

WestfalenTurner

Vereinsmagazin für Leistungs-, Breiten- und Gesundheitssport



www.wtb.de

■ Im Fokus: WTB-Gymwelt-Convention

■ Turnen: Zweiter Platz für Silvie Wentzell

■ Gesundheit: Entspannung durch Achtsamkeit

Liebe Leser,

was passt besser zu einer Sommerausgabe, als ein Sommer-Thema in den Fokus zu setzen? Die WTB-Gymwelt-Convention fand, wie schon seit 2003, am ersten Ferienwochenende der NRW-Sommerferien statt. Es gab etwas Sonne, viel Schweiß und noch viel mehr Spaß an zahlreichen tollen Workshops. Wie beliebt diese Veranstaltung seit über 20 Jahren ist zeigen auch die Anmeldezahlen: die Convention war ausgebucht!

Geschwitzt haben sicherlich auch die vielen großen und kleinen Aktiven bei ihren Wettkämpfen in diesem Sommer. Über die guten westfälischen Leistungen in den Sportarten Trampolinturnen, Rhönradturnen, Gerättturnen und Rhythmische Sportgymnastik berichten wir in dieser Ausgabe ausführlich.

Einen wichtigen Termin sollten sich alle westfälischen Turner unbedingt vormerken: Das Turnfest Leipzig 2025 findet vom 28. Mai – 1. Juni 2025 in der lebendigen Stadt in Sachsen statt. Ein Appell geht an alle, die teilnehmen möchten: Meldet Euch möglichst früh an, um den Veranstaltern mehr Planungssicherheit zu geben! Außerdem sucht der DTB für die Schulbetreuungen Quartierteams und Standortmanager. Hier ist ehrenamtliches Engagement gefragt. Also meldet Euch an und bewirbt Euch, als Vereinsteam das Turnfest unterstützen zu können.

Nach den Sommerferien ist dann wieder Zeit sich fortzubilden. Wir stellen spannende Lehrgänge der DTB- und WTB-Akademie vor, in denen zur Zeit noch freie Plätze zur Verfügung stehen.

Viel Spaß nun beim Lesen unserer diesjährigen Doppelausgabe!

Kirsten Brüggemann
Kirsten Brüggemann

**Namen & Nachrichten**

Move for Health:
Wincent Weiß ist Gesicht der Kampagne

Die Move-for-Health-Kampagne der Deutschen Sportjugend (dsj) rückt das gesunde Aufwachsen von jungen Menschen in den Fokus. Nach den Einschränkungen durch die Coronapandemie möchte die dsj Kinder und Jugendliche wieder in Bewegung bringen und dadurch langfristig psychisch und körperlich den Selbstwert stärken. Die Inhalte der MOVE-Kampagne werden durch Datenerhebungen und wissenschaftliche Kooperationen mit verschiedenen Universitäten unterstützt und geprüft. So gelingt es, die Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen optimal auszurichten und deren Wirkung umfassend zu erforschen. Sänger Wincent Weiß wird weiterhin das Gesicht der Kampagne sein. Ein Blick auf die Website www.move-sport.de lohnt sich! (Quelle Bericht/Foto: dsj)

Wissensportal
Sport im Freien des DOSB
Sport im Freien eröffnet neue Perspektiven für Vereine und für Eure Mitglieder. Mit Angeboten im Freien erhöhen Vereine ihre Attraktivität und Zukunftsfähigkeit.

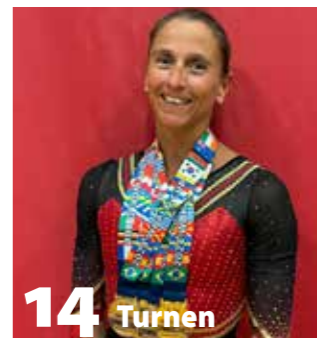
Der DOSB bietet ein praxisnah gestaltetes Informationsangebot rund um dieses Thema an. Unter www.dosb.de/sportentwicklung/sport-im-freien könnt Ihr eintauchen in das Thema Sport im Freien und viele Antworten auf Fragen z.B. zu Rahmenbedingungen finden. Mit Sport im Freien stärkt Ihr nicht nur die Bindung zu Euren bestehenden Mitgliedern, sondern weckt auch das Interesse Sportbegeisterter, die nach innovativen Möglichkeiten suchen, sich zu bewegen und etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Vormerken –
Landesturntag 2024

Der Landesturntag des Westfälischen Turnerbundes findet in diesem Jahr am 3. November 2024 in der Stadthalle Ahlen, Westenmauer 10, 59227 Ahlen statt. Beginn der Veranstaltung ist 10 Uhr.

**Inhalt** 7/8|24

■ Editorial	2
■ Namen & Nachrichten	2
■ Im Fokus: WTB-Gymwelt-Convention	4
■ Aus dem Verband	7
■ Aus dem Sport	10
■ Das Turnfest	12
■ Turnen	14
Silvie Wentzell erturnt zweiten Platz in Boston	14
Rhönradturnen	14
Trampolinturnen	15
Rhythmische Sportgymnastik	19
■ Sportarten	20
Indiaca	20
■ Gymwelt	21
WTB-/DTB-Akademie	21
■ Schulsport	26
Lehrer fit machen fürs Gerättturnen	26
Wettbewerbe im Schulsport	27
■ Gesundheit	28
Entspannung durch Achtsamkeit	28
■ WTJ	30
■ Turngaunachrichten	33
■ Zu guter Letzt	43

4 Im Fokus: WTB-Gymwelt-Convention**14 Turnen****7 Aus dem Verband****26 Schulsport****28 Gesundheit**



Sommer, etwas Sonne und viel Action

WTB-Gymwelt-Convention 2024

Es ist Sommer, es ist NRW-Ferienbeginn und es ist Zeit für die WTB-Gymwelt-Convention! Dieses Jahr fand unser Sommerevent vom 5. – 7. Juli 2024 statt. Und natürlich, wie gewohnt, nutzte das WTB-Bildungsteam die Landesturnschule Oberwerries als Location. Das war wieder einmal eine gute Wahl. „Die Atmosphäre hier in Oberwerries ist immer wieder super. Das Schloss, die Lippe, tolle Sporträume und gutes Essen, deshalb kommen wir immer wieder gerne hier hin“, zeigten sich viele der über 100 Teilnehmenden begeistert vom Ambiente der Convention.

Und nicht nur das. Das Workshop-Programm und die Referierenden ließen keine Wünsche offen. Von anstrengend und schweißtreibend, über bewegungstechnisch anspruchsvoll, bis hin zu ruhig und entspannend war bei den Themen in diesem Jahr wieder alles vertreten.

Da haben die Macher der Veranstaltung wieder ein gutes Händchen bewiesen. Allen voran Bildungsreferentin Simone Eggert, die bereits nach der letztjährigen Convention anfang, für dieses Jahr zu planen, viele Gespräche mit den Referierenden führte und die angebotenen Themen sortieren musste. Nach der WTB-Gymwelt-Convention ist halt vor der nächsten WTB-Gymwelt-Convention. „Nach der Veranstaltung werden wir erst einmal alles aus, schauen uns die Tn-Auswertungsbögen genau an und danach werden die ersten

Es war MEGA GUT – tolle Workshops, fantastische Referenten, vertrauensvolle Atmosphäre – einfach einzigartig! Ein riesen DANKESCHÖN an das WTB-Team für dieses Sport-Fest!

Überlegungen für das nächste Jahr angestellt. Da ist schon eine Menge Vorarbeit zu leisten. Man muss dabei das richtige Gefühl haben für eine gute Mischung der Themen“, erläutert Simone Eggert, wie sie in die Planungen einer Convention geht. Für die Auswahl der Themen ist halt Fingerspitzengefühl gefragt.

„Die Vielfalt und die Kompetenz der Referenten waren super“, bestätigte eine Teilnehmerin, dass die Auswahl in diesem Jahr wieder passte.

Die Ansprüche und Vorlieben der Teilnehmenden ändern sich im Laufe der Jahre. Vor 10 Jahren lag der Fokus eher auf Themen aus dem Aerobic- und Dancebereich. Step-Aerobic, Dance-Aerobic, Salsa, Hip Hop oder Jazzdance standen hoch im Kurs. 2024 gab es andere Schwerpunkte. „In diesem Jahr war alles eher im Flow“, wie Simone Eggert es ausdrückt. „Yoga Flows, Functional Flow, Flexibility Flow, aber auch Themen aus dem Workout-, Aerobic- und Dancebereich hatten wir parat. Und natürlich durfte Drums Alive nicht fehlen.“

Apropos Drums Alive: eine Drums Alive Party am Freitagabend mit Frauke und Sharon Jackson war ein toller, stimmungsvoller Auftakt in drei Tage Convention. Die beiden Referentinnen, die bei fast jeder Convention in Oberwerries schon dabei waren, schafften es trotz deutscher EM-Niederlage die Stimmung bei den Teilnehmenden wieder auf den Höhepunkt zu bringen. Mit Power, Witz und viel Charme trommelten die Beiden auch zu später Stunde den Fußballfrust weg.



„Die Beiden sind eine Klasse für sich. So lustig und witzig. Drums Alive mit Sharon und Frauke ist immer wieder toll.“

Aber auch alle anderen Referentinnen und ein Referent wussten die Teilnehmenden mit ihren Workshops zu begeistern. Eine Teilnehmerin brachte es auf den Punkt: „Jede ist anders, aber jede ist eine Klasse für sich. Und alle wissen, was sie tun und sind sehr kompetent.“





Dankeschön für langjährige Treue

Vielen Teilnehmern gefällt die Convention so gut, dass sie schon seit vielen Jahren jedes Jahr wieder dabei sind. In der Zeit von 2012 bis 2024 fand die Veranstaltung neunmal statt. In den Landesturnfestjahren 2015 und 2019 sowie in den Coronajahren 2020 und 2021 musste

Es war wieder ein tolles Wochenende. Schöne Atmosphäre, tolle Referenten, gutes Essen und viele nette Sportlerinnen. Auch ich danke dem WTB-Team für das herrliche Event.

sie leider ausfallen. „Bei der Durchsicht der Anmeldungen ist uns aufgefallen, dass drei Namen immer wieder auftauchten. Nach einer Auswertung aller Meldezahlen zeigte sich dann, dass drei Frauen bei allen Conventions seit 2012 dabei waren.“

Das WTB-Bildungsteam ließ es sich nicht nehmen, bei der offiziellen Eröffnung der WTB-Gymwelt-Convention am Samstagmorgen Gerti Kollenda, Karin Nolting und Ariane Künkel-Kahmann für ihre Treue ein kleines Dankeschön zu überreichen.

ÖA-Referentin Kirsten Brüggemann hat sich mit den drei Dauerbrennern unterhalten und wollte wissen, warum sie immer wieder nach Oberwerries kommen, was ihnen gefällt und was sich in den letzten Jahren verändert hat.

Warum kommt Ihr seit Jahren zu unserer Convention?

Karin/Ariane: Zum einen sind es die netten Leute, die man jedes Jahr hier trifft. Das Ambiente der Landesturnschule gefällt uns total gut. Und natürlich das abwechslungsreiche Programm und die guten Referenten. Die Kommunikation seitens des WTB ist sehr gut. Die Ausschreibung mit genauer Beschreibung aller Workshops

ist klasse, so dass wir immer vorher schon wissen, was uns erwartet.

Gerti: Für mich ist die Convention in Oberwerries so ein bisschen, wie nach Hause kommen. Man trifft jedes Jahr dieselben netten Menschen. Zu einigen hab ich über die Convention hinaus Kontakt. Wir telefonieren schon vorher, ob wir uns wieder in Oberwerries treffen. Außerdem kann ich hier immer wieder etwas Neues lernen und viele neue Ideen mit nach Hause in meine Sportgruppen nehmen. Ich werde, solange es gesundheitlich geht, immer wieder kommen und bringe im nächsten Jahr auch eine Freundin mit.

Was hat sich in den letzten Jahren verändert?

Ariane/Karin: Die Themen haben sich schon verändert. Früher gab es mehr Angebote im Bereich Aerobic. Aber viele Workshops waren damals nach unserem Geschmack zu anspruchsvoll. Wir hätten aber sehr gerne wieder mehr Aerobic-Angebote, die niederschwellig und für die breite Masse geeignet sind. Für uns passte in den früheren Jahren auch der Zeitablauf etwas besser. Die Zeitschiene bis Sonntagmittag finden wir persönlich nicht so gut. Uns wären Workshops am Samstagabend dann lieber.

Gerti: Mir fällt auf, dass es weniger Angebote aus dem Bereich Step und Aerobic gibt und der Schwerpunkt eher auf ruhigeren Workshops liegt wie z.B. Yoga. Eine Party am Samstagabend wäre auch mal wieder super. Grundsätzlich wäre mir das frühere Zeitkonzept etwas lieber. Samstagabend noch Programm oder Workshops, dafür Sonntagmittag Ende der Convention.



Fußball und Turnen? Natürlich geht das!

UEFA EURO 2024 mit DTB-Beteiligung

Die UEFA EURO 2024 ist gelaufen und sorgte in Deutschland für viel Sportbegeisterung. Zum ersten Mal waren auch zahlreiche Turner mit dabei. Nicht an Turngeräten, sondern auf dem Spielfeld bei den sogenannten Pre-Match Ceremonies. Im Rahmen einer Kooperation zwischen der Union der Europäischen Fußballverbände (UEFA) und dem Deutschen Turner-Bund (DTB) traten bei den Eröffnungszeremonien der jeweiligen EM-Spiele insgesamt 600 Darsteller aus dem Turnen, der Gymnastik oder dem Tanzbereich auf dem Rasen der Stadien bundesweit auf. An jedem Spielort waren jeweils 60 Gymnasts gemeinsam mit 90 Volunteers aktiv und präsentierten dann eine Choreografie mit Stoffbannern, die die Vielfalt Europas ausdrücken sollten. Konzipiert wurde die 3.20-Minuten dauernde Vorführung vom international tätigen Fashion-Show-Choreografen Waldek Szymkowiak und seinem Team.

Aufgabe der Landesturnverbände war es, die Zeremonien in den Stadien ihrer Verbandsgebiete zu koordinieren und jeweils zwei Koordinatoren zu stellen. Zehn Landesturnverbände stellten sich dieser Herausforderung. Für den WTB übernahmen die beiden Mitarbeiterinnen Georgina Smeilus und Doris Tölle die koordinierende Aufgabe bei vier Spielen in Gelsenkirchen und sechs Spielen in Dortmund. Gemeinsam mit drei Stagemanagern, einem Choreographen und zwei offiziellen Koordi-

natoren der UEFA hatten sie jede Menge zu tun. Sind alle Aktiven vor Ort? Hat jeder das richtige Outfit an? Kennt jeder seinen Platz auf dem Spielfeld? Tausend Fragen mussten beantwortet und die Informationen der UEFA weitergegeben werden. Nervenstärke war da gefragt.

Insgesamt 120 Aktive aus Westfalen waren dabei und durften das Flair genießen, vor tausenden von Zuschauern im Rampenlicht zu stehen. Vorausgegangen waren drei ganztägige Probetage sowie eine Generalprobe im Stadion. Ein tolles ehrenamtliches Engagement, für das sich an dieser Stelle der WTB noch einmal herzlich bei allen bedanken möchte.





Der WT hat sich mit den beiden westfälischen Koordinatorinnen Doris Tölle und Georgina Smeilus über ihren Einsatz bei diesem für Turner ungewöhnlichen Event unterhalten.

Interview Georgina Smeilus und Doris Tölle

UEFA 2024 – und Ihr ward dabei. Wie ist das Gefühl?

Georgina: Im Nachhinein bin ich etwas traurig, dass unsere EM-Reise nun schon vorbei ist. Es war eine unfassbar wunderbare Erfahrung ein kleiner Teil eines so großen internationalen Turniers zu sein und ich freue mich sehr darüber, dass wir Turner die Chance hatten, unser Können in allen EM-Stadien in Deutschland zu präsentieren.

Doris: Es war ein sehr erhabenes Gefühl bei diesem großen Event dabei zu sein. Und natürlich war ich ein wenig

stolz, die Gruppe der 60 Gymnastinnen und Gymnasten begleiten und leiten zu dürfen.

Ihr standet auf dem Spielfeld in den legendären Stadien NRW. Doris, du warst auf Schalke.

War das etwas Besonderes?

Einmal – nein, gleich viermal – auf Schalke am Spielfeldrand zu stehen war schon sehr besonders. Vor allem weil mein Mann und mein Sohn absolute Schalke-Fans sind, aber dieses Privileg wohl niemals haben werden.

Georgina, wie war es für Dich als Dortmund-Fan?

Wir hatten unsere Generalprobe schon auf dem Spielfeld im schönsten Stadion der Welt (Dortmund) und das war ein überwältigendes Gefühl, auf dem heiligen Rasen des BVB zu stehen. Als dann am ersten Spieltag in Dortmund auch noch Fangesänge und wehende Fahnen von 60.000 Fans dazukamen, war das einfach Gänsehaut pur. Dieses Gefühl werde ich wahrscheinlich nie wieder vergessen.

Fußball und Turnen – ging das überhaupt?

Georgina: Ziemlich gut, ehrlich gesagt. Alle waren begeistert von unserer Turnerdisziplin. Warten können ohne zu meckern, sofort Anweisungen umsetzen, immer pünktlich sein und konstruktives Mitdenken – das macht uns Turner aus. Wir konnten etwas von den Fußballern und die Fußballer etwas von uns Turnern lernen. Auch die Fußballer sind eine große Familie genau wie unsere Turnerfamilie, halt nur mit Ball.

Doris: Fußball geht nicht ohne Turnen! Viele der motorischen Grundfähigkeiten, die auch im Fußball enorm wichtig sind, werden schon in der Kinderstube des Turnens gelernt. Insofern ist das schon eine sinnvolle Kombination. Und dass die Fußballer die Unterstützung der Fachleute für die Shows vor den Spielen angefordert haben, bringt hoffentlich auch in der Öffentlichkeit etwas mehr Anerkennung für den ehrenamtlichen Breitensport, im Gegensatz zum hochbezahlten Profisport.

Wie ist es, für die UEFA zu arbeiten? Wie wird gearbeitet, was war neu für Euch?

Doris: Bei einer solch großen Veranstaltung sind natür-



lich viele Sicherheitsvorschriften einzuhalten, was einen immens hohen Aufwand an Bürokratie mit sich brachte. Allein die Erstellung der Akkreditierungen war mit einem sehr hohen Aufwand verbunden und lief auch nicht wirklich reibungslos.

Die praktische Arbeit während der Probenstage unterschied sich merklich von der Arbeitsweise der Turner z.B. vor einem Auftritt beim Turnfest. Die UEFA-Maschine musste laufen und es gab nur wenige Stellschrauben, an denen noch gedreht werden konnte. Der gesamte Ablauf der Zeremonie war sekundengenau getaktet und duldet keine Anpassungen.

