TVE Burgaltendorf

AKTIV.

Nr. 170
März 2023

TUI TRAVELStar

Erleben Sie Ihren Urlaub ganz nach Ihrem Geschmack!
Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

TUI TRAVEL*Star* Reisebüro Burgaltendorf
Alte Haupstr. 104-106 . 45289 Essen
Tel. 0201 592760 . Fax 0201 57757
info@reisebuero-burgaltendorf.de
www.reisebuero-burgaltendorf.de

[mΣi]

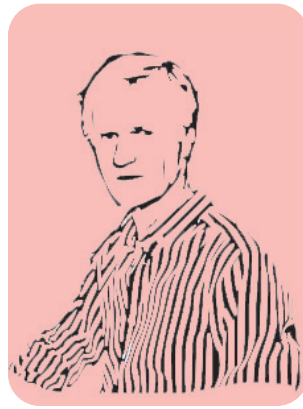
Michelitsch und Imkamp
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Mühlenweg 21 | 45289 Essen | Telefon (0201) 85 70 40
www.mundi-steuerberatung.de | info@mundi-steuerberatung.de

INSERENTEN INSERENTEN INSERENTEN
AMS AutoMotorService Michelitsch
Bäckerei Konditorei Café Gräler
Bagus - Auge und Ohr für Sie
Café-Restaurant Burgfreund
Friedhofsgärtnerei Streicher
Garten- und Landschaftsbau
Hendrik Tenhaven
Garten- und Motorgeräte
Theo Lelgemann
Geno Bank Essen
Getränke Michael Michel GmbH
Goldschmiede Koll
Johannes Brauksiepe GmbH
Laura Apotheke
Mirbach Wohnraum-
und Objektausbau
Pflegeagentur 24
Physiotherapie Jörg Verfürth
Prost Bedachungen GmbH
Reisebüro Burgaltendorf
REWE Stilleke
Steuerberatungsgesellschaft mbH
Michelitsch und Imkamp
Tennis- und Padel-Center
Burgaltendorf
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
Wohnstudio Neuhaus

EDITORIAL

Ich habe keine Smartwatch



Auch zu Weihnachten gab es wieder keine. Glücklicherweise!

Zwei Versuche mit diesen Uhren in den vergangenen Jahren brachten mich zu der Erkenntnis, dass die Einstellungen für die Profile der von mir bevorzugten Sportarten zu zeitaufwändig sind.

Doch viele sehen das anders und sind begeistert von den vielen Möglichkeiten, und so hat die WAZ/NRZ-Januarausgabe „IMTEST" diese Uhren getestet und dazu Professor Ingo Froböse, Sportwissenschaftler an der Sporthochschule Köln, um seine Einschätzung gebeten.

Warum schreibe ich das?

Ein interessantes Ergebnis kam dabei heraus, wie ich finde. Denn über Jahrzehnte hat es immer geheißen, jeder müsse Ausdauersport betreiben bis ins hohe Alter, da Herz-Kreislauf-Erkrankungen an Nummer Eins bei den Todesursachen stehen/standen.

Und Deutschland hat sich gewandelt. Wir sehen so viele Menschen, die laufen, Rad fahren, schwimmen oder sonstigen Ausdauersport betreiben. Das ist auch gut so.

Doch seit geraumer Zeit ändert sich im Bewusstsein der Sport anbietenden Vereine etwas. In einer der letzten Aktiv.-Ausgaben hatte ich schon von sportmedizinischen Studien in Bayern berichtet, bei denen Personen im Alter von achtzig Jahren und mehr unter Beobachtung Kraftsport betreiben - mit durchaus bemerkenswert positiven Resultaten.

Was steckt dahinter? Wozu diese Forschungen?

Genau das begründet Professor Froböse im oben genannten Artikel: Fitness ergebe sich nicht nur durch die Herzleistungsfähigkeit. Besonders im fortgeschrittenen Alter sei der Aufbau und der Erhalt der Muskulatur immer bedeutsamer, weil „ich dadurch Fitness, Leistung, Selbstständigkeit, Mobilität und … Lebensqualität aufrechterhalten kann." (IMTEST, Januar 2023)

Und dafür braucht nicht jeder

von uns unbedingt eine Smartwatch, obwohl sie sicherlich für einige Sporttreibende ihre Berechtigung hat, wenn sie denn deren zahlreiche Daten auch richtig auswerten können.

Ich bin also nicht dagegen, aber ich brauche sie nicht, mir macht Sport auch ohne Spaß, weil ich merke, er tut mir gut!

Also: Wer unsicher ist oder Interesse hat, in unserem Gesundheitskraftraum die Geräte auszuprobieren, sollte einfach im AKTIV PUNKT einen Einweisungstermin vereinbaren.

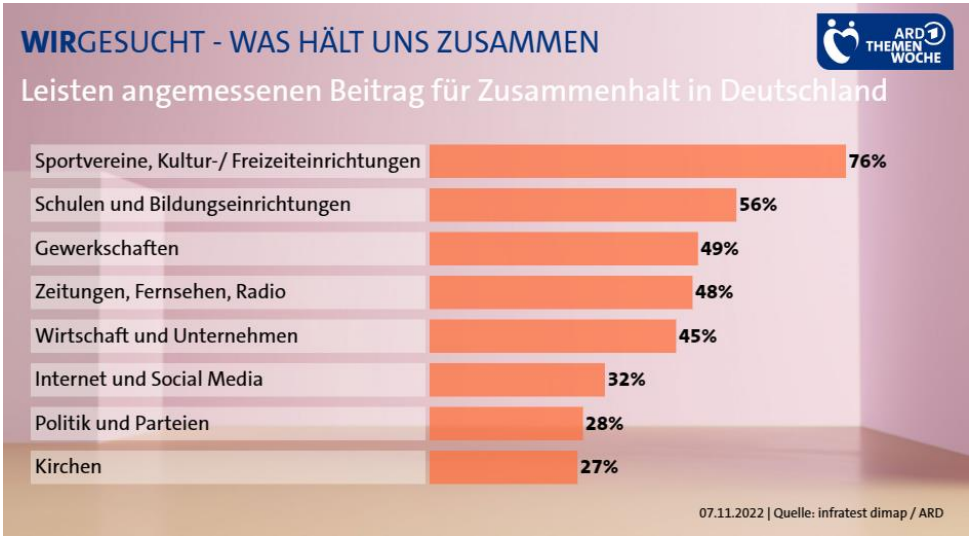
Und noch zwei Dinge, die ich bemerkenswert finde, die aber nur teilweise mit dem oben beschriebenen Thema zu tun haben:

Als ich neulich vom Sport kam, begegnete mir eine Dame auf dem Weg zu unserer Wassergymnastik. Wir kamen ins Gespräch, und sie erzählte mir, dass sie seit vier Jahren in Burgaltendorf wohnen würde. Ihr seien viele ältere, sehr fitte Menschen hier aufgefallen. Und diese hätten ihr alle als Begründung genannt, dass sie im TVE Sport treiben würden.

Das zweite: Siehe nächster Artikel "ARD-Umfrage zeigt ..."

Euer Eckhard

ARD-Umfrage zeigt: Wir sind auf einem guten Wege



Die ARD hatte Ende letzten Jahres eine Umfrage zum Zusammenhalt in Deutschland mit dem Thema **WIR**GESUCHT in Auftrag gegeben.
Eine Grafik, die nicht weiter erläutert werden muss, die uns aber bestärkt, dass der TVE auf einem guten Weg ist.

