



TSG 1881 Sprockhövel e.V.  
[www.tsg-sprockhoevel.de](http://www.tsg-sprockhoevel.de)

38. Jahrgang

# TSGinfo 1 2024



**Seite 4: Einladung zur  
Mitgliederversammlung**



# Es geht um große Ziele.

## Und darum, dass sich jemand gesellschaftlich engagiert.

Als größte nichtstaatliche Sportförderin in Deutschland unterstützen wir große und kleine Projekte. Wir übernehmen damit Verantwortung und schaffen nachhaltige Werte vor Ort.



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Schwelm-Sprockhövel

## Liebe Leserinnen und Leser,

*and the winner is ..... Uli Meister!*

*Der Sportpreis 2023 der CDU Sprockhövel ist am 28. Januar im Sportlertreff am Baumhof an unseren langjährigen Abteilungsleiter der Fußballabteilung Ulrich Meister verliehen worden (Seite 13). Glückwunsch lieber Uli!*

*Völlig zu Recht, berücksichtigt man nicht nur die sportlichen Erfolge des Stürmers Uli Meister in den 70er Jahren, sondern vor allem die im Anschluss eingeschlagene 36-jährige Führungsarbeit als Abteilungsvorstand der Fußballer. Die tolle Erfolgsgeschichte mündete in der Saison 2016/2017 für die erste Mannschaft in der Regionalliga, der höchsten deutschen Amateurklasse. Auf die Frage nach dem Schlüssel des Erfolges stellt Uli den stetigen Fokus auf eine aktive Jugendarbeit heraus.*

*Hervorgehoben sei an dieser Stelle, dass sein Engagement stets ehrenamtlich erfolgte. Bei der Preisverleihung betonte unsere Bürgermeisterin Sabine Noll, wie überdurchschnittlich das ehrenamtliche Engagement gerade in Sprockhövel ist. Und das ist gut so. Ein Sportverein mit überwiegend nicht kommerziell ausgerichteten Sportarten kann nur mit Ehrenamt und Förderprogrammen existieren und attraktiv bleiben.*

*Und somit steht Uli Meister auch irgendwie repräsentativ für die sehr vielen Ehrenamtlichen in unserem Verein. Ohne euch gäbe es uns schon lange nicht mehr. Ganz großen Dank an alle ehrenamtlichen Helfer und Heferinnen in sämtlichen Abteilungen unseres Vereines für eure wertvolle Arbeit. Jeder von euch hat einen Preis verdient!*

*Ludger Böhmer  
Hauptgeschäftsführer*

**P.S.:** Die TSG-Geschäftsstelle ist in den Osterferien vom 2. bis 5.4.2024 (2. Ferienwoche) am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 8.30 bis 12.00 Uhr geöffnet.

# EINLADUNG

## zur Mitgliederversammlung 2024 der TSG 1881 Sprockhövel e.V.

**Am Mittwoch, den 10. April 2024, um 18:30 Uhr**  
im TSG-Sportlertreff, Im Baumhof 15, 45549 Sprockhövel

### TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung und der satzungsgemäßen Einladung
2. Bericht des Vorstandes
3. Berichte der Abteilungsleitungen
4. Bericht der Schatzmeisterin
5. Gespräche zu den Jahresberichten des Vorstandes und der Abteilungen
6. Bericht der Revisoren
7. Beschlussfassung über den Jahresabschluss des abgelaufenen Geschäftsjahres
8. Entlastung des Vorstandes
9. Wahlen des Geschäftsführenden Vorstandes
  - 9.1. Vorstandssprecher/in
  - 9.2. Hauptgeschäftsführer/in
  - 9.3. Vorstand Finanzen (Schatzmeister/in)
10. Wahlen der Vorstandsmitglieder
  - 10.1. Geschäftsstelle
  - 10.2. Sporträume
  - 10.3. Öffentlichkeitsarbeit/Marketing
  - 10.4. Kinder & Jugend
  - 10.5. Mitarbeit/Personal
  - 10.6. Leistung & Wettkampf
  - 10.7. Freizeit & Senioren
  - 10.8. Gesundheit & Fitness
  - 10.9. Vorstand Soziales
11. Wahlen der Revisoren
12. Beschlussfassung über den Haushaltsplan des laufenden Geschäftsjahres 2024
13. Bestätigung der Abteilungsvorstände und des Jugendwartes/der Jugendwartin
14. Beschlussfassung über Anträge
  - 14.1 Antrag zum Kinder- und Jugendschutz in der TSG  
„Die Mitgliederversammlung stimmt dem Beschluss des Vorstandes vom 29. Januar 2024 zur Erarbeitung eines Kinder- und Jugendschutzkonzeptes bzw. der Anpassung des Handlungsleitfadens auf die neuen Vorgaben des Landeskinderschutzgesetzes vom April 2022 zu. Ziel des neuen Schutzkonzeptes soll ein möglichst umfassender Schutz der uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen sein, um eine Kindeswohlgefährdung frühzeitig zu erkennen und Schutzmaßnahmen einzuleiten.“
15. Verschiedenes

- Anträge zur Mitgliederversammlung bitten wir fristgerecht bis zum **26. März 2024** schriftlich an den Vorstand zu richten. Anregungen und Vorschläge nehmen wir gerne auf.
- *Mit sportlichem Gruß*
- *Ludger Böhmer,*
- *Hauptgeschäftsführer*

**Nutzt als Mitglied euer Recht zur Mitbestimmung und Mitgestaltung!**

## TSGinfo 1/März 2024

<b>FUSSBALL</b>	<b>WAZ-Pokal 2023:</b> Die Zweite ganz vorne	<b>6</b>
	<b>Fußball Ferien Schule Ostern 2024</b>	<b>9</b>
	Winterzeit bei der TSG-Fußballjugend	<b>10</b>
	CDU-Sportpreis 2023 für Ulrich Meister	<b>13</b>
<b>BASKETBALL</b>	Auf einem guten Weg	<b>14</b>
<b>BADMINTON</b>	<b>Saison 2023/24:</b> Endspurt	<b>18</b>
<b>BOULE</b>	Es ist Frühling – und wir spielen BOULE	<b>20</b>
	<b>Boccia und Crossboccia:</b> Bewegung muss auch Spaß machen	<b>22</b>
<b>GuFi-Kursplan</b>		<b>24-25</b>
<b>TENNIS</b>	<b>Einladung:</b> Saisoneroöffnungs-PARTY	<b>26</b>
<b>TURNEN</b>	<b>Stadtmeisterschaften 2023:</b> Erfolg auf ganzer Linie	<b>28</b>
	<b>Einladung:</b> Jahreshauptversammlung der Turnabteilung	<b>29</b>
<b>TISCHTENNIS</b>	„Tischtennis bleibt für uns <u>die</u> Trendsportart“	<b>30</b>
<b>TRIATHLON</b>	<b>Athen-Marathon:</b> Wo alles begann	<b>32</b>
	<b>Training am 24.12.:</b> ... mal was anderes	<b>33</b>
	Silvesterlauf Remscheid/Herner Silvesterlauf/Winterlaufserie Duisburg	<b>33-34</b>
<b>JUDO</b>	Erst die Prüfung ...dann die Ferien	<b>36</b>
	<b>Kooperation:</b> Judoabteilung bei KiTa Bullerbü „Wir sind Superhelden“	<b>37</b>
<b>VEREINSARCHIV</b>	Ein Bild sagt mehr ...	<b>38</b>
<b>VORSTAND</b>	<b>Der Vorstand der TSG / SEPA-Lastschriftverfahren</b>	<b>40</b>
<b>Übungs- und Trainingszeiten</b>		<b>41-44</b>
<b>GESUNDHEIT&amp;FITNESS</b>	Aktuell wieder freie Plätze im Lungensport	<b>45</b>
<b>GuFiT</b>		
<b>KURZ &amp; GUT</b>	<b>Kalender</b>	<b>46</b>

### REDAKTIONSSCHLUSS für die TSGinfo 2/2024 ist der 12. Mai 2024

**IMPRESSUM**  
**Herausgeber:** TSG 1881 Sprockhövel e.V.  
**Redaktion/verantwortlich für den Inhalt:** Jürgen Zang, juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 02324/97204;  
**Layout und Titelfoto:** Jürgen Zang; **Fotos:** privat (wenn nicht anders gekennzeichnet);  
**Erscheinungsweise:** viermal jährlich; **Der Bezugspreis** ist im Mitgliedsbeitrag enthalten;  
**Anzeigenannahme am Ort:** Volker Bosch, volker.bosch@tsg-sprockhoevel.de, Tel. 00171-2835341;  
**Druck und Vertrieb:** B&W MEDIA-SERVICE GmbH, Emil-Weitz-Str. 2, 44866 Bochum, www.buw.com.  
**Namentlich unterschriebene Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.**

**Wir danken allen Inserenten für ihre Unterstützung**

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



## Die Zweite ganz vorne

Sprockhövel, Glückaufhalle am Sonntag den 30.12.2023. Vier zu zwei (4:2) stand es am Ende. Für die TSG. Für die Zweite. Im **WAZ-Pokal 2023**-Endspiel gegen die DJK TuS Ruhrtal Witten.

Und dieser Pokalgewinn war sowas von verdient. Im gesamten Turnier hatte sich die Mannschaft von Trainer Christian Kalina durch starken Einsatz und unbändigen Siegeswillen bis ins Finale vorgekämpft. Nach dem ersten Platz in ihrer von den Fußball-Fachleuten als die stärkste eingeschätzte Vorrundengruppe ging es über die Zwischenrunde bis ins Halbfinale. Hier hieß der Gegner SV Herbede, und

der hatte bis zu diesem Zeitpunkt ähnlich starke Leistungen gezeigt wie die TSG II. In einem äußerst spannenden Spiel mussten sich die Herbeder aber dem Kalina-Team dann knapp geschlagen geben.