Georgina: Ich bin da völlig locker an das Projekt UEFA EURO 2024 rangegangen. Mir war total klar, dass wir Turner die Eröffnungszeremonien rocken werden.

Wir Turner sind ja eher pragmatisch unterwegs und haben viel Vertrauen in unsere eigenen Leute. Da musste ich erst lernen, dass es sehr klare Regeln gibt, die unbedingt befolgt werden müssen und auch die Einhaltung nochmal kontrolliert wird. Mein pragmatisches Denken wurde das ein oder andere Mal sehr auf die Probe gestellt. Aber generell hat es mir unendlich viel Spaß gemacht, international mit so vielen verschiedenen, allesamt freundlichen Menschen arbeiten zu dürfen.

Georgina, was waren die besonderen Momente bei den Auftritten?

Ich stand im Achtelfinalspiel Deutschland-Dänemark mit auf dem Platz, da wir einige Ausfälle hatten. Und mit der deutschen Nationalmannschaft auf dem Rasen im schönsten Stadion der Welt, unterstützt von ca. 40.000 deutschen Fans, die Nationalhymne singen zu können, war beeindruckend und die Gänsehaut hat noch eine halbe Std. danach angehalten.

Doris, was hat Dich am meisten beeindruckt?

Die eindrucksvollsten Momente gab es jeweils beim Heimkommen in die voll besetzte Arena, begleitet von einem Höllenlärm, bevor die eigentliche Zeremonie begann. Das Zusammenraffen der Stoffbanner, Aufstellen der Darsteller und dann mein Kommando zum Start *Enter the pitch* haben bei allen vier Einsätzen ein Gänsehautfeeling verursacht. Und selbstverständlich gehörte ein Abklatschen mit allen Akteuren nach gelungenem Auftritt dazu.

Hat denn alles geklappt mit den Ceremony Makers?

Doris: Vor jedem Einsatz gab es natürlich die bängigen Stunden, ob wirklich alle an Bord sind oder jemand fehlte und ersetzt werden musste. Selbstverständlich gab es den einen oder anderen Ausfall, der aber durch vorher festgelegte Springer kompensiert werden konnte. Alle Darsteller waren dann hoch konzentriert, so dass die Choreografie immer perfekt geklappt hat.

Georgina: Ich kann es nur nochmal wiederholen. Wir Turner sind einfach eine friedliche und sympathische Gemeinschaft. Jeder hilft Jedem und alle haben sich einfach nur gefreut, Teil dieser großartigen Erfahrung sein zu dürfen. Ich bin sehr stolz auf das unkomplizierte Team gymnasts, wie wir dort hießen.

Was bleibt Euch besonders in Erinnerung?

Georgina: Die wundervollen Menschen, die ich kennenlernen durfte und die jeweilige Atmosphäre bei den Spielen im und um das Stadion herum.

Doris: Das Gemeinschaftsgefühl der Turnergruppe mit den weiteren 90 Volunteers, die alle gemeinsam zum Gelingen der Shows beigetragen haben. Und auch die Motivationsgesänge vor den Spielen, als alle im Tunnel unter den Zuschauertribünen das Steigerlied, die Schalke-Hymne, anstimmten. – Momente, die ich sicher nicht vergessen werde.

Georgina: Und die unfassbar laute, fast geschriene, und freudige italienische Nationalhymne der italienischen Fans beim ersten Spiel. Die Fangesänge der Albanienfans in der U-Bahn bei meiner Anreise nach Dortmund, die tausenden wehenden Türkeiflaggen beim Fanmarsch mit 10.000 Türkeifans zum Stadion, die aufgeregten und euphorischen Georgienfans (da sich Georgien zum ersten Mal für eine EM qualifiziert hatte), der Ronaldohype beim Portugalspiel, die Verwirrung als die Mannschaften aus Polen und Frankreich sich vor die falschen Nationalflaggen gestellt hatten, die zwei Unwetter während zweier Spiele in Dortmund und die Dänen, die im strömenden Regen im Stadion geduscht haben. Jede einzelne Atmosphäre war besonders auf ihre ganz eigene Art und ich werde diese Momente und die jeweilige Gänsehaut dazu wahrscheinlich nie vergessen. Ich hatte eine erfahrungsreiche und wunderschöne EM-Zeit.

Vielen Dank an Euch Beide für die interessanten Einblicke!



Jung, sportlich, FAIR

Ausschreibung der Deutschen Olympischen Gesellschaft

Die Fair Play-Initiative der Deutschen Olympischen Gesellschaft e.V. (DOG) schreibt in diesem Jahr zum 13. Mal den Fair Play-Preis Jung, sportlich, FAIR aus.

Mit diesem Preis sollen 2024 wieder faire Gesten im Sport sowie Projekte von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den Fokus gerückt werden.

Die Fair Play-Initiative der DOG

Die DOG tritt in der deutschen Sportlandschaft als federführende Kraft der Fair Play-Initiative für die Einhaltung und die Verbreitung des Fair Play-Gedankens im Sport und in der Gesellschaft ein. Fair Play spielt im Leistungs- wie im Breitensport eine entscheidende Rolle. Denn Fair Play ist mehr als die Befolgung der Regeln. Fair Play macht den Geist des Sports aus und fordert Handeln nach innerer Einstellung. Daher muss Fair Play ständig neu bewusstgemacht werden. Dies ist nicht nur eine Sache des Wissens, sondern vor allem des Verhaltens.

Fair Play steht für:

- die Anerkennung und Einhaltung der (Spiel-)Regeln
- den partnerschaftlichen Umgang mit dem Gegner und den Mitspielern die Achtung der gleichen Chancen und Bedingungen
- die Begrenzung des Gewinnmotivs (kein Sieg um jeden Preis)
- die Wahrung der Haltung bei Sieg und Niederlage

Informationen zur Ausschreibung 2024

Bewerbungsschluss: 31. Dezember 2024

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche bzw. Mannschaften im Alter von 12 bis 19 Jahren

Preise

1. Platz: Finanzielle Förderung in Höhe von 500 Euro

2. Platz: Finanzielle Förderung in Höhe von 300 Euro

3. Platz: Finanzielle Förderung in Höhe von 200 Euro

Die finanzielle Förderung erhält der jeweilige Sportverein bzw. die Schule, dem der Sportler bzw. die Mannschaft zugehörig ist.

Alle Informationen zur Bewerbung gibt es unter

<https://dog-bewegt.de/engagement/>.



Fair Play



Deutsche Olympische Gesellschaft

28. MAI
01. JUNI
2025

WERDET TEIL DER TURNFESTFAMILIE

JETZT ANMELDEN!



www.TURNFEST.de



TURNFEST GEHT IMMER!

Gefördert durch:



DAS TURNFEST 2025 LEIPZIG

www.TURNFEST.de

Das Turnfest sucht Euch als Quartierteam

2.000 € Prämie für Euren Verein!

Ihr plant gemeinsam mit Eurem Verein zum Turnfest nach Leipzig zu fahren? Dann bildet doch ein Quartierteam für eine der Gemeinschaftsunterkünfte.

Mehr als 35.000 sportbegeisterte Teilnehmende übernachten im Rahmen des Internationalen Deutschen Turnfestes in über 140 Leipziger Schulen verteilt auf Klassenräume und Schulsporthallen. Da ist Unterstützung gefragt. Und wer von Euch noch mehr Verantwortung übernehmen möchte, bewirbt sich als Standortmanager Schule.



Das Turnfest Leipzig braucht Euch als Quartierteam!

Eure Einsatzzeiten

Dienstag, 27. Mai 2025, ab 16 Uhr bis Sonntag, 1. Juni 2025, 12 Uhr

Eure Aufgaben als Quartierteam

- Ihr stellt eine Ansprechperson für das Organisationskomitee vor Ort (1 – 2 Personen)
- Ihr begrüßt eure Gäste (1 Person)
- Ihr bereitet das Frühstück vor (4 – 6 Personen)
- Ihr organisiert die Tagesaufsicht im Schichtdienst (2 – 4 Personen)

Eure Benefits als Quartierteam

Für die Stellung eines kompletten Quartierteams (max. 15 Personen) erhält Euer Verein eine Engagement-Prämie in Höhe von 2.000,- €.

Jedes gemeldete Mitglied eines Quartierteams profitiert zudem von weiteren individuellen Vorteilen wie:

- kostenfreie Unterkunft inkl. Frühstück in einem Gemeinschaftsquartier
- kostenfreies ÖPNV-Ticket (Stadtgebiet Leipzig)
- gebrandete Volunteer-Kleidung und Zugang zur Volunteer-Party

Das Turnfest Leipzig braucht Dich als Standortmanager Schule!

Standortmanager Schule

Wenn Du noch mehr Verantwortung übernehmen möchtest, kannst du dich als Standortmanager Schule bewerben.

DAS TURNFEST II 2025 LEIPZIG

Deine Aufgaben

- Du organisierst Dein Standortteam (8 – 12 Personen) vor Ort
- Du bist die Kontaktperson für den Hausmeister vor Ort
- Du bist das Bindeglied zwischen Organisationskomitee und Schule
- Du überwachst die Abläufe vor Ort in der Schule

Deine Benefits als Standortmanager Schule

- 200,- € Engagement-Prämie
- kostenfreie Unterkunft inkl. Frühstück in Deiner Gemeinschaftsunterkunft
- kostenfreies ÖPNV-Ticket
- Volunteers-Kleidung
- Zugang zur Volunteer-Party
- kostenfreie Mittags-/Abendverpflegung

Deine Vorbereitung

Ein Handbuch und eine Online-Schulung bereiten dich optimal auf deine Aufgaben vor. Das Organisationskomitee steht dir dabei jederzeit für all deine Fragen kompetent zur Seite.

Habt Ihr Interesse?

Das Turnfest Leipzig braucht Euch und freut sich auf viele Bewerbungen aus Westfalen! Alle Informationen zu den Quartierteams und zum Standortmanager Schule gibt es unter www.turnfest.de/volunteers.

Dort findet Ihr auch weiterführende Informationen (FAQs).

Ansprechpartner Unterkünfte

Christian Opitz
christian.opitz@turnfest.de
Telefon: 0341 21545532



Turn-EM 2025 beim Turnfest

Die Turn-Europameisterschaften werden im kommenden Jahr in Deutschland stattfinden. Der Deutsche Turner-Bund erhielt den Zuschlag für die kontinentalen Titelkämpfe auf der Sitzung des Exekutivkomitees des Europäischen Turnverbandes (European Gymnastics) am 14. Juni 2024 in Dublin (IRL).

Ausgetragen wird die Turn-EM 2025 vom 26. bis zum 31. Mai in Leipzig. Die Veranstaltung wird damit im Rahmen des Internationalen Deutschen Turnfestes 2025 stattfinden, welches vom 28. Mai bis zum 1. Juni in Leipzig bis zu 80.000 Teilnehmende erwartet. Als Austragungstätte der EM ist die Leipziger Messe vorgesehen. Hier werden ebenfalls ein Großteil der Wettkämpfe und Mitmachangebote des Turnfestes stattfinden.

„Wir sind sehr froh, dass wir den Zuschlag für die EM erhalten haben, denn das Turnfest ist damit um ein absolutes Highlight reicher. Wir gehen mit der Austragung einer solchen EM innerhalb eines Turnfestes neue Wege und werden organisatorisch einiges zu stemmen haben. Jedoch bin ich mir sicher, dass wir dies einerseits sehr gut meistern werden und andererseits beide Veranstaltungen stark davon profitieren werden“, erklärte DTB-Präsident Dr. Alfons Hölzl.

Der Präsident von European Gymnastics, Dr. Farid Gayibov, erklärte: „Es ist eine Ehre für European Gymnastics, die Organisation der nächstjährigen Europameisterschaften im Kunstturnen der Männer und Frauen dem Deutschen Turner-Bund unter der Leitung seines Präsidenten Alfons Hölzl anzuvertrauen. Nach einer hervorragenden Veranstaltung in München 2022 wissen wir, dass wir in den besten Händen sind. Im Rahmen des großartigen Turnfestes, zu dem rund 80.000 Teilnehmer, 5.000 freiwillige Helfer und 750.000 Besucher erwartet werden, wird Leipzig die besten Turnerinnen und Turner Europas begrüßen und Synergien zwischen Breiten- und Spitzensport schaffen, um einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen.“

Auch der Sportbürgermeister der Stadt Leipzig, Heiko Rosenthal, ist begeistert von dem Zuschlag für seine Stadt: „Wir freuen uns sehr, dass die Turn-EM im Rah-

DAS TURNFEST II 2025 LEIPZIG

men des Internationalen Deutschen Turnfestes 2025 in Leipzig stattfinden wird. Dies bestätigt Leipzigs Position als Austragungsort für internationale Sportgroßveranstaltungen. Das Turnfest wird damit um einen absoluten Höhepunkt bereichert. Wir sind überzeugt, dass die Kombination aus europäischem Spitzensport und Vielfalt des Freizeit- und Breitensports das Turnfest 2025 zu einem Aushängeschild für Leipzig und Sachsen machen wird.“

Das Exekutivkomitee des Europäischen Turnverbandes hatte sich in der irischen Hauptstadt einstimmig für Leipzig ausgesprochen. Ursprünglich sollte die Turn-EM in Tel Aviv (ISR) austragen werden, dies wurde jedoch aufgrund der aktuellen Situation in Israel abgesagt.

Quelle: DTB



Dr. Farid Gayibov, Dr. Alfons Hölzl und Lisa Worthmann, Generalsekretärin European Gymnastics (v.l.)
Foto: European Gymnastics (Quelle: DTB)

Deutsches Seniorenteam mit Silvie Wentzell erturnt zweiten Platz in Boston

Auch in diesem Jahr war Silvie Wentzell (VTB Siegen) für den Senioren-Cup in Boston nominiert. Zu Recht, wie ihre Leistungen zeigten. Silvie Wentzell gewann in der Einzelwertung den Mehrkampf und am Balken und holte sich Silber am Sprung und Barren. Somit trug sie zum tollen zweiten Platz und zur guten Stimmung des deutschen Teams bei. Gastgeber USA war allerdings nicht zu schlagen. „Ich bin wahnsinnig glücklich, da die Vorbereitung mit etwas Fußproblemen nicht einfach war. Nun bin ich echt stolz!“, erzählt Silvie von ihren Erlebnissen in Boston.

Das deutsche Männerteam siegte vor Japan, USA und Großbritannien, allerdings ohne westfälische Beteiligung.

Weitere Infos und Ergebnisse unter <https://www.gymmedia.de/>.



Rhönradturnen

Doppel-Gold für Westfalen bei DJM

In Taunusstein gingen am 15. und 16. Juni 2024 die besten Jugendturner im Rhönrad an den Start und kämpften in den drei Disziplinen Gerade, Spirale und Sprung um die Deutsche Meisterschaft. Besonders erfolgreich präsentierten sich zwei Aktive vom ESV Finnentrop. Lia Kammerer holte sich den Deutschen Meistertitel in der AKB 12 und Luisa Sophie Pohl wurde dritte in der AKB 13/14.

Vorjahressiegerin in der AKB 13/14 Svea Tillisch (Ski-Club Brilon) ging dieses Jahr gegen die 15-/16-Jährigen an den Start und konnte sich durch eine besonders gute Gerade-Übung den elften Platz sichern. Direkt gefolgt von Jaane Bröckel (TSVE Bielefeld) auf Platz 12 und Lilly Raschke (TV Arnsberg) auf Platz 14. Samira Azzam (TuS Dortmund-Wellinghofen) kam auf den 19. Platz.

Bei den 17-/18-Jährigen gelangte Luise Abeler (Ski-Club Brilon) mit einem super Sprung auf den 6. Platz. Vereinskollegin Thea Mielke belegte Platz 11 und Dortmunderin Dalia Azzam Platz 14. Luise konnte durch ihren Sprung ins Finale dieser Disziplin einziehen und verpasste dort das Treppchen knapp mit 0,2 Punkten Abstand.

Am Sonntag ging es für die Jüngsten in der AKB 12 auf die Fläche und das mit vollem Erfolg. Ein Doppeltreppchen für den Ski-Club Brilon und damit für den WTB machten Aylin Wojtech auf Platz 3 und Pia Steinkemper klar. Pia erturnte mit einer Turnerin aus Weilheim mit drei Punkten Vorsprung den gemeinsamen ersten Platz und damit die geteilte Deutsche Meisterschaft 2024. Auch Evangelina Parreño (TuS Bommern) zeigte eine tolle Leistung und erreichte Platz 10. Bei den Jungs in der AKB 12 startete Elia Kammerer (ESV Finnentrop) leider dieses Jahr ohne Konkurrenz, lieferte aber

trotzdem saubere Übungen ab und wird so neuer Deutscher Meister 2024.

Einen weiteren Riesenerfolg gabs für Finnentrop in der AKB 13/14. Hier kletterte Luisa Sophie Pohl auf Treppchen mit super Küren und einem somit verdienten 3. Platz. Sophie Beel aus Brilon erreichte in dieser AK Platz 10 und Gwyn Krämer, ebenfalls Brilon, Platz 23. Abgerundet wurde das Teilnehmerfeld im Mehrkampf von Enno Witsika, der bei den Jungs AKB 13/14 auf den 5. Platz kam.

Annika Witte

Elia Kammerer (l.) und Luisa Sophie Pohl vom ESV Finnentrop
Foto: Carla Kammerer



Trampolinturnen

Westfälische Synchron, Westfalen Cup und Westfälische Meisterschaften 2024 Synchronturnen erfreut sich wieder größerer Beliebtheit

Traditionsgemäß ist der Monat Juni der Monat der Westfälischen Wettkämpfe, so auch in diesem Jahr.

Eingeläutet wurden die wichtigsten westfälischen Trampolinettkämpfe aber bereits mit dem Westfalen-Cup Synchron am 26. Mai 2024 in Brackwede. Das Synchronturnen nimmt wieder an Beliebtheit zu, so dass mittlerweile neben den NRW-Synchron-Meisterschaften der Westfalen-Cup Synchron etabliert wurde.

In fünf Altersklassen traten die Paare gegeneinander an. Eine Trennung zwischen weiblichen und männlichen Klassen wurde nicht vorgenommen und es konnten somit auch gemischte Paare an den Start gehen. Gewertet wurde nach den derzeit gültigen internationalen Regeln, wobei zwei Qualifikationsübungen geturnt werden und die beste Übung für einen Finaleinzug entscheidet. Das Finale wird dann ab 0 Punkten gewertet.

