TVE Burgaltendorf



Nr. 164 Juli 2021



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

TUI TRAVELStar Reisebüro Burgaltendorf

Alte Haupstr. 104-106 . 45289 Essen Tel. 0201 592760 . Fax 0201 57757 info@reisebuero-burgaltendorf.de www.reisebuero-burgaltendorf.de



Michelitsch und Imkamp Steuerberatungsgesellschaft mbH

Mühlenweg 21 | 45289 Essen | Telefon (0201) 85 70 40 www.mundi-steuerberatung.de | info@mundi-steuerberatung.de

AMS AutoMotorService Michelitsch Bäckerei Konditorei Café Gräler Bagus - Auge und Ohr für Sie Café-Restaurant Burgfreund Essener Schlüsseldienst Klaus Liebaug Friedhofsgärtnerei Streicher Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven Garten- und Motorgeräte Theo Lelgemann Geno Bank Essen Getränke Michael Michel GmbH Goldschmiede Koll Johannes Brauksiepe GmbH Laura Apotheke Mirbach Wohnraum- und Objektausbau Pflegeagentur 24 Physiotherapie Jörg Verfürth Prost Bedachungen GmbH Reisebüro Burgaltendorf **REWE Stilleke**

Steuerberatungsgesellschaft mbH Michelitsch und Imkamp
Tennis- & Soccercenter Burgaltendorf
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
Wohnstudio Neuhaus

5
Ŧ

03	Inserentenverzeichnis
05	Editorial
08	Universelles Anmeldeformular
11	Kursprogramm 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen
21	TVE internes
27	Eltern/Kind-Turnen & Schwimmen
29	Serie Wir stellen vor
41	Informationen zu diversen Kursgruppen
48	60plus Freizeitaktivitäten
49	Spazieren gehen
50	50plus Radeltouren
57	Verstärke das TVE-Mitarbeiterteam
58	Beitragsregelung
60	Aktuelles TVE-Sportgruppenangebot
62	Impressum



Corona-Schutzverordnung vom 9.7.21 ermöglicht vermehrt die Aufnahme von Sportangeboten

Dachten wir, liebe Leserinnen und Leser, und freuten uns. Doch dann kam alles zunächst ganz anders!

Denn auch unter weiterhin gültigen Auflagen, was Hygiene-, Abstands- und Maskenregelungen betrifft, konnten viele Sportgruppen wieder starten. Jedoch galt das leider nicht für alle, da wir eine Mail der Stadtverwaltung folgenden Inhaltes erhielten:

- 1. Die Sporthalle Auf dem Loh ist während der gesamten Sommerferien wegen Sanierungs-/Reparaturarbeiten geschlossen. Inoffiziell hat einer unsere Übungsleiter von Verbindungsarbeiten der Sporthalle mit der Schule gehört.
- 2. Die Turnhalle Holteyer Straße ist in den ersten drei Wochen der Sommerferien wegen Reinigungsarbeiten geschlossen, ggf. auch nur in den ersten beiden Wochen.

Eine Mail des Vereins an die Stadtverwaltung, in der er die daraus resultierenden Probleme, wie weiter unten dargestellt, schilderte, ist bisher nicht beantwortet worden, sodass der TVE erst einmal davon ausgehen musste, dass sich keine positiven Änderungen mehr ergeben würden.

Von der Schließung der Sporthalle während der Sommerferien wären in der ersten Ferienhälfte bereits 15 Gruppen mit rund 300 Sportler*innen, betroffen, in der zweiten Hälfte der Sommerferien urlaubsbedingt acht Gruppen mit etwa 130 Sportler*innen.

D.h.: Alle Gruppen, die vorhatten, in den Sommerferien in der Sporthalle Auf dem Loh zu trainieren, hätten für draußen planen oder pausieren müssen. Zum Teil hätte vereinzelt für Kleingruppen eventuell der AKIV PUNKT zur Verfügung gestanden, soweit es dort Freiraum gegeben hätte.

Das Kraftgerätetraining und die Angebote im vereinseigenen AKTIV PUNKT

und konnten bzw. können weiter durchgeführt werden.

Wir verstehen:

Notwendige Reparaturen in den städtischen Hallen können und dürfen nicht verschoben werden.

Aber: Die Stadt hatte mehrfach verlauten lassen, dass die Vereine auf Antrag in den Sommerferien in die Sporthallen können.

So planten wir ein neues Sportangebot unter Berücksichtigung weiterhin relevanter Auflagen der Corona-Schutzverordnung, das dann aber fast vollständig verworfen und durch eine Neukonzeption ersetzt werden musste. Niedrigere Inzidenzwerte hatten zuletzt dazu geführt, nach den vielen Monaten ohne Sport nun mit gewaltigem Aufwand das neue Programm für rund 85 Sportgruppen auf die Beine zu stellen, das vor wenigen Wochen zur sichtbaren Freude der Sportler und Sportlerinnen beginnen konnte und während der Sommerferien überwiegend durchlaufen sollte. Dies sollte nach der grundsätzlichen Öffnung der Turn- und Sporthallen in den Sommerferien auch für die vielen Sportgruppen gelten, deren Sportstunden nicht ersatzweise unter freiem Himmel stattfinden können.

Innerhalb kurzer Zeit konnten so über 500 Anmeldungen entgegengenommen und bestätigt werden; hunderte Mail- und Telefonanfragen von Mitgliedern wurden individuell beantwortet.

Dann erfuhren wir nebenbei und inoffiziell, dass das Schulschwimmbecken wegen einer Reparatur gesperrt sei und waren gezwungen, die Planungen zu ändern.

Neue Info: Das Bad in der Schulturnhalle Holteyer Straße ist repariert, aber in den letzten drei Wochen der Sommerferien wegen Reinigungsarbeiten geschlossen. Seitens der Verwaltung gab es dazu keinerlei Hinweise -im Gegenteil: Kurz vorher wurde uns auf Anfrage bestätigt, dass das Bad zu nutzen sei. Die Bambini-Schwimmkurse und die 60plus-Wassergymnastik starten deshalb erst nach Ende der Schulferien wieder, also ab dem 18. August.

Mit diesen angekündigten Schließungen wäre der Sport in Burgaltendorf erneut hart getroffen gewesen.

Ihr erinnert euch: Zuvor schon gab es langandauernde Ausfälle:

Die Dreifachsporthalle der Comenius-Schule war:

• vom 31.08.2017 (zwei Tage nach sechswöchiger Schließung wegen Sommerferien) bis Ende Februar 2019 – kurzzeitig mit Ausnahme eines Hallendrittels - wegen der Erneuerung des Hallenbodens nach einem massiven Wasserschaden geschlossen.

• von Anfang Oktober 2019 bis Mitte Februar 2020 (sechs Wochen vor dem Corona-Lockdown) wegen der Sanierung des Hallendachs geschlossen. Erfreulich: Es entstand bei einigen Gruppen der Eindruck, dass Sport draußen in der Sommerzeit nicht mehr als Notbehelf gesehen wurde, sondern gerne akzeptiert wurde, solange das Wetter mitspielte.

Wir haben die Presse über die Burgaltendorfer Situation informiert und den Essener Sportbund um Hilfe gebeten. Wiederum wurde in den Zeitungen dann berichtet, dass die Vereine aktualisierte Nutzungsbescheide erhalten sollten.

Auf unsere erneute Kontaktaufnahme am 13. Juli, dieses Mal zur Leitung der Sport- und Bäderbetriebe, haben wir dann innerhalb von vier Stunden endlich den lang ersehnten Nutzungsbescheid für die Sommerferien erhalten. Die reinigungsbedingte Schließung ist vom Tisch, eventuell könne es eine ein- oder zweitägige, technisch bedingte Schließung geben.

Wir sind für das Engagement der beteiligten Mitarbeiter*innen sehr dankbar, die uns eine -natürlich wiederum mit enormem Aufwand verbundene - Neuplanung des Sportangebotes ermöglichten.

Denn für unsere Mitarbeiter*innen, hier nenne ich bewusst Christiane, Georg und Gerhard, aber natürlich auch die Kurs- und Übungsleiter*innen, erschwert diese seit Jahren immer wiederkehrende Situation die Arbeit enorm, weil es äußerst große Anstrengungen erfordert, unter diesen Umständen für unsere etwa 1.850 Mitglieder und Kursteilnehmer*innen ein verlässliches, vielfältiges Sportangebot bereitzustellen.

Nicht verwunderlich, dass im ersten Halbjahr so 84 Austritten nur 42 Neuaufnahmen gegenüberstanden. Normalerweise ist das Verhältnis umgekehrt. Uns betrübt aber auch, dass einige ältere Mitglieder ausgetreten sind, weil sie meinen, sie wären über die Corona-Zeit zu alt zum Sporttreiben geworden! Das ist absolut nicht richtig. Es gibt immer mehr wissenschaftliche Studien zu diesem Thema, die genau das Gegenteil belegen. Nicht nur Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination und natürlich Geselligkeit bleiben enorm wichtig für das persönliche Wohlbefinden, sondern auch Krafttraining, was momentan von einigen Universitäten wissenschaftlich begleitet wird. Wenn die täglich empfundenen Belastungen größer werden ist Sport um so wichtiger!

Also: Rafft euch auf und versucht mit uns einen Neustart! Sprecht auch eure Gruppenmitglieder oder auch Interessierte an, wieder mit euch und anderen zusammen Sport zu treiben!

Alle Details zum veränderten Sportangebot können der Homepage (www. tve-burgaltendorf.de) entnommen werden.

Bis demnächst, euer Eckhard

Universelles Anmeldeformular

für "anmeldepflichtige" Vereinsveranstaltungen (Kurse, Ausflüge, Workshops etc.)

Alternative Möglichkeiten zur **Anmeldung für Vereinsveranstaltungen**

- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV
 PUNKT
- 2. Universelles Anmeldeformular in der "AKTIV."-Zeitschrift (s. gegenüberliegende Seite)
- 3. per eMail an: sport@tve-burgaltendorf.de
- 4. Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand > Veranstaltungstyp auswählen
- mit der App "TVE Burgaltendorf" (bitte aus dem Play-Store/App-Store herunterladen und installieren), dort: "Anmeldungen & Anträge" > Anmeldung zu.....

Alternative Möglichkeiten zum Antrag auf Mitgliedschaft im TVE

- 1. Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
- Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand > "Mitglied werden"
- 3. mit der App "TVE Burgaltendorf" (bitte aus dem Play-Store/ App/Store herunterladen und auf Ihrem Smartphone/ iPhone installieren), dort: "Anmeldungen & Anträge" > Antrag auf Aufnahme in den TVE

Verbindliche

ANMELDUNG

(für jeweils eine Person)



Holteyer Str. 29 45289 Essen MICHT für Antrag auf Mitgliedschaft im TVE Verwenden! Siehe auch Info-Boxen auf gegenüberliegender Seite.

Fax 0201 5718 628 www.tve-burgaltendorf.de

Bezeichnung der Veranstaltung		Orga-Nr.
Name	Vorname	GebDatum
Anschrift		Telefon
E-Mail		TVE-Mitglied? Ja Nein

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
Kontoinhaber (Name, Ar	nschrift)
Datum	Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift der Eltern)



Jetzt an Schulbedarf denken!

ESSENER Schlüsseldienst

Schloss- und Sicherheitstechnik

DHL-Shop: Briefmarken, Retouren, Paket- und Päckchenversand (Inland)

Alte Hauptstr. 12 - 45289 Essen

Telefon 0201 - 578235

www.essener-schluesseldienst.de mail@essener-schluesseldienst.de

Notdienst: Mo-Fr 9.00 - 19.00 Uhr, Sa-So, Feiertag nach Absprache

Türöffnung - Reparatur - Montage - Beratung - Verkauf



Schlüsseldienst



Annoncieren Sie in der AKTIV.!

Die Kosten pro Veröffentlichung (Ausgabe) betragen:

139,- € (4c) 1/1 Seite:

(zzgl. Sonderzuschläge für Umschlagseiten)

79,- € (4c) 1/2 Seite:

1/4 Seite: 49,- € (4c)

Interessenten senden wir gerne ein Angebot zu.



erlesenen

spanischen

Weinen und

Delikatessen!



Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

Die angegebenen Kursgebühren reduzieren sich um Corona bedingten Ausfallzeiten. Das Nachrücken in bereits laufende Kurse mit freien Plätzen ist zu entsprechend reduzierter Kursgebühr möglich. Nur in den Gängen und Umkleideräumen ist eine Maske zu tragen. Der Mindestabstand (1,50 m) ist einzuhalten.

