

WestfalenTurner

Vereinsmagazin für Leistungs-, Breiten- und Gesundheitssport

Online

www.wtb.de



■ **Im Fokus: Ausbildung Digital**

■ **Training: Ideen muss man haben!**

■ **Corona: Mega-Stress oder komplette Entschleunigung?**

5 | 2020

Editorial

Liebe Leser*,

es hat sich viel verändert in den letzten Wochen. So auch unsere Medienarbeit. Aufgrund der sich veränderten Umstände durch die Corona-Krise haben wir uns entschieden, den Westfalenturner Mai 2020 als Online-Version zu veröffentlichen. Somit können wir die doch zahlreich eingegangenen Beiträge unserer Turngaue und Vereine entsprechend präsentieren. Unser Ziel ist es, ab Juni 2020 wieder eine Printausgabe herauszugeben. Wir hoffen, dass Euch die digitale Variante gefällt und wünschen viel Spaß beim Lesen.

Seit Wochen stehen wir vor einer der größten Herausforderung für die Entwicklung unseres Landes. Sicherlich konnte sich auch von Euch niemand vorstellen, was eine weltumspannende Pandemie für jeden einzelnen bedeutet. Unser Leben hat sich geändert. Das gilt sowohl im Berufsleben, privat als auch im Freizeitbereich.

Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel und Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier machten bereits vor Ostern deutlich, wie wichtig ein diszipliniertes Verhalten aller für die gesundheitliche Entwicklung des Landes sein wird. Wir blicken gemeinsam in eine ungewisse Zukunft, aber wir sollten uns versichern, dass wir mit Bündelung der Kräfte und der Solidarität aller gesellschaftlicher Bereiche Lösungen finden werden.

Auch die Mitarbeiter des WTB sind davon betroffen. Viele befinden sich in Kurzarbeit oder erledigen die wichtigsten Aufgaben im Homeoffice. Denn wir sind uns der Verantwortung bewusst, wie wichtig es ist, soziale Kontakt auf ein Minimum zu reduzieren.

Mit der Absage aller Veranstaltungen bis zur Sommerpause hat der Deutsche Turnerbund die Weichen für die Turnwelt auf das nächste Schuljahr gestellt. Die Landesverbände und die Turngaue sind dieser Vorgabe gefolgt, die Vorstandsarbeit im Verband ist geprägt von Telefon- oder Videokonferenzen und Beschlüsse werden im Umlaufverfahren herbeigeführt. Es geht darum, in Krisenzeiten gemeinsam in unseren Verbandsstrukturen die Schockstarre zu überwinden und zukunftsweisende Entscheidungen zu treffen.

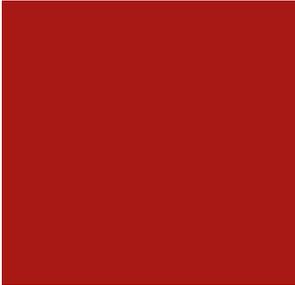
Nah an den Menschen bleiben aber zum Glück unsere Turnvereine: Es ist bewundernswert zu beobachten, wie innovativ unsere Übungsleiter Angebote aus dem gesamten Turnspektrum für ihre Gruppen aufbereiten und oftmals das Homeoffice zu einer Turnhalle werden lassen. Dennoch bin ich felsenfest der Auffassung, dass der digitale Fortschritt niemals den sozialen Kontakt zwischen den Menschen ersetzen kann. Viele Rückmeldungen von Turnern aus unseren Vereinen verdeutlichen die Sehnsucht nach den Turnfreunden, nach Hallenluft und nach Gemeinschaft.



Manfred Hagedorn
WTB- Präsident



* Es sind stets Personen aller Geschlechter gleichermaßen gemeint; aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird nur die männliche Form verwendet.



Inhalt

5|2020

- 2** Editorial
- 4** Im Fokus: Ausbildung Digital
- 7** Kurz notiert
- 8** Sportkolumne
- 9** Die blau-weiße Zeitreise des TV Sachsenross Hille zum 100-Jährigen

Turnen

- 13** Jugend trainiert für Olympia
- 14** Home-Training der Gymnastinnen
- 15** Ehrgeiz trotz Corona ungebrochen
- 16** SKV-Hometraining

18 Turngaunachrichten

Impressum

Herausgeber/Redaktionsanschrift

Westfälischer Turnerbund e.V. | Zum Schloss Oberwerries
59073 Hamm | Telefon 02388 300000 | www.wtb.de
V.i.S.d.P. Oliver Rabe, Vizepräsident Verbandsentwicklung

Koordination und Redaktion

Kirsten Bessmann-Wernke, Telefon 02388 3000040,
bessmann-wernke@wtb.de, www.wtb.de

Gestaltung Dipl.-Des. Tina Elges | www.elges-grafik.de

Auflage online

Redaktions- und Anzeigenschluss jeweils der 5. des Vormonats

Berichte müssen nicht veröffentlicht werden. Die Redaktion behält sich Änderungen vor. Für unverlangt eingereichte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Sie werden nicht zurückgesandt.

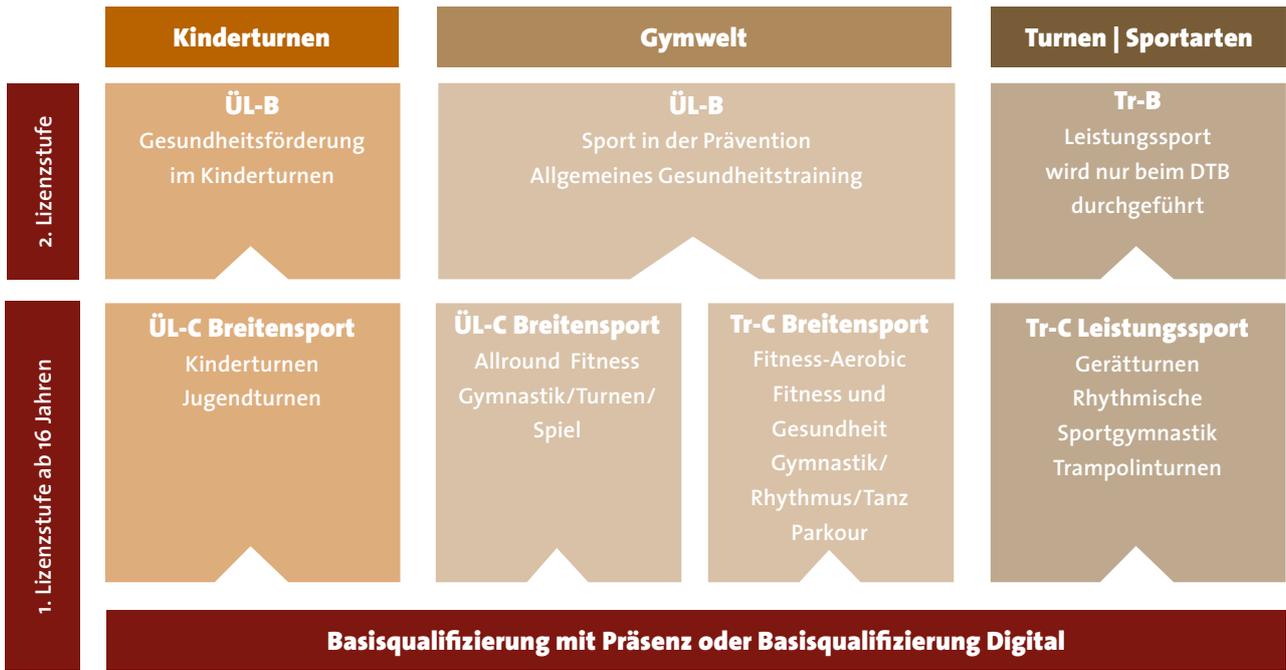
Bezugsgebühren jährlich 21,- Euro, Bestellung bei der Geschäftsstelle des WTB
Vervielfältigungen, auch auszugsweise, für Vereinzwecke unter Angabe der Quelle erlaubt. In allen anderen Fällen nur nach Genehmigung.