Yakov Polonets / Marie Ziegenbruch, SV Brackwede, gewannen in der jüngsten Klasse Jugend D (9/10 Jahre), Marie Niehoff / Zoe Scholze, SV Brackwede die Klasse Jugend C (11/12 Jahre), Viktoria Löwen / Milla Scholle, SV Brackwede, siegten in der Klasse Jugend B (13/14 Jahre), Sophia Althoff / Helena Buscher, TG Münster, belegten Platz 1 in der Klasse Jugend A (15/16 Jahre) und Liv Greta Riechert (TSV Bösingfeld) / Nele Quiel (TSV Viktoria Clarholz e.V.) sicherten sich souverän den Titel in der Erwachsenenklasse (17+).

Wie eng Sieg und Niederlage im Synchronturnen zusammen liegen zeigt aber das Ergebnis der in der Jugend-B-Klasse turnenden Geschwister Michael und Tobi-



as Leitner von der TG Münster. Das Paar patzte in der 1. Quali-Übung und im Finale, turnte aber in ihrer zweiten Qualifikationskür die schwierigste Übung des Tages und turnte die höchste Tagespunktzahl eines Durchgangs. Nach der verpatzten Finalkür mussten sie sich aber mit Platz 8 begnügen.

Nachwuchstalente auf dem Sprung

Der Westfalen-Cup ist der westfälische Nachwuchswettkampf, bei dem die Aktiven hoffen, den Sprung in die Meisterschaftsklasse zu schaffen. Neben den Cup-Klassen wurden deshalb in zwei M-Klassen den besten westfälischen Trampolinern die Möglichkeit gegeben, eine Generalprobe für die eine Woche später durchgeführten Westfälischen Meisterschaften zu turnen.

Am 23. Juni 2024 gingen 65 Trampolinturner in Clarholz in fünf Klassen an den Start. Im Cup-Wettkampf wurden alle drei Durchgangswertungen berücksichtigt und die Gesamtpunktzahl entschied über den Sieg.

Bei den Jüngsten im WK 1 ging es um den Sieg schon knapp zu. Elia Kuschela von der TG Münster lag nach der Pflicht vorne, konnte trotz höherer Schwierigkeit Tilda Kuhl von der SV Brackwede nicht halten, so dass Tilda vor Elia gewann.



Bei der Jugend D zeigte Sofia Hölzer (SV Brackwede) ihr großes Talent. Obwohl sie zu den Jüngsten gehörte, turnte sie die höchste Cup-Punktzahl und siegte unangefochten in ihrer Klasse.

In den Klassen Jugend C turnten die Mädchen und Jungen getrennt. Der Ausrichter TSV Viktoria Clarholz konnte sich über den Sieg von Amelie Dreisewerd freuen, während sich bei den Jungen wiederum Brackwede durch Niklas Brand den Titel sichern konnte.

In der Klasse weibliche Jugend A/B bestätigte Marie Stukenbrock vom TSV Bösingfeld, dass sie dieses Jahr in sehr guter Form ist und siegte. Auch die TG Lage konnte durch Raphael Fernandez Pina in der männlichen Klasse Jugend A/B einen Titel verzeichnen.

In der Erwachsenenklasse des Cup-Wettkampfes holte sich Nick Brinkhaus aus Clarholz zur Freude der

Zuschauer zum Abschluss den Sieg. In den beiden durchgeführten M-Klasse-Wettkämpfen wurde dann hochklassiger Trampolinsport geboten. Die Aktiven probierten für das folgende Wochenende ihre schwierigen Übungen aus, um für die anstehenden Westfälischen Meisterschaften gerüstet zu sein. In der Klasse männlich bis 16 Jahre turnte Alicia Köbler (TSV Viktoria Clarholz) eine hohe Schwierigkeit und diese auch mit sehr guten Haltungsnoten. Ihr Vereinskamerad Julian Baumann brillierte zwar mit Schwierigkeit, konnte aber nicht entsprechende Haltungsnoten vorweisen, so dass er sich mit Platz 3 begnügen musste hinter Ella Gobel.

Nele Quiel aus Clarholz und Liv Greta Riechert aus Bösingfeld, sonst erfolgreiches deutsches Synchronpaar traten gegeneinander an. Liv Greta Riechert legte mit den besten Übungen in den beiden Qualifikationsübungen den Grundstein für einen Sieg. Doch Nele Quiels Übungen konnten sich auch sehen lassen, so dass im Finale, das mit 0 Punkten gestartet wurde, alles offen war. Riechert traf ihre Übung nicht richtig und musste mit 9 Sprüngen beenden, während Quiel durchkam und gewann. Insgesamt ließen die M-Klassen-Teilnehmer auf anspruchsvolle Westfälische Meisterschaften hoffen.

Liv Greta Riechert und Nele Quiel sorgen mal wieder für Höchstspannung

Am 30. Juni 2024 fanden die Westfälischen Meisterschaften in Münster statt. Landesmeisterschaften starten immer erst in der Klasse Jugend C und werden nach den internationalen Regeln geturnt. In der Klasse Jugend C weiblich kann der SV Brackwede derzeit mit drei guten Nachwuchstalente aufwarten, die den Titel dann auch unter sich ausmachten. Marie Niehoff und Zoe Scholze lieferten sich ein knappes Rennen. Zoe turnte einen perfekten Vorkampf, in ihrer zweiten Qualiübung erreichte sie die beste Punktzahl dieser AK mit einem persönlichen Rekord. Im Finale ab 0 Punkten turnte sie weniger souverän und wurde von ihrer Vereinskollegin Marie überholt. Clara Oeffelke rundete dann mit drei sicheren, neuen Übungen und verdientem Bronze die SVB-Ergebnisse ab. Neben dem Titel erturnte Marie Niehoff auch die Quali für die Deutsche Meisterschaft. Bei den Jugendturnern C ging mit Joel Achille einer der besten deutschen Nachwuchstalente an den Start, das die TG Münster derzeit im Kader hat. Joel turnte bereits in dem jungen Alter eine hohe Schwierigkeit und gewann souverän mit einer hervorragenden Finalpunktzahl. Titus Wittenbrink vom TV Mühlhausen-Ülzen gewann verdient vor seinem Konkurrenten Carlo Ameling von der DJK VFL Billerbeck den Vizetitel.

Die weibliche Klasse Jugend B brachte einen spannenden Zweikampf zwischen Ella Gobel vom TSV Bösingfeld und Milla Scholle von der SV Brackwede. Zum Schluss gab die höhere Schwierigkeit von Milla wohl den Ausschlag zum Sieg. Platz 3 sicherte sich Mila Kosiarska vom TSV Viktoria Clarholz. In der männlichen Klasse wurde die Jugend A und B zusammengelegt. Artur Zoludev wurde seiner Favo-



ritenrolle gerecht. Nach einer guten ersten Qualiübung zeigte er eine sichere zweite Qualiübung mit geringerer Schwierigkeit, um dann eine schwierigere Finalkür zu platzieren, die ihm berechtigt den Titel sicherte. Malte Morawitz von der TG Lage freute sich am Ende, dass es diesmal geklappt hatte und er sich vor Emil Böggering von der DJK VFL Billerbeck Platz 2 sichern konnte.

Alicia Köbler aus Clarholz zeigte ihre Stärke und konnte alle drei Durchgänge für sich entscheiden. Sie verwies ihre Vereinskameradin Tira Knöner auf Platz 2. Platz 3 ging an Helena Buscher von der TG Münster. Die stärkste Klasse war an dem Tag sicher bei den Turnerinnen zu sehen. Eigentlich war von Anfang an klar, dass es nur auf einen Zweikampf zwischen Liv Greta Riechert vom TSV Bösingfeld und Nele Quiel vom TSV Viktoria Clarholz herauslaufen konnte.

Gleich in der ersten Qualifikationsübung machte Liv Greta Riechert Ernst und turnte die Höchstpunktzahl in dieser Klasse. Damit stand ihrer Finalteilnahme nichts mehr im Weg, auch wenn ihre zweite Qualifikationsübung nicht klappte. Nele Quiel war ihrer Synchronpartnerin aber aus der ersten Qualiübung auf den Fersen und verzichtete sogar auf eine zweite Qualiübung, war doch auch ihr Finaleinzug gesichert. So kam es wieder darauf an, wer seine Finalkür besser treffen würde und diesmal hatte Liv Greta Riechert, dank besserer Haltungsnoten, die Nase vorn und gewann vor Nele Quiel. Platz 3 ging an Annabell Spiess vom TUS Fellinghausen.

Die männliche Erwachsenenklasse war von Übungsabbrüchen geprägt. Favorit in der Klasse war eindeutig Illia Polonets von der SV Brackwede, dem in der ersten Qualifikationskür eine hervorragende Übung gelang, dem aber dann weder die zweite Qualifikationskür noch die Finalkür gelang, so dass er am Ende Dritter wurde. So war der Weg frei für Denzel Köhler von der TG Lage. Ihm half seine Routine, so dass er sich noch den Titel Westfalenmeister 2024 sichern konnte. Matti König von der TG Münster traf seine Finalkür auch nicht richtig, konnte sich aber dennoch knapp an Illia Polonets vorbeischieben und wurde Zweiter.

Norbert Börgerding

Trampolinturnen

Deutsche Mannschaftsmeisterschaften 2024 – WTB-Mannschaften mit sehr guten Leistungen

Die diesjährigen Deutsche Mannschaftsmeisterschaften fanden vom 15. – 16. Juni 2024 in Wolfsburg statt. Die Zweitagesveranstaltung war aufgeteilt in die Meisterschaften der Landesturnverbände am Samstag und den Meisterschaften der Vereinsmannschaften am Folgetag.

Meisterschaften der Landesturnverbände Gold, Silber, Bronze

Der WTB hatte sechs Mannschaften ins Rennen geschickt und insgesamt fünf Podestplätze erturnt – kein schlechter Ertrag!

Die Goldmedaille holte sich die Mannschaft der männlichen Jugend AK 13/14, die aus Elias Achille, Michael und Tobias Leitner aus Münster und Julian Baumann aus Clarholz bestand. Die vier konnten den Vorkampf mit einer super Mannschaftsleistung für sich entscheiden, aber im Finale wurde es nochmal richtig spannend. Letztendlich konnte sich das WTB-Team aber unfassbar knapp mit 0,12 Punkten Vorsprung gegenüber dem Hessischen Turnverband durchsetzen. Dazu hat besonders die Kürübung von Michael Leitner beigetragen, der erstmals die 50 Punktemarke knackte.

Die Vizemeisterschaft ging an die weibliche Jugend in der AK 11/12. Die Brackwederinnen Marie Niehoff, Clara-Sophie Oeffelke, Zoe Scholze und Amelie Dreisewerd aus Clarholz zeigten allesamt gute Leistungen und freuten sich über die Silbermedaille. Besonders stark war der Auftritt von Marie Niehoff, sie holte die meisten Punkte für die Mannschaft und verbesserte im Vorkampf ihren

persönlichen Kürrekord fast um einen Punkt (43,91)! Im Finale turnte sie sogar ihre neue Kür mit einem Doppelsalto das erste Mal in einem Wettkampf und das gelang ihr sehr souverän.

Noch drei Bronzemedailles holten sich die WTB-Mannschaften an dem Tag.

In der jüngsten Altersklasse (mixed 9 – 10 Jahre) turnten die drei Nachwuchstalente aus Bielefeld Yakov Polonets, Marie Ziegenbruch, Sofia Hölzer sowie Sofiiia Anichkina aus Hamm. Nach etwas Nervosität im Vorkampf erreichten die Vier immerhin Platz 3. Im Finale sah das Ganze schon anders aus – Marie Ziegenbruch kam auf ihren persönlichen Rekord (zum ersten Mal knackte sie die 40 Punkte in der Kür) und Sofia Hölzer turnte die zweitbeste Kür dieser Altersklasse. Die Mannschaft verteidigte erfolgreich ihren Bronzerang aus dem Vorkampf.

Die weitere Bronze-Medaille erkämpfte sich das Team der Altersklasse 11/12 männlich bestehend aus Ivan Dotsenko, Joel Achille (beide TG Münster), Niklas Brandt (Brackwede) und Titus Wittenbrink (Mühlhausen-Ülzen). Der Wettkampf verlief leider nicht optimal, jedoch konnten sie sich über eine Medaille freuen.

Zu guter Letzt erreichten die Mädchen in der AK 13/14 die Bronzemedaille. In der Mannschaft zeigten die Brackwederinnen Milla Scholle und Victoria Löwen, Mila Kosiarska aus Clarholz und Ella Gobel aus Bösingfeld gute Leistungen.

In der AK 15/16 weiblich verpasste die WTB-Mannschaft mit Sophia Althoff und Helena Buscher von der





TG Münster und Tira Knöner und Alicia Kößler aus Clarholz knapp das Treppchen und landete auf dem 4. Platz.

Mit fünf Medaillen konnte das Trainerteam um Landestrainer Vladimir Volikov auf einen erfolgreichen Wettkampftag zurückblicken.

Deutsche Vereins-Mannschaftsmeisterschaften

Am Sonntag konnten die Trampoliner der TG Münster von fünf zu vergebenen Titeln bei den Deutschen Vereins-Mannschaftsmeisterschaften zwei für sich entscheiden.

Einen sehr interessanten Zweikampf um den Titel lieferten die TG Münster und der Titelverteidiger Bad Kreuznach in der Altersklasse 17+, genauso wie im Vorjahr. In einem Kopf-an-Kopf-Rennen bis zur letzten Übung konnten die Münsteraner Elias Achille, Matti König und Adrian Thomson mit dem Brackweder Illia Polonets für eine Überraschung sorgen und Gold holen. Lagen nach dem Vorkampf die Kreuznacher noch relativ sicher in Führung, konnte Münster den Finaldurchgang mit 5 Punkten Unterschied für sich entscheiden. Adrian Thomson schaffte es die höchste Kürpunktzahl des Tages zu erturnen. Illia Polonets gewann nicht nur die Einzelwertung dieser Altersklasse sondern erzielte auch die höchste Gesamtpunktzahl des Tages.

Ebenfalls Gold holte Münster in der AK männlich 14-16 vor den Mannschaften der Frankfurt FLYERS und der Eintracht Frankfurt. Joel Achille, Julian Baumann sowie Tobias und Michael Leitner zeigten eine stabile Leistung im Vorkampf und konnten sich im Finale nochmal

deutlich steigern mit persönlicher Bestleistung vom erst 10-Jährigen Joel Achille (47,9 Punkte). Auch Tobias Leitner zeigte im Mannschaftsfinale eine neue persönliche Bestleistung von 49,48 Punkten, welche nur noch von seinem Zwillingbruder Michael mit 49,91 Punkten übertroffen wurde. Somit gewann die Mannschaft aus Münster mit einem deutlichen Vorsprung von 8 Punkten vor den Frankfurtern.

Weitere Medaillen holten die Mannschaften der SV Brackwede (weiblich 11 – 13) mit Silber und Clarholz mit Bronze.

Die Brackwederinnen Zoe Scholze, Milla Scholle, Victoria Löwen und Gastturnerin aus Börsingfeld Ella Gobel qualifizierten sich als zweitbeste Mannschaft für den Endkampf. Im Finale ab 0 Punkten erturnte jede von ihnen noch mehr Punkte als im Vorkampf und zeigte ihr Maximum an diesem Tag und platzierten sich hinter dem stark besetztem Gastgeber MTV Vorsfelde auf dem Silber-Rang mit nur 4 Punkten Abstand zum klaren Favoriten. Mit einer deutlichen Leistungssteigerung im Vergleich zum Vortag gewannen sie verdient den Deutschen Vize-Meistertitel. In der gleichen AK sicherte sich der TSV Viktoria Clarholz hinter der Brackweder Mannschaft die Bronzemedaille.

Zwei Deutsche Meistertitel, ein Vizetitel und eine Bronzeplatzierung sind ein perfekter Abschluss für die WTB-Vereine bei diesen Mannschaftsmeisterschaften.

Vladimir Volikov

Rhythmische Sportgymnastik

Bronzemedailen im Einzel und Gruppe beim Deutschland-Cup



Sophie Merker holt sich die Bronzemedaille (Foto: Patrick Höpner)

Der Deutschland-Cup ist der Jahreshöhepunkt für alle Wettkampfklassengymnastinnen. Die Einzelmeisterschaften fanden in diesem Jahr in Westerborg, der Gruppenwettkampf in Koblenz statt. Von beiden Wettbewerben kehrten die WTB-Gymnastinnen mit einer Bronzemedaille heim.

In der Juniorenwettkampfklasse war es Sophie Merker vom TuS Friedrichsdorf, die im Finale mit dem Ball auf den dritten Rang des Treppchens steigen durfte. Im

Mehrkampf kämpfte sie in der Keulen- und Bandübung noch mit Fehlern und musste sich hier mit Rang 18 begnügen. In der Choreografie mit dem Ball zeigte sie jedoch ihr volles Potenzial an Körper- und Gerätetechnik und qualifizierte sich damit für das Gerätefinale. Auch hier gelang ihr die Übung ohne größere Fehler und sie gewann die Bronzemedaille. Auch Katharina Luft von der Schwerter Turnerschaft konnte besonders mit ihrer Ballübung punkten. Im Mehrkampf schaffte sie es in dieser und den beiden anderen Übungen mit den Keulen und dem Band den Kampfrichterinnen ihre sehr gute Gerätetechnik zu zeigen und wurde damit beste WTB-Gymnastin auf Platz 8. Auch im Ball-

finale erreichte sie dann den achten Rang. Die dritte Finalistin war Anna Daniels vom TuS Friedrichsdorf. Sie konnte sich mit einer sauberen Ausführung einen Platz im Keulenfinale erkämpfen. Hier erreichte sie einen sehr guten fünften Rang.

Die beste heimische Gymnastin in der Freien Wettkampfklasse war Margarita Ebel von der Schwerter Turnerschaft. Mit dem Reifen und den Keulen präsentierte sie hohe Schwierigkeiten und erreichte mit beiden Übungen Rang acht. In der Bandübung unterliefen ihr dann leider einige größere gerätetechnische Fehler, so dass sie im Gesamtklassament auf Platz 15 abrutschte. Im Gerätefinale am Sonntag konnte sie sich dann mit dem Reifen auf Rang neun und mit den Keulen auf dem vierten Platz einordnen.

Zwei Wochen später gingen dann die Gruppen an den Start. In der Freien Wettkampfklasse sorgte das Team des Gütersloher TV für das beste Ergebnis. Die Gymnastinnen zeigten ihre Kür mit fünf paar Keulen insgesamt stabil und punkteten in beiden Durchgängen mit ihrer ausdrucksstarken Präsentation und einem daraus folgenden hohen Artistikwert. Nachdem alle 32 Gruppen des Starterfelds zweimal geturnt hatten, stand das Ergebnis fest: es ist die Bronzemedaille für die Gruppe aus dem Gau Minden-Ravensberg. Im Finale musste sie dann vier anderen Mannschaften den Vortritt lassen und belegten den 5ten Rang.