AUSDAUER-BAUCH-RÜCKEN (ABR)

HINWEIS: In den Zeiten, in denen Sport in Gebäuden nicht zulässig ist, werden die Kursstunden outdoor

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 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 2 Max. TN: 12 07.07.2021 - 26.01.2022 (29 mal) mittwochs, 18:00 - 18:50 h

Mitglieder: 67.50 € Nichtmitglieder: 128.25 € Jutta Jülicher **AKTIV PUNKT Sportraum** nicht am: -

BODYFORMING (BOP & MEHR)

In den Zeiten, in denen Sport in Gebäuden nicht zulässig ist, pausiert der Kurs bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

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

Max. TN: 12 Orga-Nr: 50 2

06.07.2021 - 25.01.2022 (29 mal) dienstags, 20:15 - 21:00 h Mitglieder: 54,00 € Nichtmitglieder: 94,50 € Gerlinde Saurenhaus

AKTIV PUNKT Sportraum nicht am: --

DRUMS ALIVE ®

HINWEIS: Sollte während des Kursverlaufs Sport in Gebäuden nicht zulässig sein, pausiert der Kurs bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

Die Trommel ist das ursprünglichste Instrument der Welt und wird in verschiedensten Kulturkreisen eingesetzt. Es wird genutzt zur Energiegewinnung und auch zur Meditation. Bei Drums Alive trommeln wir mit Holzsticks auf Pezzi-Bällen. Das Trommeln hat viele positive Effekte wie z.B.:

Die Gehirnaktivität wird gesteigert (Beta und Alpha-Wellen entstehen), die motorische Koordination verbessert sich, beide Gehirnhälften synchronisieren sich. Dabei setzt Drums Alive Endorphine frei, es macht einfach nur Spaß! Abgerundet wird die Stunde mit Balance- und Kräftigungsübungen mit dem und am Pezzi-Ball.

Orga-Nr: 45 2 Max. TN: 12 18.08.2021 - 26.01.2022 (18-20 mal) mittwochs, 09:00 - 10:00 h

Mitglieder: 66.50 € Nichtmitglieder: 123.50 € Beate Grond

AKTIV PUNKT Sportraum nicht am: 08.09.. 06.10.2021





Grundpflege / Behandlungspflege / Hauswirtschaftliche Versorgung / Vermittluung 24-Stunden-Pflege

Pflegeagentur 24 Ambulante Alten- und Krankenpflege GmbH Burgstraße 1 · 45289 Essen

Tel. 0201/545 014 92

pflegeagentur24-pflegedienst.de

Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

FELDENKRAIS-METHODE

HINWEIS: In Zeiten, in denen Sport in Gebäuden nicht zulässig ist, pausiert der Kurs, bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

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_2
 Max. TN: 12

 06.07.2021 - 25.01.2022 (29 mal)
 dienstags, 09:00 - 10:00 h

 Mitglieder:
 67,50 € Nichtmitglieder:
 128,25 €

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

 Orga-Nr:
 57_2
 Max. TN: 12

 06.07.2021 - 25.01.2022 (29 mal)
 dienstags, 10:30 - 11:30 h

 Mitglieder:
 67,50 € Nichtmitglieder: 128,25 €
 Hildegunde Wissing

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

FIT & FUN SOMMERFERIEN-SPECIAL

Ein buntes Outdoor-Fitnessprogramm in den Sommerferien

 Orga-Nr:
 02_2
 Max. TN: 20

 07.07.2021 - 11.08.2021 (6 mal)
 mittwochs, 16:30 - 17:30 h

 Mitglieder:
 12,50 €
 Nichtmitglieder: 23,75 €
 Beate Grond

 Rasenplatz Holteyer Str.
 nicht am: 14.07.2021

FIT IM BESTEN ALTER

HINWEIS: Sollte während des Kursverlaufs Sport in Gebäuden nicht zulässig sein, pausiert der Kurs, bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

Fit im besten Alter mit Functional Training setzt auf Übungen mit Musik zur Stabilisierung und Gesunderhaltung des Bewegungsapparates. Dieses äußerst effektive Trainingsprogramm ist eine Mischung aus Aerobic, Kräftigung und Dehnung. Durch abwechslungsreiche Übungen mit z. B. Kleinhanteln, Bällen oder Theraband werden Muskelapparat, Sehnen und Gelenke für den Alltag sowie auch für tiefere sportliche Belastungen fit gemacht. Und schöne Muskeln gibt es dazu.

 Orga-Nr:
 27_2
 Max. TN: 12

 20.08.2021 - 28.01.2022 (20 mal)
 freitags, 09:15 - 10:15 h

 Mitglieder:
 47,50 € Nichtmitglieder: 90,25 € Gabriele Höpken

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: 15.10., 22.10.2021



anerkannter Ausbildungsbetrieb



Garten- und Landschaftsbau

Inh. Hendrik Tenhaven staatl. gepr. Gartenbautechniker

Schwarzensteinweg 73a · 45289 Essen
Telefon: 02 01 · 8 57 61 51 · Telefax: 02 01 · 5 71 80 19
Mobil: 01 73 · 2 95 97 90
info@galabau-tenhaven.de · www.galabau-tenhaven.de



Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

FITNESS+SKI+YOGA®

HINWEIS: Dieser Kurs wird bis November outdoor oder online (ZOOM-Konferenz) durchgeführt, danach, soweit zulässig, im AKTIV PUNKT.

Ob Kondition +Yoga, Faszien +Yoga, Ski +Yoga, Outdoor +Yoga oder Pilates +Yoga, dieser Kurs bietet ein "Best Off" unterschiedlicher Trainingsformen mit dem eigenen Körpergewicht. Wöchentlich wechselnd werden Bewegungs- und Fitnessprogramme mit klassischen Asanas (Körperhaltungen) kombiniert, die seit Jahrtausenden der Gesunderhaltung von Körper und Geist dienen. Ihr gesundheitlicher Wert ist medizinisch belegt, sie sind Vorbild für viele moderne Gymnastikübungen. So entsteht ein ganzheitliches Bewegungstraining, das die Muskeln kräftigt, die Gelenke beweglich hält, die Ausdauer steigert, den Stoffwechsel reguliert und die Achtsamkeit fördert. Entspannungstechniken und Atemübungen runden jede Stunde ab. Wer gesundheitsorientiert kontrolliert trainieren möchte, die Abwechslung liebt und sich Tipps für Beruf und Alltag wünscht, ist hier genau richtig.

Bitte Kleidung und Schuhe für draußen mitbringen - wir bereiten uns ganz optimistisch schon mal auf die kommende Skisaison vor!

 Orga-Nr:
 68_2
 Max. TN: 12

 08.10.2021 - 28.01.2022 (13-15 mal)
 freitags, 18:45 - 20:00 h

 Mitglieder:
 42,00 € Nichtmitglieder: 80,50 €
 L. Lassak

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

FUNKTIONAL FITNESS mit FASZIENTRAINING

HINWEIS: Bei trockenem Wetter nach Absprache mit der Gruppe alternativ auf der Sportanlage Holteyer Str. neben dem AKTIV PUN KT.

Nach einer kurzen Aufwärmphase führen wir mit verschiedenen Geräten, wie z.B. Gymnastikmatten, Terrabändern, Tennisbällen und Kurzhanteln/bzw. Wasserflaschen ein Workout durch. Es werden 3 Durchgänge mit z.B. Kniebeugen, Mountain Climber, Rumpfbeugen, Side Stretch, Rudern, Arme schwingen, verschiedene Bauchmuskelübungen, Push Press, Ausfallschritt mit Rotation durchgeführt. Jede Übung jeweils eine Minute.. Es folgt ein Cool down mit Faszientraining auf der Matte.

 Orga-Nr:
 01_2
 Max. TN: 10

 08.07.2021 - 19.08.2021 (6 mal)
 donnerstags, 18:15 - 19:30 h

 Mitglieder:
 18,00 €
 Nichtmitglieder: 34,50 €
 Bodo Balbach

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

 Orga-Nr:
 24_2
 Max. TN: 12

 23.09.2021 - 27.01.2022 (17mal donnerstags, 18:15 - 19:30 h
 Mitglieder: 48,00 € Nichtmitglieder: 92,00 € Bodo Balbach

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht: 23.12.

MOBILITY - BEWEGLICHKEITSTRAINING

HINWEIS: Bei trockenem Wetter nach Absprache mit der Gruppe alternativ auf der Sportanlage Holteyer Str. neben dem AKTIV PUN KT.

Dieses Training setzt sich aus Elementen des Faszientrainings, des statischen Stretchings, des dynamischen Stretchings und des Mobility Trainings zusammen. Eine gute Beweglichkeit bedeutet für den Körper, sich schmerzfrei und wohlfühlend mit dem größtmöglichen Radius der Gelenke bewegen zu können. Stretching oder auch Dehnen kann deshalb einen Beitrag zu einem gesunden Lebensstil leisten. Es kann vorhandene Muskelverspannungen lösen und somit Fehlhaltungen vorbeugen.

 Orga-Nr:
 25_2
 Max. TN: 10

 05.07.2021 - 16.08.2021 (6mal)
 montags, 19:15 - 20:15 h

 Mitglieder:
 18,00 € Nichtmitglieder: 34,50 €
 Bodo Balbach

 AKTIV PUNKT Kommunikationsraum
 nicht am: -



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

www.vlh.de



Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

MODERN FIT

HINWEIS: Sollte während des Kursverlaufs Sport in Gebäuden nicht zulässig sein, pausiert der Kurs, bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

Bei Modern Fit wir ein ausgedehntes Warm up zu flotter Musik mit einem intensiven Bauch-Beine-Po-Training mit Hanteln, Therabändern, Bällen, BalancePads, Pezzi-Bällen etc. kombiniert. Dabei kommen auch die Arme sowie der Schulter-Rücken-Bereich nicht zu kurz. Abgerundet wird das Ganze zum Schluss mit einem leichten Stretching sowie Entspannungsübungen.

 Orga-Nr:
 39_2
 Max. TN: 12

 19.08.2021 - 27.01.2022 (21-23 mal)
 donnerstags, 09:30 - 10:30 h

 Mitglieder:
 55,00 € Nichtmitglieder:
 104,50 €

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

PILATES

HINWEIS: In den Zeiten, in denen Sport in Gebäuden nicht zulässig ist, werden die Kursstunden outdoor auf der Sportanlage neben dem AKTIV PUNKT durchgeführt.

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: 47_2
 Max. TN: 12

 07.07.2021 - 26.01.2022 (29 mal)
 mittwochs, 17:00 - 17:50 h

 Mitglieder: 54,00 €
 Nichtmitglieder: 94,50 €
 Jutta Jülicher

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

 Orga-Nr: 49_2
 Max. TN: 12

 07.07.2021 - 26.01.2022 (29 mal)
 mittwochs, 16:00 - 16:50 h

 Mitglieder: 54,00 € Nichtmitglieder: 94,50 €
 Jutta Jülicher

 AKTIV PUNKT Sportraum
 nicht am: -

TÄNZE AUS ALLER WELT

ACHTUNG: Am 06.08.bieten wir eine (kostenlose) Schnupperstunde an. Rosemarie wiird zeigen, dass und wie Tanzen auch ohne Corona-Gefährung der Teilnehmer/innen möglich ist.

HINWEIS: In den Zeiten, in denen Tanzsport in Gebäuden nicht zulässig ist, pausiert der Kurs, bei entsprechend verminderter Kursgebühr.

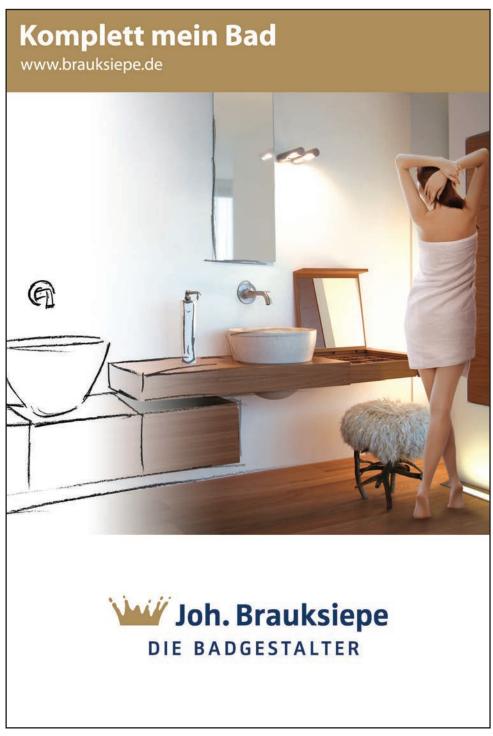
Volkstänze, Gesellschaftstänze, Kreistänze, Paartänze, Block- und Gassentänze sowie Squaretanz. Tanzen ist ein Ganzkörpersport, egal in welchem Alter. Das Erlernen von Bewegungsabläufen und deren körperliche Umsetzung stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur des gesamten Körpers. Die Bewegungswechsel und die Verlagerung des Gewichts trainieren den Gleichgewichtssinn sowie die Stand- und Trittsicherheit und beugen somit gezielt Stürzen vor. Gemeinsam werden schnell Erfolgserlebnisse geschaffen, die sich positiv auf das Selbstbewusstsein auswirken. Jede/r kann an diesem Bewegungsangebot teilnehmen, ohne Vorkenntnisse, ohne spezielle Bekleidung, ohne einen Partner/ eine Partnerin mitbringen zu müssen, da in der Gruppe ohne festen Partner/feste Partnerin getanzt wird.

 Orga-Nr:
 42_2
 Max. TN: 12

 20.08.2021 - 28.01.2022 (13-15mal)
 freitags, 10:30 - 12:00 h

 Mitglieder:
 49,00 €
 Nichtmitglieder: 91,00 €
 Rosemarie Weber

 AKTIV PUNKT Kommunikationsraum
 am: 27.08.,03.09.,10.09.,24.09.,01.10.,08.10.,29.10.



Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

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: 03_2	Max. TN: 10
20.09.2021 - 24.01.2022 (13 mal)	montags, 18:00 - 19:00 h
Mitglieder: 30,00 € Nichtmitglieder: 57,00 €	Bodo Balbach
AKTIV PUNKT Kommunikationsraum	nicht am:

Orga-Nr: 29_2	Max. TN: 20
09.08.2021 - 24.01.2022 (20-22mal)	montags, 17:15 - 18:30 h
Mitglieder: 52,50 € Nichtmitglieder: 99,75 €	Imke Malburg
Sh Auf dem Loh	nicht am:.18.10.

Orga-Nr: 52_2	Max. TN: 12
08.07.2021 - 27.01.2022 (29 mal)	donnerstags, 11:00 - 11:50 h
Mitglieder: 67,50 € Nichtmitglieder: 128,25 €	Rosemarie Stoßberg
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht am:

Orga-Nr: 53_2	Max. TN: 12
08.07.2021 - 27.01.2022 (29 mal)	donnerstags, 12:00 - 12:50 h
Mitglieder: 67,50 € Nichtmitglieder: 128,25 €	Rosemarie Stoßberg
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht am:

Orga-Nr: 66_2	Max. TN: 12
23.09.2021 - 27.01.2022 (17 mal)	donnerstags, 17:15 - 18:15 h
Mitglieder: 40,00 € Nichtmitglieder: 76,00 €	Bodo Balbach
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht am: 23.12.2021

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. Bei 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, das statische Halten der Asanas kräftigt die Muskulatur und fördert gleichzeitig die Flexibilität.

Orga-Nr: 04_2	Max. TN: 20
05.07.2021 - 16.08.2021 (7mal)	montags, 18:00 - 19:00 h
Mitglieder: 15,00 € Nichtmitglieder: 28,50 €	lna Balbach
online (ZOOM)	nicht am:



Sportkurse 2. Halbjahr 2021 mit freien Plätzen

ZUMBA®

HINWEIS: In den Zeiten, in denen Sport in Gebäuden nicht zulässig ist, werden die Kursstunden online (per ZOOM-Konferenz) durchgeführt.

Sind Sie bereit, sich fit zu feiern? Dann ist ZUMBA® genau das Richtige. ZUMBA® ist ein Tanzfitnesskurs zu lateinamerikanischer Musik. Die Schrittfolgen sind einfach zu erlernen, machen Spaß, verbrennen Kalorien und bringen Gesundheit. Die lizenzierte ZUMBA® -Trainerin Janina Funken beginnt die Stunde mit einem Warm-Up endet mit einem Cool-Down und treibt dazwischen Jung und Alt ordentlich den Schweiß auf die Stirn.

Orga-Nr: 65 2 Max. TN: 12 mittwochs, 10:30 - 11:30 h 07.07.2021 - 26.01.2022 (25 mal) Mitglieder: 80,50 € Nichtmitglieder: 149,50 € Janina Funken AKTIV PUNKT Sportraum nicht am: 14.07., 21.07., 13.10, 20.10.2021

TVE · internes

BITTE BEACHTEN:

Die VEREINSbeiträge und die ABTEILUNGS-/SPORTGURPPENbeiträge für das 2. Halbjahr 2021 werden am 01.09.2021 abgebucht. Bitte sorgen Sie für ein gedecktes Konto und kontaktieren Sie den TVE, wenn Unklarheiten bestehen, statt Widerspruch einzulegen. Dieser verursacht Rückbelastungsgebühren der beiden beteiligten Banken von zusammen rd. 10,50 €. Danke!

Einen herzlichen Dank an Jörg Backschues!

Nachdem der TVE-Server Ende des Jahres 2020 abrupt sein Leben beendet hatte. hat uns unser Mitglied und IT-Fachmann Jörg Backschues in Zusammenarbeit mit Georg Spengler in unzähligen Arbeitsstunden geholfen, einen neuen Server für die Bestellung zu konfigurieren und nach Eintreffen einzurichten.

Das hat mehrere Monate in An-sein sollen. spruch genommen, da Jörg nach unserer schlechten Erfahrung mit dem vorherigen Server sehr umfangreiche Datensicherungsmaßnahmen eingerichtet hat, wodurch das System sehr kompliziert wurde. Es kam noch hinzu. dass auch der Router Probleme bereitete und die ZOOM-Übertragung von Sport- und Kursstunden aus dem Sportraum per Powerline-Technik sich auch nicht so einfach darstellte, wie es hätte

Jedenfalls läuft der Server inzwischen zuverlässig und stabil, wofür wir Jörg herzlich danken.

Nach wie vor ungelöst ist das Scannen in unser Dokumenten-Management-System EloOffice, bei dem sowohl die Software als auch die Scanner-Einbindung ein unerklärliches Problem darstellt. Hierzu brauchen wir wohl noch externe Hilfe. Wenn uns jemand helfen kann, bitte melden! Gerhard Spengler





TVE • internes



Dank an den Heimat- und Burgverein Burgaltendorf

Rund zehn TVE-Gruppen nutzen, seit die Corona-Inzidenz den wichtigen Wert von 35 unterschritten hat, die wiedergewonnene Möglichkeit, unter freiem Himmel Sport zu treiben: Die meisten auf der Sportanlage neben dem AKTIV PUNKT, an der unter Wettkampfgesichtspunkten einiges auszusetzen ist, die aber mit ihrem grünen Rasen, vielen Sträuchern und manch altem Baum insbesondere an lauen Sommerabenden Sportlern und Sportlerinnen eine geradezu genussvolle Atmosphäre bietet.

Wenn in einem Bereich der Sportanlage eine Männer-Fitnessgruppe Koordination, Beweglichkeit und Muskulatur unter charmanter Leitung von Steffi Lahmer trainiert, auf der grünen Wiese die tonARTisten mit Chorleiter Ludger Köller proben und auf den TVE-Boule-Plätzen eine 60plus-Sportgruppe unter Leitung von Heinz Kolligs mit Ehrgeiz Boule spielt, ... dann ist das einfach nur schön!

Einigen Sportgruppen mit Älteren war der Outdoor-Sport nur möglich, weil der Heimat- und Burgverein Burgaltendorf unkompliziert und schnell 30 Klappstühle zur Verfügung stellte. Wir danken dem HBV dafür herzlich. In Burgaltendorf arbeitet man halt nicht gegen-, sondern miteinander.

Auch unseren Übungsleitern und Übungsleiterinnen gilt unser Dank und unsere Anerkennung dafür, dass sie ihr Sportangebot flexibel auf die ungewohnten Verhältnisse "umschreiben" konnten. Ohne die gewohnten Sportgerätschaften ist das hin und wieder schon eine Herausforderung.

Gerhard Spengler





Burgstraße 2, 45289 Essen (Burgaltendorf) Tel.: 0201 / 578935

TVE • internes



Live-Streaming von TVE-Sportangeboten

Von unserem "Sportkursprogramm 1. Halbjahr 2021" fanden einige Kurse trotz des Lockdowns statt und zwar als Online-Kurse bis zu den Sommerferien. Zusätzlich wurden noch "Lockdown-Überbrückungskurse" bis zum Ende des Lockdowns per Live-Stream angeboten. Insgesamt unterbreitete der TVE im ersten Halbjahr 14 Online-Kurse mit rund 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmern mittels ZOOM-Konferenztechnik.

Das Foto zeigt Kursleiterin Beate Grond bei einer Live-Übertragung aus dem "Studio AKTIV PUNKT".





Worringstraße 23–25 und 41 · 45289 Essen-Burgaltendorf Tel. 0201 570 882 · info@wohnstudio-neuhaus.de

Öffnungszeiten: MO-FR 8.30-13.00 Uhr und 14.30-18.30 Uhr SA 9.00-14.00 Uhr und nach Vereinbarung

Prost Bedachungen GmbH Meisterbetrieb

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

www.prost-bedachungen.de

Aufregendes Eltern/Kind-Turnen & -Schwimmen

Ab Juni jeden Jahres werden die Eltern/Kind-Turnen & -Schwimmen-Gruppen für Mütter und/oder Väter mit dem neuen Jahrgang der zweijährigen Kinder für die im Oktober beginnende "Saison" in der Vereinszeitschrift und den Online-Medien angeboten und damit der Anmeldungsprozess angestoßen. Bis alle Neuen als Mitglieder in den Verein aufgenommen und den Gruppen zugeordnet sind, ist der September ins Land gezogen.

Die EDV-technische Zuordnung zu den angebotenen Gruppen ist notwendig, da die Auslastungssteuerung der Gruppen wegen der übergroßen Nachfrage permanent beobachtet werden muss. Auch können so der Gruppenleitung Gruppenlisten zur Verfügung gestellt werden, die regelmäßig aktualisiert werden. Im Oktober ist die Abteilung "Eltern/Kind-Tur-

nen & -Schwimmen dann auf rund 250 Mitglieder (Kinder, Väter, Mütter) angewachsen.

So geschah es auch im Herbst 2019. Die Freude über ein geordnet laufendes Sportan-

gebot für die fünf Gruppen hielt jedoch nur ein halbes Jahr an, dann schlug die Corona-Pandemie zu und es folgte der erste Lockdown.

Als Monate später der Sport wieder aufgenommen werden durfte, war offensichtlich, dass dies unter den strengen Corona-Schutzbestimmungen (u.a. Beschränkungen der Gruppen-Größen) in der bisheriaen Struktur nicht mödlich war.

So mussten alle Eltern einen neuerlichen Online-Check-in für nunmehr acht statt vier Gruppen durchlaufen. Nur dank der unermüdlichen Heidi Schrade und der neu hinzugewonnenen Stefanie Beine war dies möglich.

Es dauerte nicht allzu lange, bis der nächste Lockdown folgte und bis Ende Mai 2021 andauerte. Als die Inzidenz unter 35 sank, nahm der TVE das Eltern/ Kind-Turnen wieder auf. Auch dieses Mal mussten die Gruppen wieder neu gebildet werden, da das Angebot nun wieder mit größeren Gruppen möglich war, viele Kinder dem Alter des Eltern/Kind-Turnens entwachsen waren und der Nachfolge-Jahrgang drängte. Die Teilnehmer*innen

der bisherigen acht Gruppen mussten nun wieder per Online-Check-in in die neuen vier Gruppen eingeschleust werden. Bis zum Sommerferienbeginn waren diese mit je 25 Müttern/Vätern und 25 Kindern gefüllt

und die Warteliste war bis auf 35 Mütter/ Väter mit ihrem Kind angewachsen.

Diese sollen nun bis Ende September "abgearbeitet" werden können, da einige Kinder inzwischen das Alter der Folgegruppen, "Turnen & Spiel für Kinder von 4 bis 6 Jahre", erreicht haben und Platz machen.

Die Wartenden werden nach und nach per eMail kontaktiert und um ein Check-in in eine der vier Gruppen gebeten. Die Mitgliedschaft wird geprüft, bei neuen Mitgliedern das Aufnahmeverfahren durchgeführt. Bis Anfang Oktober sollte alles wieder in geordneten Bahnen laufen,... wenn die Corona-Situation nicht ein neuerliches Umorganisieren erzwingt.



Was macht das Eltern/Kind-Turnen aus?

Wie keine andere Sportart fördert das Kleinkinderturnen vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten wie Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen. Kinderturnen ist daher D I E motorische Grundausbildung, die den Kindern bei allen Sportarten, die sie später betreiben werden, zugute kommt.



Im gemeinsamen Spielen und Bewegen mit Gleichaltrigen Iernen die Kinder nachzugeben, sich zu behaupten, einander zu helfen, zu kooperieren und vieles mehr. Für eine nachhaltige Bewegungsförderung ist es besonders wichtig, den Motivationsgrundstein für ein lebenslanges Sporttreiben bereits im Kindesalter zu legen. Dies kann nur über die Vermittlung von Spaß und Freude gelingen.

Vater und/oder Mutter unterstützen die Kinder, die Übungsleiter/-innen (auch beim Aufbau und Abbau der Gerätelandschaft) sowie beim Turnen.

KLEIDUNG:

Sportkleidung oder andere bequeme Kleidung; Sportschuhe oder "Rutsche-

Socken" für die Halle

WER KANN TEILNEHMEN?

Unser Sportangebot "Eltern/Kind-Turnen" richtet sich an Kinder, die 2 bis 4 Jahre alt sind und deren Mütter oder Väter. ALLE teilnehmenden Familienmitglieder (Kinder, Vater, Mutter) müssen TVE-Mitglied sein bzw. werden.

Wenn die teilnehmende Mutter/der teilnehmende Vater ausnahmsweise mal durch den Partner/die Partnerin oder z.B. die Oma des Kindes vertreten wird, akzeptieren wir dies auch ohne Mitaliedschaft.

Da das Eltern/Kind-Turnen ein Dauersportangebot ist - also kein zeitlich befristeter Kurs mit Kursbeginn und -ende), kann den Eltern/Kind-Turnen-Gruppen jederzeit "beigetreten" werden.

Eltern/Kind Turnen & Schwimmen im TVE

WAS MÜSSEN SIE UNTERNEHMEN?