AKTIV Inhalt

3 Unsere Inserenten
4 Editorial
8 Einladung zur Mitgliederversammlung
10 Universelles Anmeldeformular
13 Kursprogramm 1. Halbjahr 2023 mit freien Plätzen
20 Interview Heidi Schrade
22 Interview Ina und Bodo Balbach
25 TVE Internes
26 Der Vorstand tagte....
29 Neues aus dem TVE-Mitarbeiter-Team
30 Nervosität um die AKTIV. Nr. 169
33 Babys in Bewegung / Babymassage
35 Kinderturnen
36 Leistungsturnen
39 Rhönrad
40 Judo
42 Spazieren gehen
43 Aqua fit
44 tonARTisten
46 Radeltouren
51 60plus on Tour
54 Beitragsregelungen
60 TVE Sportangebot der Vereinsgruppen
62 Impressum

35

9

40

44

20

22

22

52

43

36

39

Einladung an alle Mitglieder ab 18 Jahre am Samstag, 18. März, 11.00 h

im AKTIV PUNKT (OG), Holteyer Str. 29
mit gemeinsamem Frühstück zu Beginn

TAGESORDNUNG

1. Begrüßung
2. Rückblick
3. Finanzen
   3.1 Jahresrechnungen 2019 bis 2022
   3.2 Prüfberichte und Entlastungsantrag für die Jahre 2019 bis 2022
4. Wahl eines Buchprüfers/einer Buchprüferin (für 4 Jahre)
5. Wahl eines Versammlungsleiters/einer Versammlungsleiterin
6. Wahl des Vorstands (für 4 Jahre):
   6.1 Vorsitzende*r (bisher: Eckhard Spengler)
   6.2 Geschäftsführer*in (bisher: Gerhard Spengler)
   6.3 Organisationsleiter*in (bisher: Christiane Spengler)
   6.4 Sportleiter*in (bisher: frei, ehemals Stephan Semmerling)
   6.5 Freizeitleiter*in (bisher: Monika Spengler)
   6.6 Seniorenreferent*in (bisher: frei)
   Der Vorstand wird ergänzt durch die/den von der TVE-Jugend gewählte/n (Jugend-)sportleiter*in und die/den Jugendleiter*in.
7. Antrag auf Anhebung der Mitgliedsbeiträge
8. Weitere Anträge
9. Ausblick

zu TOP 3.1
Die Ergebnisse der Jahresrechnungen werden den Mitgliedern bei der Mitgliederversammlung als Ausdrucke vorliegen.

zu TOP 3.2
Die Buchführung der Jahre 2019 bis 2021 wurde am 29.09.2022 durch Ulrike Ahrens geprüft. Es ergaben sich keine Beanstandungen (s. "AKTIV.169", S. 31).
(Die Buchführung des Jahres 2022 wird noch vor der Mitgliederversammlung '23 geprüft).
Die Prüferin beantragt die Entlastung des Vorstands.

zu TOP 6
Alle aktuellen Vorstandsmitglieder stellen sich zur Wiederwahl. Monika Spengler wird jedoch statt als Freizeitleiterin nun als Seniorenreferentin vorgeschlagen.
Für die Positionen Sportleiter*in und Freizeitleiter*in gibt es bisher keinen Kandidaten/keine Kandidatin.

zu TOP 7:
Der Vorstand beantragt die Anhebung der Mitgliedsbeiträge zum 01.07.2023 wie folgt:

* Einzelbeitrag für junge Leute bis 25 Jahre (bisher bis 24 J.) von 6,25 € auf 6,75 €
* Einzelbeitrag für Erwachsene ab 26 Jahre (bisher ab 25 J.) von 6,75 € auf 7,25 €

Mitglieder-versammlung '23

* Kurzeitmitgliedsbeitrag
  (nur für Mitglieder des Kraftgerätetra-trainings möglich) von 7,00 € auf 7,50 €
* Familienbeitrag
  (Details siehe "Beitragsregelungen" in der AKTIV. und auf der Homepage)
  für 2 Personen: von 11,50 € (+ je 3,00 € für jedes weitere Familienmitglied) auf 12,50 € (+ je 3,00 € für jedes weitere Familienmitglied)

Begründung:
Der TVE hat seine Beiträge seit vier Jahren konstant gehalten, trotz Corona-Pandemie.
Zum Ausgleich der allgemeinen Kostensteigerungen benötigt der TVE in der Regel aber jedes Jahr eine Beitragsanhebung von 0,25 €/Mitglied/Monat, bzw. alle zwei Jahre um 0,50 €/Mitglied/Monat. Die jährlichen Mehreinnahmen durch die vorgeschlagenen Beitragsanhebungen machen jährlich rund 1,5% der Gesamteinnahmen aus.

Universelles Anmeldeformular
für „anmeldepflichtige“ Vereinsveranstaltungen (Kurse, Ausflüge, Workshops etc.)

Alternative Möglichkeiten zur **Anmeldung für Vereinsveranstaltungen**

1. Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
2. Universelles Anmeldeformular in der „AKTIV.“-Zeitschrift (s. gegenüberliegende Seite)
3. per eMail an: sport@tve-burgaltendorf.de
4. Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand > Veranstaltungstyp auswählen
5. mit der App „TVE Burgaltendorf“ (bitte aus dem Play-Store/App-Store herunterladen und installieren), dort: „Anmeldungen & Anträge“ > Anmeldung zu.....

Alternative Möglichkeiten zum **Antrag auf Mitgliedschaft im TVE**

1. Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
2. Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand > "Mitglied werden"
3. mit der App „TVE Burgaltendorf“ (bitte aus dem Play-Store/App/Store herunterladen und auf Ihrem Smartphone/iPhone installieren), dort: „Anmeldungen & Anträge“ > Antrag auf Aufnahme in den TVE

Verbindliche

ANMELDUNG

(für jeweils eine Person)

NICHT für Antrag auf Mitgliedschaft im TVE verwenden! Siehe auch Info-Boxen auf gegenüberliegender Seite.

TVE Burgaltendorf

Holteyer Str. 29
45289 Essen

Fax 0201 5718 628
www.tve-burgaltendorf.de

Bezeichnung der Veranstaltung		Orga-Nr.
Name	Vorname	Geb.-Datum
Anschrift		Telefon
E-Mail		TVE-Mitglied? Ja ☐ Nein

SEPA-Lastschrift-Mandat: Ich ermächtige den TVE Burgaltendorf, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Mandatsreferenz-Nr. ist bei TVE-Mitgliedern die Mitgliedsnummer. Nichtmitgliedern wird sie zu einem späteren Zeitpunkt mitgeteilt.

BIC	IBAN
Kontoinhaber (Name, Anschrift)	
Datum	Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift der Eltern)

Pflegeagentur 24®
Ambulanter Pflegedienst

AMBULANTE PFLEGE: HILFE, DIE SICH IHREN BEDÜRFNISSEN ANPASST

Grundpflege / Behandlungspflege / Hauswirtschaftliche Versorgung / Vermittlung 24-Stunden-Pflege

Pflegeagentur 24
Ambulante Alten- und Krankenpflege GmbH
Burgstraße 1 · 45289 Essen

Tel. 0201/764 041 0

pflegeagentur24-pflegedienst.de

KURSREGLEMENT

Corona-Schutz

Es besteht für die Teilnahme an Sport- und Freizeitaktivitäten im AKTIV PUNKT keine Impfpflicht (2Gplus/3G-Regelung) mehr. Wir erwarten jedoch, dass du mit Krankheitssymptomen bzw. einer Infektion auf die Teilnahme verzichtest.

Anmeldemöglichkeiten zu einem Kurs:

- Online: über den roten Button oder per App „TVE Burgaltendorf > Anmeldungen & Anträge
- per Post (an TVE Burgaltendorf, Holteyer Str. 29, 45289 Essen) oder per Fax (0201 / 57 18 628)
- persönlich im TVE-Büro, im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen (blaues 1/3 DIN A4 Formular)
- durch Eintragen in eine zum Ende des Vorkurses im Kurs ausliegende Liste
- mit dem universellen Anmeldungsformular in der Vereinszeitschrift

Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Orga-Nr. des Kurses angeben!

Anmeldungsbestätigung

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs deiner Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhältst du frühzeitig eine Information per eMail. Andernfalls gilt deine Anmeldung als angenommen und du erhältst eine Woche vor Kursbeginn eine Anmeldebestätigung, ebenfalls vorzugsweise per eMail. Wenn für einen Kurs nur wenige Anmeldungen eingehen, warten wir ab, ob der Kurs zustande kommt.

Zahlungsweise und Kursgebühren

Die angegebenen Kursgebühren verstehen sich pro Person und werden um den 01.04. bzw. 01.10. vom angegebenen Konto abgebucht oder in Rechnung gestellt. Wenn mehr als zwei Kursstunden ausfallen, werden die Kursgebühren entsprechend gekürzt. Die für Mitglieder angegebenen Beiträge verstehen sich zusätzlich zum Vereinsbeitrag. Sollte dir der Kurs nicht gefallen, kannst du die Anmeldung innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn schriftlich stornieren. In diesem Fall berechnen wir lediglich eine Stornogebühr in Höhe von 10,00 Euro. Bei einem späteren Rücktritt, auch bei Nichtteilnahme, fällt die Gebühr in voller Höhe an, da es uns in diesem Fall nicht mehr möglich ist, den Kursplatz anderweitig zu vergeben. Wir bitten hierfür um Verständnis.

