



TVE Burgaltendorf

# AKTIV.



Nr. 176  
September  
2024

# [mΣi]

## Michelitsch und Imkamp Steuerberatungsgesellschaft mbH

---

Mühlenweg 21 | 45289 Essen | Telefon (0201) 85 70 40  
[www.mundi-steuerberatung.de](http://www.mundi-steuerberatung.de) | [info@mundi-steuerberatung.de](mailto:info@mundi-steuerberatung.de)



Erleben Sie Ihren Urlaub ganz nach Ihrem Geschmack!  
Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

### **TUI TRAVELStar Reisebüro Burgaltendorf**

Alte Haupstr. 104-106 . 45289 Essen

Tel. 0201 592760 . Fax 0201 57757

[info@reisebuero-burgaltendorf.de](mailto:info@reisebuero-burgaltendorf.de)

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

**INSERENTEN**

AMS AutoMotorService Michelitsch

Bäckerei Konditorei Café Gräter

Bagus - Auge und Ohr für Sie

Café Restaurant Burgfreund

Friedhofsgärtnerei Streicher

Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven

Garten- und Motorgeräte Theo Ielgemann

Getränke Michael Michel GmbH

Geno Bank Essen

Johannes Brauksiepe GmbH

Laura Apotheke

Mirbach Wohnraum- und Objektausbau

MUSIK LEBEN Lukas Welticke

Padelon Tennis- und Padelon-Center Burgaltendorf

Pflegeagentur 24

Prost Bedachungen GmbH

Reisebüro Burgaltendorf

Physiotherapie Jörg Verfürth

REWE Stilleke

Steuerberatungsgesellschaft Michelitsch und Imkamp

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.

Wohnstudio Neuhaus

# INHALT

**5 EDITORIAL**

**7 KURSPROGRAMM 2. HALBJAHR 2024 MIT FREIEN PLÄTZEN**

**18 TVE INTERNES**

**21 NEUE MITARBEITER GESUCHT**

**22 DER VORSTAND TAGTE**

**32 LEISTUNGSTURNEN**

**34 TURNFEST LEIPZIG**

**35 RHÖNRAD**

**36 BADMINTON**

**37 TISCHTENNIS**

**38 FRAUENGRUPPE "FIT DURCHS JAHR" "E"**

**39 SITZGYMNASTIK**

**40 TONARTISTEN**

**41 WALKEN**

**37 50PLUS RADELTOUREN**

**56 60PLUS ON TOUR**

**64 SPORTANGEBOT DER VEREINSGRUPPEN**

**66 IMPRESSUM**

# Wir und Olympia und das Deutsche Turnfest

Nun, wenn diese Ausgabe erscheint, sind sie vorbei – die Olympischen Spiele.

Und wiederum stellt sich trotz Begeisterung für tolle Leistungen und schöne Bilder die immerwährende Frage, ob das alles noch dem heute gültigen, olympischen Gedanken „Dabei sein ist alles“ entspricht - oder eher dem ursprünglichen von 1894 "Citius, altius, fortius", frei übertragen schneller, höher, weiter?

Pierre de Coubertin wird dagegen oft zitiert mit dem, was er 1908 als Charakter der Olympischen Spiele proklamierte, nämlich: "Das Wichtige an den Olympischen Spielen ist nicht zu siegen, sondern daran teilzunehmen; ebenso wie es im Leben unerlässlich ist, nicht zu besiegen, sondern sein Bestes zu geben." So will es auch das Olympische Komitee heute verstanden wissen.

Haben wir diesen olympischen Gedanken „Dabei sein ist alles“ als gelebt erkannt? Off ja, meine ich. Bei allem Zweifel hatte ich doch oft den Eindruck, dass es für einige Sportler\*innen trotz aller Kommerzialisierung zutrifft, zumindest bei denen, die sich in weniger populären Disziplinen maßen und, obwohl chancenlos, die Olympiade als absolutes Highlight ihrer sportlichen Karriere werteten und genossen.

Ja, was ich im Fernsehen verfolgt habe, hat mir größtenteils gefallen, es schien gut organisiert und inszeniert zu sein, die Begeisterung der Zuschauenden in den Arenen war ansteckend, die Kulisse wunderschön.

Wir sollten solche Megaevents auch nicht zerreißten, weil sie ihren kommerziellen Charakter nicht verleugnen können. Ohne Sponsoren und verkaufte Rechte, die viele Milliarden einbringen, kann so etwas nicht veranstaltet werden, und die Geldgeber wollen natürlich im Zeichen der fünf Ringe wahrgenommen werden.



Und solange die patriotische Begeisterung sich nicht gegen andere Nationen richtet, ist sie auch zu akzeptieren. Wir können selbstverständlich auch den Missbrauch für politische Zwecke nicht übersehen oder verleugnen, denn Erfolge werden gerne von Staatsoberhäuptern genutzt.

Olympia hat sich (hoffentlich ohne negative Ereignisse) verabschiedet, wenn diese Ausgabe erscheint.

Und für viele unserer Vereine steht als Nächstes das Deutsche Turnfest in Leipzig an vom 28.05. bis 01.06.2025 (<https://www.turnfest.de/>).

Obwohl die Turnfeste unter Jahn anfangs einen politischen Hintergrund, nämlich die Einheit Deutschlands, hatten und im Nationalsozialismus vollständig instrumentalisiert worden waren, haben sie sich besonders seit 2005 weltoffen entwickelt. So lautet nun der Titel "Internationales Deutsches Turnfest", und damit ist klar und deutlich gemacht, dass andere Nationen eingeladen sind. Das macht wohl auch den als locker und angenehm von den Teilnehmenden beschriebenen Charakter des Festes aus, an dem immer die gesamte Stadt die Sporttreibenden willkommen heißt.

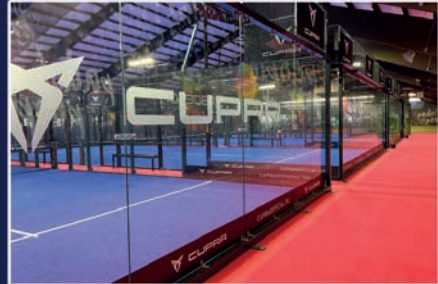
Ich hoffe, es finden sich aus unserem Verein wieder freiwillige Organisatoren/Organisatorinnen und viele Teilnehmer\*innen.

Und der Rest von uns misst sich mit sich selbst, das ist schon hart genug - manchmal, nicht immer!

**Es grüßt euch  
Eckhard**



EVENTS



Das Padelon Essen bietet seit Juni 2023 neben zwei Tennisplätzen insgesamt 6 neue Padel-Plätze an (4 Doppel- und 2 Einzelcourts). Padel - eine Mischung aus Squash und Tennis - DIE am schnellsten wachsende Sportart der Welt.

In Spanien begeistert Padel heute bereits mehr Menschen als Tennis, es ist der zweitgrößte Sport nach Fußball! Woran das liegt? Padel ist ein sportliches gemeinsames Erlebnis und jeder kann es schnell und einfach lernen - schon beim ersten Mal werdet ihr ein großartiges Spiel erleben und mehr wollen! Also: Schnappt Euch Eure Freunde und legt los - Padel macht süchtig!

Neben Padelcourts und Tennisplätzen stehen den Gästen auch gemütliche Loungebereiche sowie eine kleine Gastronomie mit Sonnenterrasse mit heißen und kalten Getränken als Aufenthaltsbereich und für die Erfrischung nach dem Spiel zur Verfügung.



Wir freuen uns auf Euren Besuch und wünschen ein schönes Spiel!

Padelon Essen • Worringstraße 250 • Essen-Burgaltendorf  
essen@padelon.de • [www.padelon.de/essen](http://www.padelon.de/essen)

# Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

## KURSREGLEMENT

### Anmeldemöglichkeiten zu einem Kurs:

- Online: [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) > Sportangebot > Sportkurse > (Rote Buttons) oder über die App "TVE-Burgaltendorf" > Anmeldungen und Anträge - per Post (an TVE Burgaltendorf, Holteyer Str. 29, 45289 Essen) oder per Fax (0201 / 57 18 628)
  - persönlich im TVE-Büro, im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen (blaues 1/3 DIN A4 Formular)
  - durch Eintragen in eine zum Ende des Vorkurses im Kurs ausliegende Liste
  - mit dem universellen Anmeldeformular in der Vereinszeitschrift
- Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Orga-Nr. des Kurses angeben!

### Anmeldungsbestätigung

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs deiner Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhältst du frühzeitig eine Information per eMail. Andernfalls gilt deine Anmeldung als angenommen und du erhältst eine Woche vor Kursbeginn eine Anmeldebestätigung, ebenfalls vorzugsweise per eMail. Wenn für einen Kurs nur wenige Anmeldungen eingehen, warten wir ab, ob der Kurs zustande kommt.

### Zahlungsweise und Kursgebühren

Die angegebenen Kursgebühren verstehen sich pro Person und werden um den 01.04. bzw. 01.10. vom angegebenen Konto abgebucht oder in Rechnung gestellt. Wenn mehr als zwei Kursstunden ausfallen, werden die Kursgebühren entsprechend gekürzt. Die für Mitglieder angegebenen Beiträge verstehen sich zusätzlich zum Vereinsbeitrag. Sollte dir der Kurs nicht gefallen, kannst du die Anmeldung innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn schriftlich stornieren. In diesem Fall berechnen wir lediglich eine Stornogebühr in Höhe von 10,00 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

Betritt bitte die Sporträume nur mit sauberen Hallenschuhen mit nicht färbenden Sohlen.

### Ferien und Feiertage

Die meisten Kurse laufen in den Oster-, Herbst- und Weihnachtsferien durch, nicht an FEIERTAGEN (FT).

### 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 die Kleidung in die Spinde eingeschlossen wird. Größere Taschen können ggf. unter die Bänke oder auf die Spinde gestellt werden..

### Aktuelle Informationen

Aktuelle Informationen zum Kursprogramm und allgemein zum TVE, insbesondere aber kurzfristige Änderungen des Kursprogramms, sind auf der Homepage [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) und in der App "TVE Burgaltendorf", die kostenlos aus dem PlayStore/AppStore installiert werden kann, zu finden. Hierum bitten wir Sie ausdrücklich, da dann Push-Meldungen von uns in eiligen Angelegenheiten empfangen werden können.

# PHYSIO BURGALTENDORF



Jörg Verfürth

PRIVATPRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE  
IN ESSEN BURGALTENDORF

Ob akute Beschwerden, Erholung von Verletzungen oder Verbesserung der Beweglichkeit – wir bieten vielfältige Therapiemethoden. Besuchen Sie unsere moderne Praxis. Ihr Wohlbefinden steht an erster Stelle. Wir freuen uns auf Sie!

JETZT ONLINE  
BEWERBEN



Manuelle Therapie  
Krankengymnastik  
KG-ZNS & CMD  
Massage, Fango & mehr  
Hausbesuche



KONTAKT  
[www.physio-burgaltendorf.de](http://www.physio-burgaltendorf.de)  
[info@physio-burgaltendorf.de](mailto:info@physio-burgaltendorf.de)  
(0201) 5452 4898



Entspannt Steuern sparen.

Steuern? Lass ich machen.



Für Sie vor Ort:

Beratungsstellensuche unter [www.vlh.de](http://www.vlh.de)

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. – wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

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



## Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

Das Nachrücken in bereits laufende Kurse mit freien Plätzen ist zu entsprechend reduzierter Kursgebühr möglich. Bitte beachten Sie das Kursreglement.

### AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN (ABR)

Zielgruppe: Anfänger\*in ( ) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer (X) Beweglichkeit ( ) Koordination ( ) Entspannung ( )

Das ist Ausdauer-Bauch-Rücken: Ein Kursangebot, bei dem Teilnehmende gleichermaßen herausgefordert werden, mit flotter Musik, viel Spaß an der Bewegung und bewusster Körperhaltung gezielt etwas für Rücken- und Bauchmuskulatur tun.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Spezielle Übungen zur Kräftigung im Stand, auf der Matte oder auch auf dem Step schließen mit Dehnung der beanspruchten Muskulatur und Entspannung die Stunde ab.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle.

Orga-Nr: <b>35-2/24</b>		Jutta Jülicher
21.08.2024 - 29.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG)	mittwochs, 18:00 - 18:50 h
Mitglieder: 52,25 €	Nichtmitglieder: 95,00 €	Max. Tn.: 20
18-20	nicht am: 16.10., 23.10., 25.12., 01.01.2025(FT)	

### BAMBINI-SCHWIMM(LERN)KURS für den Vorschuljahrgang 2025

HINWEISE:

1. Wir bieten im 2. Halbjahr 2024 drei der (dann vier) Bambini-Schwimmkurse in etwas anderer zeitlicher Form an:

Die Kursstunden der Kurse 23 (neue Zeit: montags, 15.30-16.30 h) und 26 (neue Zeit: samstags, 10:45 h-11:45 h) werden gekürzt, weil wir festgestellt haben, dass viele Kinder nach 45 min. im Wasser anfangen zu frieren und müde werden. Die Kursgebühren werden entsprechend reduziert.

Ein vierter Kurs (Kurs 25, samstags, 11:45-12:45 h) kommt hinzu, um die Warteliste abzubauen.

2. Verpflichtende Veränderungen durch das Landeskinderschutzgesetz NRW

Der Gesetzgeber verpflichtet neuerdings Einrichtungen und Vereine zur Entwicklung, Anwendung und Überprüfung von Schutzkonzepten nach dem Kinder- und Jugendförderungsgesetz NRW; davon betroffen sind alle Mitgliedsorganisationen des Landessportbundes, die Angebote mit Kindern und Jugendlichen durchführen.

Der TVE hat das geforderte Schutzkonzept erarbeitet, beschlossen und publiziert (siehe [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) > Unser Verein > "Schutz vor sexuellem Missbrauch und Gewalt"). Alle TVE-Mitarbeiter\*innen, die im TVE Kontakt mit Minderjährigen haben, sind informiert und werden in diesem Jahr geschult.

Das Kinderschutzgesetz hat auch Auswirkungen auf unsere Bambini-Schwimm(lern)kurse, und hier insbesondere auf die Situation in den Umkleieräumen:

In den Umkleieräumen der Kinder dürfen sich nur jeweils gleichgeschlechtliche Elternteile aufhalten, um ihren Kindern beim Aus- und Ankleiden zu helfen. (Den Umkleieraum der Jungen dürfen also nur Väter betreten, den der Mädchen nur Mütter.) Wir freuen uns daher über die Unterstützung der Eltern: Nach Absprache untereinander könnten zum einen Väter in den Umkleieräumen der Jungen und zum anderen Mütter in den Umkleieräumen der Mädchen mehreren Kindern beim Umziehen helfen.

Kurs 25 und 26:

Da wir bestrebt sind, möglichst viele Kurse für Kinder anzubieten, um Wartelisten zu vermeiden oder zumindest abzubauen, müssen wir wegen der voll ausgelasteten Belegungszeiten des Bads darauf hinwirken, dass die Umkleieräume nach dem Schwimmen bei Nachfolgenutzungen nicht länger als 10 Min. belegt sind.

Ablauf: Zur genannten Startzeit des Kurses beginnt das Umkleiden mit anschließendem Duschen, 10 min. später nehmen die Übungsleiter\*innen die Kinder im Bad in Empfang. Am Ende des Kurses der gleiche Ablauf in umgekehrter Reihenfolge.

Kurs 22 und 23:

Die Kinder werden von den Kursleiter\*innen im Eingangsbereich in Empfang genommen und nach Kursende angezogen wieder den Eltern übergeben.