Mit insgesamt acht Platzierungen unter den Top 10 kann sich der Erfolg der WTB-Gymnastinnen bei den diesjährigen Deutschland-Cups sehen lassen.

Kristina Scheibner

3. Platz für das Team des Gütersloher TV (Foto: Patrick Höpner)





Indiaca

CVJM SG Sylbach/Pivitsheide wird Deutscher Meister

Am 15./16. Juni 2024 wurden die Deutschen Seniorenmeisterschaften (DTB) im Indiaca in Haltern am See ausgetragen. Erstmals hat die CVJM SG Sylbach/Pivitsheide in der Altersklasse Männer 35+, nach vielen Treppchenplätzen in der Vergangenheit in der offenen Klasse und im Jugendbereich, zu den Seniorenmeisterschaften gemeldet. Alle Spieler im Team haben schon bei diversen Deutschen Meisterschaften auf dem Podium gestanden.

Die Erwartungshaltung im Vierer-Endrundenturnier mit dem Spielsystem Jeder gegen jeden war dementsprechend hoch.

Gleich im ersten Spiel musste gegen den CVJM Kamen gespielt werden. Kamen, Seriensieger in der AK Männer 35+, wurde gleich im ersten Spiel von Anfang an unter Druck gesetzt. Der erste Satz ging knapp, aber verdient an die SG. Der zweite Satz verlief sogar sehr eindeutig. Über ein gutes Stellspiel und einer sehr guten Leistung im Angriff konnte sich die SG sehr schnell absetzen und den zweiten Satz deutlich gewinnen. Mit dem Schwung sollte das zweite Spiel gegen den vermeintlich schwächsten Gegner im Teilnehmerfeld eine Formsache sein. Diese Spiele müssen aber auch erst einmal gewonnen werden und so war die Heimmannschaft vom ATV Haltern als Gastgeber der Meisterschaften sehr

unangenehm in der Spielweise. Doch auch im Spiel gegen Haltern konnten beide Sätze knapp, aber verdient für die SG positiv verbucht werden. Im letzten Spiel des Tages warteten die Altmeister aus dem Breisgau von Indiaca Malterdingen auf die SG. Mit einem Unentschieden wäre die SG Meister in der Altersklasse 35+. Mit dieser Motivation starteten die Lipper in das Spiel. Das Spiel entwickelte sich auf Augenhöhe. Beide Teams spielten ihre Fähigkeiten voll aus. Kurz vor Schluss im ersten Satz konnte sich die SG absetzen und den ersten Satz für sich entscheiden. Der Jubel war groß, denn damit war der Gewinn der Meisterschaft schon geschafft, selbst wenn der zweite Satz verloren gehen würde. Auch wenn die Meisterschaft jetzt schon entschieden war, schenkten sich beide Teams im zweiten Satz nichts, schließlich wollte die SG ohne Satzverlust das Turnier beenden. Malterdingen wollte hingegen seine Ehre retten und hielt voll dagegen. Der zweite Satz ging mit 25:23 zu Gunsten der CVJM aus. Die Freude über den Titelgewinn war sehr groß. Damit hat die CVJM SG Sylbach/Pivitsheide gleich bei der ersten Teilnahme in der Altersklasse Männer 35+ das Maximale erreicht.

Emily Holzhauer

DTB-/WTB-Akademie

Freie Plätze

FREIE PLÄTZE IN DER DTB-AKADEMIE DTB-Kursleiter Yoga (120 LE) Yoga – Stufe 1

Das Feuer erwecken –
der Facettenreichtum des Hatha-Yoga
Inhalte:

- Geschichte, Hintergründe und philosophische Grundlagen
- der achtgliedrige Yogapfad nach Patanjali, Grundlagen des Hatha Yoga
- die Bedeutung der Wahrnehmung im Yoga-Unterricht
- Grundhaltung (Asanas) und Bewegungsabläufe (Karnas/Flows)
- Formen der Asana-Praxis (dynamisch, statisch)
- Hinführungsübungen zum Sonnengruß und Sonnengrußmodifikationen
- Grundlagen der Yoga-Atmung,
- Asana-Analyse, Tiefenentspannung
- Modellstunden

Eigene Yoga-Erfahrung sollte bereits vorhanden sein.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-C- / Tr-C-Lizenz oder gleichwertige, professionelle Ausbildung, Studium und mind. 1/2 Jahr (ca. 30 Stunden) praktische Yoga-Erfahrung (schriftliche Bestätigung Ihres Yogakursleiters ist ausreichend)

DTB-Akademie ▶ LG 24914081

25 LE

Pritpal Kaur

30.8. – 1.9.2024 | Fr 16 – So 15 Uhr

Landesturnschule Oberwerries

ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha

V Gymcard 270,- / regulär 315,-

Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-



DTB-Rückentrainer

Rückentraining kompetent planen und durchführen
Diese Ausbildung ist speziell für die Zielgruppe Übungsleiter und Trainer konzipiert und baut auf der 2. Lizenzstufe ÜL-B Sport in der Prävention auf. Moderne Einflüsse auf die Rückenschule bilden den Schwerpunkt dieser Ausbildung. Zudem wird das standardisierte Kurskonzept Bewegen statt schonen vermittelt, das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschungsfähig und von der ZPP und den Krankenkassen für die Durchführung im Verein anerkannt ist.

AUS- UND WEITERBILDUNGEN

PROGRAMM 2025

FITNESS + PILATES & YOGA + DANCE
GESUNDHEIT + ÄLTERE + KINDER

Das DTB-Akademie Programm 2025 erscheint Anfang November und steht auf unserer Website zum Download zur Verfügung.

DTB-Akademie 

Otto-Fleck-Schneise 8 • 60528 Frankfurt • www.dtb-akademie.de



Voraussetzung: ÜL-B Sport in der Prävention, DTB-Trainer Gesundheitssport oder gleichwertige, professionelle Ausbildung, Studium. Personen, die sich noch in der Ausbildung befinden (Mindestvoraussetzung Vordiplom, Zwischenprüfung oder 3. Ausbildungsjahr) erhalten ihr Zertifikat erst nach Abschluss der Berufsausbildung.

DTB-Akademie ▶LG 24912220 25 LE
 Katrin Gleitze, Renate Kullmann-Bragulla
 6. – 8.9.2024 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

Starke Gelenke durch aktive Leitbahnen by FASZIO®

Erwecken Sie das volle Potenzial Ihrer Gelenke für schmerzfreie Beweglichkeit! Die Aktivierung von Leitbahnen verbessert durch gezielte Feinkoordination das intra- und interstrukturelle Zusammenspiel und integriert im Sinne einer befreiten Amplitude die Gelenke in die Bewegungsabläufe des Körpers. Vor, zurück, nach rechts und links, das sind die üblichen Bewegungsrichtungen in den Fitnesskursen. Der Alltag sieht jedoch vielfältiger aus. Schmerzen und Einschränkungen führen häufig zu verringerter Beweglichkeit. Erleben Sie wie durch schlaues und gezieltes Training entlang der Leitbahnen die Gelenke mehr funktionale Stärke erfahren, die Bewegungsamplitude wieder vergrößert und Belastungen körperweit kompensiert werden können.

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C- / Tr-C-Lizenz oder gleichwertige, professionelle Ausbildung, Studium



DTB-Akademie ▶LG 24912210 8 LE
 Heike Oellerich
 6.9.2024 | Fr 13 – 20.30 Uhr

Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 104,- / regulär 134,-

Alle Informationen zu den Lehrgängen wie Voraussetzungen, Zertifikate, detaillierte Inhalte etc. können unter www.wtb.de/bildung/bildungsangebote nachgelesen werden. Online-Anmeldung zu den Lehrgängen unter <https://events.dtb-gymnet.de>.

DTB-Kursleiter FASZIO® Training

Teil I Basis, Teil II Aufbau

Sieh den Körper aus der FASZIO® Perspektive: 7 + 5 = 1. Das bedeutet, wir nutzen 7 Strategien und 5 Leitbahnen für die Gesunderhaltung unserer 1 Faszie. Die Anforderungen des digital geprägten 21. Jahrhunderts sind ein Relaunch unserer ursprünglichen Bewegungsvielfalt und dem Bewussterwerden der eigenen Persönlichkeit. Das fasziale Netz wird in den Vordergrund gestellt, da seine freie Funktionsfähigkeit Voraussetzung für einen uneingeschränkten Bewegungsapparat und gesunden Organismus ist. Mit Hilfe der 7 Strategien wird auf die anatomisch-funktionellen Ausrichtungen des Körpers und dessen individuelle Konstitution eingegangen. Durch den Einsatz vielfältiger Bewegungsqualitäten und -räume wird eine effiziente, ökonomische und gesunderhaltende Körperdynamik entwickelt. Ein besonderer Aspekt bei der ganzheitlichen Betrachtung spielen die 5 Leitbahnen nach FASZIO®, welche eine tragende Rolle bei der Entwicklung von faszialen Workouts einnehmen.

Ziele dieses Trainingskonzeptes sind körperliche und geistige Fitness, erfrischendes Wohlbefinden in jedem Alter sowie das Ausstrahlen einer vitalen Lebensfreude. Brandneues Wissen über Faszien wird in spannende, überraschende und reichhaltige Bewegung umgesetzt.

FASZIO® kann als eigenständiges Kursformat praktiziert oder als Bestandteil in bekannte Bewegungsformen und Sportarten integriert werden und bereichert den Alltag. Die abschließende Supervision zum Ende der Ausbildung bietet Raum zum selbstständigen Anwenden des Gelernten. Inhalte:

Abschluss: nach Absolvierung beider Module erhalten die Teilnehmer das Zertifikat DTB-Kursleiter FASZIO® Training. Mit diesem Zertifikat ist der Teilnehmer berechtigt, Fitnesskurse unter dem Namen FASZIO® anzubieten.

Voraussetzung: gültige ÜL-C- /Tr-C-Lizenz, DTB-Trainer-Zertifikat oder gleichwertige, professionelle Ausbildung

DTB-Kursleiter FASZIO®

Training Teil 1

DTB-Akademie ▶LG 24912231 20 LE
 Heike Oellerich
 7. – 8.9.2024 | Sa 9 – So 16 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 215,- / regulär 255,-
 Ü/V Gymcard 240,- / regulär 280,- FB 10,-

DTB-Kursleiter FASZIO®

Training Teil 2

DTB-Akademie ▶LG 34112-02 (RTB) 20 LE
 Faszio Referententeam, Heike Oellerich
 28. – 29.9.2024 | Sa 9 – So 16 Uhr
 Bergisch Gladbach
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 215,- / regulär 255,-
 Ü/V Gymcard 240,- / regulär 280,-

DTB-Trainer Pilates Stufe 1

Pilates kennen lernen – Powerhouse, Muskeln und Methoden

In der ersten Stufe geht es um die Hintergründe, Zielsetzung und Methodik des Trainingskonzepts von Joseph Pilates.

Inhalte:

- Joseph Pilates und seine Geschichte
- Bewegungsprinzipien der Pilates Methode
- Das Powerhouse und seine Muskulatur
- Erlernen der Atemtechnik
- ausgewählte Übungen aus dem Mattenprogramm
- die Integration der Übungen in den Unterricht
- Erweiterung des Übungsprogramms durch Einbeziehung des Pilates Balance Ball

Voraussetzung: Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining, ÜL-C- / Tr-C-Lizenz oder gleichwertige, professionelle Ausbildung

DTB-Akademie ▶LG 24914091 25 LE
 Corinna Michels
 13. – 15.9.2024 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation

Die Weiterbildung richtet sich an Trainer, die das bedeutsame Themenfeld Gleichgewicht und Stabilisation im Rahmen eines gesundheitlich orientierten Trainings integrieren bzw. vertiefen wollen. Die beiden Begriffe aus der Bewegungs- und Trainingslehre werden in Theorie und Praxis genau betrachtet: Das Gleichgewichts-



training, speziell als ein Bereich der Koordinationsfähigkeit, und das Stabilisationstraining im Rahmen des Aufbaus der Kraftfähigkeiten. Viele Praxisanregungen mit und ohne Geräte runden das Programm ab. Um das Thema ganzheitlich zu begreifen – im Gleichgewicht sein – wird die Bedeutsamkeit der Füße im System des Haltungs- und Bewegungsapparates betrachtet. Die Inhalte lassen sich gut im Bereich des Gesundheitssports, in Rückengruppen, in Osteoporose-Gruppen und in Gruppen für Ältere integrieren. In dieser Weiterbildung sind umfangreiche Lehrmaterialien enthalten. Abschluss Zertifikat DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation

Voraussetzung: gültige ÜL-C- / Tr-C-Lizenz oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage

DTB-Akademie ▶LG 24912240 15 LE
 Corinna Michels
 3. – 4.10.2024 | Do 10 – Fr 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, Tr-C Leistungssport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 V Gymcard 204,- / regulär 239,-
 Ü/V Gymcard 229,- / regulär 264,-

DTB-Kursleiter flowing AthletiX®

flowing AthletiX® vereint das Beste aus athletischem HIIT (High intensive Intervall Training) mit Bewegungsabläufen und Atemtechniken aus dem Yoga.

Es fördert gleichzeitig die Entwicklung von Kraft, Ausdauer, Elastizität und Stabilität von Sehnen und Gelenken, sowie geistige Flexibilität. Der ständige Wechsel

zwischen kraftvollen, schnellen und ruhigeren, fließenden Phasen erweitert unsere Grenzen auf ganzheitlicher Ebene und verhilft sowohl unserem Körper als auch unserem Geist zu mehr Flexibilität und Balance.

flowing AthletiX® schließt die Lücke für alle, die schweißtreibende Workouts lieben, aber auch etwas für ihre Beweglichkeit und Dehnfähigkeit tun wollen. So wird Verletzungen vorgebeugt, der Körper optimal gefordert, und eine schnellere Regeneration nach Workouts oder Wettkämpfen möglich.

Verschiedene Levels und Modifikationen innerhalb der Übungen machen flowing AthletiX® dabei für jedermann zugänglich und fordern ohne zu überfordern.

flowing AthletiX® eignet sich durch seine Vielfältigkeit hervorragend zur Stressregulation.

Durch die intensiven Intervalleinheiten lassen sich über Spannungen sowohl auf muskulärer, faszialer als auch emotionaler Ebene abbauen.

Voraussetzung: ÜL-C-Lizenz

DTB-Akademie ▶LG 24911130 **25 LE**
Anja Blondzik, Sonja Waeger-Kuhn
 11. – 13.10.2024 | Fr 16 – So 15 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 V Gymcard 270,- / regulär 315,-
 Ü/V Gymcard 320,- / regulär 365,-

FREIE PLÄTZE IN DER WTB-AKADEMIE

Body & Mind Inspirations

Lasst Euch neu inspirieren und sucht den etwas anderen Fokus! Elli Kutscha erarbeitet mit Euch an diesem Wochenende Ideen für Körper und Geist, die Ihr zum Warm-Up, Hauptteil und Stundenabschluss nutzen könnt. Ihr bekommt Impulse zu den Wechselwirkungen zwischen Körper und Geist und führt im Praxisteil verschiedene Achtsamkeitsübungen und mentale Aktivierungsübungen durch sowie Übungsblöcke für Stretching, sanftes Rückentraining und einen Mix aus Yoga und Pilates. Bekannte und neue Elemente aus verschiedenen Bereichen des Body & Mind-Trainings werden miteinander kombiniert und damit zum Kreieren ganz neuer Stundenbilder angeregt.

▶LG 24924040 **15 LE**
Elisabeth Kutscha
 10. – 11.8.2024 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C B, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,-

mamiMOVE indoor / outdoor

Hier geht Nadine speziell auf die Zielgruppe Mütter ein. Sie zeigt in vier Masterclasses Varianten eines funktionellen Trainings drinnen und draußen. Immer unter Berücksichtigung der Schwachstellen Rektusdiastase und Beckenboden. Dabei werden diese Fragen bearbeitet:



Was sollte in jeder Übung angesteuert werden? Welche Übungen sind pro, welche kontra für Mütter?

Jeder Tag wird mit Dehnübungen und Entspannungsmöglichkeiten, die gezielt auf die muskulären Dysbalancen von Müttern eingehen, abgeschlossen.

▶LG 24922050 **15 LE**
Nadine Rotter
 31.8. – 1.9.2024 | Sa 10 – So 13 Uhr
 Landesturnschule Oberwerries
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Ü/V Gymcard 175,- / regulär 245,-

mamiMOVE Indoor Tageslehrgang

Der Lehrgang enthält zwei Masterclasses eines funktionellen Trainings in der Halle, ohne die Outdoor-Varianten (siehe Ausschreibung mamiMOVE indoor / outdoor).

▶LG 24935010 **8 LE**
Nadine Rotter
 7.9.2024 | Sa 10 – 17 Uhr | Iserlohn
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Gymcard 55,- / regulär 90,-

Stabilität und Gleichgewicht

Stabilität und Gleichgewicht sind im gesundheitlich orientierten Training eine wichtige Komponente. In diesem Lehrgang wird von leicht instabilen Übungen bis zu herausfordernd instabilen Übungen alles dabei sein. Es werden Praxiselemente mit und ohne Kleingeräte vermittelt und ebenso theoretische Grundlagen thematisiert.

Alle Informationen zu den Lehrgängen wie Voraussetzungen, Zertifikate, detaillierte Inhalte etc. können unter www.wtb.de/bildung/bildungsangebote nachgelesen werden.
 Online-Anmeldung zu den Lehrgängen unter <https://events.dtb-gymnet.de>.

siet wie: Was ist der Gleichgewichtssinn? Wie teste ich den Gleichgewichtssinn? Warum sind Gleichgewicht und Stabilitätsübungen so wichtig? Die Fortbildung richtet sich vor allem an Übungsleiter, die im Gesundheitssport tätig sind, Rückenfitkurse, Seniorengruppen o.ä. anleiten.

▶LG 24936010 **8 LE**
Anna-Julia Greiling
 15.9.2024 | So 10 – 17 Uhr
 Bielefeld
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B
 Gymcard 55,- / regulär 90,-

Full Body Workout – kreatives Krafttraining

Hier wird eine Trainingsmethode im Bereich Fitness erlernt, bei der alle großen Muskelgruppen des Körpers in einer einzigen Trainingseinheit angesprochen werden. Diese Art des Krafttrainings zielt darauf ab, den gesamten Körper gleichzeitig zu trainieren und zu stärken, anstatt sich auf bestimmte Muskelgruppen oder isolierte Übungen zu konzentrieren.

Der Zusatz *Kreatives Krafttraining* bezieht sich auf die Verwendung von vielfältigen und abwechslungsreichen Übungen, Techniken und Trainingskonzepten, um das Training spannend, motivierend und herausfordernd zu gestalten.

