



# JAHR BUCH

**TV Schiefbahn**  
1899 e.V.



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Der Vorstand	5
Unsere Ehrenmitglieder	6
<b>Abteilungen</b>	
Badminton	8
Bogensport	11
Gymnastik	19
Handball	22
Tanzen	30
Triathlon	39
Turnen	43
Volleyball	49
Wasser- und Gesundheitssport	51
Angebote für alle	63
Ereignisse des Jahres	64

## Impressum

Herausgeber: TV Schiefbahn 1899 e.V., Jahnstraße 1, 47877 Willich-Schiefbahn  
Schriftleitung: Ralf Weitz, Ulrike Bamberg  
Layout: Marie Schmitt, Steffi Lichter

Artikel, die mit Namen oder Kürzel gekennzeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt die der Schriftleitung dar.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Der Vorstand	5
Unsere Ehrenmitglieder	6
<b>Abteilungen</b>	
Badminton	8
Bogensport	11
Gymnastik	19
Handball	22
Tanzen	30
Triathlon	39
Turnen	43
Volleyball	49
Wasser- und Gesundheitssport	51
Angebote für alle	63
Ereignisse des Jahres	64

## Impressum

Herausgeber: TV Schiefbahn 1899 e.V., Jahnstraße 1, 47877 Willich-Schiefbahn  
Schriftleitung: Ralf Weitz, Ulrike Bamberg  
Layout: Marie Schmitt, Steffi Lichter

Artikel, die mit Namen oder Kürzel gekennzeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt die der Schriftleitung dar.

# Vorwort

Lange ist es her...

Vor nunmehr 30 Jahre stellte ich mich erstmalig zur Wahl für das Amt des 2. Vereinsvorsitzenden.

Auch wenn es mir manchmal so vorkommt als wäre es erst gestern gewesen, hat sich doch vieles verändert. Wenn es damals etwas zu besprechen gab, traf man sich - oft bei einem Bier - oder kommunizierte über das Telefon. Die EDV steckte noch in den Kinderschuhen, erste PC und Faxgeräte wurden heimisch - Smartphones mit den heutigen Möglichkeiten waren schlichtweg Science Fiction.



Die Palette unserer Sport- und Übungsangebote ist seitdem stetig gewachsen und damit auch unsere Mitgliederzahlen. Vereinsstrukturen und Aufgabenverteilung wurden immer wieder überdacht und auf die neuen Belange hin angepasst. Was das Geschäftliche angeht, entschieden wir uns für den Weg, weg vom Ehrenamt, hin zur bezahlten Tätigkeit - anders war diese Arbeit weder leistbar noch sicherzustellen. Natürlich befinden wir uns auch weiterhin im stetigen Wandel, müssen uns den täglichen Herausforderungen stellen, neue Perspektiven entwickeln und diese vorantreiben, um attraktiv zu bleiben.

**Um für die Zukunft richtig aufgestellt zu sein, braucht es jüngere, unverbrauchte kreative Köpfe die bereit sind, Verantwortung zu übernehmen, um mit frischem Elan und Begeisterungsfähigkeit die Zukunft unseres Vereins zu gestalten. Ich stelle mich also in diesem Jahr ein letztes Mal zur Wiederwahl, auch um Begonnenes zu Ende zu führen.**

**Vereinsarbeit ist ein wertvoller sozialer und kultureller Bestandteil unserer Gesellschaft. Mein Herzenswunsch wäre, dass sich – ähnlich wie zu meinen Anfängen – ein Team Gleichgesinnter fände, um meine Arbeit und die meiner Vorgänger fortzuführen.**

Für den Sport, für unsere Kinder und Jugendlichen, und nicht zuletzt auch für uns.

Denkt bitte einmal darüber nach und gebt Euch einen Ruck. Ihr könnt auf ein starkes Team zählen, das Euch in allen Belangen unterstützen wird.

Euer Vorsitzender

Ralf Weitz

# Der Vorstand



**1. Vorsitzender**  
**Ralf Weitz**  
Tel. 02154 / 811912  
ralf.weitz@tv-schiefbahn.de



**2. Vorsitzender und**  
**Ressortleiter Internet**  
**Michael Pfeiffer**  
Tel. 02154 / 70100  
michael.pfeiffer@tv-schiefbahn.de



**Geschäftsführerin**  
**Ulrike Bamberg**  
Tel. 0151 20102132  
ulrike.bamberg@tv-schiefbahn.de

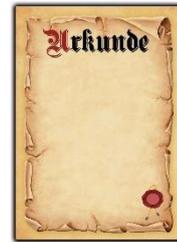


**Ressortleiterin Finanzen**  
**Claudia Gerhards**  
Tel. 02154 / 70100  
claudia.gerhards@tv-schiefbahn.de



**Ressortleiter**  
**Sport und Soziales (kommissarisch)**  
**Michael Weyers**  
Tel. 02154 / 951522  
Michael.weyers@tv-schiefbahn.de

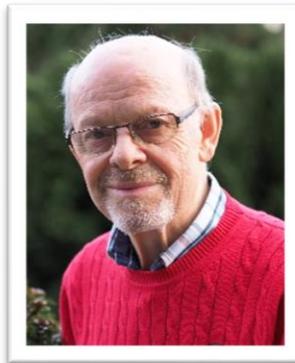
# Unsere Ehrenmitglieder



**Peter Bäumges**  
Ehrenvorsitzender



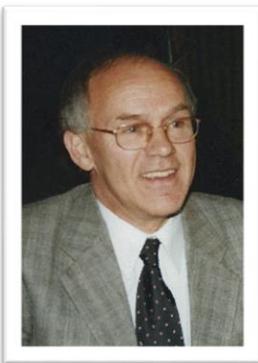
**Ingrid Bäumges**



**Siegfried Bolduan**



**Jakob Deutmarg**



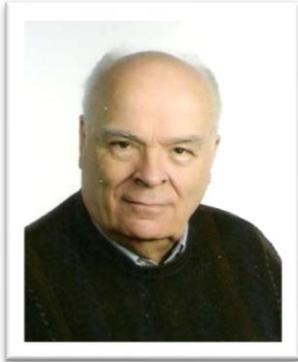
**Karl Engels**



**Josef Funk**



**Heinz Hoffmann**



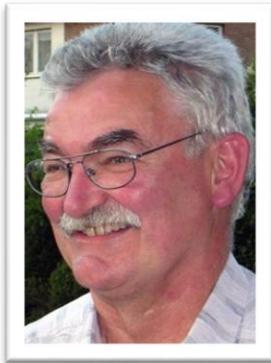
**Karl Ippers**



**Winfried Kreuels**



**Wolfgang Kunschke**



**Gerd Leenen**



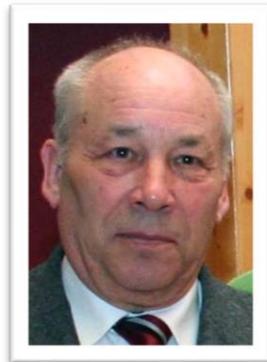
**Josef Maaßen**



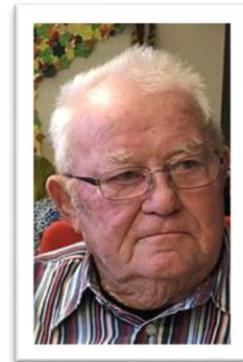
**Heinz Müllers**



**Dieter Schaper**



**Hans Peiffer**



**Hermann Wohlfart**

# Abteilung Badminton



**Torben Daun**  
**Abteilungsleiter**  
Tel. 01578 2292847  
Email: torben.daun@tv-schiefbahn.de



**Selina Daun**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**  
Tel. 01573 6156624  
Email: Selina.daun@tv-schiefbahn.de



**Mario Zerressen**  
**Stellvertretender Abteilungsleiter**  
Tel. 01573 6259783  
Email: mario.zerressen@tv-schiefbahn.de



**Marion Doyle**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**  
Tel. 01573 9032571  
Email: marion.doyle@tv-schiefbahn.de

## Unsere Angebote:

Badminton für Jugend und Erwachsene

## Jahresbericht

Trotz Herausforderungen blicken wir auf ein sehr erfolgreiches Jahr zurück.

### Saison 2020 / 2021

Für die vergangene Saison schlossen sich die Schiefbahner Senioren mit dem Neersener TB und dem TV Anrath zu einer Spielgemeinschaft zusammen. So konnten wir drei Mannschaften in drei unterschiedlichen Spielklassen (Kreisklasse, Kreisliga, Bezirksklasse) aufstellen. Die Saison lief zunächst sehr gut an - besonders die erste und die zweite Mannschaft lieferten überzeugende Leistungen. Leider wurde die Saison vorzeitig abgebrochen und blieb letzten Endes ungewertet. Am Ende erzielte die erste Mannschaft einen hervorragenden zweiten Platz. Auch die zweite Mannschaft verpasste die Tabellenführung nur um Haaresbreite. Die dritte Mannschaft landete auf einem sehr soliden vierten Platz.

Die Jugend trat in der U15 und der U19 jeweils mit einer Mannschaft an. Obwohl beide Mannschaften für die Altersklasse sehr jung waren, stellten sie unter Beweis, dass sie schon gut mit „den Großen“ mithalten können und landeten mit den Plätzen 4 und 5 im Mittelfeld ihrer jeweiligen Staffel.

### Turnierbetrieb



3. Platz: Torben u. Selina Daun

Auch der sonst so rege Turnierbetrieb zwischen den Saisons - also in der Zeit von April bis August - fand nicht wie üblich statt. Unter strengen Auflagen wie festen Sitzplätzen auf der Tribüne, Einbahnstraßensystemen oder dem Verzicht auf eine Cafeteria konnten trotzdem ein paar wenige Turniere stattfinden. Leider konnten die Schiefbahner nicht an die Doppelerfolge aus dem letzten Jahr anknüpfen. Immerhin wurde im Mixed C beim jährlichen Willicher Yonex Cup ein dritter Platz erreicht.

Einen weiteren Erfolg erzielte eine Kooperation einer Iserlohner Spielerin und eines Schiefbahner Spielers im Mixed B in Herne. Die beiden mussten sich zwar den Vorjahressiegern geschlagen geben, erreichten damit aber einen zweiten Platz.

Das hauseigene traditionelle Schleifchenturnier fiel zum zweiten Mal in Folge aus. Hierfür setzen wir all unsere Hoffnung auf das nächste Jahr.

### Saison 2021 / 2022

Die uns allen verordnete Zwangspause war der Motivation und/oder körperlichen Fitness nicht gerade zuträglich. Dementsprechend fanden sich weniger Leute für den Saisonbetrieb. Immerhin konnten wir trotzdem - erneut in Kooperation mit dem NTB und dem TVA - zwei Mannschaften (Kreisliga, Bezirksklasse) melden. Zum Ende der Hinrunde konnte sich die zweite Mannschaft über einen ersten Platz freuen. Die erste Mannschaft litt unter einigen Ausfällen und lag nach der Hinrunde auf dem vierten Platz.

Derzeit ist die Rückrunde noch nicht abgeschlossen, trotzdem hat die zweite Mannschaft sich bereits am vorletzten Spieltag den ersten Platz gesichert und steigt damit zur kommenden Saison in die Bezirksklasse auf. Die erste Mannschaft steht weiterhin auf Platz Vier und wird die Saison auf den mittleren Rängen abschließen.

Im Jugendbereich fanden sich immerhin noch acht Spielwillige, die aufgrund eines akuten Damenüberschusses als „Mini“-Mannschaft in der U19-Altersklasse antraten. Dadurch trugen sie erheblich zur Steigerung der Frauenquote in ihrer Staffel bei.



Die zweite Mannschaft der Spielgemeinschaft

Obwohl die meisten unserer Spieler auch noch in der U15 spielen dürften und teilweise gegen fünf Jahre ältere Gegner antraten, schlugen sie sich sehr wacker und lagen nach der Hinrunde auf einem sehr respektablen vierten Platz.

In den Spielen, die zum Teil auch sehr knapp ausgingen, trat ganz klar der Kampfgeist unserer Nachwuchsspieler zutage.

Aktuell stehen unsere Schüler auf einem hervorragenden dritten Platz und sind nur zwei Punkte vom Spitzenplatz entfernt.

## **Abteilung**

Die ersten fünf Monate des Jahres ruhte der Betrieb. In dem Zeitraum bot der Landesverband Badminton zahlreiche Online-Sessions an, in denen Ambitionierte weiterhin sowohl die allgemeine Fitness als auch Schlag-Trockenübungen trainieren konnten.

Im Juni durften wir dann vorsichtig wieder ins Training starten. Die Kontaktverfolgung war bereits aus dem Vorjahr bekannt und stellte uns vor keine größeren Herausforderungen. Hierfür nutzten wir unter anderem eine vom Landesverband Badminton entwickelte App.

Ausnahmsweise blieben die Hallen dieses Jahr über die gesamten Sommerferien geöffnet. So mussten wir nicht kurz nach der Wiederaufnahme des Trainings erneut eine Pause einlegen. Im Anschluss an die Urlaubssaison konnten wir uns über einen regen Mitgliederzulauf im Seniorbereich freuen.

Als im Herbst dann doch einige Hallen renoviert werden mussten, kam der Geist der Spielgemeinschaft verstärkt zum Tragen. So gastierten Anrather in den Schiefbahner Hallen, ebenso durften wir zum Ende des Jahres in ihre Halle ausweichen. Auch der Neersener TB nahm Spieler aus beiden Vereinen herzlich beim Training auf.

Unsere Abteilungsversammlung fand dieses Jahr im September statt. Nachdem Irmgard über ein Jahrzehnt die Geschicke der Badminton-Abteilung gelenkt hat, durften Heike und sie endlich ihr Amt niederlegen. Abgelöst wurden die beiden durch das Viergespann Mario Zerressen, Marion Doyle, Selina Daun und Torben Daun. An dieser Stelle möchten wir uns noch einmal ganz herzlich bei Irmgard und Heike für ihre tolle Arbeit bedanken.