# AMS

Auto-Motor-Service

**Ihr Partner** für den Kauf und die Vermittlung von Neu- und Gebrauchtwagen sowie Wartung und Reparatur **in Essen.**

- ✓ Reparatur und Wartung
- ✓ Karosserie-Instandsetzung
- ✓ Lackierarbeiten
- ✓ Glasschaden-Service
- ✓ Klima-Service
- ✓ Achsvermessung
- ✓ HU & AU
- ✓ Ersatzwagen
- ✓ Räder-Einlagerung
- ✓ Fahrzeugaufbereitung
- ✓ Hol- und Bring-Service



Servicepartner:



Mitglied der Karosserie- und Fahrzeugbau-Innung

AMS – Auto-Motor-Service GmbH Am Zehnthof 187 45307 Essen  
Tel.: 0201 – 59 21 00 Fax: 0201 – 59 21 025  
info@ams-essen.de www.ams-essen.de

# Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

Orga-Nr: <b>22-2/24</b>	U. Kernebeck & A. Dörendahl
21.08.2024 - 29.01.2025	Bad Th Holteyer Str. mittwochs, 15:30 - 17:00 h
Mitglieder: 76,00 € Nichtmitglieder: 142,50 €	Max. Tn.: 10
18-20	nicht am: 16.10., 23.10., 25.12.(FT), 01.01.2025 (FT)

Orga-Nr: <b>25-2/24</b>	K. H. Eschweiler & K. Greckl
24.08.2024 - 26.01.2025	Bad Th Holteyer Str. samstags, 11:45 - 12:45 h
Mitglieder: 46,75 € Nichtmitglieder: 85,00 €	Max. Tn.: 10
16-18	nicht am: 12.10. (F), 19.10. (F), 26.10. (F), 28.12. (F), 04.01. (F)

## BODYFORMING

Zielgruppe: Anfänger\*in ( ) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer (X) Beweglichkeit ( ) Koordination ( ) Entspannung ( )  
 Das ist Bodyforming: Bodyforming ist ein Kräftigungsprogramm für den gesamten Körper. Durch abwechslungsreiche Übungen werden verschiedene Muskelgruppen trainiert, der Körper gestrafft und das Herz-Kreislauf-System verbessert.  
 Das erwartet dich in der Kursstunde: Nach der ersten Mobilisierung und einem ausgiebigen Warm-Up werden Muskelkraft und Muskelausdauer trainiert. Größtenteils wird mit dem eigenen Körpergewicht gearbeitet, aber auch Zusatzgeräte wie Hanteln oder Tubes kommen zum Einsatz. Die Stunde endet mit der Dehnung der trainierten Muskelpartien und einer entspannenden Schlusssequenz.  
 Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle.

Orga-Nr: <b>50-2/24</b>	Helmut Hartstock/Jörg Backschues
27.08.2024 - 28.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 19:15 - 20:15 h
Mitglieder: 50,00 € Nichtmitglieder: 95,00 €	Max. Tn.: 20
19-21	nicht am: 24.12.(FT), 31.12.(FT)

## DRUMS ALIVE ®

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer (X) Beweglichkeit ( ) Koordination (X) Entspannung ( )  
 Das ist Drums Alive: Drums Alive ist ein großer Trend in der Gruppenfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Koordination, Takt- und Rhythmusgefühl werden geschult. Bei den Teilnehmern\*innen löst die ungewöhnliche Kombination große Begeisterung aus. Es macht gute Laune!  
 Das erwartet dich in der Kursstunde: Getrommelt wird mit Holzsticks auf Pezzibällen. Ein Cool-down und Dehnübungen runden die Stunde ab.  
 Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, saubere Hallenschuhe mit heller Sohle und Getränk

Orga-Nr: <b>45-2/24</b>	Beate Grond
21.08.2024 - 29.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum mittwochs, 09:15 - 10:15 h
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 85,50 €	Max. Tn.: 20
17-19	nicht am: 04.09., 11.09., 27.11., 25.12.(FT), 01.01.(FT)

## FELDENKRAIS-METHODE "BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG"®

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ( )  
 Das ist Feldenkrais-Methode: In der Feldenkrais-Arbeit werden die eigenen 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. Kursleiterin Hildegunde Wissing ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin.  
 Das brauchst du für den Kurs: Bequeme, warme Kleidung, dicke Socken, Handtuch

Orga-Nr: <b>32-2/24</b>	Hildegunde Wissing
27.08.2024 - 28.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 09:00 - 10:00 h
Mitglieder: 50,00 € Nichtmitglieder: 95,00 €	Max. Tn.: 20
19-21	nicht am: 24.12.(FT), 31.12.(FT)

Wir freuen uns auf Sie!



Ihr Team der Laura Apotheke.

Apothekerin A. Beckmann  
Laurastraße 4  
45289 Essen  
Tel.: 0201 / 57 18 90 50  
Fax: 0201 / 57 18 90 51

Möbeltradition seit 1934 in Burgaltendorf

**Wohnstudio**

und

**KÜCHENPROFICENTER**

**A. Neuhaus + Sohn**

Ihr starker Partner in Essen-Burgaltendorf

2 Häuser  
mit 3000 qm  
Ausstellungs-  
fläche

Worringstr. 23-25 u. 41 | 45289 Essen-Burgaltendorf | T 0201 570882 | [www.wohnstudio-neuhaus.de](http://www.wohnstudio-neuhaus.de)

# Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

Orga-Nr: <b>57-2/24</b>	Hildegunde Wissing
27.08.2024 - 28.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 10:30 - 11:30 h
Mitglieder: 50,00 € Nichtmitglieder: 95,00 €	Max. Tn.: 20
19-21	nicht am: 24.12.(FT), 31.12.(FT)

## KAHA

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer (X) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung (X)  
 Das ist KAHA: KAHA heißt übersetzt aus der Sprache der Maori "Kraft" oder "energiegeladen". Es ist inspiriert vom Taiji, Qigong und dem klassischen Yoga. Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, so dass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren, nämlich eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers. Die Musik stammt von Bands hauptsächlich aus Neuseeland, Samoa und Hawaii. Sie verstärkt die Emotionen und Motivation.  
 Das erwartet dich in der Kursstunde: Grundsätzlich besteht eine Kursstunde aus vier vorchoreografierten, ca. zehnmütigen Tracks und einer mentalen Ausklingphase. KAHA ist mobilisierend, fordernd und für den Geist beruhigend; kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen; ist von jedem Teilnehmer/jeder Teilnehmerin und in jedem Alter durchführbar; gibt innere Ruhe und Gelassenheit.  
 Das brauchst du für den Kurs: Yogamatte (wenn vorhanden) und Getränk

Orga-Nr: <b>64-2/24</b>	Nicole Wrede
27.08.2024 - 28.01.2025	AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) dienstags, 17:45 - 18:45 h
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 85,50 €	Max. Tn.: 20
17-19	nicht am: 15.10, 22.10., 24.12. (FT), 31.12. (FT)

Orga-Nr: <b>65-2/24</b>	Nicole Wrede
21.08.2024 - 29.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) mittwochs, 10:30 - 11:30 h
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder: 90,25 €	Max. Tn.: 20
18-20	nicht am: 16.10. (F), 23.10. (F), 25.12. (FT), 01.01. (FT)

## LET`S DANCE

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer (X) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ( )  
 Let`s dance, tanz dich fit! Dieser Kurs zeichnet sich aus durch die Kombination von Tanz und Fitnessübungen. Bei ausgewählter Musik, die sowohl aus Klassikern als auch modernen Elementen besteht, tanzen wir uns fit. Mitmachen und Spaß haben lautet die Devise!  
 Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle

Orga-Nr: <b>34-2/24</b>	Katja Hoffmann
22.08.2024 - 30.01.2025	AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) donnerstags, 19:40 - 20:55 h
Mitglieder: 60,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Max. Tn.: 20
19-21	nicht am: 17.10., 19.12., 26.12.(FT)

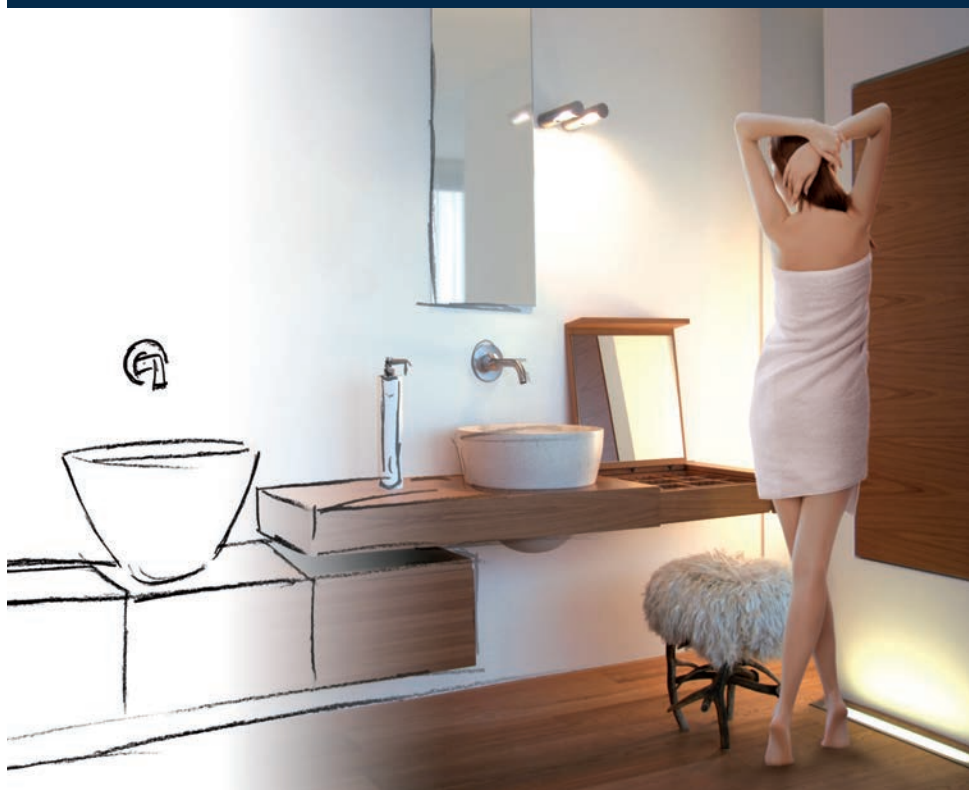
## MODERN FIT

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)  
 Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ( )  
 Das ist Modern Fit: Ganzkörper-Workout.  
 Das erwartet dich in der Kursstunde: Bei Modern Fit machen wir ein ausgedehntes Warm-up zu flotter Musik mit einem intensiven Bauch-Beine-Po-Training mit Hanteln, Therabändern, Bällen, BalancePads, Pezzi-Bällen etc. kombiniert. Dabei kommen auch die Arme sowie der Schulter-Rücken-Bereich nicht zu kurz. Abgerundet wird das Ganze zum Schluss mit einem leichten Stretching sowie Entspannungsübungen.  
 Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle

Orga-Nr: <b>39-2/24</b>	Bettina Schuran
22.08.2024 - 30.01.2025	AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) donnerstags, 09:25 - 10:40 h
Mitglieder: 57,00 € Nichtmitglieder: 109,25 €	Max. Tn.: 20
18-20	nicht am: 05.09., 12.09., 03.10., 26.12.(FT)

# Komplett mein Bad

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



 **Joh. Brauksiepe**

**DIE BAD- & HEIZUNGSGESTALTER**

Bad | Heizung | Elektro | Klima

Joh. Brauksiepe GmbH · Deipenbecktal 186 · 45289 Essen · Tel: 0201 - 57 99 42 · [www.brauksiepe.de](http://www.brauksiepe.de)

# Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

## ONLINE-KURS: YOGA-STIL-MIX

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination ( ) Entspannung (x)

Das ist Yoga-Stil-Mix: Weniger Stress, verbesserter Allgemeinzustand, Gewichtsregulierung, bessere Durchblutung, mehr Kraft und Flexibilität, mehr Energie, mehr Kreativität - das alles kann Yoga unter anderem bewirken.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Im Yoga-Stil-Mix bieten wir eine bunte Mischung aus den beliebten Stilen wie Hatha Yoga, Yin Yoga, Vinyasa Yoga und Faszien Yoga.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch oder Yoga-Matte, Getränk, Yogablöcke und Yoga-Gurt (falls vorhanden).

Hinweis: Die Kursstunden finden ausschließlich online (von zu Hause über "Zoom") statt. Du erhältst von uns per E-Mail einen Link.

Orga-Nr: **44-2/24**

Stefanie Lahmer

21.08.2024 - 29.01.2025

online (ZOOM)

mittwochs, 18:00 - 19:15 h

Mitglieder: 48,00 € Nichtmitglieder: 92,00 €

Max. Tn.: 20

15-17

nicht am: 18.09., 25.09., 30.10., 27.11., 04.12., 25.12.,(FT) 01.01.(FT)

## TÄNZE AUS ALLER WELT

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ( )

Das ist Tänze aus aller Welt: Volkstänze, Gesellschaftstänze, Kreistänze, Paartänze, Block- und Gassentänze sowie Squaretanzen. Tanzen ist ein Ganzkörpersport, egal in welchem Alter. Das Erlernen von Bewegungsabläufen und deren körperliche Umsetzung stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur des gesamten Körpers. Die Bewegungswechsel und die Verlagerung des Gewichtes trainieren den Gleichgewichtssinn sowie die Stand- und Trittsicherheit und beugen somit gezielt Stürzen vor.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Gemeinsam werden schnell Erfolgserlebnisse geschaffen, die sich positiv auf das Selbstbewusstsein auswirken. Jede/r kann an diesem Bewegungsangebot teilnehmen,

ohne Vorkenntnisse, ohne spezielle Bekleidung, ohne einen Partner/eine Partnerin mitbringen zu müssen, da in der Gruppe ohne festen Partner/feste Partnerin getanzt wird.

Das brauchst du für den Kurs: Getränk und saubere Hallenschuhe mit heller Sohle.

Orga-Nr: **42-2/24**

Rosemarie Weber

07.06.2024 - 13.12.2024 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG)

freitags, 10:30 - 12:00 h

Mitglieder: 49,00 € Nichtmitglieder: 94,50 €

Max. Tn.: 20

12-14

nicht am: 21.06.,28.06.,26.07.,02.08.,09.08.,16.08.,27.09.,04.10.,11.10.,18.10.,2

## WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft ( ) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung (X)

Das ist Wirbelsäulengymnastik & 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 vermittelt Kenntnisse, sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Durch gezielte, funktionelle Gymnastik kann Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt und entgegengewirkt werden. In lockerer Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle

Orga-Nr: **29-2/24**

Imke Malburg

26.08.2024 - 27.01.2025

Sh Auf dem Loh --R

montags, 17:15 - 18:30 h

Mitglieder: 54,00 € Nichtmitglieder: 103,50 €

Max. Tn.: 20

17-19

nicht am: 14.10., 11.11., 23.12., 30.12.



Friedhofsgärtnerei und Gartenbau  
in 3. Generation

Alte Hauptstraße 16,  
45289 Essen  
Telefon: 0201-579121



Fax: 0201-57 16 27  
post@streicher.ruhr  
www.streicher.ruhr

anerkannter  
Ausbildungsbetrieb



Ihr Experte für  
Garten & Landschaft

# Tenhaven

Garten- und Landschaftsbau GmbH

Surenfeldstraße 16 · 44879 Bochum  
Schwarzensteinweg 73a · 45289 Essen  
Telefon: 02 34 - 54 68 76 60 · Telefon: 02 01 - 8 57 61 51  
info@galabau-tenhaven.de · www.galabau-tenhaven.de



## Kursprogramm 2. Halbjahr 2024 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **63-2/24**

26.08.2024 - 27.01.2025 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG)

Mitglieder: 55,00 € Nichtmitglieder: 104,50 €  
21-23 nicht am:-

Rosemarie Stoßberg  
montags, 19:05 - 20:05 h  
Max. Tn.: 20

### YOGA BEGINNER

Zielgruppe: Anfänger\*in (X) Fortgeschrittene ( )

Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer ( ) Beweglichkeit (X) Koordination ( ) Entspannung (X)

Das ist Hatha Yoga: In einem flexiblen Körper wohnt ein flexibler Geist. Hatha Yoga betrachtet den Menschen als Ganzes, harmonisiert die Energien, richtet sich an den physischen Körper, beruhigt den Geist und fördert die Gesundheit. Die Asanas (statische Yogastellungen) fördern Kraft und Beweglichkeit. Ergänzt werden diese durch dynamische Einheiten aus dem Kundalini Yoga (Mix aus statischen und dynamischen Asanas), dem Yoga der Energie. Die Übungen erhöhen die Flexibilität der Wirbelsäule und beleben die körpereigenen Energien.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Besonderer Wert wird auf die Entspannung gelegt. Zu Beginn werden Atemübungen (Pranayama) gemacht, um Körper und Geist miteinander zu verbinden. Es folgt eine Aufwärmphase und anschließend werden Asanas praktiziert. Diese statischen Übungen sind variabel und können von jedem/r ausgeführt werden. Anschließend fließen auch Ansätze aus dem Kundalini Yoga mit ein. Die Schlussentspannung ist genauso wichtig, wie die Übungen selbst und fördert die positiven Effekte der Stunde.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, eigene Yoga-Matte und Yoga-Kissen (falls vorhanden), warme Socken oder ggf. Decke für die Schlussentspannung, ein Getränk.

