

# WÜRFSPIESS

# 99

Veranstaltungen - Berichte - Infos - Beitragsregelungen - Sportangebot

Dezember 2004

## Aktiv-Punkt: Jetzt anmelden zum Kursprogramm 1. Halbjahr 2005

Beginn: 21.02.2005

Toller Erfolg:

## Vereinsfest 2004 am 20.11.2004

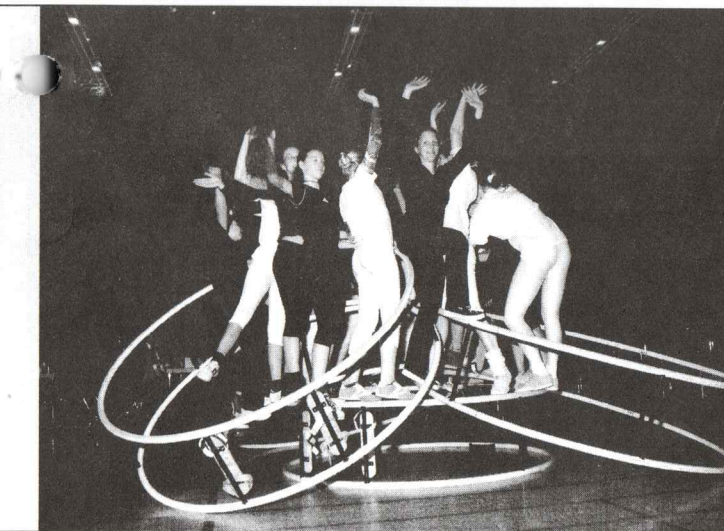
Demnächst: Einladung zu einem Fotoabend

Bitte vormerken:

## Mitgliederversammlung am 16. März 2005

um 20.00 h im Aktiv-Punkt

**Ein friedvolles Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr wünscht der TVE allen Mitgliedern, Mitarbeitern/ Mitarbeiterinnen, und Freunden des Vereins.**



Vereinsfest 2004: Beeindruckende Show der TVE-Rhönradgruppe

**TVE**  
BURGALTENDORF

[www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de)

## Fit mit fun:

Der TVE Burgaltendorf, ein Verein im Essener Süd-Osten mit rd. 1.700 Mitgliedern, bietet:

- Badminton
- Turnen und Gymnastik für alle Altersgruppen
- Volleyball
- Leichtathletik
- Selbstverteidigung
- Rhönradturnen
- Leistungsturnen
- Wassergymnastik
- Fitnessstraining
- Walking/Nordic Walking
- Herzsport
- gesundheitsorientiertes Kraftgerätetraining
- umfangreiches Kursprogramm
- außersportliche Kinder- und Jugendarbeit
- Ausflüge, Ferienreisen, Veranstaltungen

SOWIE

einen eigenen Sport-, Freizeit- u. Gesundheits-Treff, den:

Aktiv-Punkt



**INSERENTEN-VERZEICHNIS**

<b>A</b>			<b>M</b>		
Augenoptik	Bagus	S.12	Malerbetrieb	Werner Behrendt	S.06
ASU	Reifen Engelhardt	S.06	<b>N</b>		
Auto	Reifen Engelhardt	S.06	Naturheilpraxis	Stefan Bastians	S.23
<b>B</b>			Notdienst an Wochen-		
Bank	Geno-Volks-Bank	S.16	enden u. Feiertagen	Rittermeier GmbH	S.
Bausparen	Geno-Volks-Bank	S.16	<b>O</b>		
Bethan	Willi Bethan	S.14	Orthopädie-		
Blumen	Blumen Streicher	S.04	Schuhmacher	Jürgen Struzek	S.08
Bodenbeläge	Werner Behrendt	S.06	Orthopädische		
<b>C</b>			Schuhzurichtugen	Jürgen Struzek	S.08
<b>D</b>			<b>P</b>		
Duschkabinen	Johannes Brauksiepe	S.10	Pädakustik	Bagus	S.12
<b>E</b>			<b>R</b>		
ec-Card/Eurocard	Geno-Volks-Bank	S.16	Reifen	Reifen Engelhardt	S.06
Elektro	Hover GmbH	S.08	Reparaturen Elektro	Hover GmbH	S.08
	Johannes Brauksiepe	S.10	Reparaturen von		
Essen gehen	Restaurant "Burgfreund"	S.04	Lederartikeln	Jürgen Struzek	S.08
<b>F</b>			Restaurant	Restaurant "Burgfreund"	S.04
Fassadendämmung	Werner Behrendt	S.06	Rohrbruch-		
Fassadenfachbetrieb	Werner Behrendt	S.06	spezialist	Johannes Brauksiepe	S.10
Feiern	Restaurant "Burgfreund"	S.04	<b>S</b>		
Felgen	Reifen Engelhardt	S.06	Sanitäranlagen	Johannes Brauksiepe	S.10
Fleurop	Blumen Streicher	S.04		Rittermeier GmbH	S.
Friedhofsgärtnerei	Blumen Streicher	S.04	Schuhreparaturen	Jügrn Struzek	S.08
<b>G</b>			Schönheit	Kosmetikinstitut Pantel	S.08
Geldanlage	Geno-Volks-Bank	S.16	Solartechnik	Johannes Brauksiepe	S.10
Geldautomat	Geno-Volks-Bank	S.16		Rittermeier GmbH	S.
Girokonto	Geno-Volks-Bank	S.16	Sparkonto	Geno-Volks-Bank	S.16
<b>H</b>			Stoßdämpfertest		
Hausgeräte	Hover GmbH	S.08	und -einbau	Reifen Engelhardt	S.06
Haustechnik	Rittermeier GmbH	S.	<b>I</b>		
Heilverfahren, alternative			Tapezierarbeiten	Werner Behrendt	S.06
	Stefan Bastians	S.23	Tennis(halle)	Willi Bethan	S.14
Heizung	Johannes Brauksiepe	S.10	TÜV-Vorbereitung	Reifen Engelhardt	S.06
	Rittermeier GmbH	S.	<b>U</b>		
Hörtechnik	Bagus	S.12	<b>V</b>		
<b>I/J</b>			Vermögenswirk-		
Indoor Soccer	Willi Bethan	S.14	sames Sparen	Geno-Volks-Bank	S.16
<b>K</b>			Versicherung	Geno-Volks-Bank	S.16
Kosmetik	Kosmetikinstitut Pantel	S.08	Vollwärmeschutz	Werner Behrendt	S.06
Kränze	Blumen Streicher	S.04	<b>W</b>		
Kundendienst	Johannes Brauksiepe	S.10	Wartungsdienst	Johannes Brauksiepe	S.10
			Wertpapierdepot	Geno-Volks-Bank	S.16

**IMPRESSUM**

**Herausgeber:**  
TVE Burgaltendorf  
Holteyer Str. 29, 45289 Essen  
Gerhard Spengler (Organisationsleiter)

**Druck:** dino-druck + medien gmbh  
**Auflage:** 1.400 Exemplare  
**Erscheinen:** 4mal/Jahr: März, Juni,  
September, Dezember  
**Kosten:** im Mitgliedsbeitrag enthalten

**TVE-Büro:**  
im Aktiv-Punkt, Holteyer Str. 29 (EG),  
45289 Essen

**Telefon:** 0201/570397  
**Fax:** 0201/5718628  
**eMail:** tve-burgaltendorf@web.de  
**Internet:** www.tve-burgaltendorf.de

**Telefon- und Besuchszeiten:**  
dienstags, 18.00 - 20.00 h und  
donnerstags, 17.00 - 19.00 h

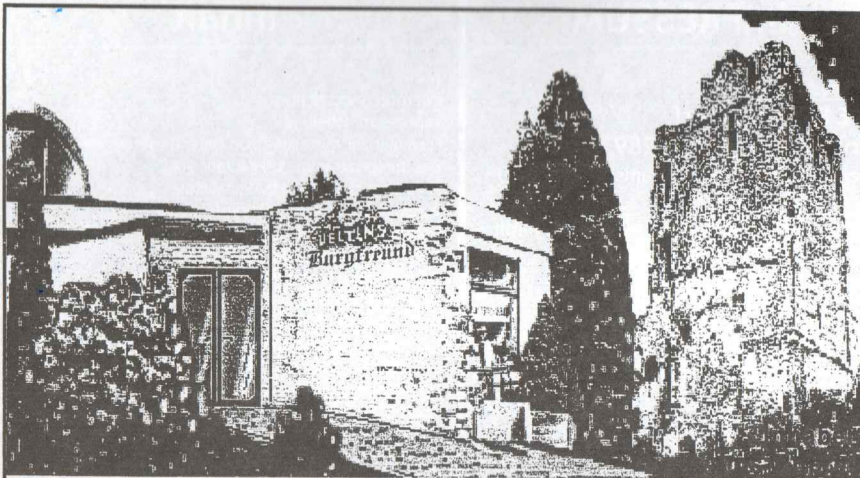
**Inhalt**

Titelseite	01
Inserentenverzeichnis	02
Impressum, Inhalt	03
Formular zur Mitteilung von Datenänderungen	03
Das Kursprogramm 1. Halbjahr 2005	05
Einladung zu den "Aktiv-Punkt-Café"	06
Vereinsfest 2004: Eine Superleistung!	20
Universelles Anmeldeformular	21
Aktiv-Punkt: alte und neue Schmiereien	22
TVE-Gruppen leben die Weihnachtszeit	22
"Montagsturnerinnen" waren in Köln	22
Rund ums Mitglied	23
Rückblick auf den Wurfspiess vor 20 Jahren	23
Urlaub 2005 über den Landessportbund buchen!	26
TVE-Wandertag: "Der Verein lebt"	27
Übungs- und Kursleiter/-innen: Tätigkeitsnachweise	27
Rhönradturnerinnen rohten bei den Meisterschaften	28
Sport in den Weihnachtsferien	28
Freizeit "Center Parc Bispinger Heide 2005"	29
Wie es begann... Dank an scheidende Iris Wittoesch	30
Akupunktur in China	30
Emsige Senioren-Gilrs	31
Erfolgreiches Jahr der Leistungsturnerinnen.	32
Hi Mädels - Jugendsportlerinnen suchen Verstärkung	33
Abnahme des Sportabzeichen f. bärenstarke Kinder	34
TVE-Internet-Terminkalender	34
Beitragsregelungen	28
Das aktuelle TVE-Sportangebot	30
Struktur und Organe des TVE	32

Helfen Sie uns bitte, die beim TVE gespeicherten Angaben zu Ihrer Person aktuell zu halten. Sender Sie uns bei Änderungen - auch bei vorübergehenden (Beispiel: Studienadresse) - das nachfolgende Formular ausgefüllt zu. DANKE.

Nachname bisher:	Nachname jetzt:
Vorname:	<b>Bitte senden Sie das Formular an: TVE Burgaltendorf Holteyer Str. 29, 45289 Essen</b>
<b>BISHER:</b>	
Straße/Haus-Nr.:	
PLZ/Ort:	
Telefon:	
Bankleitzahl:	
Konto-Nr.:	
Konto-Inhaber/-in:	
<b>JETZT:</b>	
Datum/Unterschrift:	





**Café - Restaurant "Burgfreund"**  
 45289 Essen (Burgaltendorf) \* Burgstraße 2  
 Telefon : 0201 / 578935

*Das Blumenhaus mit dem großen Angebot  
 an Schnittblumen und Topfpflanzen*



**Blumen Streicher**

45289 Essen (-Burgaltendorf) - Alte Hauptstr. 16 - Tel. 579121



**Kursprogramm 1. Halbjahr 2005  
 (21. Februar bis 06. Juli 2005)**

**Anmelden**

- können Sie sich mit dem beigefügten Formular per Post (TVE, Postfach 170127, 45281 Essen)
- per Fax (0201/5718628)
- persönlich im TVE-Büro (im AKTIV-PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen-Burgaltendorf)
- im Internet unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) per eMail ("Formulare" - "Universelles Anmeldeformular").

Geben Sie bei der Anmeldung bitte unbedingt die Orga-Nr. des Kurses an!

**Anmeldungsbestätigung**

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs Ihrer Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhalten Sie unverzüglich schriftlichen Bescheid. Andernfalls gelten Sie als angenommen und Sie erhalten eine Woche vor Kursbeginn als Bestätigung Ihrer Anmeldung ein Teilnahme-Ticket.

**Zahlungsweise und Kursgebühren**

Die beim jeweiligen Kurs angegebenen Kursgebühren verstehen sich pro Person und werden entweder vom angegebenen Konto abgebucht oder aber in Rechnung gestellt. Die bei den einzelnen Kursangeboten angegebenen Kursgebühren erhöhen sich um 3,- Euro, falls keine Erlaubnis zum Abbuchen der Kursgebühr erteilt wird bzw. vorliegt. Die für Mitglieder angegebenen Beiträge verstehen sich zusätzlich zum Vereinsbeitrag. Sollte Ihnen der Kurs nicht gefallen, können Sie Ihre Anmeldung innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn schriftlich stornieren. In diesem Fall berechnen wir lediglich eine Stornogebühr in Höhe von 10,- Euro. Bei einem späteren Rücktritt, auch bei Nichtteilnahme, fällt die Gebühr in voller Höhe an, da es uns in diesem Fall nicht mehr möglich ist, den Kursplatz anderweitig zu vergeben. Wir bitten hierfür um Verständnis.

**Schuhe**

Betreten Sie bitte die Sporträume nur mit sauberen Hallenschuhen mit nicht färbenden Sohlen.

**Ferien und Feiertage**

GRUNDSÄTZLICH fallen die Sportangebote nur in den Sommerferien, zwischen Weihnachten und Neujahr und an Feiertagen aus, nicht aber in den verbleibenden Tagen der Weihnachtsferien, in den Oster- und Herbstferien.

