

1997
September

WURFSPIEL

Fit mit Fun!

Ausflüge
Ferienreisen
Veranstaltungen
außersportliche Kin-
der- und Jugendarbeit

Aerobic
Badminton
Fitness-Training
Gymnastik
Jazz-Gymnastik
Skigymnastik
Leistungsturnen
Röhrradtürnen
Rückenschule
Turnen & Spiel
Selbstverteidigung
Volleyball
Wassergymnastik

AUS DEM INHALT:

Volleyballer mit Biß gesucht!

Deutsches Turnfest 1998:
Interessenten bitte melden!

Neu:
Das Sportabzeichen für
bärenstarke Kinder (am 5.9.)

Macht mit beim Sportab-
zeichenwettbewerb!

Selbsthilfe bei Sport-
verletzungen

Steckbriefe von Sport-
angeboten

Grimberg-Pokal



ÜbungsleiterInnen on Vortour für die Jahreswanderung

UJ
TURNERJUGEND
BURGALTENDORF

T V E
BURGALTENDORF

70

INSERENTEN-VERZEICHNIS

A							
Antennenbau	Jürgen Pieper	S.6	zialist	Johannes Brauksiepe	S.20		
ASU	Reifen Engelhardt	S.6	Hifi	Gohr & Pieper	S.6		
Auto	Reifen Engelhardt	S.6	I				
			K				
B			Kleinmöbel	Möbel-Kollektion	S.6		
Bank	Sparkasse Essen	S.19	Kundendienst	Johannes Brauksiepe	S.20		
	Genossenschaftsbank		Kunstgewerbe	Möbel-Kollektion	S.6		
	Essen eG	S.12	Küchen	Möbel-Kollektion	S.6		
Bausparen	Genossenschaftsbank		M				
	Essen eG	S.12	Möbel	Möbel-Kollektion	S.6		
Bayr. Biere	Michael Michel GmbH	S.8	P				
Blumen	Blumen Streicher	S.4	Papierbedarf	H.W. Kraska GmbH	S.4		
Bürobedarf	H.W. Kraska GmbH	S.4	Partyservice	Hahn	S.16		
Büromöbel	H.W. Kraska GmbH	S.4	R				
			Reifen	Reifen Engelhardt	S.6		
			Restaurant	Restaurant "Burgfreund"	S.8		
			Rohrbruch-				
D			spezialist	Johannes Brauksiepe	S.20		
Drucksachen	H.W. Kraska GmbH	S.4	S				
Duschkabinen	Johannes Brauksiepe	S.20	Sanitäranlagen	Johannes Brauksiepe	S.20		
			Satellit-TV	Jürgen Pieper	S.6		
E			Sparkasse	Sparkasse Essen	S.19		
ec-Karte/Eurocard	Genossenschaftsbank		Sparkonto	Genossenschaftsbank			
	Essen eG	S.12		Essen eG	S.12		
Elektrospezialist	Johannes Brauksiepe	S.20	Stokke-Fachhändler	Kreuzfidel	S.10		
Ergonomische			T				
Möbel	Kreuzfidel	S.10	Tische/Bänke	Michael Michel	S.8		
Essen gehen	Restaurant "Burgfreund"	S.8	TÜV-Vorbe-				
			reitung	Reifen Engelhardt	S.6		
F			V				
Faßbier	Michael Michel GmbH	S.8	Vermögenswirk.				
Feiern	Restaurant "Burgfreund"	S.8	Sparen	Genossenschaftsbank			
Fernsehen	Jürgen Pieper	S.6		Essen eG	S.12		
Fleischer-			Versicherung	Genossenschaftsbank			
fachgeschäft	Hahn	S.16		Essen eG	S.12		
Fleurop	Blumen Streicher	S.4	Video	Jürgen Pieper	S.6		
Friedhofs-			W				
gärtnerei	Blumen Streicher	S.4	Wartungs-				
G			dienst	Johannes Brauksiepe	S.20		
Geldanlage	Genossenschaftsbank		Weine	Michael Michel GmbH	S.8		
	Essen eG	S.12	Werbege-				
Geldautomat	Genossenschaftsbank		schenke	H.W. Kraska GmbH	S.4		
	Essen eG	S.12	Wertpapierdepot	Genossenschaftsbank			
Geschenke	Sparkasse Essen	S.19		Essen eG	S.12		
Getränke-	Möbel-Kollektion	S.6	Wohnbedarf	Möbel-Kollektion	S.6		
handel-			Z				
handel	Michael Michel GmbH	S.8	Zapfanlagen	Michael Michel	S.8		
Girokonto	Genossenschaftsbank						
	Essen eG	S.12					
H							
Heilwasser	Michael Michel GmbH	S.8					
Heizungsspe-							

IMPRESSUM

Herausgeber:

TVE/tjb Burgaltendorf
 Postfach 170127, 45281 Essen
 Gerhard Spengler (Organisationsleiter)

TVE-Büro:

Alte Hauptstr. 28, E.-Burgaltendorf
 Telefon: 0201/570397
 Fax: 02323/31369 und 0201/578428
 eMail: tve.burgaltendorf@t-online.de
 Telefon- u. Öffnungszeiten:
 dienstags, 18.30 - 20.00 h;
 freitags, 17.30 - 18.30 h
 (in den Ferien nur dienstags)

Druck: Universaldruck, 1.000 Ex.
 Erscheinen: 4mal/Jahr 12 (März-Juni-
 September-Dezember)
 Kosten: im Mitgliedsbeitrag enthal-
 ten

INHALT

	Seite
Titelseite	01
Inserentenverzeichnis	02
Impressum, Inhaltsübersicht	03
Formular für Datenänderungen	03
Steckbrief: "Wirbelsaulengymnastik"	05
Steckbrief: "Gymnastik für Frauen"	05
Volleyball: Herren starten i.d. neue Saison	07
Volleyballer mit Biß gesucht!	09
Steckbrief: "Jazz-Dance"	13
Badminton: Saisonstart m. 3 Mannschaften	13
Deutsches Turnfest: Interessenten mel- den!	13
Sportabzeichenwettbewerb 1997	14
Gratulationen und Trauer	15
Schlappe Beteiligung a.d. Sportabzeichen- abnahme	17
Sportabzeichen für bärenstarke Kinder	17
Wandernde Wasserturner u. Grugarallye	18
Ausschreibung: Kurs SkiGymnastik	19
Selbsthilfe bei Sportverletzungen	20
Universelles Anmeldeformular	23
Grimberg-Pokal: Vortour f. Jahreswand.	24
Ich und Wir	25
TVE-Sport- und Gesundheitszentrum	26
Beitragsregelungen	28
Das aktuelle Sportangebot	30
Die Struktur des TVE Burgaltendorf	32

Bitte helfen Sie uns, die bei uns gespeicherten Angaben zu Ihrer Person aktuell zu halten! Senden Sie uns bei Änderungen - auch bei vorübergehenden (z.B. Studien-
 adresse) - das anliegende Formular zu. Danke!

MITTEILUNG ÜBER DATENÄNDERUNGEN AN DEN TVE

Name bisher:	Vorname:	
Name jetzt:	_____ / _____ (Datum) (Unterschrift)	
	bisher:	jetzt:
Straße/Nr.		
PLZ/Ort		
Telefon-Nr.		
Bankleitzahl		
Konto-Nr.		
Konto-Inhaber/-in		

Bitte adressieren Sie an: TVE Burgaltendorf, Postfach 170127, 45281 Essen

Bürobedarf · Büromöbel

Buch- und Offsetdruck

Unser Bürobedarf liefert alles von der Büroklammer bis zur Gesamtregistratur · Letraset
EDV-Zubehör · Tabellierpapier · Werbepräsentate · Büromöbel in Holz, Kunststoff, Stahl
Bürostühle · Grammer-Stühle · Kantineinrichtungen · apura-Einweghandtücher.
Unsere Druckerei fertigt Handsatz und Fotosatz. Wir drucken, numerieren, perforieren
und stanzen. Sonderanfertigungen von Angebotsmappen in Karton und Kunststoff.
Entwürfe und Reproarbeiten.



**Bürobedarf
Druckerei
Kraska**

Nünningstr. 24
45141 Essen
Telefon: (0201) 29402-0
Telex: 8579038
Telefax: (0201) 291779

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



**Friedhofsgärtnerei
Trauerdekoration
Grabgestaltung
Grabpflege · Kränze**


Blumen Streicher

45289 Essen (Burgaltendorf) - Alte Hauptstr. 16 u. Mölleneyst. 12 - Tel. 579121



Wir stellen vor unser Sportangebot:
"WIRBELSÄULENGYMNASTIK"

Wirbelsäulengymnastik "A"	für Frauen u. Männer ab 21.J.	Sh Auf dem Loh (rechtes Drittel)	montags, 17.15 - 18.45 h	Gabriele Marquaß
Wirbelsäulengymnastik "B"	für Frauen u. Männer ab 21 J.	Sh Auf dem Loh (rechtes Drittel)	montags, 18.45 - 19.45 h	Erika Berndt

 Rückenprobleme sind in der modernen Zeit ein weit verbreitetes Übel, von dem selbst Kinder und Jugendliche betroffen sind. Streß, psychische Belastungen, Bewegungsmangel und einseitige, statische körperliche Belastungen sind nur einige Beispiele für die Entstehung von Rückenbeschwerden.

In der Wirbelsäulengymnastik bekommen die Teilnehmer Informationen um sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können. Durch gezielte funktionelle Gymnastik können Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt bzw. entgegengewirkt werden.


Das Bewußtsein der Teilnehmer wird geweckt, ihre alten, falschen Verhaltensweisen gegen neues, rückenfreundliches Verhalten auszutauschen.

In einer lockeren Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun. (Gabriele Marquaß)

Wir stellen vor unser Sportangebot:
"GYMNASTIK FÜR FRAUEN"

für Frauen bis etwa 50 J.	Sh Auf dem Loh (rechtes Drittel)	dienstags, 20.00 - 21.30 h	Gabriele Marquaß
---------------------------	----------------------------------	----------------------------	------------------

In dieser Turnstunde kommen jede Woche zahlreiche Frauen, unterschiedlichen Alters zusammen. Ihr Ziel ist es, nach einem mehr oder weniger anstrengenden Tag, sich mit anderen Frauen zu treffen und etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

 Das Übungsangebot innerhalb der Turnstunde beinhaltet nach dem Aufwärmen zum Beispiel

- Herz-Kreislauf-Training
- Funktionsgymnastik
- Spiele
- Dehn- und Kräftigungsübungen
- Entspannung
- Becken-Boden-Gymnastik.

In allen Turnstunden entscheidet jede Teilnehmerin selbst, wie intensiv sie die einzelnen Angebote ausführt. Dieses gilt - aufgrund des großen Altersunterschiedes - ganz besonders für die "Dienstagsgruppe".

Wenn im Frühjahr die Temperaturen ansteigen, besteht die Möglichkeit, auf dem Sportplatz an der Holteyer Straße auch für das Sportabzeichen zu trainieren und die Anforderungen zu erfüllen.

Da die Kommunikation in dieser Gruppe sehr wichtig ist, treffen sich einige Teilnehmerinnen am anschließenden Stammtisch, um den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen. Zum geselligen Teil der Gruppenaktivitäten zählt ebenso die einmal im Jahr stattfindende, ganztägige Wanderung wie auch im Dezember die gemütliche und besinnliche Adventfeier, die den Turnfrauen einen schönen Jahresabschluß bietet. (Gabriele Marquaß)

Im Herzen von
 Burgaltendorf!