## **Vorsätze für 2022**

Im Jugendbereich wollen wir noch etwas bei den Mitgliederzahlen nachlegen. Dafür planen wir unter anderem Schnupperkurse und einen Tag der offenen Tür. Auf jeden Fall möchten wir nach zweijähriger Unterbrechung wieder unser traditionelles Schleifchenturnier durchführen und dazu auch herzlich unsere Kollegen aus der Spielgemeinschaft einladen. Darüber hinaus hoffen wir natürlich, dass unsere Spieler gesund bleiben und es nicht erneut zu einem Lockdown kommt.

In diesem Sinne wünschen wir allen ein schönes und erfolgreiches Jahr.

Torben Daun, Selina Daun, Marion Doyle und Mario Zerressen  
Abteilungsleitung

# Abteilung Bogensport



**Ralf Bleckwedel**  
**Abteilungsleiter**

Tel.: 0177 3007550

Mail: ralf.bleckwedel@tv-schiefbahn.de



**Monika Weyers**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**

Tel.: 02154 / 951522

Mail: monika.weyers@tv-schiefbahn.de



**Elisabeth Schnieder**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**

Tel.: 02154 / 4729591

Mail: elisabeth.schnieder@tv-schiefbahn.de

## Unsere Angebote:

Bogensport Blank-, Compound-, Lang- und Recurve-Bögen  
für Jugendliche und Erwachsene

## **Jahresbericht**

Unsere Abteilung hat sich seit der Gründung im August 2007 auf durchschnittlich 150 Mitglieder eingependelt. Und diese 150 Bogenschützen/innen sind eine super Gemeinschaft, über die Ihr Euch in den folgenden Berichten einen kleinen Einblick verschaffen könnt.

### **Corona**

Leider hat Corona uns dieses Jahr weiter „verfolgt“. Da die Bogenschützen/innen sehr viele Entbehrungen in Kauf nehmen mussten, hatten wir uns entschlossen, den Abteilungsbeitrag für das 1. Halbjahr 2021 nicht einzuziehen.

Ab Mitte Mai durften wir unter starken Auflagen (Maximalbegrenzung und Rückverfolgungslisten) endlich wieder auf dem Außengelände trainieren. Aber viele von uns waren noch sehr vorsichtig und somit waren die Trainingseinheiten am Anfang nicht sehr stark frequentiert. Dies spielte sich aber im Laufe des Sommers allmählich ein, so dass wir dann immer zwischen 10 und 20 Personen bei jeder Trainingseinheit waren.

Tja, man sollte meinen, dass sich in einem Jahr unter Corona nicht viel tut. Aber dem war dann doch weit gefehlt, die Zeit wurde sinnvoll genutzt. Nachfolgend ein paar Einblicke, was sich so alles bei uns getan hat.

### **Vereinsapp in Corona-Zeiten**

Ende letzten Jahres wurde im TV Schiefbahn eine neue App eingeführt. Die Bogensportabteilung hat die Pilotierung übernommen, um die Funktionen zu testen und zu optimieren. Hier haben wir alles direkt unter einem „Dach“. Ob Informationen über alle Abteilungen, Trainingszeiten oder Termine, die sporadisch sind und im Laufband angezeigt werden. Aber auch die Nachrichten, die auf der Homepage eingestellt werden, kommen direkt als Push-Up auf das Handy.

Mittlerweile sind wir komplett weg von WhatsApp und führen unseren Austausch nur noch über die Chats in der TVS-App. Ob Informationsaustausch, Umfragen über ein spezielles Modul, eingesetzt zur Abfrage der Trainingsteilnahme, alles funktioniert einwandfrei und unkompliziert.

Das Schöne an der App ist, dass die Chats auf Mitglieder einzelner Abteilungen begrenzt sind, d. h. ein Nichtmitglied kann die Chats nicht lesen. Des Weiteren kann sich aber ein neues Mitglied über die Themen der Vergangenheit im Chat informieren, da diese - anders als z.B. bei WhatsApp - auch für diejenigen, die sich später angemeldet, zur Verfügung stehen.

### **Neue Abteilungsshirts**

Nachdem sich zum x-ten Mal die Kollektionen bei unserem alten Sport-Shirt-Anbieter geändert hatten und wir wieder einmal unsere Abteilungsshirts nicht mehr bekommen konnten, haben wir uns entschieden, einen anderen Anbieter zu nehmen. Hier haben wir uns für den Anbieter Andreas Althaus entschieden, der sich auf Materialien für Bogensportler spezialisiert und uns zudem einen 10-jährigen Nachkaufgarantie gegeben hat.



Zusammen mit Andreas, der selbst ein Bogenschütze ist, haben wir ein sehr schönes Design entwickelt, das bei all unseren Bogensportlern/innen sehr gut ankommt. Anhand einer Musterkollektion konnten wir dann eine Anprobe starten, um die korrekten Größen zu bestellen.

Dann kam Corona und wir hatten die bestellten Shirts hier liegen. Hm... was tun? Also Shirts einpacken, die Adressen so gut es geht ermitteln und ab ins Auto, Kurierdienst spielen. In einer Aktion über 2 Tage hinweg haben Monika und Michael Weyers dann alle Bogensportler/innen mit dem Einwurf der Shirts in den Briefkasten direkt zu Jahresanfang überrascht. Die Freude war riesig.

### **Neuer Zugang zum Außengelände vom Bolzplatzweg aus**



Um uns den Zugang zum Gelände für kleinere Gruppen während der Corona-Zeit zu ermöglichen, haben wir in Abstimmung mit der Stadt am Ende unseres Außengeländes ein kleines Tor eingebaut.

Um dieses aber nutzen zu können haben wir den „Feldweg“ zwischen unserem Zaun und dem Tennisclub eingeebnet und gesäubert und somit einen Parkplatz für bis zu 8 PKWs geschaffen. Dieser ist aber bei Öffnung der Jahnsportanlage nur für Notfälle gedacht.

### **Moderne Sportstätte**

Über einen Förderantrag beim Land konnten wir für die Modernisierung unsere Bogensportanlage Fördergelder beantragen. Hiervon wurde

- Das Gelände zwischen den Unterständen und der Schießlinie gepflastert und somit behindertengerecht gemacht.
- Eine neue Materialhütte angeschafft.

Von den ermittelten Kosten übernahm das Land 90%. 10% mussten wir Bogensportler/innen in Eigenleistung erbringen. Das haben wir auch kräftig getan:

- Kies abgetragen
- Hütte aufgebaut
- Erdaushub an der Schießwand begradigt und Saatgut eingesät
- Zerfahrenen Boden durch die Bauarbeiten begradigt und neu eingesät
- Split eingekehrt

Aber was wurde jetzt alles genau gemacht:

Wir haben die Fläche hinter der Schießlinie und dem Unterstand zum Aufbau der Bögen gepflastert und somit die Unebenheiten herausgenommen. Rollstuhlfahrer und andere Behinderte konnten über die bisher vorhandene Rasenfläche schlecht laufen bzw. fahren.





Der Aushub des Mutterbodens wurde in Abstimmung mit der Stadt vor unserer Schießwand aufgefahren und verteilt. Um das Gelände auch etwas ökologischer zu bekommen, haben wir hier bienen- und schmetterlingsfreundliches Saatgut eingearbeitet, um den Insekten ein vielfältiges Nahrungsangebot zu bieten 😊.



Neben der „alten Metall-Materialhütte“ wurde nun eine weitere Materialhütte aufgebaut. Da unsere Mitgliederzahl gestiegen ist, musste weiteres Material gelagert werden. Unsere bisherigen Hütten platzten so langsam aus den Nähten 😊.

Hierfür haben im März 6 Bogensportler den alten Kies unter der Überdachung entfernt und auf die Fläche für eine weitere Hütte angefahren.

Anschließend wurde die neue Hütte dann von diesen 6 Bogensportlern in mühevoller Kleinarbeit aufgebaut.





Unser Außengelände wurde somit während der Corona-Zwangspause im März/April umgestaltet und ist jetzt auch behindertengerechter.

### **Schyffbaner Wiesenturnier**

Auch in diesem Jahr konnten wir leider unser Wiesenturnier nicht durchführen. Die Hygienemaßnahmen machten uns einen Strich durch die Rechnung. Jetzt hoffen wir, dass wir im nächsten Jahr endlich wieder unser Turnier austragen dürfen.

### **Internes Apfelturnier**

Nachdem es um Corona im Sommer etwas ruhiger wurde, trauten sich einige Vereine unter massiv abgespeckten Versionen doch das ein oder andere Turnier zu veranstalten. Leider hätten wir unser Turnier auch unter diesen abgespeckten Bedingungen immer noch nicht starten können.

Dafür haben aber 7 unserer Schützen/innen am internen Apfelturnier in St. Tönis teilgenommen. Hierbei hat Andreas Kleinschmidt bei seinem allerersten Turnier den 1. Platz in der Klasse Bogen ohne Visier ergattert. Auch unsere anderen Teilnehmer/innen können mit ihren Plätzen 5-8 unter den Bedingungen der langen Turnierpause für das erste Turnier überhaupt absolut zufrieden sein. Super gemacht alle zusammen!



## Kids in Action



Auch dieses Jahr hat es der Stadtsportverband Willich geschafft, unter massiven Hygienevorschriften (Aufnahme der Anschriften, Mund-/Nasenschutz, Desinfektionsmittel für alle, Einbahnstrassenregelung ...), die jährliche Veranstaltung "Kids in Action" in den Sporthallen des St. Bernhard-Gymnasiums durchzuführen.

Auch wir waren mit einem Stand zum Bogenschießen vertreten. Aber keine Sorge, es wurde nicht mit "echten" Pfeilen geschossen, das war einfach zu gefährlich. Die Kids versuchten ihr Glück mit Pfeilen mit Gumminoppen.

Unsere Trainer Steffen Schicht und Stefan Graf wiesen die neugierigen Interessenten/innen in der Zeit von 11.00 bis 15.00 Uhr an. Manch eine/r kam sogar ein zweites und drittes Mal zum Probieren vorbei. 😊

## Schnupperkurse

Die Nachfrage nach Schnupperkursen ist auch während der Corona-Zeit ungebrochen. Es kommen kontinuierlich Anfragen nach entsprechenden Kursen bei uns an.

Im Juni haben wir nach Öffnung der Sportanlagen dann an allen 4 Wochenenden Schnupperkurse unter Coronabedingungen durchgeführt. Weitere folgten Ende August und Anfang September und einer im November in der Halle. Insgesamt haben wir 49 Interessenten/innen unseren schönen Sport beibringen dürfen. 22 davon sind mittlerweile Mitglieder in unserer Abteilung geworden.

## Nachtschießen

Das Wetter sollte gut werden, es war noch einmal ein recht milder Tag angesagt. Da wurde ganz spontan über eine Umfrage ein Nachtschießen für den 29.10. abgefragt. Die Resonanz war überwältigend. Innerhalb von 4 Tagen haben sich 40 Schützen/innen in der Umfrage für das Nachtschießen angemeldet!

Also haben wir schnell ein paar Getränke, Würste, Salate und Brötchen besorgt, den Grill angeschmissen, Feuerkörbe und Fackeln aufgestellt und Scheiben und 3D-Tiere aufgebaut. Und schon konnte es fast losgehen. Eintritt war nur unter 3G-Regeln möglich, also erst Einlasskontrolle am Eingang und dann ging es wirklich los.

Unter Beachtung der Coronaregeln hatten wir von 16.30 Uhr bis 22.00 Uhr einen superschönen Abend. Alle waren begeistert und wir fühlten uns fast wie „zu normalen Zeiten“. So viele Schützen/innen standen seit fast 2 Jahren nicht mehr an der Schießlinie.

Es hat richtig Spaß gemacht und das Strahlen der Gesichter trat in Konkurrenz zu den schönen wärmenden Feuern.



Leider gibt es nicht mehr zu berichten. Aber wenn wir das so recht überlegen, war ja doch wieder das ein oder andere Ereignis dabei 😊.

Und jetzt bleibt uns nur zu sagen und zu hoffen, dass es 2022 wieder mehr Gelegenheit gibt unseren schönen Sport auszuüben und auch wieder an Turnieren teilnehmen zu können.

# Abteilung Gymnastik



**Yvonne Olders**  
**Abteilungsleiterin**  
Tel.: 02156 / 4888373  
Mail: yvi.olders@gmail.com



**Lilli Wehler-Brell**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin und**  
**Ansprechpartnerin Yoga**  
Mail: l-training@web.de

## **Unsere Angebote:**

Step- / Aerobic

Body-Workout-Mix

Mobi-Stretch-Rücken

Fitnessgymnastik für Damen und Herren

Fitmix

Sport für Männer

Gymnastik für Damen

Yoga

## **Jahresbericht**

Die Abteilung Gymnastik konnte am Jahresende 205 Mitglieder verzeichnen.

Die Abteilungsleitung wird unverändert von Yvonne Olders geleitet. Lilli Wehler-Brell, die stellvertretende Abteilungsleiterin kümmert sich um die Belange der Yoga Angebote.

## Unsere Angebote:



### Step- / Aerobic

Montag 9:00 – 10:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Ein effektives Ausdauertraining zu aktueller Musik unter der Leitung von Petra Schöner. Die Konditionsklassiker, die sich seit vielen Jahren auf dem Fitnessmarkt bewährt haben.

### Body-Workout-Mix

Montag 10:00 – 11:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Ein zeitgemäßes, ganzheitliches Training, welches die Elemente Kraft, Ausdauer, Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Körpermitten-Stabilität vereint und somit zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Fitness führt.