* Es sind stets Personen aller Geschlechter gleichermaßen gemeint; aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird nur die männliche Form verwendet.

Im Fokus

4

Ausbildung Digital



Digitalisierung in der Übungsleiter- und Trainerausbildung

WTB bietet zusätzlich digitale Möglichkeit zum Einstieg in eine Lizenzausbildung

Die Aus- und Weiterbildungen beim Westfälischen Turnerbund ruhen zur Zeit. Aufgrund der Corona-Krise dürfen keine Lehrgänge zentral in der Landesturnschule Oberwerries oder dezentral in den Turngauen angeboten werden.

Eine schwierige Situation sowohl für die Verbände als auch für unsere Vereine, Übungsleiter und Trainer. Das WTB-Referententeam arbeitet seit Wochen mit Hochdruck daran, ein digitales Ausbildungsangebot zu schaffen, um möglichst zeitnah einen Start in eine Übungsleiter- oder Trainerausbildung zu ermöglichen.

Wir freuen uns, mit der **ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital** jetzt ein vollständiges E-Learning-Modul anbieten zu können, mit dem ein Einstieg in unsere Lizenzausbildungen online möglich ist.

Denn, wenn unsere Vereine und (angehende) Übungsleiter im Moment nicht zu uns kommen können, dann bringen wir die Ausbildung zu ihnen! Wir sind schon sehr gespannt, wie dieses Angebot angenommen wird und freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen!

Digitaler Einstieg jetzt für alle Interessierten ab 16 Jahre möglich

Die **ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital** erweitert das WTB-Ausbildungssystem um einen zusätzlichen Qualifizierungsbaustein im E-Learning-Format. Bereits seit einem Jahr konnten Absolventen der Vorstufenqualifikationen

- ÜL-Assistentenausbildung (Grund- und Aufbaumodul)
- Trainer-Assistenten und
- Zertifikat Kinderturnen

mit einem E-Learning Baustein die Basisqualifizierung erlangen. Diese Möglichkeit besteht natürlich auch weiterhin! Dieser Baustein wurde inhaltlich nun erweitert und für alle an einer ÜL-C bzw. Trainer-C Lizenz interessierten Personen geöffnet.



ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital

Die Voraussetzung für Ausbildungen im organisierten Sport online

Viele Übungsleiter und Trainer wünschen sich schon länger mehr Flexibilität in den Ausbildungen. Durch die neue **ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital**, dem Einstiegsmodul in eine Übungsleiter- bzw. Trainer-C-Lizenz des Westfälischen Turnerbundes, werden nun bis zu vier Tage Präsenzzeit gespart und durch entsprechende Heimarbeit ersetzt. So lassen sich Trainerausbildung, Schule, Studium oder Beruf besser vereinbaren und das in einer Zeit, in der reduzierter Körperkontakt zwingend eingefordert wird.

So funktioniert das Online-Angebot

Nach der Anmeldung zum Lehrgang erhalten die Teilnehmer eine E-Mail mit dem weiteren Verfahren: Registrierung auf WTB-Lernplattform, Einschreibung in den Online-Kurs und Kontakt zum Online-Tutor. Auf der WTB-Lernplattform sind dann die unterschiedlichen Lektionen themenweise zusammengestellt und bestehen in der Regel aus Texten, Bildern und kleineren Wissenstests. Die Anwendung der Online-Plattform ist einfach zu erlernen, so dass auch wenig erfahrene PC-Nutzer diese schnell nutzen und bedienen können.

Zum Wissens- und Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmern gibt es ein Forum und über den Online-Tutor gibt es auch immer einen Ansprechpartner, der mit Rat und Tat zur Seite stehen kann.

Mit dem Bestehen des Onlinemoduls **ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital** ist die Voraussetzung für die Zulassung zu allen Aufbauprofilen auf der ersten Lizenzstufe (ÜL-C, Tr-C) im Westfälischen Turnerbund erfüllt. Der Aufwand des Anerkennungsmoduls beträgt ca. 32 LE. Das DTB-Grundlagenbuch ist inklusive.

Voraussetzung zur Registrierung in der WTB-Lernplattform sind ein internetfähiges Endgerät sowie eine gültige E-Mail-Adresse.

ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital

Aus den Inhalten:

- didaktische methodische Grundlagen zum Aufbau und zur Planung einer Unterrichtsstunde
- methodisches Vermitteln von Inhalten; methodische Grundprinzipien
- motorische Grundlagen / Trainingslehre
- Grundlagen der Körperwahrnehmung und Haltungsschulung
- aktiver und passiver Bewegungsapparat
- motorische Grundfertigkeiten
- Grundlagen des Herz-Kreislaufsystems
- Musikeinsatz als methodische Hilfe
- Erste Hilfe bei Sportverletzungen, PECH Regel
- Anforderungsprofil eines Übungsleiters und Trainers
- der WTB im Verbundsystem des Organisierten Sports
- Hospitation einer Sportstunde

Die Anmeldung erfolgt im GymNet oder schriftlich (s.u.). Die Registrierung im digitalen Lernzentrum des WTB erfolgt mit der Einladung ca. 5 bis 10 Tage vor Start der Online-Maßnahme.

Die Teilnehmer haben danach 21 Tage Zeit, sich die Lerninhalte anzueignen.

Kosten: 70,- (inkl. DTB-Grundlagenbuch). Voraussetzung: Mitglied in einem Sportverein und Mindestalter 16 Jahre.