MJK

MÖBEL - KOLLEKTION
 Karl-Heinz Neuhaus

Wohnbedarf

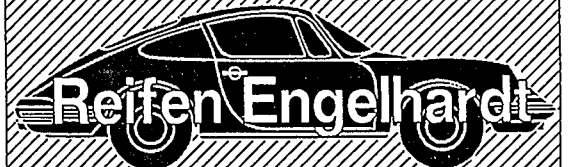
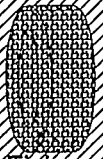
Alte Hauptstraße 20 (Nähe der Post)
 Essen - Burgaltendorf, Tel. 0201/570916

Ihr Partner beim Möbelkauf

Ständig Reifen im Sonderangebot
 \$ 29 - Abnahme im Hause (2 Jahre)
 ASU mit Plakette

außerdem:

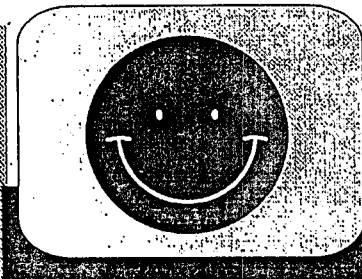
- Achsenvermessung
- Stoßdämpfertest und Einbau
- Bremsendienst
- Auspufferneuerungen
- Inspektionen
- Motor- u. Zündeneinstellungen
- Batterien
- Kupplungsservice
- TLV-Vorbereitung



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

Satelliten - TV

jürgen pieper



Fernsehen
Video

HiFi

VOLLSERVICE

45277 Essen
 Schaffelhofer Weg 9
 Tel. 582667

45289 Essen
 Überruhrstr. 558
 Tel. 570403

Volleyball:

HERREN STARTEN IN DIE NEUE SAISON

Nach unserem Ausflug in die Bezirksklasse sind wir wieder in der Essener Kreisliga gelandet. Nun steht uns vom 20. September 1997 bis zum 21. März 1998 eine anstrengende Spielzeit bevor. Aufgrund der Spielklassen-Zusammensetzung spielen zwei Gruppen mit je sieben Mannschaften um die Qualifikation für die Meisterschaftsrunde. Durch den Austragungsmodus, Jeder gegen Jeden, kommen so in den beiden Runden jeweils 12 Spiele zusammen. Personell hat sich bei uns eigentlich nicht viel verändert. Wir sind zur Zeit eine Truppe von zehn Spielern (17-35 J.), die zwar lockeres Training schätzen, aber, getreu unserem Motto „Al dente!“, auch mit Biß bei der Sache sein können. Und so sieht dann auch unser Training aus. Meistens besteht es, nach dem Aufbau der Netzanlage, zunächst aus einem allgemeinen Aufwärmprogramm für die Muskulatur und den Bandapparat. Aber auch der Einsatz der Stimmbänder wird hier geprobt. Schließlich „muß“ man ja den letzten Spieltag theoretisch nachbereiten, sowie den oder die Schuldigen für Sieg oder Niederlage bestimmen. Andererseits werden natürlich auch die allerneuesten Dönekes vom letzten Wochenende oder auch diverse, hochgeistige Aspekte des menschlichen Miteinanders ausgetauscht. Im Anschluß daran erfolgt üblicherweise das Einspielen mit dem Ball. Im weiteren Verlauf des Trainings stehen dann verschiedene Übungen für Kondi-

tion, Technik, Spielsysteme oder Taktik auf dem Plan. Am Ende des Trainingsabends gibt es dann, je nach Teilnehmerzahl, Zwei gegen Zwei, Drei gegen Drei oder eine komplette Mannschaft gegen den Rest, noch ein kurzes Volleyballspiel.

Nach dem Training geht es dann nicht immer, aber doch regelmäßig, zum Ausgleich des Wasserhaushalts, noch zu Brauki.

Ein Stamm von zehn Spielern sieht zwar auf dem Papier ganz gut aus, aber durch Verletzungen, berufliche Verhinderungen und Urlaube wird es wahrscheinlich an dem einen oder anderen Wochenende wieder knapp werden. Aus diesem Grund und natürlich auch zu unserer spielerischen Verstärkung halten wir, wie jedes Jahr, nach neuen Mitspielern, für die Pritschen und Baggern nicht gerade böhmischen Dörfer sind, Ausschau. Am liebsten wären uns natürlich Spieler mit jahrelanger Erfahrung, die schon alles können. Aber man munkelt, daß bei uns auch schon Fußballspieler zu Volleyballern mutiert sind.

Wir trainieren in der Sporthalle der Comenius-schule, Auf dem Loh in Burgaltendorf:
montags, 20.15-21.45 Uhr und donnerstags, 20.15-21.45 Uhr.

Wer interessiert ist, sollte einfach vorbeikommen und mitmachen. Für weitere Informationen stehe ich gerne auch telefonisch zur Verfügung (02 01 / 57 23 73). *Thomas Minier*

Unsere Heimspiele 1997 in der Sporthalle Auf dem Loh sind am Samstag, 11.10.97, 15.00 h (1 Spiel) und am 30.11.97, 11.00 h (2 Spiele).

ZEUGNIS FÜR SPORT-EHRENAMT

Wenn Jugendliche ehrenamtlich im Sport arbeiten - zum Beispiel als Helfer in den Sportstunden oder bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche -, können sie sich das von sofort an ins Schulzeugnis eintragen lassen.

Mit diesem Erlaß solle das Ehrenamt als wichtige gesellschaftliche Leistung anerkannt werden. Gleichzeitig würden junge Menschen angespornt, sich in der Kinder- und Jugendarbeit der Vereine zu engagieren, sagte Sportministerin Ils Brusis in Duisburg. (Quelle: NRZ)



Inhaber
Alois Ruppert

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

Unser Service:

- Kofferraumservice für Frauen
- Getränkeheimdienst
- umweltfreundliche Pfandware
- telef. Reservierung für Zapfanlagen und Faßbier
- Partyfässer frisch aus dem Kühlhaus
- Messeservice

Diebels



Unser Sortiment:

- Deutsche und Französische Weine
- Sekt und Champagner, Spirituosen v. A-Z
- Pils, Alt, Kölsch, Malz, Diät-, alkoholfreie-, Leicht-, Bock-, Weizenbiere
- ausländische Biere
- Mineralwässer, Stille Quellen, Heilwässer, Lightgetränke
- Säfte, Nektare, Cola und Limonaden
- Faßbier: Pils, Alt, Kölsch, Bockbier und Weizenbier
- Kohlensäure
- Gläserboutique

HOLSTEN *Pilsener*
HOLSTEN *(Mittelbier)*

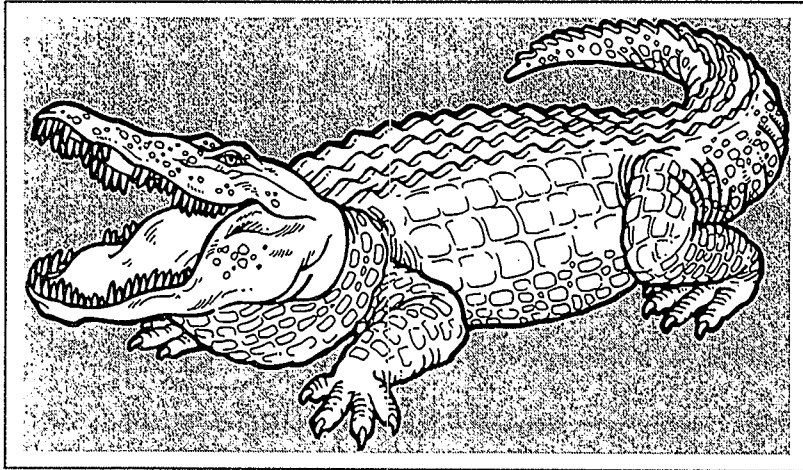
Unser Partyangebot:

- Zapfgarnituren für Partyfässer
- Kühlanlagen 1 und 2leitig für Pils und Alt
- Theken mit Spülen
- Tische und Bänke, Stehtische
- Bierwagen
- Zelt
- Leihgläser
- Fahnen zur Dekoration
- Volle Kästen/Fässer gegen Gebühr retour
- Flaschenbier wird auf Wunsch gekühlt
- Kohlensäureflaschen
- CO₂-Flaschenfüllung

Michael
Michel GmbH

Getränke - Groß- und Einzelhandel
 45257 Essen-Kupferdreh · Tel. 48 03 15
 Dilldorfer Str. 27 und Byfanger Str. 120
 Mo.-Fr.: 9.00-13.00 + 14.30-18.00 Uhr
 Sa.: 8.30-14.00
 gute Parkmöglichkeiten

VOLLEYBALLER mit Biß gesucht!



**Kreisliga-Herrenmannschaft
des TVE Essen-Burgaltendorf
sucht Mitspieler.**

Wir sind zur Zeit eine Truppe von zehn Spielern (17-35 J.), die zwar lockeres Training schätzen, aber, getreu unserem Motto „Al dente!“, auch mit Biß bei der Sache sein können.

Zur personellen Verstärkung halten wir nun Ausschau nach Leuten, für die Pritschen und Baggern keine böhmischen Dörfer sind.

Wir trainieren in der Sporthalle der Comeniusschule, Auf dem Loh in Burgaltendorf:

montags, 20.15-21.45 Uhr

und

donnerstags, 20.15-21.45 Uhr.

Wer interessiert ist, sollte einfach vorbeikommen und mitmachen.

Für weitere Informationen wendet Euch ruhig telefonisch an mich.

Thomas Minier, 02 01 / 57 23 73

DIE GRÖßTEN VEREINE IN ESSEN: TVE AN 17. STELLE

Der Essener Sportbund ermittelte aufgrund der Meldungen zum 01.01.97 folgende Rangliste unter den rd. 650 Essener Vereinen: 1. MTG Horst (2.788), 2. TUSEM (2.698), 3. ETUF (2.569), 4. Polizei SV (2.524), 5. ETB (2.478), 6. ESG (2.328), 7. TuS 84/10 (2.153), 8. Werdener TB (2.134), 9. DLRG (2.070), 10. Rot Weiß Essen (2.021), 11. Essener Senioren-Gemeinschaft (1.962), 12. GW Schönebeck (1.811), 13. Kettwiger TV (1.771), 14. TV Kettwig (1.712), 15. TB Frintrop (1.548), 16. Ski-Gem. Niederrhein (1.455), TVE Burgaltendorf (1.437).

In diesem Schuljahr Haltungsnote 1 !



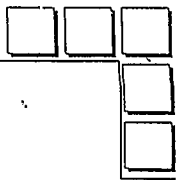
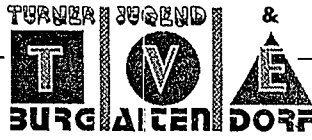
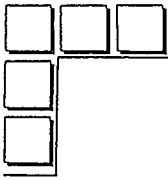
Mein erster Arbeitsplatz:
TRIPP TRAPP und **Desk Plus**.
Ergonomisch, mitwachsend,
7 Jahre Garantie. Ideal zum
malen, schreiben, lesen –
weil Kinder gut sitzen müssen,
um arbeiten zu können.
STOKKE-Stühle unterstützen
aufrechtes Sitzen ohne Zwang.

bequem & rückenfreundlich
Wir sind **STOKKE** & **HÅGAS**-Händler
MACHT DAS LEBEN SITZENSWEIT

KREUZFIDEL

sitzen, entspannen und mehr...

Girardetstraße 2 - 38 · 45131 Essen
Eingang Rüttenscheider Straße
Telefon + Fax (02 01) 79 65 91



Kunterbunter GRUGAPARK

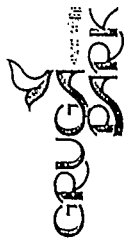
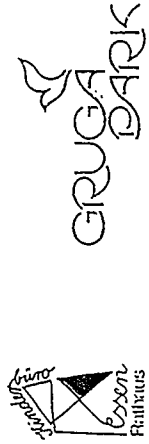
An den Spiel-Stationen auf der Kranichwiese und vor der Orangerie gibt es ein tolles Mitmach-Angebot für alle: Kinder und Erwachsene sollen sich gemeinsam bewegen, miteinander spielen, neue Spiele erfinden, neues und altes Spielmaterial kennenlernen und Ideen für den "Spielaltag" mit nach Hause nehmen.

