

- Badminton
- Turnen und Gymnastik
- Hara-Ki-Judo
- Röhrradturnen
- Leistungsturnen
- Wassergymnastik
- Fitnesstraining
- Laufsport
- Reha-Sport
- Rad-Tourensport
- Kraftgerätetraining
- Kursprogramm
- Chor „ItonARTisten“
- Freizeitaktivitäten
- Ausflüge



TVE Burgaltendorf



Kurse  
1. Hj. 2014

Seite 9

60plus  
2013/2014

Seite 30

Tanzen im  
AKTIV PUNKT

Seite 34



**JOH. BRAUKSIEPE**

...mein Weg zur Einzigartigkeit



Wir wünschen allen Lesern ein entspanntes, besinnliches  
Weihnachtsfest - vielleicht in einem neuen Wohlfühlbad!

Joh. Brauksiepe GmbH · Deipenbecktal 186 · 45289 Essen · Tel.: 0201 - 579942 · [www.brauksiepe.de](http://www.brauksiepe.de)



## Top versichert. Geld gespart.

Die Autoversicherung  
der HUK-COBURG

Holen Sie sich jetzt bei uns Ihr Angebot und überzeugen Sie sich. Wir bieten:

- Niedrige Beiträge
- Top-Schadenservice
- Beratung in Ihrer Nähe

Gleich informieren.

### Vertrauensmann

**Udo Lang**

Versicherungsfachmann

Telefon 0201 571558

[Udo.Lang@HUKvm.de](mailto:Udo.Lang@HUKvm.de)

[www.HUK.de/vm/Udo.Lang](http://www.HUK.de/vm/Udo.Lang)

Mölleneystraße 35

45289 Essen-Burgaltendorf

Sprechzeiten:

nach Vereinbarung



**HUK-COBURG**

Aus Tradition günstig

WURFSPIESS  
Impressum

WURFSPIESS  
Inhalt

<b>Herausgeber:</b>	TVE Burgaltendorf Holteyer Str. 29, 45289 Essen Gerhard Spengler (Geschäftsführer)	Titel	01
		Impressum, Inhalt	03
		Inserentenverzeichnis	05
		Universelles Anmeldeformular	07
<b>Layout:</b>	Stephan Semmerling	Kursprogramm 1. Halbjahr 2014	09-19
<b>Druck:</b>	Druckerei Sieberin	Führung / Vorstandsberichte	20-23
		Mitgliederbetreuung	23
<b>Auflage:</b>	1.750 Exemplare	Außendarstellung / Sportbetrieb	24-26
<b>Erscheinen:</b>	4mal/Jahr: März, Juni, September, Dezember	tonARTisten	27-28
		REHA-Sport / Kurse	29
<b>Kosten:</b>	im Beitrag enthalten	60plus	30-32
<b>Telefon:</b>	0201 / 57 03 97	Gruppenleben / Freizeitaktivitäten	33-35
<b>Fax:</b>	0201 / 57 18 628	Leichtathletik / Laufsport	35-37
<b>Ansagedienst:</b>	0201 /57 18 617 (kurzfr. Infos zum Sportbetrieb)	Kampfkunst	37
<b>eMail:</b>	sport@tve-burgaltendorf.de	Leistungsturnen	38-40
<b>Internet:</b>	www.tve-burgaltendorf.de	Mitgliederbetreuung	41
		Beitragsregelungen	42-43
		Das aktuelle TVE-Sportangebot	44-45
		Der TVE-Internet-Terminkalender	46

**Telefon- und Besuchszeiten**  
**TVE-Büro im AKTIV PUNKT:**

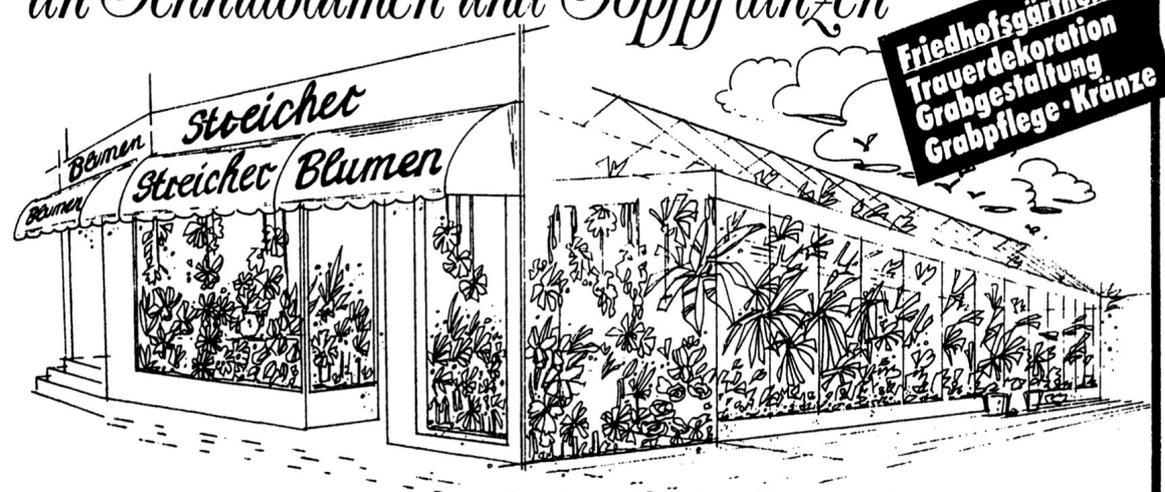
dienstags, 18.00 - 20.00 h und  
donnerstags, 17.00 - 19.00 h

Datenschutz: Der TVE veröffentlicht im „WURFSPIESS“ und unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) gelegentlich für eine Veröffentlichung geeignete Fotos von seinen Sport- und Freizeitaktivitäten. Sollten Sie hiermit nicht einverstanden sein, machen Sie bitte den Fotografen/die Fotografin hierauf aufmerksam. Wenn Ihr Name bei runden Geburtstagen nicht im „WURFSPIESS“ veröffentlicht werden soll, informieren Sie bitte rechtzeitig vor einem runden Geburtstag das TVE-Büro.



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

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



**Blumen Streicher**

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



## Inserentenverzeichnis

Der TVE Burgaltendorf bittet die Leser des WURFSPIESS um Beachtung der Werbehinweise seiner Annoncenkunden:

AMS AutoMotorService Michelitsch	S.08
Bäckerei Konditorei Café Gräler	S.18
Bagus - Auge und Ohr für Sie	S.47
Bedachungen Kraft-Prost	S.16
Blumen Streicher	S.04
Café-Restaurant „Burgfreund“	S.04
Druckerei Sieberin	S.06
EDEKA Wieger	S.20
Essener Schlüsseldienst Klaus Liebaug	S.22
Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven	S.18
Garten & Motorgeräte Theo Leigemann	S.18
Geno Bank Essen	S.48
Getränke Michael Michel GmbH	S.16
Goldschmiede Koll	S.12
HUK-COBURG	S.02
Johannes Brauksiepe GmbH	S.02
Kleine Bücherwelt	S.10
Laura Apotheke	S.14
Malerbetrieb Frank Zühlke	S.14
Meisterliches Haardesign Sina Schmerberg	S.14
Reifen Engelhardt GmbH	S.06
RO-WE Zahntechnik GmbH	S.22
Schuhmacher Struzek	S.06
Steuerberatungsgesellschaft mbH Michelitsch und Imkamp	S.10
Tennis- & Soccercenter Burgaltendorf	S.16
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.	S.12
Wohnstudio Neuhaus	S.20

Einladung:

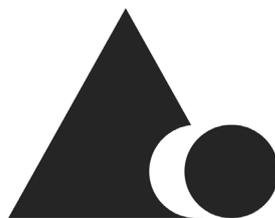
### AKTIV PUNKT-Café

Termine 2014:

30.03., 26.10.

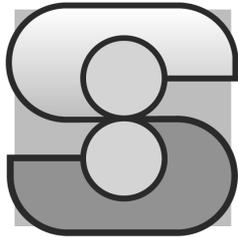
jeweils von 15.00 h bis ca. 17.00 h

**AKTIV PUNKT**



Wir würden uns freuen, Sie zu Kaffee und Kuchen (oder zu einem Glas guten Weins) in unserem Sport-, Freizeit-, und Gesundheits-Treff, dem "AKTIV PUNKT", Holteyer Str. 29, begrüßen zu können und mit Ihnen einen gemütlichen Sonntagnachmittag zu verbringen. Preise für Kuchen und Getränke entnehmen Sie bitte der ausliegenden Getränke- & Speisekarte!

# DRUCKEREI SIEBERIN



**Ihr fairer Partner für  
Print & Medien**

Inh. Thomas Sieberin  
Schwarzensteinweg 2  
45289 Essen (Burgaltendorf)  
Tel.: 0201 / 85 70 60  
Fax: 0201 / 85 70 666  
E-Mail: sieberindruck@arcor.de

## Annoncieren Sie im WURFSPIESS!

Die Kosten pro Veröffentlichung  
(Ausgabe) betragen:

1/1 Seite: 90,- € (SW)

1/2 Seite: 55,- € (SW)

1/4 Seite: 35,- € (SW)

Interessenten senden wir  
gern ein Angebot zu.



## STRUZEK

Schuhmachermeister  
&  
Orthopädienschuhmachermeister

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

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

## Reifen Engelhardt GmbH

**KFZ-Meisterbetrieb**

Reifendienst für PKW, Motorrad und Leasing-Fahrzeuge

- KFZ-Reparaturen • Inspektionen • AU • TÜV
- Klimaanlage service • Achsvermessung

Langenberger Str. 388

 **(02 01) 58 66 94**





TVE Burgaltendorf

## Universelles Anmeldeformular

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



TVE Burgaltendorf

Holtfeyer Str. 29  
45289 Essen

FAX-Nr. 0201 / 57 18 628  
www.tve-burgaltendorf.de

Verbindliche

**ANMELDUNG** (für jeweils eine Person)

TVE-Mitglied?

Ja

Nein

Bezeichnung der Veranstaltung (Kurs, Ausflug, Workshop, Abteilung, Gruppe,...):		Orga-Nr.:
Name:	Vorname:	Geburtsdatum:
Anschrift:		Telefon:

**SEPA-Lastschrift-Mandat:** Ich ermächtige den TVE Burgaltendorf, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Mandatsreferenz-Nr. ist bei TVE Mitgliedern die Mitgliedsnummer. Nichtmitgliedern wird sie zu einem späteren Zeitpunkt mitgeteilt.

BIC: ____ / ____	IBAN: DE ____ / ____ / ____ / ____ / ____ / ____
---------------------	---

Kontoinhaber (Name, Anschrift):  
---

Datum:	Unterschrift:	Bei Minderjährigen Unterschrift der Eltern:
--------	---------------	---



# Handel und Vermittlung von Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen bei uns zu besichtigen!

- Karosserie - Instandsetzung aller Fabrikate
- Reparatur und Wartung
- Hol.- und Bring-Service
- Ersatzwagen
- Reifeneinlagerung
- Abschlepp-Service Tag und Nacht
- Glasschadensservice
- HU & AU
- Klimageservice
- Fahrzeugaufbereitung

Vertragswerkstatt für



PEUGEOT



CITROËN



DAIHATSU

AMS - Auto Motor Service GmbH • Am Zehnthof 187 • 45307 Essen  
Tel.: 0201 59 21 00 • Fax: 0201 59 06 00  
info@ams-essen.de • www.ams-essen.de

# Kursprogramm 1. Halbjahr 2014

## AQUA-FIT

Aqua-Fit ist ein Allround-Programm für den ganzen Körper zu peppiger Musik im 1,30 m tiefen Wasser. Ein gut dosiertes Ausdauertraining wird kombiniert mit leichten Elementen aus Aqua-Boxing und Aqua-Power zur Kräftigung von Oberkörper-, Arm-, Bein- und Gesäßmuskulatur. Der Wasserwiderstand sorgt für die richtige Belastung und bedeutet gleichzeitig ein gelenkschonendes Training, das nebenbei auch noch jede Menge Spaß macht. (Bitte beachten: Kurs nur für Schwimmer!)

Orga-Nr: 40_1	Max TN: 20
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 18:30 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 65,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Gerda Enigk
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 15.04.14, 22.04.14

Orga-Nr: 55_1	Max TN: 20
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr
Mitglieder: 65,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Gerda Enigk
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 15.04.14, 22.04.14

Orga-Nr: 60_1	Max TN: 20
31.01.2014 - 04.07.2014 (19-21 mal)	freitags, 18:15 - 19:15 Uhr
Mitglieder: 65,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Philip Säckel
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 18.04.14, 25.04.14

## AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN (ABR)

Ein Kursangebot bei dem Männer und Frauen gleichermaßen herausgefordert werden, mit flotter Musik, viel Spaß an der Bewegung und bewußter Körperhaltung gezielt etwas für Rücken- und Bauchmuskulatur zu tun. 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.

Orga-Nr: 35_1	Max TN: 20
29.01.2014 - 02.07.2014 (19-21 mal)	mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Jutta Jülicher
AKTIV PUNKT	nicht 16.04.14, 23.04.14

## BAMBINI-SCHWIMMKURS f. d. Vorschuljahrgang 2013

Ein Kurs für Kinder, die nach den Sommerferien 2014 eingeschult werden. Ziel ist hierbei nicht die Wassergewöhnung, sondern das Schwimmenlernen. Der Kurs findet im Lehrschwimmbad der Turnhalle Holteyer Str. statt. Die Kinder werden von den Kursleiterinnen im Eingangsbereich in Empfang genommen und nach Kursende fertig angezogen wieder den Eltern übergeben. Ausschließlich der Kurs 23\_2 (montags) startet vor dem Schwimmen mit einem 15 minütigen Aufwärmprogramm in der Turnhalle. Hotline für kurzfristige Schwimmbad-Infos: 5718617

Orga-Nr: 22_1	Max TN: 12
29.01.2014 - 02.07.2014 (19-21 mal)	mittwochs, 15:30 - 17:00 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	U. Kernebeck / A. Dörendahl
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 16.04.14, 23.04.14

Orga-Nr: 23_1	Max TN: 12
27.01.2014 - 30.06.2014 (17-19 mal)	montags, 16:00 - 17:30 Uhr
Mitglieder: 40,50 € Nichtmitglieder: 72,00 €	A. Franzen / D. Engelhardt
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 03.03.14, 14.04.14, 21.04.14, 09.06.14

## BECKENBODENGYMNASTIK

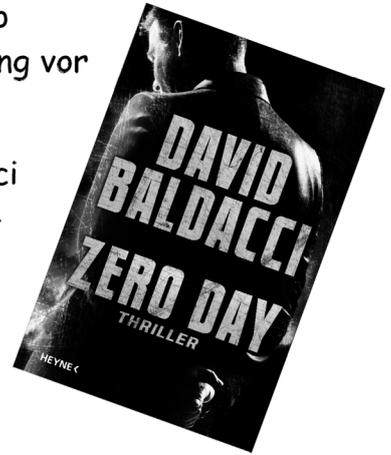
Intensives Beckenbodentraining entlastet und stabilisiert die Wirbelsäule. Es kräftigt und dehnt die wichtigen Muskeln der Körpermitte. Ganz nebenbei führt regelmäßige Beckenbodengymnastik zu einer aufrechteren Haltung und einer positiveren Ausstrahlung. Es werden Tipps für das beckenbodengerechte und rüchenschonende Verhalten im Alltag gegeben, um Rückenschmerzen und Inkontinenz vorzubeugen.



