VEREINSZEITUNG BUERANER TURNER INFO









Unser Vereinsleben in Zeiten der Corona-Pandemie - schwierig, aber nicht unmöglich!

Impressum

Herausgeber:

TV Westfalia 1884 Buer e.V.

Vereinsanschrift:

TV Westfalia 1884 Buer e.V.

Beckeradsdelle 78 d

45897 Gelsenkirchen

Tel. 0209 3 89 00 40

info@tv-westfalia-buer.de

www.tvwestfaliabuer.de

Bürozeiten:

Dienstag von 15.00 bis 18.00 Uhr

außer in den Ferien

Redaktion:

Gerda Krell - Tel. 0209 5 79 46

g.krell@tv-westfalia-buer.de,

Rainer Stark - Tel. 0209 40 95 74 30

raistark@t-online.de,

Bildquellen: TV Westfalia Buer,

sofern nicht anders angegeben

Layout und Druck:

Druckerei Höfener GmbH

Industriestraße 44

45899 Gelsenkirchen

Tel. 0209 55 796

kontakt@druckerei-hoefener.de

Erscheinungsweise: jährlich

Per Postvertrieb direkt an die Mitglieder.

Der Bezug ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Haftungsausschluss:

Alle Artikel werden nach bestem Gewissen, jedoch ohne Gewähr, veröffentlicht. Ein Haftungsanspruch ist ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos etc. wird keine Haftung übernommen. Alle Rechte vorbehalten. Ein Nachdruck darf nur mit Genehmigung des Vorstandes bzw. der Redaktion erfolgen. Aus Platzmangel behalten wir uns das Recht vor, eingesandte Artikel zu kürzen. Der Artikelinhalt spiegelt nicht in jedem Fall die Meinung des Vorstandes wider.

Inhaltsverzeichnis

und Berichte 4
Einladung zur Mitgliederversammlung 8
Überblick Termine 2021 9
Veranstaltungen 2020 10
Aus dem Verein 12
Ausblick 2021 und Kurse 18
Sportangebote 19
Wie war das nochmal? 32

VORWORT 1. VORSITZENDE

Liebe Turnerinnen, liebe Turner,

auch an unserem Verein geht die Corona-Pandemie nicht spurlos vorbei. Viele Einschränkungen sind uns auferlegt.

Durch den Rücktritt einiger Kinderturnübungsleiter haben uns viele Mitglieder verlassen und es sind kaum neue dazu gekommen.

Es gibt aber nicht nur schlechte Nachrichten.

Wir hoffen, dass wir alle geplanten Veranstaltungen 2021 durchführen können und möchten uns bei unseren Mitgliedern, die uns die Treue gehalten haben, bedanken. Denn Sie zeigen uns, dass wir uns gerade in dieser schweren Zeit auf Sie verlassen können – das macht uns stolz!

Drei neue Übungsleiter konnten wir gewinnen und freuen uns, dass es im Leistungsturnen der P-Stufen, Eltern- Kind-Turnen und im Kinderturnen der 6 bis 9jährigen weitergeht.

Wir hoffen, dass wir in 2021 neu durchstarten können. Lasst uns nach vorne schauen, um gemeinsam richtungs- und zukunftsweisende Überlegungen anzustellen und Ziele im Sinne unserer Vereinsfamilie festzulegen.

Ganz herzlich bedanken möchte ich mich bei unseren Inserenten für die Anzeigen. Sie haben unserer Vereinszeitung die Treue gehalten und uns bei der Erstellung des "Bueraner Turner Info" unterstützt.

Wir danken allen, die sich zum Wohle unseres Turnvereins eingesetzt haben und



sich immer wieder neuen Herausforderungen stellen.

Bitte macht weiter so!

Wir stehen Euch jederzeit mit Rat und Tat zur Seite, wenn Ihr Fragen oder Probleme habt.

Gerne nehmen wir auch Anregungen für unsere Arbeit entgegen.

Vielleicht gelingt es uns in diesem Jahr, den Vorstand zu vervollständigen.

Unser Turnverein lebt von seinen Mitgliedern und für seine Mitglieder. Ohne den ehrenamtlichen Einsatz der Übungsleiter, die jede Woche in der Halle stehen und ihren Beitrag zu einem erfolgreichen Trainingsverlauf leisten, könnte unser Verein nicht in dieser Form existieren.

Vielen Dank an unsere Übungsleiter und Helfer.

Den leistungsorientierten Sportlern und Sportlerinnen drücke ich die Daumen bei den Wettkämpfen und allen anderen

VORWORT 1. VORSITZENDE

wünsche ich weiterhin eine schöne Zeit im Turnverein.

Bleiben Sie alle fit, gesund und behalten Sie vor allem auch Ihre Lebensfreude.

Den Mitgliedern wünsche ich für das neue

Vereinsjahr ein gesundes, glückliches Jahr sowie weiterhin viel Freude und Schaffenskraft und viel Spaß beim Sport im TV Westfalia Buer!

Gerda Krell

Freunde, trinkt! Vertagt die Sorgen auf morgen oder übermorgen. Pflegt eure Sorgen, wie den Wein, auch Wein will abgelagert sein. Genießt das Leben Zug um Zug, man ärgert euch noch früh genug



Winzer der Rheinhessischen Schweiz eG

Kreuzstraße 12, 55597 Wöllstein
Tel. 06703 960 177, FAX 06703 960 179
info@winzer-der-rheinhessischen-schweiz.de
www.winzer-der-rheinhessischen-schweiz.de

VORWORT 2. VORSITZENDER

Liebe Turnerinnen, liebe Turner,

10 Jahre sind jetzt vergangen, dass ich zum 2. Vorsitzenden gewählt wurde.

Ich hatte mich damals zur Verfügung gestellt, weil kein anderer diesen Posten übernehmen wollte und ich aus der Vergangenheit wusste, dass der/die 1. Vorsitzende eh die meiste Arbeit leistet.

Mittlerweile ist die Position des 2. Vorsitzenden jedoch fast ein Fulltimejob geworden. Als 2. Vorsitzender bin ich auch verantwortlich für die Gestaltung unserer Homepage und wenn Gerda einmal ausfallen sollte, auch für die laufenden Bankgeschäfte. Außerdem habe ich als Pressewart noch zusätzliche Aufgaben übernommen.

Leider sind in diesem Jahr etliche Vorstandsmitglieder zurückgetreten.

Deshalb an dieser Stelle mein Aufruf an alle Mitglieder des Vereins: Wir suchen dringend Mitglieder, die sich als ehrenamtliche Mitarbeiter zur Verfügung stellen, sei es als Vorstandsmitglied oder auch als Übungsleiter.

Die Corona-Pandemie hat unseren Verein in diesem Jahr vor besondere Aufgaben gestellt. Leider haben viele Mitglieder den Verein verlassen. Hier möchte ich allen Mitgliedern einen besonderen Dank aussprechen, dass sie uns in dieser schwierigen Zeit die Treue gehalten haben.