Regeln sie die Mitgliedschaft VOR der ersten Teilnahme an einem Eltern/Kind-Turnen-Angebot (Besteht für ALLE teilnehmenden Familienmitglieder eine TVE-Mitgliedschaft? Wenn nicht, stellen Sie bitte für jedes Familienmitglied, das am Eltern/Kind-Turnen teilnehmen wird, einen separaten Antrag auf Aufnahme in den Verein. Da Sie zu jedem neu gestellten Aufnahmeantrag ein 14tägiges Widerrufsrecht (telefonisch: 0201/570397, per eMail: sport@tve-burgaltendorf.de oder persönlich im TVE-Büro) haben, ohne dass Kosten entstehen, gehen Sie kein "Risiko" ein.

Wenn alle teilnehmenden Familienmitglieder bereits TVE-Mitglied sind, checken Sie sich und Ihr Kind bitte für EINE Eltern/-Kind-Turnen-Gruppe ein. Anmeldungen für MEHR ALS EINE Eltern/Kind-Turnen-Gruppe können wir gegenwärtig nicht entgegennehmen.

KOSTEN DER MITGLIEDSCHAFT

Der Monatsbeitrag ist abhängig davon, wie viele Familienangehörige TVE-Mitglied sind oder werden. Für ein Elternteil und ein Kind beträgt der Monatsbeitrag (Familienbeitrag) zusammen 11,50 €. Für jede weitere Person (das zweite Elternteil, ein weiteres Kind,...) kommen lediglich 3,00 €/Monat hinzu. (Für neue Mitglieder fällt einmalig eine Aufnahmegebühr von 8,00 € je Neumitglied an.)

WIR stellen vor

DIE GEGENWÄRTIGEN GRUPPEN

(So wollen wir nach den Sommerferien wieder starten:)

Eltern/Kind-Turnen, Gruppe "L" montags, 16.00 - 17.00 h

Eltern/Kind-Turnen, Gruppe "M" montags, 17.00 - 18.00 h

Eltern/Kind-Turnen, Gruppe "N" mittwochs, 16.00 - 17.00 h

Eltern/Kind-Turnen, Gruppe "P" mittwochs, 17.00 - 18.00 h

Diese vier Sportangebote werden von Heidi Schrade und Stefanie Beine geleitet und finden in der Sporthalle Auf dem Loh statt.

Ob das Angebot
Eltern/Kind-Schwimmen, Gruppe "S"
dienstags, 15.30 - 16.30 h
Bad in der Turnhalle Holteyer Straße
Ltg.: Ursula Kernebeck

nach den Sommerferien wieder stattfinden kann, richtet sich nach den dann geltenden Corona-Schutzbestimmungen. Im Augenblick sehen wir keine Möglichkeit, diese Bestimmungen (1,50 m Abstand in alle Richtungen in den Umkleide- und Duschräumen des Bads zu anderen Personen) einhalten zu können.

Zusammenfassend das Angebot nach den Sommerferien:

Turnen & Spiel für Jungen & Mädchen von 4 bis 6 J.

(wegen der Abstandsregeln noch ohne anschließendes Schwimmen) Turnhalle Holteyer Str.

montags, 16.00 - 17.15 h Leitung: Beate Budriks & N.N.

Turnen & Spiel für Jungen & Mäd chen von 4 bis 6 J.

(wegen der Abstandsregeln noch ohne anschließendes Schwimmen) Turnhalle Holteyer Str. freitags, 15.00 - 16.00 h Leitung: Beate Budriks -

Ursula Kernebeck

Turnen & Spiel für Jungen & Mädchen vom 1 bis 4. Schuljahr (vor den Sommerferien Gruppe "D") nach Auflösung des Outdoortrainings: Turnhalle Holteyer Str. dienstags, 16.00 - 17.00 h (wegen der Abstandsregeln noch ohne anschließendes Schwimmen) Leitung: Jenny Maifeld - Wiebke & Sophie Diesner

Gerätturnen für Jungen & Mädchen, Vorschuljahrgang bis 4. Schuljahr. (vor den Sommerferien Gruppe "C") nach Auflösung des Outdoor-Trainings: Sporthalle Auf dem Loh dienstags, 17.00 - 18.30 h Leitung: Ursula Kernebeck -Beate Budriks

Anmeldungen zur Teilnahme an diesen Sportangeboten sind nicht erforderlich, wohl aber die Vereinsmitgliedschaft.



INHALT DES KINDERTURNENS

Welches Kind bewegt sich nicht gerne, sei es allein oder besonders auch in der Gruppe mit Gleichaltrigen!

Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen sind Grundbedürfnisse unserer Kinder. Kinderturnen beim TVE Burgaltendorf bietet all das, was viebis sechsjährige Kinder so gerne machen. Es fördert wichtige motorische Grundfertigkeiten und -fähigkeiten und somit die gesamte Persönlichkeitsentwicklung.

Durch körperliche Tätigkeiten an Geräten, auf der Matte oder im Spiel können nicht nur Ängste abgebaut, Mut aufgebaut und Körperbewusstsein wahrgenommen werden, sondern die Kinder erfahren auch ein Geborgenheitsgefühl in einer Gruppe und gewinnen somit an Sicherheit. Durch die Gemeinschaft mit anderen, das Lernen von Regeln im Mit-

 einander und Gegeneinander, werden
 soziale Erfahrungen untereinander sowie gegenüber dritten Personen gesammelt.

Aber die Kinder erleben auch, was es heißt, an die eigenen Grenzen zu kommen, Aufgaben zu bewältigen, etwas leisten zu können oder sich mit anderen zu vergleichen. Ein weiterer positiver Aspekt ist die Erfahrung, dass sich durch Übung Fortschritte erzielen lassen, Fähigkeiten und Fertigkeiten des eigenen Körpers sich weiter entwickeln.

Alles in allem fördert Kinderturnen die gesamte körperliche, geistige und soziale Entwicklung der Kinder.

Dazu tragen auch Ereignisse wie die jährliche Nikolaus- und Karnevalsfeier oder die Abnahme des "Sportabzeichen für bärenstarke Kinder" bei.

NACH DEN SOMMERFERIEN 2021

werden wir voraussichtlich zu unseren

WIR stellen vor

Turnen, Schwimmen & Spiel für Kinder im TVE

regulären Vor-Corona-Sportangeboten in den Hallen zurückkehren können:

Die vor den Sommerferien gebildeten drei Outdoor-Gruppen

"Sport - Spiel - Spaß für Kinder von 4 bis 6 Jahre" (montags, 15.30 -17.45 h) kehren nach den Sommerferien in die Turnhalle Holteyer Str. zurück. Die Kinder können sich nach Belieben ohne Anmeldung auf die Gruppen

montags, 16.00 - 17.15 h freitags, 15.00 - 16.00 h (beide vorläufig noch ohne anschließendes Schwimmen) verteilen.

Für die vor den Sommerferien gebildeten zwei Outdoor-Gruppen

"Leichtathletik & Spiel für Kinder des 1. bis 4. Schuljahres" gilt Folgendes:

Die Gruppe "C" (vor den Ferien dienstags, 16.15 - 17.15 h) bleibt nach den Sommerferien zunächst noch ein paar Wochen draußen und kehrt dann in die Sporthalle "Auf dem Loh" in die Zeit dienstags, 17.00 - 18.30 h zurück.

Die Gruppe "D" (vor den Ferien dienstags, 17.00 - 18.00 h) bleibt nach den Sommerferien zunächst noch ein paar Wochen draußen und kehrt dann in die Turnhalle Holteyer Straße in die Zeit dienstags, 16.00 - 17.15 h zurück.

WIR stellen vor

.....für weibliche Mitglieder ab 5 Jahre. Voraussetzungen: Turnerisches Talent -Spaß am Turnen - Bereitschaft zur Teilnahme an Wettkämpfen.

TRAINING

Beim Sportangebot Leistungsturnen handelt es sich um ein auf die Teilnahme an Wettkämpfen ausgerichtetes Turntraining für Mädchen ab fünf Jahren, bei dem an den Geräten Sprung, Schwebebalken, Reck/ Stufenbarren und Boden geturnt



wird. Eingeübt werden insbesondere vorgegebene Pflichtübungen, die aufgrund unterschiedlicher Elemente im Schwierigkeitsgrad aufeinander aufbauen. Um diese möglichst ordentlich ausführen zu können, ist neben einem guten Körpergefühl und einer guten Beweglichkeit viel Kraft erforderlich.

Da es bei Wettkämpfen auf Kleinigkeiten wie z.B. gestreckte Zehen ankommt, und das Erlernen neuer Elemente meist eine Hilfestellung erforderlich macht, ist



Leistungsturnen Gruppe 1 für Turnerinnen ab 18 J.

Sporthalle Auf dem Loh montags 18.30 - 20.15 h Ltg.: Dagmar Zedler Leistungsturnen Gruppe 2 für Anfängerinnen ab 5 J. und "Schnupper-Turnerinnen"

Sporthalle Auf dem Loh dienstags, 15.45 - 17.30 h Ltg.: Sylvia Dumm - Jennifer Zedler während des Trainings eine enge Betreuung notwendig. Aus diesem Grund geht es nach einem allgemeinen Aufwärmtraining mit Koordinations-, Dehnungsund Kraftübungen in Kleingruppen von ca. sieben Turnerinnen an die jeweiligen Geräte. So können die Trainerinnen gezielt auf jede einzelne Turnerin eingehen, um den bestmöglichen Lernerfolg zu erreichen. Eine hohe Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit der Turnerinnen sind dabei für eine erfolgreiche Entwicklung von großer Bedeutung.

Neben der Vermittlung turnerischer Elemente legen wir unser Augenmerk auch auf soziale Komponenten. Daher versuchen wir z.B. auch im Rahmen der Individualsportart Turnen ein gutes Miteinander sowie eine gegenseitige Unterstützung vorzuleben. Darüber hinaus wird durch Vormachen von Aufwärmübungen durch die Turnerinnen selbst schon früh eine gewisse Eigenständigkeit gefördert, die sich mit zunehmendem Alter auch auf das weitere Turntraining ausdehnt.

WETTKÄMPFE

Die Essener Stadtmeisterschaften im Einzel und der Mannschaft stellen für alle das jährliche Pflichtprogramm dar. Bei erfolgreicher Qualifikation sind zusätzlich Wettkämpfe auf Verbands- und Landesebene möglich. Ab einem bestimmten Leistungsniveau besteht des Weiteren die Möglichkeit zur Teilnahme an einem Kür-Wettkampf.

Leistungsturnen Gruppe 3 für Fortgeschrittene, weibliche Mitglieder 8 - 12 Jahre

Sporthalle Auf dem Loh dienstags, 16.30 - 18.30 h

Ltg.: Dagmar Zedler - Sylvia Dumm -Bettina Weierstahl

SCHNUPPERTRAINING

Bei Interesse an einem Schnuppertraining wird um vorherige Kontaktaufnahme gebeten. Zum ersten Schnuppertraining bitten wir zudem um das Erscheinen von Vater oder Mutter.

WEITERE AKTIVITÄTEN

Neben dem klassischen Training absolvieren wir jährlich das Deutsche Sportabzeichen.

Ein besonderes Highlight stellt die Teilnahme am Landesturnfest dar, welches nur alle vier Jahre stattfindet.

Gleiches gilt für unsere Aufführungen bei Vereinsfesten, die für die Mädels immer etwas ganz Besonderes sind.

TVE-PRÄSENTATIONSANZÜGE

Der für die Teilnahme an Mannschaftswettkämpfen benötigte Vereins-Turnanzug kann zu gegebener Zeit bei den Trainerinnen bestellt werden.

Die Sportanzüge der Sportgruppe "Leistungsturnen" werden übrigens gesponsert vom

Düsseldorf Airport

UNSERE TRAININGSZEITEN

Die nachfolgend dargestellten Trainingszeiten sind den Corona-Schutzbestimmungen angepasste Trainingsangebote. (Während der Sommerferien findet aus den bekannten Gründen kein Training statt.)

Leistungsturnen Gruppe 4 für Fortgeschrittene, weibliche Mitglieder 12 - 18 Jahre

Sporthalle Auf dem Loh donnerstags, 16.30 - 18.30 h Ltg.: Dagmar Zedler - Sylvia Dumm



Handel und Vermittlung von

Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen

- Karosserieinstandsetzung - 24 Std. Abschleppdienst

aller Fabrikate - Originalersatzteile

Reparatur und Wartung
 Autoglasreparatur

- Hol- und Bringservice - HU & AU

- Ersatzwagen - Klimaservice

- Reifeneinlagerung - Fahrzeugaufbereitung

Vertragswerkstatt für











AMS Auto-Motor-Service GmbH - Am Zehnthof 187 - 45307 Essen

Tel.: 0201 59 21 00 - Fax: 0201 59 06 00 - Mail: info@ams-essen.de

www.ams-essen.de - www.facebook.com/amsautomotorservice

"HipHop & Show Dance" im TVE

für Jungen und Mädchen ab 4 Jahre und für Jugendliche

Tanzen wie die Stars!

Wer schon immer einmal so tanzen wollte wie die Popstars in ihren Videos und Bühnenshows, der ist hier genau richtig! Bei diesem Sportangebot steht die Freude am Tanzen zu aktueller Musik im Vorderarund.

Elemente aus Hip Hop, Modern Dance und Break Dance werden zu einem angesagten Tanzstil und einer begeisternden Choreographie zusammengefasst. Auf spielerische Art und Weise schulen wir dabei unser Gefühl für den Rhythmus und unsere Koordination. Dabei ist genug Platz für die eigene Interpretation der Lieder sowie das Improvisieren nach Herzenslust.