Schuhe

Betrete bitte die Sporträume nur mit sauberen Hallenschuhen mit nicht färbenden Sohlen.

Ferien und Feiertage

Die meisten Kurse laufen in den Oster-, Herbst- und Weihnachtsferien durch, nicht an FEIERTAGEN (FT).

Umkleidesituation

Um allen Kursteilnehmer/-innen eine akzeptable Situation in den Umkleideräumen zu ermöglichen, bitten wir, die Bänke nach dem Umziehen vollständig frei zu machen, indem die Kleidung in die Spinde eingeschlossen wird. Größere Taschen können ggf. unter die Bänke oder auf die Spinde gestellt weden..

Aktuelle Informationen

Aktuelle Informationen zum Kursprogramm, zur Corona-Situation, zu Corona-Verhaltensregelungen und allgemein zum TVE, insbesondere aber kurzfristige Änderungen des Kursprogramms, sind auf der Homepage www.tve-burgaltendorf.de und in der App "TVE Burgaltendorf", die kostenlos aus dem PlayStore/AppStore installiert werden kann, zu finden. Hierum bitten wir Sie ausdrücklich, da dann Push-Meldungen von uns in eiligen Angelegenheiten empfangen werden können.

Café – Restaurant "Burgfreund"
Burgstraße 2, 45289 Essen (Burgaltendorf)
Tel. : 0201 / 578935

Sportkurse 1. Halbjahr 2023 mit freien Plätzen

Das Nachrücken in bereits laufende Kurse mit freien Plätzen ist zu entsprechend reduzierter Kursgebühr möglich. Bitte beachten Sie das Kursreglement.

DANCE FITNESS

Dance Fitness ist eine Tanzgruppe für Erwachsene jeden Alters. "Das Schönste, was Füße machen können, ist Tanzen. Tanzen ist Wahrheit, Wunsch und Echtheit vereint in Bewegung". So lautet die Maxime der Kursleiterinnen. Bewegung im Takt zu modernen Stücken, aber auch zu alten Songs wie z.B. Grease, ist Kernelement von Dance Fitness. Beim Tanzen in der Gruppe bleibt man fit, verbessert die Körperbeherrschung und stärkt das Selbstbewusstsein. Mit Spaß werden Choreographien gemeinsam erarbeitet und das gemeinsame Besserwerden erlebt.

Orga-Nr: **30-1/23** Gaby Ardelmann
01.02.2023 - 21.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) mittwochs, 19:15 - 20:30 h
Mitglieder: 60,00 € Nichtmitglieder: 115,00 € Max. Tn.: 16
19-21mal nicht am: -

DANCE-FIT&FUN

Sind Sie bereit, sich fit zu feiern? Dann ist DANCE-FIT&FUN genau das Richtige. DANCE-FIT&FUN ist ein Tanzfitnesskurs zu lateinamerikanischer Musik. Die Schrittfolgen sind einfach zu erlernen, machen Spaß, verbrennen Kalorien und bringen Gesundheit. Die Trainerin Janina Funken beginnt die Stunde mit einem Warm-up, beendet sie mit einem Cool-down und treibt dazwischen Jung und Alt ordentlich den Schweiß auf die Stirn.

Orga-Nr: **65-1/23** Janina Funken
01.02.2023 - 21.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) mittwochs, 10:30 - 11:30 h
Mitglieder: 63,00 € Nichtmitglieder: 117,00 € Max. Tn.: 16
17-19mal nicht am: 05.04.,12.04.

DRUMS ALIVE ®

Drums Alive ist ein großer Trend in der Gruppenfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Koordination, Takt- und Rhythmusgefühl werden geschult. Bei den Teilnehmern*innen löst die ungewöhnliche Kombination große Begeisterung aus. Es macht gute Laune! Getrommelt wird mit Holzsticks auf Pezzibällen. Ein Cool-down und Dehnübungen runden die Stunde ab.

Orga-Nr: **45-1/23** Beate Grond
01.02.2023 - 21.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum mittwochs, 09:15 - 10:15 h
Mitglieder: 42,50 € Nichtmitglieder: 80,75 € Max. Tn.: 14
16-18mal nicht am: 24.05.,31.05.,07.06.

FELDENKRAIS-METHODE

In der Feldenkrais-Arbeit werden die eigenen Bewegungen durch aufmerksame Wahrnehmung im Detail erlebt. Dies fördert das Bewusstsein für kleine Unterschiede, wodurch ermöglicht wird, selbstständig Alternativen zu den oft unbewussten und möglicherweise ungesunden alltäglichen Bewegungen zu entwickeln. Bequeme, warme Kleidung und dicke Socken sind erforderlich. Kursleiterin Hildegunde Wissing ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin.

Orga-Nr: **32-1/23** Hildegunde Wissing
07.02.2023 - 20.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 09:00 - 10:00 h
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder: 90,25 € Max. Tn.: 16
18-20mal nicht am: -

Seit 1984 in Essen

AMS AutoMotorService

Handel und Vermittlung

von

Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen

- Karosserieinstandsetzung aller Fabrikate
- Reparatur und Wartung
- Hol- und Bringservice
- Ersatzwagen
- Reifeneinlagerung
- 24 Std. Abschleppdienst
- Originalersatzteile
- Autoglasreparatur
- HU & AU
- Klimaservice
- Fahrzeugaufbereitung

Vertragswerkstatt für

NISSAN PEUGEOT CITROËN DAIHATSU Karosserie® Fachbetrieb

AMS Auto-Motor-Service GmbH - Am Zehnthof 187 - 45307 Essen

Tel.: 0201 59 21 00 - Fax: 0201 59 06 00 - Mail: info@ams-essen.de

www.ams-essen.de - www.facebook.com/amsautomotorservice

Sportkurse 1. Halbjahr 2023 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **57-1/23** Hildegunde Wissing
07.02.2023 - 20.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 10:30 - 11:30 h
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder: 90,25 € Max. Tn.: 16
18-20mal nicht am: -

FUNKTIONAL FITNESS mit FASZIENTRAINING

Nach einer kurzen Aufwärmphase führen wir mit verschiedenen Geräten, wie z.B. Gymnastikmatten,Therabändern, Tennisbällen und Kurzhanteln bzw. Wasserflaschen ein Workout durch. Es werden drei Durchgänge mit z.B. Kniebeugen, Mountain Climber, Rumpfbeugen, Side Stretch, Rudern, Arme schwingen, verschiedene Bauchmuskelübungen, Push Press, Ausfallschritt mit Rotation durch-geführt. Jede Übung jeweils eine Minute. Es folgt ein Cool-down mit Faszientraining auf der Matte. Bitte ein Theraband und einen Faszienball mitbringen.

Orga-Nr: **24-1/23** Bodo Balbach
02.02.2023 - 04.05.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) donnerstags, 18:10 - 19:25 h
Mitglieder: 42,00 € Nichtmitglieder: 80,50 € Max. Tn.: 16
14mal nicht am: -

MODERN FIT

Bei Modern Fit machen wir ein ausgedehntes Warm-up zu flotter Musik mit einem intensiven Bauch-Beine-Po-Training mit Hanteln, Therabändern, Bällen, BalancePads, Pezzi-Bällen etc. kombiniert. Dabei kommen auch die Arme sowie der Schulter-Rücken-Bereich nicht zu kurz. Abgerundet wird das Ganze zum Schluss mit einem leichten Stretching sowie Entspannungsübungen.

