

„Mal nicht
auf der
Reservebank
sitzen.“

Jetzt
beraten
lassen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Datenschutz in der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

Liebe Leserinnen und Leser,

Mitte des Jahres 2016 verabschiedeten die Staaten der EU eine neue Datenschutzordnung. Zur Umsetzung dieser Verordnung wurde den europäischen Staaten eine Übergangsfrist von zwei Jahren eingeräumt. Die neuen Datenschutzregeln sind nunmehr zum 25.5.2018 in Kraft getreten. Auch die Vereine müssen die neuen strengen Regeln des Datenschutzes umsetzen. Ziel der neuen Regeln ist es, dem ausdrücklichen Schutz der persönlichen Daten, die ein Unternehmen, ein Betrieb oder ein Verein erhält, zu dienen.

In der TSG 1881 Sprockhövel e.V. war es ein selbstverständlicher und gelebter Grundsatz, persönliche Daten eines Mitgliedes zu schützen und in höchstem Maße sorgfältig mit diesen persönlichen Daten umzugehen. Zu den persönlichen Daten zählen u.a. Name, Anschrift, Geburtsdatum, Kontoverbindungen, persönliche Einschränkungen, Erkrankungen. Die vorhandene Datenschutzordnung, die Abgabe von Datenschutzerklärungen und der entsprechende Hinweis in den Trainerverträgen entsprechen diesem Grundsatz.

Der neue Anspruch an den Datenschutz geht über das, was bisher selbstverständlich üblich war, weit hinaus. Hierzu ein kleines Beispiel:

In der TSG 1881 Sprockhövel e.V. ist es seit Jahren üblich, dass langjährige Mitglieder in einer gesonderten Veranstaltung für ihre Treue und Verbundenheit zum Verein geehrt werden. In der Vergangenheit wurden in der Presse und in der TSGinfo der Name der geehrten Sportkameradinnen und Sportkameraden und die Dauer ihrer Zugehörigkeit zum Verein veröffentlicht. Die soziale Kompetenz, die in einer solchen Veranstaltung zum Ausdruck gebracht und veröffentlicht wurde, wird nunmehr nicht mehr ohne gewisse formelle Handlungen möglich sein. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer dieser Veranstaltung wird künftig eine Erklärung unterschreiben müssen, dass sie/er mit der Veröffentlichung des Namens und der Zugehörigkeit zum Verein einverstanden ist.

RECYCLING VON HÖCHSTER QUALITÄT.



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



T: +49 2339 605-600 · F: +49 2339 605888-88 · Email@AluminiumOnline.de · www.AluminiumOnline.de

TSGinfo 2/Juni 2018

VORSTAND	Datenschutz in der TSG 1881 Sprockhövel e.V.	3
	Informationsblatt zum Datenschutz	7
	Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren	10
TSG-GESCHICHTE(N)	TSGinfo: Erfolgreiche Schatzsuche	12
GESUNDHEIT&FITNESS	Lauftreff: 10 Jahre – wo sind sie geblieben?	14
BUDO/JUDO	Andrea Haarmann: DM-Gold!	16
	Silber in Bochum	16
	U12-Liga: Wir waren dabei!	18
	Hessische Polizeimeisterschaften: Desirée Haarmann verteidigt Titel	19
BOULE	Bewegt leben ...: Portrait Albert und Ingeborg	20
	Boule am Radweg	22
JUGEND	Protokoll der Jugendversammlung am 15.3.2018	23
	GuFi-Kursplan	24-25
TENNIS	Ferienstpaß + Sommercamp: Ferienangebote der Tennisabteilung	26
	Kuddel-Muddel-Mix-Turnier: Locker drauf	27
TANZSPORT	Gute Vorsätze 2018??	28
HANDBALL	Mannschaften: Saison geschafft!	30
	1. Damen: Zweiter Abstieg in Folge	32
	1. und 2. Herren holen das Mögliche raus	33
	3. Herren: Es ist vollbracht	33
	Weibliche B-Jugend belohnt sich nicht	34
	Weibliche C-Jugend: Zerfahrene Rückrunde	34
	Weibliche D-Jugend: Gute Entwicklung	36
TURNEN	Hallensportfest in Witten-Stockum: Halle, schneller, weiter ...	37
FUSSBALL	Fußballdamen: Aufstieg verpasst	38
	Rückblick AHE-Fußballferienschule: Passen, dribbeln, Tore schießen	39
/ANGEBOT	Jugend-Fußballcamp in den Sommerferien 2018	39
Übungs- und Trainingszeiten		41-44
GESUNDHEIT&FITNESS	Alltags-Fitness-Test: Wie fit bist DU?	45
	Neu im Team	47
	ZUMParty Dance Special: Voller Erfolg!	48
	QuietschFidel: Schwimmspielzeit	49
	GuFIT.19 in neuem Bodenglanz	50



REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 3/2018 ist der 26. August 2018

IMPRESSUM

Herausgeber: TSG 1881 Sprockhövel e.V.
Redaktion/verantwortlich für den Inhalt: Jürgen Zang, juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 02324 / 972 04;
Layout: Jürgen Zang; **Erscheinungsweise:** viermal jährlich; **Der Bezugspreis** ist im Mitgliedsbeitrag enthalten; **Anzeigenannahme am Ort:** Volker Bosch, volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 0 234 / 902 850;
Druck und Vertrieb: B&W MEDIA-SERVICE GmbH, Emil-Weitz-Str. 2, 44866 Bochum, www.buw.com.
Namentlich unterschriebene Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung

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

Datenschutz in der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

Fortsetzung von Seite 3

Diese Erklärung beinhaltet auch, dass in der Veranstaltung offen über die Zugehörigkeit zum Verein gesprochen werden darf. Das mag absurd klingen, denn die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dieser Ehrungsveranstaltung kennen sich im Regelfall schon sehr lange und haben in den Sportgruppen und in der TSG Freude und Leid miteinander geteilt. Häufig entstanden durch den Sport Freundschaften, die noch andauern. Aber, seit dem 25.5.2018 gilt die neue Datenschutzordnung. Sollte sich nur eine teilnehmende Person gegen die Veröffentlichung der persönlichen Daten wenden und sich von der Veröffentlichung in ihrer Privatsphäre beeinträchtigt fühlen, kann das für den geschäftsführenden Vorstand der TSG strafrechtliche Konsequenzen haben.

Die Umsetzung der Anforderung an den Datenschutz bedeutet außerdem, dass die Erklärung von einer ehrenamtlich tätigen Person erst einmal formuliert werden muss. Ehrenamtliche Zeit, die für die Umsetzung positiverer Maßnahmen fehlt. Natürlich könnte für alle notwendigen Tätigkeiten auch professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden. Diese Inanspruchnahme würde wegen der Kosten aber zwangsläufig zu höheren Beiträgen führen.

Es gibt in der TSG eine Vielzahl von Sachverhalten und Vorgehensweisen, die nunmehr einzeln überdacht und neu geregelt werden müssen. Das führt zu einer hohen zeitlichen Belastung der ehrenamtlich tätigen Vorstandsmitglieder, zu einem bisher nicht notwendigen Aufwand an Formalismus und schränkt das soziale Miteinander erheblich ein. Es nimmt die ehrenamtlich tätigen Abteilungsvorstände und den Hauptvorstand in hohem Maß in die Verantwortung bis hin zu empfindlichen Bußgeldern im Falle eines Verstößes. Es stellt sich die Frage, wie lange noch Menschen im Ehrenamt tätig sein werden, wenn ihre Tätigkeit durch immer stärker werdenden Formalismus strafrechtlich bedroht wird.

Sollte zukünftig eine Sportkameradin oder ein Sportkamerad mit dem leider notwendigen Formalismus in Verbindung kommen, möchte ich bereits jetzt darauf hinweisen und um Verständnis bitten, dass dieses nicht aufgrund einer Regulierungsfreude des Vorstandes geschieht, sondern dass es aufgrund der neuen Datenschutzregeln notwendig ist.

Bärbel Stahlhut
Vorstand Finanzen

Informationsblatt zum Datenschutz

– Seite 1 –

Informationspflichten nach Artikel 13 und 14 DSGVO

Nach Artikel 13 und 14 EU-DSGVO (Datenschutzgrundordnung) hat der Verantwortliche einer betroffenen Person, deren Daten er verarbeitet, die in den Artikeln genannten Informationen bereit zu stellen. Dieser Informationspflicht kommt dieses Merkblatt nach.

TSG 1881 Sprockhövel e.V., Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel, gesetzlich vertreten durch den Vorstand nach § 26 BGB, Frau Elke Althäuser, Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel, Herr Volker Bosch, Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel, Frau Barbara Stahlhut, Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel
Ansprechpartner für den Datenschutz ist der Vorstand der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

Personenbezogene Daten in der TSG

Mit der Anmeldung als Mitglied in der TSG 1881 Sprockhövel e.V. werden nachstehend aufgelistete Anmelde- und Kontaktdaten erhoben:

Vollständiger Name, vollständige Anschrift, Geburtsdatum, Beitrittsdatum, Spartenabteilung, E-Mail-Adresse, Telefonnummer, evtl. Familienstand bei der Anmeldung einer Familie, Bankdaten (SEPA-Lastschriftmandat)

Eine Mitgliedschaft kann nur erworben werden, wenn in die Speicherung der persönlichen Daten (Anmelde- und Kontaktdaten) eingewilligt wird.

Zwecke, für die personenbezogenen Daten verarbeitet werden:

- Die personenbezogenen Daten werden für die Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses verarbeitet (z.B. Einladung zu Versammlungen, Beitragseinzug, Organisation des Sportbetriebes).
- Ferner werden personenbezogene Daten zur Teilnahme am Wettkampf-, Turnier- und Spielbetrieb der Landesfachverbände an diese weitergeleitet.
- Darüber hinaus werden personenbezogene Daten im Zusammenhang mit sportlichen Ereignissen einschließlich der Berichterstattung hierüber auf der Internetseite des Vereins, in Auftritten des Vereins in Sozialen Medien sowie auf Seiten der Fachverbände veröffentlicht und an lokale, regionale und überregionale Printmedien übermittelt.

Rechtsgrundlagen, auf Grund derer die Verarbeitung erfolgt:

- Die Verarbeitung der personenbezogenen Daten erfolgt in der Regel aufgrund der Erforderlichkeit zur Erfüllung eines Vertrages gemäß Artikel 6 Abs. 1 lit. b) DSGVO. Bei den Vertragsverhältnissen handelt es sich in erster Linie um das Mitgliedschaftsverhältnis im Verein und um die Teilnahme am Spielbetrieb der Fachverbände.
- Werden personenbezogene Daten erhoben, ohne dass die Verarbeitung zur Erfüllung des Vertrages erforderlich ist, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer Einwilligung nach Artikel 6 Abs. 1 lit. a) i.V.m. Artikel 7 DSGVO.
- Die Veröffentlichung personenbezogener Daten im Internet oder in lokalen, regionalen oder überregionalen Printmedien erfolgt zur Wahrung berechtigter Interessen des Vereins (vgl. Artikel 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO). Das berechtigte Interesse des Vereins besteht in der Information der Öffentlichkeit durch Berichterstattung über die Aktivitäten des Vereins. In diesem Rahmen werden personenbezogene Daten einschließlich von Bildern der Teilnehmer zum Beispiel im Rahmen der Berichterstattung über sportliche Ereignisse des Vereins veröffentlicht.

Die Empfänger oder Kategorien von Empfängern der personenbezogenen Daten:

- Personenbezogene Daten der Mitglieder, die am Spiel- und Wettkampfbetrieb der Landesfachverbände teilnehmen, werden zum Erwerb einer Lizenz, einer Wertungskarte, eines Spielerpasses oder sonstiger Teilnahmeberechtigungen an den jeweiligen Landesfachverband weitergegeben.

- Die Daten der Bankverbindung der Mitglieder werden zum Zwecke des Beitragseinzugs an das Bankinstitut (Name eingeben) weitergeleitet.
- Personenbezogene Daten der Mitglieder werden zum Erhalt von Förderzuschüssen an die Stadtverwaltung Sprockhövel oder an die Kreisverwaltung des Ennepe-Ruhr Kreises weitergegeben.

Die Dauer, für die die personenbezogenen Daten gespeichert werden oder, falls dies nicht möglich ist, die Kriterien für die Festlegung der Dauer:

- Die personenbezogenen Daten werden für die Dauer der Mitgliedschaft gespeichert.
- Mit Beendigung der Mitgliedschaft werden die Datenkategorien gemäß den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen weitere zehn Jahre vorgehalten und dann gelöscht, es sei denn, dass die TSG 1881 Sprockhövel e.V. nach Artikel 6 Abs. 1 S. 1 lit. C. DSGVO aufgrund von steuer- und handelsrechtlichen Aufbewahrungs- und Dokumentationspflichten (aus HGB, StGB und AO) zu einer längeren Speicherung verpflichtet sind oder das Mitglied in eine darüber hinausgehende Speicherung nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. A DSGVO eingewilligt hat. In der Zeit zwischen Beendigung der Mitgliedschaft und der Löschung wird die Verarbeitung dieser Daten eingeschränkt.
- Bestimmte Datenkategorien werden zum Zweck der Vereinschronik im Vereinsarchiv gespeichert. Hierbei handelt es sich um die Kategorien Vorname, Nachname, Zugehörigkeit zu einer Mannschaft, besondere sportliche Erfolge oder Ereignisse, an denen die betroffene Person mitgewirkt hat. Der Speicherung liegt ein berechtigtes Interesse des Vereins an der zeitgeschichtlichen Dokumentation von sportlichen Ereignissen und Erfolgen und der jeweiligen Zusammensetzung der Mannschaften zugrunde.
- Alle Daten der übrigen Kategorien (z.B. Bankdaten, Anschrift, Kontaktdaten) werden mit Beendigung der Mitgliedschaft gelöscht.