### Step

Dienstag 9:00 – 10:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Übungsleiterin ist Lilli Wehler-Brell. Hierbei werden auf höhenverstellbaren Step-Brettern Ausdauer, Koordination und Bein-Hüfte und Gesäßmuskulatur trainiert. Auch das Herz-Kreislauf-System profitiert davon.

### Mobi-Stretch-Rücken

Dienstag 10:00 – 11:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Unter Anleitung von Lilli Wehler-Brell wird eine Kräftigung sämtlicher Muskelpartien bestrebt und somit auch eine Rückenmuskelstärkung erzielt.

### Fitmix



Dienstag 20:30 – 22:00 Uhr,

Turnhalle Astrid-Lindgren-Schule

Seit 08/21 unter neuer Leitung wird Lilli Wehler-Brell bei Ihnen durch Ausdauertraining und anschließendem Workout, Stretch und Relax-Übungen zur Kräftigung und Straffung sämtlicher Muskelpartien zu einem Wohlgefühl Ihres Körpers beitragen.

### Fitnessgymnastik für Damen und Herren



Donnerstag 18:15 – 19:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Hier trifft sich unter der Leitung von Uwe Dexheimer eine lustig gemischte Damen und Herrengruppe. Mit einem wechselnden Programm soll den gemeinsam den Wehwehchen des Alltags vorgebeugt werden.

## Gymnastik für Damen Ü60

Donnerstag 19:15 – 20:30 Uhr, Turnhalle Astrid-Lindgren-Schule

Nach dem Motto „Jung bleiben im Alter“ werden nach schöner Musik, Fitnessübungen in Richtung Pilates, rhythmisch zu Ihrem Wohlbefinden beitragen. Die lustige Truppe wird von unserer Renate Müller-Rennen geleitet



## Sport für Männer

Donnerstag 20:30 – 22:00 Uhr,  
Turnhalle Astrid-Lindgren-Schule

Unter der Leitung von Thorsten Busch werden aktuelle und altbewährte Mannschaftsspiele trainiert.

## Yoga



Dienstag 17:15 – 18:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle  
Bei diesem Kurs führt sie Lilli Wehler-Brell in Techniken ein, die Ihnen mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Energie durch Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation zugutekommen lassen.

Mittwoch 20:00 – 21:00 Uhr, Turnhalle Hubertusschule

Hierbei erleben Sie eine Kombination aus Fitnessyoga und Entspannung.

Donnerstag 8:30 Uhr – 10:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle

Lilli Wehler-Brell bietet ein vielschichtiges Bewegungsangebot welches über die klassischen Yoga – Asanas hinaus auch Faszientraining, Rückenyooga und Mobilitätstraining einfließen lässt

Des Weiteren finden im Kurssystem Yoga Angebote unter der Leitung von Kirsten Graap im Krumm Wekeln und in der Turnhalle GGS Wekeln, sowie ein Online live Angebot statt.

Bei Interesse an einem dieser Kurse teilnehmen zu wollen, melden Sie sich bei der Abteilungsleitung. Auch freuen wir uns über Empfehlungen an Freunde und Bekannte unserer Teilnehmer.

**"Die Stunde ist kostbar. Warte nicht auf eine spätere, gelegener Zeit", sondern "Move Your Body". Ein herzliches Dankeschön an unsere Übungsleiter/-innen, die dies alles erst ermöglichen.**

Yvonne Olders

# Abteilung Handball



**Wolfgang Topel**  
**Abteilungsleiter**  
**Männerwart**

Tel.: 02154 / 6837

Mail: info-handball@tv-schiefbahn.de



**Ralf Dubendorff**  
**Stellvertretender Abteilungsleiter**  
**Frauenwart / Jungenwart**

Tel.: 0157 72481413

Mail: info-handball@tv-schiefbahn.de

## Unsere Angebote:

Handballzwerge: Handball zum Kennenlernen für Kinder zwischen 5 und 7

Talentschuppen: Einstieg in den Handballsport für Anfänger ab 7 Jahre

Trainings- und Spielbetrieb für

- Jungen und Mädchen zwischen 7 und 12 Jahren
- Jungen zwischen 13 und 15 Jahren
- Mädchen / Frauen ab 16 Jahren
- Jungen / Männer ab 17 Jahren



## **Aus der Abteilung:**

### **Ein Blick zurück:**

Letztes Jahr haben wir den Bericht aus der Handabteilung mit folgendem Satz begonnen:

„Das Leben in der Handballabteilung war, wie fast überall in unserer Gesellschaft, im letzten Jahr geprägt von Herausforderungen, die sich vorher niemand hätte vorstellen können.“

Eigentlich könnte ich dieses Jahr wieder mit den gleichen Worten starten. Vielleicht noch mit dem Zusatz versehen: „Schlimmer geht immer ...“

Wir erinnern uns an den Sommer 2021:

Seit März 2020 hatten die Handballer keine Halle mehr von innen gesehen. Lauf- und Fitness-training auf dem Sportplatz oder Online-Training war an die Stelle von Technik-, Abwehr- oder Torwurftraining getreten. Das ist ungefähr so, als wenn man einem Tennisspieler seinen Schläger oder dem Bogenschützen seinen Bogen wegnimmt.

Kann man machen, macht aber nicht wirklich Spaß.

Im Sommer betrieben alle Handballvereine einen immensen Aufwand, um Trainings- und Spielbetrieb neu zu starten. Hygienekonzepte, Nachverfolgungslisten, Zu- und Abflussregelungen für die Hallen und vieles mehr wurden erstellt und organisiert, um den Handballern ihren Sport zu ermöglichen.

Tatsächlich schien es im Sommer 2020 so, als gäbe es auch ein Licht am Ende des Tunnels. Mit einer männlichen E, einer männlichen D, einer weiblichen B, einer Herren- und einer Damenmannschaft gingen wir im September nach den Sommerferien in die Saison. Auch der Talentschuppen und die 3. Halbzeit nahm den regulären Trainingsbetrieb wieder auf.

Im November 2020 dann das befürchtete Ende. Die Saison wurde abgebrochen, der Trainingsbetrieb eingestellt. All dieses hatte ich bereits im letzten Jahresbericht (Februar 2021) ausführlich dargestellt. Warum schreibe ich es noch einmal?

Damit man noch einmal eine Idee zur Dauer dieses Ausnahmezustandes bekommt.

Hier mal eine Beschreibung aus der Sicht von Henning als E-Jugendtrainer im Sommer 2021:

*Nachdem wir die Saison im Sommer noch begonnen und die ersten 5 Spiele als Sieger vom Platz gegangen sind, wurden wir wie Tausende anderer Sportvereine wieder in den Lockdown geschickt.*

*In den Monaten bis Weihnachten haben wir dann an einem Online-Trainingsangebot der HSG Krefeld (3. Liga) teilgenommen, welches der Verein bezahlt hat. Die Kinder starteten hier sehr motiviert, hatten aber als Teil einer großen Gruppe, aus der man nur wenige kannte, schnell mit der Motivation zu kämpfen. In dieser Zeit hat vor allem das Trainerteam gelernt, was man im Onlinetraining alles machen kann (Koordination, Kraft, Schrittfolgen, Taktik) und sich dann dazu entschieden, ab Januar eine eigenes Online-Training nur für unsere Kinder zu starten. Dies hat - trotz aller nachvollziehbarer Probleme eines Online-Trainings - viel besser*

*funktioniert als geglaubt. Ein großes Lob an die Kinder, die dieses Format ganze 2 Monate durchgehalten haben.*

*Ab dem 9.3. durften wir wieder auf den Sportplatz. Auch das ungewohnt für Hallensportler, aber trotzdem ein tolles Ereignis. Unbeschreiblich zu sehen, wie die Kinder schreiend und lachend auf den Sportplatz rennen und 90 Minuten mit knallroten Gesichtern und einem glücklichen Strahlen im Gesicht den Alltag im Distanz- oder Wechselunterricht vergessen haben. Seitdem hat sich immer mal wieder was geändert. Zuerst 20er Gruppen und keinerlei Einschränkungen bzgl. Körperkontakt - also mehr oder weniger "normales" Handballspielen. Dann eine kurze Zeit 10er-Gruppen und seit der Notbremse wieder in 5er Gruppen und mit getesteten Übungsleitern. Nur eines hat sich nicht geändert => Wir sind da und die Kinder voll motiviert bei der Sache.*

*Wir können es nun nicht mehr erwarten, endlich wieder in die Halle zu dürfen. Mit der Zeit hat der eine oder andere schon vergessen, wie es sich anfühlt, Handballer zu sein. Einige Neuzugänge haben dies noch nie erleben dürfen. Sobald wir wieder in die Halle dürfen, sind wir bereit. Dann werden wir uns in den neuen Mannschaften für die nächste Saison sortieren und die Vorbereitung für die neue Saison angehen.*

*Egal wie das wird => Nach dem, was die Kinder in dem letzten Jahr geleistet haben, bin ich mir sicher, dass sich dies auch an den Ergebnissen ablesen lassen wird.*

*An dieser Stelle möchte ich nicht vergessen, mich ausdrücklich bei den Eltern zu bedanken, die immer - trotz Sorgen um die Gesundheit der Kinder - mitgezogen haben. Danke auch an den Verein, der uns in dieser schwierigen Zeit keine Steine in den Weg gelegt hat.*

*Danke an die Stadt, die immer schnell auf neue Regeln reagiert und diese umgesetzt hat. Danke auch an die Freunde vom Fußballverein - bald habt Ihr eure Anlage wieder für euch 😊*

### **Saison 2021 / 2022 – die große Unbekannte**

Als wir dann endlich wieder in den regulären Trainingsbetrieb einsteigen konnten, galt es auch schon die Saison 2021 / 2022 zu planen.

Der Verband wollte wissen, mit welchen Mannschaften wir an den Start gehen würden. Hier war ein echter Blick in die Glaskugel gefragt. Wie viele Kinder und Jugendliche hatten wir verloren, wie viele standen in den Startlöchern oder würden bis zum Saisonstart im September neu dazu kommen, welchen Leistungsstand haben die Mannschaften nach der langen Pause.....



Da der donnerstags von Rolf Seidl und Markus Brouwers trainierte Talentschuppen trotz oder vielleicht auch gerade wegen der langen Hallenpause förmlich boomte, entschlossen wir uns erstmalig seit vielen, vielen Jahren, eine F- Jugend an den Start zu bringen.

Diese Mannschaft übernahm Markus Brouwers und zwischenzeitlich konnte er mit Thomas Strater einen zweiten Trainer für die Mannschaft gewinnen.

Greta Rother und Tamara Rütten übernahmen die D- und Henning Simon die E-Jugend.

Die C- Jugend übernahmen Benjamin Pasch und Ralf Dubendorff. Die weibliche A-Jugend wurde weiter von Svenja Dubendorff trainiert.

Bei den Damen wurde zum Saisonstart der Handballkreis Krefeld-Grenzland mit dem Handballkreis Mönchengladbach zusammengelegt. Unsere von Klaus Müllers und Jo Liedtke trainierte Damenmannschaft startete in der neu gegliederten Bezirksliga.

Unsere Herrenmannschaft startet unter dem Trainer Ingo Köpcke in der Kreisliga A. So konnten wir tatsächlich 5 Jugend- und zwei Seniorenmannschaften an den Start schicken.

### **Der sportliche Saisonverlauf.....**

Auch die Saison 2021 / 2022 steht wieder massiv unter dem Einfluss von Corona. Zwar ist der Spielbetrieb in dieser Saison durch den Verband nicht abgebrochen worden, aber Corona bestimmt den Spielbetrieb.

Wer die deutsche Nationalmannschaft bei der EM im Januar verfolgt hat, der hat eine Idee, wie sehr der Handball als Kontakt- und Team sport von Corona geschüttelt wird. Anders als der Bundestrainer kann ein Vereinstrainer aber nicht mal eben fünf, zehn oder noch mehr neue Spieler aus dem Hut zaubern.

Verständlich auch, dass Spieler / Spielerinnen oder Eltern entscheiden, dass sie oder ihre Kinder vor dem Hintergrund der Situation nicht am Trainings- und Spielbetrieb teilnehmen. Diese, sowie zahlreiche Coronainfektionen in den Mannschaften oder im Mannschaftsumfeld führen zu Spielabsagen, Spielverlegungen oder zu wöchentlich wechselnden Mannschaftskadern.

Vor diesem Hintergrund sind Spielergebnisse und Tabellenstände in dieser Saison nicht das Maß aller Dinge, wollen aber trotzdem betrachtet werden. Ich möchte an dieser Stelle keine Auflistung der Ergebnisse oder Tabellenplatzierung der einzelnen Mannschaften darstellen. Alle Spielergebnisse und Tabellenstände können im Internet unter

<https://hvniederrhein-handball.liga.nu>

eingesehen werden. Geht dort unter Spielbetrieb auf die Saison 2021 / 2022, dann auf die „Unterklasse“ Krefeld-Grenzland und dann könnt ihr alle unsere Mannschaften in folgenden Klassen finden:

- Die Herren in der Kreisliga A
- Die Damen in der Bezirksliga
- Die männliche F in der Kreisklasse Gruppe 1
- Die männliche E in der Kreisliga
- Die männliche D in der Kreisklasse Gruppe 1
- Die männliche C in der Kreisklasse
- Die weibliche A in der Kreisklasse

Trotzdem möchte ich zwei Mannschaften aufgrund ihrer derzeitigen Platzierung auch hier gesondert erwähnen.

Unsere aus dem Talentschuppen gegründete und nur aus Anfängern bestehende, neu gegründete F-Jugend hat bislang bis auf ein Spiel ausschließlich Siege eingefahren und steht unangefochten an der Tabellenspitze.