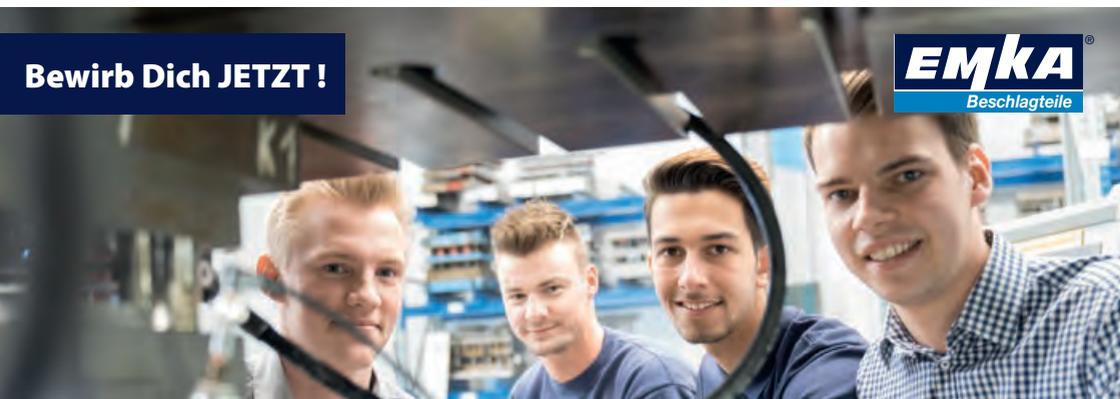
Jetzt fehlte nur noch der allerletzte Schritt. Und den machten die Jungs dann vor einem begeisterten Sprockhöveler Heimpublikum auch noch. Wie im gesamten vorherigen Turnierverlauf zeigte die Mannschaft noch einmal große Qualität, Disziplin und Mannschaftsgeist, um am Ende nach einem großartigen Auftritt die DJK TuS Ruhrtal Witten mit 4:2 zu besiegen. Und zurecht ließen sie sich gemeinsam noch lange vom Publikum feiern. Nur einer musste sein Glück unter Schmerzen

genießen: Der von seinem Team gefeierte Torhüter Patrick Knieps, der einen riesengroßen Anteil am Erfolg der Mannschaft hatte, spürte jetzt am ganzen Körper seine zahlreichen Paraden mit vollem Körpereinsatz.

Jürgen Zang Text und Fotos



**Bewirb Dich JETZT !**



**Freie Ausbildungsplätze beim Weltmarktführer. Starte deine Karriere mit einer Ausbildung bei EMKA!**





# FUSSBALL... FERIEN... SCHULE... OSTERN 2024

TSG  
Sprockhövel

1881

Jetzt  
Anmelden



139,-

Anmeldung auf <http://www.tsg-fussballjugend.de>

AHE "Fußball Ferien Schule"

in der „Klein -Arena“

25.03. - 28.03.2024  
Alter 5 - 12 Jahre

- fach- und kindgemäßes Training
- lizenzierte Trainer
- Mittagessen im „Sportlertreff“
- ausreichend Getränke für den ganzen Tag
- Geschenke für jeden Teilnehmer
- Teilnehmerurkunde
- gemeinsames Abschluss-Grillen

Betreuung: 9.30 - 16.00  
Training: 10.00 - 15.30

AHE

# WINTERZEIT bei der TSG-Fußballjugend

In der Vorweihnachtszeit 2023 gab es bei der TSG-Fußballjugend einige Dinge abseits des Fußballs.

Traditionell kam natürlich am 6.12 der Nikolaus mit seinem fleißigen Engelchen in die Klein-Arena. Nachdem die Kids ein Lied gesungen hatten, wurden sie mit Schokolade und Keksen beschenkt. Der Nikolaus und seine Helferlin blickten in glückliche Gesichter. Was ein schönes Event so kurz vor der Winterpause ...



## Am zweiten Adventswochenende standen dann gleich zwei Highlights auf dem Plan:

Die E1 der TSG hat ein sportlich erfolgreiches Jahr 2023 hinter sich. Neben der tollen sportlichen Entwicklung der Jungs ist es dem Trainerteam Kaa, Sebastian und Maik auch wichtig, über die Bandenwerbung des Fußballplatzes hinauszuschauen.

So nahm die Mannschaft am Stadtwerke-Weihnachtslauf in Witten teil. Ziel der Mannschaft war es, Spenden für den Kinderhospizdienst in Witten zu sammeln. Freunde und Familie der Mannschaft spendeten fleißig und so stand am Ende die stolze erlaufene Spendensumme von 1000 Euro. Dieser Betrag wurde von großartigen Spenden von Becker Truck Service (2000 Euro) und der Vollmann Group (500 Euro) auf insgesamt 3500 Euro aufgefüllt.

Als i-Tüpfelchen auf dieses tolle Ergebnis kam hinzu, dass die E1 in ihrer Alters-

gruppe auch sportlich lieferte und die Plätze 1 und 2 belegte.



Am gleichen Tag fand unser erstes **Weihnachts-Mitsingkonzert** statt.

Auf der stimmungsvoll geschmückten Tribüne wurden mit professioneller Unterstützung der Sängerin Viktoria Vegara Ruiz bekannte Weihnachtslieder gesungen.

Stärken konnte man sich mit Bratwurst, HotDogs, Plätzchen und gebrannten Mandeln. Natürlich gab es auch Glühwein, Punsch und Kakao um die Stimme zu ölen.

Wir bedanken uns bei allen Sängerinnen und Sängern, allen Helferinnen und Helfern für die schöne Zeit am 2. Advent. Wir werden es bestimmt wiederholen ...

Auch mit dieser Aktion wollten wir Gutes tun. Der Erlös in Höhe von 1500 Euro geht ebenfalls an den Kinderhospizdienst Ruhrgebiet e.V.

pizdienstes berichtete über die Arbeit und die Aufgaben des Vereins. Wir freuen uns sehr, diese wichtige Arbeit mit der Spende von 6.000 Euro unterstützen zu dürfen.



So machte sich am 21.12. eine **Delegation** aus Mitgliedern des Jugendvorstandes und Spielern, Eltern und Trainern der E1 auf nach Witten. Sie wurden herzlich mit Kaffee und Kuchen empfangen. Die Leiterin des Kinderhos-



## Das neue Jahr begann wieder mit unseren Jugend-Hallenturnieren.

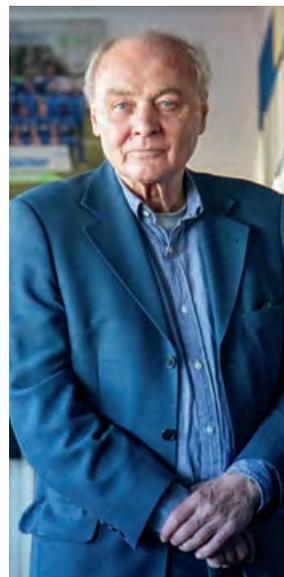
In insgesamt 10 Turnieren mit 71 Mannschaften aus ca. 710 Kindern wurden an 6 Tagen 210 Hallenspiele mit 2100 Hallenminuten ausgetragen. Alle Kids, Trainer und Zuschauer hatten jede Menge Spaß. Und auch neben dem Platz war mit einer Tombola und leckerem Essen und Trinken für alles gesorgt.

Auch hier bedanken wir uns für das großartige Engagement aller Beteiligten. Ohne diesen ehrenamtlichen Einsatz wären viele unserer Aktionen nicht möglich.

Wir freuen uns schon sehr auf alle Spiele und Aktionen, die im Jahr 2024 auf uns warten.  
*Claudia Vogel für den Vorstand der TSG-Fußballjugend*



## CDU-Sportpreis 2023 für Ulrich Meister



**In einer Feierstunde am 28. Januar 2024 im TSG-Sportlertreff wurde Uli Meister für seine hervorragende Leistung als langjähriger Leiter der TSG-Fußballabteilung geehrt.**

*36 Jahre lang – von 1985 bis 2021 – hat er erfolgreich die Fußballabteilung geführt. Früher gemeinsam mit Gerd Teschner und bis zuletzt mit seinem Bruder Jürgen. In Sprockhövel gibt es vermutlich nur sehr wenige, denen Uli nicht bekannt ist. In seine „Amtszeit“ fiel unter anderem als Höhepunkt der Aufstieg der 1. Mannschaft in die Regionalliga West.*

*Seinen ehrenamtlichen Einsatz für den Sport in Sprockhövel kann man nicht hoch genug bewerten. Das spiegelte sich auch in der von Bernhard Hoppe-Biermeyer, dem Vorsitzenden des Sportausschusses im NRW-Landtag, gehaltenen Laudatio wieder.*

*Bei der gut besuchten Veranstaltung im Sportlertreff wurde auch von Bürgermeisterin Sabine Noll und von Ulrich Oberste-Padtberg, dem Vorsitzenden der CDU Ennepe-Ruhr, die Bedeutung der Leistung von Uli Meister gewürdigt.*

*Emotional wurde es, als André Meister, Uli's Sohn und aktueller Geschäftsführer der Fußballabteilung, als Einleitung zur Laudatio von Bernhard Hoppe-Biermeyer die Champions-League-Hymne ertönen ließ.*

*Zum Abschluss überreichte dann mit einem herzlichen Dank für sein großes Engagement Torsten Schulte, Chef der Sprockhöveler CDU, die Urkunde zusammen mit einem kleinen Präsent an Uli Meister. Der hatte sich bis dahin bescheiden im Hintergrund gehalten, ließ es sich aber zum Schluss nicht nehmen, besonders seinen Bruder Jürgen zu erwähnen, „ohne den das alles nicht möglich gewesen wäre“.*

Jürgen Zang Fotos: TSG



**Uli mit der von Torsten Schulte (li.) überreichten Urkunde, rechts freut sich Jürgen Meister mit seinem Bruder.**



# Auf einem guten Weg



Die **U16 männl.** belegt nach zwölf Spielen als Neuling einen guten 4. Platz unter acht Teams. Im ausstehenden Rückspiel gegen Gerthe könnte noch der 3. Platz erreicht werden. Es gab klare Siege gegen die Teams auf den Plätzen 5 bis 8, nur der Tabellenführer aus Witten erwies sich als unschlagbar.