Anmeldungen zu den ersten beiden Durchgängen sind ab sofort möglich

ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital 1. Durchgang

LG-Nr 20302110

Zeit: Anmeldung bis spätestens 10. Mai 2020 / Start 15. Mai 2020

Onlineanmeldung

ÜL-/Tr-C-Basisqualifizierung Digital 2. Durchgang

LG-Nr 20302120

Zeit: Anmeldung bis spätestens 31. Mai 2020 / Start 5. Juni 2020

Onlineanmeldung

Weitere Informationen und Fragen zur Basisqualifizierung Digital bei:
Simone Eggert (eggert@wtb.de), Tel. 02388 300000

Kurz notiert

► Facebook und Co. –

WTB und WTJ mit neuen Seiten

Der Westfälische Turnerbund und die Westfälische Turnerjugend sind jetzt auch bei Facebook aktiv. Schaut doch mal rein, schreibt uns und natürlich freuen wir uns über viele Likes:

[WTB bei facebook](#)

[WTJ bei facebook](#)

Die WTJ bei Instagram findet ihr unter wtj.tuju

► Die zehn Leitplanken des DOSB

Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens zwei Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

Körperkontakte müssen unterbleiben

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z.B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.

Mit Freiluftaktivitäten starten

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden.

Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine Option sein.

Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

In der Version vom 28. April 2020

Mega-Stress oder komplette Entschleunigung?

Eine Pandemie verändert das Arbeits- und Sportleben

Von Kirsten Bessmann-Wernke

Die medialen Danksagungen an alle Helfer, Ärzte, Pfleger, Polizei, Feuerwehr und zahlreichen anderen Menschen in systemrelevanten Berufen machen deutlich, wie sehr die Corona-Krise viele Menschen an ihr Limit bringt. Manch einer arbeitet doppelt soviel wie normal, gibt alles, um anderen zu helfen und stellt sein eigenes Leben völlig in den Hintergrund. Freizeit oder Familienleben? Keine Chance!

Für andere aber bedeutet die derzeitige Situation, so viel Zeit zur Verfügung zu haben, wie schon lange nicht mehr. Wer in der Gastronomie oder im Fremdenverkehr tätig ist, mit Gruppen arbeitet oder Kurse in Vereinen gibt, hat ungewollt plötzlich sehr viel Zeit. Freizeit?

Wie fühlt es sich an, nicht mehr arbeiten zu dürfen oder, auf der anderen Seite, viel mehr arbeiten zu müssen? Eine Bewertung, was besser und wertvoller ist, scheint derzeit unangebracht und nicht gerecht.

Die Corona-Krise stellt für alle Menschen eine Extremsituation dar. Soziale Distanz, Angst vor Ansteckung, fehlender geregelter Tagesablauf, berufliche Unsicherheit und das Vermissen von Hobbys stehen geballt als unüberwindbare Hürde vor uns. Laut des Meinungsinstituts Ifop zeigen 37% von 1000 Befragten Anzeichen psychischer Nöte. Das ist eine beängstigende Zahl, die deutlich macht, dass nicht nur für die physische, sondern auch für die psychische Gesundheit Sorge getragen werden muss.

Psychologen warnen davor, sich der gefühlten Hilflosigkeit hinzugeben und stattdessen aktiv gegen pessimistische und depressive Gedanken anzugehen. Ein geregelter Tagesablauf, Kontakte per Telefon pflegen und Sport treiben, wenn auch nur alleine oder zu zweit, können ein wirksames Mittel sein.

Auch für aktive Leistungssportler ist die derzeitige Situation eine Herausforderung. Die Verlegung der Olympischen Spiele macht deutlich: die Perspektive, Wettkämpfe in diesem Jahr durchzuführen, ist nicht gerade rosig. Wer sein Geld mit Sport verdient oder zu den besten deutschen Athleten zählt, darf sich nicht hängen lassen. Denn wer es jetzt nicht schafft, sich alleine zu motivieren wird den Anschluss schnell verlieren.

Die deutsche RSG-Turnerin Daniela Huber zeigt sich in einem DTB-Interview kämpferisch und zuversichtlich: *„Jeder ist in der gleichen Situation und ich denke, es wird unsere Mannschaft nur noch stärker machen ...“*

Die Disziplin und der Ehrgeiz unserer deutschen Top-Athleten sollte für jeden von uns ein motivierendes Beispiel sein, trotz Pandemie den Blick nach vorne und für das Wesentliche nie zu verlieren. Das heißt, wahrt die soziale Distanz, aber haltet trotzdem eure sozialen Kontakte aufrecht und sorgt somit auch für eure psychische Gesundheit.

Kolumne



Alles außer gewöhnlich:

DIE BLAU-WEISSE ZEITREISE DES TV SACHSENROSS HILLE ZUM 100-JÄHRIGEN

Als Vereinsvorstand und ein neu gegründeter Festausschuss gut anderthalb Jahre vor dem Jubiläumsdatum 17. Februar 2020 ihre Planungen starteten, waren sich alle einig: Das sollte angemessen begangen werden! Möglichst viele Vereinsmitglieder sollten sich an den Vorbereitungen beteiligen und somit eine hohe Identifikation erreicht werden. Wichtig war allen: Man wollte zwar angemessen zurückblicken, aber gleichzeitig den heutigen Verein in seiner ganzen Breite präsentieren. Und so plante man:

- einen Festakt – ausdrücklich nicht nur mit den üblichen Reden vor geladenen Gästen, sondern als unterhaltsamen Rückblick, offen für alle Vereinsmitglieder, mit anschließendem Austausch
- eine Chronik, die zwar historische Daten, vor allem aber das Leben der Menschen in und mit ihrem Verein über die Jahrzehnte zeigen sollte
- das Sportmusical *Die blau-weiße Zeitreise*, das die verschiedenen Abschnitte der Vereinsgeschichte auf der Bühne lebendig werden lassen sollte – spartenübergreifend aufgeführt von ca. 140 Sportlern und mit Hilfe von 80 weiteren Helfern in Szene gesetzt

Diese drei Geburtstags-Highlights fanden rund um das historische Datum im Februar 2020 statt, weitere Aktionen der einzelnen Abteilungen wurden über das Jahr verteilt geplant. Man kann es erahnen: Da steckte eine Menge Arbeit drin. Erfreulich viele Vereinsmitglieder waren bereit, sich für ein tolles Ergebnis reinzuhängen.

Der Festakt

Zum Festakt am 21. Februar 2020 wurde den rund 400 Gästen – Ehrengästen, Funktionären und Vereinsmitgliedern in





bunter Mischung - der rote Teppich ausgerollt. Das Vorstandsteam begrüßte jeden Gast persönlich. Zum Auftakt gab es eine Kostprobe des Sportmusicals *Die blau-weiße Zeitreise* mit dem Tanz *Mein kleiner grüner Kaktus*. In seiner kurzen Ansprache stellte der 1.