Unsere von Greta und Tamara in ihrer ersten Saison eigenverantwortlich trainierte D-Jugend belegt derzeit mit 11:5 Punkten einen hervorragenden zweiten Tabellenplatz.

Hier gilt allerdings auch ein besonderer Dank an Henning Simon, der neben der Betreuung seiner E-Jugend und zahlreichen anderen Engagements in der Abteilung (Organisation von

Techniktraining, Herbstcamp, Facebookpflege, Handballzwerge etc.) den beiden jederzeit mit seiner Erfahrung als Backup zur Verfügung steht.

## Aktionen neben dem regulären Spiel- und Trainingsbetrieb

### Techniktraining mit den Profis

Im Rahmen eines Trainingslagers der E- und D- Jugend und für einen zweiten Termin im September konnte die Handballschule Niederrhein um den erfahrenen 3.-Ligatrainer Felix Linden für ein Techniktraining gewonnen werden.



Die Handballschule postete später:

*„Wir waren heute zum Vereins-Techniktraining beim TV Schiefbahn. Themen waren hier die Techniks Schulung im Sprungwurf und die Lauftäuschung. Uns hat es großen Spaß gemacht! Wir kommen wieder!“*

Der Blick in die strahlenden Augen unserer Nachwuchshandballer nach den Trainingseinheiten sagte mehr als tausend Worte.

## Herbstcamp



In den Herbstferien haben wir in Zusammenarbeit mit der Handballschule Niederrhein ein viertägiges Handballherbstcamp in Schiefbahn veranstaltet.

Das Camp wurde nicht nur von unseren eigenen Nachwuchshandballern mit großer Begeisterung angenommen, es war auch offen für Handballer anderer Vereine.

Aufgrund des Erfolges und der tollen Zusammenarbeit werden wir es in den Herbstferien 2022 erneut anbieten.

Hier schon einmal die Werbung dazu.



**Handballschule  
Niederrhein**  
by Felix Linden

**Handball-Feriencamp  
mit der Handballschule-Niederrhein**  
(in Kooperation mit dem TV Schiefbahn)



**Schiefbahn**



47877 Willich  
Schiefbahner Str. 10  
Jakob Frantzen Halle  
12. - 14. Oktober 2022  
jeweils von  
9:30 - 15:00 Uhr  
**Vereinsmitgl. 115,- €**  
**Nichtmitgl. 125,- €**

- » Training für Mädchen und Jungen der Jahrgänge 2006 bis 2013
- » Betreuung der Kinder und Jugendlichen durch qualifizierte Trainer
- » Kleine Trainingsgruppen (10 bis 12 Kinder pro Trainer)
- » Sportübergreifende Stationen und spezielles Koordinations- und Techniktraining
- » Warmes Mittagessen, Obst und sportgerechte Getränke
- » Camp-Shirt von unserem Ausrüster Stanno
- » Freikarten für die Camp-Teilnehmer
- » Kleine Überraschungen
- » Urkunden für jedes teilnehmende Kind

Anmeldung und Infos unter:  
[www.handballschule-niederrhein.de](http://www.handballschule-niederrhein.de) (im Shop)

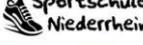
Unsere starken Partner:



Volksbank  
Niederrhein eG



KLETTERWALD  
NIEDERRHEIN  
www.kletterwald.net



Sportschule  
Niederrhein



HANDBALL-  
ÜBUNGEN



HARZHELDEN



myTACTICS



STANNO

### Ein neues Angebot:

Samstags 10:30 bis 12:00 in der Halle der Hubertusschule Schiefbahn  
Die Handballzwerge: Der Beginn für eine neue Generation.



*„Die ersten Kinder haben sich hierfür schon gefunden, aber wir freuen uns über jeden weiteren werdenden Handballstar. Was so früh beginnt das kann eigentlich nur ein starker Jahrgang (2015-17) werden.*

*Die Handballabteilung des TV Schiefbahn entwickelt sich wieder zu einem wichtigen Bestandteil im Sportangebot für Kinder und Jugendliche. Neben einer F-, E- D- und C-Jugend starten*

27

wir nun mit einem neuen Angebot für die ganz Kleinen, um die Grundlage zu legen für eine erfolgreiche Jugendabteilung.

Handball ist ein Sport, der von Schnelligkeit, Kraft, Koordination und dem Teamgedanken lebt. Außerdem stehen soziale Dinge wie Fairness, Respekt vor dem Gegner, Zusammenhalt und natürlich der sportliche Aspekt mit harter, disziplinierter Arbeit im Training sowie der Umgang mit Erfolg und Misserfolg im Mittelpunkt.

Die Kleinen sollen vor allem erstmal den Spaß am Spiel entwickeln. Nebenbei gewöhnen wir die Kinder an den Ball, lernen erste Techniken und Arbeiten an der allgemeinen Koordination.“

So warb Henning im Sommer 2021 für unser neues Angebot, welches er selbst zusammen mit Svenja Bäumges betreut. Inzwischen machen dort samstags bis zu zwanzig Kinder ihre ersten Schritte auf ihrem Weg in den Handballsport.



## Unterstützung und Sponsoring für die Handballabteilung



Vor Weihnachten wurden die F-, E-, D- und C-Jugendmannschaften mit einheitlichen Trainingsanzügen ausgestattet.

Unterstützt durch eine Spende der in Schiefbahn am Nordkanal ansässigen Firma

Saint-Gobain Performance Plastics Pampus GmbH

konnten Thomas Strater und Markus Brouwers bei der Firma Teamsportwelt in Wegberg ein attraktives Angebot aushandeln, so dass die Eltern die Spieler und Spielerinnen aller vier Mannschaften für relativ kleines Geld einheitlich ausstatten konnten.



Pünktlich zur Handball-EM konnte die Herrenmannschaft durch die Unterstützung der

NEUE WILLICHER BRAUEREI UG

mit einem neuen Trikotsatz ausgestattet werden.

Wie posteten sie anschließend so passend:

Weil wir es lokal lieben, sponsern wir nicht die #HandballEM sondern den TV Schiefbahn - Handball 🇩🇪 (...und weil wir für die EM zu klein sind, aber ihr versteht das Prinzip 😊)

D

Zu einem Jahresbericht gehört auch **DANKE** zu sagen.

Wir als Handballvorstand möchten uns bei allen Trainern, Eltern, Zeitnehmern und sonstigen Unterstützern der Handballabteilung bedanken.

Ich habe in meiner mehr als 40-jährigen Handballlaufbahn auch schwierige Zeiten erlebt. Aber die beiden letzten Jahre haben „Dank“ Corona alles getoppt. Wie ihr euch in der Zeit eingesetzt habt, die Kinder und Spieler eurer Mannschaften motiviert und unterstützt habt, dass verdient allergrößten Respekt und Dank.

Ohne euer Engagement hätten wir die Abteilung wahrscheinlich schließen können.

Unser besonderer Dank geht ganz besonders an zwei Menschen, die sich über viele, viele Jahre für die Handballabteilung engagiert haben und unzählige Stunden ihrer Freizeit in unsere Abteilung investiert haben.

Jo Liedtke war viele Jahre als Spieler, Trainer (zuletzt mit Klaus Müllers zusammen bei den Damen) und Vorstandsmitglied in der Handballabteilung aktiv und hat sich zum Jahresende aus dem aktiven Abteilungsleben zurückgezogen.

Ebenfalls zum Jahresende musste das Angebot unserer 3. Halbzeit eingestellt werden. Bedingt durch Corona fanden sich hier nicht mehr ausreichend Teilnehmer.

Damit hat sich auch Jürgen Wilmes nach vielen Jahren als Trainer und Vorstandsmitglied aus der Handballabteilung verabschiedet.

Danke euch beiden und vielleicht .....

P.S.: Beide sind übrigens in der Handballabteilung aktiv geworden, weil ihre Kinder angefangen haben hier zu spielen.

Nachahmer sind immer gerne genommen.  
Wir freuen uns über jede helfende Hand.

Ralf Dubendorff für die Handballabteilung

# Abteilung Tanzen



**Beatrix Dreyer**  
**Abteilungsleiterin**  
**Ansprechpartnerin Gesellschaftstanz**  
Tel.: 02156 / 40604  
Mail: [beatrix.dreyer@tv-schiefbahn.de](mailto:beatrix.dreyer@tv-schiefbahn.de)



**Regina Classen**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**  
**Ansprechpartnerin Kinder- und Jugendgruppen**  
Tel.: 02154 / 428217  
Mail: [regina.classen@tv-schiefbahn.de](mailto:regina.classen@tv-schiefbahn.de)



**Sehnaz Yalcin**  
**Ansprechpartnerin Bauchtanz**  
Tel.: 02154 / 87295  
Mail: [sehnaz.yalcin@gmx.de](mailto:sehnaz.yalcin@gmx.de)

## Unsere Angebote:

Kinder- und Jugendtanzen  
Jazz-Modern-Dance Formation  
Bauchtanz  
Line Dance  
Moving Drums  
Erwachsenen Tanzkreise

## Jahresbericht

Tanzen verbindet ... das war und ist unser Motto.  
Egal, wo wir tanzen, ob in der Halle, draußen oder online.

Alle Optionen haben wir auch 2021 durchlaufen und es hat uns noch mehr zusammen geschweißt, obwohl die Bedingungen immer schwieriger wurden.

Hier einige Impressionen aus unseren Kindergruppen.

Karneval 🎉 2021 bedeutet eine Online-Karnevalsparty im eigenen Wohnzimmer.  
Aber nichtsdestotrotz gab es eine Kostümprämierung mit Geschenkgutscheinen.



Im Frühling, Sommer und auch im Herbst wird, wenn eben möglich draußen getanzt ....



... und mit Abstand in der Halle 😊



### Diamonds Formationen

Für unsere Formationen fanden 2021 keine Turniere statt. Trainiert wurde natürlich weiter. Neue Choreografien wurden einstudiert, mit der Hoffnung, diese auf dem ersten Turnier seit langer Zeit, den Duisburger Tanztagen Ende März, auch präsentieren zu können, aber so richtig zuversichtlich sind wir nicht, dass diese stattfinden.

Little Diamonds





Blue Diamonds





Jugend Happy Diamonds



### **Der Montags-Tanzkreis: Tanzen mit Spaß und Freunden**

Montags abends um 20.15 Uhr erklingt in der der Peter-Bäumges-Halle klassische Tanzmusik. Walzer, Tango, Rumba oder Jive begleiten uns durch 90 Min Tanztraining.

Unsere Trainerin Evelyn Krosta, Turniertänzerin mit Schwerpunkt Latein und Wertungsrichterin, erklärt uns geduldig Schritte, Haltung, Takt und vieles mehr.

Wir üben fleißig und nehmen uns selbst nicht so ernst. Wir feiern auch kleine Fortschritte und tragen die Erkenntnis, dass wir von Montag bis Montag manchmal mehr vergessen als behalten, mit Fassung. Das Wichtigste ist die Freude an der Bewegung und das Zusammensein mit Gleichgesinnten. Nebenbei trainieren wir unser Gedächtnis. Das motiviert uns, montags abends die Couch zu verlassen und uns in Schiefbahn in Evelyns fähige Hände u begeben.

Wir sind eine Breitensportgruppe ohne Turnierambitionen, Tanzabzeichen haben wir aber schon erworben. Neben dem Tanzen treffen wir uns – in normalen Zeiten – im Sommer zum Grillen und im Dezember zum traditionellen Weihnachtsessen.

Wir freuen uns schon darauf, demnächst wieder unseren beliebten Tanzübungsabend zu veranstalten, bei dem auch tanzbegeisterte Nichtvereinsmitglieder herzlich willkommen sind und eine großartige Party genießen können.

Für die Zukunft wünschen wir uns Verstärkung, Tanzfans mit Vorkenntnissen sind herzlich eingeladen vorbeizukommen und uns bei einer Runde Standard oder Latein kennenzulernen.

### **Unser Sonntagskreis**

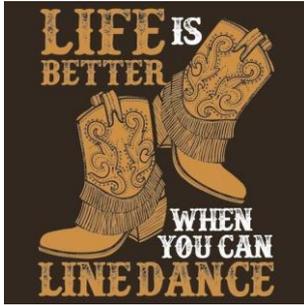
... schwingt weiterhin fleißig die Tanzbeine.

Wer bereits Erfahrung im Gesellschaftstanz hat, kann hier gerne einmal reinschnuppern. Wir würden uns über tänzerischen Zuwachs freuen.



## Unsere Linedance Gruppen

ja richtig, Gruppen .... die Entwicklung hier ist klasse!



Die Nachfrage ist sehr hoch, so dass wir eine neue Gruppe gegründet haben.

Die Fortgeschrittenen-Gruppe ist so groß geworden, dass wir hier keine neuen Mitglieder mehr aufnehmen können.

Auch in der „Anfängergruppe“ sind inzwischen nur noch wenige Plätze frei.



Fotos: Ralf Schmitt

## Moving Drums

Dienstags vormittags wird's richtig laut in der Halle...da wird ordentlich „zugeschlagen“ ;)) getanzt und viel gelacht.

Auch diese Gruppe entwickelt sich prächtig und freut sich über zahlreiche Teilnehmer, da reichen selbst die vielen Pezzi Bälle, über die der Verein verfügt bald nicht mehr aus.



Fotos: Ralf Schmitt

## Bauchtanz mit der Tanzgruppe Yasmin

Unsere orientalische Tanzgruppe „Yasmin“ unter Leitung von Sehnaz Yalcin war im vergangenen Jahr auch wieder mit Engagement bei der Sache.

Neben bestehenden Choreografien, die wir teilweise etwas verändert haben, wurden bunte Schleier angeschafft. Dazu wurde zu nicht ganz so typischer orientalischer Musik ein sehr schöner Schleiertanz eingeübt, wo jeder seine Ideen einbringen konnte.