Betreuer und Betreuerinnen helfen an den Spielstationen beim Ausprobieren, spielen mit, geben Tips zum Umgang mit dem Spielmaterial und freuen sich über alle Erwachsenen, die mitmachen und mithelfen, ein Spiel interessant zu gestalten.

Ab 11.00 Uhr ein tolles Programm: Klettertürme, Streetball, Beach-Volleyball oder Kinder-Disco. Musikfans können sogar mit eigenen mitgebrachten Instrumenten das Schönebecker Jugendblasorchester unterstützen.

Zusätzlich das 1. Seifenkisten-Rennen um den Grugapark-Pokal. Anmeldung und weitere Informationen im Jugendzentrum Essen, Papestraße 1, Telefon: 0201-8851137

Herzlich willkommen und viel Spaß im kunterbunten Grugapark
Info.-Telefon 8883104



**WELTKINDERTAG
SO. 21. SEPT. '97
VON 11.00 - 17.00 UHR
AUF DER KRANICHWIESE**

Kunterbunter GRUGAPARK

- EIN TOLLES PROGRAMM ZUM MITMACHEN FÜR JUNG UND ALT
- TANZEN + SINGEN • SEIFENKISTEN-RENNEN • HÜPFEN + SPRINGEN
- MUSIK + SPIEL • AN DIESEM TAG FAHREN KINDER MIT DEM VRR KOSTENLOS ZUM GRUGAPARK ESSEN.

FREIER EINTRITT FÜR KINDER

GRUGAPARK ESSEN • KINDERBÜRO ESSEN • TURNGAU ESSEN
MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG: AOK ESSEN • LANGNESE IGLO GMBH

Wir machen den Weg frei

Der elektronische Weg zur Beweglichkeit.

Sie möchten Ihre Bank-
geschäfte bequem von zu
Hause aus erledigen. Mit
unseren elektronischer
Bankdienstleistungen er-
leichtern wir Ihnen den
Zahlungsverkehr. Und
vergrößern so Ihre Be-
weglichkeit.



Geno Bank Essen

Wir stellen vor unser Sportangebot:

"JAZZ-DANCE"


für Mädchen/ Frauen
 bis etwa 16 J.

Th Holteyer Str.

freitags, 17.30 - 18.30 h

Angelika Berns,
 Dagmar Gunetsreiner

Jazz Dance ist eine Mischung afrikanischer, europäischer und amerikanischer Tanzstilelemente. Kombiniert mit gymnastischen Elementen entsteht daraus die "Jazzgymnastik".

 Bewegungsmerkmal ist die totale Ausnutzung fast aller anatomisch möglichen Bewegungen unseres Körpers.

Die in den Sportstunden vorgestellten Übungen und Kombinationen sind auf die zunächst begrenzten, körperlichen Fähigkeiten von Anfängern abgestimmt und bauen aufeinander auf: Von der richtigen Körperhaltung bis hin zur Fortbewegung im Raum, wobei alle Stilrichtungen der modernen Musik verwendet werden. Ziel ist es, allen Teilnehmerinnen an diesem Sportangebot ein gutes Körpergefühl, Ausdrucksfähigkeit, Rhythmusempfinden und die Freude an der Bewegung zu vermitteln.

Zum gemeinsamen Tanztraining treffen wir uns einmal wöchentlich in der Turnhalle Holteyer Straße. Überzeugt Euch selbst und laßt Euch mitreißen von dieser Art, sich zu bewegen.


(Dagmar Gunetsreiner)

Badminton:

SAISONSTART MIT 3 MANNSCHAFTEN

Am 30. August bzw. 6. September beginnt die neue Badmintonseason. Der TVE startet mit drei Mannschaften: einer Jugend-, einer Schüler- und einer Seniorenmannschaft. Ursprünglich sollte eine zweite *Jugendmannschaft* starten. Da aber einige Jugendliche der letztjährigen Mannschaft entweder einem anderen Verein wechselten oder aus beruflichen/ schulischen Gründen ihren Rücktritt aus der Mannschaft erklärten, mußte diese zweite Mannschaft zurückgezogen werden.

Nach den Erfolgen des letzten Jahres ist das schade, aber die Entscheidung der jungen Leute ist zu akzeptieren.

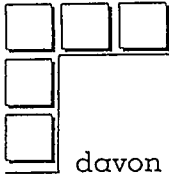
 Auch die *Schülermannschaft* beginnt mit sehr vielen neuen, jungen Spielern und wird es in ihrer Gruppe nicht leicht haben. Ich hoffe, daß die Spieler trotzdem viel Spaß an den Wettkämpfen haben. Die *Seniorenmannschaft* hat sich seit der letzten Saison kaum verändert und will mit neuem Elan an die Sache herangehen. Ich wünsche allen Mannschaften viel Erfolg!
 (Ferdinand Kexel)

Deutsches Turnfest München vom 31.05. bis 07.06.98:

INTERESSENTEN JE T Z T MELDEN!

Wenn es auch noch Zeit für die Abgabe der endgültigen Teilnahmemeldung hat (15.02.98), so drängt doch die Entscheidung

über die Reservierung bzw. Bestellung von Quartieren, soweit nicht Gemeinschaftsquartiere in Anspruch genommen werden. Ich gehe



davon aus, daß es, wenn überhaupt, nur wenige Privatquartiere geben wird. Die Zeiten, wo noch fast 60.000 Turnfestbesucher in Familien ein preiswertes Quartier bekamen, scheinen endgültig vorbei zu sein. Schon beim letzten Deutschen Turnfest in Hamburg gab es kaum Angebote. So müssen wir versuchen, preiswerte Pensionen oder auch Hotels ausfindig zu machen.

Durch Vermittlung einer Turnerin liegt mir ein Angebot eines kleinen Garni-Hotels mit einer Kapazität von 45 Betten vor (z.Zt. sind noch 34 Betten frei.). Die Preise pro Person incl. Frühstück bewegen sich zwischen 76 u. 86 DM für Einzelzimmer, zwischen 48 u. 65 DM für Doppelzimmer und zwischen 45 und 50 DM für ein 3-Bettzimmer je nach Ausstattung: z.B. mit DU u. WC im Zimmer oder auf der Etage. Das Hotel liegt zentral und bietet den Vorteil, daß wir mit allen Teilnehmern/ -innen, soweit sie nicht in ein Gemeinschaftsquartier möchten, zusammen sein können, was sicher vieles vereinfacht.

Das Organisationskomitee, bei dem ich schon im Mai unsere Wünsche anmeldete, kann mir bis heute noch keine Angebote für Quartiere machen. Die Frage ist, ob wir warten, hier noch günstige Angebote, vielleicht auch für Privatquartiere zu bekommen, oder uns jetzt schon angesichts der bekannten Weltstadtpreise für das m.M. nach preislich günstige Angebot des Garni-Hotels entscheiden.

Es ist also erforderlich, daß sich alle Interessenten jetzt melden, um einen Überblick zu bekommen und um eine Entscheidung treffen zu können.

Alle Mitfahrer möchte ich schon hierdurch zu einer Besprechung einladen und zwar für Mittwoch, 17.09., 20.00 Uhr, ins Lokal "Burgfreund".

Hier können dann auch andere, im Zusammenhang mit dem DTF auftretende, Fragen behandelt werden, so daß auch jetzt noch Unentschlossene eingeladen sind. Das gilt auch besonders für die aktiven Teilnehmer aus dem Jugendbereich. *Eduard Spengler*

MACHT MIT BEIM SPORTABZEICHENWETTBEWERB 1997!

Nachdem es 1996 aufgrund eines starken Rückgangs der Teilnehmerzahl im TVE nur zu einem 2. Platz unter den Essener Vereinen gereicht hat, hoffe ich in diesem Jahr wieder auf eine "Besserung". Insbesondere die Übungsleiter/-innen sind aufgerufen, möglichst viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene an diesen körperlichen Fitnessstest heranzuführen.

Als erstem Turner im TVE konnte der Vorsitzende einem alten Mitkämpfer gratulieren. Josef Hecker errang zum 27. mal das Goldene Sportabzeichen. Möge er anderen als Vorbild dienen!. Auch der "WURFSPIESS" gratuliert Dir, lieber Josef, und dankt Dir für das stetige Mitmachen.

Der nächste, öffentliche Termin für eine Abnahme ist am Montag, 30.09.97, um 18.00 h auf dem Platz an Holteyer Straße.

Eduard Spengler

**WIR HABEN EIN MITGLIED "VERLOREN":
WER WEIß, WO FLORIAN VOGELANG, BISHER HOMBERGSEGGE 52, 45529
HATTINGEN, JETZT WOHN?**

DER TVE GRATÜLIERT

50 J.	18.11.	Evens, Hans Josef	70 J.	29.11.	Schulte, Käthe
	26.11.	Brandhoff, Margarete	75 J.	07.09.	Vogtmann, Waltraud
60 J.	08.09.	Weitermann, Anneliese		11.09.	Galla, Helmut
	22.09.	Wißmann, Georg	80 J.	08.09.	Goethel, Margarete
	27.11.	Schumann, Marga		11.09.	Winkler, Margarete
	09.12.	Ballmann, Margareta	84 J.	16.11.	Beck, Elisabeth
65 J.	08.11.	Reikat, Horst	85 J.	22.09.	Stein, Margarete
70 J.	30.09.	Lingemann, Adele	87 J.	20.09.	Neuhaus, Kurt
	28.10.	Kirchhoff, Günter			
	28.11.	Winkler, Heinz Günter			

TRAUER

am 23. August verschied nach einem erfüllten Leben unser Ehrenmitglied **JOHANNA BECKER.**

Sie wohnte zuletzt im Marienheim in Überrohr. Am 14. Januar feierte sie im Kreise ihrer Familie ihren 90. Geburtstag. Jetzt ging ihre Kraft zu Ende.

Wie noch im **WURFSPIESS**



vom Dezember 1996 berichtet, war Johanna Becker 1926 sogleich nach Gründung einer Turnrinnenabteilung im TVE dabei und wurde deren erste Leiterin. Johanna Spengler, wie sie damals noch hieß, hat sich um die Turnerinnen und später auch der Schülerinnen große Verdienste erworben. Nach 1945 stellte sie sich nochmals zur Verfügung als es galt, den Turnbetrieb im TVE wieder aufzunehmen. Der Turnverein Einigkeit und insbesondere alle, die Johanna kannten, werden sie in guter und dankbarer Erinnerung behalten.

Am 02.06.97 verstarb **JUDITH KROKOWSKI** an einer heimtückischen Krankheit im Alter von nur 29 Jahren.... Allein das Todesalter reicht aus, um Betroffenheit selbst bei Menschen hervorzurufen, die die lebensfreudige Judith nicht kannten. Judith hat sich noch im Dezember 1996 zum Aerobic-Kurs angemeldet und im Januar an den ersten Kursstunden teilgenommen. Die Kinder und Jugendlichen, die mit ihr an den Ferienfreizeiten der turnerjugend auf Spiekeroog ('79), in Wagrain/ Österreich (1981) und in Storfors/Schweden (1984) teilnahmen, werden sie als einen Menschen in Erinnerung behalten, der nur durch das Betreten eines Raums bereits gute Laune verbreitete.

PARTY-SERVICE Haken

- vom Könner für Kenner und Genießer -

Alte Hauptstr. 4, 45289 Essen - Burgaltendorf
Tel. 0201/ 570810



It's Party-Time!