HipHop nach den Sommerferien:

In welcher Form (Anzahl der Gruppen, maximale Gruppengröße, Trainingszeiten) HipHop nach den Sommerferien wieder stattfindet, ist im besonderen Maße abhängig von den jeweils aktuellen Corona-Schutzbestimmungen. Wir hoffen, zu unseren nachfolgend angeführten, "regulären" Sportangeboten zurückkehren zu können:

Übrigens:

Die Auftrittskleidung wurde gesponsert von

WIR stellen vor

Hip Hop & Show Dance für Jungen & Mädchen von 4 bis 6 J. (205A) AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29 freitags, 15.00 - 16.00 h Ltg: Gaby Ardelmann & Katja Hoffmann

Hip Hop & Show Dance für Jungen & Mädchen von 7 bis 10 J. (2058) AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29 freitags, 16.00 - 17.00 h Ltg: Gaby Ardelmann & Katja Hoffmann

Hip Hop & Show Dance für Jungen & Mädchen ab 11 J. (205C) AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29 freitags, 17.00 - 18.00 h Ltg: Gaby Ardelmann & Katja Hoffmann







Rhönradturnen: Die etwas andere Art, Sport zu treiben

Rhönradturnen - ist das dieses große weiße (Hamster-)Rad? Wird einem dabei nicht schlecht? Wie oft seid ihr euch schon über die Finger gerollt? (Unzählige Male!) Ist das nicht gefährlich?

Solche und andere Fragen bekommen wir am Anfang häufig zu hören. Die mit Abstand "schlimmste" Frage für Rhönradturner*innen ist allerdings, ob man Rhönrad fährt!

Im Rhönradturnen gibt es drei Disziplinen:

Gerade: Das Rad bewegt sich auf beiden Reifen und die Turnerin/der Turner macht Übungen im oder auf dem Rad.

Spirale: Das Rad "tellert" wie eine Münze, entweder in einem großen, langsamen Kreis oder in einem kleinen, schnellen.

Sprung: Die Turnerin/der Turner gibt dem Rad Schwung, läuft hinterher, springt auf das Rad und auf der anderen Seite wieder hinunter – selbstverständlich auf eine dicke blaue Matte.

Rhönradturnen ist mehr als bloßes Hin- und Herrollen. Rhönradturnen ist ein Wettkampfsport! Die Essener Vereine sind in der Gemeinschaft Essener Turnvereine (GET) zusammengeschlossen. Diese Vereine gehören wiederum dem Rheinischen Turnerbund (RTB) an, welcher Teil des Deutschen Turnerbundes (DTB) ist, der wiederum dem Internationalen Rhönrad-Verband (IRV) untergeordnet ist. Der IRV organisiert alle zwei Jahre die Rhönrad-Weltmeisterschaften mit Teilnehmenden aus der ganzen Welt wie beispielsweise aus Israel, Brasilien, Japan, den USA und natürlich Deutschland.

Beim TVE Burgaltendorf trainieren nicht nur Wettkampfturner*innen, ihr könnt euch auch auf eines der zahlreichen Showturnen (Nikolausturnen, Vereinsfest) fokussieren.

Du bist zwischen 1,30m und 1,75m groß? Hast ein wenig Körpergefühl? Bringst ein wenig Mut mit, denn es kann auch mal etwas schneller werden oder hoch hinausgehen?! Perfekt, dann melde dich gerne für ein Schnuppertraining im AKTIV PUNKT an. Wir freuen uns auf dich!

Während der Sommerferien 2021 findet aus den bekannten Gründen kein Training statt.

Unsere Gruppen:

Rhönradturnen A für männl. + weibl. Mitglieder ab ca. 10 J. Sporthalle Auf dem Loh donnerstags, 18.30 - 19.45 h Ltg: Mona Schönmeier -Melanie Klöfers

Rhönradturnen B für männl. + weibl. Mitglieder ab ca. 10 J. (Fortgeschrittene)

Sporthalle Auf dem Loh donnerstags, 20.00 - 21.15 h Ltg: Mona Schönmeier -Melanie Klöfers

WIR stellen vor



Training der Trainerinnen Sporthalle auf dem Loh montags, 18.45 - 20.00 h donnerstags, 21.00 - 21.45 h

WAS IST JUDO?

Judoi ist "Moderner Kampfsport mit traditionellen Wurzeln" (Dju = vornehm, sanft Do = Grundsatz, Prinzip, Wea)

Judo, das heißt "sanfter Weg" und ist ein faszinierender Kampfsport, der aus Japan kommt, inzwischen aber Millionen Anhänger in aller Welt gefunden hat. Der Japaner Jigoro Kano (1860-1938) hat aus verschiedenen traditionellen Ju-Jutsu-Stilen die moderne Sportart Judo entwickelt, Jigoro Kano hat im Judo ein beträchtliches erzieherisches Potenzial gesehen und dieses in zwei Leitprinzipien zusammengefasst:

Das erste Prinzip umfasst die Grundlage des gemeinsamen Trainings und Lebens. Es bedeutet gegenseitiges Helfen zum beiderseitigen Wohlergehen. Das zweite Prinzip beschreibt den bestmöglichen Gebrauch von Körper und Geist. Ein Judoka ist bestrebt, Körper und Geist in Einklang zu bringen.

Der Partner - nicht der Gegner - soll zwar besiegt, aber nicht verletzt und schon gar nicht vernichtet werden.

Judo, das bedeutet aber auch, die maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand zu erzielen. Eine gleichzeitige Herausforderung für Geist und Körper. Durch das Wechselspiel zwischen Angriff und Verteidigung trägt Judo dazu bei, dass sich der/die Judoka zu einem Erfola harmonischen Menschen entwickelt. Damit besitzt Judo nicht nur einen hohen erzieherischen Wert, sondern bietet darüber hinaus die besten Voraussetzungen zur Entfaltung der eigenen Persönlichkeit.

Für Kinder und Jugendliche leistet Judo einen wertvollen pädagogischen Beitrag, der neben Spaß und Freude auch Kooperationsbereitschaft, Ver- Gürtel antwortlichkeit und Rücksichtnahme

vermittelt. Der Judosport zeigt u.g. den Weg zu Selbstbehauptung und Selbstvertrauen.

Heute ist Judo zu einem sehr vielseitigen Sport herangewachsen. Neben den klassischen Wettkämpfen sind zahlreiche traditionelle und moderne Programme hinzugekommen, so dass Judo in iedem Alter praktiziert werden

Warum mit Judo anfangen?

Spaß

Kämpfen und Kräfte messen, sich richtig austoben, Spaß an der Bewegung haben, den ganzen Körper trainieren ... u.a. mit den Programmen "Judo spielend lernen" und "Beweat älter werden" vom Deutschen Judo Bund. Judo vermittelt spielerisch Werte, Judo bietet Programme für Jung und Alt.

Fitness

Judo fördert in hohem Maße die Koordination und die Gleichgewichtsfähigkeit. Man bekommt dadurch ein besseres Vertrauen in den Bewegungsablauf, was für Kinder und Erwachsene aleichermaßen wichtig ist. Judo bietet vielseitige Bewegungsformen. Judo aibt Sicherheit und Stärke, Judo schützt vor Verletzungen bei Stürzen.

Einfache Techniken sind schnell erlernt. Kyu-Gürtelprüfungen sind ein zentraler Bestandteil des Judotrainings, vor allem in der Grundausbildung. Das Bestehen der Prüfungen schafft Selbstbewusstsein und Sicherheit bei der Technikausübung, Judo bietet schnelle Erfolge. Judo macht selbstbewusst.

An der Gürtelfarbe kann man den Aus-

"Judo" im **TVE Burgaltendorf**



bildunasstand eines Judoka erkennen. Es gibt die Schülergrade (Kyu) und Meisterarade (Dan), Jeder Anfänger beginnt mit einem weißen Gürtel und kann dann durch eine Prüfuna den nächst höheren Grad erlangen. Die Prüflinge demonstrieren dabei Fallübungen, Stand- und Bodentechniken, die nach Höhe der Graduieruna immer schwieriger werden. Die Schülergrade gehen bis zum braunen Gürtel. Die Meisterarade beginnen mit dem schwarzen Gürtel.

Die Judoka des TVE Buraaltendorf können freiwillia an verschiedenen Wettkämpfen teilnehmen.

Kleiduna

Der TVE bietet Judoanzüge des Herstellers "Essimo" mit Vereinslogo und Judo-Beschriftung zu besonders günstigen Konditionen und mit einem 20% igen Vereinszuschuss an, und zwar in drei Varianten: Modell "Koka" (24,00 €), Größen 110 bis 150) für jüngere Kinder und Einsteiger, das etwas stabilere Modell "Yuko weiß" (ie nach Größe zwischen 37,60 und 41,60 €, Größen 130 bis 180) und das Modell "Yuko blau" (je nach Größe zwischen 44,00 und 48,00 €, Größen 130 bis 180) Die Bestellung kann über den Trainer und das TVE-Büro - auch per eMail - erfolgen. Die Eigenleistungen werden nach Erhalt vom angegebenen Konto per Lastschrift eingezogen.

UNSERE GEGENWÄRTIGEN TRAININGS-**GRUPPEN**

(So wollen wir nach den Sommerferien starten:)

Gruppe 1:

Kinder von 5 bis 10 J. mitwochs, 16,00 - 17,15 h

Gruppe 2:

Kinder ab 10 J./5.Klasse mittwochs, 17.30 - 18.45 h

Gruppe 3:

Ältere Jugendliche und Volliährige mittwochs, 19.00 - 20.15 h

Gruppe 4:

Kinder von 5 bis 10 J. freitaas, 16,00 - 17,15 h

Gruppe 5:

Kinder ab 10 J./5.Klasse freitags, 17.30 - 18.45 h

Gruppe 6:

Ältere Jugendliche und Volljährige freitags, 19.00 - 20.15 h

Alle Sportstunden finden in der Turnhalle Holteyer Str. 25 statt. Leiter der Abteilung "Judo" ist Berthold Werth.

Neue Interessenten*innen ("Schnupperer") melden sich bitte zuvor per eMail bei Berthold Werth.

Speed limit 493 km/h - Die Abteilung "Badminton" ist startklar

Die Zahlen des Badminton-Landesverbandes NRW vom Jahr 2020 zeigen, dass der TVE mit 24 Mitgliedern im Jugendbereich etwas über dem Duchschnitt der 17 Essener Badmintonvereine oder -abteilungen liegt, was durchaus aufgrund der bekannten Probleme mit der lang andauernden Hallenschließung als akzeptables Ergebnis gewertet werden kann. Allerdings sind wir daher nun von der ersten auf die vierte Stelle der mitgliederstärksten Vereine - zusammen mit einem anderen Verein - gerutscht. Insgesamt verringert sich aber in fast allen Vereinen generell die Zahl der Kinder und Jugendlichen teilweise erheblich oder so weit, dass vier Vereine inzwischen sogar gar keinen Jugendbereich mehr haben.

Die Mitgliederzahlen der Erwachsenen aller Essener Badmintonvereine oder -abteilungen, die im BLV-NRW Mitglied sind, blieben mit durchschnittlich 48 im Jahr 2020 im Vergleich von vor 10 Jahren mit 49 Personen stabil. Ein Verein hat in diesem Zeitraum jedoch deutlich Mitglieder gewonnen (+118), zwei Vereine dafür deutlich Mitglieder verloren (-52 und -48) und alle anderen Vereine sind ungefähr auf dem gleichen Stand geblieben.

Die Gesamtmitgliederzahl des Deutschen Badminton Verbandes ist in den letzten zehn Jahren von 227.000 auf 184.000 gesunken.

In diesem Jahr wurden wegen Corona der Bezirksjugendtag/ Bezirkstag sowie der Verbandsjugendtag per Videokonferenz durchgeführt. Der Verbandstag wurde in die zweite Jahreshälfte verschoben, in der Hoffnung, ihn dann als Präsenzveranstaltung durchführen zu können. Die ESPO-Spartensitzung und die German Open fanden nicht statt. Die Jugend- und Seniorenstadtmeisterschaften werden entweder entfallen oder zu einem späteren Zeitpunkt stattfinden. Die Jugend- und Senioren-Mannschaftsspiele der Saison 2021/2022 sollen durchgeführt werden.

Von "Badminton NRW" wurden allen Mitgliedern während des Lockdowns viele verschiedene themenspezifische Online-Kurse speziell für "Kids & Jugend" und für "jedermann" gratis angeboten, um sich auch in dieser Zeit fit zu halten. Diese Kurse fanden live nach Wochenplänen statt und sind anschließend auf der Internetseite von Badminton NRW in der Videogalerie ständig abrufbar.