Vorsitzende Matthias Grannemann die vier entscheidenden Punkte des Vereinslebens heraus: Die Jugendarbeit, die Gemeinschaft, die Wurzeln und die ständige Erneuerung. Danach übergab er das Mikrophon an Vereinsmitglied und Moderatorin Sarah von Behren, die locker und charmant durch den Abend führte. Wie kam es zur Vereinsgründung und zum Namen Sachsenross? Das erfuhren die Gäste durch fünf junge Männer in altertümlicher Kleidung, die auf der Bühne den Moment der Gründungsidee als Schauspielerszene wieder auferstehen ließen (ebenfalls eine Szene aus dem Sportmusical). Die einzelnen Abteilungen Turnen/ Breitensport inklusive Leichtathletik, Handball, Tischtennis

und Tennis stellten sich und ihre Entwicklung in verschiedenster Form vor: im Dialog mit unterschiedlichsten Aktiven auf der Bühne oder mit Film- und Fotoausschnitten. Ein Highlight war der Vortrag von Tennis-Urgestein Wolfgang Freitag, der nach hartem Match mit Schläger um den Hals einen humorvollen Tennis-Rückblick mit einigen Insider-Anekdoten zum Besten gab. Das langjährige Mitglied des ältesten Amateurkabarets Deutschlands, der Mindener Stichlinge, ließ sein Publikum Tränen lachen und anschließend begeistert applaudieren. Hervorzuheben auch der Beitrag von Kreissportbund-Präsident Prof. Dr. Jens Große, der auf der Bühne mit dem Zeitzeugen Hermann Buhrmester – mit über 80 Jahren das langjährigste aktive Vereinsmitglied und Sohn eines Vereinsgründers – auf einer Bank Platz nahm und im vertrauten Gespräch die Vereinsgeschichte erlebbar machte. Dass Jens Große den Festakt außerdem als Referenzveranstaltung für andere Jubiläumsfeiern bezeichnete, freute die Organisatoren natürlich sehr. Ehrungen? Gab es auch, ganz locker in den Abend eingebunden.

Die Chronik

Ein neunköpfiges Team formierte sich gut ein Jahr vor dem Jubiläum, um die Vereinsgeschichte aufzuarbeiten. Alle Vereinsmitglieder wurden aufgerufen, Fotos und Geschichten einzureichen – der Rückblick sollte nicht nur Zahlen, Daten und Fakten





enthalten, sondern vor allem die Bedeutung des Vereinslebens für die Menschen zu unterschiedlichen Zeiten vermitteln. Die Arbeit im Team wurde in Dekaden-Abschnitte aufgeteilt, weitere Kapitel zu besonderen Persönlichkeiten und Bräuchen kamen dazu – und dann ging es an die Arbeit: Alte Zeitungsberichte, Jahresberichte und Fotos sichten – nichts Wichtiges vergessen, aber auch nicht langweilig werden, und vor allem: Fristen einhalten! Es entstand ein gebundenes Buch mit 108 reich bebilderten Seiten, das ab dem Festakt erworben werden konnte. Die schönste Rückmeldung ans Chronikteam war die eines älteren Vereinsmitgliedes am nächsten Tag: Er habe das Buch über Nacht durchgelesen – es habe ihn so gepackt, dass er nicht aufhören konnte ...

Die blau-weiße Zeitreise

Am 22. und 23. Februar hieß es dann dreimal Vorhang auf für *Die blau-weiße Zeitreise*. Sogenannte Sportmusicals haben im TV Sachsenross Hille Tradition. Bereits 1998 (*Cats & Gymnastics*), 2002 (*Lili*) und 2008 (*Diamonds*) war man damit sehr erfolgreich. Der Gedanke dahinter: In eine Geschichte verpackt wird in verschiedensten Vorführungen das Leistungsspektrum des Vereins gezeigt. Alle Akteure sind Teil des großen Ganzen und bekommen ihre Bühne, perfekt mit passenden Kostümen und mit Licht und Ton in Szene gesetzt. Die kreative Leitung liegt bei Mareike Netzeband. Sie entwickelt die Geschichte und hat die Vorführung schon im Kopf, wenn alle anderen noch Fragezeichen in den Augen haben. Sie hat Ideen für die einzelnen Choreografien – auch viele gruppenübergreifende, coacht die Schauspieler und führt bei allen Vorführungen Regie. Nach einem Jahr mit vielen Trainingsstunden in den einzelnen Gruppen, einigen Gemeinschaftsproben an Samstagen und einer Probenwoche in den Weihnachtsferien wurde zur Aufführung aufwendige Licht- und Tontechnik in der Aula installiert. Die Rahmenhandlung: Die beiden Kinder und Vereinsmitglieder Malin und Jesko finden am Tag des 100-jährigen Vereinsjubiläums eine alte Telefonzelle auf einem Schrotthaufen, die sich als Zeitmaschine entpuppt und die beiden in Zehnjahres-Schritten durch die Vereinsgeschichte führt. Sie sehen die Gründerväter und die ersten Barrenturner, das Turnen auf Trümmern und den Start der Handballer, die Laienspielgruppe aus den 1960er-Jahren, den Beginn von Tennis und Tischtennis als Schwarzlicht-Vorführung,



die Leichtathleten, eine spektakuläre Air-Track-Vorführung und noch vieles mehr. Zur Untermalung sind auf zwei großen Leinwänden passende historische Bilder zu sehen. Als sie endlich wieder im Hier und Jetzt ankommen, haben Malin, Jesko und alle Zuschauer den TV Sachsenross richtig kennengelernt. Standing Ovationen der rund 1000 Zuschauer zeigten: Der Teamspirit kam rüber. Klein und groß, jung und alt, Breiten- und Leistungssportler sowie die Helfer im Hintergrund hatten ein ganz besonderes Vereinshighlight entstehen lassen. Folgerichtig war auch die After-Show-Party grandios ...

Fazit

Der TV Hille ist aus mehreren Gründen dankbar:

1. Viele Vereinsmitglieder übernahmen Verantwortung und brachten sich mit ihren Talenten und Fähigkeiten ein.
2. Der Verein gab ein eindrucksvolles Statement seiner Lebendigkeit und Leistungsfähigkeit ab.
3. Die Vereinsgemeinschaft ging gestärkt aus diesem Projekt hervor. Es entstand ein spartenübergreifendes Wir-Gefühl, und sogar eine neue Gruppe bildete sich aus der ursprünglich auf Zeit angelegten Projektgruppe Barrenturnen.
4. Das Jubiläum fiel noch geradeso in die Zeit vor Corona: So konnten die genannten Jubiläums-Highlights wie geplant durchgeführt werden. Leider erleben aktuell viele Vereine, auch in unserer direkten Nachbarschaft, das andere Szenario mit Absagen und ungewisser Planungsmöglichkeit. Wir wünschen ihnen und uns allen, dass wir diese Krise gemeinsam gut überstehen und danach die Jubiläen umso mehr gewürdigt und gefeiert werden können. Wir alle aber werden soziale Gemeinschaft, das Herzstück aller Vereinsarbeit, sicher viel mehr zu schätzen wissen.



