitations-Geräte“: ein Geräte-Parcour mit besonderem Standard für alle Gesundheits- und Fitness-Anforderungen
- ✗ die Gesundheits- und Fitness-Fachkräfte, die alle Interessierten sachgerecht einweisen und fachlich betreuen
- ✗ die Fitness- und Konditionsangebote, die Angebote zur Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation im Bewegungsraum
- ✗ der Bewegungsraum zur vielfältigen Nutzung
- ✗ die neue TSG-Geschäftsstelle
- ✗ der Besprechungsraum
- ✗ der Sportlertreff mit „Fit-Bar“
- ✗ die Sporträume zum Wohlfühlen und
- ✗ die neuen Umkleideräume.

**Zum TREFFEN laden wir herzlich ein!**

**Liebe Vorstandsmitglieder und Abteilungsleitungen**, unser „Besprechungsraum“ steht allen Abteilungen und Gruppen in der TSG zur Verfügung – und Vieles kann auch „in Bewegung“ besprochen werden; versucht doch mal die Besprechung auf der Fläche – im Kraft-/Fitness-Bereich!

**Liebe aktive TSG-Sportler**, egal, welche Sportart ihr betreibt, Kraft und Kondition verbessern die Leistungsfähigkeit, KraFit-Training trägt dazu bei!

**Liebe TSG-Mitglieder**, jedem und jeder tut Bewegung gut! Endlich haben wir sachgerechte Bewegungsmöglichkeiten für alle Mitglieder. Lass Dich beraten und das richtige Angebot für Dich zusammenstellen!

**Liebe ehemalige Wettkampf- und Leistungssportler, Fußballer, Handballer, Basketballer, Volleyballer, Badmintonspieler, Schwimmer, Kampfsportler, Leichtathleten, Turner...**, endlich haben wir auch das richtige Angebot für Dich; denn auch wenn das Spielen in einer Wettkampfmannschaft nicht mehr möglich, mit den „Ehemaligen“ kannst Du Dich im GuFiT treffen – und bewegen!

**Liebe Eltern, Väter, Mütter und Großeltern**, während Ihre Kinder trainiert und betreut werden, können Sie die Gelegenheit nutzen – für Ihre Fitness und Gesundheit. Den jungen Leichtathleten, Fußballerinnen und Fußballern kann aus dem GuFiT sogar beim Training zugesehen werden!

**Liebe Ältere und Hochaltrige**, Bewegung tut gut – in jedem Alter. Und jetzt haben wir für jedes Alter ein passendes Angebot – auch für über 90jährige!

**Liebe Übergewichtige**, Gesundheit braucht Bewegung – das gilt auch für Übergewichtige und Adipöse. Wir stellen Ihnen das richtige Programm zusammen – und mit Gleichgewichtigen trainiert es sich leichter!

**Liebe Bewegungsarme**, jeder und jede kann sich bewegen – wie auch immer. Wir können Sie sachgerecht beraten; bewegen müssen Sie sich selber – zum GuFiT und darin!

**Liebe Frisch-Luft-Fans**, die „Bahntrasse“ ist inzwischen der meistgenutzte Sportraum in Sprockhövel – das soll auch ruhig so bleiben: Laufen, Walken, Radfahren an frischer Luft trägt zum Wohlfühlen bei! Unsere GuFiT-Luft soll genau gut oder besser werden – Dank umweltfreundlicher Baustoffe, Passivhausstandard, Umluftanlage, ... Versucht es doch mal!

**Liebe Kommunalpolitiker, liebe Ratsfraktionen, liebe Verwaltung**, Sprockhövel sollte „in Bewegung“ sein. Gehen Sie doch mit gutem Beispiel voran. „Kleine Dienstbesprechungen“ auf der Fläche im GuFiT, im Bewegungsraum und/oder im Besprechungsraum. Versuchen Sie es doch mal!

**Liebe Ärzte**, Bewegungsmangel soll die inzwischen teuerste Wohlstandskrankheit sein.

Gemeinsam können wir gesundheitsfördernd präventiv und rehabilitativ die besten Bewegungsangebote für ihre Patienten finden!