Orga-Nr: **07-2/24**

21.08.2024 - 29.01.2025 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) mit ... Shina

Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder: 128,25 €

18-20 nicht am: 02.10., 09.10., 25.12. (FT), 01.01.(FT)

17:30 h

Max. Tn.: 20

**STORNIERT!**

**Mirbach**   
**Wohnraum- &  
Objektausbau**

**Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage**

Fertigparkett-, Dielen- und Laminatböden, Tischlerarbeiten,  
Möbelanfertigungen nach Maß, Wand- und Deckenverkleidungen,  
Haus- und Zimmertüren, Akustik- und Trockenbau

**Tel. 0201 / 57 18 23 57**

[www.mirbach-innenausbau.de](http://www.mirbach-innenausbau.de) . [info@mirbach-innenausbau.de](mailto:info@mirbach-innenausbau.de)



## Dierk Vienken ist verstorben

Einen Tag nach einem Sturz während eines Einkaufsbummels mit seiner Frau Helga ist Dierk im Krankenhaus im Alter von 80 Jahren gestorben.

Dierk gehörte seit etwa 2009 dem 2005 gegründeten Planungsteam "60plus-Freizeitaktivitäten" an und hat Jahr für Jahr einen Teil der 12 jährlichen Freizeitaktivitäten geplant oder mitgeplant; mit Zuverlässigkeit, Pflichtbewusstsein und Ideenreichtum, und dies auch in Zeiten gesundheitlicher Probleme.

Somit hat er einen großen Teil zu den seit der Teamgründung exakt 200 Projekten mit 6.285 Teilnehmern und Teilnehmerinnen beigetragen.

Wir erkennen diese Leistung an und sind ihm sehr dankbar. Unser Mitgefühl gehört seiner Frau Helga und seinen Kindern.

## Neues aus dem TVE-Mitarbeiterteam

**Lena Niekamp**, Leistungsturnerin, scheidet als Helferin aus, **Marie Kirchhoff** als Helferin beim "Turnen & Spiel für Kinder".

Auch **Jenny Maifeld** und **Wibke Diesner** (beide Übungsleiterinnen) sowie **Sophie Diesner**, die zusammen eine Gruppe "Turnen & Spiel für Kinder des 1. bis 4. Schuljahres" geleitet haben, beenden mit Sommerferienanfang aus beruflichen oder wohnlichen Gründen ihre Tätigkeit.

Wir danken allen für ihre engagierte Mitarbeit.

Mit **Jörg Backschues** (Kursleitung) und **Emily Gunkel** (Eltern/Kind-Turnen) haben wir zwei neue Mitarbeitende gefunden.



Der insbesondere für Radfahrer beschwerliche Zugangsweg am AKTIV PUNKT

## Sponsoren-Projektförderung der Stadtwerke Essen: **ZIEL ERREICHT!**

Der TVE hat den mit 10.000 € dotierten zweiten Platz durch eure Stimmen beim Sponsoren-Projektvoting der Stadtwerke Essen erreicht, was uns ermöglicht, endlich das Problem unserer beschwerlichen Zugangssituation vor dem AKTIV PUNKT zu lösen. Hierüber freuen wir uns!

Eine Planung liegt bereits vor, so dass im Oktober mit der Realisierung gerechnet wer-

den kann. Die Firma Tenhaven wird eine Woche benötigen und trifft nebenbei als Sponsor für das Zugangstor an der Rampe ein.

Wir bedanken uns bei den Stadtwerken Essen, bei Galabau Tenhaven und natürlich bei allen, die unseren Aufrufen gefolgt sind und beim Online-Voting für unser Projekt gestimmt haben.

**Eckhard Spengler**



**Michael Michel GmbH**  
Getränke – Groß- und Einzelhandel  
Dilldorfer Straße 23-25  
45257 Essen Alt-Dilldorf  
Tel.: 0201 480315  
Fax: 0201 480424  
bestellung@michael-michel.de

Erfrischend  
kühle Getränke



Besuchen Sie uns  
auf unserer  
Internetseite  
[www.michael-michel.de](http://www.michael-michel.de)

## Schutz vor sexuellem Missbrauch und Gewalt: Erste Schulung im TVE hat stattgefunden

Die Umsetzung des Landeskinderschutzgesetzes NRW schreibt vor, dass alle Institutionen, die Angebote für Kinder und Jugendliche vorhalten, ein Schutzkonzept zu erarbeiten haben.

Die Umsetzung und Anwendung im TVE wurden am 20. März 2024 vom Vereinsvorstand beschlossen.

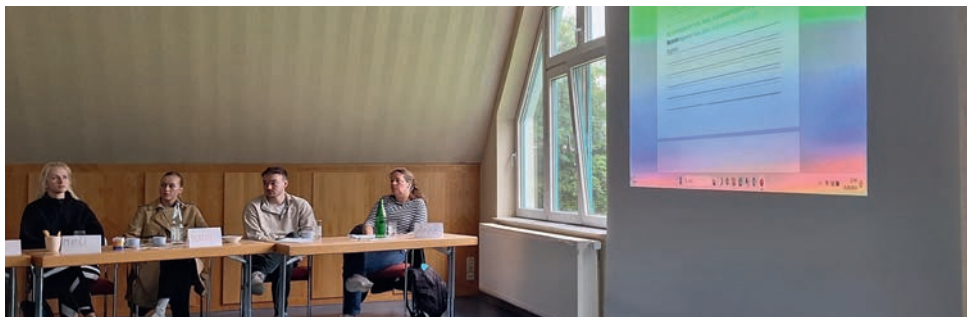
Die uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen sollen angstfrei am Vereinsleben teilnehmen können und vor Diskriminierung, Gewalt und sexueller Belästigung sicher sein.

Alle im Verein Tätigen müssen sich der Verantwortung bewusst sein und durch Aufmerksamkeit und problemorientiertes Handeln den Kindern und Jugendlichen das Gefühl geben, dass sie im Verein sicher aufgehoben sind und ernst genommen werden.

Die Ziele des Workshops waren, die Mitarbeitenden zu sensibilisieren und zu informieren. Die Erscheinungsformen sexualisierter Gewalt im Sport sind vielschichtig und es gibt einige Faktoren, die sexualisierte Gewalt im Sport begünstigen. Hier ist es wichtig, geeignete Möglichkeiten der Prävention zu kennen.

Es wurde auch über verschiedene Arten der Intervention aufgeklärt, wenn der Verdacht geäußert oder beobachtet wird.

Die Teilnehmenden diskutierten sehr angeregt über Probleme und Grenzfälle, es wurden untereinander Erfahrungen ausgetauscht und mögliche Handlungsstrategien besprochen. Es war eine Veranstaltung mit sehr engagierten Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen, die zeigte, wie wichtig der Austausch zu diesem Thema ist.



Ein kleiner Ausschnitt der Teilnehmenden beim Workshop

Wir haben dieses Schutzkonzept als zentrale Verhaltensregel für alle entwickelt, für Trainer\*innen, Übungsleiter\*innen und Gruppenhelfer\*innen und für alle Personen, die für oder im Auftrag des Vereins Kontakte zu Kindern und Jugendlichen haben.

### Erste Schulung

Am 25. Mai fand unter der Leitung des Präventionsteams, Birgit Spengler und Berthold Werth, der 1. Workshop statt, der für alle verpflichtend ist, die mit Kindern und Jugendlichen im TVE arbeiten. Es nahmen 22 Mitarbeitende teil.

Da nicht alle Mitarbeitenden an diesem ersten Termin teilnehmen konnten, wird es für diese einen weiteren Workshop im November geben. Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.

Diese Workshops werden auch zukünftig regelmäßig durchgeführt, die Teilnahme bleibt für alle Mitarbeitenden aus dem Kinder- und Jugendbereich verpflichtend.

### Alle Infos unter:

<https://www.tve-burgaltendorf.de/de/unsere-verein/schutz-vor-sexuellem-missbrauch-und-gewalt/>

**Birgit Spengler**

## Wer kann uns unterstützen? Neue Mitarbeiter\*innen für das TVE-Team gesucht!

Der TVE hat aktuell einige DRINGENDE Bedarfe. Wer kann helfen, ... und sei es durch einen Tipp, welche Person angesprochen werden könnte:

1. Wir suchen **eine(n) Leiter\*in** für einen oder zwei **Kurse "Bodyforming"**.

2. Wir benötigen für unsere Sportstunden **"Turnen & Spiel für Kinder"** sowie **"Eltern/Kind-Turnen"** **Helfer\*innen** oder **Übungsleiter\*innen**.

3. Das **Radeltourleiter-Team** könnte noch **eine weitere Person** gebrauchen, die jährlich ein oder zwei **"50plus-Radeltouren mit Einkehr"** - siehe hierzu unsere Ausschreibungen in der Vereinszeitschrift und auf der Homepage unter **"Freizeitaktivitäten" > 50plus-Radeltouren**) - plant und durchführt.

4. Das Planungsteam **"60plus-Freizeitaktivitäten"**, das für jeden Monat eine Freizeitaktivität (Besichtigungen, Besuche, Kurzreisen, Wanderungen,...) organisiert und durchführt, benötigt **eine(n) weitere(n) Mitarbeiter\*in**.

5. Wir suchen ferner **eine(n) Mitarbeiter\*in** für unsere Werbemaßnahmen und Infos auf **Facebook und Instagram**.

6. Die Leiterin eines **Kurses „Wirbelsäulengymnastik & Rückenschule“** steht nicht mehr zur Verfügung. Wir suchen jemanden, der/die einen oder zwei Kurse mit dieser Thematik übernehmen kann.

Alle Tätigkeiten werden vergütet, neue Mitarbeiter\*innen werden unterstützt, niemand muss sich langfristig binden, jegliche Mitarbeit kann "ausprobiert" werden.

Interessenten\*innen melden sich bitte per eMail  
[sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de)  
oder telefonisch (0201 570397).

...am 24.07.2024, 17.00 - 19.15 Uhr, im AKTIV PUNKT

Teiln.: Eckhard Spengler, Ursula Kernebeck, Monika Spengler, Christiane Spengler, Gerhard Spengler; beratend: Georg Spengler

### **Projekt-Sponsoring der Stadtwerke Essen/ Barrierefreier Zugang zum AKTIV PUNKT**

Der TVE hat den mit 10.000 € (zuzügl. MwSt.) dotierten zweiten Platz durch das Voting seiner Mitglieder beim Sponsoren-Projekt der Stadtwerke Essen erreicht, was es ermöglicht, endlich das Problem der beschwerlichen Zugangssituation für Fahrräder, Kinderwagen, Rollatoren vor dem AKTIV PUNKT zu lösen. Eine Planung liegt vor, so dass im Oktober, nach Beendigung der Brutzeit, mit der Realisierung durch die Fa. Tenhaven, die im übrigen das Tor vor der zukünftigen Rampe spendet, gerechnet werden kann. Die Müllboxen sollen ggf. umplatziert und ferner weitere Fahrradständer installiert werden.

### **Deutsches Turnfest 2025 in Leipzig (28.05. bis 01.06.2025)**

Das Deutsche Turnfest ist mit rd. 80.000 Aktiven und Hunderttausenden Besuchern\*innen die größte Wettkampf- und Breitensportveranstaltung der Welt (Details: <https://www.turnfest.de>). Auch TVE-Mitglieder nehmen regelmäßig teil. Für die Organisation auf TVE-Seite (Anmeldungsprocedere etc.) wird ein(e) Projektleiter\*in benötigt.

### **Mitarbeiterbedarfe**

In den Abteilungen "Turnen & Spiel für Kinder" und "Eltern/Kind-Turnen" werden drin-

gend mehrere Helfer oder Übungsleiter\*innen benötigt, ebenso Mitarbeiter\*innen - zumindest vertretungsweise - für die TVE-Präsenz auf Facebook und Instagram sowie für das Team der Radeltourleiter\*innen und das Team "60plus-Freizeitaktivitäten" (Details siehe Homepage und "AKTIV.176")

### **Neues Verfahren zum Reha-Sport (Abrechnung der Verordnungen, Lizenzierung der Rehasportangebote, Lizenzen/Fortbildung der Reha-Übungsleiter\*innen)**

Der Landessportbund hat die organisatorische Abwicklung von Reha-Sportangeboten an den Behindertensportverband abgegeben. Hierdurch wird der ohnehin schon hohe Aufwand auf Vereinsseite weiter steigen. Das Reha-Sportangebot "Sport in der Krebsnachsorge" wird deshalb näher betrachtet werden müssen. Das Ergebnis als Nachtrag zur Besprechung:



### **Kosten 2022 und 2023 durchschnittlich pro Jahr:**

1. Übungsleiter\*in: 553,13 €
  2. interne Mitarbeiterkosten  
Abrechnung der Verordnungen: 373,00 €
  3. externe Abrechnungsggebühren: 340,55 €
- SUMME: 1.266,68 €

### **Einnahmen 2022 und 2023 durchschnittlich pro Jahr:**

1. Zahlungen der Krankenkassen: 1.595,27 €
  2. Sportgruppenbeiträge der Teilnehmer\*innen: 272,00 €
- SUMME: 1.872,27 €

Es verbleiben demnach rd. 600 € für anteilige Raum- und Energiekosten sowie für den zukünftig anfallenden Verbandsbeitrag

des Behindertensportverbands.

## **Werbemaßnahmen für das Kursprogramm 2024-2**

Der krankheitsbedingte Ausfall von Isabell Bertenhoff seit Ende März wirkt sich aus: Es fehlen die Social-Media-Posts und die effektive Kommunikation von Isabell zur Erhöhung der Kursanmeldungen sowie ihre Aushänge am Whiteboard im Eingangsbereich des AKTIV PUNKT.

Es wird daher u.a. dringend - zumindest vertretungsweise - ein(e) Mitarbeiter\*in für die TVE-Präsenz auf Facebook und Instagram gesucht, zumal auch die neuen Sportangebote "Basketball" und "Tischtennis" intensiver beworben werden müssen. Rund-eMails und Artikel in der "AKTIV.176/September sind außerdem vorgesehen.

## **Rhönrräder-Beschädigungen**

Durch den unsachgemäßen Umgang beim Umplatzen der Rhönrräder durch Externe war ein Schaden an fast allen Rhönrrädern entstanden, obwohl diese durch eine Kette gesichert schienen. Die Versicherung des Verursachers ist aber nur bereit, aufgrund ihrer Zeitwertberechnung 2.420 Euro statt 5.350 Euro (tatsächlich geschätzter Schaden) zu zahlen. Das bedeutet, dass beim TVE voraussichtlich eine Eigenbeteiligung von etwa 3.000 Euro verbleibt, obwohl er schuldlos ist. Eckhard hat den Veranstalter schriftlich zu einem klärenden Gespräch aufgefordert.

## **Mitgliederversammlung 2025/Jubilarehrung 2025**

Sie soll am Samstagmorgen, 29.03.2025, 11.00 Uhr, stattfinden. Zu überlegen ist, Mitgliederversammlung und Jubilarehrung als EINE Veranstaltung durchzuführen. Als Basis für diesbezügliche Überlegungen ist zunächst die Zahl der Jubilare zu ermitteln.

## **Kraftgeräteaustausch**

Der Austausch abgenutzter Kraftgeräte wird auch in diesem Jahr fortgesetzt. Die Kosten werden sich auf ca. 18.000 € vor Abzug eventueller Förderungen und Spenden

belaufen. Die Finanzierung erfolgt durch die Abteilungsbeiträge der Abteilungsmitglieder, ergänzt durch zu beantragende Drittmittel.

## **Sportleiter\*in-Funktion im TVE-Vorstand**

Die Wahl des Vorstands steht erst 2027 an. Ob eine vorherige, kommissarische Besetzung der Sportleiter-Funktion erfolgen soll, bleibt in Anbetracht der voreerst unklaren Arbeitersituation (Arbeitszeitausweitung, Langzeiterkrankung,...) abzuwarten.

## **Aufgabenverteilung/Dienstpläne**

Der TVE wird voraussichtlich bis Jahresende "irgendwie" mit der Situation einer erkrankten Mitarbeiterin (wöchentliche Arbeitszeit: 15 Std.) und einer neuen, sich erst in der Einarbeitung befindlichen Mitarbeiterin (gegenwärtig erst 5,5 Wochenarbeitsstunden, angestrebt sind 15 Std.) - klar kommen müssen.

