

- Badminton
- Turnen und Gymnastik
- Judo
- Röhrradtturnen
- Leistungsturnen
- Wassergymnastik
- Fitnessstraining
- Laufsport
- Reha-Sport
- Rad-Tourensport
- Kraftgerätrtraining
- Kursprogramm
- Chor „tonARTisten“
- Freizeitaktivitäten
- Ausflüge



TVE Burgaltendorf

Matinee zur Jubilarehrung
langjähriger Mitglieder, S. 38



Kurse

1. Hj. 2020

Seite 9

Leistungsturnen

Tolle Erfolge

Seite 26

Hip-Hop

Bühnenpräsenz

Seite 31



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

TUI TRAVELStar Reisebüro Burgaltendorf

Alte Hauptstr. 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

WURFSPIESS Impressum

WURFSPIESS Inhalt

Herausgeber:

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

Layout: S. Semmerling, M. Stahl

Druck: Druckerei Raffler

Auflage: 1.750 Exemplare

Erscheinen: 4 mal / Jahr: März, Juni,
 September, Dezember

Kosten: im Beitrag enthalten

Telefon: 0201 / 57 03 97

Fax: 0201 / 57 18 628

eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

Internet: www.tve-burgaltendorf.de

Öffnungszeiten AKTIV PUNKT und TVE Büro:

montags - freitags 08.30 - 13.00 h und
 15.00 - 22.00 h,
 samstags 12.00 - 18.00 h

| | |
|----------------------------------|-------|
| Titel | 01 |
| Impressum, Inhalt | 03 |
| Inserentenverzeichnis | 05 |
| Universelles Anmeldungsformular | 07 |
| Kursprogramm 1. Halbjahr 2020 | 09 |
| Leistungsturnen | 26 |
| Badminton | 29 |
| Rhönradturnen | 30 |
| Hip Hop & Showtanz | 31 |
| Onkolauf 2019 | 32 |
| 50plus-Radeltouren | 34 |
| Jubilarehrung | 38 |
| 60plus | 41 |
| Führung und Organisation | 46 |
| Der Aufbau des TVE Burgaltendorf | 49 |
| Beitragsregelungen | 50-51 |
| Das aktuelle TVE-Sportangebot | 52-53 |
| Der TVE-Internet-Terminkalender | 54 |



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


Prost
Bedachungen GmbH
Meisterbetrieb

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

www.prost-bedachungen.de

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.06 |
| Bagus - Auge und Ohr für Sie | S.55 |
| Café-Restaurant „Burgfreund“ | S.04 |
| Essener Schlüsseldienst Klaus Liebaug | S.06 |
| Friedhofsgärtnerei Streicher | S.36 |
| Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven | S.16 |
| Garten & Motorgeräte Theo Lelgemann | S.27 |
| Geno Bank Essen | S.56 |
| Getränke Michael Michel GmbH | S.14 |
| Goldschmiede Koll | S.12 |
| IT-Beratung und -Service Michael Nellen | S.14 |
| Johannes Brauksiepe GmbH | S.24 |
| Laura Apotheke | S.14 |
| Mirbach Wohnraum- und Objektausbau | S.18 |
| Pflegeagentur 24 | S.10 |
| Physiotherapie Jörg Verfürth | S.20 |
| Prost Bedachungen GmbH | S.04 |
| Reisebüro Burgaltendorf | S.02 |
| REWE Stilleke | S.22 |
| Steuerberatungsgesellschaft mbH Michelitsch und Imkamp | S.02 |
| Tennis- & Soccercenter Burgaltendorf | S.16 |
| Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. | S.12 |
| Wohnstudio Neuhaus | S.18 |

Der TVE Burgaltendorf ist bei AmazonSmile

AmazonSmile ist eine einfache Möglichkeit, eine soziale Organisation der Wahl bei jedem Einkauf zu unterstützen, ohne dass dafür Kosten anfallen. Auf der Website www.smile.amazon.de gibt es das identische Shopping-Erlebnis, das man von www.amazon.de kennt – mit dem zusätzlichen Vorteil, dass Amazon 0,5% der Einkaufssumme an eine vom Kunden gewählte soziale Organisation weitergibt. Man kann unter Tausenden von Organisationen wählen, die unterstützt werden können. Unter Anderen ist eben auch der TVE Burgaltendorf ist bei Amazon Smile.

Also einfach beim nächsten Weihnachtseinkauf die Webseite smile.amazon.de verwenden und dort als zu unterstützende Organisation den TVE auswählen und wie gewohnt einkaufen. Dabei kann das bestehende Amazon-Konto verwendet werden, so dass man Zugriff auf seinen Warenkorb, Wunschzettel, etc. hat.

| | |
|--|---|
| 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 |  ESSENER Schlüsseldienst |



Bäckerei • Konditorei • Cafe

| | |
|--|--|
| Cafe Ruhrblick | Überehrstraße 465, 45277 Essen Tel.: 0201 / 58 74 83 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.00 - 18.30 Sa. 6.00 - 14.00 So. 8.00 - 18.00 |
| In unserer Filiale jetzt auch mit erlesenen spanischen Weinen und Delikatessen! | Alte Hauptstraße 16, 45289 Essen Tel.: 0201 / 5 76 96 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.30 - 13.00 u. 15.00 - 18.00 Sa. 5.30 - 13.00 So. 7.30 - 11.00 Internet: www.cafe-ruhrblick.de |

Annoncieren Sie im WURFSPIESS!

Die Kosten pro Veröffentlichung
(Ausgabe) betragen:

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

1/2 Seite: 79,- € (4c)

1/4 Seite: 49,- € (4c)

Interessenten senden wir
gern ein Angebot zu.



Universelles Anmeldeformular

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



TVE Burgaltendorf

Holteyer Str. 29
45289 Essen

Fax 0201 - 57 18 628
www.tve-burgaltendorf.de

Verbindliche

TVE-Mitglied?

ANMELDUNG (für jeweils eine Person)

Ja Nein

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

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 MandatsreferenzNr. ist bei TVE Mitgliedern die Mitgliedsnummer. Nichtmitgliedern wird sie zu einem späteren Zeitpunkt mitgeteilt.

| | |
|---------------------------------|--|
| BIC: | IBAN: |
| Kontoinhaber (Name, Anschrift): | |
| Datum: | Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift der Eltern): |



Handel und Vermittlung

von

Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen

- Karosserieinstandsetzung aller Fabrikate
- Reparatur und Wartung
- Hol- und Bringservice
- Ersatzwagen
- Reifeneinlagerung
- 24 Std. Abschleppdienst
- Originalersatzteile
- Autoglasreparatur
- HU & AU
- Klimaservice
- 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

Kursprogramm 1. Halbjahr 2020 (27. Januar 2020 bis 27. Juni 2020)

Anmelden

- können Sie sich mit dem Formular auf Seite 5 per Post (TVE Burgaltendorf, Holteyer Str. 29, 45289 Essen)
- per Fax (0201/571 8628)
- persönlich im TVE-Büro (im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen)
- im Internet unter www.tve-burgaltendorf.de
- Geben Sie bei der Anmeldung bitte unbedingt die Orga-Nr. des Kurses an!

Anmeldungsbestätigung

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs Ihrer Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhalten Sie unverzüglich Bescheid. Andernfalls gelten Sie als angenommen und Sie erhalten eine Kursanmeldebekräftigung. Wir versenden diese bevorzugt als eMail. Achten Sie bitte daher auf Ihren eMail-Posteingang.

Zahlungsweise und Kursgebühren

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

Schuhe

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

Ferien und Feiertage

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

Veranstaltungsort / Parken

Wenn nicht ausdrücklich anders angegeben, finden die Kurse im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen-Burgaltendorf statt. Stellen Sie sich bitte auf eine ungünstige Parksituation ein.

Umkleidesituation

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

Aktuelle Informationen

Sie können Informationen zum AKTIV PUNKT sowie kurzfristige Änderungen des Kursprogramms unter www.tve-burgaltendorf.de im Internet verfolgen.



**AMBULANTE PFLEGE:
HILFE, DIE SICH IHREN
BEDÜRFNISSEN ANPASST**

**Grundpflege / Behandlungspflege /
Hauswirtschaftliche Versorgung /
Vermittlung 24-Stunden-Pflege**

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

Tel. 0201/545 014 92

pflegeagentur24-pflegedienst.de

Kursprogramm 1. Halbjahr 2020

+YOGA®

Klassisches Hatha-Yoga dient schon seit Jahrtausenden der Gesunderhaltung des Körpers und des Geistes. Die Körper-Haltungen (Asanas) sind Vorbild für viele moderne Gymnastikübungen. Das Wechselspiel aus Kräftigung und Dehnung aller wichtigen Muskelgruppen gepaart mit gezielter Atmung löst Verspannungen jeglicher Art, beugt Haltungsschäden vor und reguliert den Stoffwechsel. Entspannungstechniken, die jede Kursstunde abrunden, helfen auf dem Weg zu innerer Ausgeglichenheit im Alltag - in den man übrigens sehr gut kleine Übungen einbauen kann. Komplizierte Asanas oder perfekte Ausführung sind zweitrangig, im Vordergrund steht die Wahrnehmung des eigenen Körpers, das Bewusstsein für Haltung und fließende Atmung sowie ein gesundheitsorientiertes, kontrolliertes Training.

| | |
|--|------------------------------|
| Orga-Nr: 34_1 | Max TN: 15 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (20-22 mal) | dienstags, 19:15 - 20:30 Uhr |
| Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder 120,75 € | L. Lassak |
| AKTIV PUNKT Kommunikations-R. | |

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: 15 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (17-19 mal) | dienstags, 18:30 - 19:30 Uhr |
| Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder 117,00 € | Gerda Enigk |
| Schwimmbad SH Holteyer Str. | nicht 07.04.20, 14.04.20, 02.06.20 |

| | |
|--|------------------------------------|
| Orga-Nr: 55_1 | Max TN: 15 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (17-19 mal) | dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr |
| Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder 117,00 € | Gerda Enigk |
| Schwimmbad SH Holteyer Str. | nicht 07.04.20, 14.04.20, 02.06.20 |

AQUA-POWER

Aqua-Power beinhaltet ein Allroundprogramm für den ganzen Körper zu motivierender Musik im 1,20 m tiefen Wasser. Das gut dosierte Ausdauertraining wird kombiniert mit Elementen des Aquajoggings und des Aquaboxings. Mit einer Variation unterschiedlichster Übungen und einer gesteigerten Belastungsintensität werden das Herz-Kreislauf-System und die Muskeln gestärkt sowie die koordinative Leistungsfähigkeit verbessert. Das Medium Wasser sorgt für die richtige Belastung, gelenkschonende Bewegungen und einen rund 30 % erhöhten Stoffwechsel. Abgerundet wird das Training durch den gemeinsamen Spaß in der Gruppe und das gute Gefühl, etwas für sich und seine Gesundheit zu tun.

| | |
|--|--|
| Orga-Nr: 43_1 | Max TN: 15 |
| 30.01.2020 - 25.06.2020 (16-18 mal) | donnerstags, 19:30 - 20:30 Uhr |
| Mitglieder: 59,50 € Nichtmitglieder 110,50 € | Ralf Kick |
| Schwimmbad SH Holteyer Str. | nicht 09.04.20, 16.04.20, 21.05.20, 11.06.20 |



GOLDSCHMIEDE KOLL

Alte Hauptst. 92 Tel. 239197
www.goldschmiede-koll.de

Klaus Koll
Mitglied im



Anhänger "Schutzengel"
aus eigener Werkstatt



Entspannt Steuern sparen.

Steuern? Lass ich machen.



Mehr für mich.

Für Sie vor Ort:

Beratungsstellensuche unter www.vlh.de

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

www.vlh.de

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 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (18-20 mal) | mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Jutta Jülicher |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 08.04.20, 15.04.20 |

BAMBINI-SCHWIMMKURS f. d. Vorschuljahrgang 2020

Ein Kurs für Kinder, die nach den Sommerferien 2020 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_1 (montags) startet vor dem Schwimmen mit einem 15 minütigen Aufwärmprogramm in der Turnhalle.

| | |
|---|------------------------------|
| Orga-Nr: 22_1 | Max TN: 10 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (18-20 mal) | mittwochs, 15:30 - 17:00 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | U. Kernebeck |
| Schwimmbad SH Holteyer Str. | nicht 08.04.20, 15.04.20 |

| | |
|---|--|
| Orga-Nr: 23_1 | Max TN: 10 |
| 27.01.2020 - 22.06.2020 (16-18 mal) | montags, 16:00 - 17:30 Uhr |
| Mitglieder: 42,50 € Nichtmitglieder 80,75 € | A. Franzen / D. Engelhardt |
| Schwimmbad SH Holteyer Str. | nicht 24.02.20, 06.04.20, 13.04.20, 01.06.20 |

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: 46_1 | Max TN: 20 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (20-22 mal) | dienstags, 19:15 - 20:15 Uhr |
| Mitglieder: 52,50 € Nichtmitglieder 99,75 € | Gerlinde Saurenhaus |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

DANCE FITNESS 18+

Dance Fitness 18+ ist eine Tanzgruppe für Erwachsene jeden Alters. "Das schönste was Füße machen können ist Tanzen. Tanzen ist Wahrheit, Wunsch und Echtheit vereint in Bewegung". So lautet die Maxime der Kursleiterinnen. Bewegung im Takt zu modernen Stücken, aber auch zu alten Songs wie z.B. Grease ist Kernelement von Dance Fitness. Beim Tanzen in der Gruppe bleibt man fit, verbessert die Körperbeherrschung und stärkt das Selbstbewusstsein. Mit Spaß werden Choreographien gemeinsam erarbeitet und das gemeinsame Besserwerden erlebt.

| | |
|---|------------------------------|
| Orga-Nr: 30_1 | Max TN: 20 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (20-22 mal) | mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr |
| Mitglieder: 52,50 € Nichtmitglieder 99,75 € | Gaby Ardelmann |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

Wir freuen uns auf Sie!



Ihr Team der Laura Apotheke.