**Veranstaltungsort/Parken**

Wenn nicht ausdrücklich etwas anderes angegeben ist, finden die Kurse im AKTIV-PUNKT, Holteyer Str. 29, Essen-Burgaltendorf statt. Stellen Sie sich bitte auf eine ungünstige Parksituation ein.

**Umkleidesituation**

Um allen Kursteilnehmer/-innen eine akzeptable Situation in den Umkleideräumen zu ermöglichen, bitten wir, die Bänke nach dem Umziehen vollständig frei zu machen, indem Sie ihre Kleidung in die Spinde einschließen. Größere Taschen können Sie ggf. unter die Bänke oder auf die Spinde stellen.

**Aktuelle Informationen**

Sie können Informationen zum AKTIV-PUNKT sowie kurzfristige Änderungen des Kursprogramms unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) im Internet verfolgen.

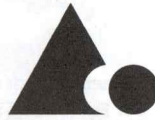
**Bürozeiten**

Wir möchten Ihnen einen guten Service bieten und trotzdem die Kostenentwicklung im Blick haben, damit wir die Kursgebühren so niedrig wie möglich halten können. Es wäre unverhältnismäßig, nur wegen eventueller Fragen von Kursteilnehmer/-innen das TVE-Büro durchgängig zu besetzen. Wir verweisen daher auf die Öffnungszeiten des TVE-Büros dienstags 18.00-20.00h und donnerstags 17.00-19.00h. Natürlich können Sie unsere Mitarbeiter/-innen auch außerhalb dieser Zeiten ansprechen, wenn Sie sie im Büro vorfinden.



**Einladung:**

**"Aktiv-Punkt-Café"**



an jedem letzten Sonntagnachmittag im Monat mit Ausnahme der Sommermonate Juni bis August sowie des Monats Dezember, jeweils von 15.00 h bis ca. 17.00 h

Wir laden Sie herzlich zu Kaffee und Kuchen in unserem Sport-, Freizeit- und Gesundheits-Treff, dem Aktiv-Punkt, Holteyer Str. 29 (1.OG), ein und freuen uns darauf, mit Ihnen gemütliche Sonntagnachmittage zu verbringen. Gern bieten wir Ihnen auch ein Glas Qualitätswein an!



Turnverein Einigkeit 1901 e.V. Essen-Burgaltendorf

**Ständig Reifen im Sonderangebot  
§ 29 - Abnahme im Hause (2 Jahre)  
ASU mit Plakette**

außerdem:

- Achsenvermessung
- Stoßdämpfertest und Einbau
- Bremsendienst
- Auspufferneuerungen
- Inspektionen
- Motor- u. Zündeneinstellungen
- Batterien
- Kupplungsservice
- TÜV-Vorbereitung



**Reifen Engelhardt**

Anerkannter Meisterbetrieb der KFZ-Innung  
Langenberger Straße 388, Essen-Überruhr  
Telefon: 586694

**W/B**  
**Malerbetrieb  
Werner Behrendt**

- sämtliche Malerarbeiten
- Vollwärmeschutz
- Fassadenbeschichtung
- Fußbodenbeläge
- Gerüstbau

**Malerbetrieb Werner Behrendt**  
Nockwinkel 90, 45277 Essen  
Tel. 0201/589511 - Fax: 0201/589511

**Kursprogramm 1. Halbjahr 2005**

**AEROBIC & WORKOUT**

Orga-Nr: 24	donnerstags	18.00-19.00
24.02.2005 - 30.06.2005	15-17 Termine	Bettina Schlicht
Mitglieder: 36,00 €	Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt

**AQUATIC FITNESS**

Orga-Nr: 57	dienstags	19.00-20.00
11.01.2005 - 15.03.2005	10 Termine	Stefan Bastians
Mitglieder: 32,50 €	Nichtmitglieder: 47,50 €	Schwimmbad Holteyer Str.

**AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN (ABR)**

Orga-Nr: 35	mittwochs	18.00-19.00
23.02.2005 - 06.07.2005	18-20 Termine	Jutta Jülicher
Mitglieder: 42,75 €	Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 47	mittwochs	17.00-18.00
23.02.2005 - 06.07.2005	18-20 Termine	Jutta Jülicher
Mitglieder: 42,75 €	Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

**BODYFORMING (BOP & MEHR)**

Orga-Nr: 30	montags	10.00-11.00
21.02.2005 - 04.07.2005	16-18 Termine	Steffi Hillebrand
Mitglieder: 38,25 €	Nichtmitglieder: 55,25 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 37	dienstags	10.30-11.30
22.02.2005 - 05.07.2005	18-20 Termine	N.N.
Mitglieder: 42,75 €	Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 48	freitags	10.30-11.30
25.02.2005 - 01.07.2005	15-17 Termine	Lolita Lassak
Mitglieder: 36,00 €	Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt



**HOVER** GMBH  
ELEKTRO

- Elektroinstallation
- Antennenanlagen
- Nachtspeicherheizungen
- Reparaturen
- Hausgeräte
- Ihr **Miele** Fachhändler

Langenberger Str. 600  
Essen-Überruhr, 58 20 78

**STRUZEK**

Schuhmachermeister  
&  
Orthopädieschuhmachermeister

- Orthopädische Maßschuhe
- Orthopädische Schuhzurichtung
- Orthopädische Einlagen
- Schuhreparaturen
- exclusive Maßschuhe

Jürgen Struzek  
Steeler Straße 167, 45138 Essen  
Telefon 0201/282988

CLARINS  
PARIS  
**ERLEBNIS**  
*Schönheit*

Kosmetik-Institut und Tagesfarm Beate Pantel

... Ein Ort, um einfach 'mal  
„auszusteigen“, um dem geschäftli-  
gen Treiben des Alltags zu entfliehen.  
Wo Ihre Schönheit, Ihre Seelenruhe  
und Ihr Wohlbefinden an erster Stelle  
stehen ...



Fermine nach telefonischer Vereinbarung.  
Telefon: 0201/5718845, Mobil: 0175-9502551

Diekmannsbusch 40  
45289 Essen-Burgaltendorf

**BODYFORMING (BOP & MEHR)**

Orga-Nr: 46 dienstags 19.15-20.15  
22.02.2005 - 05.07.2005 18-20 Termine Gerlinde Saurenhaus  
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 61,75 € Aktiv-Punkt

**BODY-WORKOUT**

Orga-Nr: 34 dienstags 17.00-18.00  
22.02.2005 - 05.07.2005 16-18 Termine Ulrike Göldner  
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 € Aktiv-Punkt

**FATBURNER**

Orga-Nr: 39 donnerstags 09.30-11.00  
24.02.2005 - 30.06.2005 15-17 Termine N.N.  
Mitglieder: 52,00 € Nichtmitglieder: 76,00 € Aktiv-Punkt

**FELDENKRAIS-METHODE**

Orga-Nr: 32 dienstags 09.00-10.30  
22.02.2005 - 05.07.2005 18-20 Termine Hildegunde Wissing  
Mitglieder: 61,75 € Nichtmitglieder: 90,25 € Aktiv-Punkt

**FIT & BEWEGLICH IM ALTER (AB 55 J.)**

Orga-Nr: 31 montags 16.30-17.30  
21.02.2005 - 04.07.2005 16-18 Termine Birgit de Wit  
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 € Aktiv-Punkt

**FIT MIT HIT**

Orga-Nr: 44 mittwochs 20.30-21.30  
23.02.2005 - 06.07.2005 18-20 Termine Friedhelm Bick  
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 61,75 € Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 58 montags 17.45-18.45  
21.02.2005 - 04.07.2005 16-18 Termine Friedhelm Bick  
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 € Aktiv-Punkt



**Annoncieren Sie im Wurfspiess!**

Die Kosten pro Veröffentlichung (Ausgabe) betragen:

- für eine ganzseitige Annonce: 90 Euro

- für eine halbseitige Annonce: 52 Euro

- für eine viertelseitige Annonce: 34 Euro.

Interessenten senden wir gern ein Vertragsangebot zu.



**BAD • HEIZUNG • ELEKTRO**  
Beratung · Verkauf · Service

**JOH. BRAUKSIEPE** GMBH

**Tel.: 0201 / 57 99 42**

**Kundendienst Tel.: 57 11 16**

**www.brauksiepe.de**

**Deipenbecktal 186 · 45289 Essen**

**Energieberatung**

- ÖL - GAS HEIZUNG
- BRENNWERTTECHNIK
- SOLARTECHNIK

Wir kommen der Umwelt zuliebe.  
Sprechen Sie mit uns !

**FIT-MIX**

Orga-Nr: 42	mittwochs 09.30-10.30
23.02.2005 - 06.07.2005 18-20 Termine	Steffi Hillebrand
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

**FITNESS & WELLNESS (FÜR PAARE)**

Orga-Nr: 38	donnerstags 19.30-21.00
24.02.2005 - 30.06.2005 13-15 Termine	Detlef & Gerda Enigk
Mitglieder: 45,50 € Nichtmitglieder: 66,50 €	Aktiv-Punkt

**MODERN JAZZ DANCE**

Orga-Nr: 76	freitags 18.30-20.00
14.01.2005 - 18.03.2005 10 Termine	Luis Mijares
Mitglieder: 60,00 € Nichtmitglieder: 90,00 €	Aktiv-Punkt

**NORDIC WALKING**

Orga-Nr: 26	dienstags 18.30-19.30
22.02.2005 - 05.07.2005 18-20 Termine	Georg Spengler
Mitglieder: 28,50 € Nichtmitglieder: 42,75 €	Aktiv-Punkt

**PILATES**

Orga-Nr: 40	mittwochs 10.30-11.30
23.02.2005 - 06.07.2005 18-20 Termine	Steffi Hillebrand
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

**POWER-GYM**

Orga-Nr: 49	donnerstags 09.00-10.30
24.02.2005 - 30.06.2005 13-15 Termine	Lolita Lasssak
Mitglieder: 45,50 € Nichtmitglieder: 66,50 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 69	donnerstags 10.30-12.00
24.02.2005 - 30.06.2005 13-15 Termine	Lolita Lasssak
Mitglieder: 45,50 € Nichtmitglieder: 66,50 €	Aktiv-Punkt



HABEN SIE

**OMA** TEN AUF DEN

**AUGEN?**

Augenoptik | Hörtechnik | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Straße 40 | D-45276 Essen  
Tel.: +49 (0)201.851 25-0 | Fax: +49 (0)201.851 25-25

Nockwinkel 99 | D-45277 Essen  
Tel.: +49 (0)201.58 59 99 | Fax: +49 (0)201.58 62 24

info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de



**STEP-AEROBIC**

Orga-Nr: 45	dienstags 20.15-21.15
22.02.2005 - 05.07.2005 18-20 Termine	Gerlinde Saurenhaus
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 61,75 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 25	freitags 17.30-18.30
25.02.2005 - 01.07.2005 16-18 Termine	Verena Schreiner
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 €	Aktiv-Punkt

**STEP-AEROBIC & WORKOUT**

Orga-Nr: 36	mittwochs 19.00-20.30
23.02.2005 - 06.07.2005 18-20 Termine	Verena Schreiner
Mitglieder: 61,75 € Nichtmitglieder: 90,25 €	Aktiv-Punkt

**WELLNESS-STEP**

Orga-Nr: 56	montags 20.00-21.00
21.02.2005 - 04.07.2005 15-17 Termine	Lolita Lassak
Mitglieder: 36,00 € Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt

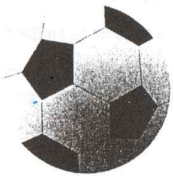
Orga-Nr: 33	freitags 09.30-10.30
25.02.2005 - 01.07.2005 15-17 Termine	Lolita Lassak
Mitglieder: 36,00 € Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE**

Orga-Nr: 66	donnerstags 18.15-19.15
24.02.2005 - 30.06.2005 15-17 Termine	Monika Gwosdz
Mitglieder: 36,00 € Nichtmitglieder: 52,00 €	SH Auf dem Loh

Orga-Nr: 29	montags 17.15-18.45
21.02.2005 - 04.07.2005 16-18 Termine	Gabi Marquaß
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 €	SH Auf dem Loh





**...KINDERGEBURTSTAGE**

**...MONTAGS KICKTREFF**

**... JUNGEN BIS 8 JAHRE 16-17 UHR**

**... JUNGEN BIS 13 JAHRE 17-18 UHR**

**... MÄDCHEN 18-19 UHR**

**... ERWACHSENE 19.30-20.30**

**...ERSTE TEILNAHME KOSTENLOS**

**INDOOR  
SOCCER**

**BURGALTENDORF**

**☎ 57 03 03**  
www.socceressen.de

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE**

Orga-Nr: 53	donnerstags 17.00-18.00
24.02.2005 - 30.06.2005 15-17 Termine	<b>M.Gwosdz</b>
Mitglieder: 36,00 € Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 52	donnerstags 11.00-12.00
24.02.2005 - 30.06.2005 15-17 Termine	Stephan Semmerling
Mitglieder: 36,00 € Nichtmitglieder: 52,00 €	Aktiv-Punkt

Orga-Nr: 63	montags 19.00-20.00
21.02.2005 - 04.07.2005 16-18 Termine	Rosemarie Stoßberg
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 55,25 €	Aktiv-Punkt

**MODERN JAZZ DANCE**

Jazz Dance, ebenso wie Jazz Musik ist wahrscheinlich die Seele des amerikanischen Tanzes. Er beinhaltet ebenso spirituelle, als auch Elemente des Blues und Swing. Der Jazz Dance besitzt die außergewöhnliche Eigenschaft, sich dem Lebensstrom immer neu anzupassen. Ideal für diese Tanzform ist eine detaillierte Technik - das Isolationstraining. Nach einer Aufwärmphase führt Luis Mijares in diese Form der Körperarbeit ein: Kopf, Schulter, Brustkorb, Becken, Arme und Beine werden isoliert voneinander trainiert. Zum Abschluss werden die erarbeiteten Bewegungen zu einer choreographischen Folge zusammengeführt.