Wir freuen uns schon sehr, wenn wir unsere gemeinsame Choreografie möglichst bald bei einem Orientabend vorführen können.

Unsere Übungsabende finden donnerstags von 19.45 – 21.15 Uhr statt.



Fotos: Ralf Schmitt

# Abteilung Triathlon



**Johannes Jagemann**  
**Abteilungsleiter**  
Mail: [johannes.jagemann@tv-schiefbahn.de](mailto:johannes.jagemann@tv-schiefbahn.de)



**Kai Koutsky-Noreikat**  
**Stellvertretender Abteilungsleiter**  
Mail: [kai.koutsky-noreikat@tv-schiefbahn.de](mailto:kai.koutsky-noreikat@tv-schiefbahn.de)



**Stephanie Grund-Liethen**  
**Organisation Willicher Triathlon**  
Mail: [stephanie.grund-liethen@tv-schiefbahn.de](mailto:stephanie.grund-liethen@tv-schiefbahn.de)

## Unsere Angebote:

Tri-Kids-Training für Kinder

Triathlon-Training für Jugendliche und Erwachsene (Breitensport)

## Jahresbericht

Nach dem wirklich besonderen Jahr 2020 waren gemeinsame Aktivitäten zum Jahresbeginn 2021 leider noch nicht möglich. Daher haben die Übungsleiter für die Kinder sonntags ein Online-Training über Zoom angeboten. Alle Tri-Kids waren mit viel Begeisterung dabei. Zur zusätzlichen Motivation gab es jede Woche eine neue Wochen-Challenge: Die Trainer (oder auch die Kids selber) haben eine Aufgabe oder Übung vorgegeben. Die Kids haben dann unter der Woche geübt, um besser zu sein als die Trainer.

Im Frühjahr konnte das Kindertraining im Freien langsam wieder aufgenommen werden. Das Laufen auf der Bahn und die gemeinsamen Ausfahrten mit dem Rad wurden mit Sehnsucht von unseren Tri-Kids erwartet.



Kurze Zeit später konnte dann auch das Außen-Training für die Erwachsenen beginnen, das Lauftraining auf der Bahn starten und gemeinsame Radausfahrten verabredet werden. Mit steigenden Temperaturen erwachte dadurch auch das Vereinsleben wieder.

Die im letzten Jahr erstmalig stattgefundenene Coronade wurde auch in diesem Jahr wieder (mehrfach) durchgeführt. Hier konnte jeder für sich alleine den eigenen Wettkampf im Duathlon-Format (Laufen – Radfahren – Laufen) über eine von ihm gewählte Distanz absolvieren. Abhängig von der benötigten Zeit hat der Teilnehmer dann einen bestimmten Betrag an die Aktion Lichtblicke „gemeinsam gegen Corona“ gespendet. Eine tolle Initiative, die großen Anklang fand und daher auch in diesem Jahr wieder mit großer Begeisterung stattgefunden hat.

Im Sommer lief das Schwimmtraining wieder an – zunächst dank großem Engagement der Trainer für die Kids, nach den Sommerferien dann auch für die Erwachsenen. Dadurch waren alle drei Disziplinen komplett und vor allem die Kids konnten zuversichtlich in Richtung Willinger Triathlon blicken.

Leider mussten wieder viele Wettkämpfe im Jahr 2021 abgesagt werden – dennoch konnten auch viele Wettkämpfe stattfinden, sodass einige aufgeschobene Pläne nachgeholt werden konnten:

Bei der Challenge Kaiserwinkl-Walchsee, dem Allgäu-Triathlon, dem Knappen-Man, dem Ironman 70.3 Duisburg und dem Triathlon.de-Cup Lingen haben mehrere Mitglieder Mitteldistanzen absolviert, ein Großteil sogar als Debütanten!

Auch unser Willicher Triathlon konnte dieses Jahr wieder stattfinden.



Trotz der Corona-Beschränkungen und den damit einhergehenden Einschränkungen (weniger Teilnehmer insgesamt, keine Staffel-Wettbewerbe, kein Bambini-Wettkampf und keine Zuschauer auf dem Gelände) konnte ein attraktiver Wettkampf auf die Beine gestellt werden, der allen Helfern und Teilnehmern viel Spaß bereitet und sehr positives Feedback von allen Seiten hervorgerufen hat.

Sogar ein Dankes-Schreiben des Willicher Bürgermeisters Christian Pakusch ist bei Carsten als Leiter der Organisation eingegangen.

Wir würden uns freuen, den ein oder anderen Triathlon-Interessierten im nächsten Jahr zum Beispiel im „Schnupper Triathlon“ begrüßen zu können.

Nach dem Willicher-Triathlon als großes Highlight zum Saisonabschluss ging es für uns ins Wintertraining und das im letzten Jahr neu initiierte Online-Rad-Training wurde wieder aufgenommen. Mit wachsender Begeisterung und Gruppengröße wurde auf der Plattform Zwift zusammen Rad gefahren.

Zum Ende des Jahres konnten wir auch wieder ein Paar Zusammentreffen bei einem Tri-Treff und der Abteilungsversammlung ermöglichen.

Bei der Abteilungsversammlung wurden den Tri-Kids auch ihre verdienten Sportabzeichen und die Urkunden der Vereinsmeisterschaft überreicht. [BILD7]



Wir freuen uns darauf im nächsten Jahr wieder mehr gemeinsame Aktivitäten und Treffen planen zu können.

Hierzu sind alle, die Lust auf Triathlon haben, herzlich eingeladen, sich unser Tri-Team und unser Training anzuschauen und mitzumachen.

# Abteilung Turnen



**Harald Gantke**  
**Abteilungsleiter**  
Tel.: 02161 / 605713  
Mail: [harald.gantke@tv-schiefbahn.de](mailto:harald.gantke@tv-schiefbahn.de)



**Petra Zilligen**  
**Stellvertretende Abteilungsleiterin**  
Mail: [petra.zilligen@tv-schiefbahn.de](mailto:petra.zilligen@tv-schiefbahn.de)

## Unsere Angebote:

Eltern – Kind – Gruppen

Kinder ab 4 Jahre

Mädchen ab 4 Jahre

Mädchensportgruppe 7 – 12 Jahre

Leistungsgruppe Mädchen 6 – 7 Jahre

Jungen ab 6 Jahre

Jugend sportgruppe ab 14 Jahre

Gemischte Gruppen: Jugend und Erwachsene, Wettkampfgruppe

Ü 60 Gruppe für Damen

## Jahresbericht 2021

Auch die erste Jahreshälfte 2021 erforderte eine gewisse Kreativität der Übungsleiter, da in den ersten 5 Monaten des Jahres aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie kein Sport als Präsenzveranstaltung stattgefunden hat. Einige Übungsleiter haben ihren Teilnehmern Aufgaben übermittelt oder ein Online-Training angeboten.

Ab Juni ging es dann langsam wieder mit dem Sportbetrieb unter Beachtung der entsprechenden Regeln los. Ein Teil der Gruppen traf sich wieder in der Halle, während andere ihre sportlichen Aktivitäten im Freien durchgeführt haben. Die Teilnehmer nahmen die Angebote gerne an, nachdem so lange Zeit nichts stattgefunden hatte. Die meisten Sportangebote konnten wir weiterführen, seien es die Krabbelgruppen, Eltern-Kind-Gruppen, Kinderturnen sowie das Turnen für die älteren.

Mit Aufnahme des kontinuierlichen Übungsbetriebs kamen auch einige neue Mitglieder hinzu, die wir herzlich in der Abteilung willkommen heißen. Den Mitgliedern, die uns auch in der schwierigen Zeit die Treue gehalten haben, möchten wir unseren Dank aussprechen.

Im Laufe des Jahres haben wir dann eine neue Gruppe für Mädchen zwischen 6-7 Jahren gestartet. Die Leistungsgruppe trainiert an den klassischen Turngeräten. Im ersten Schritt sollen hier Schauführungen vorbereitet werden. Eine erste Darbietung fand im Dezember 2021 unter Coronabedingungen statt (s. separater Bericht). Danke an Lena Schröter für ihr Engagement.



Ich möchte mich bei allen meinen Mitarbeitern für ihren Einsatz unter diesen besonderen Bedingungen und ihre Flexibilität bedanken, die sich regelmäßig mit den neuen Regeln auseinandersetzen mussten, um den Übungsbetrieb zu gewährleisten. Die Sicherheit und Gesundheit aller Mitarbeiter und Teilnehmer spielte die wichtigste Rolle, aber auf der anderen Seite sollten alle wieder ihren gewohnten Spaß am Training haben. Dies war nicht immer einfach umzusetzen.

Im Dezember gab es leider erneut Einschränkungen, die dieses Mal aber auf Schäden in gleich 2 Hallen (Hubertusschule, Leonardo-Da-Vinci-Schule) zurückzuführen waren. Durch die Hallenschließungen mussten wir in den übrigen verfügbaren Hallen etwas zusammenrücken, um doch noch einen Übungsbetrieb zu gewährleisten.

Als kleinen Weihnachtsgruß der Abteilung erhielten alle anwesenden Aktiven einen kleinen Weckmann über die Übungsleiter überreicht.

Auch 2021 ruhte fast der komplette Wettkampfbetrieb. Nur die Deutschen Seniorenmeisterschaften fanden in Troisdorf Spich statt.

Zum Jahresende 2021 hat es eine weitere Veränderung in der Abteilung gegeben. Nach mehr als 10-jähriger Tätigkeit als stellvertretende Abteilungsleiterin legte Anja Schröter ihr Amt nieder, da sie sich anderen Aufgaben zuwenden möchte. Anja war über Jahrzehnte Mitglied der Abteilung als Turnerin und später als Übungsleiterin für das Mädchenturnen. Ich danke ihr im Namen der Abteilung für ihr langjähriges Engagement und ihre Unterstützung in der Abteilungsleitung. Ich wünsche ihr alles Gute für die Zukunft. Dem Verein bleibt Anja weiterhin erhalten.

Die Abteilungsleitung werden Harald Gantke und Petra Zilligen bis aufs Weitere weiterführen. Eine Vorschau für das Jahr 2022 fällt derzeit schwer, aber es ist angedacht, dass ein Wettkampfbetrieb stattfinden soll.

Wir sind weiterhin auf der Suche, um unseren Übungsleiter- / Trainer-Pool zu erweitern und wieder ein volles Angebot zu ermöglichen.

Wir hoffen, den Übungsbetrieb ohne größere Unterbrechungen und Einschränkungen weiterführen zu können und Euch bei uns in den Gruppen willkommen zu heißen.

Harald Gantke  
(Abteilungsleiter)

Petra Zilligen  
(stellv. Abteilungsleiterin)

## Deutsche Seniorenmeisterschaften

Als einziger Wettkampf fanden die Deutschen Seniorenmeisterschaften statt. Vom TVS waren 2 Teilnehmer am Start. Der Wettkampf fand am 09./10. Oktober 2021 in Troisdorf Spich unter Coronabedingungen statt. Es fand eine strenge Eingangskontrolle statt und die Anzahl der Zuschauer war ebenfalls begrenzt. In der Halle galt eine Maskenpflicht für den gesamten Zeitraum des Aufenthaltes in der Halle. Die Turner und Turnerinnen durften die Maske nur zum Turnen ablegen. Man konnte sich daran gewöhnen, aber ohne Maske macht das Ganze mehr Spaß. Durch regelmäßiges Lüften war es zeitweise etwas frisch in der Halle.

Annette Cappenberg trat in der Altersklasse Ü65 am Samstag und absolvierte einen Dreikampf, den sie mit dem 4. Platz beendete.



Harald Gantke trat in der Altersklasse Ü40 an. Zum letzten Mal turnte er einen Sechskampf (Boden, Pauschenpferd, Ringe, Sprung, Barren, Reck) bei den DSM, wobei nur 4 Geräte in die Wertung kamen. Er erreichte den 6. Platz.

Angesichts des eingeschränkten Trainings vor den Meisterschaften haben sich die beiden Vertreter des TVS sehr gut präsentiert.

Die Deutschen Seniorenmeisterschaften wurden gleichzeitig als Deutschland-Pokal gewertet. Das ist ein Mannschaftswettkampf für die Senioren. Es treten die Mannschaften der verschiedenen Turnverbände (z.B. RTB, STB) gegeneinander an. Die Turner bzw. Turnerinnen eines Turnverbandes gewisser Altersklassen werden bei der Mannschaftswertung zusammengefasst. Harald wurde mit der Mannschaft des RTB (Altersklasse M30+) den 6. Platz

Harald Gantke

### **Erste Aufführung der neuen Leistungsturngruppe**

Seit August 2021 gibt es im TV Schiefbahn eine neue Leistungsturngruppe. Die Mädchen trainieren zwei Mal pro Woche und haben in der kurzen Zeit schon Einiges gelernt, was sie Ende des Jahres bei ihrer ersten Aufführung (aufgrund von Corona leider nur im kleinen Rahmen) ihren Familien zeigen konnten. Es wurden u.a. Übungen am Boden, Schwebebalken und Sprung gezeigt. Die Aufführung war ein erfolgreicher Jahresabschluss und nach den Ferien geht es weiter mit dem Training an neuen Turnteilen. Ich freue mich auf ein schönes nächstes Jahr und weitere tolle Aufführungen!

Lena Schröter





## Ü60 Damen der Turnabteilung

Gleich zu Beginn des Jahres blieben Schulen und Trainingsräume geschlossen und so begann das Jahr auch für die Ü 60 Damengruppe schleppend. Um zumindest ein geringes Angebot bieten zu können, sendete ich meine Übungsvorschläge per E-Mail an meine Teilnehmerinnen.