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

michael
Michel GmbH

Getränke – Groß- und Einzelhandel

Dilldorfer Straße 23-25
45257 Essen Alt-Dilldorf

Tel.: 0201 480315

Fax: 0201 480424

bestellung@michael-michel.de

Erfrischend
kühle Getränke



Besuchen Sie uns
auf unserer
Internetseite
www.michael-michel.de

MICHAEL
NELLEN

IT-BERATUNG UND -SERVICE

IT-BERATUNG UND -SERVICE

MICHAEL NELLEN

NOTTEKAMPSBANK 134

45259 ESSEN

TEL.: 02 01 / 46 68 62 5

MOBIL: 01 77 / 87 01 63 7

MAIL: SERVICE@NELLEN-IT.DE

WEB : WWW.NELLEN-IT.DE

BERATUNG – SERVICE – REPARATUREN – SCHULUNG

DRUMS ALIVE ®

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.: 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_1 | Max TN: 12 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (20-22 mal) | mittwochs, 09:00 - 10:00 Uhr |
| Mitglieder: 73,50 € Nichtmitglieder 136,50 € | Beate Grond |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

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 |
| 30.01.2020 - 25.06.2020 (18-20 mal) | donnerstags, 09:30 - 11:00 Uhr |
| Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder 123,50 € | Bettina Schuran |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |
| nicht 21.05.20, 11.06.20 | |

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: 15 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (20-22 mal) | dienstags, 09:00 - 10:30 Uhr |
| Mitglieder: 73,50 € Nichtmitglieder 136,50 € | Hildegunde Wissing |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

| | |
|--|------------------------------|
| Orga-Nr: 48_1 | Max TN: 15 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (20-22 mal) | mittwochs, 19:30 - 20:45 Uhr |
| Mitglieder: 73,50 € Nichtmitglieder 136,50 € | Hildegunde Wissing |
| AKTIV PUNKT Kommunikations-R. | |

FIT IM BESTEN ALTER

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. Kostenlose Schnupperstunden am 13.01.2020 und 17.01.2020 !!!



Ihr Experte für
Garten & Landschaft

anerkannter
Ausbildungsbetrieb

Hendrik Tenhaven

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

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



| | |
|---|----------------------------|
| Orga-Nr: 26_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 30.03.2020 (9 mal) | montags, 09:30 - 10:30 Uhr |
| Mitglieder: 22,50 € Nichtmitglieder 42,75 € | Gabriele Höpken |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht am 24.02.20 |

| | |
|---|-----------------------------|
| Orga-Nr: 27_1 | Max TN: 20 |
| 31.01.2020 - 03.04.2020 (10 mal) | freitags, 09:30 - 10:30 Uhr |
| Mitglieder: 25,00 € Nichtmitglieder 47,50 € | Gabriele Höpken |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

FITNESS-MIX FÜR JEDES ALTER

Fitness-Mix für jedes Alter ist ein Training für alle, die fit werden oder bleiben wollen. Mit verschiedenen Elementen des Trainings der Beweglichkeit bietet dieser Kurs ein abwechslungsreiches Programm, z.B. isometrische Übungen, Beckenboden-Gymnastik, Koordinationsübungen, Entspannungsübungen, Elemente aus Yoga, usw. Hierfür werden auch manchmal Hilfsmittel, wie Flexi-Bar, Balance-Pad, Redondball eingesetzt.

| | |
|---|----------------------------|
| Orga-Nr: 31_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 11.05.2020 (12-14 mal) | montags, 15:30 - 16:30 Uhr |
| Mitglieder: 32,50 € Nichtmitglieder 61,75 € | Ina Balbach |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 24.02.20, 13.04.20 |

FITNESSMIX+YOGA®

Ob Kondition +Yoga, Faszien +Yoga, Pezzi +Yoga, Outdoor +Yoga oder Pilates +Yoga, dieser Kurs bietet ein "Best Of" 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.

| | |
|--|------------------------------|
| Orga-Nr: 49_1 | Max TN: 20 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (20-22 mal) | dienstags, 18:00 - 19:15 Uhr |
| Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder 120,75 € | L. Lassak |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

| | |
|--|------------------------------------|
| Orga-Nr: 56_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 22.06.2020 (17-19 mal) | montags, 20:00 - 21:15 Uhr |
| Mitglieder: 54,00 € Nichtmitglieder 103,50 € | L. Lassak |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 24.02.20, 13.04.20, 01.06.20 |



2 Häuser mit über 3000 m²

Wohnstudio

A. Neuhaus + Sohn

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

Mirbach



Wohnraum- &
Objektausbau



Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage

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

Tel. 0201 / 57 18 23 57

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

FUNCTIONAL FITNESS MIT FASZIEN TRAINING

Nach einer kurzen Aufwärmphase führen wir mit verschiedenen Geräten, wie z.B. Gymnastikmatten, Therabändern, Tennisbällen und Kurzhanteln ein Workout durch. Es werden 3 Durchgänge z.B. Kniebeugen, Mountain Climber, Rumpfbeugen, Side Stretch, Rudern, Arme schwingen, verschiedene Bauchmuskelübungen, Seilchenspringen, Push Press, Ausfallschritt mit Rotation durchgeführt (Jede Übung jeweils eine Minute). Es folgt ein Cool down mit Faszientraining. Die Faszien sind das menschliche kollagene Bindegewebsnetzwerk. Wir sind so alt wie unser Bindegewebe. Wer jung bleiben oder wieder jung werden will, tut also gut daran dieses Lebensnetz zu kräftigen. Das machen wir in diesem Faszientraining.

| | |
|---|--------------------------------|
| Orga-Nr: 24_1 | Max TN: 15 |
| 30.01.2020 - 14.05.2020 (14-16 mal) | donnerstags, 18:15 - 19:30 Uhr |
| Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder 86,25 € | Bodo Balbach |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

HATHA-YOGA

Hatha Yoga ist geprägt von langsamen, entspannten und gut nachvollziehbaren Yoga-Übungen und ist daher auch für Anfänger - egal welchen Alters - geeignet. Hatha-Yoga verbindet die Festigung des Gleichgewichtssinns (körperlich und geistig) mit einer Stärkung der Flexibilität und der Muskeln. Es bietet einen Ausgleich zum stressigen Alltag oder auch zu anderen Sportarten. Gesundheitlich kann es z. B. bei Rücken- und Nackenschmerzen, Schlafstörungen oder Bluthochdruck helfen.

| | |
|--|------------------------------|
| Orga-Nr: 44_1 | Max TN: 15 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (19-21 mal) | mittwochs, 18:00 - 19:15 Uhr |
| Mitglieder: 60,00 € Nichtmitglieder 115,00 € | Steffi Lahmer |
| AKTIV PUNKT Kommunikationsraum | |
| | nicht 29.04.2020 |

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: 28_1 | Max TN: 15 |
| 28.01.2020 - 23.06.2020 (18-20 mal) | dienstags, 09:30 - 10:30 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Stephan Semmerling |
| AKTIV PUNKT Kommunikationsraum | |
| | nicht 07.04.20, 14.04.20 |

| | |
|---|------------------------------|
| Orga-Nr: 47_1 | Max TN: 20 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (18-20 mal) | mittwochs, 17:00 - 18:00 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Jutta Jülicher |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |
| | nicht 08.04.20, 15.04.20 |

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.

physio-burgaltendorf.de

Privatpraxis
für
Physiotherapie



Jörg Verfürth
Laurastr. 35
45289 Essen

Tel.: 0201 / 54 52 48 98
info@physio-burgaltendorf.de
www.physio-burgaltendorf.de



Unsere
Leistungen

- CRAFTA (Kopftherapie / CMD)
- manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- Sportphysiotherapie / Kinesiotape
- manuelle Lymphdrainage
- Massagen / Fango
- Hausbesuche

Neu ab Januar 2019: Fit im besten Alter - Kostenlose Schnupperstunden !

Mit dem Start des neuen Kursprogramms 1. Hj. 2020 bietet der TVE vormittags 2 neue Kurse „Fit im besten Alter“ an. Unter Leitung von Gabriele Höpken starten die Kurse in der letzten Januarwoche montags und freitags jeweils um 09:30 Uhr. Siehe Kursprogramm.

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.

Kostenlose Schnupperstunden bei Fit im besten Alter gibt es am 13.01.2020 und 17.01.2020 !!!
Wir bitten für die Teilnahme an den Schnupperstunden um vorherige Anmeldung im TVE Büro oder telefonisch unter 570397.

| | |
|--|------------------------------------|
| Orga-Nr: 38_1 | Max TN: 20 |
| 30.01.2020 - 25.06.2020 (17-19 mal) | donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr |
| Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder 117,00 € | Gerda Enigk |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 16.04.20, 21.05.20, 11.06.20 |

SKI+YOGA®

Das Herz-Kreislauf-System wird durch intensives Konditionstraining in Schwung gebracht, die Muskulatur durch ausgesuchte Körper-Übungen (Asanas) für Beine, Bauch, Rücken und Oberkörper gekräftigt. Weitere Asanas schulen Koordination und Flexibilität und runden die Skigymnastik damit ab - Dein+ auf der Piste.

| | |
|---|-----------------------------|
| Orga-Nr: 54_1 | Max TN: 20 |
| 31.01.2020 - 03.04.2020 (10 mal) | freitags, 19:15 - 20:30 Uhr |
| Mitglieder: 30,00 € Nichtmitglieder 57,50 € | versch. Kursleiter |
| AKTIV PUNKT Sportraum | |

TÄNZE AUS ALLER WELT

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 getanzt wird. ACHTUNG: die beiden ersten Kurstermine finden jeweils am DONNERSTAG (05.09. und 12.09.) statt. Ab dem 11.10. finden alle Termine am FREITAG statt.

| | |
|---|--|
| Orga-Nr: 42_1 | Max TN: 20 |
| 14.02.2020 - 29.05.2020 (11 mal) | freitags, 10:30 - 12:00 Uhr |
| Mitglieder: 38,50 € Nichtmitglieder 71,50 € | Rosemarie Weber |
| AKTIV PUNKT Kommunikations-R. | nicht 10.04.20, 17.04.20, 24.04.20, 01.05.20, 22.05.20 |

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 |
| 27.01.2020 - 22.06.2020 (17-19 mal) | montags, 17:30 - 18:45 Uhr |
| Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder 85,50 € | Imke Malburg |
| SH Auf dem Loh | nicht 24.02.20, 13.04.20, 01.06.20 |



*Genuss in
Burgaltendorf*

REWE STILLEKE



REWE Stilleke • Dumberger Str. 2 • 45289 Essen

| | |
|---|--------------------------------|
| Orga-Nr: 52_1 | Max TN: 20 |
| 30.01.2020 - 25.06.2020 (18-20 mal) | donnerstags, 11:00 - 12:00 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Stephan Semmerling |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 21.05.20, 11.06.20 |

| | |
|---|----------------------------|
| Orga-Nr: 63_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 22.06.2020 (18-20 mal) | montags, 19:00 - 20:00 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Rosemarie Stoßberg |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 13.04.20, 01.06.20 |

| | |
|---|--------------------------------|
| Orga-Nr: 66_1 | Max TN: 20 |
| 30.01.2020 - 25.06.2020 (18-20 mal) | donnerstags, 17:15 - 18:15 Uhr |
| Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 € | Monika Gwosdz |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 21.05.20, 11.06.20 |

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: 33_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 11.05.2020 (12-14 mal) | montags, 16:30 - 18:00 Uhr |
| Mitglieder: 45,50 € Nichtmitglieder 84,50 € | Ina Balbach |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 24.02.20, 13.04.20 |

| | |
|---|----------------------------|
| Orga-Nr: 58_1 | Max TN: 20 |
| 27.01.2020 - 11.05.2020 (12-14 mal) | montags, 18:00 - 19:00 Uhr |
| Mitglieder: 32,50 € Nichtmitglieder 61,75 € | Ina Balbach |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 24.02.20, 13.04.20 |

| | |
|---|--------------------------------|
| Orga-Nr: 59_1 | Max TN: 20 |
| 30.01.2020 - 14.05.2020 (13-15 mal) | donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr |
| Mitglieder: 49,00 € Nichtmitglieder 91,00 € | Ina Balbach |
| AKTIV PUNKT Kommunikations-R. | nicht 20.02.20 |

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 |
| 29.01.2020 - 24.06.2020 (18-20 mal) | mittwochs, 10:30 - 11:30 Uhr |
| Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder 123,50 € | Janina Funken |
| AKTIV PUNKT Sportraum | nicht 08.04.20, 15.04.20 |

Komplett mein Bad

www.brauksiepe.de



 **Joh. Brauksiepe**
DIE BADGESTALTER

NOTRUF - Telefon - Nummern (ohne Gewähr)

| | |
|---|-----------------|
| Notruf | 112 |
| Polizei | 110 |
| Feuerwehr | 112 |
| St. Josef-Krankenhaus E.-Kupferdreh | 0201 455 0 |
| Universitätsklinik Essen | 0201 723 0 |
| Alfried-Krupp-Krankenhaus..... | 0201 434 1 |
| Kliniken Essen-Mitte | 0201 174 200 01 |
| Elisabeth-Krankenhaus | 0201 897 0 |
| St. Elisabeth-Krankenhaus Hattingen-Niederwenigern..... | 02324 46 0 |
| Ärztlicher Notfalldienst | 0180 5044100 |
| Krankentransport | 19222 |
| Giftnotruf | 0228 19240 |
| Kinder-Notdienst | 0201 2799096 |
| Notruf "Gewalt gegen Frauen" | 08000-116016 |

Anmeldung zu Freizeitaktivitäten:

- Universelles Anmeldeformular im "Wurfspeer", Seite 7
- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
- per eMail an: sport@tve-burgaltendorf.de
- Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > "Anmeldungen & Anträge" > Anmeldungen
- > Anmeldung zu einer Freizeitaktivität
- per Smartphone-App "TVE-Burgaltendorf" (mit der App "Play-Store" herunterladen und installieren), dort: "Anmeldungen & Anträge" > Anmeldung zu einer Freizeitaktivität

TVE-Sommerferien-Outdoor-Fitness-Training dieses Jahr einmal unter Wasser

Wie in jedem Jahr, wurde auch dieses Mal das Training im Freien sehr gut angenommen. Das Wetter zeigte sich meistens von seiner trockenen Seite. Zu erwähnen wäre allerdings ein Termin, an dem nur ganz Hartgesottene bis zum Ende durchhielten. Die Wetter App hatte an diesem Tag trotz dunkler Wolken am Himmel keinen Regen vorhergesagt. Leider bewahrheitete sich das nicht. Bereits nach 20 Minuten wurde es nass von oben. Aufgrund des fehlenden Windes blieb die Regenwolke direkt über dem Sportplatz stehen und es goss in Strömen. Durchgeweicht bis auf die Haut, hielten deshalb nur ganz wenige der trainingswilligen Outdoor-Fitness-Motivierten durch.