Orga-Nr: **39-1/23** Bettina Schuran/Beate Grond
02.02.2023 - 15.06.2023 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) donnerstags, 09:30 - 10:30 h
Mitglieder: 42,50 € Nichtmitglieder: 80,75 € Max. Tn.: 16
16-18mal nicht am: 18.05.(FT),25.05.,01.06.,08.06.(FT)

NEU: BABYMASSAGE

Berührungen sind lebenswichtig. Für ein Baby bedeutet Berührung das Gefühl von Geborgenheit, Nähe und Sicherheit. Regelmäßige Massagen können helfen, das körperliche und seelische Wohlbefinden zu verbessern: sie regen die Hautdurchblutung an, bauen Stress ab und können das Immunsystem stärken. Sie unterstützen die Wahrnehmungsentwicklung und stärken die Bindung zwischen Baby und Mutter/ Vater.
Dieser Kurs richtet sich an Babys im Alter von sechs Wochen bis zu einem halben Jahr mit ihren Müttern/ Vätern. In diesem Kurs erlernen die Mütter/Väter Massagetechniken nach Frédérick Leboyer, die auch bei typischen Beschwerden in der Säuglings- und Babyzeit wie Zahnungsbeschwerden, Dreimonatskoliken oder Atemwegsinfekten helfen können. Das Baby erhält vielfältige Sinnesanregungen durch Lieder und Fingerspiele und der Mutter/dem Vater wird die Möglichkeit gegeben, sich auszutauschen und durch Achtsamkeitsübungen eine entschleunigende Auszeit in entspannter Atmosphäre zu erleben. Abgerundet wird jede Stunde durch Baby-Yoga-Übungen.

Orga-Nr: **17-1/23** Isabell Bertenhoff
01.02.2023 - 15.03.2023 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) mittwochs, 12:30 - 13:30 h
Mitglieder: 22,50 € Nichtmitglieder: 37,50 € Max. Tn.: 8
6mal nicht am: 15.02.

Orga-Nr: **18-1/23** Isabell Bertenhoff
22.03.2023 - 26.04.2023 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) mittwochs, 12:30 - 13:30 h
Mitglieder: 22,50 € Nichtmitglieder: 37,50 € Max. Tn.: 8
6mal nicht am: -

GARTEN & MOTORGERÄTE
THEO LELGEMANN
STIHL MOTORSÄGEN & FREISCHNEIDER

Worringstraße 250
45289 Essen-Burgaltendorf
Tel.: 0201 / 57 94 67
Fax: 0201 / 57 29 55
www.theo-lelgemann.de

SABO
Verkauf & Service
SABO Vertragshändler

Streicher

Friedhofsgärtnerei und Gartenbau
in 3. Generation

Alte Hauptstraße 16,
45289 Essen
Telefon: 0201-579121

DAUER GRAB PFLEGE

Fax: 0201-57 16 27
post@streicher.ruhr
www.streicher.ruhr

Sportkurse 1. Halbjahr 2023 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **19-1/23** Isabell Bertenhoff
03.05.2023 - 21.06.2023 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) mittwochs, 12:30 - 13:30 h
Mitglieder: 18,75 € Nichtmitglieder: 31,25 € Max. Tn.: 8
5mal nicht am: 17.05.,24.05.,31.05.

ONLINE-KURS: YOGA-STIL-MIX

Yoga verbindet die Festlegung des Gleichgewichtsinns (körperlich und geistig) mit einer Stärkung der Flexibilität und der Muskeln. Es bietet einen Ausgleich zum stressigen Alltag oder auch zu anderen Sportarten. Gesundheitlich kann es z.B. bei Rücken- und Nackenschmerzen, Schlafstörungen und Bluthochdruck helfen. Im Yoga-Stil-Mix bieten wir eine bunte Mischung aus den beliebten Stilen wie Hatha Yoga, Yin Yoga, Vinyasa Yoga und Faszien Yoga. Diese sind sowohl für Anfänger*innen wie auch für Fortgeschrittene geeignet.
Die Kursstunden finden ausschließlich online (von zu Hause über "Zoom") statt. Sie erhalten von uns per E-Mail einen Link. So geht es:
https://tveburgaltendorfev.online5.netzcocktail.de/download-file
file_id=1374&file_code=7c758c38a0&website_edit_mode=1

Orga-Nr: **44-1/23** Stefanie Lahmer
01.02.2023 - 21.06.2023 online (ZOOM) mittwochs, 18:00 - 19:15 h
Mitglieder: 60,00 € Nichtmitglieder: 115,00 € Max. Tn.: 14
19-21mal nicht am: -

TÄNZE AUS ALLER WELT

Volkstänze, Gesellschaftstänze, Kreistänze, Paartänze, Block- und Gassentänze sowie Squaretanz. Tanzen ist ein Ganzkörpersport, egal in welchem Alter. Das Erlernen von Bewegungsabläufen und deren körperliche Umsetzung stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur des gesamten Körpers. Die Bewegungswechsel und die Verlagerung des Gewichts trainieren den Gleichgewichtssinn sowie die Stand- und Trittsicherheit und beugen somit gezielt Stürzen vor. Gemeinsam werden schnell Erfolgserlebnisse geschaffen, die sich positiv auf das Selbstbewusstsein auswirken. Jede/r kann an diesem Bewegungsangebot teilnehmen, ohne Vorkenntnisse, ohne spezielle Bekleidung, ohne einen Partner/eine Partnerin mitbringen zu müssen, da in der Gruppe ohne festen Partner/feste Partnerin getanzt wird.

Orga-Nr: **42-1/23** Rosemarie Weber
10.02.2023 - 05.05.2023 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) freitags, 10:30 - 12:00 h
Mitglieder: 31,50 € Nichtmitglieder: 60,75 € Max. Tn.: 14
9mal nicht am: 24.02.,24.03.,07.04.(FT),14.04.

WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE

Rückenprobleme sind in der modernen Zeit ein weit verbreitetes Übel. Stress, psychische Belastungen, Bewegungsmangel und einseitige, statische körperliche Belastungen sind nur einige Beispiele für die Entstehung von Rückenbeschwerden. Die Wirbelsäulengymnastik vermittelt Kenntnisse, sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können. Durch gezielte, funktionelle Gymnastik kann Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt und entgegengewirkt werden. In lockerer Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun.

Orga-Nr: **29-1/23** Imke Malburg
06.02.2023 - 19.06.2023 Sh Auf dem Loh montags, 17:15 - 18:30 h
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder: 86,25 € Max. Tn.: 20
14-16mal nicht am: 03.04.,10.04.(FT),01.05.(FT),29.05.(FT)

Wir stellen vor: Heidi Schrade (im Interview)

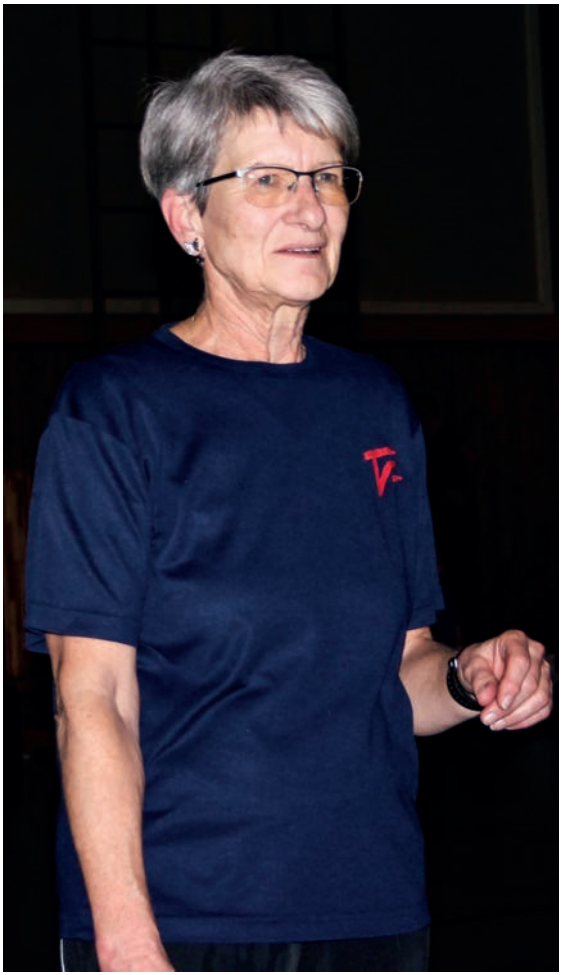
Ich treffe auf Heidi, die sicherlich zu unseren am längsten tätigen Übungsleiter*innen zählt.

Heidi: Wann war eigentlich dein Start als Übungsleiterin für das Eltern-Kind-Turnen und war das dein erstes Engagement im TVE?

Hallo Eckhard, das ist lange her. Ich habe damals mit meinen Kindern (heute 36/38 Jahre) am Eltern/Kind-Turnen teilgenommen. Die Übungsleiterin fiel aus, und man hat mich mehr oder weniger dazu überredet, es vorübergehend zu übernehmen. Dabei ist es bis heute geblieben, es ist mein erstes und einziges Engagement im TVE.