**Frische, vitaminreiche
Fleisch- und Wurstwaren:
Sie machen jung,
fröhlich und dynamisch!
Keiner möchte sie missen.**

SCHLAPPE BETEILIGUNG AN DER SPORTABZEICHENABNAHME

Um auch den Kindern, die in der Sporthalle der Comeniusschule turnen oder Badminton spielen, die Möglichkeit zu geben, einmal ihr Sportabzeichen zu machen, hatten wir für Montag, 30.06.97, ab 16.30 Uhr, alle Kinder (und ihre Freunde/Freundinnen) auf den Sportplatz an der Holteyer Str. und in's Schwimmbad eingeladen. Zuvor waren in den Turnstunden "Leistungsturnen", "Gerätturnen für Jungen und Mädchen vom 1.-4. Schuljahr" und "Badminton" Handzettel verteilt worden.

Bei leichtem Nieselregen waren 13 Kinder zur Abnahme gekommen. Wir begannen mit der Abnahme der "Langstrecke" (800m). Alle Kinder über 7 Jahren schafften beim ersten Versuch die geforderte Zeit. Auch beim "Kurzstreckenlauf" (50 m)

und beim Schlagballweitwurf waren fast alle Kinder erfolgreich.

Da der Nieselregen nicht nur uns, sondern auch die Sandgrube durchfeuchtet hatte, beschlossen wir, die Leistungsanforderung "Sprung" durch die Alternative "Sprung über den Bock" in der Halle fortzusetzen. Hier konnte man erkennen, daß es sich um ausgesprochene Turnkinder handelte. (Von der Abteilung "Badminton" waren leider keine Kinder gekommen.) Zum Abschluß gingen wir noch zum 50m-Schwimmen in's Bad. 1 1/2 Runde waren hier schnell geschafft und danach konnten sich die Kinder noch ein wenig im Wasser vergnügen.

Um 18.00 Uhr war eine Sportabzeichenabnahme für Erwachsene vorgesehen: Der Sportplatz blieb jedoch menschenleer.

Uschi Kernebeck

NEU: "DAS SPORTABZEICHEN FÜR BÄRENSTARKE KINDER"

FÜR ALLE 3-7 JÄHRIGEN KINDER GIBT ES JETZT VON DER SPORTJUGEND ESSEN DAS
 "SPORTABZEICHEN FÜR BÄRENSTARKE KINDER".

WIR LADEN ALLE KINDER IM ALTER VON 3 BIS 7 JAHREN EIN ZUR ABNAHME AM
FREITAG, 5.9.97 15.00, SPORTPLATZ AN DER HOLTEYER STR.

AUCH HIER GIBT ES 5 DISZIPLINEN, IN DENEN ES GILT ZU LAUFEN (50M), ZU SPRINGEN (MIT ANLAUF IN DEN SANDKASTEN) UND ZU WERFEN (SO WEIT WIE MÖGLICH). EBENSO WERDEN EIN AUSDAUERLAUF (3 MINUTEN) UND TURNEN (3X ROLLE VORWÄRTS, 3M SACKHÜPFEN) GEFORDERT. ES GIBT JEDOCH KEINE LEISTUNGSVORGABEN. VIELMEHR SOLLEN DIE KINDER AUF SPIELERISCHE WEISE ZUR LEICHTATHLETIK HINGEFÜHRT WERDEN.

WIR HOFFEN AUF SCHÖNES WETTER UND EINE REGE TEILNAHME.

USCHI KERNEBECK
 (AL KINDERTURNEN)

WAS MACHEN DIE WASSERGymNASTIK-GRUPPEN IN DEN FERIEEN?

3 Wochen Zwangspause durch Reparaturarbeiten im Schwimmbad und 6 Wochen große Ferien, das ist zu lange um nichts zu tun!

In der letzten Wassergymnastikstunde vor den Ferien beschloß die Montagsgruppe, sich jeden Montag während der Ferien zu treffen. Aus der Wassergymnastikgruppe wurde sofort eine Wandergruppe. Alle diejenigen, die noch gut zu Fuß waren, trafen sich 'mal an der Schule, 'mal an der Kirche oder sonstwo (wie abgemacht!), die anderen kamen mit dem Auto zum verabredeten Ziel nach. Unser lieber Hugo Spengler übernahm die Wanderführungen. Mit viel Wegekenntnis und heimatkundlichem Wissen machte er jede Wanderung zu einem kleinen Erlebnis. Als Endziele waren meist private Adressen angeboten worden. So wurden wir einmal mit herrlich frischem Zwiebelkuchen empfangen. Ein anderes Mal gab es deftigen Specksalat mit Würstchen. Um meine Liste der Köstlichkeiten voll zu machen, gab es beim Dritten Mett mit frischen Baguettes und Käseplatten mit Weintrauben.

Unsere letzte Wanderung jedoch erwies sich als ein Irr- und Verwirrspiel. (Es war auch viel zu heiß!). Zum guten Schluß aber waren wir dann doch mit 10 Personen in unserer Stammkneipe und ließen uns auf der Terrasse die kühlen Erfrischungen schmecken.

Die Ferien sind nun vorbei und wir freuen uns alle auf die erste Wassergymnastikstunde.

Nachträglich möchte ich mich nochmals bei den drei Gastgebern bedanken, ebenfalls bei Euch allen für Eure Mitgestaltung.

Sigrid Reikat

PS: Die Donnerstagsgruppe ging in den Ferien immer schon wandern!

TURNERJUGEND LERNT GRUGA KENNEN

Mit 32 Kindern, 12 Betreuern, einem Fotografen und einem Baby (plus Babysitter) ging es um 14.45 Uhr mit dem Bus los in Richtung Gruga. Dort angekommen, teilten wir uns in 7 kleine Gruppen auf. Damit jeder wußte, zu welcher Gruppe er gehörte, gaben wir uns einen Gruppennamen. Die Rallye konnte jetzt beginnen. Voller Elan starteten nun, bewaffnet mit Fragebögen, Grugaplan und guter Laune:

die Snoopy-Gruppe, die Pferdegruppe, die Waschbären, 4 you!, Turbozahn, Einhörner und die Gruppe Schneller Denker.

Immer begleitet von unserem Fotografen, meistereten wir die einzelnen Stationen. Es war sehr schön, die Gruga auf diese Weise einmal näher kennenzulernen. Wenn einige von uns sich auch zum Schluß noch etwas verirrtten, waren wir doch am Ende alle glücklich und zufrieden auf dem Spielplatz Vogeldelle wieder zusammen. Dort mußten wir uns nach dieser anstrengenden Rallye erst einmal bei einem Stück Kuchen (oder 2, oder 3) und Getränken erholen. Aber da wir ja nicht kleinzukriegen sind, brauchten wir dazu nicht lange und tobten noch etwas auf dem Spielplatz, während die Betreuer unsere Fragebögen auswerteten. Danach kam die Siegerehrung mit Urkunden und Preisen und dann war leider alles vorbei: Wir mußten den Heimweg antreten. Wieviel Spaß es uns gemacht hat, zeigt das nachfolgende Gedicht:

Uns`re Rallye, die war toll,
 da kriegt man nie die Nase voll.

Aber leider, welch ein Graus,
 ist die Rallye jetzt bald aus
 und wir müssen dann nach Haus.

Wir sind ausgeschwärmt
 und haben viel gelernt.

Im Bauerngarten kann man auf das Reifen
 des Gemüses warten.

In der Vogelfreiflughalle
 schwamm im Teich gar eine Qualle.

Wir sahen auch die Grugabahn,
 sind leider doch nicht mitgefah`n.

Wir hatten alle sehr viel Spaß
 und keiner wurde naß.

Das Kursangebot für das 2. Halbjahr 1997:



SkiGymnastik

Wer ohne körperliche Vorbereitung in den Skiurlaub startet, lebt gefährlich. Aber nicht nur für Skifahrer ist Skigymnastik interessant. Vielmehr bietet sie durch ihre Vielseitigkeit für jeden eine Menge Mehr an Fitness,

denn Skigymnastik beinhaltet als Ganzkörpertraining die Faktoren Ausdauer, Kraft, Stretching, Entspannung und natürlich die skispezifischen Übungen.

Nach der hohen Teilnehmerzahl des Kurses im Frühjahr 1997 bietet der TVE zum Jahresende einen weiteren Kurs "SkiGymnastik" unter Leitung von Gabi Marquaß an, und zwar in der Zeit vom 6. Oktober bis zum 8. Dezember 1997 in der Sporthalle "Auf dem Loh" in Burgaltendorf, montags von 18.45 - 19.45 h. Die Kursgebühr beträgt 14 DM (Nichtmitglieder: 35 DM).

Interessenten/-innen können ab sofort im TVE-Büro zu den Öffnungszeiten (dienstags, 18.30 - 20.00 h u. freitags, 17.30 - 18.30 h) ein Anmeldeformular ausfüllen, sich dieses zusenden lassen oder das Anmeldeformular auf Seite 23 des WURFSPIESS verwenden.

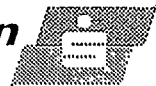
New Banking
TELEFON BANKING
 (02 01) 103666

**MIT UNS
 BLEIBEN SIE AM BALL**

• **5-TelefonBanking**

Wann immer Sie wollen und wo immer Sie auch sind, Ihr Konto ist für Sie zu sprechen – per Telefon. Sagen Sie ihm, was Sie wollen: Kontostand oder Umsätze abfragen, Überweisungen tätigen, Daueraufträge einrichten oder ändern. All das ist möglich – und einiges mehr. TelefonBanking – 7 x 24 Stunden von Montag bis Sonntag.

**Sparkasse
 Essen**



Selbsthilfe bei Sportverletzungen

Im Sport lassen sich Verletzungen leider nicht ausschließen. Allerdings: Jeder könnte die schmerzhaften Folgen gering halten, wenn er wüßte, was zu tun ist.

Ratschläge von Dr. Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrt, Mannschaftsarzt des FC Bayern München

Pro Jahr ereignen sich in Deutschland Millionen Sportunfälle. Manche verlaufen harmlos: Schürfwunden, Prellungen oder Zerrungen sind die Folge. Doch gelegentlich wird's auch ernster - mit Muskelriß, Knochenbruch oder Gehirnerschütterung ist nicht zu spaßen. Gut, wenn man weiß, was im Falle eines Falles zu tun ist. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie es.

Wir bringen Ihr Haus in Ordnung

Planung · Beratung · Ausführung · Umbauten · Modernisierung

<p>Sanitär</p> 	<p>alles für Bad und Küche! Duschkabinen · Komplettbäder · Duschthermostate · Massagebrausen · Badmöbel · Wasserfilter</p>
<p>Heizung</p> 	<p>Heizkessel (Öl und Gas) · Heizungsregelung · Thermostatventile · Abgasklappen · Nachspeicherheizungen · Wartungsverträge (Öl und Gas)</p>
<p>Klempnerei</p> 	<p>Dachrinnen · Garagenabdeckungen · Balkoneinfassungen · Dachhäuschen · Spezialabdeckungen</p>
<p>Elektroinstallation</p> 	<p>Wärmepumpen · Antennenbau · Sprechanlagen · elektrische Anlagen aller Art · Reparaturen</p>

...aus dem Fachbetrieb

REPARATUR-SOFORT-DIENST
 Tel.: 0201/579942

Gas- Wasser- und Heizungstechnik



JOH. BRAUKSIEPE

Deipenbecktal 186
45289 Essen

Allerdings muß es oft gar nicht soweit kommen. Wer nämlich einige Regeln berücksichtigt, ist deutlich weniger gefährdet. Wichtigster Punkt ist das Schuhwerk. Denn schlechtsitzende Sportschuhe produzieren nicht nur schmerzhafte Blasen an den Füßen. Viel schlimmer: Durch falsches Schuhwerk wird die Statik des Körpers negativ beeinflusst. Die Folge: Unfälle sind geradezu vorprogrammiert.