KLEINE BÜCHERWELT

Der Buchtip  
Ihrer Buchhandlung vor  
Ort:

David Baldacci  
- Zero Day -  
€ 19,99



Die KLEINE BÜCHERWELT ist online.  
Sie erreichen uns unter folgender Internetadresse:

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

M. Gimbel . Alte Hauptstr. 10 . 45289 Essen . Fon 0201 / 571 83 20 . Fax 0201 / 571 83 21  
Öffnungszeiten . MO-FR 09.00-13.00 h und 15.00-18.00 h . SA 09.00-13.00 h

[msi]

**Michelitsch und Imkamp**  
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Mühlenweg 21 ▪ 45289 Essen ▪ Telefon (02 01) 8 57 04-0



Orga-Nr: 26_1	Max TN: 15
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 10:30 - 11:30 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Delia Bühne
AKTIV PUNKT	nicht 15.04.14, 22.04.14

### BODYFORMING (BOP & MEHR)

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

Orga-Nr: 24_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (18-20 mal)	donnerstags, 18:30 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Steffi Hillebrand
AKTIV PUNKT	nicht 01.05.14, 29.05.14, 19.06.14

Orga-Nr: 30_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (18-20 mal)	montags, 09:30 - 10:30 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Steffi Hillebrand
AKTIV PUNKT	nicht 03.03.14, 21.04.14, 09.06.14

Orga-Nr: 46_1	Max TN: 20
28.01.2014 - 01.07.2014 (21-23 mal)	dienstags, 19:15 - 20:15 Uhr
Mitglieder: 49,50 € Nichtmitglieder: 88,00 €	Gerlinde Saurenhaus
AKTIV PUNKT	

### FATBURNER

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

Orga-Nr: 39_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (18-20 mal)	donnerstags, 09:30 - 11:00 Uhr
Mitglieder: 61,75 € Nichtmitglieder: 109,25 €	Bettina Schuran
AKTIV PUNKT	nicht 01.05.14, 29.05.14, 19.06.14

### 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. Bequeme, warme Kleidung und dicke Socken sind erforderlich. Kursleiterin Hildegunde Wissing ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin.

Orga-Nr: 32_1	Max TN: 20
28.01.2014 - 01.07.2014 (21-23 mal)	dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr
Mitglieder: 71,50 € Nichtmitglieder: 126,50 €	Hildegunde Wissing
AKTIV PUNKT	

Orga-Nr: 48_1	Max TN: 15
29.01.2014 - 02.07.2014 (19-21 mal)	mittwochs, 19:30 - 20:45 Uhr
Mitglieder: 65,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Hildegunde Wissing
AKTIV PUNKT Kommunikationsraum	nicht 16.04.14, 23.04.14

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

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



TVE Burgaltendorf



Seit 1974  
**GOLDSCHMIEDE  
KOLL**

Alte Hauptst. 92 Tel. 239197

<http://www.goldschmiede-koll.de>

Klaus Koll  
Mitglied im



Anhänger "Burgaltendorf Burg"  
Handarbeit aus eigener Werkstatt

## Setzen Sie Ihre Fähigkeiten gewinnbringend ein!

Die Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. ist der mitarbeiterstärkste Lohnsteuerhilfverein mit dem dichtesten Beratungsnetz in ganz Deutschland. Zur erfolgreichen Verstärkung unseres Teams **suchen wir** bundesweit m/w

# STEUERFACHLEUTE

mit kaufmännischer Ausbildung und mind. 3-jähriger Berufserfahrung im Steuerrecht als **selbständig tätige Beratungsstellenleiter**.

**Ihre Bewerbung behandeln wir streng vertraulich. Bitte richten Sie diese an:**

**Regionalbevollmächtigter Martin Pues**

**Hedwigstr. 32, 45130 Essen, Tel. 0201/490 12 03, [Martin.Pues@vlh.de](mailto:Martin.Pues@vlh.de)**

Orga-Nr: 31_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (18-20 mal)	montags, 16:00 - 17:00 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Birgit de Wit
AKTIV PUNKT	nicht 03.03.14, 21.04.14, 09.06.14

### M.O.B.I.L.I.S. light

M.O.B.I.L.I.S. light ist ein Bewegungs- und Ernährungsprogramm für LEICHT übergewichtige Erwachsene (BMI 25-29,9 kg/m<sup>2</sup>). Bei M.O.B.I.L.I.S. light werden in 10 Walking/Nordic Walking-Einheiten den Teilnehmern praktische Übungen für einen aktiveren Alltag durch einen geschulten Sport Pro Gesundheit-Übungsleiter vermittelt. In 4 Ernährungseinheiten erarbeitet eine Ökotrophologin mit den Teilnehmern Strategien für eine ausgewogene und gesunde Ernährung. Im Rahmen der Gesundheitsinitiative "Deutschland bewegt sich!" bekommen alle Versicherten von ihrer Krankenkasse (nach § 20 SGB V) 75,00 € bei regelmäßiger Teilnahme (mindestens 80% der Termine) erstattet. Der Eigenanteil beläuft sich somit auf 45,00 €. Eine Kostenübernahme sollte vor Kursbeginn bei der jeweiligen Krankenkasse erfragt werden. Weitere Infos im TVE-Büro oder telefonisch unter 0201-570397

Orga-Nr: 44_1	Max TN: 15
22.03.2014 - 05.07.2014	samstags, 10:00 - 11:30 Uhr
Mitglieder: 120,00 € Nichtmitglieder: 120,00 €	Detlef Enigk
AKTIV PUNKT	

### PILATES

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training schließt Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung ein. Unter Beachtung der 8 wesentlichen Prinzipien der Pilates-Methode wird bei regelmässigem Training eine Stärkung der Muskulatur, die Verbesserung von Kondition und Bewegungskoordination, eine Verbesserung der Körperhaltung, die Anregung des Kreislaufs und eine erhöhte Körperwahrnehmung erreicht.

Orga-Nr: 27_1	Max TN: 15
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 11:30 - 12:30 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Delia Bühne
AKTIV PUNKT	nicht 15.04.14, 22.04.14

Orga-Nr: 28_1	Max TN: 15
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 09:30 - 10:30 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Delia Bühne
AKTIV PUNKT Kommunikationsraum	nicht 15.04.14, 22.04.14

Orga-Nr: 37_1	Max TN: 20
31.01.2014 - 04.07.2014 (19-21 mal)	freitags, 18:30 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Jutta Jülicher
AKTIV PUNKT	nicht 18.04.14, 25.04.14

Orga-Nr: 47_1	Max TN: 20
29.01.2014 - 02.07.2014 (19-21 mal)	mittwochs, 17:00 - 18:00 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Jutta Jülicher
AKTIV PUNKT	nicht 16.04.14, 23.04.14

### RÜCKENFITNESS (FÜR PAARE)

Rückenfitness - ein präventives/gesundheitsförderndes Bewegungsangebot für Paare: Abwechslungsreiche, flotte, gesundheitsorientierte Fitnessgymnastik mit Musik und Einsatz der vorhandenen Kleingeräte. Die abschließende Entspannung hilft beim Stressabbau.

Orga-Nr: 38_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (18-20 mal)	donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr
Mitglieder: 61,75 € Nichtmitglieder: 109,25 €	Detlef & Gerda Enigk
AKTIV PUNKT	nicht 01.05.14, 29.05.14, 19.06.14



**Kostenloser Lieferservice**

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

meisterliches **Haar**  
**design**



Sina Schmerberg

**Alte Hauptstr. 86 45289 Essen Tel. 0201 / 57 85 95 [www.meisterliches-haardesign.de](http://www.meisterliches-haardesign.de)**  
**Öffnungszeiten: Dienstag - Freitag 9:00 - 18:00 Uhr Samstag 9:00 - 13:00 Uhr**

**Malerbetrieb Frank Zühlke**



**Ausführung sämtlicher Malerarbeiten**

**Laurastr. 80 · E-Burgaltendorf · Tel./Fax 02 01 / 57 03 86**

**SKIGYMNASTIK**

Das Herz-Kreislauf-System wird durch intensives Konditionstraining in Schwung gebracht, die Muskulatur durch ausgesuchte Übungen für Beine, Bauch, Rücken und Oberkörper gekräftigt. Die Schulung von Koordination und Beweglichkeit runden die Skigymnastik ab.

Orga-Nr: 54_1	Max TN: 20
31.01.2014 - 11.04.2014 (11 mal)	freitags, 19:30 - 20:30 Uhr
Mitglieder: 24,75 € Nichtmitglieder: 44,00 €	versch. Kursleiter
AKTIV PUNKT	

**STEP-AEROBIC**

Step-Aerobic ist das attraktive Programm, das nicht nur die Herz-Kreislauf-Funktionen optimiert, sondern auch gleichzeitig Koordination schult und Muskeln (Oberkörper, Beine, Po) kräftigt. Dazu wird bei anhaltender, gleichbleibender Belastung die Fettverbrennung in Gang gebracht. Auch für Anfänger und (Wieder-)Einsteiger!

Orga-Nr: 33_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (16-18 mal)	montags, 17:00 - 18:00 Uhr
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 68,00 €	Ina Balbach
AKTIV PUNKT	nicht 03.03.14, 14.04.14, 21.04.14, 09.06.14, 16.06.14

**STEP-AEROBIC & WORKOUT**

Step-Aerobic, das attraktive Programm, das nicht nur die Herz-Kreislauf-Funktionen optimiert, sondern auch gleichzeitig Koordination schult und Muskeln kräftigt, wird hier kombiniert mit einem zusätzlichen Ausdauer-Bauch-Rücken-Programm. Geeignet für Step-Fans, für die es ein bisschen mehr sein darf.

Orga-Nr: 25_1	Max TN: 20
07.02.2014 - 04.07.2014 (17-19 mal)	freitags, 17:00 - 18:30 Uhr
Mitglieder: 58,50 € Nichtmitglieder: 103,50 €	Verena Schreiner-Langen
AKTIV PUNKT	nicht 18.04.14, 30.05.14, 20.06.14

**THAI CHI CHUAN**

Thai Chi ist in China als Kampfkunst entstanden. Die ruhigen gleichmäßigen Bewegungen bringen Yin und Yang in Einklang. Nach der Lehre der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) sollen beim Üben Blockaden in den Meridianen (Energiekanäle) gelöst werden. Über den Verlauf von 2-3 Kursen kann die 24iger Kurzform im Pekingstil erlernt werden, so dass der Teilnehmer die "Form" dann selbstständig durchlaufen kann. Das Alter spielt für diese Bewegungsform keine Rolle. ThaiChiCuan kann bis ins hohe Alter ausgeführt werden. Ziel ist die Entspannung nach Feierabend oder auch die Mobilisation nach dem Aufstehen. Kleidung: Schuhe mit dünnen Sohlen ohne Dämpfung zur Verbesserung der Körperwahrnehmung auf dem Untergrund, Lockere nicht einengende Bekleidung.

Orga-Nr: 45_1	Max TN: 15
29.01.2014 - 26.06.2014 (15 mal)	mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr
Mitglieder: 48,75 € Nichtmitglieder: 86,25 €	Detlef Enigk
noch offen	03.14, 12.03.14, 16.04.14, 23.04.14, 30.04.14, 28.05.14, 18.06.14

**WELLNESS-STEP**

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

Orga-Nr: 56_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (17-19 mal)	montags, 20:00 - 21:15 Uhr
Mitglieder: 49,50 € Nichtmitglieder: 90,00 €	L. Lassak
AKTIV PUNKT	nicht 03.03.14, 14.04.14, 21.04.14, 09.06.14



TVE Burgaltendorf

Über ein Jahrhundert

Qualität im Dachbereich

## Bedachungen

VELUX®

Geschulter  
Betrieb

Qualität von  
Meisterhand

# KRAFT-PROST

Meisterbetrieb

Dach-, Wand- und Abdichtungen aller Art

Alte Hauptstraße 26 · 45289 Essen · Fax 02 01 / 5 71 70 14

**Tel. 02 01 / 57 03 25 + 57 89 32**

info@kraft-prost.de · www.kraft-prost.de

VELUX®

Geschulter  
Betrieb

Qualität von  
Meisterhand

## RESTAURANT MYTHOS

FAMILIE PAPADAMAKES

NOCKWINKEL 103

(GEGENÜBER ALDI)

45277 ESSEN - ÜBERRUHR

TEL.: 0201 59804177

SEIT 1852

Apollinaris

THE QUEEN OF TABLE WATER®



Stauder Pils

„GUTES ESSEN HÄLT LEIB  
UND SEELE ZUSAMMEN“,

PFLEGTE SCHON SOKRATES  
ZU SAGEN.

WIR MÖCHTEN SIE HERZLICH  
ZUR EINKEHR IN UNSER RESTAURANT  
MYTHOS EINLADEN. GRIECHISCHE  
SPEZIALITÄTEN UND EIN GEDIEGENES  
AMBIENTE WARTEN AUF SIE.

Ihr Getränkelieferant für die Gastronomie  
und Festveranstaltungen



Michael  
Michel GmbH  
Getränke - Groß- und Einzelhandel

## Kinder- geburtstag im

TENNIS  
& SOCCER  
CENTER  
BURGALTENDORF

Tennis - & Soccercenter Burgaltendorf  
Worringstraße 250  
45289 Essen

Hotline 0201. 57 03 03

Fax. 0201. 857 5158

mailto:info@socceressen.de

www.socceressen.de

## 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 gibt Informationen, um sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können. Durch gezielte, funktionelle Gymnastik kann Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt bzw. entgegengewirkt werden. In lockerer Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun.

Orga-Nr: 29_1	Max TN: 30
27.01.2014 - 30.06.2014 (18-20 mal)	montags, 17:15 - 18:45 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Gabi Marquaß
SH Auf dem Loh	nicht 03.03.14, 21.04.14, 09.06.14

Orga-Nr: 52_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (18-20 mal)	donnerstags, 11:00 - 12:00 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Stephan Semmerling
AKTIV PUNKT	nicht 01.05.14, 29.05.14, 19.06.14

Orga-Nr: 63_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (19-21 mal)	montags, 19:00 - 20:00 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 80,00 €	Rosemarie Stoßberg
AKTIV PUNKT	nicht 21.04.14, 09.06.14

Orga-Nr: 66_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (18-20 mal)	donnerstags, 17:15 - 18:15 Uhr
Mitglieder: 42,75 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Monika Gwosdz
AKTIV PUNKT	nicht 01.05.14, 29.05.14, 19.06.14

## YOGA - Einklang von Körper und Geist

Dieser Kurs bietet Ihnen klassisches Hatha-Yoga, dessen Körper-Haltungen (Asanas) Vorbild für viele heutige Gymnastikübungen sind. Ein Wechselspiel von Kräftigung und Dehnung aller wichtigen Muskelgruppen gepaart mit gezielter Atmung löst Verspannungen jeglicher Art, beugt ebenso Haltungsschäden vor und reguliert den Stoffwechsel. Entspannungstechniken, die jede Kursstunde abrunden, helfen auf dem Weg zu innerer Ausgeglichenheit, um für den Alltag - in den man übrigens auch sehr gut kleine Übungen einbauen kann - gewappnet zu sein.

Unabhängig von Alter oder Kenntnisstand (und somit gleichermaßen für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet) steht im Vordergrund, die Wahrnehmung des eigenen Körpers, das Bewusstsein für Haltung und fließende Atmung zu fördern - das Selbst-Bewusstsein. Komplizierte Asanas oder perfekte Ausführung sind dabei zweitrangig. "Entdecken Sie Ihr inneres Lächeln."

Orga-Nr: 34_1	Max TN: 15
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 19:00 - 20:15 Uhr
Mitglieder: 55,00 € Nichtmitglieder: 100,00 €	L. Lassak
AKTIV PUNKT Kommunikationsraum	nicht 15.04.14, 22.04.14

Orga-Nr: 61_1	Max TN: 20
28.01.2014 - 01.07.2014 (19-21 mal)	dienstags, 20:15 - 21:30 Uhr
Mitglieder: 55,00 € Nichtmitglieder: 100,00 €	L. Lassak
AKTIV PUNKT	nicht 15.04.14, 22.04.14

## YOGA-FITNESS

Yoga steigert Ausdauer, Kraft und Flexibilität, stärkt Vitalität und Energie, verbessert das eigene Körpergefühl, verzögert den Alterungsprozess, führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. In der Yoga-Fitness wird das Hauptaugenmerk auf die Asanas (Yoga-Stellungen), auf den Atem und zum Ende jeder Stunde auf die Entspannung gelegt. Die Körperübungen werden zu kleinen Flows (fließende Bewegungsfolgen) zusammengefasst. Diese fließenden Bewegungen verbessern die Kondition. Alle Muskeln werden durch statisches Halten der Asanas oder auch durch langsame, anstrengende Bewegungen trainiert. Das Halten der Asanas und damit bewusstes Dehnen der Muskulatur fördert die Flexibilität. Dieser Kurs ist auch für Yoga-Anfänger geeignet.