Bilder

Mit der Aufnahme in die TSG 1881 Sprockhövel e.V. erklärt sich ein Mitglied einverstanden, dass von ihm oder seinen Familienmitgliedern im Rahmen von Veranstaltungen unter Beteiligung der TSG 1881 Sprockhövel e.V. Fotos hergestellt werden dürfen, die ggf. in Medien der TSG 1881 Sprockhövel e.V. (z.B. TSG-Info, im Internet unter www.tsg-sprockhoevel.de oder auf den Homepages der Abteilungen) veröffentlicht werden. Das Mitglied räumt der TSG 1881 Sprockhövel e.V. hiermit alle Rechte ein. Eine Übertragung der Fotos an Dritte ist der TSG 1881 Sprockhövel e.V. damit jedoch nicht gestattet. Unberührt davon ist die Herstellung von Einzelfotos. Hierzu ist eine Einwilligung zur Veröffentlichung notwendig.

Der betroffenen Person stehen unter den in den Artikeln jeweils genannten Voraussetzungen die nachfolgenden Rechte zu:

- das Recht auf Auskunft nach Artikel 15 DSGVO,
- das Recht auf Berichtigung nach Artikel 16 DSGVO,
- das Recht auf Löschung nach Artikel 17 DSGVO,
- das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Artikel 18 DSGVO,
- das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Artikel 20 DSGVO,
- das Widerspruchsrecht nach Artikel 21 DSGVO,
- das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde nach Artikel 77 DSGVO
- das Recht, eine erteilte Einwilligung jederzeit widerrufen zu können, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung hierdurch berührt wird.

Die Quelle, aus der die personenbezogenen Daten stammen:

Die personenbezogenen Daten werden grundsätzlich im Rahmen des Erwerbs der Mitgliedschaft erhoben.

Ihr Vorstand der TSG 1881 Sprockhövel e.V.



Hubertus Mayer
Rechtsanwalt und Notar a.D.

Matthias Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Verkehrsrecht
Fachanwalt für Versicherungsrecht
Fachanwalt für Miet- und WEG-Recht

Ronald Mayer
Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Andreas Müller
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Miet- und WEG-Recht

Susanne Jacobs-Tschorn
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Verkehrsrecht

Jeannine Stein
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Tätigkeitsschwerpunkt: Arbeitsrecht

Sacha Léger
Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt: Verkehrsrecht

Sylvia Booz
Rechtsanwältin
Tätigkeitsschwerpunkt: Erbrecht

Wir gratulieren unseren Kollegen

Rechtsanwalt und Notar

Ronald Mayer die Bezeichnung

Fachanwalt für Erbrecht

und Rechtsanwalt Andreas Müller

die Bezeichnung

Fachanwalt für Miet- und

Wohnungseigentumsrecht

führen zu dürfen.

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

Mittelstraße 44
45549 Sprockhövel
(Haßlinghausen)

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)
 mobil 0177/68 69 803

Hauptgeschäftsführer: **Volker Bosch**
 volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de
 0 23 4 - 902 850 (T/g)
 0 23 4 - 902 85 85 (F)

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

GuFi: **Simone Piepkorn**
 simone.piepkorn@tsg-sprockhoevel.de
 mobil 0172 - 569 04 56

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

Die aktuellen TSG-Beitriffsformulare 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

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

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

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

Kinder und Jugend: **Bärbel Stahlhut**

Projekte: **NN**

Freizeit und Senioren: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

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

SEPA LASTSCHRIFTVERFAHREN

Turn- und Sportgemeinschaft 1881 Sprockhövel e.V.
 Im Baumhof 20, 45549 Sprockhövel
 Gläubiger-Identifikationsnummer: DE27ZZZ0000230343

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

**Elektroinstallation - Hausgeräte
 Haushaltsartikel - Küchenmodernisierung
 Kundendienst**

Miele **SIEMENS** 
LIEBHERR  **BOSCH** **Constructa**
seyock **ELEKTRO SCHÖNEBORN**
 elektro haustechnik **Service ist unsere Tradition!**
Elektro Schöneborn, Zweigliederfassung der Seyock Elektro-Haustechnik GmbH
 Große Weilstraße 12 Tel.: 0 23 24 / 2 13 87 Hauptstraße 46 Tel.: 0 23 24 / 9 19 57-0
 45525 Hattingen Fax: 0 23 24 / 2 32 75 45549 Sprockhövel Fax: 0 23 24 / 9 19 57-29

ZIMMEREI UND HOLZBAU
Uwe Sparenberg

Telefon: **0 23 24 / 23 99 24**
 Fax: **0 23 24 / 23 99 25**
 Mobil: **0 17 1 / 415 40 11**

Anschrift Betrieb:
 Johannessegener Str. 48b
 45527 Hattingen

Anschrift Büro:
 Alter Kohlenweg 15
 45549 Sprockhövel

Email: Zimmerei-Sparenberg@web.de

Erfolgreiche Schatzsuche



Eigentlich suchte ich nur nach Material im Rahmen des 30jährigen Bestehens der Tanzsportabteilung der TSG. Mein bestehendes Archiv war schon umfangreich, aber ich wusste auch, dass es viele Artikel in der TSGinfo gab, die ich noch auswerten wollte.

Auf der Suche vor allem nach den TSGinfo-Heften, gab es auf der Webseite der TSG Sprockhövel nur einen Hinweis (alle Hefte ab 2008 lagen hier in PDF-Form vor), einer Email-Adresse, die mich dann bei Jürgen Zang landen ließ. Der hatte aber selbst keine alten Hefte und verwies auf ältere TSG-Mitglieder. Bei einem wurde ich dann fündig: Helmut Hüppop besaß eine geordnete Sammlung aller Hefte seit 1987/01. In zwei Ordnern, die bis 1997 reichten, konnte ich eine Menge über die Tanzsportabteilung nachlesen. Die Hefte ab 1998 konnte Helmut Hüppop aber nicht

nachreichen, da diese in seinem eigenen Archiv unterschiedlich eingeflossen waren und nur mühsam zu finden waren. (Trotzdem vielen Dank, lieber Helmut!)

Bei einem zufälligen Gespräch mit Dirk Engelhard eröffnete sich mir dann eine zweite Quelle. Laut Dirk sollte es ein TSG-Archiv geben, in dem ich mit Sicherheit fündig werden könnte. Das Anlaufen der TSG-Geschäftsstelle konnte aber zunächst die Frage nach diesem Archiv nicht eindeutig klären. Erst verstärktes Nachdenken der damaligen männlichen Geschäftsstellenbesetzung ließ dann in einem

Das war noch einfach ...



Steinmann als Scan-man

großen Blechschrank, oberstes Fach, einige 100 ungeordnete TSGinfo-Hefte erscheinen. Diese erhielt ich dann freundlicherweise – auf mein nettes Gesicht hin und der Hinterlegung von Namen und Telefonnummer.

Im häuslichen Wohnzimmer konnte dann der große Packen in geordnete Bahnen gelenkt werden. Und siehe da! Alle Hefte von 1987-2017 waren bis auf 4 Hefte neueren Datums oft mehrfach vorhanden. Ein wahrer Schatz, der da gehoben werden konnte. Ich hatte meine Unterlagen für die Tanzsportabteilung und was konnte man noch tun? So habe ich dann mit meinem Drucker, der auch eine Scannerfunktion besitzt, alle Hefte eingescannt. Das hat sicherlich zwischen 70 und 80 Stunden gedauert, da die Hefte im Einzelmodus Seite für Seite eingelegt und gescannt werden mussten. (Als Rentner hat man ja Zeit genug!??). Ich habe mich dann zusätzlich dafür entschieden, sämtliche TSG-Hefte von 1987-2017 einzeln in DIN-A5-Hüllen zu schieben und sie dann in sieben DIN-A5-Ordner abzuheften.

Die sieben Ordner habe ich der Geschäftsstelle (Frau Katzer) wieder zur Verfügung gestellt, plus die Hefte, die doppelt und dreifach vorhanden sind (natürlich jahrgangsmäßig gebündelt!). Ich hoffe nur, dass die Hefte ab 2018 auch weiterhin geordnet abgelegt werden. DIN-A5-Ordner sollten zu beschaffen sein. Die CD mit den gescannten Heften hat

Illustration: covision



Frau Katzer sortiert ein ...



Scan-CD an Jürgen Zang

Jürgen Zang von mir erhalten, so dass es die Möglichkeit gibt, digital auf diese Hefte zuzugreifen, wenn man in die Geschichte zurückblättern mag. Vielleicht werden sie ja auch auf der Webseite zukünftig zu sehen sein.

Ach ja, bei dieser Gelegenheit kamen auch elf Hefte zum Vorschein, die den Zeitraum 1977-1981 abdeckten und unter dem Namen „die TSG“ die Vorläufer der TSGinfo waren. Es war sehr interessant, in 40 dokumentierten Jahren der TSG-Geschichte zu stöbern.

Peter Steinmann (Text und Fotos)

Ich entschied mich für den Leitspruch: „Frage nicht, was der Verein (TSG) für Dich tun kann, sondern frage Dich, was Du für den Verein (TSG) tun kannst.“

10 Jahre – wo sind sie geblieben?

Der Lauftreff hat dieses Jahr Jubiläum. Wir werden 10 Jahre jung. Gemeinsam haben wir viel erlebt. Die gemeinsamen Trainingsläufe bis es soweit war um zum Wettkampf zu fahren, die Wettkämpfe selber, und die vielen Stunden auf und um dem Radweg am Mittwochabend. Viele kleinere Wettkämpfe

und Ereignisse, die man gar nicht alle aufzählen kann, weil es ein Buch füllen würde. Sonne, Wind, Kälte, Regen, Schnee – wir haben es gemeinsam durchgestanden.

Ich bin sehr dankbar für diese Zeit. Für mich heißt es jetzt, den Staffelstab weiterzugeben. Nicht, weil ich keine Lust mehr habe, sondern weil ich der Meinung bin, nach einer so langen Zeit sollte ein Wechsel an der Spitze

stattfinden. Egal wo, egal wer. Den Weg freimachen für neue Impulse. Verbinden wird uns immer die Leidenschaft zum Laufen.

Vielen herzlichen Dank für die wundervolle Zeit. *Johannette Loose*

NACHRICHTEN

Vom Hausschuh zum Laufschuh

...und das jeden Mittwoch ab 19.30 Uhr (Treffpunkt Hauptschule). Es läuft! Damit habe ich nicht gerechnet. Als ich im Sommer mit Uwe Löschner die Idee hatte, wir brauchen einen Laufanfängerkurs und einen Lauftreff für Berufstätige. Beim ersten Anfängerkurs hatten wir gleich zwölf Anmeldungen, davon haben acht durchgehalten und sind zum Lauftreff gewechselt.

Zu den Anfängern gesellten sich mit der Zeit immer mehr Freizeitläufer/innen, die es in der Zeitung gelesen oder von Freunden gehört hatten. Selbst jetzt während der dunklen Jahreszeit laufen wir mit Störilampe und Blinkkarmbändern auf der Bahntrasse und sind selten weniger als zehn Teilnehmer. Für den nächsten Anfängerkurs, der im April startet, liegen schon Anmeldungen vor.

Wir laufen den Winter durch und wer Lust hat, läuft mit.

Johannette Loose

So fing es an: Bericht in der TSGinfo 3/2008



Laufkurse 2010 ...



... 2011 in Berlin



... 2013



... 2013



... 2014



... 2014



... 2015



... 2015



... 2016



... 2017

DM-GOLD!

Andrea Haarmann ist Deutsche Meisterin ü30 in Wiesbaden

Der JC Wiesbaden war Ausrichter der Deutschen Judo-Meisterschaften ü30 am 28. April. In der dortigen Mehrfachhalle trafen sich ca. 500 Judoka, um die nationalen Titel auszukämpfen. Am Freitag fand bereits die Akkreditierung der Athleten statt. Der Weg bis dahin war nicht so ganz einfach, waren doch viele wegen des verlängerten Wochenendes unterwegs. Entsprechend voll war es auf den Straßen, aber immer noch pünktlich schaffte ich es.

Am Anfang stand das Wiegen – mein Kampfgewicht passte :-). In der Gewichtsklasse bis 70kg wurde ich eingewogen. Wit-

zig fand ich, dass meine Tochter Désirée vom hessischen Kampfrichterobmann als eine der kontrollierenden Kampfrichterinnen eingesetzt wurde – allerdings nicht bei mir! Später sind wir dann beide getrennt zur Wohnung von Désirée nach Wetterfeld/Hessen, gefahren. Noch gemütlich zusammen sitzen, essen und sich mental auf den Wettkampf vorbereiten, war die Devise des Abends.

Der Samstag begann für uns sehr früh. Bereits um kurz nach neun sollte es auf den vier Tatami (Matten aus Reisstroh) mit den Kämpfen losgehen. Da die Fahrzeit zur Sporthalle immerhin knapp 45 Minuten dauerte,

mussten wir entsprechend zeitig losfahren. Bereits um 9.30 Uhr startete dann meine Gewichtsklasse.

Trotz meiner Erfahrung aus vielen Wettkämpfen ist die Nervosität jedes mal aufs Neue immens hoch. Gut aufgewärmt und gedehnt ging ich dann in die Begegnungen. Désirée machte ihre Aufgabe als Coach sehr gut – der „Rollen-tausch“ hat gut funktioniert. Relativ problemlos ging es los. In den Kämpfen bis zum Finale blieb ich siegreich. Der schnellste Kampf dauerte gerade mal sechs Sekunden.

Im Endkampf wartete dann Anja Ühlein aus Bayern, die bereits mehrmals Deutsche Meisterin war. Es wurde ein schwerer Kampf, den ich erst wenige Sekunden vor Ende der Kampfzeit mit einem Wazaari (halber Punkt, zweit-höchste Wertung) für mich entscheiden konnte. Meine Freude über den Titel war entsprechend groß.