Der Grabbeltisch im Kaufhaus ist deshalb nicht die geeignete Adresse für den Schuhkauf. Gehen Sie zu einem Fachhändler, und nehmen Sie am besten Ihre alten Treter mit. An ihnen kann der Experte ablesen, welche Art von Schuhen für Sie optimal ist. Und tragen Sie beim Sport paßgenaue Baumwollsocken - denn durch den Faltenwurf an den Socken erhöht sich das Risiko einer Blasenbildung, die zu einer ernsten Infektion führen kann. Reiben Sie außerdem Ihre Füße vorbeugend mit Vaseline ein. Auch andere Körperstellen, an denen die Kleidung scheuert, werden dann nicht so schnell wund.

Von zentraler Bedeutung für die Prophylaxe von Sportverletzungen sind Warm-up und Warm-up-Stretching. Denn wie ein Formel-Motor muß auch der Körper zunächst auf die richtige Betriebstemperatur gebracht werden. Nicht nur, um wirklich die bestmögliche Leistung zu erbringen, sondern vor allem, um Schäden an Muskeln und Bändern zu verhindern. Beginnen Sie mit 10-15 Minuten leichtem Dauerlauf und Gymnastikübungen (z.B. Rumpf-, Arm-, Bein-, Fuß- und Handkreisen). Anschließend stretchen Sie ungefähr 5 Minuten lang die Muskulatur, die Sie bei Ihrer Sportart hauptsächlich belasten.

Die dritte Säule der Verletzungsvorbeugung sind richtige Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Die letzte Mahlzeit sollten Sie etwa drei Stunden vor dem Training oder Wettkampf zu sich nehmen. Am besten eignet sich ein leicht verdauliches Gericht mit reichlich Kohlenhydraten, wenig Fett und viel Mineralien und Vitaminen (etwa Teigwaren, Kartoffeln, Reis und Gemüse).

Bänderriß

Ursachen

Besonders häufig sind Bänderrisse im Bereich der Sprunggelenke, hervorgerufen durch Tritt, Schlag oder beim „Vertreten“.

Symptome

akuter, heftiger, stechender Schmerz, meist mit rasch einsetzender Schwellung. Gut trainierte Muskulatur kann Bandverletzungen anfangs verschleiern, zumal nicht immer sofort eine sichtbare Schwellung auftritt. Der akute Schmerz läßt oft nach kurzer Zeit nach, unter Umständen sogar bei komplett gerissenen Bändern.

Soforthilfe

Falls Verletzungen der Haut vorliegen, müssen sie gründlich desinfiziert und abgedeckt werden. Ansonsten gilt: Möglichst sofort mit Kühlung und Kompression beginnen (Hot-ice-Druckverband: Ein Schwamm wird mit Eiswasser getauchten Idealbinden fest angewickelt). Kein Eisspray verwenden! Betroffene Gliedmaßen hochlegen. Nach zwanzig Minuten Druckverband für drei bis vier Minuten lösen und dann erneuern. Bis zur Untersuchung durch den Arzt dieses Verfahren fortsetzen.

Besonderheiten

Druckverband auch beim Duschen und bis zur ärztlichen Behandlung anlassen. Falls kein Hot-ice-Verband möglich ist, Schuhe und Strümpfe anbehalten, um die Schwellung einzudämmen.

Sehnenscheidenentzündung

Ursachen

im Bereich des Sprunggelenks meistens direkte Gewalteinwirkung, Druck durch Schuhrand oder zu enge Schnürung, durch Bluterguß oder Narbenbildung eingengter Sehnenkanal. Am Handgelenk oft durch einseitige Überlastung bei Training oder Wettkampf (zum Beispiel beim Rudern oder Krafttraining).

Symptome

häufig starker Druck, bzw. Bewegungsschmerz und Schwellung der betroffenen Region.

Im akuten Fall Knirschen bei Bewegung wahrnehmbar.

Soforthilfe

konsequente Kühlung und Schonung. Nachts Salbenverband beispielsweise mit arnikahaltiger Doc-Salbe, Nawa-Balsam, Enelbin-Salbe o.ä..

Besonderheiten

Damit die Symptome schneller abklingen, empfehlen sich Lonotophorese oder Sonophorese (durch Strom bzw. Schall beschleunigtes Eindringen heilender Salben), Lasertherapie und Lymphdrainagen.

Knochenbruch

Ursachen

meist Gewalteinwirkung durch Sturz, Stoß, Tritt oder Schlag. Seltener: sogenannte Ermüdungsbrüche, die ohne Gewalteinwirkung bei intensiver Dauerbelastung auftreten können.

Symptome

in der Regel sind Brüche von starken Schmerzen und relativ starken Blutungen begleitet. Der Bruch ist oft als Knirschen oder Knacken wahrnehmbar. Meistens sind Bewegungs- und Belastungsfähigkeit stark eingeschränkt, und/oder es zeigt sich eine abnorme Beweglichkeit. Sehr starke Blutungen sowie Taubheitsgefühle deuten auf eine Verletzung großer Blutgefäße bzw. Nerven hin. Häufig treten Übelkeit und Schocksymptome auf. Bei einem offenen Bruch sind Haut und Gewebe an der Bruchstelle verletzt.

Soforthilfe

Die betroffene Region darf auf keinen Fall belastet werden! Den Verletzten möglichst schmerzfrei lagern, zur Unterstützung eignen sich Decken oder Jacken. Außer bei Armbrüchen sollte der Transport ins Krankenhaus (Röntgenkontrolle) mit einer Trage erfolgen. Ist der Verletzte bewußtlos, muß er in die stabile Seitenlage gebracht werden. Bei Kreislaufschwäche Beine hochlagern. Offene Brüche - sofern der Verletzte bei Bewußtsein ist - mit Desinfektionsmittel (beispielsweise Mercurochrom) behandeln und locker (!) mit sterilen Mullkompressen abdecken.

Besonderheiten

Bei schweren Rückenverletzungen den Betroffenen nie umlagern, Notarzt rufen. Grundsätzlich gilt bei Brüchen: keine Kühlung durch Eisbeutel, betroffene Region soweit wie möglich in Ruhe lassen. Bei Hand-, Arm-, Fuß- oder Beinbrüchen Entlastung bzw. Ruhigstellung mittels Schiene (z.B. Skistock). Sind Konturenveränderungen der Knochen erkennbar: keinen Verband anlegen, auch keine leichte Bandage.

Verrenkungen

Ursachen

Durch Gewalteinwirkung (Sturz, Tritt) springen besonders häufig Kniescheibe oder Oberarmkopf aus ihrem Lager und können dabei Schäden an der Gelenkkapsel, am Gelenkknorpel und/oder den Bändern hervorrufen.

Symptome

Kniescheibe oder Oberarmkopf sind aus ihrer normalen Position gerutscht, verbleiben dort oder springen spontan wieder zurück. Heftige Schmerzen in Ruhe und bei Bewegungen.

Soforthilfe

Gleichgültig, ob das Gelenk wieder in seine eigentliche Lage zurückgesprungen ist oder nicht - sofort sportliche Betätigung einstellen. Verrenkung der Kniescheibe: Gelenk nicht beugen, mit Hot-ice-Verband oder kaltem Wasser kühlen; leichten Druckverband anlegen, wenn die Kniescheibe zurückgesprungen ist. Wenn nicht: Keinen Druckverband. Auf jeden Fall umgehend den Arzt aufsuchen. Schulterverrenkung: Den Verletzten möglichst liegend zum Arzt bringen. Arm entlasten, keinesfalls frei herabhängen lassen.

Besonderheiten

Niemals dürfen Laien das Gelenk wieder einrenken!

Wunde

Ursachen

Gwalteinwirkung (Schlag, Tritt, Stoß, Sturz).

Symptome

bei Schürfwunden brennender Schmerz und meistens geringe Blutungen, bei Riß- und Platzwunden kommt es zu einer starken Blutung.

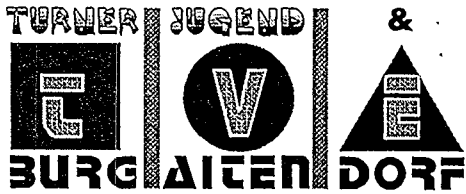
Soforthilfe

Schürfwunden sofort desinfizieren (etwa mit Mercurochrom), Schmutz außerhalb der Wunde mit nassem Schwamm abwischen. Die Wunde selbst beispielsweise mit Nawa flüssig besprühen oder mit fließendem Leitungswasser abspülen. Nicht mit hartem Duschstrahl, Schwamm oder Lappen auswischen - Schmutzteilchen könnten tiefer eindringen und eine Entzündung hervorrufen! Die Wunde mit verdünntem Wasserstoffsuperoxyd (dreiprozentig) übergießen und ausspülen. Mit in Wasserstoffsuperoxyd getränkter Mullkomresse oder desinfiziertem Papiertaschentuch abtupfen. Mit Pflaster oder steriler Mullkomresse abdecken. Bei Riß- oder Platzwunden: Reinigung der Wunde bzw. der Umgebung wie bei Schürfwunden. Danach zur Blutstillung z.B. mit Clauden-Gaze bzw. -Streifen abdecken oder eine sterile Mullkomresse auflegen und mit einer elastischen Binde verbinden.

Klaffende Wunden mit Klammerpflaster zusammenziehen und mit sterilem Druckverband großflächig umwickeln.

Besonderheiten

Impfpaß überprüfen - besteht Schutz vor Wundstarrkrampf (Tetanus)? Mit Riß- bzw. Platzwunden, die größer als einen Zentimeter sind, zum Arzt gehen. (Quelle: "FIT FOR FUN")



Dieses
 unverselle
 Anmeldeformular
 kann für alle tjb/TVE-
 Veranstaltungen verwendet werden,
 nicht jedoch als Antrag auf Mitglied-
 schaft (Aufnahmeantrag)

ANMELDUNG

Bezeichnung des Kurses, der Reise, ...

Name:	Vorname:	Geb.-Datum:
-------	----------	-------------

Anschrift:	Telefon:
------------	----------

Bankverbindung, von der abgebucht werden darf:

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

TVE-Mitglied?

Ja Nein

Datum	Unterschrift	Unterschrift der Eltern (bei Minderjährigen)
-------	--------------	--

Anmerkungen:

Mädchengruppe "Leistungsturnen"

VIERTER PLATZ BEIM HANS-GRIMBERG-POKAL

Am 22. Juni '97 nahmen wir mit 19 Turnerinnen (Turi) am Hans-Grimberg-Pokal in Kettwig teil. Bei diesem Wettkampf erfolgt eine Einzel- und Mannschaftswertung in der jeweiligen Wettkampfklasse. Die drei besten Turi eines Vereines kommen in die Mannschaftswertung. Die Vereinswertung ergibt sich aus der Summe der Punkte der besten Vereinsturnerin je Wettkampfklasse. Unsere Turi erreichten den 4. Platz mit 106,150 Pk unter 7 Vereinen hinter Ratingen 122,885 Pk, MTG 127,240 Pk und TV Kettwig mit 131,700 Pk.

Hier unsere Vereinswertungen:

Im Jg. 90 und jünger A2/3 erreichten die Turi den 3. Platz mit 23,400 Pk

Einzelwertung:

8. Platz	Sandra Kernebeck	9,300 Pk
12. Platz	Ann-Christin Ernst	8,900 Pk
19. Platz	Birte Malburg	5,200 Pk

Leider fehlte mit Laura Kersten eine gute Turi. Sandra Kernebeck wurde an diesem Tag 6 Jahre jung und machte sich mit ihrem 8. Platz ein schönes Geburtstagsgeschenk.

Im Jg. 88 und jünger A/B 4/5 erreichten die Turi den 4. Platz mit 36,300 Pk.

Einzelwertung:

15. Platz	Merle Malburg	12,600 Pk
17. Platz	Bianca Kellner	11,950 Pk
18. Platz	Verena Kernebeck	11,750 Pk
21. Platz	Marina Eichholz	11,150 Pk
23. Platz	Imke Schlicht	11,000 Pk
26. Platz	Stefanie Zimmermann	09,950 Pk

Im Jg. 86 und jünger A/B 5/6 erreichten die Turi den 4. Platz mit 46,250 Pk.