Problematisch wird der September - wie der Juni ein bevorzugter Monat für den Urlaub von Mitarbeiter\*innen im Ruhestand oder ohne schulpflichtige Kinder.

## **Kurzzeitige Teilnahme von Gästen von Mitgliedern insbesondere am Kraftgerätetraining**

Die Frage nach "Gastmitgliedschaften" stellt sich immer mal wieder. Eine einheitliche Handhabung dieser Anliegen wurde bisher nicht geregelt.

Zukünftig sollen diese Gäste einen Aufnahmeantrag stellen. Das Mitgliedschaftsende wird auf den Tag des Endes der Trainingsteilnahme gesetzt. Der Beitrag wird entsprechend eingezogen, auf die Aufnahmegebühr wird verzichtet.

## **Zahl der lizenzierten Übungsleiter\*innen im TVE**

Die Zahl der lizenzierten Übungsleiter\*innen unter den vielen Mitarbeiter\*innen im Sportbetrieb ist zu gering, so dass der Landeszuschuss für die Vergütung der Mitarbeiter\*innen im Sportbetrieb, der an die Zahl der Übungsleiterlizenzen gebunden ist, sinkt. Deshalb mussten für 2023 513 € zurückgezahlt werden.

## Rechtsstreit wegen der Ablehnung eines Aufnahmeartrags eines ehemaligen Mitglieds

Sowohl das Verfahren in erster Instanz (Landgericht Essen), als auch die Berufung der Klägerin vor dem Oberlandesgericht Hamm und ihr danach ermöglichter Widerspruch wurden zugunsten des TVE entschieden. Der Fall ist damit abgeschlossen.

## 60plus-Abend 2025 (Rückblick auf die

## 60plus-Freizeitaktivitäten 2024, Vorstellung des Programms 2025)

Der "60plus-Abend 2025" wird am Freitag, 10.01.2025, 18.30 Uhr, im Kommunikationsraum des AKTIV PUNKT stattfinden, und zwar in etwas veränderter Form: Verkürzung des Rückblicks auf ca. 30 min., Fotos statt Tonfilm, durchgehende Moderation.

Gerhard Spengler

## Die Donnerstags-Mädels feierten wieder Geburtstage!

Am 26.05. trafen wir uns im geschmückten Kommunikationsraum des AKTIV PUNKT, um bei Kaffee und Kuchen den 100. Geburtstag von Irmgard Blum zu feiern. Chapeau, sie hat es geschafft.

Mit einem Wellness-Drums-Alive-Trommelwirbel ging es los, Geburtstags- und Trinklieder sowie Gedichte folgten; zum Abschluss der Rollatoranz.

Die nächsten fünf Geburtstage wurden dann am 11.07. um 17 Uhr zum Abendbrot im Restaurant "Burgfreund" gefeiert: Bärbel (75), Monika (80), Hertha (90), Sigrid (90) und Brigitte (95).

Der Begrüßungsansprache durch den Vorsitzenden Eckhard Spengler folgten Gedichte, die Helga für jedes Geburtstagskind geschrieben hatte.

Nach dem Essen führten wir einen gemeinsamen Sitztanz auf, bevor, wie gewünscht, Trink- und Fahrtenlieder gesungen wurden, mit dem Eierlikörtanz "Dann trinke täglich 1,2,3 vom Likör mit Ei" als Highlight. Fazit: Es war eine sehr fröhliche, harmonische Feier.

Die nächste Feier wird die Weihnachtsfeier am 19.12. um 17 Uhr im Restaurant "Burgfreund" sein, bei der im übrigen drei weitere Geburtstagskinder zu ehren sein werden.

Rosi Stoßberg



Die 100jährige Jubilarin: Irmgard Blum



## REWE-Aktion „Scheine für Vereine“ wieder ein schöner Erfolg dank fleißiger Sammler\*innen



Der TVE hat auch dieses Jahr wieder an der schönen Aktion von REWE teilgenommen und konnte bis zum Ende 9000 Scheine einlösen.

Die Vereinsscheine gab es beim REWE-Einkauf; je 15 € einen Schein.

Die Mitglieder konnten diese bei uns abgeben, und wir haben uns dann Prämien aus einem speziellen Aktionskatalog ausgewählt.

Das geht von Kleingeräten wie Fitnessbändern und Gymnastikbällen über Ballwagen bis zur Elektronik für das Vereinsbüro mit einem Gegenwert von gut 1500 €.

Wir möchten uns sehr herzlich bei unseren fleißig sammelnden Mitgliedern aber natürlich auch bei REWE bedanken!

**Georg Spengler**



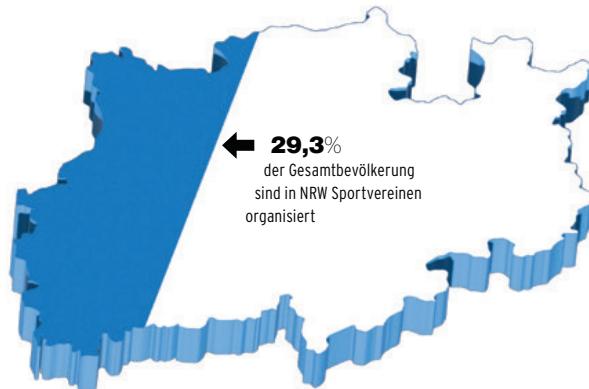
Café – Restaurant **“Burgfreund“**  
Burgstraße 2, 45289 Essen (Burgaltendorf)  
Tel. : 0201 / 578935

Sportvereine bleiben ...

# Sportanbieter Nummer 1 in NRW

Mitgliederzahl auf Rekordhoch gestiegen – ein klares  
Plus in den 17.435 Vereinen

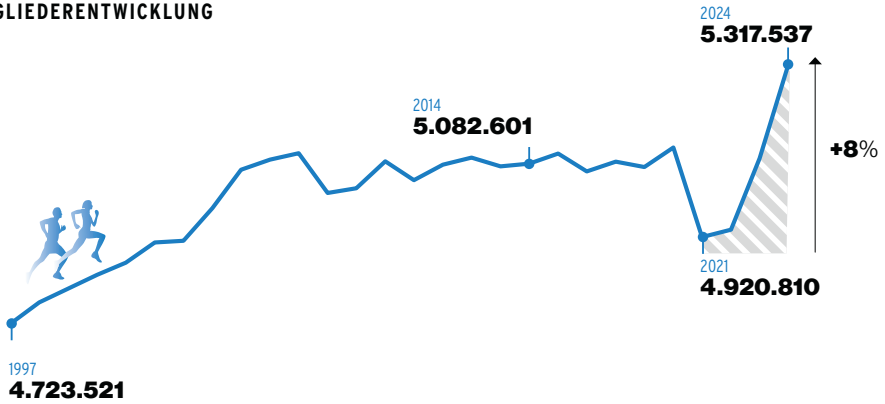
## ORGANISATIONSGRAD DES SPORTS IN NRW



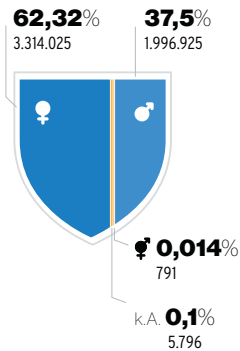
**Rekordergebnis für den NRW-Sport:** Mit über 5,3 Millionen Mitgliedschaften verzeichnen die insgesamt 17.435 Sportvereine einen deutlichen Zulauf. Gegenüber dem Vorjahr wurde ein Plus von 4,27 Prozent (217.657 Mitglieder mehr) erzielt, das vor allem auf die gestiegenen Anmeldungen von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre (insgesamt 105.228 mehr) zurückzuführen ist. Sie bleiben mit fast 1,7 Millionen Mitgliedschaften auch die größte Altersgruppe mit Interesse an Bewegung und Miteinander im Sportverein, gefolgt von den 41-60-jährigen mit gut 1,27 Millionen Mitgliedschaften. Die über 61-jährigen kletterten erstmals knapp über die Millionengrenze.

„Die Nachwehen aus der Corona-Krise sind weitgehend überstanden. Die vielfältigen Vereinsangebote sind nicht nur unverändert attraktiv für Menschen aller Altersklassen, sondern tragen wesentlich zur Bildung sowie Gesundheit bei und schützen vor Einsamkeit“, sagt LSB-Präsident Stefan Klett zur aktuellen Statistik. LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen betont: „Die herausragende Arbeit des Ehrenamts an der Vereinsbasis braucht jetzt zusätzliche Unterstützung durch Kommunen und Land. Es muss dringend in die Sanierung von Sportstätten und die Gewinnung und Qualifizierung von Übungsleitungen sowie Trainerinnen und Trainern\*innen investiert werden. Jeder Euro an Förderung ist dort sinnvoll angelegt und bringt ein Mehrfaches an Gewinn für unser Land.“

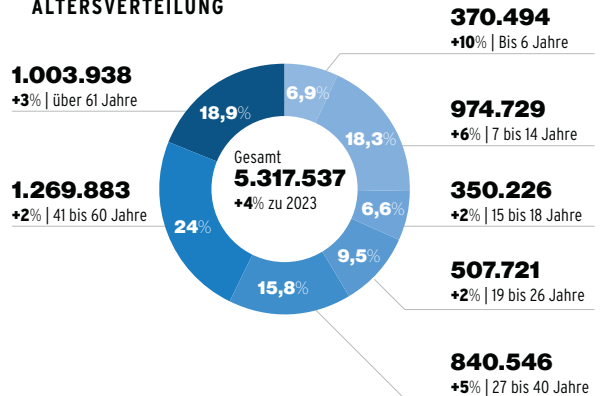
## MITGLIEDERENTWICKLUNG



## GESCHLECHTERVERTEILUNG

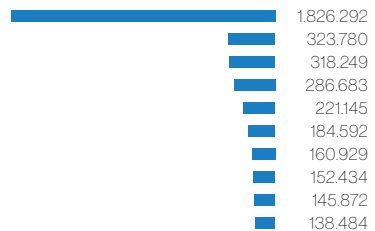


## ALTERSVERTEILUNG



## DIE VERBÄNDE

Westdeutscher Fußballverband  
 Westfälischer Turnerbund  
 Interessengemeinschaft der Tennisverbände NRW  
 Rheinischer Turnerbund  
 Schwimmverband Nordrhein-Westfalen  
 Leichtathletik-NRW  
 Westdeutscher Handball-Verband  
 Landesverband der Pferdesportvereine in Nordrhein-Westfalen  
 DJK Landesverband Nordrhein-Westfalen  
 Fachschaft Sportschießen Nordrhein-Westfalen



Quelle: Magazin des Landessportbundes NRW „Wir im Sport“, Ausgabe 03/2024“

# SUCHTHILFE **DIREKT**

## Kampagne „Cannabis Klartext - Fakten & Hilfe“



**BONG-JOUR!**

**Wenn Kiffen schon Teil deines Frühstückes ist.**

Wir helfen dir, wieder klar in den Tag zu starten.  
Kostenlos.

Mit freundlicher Genehmigung der Drogenhilfe Köln



[www.suchthilfe-direkt.de](http://www.suchthilfe-direkt.de)

SUCHTHILFE **DIREKT**

Die Verbreitung von Cannabis-Konsum unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist seit langem ein weit verbreitetes Phänomen. Etwa jeder fünfte Jugendliche im Alter von 16 bis 17 Jahren und die Hälfte aller jungen Erwachsenen zwischen 18 und 25 Jahren haben bereits Erfahrungen mit Cannabis gemacht. Seit dem 01.04.2024 ist der Konsum und Besitz von Cannabis für Erwachsene unter bestimmten Bedingungen erlaubt. Für Jugendliche bleibt der Besitz von Cannabis weiterhin verboten, wird jedoch nur noch als Ordnungswidrigkeit und nicht mehr als Straftat geahndet, solange eine bestimmte Grenze nicht überschritten wird.

Da das Gehirn von Heranwachsenden bis etwa zum Alter von 25 Jahren noch nicht vollständig ausgereift ist, sind sie besonders anfällig für negative Auswirkungen des Cannabiskonsums auf ihre psychische, physische und soziale Gesundheit. Angesichts der zu erwartenden erleichterten Zugänglichkeit von Cannabis ist es daher von großer Bedeutung, den Gesundheitsschutz für Kinder und Jugendliche zu stärken.

Wir haben daher eine Kampagne „Cannabis Klartext – Fakten & Hilfe“ entwickelt und in Zusammenarbeit mit der Drogenhilfe Köln gGmbH eine gemeinsame Plakataktion realisiert, um auf unsere qualifizierten Angebote zum Thema Cannabis aufmerksam zu machen. Die auffälligen Plakate – auf unserer Homepage zum Ausdrucken oder in der Hoffnungstr. 24 zum Abholen - spielen bewusst mit der Neugier der Jugendlichen und bieten über einen QR-Code eine schnelle Kontaktmöglichkeit zu uns. Auf der Homepage [www.suchthilfe-direkt.de](http://www.suchthilfe-direkt.de) werden zudem Links und Informationen zu wissenschaftlich fundierten Tipps und

Informationen bereitgestellt.

Obwohl das neue Cannabisgesetz keine finanzielle Unterstützung auf kommunaler Ebene für Prävention, Beratung und Jugendschutz vorsieht, freuen wir uns, dass die Kampagne „Cannabis Klartext – Fakten & Hilfe“ dennoch so schnell und erfolgreich umgesetzt werden konnte.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Verbreitung von Cannabis-Konsum unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein ernstzunehmendes Problem ist. Angesichts der gesundheitlichen Risiken, denen Heranwachsende ausgesetzt sind, ist es von großer Bedeutung, den Zugang zu qualifizierten Hilfsangeboten zu erleichtern und den Gesundheitsschutz zu stärken. Die Plakatkampagne der Suchthilfe direkt Essen gGmbH und der Drogenhilfe Köln gGmbH ist ein wichtiger Schritt in diese Richtung und soll Jugendliche, junge Erwachsene und ihre Bezugspersonen über die Gefahren des Cannabiskonsums informieren und auf die Unterstützungsmöglichkeiten hinweisen.

Es ist von entscheidender Bedeutung, dass die Gesellschaft gemeinsam daran arbeitet, die negativen Auswirkungen des Cannabiskonsums auf die Gesundheit und das Wohlbefinden junger Menschen zu minimieren.

Wir haben Ihnen anstehend ein Cluster mit unterschiedlichen QR-Codes zu unseren Hilfsangeboten und zu unserer aktuellen Essener Kampagne „Cannabis Klartext – Fakten & Hilfe“ hinzugefügt.

Bei Fragen können Sie sich gerne jederzeit per E-Mail an [willkommen@suchthilfe-direkt.de](mailto:willkommen@suchthilfe-direkt.de) oder telefonisch unter der angegebenen Nummer an uns wenden.



Beratungsstelle



Jugendsuchberatung  
Next Step



Fachstelle für  
Suchtprävention



Tagesaufenthalt Basis



Kosten-  
übernahme  
durch alle  
Kassen!