## HERREN 1

Die erste Mannschaft hatte als Aufsteiger in der Bezirksliga nach einem klaren Sieg gegen Gevelsberg nicht das nötige Spielglück. Gegen Rote Erde Schwelm unterlag man, nachdem es nach Ende des Spiels unentschieden stand in der dann erforderlichen Verlängerung, in Breckerfeld beging man bei abgelaufener Spielzeit noch ein unnötiges Foul. Die dadurch bedingten Freiwürfe nutzte Breckerfeld zum 51:50 Sieg.

Nach Abschluss der Vorrunde muss das Team jetzt wie erwartet in die Abstiegsrunde in der sie auf zwei Hagener Mannschaften trifft. Drei Siege aus der Vorrunde werden mitgenommen, von den noch folgenden vier Spielen bis Ende April müssen mindestens zwei gewonnen werden um die Klasse zu halten.



## HERREN 2

Die Mannschaft hat durch neue Spieler mittlerweile einen Kader von 20 Spielern und schlägt sich in der 2. Kreisliga weiterhin sehr gut. Leider konnten einige enge Spiele nicht gewonnen werden. So steht die Mannschaft bei drei Siegen aus 13 Spielen. Bei dem nicht zu verkennenden Aufwärtstrend sollten noch Siege dazu kommen.

## U14 gemischt

Nach einer unglücklichen Niederlage in Gevelsberg konnte sich das Team überraschend deutlich beim ungeschlagenen Tabellenführer Herne mit 65:32 durchsetzen und damit auch die Tabellenführung erobern. Diese soll jetzt nicht mehr hergegeben werden und die Meisterschaft der Kreisliga Bochum/Ennepe-Ruhr erreicht werden. Diese wird im April im Rückspiel gegen Herne entschieden.





**U12** steht in der Kreisliga Ennepe-Ruhr bei drei Siegen aus acht Spielen und rangiert im Mittelfeld. Auf zwei Siege gegen Breckerfeld folgte ein überraschender Auswärtssieg mit 70:69 bei den Witten Baskets.

**U10** Für die neu gegründete U10 suchen wir weiterhin Mädchen und Jungen im Alter von 7 bis 9 Jahren, die Lust haben Basketball auszuprobieren. Wir trainieren montags von 15:00 bis 16:30 Uhr in der Glückaufhalle.



**U16 weibl.**

Zuletzt guten Zulauf hatte unser Mädchenteam. So trainieren jetzt zehn Mädchen dienstags von 17:30 bis 18:40 Uhr in der Turnhalle der Mathilde-Anneke-Schule. Hier suchen wir noch weitere Mädchen zwischen 12 und 17 Jahren, um in der nächsten Saison an einer Spielrunde teilnehmen zu können.



**Hobbies**

Mittwochs von 20:15 bis 21:30 Uhr trainiert unsere Hobbytruppe in

der Mathilde-Anneke-Schule und sucht ebenfalls noch MitstreiterInnen mit und ohne Basketballerfahrung, die

Lust haben, diese Sportart kennenzulernen oder schon einmal gespielt haben und wieder anfangen möchten.

**Ausblick und Fazit**

Durch unser rasantes Wachstum in den letzten beiden Jahren von 20 auf mittlerweile 130 Mitglieder wachsen auch die Aufgaben. Erfreulich, dass nun weitere fünf Abteilungsmitglieder den Trainererschein machen wollen, um im Jugendbereich ein qualifiziertes Training anzubieten. Bei möglicherweise acht spielenden Mannschaften in der nächsten Saison, müssen entsprechend auch Schieds-

richter gestellt werden, Es müssen sich daher einige Vereinsmitglieder bereit erklären, die Schiedsrichterprüfung zu absolvieren. Dank großem Engagement unserer Trainer, Spieler und Eltern sind wir auf einem guten Weg und werden unsere selbstgesetzten Ziele mehr als erreichen, die Saison erfolgreich abschließen und sowohl sportlich als auch strukturell weiter wachsen.

Für die Abteilung Jochen Knorr als Sportwart  
Alle Fotos durch Eltern und Mitglieder der Basketballabteilung

**Patrick Becker GmbH**  
Ihr Dachdeckermeister in Sprockhövel

Steildächer – Flachdächer und Abdichtungen – Fassadenbekleidungen – Bauklempnerei  
Dachfenster (Velux Experte) – Balkon- und Terrassensanierung  
Asbestsanierung und Entsorgung – Reparaturen, Inspektionen und Wartungen

VELUX Experte

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

# Endspurt

Erstmals seit langer Zeit konnte die TSG in dieser Saison wieder eine zweite Mannschaft stellen. Dies war vor allem durch den erfreulichen Zuwachs aus dem Jugend- und Hobbybereich möglich.

Nach einem holprigen Start mit zwei Niederlagen in der Kreisklasse konnte die Mannschaft die letzten drei Spiele zum Teil deutlich für sich entscheiden. Insbesondere das zweite

ser Saison in der Bezirksliga angetreten ist, eher in Richtung Abstieg. Mit fünf Punkten Rückstand auf den rettenden sechsten Tabellenplatz bei nur noch vier verbleibenden



Die Spielerinnen und Spieler der beiden Mannschaften beim Heimspiel am 25.11.2023

Herrendoppel konnte überzeugen und ist weiterhin ungeschlagen. Auch im zweiten und dritten Herreneinzel konnte die TSG überzeugen und gewann vier der fünf Spiele.

Rund zwei Drittel der laufenden Saison sind gespielt und für die Mannschaft sind noch alle Möglichkeiten zum Aufstieg offen. Derzeit belegt sie den zweiten Tabellenplatz und ist mit sechs Punkten gleichauf mit dem Tabellenersten. Im letzten Spiel der Saison treffen diese beiden Mannschaften direkt aufeinander.

Währenddessen neigen sich die Ausichten der ersten Mannschaft, die in die-

Spieltagen sind zwar rein rechnerisch noch alle Möglichkeiten offen, der Klassenerhalt aus eigener Kraft ist jedoch nicht mehr realistisch.

Dennoch ziehen die Spielerinnen und Spieler der ersten Mannschaft eine positive Zwischenbilanz der noch laufenden Saison. Nachdem der Aufstieg erst im vergangenen Jahr gelungen war, konnten alle in ihrer jeweiligen Disziplin viel Erfahrung in der höheren Spielklasse sammeln, was zweifellos für einen möglichen Wiederaufstieg von großem Nutzen sein wird.

Jan Thoma



**Mit Sicherheit ein Bestangebot**

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

# Es ist FRÜHLING – und wir spielen BOULE

Wärmere Temperaturen, Ende der Regenzeit, frische Luft und vielfältige Düfte ... da fühlt sich Bewegung an der frischen Luft noch viel besser an.

Die TSG-Bouleguppe wächst weiter – immer mehr nette Menschen genießen es sich an der frischen Luft zu bewegen und spannende Spielchen zu machen. Das tut gut! Boulespielen ist außerdem ganz einfach: Jede\*r wirft seine Kugel möglichst nahe ans Ziel (die Zielkugel, Cochonnet). Das Gewinnen ist schon schwieriger, weil ja alle nahe dran sein wollen oder näher liegende Kugeln einfach wegschie-

ßen. Auf dem Platz kann das sehr leicht erklärt und ausprobiert werden!

2023 ist gut verlaufen – ohne Corona-Beschränkungen, mit regelmäßigen Treffen und Spielen, gutem Ergebnis in der Kreisliga, Hobbyliga und Freundschaftsspielen, ... und Holger Fiedler wurde Vereinsmeister und muss in diesem Jahr den Tete-Wanderpokal 2024 verteidigen.

## Vereinsinterne Termine

- ▶ alle zwei Monate Boule-Gruppengespräche
  - ▶ Kurs in Hachen: 20.-22.03.2024 Boule genießen – Spiel verbessern – Gold, Silber, Bronze holen
  - ▶ 13./14.04.2024 TSG-Vereinsmeisterschaft Tete
  - ▶ 11./12.05.2024 TSG-Vereinsmeisterschaft Doublette
  - ▶ 08.06.2024 Tag des Sports (Sportplatz Baumhof) mit BOULE!
  - ▶ 15./16.06.2024 TSG-Vereinsmeisterschaft Triplette
  - ▶ 16.-18.08.2024 Boule-Event (SpoTa Hachen)
- ALLE können teilnehmen!