**Liebe Unternehmer, Handwerker, Dienstleister, ...** „betriebliche Gesundheitsförderung“ gilt heute als wesentliches Element der Prävention – und wird durch die Gesetzlichen Krankenversicherungen nachhaltig gefördert. Wir haben für ALLE Betriebe und Berufstätige die richtige Beratung und passende Bewegungsangebote!

**Liebe Sprockhövelerinnen und Sprockhöveler**, wir bieten einen zusätzlichen Beitrag zur Lebensqualität vor Ort – lassen Sie sich beraten – und probieren Sie „Ihr“ Bewegungsangebot in unserem Gesundheits- und Bewegungstreff!

Bitte übersende Sie uns Ihre „Beschwerde“ oder tragen Sie die persönlich vor, wenn wir Sie als Zielgruppe im GuFiT vergessen haben oder wenn Sie glauben, dass wir in der TSG für Sie kein passendes Bewegungs-, Spiel- oder Sportangebot haben!!! Sie finden uns (spätestens ab September) in der neuen Geschäftsstelle – im GuFiT:

**Wir freuen uns auf Deinen/Ihren Besuch!**

Für den Vorstand, die Abteilung und die Geschäftsstelle der TSG

**Dirk Engelhard**

*Vorstandssprecher*

## Leistungsangebote/Kosten

### BEWEGUNGSRAUM

Vielfältige Kurse und Trainings im Gesundheits- und Fitnessbereich; Freizeit und Fitness, (Allgemeine) Gesundheitsförderung, Prävention, Rehabilitation. → € 20,00 (pro Monat)

### KRAFT-FITNESS AM GERÄT

**A. betreutes Training: Probetraining** (Kurzeinweisung mit Nutzung von 4 bis 6 Geräten, Datenerfassung); → **kostenfrei**

**Einsteigerpaket** mit Anamnese-Bogen, Fitness-Test, Beratung und Trainingsempfehlung und KraFit-Karte (obligatorische Einweisung in Kleingruppen mit 3-4 Personen); Kosten/Aufnahmegebühr → **15,- €**

**Betreuungspaket** (wahlweise) mit Fitness-Test und Einzeleinweisungen (90 Minuten); → **30,- €**

**B. freies persönliches Training:** → **30,- €/Monat**

**TERMINE:** 17.8.2009 erste Nutzung Bewegungsraum >>> 15.9.2009 Eröffnung KraFit-Bereich mit Probetraining >>> ab 1.10.2009 Regelbetrieb >>> 4.10.2009 Eröffnung (geplant)



## Sport in Sprockhövel „in Bewegung“

Sprockhövel zeichnet sich durch ein hohes soziales Engagement aus. Die Gesundheitsfürsorge und -vorsorge hat einen besonderen Stellenwert in der Stadt. Längst ist wissenschaftlich anerkannt, dass Sport hilft fit zu bleiben, Krankheiten vorzubeugen, bei bestehenden Krankheiten schneller zu genesen oder nach überstandener Krankheit die alte Leistungsfähigkeit wieder zu erlangen.

Bewegung ist eines der besten Präventionsmittel überhaupt und damit eine lohnende Zukunftsinvestition für jeden einzelnen genauso wie für die Gesellschaft. Nicht das Sporttreiben verursacht volkswirtschaftliche Kosten, sondern das Nichtbewegen.

Sprockhövel bietet mit seinen Sport- und Freizeitanlagen vielfältige Möglichkeiten für alle Altersklassen um sich sportlich zu betätigen, ob organisiert in den Vereinen oder nur als Freizeitvertreib. Das besondere ist aber, dass der Sport mit seinen Vereinen in den Ortsteilen Sprockhövels verankert ist, sich als ein Teil der örtlichen Gemeinschaft versteht und seinen Beitrag in den Lebenswelten „Kindertagesstätten“, „Schulen“, „Begegnungsstätten“ usw. leistet.