Bei Ihnen,  
für Sie  
*- durch uns*

## Unsere Leistungen:

- Pflegeberatung
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Haushaltshilfe
- Beratung nach  
§ 37.3 SGB XI
- „24 Std. Pflege“



**Burgstr. 1**  
**45289 Essen**  
**(0201) 7 64 04 10**

[info@pflegeagentur24-pflegedienst.de](mailto:info@pflegeagentur24-pflegedienst.de)  
[www.pflegeagentur24-pflegedienst.de](http://www.pflegeagentur24-pflegedienst.de)

# Sommerferienende: Altersbedingter Wechsel der Sportgruppen von zwei- bis zehnjährigen Kindern

## 4 bis 10JÄHRIGE: OPTIONEN IM TVE-SPORTANGEBOT FÜR EINEN - z.B. altersbedingten - GRUPPENWECHSEL:

2jährig	3jährig	4jährig	5jährig	6jährig	7jährig	8jährig	9jährig	10jährig	11jährig
Eltern/Kind-Turnen "L" 2-4j. Kinder+Elternteil montags, 16.00 - 17.00 h, Sh Auf dem Loh			Gerätturnen für Kinder des Vorschuljahrgangs bis 4. Schuljahr dienstags, 17.00 - 18.30 h, Sh Auf dem Loh R. 202.20						
Eltern/Kind-Turnen "M" 2-4j. Kinder+Elternteil montags, 17.00 - 18.00 h, Sh Auf dem Loh			Judo für Kinder 5- bis 10jährig, Gruppe 1 mittwochs, 16.00 - 17.30 h, Th Holteyer Str. 208.01						
Eltern/Kind-Turnen "N" 2-4j. Kinder+Elternteil mittwochs, 16.00 - 17.00 h, Sh Auf dem Loh			Judo für Kinder 5- bis 10jährig, Gruppe 2 freitags, 16.00 - 17.30 h, Th Holteyer Str. 208.02						
Eltern/Kind-Turnen "P" 2-4j. Kinder+Elternteil mittwochs, 17.00 - 18.00 h, Sh Auf dem loh			HipHop & VideoClip Dancing (3 Gruppen A, B, C für Kinder von 5 bis 7 J., 8 bis 10 J. und ab 11 J.) freitags, 15.00 - 16.00 h, 16.00 - 17.00 h, 17.00 - 18.00 h), AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29 205A,-B,-C						
Eltern/Kind-Turnen "R" 2-4j. Kinder+Elternteil freitags, 15.30 - 16.30 h, Sh Auf dem Loh			Leistungsturnen Gr. 2 für Mädchen 5- bis 11jährig freitags, 15.00 - 16.00 h, 16.00 - 17.00 h, 17.00 - 18.00 h), Sh Auf dem Loh 203.03L						
Eltern/Kind-Turnen "S" 2-4j. Kinder+Elternteil freitags, 16.30 - 17.30 h, Sh Auf dem Loh			Badminton 7- bis 18jährig (wöchentlich 2mal Training). Sh Auf dem Loh dienstags, 18.30-20.00 h und/oder freitags, 17.00-20.00 h 209.01-209.03						
2 + 3 Jahre alt: 6 Optionen	Turnen, Spiel & Wassergewöhnung 4-6j. Kinder fr., 15-17 h, Th+Bad Holteyer Str. 202.01+202.02								
4 Jahre alt: 10 Optionen			Turnen, Spiel & Schwimmen, Kinder vom 1. bis 4. Schuljahr dienstags, 16.00 - 18.00 h, Th & Bad Holteyer Str. 202.07/202.08						
5 Jahre alt: 9 Optionen	Turnen, Spiel & Wassergewöhnung 4-6j. Kinder mo., 16-18.15h, Th+Bad Holteyer 202.03+202.04								
6 Jahre alt: 11 Optionen			Turnen & Spiel, Kinder vom 1. bis 4. Schuljahr dienstags, 17.00 - 18.00 h, Th Holteyer Str. 202.09						
7 + 8 Jahre alt: 8 Optionen	Turnen & Spiel 4-6j. Kinder do., 16 - 17 h, Sh Auf dem Loh R 202.05								
9 Jahre alt: 8 Optionen			Rhönradturnen Sh Auf dem Loh ab ca. 10 J. :03.09R/209.10R						
10 Jahre alt: 9 Optionen	Turnen & Spiel 4-6j. Kinder do., 17 - 18 h, Sh Auf dem Loh R 202.06								

Nach den Sommerferien wechseln viele Kinder altersbedingt die Sportgruppe im TVE. Dabei gibt es viele Alternativen, die ohne Anmeldung ausprobiert werden können. Hier die Übersicht.

Details zu den in Frage kommenden Sportangeboten auf der Homepage oder über die App "TVE Burgaltendorf"

Wir wünschen beim Schnuppern viel Spaß!

## Leistungsturnerinnen: Erster Kür-Wettkampf nach der Corona-Zeit



Das neunköpfige Team der erfolgreichen Leistungsturnerinnen

Lange haben wir auf diesen Tag gewartet, und endlich war es wieder soweit: Ein Kür-Wettkampf stand an, und so fuhren wir am 8. Juni mit neun Turnerinnen zur Haedenkampstraße.

Gerne wären wir mit mehr Mädels an den Start gegangen, leider standen uns aber nicht genügend Kampfrichterinnen zur Verfügung, so dass einige Turnerinnen auf den Wettkampf verzichten mussten. Wir hoffen, dass wir im kommenden Jahr in dieser Hinsicht wieder besser aufgestellt sind und mehr Turnerinnen eine Teilnahme ermöglichen können.

Für unsere neun teilnehmenden Mädels war alles sehr aufregend. Sie kannten zwar die Halle und die Geräte, hatten aber an

einem solchen Kür-Wettkampf noch nie teilgenommen, das war also Neuland für sie.

Jede Turnerin hatte eine individuelle Übung zu turnen, in der nur gewisse Schwierigkeitselemente vorgegeben sind. Am Boden gab es passend zur Übung auch jeweils eine eigene, individuelle Kür-Musik.

Wie immer wurde an allen vier Geräten geturnt, diesmal sind aber nur drei Geräte in das Gesamtergebnis eingeflossen. So gab es für alle eine „Streich-Wertung“ am schlechtesten Gerät, so dass ein Patzer oder eine niedrige Wertung an diesem einen Gerät nicht ins Gesamtergebnis einbezogen wurden.

Dennoch flossen bei einigen Mädels nach



verpatzter Übung ein paar Tränen, aber wir Trainerinnen haben ihnen Mut gemacht und sie für die weiteren Geräte motivieren können.

So waren am Ende des Tages alle sehr glücklich und nahmen freudig ihre verdienten Urkunden entgegen.

Hier die Platzierungen:

In der Leistungsklasse - LK 4 (Jahrgang 2013 & jünger):

- 7. Platz = Martha Lazuk
- 9. Platz = Hannah Dakkak

In der Leistungsklasse – LK 3 (Jahrgang 2012 & älter):

- 4. Platz = Marlene Bauer
- 8. Platz = Paulina Hill
- 9. Platz = Luise Beselin

- 12. Platz = Juline Kohlhaas
- 15. Platz = Leonie Horz
- 19. Platz = Lidia Lazuk
- 23. Platz = Marie Gerste (verletzungsbedingt nur an zwei Geräten gestartet)

Darüber hinaus gab es erstmals auch eine Einzel-Geräte-Wertung. So wurden zusätzlich zur Gesamtwertung an allen vier Geräten die jeweils besten drei Übungen bzw. Turnerinnen ermittelt und mit einer Medaille ausgezeichnet. In der LK 3 konnte sich Marlene Bauer am Boden über den 2. Platz freuen und erhielt eine Bronze-Medaille für ihre Balken-Übung.

Für alle war die Teilnahme an diesem besonderen Wettkampf eine tolle Erfahrung.

**Daggi Zedler**



# Prost

## Bedachungen GmbH

### Meisterbetrieb

Alte Hauptstraße 26 45289 Essen-Burgaltendorf  
Telefon 0201 / 57 89 32 Telefax 0201 / 57 17 014

[www.prost-bedachungen.de](http://www.prost-bedachungen.de)

# DAS TURNFEST 2025 LEIPZIG



Nächstes Jahr findet wieder ein Deutsches Turnfest statt, und zwar vom 28.05. bis zum 01.06. in Leipzig.

An den vorausgegangenen Deutschen Turnfesten nahmen in der Regel nicht nur Leistungs- und Rhönradturnerinnen teil, sondern auch weitere Mitglieder aus anderen Gruppen.

Das Deutsche Turnfest ist mit rd. 80.000 Aktiven und Hunderttausenden Besuchern\*innen die größte Wettkampf- und Breitensportveranstaltung der Welt.

Es besteht aus „unzähligen“ Wettkampfangeboten, Feiern, Workshops und anderen Events; die ganze Stadt feiert mit.

Interessierte Mitglieder oder Mitgliedergruppierungen melden sich bitte im TVE-Büro oder per eMail. Sie erhalten dann weitere Informationen bzw. werden zu einem Treffen eingeladen.

Alle Infos sind übrigens im Internet auf [www.turnfest.de](http://www.turnfest.de) zu finden, so auch das 276 seitige Programm.

## Rhönradturnerinnen beim 29. Kettwig-Cup am 22.06.2024



Merle Harke in Aktion

Der Kettwig-Cup lockte Ende Juni zahlreiche talentierte Turnerinnen und Turner aus dem gesamten Rheinischen Turnerbund nach Essen-Kettwig.

In der Nachwuchsklasse AK 11/12 belegte Lia Ascherfeld mit ihrer anspruchsvollen Kür den 15. Platz. Marie Mestermann folgte auf Platz 21 und Merle Harke sicherte sich den 23. Platz.

Im Zweikampf Sprung und Gerade der Altersklasse AK L13/14 erreichte Dana Ewert den 12. Platz, dicht gefolgt von Kamila Wita auf dem 13. Platz. Lina Kinzelt, die an ihrem ersten Landesklassenwettkampf teilnahm, belegte den 14. Platz.

In der Altersklasse AK L25+ überzeugte Charlotte Quick. In der Disziplin Gerade belegte sie den 12. Platz, während sie im Sprung den 3. Platz erreichte und damit eine Medaille nach Burgaltendorf brachte.

Am 8. September steht mit dem Schwebepokal in Wuppertal der letzte Wettkampf für dieses Jahr an.

**Katharina von Ostrowski**



Nach einem langen Wettkampftag: Die Rhönradturnerinnen

## Badminton-Stadtmeisterschaften: Nach mehrjähriger Pause wieder mit TVE-Beteiligung

Am 22. und 23. Juni fanden die Stadtmeisterschaften im Badminton statt. In der Werdener Sporthalle spielte der TVE in vier Altersklassen mit und konnte beachtliche Erfolge sichern. Am Samstag fanden spannende Einzelspiele statt:

Fabian K. konnte sich in der Altersklasse U13 im Jungen-Einzel die Silbermedaille erspielen. Nach einem spannenden Finale bekam Simon Bruyers auch die Silbermedaille im Jungen-Einzel unter 17. Eric hat sich in der gleichen Altersklasse die Bronzemedaille erspielt. Julian, Marc und Antoine folgten auf den Plätzen 4, 6 und 8. Also eine sehr starke Besetzung unter den Top 10 vom TVE!

Max hat es leider nicht auf das Siegertrappchen geschafft, sorgte aber durch seinen Kampfgeist für Spaß beim Zuschauen.

Am Sonntag fanden die Doppel- und

Mixed-Spiele statt.

Dabei spielten Simon B. und Marc S. zusammen und hatten am Ende den 2. Platz der unter 17-Jährigen erreicht. Julian und Eric bildeten ebenfalls ein starkes Team und erspielten die Bronzemedaille. Marti und Antoine konnten leider keinen Platz auf dem Siegerpodest erreichen, haben aber stark gegen ihre Gegner gekämpft.

Am späten Nachmittag wurden dann die Mixedspiele ausgetragen, wobei Simon und Birthe sich den 2. Platz in der Altersklasse U17 erspielen konnten.

Insgesamt waren die Spiele sehr erfolgreich, womit sich der TVE den 3. Platz im Wanderpokal sichern konnte.

Wir freuen uns schon auf die nächsten Stadtmeisterschaften mit spannenden Spielen.

**Carla Gutt**



Sicherte sich den 3. Platz im Wanderpokal: Die erfolgreiche Badmintonmannschaft

# Unsere neue Abteilung „Tischtennis“ startet in den Spielbetrieb!

Mannschaft						
Turnverein Einigkeit 1901 e.V. Essen-Burgaltendorf - Herren (4er) - Rhein-Ruhr						Drucken
Bilanzen		Spielplan und Tabelle		Mannschaftsinfos		
Spielplan (Vorrunde)						
Vorrunde		Rückrunde		Gesamt		
Datum	Zeit	Halle	Heimmannschaft	Gastmannschaft		Spiele
Di. 27.08.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	SC Buschhausen III		
Mi. 04.09.24	19:30	1	TV Eintracht Frohnhausen II	TVE Burgaltendorf		
Di. 10.09.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	TTV DJK Altenessen II		
Di. 17.09.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	TTC Schonnebeck		
Mi. 02.10.24	19:30	1	Spvgg. Meiderich 06/95 III	TVE Burgaltendorf		
Di. 08.10.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	VfL Rheinhausen IV		
Sa. 02.11.24	18:30	1	TTV DJK Altenessen III	TVE Burgaltendorf		
Di. 05.11.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	TTV BW Neudorf II		
Sa. 16.11.24	18:30	1	TV Kupferdreh II	TVE Burgaltendorf		
Di. 19.11.24	19:30	1	TVE Burgaltendorf	TUSEM Essen IV		
Fr. 29.11.24	19:00	1	Fortuna Oberhausen	TVE Burgaltendorf		

Am 27.08. hat die Tischtennismannschaft, bestehend aus Torben Wagenhals, Jan-Oliver Classen, Tim Tobias Schneider, Marvin Reimann, Karsten Linnemann, Alexander Gahr, Nils Weimann und Wolfgang Billitewski ihr erstes Spiel der Saison 2024/25 in der Gruppe 5 der 1. Bezirksklasse Rhein-Ruhr bestritten, nach dem „TVE-Einkleidungsprozess“ nun mit Shorts, Polo-Shirts (und teilw. auch Anzügen).

Zuschauer\*innen bei den Spielen sind natürlich gern gesehen, und Interessenten\*innen des Tischtennis-Sports können gern zum Training kommen und das Sportangebot ausprobieren.

## Frauen-Sportgruppe "Fit durch's Jahr" "E": Fahrradtour mit geselligem Zusammensein



Saisonabschluss-Fahrradtour der Frauengruppe zum Haus Großjung

### Annoncieren Sie in der AKTIV. !

Die Kosten pro Veröffentlichung  
(Ausgabe) betragen:

1/1 Seite: 139,- € (4c)  
(zzgl. Sonderzuschläge für Umschlagseiten)

1/2 Seite: 79,- € (4c)

1/4 Seite: 49,- € (4c)

Interessenten senden wir  
gerne ein Angebot zu.

Als letztes Treffen vor den Sommerferien unternehmen wir traditionell eine Fahrradtour und treffen uns anschließend zum Essen in einem gemütlichen Restaurant.

Dieses Jahr war die Gruppe der Radfahrerinnen besonders groß, und deshalb ging es mit mäßigem Tempo über Steele zu unserem Ziel, der Gaststätte "Haus Großjung".

Imke und Gerda betreuten uns dabei wie immer vorbildlich. Wir saßen bei leckerem Essen und Getränken gemütlich zusammen und erfuhren mehr voneinander, als dies in den Sportstunden möglich ist.

Es war mal wieder ein gelungener Abschluss des 1. Halbjahres!

Nun genießen alle die Pause und freuen sich auf den Sport nach den Ferien.

**Annelotte Beckmann-Schlöns**

## TVE-Sport für Ältere demnächst auch im Oberdorf?

Es gibt Überlegungen des TVE, ein Angebot Sitzgymnastik ab Oktober 2024 im Haus „Am Kirchhof 18“ anzubieten. Das Haus bietet die dafür notwendigen Voraussetzungen wie bspw. einen barrierefreien Zugang, wie er auch am AKTIV PUNKT voraussichtlich im Spätherbst gebaut wird.

Diese „Außenstelle“ wäre auch von der Haltestelle „Burgaltendorf Kirche“ über die Straße „Am Vattersberg“ leicht zu erreichen.

Die Idee ist, eine der Senioren-Sportstunden, nämlich „Aktiv im Gehen, Stehen und Sitzen“, als Vereinssport-Angebot dorthin zu verlegen, um neue Teilnehmende zu gewinnen, da diese Sportstunde noch aufnahmefähig und möglicherweise attraktiv ist für diejenigen, die nicht zur Holteyer Straße kommen können.

Ein erster Erörterungstermin hat stattgefunden, aber es müssen natürlich noch Nutzungsbedingungen, finanzielle und haftungsrechtliche Fragen geklärt werden. Wenn der Gedanke umgesetzt würde, fände das Angebot immer donnerstags von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr statt.

Sport und regelmäßige Bewegung sind unerlässlich, um sich körperlich und geistig bis ins hohe Alter fit zu halten und sich wohlfühlen.

Gemeinsam macht es Spaß, das Gleichgewicht zu schulen, die Koordination zu verbessern und zu lernen, Stürze zu vermeiden. Selbst Krafttraining macht im hohen Alter noch Sinn.

Die Übungen werden individuell gestaltet, so dass jede(r) nach seinem/ihrem Vermögen mitmachen kann.