▶LG 24935020 **8 LE**
Anna-Julia Greiling
 8.9.2024 | So 10 – 17 Uhr | Iserlohn
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 Gymcard 55,- / regulär 90,-

Outdoortraining – ein gesunder Körper an der frischen Luft

Das Training in der Natur, draußen bei frischer Luft ist nicht erst seit Corona ein tolles Erlebnis. Von Atemtraining und Rückenschule bis hin zum Walking und Power Workout, vom Faszientraining und Geocaching bis hin zum Zirkeltraining ist draußen alles möglich. An diesem Tag gibt es viele neuen Ideen, wie man mit Spaß und Freude neben klassischen Geräten einfach auch mal die Natur und die Umgebung nutzen kann. Gerade für den Gesundheitssport in Prävention und Rehabilitation ein optimales Setting.

▶LG 24932030 **8 LE**
Martina Ecker
 27.4.2024 | Sa 10 – 17 Uhr | Hamm
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Gymcard 55,- / regulär 90,-

Fit Balance Mix (Booster)

Der Körper braucht Herausforderungen in Form von Training genauso wie Erholung als erlebte Entspannung, um sich wieder zu regenerieren zu können und

in der hektischen und stressigen Welt mit den eigenen Ressourcen zurecht zu kommen. Diese gegensätzlichen Pole werden in diesem Lehrgang musikalisch unterstützt. Zu motivierender Musik wird die Muskelkraft und Herz-Kreislauf-Ausdauer trainiert und im Wechsel mit Entspannungsmusik werden Faszien gedehnt. Anschließend unterstützen Qi-Gong-Elemente die Erholung von Körper und Geist.

▶LG 24939020 **8 LE**
Silke Lenberg
 5.10.2024 | Sa 10 – 17 Uhr | Fröndenberg
 ÜL-C, Tr-C Breitensport
 Gymcard 55,- / regulär 90,-

Beckenbodentraining und mehr – Sensibilisierung für den eigenen Körper

Wer sich auf die spannende Entdeckung des Beckenbodens einlässt, wird feststellen, dass diese Region unseres Körpers in einem gesundheitsbewussten Training eine zentrale Rolle spielen sollte, egal in welchem Alter. Es geht hier nicht um ein schweißtreibendes Training, sondern um eine Sensibilisierung unserer Körpermitte und um die Erkenntnis, wie der Beckenboden in Verbindung mit unseren anderen Körperregionen steht. Wir beschäftigen uns in diesem sehr praxisnahen Lehrgang mit den Aufgaben unseres Beckenbodens, lernen ihn zu spüren, zu mobilisieren, zu kräftigen und zu entspannen. Das Kennenlernen von leicht umsetzbaren Übungen für die Sportstunde, aber auch Ideen zur Entlastung des Beckenbodens im Alltag und im Sport sind Ziele dieses Lehrgangs.

▶LG 24931020 **8 LE**
Bettina Blumenkamp
 28.9.2024 | Sa 10 – 17 Uhr | Bielefeld
 ÜL-C, Tr-C Breitensport, ÜL-B, ÜL-B Reha
 Gymcard 55,- / regulär 90,-





Lehrer fit machen fürs Gerätturnen

Seit Jahren bietet der WTB Fortbildungen im Bereich Gerätturnen für Lehrer aus den Bezirksregierungen Arnsberg, Detmold und Münster in der Landesturnschule des WTB in Hamm-Oberwerries an.

Die erste Veranstaltung fand bereits Mitte März mit 34 Teilnehmenden statt.

Die Lehrinhalte umfassten eine Vielzahl von turnerischen Grundelementen, die auf spielerische Weise vermittelt wurden. Dazu gehörten das Erlernen von Techniken auf dem Minitrampolin, Parkour und das Thema Helfen und Sichern. Ein besonderer Fokus lag auf der Sicherheitsförderung im Schulsport. Die Teilnehmenden bekamen zudem einen Einblick in Aufwärmspiele, die Gestaltung von Gerätelandschaften und die Bedeutung des Turnens als grundlegendes Bewegungs-ABC. Die Referierenden nutzen die Fortbildung außerdem zur

Vorstellung der Schulwettbewerbe NRW YoungStars für Grundschulen und Jugend trainiert für Olympia für die Sekundarstufe I.

Dieser Lehrgang wird zur Verlängerung der Übungsleiter-C- und Trainer-C-Lizenzen mit 15 Lerneinheiten anerkannt.

Die Moderation wurde von Julia Böger vom WTB und BiS (Berater im Schulsport) durchgeführt, unterstützt von ausgewählten Referenten des WTB.

Die nächste Lehrerfortbildung findet vom 1. – 2. Oktober 2024 in der Landesturnschule Oberwerries statt.

Bist Du das nächste Mal dabei? Die Plätze sind begrenzt und sehr schnell ausgebucht.

Wir freuen uns auf Euch!



Wettbewerbe im Schulsport – NRW YoungStars

Finale in Rheda-Wiedenbrück

Die NRW YoungStars sind Mannschaftswettbewerbe für Grundschulen in den verschiedenen Regierungsbezirken (Detmold, Düsseldorf, Arnsberg und Münster).

Die Wettbewerbe für gemischte Mannschaften (jeweils sechs Mädchen und Jungen) werden hier in den Grundsportarten Gerätturnen, Leichtathletik sowie der Heidelberger Ballschule angeboten.

Die Siegermannschaften der kreisfreien Städte und Kreise qualifizieren sich für das Regierungsbezirksfinale.

Für die Bezirksregierung Detmold fand das Finale am 26. Juni 2024 in Rheda-Wiedenbrück statt.

Die rund 300 teilnehmenden Grundschüler aus dem gesamten Regierungsbezirk Detmold kämpften an diesem Tag um die besten Platzierungen in den Wettbewerben Gerätturnen, Leichtathletik und der Heidelberger Ballschule.

Für die Finalrunde hatten sich die Nachwuchstalente aus den ersten bis vierten Klassen aus vielen teilnehmenden Schulen in lokalen Vorentscheiden qualifiziert.

Nachfolgend einige Impressionen vom Gerätturnwettbewerb, den die Schulsportbeauftragte des WTB, Julia Böger, und gleichzeitig Beraterin für den Schulsport der Bezirksregierung Detmold, organisiert hatte.

Zusammen mit ihren Ehrenkampfrichtern Hans-Joachim Dörner und Wilfried Starke, sowie Sporthelfern eines Gymnasiums, begrüßte sie die sechs teilnehmenden Gewinnerschulen der Kreise Lippe, Paderborn, Herford, Höxter, Gütersloh sowie der kreisfreien Stadt Bielefeld.

Unter dem Beifall von vielen mitgereisten Zuschauern bewiesen sie, dass Turnen eine abwechslungsreiche Sportart ist: Schräghandstand an der Wand, Balancieren auf der umgedrehten Turnbank, Grätschsprung über den Bock, Felgaufschwung am Reck, Rollbewegungen am Boden, die Synchronübung an zwei hintereinander gestellten Turnbänken (Hockwenden) sowie Seilchen springen.



Den 1. Platz erzielte die August-Hermann-Francke-Grundschule Lemgo (Kreis Lippe), gefolgt von der Grundschule Dornberg-Schröttinghausen (Bielefeld) und der Paul-Maar-GS (Kreis Herford). Vierter wurde die Kath. GS Stukenbrock (Kreis Gütersloh), gefolgt von der GGS Dringenberg (Kreis Höxter) und der GSV Senne-Hövelhof (Kreis Paderborn).

Julia Böger



Entspannung durch Achtsamkeit

28

Gesundheit

Unsere Gesellschaft ist geprägt durch hohen Leistungsdruck, das Bedürfnis, immer erreichbar zu sein und tausend Dinge gleichzeitig und möglichst schnell zu tun. Das Resultat liegt auf der Hand: man fühlt sich überfordert, unzufrieden, wird unruhig, kann sich nicht mehr konzentrieren – der Mensch leidet unter Stress. Stress ist eine Reaktion auf eine herausfordernde Situation. Der Körper geht dabei in einen Modus der Alarmbereitschaft über.

Dadurch ist der Mensch in der Lage, sich auf etwas zu fokussieren und sich zu konzentrieren. Dieser positive Stress wird Eu-Stress genannt. Er motiviert und aktiviert. Nehmen die Herausforderungen Überhand, entsteht andauernder Stress, der sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken kann. Dieser sog. Di-Stress belastet den Körper und führt zu negativen Gefühlen wie Angst oder Hilflosigkeit.

Auf Dauer können psychische und körperliche Erkrankungen durch Stress entstehen. Es ist wichtig, Stresssymptome ernst zu nehmen und Strategien zu entwickeln, um damit umzugehen.

Typische Stressbeschwerden

- Schlaflosigkeit
- Kopfschmerzen
- beschleunigter Herzschlag
- Magenbeschwerden
- Muskelverspannungen
- Reizbarkeit
- Konzentrationsschwierigkeiten

Was tun gegen Stress?

Wer bereits körperlich und seelisch auf andauernden Stress reagiert, sollte auf jeden Fall ärztlichen Rat suchen.

Präventiv gibt es viele Möglichkeiten, positiv auf Stress und den damit in Zusammenhang stehenden Beschwerden einzuwirken. Regelmäßige Bewegung, Meditation, Yoga, gesunde Ernährung und ausreichender Schlaf können helfen, Stress zu reduzieren.

Mit Achtsamkeit zu mehr Entspannung

Achtsamkeitstraining ist eine wirksame Methode, das Stresslevel des Körpers langfristig zu reduzieren. Menschen, die es schaffen, eine achtsame Haltung in den beruflichen wie privaten Alltag zu integrieren, können gelassener mit Stress umgehen.

Was bedeutet Achtsamkeit?

Achtsam sein heißt, dass man den gegenwärtigen Moment bewusst wahrnimmt ohne ihn zu bewerten. Es geht darum, die Aufmerksamkeit gezielt auf das Hier und Jetzt zu richten und Gedanken, Gefühle und körper-

liche Empfindungen achtsam zu beobachten, ohne sie zu beurteilen.

Das Konzept der Achtsamkeit stammt aus dem Buddhismus. Die Achtsamkeit/Meditation ist neben der Ethik und Weisheit einer der drei Grundpfeiler des Buddhismus.

Keine Meditation kommt ohne Achtsamkeit aus. Jedoch kann man achtsam sein ohne zu meditieren.

Achtsamkeitstraining

Es gibt vielfältige Übungsmöglichkeiten, Achtsamkeit in den eigenen Alltag einzubauen und damit das eigene Stresslevel zu regulieren. Im Mittelpunkt steht dabei immer das bewusste Wahrnehmen von Atmung, Bewegung oder der Sinne. Auch das Zulassen belastender Gedanken gehört dazu. Diese sollten jedoch nicht bewertet werden.

Drei Tipps für Achtsamkeitsübungen

1. Achtsamer Start in den Tag

Schwinge bewusst Deine Beine aus dem Bett und nimm bewusst wahr, wie du dich gerade fühlst. Beobachte Deinen Atem und atme ganz bewusst ein und aus. Sollten sich Gedanken einstellen, registriere sie kurz und lenke dann sofort Deine Aufmerksamkeit zurück auf die Atmung. Gönn Dir einige Minuten achtsamen Atmens!

2. Beobachtung alltäglicher Verrichtungen

Jede tägliche Aktivität kann eine Gelegenheit zur Achtsamkeitspraxis sein. Als Achtsamkeitsübung kannst Du z.B. achtsam essen und trinken, achtsam Zähne putzen oder achtsam duschen.

3. Zwischendurch innehalten

Wir erledigen täglich so viele Dinge, dass wir gar nicht wahrnehmen, wieviel an uns vorbeirauscht.

Nimm Dir dreimal täglich einen kurzen Moment und halte bewusst inne.

Was nimmst Du in Dir und um Dich herum wahr?

Jon Kabat-Zinn und die achtsamkeitsbasierte Stressreduktion

Ende der 1970er-Jahre entwickelte Jon Kabat-Zinn, ein Molekularbiologe an der University of Massachusetts, das medizinische Achtsamkeitstraining MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) und brachte es in die westlichen Kulturen. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass regelmäßige Achtsamkeitspraxis die psychische und physische Gesundheit verbessern kann, so auch das MBSR. Auch wenn Kabat-Zinn überzeugter Schüler des Zen-Buddhismus war, entwickelte er mit MBSR ein Achtsamkeitsprogramm ohne philosophischen oder religiösen Bezug. Das Programm möchte Teilnehmenden Werkzeuge an die Hand geben, um besser mit Stress, Schmerzen oder auch schwierigen Situationen umzugehen.

Das MBSR-Programm umfasst:

Achtsamkeitsmeditation: Sitzmeditation, Gehmeditation und Body Scan.

Ziel ist es, die Aufmerksamkeit bewusst auf den Moment zu richten.

Yoga und achtsame Bewegung: sanfte Körperübungen, um die Verbindung zwischen Geist und Körper zu stärken. Sie lösen Spannungen, fördern die Flexibilität und Balance und erhöhen das Körperbewusstsein.

Achtsame Alltagsaktivitäten: Integration von Achtsamkeit in alltägliche Aufgaben und Routinen wie Essen, Gehen und Sprechen.

Das MBSR-Konzept ist nicht zu verwechseln mit der Achtsamkeitsbasierten Kognitiven Therapie, dem MBCT.

Das MBSR-Training ist eine präventive Methode zur Stressbewältigung.

Der bewegte Weg zur Achtsamkeit

Ganzheitliches Beweglichkeitstraining

für eine bewusste Atmung

22. – 23. November 2024,

Landesturnschule Oberwerries

In dieser Weiterbildung wird durch bewegte Achtsamkeit und erlebter Anatomie verdeutlicht, wie wichtig eine gute Atmung ist. Info und Anmeldung unter <https://events.dtb-gymnet.de>. Unter Stichwort/Eventnummer die LG-Nummer 24912260 eingeben.

29

Gesundheit

38. Vollversammlung der WTJ – Bekanntmachung

Nach Paragraph 6.3 der Jugendordnung gibt der Vorstand den Ort und die Zeit mindestens 12 Wochen vorher bekannt.

Veranstaltungsort: Hamm
Datum: 26. Oktober 2024, ab 9.30 Uhr und voraussichtlich bis zum Mittagessen
Der WTJ Hauptausschuss 2024 wird in die Vollversammlung integriert.
Der WTJ-Vorstand

Fachtagung Kinderturnen – jetzt anmelden

Die Fachtagung Kinderturnen der Westfälischen Turnerjugend (WTJ) findet dieses Jahr am 21. und 22. September in der Landesturnschule Oberwerries (Hamm) statt. Die WTJ heißt alle Interessierten rund um das Kinderturnen herzlich willkommen.

Ob als Erzieher einer (Bewegungs-)Kita, Lehrkraft im AG-Bereich oder nach Stundentafel, aber auch als Leitung einer Gerätturngruppe und natürlich nicht zuletzt eines Kinderturn-Angebots – bei der gebotenen Vielfalt habt ihr die Qual der Wahl!

Am Samstag starten alle Teilnehmenden mit dem Hauptvortrag zum Thema *Bewegtes Gehirntraining*. Anschließend besteht die Möglichkeit, sich in über 40 Workshops individuell auf Schwerpunkte wie Gesundheitsförderung, motorische Grundlagenförderung sowie Turnmethodik zu konzentrieren. Wer speziell Kindergarten- oder Grundschulkind im Blick hat, kann sich seinen persönlichen Fortbildungskalender auch unter diesem Aspekt zusammenstellen. Übernachtungsmöglichkeiten sind vorhanden, jedoch ebenso wie die Workshop-Plätze begrenzt!

Die teils bundesweit bekannten ebenso wie Referierende aus dem eigenen Team sind neben der Organisation und nicht zu vergessen dem Schloss-Ambiente ein Hauptgrund für eine hohe Qualität und einer sehr gro-

ßen Gesamtzufriedenheit mit den bisherigen Fachtagungen der WTJ. Außerdem können viele ÜL-C- und B-Lizenzprofile von WTB und LSB NRW verlängert werden. Heike Offermann, Vorsitzende der WTJ: „Ich wünsche allen Beteiligten ein gutes Gelingen, spannende Workshops und gute Gespräche. Genießt das Schloss-Ambiente und viel Spaß bei der Umsetzung der Inhalte in Euren Gruppen zuhause!“

Infos/Anmeldung

Zur Online-Anmeldung geht es mit dem QR-Code. Die Workshop-Übersicht findet Ihr auf der Website der WTJ: <https://wtj.wtb.de/>

Persönliche Beratung erhalten alle Interessierten im Referat Jugend der WTB-Geschäftsstelle: Tel. 02388 30000-0 | E-Mail: wtj@wtb.de



Du bist sportbegeistert und möchtest immer über aktuelle Informationen, News und Ergebnisse aus deiner Sportart informiert werden? 💡

Aktuell überprüfen wir beim Westfälischen Turnerbund unsere Öffentlichkeitsarbeit und suchen nach Möglichkeiten, um unsere Mitglieder (also Dich) in den Vereinen und unseren Strukturen besser mit relevanten Informationen und Neuigkeiten zu versorgen.

Deshalb möchten wir Dich dazu einladen, an unserer Umfrage teilzunehmen! Diese dauert nur wenige Minuten und ist anonym.

Bislang sind die Stimmen der jungen Generation (< 30 Jahre) unterrepräsentiert! Daher ist Deine Meinung wichtig, um sicherzustellen, dass Deine Interessen vertreten werden. 😊

Hier gelangst Du zur Umfrage!

Vielen Dank für Deine Teilnahme und Unterstützung! 🙏



#SHARE

Interkulturelles Sport- & Sprachcamp 2024 (ISSC 24)

Das interkulturelle Sport- und Sprachcamp war für männliche geflüchtete und deutsche Jugendliche bis 18 Jahre ausgeschrieben. Die 13 Teilnehmenden reisten teils mit Hürden mit dem öffentlichen Nahverkehr nach Oberwerries und wurden durch das Betreuungsteam des WTB begrüßt. Eigentlich waren 17 männliche Jugendliche und leider keine deutschen Jungs angemeldet, aber hier gab es in letzter Sekunde noch Änderungen. Trotzdem erfolgte erst einmal die Verteilung der Blockhäuser auf dem Zeltplatzgelände der Westfälischen Turnerjugend und es gab zum Start ein leckeres Mittagessen. Im ersten Teil sind dann alle über das Programm und Verhaltensregeln in den kommenden Tagen informiert worden. Danach folgte eine kurze Kennenlernen-Runde, die auch offen genutzt wurde und einige von sich erzählt haben.