## Verbandstermine

- (BPV NRW-Termine Qualifikation – für alle Lizenzspieler\*innen):
- ▶ Triplette Frauen 05.05.24, Doublette & Tireur Frauen 11.05.24, Doublette 01.06.24
  - ▶ Triplette 06.07.24, Doublette Mixte 10.08.24, Triplette Veterans 17.08.24
  - ▶ Tête-à-tête / Tireur 07.09.24
  - ★ Kreisliga B Spieltage: 21.04.24, 26.05.24, 01.09.24; je zwei Begegnungen Oberhausen-Sterkrade 1 und 2, Essen-Kettwig 5, Recklinghausen-Suderwich 4, Bochum-Wattenscheid 2 und Witten PBC 3

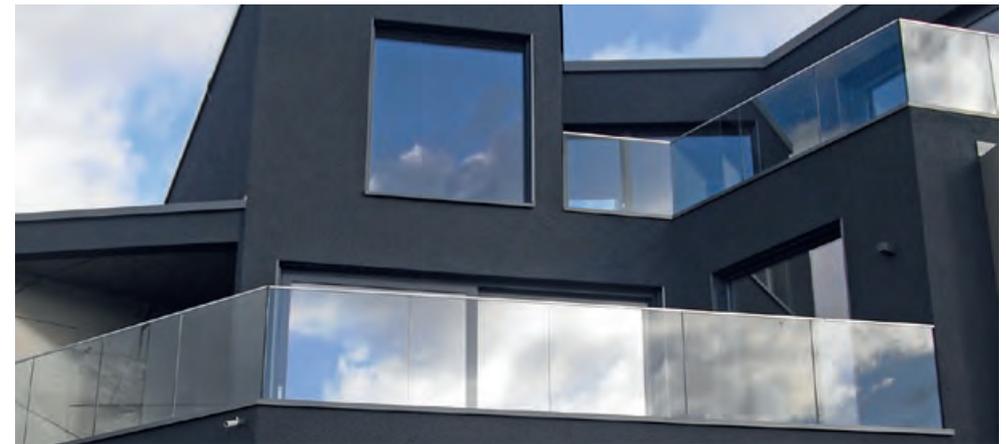
## Unsere Boule-Spielgelände

- ▶ an der Bahntrasse – zwischen Lidl-Parkplatz und „Alter Bahnhof“ mit vielfältige Spielmöglichkeiten: drei relativ glatte Bahnen und ein „Baum-Gelände“ – eine besondere Herausforderung
- ▶ „Im Baumhof“ (Sportplatz): fünf Bahnen – im Winter auch mit „Flutlicht“
- ▶ Training – besonders für Liga-/Meisterschafts-Spieler\*innen auf wechselndem Spielgelände!

## Unsere TREFFS & TRAININGS

- (Sommerzeit – ab 31.03.2024 / W=Winterzeit):
- ▶ SONNTAGS 11:00 Uhr und FREITAGS ab 16:00 Uhr / W 14:00 Uhr BAHNTRASSE
  - ▶ MONTAGS und MITTWOCHS ab 16:00 Uhr / W 14:00 Uhr Sportplatz Baumhof
  - ▶ JEDERZEIT nach VEREINBARUNG! (WhatsApp-Gruppe)
  - ▶ TRAININGS-Gruppe: nur nach Vereinbarung DIENSTAGS 17:00 Uhr

**Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.**  
**PROBIERT ES EINFACH MAL!** Dirk Engelhard



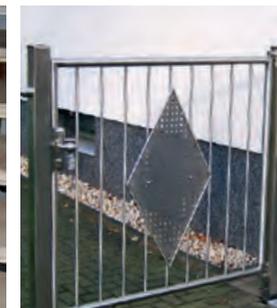
# Alubau & Bauelemente

Bauschlosserei Samsel

GmbH

Meisterbetrieb • Edelstahlarbeiten

Schweißfachbetrieb nach DIN EN 1090 EXC. 2



Der Trend von HEUTE – [www.glasgelaender.de](http://www.glasgelaender.de)

Karolinenstraße 109 | 44793 Bochum | Tel. 0234/361236 | [alba-bochum.de](http://alba-bochum.de)

# Bewegung muss auch Spaß machen!

**BOCCIA und CROSSBOCCIA für Ältere und Hochaltrige in der TSG und im MCH**

Schon vor vier Jahren (im Februar 2020) hatten die Boulegruppe der TSG Sprockhövel und das Matthias-Claudius-Hauses (MCH), die pflegerische Altenhilfeeinrichtung in Sprockhövel, vereinbart, als „Tandem“ MCH und TSG ein Bewegungsangebot für die Bewohner\*innen und Mitarbeiter\*innen der Pflegeeinrichtungen zu gestalten – coronabedingt startete das Projekt aber erst im März 2022. Wir berichteten darüber in der TSGinfo 1/2022.

Nach einer Phase im Rahmen des geförderten Projekts „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“ (BAP 2.0) wird das Bewegungsangebot inzwischen seit fast zwei Jahren wöchentlich jeweils in der Tagespflege (TP) und in einer Wohngruppe (WG) des MCH angeboten und von einem Team aktiver und qualifizierter Helfer\*innen durchgeführt.

„Bewegung als elementaren Bestandteil der pflegerischen Versorgung in NRW zu etablieren“ war das Ziel von BAP 2.0 – durch Kooperationen von Sportvereinen, Alteneinrichtungen und/oder Pflegediensten mit einem intensiven Erfahrungs- und Wissensaustausch. Das wurde zur Grundlage eines inzwischen etablierten und bewährten Angebots: BOCCIA!

Unbestritten trägt regelmäßige BEWEGUNG wesentlich bei zum Erhalt und zur Förderung von Mobilität bis ins hohe Alter; Bewegung wirkt präventiv und in der Rehabilitation; Bewegung ist Lebensqualität. Aber Bewegung



muss auch Spaß machen und darf nicht zur Last oder Pflicht verkommen.

Boule, Boccia und Crossboccia bieten ideale Möglichkeiten zur Bewegung bis ins hohe Alter!

## BOCCIA im MCH

Nach der Projekt- und Entwicklungsphase 2022 wurden 2023

- ★ die Angebote in der Tagespflege und in der Wohngruppe zielgruppengerecht geschärft
- ★ die ehrenamtlichen Helfer\*innen und die hauptberuflichen Mitarbeiterinnen fortgebildet – u.a. zum „bewegenden Flur“ und zu Mobilisierungsübungen
- ★ das Team erweitert (Bärbel und Ludger kamen hinzu)
- ★ klare Strukturen vereinbart: wöchentlich ca. eine Stunde; in der WG immer donnerstags

tags ab 15:30 Uhr, in der TP im Wechsel montags bis freitags immer ab 11:00 Uhr

- ★ Materialien ergänzt (Crossboccia und Boccia) und
- ★ Regelungen zum Transport der Bewohner\*innen (WG) vereinbart und
- ★ mit Ute eine engagierte und kompetente Team-/Projektleitung gefunden.

Diese Verbesserungen und das engagierte Team mit Ute Flottmann (Teamlleitung), Bärbel Leise, Ingrid Ommerborn, Ludger Böhmer, Ingrid Dammüller und Dirk Engelhard sind eine sehr gute Grundlage für die Angebote und Entwicklungen 2024!

## Nutzen dieses Angebots

Die (politisch motivierten) Teilziele und Handlungsebenen waren 2020 sehr hochgesteckt – siehe Rückblick BAP 2.0. Die Ziele wurden deshalb einfacher und klarer gesetzt und deren Nutzen lässt sich inzwischen sehr klar beschreiben:

- für die Bewohner\*innen der WG und die Gäste der TP: Zufriedenheit, Spaß, Bewegung, Lebensqualität – „Ich freue mich die ganze Woche darauf!“, „Das macht einfach Spaß!“ ... strahlende Augen, zufriedenes „Danke!“. Selbst Bewohner\*innen, die selber kein Crossboccia mehr werfen können, möchten einfach zuschauen und dabei sein oder demenziell stark Erkrankte freuen sich, dass sie „wieder was gelernt“ haben oder einfach „so toll treffen“;
- für die ehrenamtlichen Teamer\*innen: Zufriedenheit, Lebensqualität – „Es macht mir selber Spaß“, „Ich tue was Gutes“, „Die Freude der Teilnehmenden ist auch meine Lebensqualität!“ ...
- für die Einrichtung: ein gutes Angebot für Gäste und Bewohner\*innen, Image, Entlastung des Personals, ...

- für den Verein: gesellschaftliche Verantwortung auch über das Vereinsangebot im engeren Sinne hinaus,
- für alle: neue Erfahrungen und Verringerung von „Schwellen“.

## Ziele 2024

Nach den Erfahrungen und Erlebnissen der letzten beiden Jahre soll das Angebote BOCCIA auf jeden Fall gut vernetzt mit den Teams der Tagespflege, des Sozialen Dienstes und dem Förderkreis im MCH weitergeführt werden. Konkrete Ziele sind:

- ★ Erweiterung des ehrenamtlichen Teams – auch Interessierte ohne Boule-Kenntnisse werden eingewiesen und qualifiziert,
- ★ Ersatzbeschaffung Material,
- ★ einzelne Angebote (Boccia) für die Bewohner\*innen der Seniorenwohnungen, Nachbarn und Mitarbeiter\*innen des MCH. Inzwischen strahlt das Boccia-Angebot auch über das MCH und Sprockhövel hinaus und es werden
- ★ vom Boule- und Pétanque-Verband NRW und in Kooperation mit dem KreisSport-Bund EN, dem DRK, anderen Bündeln und Verbänden Boccia-Helfer\*innen und Assistent\*innen qualifiziert;
- ★ diese Qualifizierungen werden auch als Fortbildungen von Mitarbeitenden und zur Lizenzverlängerung für Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen anerkannt.