Individuelle Übungen schulen Körper und Geist...  
Foto: LSB NRW\_Andrea Bowinkelmann



....und machen auch sichtlich Spaß!  
Foto: LSB NRW\_Andrea Bowinkelmann

**Barbara Zimmermann**

## Sommerzeit ist Ferienzeit, auch bei den tonARTisten



Outdoor-Probe der tonARTisten mit gemütlichem Beisammensein

Denn unser Chorleiter Stefan Glaser hat sicher einen Urlaub verdient.

Um uns gemeinsam auf ein „Summerfeeling“ einstimmen zu können, zeigte sich das Wetter zum Glück von seiner guten Seite. Geplant war eine Probe im Garten von Sabine und Heinz, denen wir an dieser Stelle sehr herzlich für dieses Angebot danken möchten.

Natürlich ging es nicht nur um das Singen, sondern auch um das gemütliche Zusammensitzen bei leckerem Essen. Hier durfte das reichhaltige tonARTisten-Buffer nicht fehlen, dazu Würstchen vom Grill. Nachdem alle gut gesättigt waren, holte Stefan sein Keyboard aus dem Auto und nicht nur wir, sondern auch die Nachbarschaft, erfreute sich an unserem Gesang mit spontaner Liedauswahl. Zumindest erhielten Sabine und Heinz eine sehr positive Rückmeldung in dieser Hinsicht.

Nun beginnt unsere probenfreie Zeit, bis wir uns am 19. August in alter Frische wieder im AKTIV PUNKT treffen. Vier Auftritte sind in diesem Jahr noch fest geplant:

Am 29. September singen wir um 17.00 Uhr in der Burg im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Texte und Töne“, am 2. November um die Mittagszeit oder dem frühen Nachmittag im Einkaufszentrum Limbecker Platz, am 30. November beim Turmblasen an der Burg und am 21. Dezember um 15.45 Uhr in der Marktkirche im Rahmen des Adventssingens vom Essener Sängerkreis. Somit werden die Proben bis Ende des Jahres sicher sehr intensiv sein, damit sich unser Publikum auf ein schönes Klangerlebnis freuen kann.

**Moni Stahl**



## Walken mittwochs um 09.30 Uhr: Es gibt immer wieder etwas zu bestaunen!

Seit 20 Monaten laufen wir vormittags mit und ohne Stöcke. Immer wieder stellen wir fest, dass bei Tageslicht die Wege besser zu laufen sind.

Vom Treffpunkt „Lukas“ aus ging es diesmal nach Heisingen zu einem gemeinsamen Frühstück im Extrablatt. Auf der Terrasse hatten wir eine schöne Zeit.

Auf allen unseren Runden gibt es immer wieder etwas zu bestaunen:

Ein umgestürzter Baum nach einem Sommersturm hoch über dem Baldeneysee oder aber am Schultenhof vorbei auf den Wegen des Bergbaus zu wandern.

Wir freuen uns über sportliche Herausforderungen, nette Gespräche und neue Eindrücke aus unserer schönen Umgebung.

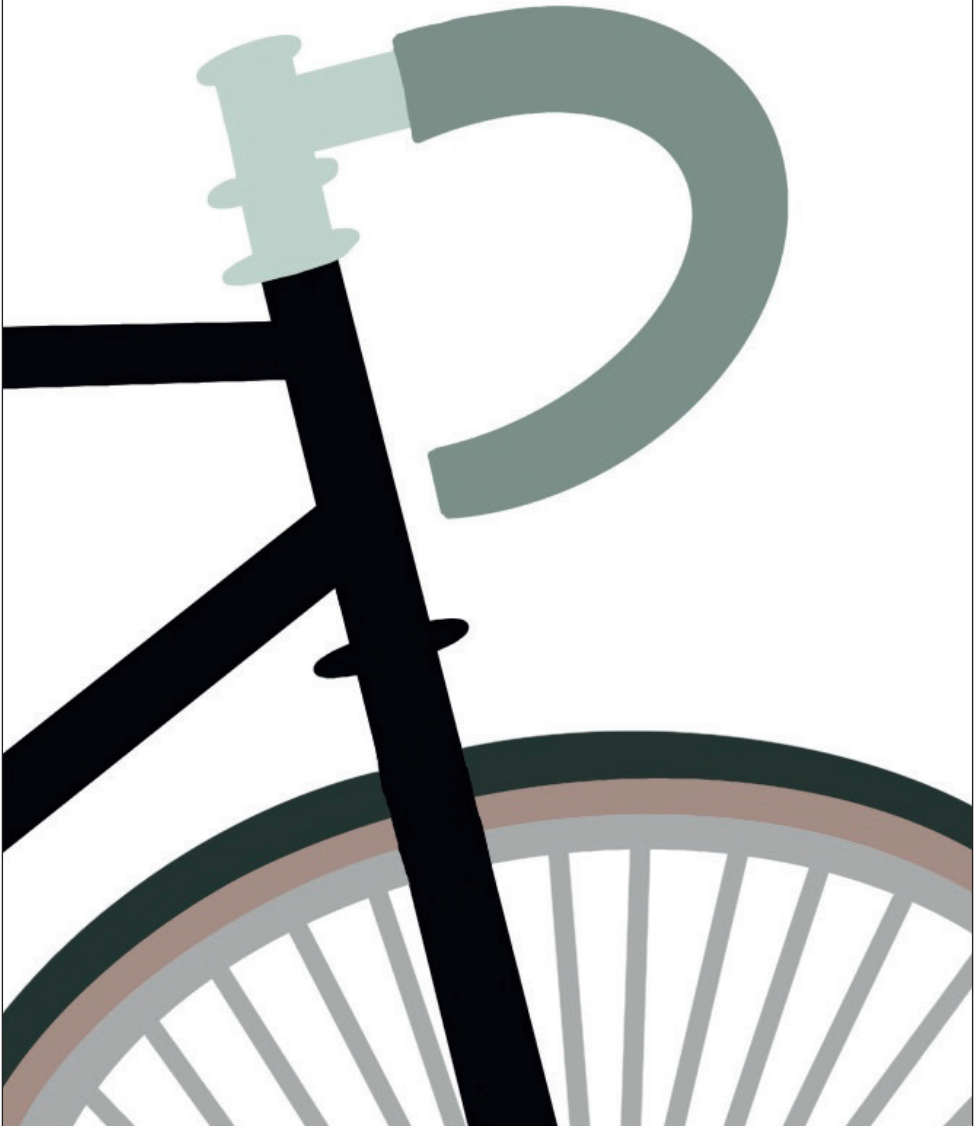
Der Lauf ist oft mit der Aussage verbunden: Das ist wie im Urlaub!

**Detlef Enigk**



Gemeinsames Frühstück im Café Extrablatt

**50plus-Radler waren unterwegs...**



## 50plus-Radeltour: Über den Entenfang ins Angertal

Am 24.03., noch vor Ostern, führte uns die Tour über den Entenfang ins Angertal. Bereits beim ersten Zwischenstopp der Tour, beim Bauern Brahm in Kettwig, wurden wir von einem Hallali der Jägerschaft empfangen.

Weiter ging es durch Wälder und Felder zum Entenfang. Im Angertal an der Angermühle konnten wir uns bei guten Wetter im Biergarten stärken.

Der Heimweg war beschwerlicher als gedacht, da eine Straßensperrung zum Umweg mit einer 14%igen Steigung und Schotterbelag führte. Dieser und eine kleine eingefügte Crossstrecke wurden jedoch von allen Mitfahrenden gut bewältigt.

**Jörg Ziemer**



## 50plus-Radeltour "Duisburger Hafen und Ruhrmündung ab Schloss Borbeck"

Am Dienstag, dem 7. Mai 2024, trafen sich zwölf Radler\*innen zur Tour in Richtung Duisburger Hafen. Gestartet sind wir am Schloss Borbeck.

Zwischen Emscher und Rhein-Herne-Kanal ging es vorbei an Oberhausens „Neue Mitte“ und dem Gasometer. In Duisburg Marxloh erreichten wir den Rhein. Am Rheindamm entlang begleitete uns links die Duisburger Großindustrie und rechts der Schiffsverkehr auf dem Rhein. Vorbei an Beeckerwerth, Ruhrort und Essenberg überquerten wir zweimal den Rhein und gelangten in das Duisburger Hafengelände und zur Ruhrmündung. Im Duisburger Innenhafen hatten wir dann unsere „Einkehr“.

Vorbei an zahlreichen Eisenbahnbrücken entlang der Ruhr erreichten wir nach 65 Kilometern ohne „Bergwertungen“ gegen 17:00 Uhr unser Ziel „Schloss Borbeck“.

Alle Mitfahrer\*innen freuen sich auf die nächsten TVE-Touren!

**Jürgen Bickert**



**Bäckerei • Konditorei • Café**

<b>Café Ruhrblick</b>	Überruhrstraße 465 . 45277 Essen Tel.: 0201 / 58 74 83 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.00 - 18.30 Sa. 6.00 - 14.00 So. 8.00 - 18.00
	Alte Hauptstraße 16 . 45289 Essen Tel.: 0201 / 5 76 96 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.30 - 13.00 u. 15.00 - 18.00 Sa. 5.30 - 13.00 So. 7.30 - 11.00 Internet: <a href="http://www.cafe-ruhrblick.de">www.cafe-ruhrblick.de</a>

In unserer Filiale jetzt auch mit erlesenen spanischen Weinen und Delikatessen!



Rheinorange - Skulptur an der Mündung der Ruhr in den Rhein

## 50plus-Radeltour mit 600 Höhenmetern auf 55 Kilometern



Am 22. Mai starteten wir wieder einmal „heimatnah“ vom AKTIV PUNKT zu einer großen Runde durch die Natur. Der Mai zeigte sich mit Aprilwetter, was auch zu einigen Absagen führte; wir aber waren gut gelaunt und ausgerüstet, so dass uns 30 Minuten Regen nicht nervös machten.

Über Dilldorf ging es einmal quer durch den Waldweg im Hespertal nach Velbert-Langenhorst. Wir folgten dem Rinderbach durch viel Natur zum Abtskücher Teich (gebaut um 1930, damals Schönungsteich, heute Hochwasserrückhaltebecken) und dem Haus

Hetterscheidt. Über Isenbügel ging es Richtung Kettwig und dann zum Essen in den Wasserbahnhof Mintard.

Die Rückfahrt führte über die Pierburg, Schuir, Bredeney und am Halbach Hammer vorbei zur Grugatrasse etwa in Höhe der Margarethenhöhe. Von dort ging es dann nach 600 sehr abwechslungsreichen Höhenmetern auf 55 Kilometern und mit Sonne von oben entspannt zurück nach Burgaltendorf.

**Berthold Mutschmann**



Die Gruppe, die sich auch von 600 zu bewältigenden Höhenmetern nicht schrecken ließ

## 50plus-Radeltour: Ein zweitägiger Kurzurlaub im Naturpark Schwalm-Nette

Die landschaftlich schönsten Teile des Niederrheins findet man wohl im Naturpark Schwalm-Nette. In dieser Region hatten sich elf Radler und Radlerinnen am 01.06.2024 zu einer zweitägigen Tour getroffen.

Das zu Beginn nicht gerade freundliche Wetter sorgte dafür, dass sich relativ wenig andere Touristen die Radwege mit uns teilen wollten.

Von Wachtendonk aus starteten wir entlang der Niers, um die Naturschönheiten der abwechslungsreichen Landschaft zu erkunden. Große Niederschlagsmengen aus den Tagen vor unserer Tour hatten die Radwege auf längeren Abschnitten unter Wasser gesetzt. Fahrkünste und entsprechende Lockerheit waren erforderlich, um mit trockenen Füßen diese schwierigen Passagen zu überstehen.

Nach einer kurzen Einkehr erreichten wir bald ein besonderes Naturerlebnisgebiet: das Galgenvenn mit dem Grenzwald zu den Niederlanden. Die Radwege führten durch Kiefer- und Laubwälder, vorbei an Tümpeln und offenen Moor- und Heideflächen.

75 km hatten wir geschafft, als wir unser

Hotel in Waldriel erreichten. Das gemeinsame Abendessen haben alle sehr genossen.

Gut erholt starteten wir in den zweiten Tag. Gleich zu Beginn fuhren wir das Highlight des Tages an. Es war die Sequioafarm in Kaldenkirchen: Ein vier ha großer Park mit Mammutbäumen und 600 verschiedenen weiteren Gehölzen. Endlich setzte sich jetzt mehr und mehr die Sonne durch!

An beiden Tagen unserer Rundstrecke passierten wir historische Wassermühlen, ehemalige Klöster, geschichtsträchtige Herrenhäuser und Burgen. Die historischen Ortskerne von Wachtendonk, Brügggen und Kempen faszinierten mit ihrem Charme. Die Altstadt von Kempen besticht zudem mit alten Fachwerkbauten und Patrizierhäusern und gilt als eine der schönsten Städte am Niederrhein.

Im Einklang mit uns und der Natur kehrten wir wohlbehalten zu unserem Ausgangspunkt zurück. Auch diese 50plus-Radeltour ist bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern gut angekommen.

**Gunnar Trittel**



Die sportliche Radeltruppe



Blick auf die Schwalm mit Brüggener Mühle



*Genuss in  
Burgaltendorf*

**REWE STILLEKE**



**REWE Stilleke • Dumberger Str. 2 • 45289 Essen**



## 50plus-Radeltour mit Einkehr: Zwei Länder per Rad an einem Tag

Zum vierten Mal zog es am 29.06.2024 eine 50plus-Radlergruppe an die niederländische Maas. Dieses Mal starteten wir bei schönstem Radelwetter südlich von Roermond in Herten und setzten gleich zu Beginn auf die hier landschaftlich interessantere andere Flussseite über.

In Richtung Süden ging es dann nach Maasbracht, das sich bis heute zum zweitgrößten Binnenhafen der Niederlande entwickelt hat. Der Zufall wollte es, dass genau am Tag unserer Radtour die Maasbrachter Hafentage 2024 stattfanden. So flanieren wir über einen mehr als ein Kilometer langen, illustren Markt entlang des Hafens mit Blick auf viele teils außergewöhnliche Schiffe mit liebevoll gestaltetem Festschmuck.

Die Maas wird von Roermond bis Maastricht für große Schiffe als Kanal geführt (Julianakanal), und so konnten wir immer wieder sowohl ausgedehnte touristische Wassersportflächen als auch Schleusenbauwerke etc. erleben.

Südlichster Punkt unserer Tour war die belgische Stadt Maaseick mit ihren wunderschönen Renaissance-Häusern am Marktplatz. Zurück in die Niederlande ging es dann in Richtung Norden nach Wessum, dem Ort unserer Einkehr. Nach der Stärkung führte uns der Weg noch einmal durch das Zentrum von Roermond und schließlich nach fast 70 km zurück zum Ausgangspunkt der Tour.

Es war eine schöne Runde mit netten Teilnehmern\*innen auf perfekt ausgebauten und beschilderten Radwegen.

**Georg Hedwig**



Schleuse am Julianakanal

## 50plus-Radeltour: 82 km mit 803 Höhenmetern mit Bravour gemeistert



Nachdem der 1. Anlauf ins Neandertal aufgrund der Wettervorhersage scheiterte, hatten wir am 28.07. eine tolle Radtour bei bestem Wetter.

Die Streckenlänge von 82 km mit 803 Höhenmetern wurde von allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen mit Bravour gemeistert. Die Radtour führte durch das schöne Düsseldorf, vorbei am Neandertalmuseum bis zur Pausenstation in Hubbelrath. Hier konnten wir uns ausgiebig im Biergarten des Kaiserhofes stärken, um auch den Rest des Weges noch zu schaffen. Kurz vor dem Zieleinlauf wurde noch ein „Eisstopp“ in Werden eingelegt.

Zufrieden und wohlgeclaut hatten wir uns dann die Dusche zu Hause verdient.

**Jörg und Petra Ziemer**



Frisch gestärkt mit leckerem Eis ging es auf die letzte Etappe

**GARTEN & MOTORGERÄTE**  
**THEO LELGEMANN**  
STIHL MOTORSÄGEN & FREISCHNEIDER

Worringstraße 250  
45289 Essen-Burgaltendorf  
Tel.: 0201 / 57 94 67  
Fax: 0201 / 57 29 55

[www.theo-lelgemann.de](http://www.theo-lelgemann.de)

**SABO** Verkauf & Service  
SABO Vertragshändler



## 50plus-Radeltour: Ehrenrunde für Oliver Zeidler zur Regattabahn Duisburg

Zu Ehren unseres Goldmedaillengewinners vom Vortag machten wir am 04.08.2024 bei idealem Fahrradwetter eine 68 km lange Tour zur 2000 m langen Regattabahn in Duisburg-Wedau.