Nach einem Rundgang über das Gelände des Schlosses konnten die TN ein bisschen Fußball und Kin-Ball spielen. Die Spiele haben für eine ausgelassene Stimmung gesorgt. Am Abend konnten die TN ihre Freizeit nach Belieben gestalten (Brettspiele, Musik und Entspannung).

Sport und Sprache

Nach einem gemeinsamen Frühstück stand der erste Programmpunkt des Tages an. Es gab eine Sprach- und Informationsveranstaltung zum Thema Sportvereine. Hier sollten nicht nur die sprachlichen Kompetenzen der Teilnehmer gefördert, sondern auch Informationen und Angebote der Sportvereine in Hamm aufgezeigt werden. Vereine sind eher eine deutsche Besonderheit und von außen nicht so leicht zu durchschauen. Dafür bieten sie aber über den Sport viele Win-Win-Effekte für Menschen, die neu hier sind und Vereine, die Spieler und Mitglieder gewinnen können.

Im Anschluss fand dann die erste Sparteinheit des Tages statt: Rope Skipping (TVG 1877 Hamm) und Taekwondo (Taekwondo Herringen). Nach dem Mittagessen ging es zur Lupia (Fähre an der Lippe) und später informativ durch eine Präsentation und Einladung vom Fußballverein VFL Mark. Anschließend direkt weiter mit Sport mit kleinen Geräten wie Pipe-Juggling, Pedalo, Slackline, Turnringen, Flugschaukel, Minitrampolin, etc. (WTB). Zu guter Letzt gab es noch Einblicke in die Leicht-



athletik (TuWa Bockum-Hövel). Am Abend wurde gemeinsam mit interkultureller Musik gegrillt und ordentlich gegessen. Zuletzt konnten die Teilnehmenden ihre Freizeit beliebig verbringen.

Sport und Beruf

Der dritte Tag startete mit einem gemeinsamen Frühstück und einer Sprachveranstaltung zum Thema Perspektiven (Beruf und Bildung). Hier standen diesmal, neben der Sprachkompetenz, die Interessen und Perspektiven der Teilnehmer in Bezug auf ihre berufliche Zukunft im Vordergrund. Die Teilnehmenden sprachen über ihre eigenen beruflichen Wünsche und Hoffnungen in Deutschland, aber auch über landesspezifische Berufsbilder in ihren Heimatländern und über die Frage, wo sie ihre berufliche Zukunft sehen. Es ist deutlich geworden, dass die meisten Jugendlichen eine sehr konkrete Vorstellung davon haben, wie sie sich ihre berufliche Zukunft vorstellen. Nach diesem informativen Einstieg in den Tag ging es zum Mittagessen weiter. Als nächster Programmpunkt stand Zelte räumen und Taschen packen. Eine Functional Fitness-Einheit (WTB) durfte nicht fehlen und im Anschluss trafen sich alle noch zu einer Abschlussveranstaltung, wo alle sich noch mal austauschen konnten und gemeinsam ein offener Abschluss des interkulturellen Sport- und Sprachcamp unter Leitung von Jorge (Referat Jugend), Özlem und Nina (beide WTJ-Vorstand) erleben konnten. Zum Schluss bleibt noch, sich bei allen beteiligten Personen, Vereinen und Organisationen, bei den Kooperationspartnern und ehrenamtlichen Helfern ganz herzlich zu bedanken! Ein besonderer Dank gilt dem WTB und dem Bundesprogramm Integration durch Sport, der TVG 1877 Hamm, Taekwondo Herringen, VFL Mark, TuWa Bockum-Hövel, dem Kooperationspartner Kommunales Integrationszentrum Hamm und nicht zuletzt allen ehrenamtlichen Helfern und Organisationen (Neuanfang, Outlaw und Malteser), die sich mit unbegleiteten Minderjährigen Ausländern (UMA) beschäftigen.

Mehr Informationen zum Thema Integration im Sport gibt es in der Geschäftsstelle des WTB bei Jorge Sandoval, sandoval@wtb.de.

Mehr Informationen zum Thema Integration im Sport gibt es in der Geschäftsstelle des WTB bei Jorge Sandoval, sandoval@wtb.de.

TURNGAUNACHRICHTEN

EM-SCHER RUHR

Liebe Turnschwestern und Turnbrüder,

gem. § 11.4 der Satzung lade ich alle Mitglieder zur Mitgliederversammlung 2024 herzlich ein. Die Mitgliederversammlung findet statt am Sonntag, 8. September 2024, 10 Uhr im evangelischen Gemeindehaus St. Georg, Augustastr. 9, 45525 Hattingen. Ausrichter ist der TV Hattingen 1968.

Die Tagesordnung mit den Tagungsunterlagen werden den Vereinen zeitgerecht gemäß Satzung zugeleitet.

Mit herzlichem Turnergruß

Anna-Maria Van den Meulenhof
Vorsitzende

Bewegungsgeschenke am laufenden Band

Anfang Februar traf sich Samstagmorgen um 9 Uhr in der Turnhalle eine bunt gemischte Gruppe aus knapp 20 sportbegeisterten Menschen, um gemeinsam die Übungsleiter-C-Lizenz zu erlangen. Wie sich herausstellte, wussten wir nicht alle, was sich hinter Fitness-Allround verbarg – wir sollten es bald herausfinden. Breitensport, Fußballregeln, pritschen und baggern, prellen und gymnastische Grundfertigkeiten. Keulen, Bänder, Eisenkugeln, Weichböden, Hula-Hoop-Ringe – wir haben das alles und noch viel mehr an sieben Wochenenden kennengelernt. Wir lernten ebenfalls, was ein Musikbogen ist, wie man eine Unterrichtsstunde konzipiert, was ein Dorfkrug mit Sport zu tun hat sowie die motorischen Grundfähigkeiten in Theorie und vor allem

in Praxis. Die Samstage waren anstrengend, die Sonntage häufig noch mehr – der Muskelkater begleitete uns manchmal tagelang. Unsere Ausbilder haben es geschafft, uns alle zu begeistern und Sportarten und -techniken auszuprobieren, die uns vermutlich sonst verborgen geblieben wären. Viele von uns haben wieder Dinge ausprobiert (Rolle vorwärts), die teilweise schon sehr lange zurücklagen und hatten viel Spaß dabei. Unsere Gruppe ist in dieser Zeit zu einer richtig tollen Gemeinschaft zusammengewachsen. Als am vorletzten Termin die Einteilung für das Prüfungswochenende bekannt gegeben wurde, stieg langsam die Aufregung. Letzte Fragen zu den Stundenentwürfen wurden gestellt und beantwortet und dann war es endlich so weit. Am ersten Juniwochenende präsentierten wir unter den wachsamen und wohlwollenden Augen der Prüfungskommission des ERT unsere Konzepte. Wir haben alle bestanden und freuen uns jetzt auf viele sportliche Erfahrungen und hoffen, dass wir uns in einer Fortbildung bald einmal wiedersehen. Ein herzliches Dankeschön an unsere Vereine und unsere Ausbilder.

Tanja Käseborn, Jürgen Stielke

LENNE-VOLME

Termine

8. September

Herbstwettkämpfe der Turnerinnen, Kierspe

22. September

Gaupokalliga der Turner, Kierspe

Gaupokalliga: TSV Kierspe bleibt der Dominator

Zum zweiten Wettkampf der Gaupokalliga trafen sich die Nachwuchsturner des TV Jahn Plettenberg und des TSV Kierspe Ende Mai in der Jahnturnhalle. 25 Jungen turnten einen Sechskampf – und in allen fünf Altersklassen belegten die Aktiven von der Volme die Spitzenplätze, brachten sich somit auch im Kampf um die Pokale für die Gesamtsieger nach vier Runden (die drei besten Resultate kommen in die Wertung) in eine Top-Ausgangsposition.

Der gastgebende TV Jahn besetzte diesmal lediglich die drei Schülerklassen, hatte dabei im Gegensatz zum Auftakt in Kierspe eine Reihe neuer Gesichter am Start. Luke Stute, Ben Ratzke und der bereits erfahrene Marlon Becker belegten in ihrer jeweiligen



Altersklasse den dritten Platz. Die Sieger des Tages hießen Daniel Janzen (Schüler C), Ian Friesen (Schüler B), Joel Janzen (Schüler A), Leon Siegmund (Jugend B) und Konrad Pempe (Jugend A) – sie kamen allesamt von TSV Kierspe, ebenso alle Zweitplatzierten des Tages (Julian Budde/Schüler C; Mick Stephan/Schüler B; Ben Ortolano/Schüler A; Eli-

as Gundermann/Jugend B) und Marlon Ortolano/Jugend A).

Nach dem Wettkampf haben die Verantwortlichen der Vereine mit Gaufachwart Eckhard Matzner nochmals über die zwei weiteren Termine gesprochen und vereinbart: Der 3. Wettkampf bleibt am Sonntag, 22. September in Kierspe, der 4. Wettkampf findet jetzt am Sonntag, 10. November in Plettenberg statt.

Gauliga: TSV Kierspe II erneut überlegener Meister

In der Plettenberger Jahnhalle trafen sich die vier Riegen des Lenne-Volme-Gaus noch vor den Sommerferien zum dritten und letzten Mal in diesem Jahr. Der Titelgewinn war dem TSV Kierspe II nach zwei Tagessiegen in Schalksmühle und Kierspe praktisch schon vor dem Wettkampf nicht mehr zu nehmen. Die Kiersper Riege – sie setzte sich aber auch beim dritten Kräfteressen durch, noch dazu so überlegen wie noch nie in dieser Saison. Das lag allerdings auch daran, dass der größte Rivale, Schalksmühler TV II, beim Finale arg dezimiert antrat und diesmal sogar nur Letzter wurde.

Zum Meister: Die Kiersper Riege erturnte mit 143,95 Punkten ihr zweitbestes Saisonergebnis, hatte mit Marit Klaewer und Mia Peters die zweit- und drittbeste Vierkämpferin des Tages in ihren Reihen. Klaewer war zudem am Sprung, am Boden und am Schwebebalken jeweils die zweitbeste Turnerin des Tages am Gerät, am Balken gleichauf mit Leonie Maier vom TSV. Neben Maier, Peters und Klaewer gehörten außerdem Mia Gracin und Lea Siegmund zur Meistermannschaft von Trainerin Britta Hütz. Der Schalksmühler TV sicherte sich knapp vor Plettenberg den Vizetitel der Gauliga. Auch



die Debütantinnen-Riege des TV Friesen Lüdenscheld turnte ein gutes Saisonfinale und durften mit ihrer ersten Saison in der Gauliga sehr zufrieden sein..

Dance Kleingruppe: TuS Meinerzhagen beim Bundesfinale

Der TuS Meinerzhagen ist die neue Großmacht der Kleingruppen (DTB-Dance) im Deutschen Turner-Bund: Beim Deutschland-Cup in Wattenscheid feierten die TuS-Formationen einen Sieg und brachten zwei Vizetitel mit zurück ins Volmetal.

Das Sportzentrum Westenfeld wird den Kleingruppen-Teams aus Meinerzhagen bestens in Erinnerung bleiben: Die Formation Possible gewann beim Bundesfinale die Hauptklasse 15+. Nach dem Sieg in der Jugendklasse 2022 und Rang zwei in der 15+-Klasse vor einem Jahr setzte sich das Team von Trainerin Sinja Kruska diesmal die

Krone auf, verwies die Formation Maravilo vom SC Wildeshausen mit hauchdünnem Vorsprung auf Rang zwei. Dritter von insgesamt 13 Kleingruppen wurde das Team Relevé petit vom Oldenburger Turnerbund. „Dass es der erste Platz werden würde, hatte ich nicht gedacht. Ich hatte auf einen Treppchenplatz gehofft, habe allerdings dafür auch zu wenig der Konkurrenz gesehen“, bilanzierte Kruska und war mit den beiden Darbietungen ihres Teams zufrieden.

Das galt auch und insbesondere für die Formation Anima, die sich bei der Jugend (elf bis 15 Jahre) mit starken Auftritten zum Thema Pocahontas den Silberrang sicherte. Die jungen TuS-Tänzerinnen von Annika Kruska trumpften noch stärker auf als zuletzt im Training.

In der Jugendklasse komplettierten der achte Platz der Formation BeOne und der neunte Platz des ganz jungen Teams Undercover das gute Meinerzhagener Ergebnis, beide ließen noch einige Konkurrenten hinter.

Grund zum Jubeln dagegen hatten Charlotte Lichtenwald, Johanna Laufer und Pauline Fernholz: Mit dem Thema Six tanzte sich die 25+-Formation Up! des TuS Meinerzhagen auf den zweiten Platz beim Deutschland-Cup. „Für diese Formation freut es mich ganz besonders, denn sie hat in der Vergangenheit öfter mal Pech gehabt“, stellte Sinja Kruska über das von ihrer Mutter Silke Kruska trainierte Team fest.

Dass der TuS damit nun eine Art Marktführer der Kleingruppen im DTB geworden ist, nahm Sinja Kruska zufrieden zur Kenntnis. „Es hat sich einfach so entwickelt“, stellte die Abteilungschefin fest, „die Vorläufer der Kleingruppen gab es in Westfalen schon

früh. Darüber sind wir auf den Zug aufgesprungen. Gerade bei den Älteren ist es teilweise schwierig, eine große Gruppe zusammen zu bekommen, wenn die oder andere Tänzerin zum Studium weggeht. Bei den Kleingruppen ist das einfacher.“

Jahresabschlusslehrgang: Jetzt anmelden

Der diesjährige Jahresabschlusslehrgang des Lenne-Volme-Turngaus findet am 9. November in Plettenberg statt. Ort des Lehrgangs ist die Turnhalle des TV Jahn Plettenberg. Einlass ist ab 9.45 Uhr im Vogelhaus links neben der Turnhalle. Der Lehrgang dauert von 10 Uhr bis 17 Uhr. Referentin ist Michaela Reimann. Das Thema lautet: 10 x 10: 100 Minuten für ein gesundes Fitnessstraining. Vorgestellt wird ein Baukasten für eine Trainingsstunde. In dieser Fortbildung werden für zehn Bereiche (Koordination, Herz-Kreislauf/Warm Up, Dehnung, Entspannung sowie funktionelle Übungen für Arme/Schulter, Bauch, Rücken, Hüfte, Po, Beckenboden) je zehn Übungen vorgestellt und gemeinsam geübt, die später für die eigene Übungsstunde nach Belieben zusammengestellt werden können.

Anmeldungen gehen schriftlich oder per Mail (mit Angabe von Anschrift, Telefonnummer und Verein) an die Gauoberturnwartin Dagmar Gödde, Dillackerstraße 16, 58840 Plettenberg; Tel mobil 0160 4375360; E-Mail: d.godde@lenne-volme-turgau.de.

MARK

Final-Wettkämpfe in der Bezirksliga

Bei den Final-Wettkämpfen der Turnerinnen in der Bezirksliga konnten die Wittener Vereine sich gegen starke Konkurrenz gut platzieren. In der Bezirksliga Klasse LK 4 gab es für die Stockumer Turnerinnen als Tabellen- Erste den Pokalsieg vor den TuS Lendringsen und DJK BW Annen III. Die Stockumer und BW Annen Turnerinnen konnten an ihren Heimgeräten in der Sporthalle Holzkampschule mit guten Leistungen überzeugen und wurden vor einer guten Zuschauerkulisse mit viel Beifall unterstützt. Die jungen TuS-Turnerinnen konnten gleich mit Bestleistungen an den Geräten ihrer Favoritenrolle gerecht werden. Am Sprungtisch war Tagesbeste Suri Lytek mit 11,90 Pkt., am Balken glänzte Lilith Bremen mit 12,30 Pkt. und Mia Dekowski mit einer Tages-Bestleistung von 13,60 Pkt. am Barren, die auch in der Einzelwertung knapp vor Marleen Rupieper für die Top-Leistungen mit einem Pokal ausge-



TuS- und BW-Turnerinnen überzeugen in der Bezirksliga

zeichnet wurde. Einen weiteren Pokal-Sieg gab es in der Bezirksliga LK 3 für das Team von BW Annen gefolgt von TuS Lendringsen II und SV Menden II. Auch hier gab es zahlreiche BW-Bestleistungen an den Geräten zu bestaunen. Beste Einzelturnerin war Melina Woeste mit 48,00 Pkt. Vor Luisa Damm mit 43 Pkt.

Mit guten Leistungen wurde das 1. Halbjahr der TuS-Nachwuchsturner beim Bezirks-Wettkampf Gerätturnen der Jungen in der Sporthalle Stockum beendet. In den drei Wettkampfklassen zeigte der Stockumer Nachwuchs (P-Stufen) ihr Können an den Geräten und wurde vor einer guten

Zuschauerkulisse mit viel Beifall bedacht. In der Klasse Jahrgang 2016/17 setzte sich Roman Baltalov dank einer Bestleistung am Boden an die Spitze, gefolgt von Beal Lindemann und Jakob Lange. In der Klasse Jahrgang 14/15 ging Gold an Martin Müller vor Jeremy Hegeler. Den letzten Pokal sicherte sich Simon Hesse in der Klasse Jahrgang 12/13. Wettkampfleiter und Trainer Peter Dekowski zeigte sich sehr zufrieden mit den Leistungen seiner Jungen. Der Wettkampf der Turnerinnen musste wegen einer Hallensperrung kurzfristig abgesagt werden.

Peter Dekowski

Erfolgreicher TuS-Turner-Nachwuchs beendet die Saison in der Sporthalle Stockum



Termine

5. Oktober

Bezirksmeisterschaften, Olsberg

5. Oktober

WTB-Lehrgang Fit Balance Mix, Fröndenberg – Durchführung garantiert, Anmeldung über das Gymnet

2. November

Erste Hilfe bei Sportverletzungen, 13 bis 16.30 Uhr, Gymwelt des TuS Belecke, Zum Horkamp 16, Belecke, Anmeldung bei Wolfgang Breuer

3. November

Landesturntag des WTB, Ahlen

23. November

Best Witch Cup, Bestwig

Gauturntag 2024

Am Sonntag, 26. Mai 2024 fand der Gauturntag in Velmede-Bestwig statt. Als Ausrichter hatte sich die Rhönradabteilung des TuS Velmede-Bestwig zur Verfügung gestellt. Leider waren – wie auch in den letzten Jahren nur 15 Delegierte aus 8 Mitgliedsvereinen sowie drei Ehrenmitglieder der Einladung gefolgt.

Ira Lieber, Vizepräsidentin Turnen, des WTB nahm als Vertretung für das Präsidium am Gauturntag teil und ging kurz auf die aktuelle Situation in den Sportvereinen ein. Elmar Dünschede, Vorsitzender des TuS Velmede-Bestwig stellte seinen Mehrspartenverein der Versammlung vor.