Aber ein gewaltiges!! Wie viele Stunden bist du wöchentlich für den TVE in der Halle und bändigst kleine Kinder?

Eigentlich habe ich an zwei Tagen jeweils eine Doppelstunde.
Im Moment helfe ich noch unserer neuen Übungsleiterin Anja Döttger, die seit Januar noch eine weitere Doppelstunde Eltern-Kind-Turnen anbietet und unterstütze eine Gruppe Kinderturnen.



Das bedeutet, du hast in der Woche wie viele Kinder?

Sehr unterschiedlich, aber es sind sicherlich etwa 100-150 Kinder.

Damit dürftest du in Burgaltendorf eine der bekanntesten Personen für Kinder und deren Eltern sein, oder? Wie geht das außerhalb der Übungsstunden, wenn du dich im Ort bewegst?

Ich finde es schön, wenn Kinder mich erkennen und ansprechen. Oft sind sie sehr erstaunt, mich auch in einer anderen Umgebung zu treffen als in der Turnhalle - und dann auch noch ohne Turnzeug!

Wo kommen die Ideen für die Stundeninhalte her? Wie ich dich kenne, machst du ja nicht jede Stunde das Gleiche.

Das hat sich mit der Zeit sehr verändert. Früher habe ich mir Bücher gekauft, um mir Ideen zu holen, heute ist es durch das Internet sehr viel einfacher.

Die Lieder und Geräte wiederholen sich aber immer wieder `mal, was aber für die Kinder auch sehr

wichtig ist. Was sie jetzt nicht können, klappt vielleicht das nächste Mal.

Ein Lied, „Das Taubenhaus", habe ich schon immer gemocht, und das ist schon immer der absolute Renner!

Der Bedarf an qualifizierten Angeboten für Kinder ist ungebrochen hoch – eher sehr hoch. Wir können dabei natürlich nicht alle Bewerbungen in deine Stunden schicken. Wie hast du es geschafft, neue Helferinnen und Übungsleiterinnen zu finden, die zusätzliche Gruppen leiten, die auch schon wieder ausgelastet sind?

Vieles hat sich einfach so ergeben. Ich habe in meinen Stunden nach Hilfe gefragt, oder aber auch, wenn ich Leute im Dorf getroffen habe. Amelie, die mir zur Zeit sehr engagiert hilft und auch super mit Kindern umgehen kann, habe ich durch meine Arbeit kennengelernt.

Nicht erst seit Corona, sondern schon seit vielen Jahren müssen wir feststellen, dass viele Kinder starke Bewegungsdefizite haben. Welche Ziele verfolgst du, wenn du deine Übungsstunden planst? Wo liegen deine Schwerpunkte?

Ich fange mit Liedern an, um die Kinder aufzuwärmen, dann kommen die Geräte, die ich so aufbaue, dass für alle etwas dabei ist, was sie können und was sie vielleicht noch üben müssen.

Mein Ziel: viele glückliche Kinder und viel Bewegung/Leben in der Halle.

Als ich mit meinem Kind vor langer Zeit mal am Eltern/Kind-Turnen teilgenommen habe, ist mir bewusst geworden, dass ich nicht in der Lage gewesen wäre, mit so viel Liebe so viele Kinder anzuleiten, obwohl ich mich als kinderlieb bezeichnet hätte. Wie geht das?

Keine Ahnung! Ich glaube das kann man nicht lernen, entweder man hat es oder nicht.

Kinder sind ja im Laufe der Jahre nicht unbedingt „pflegeleichter" geworden. Brauchst du nach solchen Übungsstunden Ruhe?

Das ist sehr unterschiedlich. Es gibt leichte und anstrengende Stunden, das kann an meiner Tagesform liegen oder auch an den Kindern. Anstrengend ist es natürlich dann besonders, wenn meine Helfer alle ausfallen!

Was wünschst du dir von den die Kinder begleitenden Erwachsenen?

Im Moment gibt es nichts, was ich mir wünschen würde, es läuft alles sehr gut!

Im Namen der Kinder, der Eltern und des Vereins danke ich dir für dein Engagement, Heidi, und wünsche dir alles Gute!

Das Interview führte Eckhard Spengler

Wir stellen vor: Ina & Bodo Balbach (im Interview)

Tag zusammen,
ihr kommt gerade vom Sport aus dem AKTIV PUNKT. Habt ihr dort gemeinsam Sport getrieben?
Bodo: Nein, ich habe gerade im Kommunikationsraum als Trainer einen Rückenkurs gegeben.
Ina: Ich habe heute meinen Kurs Fitness-Mix für jedes Alter, danach noch einen Yogakurs und dann meinen KAHA-Kurs gegeben.
Klingt nach starkem Einsatz! Ihr seid beide im selben Verein aktiv, zum Teil sogar auch zur gleichen Zeit. Das ist absichtlich so gewählt?
Ina: Ja, früher mussten wir immer abwechselnd Sport treiben, um die Kinderbetreuung zu gewährleisten. Heute sind wir froh, dass wir gleichzeitig Sport treiben können, da unsere Kinder erwachsen sind.
Ihr gehört ja zu denjenigen, die auch immer wieder neue Inhalte für unser Sportprogramm anbieten. Wie kommt ihr zu den Themen?
Ina: Da ich auch Rehasportkurse gebe, habe ich gerne vor fast 10 Jahren den Kurs "Fitness-Mix" übernommen, in dem viele ältere Teilnehmer*innen sind. Zum Yoga bin ich zufällig gekommen, als ich damals für den Kurs "Step Aerobic", in dem wir anschließend noch immer eine halbe Stunde Fitnessübungen gemacht haben, nach anderen Übungen gesucht habe. Eine Freundin hat damals mit Yoga begonnen und mich gefragt, ob ich nicht auch ein paar Yogaübungen einbauen könnte. Da ich damals keine Ahnung davon hatte, war ich so begeistert, dass ich 2011 eine Yogalehrerausbildung gemacht habe und so Yoga zu meiner Leidenschaft wurde. Zum KAHA bin ich auch durch Zufall gekommen, als ich nach Fortbildungen gesucht habe.
Bodo: Bei mir war es etwas anders, denn ich wurde vor sieben Jahren vom Verein gefragt, ob ich eine freiwerdende Donnerstagsstunde als Trainer mit neuen Trainingsinhalten füllen möchte. Daraus wurde ein Kraft-/Fitness-Angebot mit anschließendem Faszientraining. Die davor liegende Donnerstagsstunde mit Rückentraining und Faszientraining habe ich zunächst zur Urlaubszeit vertreten, bis ich die Stunde schließlich übernommen habe. Durch erhöhte Anfrage von Mitgliedern ergab sich eine Möglichkeit, montags ebenfalls das Rückentraining mit Faszientraining zu geben.
Wie kamt ihr überhaupt dazu, Sport für andere anzubieten?
Bodo: Ich weiß aus eigener Erfahrung (ich

werde in diesem Jahr 70 Jahre), dass eine gewisse Fitness für den Körper wichtig ist. Grundsätzlich sollte jeder Mensch bis ins hohe Alter beweglich bleiben und über eine gewisse Kraft verfügen. Aus diesem Grund habe ich mich entschieden, mein Wissen an andere weiterzugeben.

Ina: Ich hatte immer wieder mitbekommen, dass Trainer*innen fehlten oder ausgefallen sind. Deshalb habe ich mich entschlossen, hier einzuspringen. Zunächst wollte ich nur vertreten, aber nach den Ausbildungen hat es mir immer so viel Spaß gemacht, dass ich zu mehr bereit war.

Gibt es besondere Rückmeldungen aus Kursen, die euch stolz machen und deutlich belegen, dass ihr euren Job gut macht?

Bodo: Die Rückmeldungen aus den Kursen zeigen mir, dass das Training erfolgreich ist.

Ina: Wenn ich mitbekomme, dass die Teilnehmer*innen besondere Probleme haben, versuche ich, dafür spezielle Übungen einzubauen und freue mich, wenn diese Teilnehmer*innen berichten, dass es ihnen anschließend besser geht. Außerdem ist es schön zu sehen, wie fit selbst ältere Teilnehmer*innen noch durch den Sport bleiben. Einige kommen auch nur, weil es viel Spaß macht und um die anderen Kursmitglieder zu treffen. Auch das freut mich.