Über die Gruga-Radtrasse und sehr abwechslungsreiche Waldabschnitte sowie durch wunderbare Villengegenden Mülheims führen wir gut gelaunt bis zur Regattastrecke. Diese wurde dann im Olympiatempo (6:38 Minuten) abgefahren und schon erreichten wir unser

italienisches Restaurant, direkt am Bertasee und am MSV Stadion gelegen. Zurück verflóg wieder die Zeit, und ehe wir uns versahen, erreichten wir über die Radautobahn RS1 Mülheim und die Gruga.

Zur Belohnung gab es abschließend noch ein leckeres Eis bei Kemmerling in Steele.

Ein wunderbarer Tag; nun schnell zurück auf die Couch und Olympia schauen!

**Gunnar Trittel**



Am Starturm der Regattabahn

---

## Neue 50plus-Radeltouren mit Einkehr

### **Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit, Spaß, gemütliches Radeln ohne hohe Leistungsansprüche**

---

Mit Ausnahme der Wintermonate Dezember und Januar findet in jedem Monat mindestens eine geleitete Radeltour an unterschiedlichen Wochentagen und zu unterschiedlichen Zeiten statt. Unterwegs gibt es einen Boxenstopp in einer Gaststätte bzw. in einem Biergarten, damit die Geselligkeit nicht zu kurz kommt. Dieses Freizeitangebot richtet sich an TVE-Mitglieder ab ca. 50 Jahren. Nichtmitglieder dürfen ein oder zwei Touren mitfahren, um das Radeltourangebot des Vereins kennenzulernen. Durch die Mitgliedschaft ist die Teilnahme an vielen Sportangeboten ohne weitere Kosten möglich. (Der Mitgliedsbeitrag beträgt 7,25 €/Monat, für Paare 12,50 €.)

#### **Leistungsbeanspruchung**

Die Radeltouren weisen unterschiedliche Merkmale auf (Streckenlänge, Schwierigkeit der Strecke, Leistungsanspruch) auf. Diese werden in der Regel bei den Tour-Informationen angegeben.

#### **Equipment**

Radtypen: keine Einschränkungen.

Es besteht aus Verantwortung Ihnen gegenüber HELMPFLICHT!

#### **Schlechtwetter-Regelung**

Bei schlechtem Wetter entscheidet der/die Tourleiter/-in drei Stunden vor der Treffzeit, ob gefahren wird.

#### **Anmeldung**

Die Teilnehmer/-innen müssen sich bis spätestens drei Tage vor dem Tourdatum anmelden (Siehe roter Anmelde-Button oben auf der Webseite!). Wer sich nicht über das Internet anmelden will, kann sich über das TVE-Büro (0201/570397) in die Datenbank eintragen lassen oder eine eMail an [sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de) schreiben. Es können aus Gründen der Praktikabilität (Verkehr, Gaststättenbesuch,...) max. 12 Radler\*innen mitfahren! Auf eine Anmeldebestätigung verzichten wir.

#### **Nichtteilnahme/Absage**

Wenn Angemeldete nicht teilnehmen können, bitten wir um umgehende Info, damit ggf. ein Nachrücken ermöglicht werden kann.

# September

## Tour B / 2024

### Auenland - Den Rhein erfahren

**Termin:** Sonntag, 22.09.2024  
(Ausweichtermin: Sonntag, 29.09.2024)

#### **Treffzeit und -punkt:**

10:30 Uhr, Parkplatz LVR-Niederrheinmuseum, An der Zitadelle 14,  
46483 Wesel

#### **Streckenbeschreibung:**

Die Rundtour führt uns von Wesel auf der linken Rheinseite nach Süden. Am Stadtrand von Rheinberg vorbei gelangen wir nach Orsoy zur Rheinfähre. Nach einer kurzen Überfahrt (Kosten 2,50 Euro) geht es am Ostufer durch kleine Ortschaften und weite Felder wieder gen Norden. Dabei streifen wir auch das renaturierte Lippe-Mündungsdelta.

**Schwierigkeitsgrad:** Flache Runde mit 140 Höhenmetern auf befestigten Wegen, anfällig für Gegenwind

**Streckenlänge:** ca. 55 km

**Einkehr:** Walsumer Brauhaus Urfels, Römerstrasse 109, 47179 Walsum  
Max. Teilnehmer\*innenzahl: 12

**Anmeldung:** [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) -> Freizeitaktivitäten -> 50plus Radeltouren -> roter Anmeldebutton auf der Seite

**Rückankunft:** ca. 16:00 Uhr in Wesel

**Tourleiter:** Berthold Mutschmann ([b.mutschmann@t-online.de](mailto:b.mutschmann@t-online.de))  
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0173/2937793



# Oktober

Tour A / 2024

## Tour zum Bergerhof (Elfringhauser Schweiz)



**Termin:** Donnerstag, 10.10.2024  
(Ausweichtermin: Dienstag, 15.10.2024)

**Treffzeit und -punkt:**  
10:00 Uhr AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen

**Streckenbeschreibung:**  
Hinfahrt: Ruhrtalradweg Richtung Hattingen, Bahntrasse Kohlenbahn, auf Nebenstraßen zum Bergerhof; Einkehr  
Rückfahrt: auf Nebenstraßen zum Wodantal (ggf. Felderbachtal), Nierenhof, Deilbachradweg, Kupferdreh, Burgaltendorf

**Streckenlänge:** ca. 45 km

**Einkehr:** Bergerhof, Berger Weg 8, 45527 Hattingen

**Anmeldung:** [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) -> Freizeitaktivitäten -> 50plus Radel Touren -> roter Anmeldebutton auf der Seite

**Rückankunft:** ca. 15:30 Uhr

**Tourleiter:** Georg Hedwig ([georg.hedwig@hedwig-hattingen.de](mailto:georg.hedwig@hedwig-hattingen.de))  
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0178-5452153

# Oktober

## Tour B / 2024

### Wülfrath-Aprath

**Termin:** Mittwoch, 30.10.2024  
(Ausweichtermin: ??)

#### **Treffzeit und -punkt:**

9:45 Uhr am Bahnhof Überrauch-Holthausen, 10 Uhr mit S9 nach Wülfrath-Aprath (bitte Bahn-Card nutzen oder Ticket kaufen)

#### **Streckenbeschreibung:**

Bhf Wülfrath-Aprath - Niederfeldebahn/Panoramaweg Richtung Kettwig - an der Ruhr entlang zum Lokal "12 Apostel" - am Baldeneysee entlang durch die Heisinger Auen und Steele zum Alten Bahnhof Burgaltendorf

**Streckenlänge:** ca. 55 km

**Einkehr:** Restaurant 12 Apostel, Ruhrtalstr. 111, Essen-Kettwig

**Anmeldung:** [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) -> Freizeitaktivitäten -> 50plus Radel Touren -> roter Anmeldebutton auf der Seite

**Rückankunft:** ??

**Tourleiter:** Michael Stricker ([michael@stricker-essen.de](mailto:michael@stricker-essen.de))  
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0152-29515108





60plus war on Tour...



## 60plus-Besuch des "Garten Picker": Ein Nachmittag für Herz und Seele

---



Blickwinkel im Garten Picker

---

Bei herrlichem Wetter fuhren 33 Teilnehmer\*innen mit dem Bus nach Borken. Dort angekommen, begrüßte uns Herr Picker und startete die Führung.

Auf 3000 qm empfing uns ein Areal mit über 23 Pflanzensorten. Unzählige Gartenräume mit Sitzplätzen und besonderen Dekorationen erwarteten uns. Viele interessante Fragen wurden beantwortet und Herr Picker gab uns eine Menge Tipps mit auf den Weg.

Nach der Führung war für uns die Kaffeetafel gedeckt. Bei Kaffee und Tee und köstlichem Kuchen konnte man alles noch einmal Revue passieren lassen.

Es war auch noch Zeit und Gelegenheit da, die ein oder andere Pflanze bzw. Dekoration zu erstehen.

Fazit: Es war ein Nachmittag fernab vom Trubel des Alltags für Herz und Seele.

**Dorothee Virnich**

## 60plus-Besichtigung des Flughafen Mülheim: Ein interessanter, informativer Tag

Am 22.06.2024 trafen wir uns um 11:00 Uhr am Flughafen Mülheim zu unserer Führung.

Wir wurden von sehr freundlichen, engagierten Mitarbeitern in Empfang genommen. Zuerst ging es in einen Hangar, in dem Privatmaschinen standen. Dort gab es interessante Informationen zum Flughafen und zur Bedeutung des Flughafens in der Region.

Anschließend ging es zum Highlight des Tages, der neuen Zeppelinhalle! Beim Bau der neuen Halle ist vor allen Dingen auf Nachhaltigkeit geachtet worden. Sie ist komplett aus Holz (557 Tonnen Fichte) gebaut, dass in 400 Sekunden in deutschen Wäldern nachwächst. Holz auch deshalb, weil es schlechter brennt als Stahl. Jedes Tor hat ein Gewicht von 72 Tonnen. Der Bodenbelag der Halle besteht aus bereits genutzten Betonplatten.



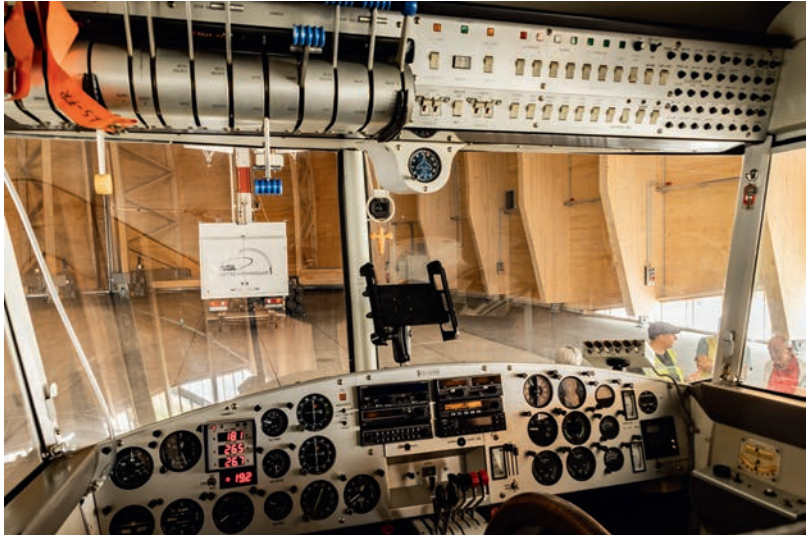
Flughaf



In der neuen Luftschiff-Halle



Flughafen Mülheim / Tower



Im Cockpit des stillgelegten Luftschiffs "Theo"



Auf geht's zur rasanten Fahrt über die Start-/Landebahn

In der Halle haben wir „Theo“, das alte Luftschiff, vorgefunden. Theo ist jetzt in Rente und wird nie mehr fliegen. Jeder konnte mal in die Gondel hineinklettern. Leider war der neue Zeppelin, bedingt durch das schlechte Wetter, nicht pünktlich nach Mülheim zurückgekehrt.

Nun ging es in kleinen Gruppen mit einem „Follow-ME“-Auto über die Start- und Landebahn. Flughafen-Feuerwehr und Tower standen als nächstes auf unserer Führung. Nach all den vielen Daten und Zahlen wartete das Restaurant „Check-In“ auf uns. Dort konnten wir bei einer Stärkung den Tag Revue passieren lassen.

Fazit: es war ein sehr interessanter, informativer Tag, auch Dank der Mitarbeiter der WDL, die alles so spannend dargestellt haben.

**Dorothee Virnich**

- Anzeige -

# MUSIK LEBEN

www.musiklebenlokal.de | Überehrstraße 467, 45289 Essen

Träumst Du davon, deine Lieblingssongs mühelos auf der Gitarre zu spielen? Und das am besten mit Gleichgesinnten in einer Kleingruppe, deren Dynamik und Motivation einfach ansteckend sind?

Egal, ob du Anfänger oder Fortgeschrittener, 39 oder 69 Jahre alt bist, wir finden gemeinsam das passende Coaching-Format für dich.

Lerne & spiele Lieblingslieder aus den Bereichen Rock & Pop schnell & unkompliziert in lockerer Atmosphäre und profitiere von einer coolen Gruppendynamik oder auch vom Einzelcoaching in einer der schönsten Aussichts-Locations Essens.

Vereinbare  
deine  
Probestunde  
unter Tel.:  
0178 69 199 12  
und werde Teil  
der MUSIK  
LEBEN  
Community.

Der beste  
Zeitpunkt zu  
starten, ist  
jetzt!



## 60plus: Neue Touren

# 60plus Besichtigung der Obstkellerei van Nahmen in Hamminkeln am 08.10.2024

Eine familiengeführte Privatkellerei im Westmünsterland wird am 08.10.2024 das Ziel unserer Busfahrt sein.

Das Unternehmen wurde 1917 als Rheinische Apfelkrautfabrik gegründet. In den 30er Jahren entschied sich Wilhelm van Nahmen zur Produktion von Apfelsaft. Auch in der 4. Generation und damit 100 Jahre später, hält dieses familiengeführte Unternehmen an bewährter handwerklicher Mostertradition fest und keltert alle heimischen Früchte selbst.

In der Erntezeit zwischen September und November kommen die gepflückten Äpfel von den Streuobstwiesen am Niederrhein und im Münsterland direkt in diesen Betrieb. Nicht nur die Landwirte aus der Region, sondern auch viele Privatpersonen lassen hier ihre Äpfel zu leckeren Säften verarbeiten.

Mehr als 30 Direktsäfte und Nektare aus der Region werden hier produziert. Sortenreine Säfte, Apfelsaft von Streuobstwiesen, Holunderbeersaft, Heidelbeersaft, Aronjasaft, Rhabarbernektar, Sauerkirschnektar, Birnensaft, Schwarzer Johannisbeernektar oder Quittennektar sind nur eine kleine Auswahl.

Wie aus den Früchten im Mostverfahren sortenreiner Saft gewonnen wird und wie dieser in die Flaschen gelangt, wird bei der Betriebsführung gezeigt. Und weil alle Theorie nichts ohne Praxis ist, endet die Besichtigungstour mit der Verkostung der verschiedenen Obstsäfte und alkoholfreien Frucht-Seccos in gemütlicher Runde. Alle Produkte werden im Hofladen angeboten.

### Programmablauf

08:15 Uhr Treffen am Busbahnhof Burgaltendorf

08:30 Uhr Busfahrt nach Hamminkeln

10:30 Uhr Beginn der Betriebsführung

13:30 Uhr Fahrt zu einem Gasthof im Raum Hamminkeln/Wesel

ca. 15:30 Uhr Rückfahrt nach Burgaltendorf

ca. 17:00 Uhr Rückankunft Burgaltendorf

### Anmeldemöglichkeiten:

- Im TVE-Büro (Formular)
- vorzugsweise auf der Homepage: [tve-burgaltendorf.de](http://tve-burgaltendorf.de) > Freizeitaktivitäten > 60plus-Freizeitaktivitäten: Roten Button anklicken
- per eMail ([sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de)) oder
- online über die App (Anmeldungen und Anträge)

**Anmeldeschluss:** 24.09.2024

**Max. Teilnehmerzahl:** 25 Personen

### Teilnehmereigenleistung:

für Busfahrt, Führung und Verkostung:

41,50 € für Mitglieder; 43,50 € für Nichtmitglieder

Die Kosten fürs Mittagessen sind von allen Teilnehmenden direkt zu tragen.

### Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss:

25 €

### Projektleitung:

Gunnar Triffel (Tel. 0177 3845 856)

Dorothee Virnich (Tel. 0177 7845 593)

## 60plus: Neue Touren

## 60plus-Wanderung mit Grünkohlessen am 12.11.2024

Die Wanderung beginnt wieder ab der Hundebrücke in Essen Kupferdreh um 11:30 Uhr. Der Weg führt uns durch Vossnacken, den Berg hinauf und quer durch Wälder und Wiesen am Windrad vorbei, über den Hopscheider Berg zur Wilhelmshöhe, Nierenhofer Straße 149, Velbert.