Wir werden das im nächsten Jahr, wenn es die Situation zulässt, mit einer großen Feier für alle oder Veranstaltungen für jeweilige Personenkreise, belohnen.

Ich bedanke mich bei allen ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedern, Übungsleitern und allen Helfern, ohne die eine Vereinsarbeit nicht möglich wäre.

Für die Zukunft wünsche ich uns allen, dass wir alle gemeinsam weiterhin viel Engagement für unseren Turnverein zeigen.

Ich wünsche euch und euren Familien eine besinnliche Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und ein erfolgreiches und vor allen Dingen gesundes Jahr 2021

Rainer Stark



VORSTANDSINFO

Jahresbericht der Abteilungsleiterin Senioren

Liebe Mitglieder,

in diesem Jahr kam alles anders, als wir es uns je hätten vorstellen können. Da bekam dieser kleine Virus die ganze Welt in den Griff.

Bis Karneval war noch alles in Ordnung, doch ab da ging nichts mehr. Im Anfang dachten wir alle noch, dass es schnell vorbei geht und wir in wenigen Wochen wieder aktiv werden könnten, aber es kam ganz anders. Wir mussten unseren Sportbetrieb bis nach den Sommerferien komplett einstellen. Damit fiel auch unser Spiel- und Sportfest aus, hatten wir doch nach drei Jahren so ein tolles Event geplant.

Unsere Vorstandsarbeit kam zum Erliegen, auch unsere anderen Aktivitäten mussten wir streichen. Die Wanderungen und unsere schöne Spargelfahrt fielen dem Virus zum Opfer.

An dieser Stelle herzlichen Dank an alle Unternehmen, wie BruneBusse, Supaevent, GeilingsBräu und Spargelhof Hufsche Henn für die kostenlosen Stornierungen.

Nachdem unser Hygienekonzept installiert war, konnten wir nach den Sommerferien den Sportbetrieb wieder aufnehmen - wir trainieren halt mit Abstand am besten.

Leider musste die Gruppe 50+ in Horst die KiTa verlassen und auch den Trainingstag ändern. Vielen Dank an Euch alle für Euer Verständnis in dieser Pandemie.

Am 08. September habe ich mein Amt als Abteilungsleiterin Senioren niedergelegt.

Vielen Dank für Euer Vertrauen und viel Erfolg für meine/n Nachfolger/in.

Monika Gruttmann



EINLADUNG

Einladung zur Mitgliederversammlung des Turnverein Westfalia 1884 Buer e.V.

Hiermit lädt der Gesamtvorstand zur ordentlichen Mitgliederversammlung am **Dienstag, den 9. Februar 2021 um 18.30 Uhr** ein.

Ort der Veranstaltung ist das Michaelshaus, Hochstr. 47, Gelsenkirchen

Tagesordnung:

- 1. Begrüßung
- 2. Totengedenken
- 3. Feststellung der satzungsgemäßen einberufenen ordentlichen Mitgliederversammlung
- 4. Genehmigung der Tagesordnung
- 5. Verlesen und Genehmigung der Niederschrift der Mitgliederversammlung vom 18. Februar 2020
- 6. Bericht der 1. Vorsitzenden und Aussprache über die schriftlich vorgelegten Berichte im "Bueraner Turner Info"
- 7. Kassenbericht 2020
- 8. Bericht der Kassenprüfer
- 9. Entlastung des Vorstandes
- 10. Wahlen It. Satzung § 14
- 11. Wahl eines/r Kassenprüfer/in lt. Satzung § 22
- 12. Vorstellung und Genehmigung des Haushaltsplanes 2021
- 13. Anträge, die fristgerecht eingereicht wurden
- 14. Veranstaltungen 2021
- 15. Mitteilungen und Anfragen

Bei Erstellung dieser Einladung galt die Coronaschutzverordnung für Gelsenkirchen vom 17. Oktober 2020. Wir machen an dieser Stelle darauf aufmerksam, dass sich diese Verordnung laufend verändern kann. Nach heutigem Stand bitten wir euch, aufgrund der Corona-Pandemie, die Teilnahme an der Mitgliederversammlung bis spätestens 16. Februar anzumelden. Anmeldungen können telefonisch (0209 3 89 00 40) oder per E-Mail (info@tv-westfalia-buer.de) oder per Brief an die Geschäftsstelle erfolgen. Bitte habt Verständnis, dass wir aus organisatorischen Gründen nur angemeldete Mitglieder einlassen werden.

Der Gesamtvorstand

TERMINE 2021

Mitgliederversammlung

Dienstag, den 9. Februar 2021 um 18:30 Uhr im Michaelshaus, Hochstr. 47, Gelsenkirchen (Einladung in diesem Heft)

Osterwanderung

Ostermontag, den 5. April 2021 traditionelle Osterwanderung um 10:00 Uhr ab Rathaus Buer, Goldbergstr. Ab 11:30 Uhr "Eieressen".

Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben.

Jubilarehrung

Da bei der Mitgliederversammlung keine Ehrungen durchgeführt werden, sollen die Jubilare auf einer Zusatzveranstaltung geehrt werden.

Spargelfahrt

Es ist vorgesehen im Mai 2021 eine Spargelfahrt durchzuführen.

Spiel- und Sportfest

Im August 2021 soll ein Spiel- und Sportfest stattfinden. Hierzu sind alle Vereinsmitglieder eingeladen, mitzumachen. Der Austragungsort wird zeitnah bekannt gegeben. Wir hoffen auf eine starke Beteiligung.

Männerwanderung mit Grünkohlessen

Die traditionelle Männerwanderung findet am Sonntag, den 21. November 2021 statt.

Alle Termine sind Planvorstellungen.

Ob diese Termine wegen der Corona-Pandemie auch stattfinden,
wird sich zu gegebener Zeit ergeben. Wir werden euch darüber in der Presse
und auf unserer Homepage informieren.

VERANSTALTUNGEN 2020

Feuerwerk der Turnkunst

Wieder einmal bedankte sich der TV Westfalia 1884 Buer e. V. bei seinen Vorstandsmitgliedern und Übungsleitern für die geleistete ehrenamtliche Tätigkeit im Jahr 2019.

Als "Dankeschön" gab es Karten für die Veranstaltung "Feuerwerk der Turnkunst" in den Dortmunder Westfalenhallen. Unter dem Motto "Opus" wurde der Zuschauer mit einem bunten Potpourri voller spannender Phänomene aus den Jahrzehnten in den Bann gezogen.

Bei aller Begeisterung soll nicht vergessen werden, dass alle Mitglieder des Ensembles einmal klein angefangen haben.