Der Sport und insbesondere die TSG als Verein hat aber auch erkannt, dass nicht nur das reine Ausüben einer sportlichen Betätigung von den Bürgern gewünscht wird, sondern gleichzeitig ein Angebot vorgehalten wird, das gesundheitsorientierte Bewegungs- und Sportelemente beinhaltet, das praxisnah neue Themenfelder erschließt und jetzt mit dem neuen „Gesundheits- und Fitness-Treff“ eine feste Sportbildungseinrichtung werden wird, die das öffentliche Bewusstsein schärfen wird über die Bedeutung von Sport und Bewegung für die Gesundheit.

Die Politik kann die Rahmenbedingungen schaffen, indem sie die notwendigen Sportplätze, -hallen und Schwimmbäder zur Verfügung stellt. In „Bewegung kommen“ kann nur jeder alleine! Aber ich hoffe, dass das, was in den letzten Jahren sowohl von Politik als auch durch Sport geschaffen wurde, eine sanfte Einladung für alle „Sofahocker“ ist: Macht mit! Bewegt Euch – der Gesundheit zuliebe!

**Klaus Knippschild**

SPD-Fraktion Sprockhövel

## Bürgerschaftliches Engagement...

wurde und wird in der Turn- und Sportgemeinschaft 1881 Sprockhövel e.V. groß geschrieben. Das war schon vor 128 Jahren so und wird es, davon geht die CDU Sprockhövel aus, auch bleiben.

Mit der Errichtung dieses innovativen Gesundheits- und Fitness-Treffs wird dieses Engagement mehr denn je unter Beweis gestellt. Allen Ehrenamtlichen, die von der Konzeption an bis zur Umsetzung dieses Projektes „GuFIT“ mitgewirkt haben, sei an dieser Stelle ein besonderer Dank ausgesprochen. Gerade in unserer heutigen Zeit ist es nicht selbstverständlich, nur an den Fortbestand des eigenen Vereins zu denken, sondern das Wohl der Gesamtbevölkerung Sprockhövels mit im Blick zu haben.

Deshalb an dieser Stelle von Seiten der CDU unser ganz besonderer Dank an die TSG Sprockhövel.

Ihr

**André Schäfer**

## ZIMMEREI UND HOLZBAU

### Uwe Sparenberg

Telefon: 0 23 24 / 23 99 24  
 Fax: 0 23 24 / 23 99 25  
 Handy: 0 17 1 / 415 40 11  
 Email: [Zimmerei-Sparenberg@web.de](mailto:Zimmerei-Sparenberg@web.de)

**Betrieb:**  
 Im Vogelsang 89  
 45527 Hattingen

**Büro:**  
 Alter Kohlenweg 15  
 45549 Sprockhövel

## Agendagerecht und beispielgebend

Mit dem GuFIT zeigt sich die traditionsreiche TSG auf der Höhe der Zeit: Hier wird die in der Lokalen Agenda 21 beschlossene Nachhaltigkeit praktisch umgesetzt.

Die TSG nimmt nicht nur auf sportlichem und gesellschaftlichem Feld die Herausforderungen der Zukunft an. Hervorheben möchte ich besonders die beispielgebenden ökologischen Aspekte: Wiederverwertung, Einsatz erneuerbarer Energien und hohe Energieeffizienz. Passivhäuser sind in Sprockhövel noch rar gesät, als Sportstätte ist es völlig neu.

Insofern stellt das GuFIT nicht nur in sportlicher Hinsicht eine Bereicherung für Sprockhövel dar. Für Konzept und Umsetzung danken wir allen Beteiligten. Wir hoffen, dass die Verantwortlichen allzeit zufrieden sind mit dem Zuspruch zum GuFIT.

Uns allen wünschen wir, dass die ökologischen Aspekte zahlreiche ArchitektInnen und Bauwillige zur Umsetzung ähnlicher Konzepte anregen.