Unsere Badmintonabteilung bestand am 01.01.2021 aus 30 Mitgliedern. Ich hoffe, dass einige der sechzehn Teilnehmer*innen, die im vergangenen Jahr vor dem Lockdown im November zum Schnuppern kamen, sich aber bis dahin noch nicht angemeldet hatten, nach dem Trainings-Neustart wiederkommen werden. Wir sind jedenfalls bereit und freie Kapazitäten - insbesondere bei den Erwachsenen - sind vorhanden. Vielleicht möchte ja mal jemand versuchen, den Geschwindigkeits-Weltrekord eines Federballs von 493 km/h zu brechen? Zusätzlich zu dem bekannten Hygienekonzept in der Sporthalle habe ich ein Kohlenstoffdioxid-Messgerät gekauft, das die CO2-Konzentration in der Raumluft permanent misst und das Ergebnis über ein Display sowie eine grüne, gelbe und rote LED anzeigt

und beim Überschreiten des zu hohen Grenzwertes einen Alarm auslöst, der signalisiert, dass wieder gelüftet werden muss.

Bei den Kindern und Jugendlichen wollen wir bei Interesse zusätzlich zu unseren Sportstunden die Gruppenzusammengehörigkeit durch gemeinsame sportliche Aktivitäten, regelmäßige Treffen und Freizeitaktivitäten fördern.

Aktuell wird ihnen als sportliche Aktivität die jährliche Teilnahme an der Essener Jugend-Stadtmeisterschaft und auf Wunsch auch die Teilnahme an den Mannschaftsspielen des Badminton-Landesverbandes NRW und die Durchführung der Jugend-Vereinsmeisterschaft angeboten.

Demnächst werden, wenn es wieder möglich sein sollte, regelmäßige Treffen einmal im Monat nachmittags zum Kaffee trinken/ Eis essen in verschiedenen Lokalitäten oder abends in der Pizzeria angeboten, außer es steht eh eine Weihnachtsfeier auf dem Programm.

Angeregt wurde, den Kindern und Jugendlichen der Abteilung Badminton Freizeitaktivitäten zweimal im Jahr an einem Wochenende oder in den Ferien anzubieten, wobei dann mindestens 10 Kids mit jeweils mindestens einem Elternteil für die Aufsicht und Eigenanreise teilnehmen müssen.

Ob und was wir zu dem 40-jährigen Jubiläum der Abteilung Badminton in diesem oder gegebenenfalls auch erst im nächsten Jahr machen werden, kann ich mit den Jugendsprechern*innen, dem Abteilungssprecher der Erwachsenen und den anderen Übungsleitern*innen erst besprechen, wenn die Einschränkungen es zulassen.

Marc Schäfer



Brücken bauen schafft Verbindungen - Brücken-Lockdown eher nicht, Brücken-Montag umso mehr!



Das böse C-Wort (Zitat Radio Essen). Wir können es alle nicht mehr hören, oder? Deshalb liebe ich persönlich die coronafreie Stunde jeden Vormittag zwischen 10.00 und 11.00 h auf meinem Lieblingssender.

Ähnlich coronafrei lief es mit unseren "Brücken-Montagen" ab, die wir vor einiger Zeit ins Leben gerufen hatten. Jeden Montag zur gewohnten Probenzeit um 20.00 h konnten alle Chormitglieder, die Lust und Zeit hatten, unseren virtuellen Konferenzraum betreten und ca. eine Stunde an einem Chormeeting teilnehmen.

Die ersten Male musste bei einigen zunächst der verflixte Kampf mit der Technik gewonnen werden, aber dann lief alles ziemlich reibungslos. Gemeinsam singen, was uns nun schon seit Monaten fehlte, ging leider in diesem Rahmen nicht so gut, weshalb wir uns ein Alternativprogramm überlegt hatten. Zunächst war natürlich die Freude groß, einige Gesichter "mal wieder live zu sehen und einfach nur zu reden.

Aber wir wollten die Zeit auch nutzen

und so erklärte sich Martin bereit, einen Abend zu organisieren unter dem Thema "Kleines ChorSängerInnen ABC". Es folgte Mareen, die mit Stimmbildung unsere eingerosteten Stimmen wieder zum Leben erweckte, Sandra erzählte etwas über Chor-Choreografie und bei Inken wurde es lustig mit einer Spielestunde "Skribble/Montagsmaler". In der zweiten Runde kam dann Michael dazu mit dem Thema "Strategien zum Textlernen".

Vielen Dank an euch für euer tolles Engagement. Die Hoffnung stirbt ja stets zuletzt und so träumen wir weiter davon, dass die tonARTisten nach Pfingsten wieder Outdoor als "TVE Wiesenchor" singen können und die "Brücken-Montage" zu richtigen "Probe-Montagen" werden.

Monika Stahl

tonART'sten

Hallo Stimme, wir sind wieder da!

Stimmbänder bitte aufwachen! Nach Monaten der Abstinenz ist die Zeit des Einrostens endlich vorbei. Der Inzidenzwert liegt aktuell unter 35, kontaktfreies Treffen im Freien ist erlaubt.

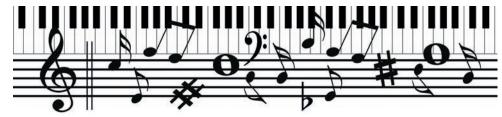
So traf sich ein kleiner tonARTisten "Wiesenchor" auf dem Rasen neben dem AKTIV PUNKT zur ersten Probe in diesem Jahr. Voraussetzung für die Teilnahme war allerdings immer noch "genesen, vor mind. 2 Wochen vollständig geimpft oder ein aktueller negativer Test".

Auch wenn aufgrund dieser Tatsache und wieder möglicher Urlaubsreisen nicht alle dabei waren, stand der Spaß im Vordergrund. Die eingerostete Stimme aufzuwecken und wieder gemeinsam zu singen war DAS Highlight an diesem sommerlichen Abend des 31. Mai zusammen mit der großen Freude über das persönliche Wiedersehen.

Monika Stahl



"Wiesenprobe" hinter dem AKTIV PUNKT





Bald wieder: Dance Fitness-Kurse im AKTIV PUNKT!



Wir haben in der schweren Pandemie wirklich gut zusammen gehalten, uns über Zoom gesehen und mit sehr viel Spaß gemeinsam getanzt. Trotz allem haben wir uns alle gefreut, dass wir endlich wieder persönlich und nicht über Bildschirme miteinander tanzen dürfen.

s wurde richtig gerockt. Wir sind dankbar über den großen Zuspruch aller Teilnehmerinnen.

Jetzt freuen wir uns auf den Beginn der neuen Kurse ab 07.07.2021:

Es wird wieder jeden Mittwoch in zwei Gruppen im AKTIV PUNKT - mit Platz für je 12 Teilnehmerinnen - getanzt (Kurs 30 von 19.00 bis 19.45 h, Kurs 36 von 19.55 bis 20.40 h).

Nach den Sommerferien starten wir auch wieder mit allen drei Gruppen der Kinder! Auf die positive Energie der Kinder (Wirbelwinde) freuen wir uns ganz besonders.

Auf ganz bald:

Eure Katja & Gaby



Gruppe "Aktiv im Gehen, Stehen und Sitzen" Das Leben hat uns wieder!

LEERE: Niemand durfte kommen und Sport treiben. Auch der Austausch untereinander fehlte uns sehr. Unser letztes Beisammensein war Ende Oktober 2020.

Dann kam der bekannte Lockdown und zu Weihnachten gab es keine Gruppenfeier, nur eine schöne Post. Zu Ostern war ein Ei, aus Pappe schön gestaltet, im Briefkasten zu finden, aber ein Treffen der Gruppe war wieder nicht möglich.

Endlich, zum 27. Mai 2021, wurden wir von Barbara eingeladen, wieder zum Sport der Gruppe "Aktiv im Gehen, Stehen und Sitzen" zu kommen.

Zunächst starteten wir draußen auf der Sportanlage Holteyer Str. an einem schön geschützten Platz. Dank an Monika Spengler für ihren Einsatz: So hatten wir Stühle vom Heimat- und Burgverein, die wir draußen nutzen können. Die meisten von uns sind geimpft und so können wir inzwischen auch wieder den Sportraum nutzen und sind alle froh und glücklich, gemeinsam in Bewegung zu kommen. Auch haben wir inzwischen einen Neustart unseres monatlichen Kaffeekränzchens gewagt.

Die positiven Effekte von Bewegung auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Lebensqualität von älteren Menschen sind vielfach belegt. Wir hoffen, dass wir lange gemeinsam in Bewegung bleiben dürfen.



Unsere diesjährige Weihnachtsfeier, wie gewohnt gemeinsam mit Rosis Donnerstagsgruppe, ist geplant für den 16. Dezember 2021 im Restaurant "Burgfreund". Wir hoffen alle sehr, dass diese stattfinden darf.

Barbara Zimmermann

FIT DURCH'S JAHR / GR. "E"



Auf der Horster Ruhrbrücke

Nach Beendigung des harten Lockdowns konnte neben dem sportlichen auch endlich wieder der gesellige Teil für unsere Gruppe stattfinden. Die Weihnachtsfeier hatte coronabedingt leider ausfallen müssen.

Traditionell treffen wir uns jedes Jahr vor den Sommerferien zu einer Radtour (die von Imke und Gerda vorbildlich geplant werden) mit anschließender Einkehr in ein Restaurant.

Da nicht alle Fahrrad fahren, trafen wir uns anschließend mit allen in der "Schönen Aussicht" im Garten. Trotz schlechter Wetterprognose hatten wir Glück und verbrachten einen schönen Sommerabend im Freien.

Alle waren sich einig, dass es immer wieder Spaß macht, gemeinsam Sport zu treiben und auch der gesellige Teil die Gruppe verbindet.

Annelotte Beckmann-Schlöns



NEUE TRAININGSZEIT FÜR DIE SPORTGRUPPE "FIT DURCH'S JAHR, FRAUEN, GR. M"

Diese Gruppe trainiert bisher dienstags, 20.00 - 21.30 h, in der Sporthalle Auf dem Loh. Sie hat seit einigen Jahren immer 'mal wieder den Wunsch nach einer tageszeitlich früher gelegenen Sportstunde an den Vorstand herangetragen, so auch wieder in diesem Jahr.

Da sich nun die Möglicheit ergeben hat, diesem Wunsch nachzukommen, wurde der Gruppe die Zeit 18.00 -19.30 h, donnerstags, angeboten.

Die herbeigeführte "Abstimmung" hat ergeben, dass der weit überwiegende Teil der Gruppe diese Verlegung wünscht bzw. akzeptieren kann. So wird die Änderuna Gruppe "E"
Sporthalle Auf dem Loh
montags, 18.45 - 20.15 h
Ltg: Imke Malburg o. Gerda Enigk
Gruppe "G"
Turnhalle Holteyer Str.
montags, 17.15 - 18.45 h
Ltg: Beate Grond



der Trainingszeit ab 19.08.2021 realisiert.

Denjenigen, die "beim besten Willen" nicht zur neuen Trainingszeit kommen können, bieten wir eine der zwei anderen Sportgruppen "Fit durch's Jahr" (gleiche Zielgruppe) an: Beide Gruppen, die sich über Zuwachs freuen würden, können gern "ausprobiert" werden. Während der Sommerferien trainiert die Gruppe "M" outdoor, ebenso wie u.a. auch die Gruppe "G", die auf dem Foto zu sehen ist. Die Gruppe "E" pausiert in den Sommerferien.

Wiederaufnahme der 60plus-Freizeitaktiväten für Anfang 2022 vorgesehen

Das für 2020 vorgesehene Programm wurde durch die Corona-Pandemie im März 2020 gestoppt. Wegen der auch gegenwärtig noch unkalkulierbaren Corona-Lage - die einzelnen Maßnahmen benötigen in der Regel einige Monate Vorlauf, insbesondere bei den Reservierungen - werden die 60plus-Freizeitaktivitäten erst im Januar 2022 wieder aufgenommen.

Freut euch auf Projekte, wie:

- Besuch des Bergbaumuseums in Bochum
- Besichtigung der Villa Orion in Düsseldorf
- Besuch einer Vorführung des "Kleinen Theater" am Gänsemarkt
- Besichtigung der Camera Obskura in Mülheim
- Besichtigung der Zeche Zollern und der Emanuel-Kirche
- Besuch des Kunsthandwerkermarkts in Alt-Kaster
- Kurzreise nach Hamburg
- Besuch des Archäologischen Parks in Xanten
- Besuch des Neandertal-Museums
- Wanderung mit anschließendem Grünkohlessen
- Besuch des Weihnachtsmarkts Schulze Beikel in Borken

Und das Planungsteam "60plus-Freizeitaktivitäten" freut sich darauf, wieder etwas mit euch zu erleben!







Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage

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

Tel. 0201 / 57 18 23 57

www.mirbach-innenausbau.de . info@mirbach-innenausbau.de

Radtour an Lippe und Halterner Stausee Wiedergeburt der Radelgruppe 50plus



Vor dem Brunnen am Merschtor in Haltern

Am Sonntag den 06.06.2021 konnte es endlich wieder losgehen. In einer Gruppe von 11 Radlerinnen und Radlern starteten wir zu unserer ersten TVE-Radtour nach 8-monatiger Pandemiepause. Treffpunkt der Tour war ein Parkplatz in Dorsten-Hervest. Uns allen war anzumerken, wie sehr wir das Fahren in der Gruppe vermisst hatten. Gut gelaunt und voller Elan ging es per Pedeleq bzw. Normalrad auf die Tour.

Die flache Strecke führte uns durch Wiesen und Auen des schönen Lippetals, vorbei an Bauernhöfen und gepflegter Wohnbebauung. Wir entdeckten immer wieder Schilder mit Hinweisen auf Naturparks bzw. Naturschutzgebiete.