Orga-Nr: 58_1	Max TN: 20
27.01.2014 - 30.06.2014 (16-18 mal)	montags, 18:00 - 19:00 Uhr
Mitglieder: 38,25 € Nichtmitglieder: 68,00 €	Ina Balbach
AKTIV PUNKT	nicht 03.03.14, 14.04.14, 21.04.14, 09.06.14, 16.06.14

Orga-Nr: 59_1	Max TN: 20
30.01.2014 - 03.07.2014 (14-16 mal)	donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 48,75 € Nichtmitglieder: 86,25 €	Ina Balbach
AKTIV PUNKT Kommunikationsraum	02.14, 17.04.14, 24.04.14, 01.05.14, 29.05.14, 12.06.14, 19.06.14

### YOGA-FITNESS SANFT

Yoga steigert Ausdauer, Kraft und Flexibilität, stärkt Vitalität und Energie, verbessert das eigene Körpergefühl, verzögert den Alterungsprozess, führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. In der Yoga-Fitness wird das Hauptaugenmerk auf die Asanas (Yoga-Stellungen), auf den Atem und zum Ende jeder Stunde auf die Entspannung gelegt. Die Körperübungen werden zu kleinen Flows (fließende Bewegungsfolgen) zusammengefasst. Diese fließenden Bewegungen verbessern die Kondition. Alle Muskeln werden durch statisches Halten der Asanas oder auch durch langsame, anstrengende Bewegungen trainiert. Das Halten der Asanas und damit bewusstes Dehnen der Muskulatur fördert die Flexibilität. Dieser Kurs ist speziell für Yoga-Anfänger geeignet.

Orga-Nr: 41_1	Max TN: 20
29.01.2014 - 09.04.2014 (11 mal)	mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr
Mitglieder: 35,75 € Nichtmitglieder: 63,25 €	Ina Balbach
AKTIV PUNKT	

Orga-Nr: 42_1	Max TN: 20
30.04.2014 - 02.07.2014 (8 mal)	mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr
Mitglieder: 26,00 € Nichtmitglieder: 46,00 €	Ina Balbach
AKTIV PUNKT	nicht 11.06.14, 18.06.14

### YOGILATES

Yogilates vereint das Beste aus Yoga und Pilates zu einem umfassenden intensiven Ganzkörper-Training für mehr Kraft und Beweglichkeit in Verbindung mit Dehnung und Entspannung. In ruhigem konzentriertem Training wird nachhaltig die Tiefenmuskulatur gekräftigt, die Figur geformt und der Stütz- und Halteapparat entlastet und gestärkt. Darauf folgt eine tiefe Entspannung für Körper und Geist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Orga-Nr: 43_1	Max TN: 20
31.01.2014 - 04.07.2014 (20-22 mal)	freitags, 08:15 - 09:45 Uhr
Mitglieder: 68,25 € Nichtmitglieder: 120,75 €	Christina Wolbring
AKTIV PUNKT	nicht 18.04.14

### ZUMBA ®

Sind Sie bereit, sich fit zu feiern? Dann ist ZUMBA® genau das Richtige. ZUMBA® ist eine Tanzfitnessparty zu lateinamerikanischer Musik, die einfach zu erlernen ist, Kalorien verbrennt und so Spaß macht und Gesundheit bringt. Die lizenzierte ZUMBA®-Trainerin Janina beginnt die Tanzparty mit einem Warm-Up, endet mit einem Cool-Down und treibt dazwischen Jung und Alt ordentlich den Schweiß auf die Stirn.

Orga-Nr: 64_1	Max TN: 20
29.01.2014 - 02.07.2014 (19-21 mal)	mittwochs, 10:30 - 11:30 Uhr
Mitglieder: 65,00 € Nichtmitglieder: 115,00 €	Janina Funken
AKTIV PUNKT	nicht 16.04.14, 23.04.14

Orga-Nr: 65_1	Max TN: 20
29.01.2014 - 09.04.2014 (11 mal)	mittwochs, 11:30 - 12:30 Uhr
Mitglieder: 35,75 € Nichtmitglieder: 63,25 €	Janina Funken
AKTIV PUNKT	



TVE Burgaltendorf

# Wohnstudio A. Neuhaus & Sohn

## ihr Möbelspezialist

in der Worringstr. 23-25 u. 41,  
45289 Essen-Burgaltendorf,  
Tel.: 0201/570882

[www.wohnstudio-neuhaus.de](http://www.wohnstudio-neuhaus.de)



## Wieger

Wir lieben Lebensmittel.

- Starke Markenvielfalt
- Frische Qualität
- Leidenschaft für Fleisch und Wurst
- Pflegemittel für die ganze Familie

Wir sind für Sie da:  
montags bis samstags von 08.00 bis 20.00 h.

Alte Hauptstr. 98-100, 45289 Essen-Burgaltendorf, Tel. 0201/571409

## Der Vorstand tagte am 12.06.2013, 18.00 - 20.00 h im AKTIV PUNKT



Teiln.: Eckhard Spengler, Ursula Kernebeck (flw.), Gerhard Spengler, Christiane Spengler, Stephan Semmerling, Monika Spengler, Georg Spengler (beratend, flw.)  
Verhindert: Marc Schäfer,

Eduard Spengler

### **\*AUSSENSPORTANLAGE\***

(Federführung: Eckhard Spengler)

Am 05.07.2013 hatte ein Ortstermin mit Vertretern/-innen von Verwaltung, Politik, Schulen und dem TVE stattgefunden. Von den in diesem Gespräch vereinbarten/zugesagten Maßnahmen ist nach unserem Eindruck bisher - mit Ausnahme der Entrümpelung der Gerätegarage durch den Hausmeister Dickel - nichts realisiert worden.

> Eckhard wird recherchieren.

### **\*TH HOLTEYER STR.: Lagerung von Schwimmsport-Gerätschaften\***

(Federführung: Eckhard u. Gerhard Spengler)

Die Immobilienwirtschaft hatte beim Ortstermin am 05.07. zugesagt, sich um die Beseitigung der Feuchtigkeitsschäden im Lagerraum im OG der Th Holteyer Str. zu kümmern. Ebenso wollte die Immobilienwirtschaft klären, ob und ggf. wie die ehemalige Empore als alternativer Lagerraum nutzbar gemacht werden könnte. Ein Feedback haben wir bisher nicht erhalten.

### **\*AKTIV PUNKT-ERWEITERUNG: Neue Rezeption\***

(Federführung: Monika u. Gerhard Spengler)

Ein erster Ortstermin mit einer Fachfirma hat stattgefunden.

### **\*AKTIV PUNKT: Lüftungsanlage\***

Am 14.10. hat im AKTIV PUNKT eine Planungsbesprechung mit dem Planungsbüro Haase und dem Lüftungstechniker Mahrenbach über die Lüftungsanlage im AKTIV PUNKT stattgefunden.

> Zunächst wird die bestehende Anlage gewartet und neu eingestellt. Das Angebot ist abzuwarten.

Für die Erweiterungsbaumaßnahme werden die o.g. Firmen ein Konzept und eine Kostenkalkulation erstellen. Insbesondere ist die Ent- und Belüftung der Dusch- und Umkleieräume zu optimieren sowie der Anbauteil des Kraftgeräteraums an die Lüftungsanlage anzuschließen.

### **\*AKTIV PUNKT-ERWEITERUNG: Baubeginn / Verfüllung\***

(Nachtrag zur Vorstandsbesprechung):

Nachdem uns zunächst die Information erreicht hatte, dass die Verfüllung des Schulgrundstücks Holteyer Str. aus der Zuständigkeit der RAG in die Zuständigkeit der Bezirksregierung Arnsberg verlagert worden sei und dort erst für 2014 etatisiert werden müsse, erfuhren wir nun, dass die Zuständigkeit doch bei der RAG verbleibt und dass mit einem Abschluss der Verfüllung Ende Februar 2014 zu rechnen sei, so dass dann mit der Baumaßnahme des TVE begonnen werden könne.

### **\*MITGLIEDERSTATISTIK: Aktueller Stand Aufnahmen / Austritte 2013\***

Der TVE verzeichnet im Jahr 2013 bis zum 10. Okt. 235 Austritte und 191 Neuaufnahmen. Zwar gibt es keine unterjährigen Vergleichsstatistiken aus den Vorjahren, jedoch lässt der bisherige Jahresverlauf darauf schließen, dass der TVE zum 31.12.2013 gegenüber dem Vorjahr um 50 bis 100 Mitglieder "geschrumpft" sein wird.

Details zur Mitgliederentwicklung in den einzelnen Abteilungen/Sportgruppen wurden diskutiert.

### **\*MITGLIEDSBEITRÄGE: Mitglieder ab 100 Jahre\***

Mitglieder, die das 100ste Lebensjahr erreicht haben, werden ab sofort beitragsfrei gestellt.

### **\*MITARBEITERFÜHRUNG: Führungszeugnisse\***

Der TVE hat von allen im Kinder- und Jugendbereich eingesetzten Mitarbeiter/-innen Führungszeugnisse des Bundeszentralregisters (Bundesjustizamt) vorliegen. Diese mussten bis-



**ROWE**  
ZAHNTECHNIK GMBH



*... wussten Sie eigentlich, dass Sie selbst entscheiden können, welches Dental-labor Ihren Zahnersatz anfertigt?*

Langenberger Straße 436 • 45277 Essen  
 Telefon: 0201/61 67 90  
 Telefax: 0201/6 16 79 19  
[www.rowe-zahntechnik.de](http://www.rowe-zahntechnik.de)

**ESSENER Schlüsseldienst**  
Schloss- und Sicherheitstechnik

**K. LIEBAUG**

Alte Hauptstr. 12 - 45289 Essen  
 Telefon 0201 - 578235

[www.essener-schluesseldienst.de](http://www.essener-schluesseldienst.de)  
[mail@essener-schluesseldienst.de](mailto:mail@essener-schluesseldienst.de)

Notdienst: Mo-Fr 9.00 - 19.00 Uhr, Sa-So, Feiertag nach Absprache  
 Türöffnung - Reparatur - Montage - Beratung - Verkauf



ESSENER | Schlüsseldienst

her durch persönliche Vorsprache beim Bürgeramt beantragt werden. Ab Herbst 2014 wird es möglich sein, diese online direkt auf den Internetseiten des Bundesjustizamtes zu beantragen.

**\*SPORTANGEBOT für Kinder und Jugendliche\***

Um flexibler auf Trendsportarten und veränderte Nachfragesituationen reagieren und auch etwas ausprobieren zu können, könnte das Sportangebot für Kinder und Jugendliche um ein Kursprogramm ergänzt werden. Die Mehrkosten wären durch eine moderate Kursgebühr zu decken.

Um ggf. Platz in den Sporthallen - falls der AKTIV PUNKT oder "die Natur" (Outdoor-Sport) es nicht hergeben - zu schaffen, könnten wir uns von mühsam am Leben gehaltenen Dauersportangeboten trennen oder auch Sportangebote verdichten.

> Die Diskussion wird fortgesetzt. Da die größte Schwierigkeit bei der Umsetzung das Finden interessierter Kursleiter/-innen ist, werden Mitglieder und Mitarbeiter/-innen gebeten, Augen

und Ohren nach möglichen Kursleitern/-innen mit interessanten Kursthemen offen zuhalten und dem TVE-Büro ggf. Hinweise zu geben.

**\*MITARBEITEREINSATZ: Sportangebote von Monika Krieg\***

Monika Krieg, Leiterin von 2 Wassergymnastikgruppen 60plus und des Hochaltrigen-Sportangebots "Fit im vierten Viertel", wird im April nächsten Jahres 70 Jahre alt und möchte dann ihre Mitarbeit im TVE beenden.

Für ihre Gruppen werden Nachfolger/-innen gesucht. Interessenten/-innen werden gebeten, sich zu melden. Auch für Hinweise ist der TVE dankbar.

Für die Gruppe "Fit im vierten Viertel" hat sich als erste Interessentin Monika Spengler gemeldet.

**\*AUSSENBEZIEHUNGEN: "Notinsel"**

(Federführung: Georg Spengler)

Der AKTIV PUNKT ist demnächst registrierte "Notinsel". Er bietet damit Kindern Zuflucht vor Gewalt und Gefahr. Die Büromitarbeiter/-innen müssen dazu Führungszeugnisse vorlegen. In

der Haustür des AKTIV PUNKT hängt ein Hinweis-Flyer "Notinsel, wo wir sind, bist Du sicher".

**\*AUSSENBEZIEHUNGEN, ÖFFENTLICHKEITSARBEIT: "Frühstück für Radio Essen?"**

Die Radio-Essen-Aktion, wonach Bürger/-innen eine bestimmte Lokalität, die ein kostenloses Frühstück anbietet, finden müssen, ist bekannt. Neuerdings werden nicht nur Cafes, sondern auch andere Einrichtungen angesprochen. Von unserem Mitarbeiter Hans Busch wurde nachgefragt, ob es wg. des hohen Werbeeffekts für den TVE von Interesse sein könnte, sich zu "bewerben".

fechts für den TVE von Interesse sein könnte, sich zu "bewerben".

> Nach kurzer Diskussion wurde entschieden, wg. anderer Prioritäten hier gegenwärtig nicht initiativ zu werden.

17.10.2013

Gerhard Spengler  
(Geschäftsführer)

NÄCHSTE VORSTANDSBESPRECHUNG:  
27.11.2013, 18.00-20.00 h

**Deine eMail-Adresse, wichtig für den TVE (und für dich)!  
Warum eigentlich?**



Abgesehen von zukünftigen Nutzungsmöglichkeiten, wie z.B. Anmeldebestätigungen nicht mehr kostenpflichtig per Post zu versenden

sondern kostenfrei, einfach und schnell per eMail, hatten wir vor einigen Wochen aktuell einmal mehr das Problem einer kurzfristigen Hallenschließung.

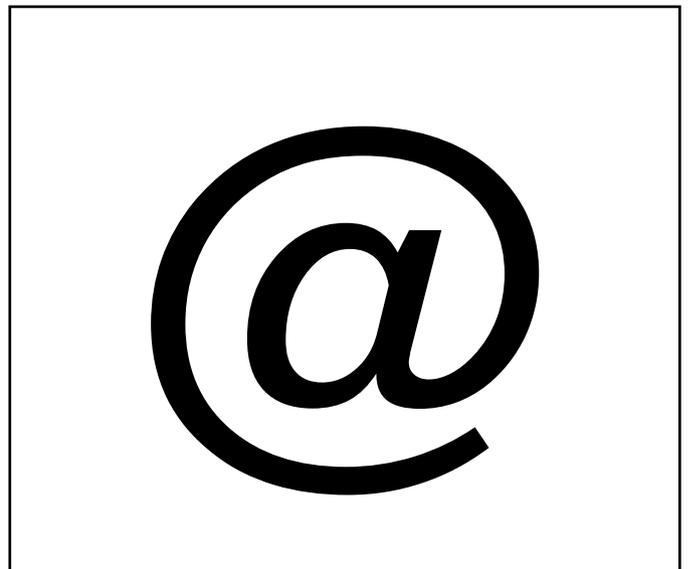
Es galt, mehrere Hundert Sportler/-innen innerhalb kürzester Zeit zu informieren, um nach Möglichkeit zu verhindern, dass diese verärgert vor der geschlossenen Halle stehen würden.

Was tun, anrufen?

Das würde einen Mitarbeiter für Stunden (eher für Tage) beschäftigen und trotzdem würden viele nicht erreicht werden können.

Unseren (kostenpflichtigen) Telefondienst aktivieren? Kostet Zeit, man erreicht nicht alle Gruppenmitglieder und ist durch den Dienstanbieter zahlenmäßig begrenzt. Machen wir zwar trotzdem für eine einzelne Sportgruppe, ist aber aufwendig und nicht so kostengünstig wie eine eMail!