**MODERN-JAZZ-DANCE (EINFÜHRUNGS-KURS)**

Orga-Nr: 76	freitags, 18.30-20.00 h
14.01.2005 - 18.03.2005 (10 mal)	Luis Mijares
Mitglieder: 60,- € Nichtmitglieder: 90,- €	Max. TN: 20

**AQUATIC FITNESS**

Aquatic Fitness ist ein neuartiger Mix aus Aquarobic und Aquastep. Aquatic Fitness ist eine zeitgemäße Weiterentwicklung der herkömmlichen Wassergymnastik, die durch speziell entwickelte Geräte besonders für eine Wassertiefe bis 1,30 m geeignet ist. Dabei stehen Stepper, Poolnudeln sowie Handschuhe als Hilfsmittel zur Verfügung. Aquatic Fitness ist ein All-round - Programm für den ganzen Körper für fast jedes Alter und gleichzeitig Ausdauer-, Herz-Kreislauf-, Rehabilitations-Programm zum allgemeinen Wohlbefinden und als Wiedereinstieg in den Sport.

**AQUATIC FITNESS**

Orga-Nr: 57	dienstags, 19.00-20.00 h
11.01.2005 - 15.03.2005 (10 mal)	Stefan Bastians (Aquatic Fitness Instructor)
Mitglieder: 32,50 € Nichtmitglieder: 47,50 €	Max. TN: 8 (!)



Das Wir machen den Weg frei Prinzip



# Unternehmen Erfolg

KOMPETENTE UNTERSTÜTZUNG FÜR DEN MITTELSTAND

Selbständigkeit heißt „ständig selbst“? Sicher, solange man die Wege zum Erfolg selbst am besten kennt. Und wenn man neue Ziele hat? Dann stellen wir Ihnen unser gebündeltes Know-how und unsere jahrzehntelange Erfahrung zur Verfügung – im Rahmen individueller Beratung und maßgeschneiderter Finanzkonzepte. So wird Ihr Unternehmen zum Erfolg.

[www.gvb-essen.de](http://www.gvb-essen.de)

Geno-Volks-Bank  
Essen eG



## KURSBESCHREIBUNGEN (KURSTITEL ALPHABETISCH SORTIERT)

### AEROBIC & WORKOUT

Ein Fitnessprogramm in einer Kombination von Aerobic, Step-Aerobic sowie Hantel- und Kleingerätetraining nach Musik mit leichter Choreographie. Ziel ist die Verbesserung der Ausdauer bei gleichzeitiger Kräftigung und Straffung der Muskulatur durch ein gezieltes Aufbauprogramm.

### AUSDAUER - BAUCH - RÜCKEN (ABR)

Ein Kurs für diejenigen, die mit einem einfachen Bewegungsprogramm ihre Ausdauer verbessern möchten. Besondere Aufmerksamkeit werden zusätzlich der Bauch- und Rückenmuskulatur geschenkt, da diese Muskelgruppen oft nicht in einem ausgewogenen Verhältnis stehen.

### BODYFORMING (BOP & MEHR)

Bodyforming ist ein Kräftigungs- und Straffungsprogramm für alle Problemzonen. Nach einem ausgiebigen Warm-Up werden mit und ohne Zusatzgeräte (leichte Hanteln, Tubes, etc.) Muskelkraft und Muskelausdauer trainiert.

### BODY-WORKOUT

Ein gesundheits- und rückenorientiertes Trainingsprogramm für jeden, der Spass daran hat, seinen Körper in Form zu halten. Nach einem leichten Warm-Up aus Elementen der Aerobic wird die gesamte Körpermuskulatur mit kleinen Zusatzgeräten (Theraband, Hanteln, Gewichtsmanschetten...) gestrafft und gefestigt. Der Schwerpunkt liegt auf den Problemzonen (BOP).

### FAT-BURNER

Das Fat-Burner-Programm beinhaltet nach einem Warm-Up ein ca. 40minütiges Aerobic Ausdauertraining bei moderatem (mittleren) Tempo, um so die Fettverbrennung anzukurbeln. Anschließend folgen gut dosierte Kräftigungs- und Straffungsübungen für die „Problemzonen“ an Bauch, Beinen, Po und Oberkörper. Und alles nach dem Motto: Mit Spaß Kalorien verbrauchen!

### FELDENKRAIS-METHODE - BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG ®

In der Feldenkrais-Arbeit werden eigene Bewegungen durch aufmerksame Wahrnehmung im Detail erlebt. Dies fördert das Bewusstsein für kleine Unterschiede, wodurch ermöglicht wird, selbstständig Alternativen zu den oft unbewußten und möglicherweise ungesunden alltäglichen Bewegungen zu entwickeln. Bequeme, warme Kleidung u. dicke Socken sind erforderlich.

### FIT MIT HIT

Nach dem Aufwärmen mit leichter Ausdauer-Aerobic steht durch gesundheitsorientierte Funktions- und Schöngymnastik die Mobilisation und die Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur zu flotter Musik im Vordergrund. Ein Angebot für alle (auch f. Paare), die ungezwungen durch präventiven Sport fit bleiben oder werden wollen.

### FITNESS UND WELLNESS (FÜR PAARE)

Präventives Sportangebot: Abwechslungsreiche, flotte, gesundheitsorientierte Fitnessgymnastik mit Musik und Einsatz der vorhandenen Kleingeräte. Die abschließende Entspannung hilft beim Stressabbau. Dieses Angebot ist mit dem Gütesiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet. Auf Wunsch wird eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt mit der eine anteilige Kostenübernahme durch die Krankenkasse beantragt werden kann.

### FIT UND BEWEGLICH IM ALTER (AB CA. 55 J.)

Gymnastik für Menschen ab 55 Jahren. Isometrische Übungen zur Vorbeugung gegen Osteoporose, Beckenboden-Gymnastik zur Vorbeugung gegen Blasenschwäche, Funktionsgymnastik, Koordinationsübungen, Walking oder Senioren-Aerobic sind nur einige Aspekte dieses breitgefächerten Programms. Spiele sowie kleine Tänze mit viel Musik runden den Kurs ab.

### KINDERBETREUUNG

Kinderbetreuung im Aktiv-Punkt wird von ausgebildeten Erzieherinnen durchgeführt. Die Kosten für die Kinderbetreuung betragen 30 Euro pro Kind für das gesamte 1. Halbjahr 2005 und verstehen sich zusätzlich zur Kursgebühr. Als spezielles Angebot gilt die Buchung für alle Kurse bei denen wir Kinderbetreuung anbieten (derzeit 37 Bodyforming, 39 Fat-Burner und 42 Fit-Mix), d.h. bei Teilnahme an beiden Kursen wird die Kinderbetreuung nur einmal berechnet.

### MODERN JAZZ DANCE (EINFÜHRUNGS-KURS)

Jazz Dance, ebenso wie Jazz Musik ist wahrscheinlich die Seele des amerikanischen Tanzes. Er beinhaltet ebenso spirituelle, als auch Elemente des Blues und Swing. Der Jazz Dance besitzt die außergewöhnliche Eigenschaft, sich dem Lebensstrom immer neu anzupassen. Ideal für diese Tanzform ist eine detaillierte Technik - das Isolationstraining. Nach einer Aufwärmphase führt Luis Mijares in diese Form der Körperarbeit ein: Kopf, Schulter, Brustkorb, Becken, Arme und Beine werden isoliert voneinander trainiert. Zum Abschluss werden die erarbeiteten Bewegungen zu einer choreographischen Folge zusammengeführt.



**Überblick Kursprogramm 1. Halbjahr 2005**

(enthält aus Übersichtsgründen nur Kurse von Montag bis Freitag, die im Kursraum des Aktiv-Punkt stattfinden)

Uhrzeit	Montag	Dienstag
09.00-09.30		09.00-10.30 FELDENKRAIS-METHODE Orga-Nr: 32 Hildegunde Wissing (Feldenkrais-Lehrerin)
09.30-10.00		
10.00-10.30	10.00-11.00 BODYFORMING Orga-Nr: 30 Steffi Hillebrand	
10.30-11.00		10.30-11.30 BODYFORMING Orga-Nr: 37 N.N.
11.00-11.30		
11.30-12.00		
15.30-16.00		
16.00-16.30		
16.30-17.00	16.30-17.30 FIT UND BEWEGLICH IM ALTER Orga-Nr: 31 Birgit de Wit	
17.00-17.30		17.00-18.00 BODY-WORKOUT Orga-Nr: 34 Ulrike Göldner
17.30-18.00		
18.00-18.30	18.00-19.00 FIT MIT HIT Orga-Nr: 58 Friedhelm Bick	18.00-19.15 HERZSPORTGRUPPE Monika Gwosdz & Dr. Strünck
18.30-19.00		
19.00-19.30	19.00-20.00 WIRBELSÄULENGYMNASTIK Orga-Nr: 63 Rosemarie Stoßberg	19.15-20.15 BODYFORMING Orga-Nr: 46 Gerlinde Saurenhaus
19.30-20.00		
20.00-20.30	20.00-21.00 WELLNESS-STEP Orga-Nr: 56 Lolita Lassak	20.15-21.15 STEP-AEROBIC Orga-Nr: 45 Gerlinde Saurenhaus
20.30-21.00		
21.00-21.30		

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30-10.30 FIT-MIX Orga-Nr: 42 Steffi Hillebrand	09.30-11.00 FATBURNER Orga-Nr: 39 N.N.	09.30-10.30 WELLNESS-STEP Orga-Nr: 33 Lolita Lassak
10.30-11.30 PILATES Orga-Nr: 40 Steffi Hillebrand		10.30-11.30 BODYFORMING Orga-Nr: 48 Lolita Lassak
	11.00-12.00 WIRBELSÄULENGYMNASTIK Orga-Nr: 52 Stephan Semmerling	
17.00-18.00 AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN Orga-Nr: 47 Jutta Jülicher	17.00-18.00 WIRBELSÄULENGYMNASTIK Orga-Nr: 53 Monika Gwosdz	17.30-18.30 STEP-AEROBIC Orga-Nr: 25 Verena Schreiner
18.00-19.00 AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN Orga-Nr: 35 Jutta Jülicher	18.00-19.00 AEROBIC & WORKOUT Orga-Nr: 24 Bettina Schlicht	18.30-20.00 MODERN JAZZ DANCE (Einführungskurs) Orga-Nr: 76 Luis Mijares (14.01.2005-18.03.2005)
19.00-20.30 STEP-AEROBIC & WORKOUT Orga-Nr: 36 Verena Schreiner	19.30-21.00 FITNESS & WELLNESS (FÜR PAARE) Orga-Nr: 38 Detlef & Gerda Enigk	
20.30-21.30 FIT MIT HIT Orga-Nr: 44 Friedhelm Bick		

**POWER-GYM: EINFÜHRUNG IN DAS  
GESUNDHEITSORIENTIERTE KRAFTGERÄTE-TRAINING**

Power-Gym findet in kleinen Gruppen statt, so dass Spaß und Kommunikation nicht zu kurz kommen. Nach einem leichten Aufwärmtraining wird in einem speziell auf die Teilnehmer abgestimmten Zirkel an den Geräten gearbeitet, abgeschlossen von einem entspannenden Cool-Down. Zusammenfassend bedeutet dies ein sicheres, den individuellen Bedürfnissen angepasstes freies Training an Geräten.

**STEP-AEROBIC**

Step-Aerobic ist das attraktive Programm, das die Herz-Kreislauf-Funktionen optimiert und dabei gleichzeitig Koordination schult und Muskeln kräftigt. Dazu wird bei anhaltender, gleichbleibender Belastung die Fettverbrennung in Gang gebracht. Für Fortgeschrittene!

**STEP-AEROBIC & WORKOUT**

Step-Aerobic, das attraktive Programm (s.o) wird hier kombiniert mit einem zusätzlichen Ausdauer-Bauch-Rücken-Programm. Geeignet für fortgeschrittene Step-Fans, für die es ein bisschen mehr sein darf.

**WELLNESS-STEP**

Ursprünglich wurde Step-Aerobic entwickelt, um nach Knie-Verletzungen schonend Muskulatur und Kondition wiederaufzubauen. Wellness-Step kehrt zu diesen Ursprüngen zurück. Der positive Effekt auf das Herz-Kreislauf-System der Step-Aerobic allerdings ohne Sprünge, Drehungen und raffinierte Schrittkombinationen ist eine gute Alternative auch für Step-Einsteiger mit Rücken- oder Knieproblemen. Abgerundet wird Wellness-Step mit einem Kräftigungsprogramm für Beine, Bauch und Rücken.

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK U. RÜCKENSCHULE**

Rückenprobleme sind in der modernen Zeit ein weit verbreitetes Übel. Stress, psychische Belastungen, Bewegungsmangel und einseitige, statische körperliche Belastungen sind nur einige Beispiele für die Entstehung von Rückenbeschwerden. Die Wirbelsäulengymnastik gibt Informationen, um sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können. Durch gezielte, funktionelle Gymnastik kam Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt bzw. entgegengewirkt werden. In looserer Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun.

**VEREINSFEST 2004: EINE SUPERLEISTUNG!**

Eine Superleistung zeigten 146 (!) Mitwirkende beim Vereinsfest am 20. November in der mit etwa 400 Gästen belegten Sporthalle der Comeniuschule. Das war zunächst einmal ein Besucherrekord!

Einen stimmstarken Beginn gestaltete das Burgaltendorfer Vocal-Ensemble der Vanful Jumäns mit einem kleinen Ausschnitt aus ihrem weltlichen Programm, bedacht mit großem Beifall.