Allmählich näherten wir uns der Haard. Ein riesiges Waldgebiet mit einer Fläche von 55 qkm, nahezu unbesiedelt. So fuhren wir auf einer Strecke von ca. 8 km Länge über gepflegte Wald- und Wirtschaftswege. Der ein oder andere Hügel war dabei. So wurde den Bio-Radfahrern ein angemessenes Sportprogramm an besonders frischer Luft geboten.

Nach dem Wechsel von Waldidylle und Lichtungen tauchte dann ganz plötzlich die erste Siedlung als Zeichen von Zivilisation auf. Wir waren in Hamm-Bossendorf angekommen. Den Schiffsverkehr zwischen Ruhrgebiet und Rhein konnten wir vom Radweg am Wesel-Datteln-Kanal beobachten.

Wenige Kilometer weiter hatten wir den Halterner Stausee erreicht. Trotz bescheidener Temperatur in der Mittagszeit machten wir Rast im Außenbereich einer Waldgaststätte.

Dass der Halterner Stausee ein besonderer Anziehungspunkt ist, merkten wir nicht zuletzt an den etwas volleren Radwegen, die uns nach der Mittagspause fast ganz um den See herum ins Zentrum Halterns führten.

Auf dem Marktplatz in der Altstadt wurden wir mit Livemusik empfangen.

Etwas Ungewohntes nach Monaten der Entbehrungen und Kontaktsperren.

Ab Haltern nutzten wir verschiedene ehemalige Bahntrassen, die zum Teil zur Römer-Lippe-Radroute gehören. Ruhige Wege durch ebene Landschaft mit münsterländischem Charakter führten uns zu einem markanten Aussichtspunkt.

In einem sumpfartigen Naturschutzgebiet hatten wir einen freien Blick auf zwei Storchennester. Es war zu erkennen. dass sich die Storchenpaare vorbildlich um ihre Sprösslinge kümmerten.

Am Ausgangspunkt unserer Tour wieder angekommen, waren wir uns alle einig: Die Rückkehr ins richtige Leben war gelungen. Bei guten Gesprächen und ganz viel schöner Natur wurde die Lust auf mehr Touren in unseren Naherholungsgebieten geweckt.

Gunnar Trittel

Hier könnte Ihre Werbung stehen!

Die Kosten pro Veröffentlichung (Ausgabe) betragen:

1/1 Seite: 139,- € (4c)

(zzgl. Sonderzuschläge für Umschlagseiten)

1/2 Seite: 79,- € (4c)

1/4 Seite: 49,- € (4c)

Interessenten senden wir gerne ein Angebot zu.



SOPLUS-RAPELTOUREN MIT EINKEHR

Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit, Spaß Gemütliches Radeln ohne hohe Leistungsansprüche

Mit Ausnahme der Wintermonate Dezember und Januar findet in jedem Monat mindestens eine geleitete Radeltour an unterschiedlichen Wochentagen und zu unterschiedlichen Zeiten statt. Unterwegs gibt es einen Boxenstopp in einer Gaststätte bzw. in einem Biergarten, damit die Geselligkeit nicht zu kurz kommt. Diese Aktionsreihe wendet sich an Mitglieder ab ca. 50 Jahren. Partner/-innen von teilnehmenden TVE-Mitgliedern können auch dann teilnehmen, wenn sie kein TVE-Mitglied sind. (Über eine Mitgliedschaft würden wir uns jedoch sehr freuen. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 6,75 €/ Monat, für Paare 11,50 €)

Leistungsbeanspruchung

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

Equipment

Radtypen: keine Einschränkungen (Auch eBikes sind möglich.) Das Tragen eines Fahrradhelms wird nahe gelegt. Kleidung dem Wetter entsprechend.

Schlecht-Wetter-Regelung

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

Anmeldung

Die Teilnehmer*innen müssen sich bis spätestens 3 Tage vor dem Tourdatum anmelden. Dazu stellt der TVE auf seinen Internetseiten ein Online-Anmeldeformular (www.tve-burgaltendorf.de,/Freizeitaktivitäten/50plus Radeltouren zur Verfügung. Dieses Online-Anmeldeformular ist auch über die App "TVE Burgaltendorf" zu erreichen.

Wer sich nicht über das Internet anmelden will, kann sich über das TVE-Büro (0201/570397) in die Datenbank eintragen lassen oder eine eMail an sport@tve-burgaltendorf.de schreiben. Auf eine Anmeldebestätigung verzichten wir. **Teilnahmegebühr:** keine

Fragen?

Wir beraten Sie gern: 0201/570397 oder sport@tve-burgaltendorf.de



Termin: 13.09.2021 (Ausweichtermin: 17.09.2021)
Treffzeit und -punkt: 10.00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

Ab Bo-Dahlhausen über den Springorumradweg bis Bo-Altenbochum - hier erreichen wir den Parkway Emscher-Ruhr - Bo-Kornharpen bis Harpener Teiche - Einkehr im Gut Mausbeck in Bo-Gerthe zurück über Do-Lütgendortmund nach Bo-Langendreer - über den Rheinischen Esel nach Witten und über Wit-Heven zum Kemnader See - nach Absprache Kaffeepause am See - entlang der Ruhr über Bo-Linden nach Burgaltendorf

Schwierigkeitsgrad: Die Strecke verläuft über Radwege und überwiegend verkehrsarme Nebenstraßen. Es geht nicht ganz ohne Steigungen.

Streckenlänge: ca. 60 km

Einkehr: Gut Mausbeck in Bochum-Gerthe

Rückankunft: ca. 17.00 h

Tourleiter:

Gunnar Trittel (gu.trittel@gmail.com) Mobilfunk für unterwegs: 0177 3 845 856





Tour-Titel (A): Ruhrtal & Panorama-Radweg Niederbergbahn - Velbert

Termin: 12.10.2021 (Ausweichtermin: 14.10.2021)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h Marktplatz Burgaltendorf, Alte Hauptstraße

Streckenbeschreibung:

Kupferdreh - Werden - Kettwig (Ruhrtalradweg) - Velbert (Panoramaradweg

Niederbergbahn) – über die Hügel zum Priehlbachtal und zurück

Streckenlänge: ca. 50 km

Einkehr: Brauhaus Alter Bahnhof Velbert

Rückankunft: ca. 15.30 h

Tourleiter:

Georg Hedwig (georg.hedwig@hedwig-hattingen.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0178-5452153



Tour-Titel (B): Drei-Städte-Tour Essen-Mülheim-Duisburg

Termin: 17.10.2021 (Ausweichtermin: 24.10.2021)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h, Parkplatz "Zornige Ameise" (Drago)

Streckenbeschreibung:

Gruga-Trasse - \$1 Richtung Mülheim - durch den Sportpark Wedau zur 6 Seen-Platte - weiter nach Kettwig - durch das Ruhrtal

zurück nach Kupferdreh zur Mehrzweckhalle

Einkehr: N.N.

Rückankunft: ca. 16.30 h

Tourleiter:

Uwe Hillebrand (hille-u@web.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0157 57282120







Termin: 04.11.2021 (Ausweichtermin: 11.11.2021) **Treffzeit und -punkt:** 10.00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str.

Streckenbeschreibung:

Dahlhausen - Springorum-Radweg - Altenbochum - Ümminger See - Kem-

nader See - Ruhrtalradweg – Burgaltendorf

Streckenlänge: 45 km

Einkehr: Cigo's am Kemnader See

Rückankunft in Burgaltendorf: ca. 15.30 h

Tourleiter: Georg Hedwig (georg.hedwig@hedwig-hattingen.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0178-5452153



Du möchtest etwas bewegen oder verbessern? Mit anderen zusammen für andere Menschen etwas tun, was diesen Freude macht?

Komm' zu uns und verstärke das TVE-Mitarbeiterteam!



Mitarbeit im Verein ist vielfältig und macht Freude. Die Erfahrungen, die du im Umgang mit den Menschen in einer Sportgruppe und im Team machst, nutzen dir im Leben, Beruf oder Studium. Das können viele unserer Mitarbeiter*innen bestätigen. Du musst nicht gleich einen Übungsleiterschein machen oder befürchten, eine Gruppe oder eine Aufgabe alleine übernehmen zu müssen. Erfahrene Mitarbeiter*innen führen dich Schritt für Schritt in deine Tätigkeit ein und helfen dir

Vielleicht hast du sogar eigene Ideen für (d)ein Engagement im Verein? Um so besser! Wir suchen ständig interessierte Erwachsene und Jugendliche, die Lust haben, sich im "TVE-Mitarbeiterteam", das aus über 100 Personen besteht zu engagieren. z.B als:

- Übungsleiterhelfer*in oder Übungsleiter*in in den Sportstunden (inbesondere beim Sport mit Kindern und beim Eltern/Kind-Turnen)
- Kursleiter*in von Halbjahressportkursen
- Mitarbeiter*in in Fachgebieten wie EDV/IT, Social Medic

INTERESSIERT?

Sende eine kurze Mail an sport@tve-burgaltendorf.de oder rufe uns an (T. 0201 570397). Wir machen einen unverbindlichen Termin und sprechen über deine Fragen und Anregungen, über das, was dich interessiert, z.B.:

- Welche der vielen Möglichkeiten, sich im TVE zu engagieren, passen zu meinen Interessen und Fähigkeiten?
- Was muss ich können, welche Voraussetzungen sollte ich mitbringen?
- Wie kann ich persönlich von einer Mitarbeit im Verein profitieren?
- Wie werde ich als Mitarbeiter*in vom Verein betreut und unterstützt?
- Warum macht ein Engagement in einem Sportverein Spaß?
- Wie kann ich mich aus- oder fortbilden, wenn ich daran Interesse habe?
- Was ist, wenn ich nicht mehr weitermachen kann oder will?
- Welche Vergütung zahlt der TVE?

TVE · organisation

Beitragsregelungen (Stand 01.07.2020)

Neumitglieder, unabhängig v. Alter und Beitragsart

Der TVE erhebt:

- 1. eine Aufnahmegebühr
- 2. einen Vereinsbeitrag
- 3. Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge
- 4. Kursgebühren

Welche Beitragsart?

Aufnahmegebühr:

- 5. Teilnehmereigenleistungen
- 6. eine Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr

Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr:	g	3,00
	Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen -	iet oe mäalich oinor
	muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das T	
	weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird de	
	e des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags i	
ente Mentringheder-Tehriannegebani in Florie	des Zweitachen des ansonsten amalienden beitrags i	ii iteciiiuiig gesteiit.
Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (monatlich)
Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag	Traini.	vic vici. (monation)
"Junge-Leute-Beitrag"	Mitglieder im Alter von 0-24 Jahre	6,25 €
Einzelbeitrag "Erwachsene ab 25 J."	Erwachsene ab 25 Jahre	6,75 €
Kurzzeitmitgliedsbeitrag	nur möglich f. Teilnehmer/-innen Kraftgerätetraining	7,00 \$
· ·=-	l	.,
Förderbeitrag	Bei Vorliegen bes. Voraussetzungen (z.B. Wohn-sitz	3,50 €
	außerhalb von NRW, Wohnsitz im Alten- oder	,
	Pflegeheim) auf Beschluss des Vorstandes	
Beitragsfrei	Mitglieder, die das 100. Lebensjahr erreicht haben	0,00
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag	3 7	-,
Mehrere Vereinsmitglieder aus einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbei-	2 Mitglieder eine
	trags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2	Familie: 11.50
	Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus	
		Für jedes weiter
zu stellen.)	einer Familie	Mitglied: 3,00
		zusätzlic
Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung	Wenn die Summe aus Vereinsbeiträgen und Abtei-	190,00 € pro Halb
(nur auf Antrag hin)	lungs-/Sportgruppenbeiträgen für die TVE-Mitglieder	
	aus einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Voll-	
	endung des 21. Lebensjahres) für ein Halbjahr den	
	Beitrag von 190,- € überschreitet, wird der 190,- €	
	überschreitende Betrag erstattet.	
	Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht	
	monatlich anteilig gewährt.	
Abteilungs-/Gruppenbeiträge (zusätzlich zum Ve	ereinsbeitrag):	
Teilnehmer der Sportangebote:	unabhängig vom Alter	
- Leistungsturnen		9,00 =
- Rhönradturnen		6,00 \$
- Judo	Mitglieder im alter bis 24 Jahre:	7,00
	Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	7,00
	(Pass- und Sichtmarken inklusive,	
	Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive)	
- Badminton	(Limitiertes Ballbudget innklusive)	7,50
- Laufsport	(Limitorico Balibudget Illinidaive)	2,00
- Chor "tonARTisten"	Mitglieder im alter bis 24 Jahre:	3.00
- OHOL TOHAK HOTEH	Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	8,00
- Kraftgerätetraining	ab 16 Jahre	24,00
'- Kraftgerätetraining: Sonderbeitrag	16 bis 24jährige mit eingeschränkter Trainingszeit:	15,00
	MO-FR 18-22 h, SA 12-18 h (gilt nicht in Schulfe-	.0,00
	rien)	
- Wassergymnastik		2,00

Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (monatlich)
REHA-Sport		
- Herzsport mit Verordnung	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	3,75 €
- Herzsport (ohne Verordnung)	TVE-Mitgliedschaft erforderlich	10,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge (mit Verordnung)	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	0,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge (oh. Verordnung)	TVE- Mitgliedschaft erforderlich	3,00 €

Kursgebühren

Kursgebühren werden für Angebote erhoben die in Kursform, also zeitlich befristet angeboten werden und für die in der Regel eine Mitgliedschaft nicht erforderlich ist. Die Kursgebühren für TVE-Mitglieder liegen in der Regel deutlich unter denen für Nichtmitglieder.