Einzelwertung:

12. Platz	Janna Pfennigwerth	17,000 Pk
17. Platz	Stefanie Schrade	15,300 Pk
21. Platz	Sabrina Spengler	12,450 Pk

im Jg. 84 und jünger A/B 5/6 erreichten die Turi den 3. Platz mit 38,000 Pk.

Einzelwertung:

6. Platz	Annika Kellner	19,000 Pk
6. Platz	Stefanie Wehrel	19,000 Pk

Stephanie Wehrel vom Jg. 86 turnte hier in einer höheren Jahrgangsstufe. Die 3. Turi

Yvonne Putzer war verletzt. Allerdings konnten die anderen Vereine auch keine 3. Turi stellen, so daß die Mannschaftswertung sich nur aus je 2 Turi ergab.

Im Jg. 82 und jünger A/B 6-8 erreichte die einzige Turi den 6. Platz in der Mannschaft.

Einzelwertung: Carina Wittoesch mit 21,450 Pk
 Die 2. Turi Sabrina Kruczek konnte wegen einer Schulfahrt nicht teilnehmen.

Im Jg. 81 und älter (Jahrgangsoffen) erreichten die Turi den 4. Platz mit 70,500 Pk. Einzelwertung:

8. Platz	Michaela Wuthcke	26,800 Pk
12. Platz	Dagmar Zedler	25,100 Pk
16. Platz	Michaela Dumm	18,650 Pk

Beim Grimberg-Pokal turnten Vereine aus Essen, Ratingen, Burscheid und Anrath. Die meisten Turi zeigten Kürübungen. Unsere Mädchen turnten jedoch "nur" Pflichtübungen (die Wertungen der Pflichtübungen liegen immer etwas niedriger als die der Kürübungen).

Um konkurrenzfähig zu sein, muß in Zukunft überlegt werden, ob auch wir auf Kürübungen umsteigen (zumindest bei einigen Turi). Das erfordert mehr Zeitaufwand und von den Turi mehr Einsatz!!! Ob wir das schaffen? Zumindest wäre es einen Versuch wert.

Sylvia Dumm

**VORTOUR FÜR DIE JAHRESWANDERUNG:
 NICHTS WIRD VERRATEN.**

Am 4. Juni haben wir, 5 Frauen der Dienstagsabteilung unsere Vortour für die Jahreswanderung gemacht, die einmal im Jahr stattfindet. Das Wetter, getreu nach dem Motto „wenn Engel reisen, lacht der Himmel“, war herrlich. Wir haben uns um 9.30 Uhr getroffen, um mit Bus und Bahn zu unserem Ausgangspunkt zu gelangen.

Mit einem Glas Sekt haben wir unseren Kreislauf in Schwung gebracht und dann ging es los. Vorbei an Feldern und Wiesen in den Wald hinein. An einem - wie wir meinten schönen Plätzchen

haben wir Picknick gemacht. Hunderte von Waldameisen fanden den Ort genauso schön. Aber wir haben uns nicht vertreiben lassen. Frisch gestärkt, sind wir weiter gezogen an Hochsitzen und Futterkrippen vorbei, bis wir an unser Ziel kamen. In einem

schönen, kleinen Städtchen haben wir uns mit einem großen Eis belohnt. Wo wir waren? Das darf ich nicht verraten, denn es wird eine Fahrt ins Blaue!

Monika Heuer

ICH UND WIR

Das Leichteste im Leben scheint zu sein, auf seinen persönlichen Rechten zu pochen. Das kann man am Stammtisch, im Betrieb oder auch öffentlich bei einer Demonstration. Und es ist sicherlich in einem Rechtsstaat auch richtig und wichtig, Grundrechte des Menschen einzuklagen. Außerdem: wer will schon auf seinen Besitzstand und einmal erhaltene oder erworbene Vorteile verzichten! Könnte es aber nicht auch richtig sein, daß man in Zeiten, in denen das Geld in Staat und Wirtschaft nicht mehr so fließt, bereit sein sollte, einen notwendigen Sparkurs zu akzeptieren, eigene Ansprüche herabzuschrauben und auf mögliche Privilegien zu verzichten? - Und wäre es nicht an der Zeit, auch einmal zu überlegen, daß man als Staatsbürger auch freiwillig Pflichten in der Gesellschaft übernehmen sollte, damit unser Gemeinwesen nicht Schaden nimmt?

Rechte und Pflichten

Soziologen haben uns schon seit längerem deutlich gemacht, daß sich unsere Gesellschaft in einem "Wertewandel" befindet und daß die "Individualisierung", häufig als rücksichtsloser Ego-Trip, zunimmt. Mit der Suche (Sucht?) nach Selbstverwirklichung und persönlichem Genuß (sofort!) schwindet aber auch die Bindungsbereitschaft und das soziale Engagement. Nun kann man es ja als liberaler Mensch einfach so hinnehmen, daß sich unsere Gesellschaft derart verändert. Man kann aber auch besorgt sein oder gar eine "Gegenbewegung" gegen diesen Trend oder diese als fragwürdig erachtete Entwicklung mobilisieren. Denn eine Gesellschaft, deren Bürger und Bürgerinnen nur auf ihre individuellen Vorteile bedacht sind und keine soziale Verantwortung übernehmen wollen, zerstört sich selbst, da der Staat niemals für alles Verantwortung tragen kann. Nur bei einem ausgewogenen Verhältnis von Rechten und Pflichten der Bürger ist eine Gesellschaft

(über)lebensfähig. Und dazu gehören ehrenamtlich übernommene soziale Aufgaben.

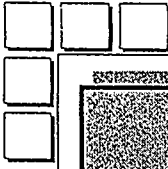
Soziale Verantwortung

Die Turn- und Sportvereine sind zweifelsfrei Orte sozialer Verantwortung. Dies seit den ersten Gründungen im 19. Jahrhundert unter der Idee einer Solidargemeinschaft. Und sie sind auch heute noch auf der Grundlage ehrenamtlicher Führung und Mitarbeit gesellschaftliche Orte, in denen Menschen freiwillig Pflichten übernehmen und sich sozial engagieren. Daher sind die Vereine die "Bürgerbewegung" gegen ein materialistisch orientiertes Egoistentum. Zumindest können sie es sein. Schon dadurch, daß sie nach wie vor ehrenamtlich geführt werden; aber es geht auch aktiver, wenn sie sich bewußt darum bemühen, in dieser Gesellschaft eine soziale Verantwortung zu tragen und sie es mit der Idee von Bürgerpflichten ernstnehmen wollen.

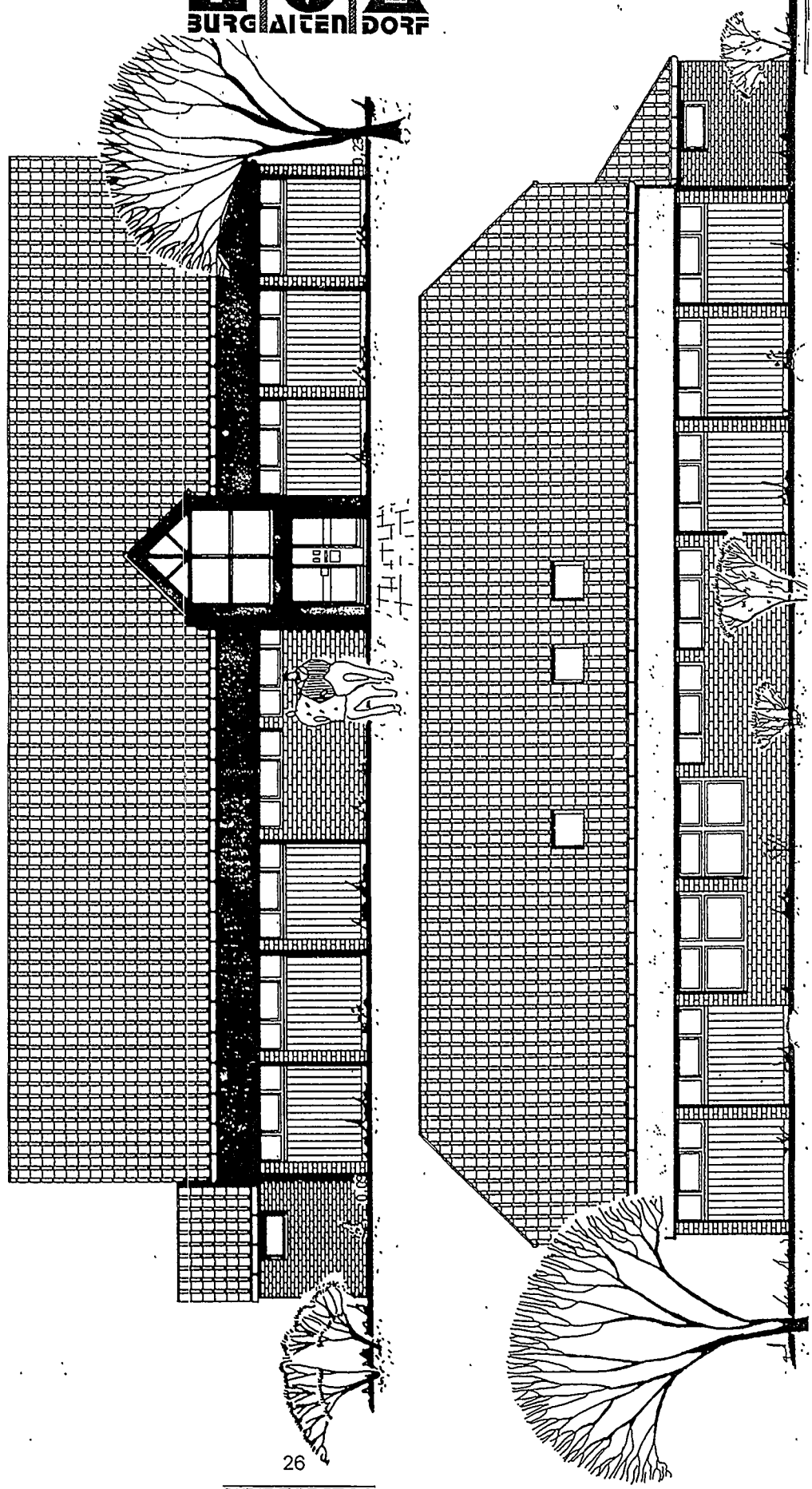
Das "Wir-Gefühl"

Solidarität und soziales Engagement müssen aber erfahren und gelernt werden. Daher sollten die Vereine die Chance nutzen, durch Arbeitsteilung sowie Partner- und Gruppenarbeit in ihren Abteilungen und Übungsgruppen das "Wir-Gefühl" herauszulocken und auch zu pflegen. Nur wenn sich Menschen in einer überschaubaren Gruppe einander besser kennenlernen können, gegenseitige Hilfe und Unterstützung erfahren sowie Vertrauen aufbauen können, dann wächst das Gemeinschaftsgefühl. Und dann bildet sich auch die Bereitschaft, Aufgaben für die Gruppe zu übernehmen. Wer aber im Rahmen einer solchen Gemeinschaft ein Wir-Gefühl entwickelt, dem ist dadurch die Tür für Bürgersinn und für das Gemeinwohl geöffnet. Vereine können und sollten sich im Rahmen ihrer Angebote von Turnen, Spiel, Sport, Gymnastik und Tanz auch um eine Kultur sozialer Tugenden bemühen. Dies ist dann die wirksame Gegenbewegung in einer Zeit des Wertewandels und auch des Werteverfalls. Im Sinne der sozialen Verantwortung sollte daher die Devise für die Zukunft sein: "Mit einem selbstbewußten Ich - zurück zu einem neuen Wir!"