Auch unsere Kinder werden durch Sport geformt, festigen ihr Selbstbewusstsein,





schärfen Disziplin und Durchhaltevermögen. Vielleicht wird auch einmal ein Kind unseres Vereins ein Mitglied des Starensembles.

Leider wurde diese Veranstaltung von den Vorstandsmitgliedern und den Übungsleitern nicht angenommen. Deshalb hat der Vorstand beschlossen, diese Veranstaltung nicht mehr anzubieten. Zuletzt haben fast nur noch Vereinsmitglieder an dieser Veranstaltung teilgenommen, die keine ehrenamtliche Tätigkeit im Verein ausgeübt haben.

Vielleicht ist das eine Überlegung wert, im Verein eine ehrenamtliche Tätigkeit zu verrichten



VERANSTALTUNGEN 2020

Turnerinnen des TV Westfalia Buer feiern zweiten Aufstieg in Folge

Nachdem die Turnerinnen der zweiten Mannschaft erst im letzten Jahr in die Münsterlandliga 3 aufgestiegen waren, beendeten sie diese im Sommer als Sieger und nahmen am Samstag in Dülmen am Relegationswettkampf zur Münsterlandliga 2 teil.

Die Mädchen riefen ihre Trainingsleistungen ab, turnten konzentriert an allen Geräten und konnten sich am Ende durch eine geschlossene Mannschafsleistung mit 141,40 Punkten über den dritten Platz und somit über den Aufstieg in die Münsterlandliga 2 freuen.

Besonders hervorzuheben waren die Tageshöchstwertungen von Luisa Symanek am Balken von 12,30 und Boden von 13,30 Punkten. Des Weiteren gehörten Pauline Buck, Lotte Hojnisz, Mia Herden, Emilia Blömker, Ayca Suden Birinci, Enya Josephine Leipelt und Chiara Hofmann zur Mannschaft.

Ebenfalls Grund zur Freude hatte auch die erste Mannschaft mit Emma Brüggemann, Franca Präfke, Svenja Nerzak, Chiara Beermann, Anna Ebert, Jule Dahlmann und Lina Kramer.

Nachdem die Turnerinnen in der Münsterlandliga 1 nach zwei Wettkämpfen nur den fünften Platz belegten, mussten sie zur Relegation um den Verbleib in dieser Liga antreten.

Nach einem nicht ganz optimalen Start am Sprung steigerten sich die Turnerinnen von Gerät zu Gerät und boten einen spannenden Wettkampf. Den Abschluss bildete der Boden, an dem alle drei Tageshöchstwertungen an die Turnerinnen aus Buer gingen:

- 1. Emma Brüggemann, 13,45 Punkte;
- 2. Anna Ebert, 13,25 Punkte;
- 3. Franca Präfke, 13,10 Punkte.

Osterwanderung 13. April 2020

Auch der TV Westfalia 1884 Buer e. V. setzte ein Zeichen im Rahmen des Kontaktverbotes in NRW und sagte die geplante traditionelle Osterwanderung am 13. April 2020 ab.



Neue Übungsleiter

Wir konnten in diesem Jahr folgende Übungsleiter für unseren Verein gewinnen:



Fatima Czymmek Kinderturnen



Mayleen Gebel Leistungsturnen



Tanja Kuschel Eltern-Kind-Turnen

Deutscher Engagementpreis 2020

Nachdem Gerda Krell im Jahre 2019 den Ehrenamtspreis der Stadt Gelsenkirchen erhalten hat, ist sie für den Deutschen Engagementpreis nominiert worden.

Initiator und Träger des seit 2009 vergebenen Deutschen Engagementpreises ist das Bündnis für Gemeinnützigkeit, ein Zusammenschluss von großen Dachverbänden und unabhängigen Non-Profit-Organisationen sowie von Experten und Wissenschaftlern.

Nachfolgend findet Ihr einen Auszug aus der Ehrenamtspreis-Urkunde, der uns alle anspornen sollte:

"Was wäre unsere Stadt ohne den Sport? Er verbindet Generationen und Kulturen, spornt an, fördert Kommunikation, Solidarität und Begeisterung für eine gemeinsame Sache.



Umso wichtiger ist es, dass sich Menschen in unserer Stadt für den Sport engagieren und diese Werte vorleben.

Gerda Krell hat ihr Leben im Ehrenamt dem Sport verschrieben: Seit 1966 engagiert sie sich im Breiten-, Freizeit-,Fitness- und Gesundheitssport – bis zu 150 Stunden pro Monat.

Seit 2009 ist sie die erste weibliche Vorsitzende des TV Westfalia Buer e.V. Bis 2021 ist sie noch für dieses Amt gewählt. Und ein Ende ist nicht in Sicht.

Die 73- jährige ist bis heute im Besitz einer

Übungsleiterlizenz und springt auch ein, wenn Not "am Mann bzw. Frau" ist.

Darüber hinaus profitiert der Verein von ihrer großen Erfahrung und Fachkenntnis, wenn es um Themen wie "Mitgliederverwaltung" oder "Buchführung" geht.

Wer eine Frage zum Vereinswesen oder zu Zusammenhängen in der Sportwelt hat, ist bei Gerda Krell an der richtigen Adresse."

Jubilare 2021

10 Jahre

01.02. Gisela Höhle 01.03. Ralf Robert Euler

50 Jahre

01.02. Inge Schiebener 01.09. Ulla Stark 04.10. Hildegard Eichhorn

Datenschutz

Bei den aufgeführten Jubilaren liegt eine Einverständniserklärung zur Veröffentlichung vor. Wir gratulieren auch allen anderen Jubilaren, welche hier nicht aufgeführt sind, recht herzlich und wünschen alles Gute, Glück und bleiben Sie fit wie bisher.



Geburtstagskinder 2021

Der Vorstand des TV Westfalia gratuliert allen Geburtstagskinder recht herzlich!

60 Jahre

19.03. Mathias Sprick

65 Jahre

09.07. Heidi Böhm

70 Jahre

06.02. Helga Totzek

03.10. Ulla Stark

75 Jahre

28.03. Doris Ahlfänger

20.07. Gerda Krell

17.10. Helga Jankowski

22.11. Gisela Brömmel

80 Jahre

01.02. Peter Jensen

12.03. Erika Reinert

19.04. H.-Günter Reinert

13.08. Karin Syring

26.08. Helga Oberdorfer

03.10. Ursula Mues

26.10. Günther Oltmanns

81 Jahre

01.04. Gisela Höhle

05.05. Christa Schmiedel

13.08. Renate Luig

05.11. Waltraud Knebel

82 Jahre

03.01. Elke Jensen

17.01. Gerda Kurlbaum

15.06. Gisela Inhester

22.07. Hedwig Strieder

84 Jahre

22.01. Inge Schiebener

02.04. Eva Maria Grothoff

29.11. Ilse Schwanz

85 Jahre

05.11. Ekkehard Konrad

18.12. Anneliese Fleischer

21.12. Günter Kerstan

86 Jahre

10.02. Hildegard Eichhorn

06.08. Anna Terlau

88 Jahre

27.05. Ruth-Rita Preuß

89 Jahre

08.04. Ingeburg Lukas

25.07. Gertrud Kremers

90 Jahre

07.03. Hannelore Nickel

06.08. Margret Dirks

91 Jahre

02.04. Edith Peters

07.07. Alfons Neugebauer

Datenschutz

Bei den aufgeführten Geburtstagen liegt eine Einverständniserklärung zur Veröffentlichung vor. Wir gratulieren auch allen anderen Geburtstagskinder, welche hier nicht aufgeführt sind, recht herzlich und wünschen alles Gute, Glück und bleibt so fit wie bisher.