Teilnehmereigenleistungen

Für die optionale Teilnahme an besonderen Aktivitäten (60plus-Freizeitaktivitäten, Chorwochenenden, Turnfeste...) werden die Teilnahmekosten - oft nach Abzug eines Vereinszuschusses - in Rechnung gestellt.

HINWEISI

8.00 €

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 Austritts-Erklärung - 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 Mitgliedschaft in einer Abteilung/Sportgruppe, in der Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge erhoben werden, kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen.

Soweit kein SEPA-Lastschriftverfahren erteilt wurde, wird der gesamte Jahresbeitrag jährlich zum 15. April fällig. Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des/der Säumigen, ebenso Bankrückbelastungsgebühren, die das Mitglied verursacht hat.

Bildung und Teilhabe

Beiträge und Gebühren für Kinder, deren Eltern ALG II (Hartz 4), Sozial- oder Wohngeld beziehen, können bis zu einer Höhe von 120,- € jährlich auf Antrag durch das JobCenter übernommen werden. Wir stellen für die Beantragung gerne eine Beitragsbescheinigung/-rechnung aus. Bitte kontaktieren Sie uns.

Bankverbindung des TVE Burgaltendorf (Kontoinhaber):

IBAN: DE69 3606 0488 0200 0207 00, BIC: GENODEM1GBE (GENO Bank Essen)

Der Einzug von Forderungen (Mitgliedsbeiträge u. Gebühren; Eigenleistungen für Sportkleidung, für die Teilnahme an Freizeitaktivitäten, Wettkämpfen und Ähnlichem) erfolgt ab 2014 im Europäischen SEPA-Basis-Lastschriftverfahren und zwar terminlich

- am 1. März die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das erste Halbjahr des Jahres (für MItglieder, die nach dem 1. März d. J. aufgenommen wurden, am 30.06. ("Nachzüglerbeitragseinzug")
- am 1. September die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das zweite Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 1. September d.J. aufgenommen wurden, am 27.12. ("Nachzüglerbeitragseinzug")
- 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.

Informationspflicht des Mitglieds

Ist das Mitglied nicht selbst Zahler/-in von Forderungen des Vereins, sondern z.B. ein Elternteil oder der/die Ehepartner/-in ist Kontoinhaber/-in des im SEPA-Lastschriftmandat der Einzugsermächtigung angegebenen Kontos, hat das Mitglied die Pflicht, den/die Zahler/-in über anstehende Lastschrifteinzüge zu informieren.

	Voilo	Voilà dae TVE-Sportangebot der Vereinsarrungen.	rtangapot	der V	oroir		. 200		19.07.2021
Sportart	Zielonippe Zielonippe	Alter	Sportstratte	W -Too ∐hrzeit	I hrzeit		Ordani Mitarbeiter/-innen (max 3 Namen)	in finax 3 Name	
						5			
202 "Turnen, Spiel&Schwimm	nm. f. Kinder"								
Tumen, Spiel & Schwimmen Jungen u. Mädchen	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	15:00 - 16:00	16:00 20201	Kernebeck	Budriks	
Turnen, Spiel & Schwimmen	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo	16:00 - 17:00	7:00 20203	8 Budriks	z Z	
Turnen, Spiel & Schwimmen J	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Th Holteyer Str.	2*di.	17:00 - 18:30	18:30 20206	Maifeld	Diesner	Diesner
Geräffurnen	Jungen u. Mädchen	Vorschul 4. Schulj.	Sh Auf dem LohR	2*di.	17:00 - 18:30	18:30 20220	/ Kernebeck	Budriks	
203 "Leistungs- und Rhönradturnen"	adturnen"								
Leistungstumen Gr. 1	weibl. Mitgl.	ab 18 Jahre	Sh Auf dem Loh LM-	- 1*mo.	18:30 - 3	20:15 20301	Zedler		
Leistungsturnen Gr. 2	weibl. Mitgl.	ab 5 J., Anfängerinne			15:45 - 17:30			Zedler	
Leistungsturnen Gr. 3	weibl. Mitgl.	8 - 12 J., Fortgeschri		- 2*di.	16:30 - 18:30	18:30 20303	2 Zedler	Dumm	Weierstahl
Leistungsturnen Gr. 4	weibl. Mital.	12 - 18 J., Fortgeschr			16:30 - 18:30			Dumm	
Rhönradturnen A **	männl.+weibl. Mitgl.	ab ca. 10 J.			18:30 - 19:45			Klöfers	
Rhönradturnen B **	männl.+weibl. Mitgl.	ab ca. 10 JFotgesch		- 4*do.	20:00 - 21:45	21:45 20310) Schönmeier	Klöfers	
Rhönradturnen *	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh LM-	- 1*mo.	18:45 - 20:15	20:15 20311	(ohne Leitung)		
Rhönradturnen *	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh LM-	- 4*do.	21:00 - 3	21:45 20312	(ohne Leitung)		
205 "Tanz"									
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	AKTIV PUNKT S-R	5*fr.	15:00 - 16:00	16:00 205A	Ardelmann	Hoffmann	
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	7 - 10 Jahre	AKTIV PUNKT S-R	5*fr.	16:00 - 17:00	17:00 205B	Ardelmann	Hoffmann	
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	ab 11 Jahre	AKTIV PUNKT S-R	5*fr.	17:00 - 18:00	18:00 205C	Ardelmann	Hoffmann	
206 "Eltern/ Kind-Turnen & -Schwimmen	-Schwimmen								
Eltern/ Kind-Tumen Gr. L	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh LM-	- 1*mo.	16:00 - 17:00	17:00 206L	Schrade	Beine	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. M	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Shauf dem Loh LM-	- 1*mo.	17:00 - 18:00	18:00 206M	Schrade	Beine	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. N	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh LM-	- 1*mo.	16:00 - 17:00	17:00 206N	Schrade	Beine	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. P	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh LM-	- 3*mi.	17:00 - 18:00	18:00 206P	Schrade	Beine	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. S	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Bad Th Holteyer S	2:di.	15:30 - 16:30	16:30 2065	Kernebeck	:Z Z	
208 "Judo"									
Judo Gr. 1 *	männl.+weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.	3*mi.	16:00 - 17:15	17:15 20801	Werth	ggf. Portnoy	
Judo Gr. 2 *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 10 J.5 Schulj.	Th Holteyer Str.	3*mi.	17:30 - 18:45	18:45 20802	Werth	ggf. Portnoy	
Judo und Fithess (Gr. 3)	männl.+weibl. Mitgl.	ält. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.	3*mi.	19:00 - 20:15		werth		
Judo Gr. 4*	männl. +weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	16:00		Werth	Werth	
Judo Gr. 5 *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 10 J./a5. Schulj.	Th Holteyer Str.	5*fr.	17:15 - 18:45		werth .		
Judo und Fithess (Gr. 6)	männl.+weibl. Mitgl.	ält. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.	5*fr.	19:00 - 20:15	20:15 20806	Werth		
209 "Badminton"									
Badminton *	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh LMR	R 2*di.	18:30 - 20:00	20:00 20901	Schäfer	Bruyers	Stein
Badminton *	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh LMR	R 3*mi.	18:00 - 20:00	20:00 20902	Schäfer Schäfer	Bruyers	Stein
Badminton *	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre			17:00 - 3	20:00 20903	Schäfer Sch	Bruyers	Stein
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Shauf dem Loh LM-	- 2*di.	20:00 - 3	21:45 20910	(ohne Leitung)		
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Shauf dem Loh LMR	R 5*fr.	20:00 - 3	21:45 20911	(ohne Leitung)		
212 "Freerunning" (ausgesetzt)	setzt)								
Freerunning	Jungen u. Mädchen	ab 11 Jahre	Th Holteyer Str.	2*di.	17:00 -	17:00 - 18:30 21201 Hüser	Hüser		
213 "Ballspiel"									

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	WTag Uhrzeit		OrgaNr. Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)	max.3 Namen)
Ballspiel	Jungen	15 - 20 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo.	1*mo, 20:15 - 21:45 21301 Neumann	Neumann	
Ballspiel	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem LohR	4*do.	19:30 - 20:45 21306 Semmerling	Semmerling	
214 "Rad-Sport"							
Sportl. Rad-Tourenfahren	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	4*do.	4*do. 18:30 - 20:30 <i>21401</i> Spengler	Spengler	
215 "Laufsport und Leichtk	athletik"						
(Nordic)Walking, Termin A *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: z.Zt. Marktplat	2*di.	18:15 - 19:30 215A	Spengler	
Laufen, Termin D *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossensch	1*mo.	18:30 - 19:30 215D	Spengler	
Laufen, Termin E *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	3*mi.	19:30 - 20:30 215E	Spengler	
(Nordic)Walking, Termin F *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	4*do.	17:15 - 18:30 215F	Spengler	
(Nordic)Walking, Termin G *	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	3*mi.	18:15 - 19:30 215G	Enigk	
216 "Fitnesstraining für Mär	nner"						
Fitnesstraining	Männer	ab ca. 40 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	20:15 - 21:45 21602	Kolligs	
Fit durch's Jahr	Männer	ab ca. 40 Jahre	Sh Auf dem LohR	1*mo.	20:15 - 21:15 21603 Harstock	Harstock	
217 "Fitnesstraining für Frau	"uen						
Fit durch's Jahr, Gr. E	Frauen		Sh Auf dem LohR	1*mo.	18:45 - 20:15 217E	Enigk	o. Malburg
Fit durch's Jahr, Gr. G	Frauen		Th Holteyer Str.	1*mo.		Grond	
Fit durch's Jahr, Gr. M	Frauen		Sh Auf dem LohR	4*do.	18:00 - 19:30 217M	Lahmer	
218 "Gymnastik & Spiel 60plus"	"snId(
Gymnastik D	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Sh Auf dem LohR	4*do.	15:00 - 16:00 21801	Stoßberg	
Gymnastik E	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Sh Auf dem LohR	4*do.	16:15 - 17:30 21802	Stoßberg	
Gymnastik & Spiel F	Männer	ab ca. 60 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo.	18:45 - 20:15 21810	Kolligs	
Aktiv im Gehen, Stehen, Sitze	Männer u. Frauen	ab ca. 75 Jahre	AKTIV PUNKT:Sport	4*do.	15:00 - 16:00 21812	Zimmermann	
Fit im vierten Viertel	Männer u. Frauen	ab ca. 75 Jahre	Th Holteyer Str.	2*di.	16:00 - 17:00 21830	Spengler	
Wassergymnastik A* (14tägi	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	4*do.		Kick	
Wassergymnastik B*	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	1*mo.	18:00 - 18:45 218B	Kick	o. Krieg
Wassergymnastik C* (14tägi	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	4*do.	17:45 - 18:30 218C	Kick	
Wassergymnastik D*	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bad Holteyer Str.	5*fr.	18:00 - 18:45 218D	Kick	
219 "REHA-Sport"							
Sport i.d. Krebsnachsorge *	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT	2*di.	17:00 - 18:00 219K	Spengler	
250 "Kraftgerätetraining"							
Kraftgerätetraining	Männer u. Frauen	ab 16 Jahre	AKTIV PUNKT KrR	mo-sa	- 25001	25001 Semmerling c	o. Andere

SSUL

Herausgeber

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

Layout Inken Renée Funken

Druck Wir machen Druck, Backnang

Auflage 1.750 Exemplare

Fotos TVE; ©LSB NRW, Monika Bowinkelmann

Erscheinen Vierteljährlich (März, Juni, Sep-

tember, Dezember)

Kosten im Mitgliedsbeitrag enthalten

Telefon 0201 570397 **Fax** 0201 5718 628

eMail sport@tve-burgaltendorf.deInternet www.tve-burgaltendorf.de

Öffnungszeiten AKTIV PUNKT und TVE-Büro:

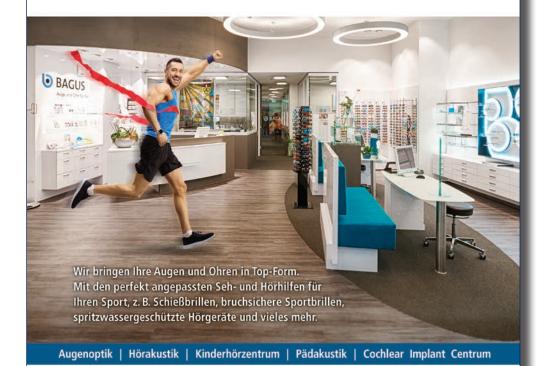
montags - freitags 08.00 - 13.00 h

15.00 - 22.00 h

samstags 12.00 - 18.00 h

Ihre

Sport-Spezialisten für bestes Hören und Sehen



Bochumer Str. 38–40 | Essen | Tel.: 0201.85125-0 Nockwinkel 99 | Essen | Tel.: 0201.585999 Albertus-Magnus-Str. 16 | Duisburg | Tel.: 0203.7395700

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