Meiner Einladung zur Osterwanderung sind einige Damen gefolgt und so verbrachten wir mit der passenden Teilnehmerzahl - mehr als 10 Personen waren nicht erlaubt - einen schönen, bewegten Tag an der frischen Luft. Der Sicherheitsabstand, der nur für ein Foto aufgehoben wurde, blieb eingehalten und die notwendigen Schutzmasken waren ebenfalls dabei.

Durch wiederholten Kontakt per E-Mail, Telefonaten oder der dann entstandenen neuen Handy-Gruppe stellte ich den Impfstatus meiner Gruppe fest, so dass ich ein baldiges Angebot planen konnte.

Im Sommer konnte das Training dann endlich wieder stattfinden, das wir dann, bis es zu kalt wurde, an der frischen Luft in der Nähe des Vereinsheims durchführten.

Dieses Training war besonders fröhlich, denn immer wieder kommt mal jemand mit einem Hund vorbei, der jemanden kennt und für Ablenkung sorgt, oder die Kinder aus dem Kindergarten winkten munter herüber und stellten interessierte Fragen. Die Übungen auf dem etwas

unebenen, ungewohnten Untergrund sind nicht so einfach, so dass auch ich gelegentlich mal an meine Grenzen kam. Wir konnten alle darüber lachen. Improvisiertes Material kam zum Einsatz, um Ansteckung durch Weitergabe der Geräte zu verhindern. Auf diese Weise benutzten wir, Haar- und Einkoch-Gummiringe zur anschließenden Mitnahme, Wasserbälle, Tennisbälle und Chiffontücher, die sich leicht reinigen lassen.

Das wiedererwachte Training in der Halle des Vereinsheims gelang reibungslos. Der Gruppenwechsel verlief koordiniert und es gab keine Klagen. Erfreulicher Weise gibt es neue Interessentinnen, so dass die Ü 60 Gruppe weiter stabil ist. Ich freue mich auf unsere Adventfeier, für die ich eine kleine Überraschung vorbereitet habe.

Sylvia Zensen



# Abteilung Volleyball



**Ryo Kobayashi**  
**Abteilungsleiter**

Mail: ryo.kobayashi@tv-schiefbahn.de



**Gernot Hackstein**  
**Stellvertretender Abteilungsleiter**

Mail: gernot.hackstein@tv-schiefbahn.de

## Unsere Angebote:

Hobby-Mixed

Dienstag 20:00 – 22:00 Uhr  
Mittwoch 20:00 – 22:00 Uhr

Sporthalle Hubertusschule  
Sporthalle Leonardo-da-Vinci-Gesamtschule

## Jahresbericht

Nach dem vom Corona gebeutelten Jahr 2020 hatten wir uns große Hoffnung gemacht, dass wir im Jahr 2021 mehr Sport treiben dürfen. Auch auf die Nachricht über die neuen Impfstoffe haben wir uns gefreut.

Dann stellten wir ernüchternd fest, dass die Impfquote gar nicht erwartungsgemäß wuchs. Wir haben zwar keine Aufzeichnung gemacht, wie sich die Corona-Maßnahmen entwickelt haben, aber die ständigen Änderungen sorgten dafür, dass wir nicht ununterbrochen Volleyball spielen konnten.

Während die ältere Mitspieler uns nach den Grundgedanken des Vereinslebens treu geblieben sind, blieben die gerade dazugewonnene jungen Spieler wieder weg.

Zum Ende des Jahres konnten wir zumindest dienstags wieder mit ausreichend vielen Teilnehmern Volleyball spielen.

Leider machten uns die Sperrungen der beiden von uns genutzten Hallen wegen Sanierungen, die bis zum Jahresende und sogar darüber hinaus andauern werden, wieder einen Strich durch die Rechnung.

Also, es kann nur besser werden für uns.

**Wir freuen uns auf jede/n, die/der bei uns mitmacht.  
Schnuppern ist ausdrücklich erlaubt!**



# Abteilung Wasser- und Gesundheitssport



**Ulrike Bamberg**  
**Abteilungsleiterin**  
Tel.: 0151 20102132  
Mail: [ulrike.bamberg@tv-schiefbahn.de](mailto:ulrike.bamberg@tv-schiefbahn.de)



**Anja Schröter**  
**Schwimmangebote Kinder**  
Tel.: 02154 / 70100  
Mail: [info@tv-schiefbahn.de](mailto:info@tv-schiefbahn.de)



**Birte Hohlstein-Janssen**  
**Synchrorschwimmen**  
Tel.: 02154 / 427404 oder 0152 29281255  
Mail: [synchros@tv-schiefbahn.de](mailto:synchros@tv-schiefbahn.de)

## **BESONDERER HINWEIS!**

**Aufgrund der hohen Nachfrage sind bei allen Wassersportangeboten sowie bei den Angeboten „Buchstabenzauber“ und „Rehabilitationssport“ vorherige Anfragen hinsichtlich freier Plätze erforderlich! Bitte nehmen Sie Kontakt mit Anja Schröter (Babyschwimmen und Angebote Kinderschwimmen) bzw. Ulrike Bamberg auf und hinterlassen Sie eine Festnetznummer und / oder E-Mailadresse.**

## Unsere Angebote:

\*\* als REHA-Sport zertifiziert

### Ansprechpartnerin Ulrike Bamberg

#### **Wasserangebote**

- Wassergymnastik, Aquafitness, Aquapower, Aquajogging (Flach- oder Tiefwasser) \*\*
- Wassergymnastik für islamische Damen \*\*
- Aquagymnastik für Schwangere / Rückbildungsgymnastik im Wasser

#### **Fitness- und Gesundheits-/Rehasport**

- Allround-Fitness
- Alltagsfit 60 + \*\*
- Fit + Mobil in der 2. Lebenshälfte \*\*
- Fit im Alter 80+ \*\*
- Fit mit 50+ \*\*
- Flexibel + Fit Rücken
- Flexibel + Fit Yoga-Basic
- Ganzkörper-Fitness \*\*
- Koronar- u- Diabetes-Sport-Gruppe \*\*
- Koronar-Sport / Herzsportgruppe \*\*
- Nordic-Walking
- Outdoor-Training
- Pilates-Training
- Rücken-Fit \*\*
- Rundum fit – Schwerpunkt Knie und Hüfte \*\*
- Rundum fit – Schwerpunkt Osteoporose \*\*
- Rundum fit – Starke Lunge / mit Sauerstoffgerät \*\*
- Rundum fit – pAVK\*\*
- Schulter-Nacken-Fit \*\*
- Senioren-Fit \*\*
- Sitzgymnastik \*\*
- Sport und Bewegung bei Neurologischen Erkrankungen \*\*

#### **Sonstige Angebote**

- Gehirnakrobaten

## **Integrative + Barrierefreie Gruppen**

**(behinderte und nicht behinderte Kinder ab 2 Jahre)**

- Turnen und Spielen und Toben
- Trampolin
- Fußball
- Rollstuhlbasketball
- Kampfsport

**In Kooperation mit der Begegnungsstätte (Caritas) Schiefbahn:**

- Bewegung im Alter 70+
- Fit mit Rollator
- Qi Gong
- Sitzgymnastik



### **Ansprechpartnerin Anja Schröter**

- Babyschwimmen, Wassergewöhnung, Froschabzeichen
- Schwimmen Seepferdchen (nur in Begleitung eines Erwachsenen)

### **Ansprechpartnerin Birte Hohlstein-Janssen**

Synchronschwimmen

## Jahresbericht

Das Jahr 2021 fing aus sportlicher Sicht nicht besonders gut an. Erst im März durften unsere Kindergruppen draußen im Freien mit dem Sport beginnen – natürlich auch hier mit eingeschränkter Teilnehmerzahl, aber immerhin.

Ab Ende Mai durften die Erwachsenen draußen beginnen, etwas später dann auch wieder in der Sporthalle.

Nach einer so langen Pause kamen die meisten sehr gerne mit großer Motivation zurück. Auch unsere Übungsleiter waren froh, dass der Sport nicht nur digital, sondern im „direkten“ Kontakt vor Ort stattfinden konnte.

Die Abteilung Wasser- und Gesundheitssport konnte im Laufe des Jahres dann auch einen Teil des Mitgliederschwundes wieder auffangen. Am Ende waren es rund 30 Mitglieder mehr als im Vorjahr. Anfang 2022 haben wir das Angebot für Rehabilitationssport noch einmal erweitern können. So gibt es zwei neue Gruppen für Lungensport, eine Gruppe für PAVK (Periphere arterielle Verschlusskrankheit) und eine zweite Herzsportgruppe kam ebenfalls dazu.

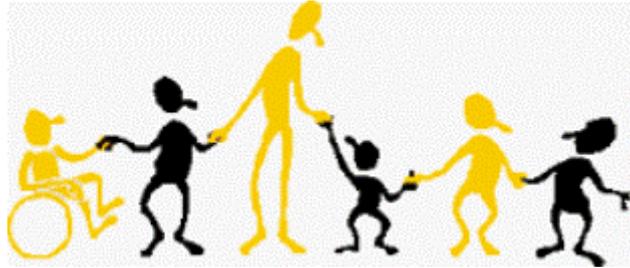
In Kooperation mit der Caritas Begegnungsstätte in Schiefbahn haben wir schon seit langer Zeit Sitzgymnastik und Qi Gong im Angebot. Hier konnten wir unser Angebot um die beiden Gruppen „Bewegung im Alter 70+“ und „Fit mit Rollator“ erweitern. Nachdem nun Anfang 2022 auch die Sanierung der Begegnungsstätte weitestgehend abgeschlossen war, konnten die Gruppen aus den Ausweichquartieren (wie z. B. den Leuchtturm) wieder zurück in die neuen helleren Räumlichkeiten umziehen.

Die Integrativen und Barrierefreien Gruppen konnten 2021 wieder einige Ausflüge unternehmen. So waren die Ferienspiele in den Sommerferien wieder sehr abwechslungsreich, im August war das DFB-Mobil auf dem Sportplatz und trainierte mit den Fußballern und im November waren die Kinder mit einer großen Gruppe bei Holiday on Ice in Grefrath.

Für die Mitarbeiter der Abteilung (Abteilungsleiter, Übungsleiter- und Helfer, Anja aus der Geschäftsstelle) war das Jahr 2021 mit sehr viel Arbeit und Organisation verbunden. Die vielen (ständig wechselnden) Regeln mussten richtig umgesetzt und protokolliert werden. Hier geht noch einmal ein GROSSES DANKESCHÖN an alle – die Zeit war und ist nicht einfach und so freue ich mich, dass dennoch alle dabeigeblichen sind. Ihr seid die Besten!

Wir hoffen, dass 2022 (wenn auch nach wie vor mit einigen Regeln) zumindest ohne Sportunterbrechung weitergeht. Bleibt alle gesund – das ist die Hauptsache!!

Ulrike Bamberg



**20.8.21 Besuch des DFB-Mobil**

**15.10.21 Bonn Spiel Telekom Baskets Bonn : Fraport Skyliners**

**20.11.21 Holiday on Ice Grefrath**

**Ferienspiele 7.7.-4.8.21**

**07.07.2021 Kletterwald Haltern**



Nach einem Jahr Zwangspause durften wir endlich wieder unsere Ferienspiele durchführen. Das fühlte sich nach der langen Pandemiepause wirklich richtig gut an. Am 7. Juli waren wir in Haltern im Kletterwald. Die Kinder waren ausgelassen und fröhlich. Doch bei einigen war auch etwas Angst dabei. Selbst im Freien zogen die Kinder ihre Masken nicht aus. Sie hatten Angst, sich mit dem Virus anzustecken.

Die Wirtin Martina Hörstrup und ihr Bruder vom JUPP - der Erlebnisgarten - freuten sich sehr, die Kinder und uns nach der langen Zeit wiederzusehen. Die Kinder halten immer, wenn wir im Kletterwald sind, im Erlebnisgarten ihre Pause bei einer guten Mahlzeit ein.

Dann überraschte die Wirtin die Kinder mit einem Eis und sie hatte extra eine Schatztruhe mit Spielsachen gefüllt, in die jeder mal reingreifen durfte. Es ist immer sehr herzlich bei der Wirtin, zu der wir schon viele Jahre hinfahren. Die Kinder stehen bei den Wirtsleuten immer im Mittelpunkt und fühlen sich dort auch wohl.

Als wir uns abends auf den Heimweg machten, schliefen einige Kinder im Bus nach der anstrengenden Kletterpartie ein. Der Kletterwald ist aber auch ein Kinderparadies. Toiletten zwischen den Bäumen, mit denen man zur anderen Seite fahren musste. Oder Fahrräder, Wackelbrücken und vieles mehr. Es ist für die Kinder immer wieder schön, dass wir dort hinfahren.

### 13.07.21 De Havikshoeve – Besuch bei einem Falkner

Als zweite Fahrt haben wir einen Ausflug nach Holland gemacht. Wir möchten den Kindern auch Natur vermitteln. deswegen sind wir zu Diana und Hans gefahren. Das sind befreundete Falkner, die wir schon eine Zeitlang kennen. die Falknerei heißt:



Die zwei haben mit den Kindern einen aufregenden Workshop gemacht. Es wurden Flugshows mit den Vögeln gemacht. Diana erklärte, wo die Tiere herkommen, was sie fressen und wie sie sich verhalten. Es wurde alles kindgerecht erklärt. Unser jüngstes Kind war Johanna, vier Jahre. Selbst Johanna traute sich nach den Erklärungen und Vorführungen von Hans und Diana, einen Greifvogel fliegen und auch auf ihrer Hand landen zu lassen. Sie war so stolz. Die meisten Kinder sitzen nur noch, auch jetzt leider noch verschärft durch das Homeschooling vor ihrem PC. Aber hier wurde Ihnen gezeigt, wie schön die Natur ist und auch, dass Tiere etwas sehr Wichtiges und Schönes in unserem Leben sind. Hans und Diana haben aber auch eine tolle Art und Weise, den Kindern Natur zu vermitteln.