Im Wimperschlag-Finale auf der Strecke geblieben ... Am Ende bleibt Platz zwei für die Goethe-Turnerinnen im WK III (Jtfo)

„Zweimal so ein Herzschlag-Finale, das halte ich nicht durch!“, stöhnt Stefanie Liening, Kunstturn-Trainerin am Landesleistungsstützpunkt Turnen in Dortmund. „Zweimal erwartungsfroh angereist, zweimal Überraszendes geleistet, zweimal fehlt nur ein Wimperschlag zum Sieg!“

Friederike Sassenberg, Sarah Thomas, Helena Siebert, Rabia Kurt, Carolina Stein waren – wie die Crew im Wettkampf IV zwei Wochen zuvor – bereits bis ins Landesfinale gestürmt und wollten noch weiter!

Optimal vorbereitet hatte die Sportlehrerin des Goethe-Gymnasiums ihre Turnerinnen auf den Landesentscheid Jugend trainiert für Olympia. Sich für das Bundesfinale in Berlin zu qualifizieren, das stand ganz oben auf der Wunschliste des etablierten Wettkampfteams (WK III). Dafür hatten sich alle mächtig ins Zeug gelegt und über das übliche Pensum hinaus trainiert, engagiert, motiviert, zielgerichtet. Aufgrund von Personalsorgen sprang kurzfristig Rebecca Weber mit ein.



In Mettingen ging es im Februar an die Geräte

„Ein krasser Wettkampf – da müsste man eigentlich eine Story draus machen“, ist Liening auch von ihren Gefühlen hin- und hergerissen: „Mega-Übungen, super sicher, am Balken vielleicht etwas zu leicht, dafür clever zusammengestellte Performance am Boden und Barren“, lässt sie die Dinge Revue passieren. „Caro, die aufgrund von Übelkeit am Sprung nicht eingesetzt wurde, durfte vor Wettkampfende sogar noch nachspringen. Eine ganz starke Vorstellung!“

Trotzdem zieht hier Ahaus, ein Team aus dem Münsterland, um Haarsbreite an Dortmund vorbei. „Um dreieinhalb Zehntel das Berlin-Ticket verpasst!“, bricht es aus der Lehrer-Trainerin heraus, „Und wieder in so einem Herzschlag-Finale! Es ist zum Heulen!“ – der Vize-Landestitel tröstet da zunächst nur bedingt.

Inzwischen ist das fünftägige Berlin-Finale genauso abgesagt wie alle anderen Sportveranstaltungen. Und es bleibt der Gedanke: Hätte man sich für Berlin qualifiziert, dann käme die Absage jetzt noch bitterer ...





Home-Training der Gymnastinnen der Schwerter Turnerschaft in Zeiten der Corona-Pandemie



Erfinderisch muss man sein und richtig kreativ, um in diesen Zeiten die Motivation der Gymnastinnen zu erhalten und auch noch zu fördern. Die Cheftrainerin Swetlana Dehn und Alisa Ulfovich trainieren fast täglich per Whats-App und Internet mit ihren Leistungsgymnastinnen.

Da die Sporthallen gesperrt und sämtliche Handgeräte dort eingeschlossen sind, versuchen die Gymnastinnen jetzt zu Hause ihre Kondition und Beweglichkeit zu erhalten oder sogar zu verbessern. Das gelingt mit Übungen aus dem Ballett sowie Bein- und Fußarbeit und Dehn- und Kräftigungsübungen und zwar einzeln in den jeweiligen Familienwohnungen.

Als Ersatzhandgeräte dienen jetzt u.a. auch Klopapierrollen

Nach der kurzfristigen Absage der Westfälischen Meisterschaften und der Absage des DTB für alle Wettkämpfe im April und Mai diesen Jahres halten sich die Gymnastinnen so regelmäßig in der Woche fit. Wir finden, das ist ein gutes Beispiel dafür, das beste aus der derzeitigen Situation zu machen!

Die Fotos sind aus dem Programm der Gymnastinnen im Home-Office-Training.





Ehrgeiz trotz Corona ungebrochen



Wenn es nach den im Detmolder Turnleistungszentrum betreuten Turntalenten gegangen wäre, hätten sie in den Osterferien am liebsten durchtrainiert. Doch das Corona-Virus machte ihnen einen Strich durch die Rechnung, da alle Sportstätten in Nordrhein-Westfalen geschlossen werden mussten.

Was die Stimmung bei den Kids aber nicht trüben konnte. Und so bauten sie kurzerhand zu Hause ihre Zimmer zu kleinen Turnhallen um. Natürlich lässt sich das Training im Turnleistungszentrum nur schwer ersetzen. Aber der Bewegungsdrang und der damit verbundene Ehrgeiz ist groß, wie die Fotos beweisen. Bei dem gutem Wetter ging es dabei auch auf die Terasse oder in den Garten, um die von Michael Gruhl mitgegebenen Trainingsaufgaben umzusetzen und sich so gut wie möglich für die Wettkämpfe in der zweiten Jahreshälfte in Form zu halten.

Deshalb warten alle ungeduldig darauf, dass die Sportstätten nach den Osterferien wieder geöffnet werden und alle zu ihrem gewohnten Trainingsalltag zurückkehren können.



Sebastian Bocks kreatives Trainingsgerät

SKV-Hometraining

Auch die kleinen und großen Turner der Siegerländer Kunstturnvereinigung können seit Beginn der Corona-Pandemie bedingten Kontaktsperre nicht wie gewohnt trainieren. Das Kunstturnleistungszentrum in Dreis-Tiefenbach ist seit dem 15.3.2020 geschlossen, wann es wieder teilweise oder ganz geöffnet werden kann, ist derzeit noch nicht abzusehen.

Betroffen sind nicht nur die Bundesligaturner der SKV, die hier trainieren, sondern auch der gesamte Nachwuchsbereich. Gerade für die jungen Turner ist eine wochenlange Trainingsperre eine erhebliche Beeinträchtigung ihrer sportlichen Entwicklung, während die älteren Turner schon eher damit umgehen können, weil sie in ihrer Karriere

fast alle schon einmal ähnliche oder längere Trainingspausen hauptsächlich durch Verletzungen erleben mussten und gelernt haben, dass es auch danach wieder weiter geht.

Um die Zeit so gut wie möglich zu nutzen, hat der SKV Bundesligaturner Sebastian Bock auch in Vertretung des hauptamtlichen Trainers Rainer Weishaar, der sich just in dieser Zeit einem länger geplanten chirurgischen Eingriff unterziehen musste, ein Trainingsprogramm für zu Hause entworfen, bei dem es hauptsächlich den Erhalt und Ausbau von Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer geht, den athletischen Eigenschaften also, auf die es beim Turnen besonders ankommt. Und damit es nicht beim Üben bleibt, hat Sebastian auch gleich einen Wettbewerb ins Leben gerufen – die SKV-Stay-At-Home-Challenge.