**Britta Altenhein**

Fraktion Bündnis 90/Die GRÜNEN

*Ihr Brillenteam in Sprockhövel*



Hauptstraße 45 | 45549 Sprockhövel | Telefon 023 24/7 81 64

## AOK-Wohlfühlprogramm 2/2008

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



Das neue Wohlfühlprogramm der AOK ist ab sofort in jeder AOK-Geschäftsstelle erhältlich.

Weitere Infos auch unter:  
[www.aok.de/wl](http://www.aok.de/wl) oder  
☎ 02336/42-262

Wohlfühlen  
ist bei der AOK  
2/2008 Programm

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

## Echter Standortfaktor und Musterbeispiel für zukunftsfähiges Bauen

Als größter Sportverein im Ennepe-Ruhr-Kreis unterstreicht die TSG mit der Errichtung des Gesundheitszentrums einmal mehr ihre große gesellschaftliche Bedeutung. Das neue Zentrum liegt sportpolitisch nicht nur im Trend der Zeit, es stellt darüber hinaus einen wichtigen Baustein in der weiteren Entwicklung der Stadt Sprockhövel dar, weil es einen wesentlichen Beitrag im Umgang mit dem demografischen Wandel leistet.

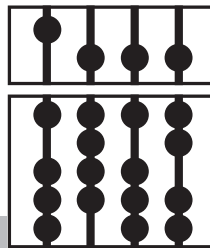
Mit dem deutlich erweiterten Angebot wird die TSG auch die Menschen erreichen, die sich vom Vereinssport bislang nicht angesprochen gefühlt haben. Damit wird das Zentrum zu einem echten Standortfaktor. Und nicht zuletzt setzt auch das Gebäude Maßstäbe in der Anwendung energieeffizienter Verfahren und ist damit ein Musterbeispiel für zukunftsfähiges Bauen. Besonders hervorzuheben ist aber vor allem das herausragende ehrenamtliche Engagement, das wir von der TSG zwar schon gewohnt sind, das aber mit diesem Vorhaben einen neuen eindrucksvollen Höhepunkt setzt.

Die FDP Sprockhövel gratuliert zu dieser Leistung und wünscht dem Vorhaben viel Erfolg.

**Bodo Middeldorf**  
FDP Sprockhövel

## Christian Oliver Stoltenberg

Dipl. Betriebswirt (FH) | Steuerberater



- Steuerberatung
- Controlling on Demand
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Unternehmensgespräche

Elfringhauser Str. 19a | 45527 Hattingen  
Telefon 02324/9022551 | Telefax 02324/919268 | [info@christian-stoltenberg.com](mailto:info@christian-stoltenberg.com)

## RECYCLING VON HÖCHSTER QUALITÄT.



Müller & Sohn bietet Ihnen als auf Aluminium spezialisierter Metallabnehmer aktuelle Übernahme-Preise und sichert Ihnen eine reibungslose und schnelle Abwicklung sowie besondere Sortier-Verfahren und zuverlässige Qualitätskontrollen zu. Wir bieten Full-Service-Lösungen für unsere professionelle Partner im Aluminiummarkt, ökologisches NE-Metall-Recycling, sowie umfassende Beratung und Betreuung. Testen Sie uns.



T: +49 2339 605-600 · F: +49 2339 605888-88 · [Email@AluminiumOnline.de](mailto:Email@AluminiumOnline.de) · [www.AluminiumOnline.de](http://www.AluminiumOnline.de)



## Antriebskraft!

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt“ – dieses Motto steht über der neuen Werbekampagne der Volksbanken und Raiffeisenbanken in Deutschland. Es könnte aber auch über dem neuen „Gesundheits- und FitnessTREFF“ in Sprockhövel stehen. Denn einerseits zeigt sich in diesem Projekt, welch hohen Stellenwert der Sport für die Menschen in Sprockhövel einnimmt. Auf der anderen Seite ist der „GuFiT“ aber auch ein Beleg dafür, was die Antriebskräfte vieler engagierter Vereinsmitglieder auf die Beine stellen können.