Merkwürdige, erstaunliche, komische Dinge spielten sich danach auf der für Vorführungen reservierten Fläche ab! Wer hat denn schon mal was von Kniegymnastik gehört, geschweige denn gesehen!? Was machen plötzlich viele rosarote Schweine in der Halle? Sie tanzten Tango! Überraschend war auch die Altersspannbreite der Aktiven: Von 12 Jahren bis zu 85 Jahren waren die Mitwirkenden alt, das war schon bemerkenswert.

Festzustellen war übrigens auch, dass alle Darbietungen mit viel Freude präsentiert wurden. Das Turnen der Leistungsgruppe, dieses Mal in Form einer Show dargeboten, erweckte den Anschein, dass die Aktiven um Daggi und Muriel mit viel Spaß bei Boden, Barren, Balken dabei waren. Später sorgten fluoreszierende Rhönräder und Rhönradturnerinnen für eine

magische Stimmung in der geschmückten Halle. Viel Power mit Steffi und Verena bei der Step-Aerobic zeigten eine eigens für diesen Tag von Steffi zusammengestellte Jugendgruppe und zum späteren Zeitpunkt eine Erwachsenenengruppe.

Überrascht wurden die Zuschauer dann auch, als sich Sigrid mit ihrer Wassergymnastikgruppe ankündigte, die Halle musste aber dazu nicht geflutet werden. Die Phillipinische Kampfkunstgruppe um Ralph Hinderberger zeigte, dass sie sich seit der letzten Präsentation vor drei Jahren sehr gut weiter entwickelt hat.

Dass der Verein neue Trends aufgreift, bewies Stephan eindrucksvoll mit seiner kleinen Gruppe, die mit dem „Rüttelstab“, dem Flexi-Bar, arbeitete. Mein Resümee- und das soll nicht pathetisch klingen: So macht Verein Spaß! Das bestätigten auch die Besucher und Besucherinnen.

Dank deshalb noch einmal an alle Helfer/-innen, die das Fest vorbereitet haben, die auf- und abgebaut haben, die das Essen organisiert haben, an Alexander und sein „Getränketeam“, an alle Kurs- und Übungsleiter/-innen und an alle, die zu diesem wunderbaren Erfolg beigetragen haben. Ich habe mich darüber sehr gefreut!  
ECKHARD SPENGLER

**Dieses universelle Anmeldungsformular**

kann für die Anmeldung zu allen "anmeldungspflichtigen" Vereinsveranstaltungen (Kurse, Ausflüge, Workshops,...) verwendet werden, NICHT jedoch als Antrag auf Mitgliedschaft im TVE (Aufnahmeantrag).



Holteyer Straße 29

Fax 0201/5718628

45289 Essen

**ANMELDUNG**

Bezeichnung der Veranstaltung (Kurs, Ausflug, Workshop,...):		Orga-Nr.:

Name:	Vorname:	Geburtsdatum:

Anschrift:	Telefon:

Bankverbindung, von der abgebucht werden darf (nur notwendig, wenn dem TVE nicht bereits bekannt):

Bankleitzahl:	Konto-Nr.:	Konto-Inhaber/-in:

TVE-Mitglied?  
 Ja    Nein

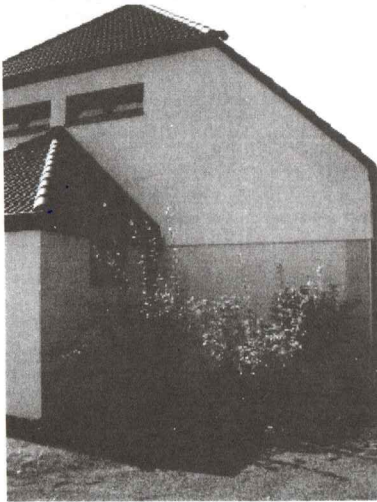
Datum:	Unterschrift:	Bei Minderjährigen: Unterschrift der Eltern:

Bemerkungen:



**AKTIV-PUNKT:**

**ALTE UND NEUE SCHMIEREREIEN**



Nachdem die Schmierereien an den Außenfassaden des Aktiv-Punkt-Gebäudes beseitigt worden waren, sind nur wenige Wochen später an der Rückwand des Geräteanbaus neue Schmierereien festgestellt worden. Außerdem wurden die Riemchenflächen des Portals besprüht. Ärgerlich.

Beseitigt wurde endlich der Schaden, den ein Bagger an der Rückwand des Gebäudes im Rahmen der Arbeiten an der Turnhalle Holteyer Str. verursacht hatte.

"Heimgesucht" wurde der Aktiv-Punkt weiter durch einen massiven Wasserschaden im Bereich der Herenduschen, der bis zur Flurwand "ausstrahlte". Die aufwendigen Reparaturarbeiten dauern an.

Der Kommunikationsraum wird mediengerecht ausgerüstet. Installiert wurde bereits eine 3 m breite, motorgetriebene Projektionsleinwand. Für 2005 ist der Kauf eines leistungsstarken Beamers vorgesehen.

**TVE-GRUPPEN LEBEN DIE WEIHNACHTSZEIT**

Die Gruppe "Wassergymnastik C"

veranstaltet ihre diesjährige Weihnachtsfeier am 02.12.2004 ab 19.00 h in der Gaststätte Brauksiepe.

Am 09. Dezember unternimmt sie einen Bummel über den Essener Weihnachtsmarkt. Treffen unter dem Lichternetz um 17.00 h.

Die Gruppe "Wassergymnastik B"

trifft sich am 20.12.2004 um 19.30 h im Restaurant Burgfreund zur diesjährigen Jahresabschlussfeier.

Die Gruppen "Gymnastik für Ältere (do. 15.00-16.30 h)", "Wassergymnastik A" u. "Sitzgymnastik"

feiern die weihnachtliche Zeit zusammen, und zwar am 16.12.2004 um 17.00 h im Restaurant Burgfreund. Die Leiterinnen freuen sich auf viele Teilnehmer/-innen. Gedichte und Geschichten zum Vorlesen sind sehr willkommen.

**"MONTAGSTURNERINNEN" VERBRACHTEN DEN 16. SEPTEMBER IN KÖLN**

Wer in diesem Sommer eine Fahrt vorbereitete, musste sich zwangsläufig auf Regenwetter einstellen. Aber mit uns Frauen meinte es der Wettergott dieses Mal gut. Der Kölner Sprache mächtig, meinte Ulrike: "Et kütt, wie et kütt."

Schon im Bus zum Essener Hbf war die Stimmung fröhlich, zum Leidwesen der anderen

Busreisenden. Aber was soll's, wir fliegen ja selten genug raus. Am Hbf: Großes Treffen auf Bahnsteig 1 und pünktlich ging es mit der Regionalbahn um 9.09 h in Richtung Köln. Mit Mühe bekam jeder einen Platz, wenn auch weit voneinander entfernt.

In Köln angekommen, ließ uns ein heftiger Wind schnell die Domplatte passieren, denn

die Bimmelbahn wartete schon, um uns ins Sportmuseum zu befördern. Wer von uns wusste schon, dass Köln ein so tolles Sportmuseum hat? Vor der Besichtigung ein kleiner Umtrunk, denn Rosi hatte Sekt und Orangensaft im Rucksack. Dann betraten wir das Sport- und Olympia-Museum in bester Laune, stellten fest, wie sich doch im Laufe der Zeit die Geräte - wie z.B. der Diskus - verändert haben. Olympia von vor Hunderten von Jahren bis in die Neuzeit ließ uns staunen und so manche erinnerte sich an die Olympiaden von 1964 und später.

Dann wurde das Torwandschießen geübt, ... aber wie das ja so ist: Getroffen hat niemand. Die Bimmelbahn wartete und so ging's wieder Richtung Innenstadt. Ein kurzer Bummel führte uns ins älteste Parfum-Museum Farina. Jede wurde mit einer Duftmarke versehen. Nicht nur die Duftwässerchen, sondern auch Schmuck konnte besichtigt und erstanden werden.

Natürlich waren wir bei Willi Millowitsch (Er sitzt, in Bronze gegossen, auf einer Bank an einem stillen Platz.) Bei Tünnes und Schäl kramte Rosi die letzte Sektflasche heraus, um auf die beiden ein Hoch auszurufen.

Im Brauhaus Früh hatte Ulrike einen Tisch bestellt. Gut so, denn es war gut besucht. Der Hunger war schnell gestillt und auf ging's Richtung Rhein. Hier wartete ein Schiff, die Jan van Werth, auf uns. Eine Stunde an Deck, eine

Tasse Kaffee, die Sonne lugte ab und zu zwischen den Wolken hindurch,... was wollten wir mehr.

Alle, die den Dom noch nicht kannten, und viele, die ihn einmal wieder von innen sehen wollten, machten einen Kurzbesuch im Dom mit dem Dreikönigs-Schrein. Dann wurde es Zeit: Wir hatten einen Termin für eine Führung im Museum Ludwig. Der Mahler Macke sollte uns nahegebracht werden. Im wahrsten Sinne des Wortes, die Dame redete und redete. Wenn Macke älter als 27 Jahre geworden wäre, ständen wir heute noch da. So setzte sich eine nach der anderen ab und streifte allein oder in kleinen Gruppen durch das Museum. Oskar Kokoschka, Kirchner, Käthe Kollwitz,... es waren so viele gute Bilder anzusehen. Nur die Moderne,... ihr konnten wir nichts abgewinnen. Lust auf die Rückreise hatten wir noch nicht. So landeten wir auf ein Glas Wein oder Bier in einem Wirtshausgarten.

Kuchen gab es auch. So hätten wir es noch lange ausgehalten. Kurz vor 19.00 h fuhr ein Regionalzug Richtung Essen. Zum Bus wurde ein Zwischenspur eingelegt.

Um 20.30 h hatte unser Burgaltendorf uns wieder. Unser Dank gilt der Organisatorin: Man hat gemerkt, dass sie lange Zeit in Köln gewohnt hat.

Auf ein Neues im nächsten Jahr. Es ist ange-dacht, Aachen zu besuchen.

HERMI GRING

**RUND UMS MITGLIED**

**DER TVE GRATULIERT ZU RUNDEN UND HOHEN GEBURTSTAGEN IN DEN MONATEN DEZEMBER 2004 BIS FEBRUAR 2005:**

50 J.	10.12.	Strahlau, Birgitta			
60 J.	01.01.	Gentile, Vincenzo		07.02.	Scholz, Willy
65 J.	10.12.	Eckert, Hannelore		11.02.	Blum, Heiner
	14.12.	Pütz, Heinz		04.03.	Bloch, Eva
	23.01.	Jäger, Ursula	80 J.	26.12.	Hoffmann, Vera
	23.01.	Kirschbaum, Hildegard		07.01.	Köster, Marianne
	06.02.	Handke, Gisela		02.02.	Spengler, Margret
70 J.	12.12.	Zernott, Else	81 J.	01.03.	Kolligs, Maria
	24.12.	Neuhaus, Edith	82 J.	05.01.	Schmidt, Anneliese
	30.12.	Knipprath, Doris	83 J.	24.12.	Hecker, Josef
	10.01.	Schulz, Reinhard		28.12.	Hackmann, Alfred
	07.03.	Weit, Dr. Klaus		22.01.	Makrutzki, Manfred
	11.03.	Wichert, Ruth	85 J.	24.12.	Hinz, Fränzi
75 J.	01.01.	Weis, Karl		09.02.	Breidbach, Hans
	01.02.	Völlmecke, Walter		14.02.	Köster, Irmgard
			91 J.	19.01.	Klose, Luise



## RÜCKBLICK AUF DEN WURFSPIESS 24 VOR 20 JAHREN

GEORG SPENGLER,

geb. am 17.7.1964

tätig als Jugendleiter

Beruf: Schüler, ab August Lehre als  
Zimmerer

# jobs DER TJB

WS: Georg, Du bist praktisch im Verein grossgeworden. Was hast Du, bevor Du Ende letzten Jahres die Jugendleiterlizenz erworben hast, im Verein getan?

GS: Nun, ich bin seit 15 Jahren im TVE und bekomme auch durch meine Familie recht viel vom "Vereinsleben" mit. Trotzdem kann ich nicht sagen, daß ich sehr viel für den Verein getan habe. Abgesehen davon, daß ich selber Sport im Verein treibe (jetzt Volleyball, früher Turnen und Badminton), war ich eigentlich immer nur ein fleißiger Konsument der Vereinsangebote (tjb-Abende, Freizeiten, Himmelfahrtswanderungen etc.). Zwischendurch (ich glaube 1981/82) war ich mal im Referat "Kinderarbeit" tätig, mußte jedoch aus schulischen Gründen wieder zurücktreten. Das heißt also, daß ich eigentlich nicht mehr als ein "treues" und interessiertes Mitglied gewesen bin, bis ich eben im Frühjahr letzten Jahres den Posten des Jugendleiters übernahm und mich zum Jugendleiter-Lizenzkurs anmeldete.

WS: Bitte gib den Wurfspiess-Lesern einen kurzen Einblick in eine solche Lizenzausbildung.

GS: Ich denke, ich sollte erst einmal sagen, warum ich an diesem Kurs teilgenommen habe, denn die Teilnahme ist für Jugendleiter ja nicht verpflichtend, bereitet aber eine ganze Menge Arbeit.

Als ich den Posten des Jugendleiters übernahm, gab es keinen Vorgänger, der mich hätte einarbeiten können. Um nun aber einen Einblick in den Aufgabenbereich eines Jugendleiters zu bekommen und um mir Arbeitshilfen geben lassen zu können, entschied ich mich zur Teilnahme an diesem Kurs, der in der Zeit von Mai bis November '84 einen großen Teil meiner Freizeit beanspruchte (manchmal "mußte" ich auch samstags die Schule für diesen Kurs ausfallen lassen).

Der Jugendleiter-Lizenzkurs umfaßt 120 Stunden mit den Hauptthemen: Sportpraxis, Sportmedizin, Jugend- und Erwachsenenbildung, Organisation und Verwaltung, Geschichte/Politik/Sociologie, Recht (Vereinsrecht/Jugendschutz etc.).

Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmern ein Grundwissen über Gruppenpädagogik, Geschäftsführung, der Beziehung zwischen Sport und Gesellschaftspolitik, Formen des Freizeitsports, Aufbau und Funktion des menschlichen Organismus, Möglichkeiten und Ziele außersportlicher Jugendarbeit, die Eigenständigkeit und Selbstverwaltung der Jugendabteilung etc. etc. zu vermitteln.

Diesen Stoff versuchte man uns in Form von Vorträgen, Filmen, Diskussionen und anhand von praktischem Lernen an Wochenenden und einzelnen Abenden beizubringen. An einem weiteren Wochenende wurden die Inhalte dann per Prüfung abgefragt. Diese Prüfung besteht aus einem schriftlichen Teil, einem praktischen Teil und einem Prüfungsgespräch. Ich muß sagen, daß der Kurs mir eine ganze Menge Arbeit, aber auch ungeheuer viel Spaß bereitet hat. Die Zusammenarbeit mit dem Kursleiter und mit den anderen Teilnehmern war einmalig, was zum guten Teil an den zusammen verbrachten Wochenenden lag.

WS: Da die üblichen Jugendleiter-Aufgaben in der tjb nach der vereinsinternen Aufgabenverteilung von Organisationsleiter und Projektleitern erledigt werden, bewegt sich der tjb-Jugendleiter ein wenig im luftleeren Raum. Wie siehst Du Deine Stellung, und wo wirst Du Dir Dein Haupttätigkeitsgebiet suchen? Welche Rolle spielt in Deinen Überle-

## RÜCKBLICK AUF DEN WURFSPIESS VOR 20 JAHREN

gungen die zukünftige tjb- und informelle (= organisationsunabhängige) Jugendarbeit in der ehemaligen Buschschule?

GS: Es stimmt in der Tat, daß ich mich ein wenig im luftleeren Raum bewege. Das liegt an der guten Organisation der tjb. Denn welcher Verein hat schon einen Organisationsleiter, einen Sportleiter und einen Jugendleiter und verschiedene Projektleiter? In sehr vielen Vereinen muß diese Arbeit zum Teil eine einzige Person managen. Dafür ist die tjb aber auch eine der größten Jugendorganisationen Essens und "läuft" meiner Meinung nach sehr gut.

Aber zurück zu mir: Das, was für mich an Arbeit zurückbleibt, ist mir momentan wirklich genug, da ich ja gerade im Abi stehe. Das Führen des Jugendsprecherteams, die Vorbereitung des Jugendtreffens '85, die Treffen des Führungsteams der tjb und ab und zu auch mal eine Vorstandssitzung nehmen zunächst genug Zeit in Anspruch. Wenn ich im April (hoffentlich) mein Abi hinter mir habe, wird das angesprochene Haupttätigkeitsgebiet wohl die Buschschule (Einrichtung und Nutzung) sein. Da wird wahrscheinlich einiges auf mich zukommen; aber ich glaube, für ein so großartiges Projekt lohnt es sich, schon einiges zu tun. Ich hoffe aber auch, daß wir zur gegebenen Zeit noch eine Menge freiwillige Mitarbeiter bekommen werden.

WS: Wie man hört, hast Du als Leiter-Greenhorn bei der letztjährigen Jugendfreizeit in Schweden bereits einen erstaunlich routinierten Eindruck hinterlassen.

Was ist Dein Eindruck aus dem Vergleich "Erwartung/tatsächlicher Verlauf" hinsichtlich der Rolle eines Jugendfreizeit-Leiters?

GS: Es stimmt natürlich, daß ich zum ersten Mal eine Jugendfreizeit leite. Was den "routinierten Eindruck" anbetrifft, den ich hinterlassen haben soll, so ist hierzu zweierlei zu sagen. Zum einen gibt es bestimmte Voraussetzungen, die ein Gruppenleiter erfüllen sollte (Toleranz, kooperatives Verhalten und nicht zuletzt auch eine gewisse Selbstsicherheit). Zum anderen aber zeigt nur die Praxis, ob und inwieweit die genannten Voraussetzungen im Verlauf einer solchen Freizeit durch den betreffenden Leiter erfüllt werden (können). Und dies bedeutet gerade für jeden Neuling, aus gemachten Fehlern lernen zu müssen, wobei ich glaube, daß gerade ein solcher Lernprozeß späterhin Routine ausmachen kann.

Als unser Organisationsleiter mich fragte, ob ich nicht Lust hätte, die Schwedenfreizeit mitzuleiten, habe ich spontan zugesagt. Obwohl ich nicht wußte, was als Leiter auf mich zukommen würde, wäre ich nicht auf den Gedanken gekommen, daß ich der Aufgabe vielleicht nicht gewachsen sein könnte. Natürlich war ich gespannt, wie es wohl klappen würde,

aber ich hätte ja auch bei eventuell auftauchenden Schwierigkeiten nicht allein mit der Gruppe dagestanden.

Was ich vielleicht als Problem angesehen habe, ist, daß ich keinen allzu großen Altersabstand zu den Teilnehmern hatte, was jedoch nur dann ein Nachteil ist, wenn einem gleichzeitig die nötige Reife fehlt oder wenn man eine Gruppe autoritär führen will. Da ich aber lieber mit Jugendlichen zusammenarbeite, kann der geringe Altersabstand auch insofern ein





## RÜCKBLICK AUF DEN WURFSPIESS VOR 20 JAHREN

Vorteil sein, als daß ich mich auch in die Lage der Teilnehmer versetzen kann. Jetzt, im nachhinein, kann ich sagen, daß Schweden zumindest für mich ein voller Erfolg war (vielleicht auch ein bißchen Selbstbestätigung) und daß ich mich auf Frankreich freue.

WS: Wie war die Zusammenarbeit im tjb-Leiterteam, einschließlich "Angie" Peters?

GS: Wie gesagt, die Schweden-Freizeit war prima. Das beinhaltet auch, daß ich gut mit den anderen Leitern ausgekommen bin. Aber ich glaube, es war mehr als eine gute Zusammenarbeit, weil wir uns auch persönlich sehr gut verstanden haben. Was "Angie" Peters anbelangt, muß ich sagen, daß sie ein Schatz und wohl auch eine wunderbare Leiterin ist.

WS: Was ist zu den Gerüchten zu sagen, daß das "Maison des Jeunes" in Annecy für Dich bereits mit der Einkellerung von Essensvorräten begonnen haben soll?

GS: Was soll ich auf solch eine Frage antworten? Ich find's herrlich.

WS: Es ist offensichtlich, daß die Freizeit ANNECY '85 zwar äußerst attraktiv, aufgrund völlig anderer Gegebenheiten aber in keiner Weise vergleichbar sein wird mit der Freizeit STÖRFORS '84. Siehst Du da Probleme auf die Teilnehmer -aufgrund falscher Erwartungshaltung- und auf die Leiter -wegen der ggfs. notwendigen Erwartungskorrektur- zukommen? Kann man dem vorbeugen?

GS: Ich glaube, daß den Jugendlichen, die in Storfors mit waren und wieder mit nach Annecy fahren, bewußt ist, daß die beiden Freizeiten (was die äußeren Gegebenheiten anbelangt) nicht vergleichbar sind. Und ich glaube auch, daß gerade bei diesen Teilnehmern die Örtlichkeit zweitrangig ist, daß die Tatsache, in einer Gruppe mitzufahren, deren Leiter ihnen genug Freiheiten lassen (s. Ferienzeitung '84, S.22), wichtiger ist. Das heißt, daß es ihnen mehr auf das "wie" als auf das "wo" ankommt. Wenn Probleme auf das Leiterteam zukommen, so meine ich, dann nicht wegen der "völlig anderen Gegebenheiten". Und selbst wenn: Probleme sind zum Lösen da!

WS: Das "JUGENDTREFFEN '85" am 9.2., begrifflicher Nachfolger der "Jugendvollversammlung", wird ein erster Schritt auf dem Weg zu einem neuartigen Veranstaltungstyp, einer Art "tjb-Leistungsshow", sein. Die Moderation wird primär Jugendleiter-Aufgabe sein. Freust Du Dich oder bist Du eher nervös? Was sind Deine Wünsche für diesen tjb-Abend?

GS: Nun also, nervös bin ich (zumindest bis jetzt) nicht; ich würde auch nicht sagen, daß ich mich freue. Ich bin einfach gespannt, ob die Arbeit, die wir uns machen, mit einer entsprechend hohen Teilnehmerzahl belohnt wird. Das ist der eine Wunsch für diesen Abend; der andere Wunsch ist, daß wir beim Jugendtreffen '87 die doppelte Teilnehmerzahl haben werden.

## Chris de Burgh

Das Bühnenbild mit den überdimensionalen Telefonkabeln demonstrierte unübersehbar den Titel seiner diesjährigen Tournee: "Man on the Line". 20 Jugendliche machten von dem Angebot der tjb, zu diesem Konzert in die Düsseldorfer Philipphalle zu fahren, Gebrauch. Und es hat sich gelohnt: gute Stimmung in der ausverkauften Halle, obwohl das Publikum nach der Vorgruppe "Arrows" noch eine halbe Stunde warten mußte, bis der Vorhang endlich für Chris de Burgh aufging. Die beiden LPs "Man on the Line" und "The Getaway" wurden vollständig gespielt, "Spanish Train" teilweise. Ich glaube, während der zweieinhalb Stunden, die das Konzert dauerte, wären auch diejenigen mitgerissen worden, die sonst nicht so auf Chris de Burgh stehen. Sollte die tjb bei der nächsten Tournee wieder die Möglichkeit bieten, zu einem solchen Konzert zu fahren, kann ich nur empfehlen, das Angebot wahrzunehmen und mitzufahren. Simone Wallbaum

## RUND UMS MITGLIED: TOTENGEDENKEN

Nach langem Leiden verstarb am 8. September 2004 BERTI KEIENBURG. Berti war schon als Kind im TVE aktiv. Sie führte auch Ihre Kinder dem Turnen zu.

Nach einem schweren Leiden verstarb ferner am 27. Oktober DIETER BACH. Dieter trat 1946 in den Verein ein und war in seiner aktiven Zeit ein guter Turner und Leichtathlet und ein erfolgreicher Wettkämpfer. Viele seiner Freunde, die mit ihm auch schöne Jugendfreizeiten verlebten, gaben ihm das letzte Geleit.

Der TVE trauert um seine Verstorbenen und wird ihnen ein ehrendes Andenken gewahren.

## TVE-WANDERNACHMITTAG: "DER VEREIN LEBT"

Der Wandernachmittag am 26.09.2004 war ein voller Erfolg. Der Verein bewegte sich!! Vor dem Aktivpunkt bildeten sich dann die Wandergruppen, an denen bis zum Abmarsch die herrlichsten Kuchen vorbeigetragen wurden. Der kürzeste Weg ging direkt ins Aktiv-Punkt-Café. Petrus meinte es mit den Wanderern gut und schickte ideales Wetter. Die kleinere Gruppe unter Leitung von Gaby Marquass machte einen schönen, einstündigen Rund-

gang durchs Dorf. Wieder im Aktiv-Punkt angekommen, wurden sie dort von Brigitte Bauer mit Akkordeonmusik und Gesang empfangen.

Die zweite große Wandergruppe unter fachkundiger Leitung von Monika Heuer und Hildegard Kirschbaum ging 'runter zur Ruhr. Das Hochwasser nahm uns dort jede Entscheidung ab und so wanderten wir über die Dahlhauser Schwimmbücke linksseitig erst am Wasser und dann über die Höhe, vorbei an der alten Zeche und am Mahnmahl zurück zum Ausgangspunkt. Gute zwei Stunden wanderten hier jung und alt gemeinsam.

Durch diese Vielfalt an Mitgliedern aus den unterschiedlichen Gruppen wurden viele interessante Gespräche geführt. Belohnt wurden die Wanderer anschließend mit einem Glas Wasser und konnten sich anschließend mit Zwiebelkuchen und Brötchen wieder stärken.

Vielen Dank an alle, die zum Erfolg dieses (Nachmit-)Tages beigetragen haben.

GERDA ENIGK

## HALLO ÜBUNGS- UND KURSLEITER/-INNEN!

Wir benötigen Eure Tätigkeitsnachweise bis spätestens zum 15.12.2004. Die Stunden, die ihr nach der Abgabe des Tätigkeitsnachweises in diesem Jahr noch geben werdet, tragt bitte bereits im Voraus ein. Sollte wider Erwarten eine eingetragene Stunde doch nicht gegeben werden, subtrahiert sie auf dem Tätigkeitsnachweis 2005.

Sonstige Ausgaben (Startgelder, Materialien, Lehrgangsgebühren,...) bitte nicht auf den Tätigkeitsnachweis auftragen, sondern bereits VORHER einreichen. Ab dem 15.12. werden nur noch reine Vergütungen abgerechnet.