Nun geht es als nächstes im Juni zu den Europameisterschaften nach Glasgow/ Schottland.

Andrea Haarmann



Silber in Bochum

Andrea Haarmann erfolgreich beim Senioren-Cup in Bochum

Der PSV Bochum richtete auch in diesem Jahr wieder den Senioren-Cup aus. Kämpfen dürfen hier Judoka, die mindestens 30 Jahre alt werden, oder schon älter sind. Bei den Herren wurden die Altersklassen in drei Kategorien eingeteilt. Sie kämpften in der ü30, ü40 und ü50. Bei den Frauen gab es nur die Altersklasse ab 30 Jahre, da dort die Zahl der Teilnehmerinnen nicht so hoch war.

Genau ausgewogen ging es dann in angepassten Gewichtsklassen an den Start. In der Gewichtsklasse bis 70,1 kg durfte ich mich mit der Konkurrenz messen. Bis zum Finale blieb ich vorzeitig siegreich, musste mich aber im Finale knapp durch Kampfrichterentscheidung geschlagen geben. So blieb dann am Ende die Silbermedaille. Zufrieden war ich trotzdem, denn wichtig ist ja auch immer, dass man sich nicht verletzt.



U12-Liga – wir waren dabei!

KG BSC Linden / TSG Sprockhövel

Tapfer geschlagen haben sich die vier Musketiere Magdalena, Paul, Leon und Jonas von der TSG bei der U12-Liga. Zusammen mit dem BSC Linden bilden die kleinen Judoka der TSG Sprockhövel eine Kampfgemeinschaft (KG) und treten als Mannschaft gegen diverse andere Teams im spielerischen und kämpferischen Wettstreit an. Paul ist hier schon ein „alter Hase“, ist er doch bereits das dritte Mal dabei und hat schon den einen oder anderen Punkt geholt.

Wie in anderen Ligen gibt es bei der U12-Liga verschiedene Kampftage, an denen gegen unterschiedliche Teams um Punkte gerungen wird. Leider chronisch unterbesetzt konnte unsere KG nicht aus dem Vollen schöpfen. Viele Punkte mussten abgegeben werden, weil Gewichtsklassen nicht besetzt werden konnten. So wurden die meisten Punkte dann im spielerischen Bereich geholt, bei dem es um Schnelligkeit und Geschicklichkeit geht. In einer vorgegebenen Zeit müssen möglichst viele der Judoka bestimmte Übungen absolvieren.

Insgesamt hatten die TSG-Teilnehmer sehr viel Spaß. Schade ist nur, dass sich so wenig Kinder zum Mitmachen motivieren lassen. In der Gesamtwertung landete die Mannschaft immerhin auf einem sechsten Platz von neun Mannschaften. Im nächsten Jahr soll es wieder eine KG mit den Bochumern geben. Vielleicht sind dann auch ein paar mehr Sprockhöveler dabei.

2019 dürfen die Jahrgänge 2008, 2009, 2010 und 2011 mitmachen – also schon einmal vormerken :-)

Andrea Haarmann (Text und Fotos)



Magdalena



Paul



Leon



Jonas

Désirée Haarmann verteidigt Titel

Gold bei den Hessischen Polizeimeisterschaften

In Lich/Hessen fand die offene hessische Polizeimeisterschaft im Ju Jutsu-Fighting, Duo, sowie im Ne-waza (Boden) statt. In der Kategorie Ne-waza startete die Sprockhövelerin Désirée Haarmann. Im letzten Jahr holte sich die TSG-Kämpferin hier den Titel. Diesen hieß es nun zu verteidigen. In der Kategorie bis 70kg musste sich Désirée der Konkurrenz stellen.

Nach einem ordentlichen Aufwärmprogramm war die junge Kämpferin bereit. Souverän setzte sich Désirée gegen ihre Gegnerinnen durch. Mit sehenswerten Würfen, für die es als Übergang in die Bodenlage Punkte gibt, startete sie in die Kämpfe. Überzeugend auch im Bodenkampf konnte Désirée ihre Kontrahentinnen jeweils vorzeitig zur Aufgabe zwingen und sicherte sich erneut den Titel.

Belohnt wurde die junge Athletin zusätzlich mit der Berufung in den Bundeskader und einen Lehrgang in Bad Blankenburg zur Vorbereitung auf die Europameisterschaft in Polen. ah



Wer sich für Judo interessiert, kann sich unter 0171-7542286, oder auf www.tsg-sprockhoevel.de über laufende Kurse informieren.

Ihr Brillenteam in Sprockhövel

Brillen Brandes

Hauptstraße 45 |

45549 Sprockhövel |

Telefon 023 24/7 81 64



BOULE – bewegt leben

bis ins hohe Alter

Albert und Ingeborg sind dabei seit es die TSG-Boule-Gruppe gibt:

Albert mit über 90 Jahren als ältester aktiver Boule-Spieler und Ingeborg trotz gesundheitlicher Beeinträchtigungen mit ihrem Rollator. Sie sind unser „Ü-175-Doublette“ und gestalten ihr Leben immer noch mit viel Bewegung und Boule-Spielen bei der TSG (mittwochs und freitags), in Holthausen (dienstags) und auf dem Campingplatz.

Kennengelernt haben die beiden sich auch beim Sport im Verein. „1957 bin ich in den Kanu-Club eingetreten, 1958 haben wir unsere erste gemeinsame Moseltour im Kanu gemacht – und 1959 geheiratet“, erzählt Ingeborg mit glänzenden Augen.

Boule spielen die beiden seit 2010. Das haben sie auf dem Campingplatz in Spanien

gelernt, „als das Wandern immer schwieriger wurde“. Seit Dezember 2000 „überwinterten“ sie dort regelmäßig. Beide waren gleich begeistert von diesem Kugelspiel. „Wir waren sofort infiziert und haben im Urlaub jeden Tag zweimal gespielt, über 40 Stunden in der Woche!“ berichten sie.

Nach einem Oberschenkelhalsbruch ist

Ingeborg stark beeinträchtigt. „Aber Gymnastik und Boule-Spielen, das mache ich immer noch!“

Albert ist noch richtig rüstig. Seine Sport-Karriere hat mit dem Turnen bei Märkisch begonnen, dann hat er lange Fußball gespielt und „bis 2003 vierzigmal das Goldene Deutsche Sportabzeichen abgelegt!“ Sportabzeichen-Prüfer war er auch, „bis zu 180 Sportabzeichen haben Ernst Kessler und ich pro Jahr abgenommen“ und dafür trainiert wurde auch regelmäßig – im Sommer draußen auf dem Sportplatz, erst an der Waldstraße, dann ab 1968 am Schulzentrum, im Winter in der Halle. „Auch 80-jährige sind beim Sportabzeichen oft noch sehr ehrgeizig und kämpfen um zwei Zentimeter beim Weitsprung oder Kugelstoßen!“ erlebt Albert dabei. Er ist immer noch als Sportabzeichen-Prüfer aktiv, hilft in Welper und weiß „Warmmachen ist wichtig!“

Als lizenziertes Übungsleiter hat er im Schwimmverein (mit der Mitgliedsnummer 002) und für den Stadtsportverband Hattingen seit 1968 über zehn Jahre lang nachmittags Kinder und Jugendliche sowie abends Erwachsene trainiert und ihnen das Sportabzeichen abgenommen.

Seit 1953 war Albert im Hattinger Kanu-Club, hat 225 Flüsse mindestens 15 km lang befahren und jährlich das Flußwanderabzeichen erworben. „Dabei waren viele große Fahrten“, z.B. 400 km beim Urlaub in Polen, fünf Fahrten hat er selbst als Übungsleiter organisiert. „In ungefähr 45 Jahren sind wir 42 000 km gepaddelt“, berichtet er.

Seine erste Siegerurkunde hat Albert 1938/39 bekommen. „Da flog beim Schlagballweitwurf der Ball über den Sportplatz hinaus bis in fremde Gärten.“ Für

die Schule hat er an Wettkämpfen über die Kreisebene hinaus teilgenommen und als Kind Fußball bis auf Landesebene gespielt. Fußball stand „zwanzig oder fünfundzwanzig Jahre“ für ihn im Mittelpunkt und dabei hat er seit 1970 für Märkisch und Niederwenigern über 500 Spiele absolviert, aber auch viele Aktiv-Urlaube mit Ingeborg in Norwegen und Schweden verbracht und 34 Jahre auf der Hütte gearbeitet.

Selbst heute kann Albert sich noch gut bücken und die Boule-Kugeln mit der Hand aufheben: „Ich brauch noch keinen Magneten!“ – auch wenn altersbedingte Wehwechen zunehmen; manches tut weh und im Dunkeln kann er nicht mehr Autofahren.

Bei der Seniorenmesse am 21. April 2018 in Sprockhövel hat Albert am Alltags-Fitness-Test teilgenommen und „überdurchschnittlich gute Leistungen“ erreicht. Selbstverständlich!

Gemeinsam haben Ingeborg und Albert sich immer viel bewegt, viele Jahre sind sie gewandert – jeden Donnerstag mit der Gruppe von Märkisch Hattingen – „manchmal 35 Wanderungen in einem Jahr!“. Ausgezeichnet wurde das mit dem Deutschen Wanderabzeichen „Gold mit Silberkranz“.

Als Kinder haben sie angefangen Sport zu treiben, heute sind Albert und Ingeborg Preuß immer noch aktiv und spielen inzwischen auch als Lizenzspieler Boule in der Kreisliga mit. „In den letzten beiden Jahren haben wir das nicht gemacht, weil wir dachten, wir wären zu alt. Aber wir sind noch fit und haben Spaß dabei!“ sagt Ingeborg – und legt die nächste Kugel ganz nahe ans „Schweinchen“.

So möchte ich auch Boule spielen und älter werden!

Allez les boules!

Dirk Engelhard Foto: J. Jang



BOULE am Radweg

Aus den Hoffnungen sind konkrete Pläne geworden – und am Radweg hinter dem alten Bahnhof entsteht ein „generationsübergreifender Bewegungsparcours“ mit einer Mehrzweckfläche, die auch zum Boule-Spielen geeignet ist.

Die Boule-Bahnen auf dem Sportplatz „Im Baumhof“ werden seit drei Jahren regelmäßig mittwochs und freitags von der TSG-Boule-Gruppe bespielt. Jetzt kommt eine weitere Spielmöglichkeit hinzu: am Radweg, an der Bahntrasse direkt zwischen dem alten Bahnhof und dem Lidl-Parkplatz. Dort entsteht ein Bewegungsparcours mit (mindestens) sechs Gerätestationen zur Verbesserung von Arm- und Beinkraft, Schulter- und Hüftbeweglichkeit, Geschicklichkeit und Ausdauer. Für diese Geräte werden übrigens noch weitere Sponsoren oder einzelne Spenden gesucht – auch viele kleine Spenden können zu einer schönen Bewegungsstation werden. Die TSG-Boule-Gruppe trägt gerne dazu bei!

Denn neben den Bewegungsstationen wird es eine geschützte Rastmöglichkeit (einen „Pilz“) und eine Mehrzweckfläche geben, die auch zum Boulen geeignet ist. Die Details wurden von der Stadt, dem Tiefbauamt, geplant und werden bald realisiert. DANKE an die Kommunalpolitiker, den Seniorenbeirat und Ulrich Höhmann mit seinem Team!

Der Parcours und die Fläche als „Bewegungsräume“ und „Bewegungs-Gelegenheit“ sind notwendige Voraussetzungen, aber belebt wird das erst durch die Menschen, die sich dort bewegen, die sich dort wohl fühlen und gemeinsam etwas für ihre Beweglichkeit, ihre Gesundheit und ihre Fitness tun. Dazu wollen und werden wir als TSGler beitragen. Informationen wird es in der TSG-Geschäftsstelle, im GuFiT und beim Boule-Treff geben,



sobald die Fläche bespielbar ist oder die ersten Geräte stehen. Aus dem TSG-Boule-Team begleiten Ingrid Ommerborn, Horst Schittek und Dirk Engelhard diese Maßnahme. Weitere aktive Helfer (und Spender) sind herzlich willkommen!

Dirk Engelhard

Protokoll der Jugendversammlung am 15.3.2018

Beginn: 19:00 Uhr Ende 20:10 Uhr in der Geschäftsstelle der TSG 1881 Sprockhövel e.V.
Teilnehmer: vertreten waren die Tennisabteilung und die Handballabteilung; Bärbel Stahlhut, Vorstand Kinder und Jugend. Entschuldigt waren die Fußballjugend und die Judojugend.

TOP 1 Bärbel Stahlhut begrüßte die Anwesenden und stellte fest, dass form- und fristgerecht eingeladen worden war. Einwendungen zur Tagesordnung und Änderungswünsche gab es nicht.

TOP 2 Julia Koch und David Hilligloh berichteten von der **Tennisjugend**. Für die Saison seien sechs Jugendmannschaften gemeldet worden. Die männliche U12er Mannschaft habe den 1. Platz in der Gruppe belegt und kämpfte um den Aufstieg in die nächst höhere Klasse. Dort habe die Mannschaft ein Spiel verloren und konnte deshalb nicht aufsteigen. Es war für die Mannschaftsspieler trotzdem eine erfolgreiche Saison gewesen.

Die Meldung zu den Jugendstadtmeisterschaften sei rückläufig. Eine Stadtmeisterschaft stelle immer ein Turnier dar, in dem die Leistungsklassen der einzelnen Spielerinnen und Spieler Berücksichtigung finden. Der WTV habe beschlossen, dass bei diesen LK-Turnieren von jedem Teilnehmer/jeder Teilnehmerin neben der Startgebühr eine Gebühr in Höhe von 3,00 € erhoben und an den Verband abgeführt werden müsste. Die Verantwortlichen der TG Hiddinghausen und der TSG 1881 Sprockhövel e.V. haben deshalb beschlossen, eine Jugendstadtmeisterschaft nicht mehr durchzuführen, da der Verwaltungsaufwand und die finanzielle Belastung nicht gerechtfertigt seien.