Die Volksbank Sprockhövel ist der TSG seit vielen Jahren eng verbunden. Als Hauptsponsor der Fußballabteilung sehen wir uns als langfristiger Partner. Es freut uns daher besonders, dass das ambitionierte Projekt eines Gesundheits- und Fitness-Zentrums nun in bester genossenschaftlicher Manier, durch Hilfe zur Selbsthilfe und durch die Unterstützung vieler Partner, zum erfolgreichen Abschluss gebracht werden konnte. Dazu wollen wir den Verantwortlichen herzlich gratulieren.

Wir wünschen dem „GuFiT“ einen guten Start und viele engagierte Sportler, die es antreiben.

**Rudolf Hermanns**

Vorstandsvorsitzender Volksbank Sprockhövel eG

## Innovation für Sprockhövel

„Keine andere Freizeitaktivität verbindet Menschen so wie der Sport. Er wirkt sich positiv auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit aus und das generationsübergreifend“.

Genau diese Tatsache wurde von der Turn- und Sportgemeinschaft 1881 Sprockhövel bereits vor 128 Jahren erkannt und mit einem attraktiven, jeweils zeitgemäßen Sport- und Bewegungsangebot unterlegt.

Auch jetzt trifft die TSG mit dem GuFiT wieder den Nerv der Zeit und die Bedürfnisse der Menschen nach Fitness, aber auch Gesundheit und Wellness: Es werden innovative Maßstäbe für das Freizeitangebot in der Region gesetzt.

Auch die Sparkasse Sprockhövel fördert seit Jahren gern und aktiv den Breitensport in Sprockhövel.

Daher freuen wir uns umso mehr, dass wir dieses zukunftsweisende Projekt begleiten dürfen und wünschen dem GuFiT viele begeisterte Besucher und der TSG weiterhin viele innovative Ideen, das Fitnessangebot in Sprockhövel attraktiv zu gestalten.

**Uwe Müller**

Mitglied des Vorstandes der Sparkasse Sprockhövel

**B Berkermann**  
Bauelemente Bauschlosserei

**weru**  
Fenster und Türen fürs Leben

**Normstahl**  
GARAGENTORE

Kirchweg 8, 45549 Sprockhövel  
Telefon 0 23 24 / 97 18 85  
Fax 0 23 24 / 97 18 86

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

TÜREN + FENSTER  
GELÄNDER + TORE  
KUNSTSCHMIEDE  
EDELSTAHLARBEITEN

über 35 Jahre  
Meisterbetrieb

## Trainer/in gesucht

Zur Eröffnung am 01.10.2009  
suchen wir noch

**Kursleiter/innen und  
Fitnesstrainer/innen**  
auf Honorarbasis.

Tel. 02324-74774





## Starke Partner

Liebe Mitglieder der TSG 1881 Sprockhövel e.V.,

mit der Gründung des Gesundheit- und FitnessTREFFs, dem GuFIT, hat die TSG Sprockhövel bewiesen, wie wichtig ihr die sportliche Vielfalt in der Vereinslandschaft des Sports ist. Der Neubau des GuFIT geht seiner Fertigstellung entgegen und wird vielen Vereinsmitgliedern, aber hoffentlich auch vielen Menschen in Sprockhövel und Umgebung, Gelegenheit bieten, gesundheitsbewusst aktiv zu werden.

Die AOK wird sich als neuer Partner der TSG dafür stark machen, dass Bewegungsinteressierte den Weg in den GuFIT finden. Die gesetzlichen Krankenkassen fördern die Prävention in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Raucherentwöhnung seit Jahren. Viele Menschen, die auf diesem Weg kostenfrei oder mit Zuschüssen der Kassen die Erfahrung machen durften, wie viel Spaß und Lebensqualität Sport und Bewegung beinhalten kann, suchen nach einer Möglichkeit, sich im Anschluss an Kursangebote im Verein dauerhaft mit den neuen, guten Erfahrungen zu etablieren. Das finden wir gut und richtig!