Ein Kompliment sollten alle Übungsleiter-/innen bekommen, die sehr abwechslungsreich die Trainingsstunden gestalteten. Überlegenswert ist, ob sich im nächsten Jahr eine trainingslose Woche vermeiden lässt. Die Rückmeldungen vieler Teilnehmer-/innen zeigen, dass dies gewünscht wird. (Anm.: Wird 2020 geändert).



TVE-Leistungsturnerinnen beeindruckten bei den Stadtmeisterschaften am 28./29.09.2019



Bei den diesjährigen Essener Mannschafts-Stadtmeisterschaften im Leistungsturnen trat der TVE Burgaltendorf mit insgesamt 6 Mannschaften an, 4 landeten am Ende auf dem Podest. Besonders hervorzuheben ist dabei die Mannschaft der Altersklasse 9. Marlene Bauer, Anna Benda, Marie Gerste, Paulina Hill und Leonie Horz überzeugten bei ihren Übungen die Kampfrichter/-innen mit ihrer guten Körperspannung und sicherten sich so gegenüber 12 Konkurrentinnen den Stadtmeistertitel.

In der Altersklasse 11 stellte der TVE gleich zwei der insgesamt 16 Mannschaften. Beide Mannschaften zeigten eine annähernd gleich gute Leistung und sorgten mit den Plätzen 2 und 3 für ein starkes Vereinsergebnis.

In der offenen Altersklasse trennte die Turnerinnen des TVE am Ende nur ein Wimpernschlag vom Sieg. Sie landeten auf dem 2. Platz, nur 0,05 Punkte hinter den neuen Stadtmeisterinnen.

Das Podest knapp verpasst haben die jüngsten TVE-Turnerinnen, die in der Altersklasse 7 einen 4. Platz erzielten sowie die Turnerinnen der Altersklasse 13, die auf einem 5. Platz landeten.



Die ersten beiden Mannschaften jeder Altersklasse qualifizieren sich für die Verbandsgruppenausscheidung, bei der der TVE Burgaltendorf folglich mit 3 Mannschaften an den Start gehen wird.

Jenny Zedler



GARTEN & MOTORGERÄTE THEO LELGEMANN

STIHL MOTORSÄGEN & FREISCHNEIDER

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

www.theo-lelgemann.de



Verkauf & Service



SABO Vertragshändler

Perfekter Quali-Wettkampf für die Leistungsturnerinnen

Drei Mannschaften – dreimal erfolgreich und qualifiziert! So lautete das abschließende Fazit der TVE-Turnerinnen nach der diesjährigen Verbandsgruppen-Ausscheidung. Der Wettkampf fand am 10.11. in Düsseldorf statt.

Insgesamt 22 Mannschaften aus den Turnverbänden Essen, Düsseldorf und Krefeld traten an, um sich einen Platz im Landesfinale zu sichern. Der TVE wurde dabei durch jeweils eine Mannschaft in den Altersklassen 9, 11 und 18+ vertreten.

Im 1. Durchgang zeigten die Mädels der Altersklassen 9 und 11 gewohnt sichere Übungen und ließen sich auch von den strengen Wertungen der Kampfrichter nicht aus der Ruhe bringen.



Auch die Verbandsgruppen-Neulinge Leonie Horz, Marie Gerste, Lena Hoffmann, Marlene Scholz und Amelie König behielten die Nerven und sammelten wertvolle Wettkampferfahrungen auf dieser Ebene. So konnte das Ergebnis für diese beiden Jahrgänge am Ende kaum besser aussehen: Die Mannschaft der AK 9 ging wie schon bei den Stadtmeisterschaften mit einem deutlichen Vorsprung als Sieger hervor. Die AK 11er mussten sich erneut lediglich einem Verein geschlagen geben und sicherten

mit dem 2. Platz die Qualifikation fürs Landesfinale.

Und auch im 2. Durchgang knüpfte der TVE an diese Leistungen an. Die insgesamt 6 Turnerinnen der ältesten Mannschaft traten entsprechend ihrer jeweiligen Stärken an den einzelnen Geräten an und schafften es so, den ewigen Essener Rivalen Tus 84/10 zu schlagen. Auch die Mannschaften der anderen Verbände kamen nicht an die



Leistung unsere Mädels heran, sodass der TVE auch in der AK 18+ am Ende auf dem Siegerpodest ganz oben stand. Mit zwei 1. Plätzen und einem 2. Platz hätte der Tag für uns kaum besser laufen können und wir freuen uns am 30.11. mit allen drei Mannschaften zum Landesfinale nach Oberhausen zu fahren.

Jenny Zedler



Super: Spendenaktion in der Judo-Abteilung

Judomatten im Werte von rd. 2.500 Euro müssen her,.... und wie immer stellte sich dem Vorstand und dem zuständigen Abteilungsleiter (hier: Berthold Werth) die Frage: "Woher nehmen, wenn nicht stehlen"?

Schnell hatte Stephan Semmerling die Möglichkeit gefunden, einen Zuschuss vom Landessportbund in Höhe von 1.000 Euro aus dem Förderprogramm "1.000 x 1.000 Euro" zu erhalten. Dann kam Berthold mit der Idee, die erwachsenen Mitglieder der Judoabteilung und die Eltern der Judoka um finanzielle Mithilfe, also um Spenden, zu bitten.

Und diese Aktion gelang mit einer Punktlandung: Die "Spendenaktion Judomatten" erbrachte 1.505 Euro. Wir bedanken uns herzlich bei den Spendern und Spenderinnen, sie haben dem Verein sehr geholfen. Die Judomatten befinden sich nun im Beschaffungsprozess.

Gerhard Spengler



Badminton: Gebeutelt von den Hallenschließungen, Mitgliederzahl erholt sich langsam wieder



Nachdem viele Mitglieder in der langen Zeit der Teil- und Vollsperrungen unserer Sporthalle (Auf dem Loh) wegen der Bodensanierung aufgrund anderer Wochentage oder etwas weiter entfernten Sporthallen nicht zu den Ersatztrainingsstunden kommen konnten und sich daher abgemeldet haben, sind im Jahr 2019 allein im Jugendbereich bisher 18 neue Kinder und Jugendliche hinzugekommen. Erfreulich ist zwar, dass sich nach den Sommerferien 2019 endlich auch ein paar neue Erwachsene gemeldet haben, die sich für den Badminton sport interessieren, jedoch musste ich diese leider direkt zum Training des TB Überruhr schicken, wo unsere erwachsenen Mitglieder während der derzeitigen Sporthallensperrung wegen der Dachsanierung wieder teilnehmen können.

Ich hoffe, dass uns alle Mitglieder in den 3 Monaten, wo unsere Sporthalle nicht zur Verfügung steht, dieses Mal die Treue halten. Zurzeit besteht die Abteilung Badminton aus 40 Mitgliedern: 31 Kindern/Jugendlichen und 9 Erwachsenen. Insbesondere bei den Erwachsenen können wir also noch neue Mitglieder aufnehmen. Daher ist geplant, im neuen Jahr nach Fertigstellung der Sporthalle Werbung zu machen und zu Schnuppertrainingsstunden einzuladen.

Mannschaften:

Obwohl zwar zurzeit viele Kinder und Jugendliche von 7 bis 18 Jahren angemeldet sind, kommen jedoch nicht genügend Teilnehmer/-innen EINER Altersklasse zusammen, um eine oder mehrere Mannschaften bilden zu können. Daher wäre es wünschenswert, zur übernächsten Saison wieder wie gewohnt an den Start zu gehen. Einen Wiedereinstieg zur nächsten Saison (ab September 2020) zu planen, wird wohl daran scheitern, dass der Meldeschluss bereits Anfang April ist, denn auch wenn demnächst vielleicht einige Neuzugänge zu verzeichnen sind, benötigen Anfänger/-innen schon mindestens ein Jahr, um auch in einer unteren Spielklasse teilnehmen zu können.

Power Base Rebound Badminton-Trainer:

Ich habe in den Sommerferien den "Power Base Rebound Badminton-Trainer" angeschafft, der seitdem für die Abteilung Badminton bereitgestellt wird. Dieses Trainings- bzw. Spielgerät kann ohne Netz und Spielfeld variabel an jedem Ort und ohne einen großen Platzbedarf aufgestellt werden. An einer bis zu 3,30 m hohen, schräg aufgestellten flexiblen Teleskopantenne ist eine bis zu 2,60 m lange hochfeste, aber elastische Schnur angebracht, an der ein Federball befestigt ist. Dieser kommt je nach Schlagstärke sehr schnell wieder zurück und verspricht somit einen hohen Fun-Faktor. Gespielt werden kann alleine (hier spielt man sich den Ball selber zu), zu zweit oder im Rundlauf mit mehreren Personen.

Einladung zum Weihnachtsessen:

Die Abteilung Badminton plant in diesem Jahr ein Weihnachtsessen (auf eigene Kosten) am Samstag, den 21.12.2019 um 18.00 h im Haus Reichwein (Überruhrstr. 304, 45277 Essen/ Bushaltestelle Klapperstr.). Wer von den Badmintonspieler/-innen - gerne können auch die Eltern der Kinder und Jugendlichen mitkommen - teilnehmen möchte, meldet sich bitte bis zum 07.12.2019 bei mir, damit ich die Plätze reservieren kann (entweder beim Training Bescheid sagen, per eMail: marcschaefer1@web.de, per Handy/SMS/Whatsapp: +49 175 3470088 oder per Telefon: +49 201 402329).

Marc Schäfer

Juchuu: Neues Rhönrad beim TVE!

Schon länger geplant und jetzt ist es endlich da. Die Burgaltendorfer haben Anfang November ein neues Rhönrad bekommen.



In Deutschland gibt es nur eine Firma, die Rhönräder herstellt. Auf der Auslieferungstour durch Deutschland war Burgaltendorf ein Ziel. Derzeit steht das Rad noch in der Turnhalle der Waldorfschule, in der wir während der Hallenschließung trainieren. (Das Foto zeigt den Transport unserer Rhönräder von der Sporthalle Auf dem Loh zur Turnhalle der Waldorfschule.)

Das Rad findet sein neues Zuhause in Burgaltendorf, sobald die Turnhalle wieder geöffnet ist. Strahlend weiß glänzt es und so freuen sich besonders unsere größeren Turnerinnen, das Rad dann endlich einturnen zu können.

Sandra Kernebeck

Stadtmeisterschaften im Rhönradturnen

Die Stadtmeisterschaften im Rhönradturnen fanden dieses Jahr in Essen-Bredeney statt. Mit dabei waren alle fünf Essener Vereine, die Rhönradturnen anbieten: TV Bredeney 1895 e.V., TVE Burgaltendorf, SG Heisingen 1887 e.V., MTG Horst und der Kettwig SV 70/86 e.V.. Insgesamt waren mehr als 70 Turnerinnen und Turner am Start.

In der Anfängerklasse starten die Turner/-innen, die ihren ersten Wettkampf haben. Vom TVE waren Jennifer und Alina Malcherek mit dabei und haben mit dem 6. und 8. Platz gute Ergebnisse erzielt. Herzlichen Glückwunsch!



Durch das eingeschränkte Training aufgrund der erneuten Hallenschließung in Burgaltendorf konnten leider nicht mehr TVE-Turnerinnen teilnehmen. Um so schöner ist es, dass wir trotzdem mit dabei waren. Und so freuen wir uns, wenn wir hoffentlich ab Januar wieder alle Räder in unserer Burgaltendorfer Halle nutzen und wieder voll durchstarten können.

Sandra Kernebeck

HipHop & Show Dance-Gruppen zeigten sich am 16.06.2019

Unsere Hip Hop & Showdance-Gruppen sind im Jahr 2019 weiter gewachsen. Wir zählen mittlerweile über 60 Kinder zwischen 5 und 15 Jahren. Wir haben fleißig geübt und im Sommer beim Burgfest war es dann soweit. Wir sind mit fast allen Kindern aufgetreten. Toll gekleidet - von Rewe-Stilleke gesponsort - war es nicht nur ein echter Hingucker in rot und schwarz, sondern auch die Menge der Kinder machte richtig was her.

Wir waren alle fürchterlich aufgeregt. Das Wetter war toll, der Burgplatz war voll mit Menschen. Nach einer kurzen Übungsrunde vor dem AKTIV PUNKT sind wir gemeinsam zum Burgfest gelaufen. Wir starteten mit Footloose, wobei die Kinder alle nach und nach erst auf die Bühne kamen. Das setzte noch ein Mal ein Ausrufezeichen, wie viele wir eigentlich sind. Wir haben über eine halbe Stunde getanzt. Das Publikum ist mitgegangen und hat uns angefeuert. Ein voller Erfolg mit ganz viel positiver Resonanz! Und das Wichtigste: Die Kinder hatten alle wahnsinnig viel Spaß (und die Trainerinnen waren sehr stolz).

Im September folgte dann ein Auftritt beim Gemeindefest. Da hatten wir dank des Vorjahres schon ein wenig Erfahrung.

Der November ist für uns sehr aufregend gewesen. Wir waren jeden Montag beim Steeler Weihnachtsmarkt den TVE vertreten.

Beim "Hühnerball" wurden wir als Showact gebucht. Dort konnten wir auch abends mit einer Auswahl von Kindern ein bisschen Stimmung machen.

Das Highlight war die Messe Mode, Heim, Handwerk. Mit fast 50 Kindern ist an dem Wochenende die große Bühne für uns reserviert gewesen.

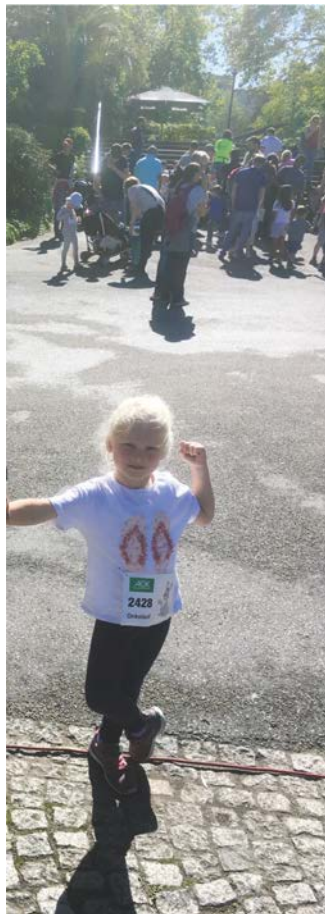
Als Abschluss folgte der Burgaltendorfer Weihnachtsmarkt: Im heimischen Ort aufzutreten, ist für uns immer etwas Besondere.