Wussten Sie schon...

- dass neben 28 anerkannten Trainern und Übungsleitern auch eine Vielzahl von Helfern sowie Assistenten der Übungsleiter für einen reibungslosen Ablauf des Wettkampf- und Trainingsbetriebes sorgen?
- dass der Trainingsbetrieb in 10 Turnhallen, einem Hallenbad und einem Lehrschwimmbecken stattfindet?
- dass unser ältestes weibliches Mitglied 94 Jahre und das älteste männliche Mitglied 92 Jahre ist?
- dass in diesem Jahre fast 30 % der Mitglieder gekündigt haben und wir nur ca. 5% Neuaufnahmen hatten?
- dass wir zur Veröffentlichungen der Geburtstage und Jubiläen laut Datenschutz Ihre schriftliche Einverständniserklärung haben müssen?

Freiwilliges Soziales Jahr im Sport

Hiermit sprechen wir alle an, die Interesse haben, ein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport zu absolvieren.

Wir suchen hierzu Jugendliche, die bereit sind ab dem 1. August 2021 oder 1.September 2021 für unseren Verein 1 Jahr lang tätig zu sein.

In der Einsatzstelle arbeitet man schwerpunktmäßig im Kinder- und Nachwuchsbereich. Ein Einsatzschwerpunkt kann Kinderturnen sein. Allerdings kommen auch andere Einsatzbereiche wie Geräteturnen, Leistungsturnen, Eltern-Kind-Turnen, Badminton, Volleyball, oder Selbstverteidigung in Frage.

Weitere Aufgaben sind Planung, Beglei-

tung und Durchführung von Veranstaltungen sowie Geschäftsstellentätigkeiten wie z. B. Präsenz während der Geschäftsstellenzeiten, Ablage, Schriftverkehr usw. oder Betreuung von Kindergruppen verschiedenen Alters.

Haben wir euer Interesse geweckt, so meldet euch zu einem Infogespräch bei der 1. Vorsitzenden Gerda Krell

Tel.: 0209/57946 oder

E-Mail: g.krell@tv-westfalia-buer.de

Ich freue mich auf euren Anruf oder E-Mail. Bis bald!

Gerda Krell

Dieses Programm wird vom Landessportbund NRW gefördert.



Ehrenamtliche Helfer gesucht

Da wir ehrenamtliche Mitarbeiter für Vorbereitung und Durchführung unserer verschiedenen Aktivitäten benötigen, suchen wir laufend tatkräftige Helfer, da wir nur mit Ihnen in der Lage sind, Sport und Vereinsleben zu einem günstigen Preis anbieten zu können.

Sie können uns helfen bei:

Vorbereitung und Durchführung von Veranstaltungen und Festen, Büroarbeiten, Mitarbeit in Ausschüssen, Pressearbeit, Marketing, Hilfe bei Reparaturen von Sportgeräten und Renovieren der Geschäftsstelle und als Übungsleiter im Sportbetrieb.

Außerdem suchen wir für unseren Vorstand Mitarbeiter für die Finanzen/Kassenwart, Verwaltung der Mitglieder, Presse, Senioren und einen Sportwart.

Sollten noch Fragen offen sein, bitte bei der 1. Vorsitzenden Gerda Krell, Tel. 0209 57 94 6 oder per E-Mail an g.krell@tv-westfalia-buer melden.

Neue Beiträge

Aus gegebenem Anlass veröffentlich hier noch einmal die Mitgliedsbeit	räge, die	Familien ab 3 Personen (Kind bis 18 Jahre)	14,50 €	
It. § 13 der Satzung durch die Mitgliederversammlung am 18.02.2020 beschlossen wurde:		Zusatzbeitrag Leistungsturnen/Monat:		
		Montag/Mittwoch/Samstag 10,-€		
Die Beiträge pro Monat betragen:		Mittwoch/Samstag 5,-		
Kinder bis 14 Jahre	6,- €	Dienstag/Donnerstag	5,- €	
Jugendliche 15 – 18 Jahre	6,- €	Außerdem werden die Aufnahmegebüh-		
Erwachsene	8,- €	ren wie folgt geändert:		
Ehepaare und Lebensgefährten	13,- €	Kinder	8,-€	
Mutter und Kind, 1 Kind bis 6 Jahre und		Erwachsene	8,-€	
1 erwachsene Begleitperson	8,-€			



Wir gedenken unserer verstorbenen Mitglieder des TV Westfalia 1884 Buer e.V.

Mit dem Tod eines Menschen verliert man vieles, niemals aber die gemeinsam verbrachte Zeit.





Ein Dankeschön

Wir bedanken uns dafür, dass ihr uns bis jetzt in einer solchen Ausnahmesituation die Treue gehalten habt und als überzeugte Mitglieder unserem Verein erhalten geblieben seid. Nach den Ferien hoffen wir alle, dass ein normaler Übungsbetrieb wieder möglich ist. Der geschäftsführende Vorstand hat beschlossen, ein "Dankeschön" in Form einer Veranstaltung an die Mitglieder, die uns die Treue halten, weiterzugeben, wenn die Coronapandemie wieder normale Zustände ermöglicht.





info@dellnitz-eis.de | www.dellnitz-eis.de

AUSBLICK 2021 - KURSE

BEWEGEN STATT SCHONEN

ein Ganzkörperkräftigungsprogramm in einem 10-Wochen-Kurs



Dieser Kurs richtet sich an alle Erwachsenen mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel und gesundheitlichen Problemen (z. B. Rückenschmerzen).

Montag, Turnhalle der Lindenschule, Urbanusstraße 25 von 15.00 Uhr – 16.15 Uhr

Termine:

06.09.2021 – 29.11.2021 Kursgebühr: 70 Euro

Leitung: Elke Holzmann-Gerschewski

Tel.: 0209 590 82 82

Neben der Schulung einer natürlichen und gesunden Haltung und Bewegung, stellen vor allem der Einsatz komplexer funktioneller Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen die Schwerpunkte des Kurses dar. Spielerische und abwechslungsreiche Körperwahrnehmungsübungen, sensomotorische Elemente, Mobilisationen, Lockerungen, kleine Spiele, Entspannungsübungen sowie Informationen rund um Haltung und Bewegung. Bei allem stehen der Abbau von Bewegungsmangel, die Vermittlung von Freude an der Bewegung sowie die Entwicklung eines aktiven und gesunden Lebensstils im Vordergrund.