Während der vergangenen Saison seien mehrere Späturniere mit reger Beteiligung durchgeführt worden. Zur Ermittlung des Vereinsmeisters hätten in jeder Altersklasse Spiele jeder gegen jeden stattgefunden.

Aus der Handballabteilung berichtete Barbara Jethoff, dass die Jugendhandballabteilung auf einem guten Weg zur Steigerung der Mitglieder sei. Durch die gute Kooperation mit der Grundschule Börgersbruch und der Grundschule Haßlinghausen würden junge interessierte Mitglieder aufgenommen werden können. Die Spielklassen im weiblichen Bereich seien durchgängig bis zur B-Jugend besetzt. Im männlichen Bereich fehle derzeit die A-Jugend. Aber dank der gu-

ten Nachwuchsarbeit hoffe man in der Zukunft auch wieder dieser Mannschaften aufzubauen.

Die Handballjugend wünscht sich mehr Trainingszeiten, um sportlich noch aktiver zu werden.

TOP 3 Der Bericht war in der TSG-Info 1/2017 veröffentlicht worden. Ihm wurde zugestimmt.

TOP 4 Es wurden abteilungsübergreifende Angebote erörtert. Bärbel Stahlhut wies auf die Bewegten Herbstferien hin. Handball, Tennis, Judo und Fußball sowie Tischtennis und Tanzen würden sich wieder beteiligen. Die gemeinsame Weihnachtsfeier der Fußball- und Handballkinder sei ein Erfolg gewesen. Es wurde angeregt, innerhalb der TSG gemeinsame Aktionen anzubieten, z.B. Falltraining für die mannschaftsspielenden Ballsportler.

TOP 5 Bärbel Stahlhut wurde wieder zur Jugendwartin der TSG 1881 Sprockhövel e.V. gewählt.

TOP 6 Bärbel Stahlhut wies auf die Möglichkeit hin, dass Angebote der Jugendabteilungen, die in den Sommerferien gemacht werden, der Stadt Sprockhövel, Jugendamt, gemeldet werden könnten. Diese Aktionen würden im Ferienspaßheft veröffentlicht und an die Schulkinder der Stadt verteilt.

Bärbel Stahlhut ist für die TSG Ansprechpartnerin und gibt die Angebote weiter.

Der Weltkindertag finde in diesem Jahr am 15. September 2018 in der Sporthalle Haßlinghausen statt. Angebote der TSG sind an das Jugendamt der Stadt Sprockhövel weiterzugeben.

Bärbel Stahlhut ist für die TSG Ansprechpartnerin und gibt die Angebote weiter.

Es wurde von Bärbel Stahlhut angeregt, über das Angebot eines sog. Sportkarussells an den Schulen nachzudenken. Jede Abteilung könne für einen begrenzten Zeitraum ihr Sportangebot vorstellen.

Einigkeit bestand darüber, dass es für viele Übungsleiter/innen schwierig sei, im frühen Nachmittag Übungsstunden zu betreuen.

Für das Protokoll, Bärbel Stahlhut

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
8.00 - 09.00 Wirbelsäulengymnastik [IB]						
	9.00 - 10.00 [G19] Fit for Fun	9.00 - 10.00 [G15] Pilates Mix	9.00 - 10.00 [G15] Rücken Fit	9.00 - 10.00 [G15] Good Morning ZUMParty Dance		
	10.00 - 11.00 [G19] Yoga 60+		10.00 - 11.30 [G15] BOP&more	10.00 - 11.00 [G15] Rücken Fit-Entspannung		10.00 - 11.00 [G15] ZUMParty Dance
	11.00 - 12.00 [G19] Vinyasa Yoga					11.00 - 12.00 [G15] BOP&more
						12.15 - 13.15 [G15] Cycling
Unser Kursangebot wird regelmäßig angepasst. Aktualisierte Kurspläne gibt es unter www.gufit.de und im GuFiT						
	15.00 - 16.30 [G15] Osteoporose Prävention					
			15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)		15.30 - 16.30 [G15] ZUMParty Dance	
		15.30 - 16.15 Z QuietschFidel  (LS)				
16.00 - 17.00 [G19] Z D!s Kids Club (ab 7 Jahre)		16.15 - 17.00 (LS) Z QuietschFidel 				
17.00 - 18.00 [G19] Z D!s Kids Club (ab 10 Jahre)		17.00 - 18.00 [G15] Z D!s Kids Club (ab 10 Jahre)				
17.30 - 18.15 (LS) Aqua Jogging		17.00 - 18.00 [G19] Frauengymnastik 50+				
17.30 - 18.30 [G15] Funktionales Training	17.15 - 18.45 [G19] Z Hatha Yoga Erfahrene					
	17.30 - 18.30 [G15] Pilates	17.25 - 18.25 (GH) ZUMParty Dance				
18.00 - 19.00 [G19] Z D!s Dance Club (ab 12 Jahre)		18.00 - 19.00 [G15] Z D!s Dance Club (ab 13 Jahre)	18.00 - 19.00 [G15] Rücken Fit	18.15 - 19.15 [G15] Cycling		
18.15 - 19.00 (LS) Aqua Fitness						
18.30 - 19.00 [G15] Bauch Spezial	18.30 - 19.30 [G15] BOP&more	18.25 - 19.25 (GH) Fit mit Hit				
19.00 - 20.00 [G15] Cycling	18.50 - 19.50 [G19] Z Hatha Yoga Anfänger	19.00 - 20.15 (MAS) Tanzen und mehr (Frauen 40+)	19.00 - 20.30 [G15] Step'n Style			
	19.30 - 20.30 [G15] Power Mix	19.15 - 20.30 [G15] Cycling				
20.15 - 21.15 [G15] Cycling						



Ferienpaß

Tennisschnupperkurs für Neueinsteiger – 5 bis 18 Jahre

Ferienpaß 1: in der 1. Ferienwoche (16. bis 20.7.2018)

Ferienpaß 6: in der 6. Ferienwoche (20. bis 24.8.2018)

Jeweils montags bis freitags

Gruppe A (5 bis 10 Jahre): 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr

Gruppe B (11 bis 18 Jahre): 11:30 Uhr bis 13:00 Uhr

- Der Kurs beinhaltet:
- Einstieg ins Tennisspiel unter fachmännischer Leitung
 - Ball-, Platzgewöhnung und das gegenseitige Kennenlernen stehen im Vordergrund
 - Grundtechniken des Tennisspiels werden erläutert
 - Grundschnitte in Kombination mit Koordination, Volley und Aufschlag
 - Turnier und Spiele am letzten Tag

Getränke müssen mitgebracht werden.

Kosten: 40,- €

Sommercamp

Tennistrainingskurs für Anfänger und Fortgeschrittene, Leistungstraining – 5 bis 18 Jahre

Camp S2: in der 2. Ferienwoche (23. bis 27.7.2018)

Camp S5: in der 5. Ferienwoche (13. bis 17.8.2018)

Jeweils montags bis freitags (Gruppe A 9:00 bis 13:00 Uhr, Gruppe B 13:30 bis 15:30 Uhr)

KOSTEN: Gruppe A 139,- €, Gruppe B 85,- €

- Das Camp beinhaltet:
- maximal vier Kinder trainieren bei einem Trainer
 - allgemeine sportliche Ausbildung (Lauf-ABC, motorisches und koordinatives Training)
 - tennisspezifische Ausbildung
 - Ballspiele und Matches
 - Getränke (Mineralwasser)

Bei frühzeitiger und ausreichender Nachfrage kann Gruppe A mit einem Mittagessen abschließen: 13:00 bis 13:30 Uhr, Kosten ca. 25,- €/Kurs

Sportkleidung, ggf. Regenjacke oder Wechsel-T-shirt und Sportschuhe müssen mitgebracht werden. Schläger werden bereitgestellt. Treffpunkt: Bänke am Clubhaus. Sollten wir das Interesse von Erwachsenen geweckt haben, können wir nach entsprechenden Anfragen ein analoges Angebot einrichten.

**Tennisschule Stahlhut und TSG Sprockhövel Tennisabteilung
Tennisanlage Dresdener Str. 11**

ANMELDESCHLUSS: 9.7.2018

ANMELDUNG UND INFORMATIONEN:

Tennisschule Stahlhut – info@tennisschulestahlhut.de

Julia Koch: 0175-68 13 426 oder 02324 / 70 11 14



Kuddel-Muddel-Mix-Turnier 2018

Locker drauf

In der Tennisabteilung ist der Pfingstmontag seit 26 Jahren „Kuddel-Muddel-Mix-Tag“. Und dieses „Mix“ betrifft sowohl die Doppel an sich als auch deren Mix aus jungen und älteren Teilnehmer(innen). 16 Spieler(innen) waren in diesem Jahr dabei, wie immer „locker drauf“ und fröhlich gestimmt. Als Belohnung winkt dem am Ende siegreichen Doppel der von „Schevy“ Leveringhaus gestiftete Kohlebrocken-Wanderpokal.

Vier Vorrundenspiele zu jeweils 25 Minuten waren mit wechselnden Partnern/Partnerinnen zu spielen mit dem Ziel, möglichst viele Punkte zu sammeln. Die erfolgreichsten „Sammler(innen)“ waren in diesem Jahr Laura Müller und Erika Scherr sowie Georg Breindl und Ralf Jürgens, die dann in den Zusammensetzungen Laura/Ralf und Erika/Georg das Endspiel bestritten (langer Satz bis 9). Nach aufreibendem Kampf bei feuchtwarmen Wetter lagen schließlich Laura Müller und Ralf Jürgens



Gewonnen! Laura Müller und Ralf Jürgens (links) mit Georg Breindl und Erika Scherr

gens mit 9:4 vorn. Für Ralf war es (nach 2015 und 2017) der dritte Erfolg und für Laura war mit dem Turniersieg ein großer Wunsch in Erfüllung gegangen.

Vielen Dank an alle, die an diesem schönen Traditionsturnier teilgenommen haben.

Manfred Stahlhut

Fotos: Petra Masolle-Danisch

Gute Vorsätze 2018??

Es ist Halbzeit im Jahr 2018. Wie sieht es denn aus mit den guten Vorsätzen vom Jahresbeginn? Es ist gerade noch Zeit für ein Fazit.



Spaß bei den Herren ...



... Spaß bei den Damen

Manch eine(r) hatte sich vielleicht vorgenommen, etwas für die Gesundheit zu tun, das ein oder andere Kilo zu verlieren und mehr Sport zu treiben. In den ersten Wochen war es meist noch einfach sich zu motivieren. Mittlerweile fällt es einigen aber sicherlich schwer, sich zum Sport zu „quälen“. Manchmal gelingt es überhaupt gar nicht, den Versuchungen der Couch zu widerstehen. Wichtigste Voraussetzung für ein Durchhalten der Vorsätze ist: Der Spaß an der Sache.

Auch gemeinsam mit Freunden oder dem Partner sportlich aktiv zu sein, kann die Motivation erhöhen. Die Tanzsportabteilung der TSG Sprockhövel bietet für solche guten Vorsätze mehrere Gruppen mit unterschiedlichen Leistungsstärken an – „... und 3, 4, die Herren führen die Damen in den Fan...“. In der Dienstagsguppe zum Beispiel weist Trainer Manfred

Kruse in den nächsten Übungsschritt ein. Den elf Paaren, die dienstags abends in der Sporthalle der Hauptschule Niedersprockhövel ab 20:00 Uhr trainieren, ist der Spaß am Sport deutlich anzusehen. Ihre Disziplin: Tanzen! Standardtänze und Lateintänze wie z.B. Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Jive, ChaCha, Rumba, Samba oder Quickstepp stehen in den nächsten eineinhalb Stunden auf dem Trainingsplan.

Tanzen ist ein „Allround-Training“. Es stärkt die Muskeln im ganzen Körper und

Spaß-Trainer Kruse



trainiert die Ausdauer. Nebenbei sorgt es auch für eine gute Körperhaltung, denn während des Tanzens wird der gesamte Körper angespannt. Studien italienischer Forscher haben ergeben, dass eine Stunde Walzertanzen wesentlich effektiver ist als Fahrradfahren auf dem Home-trainer. Vor allem: Die Tänzer der Studie hatten wesentlich mehr Spaß als die Fahrradfahrer. (Die Hometrainerfahrer mögen verzeihen.) Durch die rhythmischen Bewegungen zur Musik wird Serotonin ausgeschüttet, ein Glückshormon. In der Dienstagsguppe gibt es nur Ehepaare, die am Tanzen besonders schätzen, dass sie zusammen Spaß haben können.

„Gemeinsam soviel Spaß zu haben, da bietet sich eigentlich keine andere Sportart an“, erklärt Trainer Manfred Kruse. Der Spaß an der Sache hat auch die anderen Paare zum Tanzen gebracht: „Mit dem Partner etwas gemeinsam zu unternehmen und mit der Musik dabei, das ist das Tolle am Tanzen.“ Auch Gedächtnis und Koordinationsvermögen werden durch das Erlernen der Schrittfolgen geschult. Natürlich muss auch beim Tanzen, wie bei jeder anderen Sportart, immer wieder geübt werden bis

die Schrittfolge sitzt. Konzentrierte Gesichter deshalb natürlich bei den angesprochenen 22 Tänzern der TSG. Doch immer wieder blitzt ein Lächeln auf, sei es, weil die Figur endlich perfekt geklappt hat oder auch nicht. Übung macht den Meister – auch beim Tanzen.