Wir hoffen auf ein genauso aufregendes und buntes 2020 für alle Tänzerinnen und Tänzer.

Gaby Ardelmann & Katja Hoffmann



Emma und der Onkolauf am 21.09.2019



Nun war ich mit meinen 4 1/2 Jahren schon das 2. Mal beim Onkolauf dabei. Auch diese Mal vorab die spannende Frage: Als was werde ich an den Start gehen? Als Hase, als Igel? Und wer von den vielen Kindern wird wohl mit mir laufen?

Eines wird bald klar: Leider keines der Kinder, die ich vom Turnen, Schwimmen und Tanzen beim TVE kenne, denn davon nimmt leider außer mir niemand teil. Ob die das vielleicht alle gar nicht wissen? Egal, Oma und Opa sind da, die Sonne scheint und die Strecke kenn' ich auch schon. Oma hält schon meine Hasenstartnummer bereit! Also ab auf die Tribüne, ein gemeinsames Foto mit den vielen Kindern machen und schon geht es für die Igel hinter die Startlinie.

Der Mann mit dem Fahrrad ist auch wieder da und fährt vorne weg, der hat wohl Angst es kommt ein Igel abhandeln. Ui, die flitzen aber ganz schön ins Ziel... Na ja, jetzt sind die Hasen und somit ich dran, Opa feuert mich am Start an und Papa steht als Unterstützung in der ersten Kurve, nun noch wie der Blitz an der langen Wiese entlang und schon sehe ich Mama und Oma im Ziel.

Das macht so viel Spaß und das Tollste ist, jedes Kind bekommt eine Medaille, eine Urkunde und - am allerbesten - einen Eigsutschein! Mama sagt, das Laufen sei für einen guten Zweck, für Erwachsene und Kinder, die nicht so gesund sind wie ich. Keine Ahnung, was das heißt, aber mir macht es unglaublich viel Spaß und noch mehr würde ich mich freuen, wenn ihr nächstes Jahr mit mir um die Wette lauft!

Eure Emma

Noch ein paar Fakten zum Onkolauf:

Von den rund 1800 TeilnehmerInnen waren 75 StarterInnen vom TVE. (61 Walker, 11 5-km-Läufer, je ein Jedermann-, Schüler- und Bambini-Teilnehmer)

Damit kommen wir zwar lange nicht an unseren alten Rekord (125 TeilnehmerInnen) ran, konnten uns aber doch als teilnehmerstärkster Verein durchsetzen. Schön auch, dass von den angemeldeten Vereinsmitgliedern nur zwei gefehlt haben.

Mit dem Onkolauf konnte ein Betrag von 15.000,- EUR eingenommen und der Krebsberatung übergeben werden; auch dieses Jahr kamen dabei etwa 5% vom TVE.

Der nächste Onkolauf wird am 19.09.2020 stattfinden.

Georg Spengler

Sport in den Weihnachtsferien (21.12.2019-06.01.2020)

Kraftgerätetraining (im AKTIV PUNKT):

- Heiligabend, 1. und 2. Weihnachtstag, Silvester und Neujahr: kein Training
- an allen anderen Tagen der Ferien: unverändert montags bis freitags, 08.30 - 13.00 h und 15.00 - 22.00 h samstags, 12.00 - 18.00 h

Sportkursprogramm:

Die Kursstunden finden zwischen Heiligabend und Neujahr nicht statt. Beachten Sie aber bitte die Kursausschreibung: Dort sind Ausnahmen ebenso angeführt wie im "TVE-Kalender" (s. Startseite von www.tve-burgaltendorf.de) und in der App "TVE Burgaltendorf", dort unter "Organisatorisches" > "TVE-Kalender".

Sportangebote der Gruppen in Turnhalle und Bad Holteyer Str. (Die Sporthalle Auf dem Loh ist noch bis zum Jahresende geschlossen!):

- Die städt. Turn- und Sporthallen sind ab erstem Ferientag geschlossen (stehen also am letzten Schultag vor den Sommerferien noch zur Verfügung) und öffnen am 02.01. des neuen Jahres wieder. Das Bad in der Th Holteyer Str. ist während der gesamten Weihnachtsferien geschlossen.

Die Sportangebote für Kinder und Jugendliche finden in den gesamten Weihnachtsferien nicht statt mit folgenden Ausnahmen:

- Das Training der Rhönradturnerinnen, der Badmintonspieler/-innen sowie der Eltern/Kind-Turnen-Gruppen finden nur zwischen Weihnachten und Neujahr nicht statt.
 - Sportangebote für alle Gruppen ab 18 J. finden nur zwischen Weihnachten und Neujahr nicht statt.
 - Das Training der Leistungsturnerinnen findet in den Weihnachtsferien nicht statt, beginnt aber bereits wieder am letzten Ferientag (06.01.).
- Details siehe Kalender



Weihnachtsgruß an die "Spaziergänger/-innen"

Liebe Mit-Spaziergänger/-innen, mit euch durch die Natur zu gehen, das ist immer wieder schön. Beim Laufen wird geredet und gelacht und manche Einkehr wird gemacht. Da wir nun schon ein paar Jahre gehen, haben wir rund um unser Dorf schon vieles gesehen.

Ich hoffe, wir bleiben alle fit und es gehen ab dem 9. März wieder viele mit.

Gesundheit und Glück im neuen Jahr, das wünscht euch und euren Familien von Herzen:

Monika Heuer



Die Termine für 2020

Herzlich eingeladen zum gemeinsamen Spazieren gehen sind auch im kommenden Jahr 2020 wieder alle Mitglieder. Neue Gesichter sind immer willkommen. Nichtmitglieder können gern ein Vierteljahr (kostenlos) mitgehen und unser Angebot ausprobieren, danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich!

Los geht es, wie gewohnt, montags (in der Regel 14tägig) um 14.00 ab Marktplatz Burgaltendorf. Wir treffen uns unter dem Maibaum am:

09.03. - 23.03. - 06.04. - 20.04. - 04.05. - 18.05. - 08.06. - 22.06. - 06.07. - 20.07. - 03.08. - 17.08. - 31.08. - 14.09. - 28.09. - 12.10. - 26.10. - 09.11. - 23.11. - 07.12. (mit anschließendem weihnachtlichen Belsammensein im AKTIV PUNKT)

Im Rahmen der "Offenen Gartenpforte" wollen wir auch 2020 einen besonders gestalteten Garten in unserer Umgebung besichtigen. Der Termin wird vorher mit der Gruppe abgesprochen.

Monika Heuer

50plus-Radeltouren mit Einkehr **Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit und Spaß** **- Gemütliches Radeln ohne hohe Leistungsansprüche**

Mit Ausnahme der Wintermonate Dezember und Januar findet in jedem Monat mind. eine geleitete Radelfour 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 Euro/Monat.)

Leistungsbeanspruchung:

Die Radeltouren weisen unterschiedliche Merkmale auf (Streckenlänge, Schwierigkeit der Strecke, Leistungsanspruch) auf.

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 5 Tage vor dem Tourdatum anmelden. Dazu stellt die TVE auf seinen Internetseiten ein online-Anmeldungsformular (www.tve-burgaltendorf.de, "Anträge, Anmeldungen online" im Menü oben unter den Fotos) zur Verfügung. 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



Februar-Tour 2020



Tourtitel: "DURCH DEN DUISBURGER SÜDEN"

Termin: 23.02.2020 (Ausweichtermin: 29.02.2020)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

ca. 58 km; Burgaltendorf - Bf. Steele-Ost - mit der S-Bahn um 10.27 h nach Duisburg-Buchholz (Fahrzeit 36 Min.) - Halde "Heinrich-Hildebrand-Höhe" mit der Landmarke "Tiger&Turtle" (Blick auf die Stadtteile Huckingen, Wanheim und Rheinhausen) - Weiterfahrt über Huckingen und Großenbaum zur Duisburger 6-Seen-Platte - Ratingen-Breitscheid - Kettwig - durch`s Ruhrtal nach Werden und Kupferdreh - Burgaltendorf.

Einkehr: Lokal in Kettwig

Rückankunft: ca. 17.00 h

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

März-Tour 2020



Tourtitel: "VON DER BURG ZUM WASSER UND ZURÜCK"

Termin: 18.03.2020 (Ausweichtermin: 20.03.2020)

Treffzeit und -punkt: 13.00 h AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

ca. 40 km; Holderer Berg - Wichteltal, an der Ruhr entlang bis zur Frankenstraße - dort auf den Gruga-Radweg bis zum Abzweig Halbachhammer - durch das Halbachtal hoch zur Hauptverwaltung Karstadt (kurze starke Steigung, normale Räder müssen hier eventuell ein Stück geschoben werden) - durch eine Siedlung zwischen der A52 und der B224 zur Meisenburgstraße - an dieser 200 m entlang Richtung Kettwig - am Landesumweltamt kreuzen wir die Meisenburgstraße und fahren dann Richtung Ruhr an der Sternwarte vorbei.

An der Gaststätte 12 Aposteln erreichen wir die Ruhr. Entweder machen wir dort unsere Rast, oder wir fahren noch weiter an der Ruhr und dem Baldeneysee - entlang bis zum Segelclub SKS, dort würde uns unser Ital. Koch versorgen. Nach der Pause geht es durch Kupferdreh zurück nach Burgaltendorf.

Schwierigkeitsgrad: auch mit normalem Rad zu bewältigen, kurze starke Steigung nur hoch zur Karstadt-Hauptverwaltung

Einkehr: "12 Apostel" an der Ruhr oder im Segelklub SKS am Baldeneysee

Rückankunft: ca. 18.30 h

Tourleiter: Michael Stricker (michael@stricker-essen.de; Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0152-29515108)

50plus-Radelwochenende: Sauerlandring, Wetter-App und Regenradar am 07./08.09.2019

Schon länger hatte ich vor, mal das Radeln im Sauerland auszuprobieren. Aber da war immer die Frage: Wie ist das denn eigentlich mit den Steigungen dort? Kann ich mir das zutrauen?

Dann kam der entscheidende Impuls: „Zweitages tour Sauerlandring“ stand da im Wurfspiess, ca. 120 km, hügelig, Übernachtung im „Forellenhof“, Samstag 7.9. bis Sonntag 8.9.! Hügel kannte ich ja schon und so meldeten Irmgard und ich uns an. Bei anderen Radeltouren mit dem TVE erfuh ich dann, dass zumindest ein Hügel bei dieser Tour eher bergigen Charakter hat. Mal sehen, es wird viel erzählt....

Dann ging's los. Start in Finnentrop. Wir hatten das erste herbstliche Wochenende erwischt, Niederschläge waren angekündigt. Ich war schnell begeistert von der Streckenführung. Uli und Imke führten uns auf fast durchgängig separat geführten Radwegen auf perfektem Belag durch eine tolle und abwechslungsreiche Landschaft. Große Abschnitte wurden an beiden Tagen auf Bahntrassen mit geringer Steigung zurückgelegt. Wann würde denn wohl der bergige Hügel kommen?

Am ersten Tag kam er jedenfalls nicht. Was aber kam, war Sonnenschein am Hennesee, eine weiterhin traumhafte Streckenführung und gute Stimmung am Abend im „Forellenhof“ in Eslohe. Ach ja, da war noch etwas....das Wetter....genauer gesagt die Wettervorhersage. Zum aktiven Radeln gehört heute bekanntlich nicht nur gute Fahrradtechnik, sondern auch eine gute Wetter-App. Und so waren in unserer Gruppe mindestens zwei unterschiedliche Wetter-Apps und eine Regenradar App am Start. Natürlich sind das gute Apps, was diese allerdings nicht davon abhielt, unterschiedliche Vorhersagen zu machen. Um es kurz zu machen: Wir hatten wirklich viel Spaß, wenn der von App 1 vorhergesagte Schauer 94 Minuten später eintrat, was die Regenradar-App natürlich schon vorher wusste.

Der zweite Tag führte uns dann über Fredeburg, Altenhundem etc. zurück nach Finnentrop. Wieder viel tolle, abwechslungsreiche Landschaftseindrücke auf Bahntrassen und schönen Radtrassen (Empfehlenswerter Stopp im Bahnhof Altenhundem!).



Streicher
Friedhofsgärtnerei und Gartenbau
in 3. Generation

Alte Hauptstraße 16,
45289 Essen
Telefon: 0201-579121



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



Fazit: Eine lohnende Radtour, mit wunderschönen Ausblicken auf die Berglandschaft! Gute Stimmung...nette Truppe! Dank an Imke und Ulli!

Fast hätte ich es vergessen: Der anfangs erwähnte „bergige Hügel“ hatte es wirklich in sich: Seine Steigung betrug gefühlt 30% und traf uns hinter einer Kurve völlig überraschend. Schieben war unausweichlich. Zur Wahrheit gehört aber auch: Er war maximal 50 Meter lang!

Hier gibt's mehr Informationen: www.sauerlandrading.de

Georg Hedwig

Eine Spontan-Radeltour am 02.10.2019

Nachdem wir die Tour wegen des andauernden Regens zweimal verschoben hatten, haben wir uns spontan nach Wetterbericht am Vorabend verständigt, am nächsten Morgen doch zu fahren. Von ursprünglich angemeldeten 10 Teilnehmern und Teilnehmerinnen blieben dann allerdings letztlich nur 5 über.

Um 9.30 h trafen wir uns auf dem Marktplatz und starteten mit 2 Pkw nach Remscheid-Lennep. Leider war der Park + Ride Parkplatz am Bahnhof durch die für das Oktoberfest aufgebauten Zelte blockiert. Die umliegenden Parkplätzen ließen das Parken mit Parkscheibe nur für 2 Std. zu, also mussten wir länger suchen, bis wir Parkmöglichkeiten gefunden hatten.

Am Bahnhof konnten wir direkt in die Balkantrasse einsteigen, die nach Wermelskirchen geht. Nach etwa 2 km bogen wir in Richtung Radevormwald ab und gelangten nach mehrfachem Bergauf und Bergab über die Wuppertalsperre, die erschreckend wenig Wasser gestaut hatte, durch Felder und Wälder nach Wipperfürth. 3 km entfernt liegt Hückeswagen, wo unsere Mittagsrast war. Von dort fuhren wir zurück wieder mit Sicht auf die Wuppertalsperre auf streckenweise schwierigem Terrain und gelangten nach 50 km wieder zurück nach Remscheid - Lennep.

Es war eine lohnenswerte Tour, bei gutem Wetter die allerdings nur mit Motorunterstützung zu schaffen ist.