Ein ausführlicherer Beitrag mit Rückblick und zu den Ziele BAP 2.0 (2022) steht im Internet: <https://www.tsg-sprockhoevel.de/boule/>

**Interessierte sind im Boccia-Team herzlich willkommen** – ansprechbar sind alle Teamer\*innen und besonders Ute Flottmann (Tel. 0 23 24/438 03 26)

Dirk Engelhard und das Boccia-Team im MCH

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			9.00 - 10.00 Rücken Fit [G15]			
9.30 - 10.30 Pilates [IB]						
	10.00 - 11.00 Yoga 60+ [G15]		10.00 - 11.00 Rücken Fit [G15]	10.15 - 11.15 Rücken Fit-Entspannung [G15]		10.00 - 11.00 Zumba® [G15]
11.00 - 12.00 Yoga auf dem Stuhl [G19]	11.00 - 12.00 Vinyasa Yoga [G15]				11.00 - 12.30 Cycling [G15]	
						11.15 - 12.15 BOP&more [G15]
14.15 - 15.00 <b>T</b> Tanzflöhe (4-5 Jahre) [G15]						
15.00 - 16.00 <b>T</b> Tanzmäuse (6-8 Jahre) [G15]			15.00 - 15.45 <b>T</b> Tanzmäuse (5-7 Jahre) [G15]			
		15.30 - 16.15 <b>Z</b> QuietschFidel 🐹 (LS)	15.30 - 16.30 Wassergymnastik (LS)			
16.00 - 17.00 <b>T</b> DanceKids (ab 9 Jahre) [G15]		16.00 - 17.00 <b>Z</b> D!s Kids Club (ab 9 Jahre) [G15]	15.45 - 16.45 <b>T</b> DanceKids (ab 10 Jahre) [G15]			
		16.15 - 17.00 <b>Z</b> QuietschFidel 🐹 (LS)				
		16.30 - 17.30 Frauengymnastik 50+ [G19]				
	17.00 - 18.00 Rücken intensiv [G15]	17.00 - 18.00 <b>Z</b> D!s Dance Club (ab 12 Jahre) [G15]				
			18.00 - 19.30 <b>Z</b> D!s Dance Club (ab 14 Jahre) [G15]	18.00 - 19.30 <b>Z</b> Yoga [G19]		
				18.00 - 19.00 Vinyasa Yoga [G15]		
18.15 - 19.15 Power Pump [G15]	18.15 - 19.15 BOP&more [G15]					
		19.00 - 20.15 Tanzen und mehr (Frauen 50+) (MAS)				
		19.15 - 20.15 Zumba® [G15]	19.15 - 20.15 Step'n Style [G15]	19.15 - 20.15 Complete Body Workout [G15]		
19.30 - 20.30 Cycling [G15]	19.30 - 20.30 Power Mix [G15]					
			19.45 - 21.15 <b>Z</b> Yoga [G19]			
20.30 - 21.30 Cycling [G15]						

# Saisoneröffnung 2024 der Tennisabteilung



# PARTY

zur Unterstützung der Platzrenovierung

Liebe Mitglieder der TSG Sprockhövel, kommt zahlreich,  
bringt Freunde und Bekannte mit, wir freuen uns auf euch!



- ▶ im Vereinsheim der TSG-Tennisabteilung, **Dresdener Str. 11, Sprockhövel**
- ▶ am **Samstag 20. April 2024 ab 18:30 Uhr**
- ▶ **Eintritt 25 Euro** inkl. Buffet und 2 Freigetränken (Jugendliche bis 15 Jahre zahlen 15 Euro)
- ▶ **Anmeldung** bitte spätestens bis 15. März per E-Mail [party@tsgtennis.de](mailto:party@tsgtennis.de) oder telefonisch bei Christina Herrmann **0172/2807562**

Foto: ©visionphoto.de



RECHTSANWÄLTE  
Mittelmann & Wiemann



Rechtsanwälte und Fachanwälte  
für Medizin-, Arbeits- & Sozialrecht

Bahnhofstraße 6 | 45549 Sprockhövel

Telefon: 02324 9041414 | E-Mail: [info@mwkanzlei.de](mailto:info@mwkanzlei.de) | Web: [mwkanzlei.de](http://mwkanzlei.de)



Stadtmeisterschaften 2023

Von vorne: Caroline, Ruby, Luisa, Naya, Charleen, Emma, Lale, Lena, Valentina

## Erfolg auf ganzer Linie

**Am 25. November 2023 fanden die Turn-Stadtmeisterschaften in Witten statt. Von der TSG Sprockhövel nahmen neun Turnerinnen in vier unterschiedlichen Jahrgangsklassen teil. Insgesamt zeigten 50 Teilnehmerinnen von fünf unterschiedlichen Vereinen an vier Geräten ihr Können.**

Neben den Mädchen fanden zeitgleich auch die Stadtmeisterschaften der Jungen statt, so dass die Holzkamp-Halle sehr gut besucht war. Nach dem gemeinsamen Aufbau ging es am Nachmittag gegen 15.00 Uhr für unsere Mädels am Boden los. Darauf folgten der Sprung, der Barren und das Zittergerät vieler Mädchen, der Balken.

Alle Mädchen turnten ohne größere Fehler und zeigten durchweg hervorragende Leistungen. Für unsere jüngste Turnerin Caroline Rottschy war dies der erste Wettkampf überhaupt. Gleichwohl sie immer als erste ihrer Riege turnen musste, zeigte sie, auch dank des guten Zusammenhalts des Teams, wenig

Nervosität. Herzlichen Glückwunsch zu dieser erfolgreichen Premiere.

Im Jahrgang 2013 erkämpften sich gleich zwei Turnerinnen einen Podestplatz. Naya Kühlkamp erzielte mit sehr guten 52,55 Punkten den dritten Platz. Emma Fux erklimmte das Podest mit 59,50 Punkten nach ganz oben und wurde damit wiederholt Stadtmeisterin ihrer Altersklasse.

Auch im Jahrgang 2011 durften sich zwei Turnerinnen der TSG über Podestplätze freuen. Lena Mindhoff erreichte mit 53,50 Punkten einen tollen dritten Platz. Valentina Hitzbleck kam mit 56,05 Punkten auf einen hervorragenden ersten Platz. Auch alle weiteren Turnerinnen konnten ihre Leistungen zum Vorjahr deutlich verbessern. Hervorgehoben sei hierbei das sichtbar tolle Teamgefüge. Allen anwesenden Eltern gilt an dieser Stelle großer Dank für ihre tatkräftige Unterstützung.

Um 19 Uhr ging dann der anstrengende vierstündige Wettkampftag zu Ende.

Yvonne Fux Foto Birger Fux

## EINLADUNG

### JHV 2024 – Turnabteilung –

Das erste „Highlight“ des Jahres: die Jahreshauptversammlung. Durchbrecht das Trainingseinerlei und kommt zur JHV!

Am **Donnerstag, 21. März 2024, um 19.30 Uhr**

in der Cafeteria der Glückauf-Halle mit folgenden Themen:

1. Begrüßung und Totenehrung
2. Jahresberichte der Übungsleiter und Übungsleiterinnen
3. Kassenbericht
4. Entlastung des Vorstandes
5. Wahlen
  - Oberturnwartin / Oberturnwart
  - Abteilungsleitung (Stelle vakant)
  - Kassenwartin / Kassenwart
  - Jugendwartin / Jugendwart
6. Verschiedenes, darunter Terminplanung und Ausblick in die Zukunft

**Ihr seid alle herzlich eingeladen! Sagt doch bitte, wenn Ihr noch Gesprächsbedarf oder Anträge zur Tagesordnung habt, damit wir das einplanen können – bis zum 14.03.2024 unter der E-Mail-Adresse [fischerr208@gmail.com](mailto:fischerr208@gmail.com).**

Wie immer soll an diesem Tag möglichst kein Sport stattfinden, damit ihr alle unsere ehrenamtliche Abteilungsleitung mit Eurem Kommen unterstützen könnt.

Regina Fischer für den Vorstand

# „Tischtennis bleibt für uns die Trendsportart“



Im Rahmen unserer Aktion der ‚TSG Tischtennis-Offensive‘ können wir eine deutliche Zunahme an Interessenten vermelden, die gerne an unserem gemeinsamen Tischtennis-Training – jeweils Dienstags von 18 bis 19:45 Uhr – teilnehmen. Mittlerweile werden alle Tischtennisplatten durchgängig gut genutzt und die neuen Mitglieder haben sichtbar viel Freude am Spiel mit dem kleinen Ball.

Mitte Januar haben wir unsere Abteilungsversammlung abgehalten und uns für die Zukunft breiter aufgestellt. Als neues Gesicht konnten wir für Vorstandsarbeiten unseren Sportkollegen Björn Rosendahl gewinnen, der ab sofort als Sportwart aktiv wird. Als Mannschaftsführer stehen ihm mit Thomas Kutzner und Chris Dannat zwei erfahrene Spieler im Koordinationsumfeld der Mannschaften zur Seite und auch Uwe Kilfitt, der als Vorsitzender unserer Abteilung bestätigt wurde, wird die Einarbeitung begleiten.

Die Rückrunde der Spielzeit 2023/24 ist in vollem Gange. Für die erste Mannschaft ist der Aufstieg fest eingeplant, aber auch die Zweite kann sich hier noch Hoffnung machen. Wichtig ist aber neben dem sportlichen Erfolg, dass alle spielberechtigten Akteure zum Ein-

satz kommen und so weitere Erfahrungen für die Zukunft sammeln können.

Auch für 2024 werden neben dem Spielbetrieb der Mannschaften zahlreiche Veranstaltungen geplant. Auf dem Zettel stehen erneut ein Trainingslager im Tischtennis-Olympiazentrum Zugbrücke Grenzau, zu dem weitere Familienmitglieder herzlich eingeladen sind. Neben Tischtennis stellt das Hotel zahlreiche Aktivierungsmöglichkeiten bereit und das leckere Buffet ist hinlänglich bekannt.

Auch an der Breitensport-Aktion ‚Freibad Cup‘ des WTV wollen wir wieder teilnehmen. Hier muss natürlich noch ein Termin abgestimmt und die weitere Entwicklung im Freibad bezüglich der Öffnungszeiten abgewartet werden.

Nach Abschluss der Saison im April werden wir erstmals seit Jahren wieder eine Vereinsmeisterschaft durchführen. Spielberechtigt sind hier alle Mitglieder unserer Tischtennis Abteilung.

Zum Jahresabschluss steht wieder ein gemeinsames Event mit unseren Partnern an. Da der Bowlingabend im Rainbow Park mit anschließendem Essen sehr gut angenommen wurde, können wir uns eine Wiederholung vorstellen.

Ihr seht, bei uns wird es eigentlich nie langweilig und alle Aktiven werden aufgefordert sich weiterhin mit ihren Ideen für gemeinsame Aktionen einzubringen.