V.l.: Natalie Umard, Sandra Kurella, Friedel Voss, Hannelore Brackelmann, Rita Cordes, Wolfgang Breuer, Konrad Tillmann, Rafael Niggemann



Die Funktionen 2. Vorsitzende/r sowie Geschäftsführung blieben weiterhin vakant.

Als Leitung Finanzen stand Sandra Kurella, TV Jahn Fröndenberg, zur Wahl. Sie wollte aus familiären Gründen die Funktion nicht weiter übernehmen, ließ sich dann aber aufgrund der kurzfristigen Bereitschaft von Natalie Umard, sich in die Finanzen einzuarbeiten, nochmals für zwei weitere Jahre gewählt. Die Beiden wohnen in räumlicher Nähe und werden jetzt die Arbeiten für 2024 gemeinsam tätigen. So ist dann eine künftige reibungslose Übergabe sicher gestellt. Auch wurde Sophie Quirnbach als Ansprechpartnerin Jugend für ein Jahr bestätigt. Danach steht Sophie leider nicht mehr zur Verfügung, da sie ihr Studium dann beendet.

Leider fand sich aus der Versammlung kein Verein als Ausrichter für den nächsten Gauturntag. Die Vorsitzende, Rita Cordes, hatte bei der Rhönradabteilung des Skiclubs Brilon angefragt, da der Verein in 2025 sein 125-jähriges Jubiläum feiert. Leider lag bis zum Gauturntag keine Antwort vor, auch waren vom Skiclub keine Delegierten anwesend.

Somit wurden – satzungskonform – zwei Delegierte zur Kassenprüfung gewählt: Doris Breuer, TV Jahn Fröndenberg und Guido Heppelmann, LTV Hirschberg.

Im weiteren Verlauf stellte Wolfgang Breuer, als sportliche Leitung, die KitCo-App des WTB vor. Er informierte über die Möglichkeit im Rahmen eines 2-tägigen Fortbil-

dungslehrganges, eine abgelaufene ÜL-C bzw. Tr-C-Lizenz Breitensport des WTB zu erneuern. Mit dem Lehrgang ÜL-Refresher: Hol dir deine Lizenz zurück ist die Lizenz um zwei Jahre verlängert. Der Gau plant mit dem WTB einen Lehrgang im November 2024 in Fröndenberg. Das Angebot stieß auf offene Ohren.

Auch wurde bereits über das Turnfest Leipzig vom 28.5. bis 1.6.2025 informiert. Aus dem Kreise der Teilnehmenden meldeten sich 6 Vereine, die gerne fahren möchten. Eine Kooperation zur gemeinsamen Busfahrt nach Leipzig wird angestrebt.

Der Gauvorstand freut sich über Anregungen und Wünsche der Mitgliedsvereine zur Ausrichtung der künftigen Arbeit. „Wir verstehen uns als Dienstleister für unsere Mitgliedsvereine und möchten unsere Arbeit nach deren Wünschen und Vorstellungen ausrichten“, so Rita Cordes, Vorsitzende. Gerne möchte sich der Gauvorstand verjüngen und lädt alle Interessierten ein, mal unverbindlich in die Arbeit Einblick zu nehmen.

Rita Cordes steht gerne als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Sie ist erreichbar unter Tel 02902 76846 oder per E-Mail: vorsitzende(at)sauerlaender-turngau.de

Rhönrad: Erfolgreicher zweiter Kaderpokal

Ende Juni fand der 2. Kaderpokal der Landesklasse im Rhönradturnen in Letmathe statt. Hier war es wichtig Punkte zu sammeln, um sich für den vierten Kaderpokal qualifizieren zu können. Aus Brilon gingen 25 Rhönradturner an den Start und konnten zufrieden und vor allem mit guten Platzierungen den Wettkampf beenden.

Vor allem in der AK 7/8 war Brilon stark vertreten. Den Sieg holte sich Merle Müller mit einer super Geradekür. Den 5. Platz erlangte Lena Holthaus mit einer ebenso guten Geradekür. Der 6. Platz ging an Thea Hillebrand. Luise Holthaus durfte sich über Platz 11 freuen, gefolgt von Elsa Becker auf Platz 12. In der AK 9/10 startete nur Mathea Homann und erhielt den 9. Platz.

In der AK 11/12 gewann Charlotte Hoffmann Gold mit einer tollen Gerade. Ganz knapp verpasste Maja Matuszak das Treppchen und wurde Vierte. Pia Bohle erreichte Platz 6 und Emma Spenner durfte sich über den 10. Platz freuen. Den 15. Platz erturte sich Ema Maxharraj und Zoe Wagner den 19.. In der männlichen AK gelang es Justus Schodrock den 2. Platz abzuräumen. Ida Kelm führte die AK 13/14 in der Kombination mit einer Spiralekür an und turnte super. In derselben AK in Kombination mit einem Sprung



Kaderpokal 2024-SkiclubBrilon – Foto: Skiclub Brilon

startete Celina Köster und ergatterte Platz 8. Lea Ester und Paula Balkenhol landeten auf Platz 16 und 17.

In der AK 15/16 mit Spirale hieß es Doppelsieg für Brilon. Elif Kanter (Platz 1) und Paula Schodrock (Platz 2) konnten sich gegen eine starke Konkurrenz durchsetzen. Zudem startete Jolie Gossmann in dieser AK, zeigte aber statt einer Spirale einen guten Sprung und wurde damit Siebte. Auch in der AK 17/18 mit Spirale gelang es Brilon einen Treppchenplatz zu erlangen. Silber ging hier an Amelie Fritsch.

Gold bei den Erwachsenen 19 – 24 Jahre ging an Inken Albaum. Auch Jamie Krämer und Lea Neuß gingen in dieser Altersklasse an den Start, schafften es aber leider nicht ihre Trainingsleistungen abzurufen. Jamie Krämer landete auf Platz 8 und Lea Neuß auf Platz 12 eines starken Teilnehmerfelds.

Besonders in den Zusatzwettkämpfen gelang es Brilon, in jeder AK einen Treppchenplatz zu bekommen. In der AK 11/12 Spirale hieß es für Charlotte Hoffmann Silber und im Sprung Gold. Inken Albaum durfte sich in der AK 19-24 Spirale über Bronze und im Sprung ebenso über Gold erfreuen. Somit ging ein sehr erfolgreicher Wettkampftag ohne Verletzungen für die Briloner Rhönradturner zu Ende.

TuS Belecke triumphiert beim entscheidenden Gauliga-Wettkampf

Am 15. Juni 2024 fand in Belecke der letzte und entscheidende Wettkampf der diesjährigen Gauliga statt. Beide Mannschaften des TuS Belecke, LK4 und LK2, kämpften um den ersten Platz – und siegten in beiden Klassen eindrucksvoll. An dem Wettkampf nahmen auch die Vereine TSV Bigge-Olsberg, TV Brilon und TuS Jahn Fröndenberg teil, was die Konkurrenz besonders stark machte.

Freude über den Pokal; Foto: TuS Belecke



Leistungsklasse 2

Die größeren Turnerinnen starteten ihren Wettkampf am Sprung und konnten sich hier einen knappen Vorsprung sichern. Doch am Barren überholten die Bigge-Olsberger, sodass die entscheidenden Disziplinen Balken und Boden besonders wichtig für die Belecker Mannschaft wurden.

Trotz des hohen Drucks lieferten die Turnerinnen des TuS Belecke durchgehend sichere Übungen ohne Stürze ab, die mit hohen Punkten belohnt wurden. Eine deutliche Verbesserung im Team im Vergleich zum ersten Gauliga-Wettkampf des Jahres zeigte die Stärke und Entwicklung der Mannschaft. „Die Differenz von 6 Punkten zwischen dem ersten und letzten Wettkampf beweist, wie hart das Team gearbeitet hat“, lobte Trainerin Sonja Laß.

Die Beleckerinnen gingen mit einem 3-Punkte-Vorsprung ans letzte Gerät Boden. Hier überzeugten die Turnerinnen wie gewohnt mit ihren Bodenkuren und konnten sich hier einen weiteren Punkt Vorsprung gegenüber Olsberg sichern. Damit gewann der TuS Belecke zum dritten Mal in Folge die diesjährige Liga und sicherte sich den Gesamtsieg in der LK2.

„Wir sind unglaublich stolz auf die Mädchen“, sagte Trainerin Alisha Nitzke. „Dieser Sieg hat uns zur Relegation der Landesliga 2 qualifiziert und wir freuen uns darauf, auch hier gute Ergebnisse zu erzielen.“

Die Mannschaft kann sich nicht nur über den Gesamtsieg freuen, sondern auch über die individuellen Tageshöchstwertungen an drei der vier Geräte!

Leistungsklasse 4

Die jüngeren Turnerinnen der LK4 starteten ihren Wettkampf am Barren und lagen hier gleichauf mit Bigge-Olsberg, mit einem kleinen Vorsprung gegenüber den restlichen Mannschaften. Am Balken konnten sie ihren Vorsprung trotz einzelner Stürze ausbauen, obwohl die Konkurrenz stark und dicht auf den Fersen war.

In den letzten Disziplinen zeigte das Team erneut seine Stärke. Am Boden erhöhten die Mädchen ihren Vorsprung und auch am Sprung lief alles nach Plan, sodass sie ihren Vorsprung bis zum Ende halten konnten. Auch in der LK4 holte die Mannschaft alle drei Siege in der diesjährigen Liga.

„Unsere Mädchen haben sich enorm verbessert und ihr Können unter Beweis gestellt“, sagte Trainerin Gitta Muster. „Dieser Erfolg ist das Ergebnis harter Arbeit und Teamgeist.“ Der tolle Zusammenhalt, bei dem sich alle gegenseitig unterstützten, war ein wesentlicher Faktor für den Erfolg.

Mit dem Sieg in beiden Leistungsklassen der Gauliga feierte der TuS Belecka einen großen Erfolg. Der Stolz und die Freude im Trainerteam und bei den Turnerinnen waren deutlich spürbar. „Es ist fantastisch, diesen Doppel-Sieg zu erleben“, fügte Trainerin Alisha Nitzke hinzu. „Wir sind gespannt auf die nächsten Herausforderungen und freuen uns auf die kommende Zeit.“

Der TuS Belecka hat sich mit diesem Sieg zur Relegation der Landesliga 2 qualifiziert und wird nun daran arbeiten, auch hier hervorragende Leistungen zu zeigen. Ob sie sich dort durchsetzen können, zeigt sich im November. Bis dahin trainiert die Mannschaft fleißig weiter und setzt sich neue Ziele!

Gerätefinals am Sonntag, 16. Juni

Seit dem vergangenen Jahr gibt es im Sauerländer Turngau die Gerätefinals, bei denen die stärksten sechs Turnerinnen jedes Geräts teilnehmen dürfen. Diese Neuerung hat dem Wettbewerb eine zusätzliche Spannung verliehen und bietet den Turnerinnen die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten an einzelnen Geräten besonders zu präsentieren. Vom TuS Belecka haben sich in diesem Jahr viele Turnerinnen für die Gerätefinals qualifizieren können, was bereits einen großen Erfolg darstellt. Auch in den Finals selbst konnten die Turnerinnen des TuS Belecka starke Ergebnisse erzielen und ihre Leistungen erneut unter Beweis stellen.

TuS Hüsten ehrt verdiente Mitglieder für ihr langjähriges ehrenamtliches Engagement im Verein

Der Vorstand des TuS Hüsten lebt eine Wertschätzungskultur für ihre ehrenamtlich Engagierten. So wurden im Rahmen der diesjährigen Mitgliederversammlung am 22. Juni 2024 insgesamt vier Aktive mit dem Gauehrenbrief und drei im Sportbetrieb und Vorstand Engagierte mit dem WTB-Ehrenbrief in Bronze bzw. Silber ausgezeichnet.

Gauehrenbriefe:

Nadine Deimel engagiert sich seit 1999 im TuS Hüsten zunächst als Übungsleiterin Tanzen, dann als Übungsleiterin Kinderturnen und jetzt beim Kindertanzen.

Alicia Brill startete als Gruppenhelferin im Kinderturnen, Übungsleiterin Kindertanzen und -turnen, weiter folgten Jugendwartin, Sozialwartin, Protokollantin und übernahm im Rahmen der Mitgliederversammlung die Funktion als Geschäftsführerin des TuS Hüsten.

Kristin Franke startete in der Tanzabteilung, ehe sie Übungshelferin und dann Übungsleiterin im Kinderturnen wurde. Weitere Stationen waren Jugendwartin, Beisitzerin und seit 2016 hat sie die Funktion Vorsitzende Sport.

Janice Wienecke startete 2003 in der Tanzabteilung und übernahm 2007 als Übungshelferin Kinderturnen später die Funktion Übungsleiterin Kindertanzen. Nach ihrer Beisitzertätigkeit hat sie in 2022 die Funktion des Pressewartin übernommen.

Alle geehrten Mitglieder und Aktive; Foto: TuS Hüsten



men und ist für die Pflege der Website verantwortlich.

WTB-Ehrennadel Bronze

Reinhard Schnettler begann 1997 in der Mountainbike-Abteilung des TuS Hüsten. Von 2005 bis 2022 leitete er die Geschicke des Vereins als Vorsitzender und ist weiterhin als Beisitzer dem Vorstand eng verbunden. Sein soziales Engagement und seine Hilfsbereitschaft zeichnen ihn aus.

Ireneus Pyplok genannt Irek kam am 1.06.1991 im Rahmen einer Arbeitsbeschaffungsmaßnahme als Sportlehrer zum TuS. Er hat in all den Jahren viele Kinder für den Sport begeistert, Jugendliche gefördert und ausgebildet und Senioren und Seniorinnen fit gehalten. Irek geht Ende des Jahres in den Ruhestand und kehrt Hüsten den Rücken, um in seiner Heimat Polen den Ruhestand mit seiner Familie zu genießen.

WTB-Ehrennadel Silber

Ulrike Fricke ist seit 1984 aktiv im TuS Hüsten und hat unterschiedliche Funktionen bekleidet wie Pressewartin und Vorsitzende Sport ist sie bis zum heutigen Tage als Übungsleiterin und 2. Vorsitzende aktiv.

Neben den Aktiven wurden Mitglieder als Dank für ihre Treue zum Verein mit der Vereinsurkunde ausgezeichnet.

SIEMERLAND

Termine

24. August

Grenzenlos wandern rund um Nauders (24. – 31.8.2024)

14. September

Gau-Kinderturnfest, Hilchenbach (14./15.9.2024)



Gillerbergfest – spitzenmäßig besucht und mit guten Entscheidungen

Der Siegerland Turngau und die aktive Turnjugend des STG rief am Wochenende vom 28. – 30. Juni 2024 auf die Ginsberger Heide in Hilchenbach im Siegerland und über 2.000 Teilnehmer folgten dem Ruf zum Gillerbergfest 2024. Beginnend mit den Schwimmwettkämpfen ein Wochenende davor starteten die Aktiven von jung bis alt am Freitag und Samstag mit den unterschiedlichsten Wettkampfdisziplinen in Leichtathletik, Mehrkampf, Wandern uvm. Die Wettkämpfe konnten tagsüber bei noch gutem Wetter erfolgreich durchgeführt und auch die Sieger geehrt werden. Gleichzeitig beobachteten die Veranstalter aber auch dauerhaft die ernstzunehmenden Wetterprognosen mit aufziehenden Starkregen- und Gewitterfronten, die auf einem Bergplateau mit Kinder- und Jugendzeltlager natürlich eine Gefahr bedeuteten. Der schnell einberufene Krisenstab entschied dann gemeinsam schweren Herzens, die Kinder und jugend-



lichen Teilnehmenden ab 21 Uhr in Sicherheit bringen zu lassen, teils abgeholt durch Eltern, teils in umliegende Turnhallen evakuiert, kamen doch die am Weitesten ange-reisten Wettkampfgruppen sogar aus Kalkar und Essen-Kupferdreh. Zuvor konnte man gemeinsam den Abend noch bei einer grandiosen Turn- und Tanzshow und dem gemeinsam im Großzelt erlebten EM-Fußballspiel ausklingen lassen.

Am nächsten Morgen zeigte sich nach einer durchgeregerten und mit heftigen Gewittern durchgangenen Nacht, dass die Entscheidung der Räumung durchweg richtig war. Der Platz und die Zelte waren komplett durchweicht und so mussten die Wettkämpfe für Sonntag zum ersten Mal seit langer Zeit komplett abgesagt werden.

Alles in allem waren sich aber alle Teilnehmenden und Mitglieder des Veranstaltungsteams des Siegerland Turngaus, der Turnjugend und nicht zuletzt der Turngemeinde Grund als Ausrichter seit 1953 einig, dass trotz aller Widrigkeiten ein großartiges Turnfest präsentiert werden konnte. Nächstes Jahr erwartet man dann mindestens genauso viele Teilnehmende bei drei Tagen mit natürlich strahlendem Siegerländer Wetter.

Fotos: Jens Dolligkeit, Lena Knoll

Siegerlandmeisterschaft der Kunstturnerinnen – VTB Siegen Halbzeitmeister

In der Kreissporthalle in Siegen startete Anfang Mai die erste Runde in der Gaukunstturnliga des Siegerland Turngau. Gleich 10 Mannschaften hatten sich gemeldet, um auch die Qualifikation für den Finalwettkampf zu erreichen.

Da die Vereine TV Olpe, der VTB Siegen und die Sportfreunde Birkelbach in der Westfalenliga starten, mussten hier die Nachwuchsmädchen an die Geräte.



Siegreich in eigener Halle waren die Turnerinnen des VTB Siegen v.l. Mathilda Zawinell, Magdalena Viereck, Angelina Moritz und Lucy Becker
Foto: Gerd Peter

Nach dem ersten Gerät, dem Sprungtisch, setzte sich der TV Gleidorf an die Spitze wobei hier Maria Winkelmann mit 12,25 Punkten überzeugen konnte.

Nach den Stufenbarren übernahmen die Gastgeberinnen vom VTB Siegen die Führung und zogen mit 3,0 Punkten davon. Mathilda Zawinell überzeigte hier das Kampfgericht mit 12,45 Punkten. Auf dem Schwebebalken hatten mehrere Turnerinnen Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht. Angelina Moritz und Magdalena Viereck vom VTB Siegen zeigte auf dem schmalen Balken den schwierigen Flick Flack und sicherten ihrem Team die Gerätewertung. Yvonne Haßler vom TV 08 Feudingen gewann die Einzelwertung am Boden und sicherte sich auch die Mannschaftwertung für ihren Verein. Feudingen hatte im letzten Jahr die Qualifikation in die Landesliga knapp verpasst und möchte im Herbst einen neuen Anlauf nehmen um eine höhere Klasse zu erreichen. Hinter dem siegreichen VTB Siegen lauert der TV 08 Feudingen der sicherlich in eigener Halle beim Finalwettkampf die Chance auf den Sieg nutzen möchte. Mit dem TV Gleidorf und dem TSV Aue-Wingeshausen möchten die Verfolger sicherlich noch ein Wörtchen mitreden. Ganz erfreulich war der erstmalige Einstieg in die Gaukunstturnliga durch den TVE Netphen der die Qualifikation für das Finale erreichte.