Willi Stemmer

TVE ehrt Jubilare

Der TVE hat alle Mitglieder zu einer Matinee am 16. November eingeladen, die 25, 40, 50, 60 oder sogar 65 Jahre in unserem Verein sind. Diese Veranstaltung findet alle zwei Jahre im Aktiv Punkt in einem feierlichen Rahmen statt. Die musikalische Begleitung hat dieses Mal der Pianist Helge Kreisköther übernommen.



Als Vorsitzender habe ich in meiner Ansprache von den Veränderungen, mit denen sich besonders die Sportvereine in den nächsten Jahren beschäftigen müssen, berichtet. Nicht nur eine Diversifizierung des Sports mit immer neuen Sportarten, sondern auch die schwindende Bereitschaft, sich fest an einen Verein zu binden, stellen große Anforderungen an die Vereinsorganisation. Viele Sporttreibende wollen sich nicht mehr festlegen, sondern stets selbst entscheiden können, welche Sportart sie wann mit wem und wo ausüben. Auch die Vereinskultur mit Langzeitmitgliedschaften, Vereinsheimen oder normalen Sporthallen wird heute vermehrt in Frage gestellt. Das ist zumindest das Ergebnis einer Arbeitsgruppe der Niedersächsischen und Schwäbischen Sportbünde, die ein „Workbook Sportverein 2030“ zu der möglichen Entwicklung

der Sportlandschaft erarbeitet haben. Dieses Arbeitsbuch besteht aus unzähligen Aufgaben und Fragestellungen, die für die Bewältigung von Zukunftsanforderungen abzuarbeiten sein werden. Manche Zukunftsideen rütteln stark an der Vereinskultur, auf die der TVE mit seinen Gemeinschaften/ mit seinen Übungsgruppen Wert legt. Auch die Digitalisierung im Sport erzwingt Neues, sie ermöglicht es, sich mit anderen online zu vergleichen, ohne seine Mitstreiter/Innen überhaupt zu sehen. Andererseits ermöglicht diese Technik mit ihren Programmen, dass Menschen neu für den Sport gewonnen werden.

Auch die Motive, Sport zu treiben, ändern sich. Das Bewusstsein und der Wille, gesund zu leben, ist bei den Jüngeren stark ausgeprägt vorhanden. Angestrebt wird die Idealvorstellung eines gesundes Lebens in einer gesunden Umwelt.

Doch auch die älteren Generationen haben seit langem den Sport für sich neu entdeckt und das aus mehreren Gründen: Einmal, um so lange wie möglich beweglich und von Hilfen unabhängig leben zu können und zum anderen aus Gründen der Kommunikation, der Geselligkeit. Was sich in den letzten zehn Jahren etwas verändert hat, ist, dass jetzt nicht mehr unbedingt das Thema Rehabilitation und Prävention die treibenden Kräfte sind, sondern das Gefühl des sich Wohlfühlens in seinem Körper, die „körperbezogene Optimierung“ seines Körpers.

Der Sportverein ist zudem als Mitgestalter des öffentlichen Raumes in der Pflicht. Er muss mit neuen gesellschaftlichen Entwicklungen mitwachsen, so die Studie. Mehr denn je wird erwartet, dass der Sport dahin geht, wo die Menschen sind und nicht umgekehrt. Vorteil: Der Verein wird dadurch von Bürgerinnen und Bürgern eher wahrgenommen. Deshalb ist der TVE beim Burgfest, beim Weihnachtsmarkt, bei Essen Original, in der Messe Mode Heim Handwerk etc. dabei. Sport soll auch als Standortfaktor eine größere Rolle spielen. Er sorgt für die Bewohner des Stadtteils für Freizeitangebote – aber eben nicht nur im Sport, zudem schafft er Gemeinschaft, vermittelt Werte des Zusammenlebens.

Es wird weiter so bleiben, wahrscheinlich noch mehr an Bedeutung gewinnen, dass der Verein wichtiger Partizipateur der Zivilgesellschaft ist, denn Vereine vermitteln mit ihrer pädagogischen



Noch mehr Fotos im TVE
Mediencenter > Fotoalbum > Ehrungen > 16.11.2019

Arbeit Werte und Einstellungen, sie fördern, fordern, lassen Sieg und Niederlage erleben und verarbeiten, sie können Einstellungen zu Toleranz und Respekt optimieren, sie bieten Betreuung an und gestalten das tägliche Leben zu großen Teilen.

Es kommen also große Anforderungen auf die Sportlandschaft zu: Freizeit-Trends entstehen in Nischenbereichen außerhalb des organisierten Sports, die Arbeitswelt ändert sich und verlangt Flexibilität der Sportangebote hinsichtlich Zeit/Ort/ Organisationsform , die Digitalisierung erfasst alle Lebensbereiche, die sozialen Medien werden trotz ihrer momentan sehr umstrittenen Kultur eine größere Rolle bei der Schaffung von Angeboten und dem Zusammenbringen von Menschen übernehmen.

Die Ressourcen wie Sporthalle, Sportgeräte, Vereinsheime, Kursleiter/innen werden sich an Neuerungen anpassen und wir brauchen mehr Übungsleiter und Ehrenamtliche.

Es gibt in diesem Workbook viele, zum Teil neue, zum Teil auch irritierende Ideen, die ich hier stark verkürzt zusammengefasst habe, in die wir noch viel Zeit investieren werden müssen. Kurzum: Es bleibt spannend im Verein, den ich trotz aller Fragestellungen für zukunftsfähig halte, wenn er sich Neuem nicht verschließt..

Bedanken möchte ich mich bei allen, die wieder bei der Vorbereitung und Durchführung dieses Vormittags mitgearbeitet haben: Uschi Kernebeck, Barbara Zimmermann, Rosi Stoßberg (Essen und Trinken, Dekoration), Monika Stahl (Fotos) und natürlich Gerd Spengler, Stephan Semmerling für die Bereitstellung aller Infos aus der Mitgliederverwaltung.

Eckhard Spengler



Einladung: 60plus-Abend **(Rückblick 2019, Vorschau 2020) am 06.01.2020**

Herzlich eingeladen sind alle Teilnehmer/-innen der 60plus-Freizeitaktivitäten des Jahres 2019 sowie alle - auch Nichtmitglieder -, die sich für die 60plus-Freizeitaktivitäten des TVE interessieren. Nach einem Glas Sekt "auf Kosten des Hauses" wird das Planungsteam "60plus-Freizeitaktivitäten", bestehend aus Hans Busch, Heiner Blum, Dierk Vienken, Dieter Wegerhoff und Dorothee Virnich, das Programm 2019 Revue passieren lassen und dann das Programm 2020 vorstellen. Wer möchte, kann sich dann direkt zu der einen oder anderen Maßnahme des Jahres 2020 anmelden. Sinnvoll wäre es, den eigenen Terminkalender zur Hand zu haben.

Anmeldung zum 60plus-Abend: nicht erforderlich

Einladung: 60plus-Besuch des Deutschen Bergbaumuseums **in Bochum am 18.02.2020**

Das Deutsche Bergbau-Museum Bochum befand sich zwischen 2016 und 2019 im Wandel. Mit der Sanierung des Museums wurde auch die Dauerausstellung neu konzipiert. Vier Rundgänge führen die Besucher nun durch das Haus: Steinkohle, Bergbau, Bodenschätze und Kunst.

Wir haben die Führung im Anschauungsbergwerk gewählt. Mit dem Anschauungsbergwerk und dem Seilfahrtsimulator werden Einblicke in die vielfältigen Facetten des Bergbaus im Bergbaumuseum auch unter Tage vermittelt. Auf dem gut 1,2 km langen untertägigen Streckennetz erhalten die Besucher und Besucherinnen Eindrücke vom Alltag unter Tage und von den technikhistorischen Entwicklungen im (Steinkohle-)Bergbau. Vom Fördergerüst der ehemaligen Zeche Germania aus, dem größten Exponat des Hauses, reicht der Blick schließlich weit über das Ruhrgebiet und die durch die Zechenlandschaft geprägte Region. Ein gemeinsames Mittagessen im Restaurant des Bergbau-Museums rundet den Tag ab.

Programmablauf:

ca. 09.30 h Abfahrt am Busbahnhof mit Buslinie 166 nach Steele, weiter mit S-Bahn S1 nach Bochum Hbf, weiter mit U-Bahn U35 zum Riemker Markt, kurzer Fußweg zum Bergbaumuseum (ca. 5 Minuten)

ca. 16,50 h Rückankunft in Burgaltendorf Die genaue Abfahrtszeit erfahren wir erst im Dezember nach dem Fahrplanwechsel der DB. Wir teilen Ihnen diese in Ihrer Anmeldebestätigung mit.

Teilnehmereigenleistung: 22,50 Euro (Mitglieder), 26,50 Euro (Nichtmitglieder) vorbehaltlich einer Preisänderung durch die Ruhrbahn.

Im Preis enthalten: Die Bahnfahrt nach Bochum, der Eintritt ins Bergbaumuseum, Grubenführung (ca. 60 Minuten). Das Mittagessen ist nicht im Preis enthalten.

Stonokosten: 10,00 Euro Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss

Min./Max. Teilnehmerzahl: 15/25

Anmeldeschluss: 1. Februar 2020

Projektleitung: Dieter Wegerhoff (T.0160-96035904; eMail: dieter_wegerhoff@web.de)
Heiner Blum (T. 0152-54214052; eMail:heinerblum2@gmail.com)

Einladung: 60plus-Besuch der alten Landtagsstätten in Düsseldorf am 17.03.2020

Im Rahmen einer Führung wollen wir die vier Orte besichtigen, an denen das Landesparlament seit 1946 getagt hat. Im Düsseldorfer Opernhaus fand die erste Sitzung am 02.10.1946 statt. Weiter geht es zu den Henkelwerken, in denen die Abgeordneten von November 1946 bis Februar 1949 tagten. Es folgt das Ständehaus; dies war der erste ständige Sitz des Parlaments von März 1949 bis Oktober 1988. Der neue Landtag wurde am 02. Oktober 1988 eröffnet. Die erste Führung endet an der Villa Horion.

Die zweite Besichtigung beginnt mit einem Sicherheitscheck am Eingang zur Villa Horion. Es muss der Personalausweis vorgelegt werden. Die Ausstellung gibt Einblicke in die Arbeit der Abgeordneten. Sie zeigt, wie schnell sich die Bedingungen für die Politiker geändert haben. Die Besichtigung endet im ehemaligen Kabinettsaal der Landesregierung. Außerdem war die Villa Horion von 1961 bis 1999 Amtssitz der Ministerpräsidenten Dr. Franz Meyers, Heinz Kühn, Johannes Rau und Wolfgang Clement.

Programmablauf:

- 12.15 h Treffen am Busbahnhof Burgaltendorf
- 12.30 h Abfahrt (genaue Zeit in der Anmeldebestätigung!)
- 14.00 h Beginn der Führung an der Oper
- 16.30 h Ende der Führung
- 17.00 h Beginn der Rückfahrt nach Burgaltendorf
- 18.30 h Rückankunft

Teilnehmereigenleistung: 22 Euro (Mitglieder), 26 Euro (Nichtmitglieder) für Fahrt und Führung

Stornokosten: bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss: 22 Euro

Min./Max. Teilnehmerzahl: 15/20

Anmeldeschluss: 14.02.2020

Besonderheit: Personalausweis ist zwingend erforderlich!

Projektleitung: Dierk Vienken, Tel.: 015731772409

Einladung: 60plus-Besuch der Vorstellung "Gärtner sterben stets im Herbst" im "Kleinen Theater Essen" am 23.04.2020

An diesem Tag wollen wir das "Kleine Theater" am Gänsemarkt 42 in Essen besuchen zu einer Sondervorstellung für den TVE. Die Vorstellung beginnt um 19.30 h. Das Stück ist eine Kriminalkomödie mit dem Titel "Gärtner sterben stets im Herbst".

Zum Inhalt: Das großzügige Anwesen von Elisabeth und ihrem Gatten Timotheus befindet sich in Essen. Das etwas skurrile Ehepaar sucht jedes Jahr einen neuen Gärtner, der ihren schönen Park pflegen soll. Die Freude ist groß, als mit Gärtner Jonathan ein solcher gefunden zu sein scheint. Ein weit größeres Problem wird es aber im Herbst geben, wenn sich die Frage stellt, was mit dem Gärtner zu tun ist, wenn er wegen des Winters nicht mehr arbeiten kann. Entlassen kommt für den Arbeitgeber nicht in Frage, denn man ist ja sozial eingestellt. Aber den Gärtner den ganzen

Winter durchzufüttern, ist auch keine Option. Nun soll Jonathan, wie seine letzten Vorgänger, in den Genuss von Großtante Gudruns großartigem Sozialplan kommen. Dumm nur, wenn plötzlich alles aus dem Ruder läuft.

Anreise: An- und Rückfahrt in Eigenregie

Programmablauf:

19.00 h Treffen am Eingang des "Kleinen Theater", Gänsemarkt 42

19.30 h Beginn der Vorführung

21.30 h Ende der Vorstellung

Teilnehmereigenleistung: 17 Euro (Mitglieder), 21 Euro (Nichtmitglieder) (bei nur 35 Teilnehmer/-innen 4 Euro mehr)

Stornokosten: bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss: 17 Euro

Min./Max. Teilnehmerzahl: 35/44

Anmeldeschluss: 27.03.2020

Projektleitung: Dierk Vienken, Tel.: 015731772409

Dorothee Virnich, Tel.: 01777845593

60plus besuchte Wien vom 10. bis 12.08.2019

Am Sonntag, den 10.8.hieß es für 14 TVE Mitglieder früh aufstehen um rechtzeitig das Procedere des Eincheckens und der Sicherheitskontrolle am Flughafen in Düsseldorf zu vollziehen. Doch lief wider Erwarten lief dieses Mal alles ohne das vermutete Chaos ab, so dass wir stressfrei und pünktlich Richtung Wien abheben konnten. Nach einem ruhigen Flug setzte pünktlich um 10.55 h unsere Maschine zur Landung an. Der Transferbus zum Hotel stand auch schon bereit und brachte uns zu unserem Domizil in Wien.