## Alternative Heilverfahren



### Naturheilpraxis Stefan Bastians

- Akupunktur
- Neural- / Schmerztherapie
- Eigenbluttherapie
- begleitende Tumorthherapie und Tumornachsorge
- Diätplanung und Adipositasberatung

Praxis im Aktiv-Punkt,

Holteyer Str. 29, 45289 Essen

0201 - 61 67 97 66 oder 0163 - 8 57 66 33

www.natural-med.de

Behandlungszeiten:

Montag und Mittwoch 17.00-21.00 Uhr

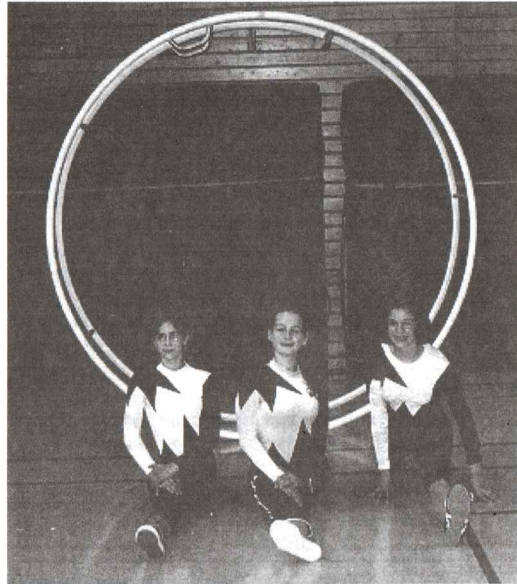


**RHÖNRADTURNERINNEN  
ROLLTEN BEI DEN STADT-  
MEISTERSCHAFTEN**

Es ist wieder viel passiert bei der Rhönradsgruppe in den letzten Wochen.

Am 10. Oktober fanden in Kupferdreh die Stadtmeisterschaften statt. Zwar war der TVE Burgaltendorf dort nur mit 3 Turnerinnen vertreten, dennoch wurden sehr gute Platzierungen erzielt.

In der Landesklasse der L5-Turnerinnen starteten Helen Cötelle, die ihren ersten Fortgeschrittenwettkampf absolvierte, sowie Carina Gerlach und Sandra Kernebeck. Trotz anfänglicher Schwierigkeiten während des Einturnens zeigten alle drei solide und sauber geturnte Pflichten. Die Kürren wurden ebenfalls sicher gezeigt, so dass die Wertungen recht hoch



ausfielen. Helen wurde 6., Carina 4. und Sandra belegte den 3. Platz von neun Turnerinnen. Das Training hat sich also ausgezahlt und die Anstrengungen wurden mit guten Platzierungen belohnt.

Ein weiterer Höhepunkt - neben dem Vereinsfest am 20.11.2004 - wird das diesjährig erstmals stattfindende Nikolausturnen am Donnerstag, 9. Dezember 2004, in der Sh Auf dem Loh, sein. Eltern, Vereinsmitglieder und Interessierte sind herzlich eingeladen. Beginn ist um 19 h. Über zahlreiche Besucher/-innen würden wir uns freuen.  
Julia Hermes

**DER TVE HAT EINE NEUE ÜBUNGSLEITERIN:  
STEFANIE SCHRADER BESTAND DIE PRÜFUNG.**

**WANN KANN ICH IN  
DEN WEIHNACHTSFE-  
RIEN (22.12. -  
06.01.) IM TVE  
SPORT TREIBEN?**

AKTIV-PUNKT, KRAFTGERÄTETRAINING:

1. + 2. Weihnachtstag, Neujahr: geschlossen.

Heiligabend, Silvester:  
geöffnet 08.30 - 13.00 h

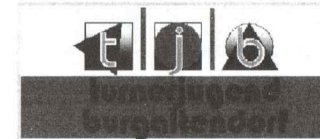
alle anderen Tage der Weihnachtsferien:  
normale Trainingszeiten

AKTIV-PUNKT, KURSPROGRAMM:

Die Kursstunden finden lediglich zwischen Heiligabend und Neujahr NICHT statt, es sei denn, Kursleiter/-innen und Teilnehmer/-innen haben eine anders lautende Vereinbarung getroffen.

SPORTSTUNDEN IN DEN SPORTHAL-  
LEN AUF DEM LOH UND HOLTEYER  
STR.:

Die beiden städt. Sporthallen sind lediglich zwischen Weihnachten und Neujahr (24.12.-02.01.) geschlossen, an allen anderen Tagen der Weihnachtsferien kann normales Training stattfinden. Die Übungsleiter/-innen sprechen mit ihren Gruppen ab, ob diese Trainingsmöglichkeit genutzt wird.



Kinder- u. Jugendorganisation des TVE Burgaltendorf

**Ferienfreizeit 2005 nach  
Center Parcs  
"Bispinger Heide"**



- Teilnehmer:** - Kinder und Jugendliche von 9 - 18 Jahren
- Termin:** - Montag, 21.03.2005 - Freitag, 25.03.2005 (Osterferien)
- Fahrt:** - Abfahrt um 10.00 h vom Marktplatz Burgaltendorf  
- Fahrt im \*\*\*\*-Fernreisebus von Graf Reisen  
- Abfahrt in Bispingen: Freitag Vormittag, Rückkehr zum Marktplatz Burgaltendorf gegen Nachmittag
- Kosten:** - 315,- € Eigenleistung für Fahrt, Unterkunft, Verpflegung und Programm  
- TVE-Mitglieder erhalten darauf 15,- € Zuschuss.  
- Der Betrag wird vom angegebenen Konto abgebucht.
- Anmeldung:** - verbindlich bis zum 09.01.2005 möglich.
- Unterkunft:** - je nach TN-Zahl: 4, 6 oder 8-Personen-Bungalows
- Verpflegung:** - Frühstück im Bungalow  
- Mittagessen im Schwimmbad, Kart Center o. Heide Park  
- Abendessen in einem der zahlreichen Restaurants
- Programm:** - Aqua Mundo, Tretboot, Adventuregolf, Bowling, Sportzentrum: Badminton/ Squash  
- Ralf Schumacher's Kart Center Bispingen  
- Heide Park Soltau

Organisation:

Marc Schäfer (Jugendleiter), Tel.: (0201) 40 23 29, Handy: 0175 / 347 00 88



**WIE ES BEGANN..., DANK AN IRIS WITTOESCH**

Vor 19 Jahren übernahm Iris die Gymnastiktruppe „uFü“ (unter Fünfzig), in der wir noch weit von dieser magischen Zahl entfernt waren. Von Gymnastikzirkeln, mit und ohne Geräte, über Aerobic, Calanetics, „Bauch-Beine-Po“ und das Einstudieren von modernen Tänzen, wurde uns von Iris alles geboten. Im Sommer kämpften wir uns immer wieder durch die Disziplinen für das Sportabzeichen. Iris motivierte uns zu Höchstleistungen !!! Der Spaß kam aber auch nicht zu kurz. Ob es der Stammtisch nach dem Sport, Karneval,



die Weihnachtsfeier oder die Radtour vor den Sommerferien war, wir waren stets mit Freude und Elan dabei. Die vielen positiven Erlebnisse mit Iris haben uns zusammengeschweißt und wir bedauern Iris' Entschluss, die Montagsgruppe abzugeben. Wir verstehen jedoch, dass sie auch einmal den Wunsch nach Veränderung hat. Wir sagen: DANKE, Iris

Deine Montagsgruppe

**AKUPUNKTUR IN CHINA**

Am 12.08.2004 trafen wir ( eine Gruppe von 6 Studenten der Universität Essen ) uns gegen Mittag auf dem Düsseldorfer Flughafen, um gemeinsam die nächsten 4 ½ Wochen miteinander zu verbringen; irgendwo 10.000 km fern der Heimat. Unser Ziel war Beijing (besser bekannt unter Peking). Nach 10 ½ Stunden Flug landeten wir auf dem Airport von Peking, bei

mehr als 30 Grad und einer Luftfeuchtigkeit um die 90 %! Die Wartezeit am Grenzschutz war da nur das kleinste Übel. Vor dem Flughafen wurden wir von zwei netten Ärzten in Empfang genommen und direkt zur Universität gebracht. Das Beijing University First Hospital war für die nächsten Wochen unser Lern- und Wirkungsbereich. In einem Seitengebäude im

3. OG war das Akupunkturdepartment untergebracht. Es gab zwei Behandlungsräume die äußerst einfach aber sehr zweckmäßig ausgestattet waren. Auf einfachen Holzliegen und Behandlungsstühlen werden dort, für uns unvorstellbar, bis zu 10 Patienten gleichzeitig behandelt. Des Weiteren standen jeweils ein Behandlungszimmer für die Puls- und Zungendiagnostik zur Verfügung. In jedem Raum gab es immer einen Stationsarzt und einen Oberarzt. Unser Oberarzt ein netter älterer Herr, sprach weder deutsch noch englisch. Den Umgang mit der Nadel setzte er perfekt in Szene. Waren dennoch einmal genauere Erklärungen notwendig, wurde der Stationsarzt zum Dolmetschen dazu geholt. Sieben Tage die Woche wird hier kräftig akupunktiert, mit mehr und dickeren Nadeln als bei uns üblich. Die Räume sind, bis auf die Mittagszeit und den späten Nachmittag, immer rappellvoll. Es ist nicht ein Stuhl oder eine Liege frei. Zu den angewendeten Methoden gehören neben der Akupunktur ebenso das Schröpfen oder das Moxen (Erwärmen von Punkten mit einer Kräutergarbe). Ab dem zweiten Tag sollten wir den Umgang mit den Nadeln dann 'mal selbst ausprobieren (leider die meisten ohne Vorkenntnisse). Also benutzten wir uns gegenseitig als Versuchskaninchen. Eine gute Akupunktur besteht hier aus mind. 12 Nadeln, die an fernen und lokalen Punkten gesetzt werden. Dabei macht man die Gewichtung, ob mehr lokale oder mehr ferne Punkte gestochen werden, davon abhängig, ob die Beschwerden akut oder chronisch sind. Der Chinese als solcher hat wohl ein ganz anderes Schmerzemp-

finden als wir Europäer. So waren die Erfahrungen, wie tief eine Nadel sitzen sollte und wie lang und dick diese ist, doch ein wenig „überraschend“. Gott sei Dank werden in Deutschland zur Akupunktur wesentlich kleinere und dünnere Nadeln benutzt, so dass die Akupunktur dem Schmerzempfinden angepasst ist. Dadurch verliert sie sicher nichts von ihrer Wirkung. Sehr interessant fand ich auch, dass in China die Anzahl an Akupunkturereines Behandlungsintervalls, viel höher als in Deutschland ist. So wird in China z.B. zu Beginn einer Therapie zur Gewichtsreduktion in den ersten 14 Tagen täglich und danach 2-3 mal die Woche behandelt. Dies wäre allein aus Kostengründen in Deutschland undenkbar. Beijing natürlich noch wesentlich mehr zu bieten als nur ein Krankenhaus. In der Stadt leben etwa 13 Mio. Menschen. Morgens sind die Busse und Straßen so voll, dass man das Gefühl hat, dass alle 13 Mio. Menschen gleichzeitig zur Arbeit wollten. Dagegen ist die Ruhrallee oder die A40 zur Hauptverkehrszeit absolut harmlos. Hier in Beijing ist alles etwas größer. Die Supermärkte z.B. machen ihrem Namen alle Ehre. Hier bekommt man so ziemlich alles und, für unsere Verhältnisse, fast geschenkt. Die Menschen sind sehr nett und hilfsbereit. Leider sprechen nur die Wenigsten von ihnen Englisch, so dass es hin und wieder mit der Verständigung etwas schwierig war. Beijing hat noch so vieles mehr zu bieten, dass man hier gar nicht alles aufzählen kann. Es ist auf jeden Fall eine Reise wert.  
S. Bastians

**EMSIGE SENIOREN-GILRS**

Für unsere Gesundheit ist es von großer Bedeutung, den eigenen Körper durch Fitness- und Entspannungsübungen zu trainieren. So treffen sich donnerstags die Frauen ab etwa 50 Jahren in der Turnhalle Holteyer Str. und Sporthalle Auf dem Loh, um sich dort nach Musik zu bewegen.

Kleine Handgeräte (Gymnastik- und Igelball, Reissäckchen, Theraband, Stab) dürfen dabei natürlich nicht fehlen. Seit Kurzem verfügen wir auch über Hanteln und nach langem Ringen und Suchen können wir auch den Spiritball einsetzen. Die Sportstunden sind somit vielseitig und abwechslungsreich.

In diesem Jahr haben vier Frauen (Erika Berndt, Brigitte Freatag-Hagedorn, Wilma Krokowski, Gundula Stauber) das Goldene Sportabzeichen erworben. Herzlichen Glückwunsch!

16 "Senioren-Girls" üben zur Zeit eifrig den Knietanz für das Vereinsfest am 20.11.2004.

Die Weihnachtsfeier ist in diesem Jahr am 16.12. um 17.00 h für die Gruppen "Th Holteyer Str." und "Aktiv-Punkt-Sitzgymnastik" und um 18.00 h für die Gruppe "Sh Auf dem Loh" im Restaurant Burgfreund, Burgstr. 2. Allen, die verhindert sind, an dieser Feier teilzunehmen, wünsche ich ein friedvolles, gesegnetes Weihnachtsfest und ein gesundes Jahr 2005.