Unsere Vereinsverwaltungssoftware ermöglicht uns, an einzelne Abteilungen oder Sportgruppen eMails zu versenden. Schön ist es bei Ad-hoc-Aktionen festzustellen, dass wir gerade von den Mitgliedern der betroffenen Gruppen großenteils eMail-Adressen haben. So können



wir mit jeweils ein paar Minuten Arbeit pro Gruppe die meisten Teilnehmer/-innen informieren. Auch wenn (leider) nicht jeder seine eMail-Eingänge regelmäßig abrufft, so hat doch diese Art der Kommunikation den großen Vorteil, dass nicht beide Kommunikationspartner (wie bei einem Telefonat) gleichzeitig zur Verfügung stehen müssen. So können wir z.B. am Morgen eine eMail schreiben und das Mitglied kann sie gegebenenfalls am Nachmittag noch abrufen, bevor es zu seiner Sportstunde aufbricht.

Schickt uns doch einfach eine eMail (an: sport@tve-burgaltendorf.de) mit dem Betreff: "Meine eMail-Adresse". Falls wir sie schon gespeichert haben, macht das auch nichts: So können wir unseren Eintrag auf Richtigkeit prüfen.

Georg Spengler

## Geplante Erweiterung des AKTIV PUNKT



Nachdem uns zunächst die Information erreicht hatte, dass die Verfüllung des Schulgrundstücks Holteyer Str. aus der Zuständigkeit der RAG in die Zuständigkeit der Bezirksregierung

Ansberg verlagert worden sei und dort erst für 2014 etatisiert werden müsse, erfuhren wir nun, dass die Zuständigkeit doch bei der RAG verbleibt und dass mit einem Abschluss der Verfüllung Ende Februar 2014 zu rechnen sei, so dass dann mit der Baumaßnahme des TVE begonnen werden könne.

## Info-Frühstück kam gut an - Erfolg bleibt abzuwarten



Am Samstag, 9. November, fand das lang geplante Informationsfrühstück für Interessierte der Generation 60plus statt. Eingeladen waren Nichtmitglieder, um sie

über die sportlichen und außersportlichen Angebote des TVE zu informieren, zu interessieren und als Mitglieder zu gewinnen.

Wissend, dass zufriedene Mitglieder die besten Multiplikatoren sind, wurden dabei auch gezielt schon im Verein angemeldete Personen angesprochen, deren Partner/-in oder Freunde noch kein Mitglied sind. Letztendlich richtete sich die

Einladung auch an passive Mitglieder, um sie zu motivieren, (wieder) aktiv am sportlichen und außersportlichen Vereinsleben teilzunehmen. Der Einladung folgten ca. 40 Frauen und Männer.

Alle exemplarisch vorgestellten Sportangebote vermittelten, dass Sporttreiben Spaß macht und Glücksgefühle erzeugt, neben dem Gewinn für die eigene Gesundheit. Sport ist in der Gemeinschaft am schönsten und verbessert die sozialen Kontakte und die Geselligkeit. Dies wird zum einen noch verstärkt durch außersportliche Freizeitaktivitäten, die regelmäßig einmal im Monat stattfinden und zusätzliche gruppeninterne Ausflüge und Feiern.



Der TVE Burgaltendorf, ein Verein mit funktionierendem Vereinsleben! Dies vermittelte auch die Atmosphäre an diesem Vormittag, wie einige der Gäste wohlwollend feststellten. Dazu trugen sicher auch die herbstlich geschmückten Tische und das liebevoll hergerichtete Buffet bei, neben der unterhaltsamen Präsentation der Angebote durch die anwesenden TVE-Mitarbeiter und -Mitarbeiterinnen.



Unterstützt wurden die Kurzvorträge durch viele Fotos, einen Kurzfilm über die 60plus Freizeitaktivitäten der letzten Zeit, eine praktische kleine Probeneinheit mit Igelbällen und anderen Kleingeräten sowie eine Darbietung aus dem neuen Kurs Thai Chi Chuan.

Die parallel von Frau Beckmann (Laura-Apothek) kostenlos angebotenen Gesundheits-Tests wurden von fast allen Anwesenden angenommen und passten gut ins Bild des Info-Frühstücks.

Zu erwähnen ist, dass derartige Veranstaltungen - wie auch etwa die Freizeitaktivitäten der TVE-Gruppen - immer auf dem hohen Engagement einiger Mitarbeiter/-innen außerhalb ihrer sonstigen, in der Regel vergüteten Tätigkeit beruhen sowie auf der Bereitschaft von Mitgliedern, einfach 'mal mitzuhelfen, wenn Hilfe gebraucht wird. Bei diesem Info-Frühstück waren es Hans und Inge Busch, Monika Heuer, Monika Stahl, Barbara Zimmermann, Rosemarie Stoßberg, Ina Balbach, Georg Spengler, Dettlef

Enigk und Monika Krieg. Dass darüber hinaus nahezu der gesamte Vorstand beteiligt und anwesend war, unterstrich die Bedeutung dieser Veranstaltung. Allen Beteiligten ein herzliches Danke schön!

Erfreulich ist, dass einige der Gäste spontan einen Aufnahmeantrag ausfüllten! An den sportlichen und außersportlichen Angeboten des TVE Interessierte können sich auch weiterhin im TVE-Büro im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, Tel. 570397, informieren und beraten lassen. Schnuppern ist bei fast alle Angeboten möglich. Die Sportstätten sind die Sporthalle Auf dem Loh, die Turnhalle Holteyer Str. und der AKTIV PUNKT, der Sport-, Freizeit- und Gesundheits-Treff des TVE Burgaltendorf.

Mehr Fotos vom Info-Frühstück gibt es auf [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de)

*Monika Stahl & Gerhard Spengler*

## Sport in den Weihnachtsferien (23.12.2013 - 07.01.2014)



Öffnungszeiten

### **AKTIV PUNKT Kraftgeräte-training:**

Heiligabend, 1. und 2. Weihnachtstag, Silvester, Neujahr geschlossen alle anderen Tage der Weihnachtsferien: normale

### **AKTIV PUNKT Kursprogramm:**

Die Kursstunden finden lediglich zwischen Heiligabend und Neujahr nicht statt, es sei denn, Kursleiter/-innen und Kursteilnehmer/-innen treffen eine anders lautende Vereinbarung.

### **SPORTHALLE AUF DEM LOH und TURNHALLE/BAD HOLTEYER STR.:**

- Die Sh Auf dem Loh ist vom 23.12. bis Neujahr,

- die Th Holteyer Str. vom 23.12. bis Neujahr,  
 - das Bad in der Th Holteyer Str. ist vom 23.12.  
 bis einschließlich 07.01.2014  
 geschlossen.

Für die Eltern/Kind-Turn-Gruppen für alle Gruppen ab 18 J. finden die Sportangebote an den restlichen Tagen der Weihnachtsferien statt, es sei denn, die Gruppenleiter/-innen treffen mit ihren Gruppen eine andere Vereinbarung.

Sportangebote für Kinder ab 4 J. und für Jugendliche finden in den gesamten Weihnachtsferien nicht statt. Für Gruppen, die an

Wettkämpfen teilnehmen (Rhönradturnen, Badminton, Leistungsturnen, Hara-Ki-Judo) können Gruppenleiter/-in und Gruppe eine andere Absprache für die restlichen Ferientage treffen. Evtl. Sonderregelungen der Gruppen finden Sie unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de) > "Sonderregelungen für den Sportbetrieb"

**MEHRZWECKRAUM der Grundschule und MEHRZWECKRAUM der Comeniuschule**

stehen während der gesamten Weihnachtsferien nicht zur Verfügung.

## Sportangebot Turnen & Spiel für Kinder im TVE

### Kinderturnen ist DIE motorische Grundlagenausbildung für Kinder!



Wie keine andere Sportart fördert es vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten: Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und

Drehen um alle Körperachsen.

verbundene Gesundheitsaspekt als ein zentraler Aspekt des Kinderturnens im Mittelpunkt der Arbeit der Vereine. Körperliche Tätigkeiten wie rollen, stützen, wälzen, drücken, stoßen, hängen, schwingen, gehen, laufen, hüpfen, springen, balancieren, ... werden erlernt und bilden die Basis für den Erwerb sportmotorischer Fähigkeiten und sportartspezifischer Fertigkeiten. Sie sollen dazu beitragen, Kinder für ein lebenslanges Sporttreiben zu motivieren.

Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Kinderturnen ist das vielseitige Spielen, Bewegen und Fertigkeitlernen an und mit Geräten und bietet den Kindern die Bewegungs- und Erfahrungsräume, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. In einer für unsere Kinder immer bewegungsärmeren Umwelt schafft Kinderturnen Möglichkeiten, vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen zu sammeln.

#### **Botschaften**

Über die folgenden sechs zentralen, im Programm "Kinderturnen" des Deutschen Turnerbundes fest verankerten Botschaften lässt sich das Kinderturnen charakterisieren und die Zielsetzung definieren:

#### **Bewegen**

Mit der Botschaft "Bewegen" steht die motorische Grundlagenausbildung sowie der damit

#### **Erleben**

Die Botschaft "Erleben" steht für den Aspekt der Vielfalt in der Entwicklung der Persönlichkeit. Über einen erlebnisorientierten Umgang mit der Bewegung können Ängste überwunden und Mut ausgeprägt werden. Kinder erfahren sich und ihren Körper und gewinnen einerseits Körperbewusstsein sowie andererseits Sicherheitsgefühl und Geborgenheit in einer Gruppe.

#### **Mitmachen**

Bei der Botschaft "Mitmachen" steht der Gemeinschaftsaspekt im Vordergrund. Die Kinder können soziale Erfahrungen untereinander sowie gegenüber dritten Personen machen. Im Kinderturnen gestalten, leben und erleben Kinder gemeinsam - ein wichtiger Schritt zur Erlangung von Sozialkompetenz.

#### **Spielen**

Von besonderer Wichtigkeit ist auch das "Spielen": Spaß an der Bewegung, Freude gewinnen

durch gemeinsame Aktionen, Motivation für ein lebenslanges Bewegen einerseits, andererseits aber auch das Lernen von Regeln im Miteinander und Gegeneinander.

### Üben

Der Begriff "Üben" steht für die Ausprägung von Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers, wobei der Übungsprozess eine wichtige Erfahrung für das Kind bedeutet. Grenzen erfahren, Aufgaben kontinuierlich bewältigen, etwas leisten können, sich mit anderen vergleichen, sich nachhaltig für eine Sache engagieren, all das kann im Kinderturnen erfahrbar werden.

### Können

Am Ende dieser Kette von Erlebnissen und Erfahrungen steht das "Können" für die Subsumierung aller Einzelhalte, die das Kinderturnen ausmachen. Kinderturnen trägt dazu bei, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.

Durch den TVE Burgaltendorf wird die Abnahme des "Sportabzeichen für bärenstarke Kinder" in der Grundschule Burgaltendorf organisiert.



### DIE TVE-SPORTGRUPPEN

Der TVE hat 6 Sportgruppen "Turnen & Spiel für Kinder", in 4 der 6 Gruppen schließt sich dem Turnen noch eine Stunde Spielen und Schwimmen im Bad unter der Turnhalle Holteyer Str. an (s. Sportangebot am Ende des Wurfspiess!). Um die rd. 150 Jungen und Mädchen kümmern sich Ursula Kernebeck (Jugendsportleiterin) Andrea Dörendahl (Leiterin der Abt. "Turnen & Spiel für Kinder"), Barbara Zimmermann, Beate Budriks, Imke und Wencke Malburg, Leona Lassak, Ricarda Balbach, Andrea Schwarz.

*Quelle: Deutsche Turnerjugend,  
www.kinderturnen.de*

## tonARTisten bei Essen.Original



Wie bereits auch in den vergangenen Jahren waren die tonARTisten beim diesjährigen Stadtfest „Essen Original“ am 15. September dabei.

Das Besondere in diesem Jahr war jedoch, dass die Chorbühne für alle Gruppen prominent auf den Willy-Brandt-Platz platziert wurde. Das war gegenüber den Vorjahren hinter der Markkirche natürlich ein „Aufstieg“. Dem entsprechend viele Besucher/-innen begrüßten

uns auch schon mit freudigem Applaus, bevor wir mit Barbara Ann von den Beach Boys starteten. Bereits nach wenigen Takten sah man im Rhythmus wippende Köpfe. Auch Big Spender mit der Feder-Boa-Choreographie kam bei den Zuschauern gut an.

Es folgten noch Aquarius, Frauen sind anders, Solang man Träume noch leben kann und passend zum „Sommer-Sonne-Strand-gute Laune-Medley“ von den Beach Boys zeigte sich der Himmel von seiner besten Seite.



Das alles gefiel dem Publikum so gut, dass es noch eine Zugabe hören wollte.

Mit Siyahamba kam dann noch einmal ordentlich Bewegung auf die Bühne, bevor wir uns verabschiedeten.

Fotos zum Auftritt sind wie immer im Fotoalbum der tonARTisten auf der TVE-Internetseite zu finden.

*Cornelia Ernst*

## Adventsingen in der Marktkirche am Samstag, 07.12.2013, ab 16.00 h



Der Essener Sängerkreis lädt an den Advent-Samstagen 07.12., 14.12., 21.12. wieder zu seiner Konzertreihe "Chöre singen zum Advent" in der Marktkirche (Porschenkonzel) ein.

Es wird ein abwechslungsreiches Programm mit adventlichen und weihnachtlichen Liedern geboten. Unter anderem sind auch die tonARTisten, Chor im TVE Burgaltendorf am 07.12. In der Zeit von 17.15-17.40 h vertreten.

Der Eintritt ist frei.

## Achtung aufgepasst: tonARTisten-Konzert am 17.05.2014!



An alle tonARTisten-Fans – die, die es schon sind und die, die es noch werden wollen. 2014

ist es wieder soweit. Die tonARTisten sind konzertreif.

Schon jetzt wird geplant, diskutiert, "getanzt" und geprobt, damit alle, die uns sehen und hören wollen, einen vergnüglichen Abend haben werden.



Wann? Am 17. Mai 2014 – diesen Termin also bitte unbedingt rot im Kalender ankreuzen! Nähere Infos über Ort und Uhrzeit gibt es im nächsten WURFSPIESS. Wir freuen uns auf euch!

*Monika Stahl*

## Reha-Sport auf Rezept: Der TVE bietet Sport nach Krebsbehandlung



Der TVE Burgaltendorf hat eine neue Reha-Sportgruppe für Frauen und Männer, die eine Krebsbehandlung hinter sich haben.

Die Gruppe trifft sich jeweils dienstags von 17.00 bis 18.00 h im AKTIV PUNKT. Ein Einstieg in dieses Sportangebot ist jederzeit möglich.

Den Teilnehmer/-innen wird vermittelt, dass individuelle Bewegung, eine gute Körperwahrnehmung, Koordination, Muskelkraft, Ausdauer, Spiel und Spaß zur Besserung der allgemeinen

Befindlichkeit und Leistungsfähigkeit beitragen. Auch soll der informative Austausch dazu führen, ein höheres Maß an Lebensqualität zu erzielen.

Der Reha-Sport ist eine ergänzende Leistung der Rehabilitation, die vom behandelnden Arzt verordnet werden kann. Aber auch für Interessierte ohne ärztliche Verordnung bzw. nach Ablauf einer ärztlichen Verordnung ist die Teilnahme nach Absprache mit der Übungsleiterin möglich.

*Monika Spengler*

## Z - U - M - B - A, das ist Zumba im TVE



Mittwoch, kurz vor 10.30 h. Die Umkleidekabine der Frauen füllt sich, der Lärmpegel steigt stetig (wen wunder'ts!). Aber pünktlich zum

Kursbeginn stehen alle in der Halle, denn Janina Funken, die lizenzierte ZUMBA-Trainerin beginnt pünktlich.

Zuerst heißt es Aufwärmen, 15 Minuten Warm up zu flotter Musik. Zwischendurch die Frage: „Merkt ihr schon was?“, nachdem gefühlte 30 Minuten die Arme waagrecht, nach oben und unten bewegt wurden. Aber alles mit einem Lächeln!!!