Trainer Manfred Kruse erklärt: „Im Prinzip kann jeder tanzen. Voraussetzung: Ein bisschen Musikalität und zumindest einer des Paares sollte ein wenig Rhythmusgefühl besitzen. Der Rest kommt dann von ganz allein.“

Wer Lust hat (mal wieder) das Tanzbein zu schwingen, kann jederzeit in eine der vier

Erwachsenen-Gruppen reinschnuppern. Auch Tanz-Neulinge sind herzlich willkommen. Weitere Informationen bekommt man über Ingo Wegge, Abteilungsleiter Tanzsport, Tel. 02324/6863501, ingo.wegge@tsg-sprockhoevel.de oder über die Internetseite www.tsg-sprockhoevel.de.

Peter Steinmann

(Ach ja, 80 Prozent der Herren, sind „gefeselt und geknebelt“ zur ersten Tanz-Stunde mitgenommen worden und haben sich dann zu begeisterten Tänzern entwickelt!)



Mehr Spaß geht gar nicht!



Saison geschafft!

Rund 50 Prozent der Spieler/innen und Trainer/innen der vier Senioren und acht Jugendteams der Handballabteilung versammelten sich am letzten Heimspieltag zum Abteilungsfoto mit anschließendem Saisonabschluss in der Glückaufhalle.

Das erste Jahr nach dem Neuanfang ist vorüber, und auch wenn nicht alle sportlichen Ziele erreicht wurden, so kann sich das Jahr doch sehen lassen. Wir hatten zwölf Mannschaften

Fotos aus den Spielen füllt. Wir konnten alle Mannschaften mit einheitlichen Trikots ausrüsten, auch wenn es am Ende etwas länger gedauert hat, bis wirklich jeder seines hatte. Und wir konnten viele handballbegeisterte Menschen finden, die sich in unserer Abteilung engagieren, und das alles ermöglicht haben. Vielen Dank dafür!

Und weiter geht's!

Die Mannschaftsmeldungen für die nächste Saison sind raus und in den Teams laufen die Saisonvorbereitungen an. Für alle Teams konnten Trainer gefunden werden, die meisten haben sogar noch einen Co-Trainer dabei.

Thomas Wahlen



Wer nicht kommt zur rechten Zeit ... muss halt allein aufs Bild

im Spielbetrieb, konnten neben der Handball AG an der GGS Börgersbruch nun auch eine Handball AG an der GGS Haßlinghausen einrichten, und freuen uns über den riesigen Zuspruch, den wir dort von Anfang an hatten.

Wir haben inzwischen eine neue Homepage, die sich nun nach und nach mit vielen

SCHALDACH

Ihr Elektriker



**Ihre Servicenummer
02324.77373**



1. Damen

Zweiter Abstieg in Folge

Nach dem nicht mehr zu vermeidenden Abstieg starten die TSG-Handballdamen in der kommenden Saison mit Zuversicht in der Kreisliga

Nach dem Landesligaabstieg und der damit verbundenen Auflösung des Teams in der vorletzten Saison war von vornherein klar, dass wir auch in dieser Saison um den Klassenerhalt kämpfen mussten. Denn nun musste erstmal ein neues Team her.

Aus Spielerinnen der sich formierenden 2. Mannschaft und A-Jugendlichen mit Doppelspielrecht versuchte Trainer Holger Neitsch in der Kürze der Zeit ein bezirksligataugliches Team zu formen, was aber nicht einfach war. Fehlende Zeit und Spielpraxis sowie berufliche und verletzungsbedingte Ausfälle ließen kaum eine ordentliche Vorbereitung zu, doch gaben alle ihr Bestes um zum Saisonbeginn ein schlagkräftiges Team stellen zu können.

Nach einer deutlichen Niederlage im ersten Spiel konnte das Team im nächsten sogar überzeugen. Das Team kämpfte um jeden Ball und konnte am Ende ein Unentschieden auf dem Konto verbuchen. Doch danach wollte das Pech nicht abreißen, trotz vollem Einsatz und Spielen auf Augenhöhe wurde eines nach dem anderen, mal knapp, mal deutlich verloren.

Hier machte sich die mehr als dünne Personaldecke und die Doppelbelastung der A-Jugendspielerinnen, die oft auch die Führungsspielerinnen waren, bemerkbar. Mal ohne Torhüterin, mal ohne Auswechselspielerinnen, mal ohne Trainer der immer öfter beruflich verhindert war, das ließ einfach keine Siege zu. Der Tiefpunkt war dann das Spiel

gegen den bis dato Tabellenletzten Schalke. Nach einer 7:1-Führung verlor das Team völlig den Faden, gab auch dieses Spiel aus der Hand und ließ uns zwischenzeitlich auf den letzten Platz abrutschen. Erst in der Rückrunde konnte wieder ein Sieg verbucht und die rote Laterne abgegeben werden.

Da der Abstieg nun unvermeidlich war, liefen die Planungen für die neue Saison auf Hochtouren. Trainer Holger Neitsch, dem wir an dieser Stelle noch einmal herzlich für sein Engagement danken, verließ den Verein in Richtung Welper und wurde von Markus Bärthel abgelöst, der bisher als Co-Trainer der wA im Verein tätig war und die Spielerinnen gut kennt. Da ein Teil der A-Jugend-Mädels wieso altersbedingt in die Damen wechselte, wurde beschlossen, in der nächsten Saison keine wA zu melden und geschlossen in die Damen zu wechseln, auch um eine erneute Doppelbelastung zu vermeiden. Aus einem Auslandsaufenthalt zurückkehrende, wieder genesende, wie auch evtl. erste wB Spielerinnen mit Doppelspielrecht sollten das Team weiter verstärken.

Nun heißt es für Markus ein homogenes Team zu formen das in der Kreisliga gut mithalten kann. Langfristig heißt das Ziel aber wieder Aufstiege in die höheren Klassen, was uns mit dem Spielerpotenzial und den nachfolgenden Jugendteams auch gelingen sollte.

Drücken wir dem Team ganz fest die Daumen für eine erfolgreiche Saison 18/19.

Georg Böhmer/Eva Hiby

1. und 2. Herren holen das Mögliche raus

In der vorletzten Saison qualifizierte sich die 2. Herren Mannschaft von Trainer Benji Hilgenstock zwar für den Aufstieg in die 1. Kreisklasse, konnte diesen aber wegen der dort spielenden 1. Herren nicht nutzen, so dass alles beim Alten blieb.

Vor der Saison setzten sich die Trainer der beiden Mannschaften wiederholt zusammen und sprachen über mögliche Ziele. Für beide Mannschaften war das ausgegebene Ziel, oben mitzuspielen, was auch über lange Zeit gut gelang. Bis in den Februar hinein kämpften beide Mannschaften noch aktiv um den Aufstieg mit, allerdings folgte dann eine kleine Schwächephase, wichtige Spiele gegen Konkurrenten um die vorderen Plätze wurden verloren, und schon fand man sich nur noch im oberen Mittelfeld der Tabelle wieder.

Kurz vor Saisonende stehen beide Mannschaften mit einem positiven Punktekonto da (1. Herren: 5. Platz, 27:17 Punkte, 594:501 Tore / 2. Herren 7. Platz, 25:15 Punkte, 592:494 Tore). Insgesamt hätte mehr aus der Saison werden können, jedoch fehlte gelegentlich der Einsatzwille und manche Spiele mussten mit einer annähernd leeren Bank gespielt werden.

Die nächste Saison bringt nun Veränderungen, die Trainer Jens Berger und Benji Hilgenstock werden die 1. Herren nun gemeinsam trainieren und fassen eine bessere Platzierung und vielleicht auch einen möglichen Aufstieg ins Auge.

Für die 2. Herren sind wir derzeit noch auf Trainersuche und hoffen, hier bald fündig zu werden.

Georg Böhmer

3. Herren *Es ist vollbracht*

Mit viel Schwung sind wir in die Saison gestartet, doch rasch merkten wir, dass die Anforderungen in der höheren Spielklasse nicht so einfach von unserem kleinen Team zu bewältigen waren. So kämpften wir oft nicht nur gegen die Gegner, sondern auch gegen fehlendes Personal. Trotzdem konnten alle Spiele absolviert werden.

Zwei Spieltage vor Saisonabschluss stehen wir nun mit 8:36 Punkten auf dem vorletzten Tabellenplatz und können diesen bis zum Ende der Saison auch nicht mehr verlassen.

Doch so schwach wie die Statistik uns darstellt ist die Truppe nicht. In der Gesamtbetrachtung waren wir in vielen Spielen auf Augenhöhe und letztendlich hatten uns dort

oft auch ein bisschen Glück und die nötige Erfahrung für weitere Erfolge gefehlt.

An dieser Stelle möchte ich mich auch noch einmal ganz besonders bei allen Unterstützern im Bereich der mannschaftsübergreifenden Spieler und Zeitnehmer/-innen bedanken, vor allem Ilona, Dorne und Patrik, ohne euch wäre der laufende Spielbetrieb kaum möglich gewesen.

Zum Abschluss wünsche ich uns für die restlichen zwei Spiele noch viel Erfolg und hoffe, dass trotz des Saisonverlaufs in der kommenden Spielzeit noch viele Spieler dem Seniorenbereich erhalten bleiben und die neuen Herrenmannschaften aktiv unterstützen!

Philipp Bötzel

Weibliche B-Jugend *belohnt sich nicht*

3. Platz für das WB-Team der TSG. Dass es nach dem unerwartet erfolgreichen Saisonstart nicht bis ans Saisonende so weitergehen würde, war eigentlich allen klar, und so mussten zum Jahresende auch zwei Niederlagen verkraftet werden. In Haltern mussten wir uns knapp und eigentlich unnötig mit 13:15 geschlagen geben, was zum Teil auch an unserem dezimierten und erkrankten Team lag. Das Spiel gegen das ehemalige Oberligateam aus Ickern konnten wir lange offen gestalten (10:10 zur Pause), doch im weiteren Spielverlauf machten sich auf unserer Seite konditionelle Probleme des immer noch nicht genesenen Teams be-

merkbar, was schließlich zu einem Einbruch in den letzten Minuten und einer in dieser Höhe überflüssigen Niederlage führte.

So waren wir froh, dass endlich Weihnachten vor der Tür stand und die Mädels ihre Blessuren und Erkrankungen auskurieren konnten. Die Hinrunde beendeten wir dann als Tabellendritter und blieben mit nur einem Punkt Rückstand immer noch auf Schlagdistanz.

Mit einem 23:19 Sieg gegen Dülmen begann die Rückrunde, das Team ließ dann mit einem 55:8 gegen den TV Wanne seinen höchsten jemals erspielten Sieg folgen, dem

ein ebenfalls deutlicher Sieg gegen Hüls folgte.

Doch nun begannen die Leistungen zu schwanken. Statt sich auf den Saisonendspurt und den zweiten Platz zu konzentrieren, ließen die Trainingsbeteiligung und der Einsatz bei den Spielen immer öfter zu wünschen übrig, so dass sich unnötige Niederlagen (gegen Welper und Bochumer HC) mit deutlichen Siegen gegen Dahlhausen oder Recklinghausen abwechselten.

Eine erfolgreiche Revanche für die Hinspielniederlage gelang uns auch noch gegen Haltern und so hofften wir auch im letzten Saisonspiel gegen Ickern auf einen Erfolg, doch war das TSG-Team an diesem Tag völlig indisponiert, keine Spielerin erreichte Normalform

und so kassierten wir völlig verdient eine Klatzsche gegen den Kreismeister.

Zwischenzeitlich hatte der Trainer der Damenmannschaft (Holger Neitsch) eine Trainingseinheit bei den Mädels übernommen um etwas Abwechslung in den Trainingsalltag zu bringen und sie langfristig an das Damenteam heranzuführen. Sollte die Entwicklung so weitergehen, werden in der nächsten Saison einige das Doppelspielrecht beantragen und erste Gehversuche bei den Damen unternehmen können.

Für die kommende Saison wünscht sich der Trainer für sein Team mehr Kontinuität, damit nicht zum Saisonende wieder eine gute Ausgangsposition unnötig verspielt wird.

gb

Weibliche C-Jugend *Zerfahrene Rückrunde*

Nach zwölf von 20 Spielen standen wir mit 15:9 Punkten in der oberen Tabellenhälfte und hatten die Hoffnung, die Saison als viert- oder fünftplatziertes Team von elf Mannschaften mit einem positiven Punkte- und Torverhältnis abzuschließen. Leider kam es etwas anders.

Die letzten Spiele wurden wir doch arg vom Verletzungs- und Erkrankungspech gebeutelt. Trotz eines Kaders von 14 Mädels hatten wir in den letzten Spielen oft Mühe, ein Team zusammen zu bekommen. In zwei Spielen war die Not so groß, dass wir sogar auf Unterstützung durch die D-Jugend zurückgreifen mussten. Gerade gegen die drei Spitzenteams ging unser Team „auf dem Zahnfleisch“, so kassierten wir einige deutliche Niederlagen. Zudem gab es noch eine unverständliche Niederlage am „grünen Tisch“, so beendeten wir

die Saison als Siebte von elf Teams mit 18:22 Punkten und 405:423 Toren.

Die nackten Zahlen liegen damit etwas hinter unseren eigentlichen Erwartungen und Möglichkeiten zurück. Aber für den Entwicklungsstand und das Leistungsvermögen unseres Teams sind Zahlen eigentlich zweitrangig. Sicherlich ist es schön, wenn man eine positive Entwicklung auch an Fakten ablesen kann, aber auch aus dem für uns verkorksten letzten Saisondrittel lassen sich positive Aspekte gewinnen.

Bedingt durch die vielen Ausfälle in den letzten Spielen, spielten einige Mädels auf Positionen, auf denen sie seltener oder auch noch gar nicht gespielt hatten. Ebenso spielten Spielerinnen nebeneinander, die so in diesen Konstellationen noch nie zusammen

auf dem Spielfeld waren. Und genau so sahen unsere letzten Saisonspiele oft aus. Die ersten 10 bis 15 Minuten lief bei uns wenig zusammen und wir gerieten oft schnell deutlich in Rückstand. Aber nach eben diesen 10 bis 15 Minuten hatte sich das Team auf dem Feld gefunden und sich in den neuen Konstellationen gefestigt.