Deutsches Turnen 5/97, Prof. Dr. Jürgen Dieckert



TVE-SPORT- UND GESUNDHEITZENTRUM:
 DACHFORM NOCH IN DER DISKUSSION: BAUORDNUNGSAMT WILL DACHFORM WIE OBEN AM BEISPIEL DER NORDANSICHT, TVE WILL DACHFORM WIE UNTEN AM BEISPIEL DER SÜDANSICHT DARGESTELLT.



TVE-SPORT-UND GESUNDHEITZENTRUM

Wir wollen in den nächsten Ausgaben des Wurfspiess nach und nach die Nutzungskonzeption für das geplante SGZ vorstellen,... vom mehr theoretischen Beginn bis letztlich zur Darstellung, welche praktischen Vorteile das SGZ den TVE-Mitgliedern eröffnen wird.

KONZEPTION

1. SITUATION

1.1 Gesellschaft und Gesundheit

Gesteigerte Lebensqualität hat einen hohen Stellenwert erlangt. Jeder möchte die wachsende Freizeit sinnvoll nutzen und sein Leben mit möglichst geringen Einschränkungen bis ins hohe Alter aktiv, vital und lebensfroh genießen. Gesundheit sowie geistige und körperliche Leistungsfähigkeit sind dazu unabdingbare Voraussetzungen.

Risiken und Chancen dazu liegen jedoch eng zusammen:

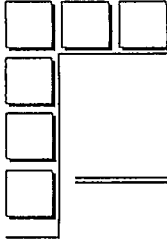
Zum einen wird unsere Gesundheit bedroht, weil körperliche Bewegung und körperliche Anstrengung in unserer von Technologie und Technik beherrschten Zeit immer mehr zurückgehen und Formen körperlicher Arbeit immer stärker von körperlich leichter und rein geistiger Arbeit, die oft mit Streß verbunden ist, verdrängt werden mit der Konsequenz, daß die für die natürlichen Funktionen des Körpers notwendige Bewegung und körperliche Betätigung vermehrt in der Freizeit gesichert werden müssen. Es gilt als unbestritten, daß körperliche Inaktivität ohne Gegensteuerung im Laufe der Jahre zu einer Minderleistung vieler körperlicher Funktionen führt. Darüber hinaus sind Übergewicht - zumeist durch Bewegungsmangel und falsche Ernährung verursacht -, Rauchen, psycho-sozialer Streß und Alkohol als vermeidbare Krankheitsverursacher anzusehen.

Auf der anderen Seite bietet unsere Zivilisation in wachsendem Maße hervorragende Möglichkeiten, Gesundheit (*"Zustand des vollständigen, körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens"*) und Fitness (*"Lebensfähigkeit des Menschen sowie dessen aktuelle Eignung für beabsichtigte Handlungen"*) optimal auszuprägen und lebenslang zu erhalten. Es gilt als gesicherte Erkenntnis, daß körperlich leistungsfähige Menschen eine erhöhte Widerstandskraft - z.B. gegenüber Infektionskrankheiten und Herz-Kreislauf-Erkrankungen - aufweisen. Bewegung, Bewegungsspiel und Sport können - regelmäßig betrieben und quantitativ und qualitativ angemessen dosiert - in Kombination mit einer gesunden Lebensführung einen erheblichen Beitrag leisten, die allgemeine physische Konstitution und das psychische Wohlbefinden zu erhalten bzw. zu fördern. Mit Bezug auf die besondere Problematik der degenerativen Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist hervorzuheben, daß Koronarkrankheiten und Herzinfarkt sowie Hypertonie bei Menschen, die über einen längeren Zeitraum wohl dosiertes Ausdauertraining leisten, sehr selten auftreten.

Monika & Gerhard Spengler

In der nächsten Wurfspiess-Ausgabe:

- 1. Situation:
- 1.2 Gesundheit und Verein
- 1.3 TVE Burgaltendorf



Beitrags - Regelungen

Der TVE erhebt:

1. eine Aufnahmegebühr (einmalig bei der Aufnahme in den Verein)
2. einen Vereinsbeitrag (für die Vereinsmitgliedschaft)
3. einen **Abteilungsbeitrag** (zusätzlich zum Vereinsbeitrag) für die Sportangebote
 - LEISTUNGStumen - Volleyball
 - Rhönradturnen - Badminton
 - Jazz-Gymnastik - Aerobic
 - Bambini-Schwimmen - Wirbelsäulengymnastik
 - Selbstverteidigung - Skigymnastik
4. einen "Überweiserkosten-Zuschlag" für Mitglieder ohne Abbuchungserlaubnis
5. Kursgebühren (für spezielle, zeitlich befristete Angebote)

Im einzelnen:

Welche Beitragsart?	Wann?	Wieviel? (monatlich)
1. Aufnahmegebühr Neumitglieder	unabhängig vom Alter	10,00 DM (einmalig)
2. Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag "Junge-Leute-Beitrag"	Mitglieder von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	5,00 DM
Einzelbeitrag "Erwachsene ab 25 J."	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	5,50 DM
Ermäßigter Beitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (z.B. Wohnsitz außerhalb von NW) kann vom Vorstand der "ermäßigte Erwachsenenbeitrag" gewährt werden.	3,00 DM
3. Vereinsbeitrag: Familienbeitrag Mehrere Vereinsmitglieder (darunter mindestens Vater oder Mutter) aus einer Familie <i>(Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.)</i>	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrages ist die Mitgliedschaft mindestens eines Elternteils. Kinder können nur bis zum 31.12. des Jahres, in dem sie 20 Jahre alt geworden sind, durch den Familienbeitrag erfaßt werden. Der Familienbeitrag setzt sich zusammen aus dem Grundbetrag (für die Familie) sowie den Personenzuschlägen für JEDEN Familienangehörigen (der TVE-Mitglied ist).	6,50 DM Grundbetrag + 1,75 DM Zuschlag pro Person

Welche Beitragsart?	Wann?	Wieviel? (monatlich)
4. <u>Abteilungsbeitrag</u> (zusätzlich zum Vereinsbeitrag) Teilnehmer der Sportangebote: - Bambini-Schwimmen - Leistungsturnen - Rhönrad-Turnen - Volleyball - Badminton - Aerobic - Jazz-Gymnastik - Selbstverteidigung - Wirbelsäulengymnastik - Skigymnastik	unabhängig vom Alter	7,00 DM 7,50 DM 7,50 DM 6,00 DM 7,00 DM 7,00 DM 7,00 DM 12,00 DM 7,00 DM 7,00 DM
5. <u>Überweiserkosten-Zuschlag</u> Mitglieder, die keine Abbuchungserlaubnis erteilt haben	unabhängig vom Alter	6,00 DM (Jahr)
6. <u>Kursgebühren</u> Kursteilnehmer/-innen	Festlegung durch Kursausschreibung	s. Ausschreibung!

Stand: 01-01-96

Hinweise:

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.

Die Beendigung der ABTEILUNGSzugehörigkeit kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.6. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen.

Der gesamte Jahresbeitrag ist, soweit keine Abbuchungserlaubnis erteilt wurde, jährlich zum 15. April fällig. Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des Säumigen.

Abbuchungen erfolgen

- am 1. März für das erste Halbjahr des Jahres
- am 1. September für das zweite Halbjahr des Jahres.

Bei neu aufgenommenen Mitgliedern erfolgt die Angleichung der Beitragsabbuchungen an diesen Rhythmus über die erste Abbuchung nach Bearbeitung der Aufnahme.

Beispiel:

Zwei Tage nach dem Abbuchungstermin (01.03.) wird ein Aufnahmeantrag mit Eintrittsdatum 01.02. bearbeitet.

Folge:

Beim nächsten Abbuchungstermin (01.09.) wird der Beitrag für 11 Monate abgebucht, vom Folgejahr an dann stets zu jedem Abbuchungstermin für 6 Monate.

Nähere Informationen gibt das TVE-BÜRO.

(WordPerfect BEITRÄGE.INF)

Volleyball- und Sporthalle

25.08.1997

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
202 "Kinder- u. Jugendturnen"						
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	7/91 - 6/93 geb.	Sh Auf dem Loh	LMR	5*freitags	Eichholz Dörendahl
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	7/91 - 6/93 geb.	Sh Holteyer Str.	2*dienstags	15:00 - 16:00 20201	Kellner
+ Schwimmen	Jungen und Mädchen	7/91 - 6/93 geb.	Bad Holteyer Str	2*dienstags	15:00 - 16:00 20202	Stoßberg Eilenbrock
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	1. Schuljahr	Sh Holteyer Str.	2*dienstags	16:00 - 17:00 20203	Leis-Schmidt Eilenbrock
+ Schwimmen	Jungen und Mädchen	1. Schuljahr	Bad Holteyer Str	2*dienstags	16:00 - 17:00 20206	Eilenbrock Redottée
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	vom 2.-5. Schulj.	Sh Holteyer Str.	1*montags	17:00 - 17:45 20207	Vollmer Enigk
+ Schwimmen	Jungen und Mädchen	vom 2.-5. Schulj.	Sh Holteyer Str.	1*montags	16:30 - 17:30 20210	Dumm
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	vom 2.-5. Schulj.	Bad Holteyer Str	1*montags	17:30 - 18:30 20211	Groß
+ Schwimmen	Jungen und Mädchen	vom 5.-8. Schulj.	Sh Holteyer Str.	1*montags	17:30 - 18:45 20214	Kolligs
Gerätturnen	Mädchen	vom 5.-8. Schulj.	Bad Holteyer Str	5*freitags	17:30 - 18:00 20219	Vollmer
Turnen & Spiel	Jungen und Mädchen	vom 1.-4. Schulj.	Sh Auf dem Loh	--R	16:30 - 18:00 20220	Eichholz Kellner
Turnen & Spiel	Mädchen	von 6. Schulj. - 17 J.	Sh Auf dem Loh	L--	17:15 - 18:45 20232	Eichholz Zimmermann
203 "Leistungs- u. Rhönradturnen"						
Leistungsturnen *	Mädchen	von 6 bis 10 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	2*dienstags	Dumm Hupe
Leistungsturnen *	Mädchen	ab 11 J.	Sh Auf dem Loh	LMR	2*dienstags	Dumm Zedler
Leistungsturnen *	Mädchen	ab 11 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	4*donnerstags	Dumm Zedler
Rhönradturnen *	Jungen und Mädchen	ab 14 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	4*donnerstags	18:30 - 20:15 20310 Wissmann Trümper
Rhönrad-Wettk.-Train.	Jungen und Mädchen	ab 14 J.	Sh Auf dem Loh	-M-	1*montags	17:15 - 18:45 20311 Wissmann
206 "Eltern/Kind-Turnen"						
Eltern/Kind-Turnen A* Eltern mit Kindern	Kinder: 7/93-6/95 geb		Sh Holteyer Str.	5*freitags	15:00 - 16:00 20601	Send
Eltern/Kind-Turnen C* Eltern mit Kindern	Kinder: 7/93-6/95 geb		Sh Auf dem Loh	--R	15:30 - 16:30 20603	Leyser
Eltern/Kind-Turnen D* Eltern mit Kindern	Kinder: 7/93-6/95 geb		Sh Auf dem Loh	LM-	4*donnerstags	16:00 - 17:00 20604 Schrade
Eltern/Kind-Turnen E* Eltern mit Kindern	Kinder: 7/93-6/95 geb		Sh Auf dem Loh	LM-	5*freitags	16:00 - 17:00 20605 Eichholz
207 "Volleyball"						
Volleyball *	Herren (Kreisliga)	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	1*montags	20:15 - 21:45 20710 Minier
Volleyball *	Herren (Kreisliga)	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	4*donnerstags	20:15 - 21:45 20711 Minier
208 "Fitnesstraining, Leichtathletik, Selbstverteidigung"						
Leichtathletik	Jungen und Mädchen	vom 3.-6. Schulj.	Sh Holteyer Str.	2*dienstags	17:00 - 18:00 20801	Spengler
Fitnesstraining	männliche Mitglieder	ab 18 J.	Sh Holteyer Str.	5*freitags	18:30 - 20:00 20802	Breuer
Fitnesstraining	Herren	ab etwa 30 J.	Sh Holteyer Str.	5*freitags	20:00 - 21:30 20803	Bergmann altern. Kolligs
Fitnesstraining **	männl. Mitglieder	ab etwa 21 J.	Sh Auf dem Loh	--R	4*donnerstags	19:00 - 20:15 20804 (ohne Leitg.)
Fitnesstraining	Herren	ab etwa 30 J.	Sh Holteyer Str.	7*so.2./4./5.	10:30 - 13:00 20805 (ohne Leitg.)	(ohne Leitg.)