Die Kinder wurden gut bewirtet und jedes Kind durfte sich noch eine Feder von einem Greifvogel aussuchen. Wir können wirklich jeder Schule und jeder Gruppe nur einen Ausflug zu den Falknern nach Holland empfehlen. Es ist schon majestätisch, einen Weißkopfseeadler aber auch einen Geier fliegen zusehen.

Danke, Diana und Hans für diesen schönen Tag!

### 21.7.2021 Ketteler Hof

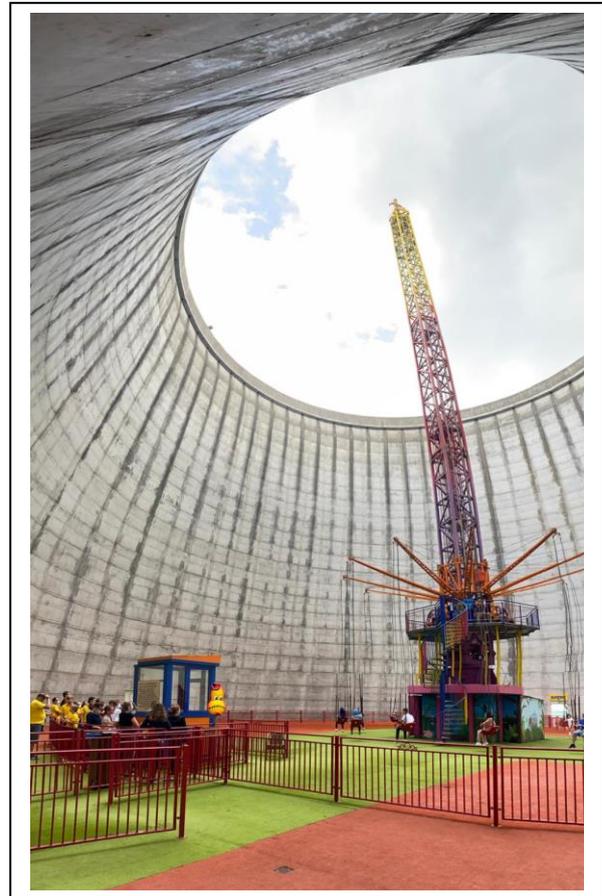
### 28.07.21 Kernwasserwunderland Kalkar

In der 4. Ferienwoche fuhren wir zum Kernwasserwunderland nach Kalkar. Dort waren wir auch schon mal in den vergangenen Jahren mehrmals. Die Kinder freuen sich immer ganz besonders darauf.

Das Wunderland Kalkar ist deshalb so speziell, weil es wie das Schlaraffenland ist. Man darf dort Pommes, Eis und Getränke ohne Einschränkungen zu sich nehmen. Das war bei unserem diesjährigen Ausflug genauso wie in den letzten Jahren. Viele Kinder waren von den Eisständen nicht mehr wegzubekommen.

Nach kurzer Zeit erkannten wir unsere Kinder nicht nur an den gelben T-Shirts, sondern auch an den weißen Softeisgesichtern. Viele sahen nach einer kurzen Zeit ziemlich farbenfroh aus. Mit Mayonnaise, Ketchup, Kakao und Softeis kommt ordentlich Farbe auf das gelbe Shirt.

Ein Höhepunkt war auch die Vorstellung im Circus Maximus. Die Kinder kugelten sich vor lauter Lachen über den Clown. Auch bei der Feuer-Jonglage wurden die Augen immer größer und die Kinder immer aufgeregter.



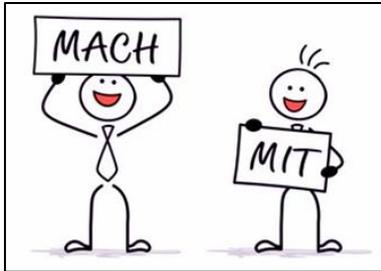
Dann ist der Park so ausgerichtet, dass es für alle Altersstufen Fahrgelegenheiten wie Wildwasserbahn, Achterbahn, Kinderkarussell, Kindereisenbahn usw. gibt. Schön war auch zu sehen, wie die Kinder sich gegenseitig geholfen haben. Die Großen sind mit den Kleinen gefahren, die auch mal auf die Achterbahn wollten oder haben sich auch mal in die Kindereisenbahn gesetzt, um die Kinder, die nicht alleine sitzen konnten, zu unterstützen. Wir waren an diesem Tag um 8:30 Uhr gestartet und abends um 19:30 Uhr mit sehr müden, aber glücklichen Kinder zurück. Wir bedanken uns bei unseren Helfern, die uns bei der Fahrt unterstützt haben.

#### **4.8.2021 Wildpark Frankenhof**

#### **11.8.21 Matsch- und Wassertag am Vereinsheim**

**++ Hier sind noch Plätze frei ++**

### **Rückenfit**



Probleme mit dem Rücken? Wer kennt das nicht. Dagegen kann man etwas tun! Richtige Bewegung, Fitnessstraining zum gezielten Aufbau von Rücken- und Bauchmuskulatur kräftigt die einzelnen Muskeln im Körper, macht sie beweglicher, fördert das Zusammenspiel zwischen den Muskelgruppen und hält sie die Gelenke geschmeidig. Dazu gibt es viele Tipps und Anregungen, wie man diese Übungen auch im Alltag umsetzen kann (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**freitags 8:00 – 8:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstraße 1, Schiefbahn**

### **Fit im Alter 80+**



Bewegung ist wichtig! Aber was ist, wenn man älter wird und die Bewegungsfreiheit vielleicht eingeschränkt ist? Mit fortschreitendem Alter trauen sich viele nicht mehr zu, ganz alltägliche Bewegungen durchzuführen, sie werden unsicher.

Die Teilnehmer sollen mit kleinen Gleichgewichts- und spielerischen Übungen mehr Selbstsicherheit gewinnen. Gleichzeitig wird dem Bewegungsmangel entgegengewirkt (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**dienstags 13:00 – 14:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstraße 1, Schiefbahn**

### **Sport und Bewegung bei Neurologischen Erkrankungen Schlaganfall / Parkinson / Multiple Sklerose etc.**



Wie bleibe/werde ich fit und beweglich? Das ist eines der wichtigsten Themen für Patienten mit Schlaganfall, Parkinson, Multipler Sklerose oder ähnlichen Erkrankungen.

Tatsächlich wirkt sich Sport auch bei diesen Erkrankungen positiv auf die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit aus. Koordinationsübungen, Gleichgewichts- und Krafttraining gehören ebenso

dazu wie Gehirnjogging und Traumreisen. Das Trainieren in der Gruppe kann dabei helfen, sich zu motivieren und mit Spaß dabei zu sein (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**mittwochs 13:00 – 14:00 Uhr und donnerstags 10:00 – 11:00 Uhr,  
Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Sitzgymnastik



Sitzgymnastik kann für Senioren/Innen mit - aber auch ohne - Einschränkungen ein sanfter Weg sein, um Muskeln aufzubauen, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten. In geselliger Runde (hauptsächlich im Sitzen) werden alle Gelenke mobilisiert, die Wirbelsäule in alle Richtungen bewegt und die Kraft gefördert (teils mit Hilfe von Kleingeräten). Zum Abschluss gibt es eine kurze Entspannung. **(zertifiziert für Rehabilitationssport)**

**mittwochs 10:45 – 11:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Alltagsfit 60 +



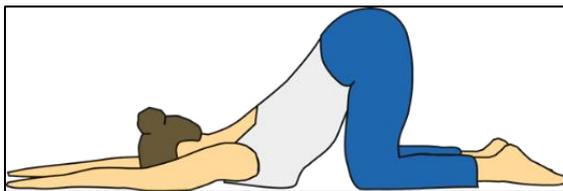
Lebenslang fit und beweglich bleiben – mit diesem Ziel startet ein neues Bewegungsangebot für Männer und Frauen ab 60 Jahren.

Mit abwechslungsreichen Bewegungsübungen werden Bein- und Armkraft, Ausdauer, Hüft- und Schulterbeweglichkeit sowie Geschicklichkeit trainiert.

Das neue Angebot wird qualifiziert als **Rehabilitationssport** im Bereich „Haltung und Bewegung“ und kann daher bei Vorlage einer Verordnung mit den Krankenkassen abgerechnet werden.

**mittwochs 11:45 – 12:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Ganzkörperfitness



Gymnastik den gesamten Rumpf, Schultern und Nacken zu lockern und zu dehnen.

Ziel ist es, die Fitness und Beweglichkeit zu stärken, um Alterseinschränkungen vorzubeugen „und viel Spaß an der Bewegung zu haben“. Die Übungsleiterin legt Wert darauf, in jeder Stunde ein anderes Programm durchzuführen – immer mit dem Fokus darauf, über rückengerechte

Die Übungen lehnen sich an Pilates-Methoden an, dazu verwenden die Teilnehmer zeitweise kleine Handgeräte wie leichte Hanteln, Bälle, Schwingstäbe. Zum Abschluss jeder Stunde finden Entspannungsübungen statt **(zertifiziert für Rehabilitationssport)**.

**montags 7:45 - 8:45 Uhr und donnerstags 11:00 – 12:00 Uhr,  
Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Bewegung im Alter 70 +



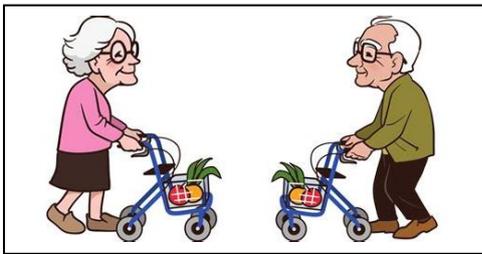
Wer kennt das nicht: im Laufe des Lebens werden die Muskeln und Knochen unstabiler, man ist schneller „aus der Puste“. Das Gedächtnis ist nicht mehr so aufnahmebereit, es geht einfach nicht alles mehr so gut von der Hand. Alltagsgewohnheiten und persönliche Lebensumstände tun ihr übriges.

Gemeinsam können wir etwas erreichen: beweglicher werden, uns etwas zutrauen, gemeinsam lachen und uns gegenseitig unterstützen, mit kleinen Übungen für Körper und Gedächtnis.

Verschiedene Bälle, Tücher, Reifen, Stäbe, stehen, sitzen, tanzen, gehen, laufen, hüpfen: für jede/n ist etwas dabei und jede/r macht mit so gut sie/er kann. Das gemeinsame Tun steht im Vordergrund.

**samstags 14:00 – 15:00 Uhr, Begegnungsstätte, Hochstr. 67, Schiefbahn**

## Fit mit Rollator



Und plötzlich braucht man ihn ... den Rollator ... aus unterschiedlichsten Gründen. Es ist dann gut, solche Unterstützung zu haben.

Trotzdem schränkt er das Leben nicht ein, sondern er bereichert es wieder. Mit Spaß, ein bisschen Ehrgeiz und Fantasie wird der Rollator zu einem neuen Sportgerät. Gemeinsam mit Gleichgesinnten werden wir aktiv und bleiben beweglich. Kleine Übungen fördern die Gesundheit und die Koordination, verbessern das Gleichgewicht und stärken die Muskulatur.

Also dann - an den Rollator - fertig - los!

**samstags 15:00 – 16:00 Uhr, Begegnungsstätte, Hochstr. 67, Schiefbahn**

## Rundum Fit - pAVK



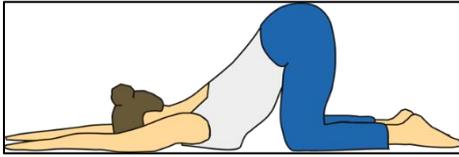
Aufgrund von Durchblutungsstörungen in den Beinen fällt es den Betroffenen schwer, eine längere Gehstrecke zu gehen. Der fortschreitende Verschluss in den Arterien führt zu Einengung, Schmerzen und unzureichender Durchblutung. Die umgangssprachlich bekannte "Schaufensterkrankheit" entsteht.

Durch ein kontrolliert angeleitetes Geh- und Funktionstraining, Gymnastik, Koordinationstraining sowie Dehnung und Entspannung soll dem entgegengewirkt werden. Ziel des Trainings ist es, die Durchblutung zu verbessern und die Gehstrecke nach und nach zu verlängern, so dass sich für die Betroffenen auch die Lebensqualität verbessert.

Unter Gleichgesinnten fällt es leichter, aktiv zu werden und gemeinsam auch spielerisch in Bewegung zu kommen und zu bleiben. Das Training ist auf pAVK Grad 1 und 2 ausgerichtet (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**donnerstags 13:00 – 14:00 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Fit 50 +

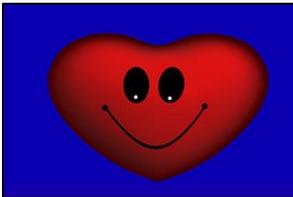


Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer im Alter ab 50 Jahren. Ziel ist es, die Fitness und Beweglichkeit zu stärken, um Alterseinschränkungen vorzubeugen „und viel Spaß an der Bewegung zu haben

Die Übungen lehnen sich an Pilates-Methoden an und schulen die Körperwahrnehmung. Dazu verwenden die Teilnehmer zeitweise kleine Handgeräte wie leichte Hanteln, Bälle, Schwingstäbe. Zum Abschluss jeder Stunde finden Entspannungsübungen statt (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**Donnerstags 16:15 – 17:15 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstraße 1, Schiefbahn**

## Koronar-Sport



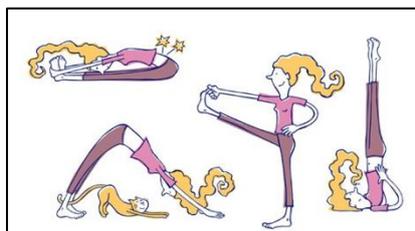
Der Infarkt, eine Herzoperation sind überstanden oder aber es gilt, mit einer anderen Herzerkrankung zu leben. Herzsportgruppen sind ein Geheimrezept. Das Herz, dieser wichtigste Muskel des menschlichen Organismus, verlangt nun nach Training. Nur – welche Art von Belastung ist gesund, wann schadet zu viel Eifer?