Nicht nur mit dem Bau des GuFIT, sondern auch mit seinen zahlreichen anderen Angeboten, bereichert die TSG Sprockhövel e.V. das Angebot qualitativ hochwertigen Sports in unserer Region. Das ist nicht nur für jeden individuell Interessierten eine gute Sache, sondern bietet auch Chancen für die heimischen Unternehmen, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGf) mit Unterstützung der Vereine und Krankenkassen zu erarbeiten und vor Ort umsetzen zu können.

Ich wünsche der TSG Sprockhövel mit dem neuen GuFIT einen gelungenen Start in eine aktiv erlebbare und gesunde Zukunft.

Ihre

**Claudia Koch**

Regionaldirektorin der  
AOK Westfalen-Lippe,  
Regionaldirektion Ennepe-Ruhr-Kreis, Hagen

## Aktiv für die eigene Gesundheit

Gemeinsam mit einem starken Partner sind Gesundheit und Lebensqualität erreichbar. Sport als Prävention ist eine lohnende Investition in die Zukunft, um besser, länger und vor allem gesünder zu leben.

Mit den traditionellen Angeboten der TSG Sprockhövel und dem Konzept des neuen Gesundheits- und FitnessTREFFs bieten sich für die Sprockhöveler Bürger ideale Voraussetzungen etwas für die Gesundheit zu tun. Denn die Gesundheit ist für uns alle sehr wertvoll – sie ist die Basis für Vitalität, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Dabei entscheidet nicht nur das Schicksal über gesund oder krank sein. Vielen Erkrankungen kann man durch eine gesunde Lebensführung vorbeugen oder sie sogar ganz vermeiden. Bewegung ist dabei ein ganz entscheidender Faktor.

Dies sind für viele keine neuen Erkenntnisse, es klingt auch sehr einfach, aber die Umsetzung fällt oft schwer. Hierbei wollen wir GuFIT unterstützen, denn auch finanziell fördern wir gesundheitsbewusstes Verhalten.

Allen Verantwortlichen von GuFIT wünschen wir viel Erfolg!

Ihr

**Frank Schäfer**

Bezirksgeschäftsführer  
BARMER Sprockhövel

## Neue TSG-Geschäftsstelle und neue TSG-Mitgliedsausweise

Mit dem „Regelbetrieb“ im Gesundheits- und FitnessTREFF wird auch unsere TSG-Geschäftsstelle dorthin umziehen – und damit es einen Anlass gibt, diese anzusehen, werden wir die neuen TSG-Mitgliedsausweise dann dort ausgeben.

Dazu werden alle TSG-Mitglieder mit separater Post angeschrieben!



# Liebe „GuFi’s“

Endlich!!! Am 17.08.2009 geht es los. GuFiT, der neue Gesundheits- und FitnessTreff öffnet seine Tore und wir ziehen mit altbekannten sowie neuen Kursen ein. Neue Geräte und Materialien wie zum Beispiel Jumper, Flexi-Bar, Cycling-Räder, Gymnastikmatten, Pilates-Bälle und viele mehr bieten Ihnen modernste Trainingsmöglichkeiten. Einige Kurse finden weiterhin in den Sporthallen bzw. im Lehrschwimmbecken statt und bleiben bezüglich Ort, Zeit und Quartalsbeitrag unverändert.

Kurse, die im GuFiT laufen, werden ganzjährig angeboten, wobei eine gezielte Anmeldung nicht mehr erforderlich ist. Alle diese Kurse und alle Angebote im Lehrschwimmbecken und in den Sporthallen können für einen Monatsbeitrag von 20 Euro (zuzüglich der Beiträge für befristete oder unbefristete Mitgliedschaft in der TSG) besucht werden. Davon ausgenommen sind unsere Hatha Yoga-Stunden, hier gibt es eine Sonderregelung.

Informationen sind ab sofort in der TSG Geschäftsstelle oder beim Kursleiter möglich. Wir hoffen, dass mit diesem Kursplan eure Wünsche erfüllt werden und ihr euch weiterhin bei uns wohl fühlt.