Gibt es einen Tipp für Personen, die noch nicht wirklich überzeugt sind, dass sie Sport treiben sollten?

Bodo: Wer sich nicht sicher ist, sollte einfach mal ein Probetraining in dem Bereich, der in Frage kommt, machen, um seine Fitness zu testen und sich selbst von der Notwendigkeit zu überzeugen.

Welchen Sport betreibt ihr privat am liebsten?

Bodo: Windsurfen, Krafttraining, Wandern und Radtouren.

Ina: Windsurfen, Yoga, Wandern und Radtouren.

Das heißt, euer Urlaub ist schon sehr sportlich ausgerichtet?

Bodo: Genau, wir machen täglich Sport, auch im Urlaub

Wie erholt ihr euch vom Sport?

Bodo und Ina: Wir verstehen die Frage nicht. Für uns ist Sport auch Erholung. Nach anstrengenderen Sporteinheiten ist z. B. Yoga angesagt. Außerdem lesen wir auch gerne zur Erholung.

Ich danke euch für das Gespräch, wünsche euch gute Ideen und natürlich: Bleibt gesund!

Das Interview führte Eckhard Spengler

anerkannter
Ausbildungsbetrieb

Ihr Experte für
Garten & Landschaft

Tenhaven
Garten- und Landschaftsbau GmbH

Surenfeldstraße 16 · 44879 Bochum
Schwarzensteinweg 73a · 45289 Essen
Telefon: 02 34 - 54 68 76 60 · Telefon: 02 01 - 8 57 61 51
info@galabau-tenhaven.de · www.galabau-tenhaven.de

Da kommt etwas zusammen: Das TVE-Sportangebot mit 94 Sport-/Kursgruppen

10.156 Arbeitsstunden (ohne Sportorganisation) wurden im Jahr 2022 in 54 Sportgruppen für Mitglieder und 40 Sportkursen für Mitglieder und Nichtmitglieder geleistet. Davon entfielen 8.690 Stunden auf die Sportgruppen (davon 1.702 Std. auf die Kraftgerätetrainingsbetreuung) und 1.466 Stunden auf den Kursbetrieb.

Der TVE ist weiter gewachsen

auf 1.941 Mitglieder/Stand 01.01.2023 von 1.883 (01.01.2022)
Und sensationell: In der ersten Januarwoche gab es bereits rd. 100 Neumitglieder!

	Gesamt	**davon weiblich**	**davon männlich**
Kinder	536 (511)	290 (280)	246 (236)
Jugendliche	76 (56)	44 (33)	32 (23)
Volljährige	1.329 (1323)	930 (922)	399 (401)
Gesamt	1.941 (1.883)	1.264 (1.235)	677 (655)

Der Vorstand tagte ...

Am 16.11.2022, 18.00 - 20.00 h, im AKTIV PUNKT
Teilnehmer*innen: Eckhard Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Spengler, Monika Spengler, Ursula Kernebeck
Beratend: Georg Spengler, Isabell Bertenhoff, Nicole Wrede

Mitarbeiterführung: Mitarbeiterteam-Abend zur Weihnachtszeit?

Es wurde nachgefragt, ob nach mehrjähriger Pause im Dezember 2022 wieder ein Mitarbeiterabend stattfinden könne. Da diese Veranstaltungsserie vor einigen Jahren wegen nachlassendem Interesse - terminliche Enge in der Vorweihnachtszeit - eingestellt worden war, wurden nun neue Möglichkeiten diskutiert und für den 28.04.23 (Freitag) (Anm.: später geändert auf den 08.08.2023) ein alternatives Teamtreffen vorgesehen. Die Planung übernimmt Isabell Bertenhoff mit Unterstützung weiterer Mitarbeiter*innen.

Mitarbeitereinsatz: Arbeitszeiten der Hauptamtler*innen

Die durch den Ausfall von Stephan entfallenen 39 Wochenarbeitsstunden müssen zwingend ersetzt werden. Nach der Einstellung von Nicole Wrede zum 01.02.2022 mit einer Wochenarbeitszeit von 15 Stunden wurde ab 01.07.2022 Isabell Bertenhoff mit einer Wochenarbeitszeit von 6,25 Std. (Minijob) beschäftigt.
Isabells Minijob soll zum 01.04.2023 durch eine Festeinstellung mit 12,5 Wochenarbeitsstunden, 15 Arbeitsstunden ab 01.01.2024, ersetzt werden. Georg Spenglers Arbeitszeit, die wegen Stephans Krankheit auf 30 Std. aufgestockt worden war, wird ab 01.01.2023 um 2,5 Std. reduziert.

Sportangebot: Sportgruppen mit Wartelisten

Gegenwärtig sind fast alle Kindersportgruppen überfüllt, so dass Wartelisten geführt werden.
Zum Sommerferienende waren wir jedoch in der Lage, zur Entlastung der überfüllten vier Gruppen Eltern/Kind-Turnen (ca. 45 Kinder und 40 Elternteile je Gruppe) zwei neue Gruppen "Turnen & Spiel für Kinder von 4 bis 6 Jahre" einzurichten. Dadurch konnten rund 40 vierjährige Kinder aus den Eltern/Kind-Turnen-Gruppen in die beiden neuen Gruppen transferiert und somit die Warteliste für das Eltern/Kind-Turnen fast vollständig aufgelöst werden. Einige Wo-

chen später waren sie aber bereits wieder mit rund 30 Kindern (und deren Mütter/Väter) aufgefüllt.
Es wird mit hoher Priorität versucht, eine fünfte und sechste Eltern/Kind-Turnen-Gruppe einzurichten.

60plus-Freizeitaktivitäten: Kommunikationsprobleme bei KURZFRISTIGEN Änderungen des Teilnehmer*innen-Kreises

Das 60plus-Planungsteam bittet um Optimierung in der Kommunikation bei kurzfristigen Stornierungen und Nachmeldungen.

Fahrtkostenzuschüsse für Mitarbeiter*innen für die Fahrten zur Sportstunde

Bisherige Regelung:
"Den Mitarbeitern*innen im sportpraktischen Bereich werden die Kosten für die Fahrt zur Sportstätte nach folgender Formel erstattet:
(einfache Entfernung Wohnung/Sportstätte minus 3 km) x 0,30 €, maximal für 25 km."
Diese Regelung ist seit Jahrzehnten unverändert und in Anbetracht der enorm gestiegenen Kraftstoffkosten zu überdenken.
Möglichkeiten: Anhebung des km-Satzes, alternativ: Ausweitung der Fahrtkostenregelung auf "Hin- UND Rückfahrt abzgl. 2 x 3 km". Eine steuerrechtliche Klärung ist erforderlich.

Mitgliederversammlung am 18.(!)03.2023

Folgende Vorstandsfunktionen sind nach gegenwärtigem Stand unbesetzt/unklar:

TVE-Sportleiter*in (Sportbetrieb Erwachsenenbereich) Bisher ist keine Nachfolge von Stephan Semmerling in Sicht.

Seniorenreferent*in: Für diese Funktion könnte die bisherige Freizeitleiterin Monika Spengler zur Wahl vorgeschlagen werden, während für die Funktion "Freizeitleiter*in" ein/e neue/r Mitarbeiter*in gesucht wird.

Jugendleiter*in: (durch die TVE-Jugend zu wählen)

Beitragsanhebungen ab 01.07.2023 um 0,50 €/Monat/Mitglied

Die letzte Beitragsanhebung um 0,50 €/Monat/Mitglied ist von der Mitgliederversammlung 2019 beschlossen worden. Der TVE will die zum Teil deutlichen "Trittbrettpreisanhebungen" in vielen Bereichen des täglichen Lebens nicht mitmachen und versuchen, mit den bisherigen, sehr moderaten Beitragsanhebungen (jährlich ca. 0,25 € pro Mitglied und Jahr) auszukommen, obwohl auch er von vielen Preissteigerungen, insbesondere bei Gas und Strom, stark betroffen ist. Zudem sind auch die notwendigen/tarifrechtlichen Lohn-/Vergütungsanpassungen zu berücksichtigen. (Der TVE liegt bei den meisten Vergütungssätzen noch unter dem Mindestlohn.) Der Mitgliederversammlung 2023 wird daher die o.g. Beitragsanhebung vorgeschlagen.