Um 14.00 h startete unser Programm mit einem ausführlichen Stadtrundgang in der historischen Altstadt von Wien, dem 1. Bezirk. Treff- und Endpunkt waren der Stephansplatz, der direkt am Stephansdom liegt. Nicht nur die Hofburg mit ihren riesigen Ausmaßen, sondern auch die anderen Prachtbauten und Gärten vermittelten doch einen guten Eindruck über das prunkvolle Leben der damaligen Zeit. Auf der Fahrt vom Hotel zum Stephansplatz konnten wir erste Erfahrungen mit dem sehr gut funktionierenden System aus U-Bahn, Bus und Trambahn des

öffentlichen Nahverkehrs machen. Der Tag fand seinen gelungenen Abschluss mit einem Besuch in Grinzing, wo wir die gemütliche Atmosphäre einer heurigen Gaststätte genießen konnten.

Der zweite Tag war dem Erkunden von Wien auf eigene Faust gewidmet. Fast alle Teilnehmer/-innen starteten diesen Tag mit einem Besuch des Naschmarktes, einer Wiener Spezialität, die man gesehen haben muss. Am späteren Nachmittag stand die Donaufahrt auf dem Programm und anschließend gings dann wieder mit U-Bahn und Bus zum Donauturm, wo unser gemeinsames Abendessen statt fand, und zwar in luftiger Höhe von 160 m in einem Lokal, das sich in einer Stunde um 360° dreht, so dass man eine tolle Aussicht über die Stadt Wien, die Donau mit ihren Abzweigen bis hin zum Kahlenberg hat, jenem bekannten Ort, wo Prinz Eugen den Türken auf ihrem Vormarsch nach Europa Einhalt geboten hatte.



Hofzerimoniel abgespielt hat. Aus den Kommentaren der Führung ergab sich ein etwas anders Bild der Kaiserin Elisabeth, als wir es aus den Sissi-Filmen hatten.



Der Rest des Tages gehörte dann wieder der Entdeckung Wiens auf eigene Initiative. Pünktlich um 17.00 h traf sich die ganze Gruppe wieder am Hotel, um die Heimreise anzutreten. Als Fazit dieser Reise darf man sagen: "Es waren drei schöne Tage und Wien war wirklich eine Reise wert."

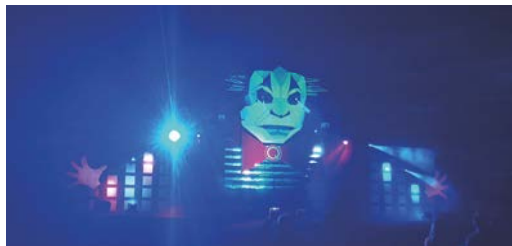
Tag drei gehörte vornehmlich dem Besuch von Schloss Schönbrunn. Dank der getroffenen Vorbuchung blieb uns das lange Warten am Eingang erspart, so dass wir zügig mit unserer Besichtigung starten konnten. Die Besichtigung von 22 Räumen ließ doch recht gut erkennen, in welchem Prunk sich das Leben am Hof des Kaisers Franz Josef und seiner Gattin Elisabeth, bekannt als Sissi, nach den strengen Regeln des spanischen



Heiner Blum

60plus-Mitglieder erlebten einzigartiges Spektakel am 27.09.2019

Wir fuhren um 17.00 h mit dem Reisebus ab Burgaltendorf nach Bredevoort. Hier nahmen wir in einem kleinen historischen Städtchen in Achterhoek an einem einzigartigen Spektakel teil, wobei Licht, Musik und Romantik im Mittelpunkt standen. Diese Attraktion wurde nun noch professioneller ausgerichtet, als ich das noch vor ca. 15 Jahren erlebte:



Wo einst eine Tribüne war, um von dort die vorbeifahrenden, beleuchteten Schiffe zu bestaunen, stand nun eine riesige Stereoanlage. Dort wurde überwiegend moderne Musik mit einer Laserschau angeboten. Statt der Schiffe fuhren nun mit vielen Lichtern ausgestattete Wagen, begleitet von Fußtruppen, durch die schmalen, mittelalterlichen Straßen der Stadt. Die öffentlichen Straßenlaternen waren dazu ausgeschaltet und von Teelichtern in Glasbehältern ersetzt worden.

An verschiedenen historischen Plätzen wurden Lichtszenen dargestellt. Musik- und Show-Bands streiften durch die Stadt und versuchten, das Publikum zu animieren. Von der beleuchteten Windmühle aus hatte man einen schönen Überblick über die ganze Stadt. An verschiedenen Orten wurden Schauspiele und Musicals angeboten. In der Kirche wurden Orgelkonzerte und Chorauftritte angeboten. Auch Straßentanz bei Live-Musik konnte man sich bei einem gemütlichen Bier ansehen,... oder auch mittanzen. Bei einem Woodo-Auftritt konnte man sich verzaubern lassen. Ein Höhepunkt fand gegen 21.30 h statt: Ein großartiges, farbenprächtiges Feuerwerk, das sich in der Gracht spiegelte.

Es war für jeden etwas dabei. Man konnte es sich aussuchen, erfahren und genießen. Beeindruckt von dem Abend, traten wir die Rückfahrt von Bredevoort um 23.00 h an, so dass wir gegen 0.30 h wieder in Burgaltendorf eintrafen.

Hans Busch

60plus-Mitglieder wanderten mit dem Förster am 08.10.2019

Mit dem Bus fuhren wir von der Burgruine zum "Seeblick" nach Bredeneij. Am Restaurant Bella Vista startete die Führung mit dem Förster Langkamp durch den Heissiwald, ein ausgesprochener Mischwald, zu dem es Einiges zu berichten und erklären gab.

Wir erfuhren Wissenswertes über die listige Vorgehensweise der Zecken. Wie diese die Angriffe auf einen Warmblüter gestalten und gezielt das für sie richtige Opfer aussuchen. Über Pilze, die, nachdem sie alle unterirdischen Aktivitäten ausgeschöpft haben, plötzlich an der Oberfläche prachtvoll sichtbar werden. Das langsame Waldsterben. Wie die Abwehrkräfte von Bäumen funktionieren. Schwächen und Stärken der Waldbäume und neue Krankheiten von Bäumen, die aus dem Ausland importiert wurden.

Wir umstreiften auch das Wildgehege und konnten von einem Aussichtspunkt das Muffel-, Damm-, Rot und Schwarzwild gut beobachten. Auf dem Weg konnten wir immer wieder neue und interessante Waldbilder anschauen und die Zuordnung von Blättern zu den verschiedenen Bäumen und Baumarten bestimmen.

Unsere botanischen Kenntnisse, die wir schon in der ersten Führung kennen und erlebt hatten, konnten weiter neu aufgefrischt und ergänzt werden. Oben neben dem Wildgehege am Wetterpilz endete die Führung. Dort konnten wir noch ein großartiges Kunstobjekt besichtigen, das aus einem Baumstamm geschnitzt wurde.



Die Führung dauerte ca. 2 Stunden. Nach einem gemeinsamen Mittagessen in einer Pizzeria in Essen Werden fahren wir anschließend wieder gestärkt mit dem Bus nach Burgaltendorf zurück und kamen dort um 15.30 h an.

Hans Busch

Der Vorstand tagte am 04.09.2019 von 18.00 - 20.00 h im AKTIV PUNKT

Teiln.: Eckhard Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Spengler, Stephan Semmerling, Ursula Kernebeck, Monika Spengler, Heiner Blum

Verhindert: --

Beratend: --

AKTIV PUNKT: Erneuerung der Heizungsanlage mit Erweiterung um eine Solarthermie

Im Rahmen des Förderprogramms "Moderne Sportstätten 2022" ("300 Mill. zur Sanierung der Vereinssportanlagen") der Landesregierung wird der TVE sich um eine Förderung zur Erneuerung der Heizungsanlage mit Erweiterung um eine Solarthermie bemühen (Gesamtkosten: ca. 20.000 Euro). Das Förderportal, in dem das gesamte Antrags- und Genehmigungsverfahren abgebildet werden wird, wird am 01.10.2019 freigeschaltet.

AKTIV PUNKT: Barrierefreier Zugang

Diese TVE-Maßnahme war alternativ zur Heizungsanlage für das Landesförderprogramm "Moderne Sportstätten 2022" in Erwägung gezogen worden. Es zeigt sich jedoch, dass für die Planung noch erhebliche Zeit benötigen wird. Die Gespräche und Planungen mit Landschaftsplanern und ausführenden Gala-Firmen werden fortgesetzt.

SPORTSTÄTTEN: Erneute Schließung der Sh Auf dem Loh vom 28.09. bis zum Jahresende 2019

Nach gegenwärtigem Stand sind nahezu alle Sportgruppen, deren Sportangebot regulär in der Sh auf dem Loh stattfindet, mit anderen Sportstätten "versorgt". Lösungsbedarfe gibt es noch für das Training der Leistungsturnerinnen und für das Angebot "FreeRunning". Das veränderte Sportprogramm ist in allen TVE-Medien abgebildet.

SPORTSTÄTTEN: Sanierung der Th Holteyer Straße

Gegenwärtig stehen Sanierungsarbeiten - u.a. in einem zum Bad gehörenden Umkleideraum und das Treppenhaus - an. Aus diesem Grunde ist das gesamte Gebäude unüblicher Weise in den Herbstferien geschlossen. Hallendecke: Hier fehlt seit Jahren die gesamte Innenabdeckung. TVE-seitig sollte nachgefragt werden, ob die Immobilienwirtschaft den Abschluss der diesbezüglichen Arbeiten vergessen hat.

FINANZWIRTSCHAFT: Geldanlagemöglichkeiten in Zeiten drohender Negativzinsen

Der Vorstand hatte über die Niederschrift von der letzten Vorstandsbesprechung die Mitglieder um Tipps gebeten. Hierauf ist ein Vorschlag eingegangen. Dieser ist zunächst mit einem Steuerberater zu besprechen.

ORGANISATION: Kalenderdaten

Der TVE führt die Daten seiner Sport- und Freizeitangebote, Besprechungen, Raumbelagungen,) in verschiedenen Kalender- und Datenbanksystemen sowie Medien. Dieses erfordert einen zu hohen Aufwand, weil die Termine - es handelt sich hierbei um mehr als 5.000 im Jahr - oft mehrfach zu erfassen und zu pflegen sind. Es wird daher seit einigen Wochen getestet, ob die Daten in EINEM System zusammengeführt werden können, so dass Mitglieder und Mitarbeiter/-innen durch Aufruf EINES Systems auf der Homepage oder in der App jederzeit erkennen können, welche TVE-Aktivitäten an einem bestimmten Tag stattfinden, in veränderter Form stattfinden oder ausfallen.

JUDO-TRAINING: Zusammenführung der Judo-Trainingseinheiten in EINER Halle

(Sachverhalt siehe vorausgegangene Vorstandsbesprechung)

Stehan Semmerling (Sportleiter) und Berthold Werth (Abteilungsleiter) haben zwischenzeitlich eine Idee entwickelt, wie alle Judo-Sportangebote zukünftig in der Sh Auf dem Loh stattfinden könnten. Dazu müsste allerdings das Angebot "Sportmix" in die Th Holteyer Str. verlegt werden und die Badmintonabteilung sich an zwei Tagen mit dem 2/3-Teil der Sh Auf dem Loh begnügen. Diesbezügliche Gespräche müssen noch geführt werden.

SPORTKURSPROGRAMM: Kursgebühr für an Kursen teilnehmende Kurs-/Übungsleiter/-innen

Es ist der Vorschlag gemacht worden, Kursleiter- und Übungsleiter/-innen im Fall einer Teilnahme an einem Kurs eine verminderte Kursgebühr einzuräumen. Damit soll erreicht werden, dass Kursleiter/- und Übungsleiter/-innen die Inhalte anderer Kurse kennenlernen und somit möglicherweise ihre Bereitschaft zu Vertretungsstunden gefördert wird. Der Vorstand entscheidet sich nach Diskussion gegen diesen Vorschlag, weil das Gebührenberechnungsverfahren weiter verkompliziert werden würde und der finanzielle Verlust durch Anhebung der Kursgebühren ausgeglichen werden müsste. Weiter sprechen rechtliche Gesichtspunkte dagegen. Eine Hospitation von Übungsstunden nach Absprache der Kursleiter/- und Übungsleiter/-innen untereinander wird aber empfohlen.

PRÜFUNG DER TVE-BUCHHALTUNG GESCHÄFTSJAHR 2018

Die Buchhaltung des Geschäftsjahres 2018, die aus gesundheitlichen Gründen des Buchprüfers noch nicht stattgefunden hatte, wurde inzwischen nachgeholt. Es ergaben sich keine Beanstandungen. Die Geschäftsjahre 2019-2022 werden von der neu gewählten Buchprüferin Ulrike Ahrens geprüft.

SPORTKURSPROGRAMM: Anmeldungsbestätigungen

Wie in der vorausgegangene Vorstandsbesprechung festgelegt, werden Kursanmeldungsbestätigungen per eMail versandt oder notfalls als Ausdruck über die Kursleiter/-innen zur Aushändigung an die Teilnehmer/-innen in die Kurse gegeben. In das "Kursreglement" ist aufzunehmen, dass keine Bestätigungen mehr per konventioneller Post zugesandt werden. Sollte ein Kursabsage erteilt werden müssen, werden die entsprechenden Anmelder/-innen vom TVE kontaktiert.

FREIZEITAKTIVITÄTEN: Boulespiel

Der zweite Bouleplatz (mit drei Spielfeldern) ist in den Sommerferien fertiggestellt worden. Da das Verhalten der Aufbauschichten noch nicht zufrieden stellt, werden noch Gespräche zu deren Optimierung geführt. Da beobachtet wurde, dass die Bouleflächen auch zu anderen Zwecken betreten und befahren werden, soll bei den Bouleplätzen ein Schild aufgestellt werden mit der textlichen Bitte, die Bouleplätze ausschließlich zum Boulespielen zu betreten.

Abt. 208 JUDO: Spendenaktion zur Finanzierung weiterer Judomatten

(siehe Niederschrift von der Vorstandsbesprechung vom 22.05.2019)

Der Spendenaufruf zur Finanzierung weiterer Judomatten (2.500 Euro) ist mit großartigem Ergebnis abgeschlossen worden. 16 Spender/-innen aus der Judoabteilung spendeten insgesamt 1.485 Euro. Den Spendern und Spenderinnen wird vorab schon einmal auf diesem Wege herzlich gedankt. Da auch der Landessportbund über das Förderprojekt "1.000 mal 1.000 Euro" voraussichtlich einen Zuschuss in Höhe von 1.000 Euro gewähren wird, ist die Finanzierung gesichert, so dass die Judomatten, sobald die Zuschussgenehmigung des LSB vorliegt, beschafft werden können.