Für jeden komplett absolvierten Kurs (mindestes 80%) erhalten Sie eine Kursbescheinigung, welche dann bei der Krankenkasse eingereicht werden kann.

SANFT UND EFFEKTIV

ein Ganzkörperkräftigungsprogramm in einem 10-Wochen-Kurs



Vor dem Hintergrund der großen Bedeutung mangelnder bzw. einseitiger Bewegung sowie zunehmender psychischer Belastung für die Entstehung von Rückenbeschwerden richtet sich dieses Programm allgemein an Personen mit:

- besonderen Belastungen des Haltungsund Bewegungsapparates (z.B. bei überwiegend sitzender Tätigkeit)
- schwach ausgeprägter Muskulatur (z.B. nach längerer Sportabstinenz),
- muskulärer Insuffizienz (die sich z.B. über Verspannungsgefühle äußert)
- Haltungsfehlern und spezifischen

Rückenbeschwerden (z.B. in der Folge von Fehlhaltungen und Fehlbelastungen)

Montag, Turnhalle der Lindenschule, Urbanusstraße25 von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr Termine: 26.04.2021 – 28.06.2021 Kursgebühr: 70 Euro

Leitung: Elke Holzmann-Gerschewski

(Tel.: 0209 590 82 82).

Für jeden komplett absolvierten Kurs (mindestes 80%) erhalten sie eine Kursbescheinigung, welche dann bei der Krankenkasse eingereicht werden kann.

Eltern- Kind-Turnen 1 und 2 für motivierte Turnkinder von 1,5 bis 4 Jahre mit ihren (Groß-)Eltern

Übungsleiterin:

Tanja Kuschel

Kontakt bei Interesse an der Gruppe über die Geschäftsstelle

Wann und wo:

Dienstag, Turnhalle Röckstr./ Vinckestr., von 16.00 – 17.00 Uhr und von 17.00 – 18.00 Uhr

Was wird gemacht:

1-2-3 im Sauseschritt beginnen wir nach unserem Begrüßungslied die Turnstunde und wärmen uns zur Musik auf. Außerdem gehört auch ein Fingerspiel dazu, bei dem alle mitmachen können.

Je nach Jahreszeit turnen wir dann thematisch passend zum Wetter, manchmal lernen wir auch etwas über Farben, Zahlen oder Tiere.

Dazu bauen die tatkräftigen (Groß)Eltern nach Anleitung verschiedene Stationen zum Klettern, Springen oder Balancieren auf und auch die Kinder helfen schon eifrig mit, Kleinmaterialien zu besorgen, oder kleine Matten zu tragen.

Bei so viel Teamwork ist immer alles schnell aufgebaut und wir haben mehr Zeit, um zu turnen. Zur Aufräummusik bauen wir unsere Stationen gemeinsam wieder ab, gehen "Hoch und Tief" beim Abschiedsspiel, lassen die Kinder beim "Bingo-Lied" fliegen, und singen unser Abschiedslied.

Unsere Schwerpunkte sind:

Schon den Kleinsten Spaß an Bewegung zu vermitteln, Kontakte mit Gleichaltrigen aufnehmen, den Eltern die Möglichkeit geben, ihre Kinder in einem ganz anderen Umfeld kennen zu lernen und mit ihnen gemeinsam Neues zu wagen.

Fingerspiele und Lieder fördern die Sprachkompetenz, das Miteinander in einer gewachsenen Gruppe unterstützt die Entwicklung eines gesunden Sozialverhaltens und die vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten regen die Fantasie an und machen stark und gelenkig.



Kinderturnen von 4 bis 6 Jahre

Übungsleiterin:

Naziha EL Malki,

Mobil: 0176 95 57 04 25 E-Mail: naziha82@mail.de

Wann & Wo:

Donnerstag, Turnhalle III GBM, Rathausplatz, von 17.15 – 18.30 Uhr

Montag, Turnhalle Pfefferackerschule, von 16.15 – 17.15 Uhr

Was wird gemacht:

In dieser Gruppe turnen die Kinder ohne ihre Eltern. Sie werden auf spielerische Weise an das Geräteturnen herangeführt. Der Anreiz der unterschiedlichen Turngeräte ermöglicht ihnen vielfältige Bewegungs-

erfahrungen: stützen, schwingen, klettern, rollen etc.

Doch auch der Spaß am gemeinsamen Spielen soll nicht zu kurz kommen.

Unsere (entsprechend ausgebildeten und qualifizierten) Übungsleiter gestalten die Stunden abwechslungsreich. Es wird also nicht nur an Geräten geturnt, nicht nur Ball gespielt, nicht nur Fangspiele gespielt. Gerade diese Mischung ermöglicht es den Kindern, eigene Vorlieben und Stärken herauszufinden, außerdem werden durch kooperative Spielformen das Gemeinschaftsgefühl gestärkt und die Sozialkompetenz erhöht.

Kinderturnen von 5 bis 9 Jahre

Übungsleiterin:

Fatima Czymmek, Mobil: 0163 686 3528

Wann & Wo:

Freitag, von 15:30-17:00 Uhr, Turnhalle Pfefferackerschule

Was gemacht wird:

Um uns aufzuwärmen beginnen wir mit einem kurzen Spiel oder einem Dauerlauf.

Darauf folgen unterschiedliche Parcours, die die Kinder zur ganzheitlichen Förderung individuell nutzen können.

Die Turnstunde beenden wir mit einem Wunschspiel, welches die Kinder durch Abstimmen beschließen.

Anfänger Gerätturnen Mädchen von 5 bis 8 Jahre

Übungsleiterin:

Sabine Haupt

Wann & Wo:

Dienstag, Turnhalle Heegestr.14, von 16.00 – 18.00 Uhr

Was macht ihr:

Kinder, die mit dem Gerätturnen anfangen möchten und wenige oder keine Vorkenntnisse haben, sind bei uns herzlich willkommen. Wir vermitteln Grundlagen in den Bereichen Beweglichkeit, Kraft, Koordination sowie Gleichgewichtsfähigkeit und die ersten turnerischen Elemente wie z. B. Aufzug, Rolle, Handstand und Rad.

Da wir nicht an Wettkämpfen teilnehmen, kann jedes Kind in seinem individuellen Lerntempo trainieren. Dabei werden sie durch Turnerinnen aus der Leistungsturnabteilung unterstützt.