Mit Ausnahme gegen den späteren Tabellenersten und -zweiten konnten wir nach einer Viertelstunde eigentlich alle anderen Spiele ab diesem Zeitpunkt ausgeglichen gestalten oder sogar zumindest die zweite Halbzeit gewinnen. Das Team musste sich in den letzten Spielen ganz häufig „neu erfinden“ und oft gelang dies unseren Mädels richtig gut – eine nicht hoch genug zu bewertende Qualität einer Mannschaft, aus den aktuell gegebenen Möglichkeiten das Optimale rauszuholen. Unsere Mädels sind mittlerweile vom Spielverständnis her in der Lage, innerhalb eines

Spiels zu erkennen welche Spielweise erfolgreich ist und ihre eigene Spielweise entsprechend umzustellen.

Generell waren im Verlauf der letzten Saison einige positive Entwicklungen zu erkennen. Wiederholt konnten wir ein gutes Tempopspiel nach vorn zeigen, auch die Wahrnehmung des Spielgeschehens hat sich deutlich verbessert. Speziell beim Thema „Abpraller“ haben wir enorme Fortschritte gemacht. Landete noch vor einem Jahr jeder Abpraller beim Gegner, sind Abpraller nunmehr oft unsere Beute.

Zukünftig werden wir daran arbeiten das Spiel unseres Teams körperlicher und dynamischer zu machen. Wir werden versuchen, noch mehr Zug zum Tor zu entwickeln und in der Abwehrarbeit wollen wir aggressiver und beweglicher auftreten.

Auf in die Vorbereitung zur Saison 2018/2019 !!!

Peter und Svenja

Weibliche D-Jugend

Gute Entwicklung

Das Ziel in der Saison 2017/18 war für die wD-Jugend, die jungen Spielerinnen weiter für den Handballsport zu begeistern und individuell zu fördern. Die Mannschaftsstärke war mit insgesamt zehn Mädels nicht gerade sehr üppig ausgestattet, und daher zeigte sich bald, wie wichtig das gemeinsame Training mit der wC-Jugend dienstags ist.

Der Start in die Saison war für die Mädels erst mal ernüchternd. Es hagelte deutliche Niederlagen in den ersten drei Spielen gegen PSV Recklinghausen, Ickern und Gladbeck. In den folgenden drei Spielen konnte Selbstvertrauen mit Siegen gegen Dorsten, Bochum und ETG Recklinghausen getankt werden, und es zeigten sich erste Ergebnisse des kontinu-

ierlichen Trainings. Gegen Haltern folgte nach etwas widriger Anreise noch ein Unentschieden. Die Hinrunde schloss dann mit zwei Niederlagen gegen Welper und Riemke ab.

Im Training konnten die individuellen Fähigkeiten jeder einzelnen Spielerin weiter ausgebaut und deutlich verbessert werden. Die Älteren integrierten die Neuen sehr gut, und trotz der Niederlagen konnten gute Leistungen auch gegen deutlich stärkere Mannschaften erzielt sowie Siege gegen Gleichwertige eingefahren werden. Dies zeigte sich dann auch in der Rückrunde. So konnte gegen Welper ein Unentschieden und gegen Haltern sogar ein deutlicher Sieg im Vergleich zur Hinrunde eingefahren werden. Am Saisonende belegten die Mädels Platz 6 mit 16:20 Punkten hinter den Mädels aus Welper.

Da eine Vielzahl der älteren Spielerinnen in die wC-Jugend wechseln wird, sieht es mit der Mannschaftsstärke, im Vergleich zur Vorsaison, für die kommende Saison noch etwas schlechter aus. Wir freuen uns daher auch über jedes interessierte Kind, das Spaß am Sport in einer Mannschaft hat. Wir trainieren Dienstags von 17:00 bis 18:30 Uhr in der Glückaufhalle und Donnerstags zur gleichen Zeit in der Kreissporthalle in Hasslinghausen. Einfach mal vorbei schauen.

Der Dank für die abgelaufene Saison gilt natürlich auch den Eltern, die alle tatkräftig während der Saison unterstützt haben.

Die Saison über spielten: Ranya, Clare, Oriana, Felizitas, Hanah, Maya, Lilly, Charlotte, Vivien, Sarah und unterstützend Zeliha, Lisa, Mara.

Andreas Taddey

Halle, schneller, weiter ...

Witten, 4.2.2018. Wie in jedem Jahr, war es auch diesmal am ersten Sonntag im Februar Zeit für das Dieter-Leese-Bezirks-Hallensportfest in Witten-Stockum.

Eine weitere Tradition konnten wir ebenfalls aufrecht erhalten: 38 der insgesamt 90 teilnehmenden Sportler traten für die TSG Sprockhövel an, die somit ein weiteres Mal der am stärksten vertretene Verein war. Passenderweise übernahmen unsere Vereinskollegen Michaela Kleinbeck und Frank Kriegeskorte die ehrenvolle Aufgabe, die Riegen zu führen. Auch erwähnenswert, wengleich ebenfalls nicht neu, war der große Anteil junger Wettstreiter (57 Nasen).

Natürlich wurde wieder sowohl auf als auch abseits der Wettkampfstätten viel geschwitzt, geschwätzt, gestöhnt, gelacht, und kein Teilnehmer schien sein Erscheinen zu bereuen.



Die erfolgreichen Leichtathleten nach der Siegerehrung. (Archivbild)

Trotz teils sehr spannender Duelle innerhalb einer Altersklasse und erkennbarem Ehrgeiz der Beteiligten ging es jederzeit sportlich und fair zu, was einen großen Teil der angenehmen Atmosphäre ausgemacht hat.

Alles in allem lässt sich also sagen, dass das Hallensportfest aus Tradition – besonders für die TSG – auch in diesem Jahr ein großer Erfolg war.

Im Moment stehen unsere Turnerinnen in den Wettkampfvorbereitungen. Der erste Wettkampf des Jahres findet am Sonntag d. 01.07.2018 in Witten statt. *Corvin Gerber*



Unsere Wettkampfturnerinnen im neuen Turnanzug (von links nach rechts): Enya, Marleen, Lisa, Josephin, Luisa, Nele, Ruby, Anika und Melanie. Es fehlen Jil und Nadia. (Foto: Michaela Kleinbeck)

Nachfolgend einige Platzierungen:

- 7 - 8 Jahre weibl.:
- 1. Platz: Mia Marleen Wähler**
- 13-14 Jahre weibl.:
- 1. Platz: Malea Westen**
- 5- 6 Jahre männl.:
- 1. Platz: Max Jacobsen**
- 7- 8 Jahre männl.:
- 1. Platz: Jona Westen**

Insgesamt kehrten die Leichtathlet(inn)en mit sieben ersten, sechs zweiten und sechs dritten Plätzen nach Sprockhövel zurück.

Auto D.Kuhlmann
Inh. Sven Wieschermann



- Neu- und Gebrauchtwagen
- EU-Wagen
- Verkauf - Service
- Ersatzteile
- Zubehör
- Reifen
- Unfallreparaturen aller Art
- Mietwagen
- TÜV-Abnahmen

45549 Sprockhövel, Bochumer Straße 45
Tel. 02324 - 90750 – Fax 02324 – 907522

Ihr Partner für Volkswagen und Meisterwerkstatt für alle Fabrikate

Aufstieg verpasst

Hatten wir in der letzten Ausgabe noch vom Aufstieg (wenn auch nicht mehr aus eigener Kraft) geträumt, so mussten wir diese Hoffnungen schon zum Rückrundenstart begraben: Nach einer schwachen Vorbereitung gingen wir gegen den mittlerweile sicheren Meister und Bezirksliga-Aufsteiger SV Hohenlimburg II mit 0:5 unter. Die ohnehin geringen Aufstiegschancen waren spätestens dann auf Null gesunken, was wir erst einmal verkraften mussten.



13:0 gewonnen: Szenen aus dem Heimspiel gegen die SpVg Hagen 11 am 22. April.

Auch die folgenden Spiele verliefen nicht zu unserer und nicht zu Trainer Volker Simons Zufriedenheit: Gegen den FFC Ennepetal 09 kamen wir nicht über ein 1:1-Unentschieden hinaus, gegen die SG Vorhalle verspielten wir eine 3:1-Führung und verloren am Ende noch knapp mit 3:4. Zusätzlich zu unserem Formtief verfolgte uns auch noch Verletzungspech: Unsere Abwehrspielerin Nici zog sich gegen den SV Hohenlimburg II einen Kreuzbandriss zu,

Winterpausen-Neuzugang Luisa einen Kreuzbandriss.

Trotz der vielen Neuzugänge in der Winterpause wurde es personell richtig eng und nachdem wir beim 9:0 gegen die 9er-Mannschaft des FC Herdecke-Ende überzeugt hatten, bekamen wir gegen den TSV Fichte Hagen gerade einmal elf Spielerinnen zusammen (die Partie endete mit 5:2 für Fichte Hagen) und eine Woche später gegen den FC BW Voerde sogar nur zehn. In Voerde lieferten wir allerdings ein richtig gutes Spiel ab und gewannen überzeugend mit 11:0 – trotz Unterzahl.

Auch die nachfolgenden Spiele gegen die letzten drei der aktuellen Tabelle (Fußb. Herdecke, SSV Hagen (9er) und SpVg. Hagen 11 (9er)) konnten wir souverän gewinnen (8:1, 5:0, 13:0), doch wir konnten auch von Glück sprechen, dass zwei der drei Spiele nur mit einer 9er-Mannschaft gespielt werden mussten. Immerhin, im Derby gegen den VfL Gennebreck kamen wir auf zwölf Leute und lieferten trotz aller Widrigkeiten ein richtig gutes Spiel ab, das wir mit 4:0 für uns entscheiden konnten.

Ungeachtet der positiven Ergebnisse sind wir erst einmal froh, dass sich die Saison dem Ende zuneigt und wir Zeit haben, die aufgezehrten Kräfte aufzutanken. Zudem sieht es für die nächste Saison aktuell gar nicht so rosig aus, denn wir brauchen dringend neue Spielerinnen (zu den Langzeit-Verletzten bzw. -Ausfällen haben wir noch zwei Abgänge zu verzeichnen). *Carolin Terhorst Foto: J. Zang*

Passen, dribbeln, Tore schießen

Rückblick der AHE-Fußballferienschule Ostern 2018

Mit vier Trainern, 60 Kindern und einer Menge Spaß, startete die AHE-Fußballferienschule in der ersten Woche der Osterferien. Betreut wurden die Kids von Oliver Triestram, Martin Klinge, Tim Oberdorf und Nico Kadur.

Die fußballerischen Schwerpunkte waren Passspiel, Dribbling und Torschuss. Das Highlight der Woche war für die Kids natürlich mal wieder das Turnier am letzten Tag der

Fußballferienschule. Hierbei konnten sich die jüngeren Kids mit den Größeren messen oder auch auf dem Platz im Team harmonisieren.

Völlig ausgepowert aber mit einem Lächeln im Gesicht, verließen die Kids die GermanFLAVOURS Travel Arena.

Wir freuen uns auf den Sommer und die AHE-Fußballferienschule Sommer 2018 vom 16. bis 20. Juli!

Nico Kadur



SOMMERFERIEN 2018

Wir veranstalten im Zeitraum vom **16. bis 20.7.2018** ein

fünftägiges Fußballcamp

In der Zeit von 09:30 - 15:30 Uhr werden dann unterschiedliche Trainingseinheiten erfolgen.

Wir bieten ca. 60 Plätze für einen Beitrag von 100 Euro an. Enthalten sind Getränke, Mittagessen, kleine Gemüsesnacks, ein Grillnachmittag, ein Ball und ein T-Shirt.

Damit wir auch hier eine hohe Trainingsqualität gewährleisten können, begrenzen wir die Teilnehmeranzahl. Angesprochen sind alle Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren.

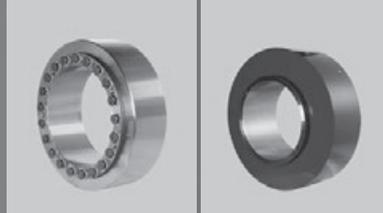
Für einen zusätzlichen Betrag von 10 Euro pro Tag wird eine Betreuung von 8:00 Uhr im TSG-Sportlertreff angeboten.

Bei schönem Wetter ist ein zusätzlicher Freibadbesuch angedacht.

Das Anmeldeformular findet ihr unter: <http://www.tsg-fussballjugend.de>

Die Anmeldungen können dann im TSG-Sportlertreff abgegeben werden oder über die Emailadresse jhomberg-tsg@web.de

Eine verbindliche Anmeldung erfolgt bei der Zahlung von 100 Euro im Sportlertreff.



TECHNIK, DIE VERBINDET...