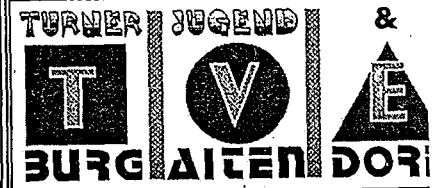
* * = nicht aufnahmefähig * = Anmeldung konkret für diese Sportgruppe ist erforderlich. # = Angebot wird z.Zt. nicht gegeben. L = linkes Drittel, M = mittleres Drittel, R = rechtes Drittel



Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)	
Schwimmen	männl. Mitglieder	ab etwa 18 J.	Bad Holteyer Str.	5*freitags	18:30 - 21:00 20806	(ohne Leitg.)	
Selbstverteidigung *	Frauen u. Männer	ab 16 J.	Sh Auf dem Loh	--R	20:15 - 21:45 20810	Hinderberger	
Selbstverteidigung *	Frauen u. Männer	ab 16 J.	Sh Auf dem Loh	--R	4*donnerstags 20:15 - 21:45 20811	Hinderberger	
209 "Badminton"							
Badminton *	Jungen und Mädchen	von 7 bis 9 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	17:00 - 18:00 20901	Rudolph Kexel	
Badminton *	Jungen und Mädchen	von 10 bis 17 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 2*dienstags	18:30 - 20:00 20903	Kexel	
Badminton *	Jungen und Mädchen	von 10 bis 17 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	18:00 - 20:00 20904	Rudolph	
Badminton *	Damen und Herren	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LM- 2*dienstags	20:00 - 21:45 20910	(ohne Leitg.)	
Badminton *	Damen und Herren	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	LMR 5*freitags	20:00 - 21:45 20911	Rudolph (tlw.)	
217 "Gymnastik für Frauen"							
Gymnastik	Frauen	bis 50 J.	Sh Auf dem Loh	--R	1*montags	Wittobesch	
Gymnastik	Frauen	bis 50 J.	Sh Holteyer Str.	1*montags	20:15 - 21:45 21702	Kolligs	
+ Schwimmen	Frauen	bis 50 J.	Bad Holteyer Str.	1*montags	20:30 - 21:00 21703	(ohne Leitg.)	
Gymnastik **	Frauen	bis 50 J.	Sh Auf dem Loh	--R	2*dienstags	Marquaß	
218 "Gymnastik f. Senioren/-innen"							
Gymnastik	Frauen	ab etwa 50 J.	Sh Holteyer Str.	4*donnerstags	15:00 - 16:30 21801	Berndt	
Gymnastik	Frauen	ab etwa 50 J.	Sh Auf dem Loh	--R	4*donnerstags 17:00 - 18:15 21802	Stoßberg	
Gymnastik	Männer	ab etwa 50 J.	Sh Holteyer Str.	1*montags	18:45 - 20:15 21810	Spengler	
Wassergymnastik A	Frauen	ab etwa 60 J.	Bad Holteyer Str.		16:30 - 17:15 21815	Reikat	
Wassergymnastik B	Frauen u. Männer	ab etwa 60 J.	Bad Holteyer Str.	1*montags	18:30 - 19:15 21816	Reikat	
Wassergymnastik C	Frauen u. Männer	ab etwa 60 J.	Bad Holteyer Str.	4*donnerstags	17:30 - 18:15 21817	Redottée	
220 "Sportkurse"							
Bambini-Schwimmen*	Jungen und Mädchen	Vorschuljahrgang	Bad Holteyer Str.	1*montags	16:00 - 17:30 22001	(vakant)	
Jazz-Dance *	Mädchen/ Frauen	ab 16 J.	Sh Holteyer Str.	5*freitags	17:30 - 18:30 22002	Gunetsreiner	
Aerobic *	Mädchen/ Frauen	ab 16 J.	Sh Auf dem Loh	--R	4*donnerstags 18:15 - 19:00 22003	Hain	
Wirbelsäulengym. A*	Frauen u. Männer	ab 21 J.	Sh Auf dem Loh	--R	1*montags	17:15 - 18:45 22010	Marquaß
Wirbelsäulengym. B*	Frauen u. Männer	ab 21 J.	Comeniussschule	1*montags	18:45 - 19:45 22011	Berndt	
SkiGymnastik, ab 6.10	Frauen und Männer	ab 18 J.	Sh Auf dem Loh	L--	1*montags	18:45 - 19:45 22015	Marquaß

Berns
Spengler
Stoßberg

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



Postfach 170127, 45281 Essen, Tel. 0201/5703

(Aus Kostengründen: Nur EIN 'Wurfspiess' pro Familie)

Der Aufbau des TVE Burgaltendorf (einschließlich seiner Kinder- und Jugendorganisation, der "turnerjugend burgaltendorf")

TVE-Mitgliederversammlung

Annelotte Beckmann-Schlöns
Bastian Weyers
Monika Heuer
Gerlinde Virnich
Hedwig Gring
Regina Mintrop
Franz Trautmann
Dr. Volker Makrutzki
Sigrid Schmid
Annette Rohde

(z.Zt. keine Mitarbeiter verfügbar)

Julia Hesse-Amelie Weiß-Christina Plugge-Janine Görnert-Nadine Frielingsdorf-Andrea Hupe-Stephanie Dumm-Helen Kexel-Katrin Kexel-Maren Gerbracht-Nina Walther-Sonia Tiedtke-Michael Wüsthoff-Sven Dankert-Christoph Budde-Christian Lahmer-Christian Wendt

Freizeitangebote f. Kinder:
- Hildegard Eichholz
- Dorothee Kellner
Freizeitangebote f. Jugendliche:
- vakant
Ferienreisen:
- Gerhard Spengler

Ursula Kernebeck (Abt.-L. "Kinder- & Jugendturnen")
Sylvia Dumm (Abt.-L. "Leistungs- & Rhönradturnen")
Hildegard Eichholz (Abt.-L. "Eltern/Kind-Turnen")

Ferdinand Kexel (Abt.-L. "Badminton")
(vakant)
Abt.-L. "Volleyball", "Fitness-training/Leichtathletik")

Christiane Spengler (Mitgliederverwaltung/-betreuung, TVE-Büro)

Norbert Spengler (Mitgliederverwaltung/-betreuung)
Ulrike Breuer (Finanzbuchhaltung/Kostenrechnung)
Gerhard Spengler (Führung & Organisation, Finanzwirtschaft, Mitgliederverwaltung/-betreuung, TVE-Büro)

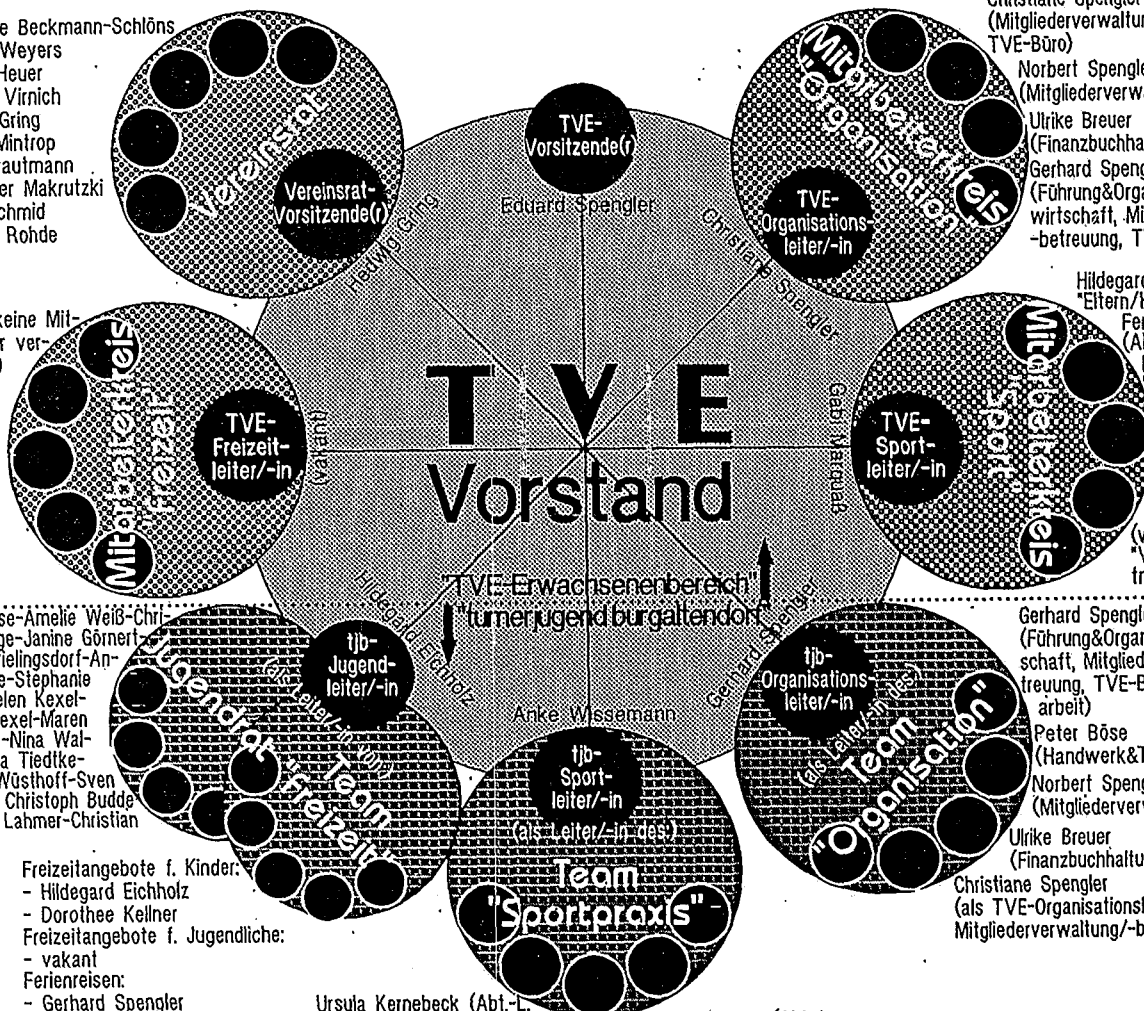
Hildegard Eichholz (Abt.-Eltern/Kind-Turnen)
Ferdinand Kexel (Abt.-L. "Badminton")
Erika Berndt (Abt.-Gymnastik f. Fr.)
Erika Berndt+Ed Spengler (Abt.-L. "Turnen für Senioren/-innen")
Anke Wissemann (tjb-Sportleiterin) (vakant: Abt.-L. "Volleyball", "Fitness training/Leichtathletik")

Gerhard Spengler (Führung & Organisation, Wirtschaft, Mitgliederverwaltung/-betreuung, TVE-Büro, Öffentlichkeitsarbeit)

Peter Böse (Handwerk & Technik)

Norbert Spengler (Mitgliederverwaltung/-betreuung)

Ulrike Breuer (Finanzbuchhaltung/Kostenrechnung)
Christiane Spengler (als TVE-Organisationsleiter/-in; Mitgliederverwaltung/-betreuung)



tjb-Jugendtreffen ("Jugendvollversammlung")

WS-BACH4.GED