Anschließend werden wir vom Wirt der Wilhelmshöhe herzlich gegen 12:30 bis 13:00 Uhr empfangen werden.

Nachdem sich alle mit Grünkohl, Kassler, Speck und Würstchen gestärkt haben, beginnen wir wieder den Abstieg zur Kraftwerksschule bzw. Hundebrücke.

Von der Haltestelle Kraftwerksschule können die Busfahrer\*innen mit der Linie 153 zum Bahnhof Kupferdreh fahren und danach mit der Linie 180 zurück nach Burgaltendorf zur Burgruine. Die Autofahrer\*innen gehen noch etwas weiter zur Hundebrücke zurück.

### Programmablauf:

11:30 Uhr Treffen an der Hundebrücke Kupferdreh (Fahrt dorthin in Eigenregie)

**Autofahrer\*innen:** Parken im hinteren Bereich von Aldi möglich

**Busfahrer\*innen:** ab Burgruine Linie 180 um 10:27 Uhr Steig 4 bis Bahnhof Kupferdreh, weiter Steig 1 Linie 153, 10:53 Uhr bis Kraftwerksschule, danach Fußmarsch zur Hundebrücke.

**Wanderung:** hin ca. 70 Min., zurück ca. 50 Min.

ab 12.30 Uhr: Grünkohlessen

### Anmeldemöglichkeiten:

- vorzugsweise über die roten Anmeldebuttons oben auf der Webseite, alternativ:
- Im TVE-Büro (Formular)
- per eMail ([sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de))
- online über die App (Anmeldungen und Anträge) oder
- über die Homepage ([www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

### Bitte bei der Anmeldung angeben:

"Schnitzel", wer statt Grünkohlessen Schnitzel essen möchte,

"Nichtwanderer", wer nicht wandert und direkt zur Wilhelmshöhe kommt

**Anmeldeschluss:** 06.11.2024

**Max. Teilnehmerzahl:** 40 Personen

### Teilnehmereigenleistung:

**Mitglieder:** keine; die Kosten für Bus- bzw. Autofahrt sowie Grünkohlessen trägt jeder direkt.

**Nichtmitglieder:** 5,00 €; die Kosten für Bus- bzw. Autofahrt sowie Grünkohlessen trägt jeder direkt.

**Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss:**

4,00 €

### Projektleitung:

Hans Busch (Tel. 0157 58476714)

## 60plus: Neue Touren

## 60plus-Besuch des Weihnachtsmarkts Schloss Merode am 11.12.2024

Nach längerer Zeit wollen wir mal wieder Schloss Merode besuchen. Das Schloss Merode stammt aus dem 12. Jahrhundert. Es befindet sich bis heute im Besitz der Fürsten von Merode und gilt als eines der schönsten Wasserschlösser des Rheinlands.

Der Weihnachtsmarkt spiegelt die romantische Atmosphäre mit natürlichen Dekomaterialien, warmem Licht und ausgewählter Musik wider. Jeden Abend erscheint das Christkind am Schlossfenster und singt mit den Gästen. Im „Almdorf“ wird für das leibliche Wohl gesorgt. Ob Kaffee und Kuchen oder herzhaftes Schmankerln, für alle ist gesorgt.

### Programmablauf:

13:30 Uhr: Treffpunkt Busbahnhof Burgaltendorf  
nach Ankunft: Aufenthalt auf dem Weihnachtsmarkt

19:00 Uhr: Rückfahrt nach Burgaltendorf

### Anmeldemöglichkeiten:

- vorzugsweise über die roten Anmeldebuttons oben auf der Seite, alternativ;
- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail ([sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de))
- online über die App (Anmeldungen und Anträge) oder
- über die Homepage ([www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

**Anmeldeschluss:** 11.11.2024

**Max. Teilnehmerzahl:** 50 Personen

### Teilnehmereigenleistung:

(abhängig von der Teilnehmerzahl)

z.B. bei 50 Teilnehmer\*innen:

26,00 € Mitglieder/30,00 € Nichtmitglieder

z.B. bei 40 Teilnehmer\*innen:

30,00 € Mitglieder/33,00 € Nichtmitglieder

### Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss:

Identisch mit den Teilnehmereigenleistungen

### Projektleitung:

Dorothee Virnich (Tel. 01 77 7845593)



## Voilà, das TVE-Sportangebot der Vereinsgruppen:

05.08.2024

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sporthalle	W.-Tag	Uhrzeit	Organ-Nr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
<b>202 *Turnen, Spiel &amp; Schwimm, f. Kinder*</b>							
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holleyer Str.	5*fr.	15:00 - 16:00	20201	Kernebeck, U.
+ Wassergewinnung	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holleyer Str.	5*fr.	16:00 - 17:00	20202	Kernebeck, U.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holleyer Str.	1*mo.	16:00 - 17:15	20203	Kernebeck, U.
+ Wassergewinnung	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holleyer Str.	1*mo.	17:15 - 18:15	20204	Kernebeck, U.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Loh	4*do.	16:00 - 17:00	20205	Rösner, E.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Loh	4*do.	17:00 - 18:00	20206	Rösner, E.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Th Holleyer Str.	2*di.	16:00 - 17:00	20207	Röttger, A.
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	1. - 4. Schuljahr	Bad Holleyer Str.	2*di.	17:00 - 18:00	20208	Röttger, A.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Th Holleyer Str.	2*di.	17:00 - 18:00	20209	Schwarze, M.
Geräturnen	Jungen u. Mädchen	Vorschulj - 4. Schulj.	Sh Auf dem Loh	2*di.	17:00 - 18:30	20220	Kernebeck, U.
<b>203 *Leistungs- und Rhönradturnen*</b>							
Leistungsturnen Gr. 1	weibl. Mitgl.	ab 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo.	18:30 - 20:15	20301	Zedler, D.
Leistungsturnen Gr. 2	weibl. Mitgl.	ab 5 J., Anfänglerinne	Sh Auf dem Loh	2*di.	15:45 - 17:30	20302	Durrm, S.
Leistungsturnen Gr. 3 Fortges. weibl. Mitgl.	ab 12 J.		Sh Auf dem Loh	2*di.	16:30 - 18:30	20303	Zedler, D.
Leistungsturnen Gr. 4 Fortges. weibl. Mitgl.	ab 12 J.		Sh Auf dem Loh	4*do.	16:30 - 18:30	20304	Zedler, D.
Rhönradturnen A	männl. + weibl. Anfä	ab Körpergröße 130 c	Sh Auf dem Loh	4*do.	18:30 - 20:00	20309	Schönmeier, M.
Rhönradturnen B	männl. + weibl. Fortg	ab Körpergröße 130 c	Sh Auf dem Loh	4*do.	20:00 - 21:15	20310	Schönmeier, M.
Rhönradturnen	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh	1*mo.	18:30 - 20:15	20311	(ohne Leitung)
Rhönradturnen	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh	4*do.	21:00 - 21:45	20312	(ohne Leitung)
<b>204 *Tischtennis*</b>							
Tischtennis	Frauen & Männer		Th Holleyer Str.	2*di.	18:30 - 22:00	20401	(ohne Leitung)
Tischtennis (Winter ab 20 h)	Frauen & Männer		Th Holleyer Str.	4*do.	18:30 - 22:00	20402	(ohne Leitung)
<b>205 *Tanz*</b>							
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	5 - 7 Jahre	AKTIV PUNKT	5*fr.	15:00 - 16:00	205A	Stobba, M.
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	8 - 10 Jahre	AKTIV PUNKT	5*fr.	16:00 - 17:00	205B	Stobba, M.
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	ab 11 Jahre	AKTIV PUNKT	5*fr.	17:00 - 18:00	205C	Stobba, M.
<b>206 *Ethern/ Kind-Turnen</b>							
Eltern/ Kind-Turnen Gr. L	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo.	16:00 - 17:00	206L	Schrade, H.
Eltern/ Kind-Turnen Gr. M	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo.	17:00 - 18:00	206M	Schrade, H.
Eltern/ Kind-Turnen Gr. N	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	3*mi.	16:00 - 17:00	206N	Schrade, H.
Eltern/ Kind-Turnen Gr. P	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	3*mi.	17:00 - 18:00	206P	Schrade, H.
Eltern/ Kind-Turnen Gr. R	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	5*fr.	15:30 - 16:30	206R	Schrade, H.
Eltern/ Kind-Turnen Gr. S	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	5*fr.	16:30 - 17:30	206S	Schrade, H.
<b>207 *Basketball*</b>							
Basketball	Junge Leute	ab 16 Jahre	Sh auf dem Loh	3*mi.	18:00 - 20:00	20701	Schulze, Ch.
<b>208 *Judo*</b>							
Judo Gr. 1	männl. + weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holleyer Str.	3*mi.	16:00 - 17:30	20801	Weirh
Judo Gr. 2	männl. + weibl. Mitgl.	ab 10 J.S., Schulj.	Th Holleyer Str.	3*mi.	17:30 - 19:00	20802	Weirh
Judo und Fitness (Gr. 3)	männl. + weibl. Mitgl.	dit. Jugendl. + Vollj.	Th Holleyer Str.	3*mi.	19:00 - 20:30	20803	Weirh

Schwarze, A.  
Schwarze, A.  
Rösner, E.  
Rösner, E.  
GESUCHT!  
GESUCHT!

Stepping  
Weierstahl  
Zedler, J.  
Durrm  
Durrm  
Quick  
Quick



Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag Uhrzeit	Orga.Nr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)	
Judo Gr. 4	männl.+weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr. 16:00 - 17:30	20804	Werth	
Judo Gr. 5	männl.+weibl. Mitgl.	ab 10 J./ca5. Schull.	Th Holteyer Str.	5*fr. 17:30 - 19:00	20805	Werth	
Judo und Fitness (Gr. 6)	männl.+weibl. Mitgl.	ält. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.	5*fr. 19:00 - 20:15	20806	Werth	
<b>209 "Badminton"</b>							
Badminton	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	2*di. 18:30 - 20:00	20901	Olowski, N.	
Badminton	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	5*fr. 17:00 - 20:00	20903	Olowski, N.	
Badminton (ohne Trainer*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	2*di. 20:00 - 21:45	20910	(ohne Leitung)	
Badminton (ohne Trainer*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	5*fr. 20:00 - 21:45	20911	(ohne Leitung)	
<b>213 "Ballspiel"</b>							
Ballspiel	Jungen	18 - 25 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo. 20:15 - 21:45	21301	Neumann	
Ballspiel	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	4*do. 19:30 - 20:45	21306	Wehmeyer	
<b>214 "Rad-Sport"</b>							
Sportl. Rad-tourenfahrten	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	4*do. 18:30 - 20:30	21401	Spengler, E.	
<b>215 "Laufsport und Leichtathletik"</b>							
(Nordic)Walking, Termin A	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	2*di. 18:15 - 19:30	215A	Spengler, Gg.	
Laufen, Termin D	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossensch	6*sa. 10:00 - 11:00	215D	Spengler, Gg.	
Laufen, Termin E	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	3*mi. 17:00 - 18:00	215E	Wriede, N.	
(Nordic)Walking, Termin F	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	4*do. 17:15 - 18:30	215F	Spengler, Gg.	
(Nordic)Walking, Termin G	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	3*mi. 09:30 - 10:45	215G	Engel, D.	
<b>216 "Fitnesstraining für Männer"</b>							
Fitnessstraining & Spiel	Männer	50plus	Th Holteyer Str.	5*fr. 20:15 - 21:45	21602	Kolligs	
Fit durch's Jahr Männer	Männer	40plus	Sh Auf dem Loh	1*mo. 20:15 - 21:15	21603	Hartstock	
<b>217 "Fitnessstraining für Frauen"</b>							
Fit durch's Jahr, Gr. E	Frauen		Sh Auf dem Loh	1*mo. 18:45 - 20:15	217E	Engig, E.	
Fit durch's Jahr, Gr. G	Frauen		Th Holteyer Str.	1*mo. 17:15 - 18:45	217G	Grand	
Fit durch's Jahr, Gr. M	Frauen		Sh Auf dem Loh	4*do. 18:00 - 19:30	217M	Höpfen	
<b>218 "Gymnastik &amp; Spiel 60plus"</b>							
Gymnastik D	Frauen	60plus	AKTIV PUNKT:Korn	4*do. 14:45 - 15:45	21801	Stößberg	
Gymnastik E	Frauen	60plus	Th Holteyer Str.	4*do. 16:15 - 17:30	21802	Stößberg	
Gymnastik & Spiel F	Männer	60plus	Th Holteyer Str.	1*mo. 18:45 - 20:15	21810	Kolligs	
Aktiv im Gehen, Stehen, Sitze	Männer u. Frauen	75plus	AKTIV PUNKT:Sport	4*do. 15:30 - 16:30	21812	Zimmermann, B.	
Fit im vierten Viertel	Männer u. Frauen	75plus	AKTIV PUNKT:Sport	2*di. 16:00 - 17:00	21830	Spengler, M.	
Wassergymnastik A	Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	4*do. 16:30 - 17:15	218A	Krieg	
Wassergymnastik B	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	1*mo. 18:30 - 19:15	218B	Krieg	
Wassergymnastik C	Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	4*do. 17:45 - 18:30	218C	Kick	
Wassergymnastik D*	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	5*fr. 18:00 - 18:45	218D	Kick	
<b>219 "REHA-Sport"</b>							
Sport i.d. Krebsnachsorge	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT:Sport	2*di. 17:00 - 18:00	219K	Spengler, M.	
<b>250 "Kraftgerätraining"</b>							
Kraftgerätraining	Männer u. Frauen	ab 16 Jahre	AKTIV PUNKT	KfR mo-sa	-	25001	Veischledene
<b>308 Freizeitaktivitäten</b>							
Boule-Spiel	Männer u. Frauen		Sportpl.: Holteyer	so.	10:00 - 12:00	3088	Kohn

o. Malburg

# Impressum

Herausgeber

**AKTIV.**

Eine Zeitschrift von Mitgliedern  
und dem TVE-Mitarbeiterteam

TVE Essen-Burgaltendorf  
Holteyer Str. 29  
45289 Essen  
Gerhard Spengler (Geschäftsführer)

<b>Layout</b>	Inken Renée Funken
<b>Druck</b>	Wir machen Druck, Backnang
<b>Auflage</b>	2.500 Exemplare
<b>Fotos</b>	TVE; Pixabay; LSB-NRW A. Bowinkelmann
<b>Erscheinen</b>	Vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember)
<b>Kosten</b>	Im Mitgliedsbeitrag und in Kursgebühr enthalten
<b>Telefon</b>	0201 570397
<b>Fax</b>	0201 5718 628
<b>eMail</b>	sport@tve-burgaltendorf.de
<b>Internet</b>	www.tve-burgaltendorf.de

## Servicezeiten des TVE-Büros

Holteyer Str. 29  
45289 Essen:

montags - freitags	08.00 - 13.00 Uhr
dienstags u. mittwochs	15.00 - 20.00 Uhr

## Du möchtest wissen, ob deine Sportstunde möglicherweise ausfällt?

Diese Frage beantwortet ein Internetkalender  
(Link auf der Startseite der Homepage und in der TVE-App),  
der JEDE EINZELNE Sportstunde mit Ausfall- oder  
Änderungshinweisen enthält.

WIR BRINGEN IHRE  
**AUGEN UND OHREN**  
AUF **PROFI**-NIVEAU



Augenoptik | Hörakustik | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Str. 38–40 | Essen | Tel.: 0201.851 25-0  
Nockwinkel 99 | Essen | Tel.: 0201.58 59 99  
Albertus-Magnus-Str. 16 | Duisburg | Tel.: 0203.73957 00  
info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de

 **BAGUS**  
Auge und Ohr für Sie

Gesellschaft für  
Qualitätsprüfung mbH

**BESTE BANK**  
2024 *vor Ort*

**1. Platz**  
Essen  
PRIVATKUNDENBERATUNG

**GENO BANK ESSEN eG**  
IN ESSEN MEHR ERREICHEN

Inklusive  
**DIGITAL-CHECK**

www.geprüfte-beratungsqualität.de  
Test: Januar 2024 | Im Test: 9 Banken | Getestet: Privatkundenberatung

**Beste Bank  
vor Ort**

**Morgen kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**



**GENO BANK ESSEN eG**

IN ESSEN MEHR ERREICHEN