Hobbyturnen 9 bis 15 Jahre

Übungsleiterin:

Lea-Sophie Steglich,

Mobil: 0157 34836579

Wann & Wo:

Dienstag, Turnhalle 1 GBM am Rathausplatz, von 18.30 – 20.00 Uhr

Was macht ihr:

Mädchen, die gerne mit dem Geräteturnen anfangen möchten und wenig oder keine Vorkenntnisse besitzen, sind bei uns herzlich willkommen.

Wir vermitteln Grundlagen in den Bereichen Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Gleichgewicht sowie turnerische Ele-

mente wie zum Beispiel: Handstand, Rad und Aufschwung.

Dafür nutzen wir die klassischen Turngeräte Reck, Boden, Sprung und Balken.

Als Hobby-Gruppe nehmen wir an keinen Wettkämpfen teil und haben somit keinen Zeitdruck, so dass jedes Mädchen nach ihrem individuellen Tempo trainieren kann.

Mädchen, welche die grundlegenden turnerischen Elemente beherrschen und regelmäßig trainieren, dürfen nach Rücksprache mit den Übungsleitern in die Wettkampfgruppe wechseln.

Geräte, Kraft und Fitness Mädchen 10 bis 14 Jahre

Übungsleiterin:

Naziha EL Malki,

Mobil: 0176 95 57 04 25, E-Mail: naziha82@mail.de

Wann & Wo:

Montag, Turnhalle Pfefferackerschule, von 17.15 – 18.15 Uhr

Was macht ihr:

Mädchen im Alter zwischen zehn und vierzehn Jahren treffen sich jeden Montag, um gemeinsam zu turnen, spielen und Spaß zu

haben.

Neben dem Turnen am Boden und verschiedenen Turngeräten (z. B. Barren, Kas-

ten, Ringe) spielen wir viele Gruppenspiele.

Aber auch Zirkeltraining, Übungen mit Handgeräten (Seile, Bälle, Tücher) oder Entspannungselemente stehen auf unserem Programm.

Neben der Förderung motorischer Grundfertigkeiten steht die Freude an der gemeinsamen Bewegung im Vordergrund dieser Übungsgruppe.

Wir versuchen auf die Wünsche der Mädels einzugehen und legen auch viel Wert auf Eigeninitiative, Motivation und Ideen der Kinder.

Leistungsturnen P von 5 bis 8 Jahre

Übungsleiterin:

Sabine Haupt & Nadine Körwers Kontakt über die Geschäftsstelle 0209 38 900 40

Wann & Wo:

Mittwoch, 16:00-18:00 Uhr & Samstag, 12:00-14:00 Uhr, Turnhalle der GBM Halle I

Was macht ihr:

Neben Beweglichkeits- und Krafttraining turnen wir die so genannten Pflichtübungen an den Geräten Reck, Balken, Boden und Sprung, welche wir dann auf unterschiedlichen Einzel- und Mannschaftswettkämpfen präsentieren.

Eine regelmäßige Teilnahme am Training und turnerisches Talent ist deshalb Voraussetzung für diese Gruppe. Im Training werden die Übungsleiter durch ausgebildete Gruppenhelfer unterstützt, um unsere Turnerinnen bestmöglich zu fördern.

Mädchen des Jahrgangs 2015 können ein Probetraining über die Geschäftsstelle vereinbaren. Für Mädchen anderer Jahrgänge sind derzeit leider keine Kapazität für Neuaufnahmen in dieser Gruppe.

Leistungsturnen P von 9 bis 14 Jahre

Übungsleiterin:

Mayleen Gebel, Mobil: 0176 218 34207

Wann & Wo:

Mo 16:00-18:00 Uhr & Do 16:00-18:00 Uhr, Turnhalle GBM Halle I

Was macht ihr:

Neben dem Beweglichkeits- und Krafttraining turnen wir die sogenannten Pflichtübungen an den Geräten Reck, Balken, Boden und Sprung, welche wir dann auf zwei Wettkämpfen im Jahr präsentieren. Deshalb ist ein Einstieg in diese Gruppe nur mit einer turnerischen Vorerfahrung möglich. Unser Training findet zweimal wöchentlich statt.

Wenn du bereits Erfahrungen im Turnen sammeln konntest und Lust hast, bei uns mit zu turnen kannst du ein Probetraining über die Geschäftsstelle oder bei Mayleen vereinbaren.

Leistungsturnen LK ab 9 Jahre

Übungsleiterin:

Stephanie Haupt, Sabine Haupt & Nadine Körwers

Wann & Wo:

Montag, 17.45-20:00 Uhr, Mittwoch 18:00-20:30 Uhr, Samstag 9:00-12:00 Uhr, Turnhalle der GBM Halle I.

Was macht ihr:

Wir turnen anspruchsvolle Wettkampfübungen an den Geräten Barren, Balken, Boden und Sprung, welche wir dann auf unterschiedlichen Einzel- und Mannschaftswettkämpfen präsentieren. Deshalb ist ein Einstieg in diese Gruppe nur mit einer ausgeprägten turnerischen Grundausbildung möglich. Das Training findet dreimal wöchentlich statt.

Kinderselbstverteidigung ab 6 Jahre

Übungsleiter:

Amiri Najibullah Mobil 015215927051

Wann & Wo:

Mittwoch, Turnhalle Heegestr. von 16.30 – 18.00 Uhr

Was macht ihr:

Wir sind eine gemischte Gruppe im Alter von 6 bis 12 Jahren. Einfache Übungen zur Steigerung der Fitness und Koordination sind an der Tagesordnung. Dazu gehört auch der ungeliebte Liegestütz.

Die Kinder sollen Stresssituationen im Alltag mit einer Selbstsicherheit begegnen und bei Gewaltpotential angemessen darauf reagieren.

Breitensport Frauen

Übungsleiter/in:

Ilse Merzenich Tel.:0209 370912 Mobil 0176 219 437 71

Wann & Wo:

Montag, Turnhalle 3 der Gesamtschule Buer-Mitte am Rathausplatz, von 19.30 - 21.30 Uhr

Donnerstag, Turnhalle 3 der Gesamtschule Buer-Mitte am Rathausplatz, von 19.45 - 20.45 Uhr

Was macht ihr:

Nach einer intensiven Aufwärmphase beginnen wir mit der Gymnastik, wo auch hin und wieder Kleingeräte zum Einsatz kommen.

Die Stunde endet mit Entspannung und die Muskeln werden gedehnt und gestretcht.



Seniorengruppe

Übungsleiter/in:

Elke Holzmann-Gerschweski Tel.: 0209 590 82 82.

E-Mail: ElkeHG@gmx.de

Wann & Wo:

Freitag, von 16:00 – 18:00 Uhr Halle 3 der Gesamtschule Buer-Mitte am Rathausplatz, Urnenfeldstr.

Was macht Ihr:

Wir treffen uns einmal wöchentlich. Nach dem Aufwärmen machen wir auf dem Hocker seniorengerechte Übungen.