Und dann geht's los. Z wie 1. Schrittkombination, U wie 2. Schrittkombination, M wie 3. Schrittkombination, B wie 4. Schrittkombination, A wie 5. Schrittkombination und alles zusammen ergibt ZUMBA. Eine Choreografie, die durch das kurze Zeigen und Proben der Schritte vorneweg, zur passenden fetzigen Musik richtig Spaß macht. Und keine der Frauen muss Knoten in Armen oder Beinen entwirren.



Nach 4 bis 5 Choreografien zeigt die Uhr 11.23 h, Zeit für 7 Minuten Cool down. Pünktlich um 11.30 h steigt der Lärmpegel in der Damenumkleide wieder an und alle sind glücklich und zufrieden, Dank Janina!

Und damit der Lärmpegel in der Umkleide noch mehr ansteigen kann, gibt es mit dem neuen Kursprogramm ab dem 27.01.2014 mittwochs um 11.30 h, direkt im Anschluss an den schon bestehenden, einen weiteren ZUMBA Kurs im Angebot.

*Monika Stahl*

## 60plus-Abend "Nachlese 2013/ Programm 2014" am 07.01.2014 um 19.00 h im AKTIV PUNKT



Herzlich eingeladen sind alle Teilnehmer/-innen an 60plus-Projekten des Jahres 2013 sowie alle Diejenigen - auch Nichtmitglieder -, die sich für die die 60plus-Freizeitaktivitäten des TVE interessieren.

Nach einem Glas Sekt "Auf Kosten des Hauses" - alle weiteren Getränke bieten wir zu den günstigen AKTIV PUNKT-Preisen gem. Getränkekarte an - wird das Projektteam "60plus / Veranstaltungen", bestehend aus Hans Busch, Heiner Blum, Joachim Brauksiepe, Dierk Vienken, Diet-

er Wegerhoff und Ilona Löbber, das Programm 2014 vorstellen.

Wer möchte, kann sich dann gleich zu der einen oder anderen Maßnahme direkt anmelden. Wenn dazu der eigene Terminkalender zur Hand wäre, wäre dies nicht unvorteilhaft.

Anregungen, Kritik und Wünsche sind ausdrücklich erwünscht. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Fotos von den Aktivitäten des Jahres 2013 und früher sind auf [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de), dort "Fotoalben" im Menü am linken Rand, zu finden.

## Besichtigung des Markt- und Schausteller-Museums Essen am 11.03.2014



Bei einer zweistündigen Führung können wir uns auf eine Reise in eine Zeit, in der der Jahrmarkt noch das Ereignis des Jahres war, begeben. Wir kommen an nostalgischen Karussells, alten Drehorgeln und Schaubuden

vorbei. Die Ausstellungsstücke sind alle aufwendig restauriert und vollständig funktionstüchtig.

**TREFFPUNKT:** 13.30 h Bushaltestelle Burgruine

**PROJEKTVERLAUF:**

13.47 h Abfahrt HSt. Burgruine mit SB 15

14.13 h Ankunft Hbf, ca. 15minütiger Fußweg bis zum Museum

14.30 h Begrüßung mit einer Tasse Kaffee

15.00 h Beginn der Führung, nach Abschluss: Rückfahrt

ca. 18.00 h Rückankunft in Burgaltendorf

**TEILNEHMEREIGENLEISTUNG:** 12,00 € (Mitglieder), 15,00 € (Nichtmitglieder) für Führung einschl. Kaffee; Nicht enthalten: Fahrtkosten

**ANMELDUNG:**

- Universelles Anmeldeformular im "Wurfspeiß", Seite 5

- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT

- Online-Anmeldungs-service auf [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de)

**STORNIERUNGSREGLEMENT:** 8,00 € bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss

**ANMELDUNGSSCHLUSS:** 18.02.2014

**MAXIMALE TEILNEHMERZAHL:** 30

**MINDEST-TEILNEHMERZAHL:** 15

**PROJEKTLLEITER/-IN:**

Dierk Vienken

(T. 0201/570583; [dvienken@arcor.de](mailto:dvienken@arcor.de))

Dieter Wegerhoff

T. 0201/57494; [dieter\\_wegerhoff@web.de](mailto:dieter_wegerhoff@web.de))

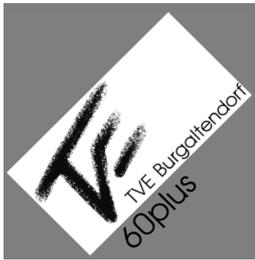
## Vorankündigung: Rundgang durch Steele am 08.04.2014



Für den 08. April ist ein Rundgang durch Steele geplant. Um 14.00 h wird uns Herr Wölting in einem 2-stündigen Rundgang durch Steele führen. Neben dem "Alten Stee-

le" wird er uns auch Spuren jüdischen Lebens zeigen. Geplant ist, dass er uns dazu auch den jüdischen Friedhof öffnet und erklärt. Noch nicht fix ist, ob wir auch die Pax Christi Kirche mit der bekannten, besonderen Atmosphäre besichtigen werden.

## Vorankündigung: Ranger-Führung auf verschlungenen Pfaden durch das Naturschutzgebiet Zwillbrocker Venn am 06.05.2014



Hier, in der nördlichsten Flamingo-Brutkolonie Europas, brüten auf einer Insel in der Mitte des so genannten Lachmowensees mit ca. 16.000 Lachmöwen, meist über 50 Flamingos. Sie kommen jedes Jahr im Sommer

aufs Neue ins Naturschutzgebiet, um ihre Jungen großzuziehen.

Die pinkfarbenen Vögel sehen und viel über sie erfahren kann man bei einer Führung mit einem Ranger der Biologischen Station Zwillbrock.

Lernen Sie die Natur im Zwillbrocker Venn, die dortige Naturschutzarbeit, die Biologische Station und die bunte Vielfalt der Vogelwelt kennen! Einem kurzen Vortrag schließt sich die Exkursion in das Naturschutzgebiet an. Die Wanderung führt auf insgesamt ca. 3 km befestigten Waldwegen bis an die Aussichtskanzeln eines großen Sees. Von dort hat man einen Blick auf die zentral gelegene Flamingoinsel.

Es wird empfohlen Ferngläser mitzunehmen. Geplant ist diese Reise mit dem Bus und mit anschließendem Spargelessen.

*Hans Busch*

## Grünkohl lockte auf die Wilhelmshöhe: 8,48 km - 233 m Höhe



Die Wanderung begann um am 05.11. um 11:15 h ab Kernkraftwerksschule Essen Kupferdreh und führte uns entlang des Deilbachs zum

Deilbachhammer, das letzte Hammerwerk des Ruhrgebiets, das sich noch am Originalschauplatz befindet.

An der Hundebrücke vorbei ging es über leicht hügeliges Gelände von Vossnacken zum Primbachtal. Von dort führte uns der Weg Richtung Veltbert-Langenberg mit dem etwas anstrengenden Aufstieg zur Wilhelmshöhe. Unterwegs wurden wir mit herrlichen Ausblicken auf Wälder, Täler und zum Norden des Ruhrgebiets für die Anstrengungen entschädigt.

In der Wilhelmshöhe angekommen, konnten wir uns an dem reichlichen und leckeren Büffet mit Grünkohl, Kasseler, Würstchen und Speck stärken. Wir wurden vom Chef persönlich bedient und konnten so lange essen, bis alle satt waren. So gut gestärkt, traten wir den Rückweg auf der anderen Seite des Windrades über Vossnacken an. Zunächst aber genossen wir noch an der

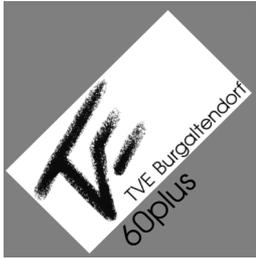


höchsten Stelle des Berges die Aussicht zum Norden des Ruhrgebiets. Da wir rundum gute Sicht hatten, konnten wir den Baldeneysee, Villa Hügel, das Essener Rathaus, Schalcker Arena, die Scholven Chemie, die Sternwarte Bochum und Hattingen gut erkennen.

An der Kernkraftwerksschule angekommen, trennten wir uns von den mit dem Auto angereisten TVElern und traten um 15.10 h mit dem Bus die Heimfahrt an. Die Resonanz bei den 30 Teilnehmern und Teilnehmerinnen war sehr positiv.

*Hans Busch*

## 60plus-Mitglieder mit Lily auf Leichensuche: am 10.09. im Kleinen Theater



Um 18.45 h wurden wir von der Regisseurin am Theater-  
eingang empfangen. Wir  
konnten uns im gemütlichen  
Vorraum mit Getränken ver-  
sorgen und auf das Theater-  
stück einstimmen.

muss er sich mit den wüsten Verdächtigungen  
von Lily auseinander setzen. Das Chaos wird  
richtig perfekt, als noch eine 2. Leiche auf-  
taucht. Als einzige behält Lily den Überblick und  
hat zum Leidwesen von Kommissar Baxter im-  
mer die Nase vorn.

Pünktlich um 19.00 h begann die Kriminalko-  
mödie Keine Leiche ohne Lily. Nachdem Putz-  
frau Lily dem Kommissar Baxter einen Mord  
gemeldet hat, verschwindet die Leiche vor  
dem Eintreffen des Kommissars. Trotz Grippe  
schlechter Laune und verschwundener Leiche

Wie aber der Kommissar mit tatkräftiger Unter-  
stützung von Lily den Mord aufklärte, das wurde  
mit viel Witz, Schwung und einer gehörigen  
Portion Komik auf der Bühne enthüllt. Lily (TVE-  
Mitglied Monika Pischner) überzeugte mit ihrem  
Minenspiel ebenso wie alle anderen Mitspieler  
und Mitspielerinnen.  
*Dierk Vienken*

## 60plus-Mitglieder besuchten den Zeittunnel in Wülfrath



Bei der Fahrt nach Wülfrath  
am 01.10.2013 hatten wir  
noch überlegt: 400 Millio-  
nen Zeitgeschichte, eine  
ziemlich trockene Materie!

160 m langen Stollen wurde uns dann sehr  
anschaulich und auch für Laien verständlich,  
der Werdegang unseres Planeten erklärt.  
Das gemeinsame Mittagessen gab es im "Al-  
ten Rathaus" in Wülfrath.

Unsere Führung verstand es  
jedoch ausgezeichnet, uns  
die geologischen Epochen zu erklären. Zuerst  
bekam jeder von uns eine Decke. Der Zeittun-  
nel hat eine Innentemperatur 10 – 12 Grad. Im

Anschließend war noch Zeit, diese alte, ber-  
gische Stadt zu besichtigen. Die wenigsten von  
uns kannten bisher Wülfrath, aber bei vielen  
hieß es: Dieses Städtchen wollen wir uns noch  
einmal genauer anschauen.

*Dieter Wegerhoff*

## Fitnessgruppe Heinz Kolligs: Fischessen wurde zur Tradition!



Es ist inzwischen eine  
langjährige Tradition, dass  
wir freitäglichen Leistungs-  
sportler uns zum Fisches-  
sen im Herbst an netter  
Stelle treffen. Es begann  
bei unserem hoch ange-  
sehenen, schon älteren

vereinzelt auch mal zu 'was Hochprozentigem  
- legten wir zusammen oder vertrauten auf  
einen Spender, der sich auch oftmals fand. Es  
kam immer eine stolze Runde von 12 bis 14  
„Jedermann-Turner“ zusammen. Viel Freude  
kam dabei immer auf.

Leo Plum, der damals die „außersportlichen  
Aktivitäten“ im TVE-Vorstand führte. Es muss  
1989 gewesen sein. Unser Sportskamerad  
Heinz Dumm hatte damals viel Fische mit der  
„Fliege“ in der Lenne Richtung Altena geangelt.  
Diese stellte er einige Jahre lang der Runde  
geräuchert zur Verfügung. Zum Bier – und ganz

So waren wir damals etwa zweimal in Leos  
Partykeller (Im Heimberge) und somit nahe  
dem damals noch nicht existentem AKTIV  
PUNKT. 1995 mussten wir dann in die alte Mül-  
leney-Schule ausweichen, wo der TVE einen  
netten, geeigneten Jugendraum im Dachge-  
schoss hatte. Unmittelbar nach unserem Fisches-  
essen wurde dort eingebrochen und von

unbekannten Jugendlichen die gesamte Einrichtung restlos demoliert. Wir wissen nicht, ob sie noch Fisch gesucht hatten.

Es folgte ein Versuch im neuen AKTIV PUNKT, solche Geselligkeit zu praktizieren. Das gefiel den im AKTIV PUNKT trainierenden Sportlern und Sportlerinnen wegen der Geruchsbelästigung gar nicht. Uns gefiel das noch sehr nüchterne Umfeld nicht.

Daher nahmen wir mit Kusshand das Angebot von Kamerad Willi Stemmer ab etwa 1996 bis 2001 an, den Partyraum seiner neuen Wohnstätte auf dem Lauraberg zu nutzen. Dort sind wir bis heute geblieben, ohne dass uns Klagen bekannt wurden. Und uns gefällt es noch heute.

Durchschnittlich finden wir uns dort mit 12 bis 14 Personen am langen Tisch ein, anfangs schon mal um die 20, was aber zu viele waren. Willi und seine Frau ergänzen den Fisch vorbildlich mit bereitgestellten Speisen. Wolfgang Joeres, Bernd Dannberg und Horst Klenzan und andere sorgen aus verschiedenen Anlässen immer wieder für ausreichende und erfrischende Getränke. Um die Beschaffung der geräucherten



Fische – inzwischen gekauft – bemüht sich weiter Fisch-Heinz Dumm.

Eine besondere Freude liefert unser Helmut Greckl mit seiner Quetsche! So werden intensiv und begeistert alte Fahrtenlieder, Stimmungslieder und Volkslieder geschmettert. Wir alle genießen diesen Abend!

Übrigens, der Willi Stemmer, unser Wanderführer in den Ferien, hat mir bei der Zusammenstellung der Daten gewaltig geholfen. Danke!

*Hans Dieter Weitermann*

## Spazieren gehen mit Vereinsmitgliedern 2014



Auch 2014 werden Monika Spengler und Monika Heuer wieder im 14-tägigen Abstand mit Vereinsmitgliedern gemeinsam spazieren gehen. Der Treffpunkt, ist

wie gewohnt, montags um 14.00 h auf dem Marktplatz Burgaltendorf unter dem Maibaum. Bitte wetterfeste Kleidung und entsprechendes Schuhwerk anziehen!

Termine 2014: 10.03./ 24.03./ 07.04./ 28.04./ 12.05./ 26.05./16.06./ 30.06./ 14.07./ 28.07./ 11.08./ 25.08./ 08.09. / 22.09./ 06.10./ 20.10./ 03.11./ 17.11./ 01.12.

Ein Erfahrungsbericht: Seit Anfang des Jahres bin ich aktiv bei den Wanderungen im Rhythmus von 14 Tagen dabei, mit mir 6 bis 10 weitere Frauen. Monika Heuer und Monika Spengler suchen immer tolle Wanderungen rund um Burgaltendorf mit einer Wanderzeit von 2 bis 2,5 Stunden für uns aus. So manches Mal haben wir uns die Frage gestellt, ob wir noch in Essen sind. Dabei wohnen wir alle schon lange in unserem Stadtteil. Aber auch die Bekanntschaft lieber netter Menschen macht Spaß und die Vorfriede auf den nächsten „Spaziergehmontag“ ist bei allen groß. Wer Lust hat, sollte 'mal mit uns gehen. Es ist ansteckend!!!

*Dorothee Virnich*

## Tanzen für alle Altersgruppen im AKTIV PUNKT



### 1. Schnupper-Workshop Wann?

am Samstag,  
11.01.2014, 15.00 -  
17.00 h

2. Tanzkurs (8 Samstag-  
nachmittage): 25.01./  
08.02./ 22.02./ 08.03./  
15.03./ 05.04./ 26.04./ 03.05.

Samstag nachmittags, in der Regel 14tägig im AKTIV PUNKT (Kommunikationsraum; 08.02.: Sportraum), Holteyer Str. 29, 15.00-17.00 h  
Kursgebühr: 30,00 € (Nichtmitglieder: 40,00 €)  
Sie können sich für den Kurs sofort anmelden oder aber den vorgeschalteten "Schnupper-Work-Shop" am 11.01.2014 abwarten, um zunächst Kursleiter und Angebot kennen zu lernen. Die Teilnahme an Schnupper-Work-Shop ist kostenlos, eine Anmeldung allerdings auch hierfür erforderlich.