ROSEMARIE STOSSBERG



## ERFOLGREICHES JAHR FÜR DIE LEISTUNGSTURNERINNEN

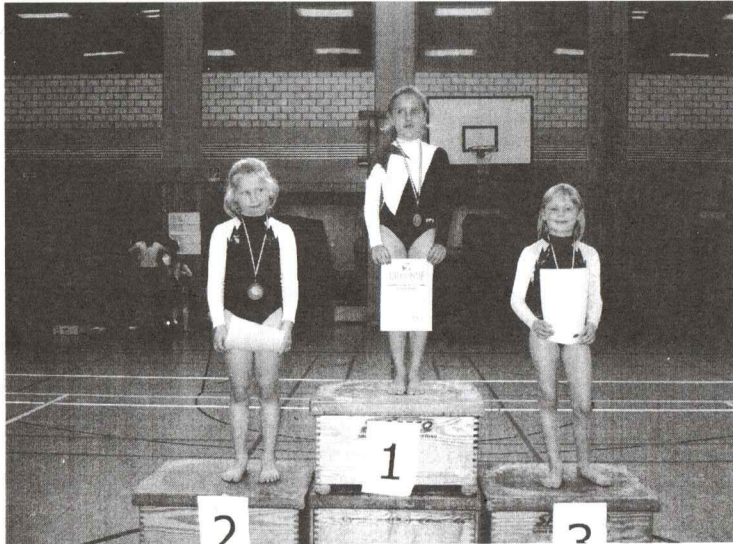
Das Jahr 2004 geht dem Ende zu und die Turnerinnen der Leistungsgruppe können auf ein gelungenes Wettkampffahr zurückblicken. Bei den Einzelmeisterschaften im März konnten wir einen Stadtmeistertitel und weitere Treppchenplatzierungen erreichen (siehe Wurfspieß Juni). Weitere Wettkämpfe, von denen wir noch nicht berichtet haben, folgten:

### 05. Juni 2004 Verbandsgruppeneauscheidung in Krefeld

Miriam Fritzemeier, Sandra und Verena Kernebeck hatten sich aufgrund ihrer Platzierungen bei den Stadtmeisterschaften für die Verbandsgruppeneauscheidung qualifiziert. In einem sehr starken Teilnehmerfeld konnte sich Verena erfreulicherweise unter den besten zwölf platzieren. Damit qualifizierte sie sich für den Rheinischen Gerätturnwettkampf, den sie aber leider terminlich nicht wahrnehmen konnte. Auch Miriam und Sandra turnten einen guten Wettkampf, doch es reichte nicht ganz, um sich weiterzuqualifizieren. Dennoch können die beiden mit ihrer Leistung sehr zufrieden sein.

### 06. Juni 2004 Essener Kürwettkampf

Zum ersten Mal nahm der TVE mit einigen Turnerinnen am Kürwettkampf teil. Besonders er-



folgreich war Larissa Schmitt, die im Wettkampf B5 (Jahrgang 95 u. jünger) mit sehr sauber geturnten Übungen den ersten Platz (30,25 Punkte) erreichte. Im Wettkampf B6 (Jahrgang 93 u. jünger) erwischte Jana Henninger am Sprung einen rabenschwarzen Tag und konnte dort keine Punkte erzielen. Schade, da die anderen Geräte sehr gut

gelingen waren. So reichte es „nur“ für den 13. Platz (23,50). Sandra und Verena Kernebeck turnten den Wettkampf B7 (Jahrgang 89 u. jünger) und belegten den 5. (30,15) bzw. 9. Platz (28,80). Ein besonderer Dank gilt Muriel Dewulf, die sich um die Choreographien der Kürübungen gekümmert hat.

### 11.-13. Juni 2004 Rheinisches Landesturnfest Remscheid

14 Turnerinnen und Betreuer fuhren am 11. Juni zum Landesturnfest nach Remscheid. Dort nahmen wir mit zwei Mannschaften am Cilly-Knaust Pokal teil, die einen guten 15. bzw. 17. Platz erturnten. An aller erster Stelle stand bei dieser Fahrt jedoch der Spaß und das Zusammenwachsen der Gruppe. Die Kinder – die jüngste war acht Jahre alt - waren sehr aufgeschlossen und probierten alle Angebote aus, die von der Turnerjugend aufgebaut worden waren: Air Track, Kletterwand, Trampolin, Kistenstapeln, Bungee-Run usw. Auch das Bas-

telzelt war sehr beliebt und die Regenrohre, die dort gebastelt wurden, haben ihre Wirkung nicht verfehlt: Es regnete fast ohne Pause. Außerdem schauten wir uns Wettkämpfe von Nachwuchskunstturnern und -turnerinnen an, nahmen beim Kinderorientierungslauf teil, schauten die Turnfestgala an und besuchten die Turnerjugenddisco.

### 15. Oktober 2004 Essener Vereinsmannschaftsmeisterschaften

Bei den diesjährigen Mannschaftsmeisterschaften waren wir gemeinsam mit dem TuS Helene für die Organisation verantwortlich. Wir hatten auch wieder eine Cafeteria eingerichtet und möchten noch einmal allen Eltern für die Mithilfe und die Kuchenspenden danken.

Unsere Turnerinnen zeigten in einem großen Teilnehmerfeld durchweg ansprechende Leistungen. Zwei Mannschaften gelang der Sprung aufs Treppchen, beidesmal auf den 3. Platz. Hier die Ergebnisse:

#### Jahrgang 98 und jünger (3 Mannschaften):

3. Platz (19,15 Punkte) für Marleen Trautmann, Julia an der Brügge, Catharina Catoir, Yara Reinke – für die letzten Drei war es der erste Wettkampf.

#### Jahrgang 96 u. jünger (12 Mannschaften):

6. Platz (39,35 Punkte) für Lena Niekamp, Leandra Schmitt, Charlotte Quick, Regina Kernebeck, Selin Sito, Juliane Lackner

#### Jahrgang 94 u. jünger (10 Mannschaften):

5. Platz (56,05 Punkte) für Larissa Schmitt, Miriam Fritzemeier, Anna-Lena Michel, Christina Möller

#### Jahrgang 92 u. jünger (9 Mannschaften):

7. Platz (49,80 Punkte) für Jana Henninger, Marie Werkhausen, Lena Scheffler, Carmen Sowa, Christina Hackmann

#### Jahrgang 86-89 (3 Mannschaften):

3. Platz (65,15 Punkte) für Sandra Kernebeck, Verena Kernebeck, Jennifer Zedler, Laura Fritz

**Ausblick**  
Zur Zeit über wir noch fleißig für das Vereinsfest und am 11. Dezember werden 8 Turnerinnen beim Nikolauswettkampf der MTG Horst starten. Dann haben wir erst einmal eine Wettkampfpause bis zu den Stadtmeisterschaften im März. Wir wünschen allen Turnerinnen und Eltern ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr!

SYLVIA UND STEFANIE DUMM

## HI MÄDELS!

Wir, die "Montags-Mädchengruppe" vom TVE im Alter von 12 bis 17 Jahren, suchen ein paar nette Mädels zur Verstärkung unserer Gruppe.

Wir treiben Sport aller Art, d.h., wie machen Ballspiele, wir turnen, erlernen Techniken, die in der Schule beherrscht werden müssen, lachen und quatschen viel.

Wer Lust hat und zwischen 12 und 17 Jahre alt ist, kann uns montags in der Zeit von 17.15 - bis 18.45 h in der Sporthalle der Comeniuschule, Auf dem Loh, antreffen.

### Wir freuen uns auf Euch!

Die "MONTAGS-MÄDEL"

## WELLNESSWOCHEN IM AKTIV-PUNKT

Montag, 13.12., 19.30-21.00 Uhr:

Heilende Kräuter und Tees

Dienstag u. Donnerstag, 14.12. u. 16.12.2004, jew. 19.30-21.00 Uhr:

Sanfte Wirbelsäulenmassage nach Breuß

Mittwoch, 15.12.2004, 19.00-21.00 Uhr:

Grundlagen der Ohrakupressur

Donnerstag, 16.12.2004, 18.00-19.00 Uhr:

Ausgewogen durch Basica

Freitag, 17.12.2004, 19.30-21.00 Uhr:

Die 10 besten homöopathischen Hausmittel



Die Abnahme  
des



.... war wieder einmal ein toller Erfolg. Auch die Grundschüler/-innen und der Schulleiter, Herr Papieß, waren begeistert. Bereits am Mittwoch, 17.11.2004, trafen sich 36 Kinder der Eltern-/Kind-Turngruppen, um das Sportabzeichen für bärenstarke Kinder zu absolvieren. Die Eltern gingen mit ihren Kindern gemeinsam von Station zu Station, um diese zu unterstützen. Am Freitag trafen sich in zwei aufeinanderfolgenden Gruppen 37 bzw. 47 Kinder im Alter zwischen 4 und 8 Jahren. Auch einige kleinere Geschwisterkinder waren mit dabei. Hier gingen die Kinder aufgeteilt in Gruppen zu den Geräten. Fleißig wurde gelaufen, geworfen und gesprungen. Auch beim Sackhüpfen, beim Rückwärtslaufen und bei den Rollen vorwärts waren alle mit viel Spaß bei der Sache. Am Dienstagvormittag gingen dann 6 TVE-Übungsleiterinnen für 2 1/2 Stunden in die Sporthalle. Mit Unterstützung unserer Helferinnen Isabelle Budriks,

Bianca Kellner und Stefanie Zimmermann, die an diesem Tag schulfrei hatten, führten wir die Abnahme für die ersten Klassen der Grundschule Burgaltendorf durch. Wir freuen uns, das wir nach 6-jähriger Pause wieder einmal den Grundschulkindern im Schulsport das Sportabzeichen für bärenstarke Kinder abnehmen und die Urkunden und Buttons überreichen konnten. Wir haben schon jetzt die Einladung für das nächste Jahr erhalten. Ich möchte mich auch auf diesem Wege noch einmal recht herzlich für die Hilfe bei den Abnahmen bedanken und freue mich schon heute auf unsere weiteren Unternehmungen und auf den Besuch des Nikolaus' in den Turnhallen. Uschi Kernebeck

**URLAUB 2005:**  
**MIT 4% PREISNACHLASS ÜBER DAS REISEPORTAL  
DES LANDESSPORTBUNDES BUCHEN!**

Über das Reiseportal des Landessportbundes NRW, [www.lsb-reisen.de](http://www.lsb-reisen.de), können Reisen von über 30 Reiseveranstaltern gebucht werden können (u.a. TUI, alltours, Tjaerborg). Vereinsmitgliedern wird eine Rückvergütung von 4% des Reisepreises gewährt. Der Verein erhält einen weiteren Prozent.

**TVE-INTERNET-TERMINKALENDER**

<b>2004</b>			
09.12.2004	17.00 h	Treffpunkt: unter dem Lichternetz	Bummel über den Essener Weihnachtsmarkt der Gruppe "Wassergymnastik C"

11.12.2004		Sh Wolfskuhle	Nikolausturnen der MTG Horst mit Beteiligung der TVE-Leistungsturnerinnen
11.12.2004	16.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Schüler): TVE Burgaltendorf S1 - SpVgg Sterkrade-N. S3
11.12.2004	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 2 - DJK 09 Kray 1
11.12.2004	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): BV BG Essen 2 - TVE Burgaltendorf 1
16.12.2004	17.00 h	Restaurant "Burgfreund"	Gemeinsame Weihnachtsfeier der Gruppen "Gymnastik für Ältere (R.Stoßberg)", Wassergymnastik A (S. Reikat)", Sitzgymnastik (M. Redottée)"
20.12.2004	18.00 h	Restaurant "Burgfreund"	Jahresabschlussfeier der Gruppe "Wassergymnastik B"
24.12.2004			NRW-Weihnachtsferien 2004/2005 (angrenzende Wochenenden incl.)
09.01.2005			
<b>2005</b>			
15.01.2005	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 1 - SG 99/06 Essen 2
15.01.2005	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): TV Stoppenberg 4 - TVE Burgaltendorf 2
22.01.2005	16.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Schüler): TV Stoppenberg S1 - TVE Burgaltendorf S1
22.01.2005	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 2 - GSV-Frida-Levy 92 1
22.01.2005	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): 1. Essener BC 4 - TVE Burgaltendorf 1
29.01.2005	16.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Schüler): TVE Burgaltendorf S1 - SV Kupferdreh S3
29.01.2005	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): 1. Essener BC 3 - TVE Burgaltendorf 2
30.01.2005	10.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): SV Kupferdreh 3 - TVE Burgaltendorf 1
12.02.2005	16.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Schüler): TVE Burgaltendorf S1 - Homberger TV S1
12.02.2005	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 1 - BC Burgaltendorf 2
12.02.2005	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 2 - BC Burgaltendorf 1
19.02.2005	16.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Schüler): TVF Burgaltendorf S1 - VfB GW Mülheim S1
19.02.2005	17.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): MTG Horst-Essen 2 - TVE Burgaltendorf 2
19.02.2005	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): SG Vogelheim 2 - TVE Burgaltendorf 1
26.02.2005	16.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Schüler): BC Bottrop S1 - TVE Burgaltendorf S1
26.02.2005	18.00 h	auswärts	Badminton-Punktespiel (Senioren): 1. BSC Bottrop 2 - TVE Burgaltendorf 1
26.02.2005	18.00 h	Sh Auf dem Loh	Badminton-Punktespiel (Senioren): TVE Burgaltendorf 2 - OSC Essen-Werden 3
16.03.2004	20.00 h	Aktiv-Punkt	TVE-Mitgliederversammlung