GRÖßERE TVE-VERANSTALTUNGEN 2020

Vom 27.06. bis zum 03.07.2020 findet ein "Judo-Sport- & Erlebniswochenende" der TVE-Judoka unter der Leitung von Berthold Werth im Erlebnisdorf der LSB-Sportschule Hachen (Sauerland) statt. Es werden voraussichtlich 24 Mitglieder der Judo-Abteilung teilnehmen. Der TVE wird dem Betreuersteam einen Zuschuss zur Reduzierung ihrer Eigenleistungen gewähren.

Am 06.06.2019, 19.00 h, geben die tonARTisten - wie bereits 2017 - ein eigenes Konzert im Forum des Mariengymnasium in E.-Werden.

SATZUNGSÄNDERUNG

Die analog eines Änderungsantrags des Essener Sportbundes von der TVE-Mitgliederversammlung 2019 beschlossene Satzungsänderung: "Der Vorstand ist ermächtigt, vom Finanzamt oder Amtsgericht/Vereinsregister geforderte, gemeinnützigkeitsrelevante Satzungsänderungen durch Mehrheitsbeschluss des Vorstands vorzunehmen. Die Änderung ist der nächsten Mitgliederversammlung zur Kenntnis zu geben." wurde weder für die ESPO- noch für die TVE-Satzung vom Amtsgericht akzeptiert.

Der ESPO wird einen neuen Formulierungsvorschlag erarbeiten, den der TVE zunächst abwartet.

MITGLIEDERBETREUUNG: Matinée zur Ehrung langjähriger Mitglieder

Diese Feier findet nicht am 09.11 - wie zunächst vorgesehen - sondern am Sa., 16.11.2019 (11.00 h, im AKTIV PUNKT) statt. Es stehen rd. 70 Mitglieder zur Ehrung an.

Aufbau des TVE Burgaltendorf

TVE-Mitgliederversammlung

tjb-Jugendtreffen



TVE VORSTAND:

| | | |
|--|--|---|
| Spengler, Eckhard Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Semmerling, Stephan Kernebeck, Ursula N.N. Spengler, Monika Blum, Heiner | Vorsitzender Geschäftsführer Organisationsleiterin Sportleiter Sportleiterin Jugendleiter Freizeitleiterin Seniorenreferent/-in | eckspengler@t-online.de gerhard.spengler@gmx.net christiane@spenglers.eu stephan.semmerling@gmail.com fam.kernebeck@web.de spengler.monika@gmx.de heinerblum2@gmail.com |
|--|--|---|

MITARBEITERKREIS ORGANISATION:

| | | |
|---|---|--|
| Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Semmerling, Stephan Spengler, Norbert Breuer, Ulrike Spengler, Monika Stahl, Monika Spengler, Georg Kick, Ralf | Organisation & Führung Organisation EDV Mitgliederverwaltung Finanzbuchhaltung Innenarchitektur Medienreferentin Koordination „SOKO Handwerk“ Datenschutzbeauftragter | gerhard.spengler@gmx.net christiane@spenglers.eu stephan.semmerling@gmail.com norbert.spengler@arcor.de hans-josef.breuer@gmx.de spengler.monika@gmx.de monistahl@gmx.de georg@tve-burgaltendorf.de datenschutz@tve-burgaltendorf.de |
|---|---|--|

MITARBEITERKREIS SPORT (Abteilungsleiter/-innen):

| | | |
|---|--|---|
| Semmerling, Stephan Kernebeck, Ursula Dörendahl, Andrea Dumm, Sylvia Schrade, Heide Werth, Berthold Schäfer, Marc Spengler, Georg Enigk, Gerda Stoßberg, Rosemarie | Leitung Sportbetrieb, Leiter AKTIV PUNKT, Kraftgerätraining, Herzsport, Kursbetrieb Leitung Sportbetrieb TVE-Jugend Turnen & Spiel für Kinder Leistungs- & Röhrrad-Turnen Eltern / Kind-Turnen Judo Badminton Laufsport / Leichtathletik Fitnesstraining für Frauen Sport 60plus | stephan.semmerling@gmail.com fam.kernebeck@web.de andrea-sport@web.de dummysylvia@gmail.com c.h.schrade@web.de berthold.werth@tve-burgaltendorf.de marcschaefer1@web.de georg@tve-burgaltendorf.de gerda@enigk.de |
|---|--|---|

VEREINSRAT:

JUGENDRAT:

PROJEKT-TEAM 60plus / Veranstaltungen:

tonARTisten, Chor im TVE Burgaltendorf

Lars Siepermann - Marcel Züchner
- Willi Stemmer - Annelotte Beckmann-Schlöns - Sigrid Schmid - Monika Heuer - Franz Sattur - Helga Schmittgen - Annemarie Haselhoff - Sandra van Geldern - Sigrid Klenzan - Inken Renée Funken Hartmut Pischner

Yara Oberländer - Charlotte Steffen - Rebekka van Lent - Lina Wein - Maja Hackländer - Jannike Werth - Corinna Mainz - Niklas Knop - Alex Portnoy - Julian Bruyers - Isabel Eicker - Linus Eicker - Cameron Reikat - Naomi Marosan - Larissa Maron

Blum, Heiner
Busch, Hans
Vienken, Dierk
Virnich, Dorothee
Wegerhoff, Dieter

Chorleiter:
Ludger Köller
Chorsprecherin:
Inken-Renée Funken
stellv. Chorsprecherin:
Monika Stahl
Notenbeauftragte:
Elke Hansch /
Heike Hoffmann

Beitragsregelungen (Stand: 01.07.2019)

Der TVE erhebt:

1. eine Aufnahmegebühr
2. einen Vereinsbeitrag
3. Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge
4. Kursgebühren
5. Teilnehmereigenleistungen
6. eine Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr

| Welche Beitragsart? | Wann? | Wieviel? (einmalig) |
|---|---|--|
| Aufnahmegebühr: | Neumitglieder, unabhängig v. Alter u. Beitragsart | 8,00 € |
| <p>Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr: In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.</p> | | |
| Welche Beitragsart? | Wann? | Wieviel? (Monatlich) |
| Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag | | |
| „Junge-Leute-Beitrag“ | Mitglieder im Alter von 0 bis 24 Jahre | 6,25 € |
| Einzelbeitrag „Erwachsene ab 25 J.“ | Erwachsene ab 25 Jahre | 6,75 € |
| Kurzzeitmitgliedsbeitrag | nur möglich f. Teilnehmer/-innen Kraftgerätetraining | 7,00 € |
| Förderbeitrag | Bei Vorliegen bes. Voraussetzungen (z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW, Wohnsitz im Alten- oder Pflegeheim) auf Beschluss des Vorstandes | 3,50 € |
| Beitragsfrei | Mitglieder, die das 100. Lebensjahr erreicht haben | 0,00 € |
| Vereinsbeitrag: Familienbeitrag | | |
| Mehrere Vereinsmitglieder aus einer Familie (Für jedes Familienmitglied, das TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.) | Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie | 2 Mitglieder einer Familie: 11,50 € Für jedes weitere Mitglied: 3,00 € zusätzlich |
| Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung (nur auf Antrag hin) | Wenn die Summe aus Vereinsbeiträgen und Abteilungs-/Sportgruppenbeiträgen für die TVE-Mitglieder aus einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahrs) für ein Halbjahr den Betrag von 160,00 € überschreitet, wird der 160,00 € überschreitende Betrag erstattet. Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht monatlich anteilig gewährt. | 160,00 € pro Halb. |
| Abteilungs-/Gruppenbeiträge (zusätzlich zum Vereinsbeitrag): | | |
| Teilnehmer der Sportangebote: | unabhängig vom Alter | |
| - Leistungsturnen | | 9,00 € |
| - Rhönrad-Turnen | | 6,00 € |
| - Judo | Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre: (Pass- und Sichtmarken inklusive, Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive) | 7,00 € 7,00 € |
| - Badminton | (Limitiertes Ballbudget inklusive) | 7,50 € |
| - Laufsport | | 2,00 € |
| - Chor „tonARTisten“ | Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre: | 3,00 € 8,00 € |
| - Kraftgerätetraining | ab 16. Jahre | 24,00 € |
| - Kraftgerätetraining: Sonderbeitrag | 16 bis 24jährige mit eingeschränkter Trainingszeit: MO-FR 18-22 h, SA 12-18 h (gilt nicht in Schulferien) | 15,00 € |
| - Wassergymnastik | | 2,00 € |

| Welche Beitragsart? | Wann? | Wieviel? (monatlich) |
|---|---|----------------------|
| REHA-Sport: - Herzsport (mit Verordnung) | bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht) | 3,75 € |
| - Herzsport (ohne Verordnung) | TVE-Mitgliedschaft erforderlich | 10,00 € |
| - Sport i. d. Krebsnachsorge (mit Verordnung) | bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht) | 0,00 € |
| - Sport i. d. 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.

Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr:

In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.

Hinweise:

Umstellungen der Beitragsart wg. 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-Lastschriftmandat 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 120,00 € jährlich auf Antrag hin durch das JobCenter übernommen werden. Wir stellen für die Beantragung gern eine Beitragsbescheinigung/-rechnung aus. Bitte kontaktieren Sie uns.

Bankverbindung des TVE Burgaltendorf (Kontoinhaber):

IBAN: DE69 3606 0488 0200 0207 00 BIC: GENODEM33GBE (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.

Ist der Einzugsstermin kein Geschäftstag, erfolgt der Einzug am nächst folgenden Geschäftstag. Die Mitglieds-Nr. gilt im SEPA-Basis-Lastschriftverfahren als Mandatsreferenz. Gläubiger-Identifikations-Nr. des TVE Burgaltendorf: DE19TVE00000031443

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/in der Einzugsermächtigung angegebenen Kontos, hat das Mitglied die Pflicht, den/die Zahler/-in über anstehende Lastschrifteinzüge zu informieren.

Voilà, die TVE-Sportgruppen:

19.11.2019

| Sportart | Zeigruppe | Alter | Sportstätte | W-Tag | Uhrzeit | Organis. Mitarbeiter/-innen (max.3 Nomenen) |
|--|------------------------|------------------------|-------------------|-------|---------------|---|
| 202 Turnen & Spiel für Kinder* | | | | | | |
| Turnen & Spiel | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Th Holteyer Str. | 5*fr. | 15:00 - 16:00 | 20201 Zimmermann |
| + Schwimmen | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Bad Holteyer Str. | 5*fr. | 16:00 - 17:00 | 20202 Zimmermann |
| Turnen & Spiel | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Th Holteyer Str. | 1*mo. | 16:15 - 17:15 | 20203 Budriks |
| + Schwimmen | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Bad Holteyer Str. | 1*mo. | 17:15 - 18:15 | 20204 Budriks |
| Turnen & Spiel | Jungen u. Mädchen | 1. - 4. Schuljahr | Th Holteyer Str. | 2*di. | 16:00 - 17:00 | 20206 Malburg |
| + Schwimmen | Jungen u. Mädchen | 1. - 4. Schuljahr | Bad Holteyer Str. | 2*di. | 17:00 - 18:00 | 20207 Malburg |
| Turnen & Spiel | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Th Holteyer Str. | 5*fr. | 16:00 - 17:00 | 20215 Budriks |
| + Schwimmen | Jungen u. Mädchen | 4 - 6 Jahre | Bad Holteyer Str. | 5*fr. | 17:00 - 18:00 | 20216 Kernebeck |
| Geräturnen | Jungen u. Mädchen | Vorsch.a. - 4. Schulj. | Sh Auf dem Loh | 2*di. | 17:00 - 18:30 | 20220 Kernebeck |
| Sportmix | Jungen u. Mädchen | 4 bis 6 J. | Sh Auf dem Loh | 3*mi. | 17:00 - 18:00 | 20225 Hermann |
| 203 *Leistungs- und Rhythmaturnen* | | | | | | |
| Leistungsturnen* | Mädchen | ab 5 J., Anfänger+For | Sh Auf dem Loh | 2*di. | 15:45 - 17:30 | 20301 Dumm |
| Leistungsturnen* | weibl. Mitgl. | Fortgeschr. nach Absp | Sh Auf dem Loh | 2*di. | 16:30 - 18:30 | 20302 Dumm |
| Leistungsturnen* | weibl. Mitgl. | Fortgeschr. nach Absp | Sh Auf dem Loh | 4*do. | 16:00 - 18:30 | 20303 Dumm |
| Leistungsturnen* | weibl. Mitgl. | ab 14 J. nach Absp. | Sh Auf dem Loh | 1*mo. | 18:45 - 20:15 | 20304 Rakov |
| Rhythmaturnen A ** | männl. + weibl. Mitgl. | ab ca. 10 Jahre | Sh Auf dem Loh | 4*do. | 18:30 - 20:00 | 20309 Kernebeck |
| Rhythmaturnen B (Fortgeschr | männl. + weibl. Mitgl. | ab ca. 10 Jahre | Sh Auf dem Loh | 4*do. | 19:45 - 21:15 | 20310 Schörnmeier |
| Rhythmaturnen * | Übungsleiter | | Sh Auf dem Loh | 1*mo. | 18:45 - 20:15 | 20311 (ohne Leitung) |
| Rhythmaturnen * | Übungsleiter | | Sh Auf dem Loh | 4*do. | 21:00 - 21:45 | 20312 (ohne Leitung) |
| 205 *Tanz* | | | | | | |
| Hip Hop & Show Danc** | Jungen u. Mädchen | 5 - 9 Jahre | AKTIV PUNKT | 5*fr. | 16:00 - 17:00 | 205A Adelmann |
| Hip Hop & Show Dance | Jungen u. Mädchen | ab 10 Jahre | AKTIV PUNKT | 5*fr. | 17:00 - 18:00 | 205B Adelmann |
| 206 *Ethern/ Kind-Turnen & Schwimmen* | | | | | | |
| Ethern/ Kind-Turnen C * | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Bad Holteyer Str. | 2*di. | 15:30 - 16:30 | 206C Kernebeck |
| Ethern/ Kind-Turnen G * | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Sh Auf dem Loh | 1*mo. | 17:00 - 18:00 | 206G Schrade |
| Ethern/ Kind-Turnen H * | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Sh Auf dem Loh | 3*mi. | 16:00 - 17:00 | 206H Schrade |
| Ethern/ Kind-Turnen J * | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Sh Auf dem Loh | 3*mi. | 17:00 - 18:00 | 206J Schrade |
| Ethern/ Kind-Turnen K * | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Sh Auf dem Loh | 1*mo. | 16:00 - 17:00 | 206K Schrade |
| Ethern/ Kind-Turnen 1.Sa. i.Mo | Eltern mit Kindern | Kinder: 2 - 4 Jahre | Th Holteyer Str. | 6*sa. | 10:00 - 11:00 | 206S Schrade |
| 208 *Judo* | | | | | | |
| Judo Gr. 1 * | männl. + weibl. Mitgl. | 4 - 10 Jahre | Th Holteyer Str. | 3*mi. | 16:00 - 17:30 | 20801 Werth |
| Judo Gr. 2 * | männl. + weibl. Mitgl. | ab 10 Jahre | Th Holteyer Str. | 3*mi. | 17:30 - 18:45 | 20802 Werth |
| Judo und Fitness (Gr. 3) | männl. + weibl. Mitgl. | Erwachsene | Th Holteyer Str. | 3*mi. | 18:45 - 20:15 | 20803 Werth |
| Judo Gr. 4 * | männl. + weibl. Mitgl. | 4 - 10 Jahre | Sh Auf dem Loh | 5*fr. | 15:30 - 17:00 | 20804 Werth |
| Judo Gr. 5 * | männl. + weibl. Mitgl. | ab 10 Jahre | Th Holteyer Str. | 5*fr. | 17:00 - 18:30 | 20805 Werth |
| Judo und Fitness (Gr. 6) | männl. + weibl. Mitgl. | Erwachsene | Th Holteyer Str. | 5*fr. | 18:30 - 20:00 | 20806 Werth |
| 209 *Badminton* | | | | | | |
| Badminton * | weibl. +männl. Mitgl. | 7 - 18 Jahre | Sh Auf dem Loh | 2*di. | 18:30 - 20:00 | 20901 Schäfer |
| Badminton * | weibl. +männl. Mitgl. | 7 - 18 Jahre | Sh Auf dem Loh | 3*mi. | 18:00 - 20:00 | 20902 Schäfer |