### ANMELDUNG:

- Universelles Anmeldeformular im "Wurfspeiß", Seite 5
- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
- Online-Anmeldungs-service auf [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de)

Sie treffen gern mit netten Menschen zusammen? Sie hören gern aktuelle Musik und haben Spaß an der Bewegung nach Musik?

Dann sind Sie in unserem neuen Kursangebot richtig, denn der Kursleiter Jürgen Jansen ist motiviert, Sie an jedem Tanznachmittag neu zu begeistern. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, getanzt wird mit oder ohne Partner/-in, die Musikauswahl ist groß, die Vorschläge der Teilnehmer/-innen werden berücksichtigt.

## Was passiert eigentlich an den Maltagen im AKTIV PUNKT?



Seit 2009 gibt es nun schon die „Maltage“ im Kommunikationsraum des AKTIV PUNKT. TVE-Mitglied Rolf Wagner leitet diese Maltherapeutischen Seminare und stellt sich selbst sowie das, was an diesen Tagen passiert, in dieser WURFSPIESS-Ausgabe vor:

Offt bin ich gefragt worden: „Was machst Du eigentlich mit den Leuten?“ Oder ich bekam zu hören: „Ich kann aber nicht malen!“ Deshalb zuerst eine kurze Entwicklung dieser Arbeit: Schon als junger Mann war Malen eine Ausdrucksform für mich, und später bin ich dem Malen in unterschiedlichen Zusammenhängen immer wieder begegnet, als Kunstlehrer in der Schule, auf Fortbildungen der Freinet-Pädagogen, als eigenes kreatives Tun im Urlaub und zur Entspannung zu Hause.

Aber seit meiner frühen Pensionierung war ich auf der Suche nach einer neuen Herausforderung.

Im Januar 2009 war es dann soweit. Ich habe in der Schweiz bei Prof. Dr. Ingrid Riedel (be-

kannt durch viele Bücher über Maltherapie, Farben, Symbole) und ihrer Konstanzer Kollegin Christa Henzler eine maltherapeutische Fortbildung begonnen. Beide Frauen sind Psychotherapeutinnen und arbeiten nach dem Ansatz des Schweizer Psychotherapeuten C. G. Jung. Diese zertifizierte Fortbildung habe ich im Dezember 2010 abgeschlossen.

Im Herbst 2009 habe ich in Essen erstmals eigene Maltage angeboten. Dabei handelt es sich nicht um einen Malkurs, in dem besseres Malen gelernt wird (das ist nur ein schöner Nebeneffekt, Malkenntnisse sind ausdrücklich keine Voraussetzung), und es ist auch keine Maltherapie. Es ist vielleicht eine Möglichkeit, durch das Malen innerer Bilder sich mit Lebensfragen auseinander zu setzen und die eigene Kreativität zu entfalten.

Diese Selbsterfahrungsarbeit habe ich auch in den folgenden Jahren fortgesetzt und ich lade alle InteressentInnen ausdrücklich zu unseren nächsten Terminen ein. Die Elemente Erde und Feuer, Wasser und Luft, Märchen und Träume waren u.a. Inhalt der Maltage (siehe auf meiner homepage „[farbenfrohe-selbsterfahrung.de.tl](http://farbenfrohe-selbsterfahrung.de.tl)“ die Seite „Bisherige Themen“).

Das heißt nicht, das man an allen Terminen teilnehmen muss, obwohl die Samstage thematisch in einem Zusammenhang stehen, macht auch die Teilnahme an einzelnen Maltagen Sinn.

### Wie so ein Maltag abläuft?

Gegen 10 Uhr kommen die TeilnehmerInnen in den Licht durchfluteten Kommunikationsraum im AKTIV PUNKT, den ich schon mit Tischen voller Farben, Pinseln, Mallappen, Wassertöpfen und Papier ausgestattet habe.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde gestalten sich alle ihren Malplatz, auf einem Tisch oder auch auf dem Boden, holen sich Papier, Pinsel, Palette und Wasser. Danach legen sich alle zur Tiefenentspannung auf eine Yogamatte. Ich fordere sie auf, sich zu entspannen: „Suche dir einen bequemen Platz für Kopf und Nacken ... und atme aus wie durch die Fußsohlen!“

Dann schildere ich eine Situation, die die TeilnehmerInnen zu inneren Bildern führt, z.B. „Du gehst auf einem Waldweg, die Sonne scheint warm, es riecht nach Tannennadeln...“. Nachdem ich alle wieder sanft in den Raum zurückgeholt habe, holen sie sich die notwendigen Farben und legen los. Wenn die Bilder fertig sind, reden wir darüber, was sich da gemalt hat, welche Gefühle beim Malen spürbar wurden und was sich auf den Bildern möglicherweise zeigt. Dabei geht es nie um eine

Beurteilung des Bildes, sondern um die inhaltliche Aussage. Aber das erste und letzte Wort hat immer die MalerIn.

Total lecker war bisher immer das mitgebrachte Essen für unser kleines Buffet. In der Mittagspause kann ein kleiner Spaziergang auf die naheliegende Ruhrhöhe oder auch ein kurzes Nickerchen auf der Yogamatte gemacht werden. Und dann kommt die zweite Malrunde mit einem anderen Inhalt. Zum Schluss des Tages würdigen wir alle Bilder noch einmal mit einem Gang durch die Ausstellung. Und nach dem gemeinsamen Aufräumen heißt es dann vielleicht: „Tschüß, bis zum nächsten Mal!“

Also keine Angst! Es passiert nichts, was Sie nicht selbst auch wollen. Und manchmal kommt nach dieser Erfahrung die Lust, auch zu Hause zu malen. Und aus diesem Grund mache ich dieses Angebot!

*Rolf Wagner*

Die nächsten Termine: 07.12.2013, 18.01.2014, 08.02.2014, 15.03.2014 jeweils von 10 bis 18 Uhr.

Anmeldung über:

Rolf Wagner

Worringstraße 46a, 45289 Essen

0201-572402

rolf-wagner-essen@gmx.de

Siehe auch: farbenfrohe-selbsterfahrung.de.tl

## 11. Onkolaut bricht alle Rekorde ...

... so oder ähnlich war es in den Zeitungen zu lesen.



Für uns als TVE'ler stimmt die Schlagzeile zwar nicht ganz, da wir mit 123 Meldungen unseren eigenen Rekord von 127 Startern nicht ganz erreichen konnten, aber doch wesentlich

(wieder als teilnehmerstärkster Verein) zu der Rekordzahl von knapp 1.900 Teilnehmern beigetragen haben.

Die nicht geringe Summe von 1.117 € (2013) für die Startgelder überweist der TVE beim On-

kolaut immer gerne, werden sie doch zu 100% an die Essener Krebsberatung weitergeleitet. Ohne euch, die ihr bereit wart, auch wirklich an den Start zu gehen, würde so eine Veranstaltung aber nicht funktionieren: Deshalb: Dank an alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen!

Erwähnen und danken möchte ich aber auch einmal unseren Nachbarverein „TLV Germania Überruhr“, der unter Führung von Brigitte Berghaus die vielen freiwilligen Helfer/-innen stellt und dem Moderatorenteam Michael Steinbrecher und Tim Husel, welches mit seiner lockere Art ganz bestimmt einen ähnlich



großen Teil zum Gelingen des Tages beiträgt, wie der für das Veranstaltungswetter verantwortliche Petrus, der seinen Job einmal mehr hervorragend gemacht hat. Wie traurig wäre es, wenn die rd. 100 roten Vereinsshirts der TVE-Läufer/-innen unter Regenjacken verschwinden würden!

Vielleicht trägst ja auch du im nächsten Jahr dazu bei, dass der TVE Burgaltendorf beim Onkelauf 2014 (den 20.09. schon mal in den Kalender eintragen!) nicht zu übersehen sein wird!

*Georg Spengler*

## Die Abteilung Laufsport/Leichtathletik - Wer oder was sind wir eigentlich?



Wir sind als Ganzes z.Zt. gut 80 Sportler/-nnen zwischen etwa 35 und 75 Jahren. Uns stehen wöchentlich 6 Termine zur Verfügung: 4 für Walker und Nordic Walker/-innen, 2 weitere für

Die meisten Aktiven lassen sich aber vom Wetter nicht abschrecken und alle wissen, dass das ganze Jahr über und selbst bei strömendem Regen jemand auf sie wartet...

Dabei nutzen manche einen, andere zwei oder sogar drei Termine in der Woche zum Sporttreiben.

Läufer/-innen.

Je nach Wetter und Jahreszeit kann es passieren, dass wir mit 20 Leuten losgehen oder auch nur mit drei Läufern und Läuferinnen starten (Das passiert hauptsächlich in den Ferien.).

Natürlich haben wir nicht alle dasselbe Leistungsniveau; es lässt sich aber feststellen, dass nicht immer die Gleichen vorne (oder auch hinten) laufen und dass niemand allein gelassen wird.

Jetzt in der dunklen Jahreszeit tragen wir leuchtende Warnwesten und haben Stirn- oder Taschenlampen dabei, was zu Anfang vielleicht als ein wenig ungewohnt gesehen wurde aber auch eine gewisse Atmosphäre schafft und definitiv unliebsame Kontakte mit Autos und anderen Verkehrsteilnehmern verhindert.

Sowohl beim Laufen wie auch beim (Nordic) Walken lässt sich beobachten, dass sich schon kurz nach dem "Start" Zweier- oder Dreiergruppen bilden, denn schließlich müssen ja Neuigkeiten ausgetauscht werden und das stört beim Laufen überhaupt nicht...

Während der etwa 60 Minuten bilden sich dann die Grüppchen auch mal neu, so dass am Ende meist jeder alles weiß.

Trotz des eher geselligen als verbissenen Charakters der Trainingseinheiten lassen sich doch so einige Sportler und Sportlerinnen nicht davon abhalten, auch das ein oder andere Mal im Jahr an einem Leistungsvergleich (als "Event") teilzunehmen. Das ist für niemanden Pflicht, macht aber in der Gruppe auch Spaß (man denke an den Onkolauf) und motiviert, regelmäßig zu trainieren.

Aktuell bereiten die Läufer/-innen sich gerade auf die Nike-Winterlaufserie vor (drei Läufe: 10 km im Januar, 15 km im Februar und 21 km im

März), im Mai steht dann der VivaVest- (Halb-) Marathon an. Für die Walker/-innen und Nordic Walker/-innen bieten sich z.B. die 10 km Walkingveranstaltung im April in Überrauch, der Tengelmannlauf (10 km in Mühlheim im Juni) und der Walkingday am Baldeneysee (14 km im Herbst an).

Bei den verschiedenen wöchentlichen Lauftreffterminen lässt sich wohl sagen, dass sich der Termin Mittwoch abends (18.00 h) am ehesten für die Anfänger/-innen oder weniger Fitten bei den Walkern und Nordic Walkern eignet und die Läufer/-innen bei der Mittwocheinheit (19.30 h) zwar ein paar Steigungen mitnehmen, aber "nur" etwa 9 km laufen, während es beim Samstagstermin (9.30 h) auch 'mal mehr werden können (so z.B. wenn wir uns auf einen besonderen Lauf vorbereiten). Die Geschwindigkeit variiert dabei je nach Strecke, allgemeinem Befinden und der jeweiligen Zusammensetzung der Gruppe zwischen etwa 5.45 und 7.00 min./km. Zugegebenweise ist bei den Läufern und Läuferinnen die Kombination aus Streckenlänge und Geschwindigkeit nicht unbedingt für "blutige Anfänger/-innen" geeignet aber wer schon ein "bisschen geübt" hat, ist willkommen!

*Georg Spengler*

## Aktuelles aus der Abteilung Hara-Ki-Judo



Das Jahr neigt sich dem Ende zu, doch in der Judoabteilung steht noch so einiges an.

Bei der Planung der anstehenden Dinge wurde der TVE allerdings vor große organisatorische Aufgaben

gestellt, denn die SH Auf dem Loh ist seit Montag, den 25.11.2013, für mindestens 3 Wochen wegen Sicherungsmassnahmen bei der Verfüllung von Hohlräumen unter der Halle gesperrt. Die SH Auf dem Loh ist also frühestens (wenn überhaupt) in der Woche vor Weihnachten also ab dem 16.12. wieder nutzbar.

Daraus ergibt sich folgender Ablauf für die Zeit bis Weihnachten für die Gruppe A (Jungen u.

Mädchen von 3 bis 9 J.) mittwochs 16.00 h u. freitags 15.30 h sowie die Gruppe B (Jungen u. Mädchen ab 10 J. sowie jüngere Fortgeschrittene und Volljährige) mittwochs 16.30 h, die normalerweise in der SH Auf dem Loh trainieren:

**MI, 04.12.2013**, ab 16.00 h Kyu-Prüfung für 6. bzw. 5. Kyu (gelb, weiß/gelb) in der TH Holteyer Str.;

anschl. 18.00-19.30 h Training für Gruppe B in der TH Holteyer Str.

**FR, 06.12.2013**, 17.00-19.00 h Training für Gruppe B in der TH Holteyer Str.

**MI, 11.12.2013**, 18.00-19.30 h Training für Gruppe B in der TH Holteyer Str.

**FR, 13.12.2013**, 17.00-19.00 h Vereinsinternes "Nikolaus"-Turnier für alle Judoka des TVE Burgaltendorf

**MI, 18.12.2013**, ab 16.00 h Kyu-Prüfung 4.-1. Kyu (orange, grün, blau, braun) in der SH Auf dem Loh oder in der TH Holteyer Str.

**FR, 20.12.2013**, 17.00-19.00 h Jahres-Abschluss-Training Gruppe B in der TH Holteyer Str.

Den Trainern ist bewußt, dass nach diesem Plan die jüngeren Judoka der Gruppe A, die nicht an der Gürtelprüfung teilnehmen, so gut wie keine Trainingszeiten mehr haben. Dies hat damit zu tun, dass keine freien "frühen" Ausweichzeiten verfügbar waren, die nicht durch

die Gürtelprüfungen belegt werden. Alle Judoka (also auch die jüngeren, die nicht an der Gürtelprüfung teilnehmen) sind aber herzlich zum vereinsinternen Turnier am 13.12.2013 eingeladen.

**Wichtig:** Stephan Leifeld benötigt bis zum 06.12.2013 für die neuen digitalen Budopässe "Passfotos", am besten als Digitalfoto. Wer das nicht bereits gemacht hat kann ein solches Bild per Mail an [sport@tve-burgaltendorf.de](mailto:sport@tve-burgaltendorf.de) senden. Jeder Judoka des TVE Burgaltendorf erhält einen solchen digitalen Budopass und somit muss auch jeder bitte ein solches Bild einreichen.

*Stephan Semmerling*

## 1. Platz für die Jüngsten und 2. Platz für die 15jährigen bei den Stadtmeisterschaften im Turnen



Der Wettkampf fand am 30.06.2013 in der Th Hadenkampstraße statt. Der TVE Burgaltendorf war diesmal mit TSG Helene Ausrichter; wir hatten deshalb allerhand Vorbereitungen zu leisten.

Auf diesem Wege danke ich auch allen helfenden Händen, die uns bei der Computerarbeit,

bei der Cafeteria und mit Kuchenspenden u.ä. unterstützt haben. Ebenfalls ein Dank an die Kampfrichterinnen und Trainer/-innen!

Insgesamt nahmen 192 Turnerinnen aus 9 verschiedenen Essener Vereinen teil. Geturnt wurde in 6 Wettkampfklassen, angefangen vom Jahrgang 2006 und jünger, bis zum Jahrgang 1997 und älter. Mit 109 Turnerinnen stellten die 9- bis 11jährigen die größte Gruppe, wie jedes



Jahr. Unseren 7jährigen (eher 6jährigen) Turnerinnen gelangte der Sprung auf die höchste Treppe, gefolgt von den 15jährigen (auch eher jünger), die auf die 2. Treppe stiegen.