Sportart	Zielgruppe	Alte	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
<b>202 "Kinder- u. Jugendturnen"</b>						
Turnen & Spiel	Jungen & Mädchen	von 4 bis 6 J.	Sh Auf dem Loh	--R 5*freitags	15:00 - 16:00 20201	Kellner Dörendahl Budriks
Turnen & Spiel	Jungen & Mädchen	von 4 bis 6 J.	Th Holteyer Str.	2*dienstags	15:00 - 16:00 20203	Dörendahl Budriks Malburg
+ Schwimmen	Jungen & Mädchen	von 4 bis 6 J.	Bad Holteyer Str.	2*dienstags	16:00 - 17:00 20204	Dörendahl Budriks
Turnen & Spiel	Jungen & Mädchen	1. + 2. Schuljahr	Th Holteyer Str.	2*dienstags	16:00 - 17:00 20206	Enigk Budriks Malburg
+ Schwimmen	Jungen & Mädchen	1. + 2. Schuljahr	Bad Holteyer Str.	2*dienstags	17:00 - 18:00 20207	Enigk Budriks
Turnen & Spiel	Jungen & Mädchen	vom 2.-5.Schulj.	Th Holteyer Str.	1*montags	16:15 - 17:15 20210	Dumm
+ Schwimmen	Jungen & Mädchen	vom 2.-5.Schulj.	Bad Holteyer Str.	1*montags	17:30 - 18:30 20211	Dumm
Turnen & Spiel	Jungen & Mädchen	von 4 bis 6 J.	Sh Auf dem Loh	--R 5*freitags	16:00 - 17:00 20215	Kellner Kernebeck Budriks
Gerätturnen	Jungen & Mädchen	vom 1.-4. Schulj.	Sh Auf dem Loh	--R 2*dienstags	16:30 - 18:00 20220	Kellner Kernebeck Zimmermann
Turnen & Spiel	Mädchen	vom 5. Schulj. - 17 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 1*montags	17:15 - 18:45 20232	Dams
<b>203 "Leistungs- u. Rhönradturnen"</b>						
Leistungsturnen *	Mädchen	von 5 bis 10 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 2*dienstags	15:45 - 17:30 20301	Dumm Dumm Schrade
Leistungsturnen *	Mädchen	ab 11 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 2*dienstags	17:00 - 18:30 20302	Dumm Zedler Hupe
Leistungsturnen *	Mädchen	ab 11 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 4*donnerstags	17:00 - 18:30 20303	Dumm Zedler Dumm
Leistungsturnen *	Mädchen	ab 11 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 1*montags	18:45 - 20:15 20304	Rakov
Rhönradturnen *	Jungen & Mädchen	ab 12 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 4*donnerstags	18:30 - 20:15 20310	Trümper Rohde Hermes
Rhönradturnen *	Jungen & Mädchen	ab 12 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 1*montags	18:45 - 20:15 20311	Trümper Rohde
<b>206 "Eltern/Kind-Turnen"</b>						
Eltern/Kind-Turnen A*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	LM- 5*freitags	15:00 - 16:00 20601	Send
Eltern/Kind-Turnen B*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	LM- 3*mittwochs	16:00 - 17:00 20602	Leyser
Eltern/Kind-Turnen C*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	--R 2*dienstags	15:30 - 16:30 20603	Leyser
Eltern/Kind-Turnen D*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	LM- 4*donnerstags	16:00 - 17:00 20604	Schrade
Eltern/Kind-Turnen E*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	LM- 5*freitags	16:00 - 17:00 20605	Send
Eltern/Kind-Turnen F*	Eltern mit Kindern	Kinder: 7/00-6/02 geb.	Sh Auf dem Loh	LM- 3*mittwochs	17:00 - 18:00 20606	Schrade
<b>207 "Volleyball"</b>						
Volleyball *	Männer (Kreisliga)	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 1*montags	20:15 - 21:45 20710	Brach
Volleyball *	Männer (Kreisliga)	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 4*donnerstags	20:15 - 21:45 20711	Brach
<b>208 "Selbstverteidigung"</b>						
Selbstverteidigung *	männl.+weibl.Mitgl.	ab 16 J.	Sh Auf dem Loh	--R 1*montags	20:15 - 21:45 20803	Hinderberge
Selbstverteidigung *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 J.	Sh Auf dem Loh	--R 4*donnerstags	20:15 - 21:45 20804	Hinderberge
Selbstverteidigung	Jungen & Mädchen	vom 5.-9. Schulj.	Th Holteyer Str.	1*montags	17:15 - 18:45 20809	Babic

\* \* = nicht aufnahmefähig \* = Anmeldung konkret für diese Sportgruppe ist erforderlich. # = Angebot wird z.Zt. nicht gegeben. L=linkes Drittel, M=mittleres Drittel, R=rechtes Drittel

Sportart	Zielgruppe	Alte	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
<b>209 "Badminton"</b>						
Badminton *	Jungen & Mädchen	von 7 bis 11 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	17:00 - 18:30 20901	Kexel Schäfer
Badminton *	Jungen & Mädchen	von 11 bis 17 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 2*dienstags	18:30 - 20:00 20903	Kexel Schäfer
Badminton *	Jungen & Mädchen	von 11 bis 17 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	18:30 - 20:00 20904	Kexel Schäfer
Badminton *	Frauen u. Männer	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 2*dienstags	20:00 - 21:45 20910	(ohne Leitz.)
Badminton *	Frauen u. Männer	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	20:00 - 21:45 20911	(ohne Leitz.)
<b>210 "Leichtathletik"</b>						
Leichtathletik	Jungen & Mädchen	vom 1.-4. Schulj.	Th Holteyer Str.	2*dienstags	17:00 - 18:00 21001	Dams Budriks
<b>216 "Fitnessstraining, Walking"</b>						
Fitnessstraining	Männer	ab 18 J.	Th Holteyer Str.	5*freitags	18:30 - 20:00 21601	Breuer
Fitnessstraining	Männer	ab etwa 30 J.	Th Holteyer Str.	5*freitags	20:00 - 21:30 21602	Koelligs Bergmann
Fitnessstraining	Männer	ab etwa 30 J.	Sh Auf dem Loh	--R 4*donnerstags	19:15 - 20:30 21604	Spengler
Fit-Walk Gr. A	Frauen u. Männer		ab Aktiv-Punkt	3*mittwochs	09:30 - 10:30 21607	Marqueß
Fit-Walk Gr. B	Frauen u. Männer		ab Aktiv-Punkt	4*donnerstags	17:15 - 18:15 21608	Semmerling
<b>217 "Gymnastik für Frauen"</b>						
Gymnastik W	Frauen	bis etwa 55 J.	Sh Auf dem Loh	--R 1*montags	18:45 - 20:15 21701	Wittesch
Gymnastik G	Frauen	bis etwa 55 J.	Th Holteyer Str.	1*montags	20:15 - 21:45 21702	Göldner
Gymnastik M	Frauen	bis etwa 55 J.	Sh Auf dem Loh	--R 2*dienstags	20:00 - 21:30 21704	Marqueß
<b>218 "Gymnastik f. Ältere"</b>						
Gymnastik D	Frauen	ab etwa 55 J.	Th Holteyer Str.	4*donnerstags	15:00 - 17:00 21801	Stoßberg
Gymnastik E	Frauen	ab etwa 55 J.	Sh Auf dem Loh	--R 4*donnerstags	17:00 - 18:15 21802	Stoßberg
Gymnastik F	Männer	ab etwa 55 J.	Th Holteyer Str.	1*montags	18:45 - 20:15 21810	Trautmann
Sitzgymnastik G	Frauen	ab 65 J.	Aktiv-Punkt-KomR	4*donnerstags	16:30 - 17:15 21812	Redotébe
Wassergymnastik A	Frauen	ab etwa 55 J.	Bad Holteyer Str.	4*donnerstags	16:30 - 17:15 21815	Reiket
Wassergymnastik B	Frauen u. Männer	ab etwa 55 J.	Bad Holteyer Str.	1*montags	18:30 - 19:15 21816	Reiket
Wassergymnastik C	Frauen	ab etwa 55 J.	Bad Holteyer Str.	4*donnerstags	17:30 - 18:15 21817	Redotébe
<b>219 "Herzsport"</b>						
Herzsport	Frauen u. Männer		Aktiv-Punkt	2*dienstags	18:00 - 19:00 21901	Gwosdz Strünc Dr.

\* \* = nicht aufnahmefähig \* = Anmeldung konkret für diese Sportgruppe ist erforderlich. # = Angebot wird z.Zt. nicht gegeben. L=linkes Drittel, M=mittleres Drittel, R=rechtes Drittel



DEUTSCHE POST AG

Postvertriebsstück  
**K 3 3 5 2**

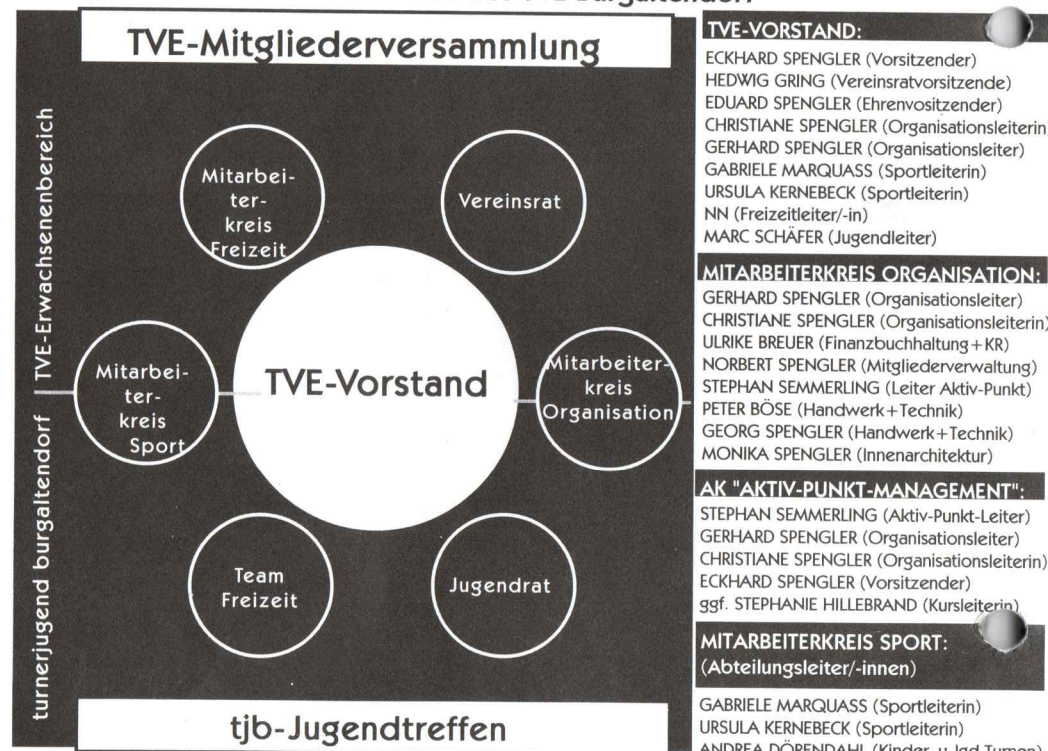
Entgelt bezahlt

**TVE** BURGALTENDORF

(Aus Kostengründen: nur ein Exemplar pro Familie)

Postfach 170127, 45281 Essen, Tel. 0201/570397

## Der Aufbau des TVE Burgaltendorf



### TVE-VORSTAND:

ECKHARD SPENGLER (Vorsitzender)  
HEDWIG GRING (Vereinsratsvorsitzende)  
EDUARD SPENGLER (Ehrenvorsitzender)  
CHRISTIANE SPENGLER (Organisationsleiterin)  
GERHARD SPENGLER (Organisationsleiter)  
GABRIELE MARQUASS (Sportleiterin)  
URSULA KERNEBECK (Sportleiterin)  
NN (Freizeitleiter/-in)  
MARC SCHÄFER (Jugendleiter)

### MITARBEITERKREIS ORGANISATION:

GERHARD SPENGLER (Organisationsleiter)  
CHRISTIANE SPENGLER (Organisationsleiterin)  
ULRIKE BREUER (Finanzbuchhaltung + KR)  
NORBERT SPENGLER (Mitgliederverwaltung)  
STEPHAN SEMMERLING (Leiter Aktiv-Punkt)  
PETER BÖSE (Handwerk + Technik)  
GEORG SPENGLER (Handwerk + Technik)  
MONIKA SPENGLER (Innenarchitektur)

### AK "AKTIV-PUNKT-MANAGEMENT":

STEPHAN SEMMERLING (Aktiv-Punkt-Leiter)  
GERHARD SPENGLER (Organisationsleiter)  
CHRISTIANE SPENGLER (Organisationsleiterin)  
ECKHARD SPENGLER (Vorsitzender)  
ggf. STEPHANIE HILLEBRAND (Kursleiterin)

### MITARBEITERKREIS SPORT:

(Abteilungsleiter/-innen)

GABRIELE MARQUASS (Sportleiterin)  
URSULA KERNEBECK (Sportleiterin)  
ANDREA DÖRENDAHL (Kinder- u. Jgd. Turnen)  
SYLVIA DUMM (Rhönrad- u. Leistungsturnen)  
HEIDE SCHRÄDE (Eltern/Kind-Turnen)  
STEFAN BRACH (Volleyball)  
RALPH HINDERBERGER (Selbstverteidigung)  
FERDINAND KEXEL (Badminton)  
UTE DAMS (Leichtathletik)  
HEINZ KOLLIGS (Fitnesstraining)  
ROSEMARIE STOSSBERG (Gym. für Frauen)  
EDUARD SPENGLER (Gymnastik für Ältere)  
STEPHAN SEMMERLING (Leiter "Aktiv-Punkt")

### VEREINSRAT (Abteilungssprecher)

HEDWIG GRING (Vereinsratsvorsitzende)  
NN (Selbstverteidigung)  
Dr. VOLKER MAKRUZKI (Fitnesstraining)  
MICHAEL BUSCHMANN (Badminton)  
MONIKA HEUER (Gym. für Frauen)  
SIGRID SCHMID (Gym. für Frauen)  
ANNELOTTE BECKMANN-SCHLÖNS ( " )  
FRANZ TRAUTMANN (Gym. für Ältere)  
ANNEMARIE HASELHOFF (Gym. für Ältere)  
HILDEGARD HUTSCHENREUTHER (Gym. für " )  
MONIKA KRIEG (Wassergymnastik)  
SIGRID HASSMANN (Wassergymnastik)  
ANNEL. ZIMMERMANN (Wassergymnastik)

### JUGENDRAT (Jugendsprecher)

NN (Jugendturnen)  
NN (Jugendturnen)  
JULIA HERMES (Rhönradturnen)  
KATHARINA V. OSTROWSKI (Rhönrad-T.)  
JANNA PFENNIGWERTH (Leistungsturnen)  
STEFANIE SCHRÄDE (Leistungsturnen)  
STEPHAN BENDEL (Badminton)  
MATTHIAS KERKEMEYER (Badminton)  
JULIA MASSOLLE (Badminton)  
JULIAN STÜBER (Badminton)  
RAMONA WIEGER (Badminton)

tve-burgaltendorf.de

@ eMail:

tve-burgaltendorf@web.de