Mit sportlichem Gruß und dem bei uns üblichen ‚Netz- und Kantenball‘  
Uwe Kilfitt [uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de](mailto:uwe.kilfitt@tsg-sprockhoevel.de)

## MASSGESCHNEIDERTE LÖSUNGEN IM ALUMINIUM-RECYCLING



### NACHHALTIG AUS ÜBERZEUGUNG

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

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

Und was können wir für Sie tun?

Müller & Sohn GmbH & Co. KG | Metall-Aufbereitungswerk  
T: +49 2339 605-600 | F: +49 2339 605888-88  
[info@AluminiumOnline.de](mailto:info@AluminiumOnline.de) | [www.AluminiumOnline.de](http://www.AluminiumOnline.de)



# Wo alles begann

**Für mich ging es Mitte November zum legendären Athen-Marathon. Der fand nun schon zum 40. Mal statt.**



Der Marathon hat dort auch seinen Ursprung aus der Schlacht von Marathon 490 vor Christus gegen die Perser. Ein Bote namens Pheidippides rannte von dieser gewonnenen Schlacht in Marathon bis nach Athen ohne an-

zuhalten und in voller Kampfausrüstung und verkündete in Athen „wir haben gewonnen“. Dann brach er zusammen und verstarb. Der Marathonmythos über die 42,195 km war geboren.

Früh ging der Wecker, da ich mit einem Shuttlebus nach Marathon (irgendwo im Nirgendwo) gebracht und dann rausgelassen wurde, um die Strecke zurück zu laufen. Während der Fahrt bekam ich schon einen Eindruck und auch riesen Respekt vor dieser unter Läufern bekannten äußerst anspruchsvollen Strecke.

Der Startschuss fiel dann um 9 Uhr. Von meinem Startblock 9 (von 12) verging eine lange Zeit, in der man zuerst nur schrittweise gehend voran kam, bevor ich die Startlinie überquerte und es ins Laufen überging.

Die Strecke war echt so voll, dass ich wirklich aufpassen musste, nicht zu stürzen und sehr oft nur im Zickzack laufen konnte, was auch echt Kraft kostete.

Die ersten zehn Kilometer ging es flach bis wellig los, ab da ging es dann aber bis Kilometer 31 nur hoch. Ab Kilometer 32 ging es dann nur noch runter, aber noch mal mit zwei bis drei Steigungen. Dann endlich kam ich nach Athen und es standen immer mehr Menschen an der Strecke

und es folgte der atemberaubende Zieleinlauf im Panathinaiko-Stadion. Überglücklich nach diesen wirklich anspruchsvollen 42,195 km finishte ich in einer Zeit von 4:53:43 Std.

*Alexandra Malk*

## ... mal was anderes

**Training am 24.12.23.** Nach dem vielen ergebnissen Regen der letzten Wochen verabredeten wir uns zum Vormittag-Training am Heiligabend, dann hat man abends beim Essen ein besseres Gefühl, durch aktive Bewegung schon genug Kalorien am Tag verbrannt zu haben. Zum Glück hatte der Wettergott ein Einsehen, und der Regen machte pünktlich eine Pause. So kurz vor dem Ende des Sportjahrs 2023 trauten sich aber nur noch wir beide zum gemeinsamen zweistündigen Training auf der Wuppertaler Nordbahntrasse.

Während Markus mit dem Mountainbike unterwegs war, und bei ordentlich Gegenwind bis hinter Wuppertal-Vohwinkel und dann wieder zurück fuhr, lief ich in die gleiche Richtung. Nach ca. einer Stunde trafen wir uns dann, und fortan machte Markus für die Läu-



ferin die Radbegleitung und motivierte sie zu ihrer geplanten Zeit auf den Kilometer. Markus fuhr gut 30 Kilometer und ich legte 18,5 Laufkilometer zurück.

Als nächste Events folgen Silvesterläufe, die haben auch sehr viele Teammitglieder geplant, aber bei dem großen Angebot wird sich dann zeigen wer wo startet.

*Alexandra & Markus*

## Silvesterlauf Remscheid

**31.12.2023.** Kurz vor dem Jahreswechsel machten sich Sandra, Patrick und auf den Weg zum Remscheider Silvesterlauf. Start und Ziel war das Stadion Reinshagen. Bei Temperaturen um zehn Grad konnten wir in kurzer Laufkleidung starten. Bei leichtem Regen war eine 14 km lange anspruchsvolle Wendepunktstrecke vom Stadion ausgehend, durch Wupperwälder hindurch und vorbei an der Müngstener Brücke zu meistern. Patrick kam nach 1:12:31 h ins Ziel, Sandra knapp dahinter in 1:13:46 h, Christian ließ sich mehr Zeit und lief nach 1:22:09 h über die Ziellinie. Ein gelungener Sport-Jahresabschluss 2023 – auf der Rückfahrt schmeckten die Berliner besonders gut.

*Christian Koch*



## Herner Silvesterlauf

**31.12.2023.** Die gute Nachricht kam morgens vom Wettergott, vorerst sollte es trocken bleiben, nach den letzten Wochen war dies sehr selten. Pünktlich um 11 Uhr wurden die 5 km gestartet und ich wollte bei dem Teilnehmerfeld von 350 Startern (Männer + Frauen) auf jeden Fall versuchen ins Mittelfeld zu kommen, deshalb startete ich auch ziemlich im vorderen Feld.

Bei milden aber sehr windigen zehn Grad Lufttemperatur waren die äußeren Bedingungen des 5-km-Laufes zunächst gut. Nach den ersten 500m Asphalt begann dann die Waldstrecke am „Gysenberg“, ein Waldstück zwischen Bochum und Herne. In diesem fast vier Kilometer langen Waldrundkurs erwartete die Läufer zum Teil eine sehr schlechte Laufstrecke, der Regen der letzten Wochen hatte dort seine Spuren hinterlassen, einige Sumpf-

und Matschstellen erschwerten die Laufbedingungen erheblich, es glich einem Geländelauf.

Ich erreichte mit einer Zeit von 32:52 min. das Ziel mit einem Platz 104 von 173 gewerteten Männern und damit war ich auch weitestgehend zufrieden.

Gegen 12 Uhr kam dann erneut Regen, die letzten 500 Läufer mussten bei den 10 km auch noch viel Wasser von oben ertragen. Unter dem Strich ist es natürlich schade für den Veranstalter, wenn die Laufstrecke rutschig und zum Teil gefährlich ist, für eine eigentlich gute Laufveranstaltung war das an diesem Tag aber ein negativer Beigeschmack.

*Markus Barthen*



## Winterlaufserie Duisburg

**10 km, 27.1.2024.** Der Saisonstart in Duisburg gehört schon fast zur Tradition, der erste Lauf über 10 km war zu absolvieren. Alexandra lief

nach 52:33 min über die Ziellinie, Christian knapp dahinter in 53:10 min und Torsten erreichte nach 54:38 min das Ziel. Ende Februar folgt der 15 km Lauf und Ende März dann der Halbmarathon.

*Christian Koch*



einfach  
kompetent.  
kreativ.  
zuverlässig.



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

**Claudia Schnittka**  
Rechtsanwältin

Brinkerstr. 1  
45549 Sprockhövel

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

Arbeitsrecht  
Familienrecht  
Mietrecht  
Verkehrsrecht  
Vertragsrecht  
Zivilrecht  
Strafrecht



**HKüchen**  
Ihr Küchenteam  
mit Leidenschaft

Wir sind für Sie da!

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

Harke Küchen  
Hauptstraße 71  
45549 Sprockhövel

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

Öffnungszeiten:  
Mo., Di., Do., Fr., 10.00-18.30 Uhr  
Mi., 10.00-20.00 Uhr  
und nach Vereinbarung  
stefan.harke@kuechen-harke.de  
www.kuechen-harke.de/





## Erst die Prüfung

Warum bis Weihnachten auf **... dann die Ferien** Geschenke warten? Die 18 Prüflinge der TSG machten sich schon vor Weihnachten selber ein Geschenk.

Am vorletzten Trainingstag gaben die Teilnehmenden noch einmal alles und konnten die Prüferin mit guten Leistungen überzeugen. Fallschule, Würfe, Haltetechniken und vieles mehr wurden gekonnt präsentiert. Das abschließende Randori (Übungskampf) war dann nur noch Formsache.

### ES HABEN BESTANDEN:

#### weiß-gelb

Annalina Kreisel, Malin Starosta und Ben Luca Stecher

#### gelb

Felix Dreher, Luan Heydn, Marie Poth, Maite Rottschy und Anton Werth

#### gelb-orange

Maja Hickert, Leon Stenitzer, Emma Ulrich und Amelie Wagner

#### orange

Annika Fuxman, Mia Kajtaz, Thea Kajtaz, Johanna Kern und Nina Werning

#### braun

Tina Wißmann

Die jüngste Teilnehmerin war Malin Starosta, die ihre erste Prüfung absolvierte. Nur wenig älter war Anton, für den es aber schon die zweite Prüfung war. Mit Annika und Nina stellten sich auch zwei „reifere“ Damen zur Prüfung. Maite Rottschy und

Leon Stenitzer konnten bei dieser Prüfung am meisten überzeugen. Insgesamt zeigten aber alle Prüflinge ein gutes Programm.

Danach ging es erst einmal in die verdienten Ferien und im Januar mit neuer Energie wieder auf die Judomatte.

Andrea Haarmann Text und Fotos



## Wir sind Superhelden

### Die TSG-Sprockhövel / Judo-Abteilung macht Bullerbü-Kinder mobil

Über den KreisSportBund konnten sich Vereine auf ein Förderprogramm bewerben. Die Judo-Abteilung der TSG Sprockhövel hat dies getan, und war einer der Vereine, die die Förderung in Anspruch nehmen konnten.