STÜWE® entwickelt seit über 40 Jahren hochspezialisierte Reibschlussverbindungen für besonders anspruchsvolle Anwendungen. Die erforderliche Qualität basiert auf der gewissenhaften Arbeit von qualifizierten und engagierten Mitarbeitern. Um unseren hohen Ansprüchen auch zukünftig gerecht zu werden, bilden wir kontinuierlich in den folgenden Berufen aus:

Zerspanungsmechaniker /-in

Industriemechaniker /-in

Industriekaufmann /-frau



Stüwe GmbH & Co. KG

Zum Ludwigstal 35

45527 Hattingen

Tel. 02324-394-0

Fax 02324-394-30

www.stuewe.de

BADMINTON Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 ✉ jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	18:00 – 20:00		Hobby	GH 2
	18:00 – 19:30		Jugend ab 14 Jahre	GH 3
	19:30 – 21:30		Mannschaft	GH 3 (bis 20:00) GH 2
Donnerstags	20:00 – 21:30		Jugend + Mannschaft + Hobby	GH 2
Freitags	16:00 – 17:30		Schüler unter 14 Jahren	GH 2
	17:30 – 19:00		Schüler ab 14 Jahre	GH 2
	19:00 – 21:30		Mannschaft 1-3	GH 2
BASKETBALL Informationen über die Geschäftsstelle ☎ 686 47 46 ✉ geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	20:00 – 22:00		Herren-Mannschaft	GH 3
Donnerstags	20:00 – 22:00		Herren-Mannschaft	GH 3
BOULE Dirk Engelhard ☎ 0151 64 19 67 99 ✉ dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
Mittwochs	16:00 – 19:00		offenes Training	Baumhof-Stadion
BUDO / KARATE Andrea Haarmann (Judo und Aikido) ☎ 0171 754 22 86 ✉ andrea.haarmann@tsg-sprockhoevel.de Andreas Schall (Karate) ☎ 0170 524 76 84 ✉ andreas.schall@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	17:00 – 18:30		Aikikai für Schüler/innen ab 8 Jahre und für Erwachsene	GH/GymnRaum
	20:30 – 22:00		Karate für Erwachsene	Baumhof-Halle
Dienstags	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
	20:00 – 21:30		Karate für Erwachsene	GH/GymnRaum
	19:00 – 20:00		Karate für Kinder	GH/GymnRaum
Freitags	17:00 – 18:30		Judo: Techniktraining u. Prüfungsprogr. Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.	GH/GymnRaum
	18:30 – 20:00		Judo (alles) für Jugendliche und Erwachsene	GH/GymnRaum
	19:00 – 20:00		Karate für Kinder	GH 1
	20:00 – 21:30		Karate ab 14 Jahre und Erwachsene	GH/GymnRaum

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

KONTAKT

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20
 Postanschrift: Postfach 91 12 02, 45537 Sprockhövel
 Telefon 686 47 46, Fax 686 47 57
 E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-sprockhoevel.de
www.tsg-sprockhoevel.de

Öffnungszeiten:
 Montag bis Mittwoch
 8:00 bis 12:00 Uhr
 Donnerstag
 8:00 bis 12:00 und 15:00 bis 18:30 Uhr

Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister

Glückaufhalle Dresdener Str. 11 02324-506608

Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45 02324-9701521

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

FUSSBALL Abteilungsleiter Ulrich Meister ☎ 73793 Sportlertreff ☎ 683868 ✉ ulrich.meister@tsg-sprockhoevel.de

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

Montags	16:00 – 17:15	U8/U9/U13	Donnerstags	19:15 – 21:00	1. Mannschaft
	16:30 – 17:45	U14		19:30 – 21:00	2. Mannschaft (Kleinspielfld)
	17:15 – 18:30	U12		19:30 – 21:00	Alte Herren (Kleinspielfeld)
	17:15 – 18:45	U15	Freitags	15:30 – 16:30	U7
	17:45 – 19:15	U19 (1)		15:30 – 16:45	U11/U10
	18:30 – 20:00	U16		16:00 – 17:15	U8
	19:15 – 21:00	1. Mannschaft		16:30 – 17:45	U13(2)
	20:00 – 21:30	U19 (2)		16:45 – 18:15	U10 (Kleinspielfeld)
15:30 – 16:45	U10 (2)	16:45 – 18:15		U14	
16:15 – 17:30	U11/U12	17:45 – 19:15		U19	
16:15 – 17:30	U13/U14	18:15 – 19:45		U17	
Dienstags	16:15 – 17:30	U15	19:30 – 21:00	1. Mannschaft	
	17:00 – 18:15	U11	20:00 – 21:30	Damen	
	17:00 – 18:30	U12/13 (3-4) (Hiddingsn)	HANDBALL Jugend: Marvin Saszik ☎ 0160 874 49 80 Senioren: Thomas Wahlen ☎ 0172 2518399		
	17:30 – 19:00	U17	Alle Termine (bis auf die gekennzeichneten) finden in der Glückaufhalle statt. „m“ sind männliche, „w“ sind weibliche Jugendmannschaften.		
	17:45 – 19:15	U19	Montags	17:00 – 18:30	mD-Jugend (ab 10)
	18:00 – 19:30	TW-Training U17/U19	Dienstags	14:30 – 16:00	Handball AG (Kl 2-4) GGS
	18:15 – 19:45	U17		15:30 – 17:00	m/wE- (ab 8)
	19:15 – 21:00	1. Mannschaft		17:00 – 18:30	wD (ab 10) + wC (ab 12)
19:30 – 21:00	2. Mannschaft	18:30 – 20:00		1. He (ab 18) + 2. He (ab 18)	
Mittwochs	15:30 – 16:30	U7 - Mini Kicker	20:00 – 21:30	1. Damen (ab 18)	
	16:30 – 17:45	U10/U13/U12/3 (3-4)	Mittwochs	15:30 – 17:00	Minis (ab 4) + m/wF (ab 6)
	17:30 – 18:45	U9 (2)		17:00 – 18:30	mC (ab 12) + mB (ab 14)
	18:00 – 19:30	U17		17:00 – 18:30	mD (ab 10) (Kreissporthalle)
	18:30 – 20:00	U16	18:30 – 20:00	wC (ab 12) + wB (ab 14)	
	19:00 – 20:30	U18/U19	18:30 – 20:00	1. Herren (ab 18)	
20:00 – 21:30	Damen	Donners- tags	15:30 – 17:00	Handball AG/GGS Haßlingh. (Klassen 2-4) (Sporthalle Haßlingh.)	
20:30 – 21:30	Alte Herren		17:00 – 18:30	m/wE- (ab 8) + wD (ab 10) (KH)	
Donnerstags	15:30 – 17:00		U9	18:30 – 20:00	wB (ab 14) + 1. Damen (ab 18)
	16:00 – 17:15	U9/U8 (Kleinspielfeld)	Freitags	17:30 – 19:00	Torwarttraining Jugend
	16:30 – 17:45	U11 / U11 (2)		18:30 – 20:00	mC (ab 12) + mB (ab 14) (KH)
	16:30 – 17:45	U12/U13			
	17:15 – 18:45	U13 (Kleinspielfeld)			
	17:15 – 18:45	U15			
17:45 – 19:15	U19 TW-Training				
17:45 – 19:15	U16/U15 (Kleinspielfeld)				

GuFi/Lauftreff Johannette Loose ☎ 0157-59181450

Mittwochs	19:30 – 20:30	Lauftreff „Vom Hausschuh zum Laufschuh“	Aldi-Parkplatz (ganzjährig)
------------------	---------------	--	-----------------------------

TANZSPORT Abteilungsleiter Ingo Wegge ☎ 68635 01 ✉ ingo.wegge@tsg-sprockhoevel.de

Montags	19:15 – 20:30	Tanzsportgruppe HD	MAS Foyer
Dienstags	20:15 – 21:45	Tanzsportgruppe MM	Baumhof-Halle
	20:00 – 21:45	Tanzsportgruppe MK	MAS Turnhalle
Donnerstags	19:30 – 21:30	Tanzsportgruppe DD	MAS Foyer

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

Täglich	ab 15:00	Übungsstunden	TSG-Tennisanlage
----------------	----------	---------------	------------------

TISCHTENNIS Abteilungsleiter Uwe Kilfitt ☎ 0152/34215583 ✉ uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de

Dienstags	18:00 – 19:30	Jugendkader	Baumhof-Halle
Mittwochs	17:00 – 18:30	Schüler + Jugend	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	Erwachsene	Baumhof-Halle

TRIATHLON Thomas Schmitz ☎ 71319 ✉ thomas.schmitz@tsg-sprockhoevel.de

Dienstags	18:00 – 20:00	Laufen	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
	19:45 – 21:00	Schwimmen	Lehrschwimmbad MAS
Mittwochs	19:30	Laufen	Schulstadion MAS
Donnerstags	18:00 – 20:00	Laufen	Stadion Sefansbachtal, Gevelsberg
Freitags	18:30 – 20:00	Schwimmen	Lehrschwimmbad MAS

ab 1. Mai
Freitags ab 18:45 **Sommertraining im Freibad Sprockhövel / freies Training**

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

Montags	20:00 – 21:30	Hobby-Mixed	GH 1
Donnerstags	20:00 – 21:30	Herren	GH 3

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

INFO

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

TURNEN				
Abteilungsleiterin Christine Sattler ☎ 70 20 60 ✉ christine.sattler@tsg-sprockhoevel.de Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70				
Montags	17:30 – 19:00	Gymnastik Ältere Turnerinnen	Baumhof-Halle	
	18:00 – 19:00	Turnen für 5-9 Jahre	MAS Turnhalle	
	19:00 – 20:00	Fitness-Treff	GH 1	
Dienstags	16:00 – 17:00	Einrad (ab 6 Jahre)/M. Palenschat	MAS Turnhalle	
	17:00 – 18:30	Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre)/M. Palenschat	MAS Turnhalle	
Mittwochs	15:30 – 16:45	Mutter-Vater-Kind (3-5 Jahre)	MAS Turnhalle	
	16:45 – 18:00	Mutter-Vater-Kind (3-5 Jahre)	MAS Turnhalle	
	20:15 – 21:15	Jedermann Turnen	MAS Turnhalle	
Donnerstags	16:30 – 18:30	Gerätturnen Mädchen (ab 8 Jahre)	GH 1	
	17:00 – 18:30	Turnen der Älteren	GH 2	
	18:00 – 19:15	Walking-Treff/Sabine Engelhard (Tel. 971814)	GH (Sommer)	
Freitags	15:30 – 16:30	Turnflöhe (ab 5 Jahre)	Glückaufhalle 3	
	15:30 – 16:45	Krabbeltturnen I (1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1	
	16:30 – 17:15	Tanzflöhe (3-5 Jahre)	GuFIT.15	
	16:45 – 18:00	Krabbeltturnen II (1-3 Jahre)	Glückaufhalle 1	
	17:15 – 18:00	Tanzmäuse (5-7 Jahre)	GuFIT.15	
	18:00 – 19:00	DanceKids (7-10 Jahre)	Baumhof-Halle	
	18:00 – 19:30	Turnabteilung	MAS Turnhalle	
20:15 – 21:30	Vitale Männer 40+	GH 1		
Samstags	09:30	Walking-Treff/Sabine Engelhard (97 18 14)	ALDI-Parkplatz (Winter)	
LEICHTATHLETIK				
Ilse Kleinbeck ☎ 7 18 03 ✉ ilse.kleinbeck@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	17:30 – 19:30	Sportabzeichen/Jürgen Nath (7 11 36)	Baumhof-Platz (April – Okt.) GH 2 (Winter)	
Donnerstags	15:30 – 17:00	Kinder 4-10 Jahre	Baumhof-Platz (April – Okt.) MAS (Winter)	
Freitags	18:30 – 20:00	Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene	Baumhof-Platz (April – Okt.) IG-Metall Bildungszentrum	
Sonntags	09:00 – 10:30	Lauftreff für Jedermann	IG-Metall Bildungszentrum	
PRELLBALL				
Hartmut Kroll ☎ 7 24 93				
Montags	16:00 – 18:00	Herren / Hartmut Kroll	MAS Turnhalle	
	19:00 – 20:30	Damen / Monika Rische (7 80 57)	Baumhof-Halle	
SCHWIMMEN				
Marianne Stüwe ☎ 7 16 05 ✉ marianne.stuewe@tsg-sprockhoevel.de				
Montags	16:30 – 17:30	Senioren wbl.	Lehrschwimmbecken GGS	
	19:00 – 20:00	Senioren ab 60 Jahre	Lehrschwimmbecken GGS	
	20:00 – 21:00	Wasserratten	Lehrschwimmbecken GGS	
Donnerstags	16:30 – 17:30	Schwimmen (6-10 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS	
	17:30 – 18:30	Schwimmen (10-18 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS.	
Freitags	16:00 – 16:45	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS	
	16:45 – 17:30	Schwimmen (5-12 Jahre)	Lehrschwimmbecken GGS	
VERSEHRTENSPORT				
Dieter Böhmer ☎ 7 21 81 ✉ dieter.boehmer@tsg-sprockhoevel.de				
Donnerstags	19:30 – 21:00	Prellball	Baumhof-Halle	
Freitags	17:30 – 19:30	Schwimmen	Lehrschwimmbecken GGS Börgerstr.	

GH = Glückaufhalle, KH = Kreissporthalle, GGS = Grundschule Börgerbruch, MAS = Mathilde-Anne-Schule (Hauptschule)

Wie fit bist DU?

„Fitness“ hat sich im Sport längst durchgesetzt – als Begriff und als Bewegungs- und „Fitness“-Angebot: Fitness-Studios, Gesundheits- und Fitness-TREFF, Fitness-Tests, Es gibt viele Beispiele! Aber zunehmend wird auch von ALLTAGSFITNESS gesprochen und geschrieben, besonders im Zusammenhang mit Erkrankungen und Handikaps oder bezogen auf ältere und hochaltrige Menschen. BEWEGLICHKEIT ist ein wesentliches Element der Lebensqualität, der Zufriedenheit und der Lebensfreude.

Seit einiger Zeit gibt es einen „Alltags-Fitness-Test“ (AFT), durch den die alltagsrelevante Fitness älterer Menschen einfach und aussagekräftig überprüft werden kann. Die Testergebnisse ermöglichen Prognosen zur Fitness, die für eine selbstständige Lebensführung erforderlich ist. Der Test ist für Personen ab dem Alter von 60 Jahren konzipiert und erlaubt den Vergleich mit anderen Personen gleichen Alters und Geschlechts. Das Besondere dieses Tests ist, dass auch Fitness-Standards enthalten sind, durch die konkrete Empfehlungen zur Verbesserung der Fitness und zur voraussichtlichen zukünftigen Selbstständigkeit im hohen Alter möglich sind.