* = nicht aufnahmefähig * = Anmeldung konkret für diese Sportgruppe/Abteilung ist erforderlich. # = Angebot wird z.Z. nicht gegeben. L=linkes Dreieck, M=mittleres Dreieck, R=rechtes Dreieck

| Sportart | Zeigruppe | Alter | W.-tag | Uhrzeit | OrgaNr. | Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen) | Stein |
|---|----------------------|-----------------|--------|---------------|---------|----------------------------------|----------|
| Badminton * | weibl.+männl. Mitgl. | 7 - 18 Jahre | 5*fr. | 17:00 - 20:00 | 20903 | Schäfer | Herrmann |
| Badminton * | Männer u. Frauen | ab 19 Jahre | 2*di. | 20:00 - 21:45 | 20910 | (ohne Leitung) | |
| Badminton * | Männer u. Frauen | ab 19 Jahre | 5*fr. | 20:00 - 21:45 | 20911 | (ohne Leitung) | |
| 212 "Freerunning" | | | | | | | |
| Freerunning | Jungen u. Mädchen | ab 11 Jahre | 2*di. | 17:00 - 18:30 | 21201 | Hüser | |
| 213 "Ballspiel" | | | | | | | |
| Ballspiel | Jungen | 15 - 20 Jahre | 1*mo. | 17:15 - 18:45 | 21301 | Neumann | |
| Ballspiel | Männer | ab ca. 30 Jahre | 4*do. | 19:30 - 20:45 | 21306 | Semmelring | |
| 214 "Rad-Sport" | | | | | | | |
| Sportl. Rad-Tourenfahren | Männer u. Frauen | ab ca. 35 Jahre | 4*do. | 18:30 - 20:30 | 21401 | Spengler | |
| 215 "Laufsport und Leichtathletik" | | | | | | | |
| (Nordic)Walking, Termin A * | männl.+weibl. Mitgl. | ab 16 Jahre | 2*di. | 18:15 - 19:30 | 215A | Spengler | |
| Laufen, Termin D * | männl.+weibl. Mitgl. | ab 16 Jahre | 6*sa. | 09:30 - 10:30 | 215D | Spengler | |
| Laufen, Termin E * | männl.+weibl. Mitgl. | ab 16 Jahre | 3*mi. | 19:30 - 20:30 | 215E | Spengler | |
| (Nordic)Walking, Termin F * | männl.+weibl. Mitgl. | ab 16 Jahre | 4*do. | 17:15 - 18:30 | 215F | Spengler | |
| (Nordic)Walking, Termin G * | männl.+weibl. Mitgl. | ab 16 Jahre | 3*mi. | 18:15 - 19:30 | 215G | Enigk | |
| 216 "Fitnesstraining für Männer" | | | | | | | |
| Fitnesstraining | Männer | ab ca. 40 Jahre | 5*fr. | 20:00 - 21:30 | 21602 | Kolligs | |
| Fit durchs Jahr | Männer | ab ca. 40 Jahre | 1*mo. | 20:15 - 21:30 | 21603 | Semmelring | |
| 217 "Fitnesstraining für Frauen" | | | | | | | |
| Fit durchs Jahr, Gr. E | Frauen | | 1*mo. | 18:45 - 20:15 | 217E | Enigk | |
| Fit durchs Jahr, Gr. G | Frauen | | 1*mo. | 20:15 - 21:45 | 217G | Grund | |
| Fit durchs Jahr, Gr. M | Frauen | | 2*di. | 20:00 - 21:30 | 217M | Lammer | |
| 218 "Gymnastik & Spiel 60plus" | | | | | | | |
| Gymnastik D | Frauen | ab ca. 60 Jahre | 4*do. | 15:00 - 16:30 | 21801 | Stobberg | |
| Gymnastik E | Frauen | ab ca. 60 Jahre | 4*do. | 17:00 - 18:15 | 21802 | Stobberg | |
| Gymnastik & Spiel F | Männer | ab ca. 60 Jahre | 1*mo. | 18:45 - 20:15 | 21810 | Kolligs | |
| Aktiv im Gehen,Stehen,Sitze | Männer u. Frauen | ab ca. 75 Jahre | 4*do. | 16:00 - 17:00 | 21812 | Zimmermann | |
| Fit im vierten Viertel | Männer u. Frauen | ab ca. 75 Jahre | 2*di. | 16:00 - 17:00 | 21830 | Spengler | |
| Wassergymnastik A * | Frauen | ab ca. 60 Jahre | 4*do. | 16:30 - 17:15 | 2183A | Kick | |
| Wassergymnastik B * | Männer u. Frauen | ab ca. 60 Jahre | 1*mo. | 18:30 - 19:15 | 2188 | Kick | |
| Wassergymnastik C * | Frauen | ab ca. 60 Jahre | 4*do. | 17:30 - 18:15 | 218C | Semmelring | |
| Wassergymnastik D * | Männer u. Frauen | ab ca. 60 Jahre | 5*fr. | 18:00 - 18:45 | 218D | Kick | |
| 219 "REHA-Sport" | | | | | | | |
| Herzsport B * | Männer u. Frauen | unabhängig | 4*do. | 18:30 - 19:30 | 219B | Gwosdz | |
| Sport i.d. Krebsnachsorge * | Männer u. Frauen | unabhängig | 2*di. | 17:00 - 18:00 | 219K | Spengler | |

o. Maiburg

Lotz-Hardegen

TVE-Terminkalender

(stets aktuell im internet unter www.tve-burgaltendorf.de)

| DATUM | ZEIT | ORT | MASSNAHME |
|-------------------|---------|----------------------------|---|
| 02.12. | 17:00 h | Steeler Weihnachtsmarkt | Auftritt der TVE-HipHop-Gruppen |
| 03.12. | 18:30 h | Restaurant Burgfreund | Weihnachtsfeier der Gruppe 'Fit im vierten Viertel' |
| 05.12. | 17:30 h | Restaurant Haus Reichwein | Weihnachtsfeier Wassergymnastik 'C' (Ltg. Stephan Semmerling) |
| 07.12.- 08.12. | | | Judo-Stadmeisterschaften, mit Teilnahme der TVE-Judoka |
| 09.12. | 17:00 h | Steeler Weihnachtsmarkt | Auftritt der TVE-HipHop-Gruppen |
| 09.12. | 19:45 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Außerordentliche Chorversammlung |
| 10.12. | 19:00 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Weihnachtsfeier Gymnastik M (Ltg. Steffi Lahmer) |
| 12.12. | 18:00 h | Rest. Zur schönen Aussicht | Weihnachtsfeier Gymnastik E (Ltg. Rosi Stoßberg) |
| 14.12. | | | 60plus-Besuch des Weihnachtsmarktes am Schloss Dyk |
| 14.12. | 15:30 h | Marktkirche Essen | Adventsingen des Essener Sängerkreises, u.a. mit den tonARTisten (15.00-15.25 h) |
| 16.12. | 16:00 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Weihnachtsfeier Leistungsgruppe Turnen |
| 16.12. | 17:00 h | Steeler Weihnachtsmarkt | Auftritt der TVE-HipHop-Gruppen |
| 16.12. | 18:00 h | Restaurant Burgfreund | Weihnachtsfeier Wassergymnastik 'B' (Ltg. Ralf Kick) |
| 16.12. | 19:00 h | Gasthaus Weiß | Weihnachtsfeier 'Fit durch's Jahr, Männer' (Ltg. Stephan S.) |
| 16.12. | 20:00 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Weihnachtsfeier Wirbelsäulengymnastik (Ltg. Rosi Stoßberg) |
| 17.12. | 18:30 h | EssZimmer | Weihnachtsessen Laufsportgruppen A+F |
| 19.12. | 17:00 h | Restaurant Burgfreund | Weihnachtsfeier Gymnastik D (Ltg. Rosi Stoßberg) |
| 19.12. | 20:30 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Weihnachtsfeier 'Rückenfit für Paare' |
| 20.12. | | | Kyu-Prüfung in der Abt. Judo |
| 21.12.- 06.01. | | | NRW-Weihnachtsferien 2019/2020 (ggf. Angrenzendes Wochenende incl.) |
| 21.12. | 18:00 h | Restaurant Haus Reichwein | Abteilung Badminton: Weihnachtsessen |
| 06.01. | 19:00 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | 60plus-Abend 2020 (Rückblick 2019/Vorschau 2020) |
| 21.01. | 18:00 h | AKTIV PUNKT, Bespr.-Raum | Besprechung des Planungsteams '60plus-Freizeitaktivitäten' |
| 22.01. | 16:30 h | AKTIV PUNKT, Komm.-Raum | Gemütliches Zusammensein zum Abschluss des Bambini-Schwimmkurses von Uschi & Andrea |
| 01.02.- 02.02. | 09:00 h | Ev. Tagungszentrum | tonARTisten-Probenwochenende in Wuppertal |
| 10.02. | | Auf dem heiligen Berg | |
| 18.02. | 09:30 h | TP: Haltestelle Burgruine | Redaktionsschluss Ausgabe 160/März 2020 Vereinszeitschrift |
| 23.02. | 10:00 h | | 60plus-Besuch des Deutschen Bergbau-Museums Bochum |
| 29.02. | | Sporthalle Haedenkampstr. | 50plus Radeltour 'Durch den Duisburger Süden', mit Einkehr Pre-Olympic-Youth-Cup (POYC) 2020 |

Na, sehen Sie auch unter Wasser alles verschwommen?



Augenoptik | Hörsysteme | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Str. 40 | 45276 Essen

Tel.: 0201.8 51 25-0

Nockwinkel 99 | 45277 Essen

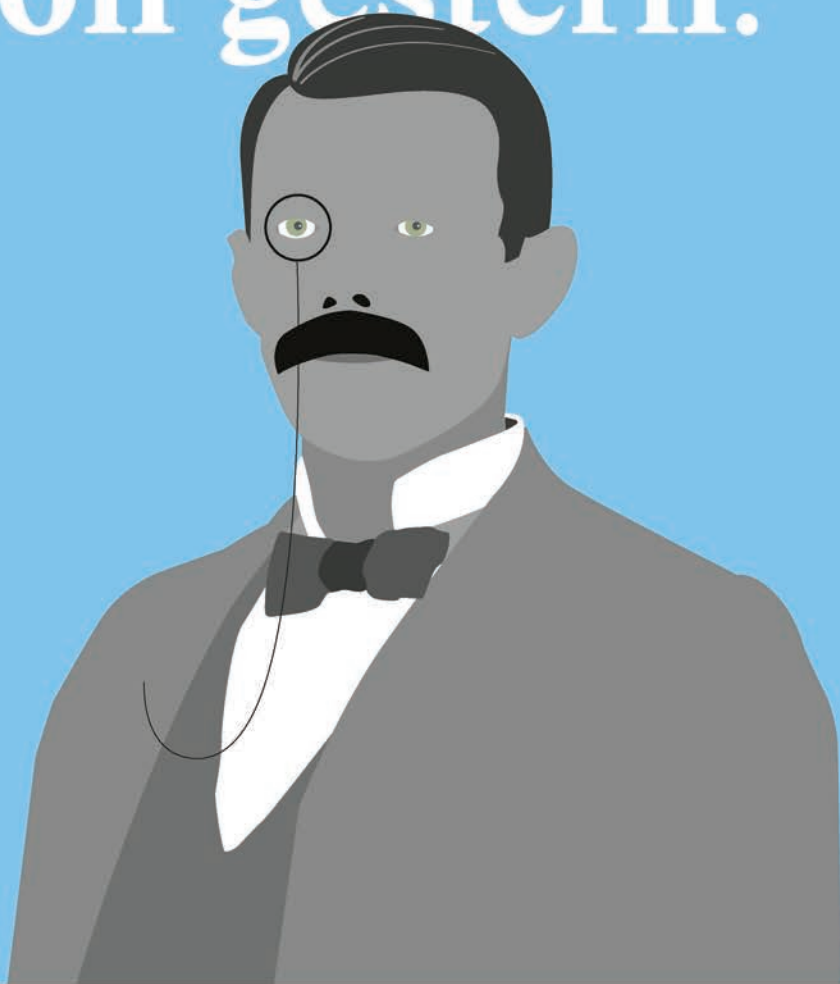
Tel.: 0201.58 59 99

www.bagus-gmbh.de

 **BAGUS**

Auge und Ohr für Sie

Wir sind von gestern.



Deshalb zählen bei uns neben Geld
auch noch Menschen und echte Werte.

Denken Sie Geld anders!

www.genobank.de

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