Aus- und Fortbildung: Erste-Hilfe-Schulung für die Mitarbeiter*innen im Sportbetrieb

Sie wird am 23.03.2023 von 08.00 h bis 16.30 h im AKTIV PUNKT stattfinden. (Ansprechpartnerin: Ursula Kernebeck)

Betreuung des Kraftgerätetrainings

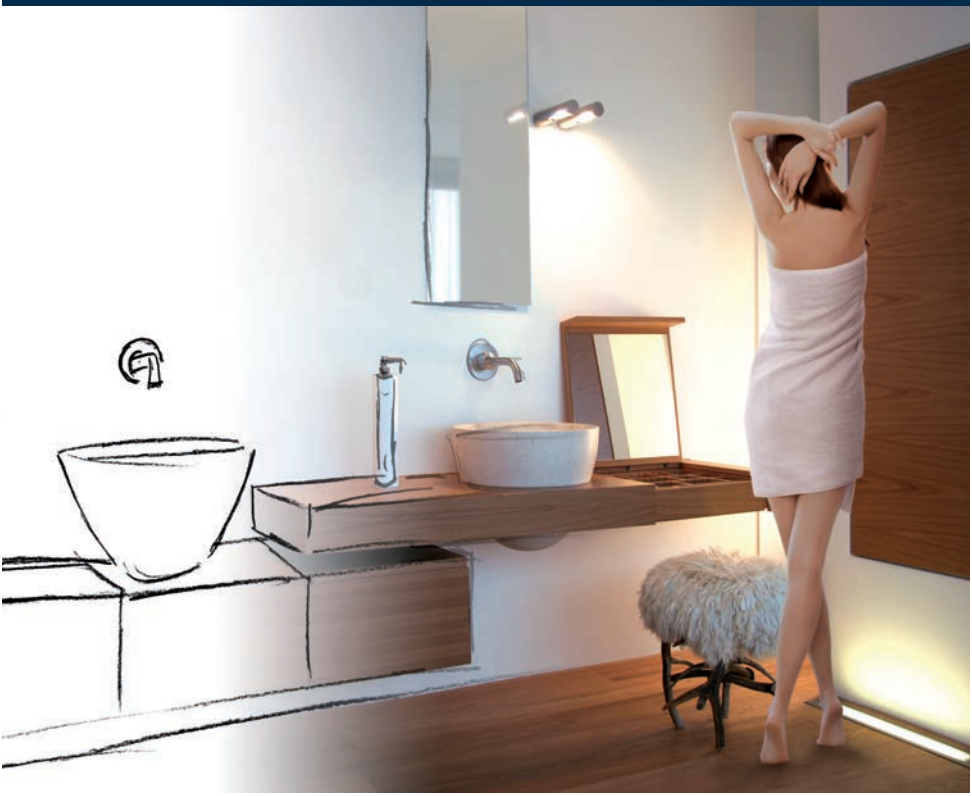
Für die Betreuer*innen des Kraftgerätetrainings soll ein Pflicht-Fortbildungs-Workshop mit Theorie und Praxis im AKTIV PUNKT für diejenigen durchgeführt werden, die keine fachspezifische Ausbildung haben.

Mitglieder-/Kursteilnehmerbetreuung: Differenzierung zwischen AKTIV PUNKT-Öffnungszeiten und Büro-Servicezeiten

Der AKTIV PUNKT ist montags bis freitags von 08.00 von 13.00 h und 15.00 h bis 22.00 h (freitags bis 21.00 h) sowie samstags von 11.00 bis 17.00 h für das Kraftgerätetraining

Komplett mein Bad

www.brauksiepe.de



Joh. Brauksiepe

DIE BADGESTALTER

Bad | Heizung | Elektro | Klima

Joh. Brauksiepe GmbH · Deipenbecktal 186 · 45289 Essen · Tel: 0201 - 57 99 42 · www.brauksiepe.de

und für Sport- und Freizeitaktivitäten geöffnet. Die Betreuer*innen des Kraftgerätetrainings bemühen sich in diesen Zeiten, auch die Anliegen von anrufenden und persönlich erscheinenden Mitgliedern und Kursteilnehmer*innen zu erledigen oder zumindest entgegen- und aufzunehmen. Da nicht alle Betreuer*innen des Kraftgerätetrainings in die Abläufe des Vereinsgeschehens involviert sein können, ist die Beratung und Anliegenerledigung nicht zu allen Zeiten qualifiziert möglich.
Der TVE richtet daher ab sofort Servicezeiten des Büros ein:
montags bis freitags von 08.00 bis 13.00 h sowie dienstags und mittwochs von 15.00 bis 20.00 h. Während dieser Zeiten treffen Anrufer*innen und Besucher*innen überwiegend auf fachkundige Mitarbeiter*innen der Vereinsorganisation (die weitestgehend auch das Kraftgerätetraining betreuen).

Mitarbeitervergütung: Anhebung der Vergütungssätze für TVE-Mitarbeiter*innen ab 01.01.2023

Die Vergütungssätze für die Mitarbeiter*innen im Sport- und Organisationsbereich werden um 0,50 €/60 Min. angehoben. (Die Lohnanhebungen für die Hauptamtler ergeben sich aus der Anlehnung an die Tarifabschlüsse im Öffentlichen Dienst.)

20.01.2023/Gerhard Spengler

Neues aus dem TVE-Mitarbeiterteam

Leider stehen uns **Maurice Maddahi und Kristina Markou**, die zusammen erst vor wenigen Monaten die zweite Gruppe "Turnen & Spiel für Kinder vom ersten bis vierten Schuljahr" übernommen haben, aus beruflichen Gründen nicht mehr zur Verfügung.

Super, dass sich mit **CHRISTIN MIEBACH und ANNIKA ZIETLOW** zwei neue Mitarbeiterinnen gefunden haben.

Da die Warteliste zu den vier Gruppen Eltern/KInd-Turnen immer länger wurde (siehe Niederschrift von der Vorstandsbesprechung), konnten wir dank **ANJA DÖTTGER** und dank Heidi Schrades organisatorischer Kreativität eine fünfte und sechste Gruppe einrichten.

Mit **SANDRA DE BAKKER** haben wir eine neue Kursleiterin, die gleich mehrere Zumba-Kurse leitet.

Und dann hat unser Chor einen neuen Leiter: **STEFAN GLASER** als Nachfolger von Ludger Köller (s. Berichte an anderer Stelle).

Nachreichen möchten wir noch den Einsatz von **REBECCA van LENT**, die schon seit einem Jahr das etablierte Trainerteam beim Leistungsturnen unterstützt.

Wir freuen uns über die vielen neuen Mitarbeiter*innen im TVE-Team und wünschen ihnen viel Spaß bei der Arbeit.

TENNIS & PADEL
BURGALTENDORF

Die Tennishalle Burgaltendorf bietet neben 4 Indoor Tennisplätzen nun auch einen Padel-Tennis-Court an. Padel ist die neue Trendsportart, eine Mischung aus Tennis und Squash, einfach zu spielen, mit hohem Spaßfaktor für Jung und Alt!

Padelschläger und Bälle können vor Ort geliehen werden. Auch eine kleine Einführung sowie Training ist auf Wunsch möglich.

Im Herbst 2022 wurden Umkleiden, Duschen und Toiletten komplett renoviert und modernisiert. Neben Tennisplätzen und Padelcourt steht Gästen auch eine kleine Gastronomie mit heißen und kalten Getränken als Aufenthaltsbereich und für die Erfrischung nach dem Spiel zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und wünschen ein schönes Spiel!

Worringstraße 250 | 45289 Essen
Telefon 0201 570303

Nervosität um die "AKTIV.169"/Dezember 2022

Das hatten wir in der langen, fast 50jährigen Geschichte unserer Vereinszeitschrift "AKTIV.", die früher einmal "Wurfspieß" hieß, auch noch nicht:

Die Lieferung der 2.000 Exemplare, durchaus etwas größer als eine Pralinenschachtel, war auf dem Wege von der Druckerei zum AKTIV PUNKT 14 Tage lang verschwunden.