Die Staatskanzlei NRW und die Sportjugend Ennepe-Ruhr hat den Bewerbern für das Programm eine Summe zur Verfügung gestellt, um dieses Projekt in Zusammenarbeit mit einem Kindergarten oder einer ähnlichen Institution durchzuführen. Hier hieß die Kooperation TSG Sprockhövel und KiTa Bullerbü. Insgesamt zwölf Kinder im Alter von vier bis fünf Jahren konnten sich an diesem Angebot erfreuen. Die teilnehmenden Kinder wurden in acht Unterrichtseinheiten spielerisch in das Thema Elementar-Judo eingeführt.

Von Anfang an hatten alle riesigen Spaß und waren mit Feuereifer bei der Sache. Einfache Übungen am Boden konnten die Kleinen schnell und gut umsetzen. Auch die ersten Judo-Würfe klappten ganz gut. Am letzten Tag konnten sich die Kinder in Zweikämpfen messen, und hatten auch da viel Spaß. Auf jeden Fall war das eine gelungene Aktion, die gerne wiederholt werden darf.

AH



Wer sich für Judo interessiert, kann jederzeit an einem Probetraining teilnehmen.

# Ein Bild sagt mehr ...

... als tausend Worte und viele Bilder erzählen Geschichten – auch TSG-Vereinsgeschichten. Aber die „Sprache“ der Bilder wird undeutlich oder verstummt ganz, wenn wir sie zeitlich nicht mehr zuordnen können oder dargestellte Personen nicht mehr kennen. Deshalb ist das Beschriften von Bildern jetzt vorrangige Tätigkeit der TSG-Archivgruppe.



**TSG-Archivgruppe:**  
Hans-Dieter, Ingolf, Dirk,  
Daniela, Regina, Armin  
und Marlene sichten und  
beschriften TSG-FOTOS  
– am 31.1.2024 im  
Stadtarchiv – wie jeden  
Mittwoch ab 10.00 Uhr

Selbstverständlich sammeln, sichten und erfassen wir weitere Materialien und Bilder der Abteilungen und von (ehemaligen) Vereinsmitgliedern. Gerne empfangen wir diese digital [archiv@tsg-sprockhoevel.de](mailto:archiv@tsg-sprockhoevel.de) oder persönlich über alle Mitglieder der TSG-Archivgruppe oder über die Geschäftsstelle der TSG. Selbstverständlich können Alben und Bilder auch zum Einscannen ans Vereinsarchiv ausgeliehen werden, denn nicht jede\*r mag sich von den analogen Bildern trennen. Eine digitale Sicherung ist besser als eine Überlieferungslücke. (Wenn ein gutes Vertrauensverhältnis zum Vereinsarchiv aufgebaut wurde, erfolgt nach einigen Jahren oft die Abgabe der Originale.)

**Hinweis:** Bei Fotoabgaben ist es besonders wichtig, dass die Identifikation der abgebildeten Personen erfolgt. Also direkt mit aufschreiben, falls die Namen bekannt sind!

## Nächste Ziele

- Dokumente und BILDER im Vereinsarchiv (Internet) veröffentlichen – siehe <https://www.tsg-sprockhoevel.de/verein/archiv/>
- Konzept und Portal zur Erfassung und Archivierung digitaler Dokumente und Bilder aus dem Vereinsleben.
- TSG-Archivgespräche mit einzelnen Zielgruppen und Abteilungen und als STAMMTISCH immer mittwochs ab ca. 16:00 Uhr im Winter und ab ca. 17:30 Uhr im Sommerhalbjahr.

## Meilensteine

Sehr viel geschafft hat das Archiv-Team bereits durch die Sichtung und archivarische Erfassung zahlreicher Materialien aus der alten Geschäftsstelle der TSG (Am Holte), aus Abteilungen und aus privaten Sammlungen.

Neu entdecken durften wir einen weiteren Schatz: „Bilder vom Festzug am 1.7.1956“ zum 75jährigen Bestehen der TSG von Peter Dönninghaus.



- Gespräche mit TSG-Zeitzeugen (mit Terminvereinbarung).
- Wir freuen uns auf Kontakte, Materialien und BILDER!**
- Dirk Engelhard  
für die TSG-Archivgruppe



**Auto D. Kuhlmann**

Inh. S. Wieschermann

Spezialwerkstatt für Seat und Skoda  
**Meisterwerkstatt** für alle Fabrikate

Bochumer Str. 4a, 45549 Sprockhövel,  
Tel. 02324/9075-0



**Autoglas Fachbetrieb** – Klare Sicht. Klare Sache.



## DER VORSTAND DER TSG

Sprecherin des Vorstands: **Elke Althäuser**  
 elke.althaeuser@tsg-sprockhoevel.de  
 0 23 24 - 68 69 800 (T/g)  
 0 23 24 - 68 69 802 (F)

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

Schatzmeisterin (und komm. Jugendwartin):

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

Gesundheit & Fitness (GuFi): **Alfons Eilers**  
 alfons.eilers@tsg-sprockhoevel.de  
 mobil 0176 - 75 82 07 42

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

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

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

Öffentlichkeitsarbeit: **Jürgen Zang**  
 juergen.zang@tsg-sprockhoevel.de  
 0 23 24 - 9 72 04 (T/g)  
 mobil 0172 - 4444 204

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

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

Ehrenmitglied: **Volker Bosch**

Kinder und Jugend: **NN**

Projekte: **NN**

Leistung und Wettkampf: **NN**

Sporträume: **NN**

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

## SEPA LASTSCHRIFTVERFAHREN

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

**SEPA-Lastschriftmandat**  
**Mandatsreferenz/Mitgliedsnummer**

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

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

Vorname, Nachname

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

IBAN DE

BIC (8 oder 11 Stellen)

Ort, Datum

Unterschrift

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

## ÜBUNGS- UND TRAININGSZEITEN

<b>BADMINTON</b> Abteilungsleiter Jens Maylandt ☎ 59 13 34 📧 jens.maylandt@tsg-sprockhoevel.de Vorübergehend teilweise geänderte Trainingszeiten wegen Schließung der Sporthalle Haßlinghausen				
<b>Montag</b>	18:00 – 20:00	<b>Hobby</b>		GH 2
	18:00 – 19:30	<b>Jugend und Schüler (Fortgeschrittene)</b>		GH 3
	19:30 – 21:30	<b>Mannschaft</b>		GH 3 (bis 20:00) GH 2
<b>Donnerstag</b>	20:00 – 21:30	<b>Mannschaft/Hobby</b>		GH 2
<b>Freitag</b>	17:30 – 19:00	<b>Jugend und Schüler (Anfänger und Fortgeschrittene)</b>		GH 2
	19:00 – 21:30	<b>Mannschaft</b>		GH 2
<b>BASKETBALL</b> Jochen Knorr ☎ 0171 777 88 49 📧 jochen.knorr@web.de				
<b>Montag</b>	15:00 – 16:30	<b>Jugend männlich/weiblich U10 (8-9 Jahre)</b>		GH 3
	16:30 – 18:00	<b>Jugend männlich/weiblich U12 (10-11 Jahre)</b>		GH 3
	17:00 – 18:30	<b>Jugend männlich/weiblich U14 (12-13 Jahre)</b>		GH 1
	16:30 – 18:00	<b>Jugend Anfänger männlich/weiblich U12 (10-14 Jahre)</b>		MAS Turnhalle
	18:00 – 19:30	<b>Jugend männlich U16 (14-15 Jahre)</b>		
	19:30 – 21:30	<b>Herren 2, Jugend U18 (16-17 Jahre)</b>		MAS Turnhalle
<b>Dienstag</b>	20:00 – 21:30	<b>Herren 1</b>		GH 3
	17:30 – 18:40	<b>Mädchen 12-16 Jahre</b>		MAS Turnhalle
<b>Mittwoch</b>	20:00 – 21:30	<b>Herren 1</b>		GH Großfeld
	20:15 – 21:30	<b>Hobby 30-70 Jahre männlich/weiblich</b>		MAS Turnhalle
<b>Donnerstag</b>	20:00 – 21:30	<b>Herren 2, Jugend U18 (16-17 Jahre)</b>		GH 3
<b>Freitag</b>	16:30 – 18:00	<b>Jugend männlich/weiblich U12 (10-11 Jahre)</b>		GH 3
	18:15 – 19:45	<b>Jugend männlich/weiblich U14 (12-13 Jahre)</b>		GH 3
	20:00 – 21:30	<b>Jugend männlich/weiblich U16 (14-15 Jahre)</b>		GH 3
<b>BOULE (während der Winterzeit)</b> Alfons Eilers ☎ 97 18 15 📧 alfons.eilers@tsg-sprockhoevel.de; Dirk Engelhard ☎ 97 18 16 📧 dirk.engelhard@tsg-sprockhoevel.de				
<b>Montag</b>	14:00 – 17:00	<b>offenes Spielen</b>		KLEIN-Arena
<b>Dienstag</b>	17:00 – 19:00	<b>Training</b>		Glückauf-Trasse oder KLEIN-Arena
<b>Mittwoch</b>	14:00 – 17:00	<b>offenes Spielen und Training</b>		KLEIN-Arena
<b>Freitag</b>	14:00 – 17:00	<b>offenes Spielen und Training</b>		*(am Lidl-Parkplatz) Glückauf-Trasse*
<b>Sonntag</b>	11:00 – 13:00	<b>offenes Spielen</b>		Glückauf-Trasse
<b>BUDO/KARATE</b> Andrea Haarmann (Judo) ☎ 0171 754 22 86 📧 andrea.haarmann@tsg-sprockhoevel.de; Andreas Schall (Karate) ☎ 0170 524 76 84 📧 andreas.schall@tsg-sprockhoevel.de				
<b>Montag</b>	20:30 – 22:00	<b>Karate für Erwachsene</b>		Baumhof-Halle
<b>Dienstag</b>	16:00 – 17:30	<b>Judo für Anfänger weiß und weiß-gelb bis 8 Jahre</b>		GH/GymnRaum
	17:30 – 19:00	<b>Judo: Technik- u. Wettkampftraining Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.</b>		GH/GymnRaum
	19:00 – 20:00	<b>Karate für Kinder</b>		GH/GymnRaum
	20:00 – 21:30	<b>Karate für Erwachsene</b>		GH/GymnRaum
<b>Freitag</b>	17:00 – 18:30	<b>Judo: Techniktraining u. Prüfungsprogr. Kinder/Jugendl. bis ca. 14 J.</b>		GH/GymnRaum
	18:30 – 20:00	<b>Judo (alles) für Jugendliche und Erwachsene</b>		GH/GymnRaum
	19:00 – 20:00	<b>Karate für Kinder</b>		GH 1
	20:00 – 21:30	<b>Karate ab 14 Jahre und Erwachsene</b>		GH/GymnRaum