Die Teilnehmer melden ihre Ergebnisse wöchentlich an Sebastian Bock und senden auch Bilder und Videos ein. Damit



*Kreisflanken im Wohnzimmer:
auch Leonard Nickel trainiert
zu Hause*



Moritz Becker beim Stütz

das alles ins rechte Licht gerückt werden kann, hat die SKV extra eine weitere Homepage eingerichtet – unter www.skv-stay-at-home-challenge.de kann man sehen, mit welchem Fleiß und Einfaltsreichtum die Turner und ihre Eltern die besondere Herausforderung dieser Situation angenommen haben.

Teilnehmen kann übrigens jeder – mittlerweile gibt es auch die ersten Berichte der ausländischen Weltklasseturner, die für die SKV in der Bundesliga an die Geräte gehen, und die zum Teil ebenfalls noch unter den Bedingungen in ihren Heimatländern leiden und ihr Training aussetzen mussten.



Ilias Gafurow

Bleibt die Hoffnung, dass die Pandemie möglichst bald eingedämmt und beherrscht werden kann, damit wieder Normalität einkehrt in das Leben der Menschen, und natürlich auch der Sportler, nicht nur der Siegerländer Kunstturnvereinigung.

Turngaunachrichten

MÄRKISCHER TURNGAU



Helmut Siller verstorben

Helmut Siller ist wenige Tage vor seinem 82. Geburtstag gestorben. Er war zunächst von 1991 bis 93 stellvertretender Oberturnwart und anschließend bis 1999 Oberturnwart im Märkischen Turngau.

In seine Amtszeit fielen unter anderem die Jubiläums-Veranstaltungen zum 125-jährigen Bestehen des Märkischen

Turngaus. Nach dem Ausscheiden aus dem MTG-Vorstand wurde Helmut Siller in den Ehrenrat gewählt, dessen Vorsitzender er bis 2019 blieb.

Wir haben Helmut Siller in den vielen Jahren seiner ehrenamtlichen Tätigkeit im Märkischen Turngau als fröhlichen, aufrechten und verlässlichen Menschen kennen gelernt und werden ihn so in Erinnerung behalten.

Peter Dekowski erneut Vorsitzender im Bezirk Ruhr

Peter Dekowski bleibt Vorsitzender des Bezirks Ruhr. Er wurde beim Bezirksturntag ebenso wie Schriftwartin Annette Volp und der AK-Leiter Leichtathletik Friedhelm Baumgart für vier weitere Jahre gewählt.

22 Vereine mit 9215 Mitgliedern gehören dem Bezirk an. Bei den Vorstandas-Berichten gab es eine durchweg positive

Der Vorstand des Bezirks Ruhr mit (v.l.) Edith Schmidt, Julina Pomare, Peter Dekowski, Friedhelm Baumgart, Milena Müller-Kissing, Aileen Ottofrickestein, Ilse Kleinbeck und Annette Volp



Ihre Partner



EMSCHER-RUHR-TURNVERBAND

Michael Müller (m.d.W.b.)
Kreuzkamp 3 | 44803 Bochum
m-e.mueller@t-online.de



Werner Herrmann
Mozartstraße 9 | 59174 Kamen
Telefon 02307 933285
werner.herrmann@hmt-turngau.de



Wesley Baankreis
Frankfurter Straße 42 | 58553 Halver
baankreis@lenne-volme-turngau.de



Doris Tölle
Im Mühlenfeld 1 | 32816 Schieder
Telefon 05284 5225
info@lippischer-turngau.de



Geschäftsstelle
Boeler Straße 86 | 58097 Hagen
Telefon 02331 84406
gst@maerkischer-turngau.de



Alexandra Pfau
Dehmer Bergweg 50 | 32549 Bad Oeynhausen
alexpfau77@googlemail.com



Christa Wissing
Lausitzer Weg 10a | 33129 Delbrück
Telefon 02944 2666
christa-wissing@t-online.de



Achim Ronczkowski
presse@turngau-muensterland.de



Friedrich Voss
Meisenweg 10 | 59823 Arnsberg
Telefon 02931 6732
friedrich-voss@t-online.de



Juliane Scheel
Am Rauhen Berg 12 | 57271 Hilchenbach
Telefon 02733 7768
pr@siegerland-turngau.de

Bilanz der Veranstaltungen im Gerätturnen und der Leichtathletik. Dennoch stehen die Vereine vor großen Herausforderungen, sagte Peter Dekowski, es geht auch um die Zukunft der Mitglieder in den Vereinen und den finanziellen Rahmenbedingungen.

Ralf Nölken bleibt Vorsitzender in Hemer-Menden

Ralf Nölken bleibt für die nächsten zwei Jahre Vorsitzender des Turnbezirks Hemer-Menden. Er wurde beim Bezirksturntag erneut in dieses Amt gewählt, machte aber deutlich, dass es seine letzte Periode ist. Ein neuer Oberturnwart konnte nicht gefunden werden. Die Aufgabe wird deshalb kommissarisch weiter von Hans-Jürgen Mertens wahrgenommen.

In den weiteren Vorstand wurden Bezirksgeschäftsführer Dennis Köchling, Kunstturnwartin Carina Schnurbus und Prellball-Fachwartin Angelika Löser-Markgraf gewählt.

Um weitere Mitglieder für die Vorstandsarbeit zu interessieren, gab es vier Wochen nach dem Turntag eine Info-Tagung, in der die Vorstandsarbeit erläutert wurde.

TURNGAU MINDEN-RAVENSBERG

Seniorentreffen der Sportvereinigung Steinhagen

Der Vorstand der Spvg Steinhagen hatte seine über 60-jährigen Mitglieder aus allen sieben Abteilungen am 6. März zum 18. Seniorentreffen in die Mensa



des Schulzentrums eingeladen. Der Vorsitzende Andreas Wesels und sein Stellvertreter Christian Scholl begrüßten 108 gut gelaunte Sportler.

Nach dem gemeinsamen Kaffeetrinken sorgte ein abwechslungsreiches sportliches Programm für Unterhaltung. Den Anfang machte eine Gymnastikgruppe mit einer Hantelchoreographie. Zwei Nachwuchsturnerinnen zeigten am Barrenholm akrobatische Übungen und wurden dafür mit viel Applaus belohnt.

Auch die im letzten Jahr gegründete Cheerleadergruppe konnte die Zuschauer mit zwei

Tänzen begeistern. Mit Hinweis auf das Gründungsjahr des Sportvereins – Turnverein Jahn – vor 120 Jahren, stimmte die Abteilungsleiterin der Turnabteilung Hildegard Dreyer die Gäste auf einen Film aus dem Jahr 1960 ein. Er dokumentiert das Vereinsjubiläum und gibt einen Rückblick auf die Sportplatzeinweihung 1934 und die Jugendlager ab 1950. Der Film weckte bei vielen Älteren Erinnerungen, besonders dann, wenn sie sich als junge Menschen wiedererkannten.