## Die Ergebnisse

### 1. Platz Jahrgang 2006 und jünger:

Anna-Lena Pantel (06), Paula Szepannek (07), Greta Moser (07) Nina Achtermeier (07), Lena Petrich (08)

### 2. Platz Jahrgang 1998 und jünger:

Jil Esser (02), Sophie Diesner (01), Kira Weierstahl (99), Johanna Schlechter (99)

### 4. Platz Jahrgang 1997 und älter:

Ann-Christin Hackländer (97), Sina Sczegan (97), Regina Kernebeck (96), Lena Niekamp (96)

### 6. Platz Jahrgang 1997 und älter:

Miriam Fritzeimer (95), Jana Schneider (94), Sandra Kernebeck (91), Verena Kernebeck (89)

### 9. Platz Jahrgang 2004 und jünger:

Jana Steffl (06), Carla Meier (06), Pia Bergmann (05), Isabel Wagner (05), Svenja Gebauer (04)  
Die Mannschaft des Jahrgangs 1998 und jünger haben sich mit ihrem 2. Platz für den Gaugruppenwettkampf am 12.10.2013 in Krefeld qualifiziert.

*Sylvia Dumm*

## 4. Platz für die Mannschaft beim Gaugruppenwettkampf in Krefeld



Am 12.10.2013 fand der Gaugruppenwettkampf in Krefeld statt. Der Jahrgang 1998 und jünger hatte sich mit dem 2. Platz bei den Mannschaftsmeisterschaften

dafür qualifiziert.

Jil Esser (02), Sophie Diesner (01), Kira Weierstahl (99), Johanna Schlechter (99) und Celine Rudolph (00), traten für den TVE Burgaltendorf an. Sie erreichten den 4. Platz und wir Trainerinnen sprechen ihnen ein großes Lob aus.

Für das Landesfinale am 1.12.2013, das in Essen stattfindet, reichte es leider nicht. Danke

auch an unsere Kampfrichterin Stefanie Dumm, die den ganzen Tag in Krefeld weilen musste, obwohl wir nur in einem Durchgang vertreten waren.

Da das Landesfinale in Essen stattfindet, sind die Essener Vereine Ausrichter. Bei einer Versammlung wurden an alle Vereine Aufgaben verteilt.

Das traditionelle Nikolausturnen, an dem wir seit Jahren teilnehmen und bei dem an 3 Geräten Pflichtübungen und am Boden eine Kür verlangt wurden, fällt in diesem Jahr wegen einer Doppelbesetzung der Halle aus. Für den 30.11.2013 konnte keine andere Halle gefunden werden.

*Sylvia Dumm*

## AirTrack - ein Highlight beim Training der Leistungsturnerinnen



Vom 30.9. bis zum 6.10. hatte sich die Leistungsgruppe ein AirTrack ausgeliehen. Wenn sie jetzt Fragezeichen im Gesicht haben und sich denken: "Was ist denn das?"

Keine Angst, denn so geht es wahrscheinlich den meisten. Das AirTrack ist eine mit Luft gefüllte Bodenbahn. Ohne Luft ist es ein kleines Päckchen und in wenigen Minuten aufgeblasen.

Für unsere Turnerinnen stellte das AirTrack ein absolutes Highlight dar!

Nach etlichen eMails mit dem Ansprechpartner Marc Kollbach vom RTB konnten wir schließlich einen Termin aushandeln - denn auch andere Vereine wollten das kostenlose Angebot ausprobieren. Ein Termin mit einem Referenten wurde auch noch vereinbart.

Die Trainerinnen Bettina Weierstahl und Sylvia Dumm holten das AirTrack beim RTB in Bergisch-Gladbach ab und abends konnten unsere Mädchen direkt darauf trainieren.

Beim Dienstagtraining gab es bei den Jüngeren helle Begeisterung. Das Aufwärmtraining schien auf einmal so leicht, aber bei manchen Prellsprüngen oder Hasenhüpfen überschlug man sich fast. Die Kleinen merkten schnell, was Körperspannung bedeutet!

Als der Workshopleiter Arne Tilgen später dazu kam und unseren Turnerinnen noch lustige Turnübungen zum Ausprobieren zeigte, waren sie kaum zu bremsen und schwer zu bewegen, das Feld für die älteren Turnerinnen zu räumen. Auch die Großen erlebten Höhenflüge, sprangen Flick-Flack und Salti als ob sie nie etwas anderes gemacht hätten.

Am Donnerstag fiel das Training aufgrund des Feiertages leider aus, doch dafür konnte die beantragte Halle am Sonntag von 10.00 - 13.00 h benutzt werden. Unser Turnerinnen drehten noch 'mal so richtig auf, bevor das AirTrack am Montag wieder zurückgebracht werden musste.

Das Fazit unserer Mädels war natürlich total positiv, was sich auch aus den folgenden Kommentaren zum AirTrack ableiten lässt:

- Paula (6 Jahre): "Am besten jeden Tag!"
- Greta (6 Jahre): "Aber dann muss der Mann wiederkommen, der uns so lustige Sachen zeigte."
- Lena (5 Jahre): "Da muss man immer weiterrollen und kann nicht aufhören".
- Anna-Lena : "Ich fand es gut, dass die Bahn da war, ich fand es eine coole Sache. Ich bin jetzt 7 Jahre."
- Pia (8 Jahre): "Ich will sie immer hier haben!"
- Isabel: "Ich bin 8 Jahre alt und ich kann zwar nicht so viel, aber ich würde gern wieder auf dem AirTrack turnen und z.B. einen Salto darauf machen können."
- Celina (10 Jahre): "Ich fands cool und es wäre toll, es immer hier zu haben".
- Fabi, Sophie, Johanna (12 -14 Jahre) : "Wir konnten mit dem AirTrack viele neue Turnübungen ausprobieren. Es war eine tolle Erfahrung und es hat sehr viel Spaß gemacht. Es wäre schön, wenn wir beim nächsten Vereinsfest präsentieren könnten, was wir gelernt haben!"
- Celine (13 Jahre): "Ich fand die Airtrack-Bahn sehr schön. Es hat Spaß gemacht, neue Sachen auszuprobieren!"

*Daggi Zedler*

### DEMNÄCHST:

Das nächste große Ereignis ist die Turnfest-Gala am 16.11.2013 in der Th Haedenkampstraße. Einige Turnerinnen werden ihre Show Balken/Boden präsentieren, die sie schon auf dem Burgfest zeigten. Da der Balken nun auf einem Schwingboden steht, wird es eine etwas wackelige Angelegenheit. Unsere Turnerinnen sind trotzdem zuversichtlich.

Der Nikolaus kommt am 03.12. zu uns in die Turnhalle und wird uns hoffentlich viele Sportabzeichen bringen. Am 17.12. lassen wir das Jahr mit unserem Weihnachtsturnen ausklingen, für das leibliche Wohl sorgen Plätzchen, Schoko, Nüsse und Pizza !!! sowie ein wenig Tannenduft.

*Sylvia Dumm*

## Mitgliedergeburtstage

### Der TVE gratuliert zu runden und hohen Geburtstagen in den Monaten Dezember bis Februar

<u>50 J.:</u>	21.12. Bernd Witulski	<u>75 J.:</u>	03.12. Hans-Dieter Weitermann
	28.01. Annette Weber		03.01. Franz Trautmann
	02.02. Monika Lehnard		05.01. Gudrun Tenhaven
	21.02. Nina Venediger		12.01. Helmut Greckl
	24.02. Bärbel Galemann		12.01. Christa Patz
	27.02. Claudia Schlüter		16.01. Gertraud Menzel
<u>60 J.:</u>	19.12. Brigitte Bauer		29.01. Claus Ueter
	14.01. Ursula Mazeisig		08.02. Carola Strauch
	23.01. Johanna Korth		03.03. Margret Boehm
	11.02. Angelika Kolms	<u>80 J.:</u>	04.09. Inge Schrade
	26.02. Petra Wember-Strauß		28.09. Karl-Wilhelm Siekmann
<u>65 J.:</u>	03.12. Ursula Junge	<u>81 J.:</u>	05.12. Wilhelm Bredendiek
	11.12. Hans-Jürgen Laue		26.01. Doris List
	18.12. Sylvia Dumm		09.02. Josef Kernebeck
	23.12. Christa Heuer	<u>82 J.:</u>	18.01. Margot Hohmann
	29.01. Maria Anna Kessing		02.03. Martha Hesse
	06.02. Edith Gentile	<u>84 J.:</u>	11.02. Heiner Blum
	18.02. Ferdinand Kexel	<u>85 J.:</u>	17.02. Edda-Maria Grossmann
	26.02. Sorica Gogol	<u>86 J.:</u>	12.01. Ursula Kappel
<u>70 J.:</u>	04.12. Othmar Haberl	<u>87 J.:</u>	05.12. Anni Golz
	17.12. Martin Hameier		18.02. Dorothea Adebar
	01.01. Helga Walther	<u>89 J.:</u>	07.01. Marianne Köster
	14.01. Mechthild Kemper		02.02. Margret Spengler
	28.01. Heinz Dumm	<u>94 J.:</u>	24.12. Fränzi Hinz
	01.02. Dagmar Dreßen		
	03.02. Ursula Schulte		
	15.02. Gertrud Werseck		

## Totengedenken



Auch in den letzten Wochen / Monaten hat der TVE wieder einige Mitglieder durch den Tod verloren.  
Am 08. Juli verstarb Siegfried Engelhardt

im Alter von nur 58 Jahren. Siegfried war seit 1960 Mitglied.

Am 07. Juli verstarb Irmgard Köster im Alter von 93 Jahren. Irmgard war bis vor einigen Jahren noch aktiv in der Wassergymnastik.

Am 21. August hat uns Anita Trautmann im Alter von 76 Jahren verlassen.

Am 10. September starb Hans Oberste Brandenburg im Alter von 78 Jahren. Hans gehörte seit 1950 dem TVE an.

Wir sind mit den Angehörigen traurig, dass sie nicht mehr unter uns sind und werden ihnen ein gutes Gedenken bewahren.

*Eduard Spengler*



## Beitragsregelungen

Der TVE erhebt:

1. eine Aufnahmegebühr (einmalig bei der Aufnahme in den Verein)
2. eine Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr
3. einen Vereinsbeitrag (für die Vereinsmitgliedschaft)
4. einen *Abteilungsbeitrag* (zusätzlich zum Vereinsbeitrag) für die Sportangebote
  - Leistungsturnen
  - Laufsport
  - Kraftgerätetraining
  - Reha-Sport
  - Rhönradturnen
  - Badminton
  - Kampfkunst (Hara-Ki-Judo - Jiu Jitsu)
  - Chor
5. einen "Überweiserkosten-Zuschlag" für Mitglieder ohne Abbuchungserlaubnis
6. Kursgebühren für Sportangebote, die in Kursform angeboten werden

Welche Beitragsart?	In welchem Fall?	Wieviel? (monatlich)
<u>Aufnahmegebühr</u>	Neumitglieder, unabhängig von Alter und Beitragsart	8,00 € (einmalig)
<u>Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr</u>		
Allen Interessenten (Ausnahme: Eltern/Kind-Turnen, Kraftgerätetraining, Kursprogramm) wird die Möglichkeit eingeräumt, das Vereinsangebot bis zu einem Monat kostenlos auszuprobieren. Zum 01. des darauf folgenden Monats wird bei weiterer Nutzung von Vereinsangeboten die Mitgliedschaft im TVE Burgaltendorf - durch das Stellen eines Aufnahmeantrags - erforderlich. Für die Nutzung des Sportangebots nach Ablauf des Probemonats wird für die Zeit ohne Mitgliedschaft eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Rechnung gestellt. Sie beträgt das Zweifache des ansonsten anfallenden Beitrags.		
<u>Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag</u>		
„Junge-Leute-Beitrag“	Mitglieder im Alter von 0 bis 24 Jahre	4,75 €
Einzelbeitrag "Erwachsene ab 25 J."	Erwachsene ab 25 Jahre	5,25 €
Kurzzeitmitgliedsbeitrag	nur möglich f. Teilnehmer/-innen d. Kraftgerätetrainings	6,00 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (z.B. Wohnsitz außerhalb von NW, Wohnsitz im Alten- oder Pflegeheim) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden	3,50 €
beitragsfrei	Mitglieder, die das 100. Lebensjahr erreicht haben	0,00 €
<u>Vereinsbeitrag: Familienbeitrag</u>		
Mehrere Vereinsmitglieder aus einer Familie (Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahmeantrag zu stellen.)	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von a) mindestens einem Elternteil und mindestens einem Kind unter 21 J. b) mindestens 2 Kindern unter 21 J. c) Partner und Partnerin (z.B. ein Ehepaar)	5,00 € Grundbeitrag (1 x je Familie) + 2,00 € Pers.-Zuschlag je TVE-Mitglied in der Familie
<u>Abteilung-/Sportgruppenbeitrag (zusätzlich zum Vereinsbeitrag)</u>		
Teilnehmer/-innen der Sportangebote:	unabhängig vom Alter	
Leistungsturnen		6,50 €
Rhönradturnen		4,50 €
Hara-Ki-Judo	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre: (Pass- und Sichtmarkengebühren inklusive, Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive)	7,00 € 10,00 €
Badminton	(Limitiertes Ballbudget inklusive)	6,00 €
Laufsport		2,00 €
REHA-Sport:		
- Herzsport (bei KV-Zuschussfähigkeit)		3,75 €
- Herzsport (ohne KV-Zuschussfähigkeit)		10,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge	wird in Kursform angeboten	s. Kursprogramm
Chor "tonARTisten"	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	3,00 € 7,50 €
Kraftgerätetraining		24,00 €
Überweiserkosten-Zuschlag f. Mitglieder, d. keine Abbuchungserlaubnis erteilt haben	unabhängig vom Alter	3,00 € (Jahr)
Kursgebühr zusätzl. für Angebote in Kursform	unabhängig vom Alter	s. Kursprogramm



Welche Beitragsart?	In welchem Fall?	Wieviel? (monatlich)
<u>Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung (nur auf Antrag hin)</u>		
	Diese Beitragsart umfasst die Teilnahmeberechtigung aller TVE-Mitglieder innerhalb einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres) an allen Sportangeboten des TVE mit Ausnahme von Kursen, Workshops u.ä., Kraftgerätetraining, Herzsport und Chor. Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht monatlich anteilig gewährt.	150,00 € pro Halbj.

**Hinweise:** Umstellungen der Beitragsart wegen der Erreichung von Altersgrenzen erfolgen erst zum Beginn des nachfolgenden Halbjahres.

Ein Austritt kann nur zum Jahresende (31.12.) und nur schriftlich erfolgen. Beiträge sind bis zum Datum der Beendigung der Mitgliedschaft - unabhängig vom Zeitpunkt der Austrittserklärung - zu zahlen.

Kurzzeitmitglieder können den Austritt zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erklären.

Die Beendigung der ABTEILUNGszugehörigkeit kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen.

Der gesamte Jahresbeitrag ist, soweit keine Einzugsermächtigung/kein SEPA-Lastschriftmandat erteilt wurde, jährlich zum 15. April fällig.

Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des/der Säumigen, ebenso Bankrückbelastungsgebühren, die das Mitglied verursacht hat.

**Beitragseinzüge** erfolgen im Einzugsermächtigungsverfahren (ab 2014 im SEPA-Basis-Lastschriftverfahren):

- am 1. März die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das erste Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 01.03. d. J. aufgenommen wurden am 30.06. („Nachzüglerabbuchung“))
  - am 1. September die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das zweite Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 01.09. d. J. aufgenommen wurden am 27.12. („Nachzüglerabbuchung“))
  - am 1. April die Kursgebühren für die Kurse des ersten Halbjahres
  - am 1. Oktober die Kursgebühren für die Kurse des zweiten Halbjahres
  - monatlich am 15. der Abteilungsbeitrag "Kraftgerätetraining" und der Kurzzeitmitgliedsbeitrag
- Ist der Einzugstermin kein Geschäftstag, erfolgt der Einzug am nächst folgenden Geschäftstag.

Die Mitglieds-Nr. gilt im SEPA-Basis-Lastschriftverfahren als Mandatsreferenz.