Wir freuen uns auf euch ab 17. August 2009.

**Euer GuFi Team**

# GuFi – Gesundheit und Fitness für jedes Alter!

## „GuFi“ – Was heißt das eigentlich?

GuFi stand zunächst für „Gesundheits- und Fitnesskurse“ ...

Vor ca. 1 Jahr, als es konkret wurde, dass die TSG selber Sporträume bauen würde, musste ein Name her. Also setzten wir (Johannette Loose, Manuela Tang, Jan Gaidt und Rebecca Klatt) uns mit Kaffee und Keksen an den Tisch und fingen an zu überlegen. Wir fanden die witzigsten und unaussprechlichsten Kürzel, bis einer „GuFi“ sagte. Und ab da stand der Name fest.

... und dann wurde eine Abteilung daraus. Die Abteilung „GuFi“ (Gesundheit und Fit-

ness) wurde offiziell am 13.12.2008 als 13. Abteilung der TSG gegründet. Der Vorstand besteht aus:

## Was bietet „GuFi“ an?

Für jede Altersgruppe von 4 – 99 bietet „GuFi“ vielseitige, abwechslungsreiche und nachfrageorientierte Gesundheits-, Bewegungs-, Sport- und Fitnesskurse an.

Präventionsangebote werden von qualifizierten Mitarbeitern der TSG Sprockhövel (Physiotherapeutin, Sportwissenschaftlerin, Gymnastiklehrerin und Trainern mit der 2. Li-

Fortsetzung auf Seite 28

## Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

am 13. Dezember 2008 fand die Gründungsveranstaltung der 13. TSG Abteilung statt: GuFiT – Gesundheit- und Fitness Treff. Das Team möchte sich euch gerne vorstellen:

### Doris Brandt – Kassenprüferin

Hallo, ich bin Doris Brandt aus Sprockhövel. Ich habe an der Deutschen Sporthochschule Köln Diplom-Sportwissenschaften studiert und arbeite seit vielen Jahren selbstständig als Trainerin im Fitness- und Gesundheitssport. Mein Kundenkreis setzt sich aus Privatpersonen und kommerziellen Sportanbietern zusammen. Seit Mai 2008 stehe ich nun auch für die TSG „auf der Matte“. Dieses Jahr wollen wir gemeinsam in der neu gegründeten GuFiT-Abteilung einiges bewegen, dabei freue ich mich vor allem auf die Aufgabengebiete im neuen Sportcenter.

### Simone Piepkorn – Abteilungsleiterin

Hallo, mein Name ist Simone Piepkorn und ich komme aus Dortmund. Ich bin selbstständige Physiotherapeutin und seit ca. 2 1/2 Jahren für die TSG tätig. Neben den Präventionskursen Osteoporose, Wirbelsäulenschonungymnastik und Beckenbodengymnastik/Körperhaltung, betreue ich auch die Kurse Pilates, Fit mit Hit und BOP. Dieses bereitet mir sehr viel Spaß und deshalb freue ich mich nun auch schon auf meinen neuen Aufgabenbereich als Abteilungsleiterin in der GuFiT-Abteilung

### Johannette Loose – Geschäftsführerin

Hallo, mein Name ist Johannette Loose und ich bin ein „Kind“ der TSG. Mit 9 Jahren habe ich bei den Turnern und Leichtathleten begonnen, mit 13 bin ich zum Badminton gewechselt und habe dort 19 Jahre lang gespielt. Seit 2004 bin ich für die Kurse, jetzt GuFiT-Angebote, zuständig. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit Doris und Simone.

### Mit tatkräftiger Unterstützung von Guido Wolf – Trainer

„Hallo, mein Name ist Guido Wolf, ich komme aus Sprockhövel. Mit 10 Jahren habe ich mit Fußballspielen angefangen. Im Jahr 2000 habe ich eine Indoor Cycling Trainerausbildung gemacht. Seit 2007 gebe ich für die TSG Cycling Kurse. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit und wünsche uns viel Erfolg.“



Foto: SCHWINN