Wie im Fluge vergingen die zwei Stunden und alle freuen sich schon auf das nächste Treffen im März 2021. *Hildegard Dreyer*

60 Jahre TV Langenholdinghausen – 60 Jahre Karl Heinz Messerschmidt

Am 8. März 1960 wurde der TV Langenholdinghausen aus der Taufe gehoben und auf den Tag genau 60 Jahre später erhält Karl Heinz Messerschmidt für sein ganz besonderes Vereins-Engagement die höchste Auszeichnung, die der Deutsche Turner-Bund (DTB) für Vereinsfunktionäre bereithält – den DTB-Ehrenbrief mit silberner Ehrennadel. Ehrenfried Scheel, Vorsitzender des Siegerland Turngaus, ließ es sich nicht nehmen, diese hohe Auszeichnung selbst zu überbringen. In seiner Laudatio würdigte er den sportlichen Werdegang des Geisweiders, dem bereits die Gau-Ehrenplakette (1980), die WTB-Ehrenurkunde in Bronze (1985) und Silber (2010) sowie die DTB-Ehrenurkunde in Bronze (1990) verliehen wurden.

Karl Heinz Messerschmidt ist eines der Gründungsmitglieder des Turnvereins im Tal der Holzklaus und der Birlenbach und von Anfang an ununterbrochen in der Vorstandsarbeit tätig. Seine Ehrenamtskarriere begann der damals 18-Jährige 1960 als Schriftwart. Seit 1995 hat er das Amt des 1. Vorsitzenden inne. Zu diesen 60 Jahren Vorstandstätigkeit addiert sich seine jahrzehntelange Funktion als Trainer in der Leichtathletik.

Zum 60. Geburtstag des Vereins hatte der Verein zum Nostalgie-Treffen mit Kaffee und Kuchen in die vereinseigene Halle geladen. Karl Heinz Messerschmidt begrüßte die geladenen Gründungsmitglieder, 19 der 22 Urgesteine waren der Einladung gefolgt. Mit großer Aufmerksamkeit ließen sich alle Gäste in frühere Zeiten versetzen, denn der Vorsitzende hatte die Vereinschronik im Zeitraffer kurzweilig aufbereitet. Er betrachtete nicht nur den Verein

an sich, er wusste auch aus dem Dorf und der weiten Welt vor 60 Jahren zu berichten und glänzte mit den Vornamen aller Holleküser, die 1960 geboren waren.

Vier Podestplätze beim Victoria-Cup für Siegerländer Trampolinturnerinnen Platz 1 für Joula Hofmann (TuS Fellinghausen) und Mira Irle (TV Gosenbach)

Auch in diesem Jahr nahmen insgesamt 21 Trampolinspringer aus den Vereinen TV Gosenbach, VTV Freier Grund und TuS Fellinghausen am Victoria-Cup in Herzebrock-Clarholz teil. Acht Teilnehmer konnten sich für die Finalwettkämpfe qualifizieren.

Im Basiswettkampf WK2/Jg. 2011/2012 belegten Nisa Daldaban und Kim Lorek im Finale die Plätze 7 und 8, Arwa El Saleh, Lennard Christ, Beyza Nas Daldaban und Justus Moog (alle TV Gosenbach) erreichten die Plätze 20, 21, 26 und 27. Im Basiswettkampf WK4/Jg. 2007/2008 erreichten Jana Boor und Paula Jung, beide VTV Freier Grund die Ränge 16 und 21.

Im Basiswettkampf WK 5/Jg. 2002 – 2006 turnte sich Sarah Eichner (TuS Fellinghausen) bei ihrem ersten regionalen Wettkampf mit tollen Übungen ins Finale und konnte am Ende mit Rang 3 einen der begehrten Pokale mit nach Hause nehmen. Im Premiumwettkampf P7/P8 landete Mira Irle vom TV Gosenbach einen Startzielsieg, als jüngste Teilnehmerin gestartet, ließ sie den teils älteren Starterinnen keine Chance und durfte verdient ganz oben auf das Siegerpodest klettern. Platz 7

Karl-Heinz Messerschmidt erhält die Auszeichnung von Ehrenfried Scheel



belegte ihre Vereinskameradin Zoe Stahl, Tiana Kretzer belegte nach Übungsabbruch in der Pflicht den 11. Rang.

Im Premiumwettkampf M5 turnte Joula Hofmann (TuS Fellinghausen) ebenfalls einen tollen Wettkampf, führte schon nach dem Vorkampf das Feld an und zeigte auch im Finale eine tolle Übung. Platz 1 und den zweiten Siegerpokal für dieses Jahr nach dem Gewinn des Barmstedt-Cups im Februar waren die Belohnung. Meriam Mortaji (TV Gosenbach) konnte sich im Finale noch einmal steigern und belegte ganz knapp geschlagen mit nur 0,05 Punkten Rückstand auf den 3. Platz Rang 4. Durch eine Unachtsamkeit in der Finalkür nach dem 10. Sprung erreichte Nele Wetter (TuS Fellinghausen) schließlich den 8. Rang. 10. wurde Amaya Bellersheim (VTV Freier Grund). Dana Irle (TV Gosenbach) und Maja Blöcher (TuS Fellinghausen) belegten

nach Patzern in der ersten Kür die Plätze 25 und 26.

Luca Stahl (VTV Freier Grund) Premium WK M7 qualifizierte sich als Zweitplatzierter für das Finale, musste jedoch im Finale noch einen Springer vorbeiziehen lassen und erreichte Rang 3. Jakob Schlensak (VTV Freier Grund) und Jonna Hofmann (TuS Fellinghausen) starteten in der WK 10, M13-16, hier muss die Pflichtübung für die Deutschen Meisterschaften geturnt werden. Durch einen Patzer in der Pflichtübung verpasste Jonna Hofmann trotz der besten Kürübung das Finale auf Platz 5 um 0,3 Punkte, Jakob Schlensak belegte im Finale den 4. Rang.

Text/Foto: Heidi Höchst

RTG Weidenau zufrieden bei deutschen Mannschaftsmeisterschaften

Die RTG Weidenau hatte sich mit ihren beiden Mannschaften für die deutschen Vereinsmeisterschaften im Ringtennis in Sunderwich (bei Recklinghausen) als Zweitplatzierter aus dem Bereich Mitte qualifiziert. Sowohl die Jugend als auch die Erwachsenen konnten zum Kampf um den Titel antreten. Einige weitere Vereinsmitglieder waren zum anfeuern und unterstützen mit ins Ruhrgebiet gereist „Die familiäre Stimmung und die Unterstützung bei den Turnieren zeichnet unseren Verein aus“, so Lilly Schneider, Jugendspielerin der RTG Weidenau.