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

<b>KONTAKT</b>	<b>TSG-Geschäftsstelle</b>	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	<b>Öffnungszeiten</b> Montag bis Donnerstag: von 8:00 bis 12:00 Uhr Dienstag: zusätzlich von 15:00 bis 18:00 Uhr
	Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister		
	<b>Glückaufhalle</b>	Dresdener Str. 11	02324-506608
	<b>Mathilde-Anneke-Schule</b>	Dresdener Str. 45	02324-9701521



## FUSSBALL

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

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

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

## TANZSPORT

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

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

## TENNIS

Abteilungsleiter Florian Preuß ☎ 0176/84383787 ✉ info@tsgtennis.de

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

## TISCHTENNIS

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

Tag	Zeitraum	Termin	Ort
Dienstag	18:00 – 19:45	Tischtennis für Jedermann	Baumhof-Halle
Mittwoch	17:00 – 18:30	Schüler + Jugend	Baumhof-Halle
	18:30 – 22:00	Erwachsene	Baumhof-Halle
Freitag	19:00 – 20:00	Tischtennisjugend Talentförderung	Baumhof-Halle

## HANDBALL

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

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

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

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

## TRIATHLON

Christian Koch ☎ 01573 8956750 ✉ triathlon@tsg-sprockhoevel.de

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

## VOLLEYBALL

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

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

TURNEN Geschäftsführerin Regina Fischer ☎ regina.fischer62@gmx.de Oberturnwart Ingolf Schreiber ☎ 7 82 70				
<b>Montag</b>	14:15 – 15:00	<b>Tanzflöhe (Kinder 4-5,5 Jahre)</b>	GuFIT.15	
	15:00 – 16:00	<b>Tanzmäuse (Kinder 6-8 Jahre)</b>	GuFIT.15	
	16:00 – 17:00	<b>DanceKids (Kinder ab 8 Jahre)</b>	GuFIT.15	
	18:30 – 19:30	<b>Fitness-Treff</b>	GH 1	
	19:30 – 21:30	<b>Gerätturnen weiblich (ab 12 Jahre)</b>	GH 1	
<b>Dienstag</b>	16:00 – 17:30	<b>Akrobatik/Zirkus (ab 6 Jahre)/M.Palenschat</b>	MAS Turnhalle	
<b>Mittwoch</b>	15:30 – 16:45	<b>Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle	
	16:45 – 18:00	<b>Mutter-Vater-Kind (Kinder 3-5 Jahre)</b>	MAS Turnhalle	
	18:00 – 19:00	<b>Jedermann Turnen</b>	MAS Turnhalle	
<b>Donnerstag</b>	15:00 – 15:45	<b>Tanzflöhe (Kinder 5-7 Jahre)</b>	Baumhof-Halle	
	15:30 – 17:00	<b>Akrobatik/Zirkus (ab 5 Jahre)/M.Palenschat</b>	MAS Turnhalle	
	15:45 – 16:45	<b>DanceKids (Kinder ab 9 Jahre)</b>	Baumhof-Halle	
	16:30 – 18:30	<b>Gerätturnen Mädchen (ab 8 Jahre)</b>	GH 1	
	17:00 – 18:30	<b>Turnen der Älteren</b>	GH 2	
<b>Freitag</b>	9:30	<b>Wandergruppe/Hartmut Kroll (Tel. 72493)</b>	Treffpunkt kommt per Email	
	10:00 – 11:15	<b>Walking-Treff/Sabine Engelhard (Tel. 971814)</b>	Glückauftrasse Höhe ALDI	
	15:30 – 16:30	<b>Turnflöhe (Kinder 4-8 Jahre)</b>	Glückaufhalle 3	
	15:30 – 16:30	<b>Krabbeltturnen I (Kinder 1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 2	
	16:30 – 17:30	<b>Krabbeltturnen II (Kinder 1-3 Jahre)</b>	Glückaufhalle 2	
	20:15 – 21:30	<b>Vitale Männer 40+</b>	Glückaufhalle 1	
LEICHTATHLETIK Michaela Kleinbeck ☎ 78270 ☎ mkleinbeck@gmx.de				
<b>Montag</b>	17:30 – 19:30	<b>Sportabzeichen/Andrea Haarmann (Tel. 0171 7542286)</b>	Baumhof-Platz (April – Okt.)	
<b>Donnerstag</b>	15:30 – 17:00	<b>Kinder 4-10 Jahre</b>	GH 2 (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)	
<b>Freitag</b>	18:30 – 20:00	<b>Jugend ab 11 Jahre und junge Erwachsene</b>	MAS (Winter) Baumhof-Platz (April – Okt.)	
<b>Sonntag</b>	09:00 – 10:30	<b>Laufftreff für Jedermann</b>	IG-Metall Bildungszentrum	
PRELLBALL Hartmut Kroll ☎ 72493				
<b>Donnerstag</b>	19:00 – 20:30	<b>Herren/Hartmut Kroll</b>	Baumhof-Halle	
SCHWIMMEN Geschäftsstelle ☎ 0 23 24 / 686 47 46				
<b>Montag</b>	16:00 – 17:00	<b>Wassergymnastik Senioren wbl.</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
	19:00 – 20:00	<b>Senioren ab 60 Jahre</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
	20:00 – 21:00	<b>Wasserratten</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
<b>Donnerstag</b>	16:30 – 17:30	<b>Bronze</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
	17:30 – 18:30	<b>Leistungsgruppe Silber und Gold</b>	Lehrschwimmbecken GGS.	
<b>Freitag</b>	16:00 – 16:45	<b>Bronze/Silber/Gold</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
	16:45 – 17:30	<b>Bronze/Silber/Gold</b>	Lehrschwimmbecken GGS	
	17:30 – 18:30	<b>freies Schwimmen für Erwachsene</b>	Lehrschwimmbecken GGS	

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

## +++ GuFIT NEWS +++

### Aktuell wieder freie Plätze im Lungensport

Zu den zahlreichen Rehasportkursen im GuFIT gehören auch zwei Gruppen „Lungensport“. Hier treffen sich jeden Donnerstag Menschen mit COPD, Asthma bronchiale, Lungenfibrose aber auch Long-COVID- oder Post-COVID-Problematiken oder weiteren Lungenerkrankungen. Ziel ist es, neben dem Spaß an gemeinsamer Bewegung, auch die allgemeine Kraft und Ausdauer zu steigern, die Thoraxbeweglichkeit zu verbessern und Atemtechniken zu erlernen oder zu optimieren.

Lungensport kann vom Hausarzt oder vom Lungenfacharzt verschrieben werden und umfasst entweder 50 Übungseinheiten für 18 Monate oder 120 Übungseinheiten in 36 Monaten.

Die Lungensportgruppen finden donnerstags im GuFIT 19, an der Hauptstraße 19 in Niedersprockhövel um 16.00 oder 17.00 Uhr statt.

Bei Interesse kontaktieren sich mich gerne telefonisch oder per Mail.

**Stefanie Basner**

**Telefon: 0163-6160860**

**E-Mail: stefanie.basner@tsg-sprockhoevel.de**

**KALENDER 2024**

**Die Geschäftsstelle ...**

- ... ist am **19.3. nur bis 16 Uhr** geöffnet.
- ... ist in den Osterferien vom **2.bis 5.4.2024** (2. Ferienwoche) am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von **8.30 – 12.00 Uhr geöffnet**.
- ... ist am **21.05. geschlossen**.

Am **20. April von 11.00 – 16.00 Uhr** findet **die Seniorenmesse** in der Glückaufhalle, Dresdener Straße 11, Sprockhövel statt.

Das **KUDELUMUDEL-Turnier** der Tennisabteilung findet auch 2024 wieder statt: Pfingstmontag, **20. Mai**, Anlage Dresdener Straße).

Nach dem erfolgreichen Start in 2023, ist auch für dieses Jahr wieder ein **Sommerfest** mit dem **TAG des SPORTS** geplant. Merkt euch den 8. Juni 2024 vor.

Der **Martinsumzug 2024** findet am 9. November statt.

Bald ein neues Angebot in der TSG?

**Boxen** soll in das Sportprogramm aufgenommen werden. Bitte auf die Ankündigungen achten.



**Über 14.000\* Mitglieder statt Egonummer.**

**Morgen kann kommen.**  
Wir machen den Weg frei.

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

**TSG-Geschäftsstelle Im Baumhof 20**



<b>KONTAKT</b>	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 Donnerstag: von 8:00 bis 12:00 Uhr Dienstag: zusätzlich von 15:00 bis 18:00 Uhr
	Hallenanschriften & Telefonnummern der Hausmeister Glückaufhalle Dresdener Str. 11 50 66 08 Mathilde-Anneke-Schule Dresdener Str. 45 970 15 21	Grundschule Schwimmen Dresdener Str. 43 970 15 25 Baumhof-Halle Eickerstr. 23 970 54 26 Freibad Bleichwiese 970 54 25

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

# An Eurer Seite!



Power für  
Dein Leben.

avu.de



**AVU...**