Trampolin: Platz 5 für TuS Fellinghausen bei den DM

Nachdem sich Joula Hofmann bei den Offenen Rheinischen Meisterschaften (Platz 2) und beim Sauerkrautpokal in Büttelborn (Platz 1) im Mai die Qualifikationspunktzahl von 5,7 Punkten Schwierigkeit für die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften noch



Nele Henseleit, Joula Hofmann, Annabell Spiess, Jonna Hofmann; Foto: Heidi Höchst

erturnen konnte, startete in diesem Jahr der TuS Fellinghausen mit Joula und Jonna Hofmann, Annabell Spiess und Nele Henseleit (Gastturnerin über Zweitstartrecht aus Bremerhaven) bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften in Wolfsburg in der Klasse der Turnerinnen.

Nach dem Abschluss der Vorkämpfe war die Freude groß, denn durch sehr gute Übungen konnte sich die Mannschaft für das Finale qualifizieren und belegte am Ende einen tollen 5. Rang. Heidi Höchst

Starke Zahlen für den Siegerland Turngau

Die Vereine im Siegerland-Turngau haben einen deutlichen Zuwachs an Mitgliedern erfahren. Die neuen Zahlen des Deutschen Turnverbundes liegen nun vor. Demnach sind in den 107 Turnvereinen in der Region 38.308 Mitglieder aktiv. Ein Jahr zuvor waren es noch 36.934 – auch das war schon ein sehr gutes Ergebnis. 1.491 neue Mitglieder wurden gezählt, 1.334 davon im Kinderbereich. Friederike Menn, Vorsitzende Sport erklärt: „Das Kinderturnen ist eine feste Bank für den Turnsport vor Ort und für die Kinderstube des Sports. Die Turnvereine und Turnabteilungen vermitteln hier eine vielseitige Grundlagenausbildung für alle Sportarten und Motivation für eine lebenslange sportliche Betätigung. Fast alle Vereine haben aktuell ihre Kindergruppen voll und suchen nach neuen Trainingseinheiten und Übungsleiter für die Kinder. Nach der Pandemie ist hier ein unglaublicher Nachholbedarf. Wir hoffen natürlich, dass sich das auch auf den Leistungsbereich auswirken wird.“

Eine große Stärke der Turnbewegung ist auch der Fitness- und Gesundheitssport. Auch in der Gruppe der Ü60 sind signifikante Zuwächse nachzuweisen. Im Siegerland-Turngau sind 11.787 Mitglieder im Kinderbe-

reich, 1.929 Mitglieder sind Jugendliche und 24.592 Mitglieder sind Erwachsene. Der verhältnismäßige kleine Bereich in der Jugend erklärt sich damit, dass die Jugendliche von den Vereinen in Fachverbänden, beispielsweise Leichtathletik oder in den Ballsportarten angemeldet werden und nicht beim allgemeinen Turnen. Die Gauvorsitzende Finanzen, Nina Stahl, freut sich über die neuen Turnerinnen und Turner. „Das gibt uns auch bei der Gestaltung und Finanzierung unserer Sportfeste, beispielsweise dem Gillerbergfest am nächsten Wochenende oder dem Gaukinderturnfest im September Planungssicherheit und zusätzliche Einnahmen für die Organisation des Turnsports in der Region.“

Der Siegerland Turngau wird seit diesem Jahr von drei gleichberechtigten Vorsitzenden geführt. Neben Friederike Menn (TV Kredenbach Lohe) und Nina Stahl (TV Gosenbach) ist das auch Guido Müller (TV Jahn Siegen). Der Jahner betont die Verantwortung, die der erneute Mitgliederzuwachs mit sich bringt. „Hier sind die Ehrenämter von übermorgen zu finden, also das Fundament für die Zukunft des Turnsports in den Bezirken Olpe, Wittgenstein, Siegen-Nord und Siegen-Süd. Es ist nun unsere Aufgabe ihnen die Begeisterung fürs Vereinsleben zu vermitteln. Ähnlich, wie wir es ja selbst als Kinder und Jugendliche erfahren haben.“ Das Gillerbergfest kommende Woche ist dafür eine gute Gelegenheit. Genau von solchen Veranstaltungen nimmt man unglaublich viel mit an neuen Impulsen, Erlebnissen und Traditionen. Genau das, was Turnvereine ausmacht.

OSTWESTFALEN

Termine

31. August/1. September

#Co-Trainer werden im Verein, Schloß Neuhaus

31. August/1. September

Ausbildung zum Übungsleiter-Assistenten, Schloß Neuhaus

8. September

Gauwandertag, Atteln, Start 13.30 Uhr

14./15. September

Ausbildung zum Übungsleiter-Assistenten Teil 2, Schloß Neuhaus

28. September

Fortbildungslehrgang Kinderturnen, Schloß Neuhaus

3. Oktober

Gau-Forum, Übungsleiterfortbildung, Ahorn Sportpark

Co-Trainer werden im Verein

Zum zweiten Mal möchte der OWTG in Zusammenarbeit mit dem WTB seinen Turnern das Konzept Co-Trainer werden heimatnah anbieten. Nach dem erfolgreichen Pilotprojekt im vergangenen September können interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Übungsleiter gelegentlich vertreten oder bei der Gruppenarbeit unterstützen möchten, ein Zertifikat erwerben.

Es werden Inhalte aus den Bereichen Ausdauer, Kraft, Koordination und Bewegung praktisch vermittelt, begleitet von den notwendigen theoretischen Informationen in Bezug auf den Sport mit Älteren.

Der Wochenendlehrgang, der mit einem Zertifikat abschließt, findet in der Sporthalle an der Memelstraße in Schloß Neuhaus statt, und zwar am 31. August und 1. September 2024, jeweils von 9 Uhr – 16 Uhr.

Anmeldungen über das Gymnet bis zum 20. August unter folgendem Link <https://events.dtb-gymnet.de/>.

Fortbildung Kinderturnen

Am Samstag, 28. September 2024 findet ebenfalls in der Sporthalle an der Memelstraße in Schloß Neuhaus ein interner Fortbildungslehrgang Schwerpunkt Kinderturnen statt.

Beginn ist um 9 Uhr mit Referent Lasse Köthemann. Er demonstriert, wie man Bewegungslandschaften aufbaut, damit Kinder sich frei bewegen, Hindernisse überwinden und körperliche Grenzen austesten können. Im Anschluss daran wird es musikalisch, denn Conny Fischer bietet Tänze, Musik und Rhythmusübungen an, die den natürlichen Spaß an der Bewegung fördern, die Körperhaltung und das Selbstbewusstsein verbessern.

Kinderyoga füllt den letzten Teil der Fortbildung aus. Wie gestalte ich eine Yogastunde? Antworten darauf gibt es von Referentin Lena Steins.

Anmeldungen sind bis zum 18. September möglich, sie sind zu richten an die Gauvorsitzende Ingrid Knetsch, Tel 05254 4718 oder E-Mail: i.knetsch@ibk-online.com.

Auf zum Wandertag nach Atteln!

Am Sonntag, 8. September fällt um 13:30 Uhr der Startschuss zum 47. Gauwandertag. Der USC Altenautal hat alles bestens vorbereitet und bereits viel Arbeit in dieses Event investiert. Freuen wir uns auf einen sportlich-geselligen Nachmittag und honorieren wir mit unserer Teilnahme das Engagement des Vereins aus dem Altenautal.

Anmeldungen mit Vereinsangabe und Personenzahl bitte bis zum 20. August



Die drei Erstplatzierten der Liga 3 und 4



Die drei Erstplatzierten der Liga 1 und 2

an Ingrid Knetsch, Tel 05254 4718, E-Mail: i.knetsch@ibk-online.com oder an Christa Wissing Tel 02944 2666, E-Mail: christa-wissing@gmx.net.

Gauliga –

Spannung bis zum Schluss

Zum Schauplatz des Gauligafinales musste kurzfristig die Sporthalle Am Kaukenberg genutzt werden, da die AW-Halle in Schloß Neuhaus aufgrund einer Doppelbelegung nicht zur Verfügung stand. Dadurch ließen sich die beiden Ausrichter des dritten Ligadurchganges, der TV Geseke und der TV Salzkotten, jedoch nicht beirren und sorgten gemeinsam mit dem Gauliga-Organisations-Team für einen reibungslosen Ablauf.

Am Vormittag traten zunächst die Teams der Gauliga 1 und 2 an. In Liga 1 schaffte es die Mannschaft 1 des TV 1875 Paderborn sich noch an die Spitze zu turnen und verwies den SC Grün-Weiß Paderborn 1 auf den 2. Platz und die Turnerinnen vom TSV 1887 Schloß Neuhaus 1 auf Rang 3. Als beste Turnerin bewies sich Jolina Zillner vom TV 1875 mit 49,900 erturnten Punkten am Boden, Balken, Barren und Sprung.

Die Liga 2 war mit sechs Mannschaften besetzt und der TV 1875 Paderborn 2 hatte

sich bereits einen Vorsprung erturnt, den es zu verteidigen galt. Dieses gelang den Mädels des TV bravourös, zum Sieg trugen auch die Bestleistungen der beiden Turnerinnen Milena Schukow und Diana Demler bei.

Am Nachmittag traten die Turnerinnen der Klassen 3 und 4 zu ihrem Wettkampf an, der mit je acht Mannschaften gleichstark besetzt war. Abermals war die Zuschauertribüne gut gefüllt und es gab immer wieder aufmunternden Applaus für die Akteurinnen.

Unter großem Jubel gelang es dem Team SCV Neuenbeken 2 am vor ihm liegenden SV Dahl vorbeizuziehen und sich den Sieg in Liga 3 zu sichern. Der SV Dahl rutschte auf Rang 2 vor TV Geseke 1. Als kleiner Trost blieb den Turnerinnen aus dem Paderborner Stadtteil, dass sie mit Sarah Yousef die beste Turnerin in ihren Reihen hatten.

Die Butter vom Brot nehmen ließen sich die Turnerinnen des TuS Bad Wünnenberg 2 nicht mehr. Sie verteidigten ihren erarbeiteten Vorsprung aus den vorherigen Wettkämpfen souverän und kürten sich zum Sieger der Wettkampfklasse 4. Dicht auf den Fersen vom ersten Ligawettbewerb an waren ihnen die Turnerinnen des SCV Neuen-

beken 3, die sich den 2. Platz sicherten. Besonders groß war die Freude bei der TuRa Elsen, die nach einer längeren Wettkampfpause mit dem 3. Platz ein gelungenes Comeback feiern konnten. Die beste Turnerin in Liga 4 kam mit Amelie Krawinkel aus den Reihen des SCV Neuenbeken.

Bei der Siegerehrung erhielten alle Teilnehmerinnen eine Urkunde plus eine Medaille.

Herzlich bedankte sich die Vorsitzende des Ostwestfälischen Turngaus, Ingrid Knetsch, bei allen Turnerinnen, Kampfrichter/Innen und der Wettkampfleitung für ihren großen Einsatz und zeigte sich erleichtert darüber, dass es keine nennenswerten Verletzungen zu verzeichnen gab.

LIPPE

Lippische Meisterschaften im Trampolinturnen

Der TSV Bösingfeld war Ausrichter der Lippischen Meisterschaften 2024. Dank der fleißigen Helfer beim Auf- und Abbauen, sowie in der Cafeteria, war es eine rundum gelungene Veranstaltung.

Insgesamt 39 Aktive aus den Trampolinabteilungen der TG Lage, des VfL Schlangen und des TSV Bösingfeld gingen an den Start, unterteilt in den jeweiligen Altersklassen. Mit 19 Trampoliner stellte die TG Lage die mit Abstand meisten Teilnehmer. In der Titelvergabe hatte der TSV Bösingfeld mit fünf von sieben Titeln die Nase vorn.

In der jüngsten Altersklasse (9 Jahre und jünger) holte sich Lea Nolting nach drei gut vorgetragenen Übungen den Titel. Vizemeisterin wurde Lea-Marie Götze vom VfL Schlangen. In der nächsten AK (10 – 11) freute sich Janne Strate über den Titel, der zweite Platz ging an Emilia Hoffmann, ebenfalls vom TSV Bösingfeld. Auch in der AK 12 – 13 gab es einen Bösingfelder Doppelerfolg. Nach einer guten und konstanten Gesamtleistung über alle drei Durchgänge holte Maria Stukenbrok den Titel und Rieka Schönhoff die Vizemeisterschaft.

Amy Nolte zeigte auch eine sehr überzeugende Leistung und gewann in ihrer AK (14 – 15) mit sicherem Vorsprung den 1. Platz, vor Kiara Peter vom VfL Schlangen. In der AK 16+ wurde Liv Greta Riechert ihrer Favoritenrolle gerecht und holte mit der höchsten Tageswertung und dem höchsten Schwierigkeitsgrad sicher den Titel, vor Anna De Buhr von der TG Lage. Somit gingen alle Titel in den weiblichen Altersklassen an den TSV Bösingfeld.



Die Titel in den beiden männlichen Klassen sicherte sich die TG Lage. Den Titel in der AK 11 – 13 sicherte sich Henri De Buhr nach einem sehr guten Wettkampf recht deutlich, Vizemeister wurde sein Vereinskamerad Titus Winkler. In der AK 16+ blieb es bis zuletzt sehr spannend. Im Finale sicherte Malte Morawietz die knappe Führung aus dem Vorkampf und sicherte sich die Führung, knapp dahinter belegte Rafael Fernandes Pina den zweiten Platz, beide von der TG Lage.

Bärchenpokal des Lippischen Turngaues

Turnen ist die Kinderstube des Sports. Das zeigte sich zum wiederholten Mal beim Bärchenpokal des Lippischen Turngaues, der auch in diesem Jahr regen Zuspruch fand. Angesprochen waren die jüngsten Turntalente der Jahrgänge 2016 bis 2019 im weiblichen Gerätturnen, die ihr Können unter Beweis stellen wollten. Im Mittelpunkt standen dabei turnerische Grundfähigkeiten, die für die Entwicklung turnerischer Leistungen ausschlaggebend sind. Der Bogen spannte sich dabei vom Klettern am Tau, Sit-ups, Spagat, Sprinten, Seilspringen, Auf- und Rück-

schwünge am Stützreck, Balancieren im Liegestütz über den Balken, Rolle vorwärts und Schräghandstand an der Wand.

Nach gut drei Stunden konnten die Trainer aus den lippischen Vereinen (TuS Helppup, TV Heidenoldendorf, Detmolder Sportverein, TG Lage, TuS Kachtenhausen sowie der Turntalentschule am Landesleistungszentrum Detmold) ein positives Ergebnis ziehen. Besonders hervorzuheben ist dabei der Wetteifer, mit dem sich alle Talente den Anforderungen stellten und sich auch gegenseitig anfeuerten.

Dafür erhielten sie von den zahlreichen Eltern bei der Siegerehrung zu Recht nicht nur großen Beifall, sondern auch Urkunden und die begehrten Glasbären, mit denen die jeweils drei besten Talente ausgezeichnet wurden.

Ein besonderes Dankeschön gilt zum Schluss der TG Lage, die diesen Wettkampf mit viel Liebe zum Detail ausgerichtet hat.



Zu guter Letzt Lust auf digitales Lernen?

Auch 2024 bietet Der WTB die Möglichkeit, sich online weiterzubilden. In kurzen Webinaren (2 – 4 LE; max. 3 Zeitstunden) verbinden wir theoretisches Wissen zu spezifischen Themen mit kurzweiligen Praxiseinheiten. Ganz unterschiedliche Themen warten dabei auf die Teilnehmenden. Aktuelles aus dem Fitness-/ Gesundheitssport, Kinderturnen oder auch Turnen wird in kompakter Form vermittelt. Voraussetzung hierfür ist lediglich ein internetfähiges Endgerät mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher. Maximal 8 digitale Lerneinheiten können zur Lizenzverlängerung von ÜL-C- und Trainer-C-Lizenzen beim RTB und WTB anerkannt werden. Infos und Anmeldung erfolgt unter <https://events.dtb-gymnet.de>.

Bei Stichwort/Eventsuche *Webinar* eingeben. Es erwarten die Teilnehmenden u.a. Themen wie Zucker – die bittersüße Verführung, Pilates mit dem Ball, Yoga oder Salsa Aerobic.

In den digitalen Vereins- und Übungsleiterstammtischen haben Vereinsvertretende die Chance sich kurz, knackig ohne Anfahrtswege über aktuelle und spannende Themen zu informieren. Die Teilnahme an den WTB-Stammtischen ist kostenlos. Auch hier erfolgt die Anmeldung im DTB-Gymnet. Bei Stichwort/Eventnummer *Stammtisch* eingeben.

Der nächste Stammtisch im September widmet sich dem Thema Podcast-Formate für Vereine.

Alle Infos zu den digitalen Lernmöglichkeiten im WTB gibt es unter www.wtb.de/bildung/webinare.

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 Brüggemann, Telefon 02388 3000040, brueggemann@wtb.de, www.wtb.de
Gestaltung Dipl.-Des. Tina Elges | www.elges-grafik.de
Druck und Versand d-Druck GmbH | www.d-druck.net
Auflage monatlich 2.100 Exemplare digital und gedruckt
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 E-Paper 21,-/Jahr; Druckversion inkl. E-Paper 36,-/Jahr
Nachdruck oder Vervielfältigungen, auch auszugsweise, für Vereinszwecke unter Angabe der Quelle erlaubt. In allen anderen Fällen nur nach Genehmigung.
Wir verwenden ausschließlich die männliche Form in unseren Texten aus Gründen der besseren Lesbarkeit. Selbstverständlich sind dabei alle Geschlechter gemeint!

Die Turngaue des WTB

Ihre Ansprechpartner vor Ort



zur Zeit nicht besetzt



Laura Gödecke
laura.goedecke@hmt-turngau.org



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



Doris Tölle
Im Mühlenfeld 1
32816 Schieder-Schwalenberg
Telefon 05284 9436250
info@lippischer-turngau.de
www.lippischer-turngau.de



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



Philine Wernke
presse@miratu.de



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
www.sauerlaender-turngau.de



Marcel Krombach
mail@mkrombach.de



Mehr als nur ein Glücksmoment.

**Weil Sport
uns alle verbindet,**

engagieren sich die Sparkassen in Westfalen-Lippe als Partner des Westfälischen Turnerbundes für den Breiten- und Spitzensport sowie für die Nachwuchsförderung.

WTB 
WESTFÄLISCHER TURNERBUND

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkassen
in Westfalen-Lippe**