Anleitung ist gefragt und ein Rahmen, in dem die spezifischen Problemstellungen einer Herz-erkrankung in ein ausgewogenes Sportprogramm einfließen. Und Partner, die mit ähnlichem Hintergrund Sport treiben möchten. Ohne Leistungsdruck, aber mit Spaß an der Bewegung und Lust am Leben.

Die Kompetenz ärztlicher Betreuung und eines erfahrenen Übungsleiters, verbunden mit dem Gruppenerlebnis in einer Gemeinschaft, bündeln sich im Programm der Herzsportgruppen, die den Sport als eine Form der Therapie nutzen. Durch Gymnastik, Ausdauertraining, Entspannungsübungen und Spiele werden das Körperbewusstsein und das Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit gefördert. Das vermittelte "Wohlgefühl" rückt herzscheidenden Stressfaktoren gründlich zu Leibe (**zertifiziert für Rehabilitationssport**).

**montags 17:00 – 18:30 Uhr und dienstags 18:45 – 20:15 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstraße 1, Schiefbahn**

## Flexibel und Fit Yoga-Basics

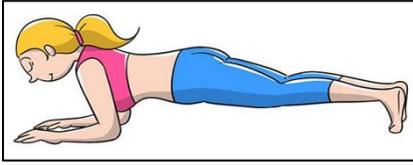


Raus aus dem Corona-Blues und rauf auf die Matte. Wir starten mit kraftvollen Sonnengrüßen in den Tag, verbinden Atmung und Bewegung, fließen in tiefe Dehnungen und versuchen unseren Körper und unseren Geist positiv auf den bevorstehenden Tag einzustimmen.

Habt Ihr Lust auf intensive 60 Minuten in übersichtlicher Gruppengröße, in denen natürlich auch Spaß und Leichtigkeit ihren Platz finden werden? Lachen entspannt, tonisiert und ist gut für die Atmung 😊

**mittwochs 07:45 – 08:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Flexibel und Fit Rücken



Täglich werden viele Anforderungen an uns und unseren Rücken gestellt. Unser Ziel in diesem Trainingsprogramm ist deshalb die Mobilisation und Kräftigung des gesamten Rückens.

Durch gezielte Übungen - mobilisieren, kräftigen, dehnen, aber auch Atemübungen - soll dieses Ziel erreicht werden. Lachen und gute Laune kommen dabei nicht zu kurz.

**mittwochs 07:45 – 08:45 Uhr, Peter-Bäumges-Halle, Jahnstr. 1, Schiefbahn**

## Aus den Gruppen

### Fit im Alter 80+

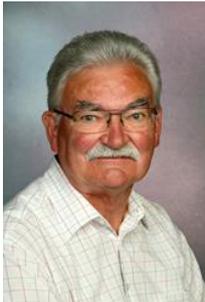


Auch im Alter mobil, beweglich und fit bleiben ist das Ziel dieser Gruppe. Gemeinsam sportliche Bewegungen ausprobieren, spielerisch die Ausdauer fördern, das Gleichgewicht trainieren und durch Kraftübungen die Muskelkraft erhalten und aufbauen macht mit Gleichgesinnten Spaß und erhält die Lebensqualität auch im hohen Alter.

Anja Schröter

# Angebote für Alle

Deutsches Sportabzeichen



**Ansprechpartner:**

**Gerd Leenen**

Tel.: 02154 / 7198

## Regelmäßiges Training:

Von Mai bis September jeweils dienstags ab 17:00 Uhr.

Termine außerhalb dieses Zeitraums können jederzeit mit Gerd Leenen individuell abgestimmt werden.

**Ort:** Sportplatz Siedlerallee, Willich-Schiefbahn

## Fahrradtour

**Start:** jeden 1. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr

**Treffpunkt:** Vereinsheim TV Schiefbahn, Jahnstr. 1, Willich-Schiefbahn

Schon seit einigen Jahren treffen sich Seniorinnen und Senioren (jüngere Teilnehmer werden aber auch nicht stehen gelassen) an jedem 1. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr am Vereinsheim, um ihre großen und kleinen Runden mit dem Fahrrad zu drehen.

Bei fast jedem Wetter wird der Drahtesel herausgeholt – denn es gibt kein falsches Wetter, sondern nur falsche Kleidung!

Also, schaut einfach vorbei und radelt mit!



## Ereignisse des Jahres

### Gartenpflege an der Geschäftsstelle

Viele fleißige Helfer haben mit Elan und Spaß ein kleines Stück Natur für Blumen, Pflanzen und Tiere vorbereitet. Ralf W., Ralf B., Ryo, Marie, Ulrike, Anja, Svenja, Fine, Hanna, Bene, Silke, Birte und Lucie krepelten am 17. Juli die Ärmel hoch und säuberten das Grundstück neben dem Vereinsheim in Höhe der Geschäftsstelle von Steinen in allen Größen, alten Wurzeln und unkontrolliert wachsenden Pflanzen. Jetzt kann gepflanzt werden. Natürlich war auch für das leibliche Wohl gesorgt worden 😊. Vielen Dank an alle Helfer!





## Vereinsheim glänzt immer in jahreszeitlicher Dekoration

Ein großes DANKESCHÖN soll einmal an Marianne Schmitt ausgesprochen werden, die immer dafür sorgt, dass das Vereinsheim passend zu jeder Jahreszeit dekoriert ist.

Hier beispielhaft ein paar stimmungsvolle Bilder aus der Weihnachtszeit. Bei der Deko wurde sie im letzten Jahr tatkräftig von Evelyn Hook unterstützt.

UB



## Sportabzeichen

Sport hält fit und kann nicht schaden. Auch in Pandemie-Zeiten gibt es noch Möglichkeiten die Bewegung nicht zu kurz kommen zu lassen und sogar dabei das Sportabzeichen zu machen.

Am Freitag, dem 03. Dezember 2021 war es wieder einmal so weit, die Übergabe der Sportabzeichen an die Sportlerinnen und Sportler für 2021 vorzunehmen. Wegen Corona wurde in die Vereinshalle umgezogen und somit der Abstand untereinander eingehalten. Selbstverständlich durften die Weckmänner mit Butter zur Bewirtung und Stärkung der Anwesenden nicht fehlen. Helmut Scholz ließ es sich nicht nehmen, bei der Verteilung der Urkunden tatkräftig mitzuhelfen.

Im Laufe des Jahres 2021 haben insgesamt 179 Teilnehmer das Sportabzeichen absolviert, davon 28 weibliche und 39 männliche Jugendliche, sowie 40 Frauen und 72 Männer. An dieser Stelle ist zu erwähnen, dass Gerd Brockmanns und auch Stefan Biermanski das Sportabzeichen bereits zum 44 Mal und Irmgard Tillmanns zum 41 Mal errungen haben. Eine stolze Zahl, die Achtung verdient!

An dieser Stelle muss einmal Gerd Leenen ein großer Dank ausgesprochen werden, der zu fast jeder Zeit auf dem Sportplatz gestanden und die Leistungen für das Sportabzeichen bei den Absolventen abgenommen hat. Bereits seit über 40 Jahren nimmt Gerd diese Aufgabe mit viel Engagement wahr und verdient hierfür alle Achtung.

Traditionell wurde anlässlich dieser Veranstaltung wieder der beliebte Wanderpokal „Dä Hönk“ verliehen. Dieses Jahr ging er an Jan Nideggen. Nun hat er die Aufgabe, diesen „Hund“ gut zu pflegen, damit er im nächsten Jahr wohlbehalten weitergereicht werden kann. Harald Gantke stimmte die Anwesenden mit vorweihnachtlichen Klängen auf seiner Trompete auf die kommende Weihnachtszeit ein.



Zu später Stunde und Ausklang der Feier, fand noch die bekannte und beliebte Tombola statt. Gerd hatte wieder einmal für viele Gewinne, die in die Verlosung einfließen konnten, gesorgt.

Nach einem Jahr mit coronabedingtem Ausfall der Feier für das Sportabzeichen 2020, war es ein neuer Start mit der Hoffnung, dass wir weiter unseren Sport betreiben und zusammen, wenn auch eingeschränkt, feiern können.

Macht mit und macht Euer Sportabzeichen.

Wolfgang Topel

## Hilfsgüter für Ghana



Im vergangenen Jahr hatte die Aktion Mission und Leprahilfe Schiefbahn e.V. bei allen Sportvereinen nach gebrauchter Sportkleidung und Sportgeräten für Kinder in Ghana nachgefragt.

Daraufhin kam es zu einer großen Sammelaktion bei den Mitgliedern des TVS. Teilweise konnten nicht mehr benötigte Kleingeräte aus dem Fundus des Vereins beigesteuert werden, aber auch viele Mitglieder brachten Kleidung und Geräte in die Geschäftsstelle. Am Ende konnten einige große Kartons an die Aktion Mission und Leprahilfe übergeben werden.

Im Januar erreichte uns nun ein Foto von der Übergabe. An den vielen glücklichen Gesichtern der Kinder kann man sehen, dass die Freude dort sehr groß war.

An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an alle, die sich beteiligt haben.

## Erste Yoga-Wanderung



Am 8. Januar um 9 Uhr in der eisigen Frühe des niederrheinischen Winters starteten wir zu unserer Yoga-Wanderung durch den Kaarster Wald.

Bei Sonnenschein am Himmel und sonnigem Gemüt – trotz kalter Hände – übten wir uns in Achtsamkeit und Aufmerksamkeit unserer Umwelt und uns selbst gegenüber. Wir schulten unsere Sinne und versuchten den Monkey Mind in unserem Kopf - für 2 Stunden Auszeit vom Alltag - zum Schweigen zu bringen. Verschiedene Atem- und Körperübungen aktivierten unser Immunsystem und brachten uns Wärme. Der Schwerpunkt der Praxis lag auf wohltuenden Twists und öffnenden Rückbeugen. Wir mobilisierten, dehnten und kräftigten uns für das neue Jahr 😊.



In diesem Sinne Namaste und ein glückliches und gesundes Jahr 2022  
Eure Sandra Redlich

## Winterwanderung

Alle Jahre wieder... Fast alle Jahre organisiert Gerd Leenen eine Winterwanderung. Im letzten Jahr mussten wir aufgrund der Lockdown-Bedingungen aussetzen. Die Vorzeichen für dieses Jahr sahen auch nur bedingt gut aus, zum einen drohten coronabedingte Einschränkungen und zum anderen war die Wettervorhersage sehr schlecht. Es wurde viel Regen vorhergesagt. Gerd hatte es sich trotzdem für 2022 nicht nehmen lassen, eine Wanderung vorzubereiten. Aus gesundheitlichen Gründen konnte er selbst aber nicht mitwandern. Harald Gantke hat ihn als Wanderführer vertreten. Die Wanderung fand gemäß der Coronabedingungen statt, d.h. alle Teilnehmer haben vor dem Start ihren 2G-Status nachgewiesen (genesen, geimpft). Ein Teil hatte auch noch einen aktuellen Test dabei.



Passend zum Start klarte der Himmel auf und die Sonne kam heraus. Bei schönem Winterwetter und ca. 5°C machten sich die 6 Frauen und 6 Männer dann kurz nach 14 Uhr am Vereinsheim auf den Weg zur Blumenstraße, der wir dann in Richtung Autobahn folgten. Danach ging es weiter zur Linselles-Straße, über die wir bis zum Büttgerwald liefen.

An den dortigen Gewächshäusern machten wir in der Sonne eine Rast. Gerd wartete dort auf uns. Die mitgebrachten Leckereien in fester und flüssiger Form wurden dann verzehrt. Es gab Tee und Kaffee sowie etwas alkoholisches, außerdem Plätzchen, Baumkuchen, Lebkuchen und Wurst.





Vom Bütterwald ging es dann durch die Felder zum Flughafen Mönchengladbach. Die Gruppe musste hier einen Pfützen-Slalom laufen. Übers Wasserlaufen konnte und wollte keiner. Den Pfützen-Parcours haben alle gut gemeistert, ohne groß nass zu werden.



Am Hugo-Junker-Hangar wurde eine weitere Pause eingelegt. Gerd war mit dem Auto entsprechend vorgefahren. Die Teilnehmer haben sich noch einmal gestärkt. Der eine oder die andere nutzten die Sanitären Einrichtungen im Terminal, die trotz stattfindender Baumaßnahmen geöffnet waren. Danach ging es am Flughafen und der Trabrennbahn vorbei wieder Richtung Schiefbahn. An der Autobahnbrücke der A52 im Knickelsdorf wurde dann die letzte Rast eingelegt. Es wurden die letzten Reste der Leckereien verteilt.

Durchs Knickelsdorf ging es zurück zum Vereinsheim, wo wir dann nach rund 11,5 Kilometern gegen 17:30 Uhr eintrafen.

Im Namen aller Wanderer möchte ich mich bei Gerd für die Organisation der schönen Wanderung bedanken. Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.

Harald Gantke

# TV Schiefbahn 1899 e.V.



Zeichnung: Steffi Lichter

**Geschäftsstelle und Vereinsheim**  
**Jahnstraße 1, 47877 Willich-Schiefbahn**  
**Tel.: (02154) 70100 Fax: (02154) 70150**  
**email: [info@tv-schiefbahn.de](mailto:info@tv-schiefbahn.de)**  
**Homepage: [tv-schiefbahn.de](http://tv-schiefbahn.de)**