Gespielt wurde erst eine K.O.-Zwischenrunde. Die ersten Schweißperlen rollten bereits in den ersten Minuten. Auf allen Feldern sah man die Spieler voller Ehrgeiz hinter den gelben Ringen herspringen. Die



Die RTG-Mannschaft 2020

RTG Weidenau stand direkt dem stark aufgestellten TV Kieselbronn gegenüber, musste sich aber mit einem 2:14 geschlagen geben. Somit ging es weiter in einer Dreiergruppe um die Plätze 4-6. Hier konnte aber das junge Team aus vielen ehemaligen Jugendspielern überzeugen. Sie gewannen souverän mit 16:0 gegen den TV Bodenwerden. Die Begegnung gegen die SKG Rossdorf ging mit 9:7 hart erkämpft, aber verdient gewonnen ebenfalls an die RTG. Den Gesamtsieg konnte sich die SG Suderwich vor dem TV Neubiberg sichern.

Die Jugendmannschaft der RTG hatte direkt in der ersten Begegnung den späteren deutschen Meister vom TV Rübenach auf der anderen Seite des Netzes. Die jungen Sieger mussten sich leider mit einem 6:14 geschlagen geben. Jetzt hieß es nochmal Kräfte sammeln und weiter konzentrieren. „Besonders wichtig ist an solch aufregenden Tagen immer, dass möglichst viele hinter einem stehen, einen unterstützen“, so Kristina Bergholz, eine Jugendspielerin der

RTG-Weidenau. Mit Erfolg: die nächste Begegnung gegen den auch in der Jugend starken Gegner TV Kieselbronn konnte auf ein 10:10 Unentschieden gebracht werden. In der allerletzten Begegnung gegen die SKG Rossdorf reichte es immerhin für ein 7:13. Insgesamt ging der TV Rübenach vor der SKG Rossdorf als neuer deutscher Meister hervor.

Wer Lust bekommen hat, die Sportart Ringtennis einmal selbst auszuprobieren, ist herzlich eingeladen, dienstags und freitags ab 18 Uhr in der Turnhalle der Glückaufschule am Haardter Berg vorbeizuschauen! Unser neues und junges Trainerteam freut sich auf neue Gesichter.

Text/Foto: Stefanie Kaiser

Frühjahrslehrgang für Frauen in Bad Laasphe fand großen Gefallen

Wie in jedem Jahr fand Anfang März 2020 der Frühjahrslehrgang des Turnbezirk Wittgenstein für interessierte Turnerinnen statt. Aus zehn Sportvereinen trafen sich 40 Frauen in der Dreifachturnhalle in Bad Laasphe.

Unter der Anleitung von Sabine Kühn, die unter dem Motto *Kräftigung und Geschicklichkeit mit dem Gymnastikseil* ein intensives Training anbot, wurden alle Muskeln aktiviert. Die zweite Einheit an diesem Nachmittag fand unter der Leitung von Neli Marowski statt. Sie führte die Turnfrauen in das Thema *Aroha* –



Gesundheitssport im Dreiviertel-Takt ein. Die abschließende Entspannung führte zu einem harmonischen Ausklang an diesem Nachmittag. *Text/Foto: Elke Feist*

Sehr gute Leistungen beim zweiten Hallensportfest der Cup-Saison 2020 in Feudingen

Anfang März ließ es Corona noch zu, ein Hallensportfest auszurichten. 110 Leichtathleten trafen sich auf Einladung des TV 08 Feudingen im Schul- und Sportzentrum auf der Bergkuppe zwischen Rückershausen und Feudingen.

Nachdem die Männer bereits 90 Minuten vor den Frauen ihre Wettkämpfe gestartet hatten, gab es für die weiblichen Teilnehmer kaum Wartezeiten bei den einzelnen Disziplinen. Alle Frauen fingen mit dem Weitsprung aus dem Stand an, der in der Pausenhalle in gewohnter Manier über die Bühne ging. Damit konnten die fleißigen Helfer die Sprunganlage schnell abbauen und die Fläche mit Tischen und Stühlen bestücken. So gab es dann genügend Platz für das anschließende wohlverdiente Kaffeetrinken und Genießen der herrlichen selbstgebackenen Torten.

Besonders hervorzuheben sind die Top-Weitsprungergebnisse gerade bei den jungen Männern. Die Gegebenheiten beim Feudinger Sportfest lassen für alle Teilnehmer nur den Weitsprung aus dem Stand zu. Mit sagenhaften Weiten von 2,97 und 2,96 Metern glänzten Jonas Katzmarzik (TV Kredenzbach-Lohe) und Nico Weyandt

(TuS Erndtebrück). Mit der Weite von 22,34 m beim Vollballwurf und 8,84 m beim Kugelstoß setzte sich der Kredenzbacher in der Gesamtwertung mit zwölf Punkten Vorsprung vor den Erndtebrücker Leichtathleten.

Die Höchstpunktzahl des Tages erreichte der M60-Athlet Harald Wittig des TuS Erndtebrück. Für seine tollen Leistungen – 2,64 m im Weitsprung aus dem Stand, 28,62 m Vollballwurf und 11,46 m Kugelstoß – wurde er mit 286 Punkten belohnt.

In der M65 lieferten sich Günther Sollbach (TV Gosenbach) und Horst Schneider (TSG Helberhausen einen Kopf-an-Kopf-Wettkampf. Sah es nach dem Weitsprung noch so aus, als dass Horst Schneider den ersten Platz für sich verbuchen würde (2,47 m zu 2,37 m), holte der Gosenbacher im Vollballwurf und

Kugelstoßen die Punkte und hatte am Ende mit 261 Zählern zwei Punkte mehr als sein Mitstreiter.

Bei den Frauen ging die Tageshöchstpunktzahl an die in der W55 startende Liane Seifert (TuS Erndtebrück). Mit insgesamt 277 Punkten lieferte sie einen tollen Wettkampf: Sprung: 2,29 m, Vollballwurf: 21,70 m und Kugelstoßen: 9,34 m.

Mit Tagesbestleistungen machten auch Pia Otto (TuS Müsen) und Katja Marburger (TuS Erndtebrück) auf sich aufmerksam. Die Müsenerin, die ihre Altersklasse W50 deutlich gewann, warf den Ball 24,17 m weit. Die Erndtebrückerin, Gewinnerin der W40, setzte mit 2,43 die Bestmarke im Weitsprung.

Michael Giesler, TV Krombach



Groß rauskommen ist einfach.



sparkasse.de

Mit einem Partner, der sportliche Talente fördert.

Als Partner des Westfälischen Turnbundes engagieren sich die Sparkassen in Westfalen-Lippe im Breiten- und im Spitzensport sowie in der Nachwuchsförderung.

Damit fördern wir Teamgeist, Toleranz und fairen Wettbewerb – sportliche Werte, für die auch die Sparkassen stehen.

WTB 
WESTFÄLISCHER TURNERBUND

 Sparkassen
in Westfalen-Lippe