Frühsportgruppe für Frauen -

in Kooperation mit dem Familienzentrum Brößweg

Übungsleiter/in:

Elke Holzmann-Gerschewski

Tel. 0209 590 82 82 E-Mail: ElkeHG@gmx.de

Wann und Wo:

Donnerstag, 9:00 - 10:00 Uhr

Turnhalle Brößweg 16

Was macht ihr:

Wir machen unterschiedliche Übungen im Stand und auf der Matte und trainieren dabei unseren ganzen Körper.

Gymnastikgruppe von 60 bis 85 Jahre

Übungsleiterin:

Ulla Mues

Tel.: 0209 390 186 Mobil: 0172 938 18 82

Wann & Wo:

Donnerstag, Turnhalle 2 GBM, Am Rathausplatz, von 18.00 – 19.45 Uhr

Was macht ihr:

Wir wärmen uns mit Blocktänzen auf. Die gymnastischen Übungen werden immer mit verschiedenen Klein- Handgeräten zum Einsatz gebracht.

Unsere Schwerpunkte sind:

Aerobic, Dehn- und Streckübungen und Konzentrationsübungen mit verschiedenen Geräten. Seniorengerechte Hockergymnastik für die Konzentration mit verschiedenen Geräten ist immer sehr beliebt.

Powergymnastik

Übungsleiter/in:

Petra Steldern

Tel: 0176 522 601 60

E-Mail: petrasteldern@gelsennet.de

Wann & Wo:

Freitag, Turnhalle 3, Rathausplatz, von 17.30 – 19.30 Uhr

Was macht ihr:

Jeden Freitag treffen wir uns zu einem abwechslungsreichen Workout mit Musik. Ein ganzheitliches Training aus Koordination, Kraft, Stretching und Entspannung wird geboten.

Um die Übungen abwechslungsreich zu gestalten, kommen verschiedene Kleingeräte zum Einsatz.

Egal, ob männlich oder weiblich, ob 20 oder 60, jeder ist herzlich willkommen.

Zweimal jährlich treffen wir uns, um in gemütlicher Runde endlich Zeit zu haben locker zu plaudern, da der Sport sonst stets im Vordergrund steht.

Fitness-Kickboxen

Übungsleiterin:

Ewa Araszewska, Tel.: 0176 461 051 62

Wann & Wo:

Freitag, Turnhalle Heegestr., von 17.00 – 19.15 Uhr

Was macht ihr:

Hier kannst Du mit unterschiedlichen Fitness-Crossfit-Übungen wieder gut in Form kommen und richtig schwitzen.

Dazu werden klassische Boxtechniken mit Tritten, Kniestößen und Haltetechniken kombiniert

Männer-Fitness ab 30 Jahre

Übungsleiter:

Simon Klonek,

Tel.: 0162 296 49 93,

E-Mail: simon.klonek@web.de

Wann & Wo:

Montag, GBM Halle 1 am Rathausplatz, von 20.00 – 22.00 Uhr

Was macht ihr:

Sport machen und dabei Spaß haben? Hier geht das! Wir halten uns Fit durch unterschiedliche Übungen und verschiedenen Übungsmitteln.

Die Beweglichkeit fördern, Ausdauer- und Krafttraining, ein gesunder Mix für jedermann.

Erwachsenen-Selbstverteidigung

Übungsleiter:

Ingo Kalina

Mobil 0151 63 43 44 87

Wann & Wo:

Montag, Turnhalle Grundschule Beckeradstraße, von 18.00 – 19.30 Uhr

Was macht ihr:

In dieser Erwachsenen-SV-Gruppe geht es in erster Linie um die Verbesserung der persönlichen Selbstsicherheit und den sicheren Umgang in Gefahrensituationen, um diese verletzungsfrei zu überstehen.

Badminton Erwachsene

Übungsleiter:

Sascha Merzenich Mobil: 0176 812 640 87

Wann & Wo:

Freitag, Turnhalle Heegestr., von 19.30 – 21.30 Uhr

Was macht ihr:

Wir spielen jeden Freitag Badminton. Nach einer intensiven Aufwärmphase bauen wir die Netze auf und spielen sowohl im Doppel als auch im Einzel nach vereinfachten Regeln. Ohne gezieltes Techniktraining spielen wir aus Spaß an der Bewegung.

Er & Sie Gruppe

Übungsleiter/in:

Marzena Drabinski Tel.: 0209 878868

Wann & Wo:

Montag, Turnhalle 2 der Gesamtschule Buer-Mitte am Rathausplatz, von 19.30 - 21.30 Uhr

Was macht ihr:

Die "ER und SIE" Gruppe ist ein Angebot für Paare. Das Programm dieser Gruppe beinhaltet folgende Themenbereiche:

- Ausdauertraining,
- funktionelle Gymnastik mit und ohne Handgeräte,

- Koordinationsschulung,
- gezielte Gymnastik der gesamten Rückenmuskulatur,
- Entspannung und
- kleine Spiele.

Natürlich viele Übungen mit passender Musik, Freude und Spaß.

Nordic Walking 40 Plus

Übungsleiter/in:

Peter Krell

Wann & Wo:

Mittwoch, 16:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz "Offene Tür", Adenauerallee

Macridacianee

Was macht ihr:

Nordic Walking ist Lebensfreude; Lust an Bewegung in der Natur. Nordic Walking ist darüber hinaus ein besonders schonendes und sanftes Ganzkörpertraining, mit dem man auf unterschiedlichste Art und Weise in Schwung kommen kann. Ihr Nutzen ist dabei mehr Vitalität und Lebensfreude.

Nordic Walking ist die beste Erfindung der Finnen seit der Sauna.

Wir laufen ca. 7.5 km das ganze Jahr – immer Mittwochs - durch Schloss Berge und dem Westerholter Wald und das schon seit Juni 2005.

Haben wir Interesse geweckt?

Ein paar Nordic Walking Stöcke in die Hand nehmen, Sportschuhe anziehen – und los geht`s!

Wir warten am Mittwoch um 16:00 Uhr Parkplatz, Sportplatz "Offene Tür" auf dich, mit oder ohne Stöcke!!!

Schwimmen und Wassergymnastik

Übungsleiter/in:

Holger Strie Mobil 0170 916 80 37

Ilse Merzenich Tel.:0209 370912, Mobil 0176 219 437 71

Wann & Wo:

Mittwoch, Hallenbad Buer, von 20.00 – 21.00 Uhr

Was macht ihr:

Es gibt die Möglichkeit, an der Wassergymnastik teilzunehmen, wo der Kreislauf und die Gelenke schonend in Schwung gebracht werden.

Die Schwimmer können ihre Kondition, ihren Schwimmstil trainieren oder ihre Bahnen ziehen.

Wer sein Sportabzeichen erlangen möchte, kann für das Schwimmen seine Zeiten von mir in die Prüfkarte eintragen lassen. Auch die anderen Übungen können von uns auf der Sportanlage "OFFENE TÜR" nach Absprache abgelegt werden.