Die Gläubiger-Identifikations-Nr. des TVE Burgaltendorf lautet: DE19TVE00000031443

**Bankverbindung:** KTO 200020700 BLZ 36060488 (Geno Bank Essen AG),  
BIC GENODEM1GBE, IBAN DE69360604880200020700

**Informationspflicht des Mitglieds:** Ist das Mitglied nicht selbst Kontoinhaber/-in des in der Einzugsermächtigung / im SEPA-Lastschriftmandat angegebenen Kontos, hat das Mitglied die Pflicht, den/die Zahler/-in über anstehende Lastschrifteinzüge zu informieren.

### Steckbrief des TVE Burgaltendorf

#### Gründung/ Vereinsregister

Der TVE wurde am 10. März 1901 gegründet und ist unter der Nr. 282 beim Amtsgericht Essen - Steele eingetragen.

#### TVE-Jugend

Die „TVE-Jugend“ ist die eigenständige Kinder- und Jugendorganisation des TVE. Zu ihr gehören automatisch alle Mitglieder bis zur Vollendung d. 18. Lebensjahres. Die „TVE-Jugend“ ist gleichermassen Sport- u. Jugendorganisation.

#### Verfassung

Die Vereinssatzung und die gesetzlichen Vorschriften des Vereinsrechts bilden die Verfassung des TVE.

#### Gesetzliche Vertreter

Den Vorstand im Sinne des § 26 II Bürgerliches Gesetzbuch (BGB), also die gesetzliche Vertretung, bilden der/die Vorsitzende (Eckhard Spengler), der/die Geschäftsführer/-in (Gerhard Spengler), der/die Organisationsleiter/-in (Christiane Spengler), sowie der/die von der Mitgliederversammlung gewählte Sportleiter (Stephan Semmerling).

#### Kenn-Nummern

Vereinsregister Amtsgericht Essen-Steele	20282	Landessportbund NRW, Essener Sportbund	1003172
Finanzamt Essen-Ost	111/5781/0629	Essener Sängerkreis	191511000
Gläubiger-Identifikations-Nr.	DE19TVE00000031443	Rheinischer Turnerbund	1107008
Deutsches Jugendherbergswerk	9670985	Badminton-Landesverband NW e.V.	473
GEMA	421581	Westdeutscher Volleyballverband	447
Sporthilfe e.V.	1003172		



## Voilà, das TVE-Sportangebot

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	OrgaNr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
<b>202 "Turnen &amp; Spiel für Kinder"</b>							
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	15:00 - 16:00	20201	Dörendahl
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.	5*fr.	16:00 - 17:00	20202	Dörendahl
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo	16:15 - 17:15	20203	Zimmermann
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.	1*mo	17:15 - 18:15	20204	Zimmermann
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	1. - 4. Schuljahr	Th Holteyer Str.	2*di.	16:00 - 17:00	20206	Dörendahl
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	1. - 4. Schuljahr	Bad Holteyer Str.	2*di.	17:00 - 18:00	20207	Dörendahl
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	16:00 - 17:00	20215	Kernebeck
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.	5*fr.	17:00 - 18:00	20216	Kernebeck
Gerätturnen	Jungen u. Mädchen	Vorsch.a. - 4. Schulj.	Sh Auf dem Loh	--R	17:00 - 18:30	20220	Kernebeck
Sportmix	Jungen u. Mädchen	1. - 4. Schuljahr	Th Holteyer Str.	2*di.	17:00 - 18:00	20230	Balbach
<b>203 "Leistungs- und Rhönradturnen"</b>							
Leistungsturnen	Mädchen	von 5 bis 10 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	15:45 - 17:00	20301	Dumm
Leistungsturnen *	weibl. Mitgl.	ab 11 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	17:00 - 18:30	20302	Dumm
Leistungsturnen *	weibl. Mitgl.	ab 11 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	16:30 - 18:30	20303	Dumm
Leistungsturnen *	weibl. Mitgl.	ab 14 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	18:45 - 20:15	20304	Rakov
Rhönradturnen A *	männl. +weibl. Mitgl.	ab ca. 10 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	18:30 - 20:00	20309	Kernebeck
Rhönradturnen B (Fortges	männl. +weibl. Mitgl.	ab ca. 10 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	19:45 - 21:00	20310	Kersten
Rhönradturnen *	Übungsleiter		Sh Auf dem Loh	LM-	18:45 - 20:15	20311	(ohne Leitung)
Rhönradturnen *	Übungsleiter		Sh Auf dem Loh	LM-	21:00 - 21:45	20312	(ohne Leitung)
<b>206 "Eltern/ Kind-Turnen und -Schwimmen"</b>							
Eltern/ Kind-Turnen A *	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	15:00 - 16:00	206A	Spengler
Eltern/ Kind-Turnen C *	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	--R	16:00 - 17:00	206C	N.N.
Eltern/ Kind-Turnen D *	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	16:00 - 17:00	206D	Schrade
Eltern/ Kind-Turnen E *	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	16:00 - 17:00	206E	Spengler
Eltern/ Kind-Turnen F *	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	17:00 - 18:00	206F	Schrade
<b>208 "Kampfkunst"</b>							
Hara-Ki-Judo A *	Jungen u. Mädchen	3 - 9 Jahre	Sh Auf dem Loh	--R	16:00 - 17:00	20812	Leifeld
Hara-Ki-Judo B *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 10 J. + jü. Fortg.	Sh Auf dem Loh	--R	16:30 - 18:00	20813	Leifeld
Hara-Ki-Judo AA *	Jungen u. Mädchen	3 - 9 Jahre	Sh Auf dem Loh	--R	15:30 - 17:00	20814	Leifeld
Hara-Ki-Judo B *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 10 J. + jü. Fortg.	Th Holteyer Str.	5*fr.	17:00 - 18:30	20815	Leifeld
Hara-Ki-Judo C *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 17 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	17:30 - 19:00	20816	Leifeld
<b>209 "Badminton"</b>							
Badminton *	Jungen u. Mädchen	7 - 12 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM	17:00 - 18:30	20901	Schäfer
Badminton *	Jungen u. Mädchen	7 - 12 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM	18:00 - 20:00	20902	Schäfer
Badminton *	Jungen u. Mädchen	13 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM	18:30 - 20:00	20903	Schäfer
Badminton *	Jungen u. Mädchen	13 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM	18:30 - 20:00	20904	Schäfer
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	20:00 - 21:45	20910	(ohne Leitung)
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM	20:00 - 21:45	20911	(ohne Leitung)
Badminton	Mannschaftsspieler	11 bis 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	17:00 - 18:30	20913	Schäfer
							Zimmermann
							Zimmermann
							Budriks
							Budriks
							Malburg
							Malburg
							Budriks
							N.N.
							Budriks
							Lassak
							Lassak
							Weierstahl
							Zedler
							Zedler
							Schönmeier
							Hegler
							Hegler
							Werth
							Werth
							o. Werth
							Hüser
							Hüser
							Kluge
							Gebner
							Balbach
							Gebner
							Gebner



Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag Uhrzeit	OrgaNr. Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
<b>214 "Rad-Tourensport"</b>					
Sportl. Rad-Tourenfahrten	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	4*do. 18:30 - 20:30	21401 Spengler
<b>215 "Laufsport und Leichtathletik"</b>					
Laufsport, Termin B *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	3*mi. 09:30 - 10:30	21501 Marquab o. Stoßberg
Laufsport, Termin A *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	2*di. 18:15 - 19:45	21503 Spengler
Laufsport, Termin G *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	3*mi. 18:15 - 19:30	21504 Enigk
Laufsport, Termin D *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossensch	6*sa. 09:30 - 11:00	21510 Spengler
Laufsport, Termin E *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	3*mi. 19:30 - 20:30	21511 Spengler
Laufsport, Termin F *	männl. +weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	4*do. 18:00 - 19:30	21512 Spengler
<b>216 "Fitnessstraining und Ballsplele"</b>					
Fußball	Männer	ab 18 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr. 19:00 - 20:00	21601 Riemenschneide
Fitnessstraining	Männer	ab ca. 40 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr. 20:00 - 21:30	21602 Kolligs
Fit ab 40	Männer	ca. 40 - 60 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo 20:15 - 21:30	21603 Semmerling
Fußball	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	4*do. 19:30 - 20:45	21604 Semmerling
Fußball	Jungen	15 - 20 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo 17:15 - 18:45	21607 Oerfgen o. Neumann
<b>217 "Gymnastik für Frauen"</b>					
Fit ab 30	Frauen	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo 18:45 - 20:15	21701 Enigk o. Malburg
Gymnastik G	Frauen	ab ca. 40 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo 20:15 - 21:45	21702 Grund
Gymnastik M	Frauen	ab ca. 40 Jahre	Sh Auf dem Loh	2*di. 20:00 - 21:30	21704 Marquab
<b>218 "Sport für Männer und Frauen 60plus"</b>					
Gymnastik D	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Th Holteyer Str.	4*do. 15:00 - 16:30	21801 Stoßberg
Gymnastik E	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Sh Auf dem Loh	4*do. 17:00 - 18:15	21802 Stoßberg
Gymnastik & Spiel F	Männer	ab ca. 60 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo 18:45 - 20:15	21810 Trautmann
Sitzgymnastik G	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	AKTIV PUNKT: Spor	4*do. 16:00 - 17:00	21812 Zimmermann
Wassergymnastik A *	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	4*do. 16:30 - 17:15	21815 Krieg
Wassergymnastik B *	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	1*mo 18:30 - 19:15	21816 Krieg
Wassergymnastik C *	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	4*do. 17:30 - 18:15	21817 Säckel
Wassergymnastik D *	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	5*fr. 19:20 - 20:05	21818 Säckel
Wassergymnastik E *	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	4*do. 18:30 - 19:15	21819 Säckel
Fit im vierten Viertel	Männer u. Frauen	ab ca. 75 Jahre	AKTIV PUNKT: Sp.r.	2*di. 16:00 - 17:00	21830 Krieg
<b>219 "REHA-Sport"</b>					
Herzport A *	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT: Sp.r.	2*di. 18:00 - 19:00	21901 Gwosdz Shivamurty o. Lüftgens
Herzport B *	Männer u. Frauen	unabhängig	Sh Auf dem Loh	4*do. 18:30 - 19:30	21902 Gwosdz Lotz-Hardegen
Sport i.d. Krebsnachsorge	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT	2*di. 17:00 - 18:00	21905 Spengler
<b>250 "Kraftgerätraining"</b>					
Kraftgerätraining *	Männer u. Frauen	ab 16 Jahre	AKTIV PUNKT: Kr.r.	mo-s -	25001 Semmerling o. Andere

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

## TVE-Terminkalender

(stets aktuell im Internet unter [www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de))

DATUM	ZEIT	ORT	MASSNAHME
05.12.2013	20.30-22.00 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Adventfeier der Kursgruppe "Rückenfit für Paare"
06.12.2013	19.30 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	TVE-Mitarbeiterabend mit Mitarbeiterbuffet
07.12.2013	ab 18.00 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	"Sopran-Abend" der tonARTisten
07.12.2013	17.15-17.40 h	Marktkirche, Innenstadt	Adventsingen mit den tonARTisten
09.12.2013	ab 20.00 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Weihnachtsfeier Kurs 63 Wirbelsäulengymnastik (Ltg. Rosi Stoßberg)
10.12.2013- 12.12.2013	ganztägig	SH Auf dem Loh	Die SH Auf dem Loh steht wg. einer Weihnachtsfeier der Comeniuschule nicht zur Verfügung
10.12.2013	18.00 - 20.00 h	AKTIV PUNKT, Bespr.-R.	Orga-Besprechung des Projektteams "60plus"
11.12.2013	16.00 h	Cafetraum, Alte Hauptstr.	Weihnachtliches Zusammensein der Gruppe "Fit im vierten Viertel" (Monika Krieg)
12.12.2013	18.00 h	Gaststätte "Vogelsang"	Weihnachtsfeier der Frauengymnastikgruppe "E" (Ltg. Rosemarie Stoßberg)
12.12.2013		Langerwehe-Merode	60plus-Ausflug Weihnachtsmarkt Schloss Merode
13.12.2013	17.00-19.00 h	Th Holteyer Str.	Nikolausturnier Abt. Kampfkunst für alle TVE-Judoka
14.12.2013	14.30 h	Mülheim	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (TSV Viktoria Mülheim M1 - TVE Burgaltendorf M1)
14.12.2013	16.00 h	SH Auf dem Loh	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (TVE Burgaltendorf M2 - KSV Erkenschwick M2)
15.12.2013		TVE-Büro	Letzter Abgabetermin der "Rechnungsstellungen" und sonstiger Belege zur Kostenerstattung
17.12.2013	ab 19.30 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Weihnachtsfeier Frauengymnastik (Ltg. G. Marquaß)
17.12.2013	17.00 - 19.00 h	AKTIV PUNKT, Bespr.-R.	Jahresausklang der Krebsportgruppe
17.12.2013	19.00 h	Restaurant Burgfreund	Weihnachtsfeier der Di./Do. (Nordic) Walking-Gruppe
18.12.2013		SH Auf dem Loh	Abt. Kampfkunst, Kyu-Prüfung für die älteren Judoka
19.12.2013	ab 17.00 h	Restaurant Burgfreund	Weihnachtsfeier Wasser-, Sitz- und Frauengymnastik (Ltg. M. Krieg, B. Zimmermann, R. Stoßberg)
21.12.2013- 07.01.2014			NRW-Weihnachtsferien 2013/2014 (ggf. angrenzende Wochenenden incl.)
21.12.2013	16.00 h	SH Auf dem Loh	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (TVE Burgaltendorf M1 - SG Kupferdreh-Byfang M1)
21.12.2013	16.00 h	SH Auf dem Loh	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (TVE Burgaltendorf M2 - BC RW Borbeck M2)
23.12.2013	18.00 h	Restaurant Burgfreund	Weihnachtsfeier der Wassergymnastikgruppe (Ltg. Monika Krieg)
28.12.2013	18.30 h	SH Auf dem Loh	Gemütlicher Jahresabschluss "Rhönradturnen"
07.01.2014	19.00 - 21.00 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	60plus-Abend "Nachlese 2013/ Vorschau 2014"
15.01.2014	18.00 - 19.30 h	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Neujahrsworkshop Mitglieder Sportbetrieb / Vorstand
18.01.2014	17.00 h	Essen-Borbeck	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (BC RW Borbeck M1 - TVE Burgaltendorf M1)
18.01.2014	16.00 h	Herten	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (1. BC Herten M1 - TVE Burgaltendorf M2)
21.01.2014	20:00-20.30 h	AKTIV PUNKT, Bespr.-R.	Prüfung der Finanzbuchhaltung 2014 durch die TVE-Buchprüfer/-innen
25.01.2014	16.00 h	SH Auf dem Loh	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (TVE Burgaltendorf M1 - 1. BV Mülheim M1)
29.01.2014	18:00-20.00 h	AKTIV PUNKT, Bespr.-R.	TVE-Vorstandsbesprechung 2014/01
01.02.2014	14.00 h	Gelsenkirchen	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (VfB Gelsenkirchen M1 - TVE Burgaltendorf M1)
01.02.2014	16.00 h	Essen-Bredeneay	Abteilung Badminton: Jugend-Mannschaftsspiel (OSC BG Essen-Werden M1 - TVE Burgaltendorf M2)
14.02.2014- 16.02.2014		Sportschule Hachen	Probenwochenende der tonARTisten

Wir tun **alles** für besseres

# Hören und Sehen



Augenoptik | Hörsysteme | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Str. 40 | Essen | Tel.: 0201.85125-0  
Scheidtmanntor 2 | Essen | Tel.: 0201.5147107  
Nockwinkel 99 | Essen | Tel.: 0201.585999  
Albertus-Magnus-Str. 16 | Duisburg | Tel.: 0203.7395700  
info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de

 **BAGUS**  
Auge und Ohr für Sie



**IDEE GEHABT.**  
**FINANZSTRATEGIE GEFUNDEN.**

MEHR INFOS



**GENO BANK**

IN ESSEN MEHR ERREICHEN