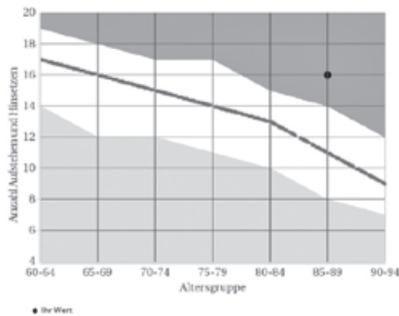
Der Alltags-Fitness-Test (AFT) wurde in den USA von den Wissenschaftlern der California State University unter dem Originaltitel ‚Senior Fitness Test‘ entwickelt und von Altersforschern und Sportwissenschaftlern der Uni Heidelberg auf deutsche Verhältnisse übertragen. Nun stellen der Deutsche Olympische Sportbund und die Becker-Stiftung dazu umfangreiches Material zur Verfügung und ermöglichen sogar Online-Auswertungen: <http://www.alltags-fitness-test.de/>

Die Aufgaben des Alltags-Fitness-Tests sind umfassend und decken alle wichtigen

Fitnessaspekte ab, die für ein unabhängiges Leben im Alter erforderlich sind. Erfasst werden die Kraft der Arme und Beine, die Ausdauer, die Beweglichkeit der oberen und unteren Körperhälfte (Schultern und Hüften), sowie die Geschicklichkeit. Bei der Beurteilung der Leistung in den verschiedenen Aufgaben werden die Werte mit denen von Personen gleichen Geschlechts und Alters verglichen.

Die Durchführung des Tests ist relativ einfach und kann mit wenigen Utensilien durchgeführt werden: Stuhl ohne Armlehne, Meterstab, Markierungskegel/-Hütchen, Handzähler, Stoppuhr (oder Timer am Smartphone), Klebeband und Hanteln (2,3 und 3,6 kg). Übungsleiter und Trainer werden als „Tester“ qualifiziert, damit der Test auch sachgerecht durchgeführt wird und zu aussagekräftigen Ergebnissen führt. Diese werden ganz individuell erfasst und ausgewertet und dann zum Beispiel in einem Schaubild dargestellt (nächste Seite):

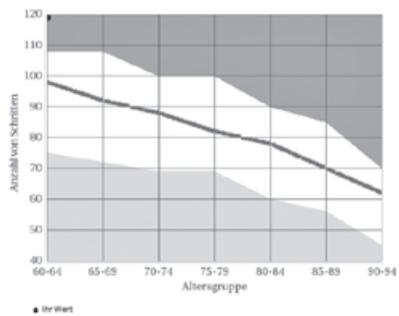
Nicht überraschend sind die Ergebnisse, dass (fast) alle Menschen, die regelmäßig trainieren, Sport treiben oder an Rehasport-Maßnahmen teilnehmen, signifikant bessere Ergebnisse erzielen als diejenigen, die sich wenig bewegen. Es lohnt sich, den „inneren



Beinkraft : 3 Punkte

Beim Beinkrafttest haben Sie mit 16 Wiederholungen ein überdurchschnittliches Ergebnis erzielt und liegen 5 Versuche über dem Fitness-Standard. Damit haben Sie eine sehr gute Prognose für ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter. Seien Sie weiterhin körperlich so aktiv!

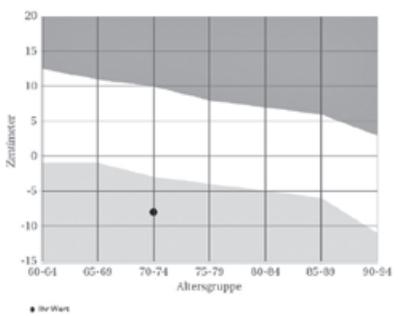
1. Beinkraft für einen 89-jährigen Mann, der ein überdurchschnittliches gutes Ergebnis erzielt hat.



Ausdauer : 3 Punkte

Beim Ausdauerstest haben Sie mit 133 Wiederholungen ein überdurchschnittliches Ergebnis erzielt und liegen 36 Versuche über dem Fitness-Standard. Damit haben Sie eine sehr gute Prognose für ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter. Seien Sie weiterhin körperlich so aktiv!

2. Ausdauer für eine 60-jährige Frau, die ebenfalls ein überdurchschnittliches gutes Ergebnis erzielt hat.



Hüftbeweglichkeit : 0 Punkte

Beim Hüftbeweglichkeitstest haben Sie mit -5 cm Abstand zur Fußspitze ein unterdurchschnittliches Ergebnis erzielt. Ihr Ziel sollte sein, den durchschnittlichen Bereich zu erreichen, von dem Sie nur 2,5 cm entfernt sind.

Hüftbeweglichkeit für eine 72-jährige Frau, die ein unterdurchschnittliches gutes Ergebnis erzielt hat.

Die gemessenen Werte des AFT-Tests geben Auskunft darüber, ob die jeweilige Leistung überdurchschnittlich (dunkelgrau), durchschnittlich über dem Fitness-Standard (weiß), durchschnittlich unter dem Fitness-Standard (hellgrau) oder unterdurchschnittlich (Linie) zu bewerten ist. Der „Fitness-Standard“ sind die Werte, die man erreichen sollte, um auch mit 90 Jahren noch fit und selbstständig sein zu können.

Quelle Grafiken: Marie-Luise und Ernst Becker Stiftung

Schweinehund“ zu überwinden und aktiv zu sein, wenn man/frau bis ins hohe Alter selbstständig leben will!

Teilnehmen kann jede und jeder. Dazu bietet die TSG-Abteilung „Gesundheit und Fitness“ jetzt regelmäßig AFT-Aktionen an – wie zum Beispiel bei der Senioren-Messe am 21.04.2018 in der Glückaufhalle. Dort haben über 20 Personen den AFT absolviert. Oder bei den AFT-Angeboten im GuFIT: einfach registrieren lassen und den Test durchführen. Die TSG hat sich als Sportverein auf der Alltags-Fitness-Test-Seite bereits angemeldet. Dadurch können die Testergebnisse erfasst werden, die Teilnehmenden können darauf

auch später wieder zugreifen und Veränderungen bewerten lassen. Der Datenschutz wird selbstverständlich sichergestellt.

Bei körperlichen Beschwerden muss vor der ersten Testung ein Arzt befragt werden, ob die Übungen durchgeführt werden können. Die Testung wird nur von erfahrenen Trainern und Übungsleitern durchgeführt, die als Tester autorisiert sind.

Dirk Engelhard

Viel Spaß und Erfolg beim Alltags-Fitness-Test – und gute Ergebnisse!

Ihr/dein AFT – Team

*Arash Nematzadeh,
Lena und Simone Piepkorn*

AFT-Termine im GuFIT nach Vereinbarung unter 02324-74774 und 0172-569 04 56
Ansprechpartnerin: Simone Piepkorn, Leiterin GuFIT

Neu im Team

Mein Name ist **Martina Bayer-Kraushaar** und ich komme aus Hattingen-Niederwenigern. Ich habe B-Lizenzen (Sport in der Rehabilitation) in den Bereichen Orthopädie, geistige Behinderungen und innere Medizin.



Ab Mai werde ich eine Herzsport-Gruppe im GuFIT übernehmen. Wenn ich nicht gerade Rehasport-Kurse leite, bin ich auf diversen Fußballplätzen anzutreffen, wo ich mit behinderten Kindern Fußball spiele. Ich freue mich sehr über die neue Aufgabe im GuFIT!

Hallo, ich möchte mich kurz vorstellen: mein Name ist **Thomas Kluba**, ich bin 40 Jahre alt, verheiratet und wohne mit meiner Familie in Niedersprockhövel. Hier arbeite ich als Erzieher in einer Kindertagesstätte. Seit September 2017 unterstütze ich das Team von „QuietschFidel“ am Mittwochnachmittag von 15.30 bis 17.00 Uhr.

Ich habe 2014 den Lehrgang zum Rettungsschwimmer in Silber, sowie 2016 den „Seepferdchen-Kurs“ bei der DLRG absolviert und darf seitdem den Kindern das Abzeichen abnehmen. Des Weiteren werde ich ab Mai 2018 auch die Schwimmgruppen der Turnabteilung am Freitagnachmittag von 16.00 bis 17.30 Uhr im Zwei-Wochen-Rhythmus begleiten.

Für mich ist es wichtig, dass die Kinder mit Spaß und Bewegungsfreude schwimmen lernen und ich ihnen den sicheren Umgang mit dem Element Wasser nahe bringen kann.





ZUMParty Dance Special

Voller Erfolg!

15 Teilnehmer, vier Trainer und zwei Stunden voller Musik – das waren die Grundzutaten für das ZUMParty Dance Special, das am 17. Februar stattfand. Im Kursraum des GuFIT. 15 tanzten die Teilnehmer unter Anleitung von Jola, Jule, Zuzana und Jonas zunächst gute 75 Minuten zu lateinamerikanischen Liedern, aktuellen Charthits und Songs aus aller Welt, um sich danach in der wohlverdienten Pause gemeinsam zu stärken und zu unterhalten. Danach ging es nochmal eine gute dreiviertel Stunde auf die Tanzfläche und es wurde noch-

mal richtig Gas gegeben. Zum Schluss haben sich alle wieder zusammengesetzt. Es gab Erinnerungsfotos für jeden und es wurde noch lange gequatscht. Dabei gab es eine Menge positives Feedback von Seiten der Teilnehmer, und auch uns Trainern hat es sehr viel Spaß gemacht.

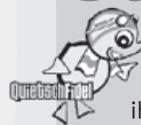
Einen negativen Aspekt gibt es allerdings doch: Das ZUMParty Dance Special war Jolas letzter Einsatz im ZUMParty-Bereich. Nachdem sie viele Jahre ihre Kurse gegeben hat und auch Jule und Jonas bei ihr als Teilnehmer zum ZUMParty gekommen sind, hört sie nun leider als ZUMParty Dance-Trainerin auf. Dennoch bleibt sie dem GuFIT glücklicherweise erhalten und macht ihre anderen Kurse ganz normal weiter.

Das nächste ZUMParty Dance Special ist bereits in der Vorbereitung und ist grob für den Herbst nach dem Stadtfest angesetzt!

Jonas Dornieden



Schwimmspielzeit



Zum letzten Schwimmen vor den Osterferien wurden die Eltern von ihren Kindern und uns eingeladen auch mal QuietschFidel zu erleben. Etwas anders als sonst.... Nach einer Runde Aramsamsam und großer Schwammschlacht mussten die Eltern im Team mit ihren Kindern zeigen, wie geschickt sie im Wasser sind. Mit Bechern auf Schwimmbrettern wurden die Kinder im

Schubkarrenrennen durch das Becken geschoben.

Anschließend konnten unsere „QuietschFidelis“ im Pferderennen gegen die Eltern ihre Schnelligkeit unter Beweis stellen.

Absolutes Highlight war das Spiel mit dem Schwungtuch. Mit dem haben wir gemeinsam ein großes Zelt im Wasser gebaut, unter dem jeder Platz hatte.

Lena Piepkorn



Auch 2018 brauchen die Übungsleiter mal Pause

bzw. Urlaub. Achtet bitte darauf, dass es in diesem Jahr wieder einen Ferienkursplan geben wird. Er liegt im Studio aus und wird auf www.gufit.de/kursplan/ zu finden sein.

Simone Piepkorn Leiterin GuFIT

GuFIT.19 in neuem Boden-Glanz

Leider war der Linoleum-Klick-Boden nicht ganz so robust wie gedacht. Nachdem sich die Oberfläche zusehends mehr und mehr vom Trägermaterial löste, musste gehandelt werden. Schließlich möchten wir unsere Teilnehmer nicht gefährden. Gespräche mit verschiedenen Firmen wurden geführt und wir konnten eine gute Lösung für alle finden. Wir danken euch für euer Verständnis.

Doch nicht nur der Fußboden im GuFIT.19 wurde ausgetauscht, auch das Material im GuFIT.15 ist in die Jahre gekommen. Im letzten Jahr wurden die Geräte auf der Trainingsfläche komplett überholt. Dank Conny, Tim, Günter, Robin und den wachsamen Augen aller Trainer und Service-Kräfte, kann oft schnell Abhilfe geschafft werden, wenn doch mal schnell ge-

handelt werden muss. Dennoch ist auch GuFIT auf Lieferzeiten, Versand und Zeit der Mitarbeitenden im Ehrenamt angewiesen.

Der Kursraum wurde mit neuem Material ausgestattet. Die Übungsleiter in den Fitnesskursen und auch im Rehabilitationssport können ihrer Kreativität freien Lauf lassen und die Teilnehmer dadurch wieder begeistern.

Als Nächstes ist die Trainingsfläche wieder dran, versprochen! Auf dem Stadtfest kann ich euch schon mehr sagen ... kommt doch einfach mal vorbei. Wie in jedem Jahr steht euch das GuFIT-Team am Samstag und Sonntag wieder mit Rede und Antwort zur Verfügung. Die Zeit ist so kurzlebig. In Planung ist ein Reha-Kurs Diabetes und auch ein Reha-Kurs für Menschen mit geistiger Behinderung.

Simone Piepkorn

TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20

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



Heimatsvorteil

Ihre Vorteilswelt für die ganze Familie!

- ⊕ Hochwertige **Markenartikel** mit exklusiven Vergünstigungen
- ⊕ Traumhafte **Urlaubsangebote** mit einzigartigen Specials
- ⊕ 3.000 **Freizeiterlebnisse** mit attraktiven Ermäßigungen
- ⊕ und vieles mehr...

Jeder Klick ein Vorteil: www.avu.de/shop

Für AVU-Stromprivatkunden mit einem comfort- oder compact-Vertrag

AVU...
ENERGIE – wir denken weiter