Wassergymnastik

Übungsleiterin:

Annik Stephan

Wann & Wo:

Montag, Schwimmbecken im Brömm, von 20:00 - 21:00 Uhr

Was macht ihr:

Wir sind ein bunter Haufen von jung nach alt.

Wir bewegen uns gemeinsam im Wasser, mal mit Musik, mal ohne, und genauso mit Material wie z.B.: Poolnudel, Schwimmbrett, Bällen, Stepper usw.

Wir treffen uns zweimal im Jahr zu einem gemeinsamen Essen.

Wirbelsäulengymnastik ab 50 Jahre, Frauen und Männer

Übungsleiterin:

Elke Holzmann-Gerschewski, Tel.: 0209 590 82 82, E-Mail: ElkeHG@gmx.de

Wann & Wo:

Freitag, 18:00 – 20:00 Uhr, Halle 2 der Gesamtschule Buer-Mitte am Rathausplatz

Was macht ihr:

Wir machen unterschiedliche Übungen im Stand und auf der Matte. Unser Hauptaugenmerk ist ein rückengerechtes Training.

Volleyball Mixed ab 30 Jahre

Übungsleiter/in:

Rainer Stark,

Tel.: 0209 40957430, Mobil: 0173 267 48 51, E-Mail: raistark€t-online.de

Wann & Wo:

Dienstag, Turnhalle Grimmstr., von 18.00 – 20.00 Uhr Freitag, Turnhalle Nollenpad, von 20.00 – 22.00 Uhr

Was macht ihr:

Wir treffen uns 2 mal pro Woche und spielen gemeinsam Volleyball, um zusammen Freude an der Bewegung zu haben.

Nach einer kurzen Aufwärmphase bilden wir 2 Mannschaften und spielen Volleyball. Wir machen kein Technik- und Taktiktraining mehr, sondern spielen wirklich nur.

Volleyball Männer 30 bis 55 Jahre

Übungsleiter/in:

Claas Kardell

Tel.: 0209 38 65 08 46 Mobil: 0172 260 38 20

E-Mail: info@kardell-Bedachungen.com

Wann & Wo:

Freitag, Turnhalle Nollenpad, von 18.00 - 20.00 Uhr

Was macht ihr:

Wir sind zurzeit eine Männergruppe im Alter von ca. 30 bis 55 Jahre und treffen uns einmal die Woche und spielen einfach nur Volleyball. Da wir alle schon mal lange Zeit in verschiedenen Ligen gespielt haben, lassen wir das Techniktraining links liegen und spielen einfach nur.

Wir würden uns auch über Frauen-Zuwachs freuen, da wir dann auch mal wieder Mixed spielen könnten.

Frauen-Tanzen

Übungsleiterin: Dorothea Umbach

Tel.: 0209 37 94 48 Mobil: 0176 578 416 40

E-Mail: d.umbach@arcor.de

Wann & Wo:

Dienstag, GBM Halle 2 am Rathausplatz, von 18.30 – 20.00 Uhr

Was macht Ihr:

Internationale Folkloretänze, Partytänze wie Discofox, Samba, Rumba und Line-Dance

Futsal

Übungsleiterin:

Lea-Sophie Steglich, Mobil: 0157 34836579

Wann & Wo:

Freitag, GBM Turnhalle II, Am Rathausplatz in der Zeit von 20.00 – 22.00 Uhr

Was macht ihr:

Unsere Gruppe richtet sich an Erwachsene, die Spaß am Fußball haben.

Wir fangen immer mit einer kurzen Aufwärmphase an, danach geht es los mit dem Fußball spielen. Wir spielen mit zwei Mannschaften gegeneinander, der Wettkampfgedanke steht dabei nicht im Vordergrund.

Wirbelsäulengymnastik

Stabil bleiben

Übungsleiterin:

Monika Gruttmann, Kontakt über die Geschäftsstelle

Tel.: 0209 389 00 40

Wann & Wo:

Montag, von 17.30 Uhr – 19.30 Uhr Turnhalle 2 am Rathausplatz

Was macht ihr:

Rückenschonende Gymnastik sowie Muskelaufbautraining für Männer und Frauen mit und ohne Handgeräte.

Übungsleiterin:

Monika Gruttmann Kontakt über die Geschäftsstelle Tel.: 0209 389 00 40

Wann & Wo:

Mittwoch, von 15.15 Uhr – 16.15 Uhr, Turnhalle am Brößweg 16

Was macht ihr:

Training zur Sturzprophylaxe und Erhaltung der körperlichen Belastbarkeit für Männer und Frauen

50plus in Horst

Übungsleiterin:

Monika Gruttmann Kontakt über die Geschäftsstelle Tel.: 0209 389 00 40

Wann & Wo:

Freitag, von 14.30 Uhr – 16.00 Uhr, Turnhalle Sandstraße

Was macht ihr:

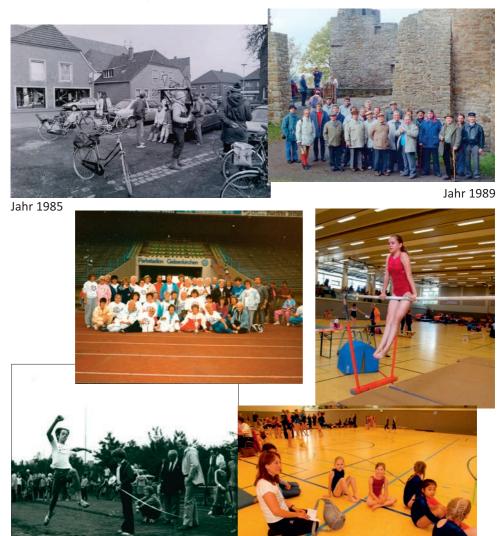
Moderates Training der allgemeinen Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft für Männer und Frauen über 50 mit und ohne Handgeräte



WIE WAR DAS NOCHMAL?

Früher war mehr Lametta? Na, das will doch überprüft werden.

Deswegen haben wir ein paar alte Momentaufnahmen ausgekramt, um mal einen kleinen Rückblick zu wagen. Viel Spaß dabei wünscht euch euer Vorstand.



Landesturnfest 2012

2.6.2012 00:04

Bob Beaman alias Mathias Kerstan

WIE WAR DAS NOCHMAL?



Wintermannschaftskämpfe 1990



Turnen 1990



Mannschaftsbild 1997



NOTIZEN

-		

TV Westfalia 1884 Buer e.V.

Beckeradsdelle 78 d 45897 Gelsenkirchen Tel. 0209 3 89 00 40 info@tv-westfalia-buer.de Bürozeiten:

Dienstag von 15.00 bis 18.00 Uhr In den Ferien ist die Geschäftstelle geschlossen.