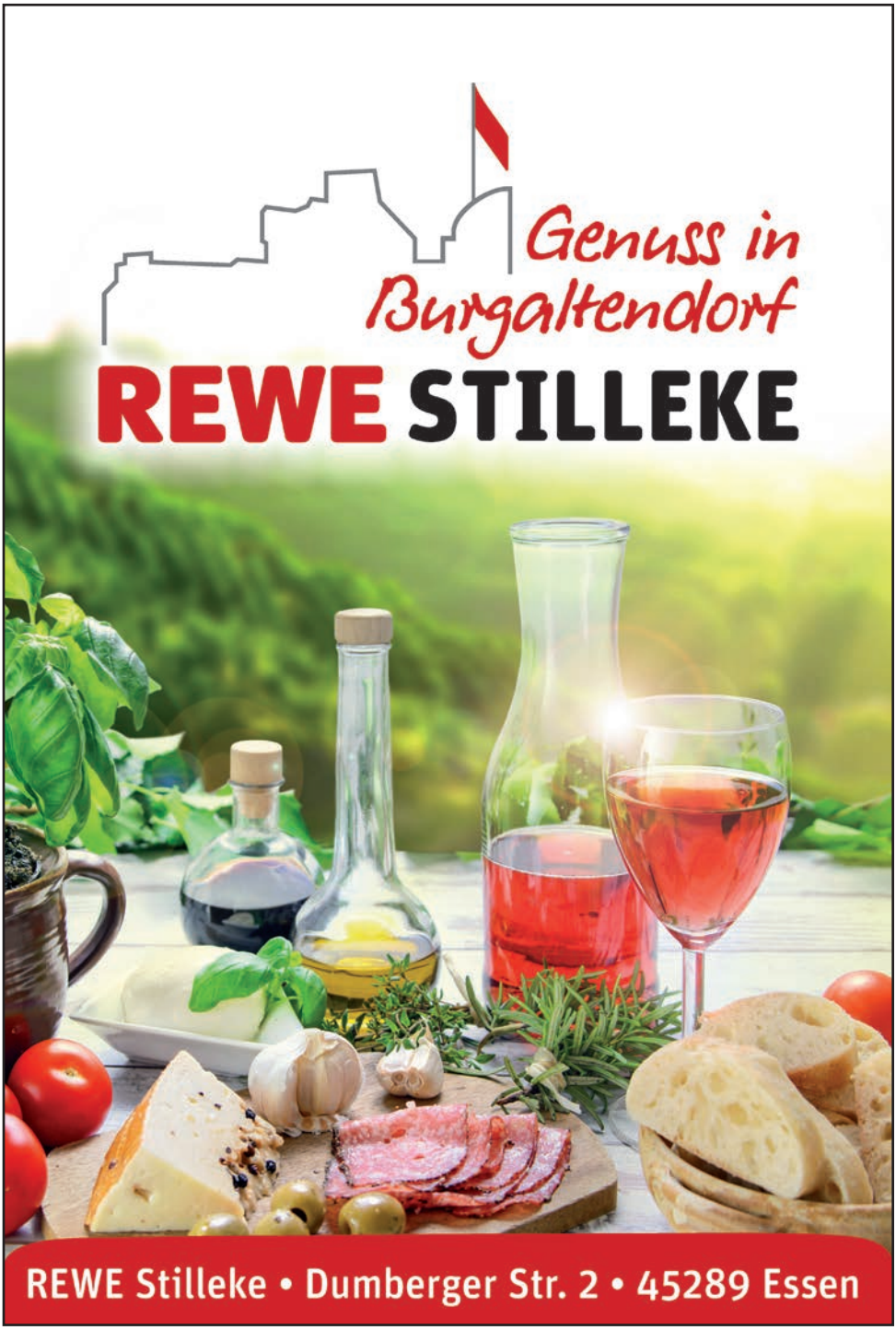
Da der Inhalt zeitlich auf viele Arbeitsprozesse abgestimmt ist (Veranstaltungseinladungen mit Anmeldefristen, das gesamte Kursprogramm des 1. Halbjahres 2023, für das in den ersten Dezembertagen das Anmeldeverfahren in Abstimmung mit der Veröffentlichung in den Online-Medien starten musste, vertragliche Verpflichtungen gegenüber den Annoncenkunden, zeitliche Verfügbarkeit der Mitarbeiter*innen für das Aufbereiten des Roll-Outs und für das Austragen der Vereinszeitschrift,...) war die Unruhe im TVE-Mitarbeiterteam zu spüren gewesen.

Großes Aufatmen, als DHL dann endlich anlieferte. Zwar waren fast alle Kartons beschädigt, aber glücklicherweise nicht der Inhalt.

Dank an alle beteiligten Mitarbeiter*innen, die dann ihren Job (Etikettieren, Sortieren, Austragen) in Windeseile erledigten.

Weihnachtsfeiern mit Spenden für die Kinder-Nephrologie

Wie seit vielen Jahren wurden bei den Weihnachtsfeiern einiger Gruppen Spenden gesammelt. Weihnachten 2022 kamen so für die Kinder-Nephrologie der Uniklinik Essen zusammen:
90 € (60plus-Sportgruppe D), 100 € (60plus-Sportgruppe E), 135 € (Erlöse aus Söckchenverkauf Rosi).
Eine lobenswerte Aktion der Spender*innen!
Danke auch von uns!


Genuss in
Burgaltendorf
REWE STILLEKE
REWE Stilleke • Dumberger Str. 2 • 45289 Essen

Sport in den Osterferien (01. - 16.04.2023)

Die SportKURSE finden gemäß Ausschreibung statt/nicht statt (siehe "Sportangebot" > "Sportkurse" und "Kalender" auf der Homepage und in der App).
Das Training der VereinsSPORTGRUPPEN findet in den Osterferien statt.

Ausnahmen:
HipHop & Show-Dance, Turnen, Spiel & ggf. Schwimmen für Kinder, alle Wassersportangebote (Das Bad ist geschlossen.)

TVE-Sportangebot weiter komplettiert mit: "Babys in Bewegung" und "Babymassage"

Das Ziel, Sport für alle (Altersgruppen) anzubieten, war bisher schon fast erreicht: Mit dem Angebot "Eltern/Kind-Turnen für zwei- bis vierjährige Kinder" geht es los und endet bei den Angeboten für Hochaltrige.

Nun hat unsere neue Mitarbeiterin Isabell die kleine Alterslücke zwischen Geburt und dem zweiten Geburtstag mit neuen Angeboten fast schließen können:

"Babys in Bewegung" und "Babymassage"

Am 11.01.2023 endete der erste Kursblock unseres neuen Kurses „Babys in Bewegung".

Nach 10 Wochen konnten bei den Babys schon große Entwicklungsschritte beobachtet werden, und der Bewegungsradius hat sich ordentlich ausgedehnt: Das anfängliche Liegen auf dem Rücken auf der eigenen Matte reicht ihnen nicht mehr - mittlerweile drehen, robben, krabbeln oder sitzen sie w- jedes individuell in seinem eigenen Tempo. Für die Babys waren es erlebnisreiche Stunden rund um das Thema Wahrnehmung mit allen Sinnen: Neues sehen, neue Geräusche und Stimmen hören, verschiedene Materialien erfühlen & spielerisch das Gleichgewicht verbessern. Es wurden zarte Bande zwischen den Babys und bei Kaffee & Tee Bekanntschaften zwischen den Eltern geknüpft.

Wir freuen uns auf eine weitere spannende Zeit und darauf, die Babys bei ihrer Entwicklung weiter mit Bewegungsanregungen unterstützen zu dürfen sowie den Müttern und Vätern Raum für Austausch zu ermöglichen.

Die beiden Kurse „Babys in Bewegung" im 1. Halbjahr 2023 sind zwar bereits ausgebucht, aber wir sind froh über das große Interesse der jungen Familien aus Burgaltendorf und Umgebung!

Mit dem neuen Kurs „BABYMASSAGE" erweitern wir ab Februar 2023 unser Angebot für Familien: Der Kurs richtet sich an Babys im Alter von sechs Wochen bis ca. sechs Monaten mit ihren Eltern. Wir starten mit drei Kursen à sechs Kursstunden und erwarten wieder viele schöne Erfahrungen mit den Babys und ihren Eltern.

Isabell Bertenhoff

Möbeltradition seit 1934 in Burgaltendorf

Wohnstudio

und

KÜCHENPROFICENTER

A. Neuhaus + Sohn

Ihr starker Partner in Essen-Burgaltendorf

2 Häuser mit 3000 qm Ausstellungsfläche

Worringstr. 23–25 u. 41 | 45289 Essen-Burgaltendorf | T 0201 570882 | www.wohnstudio-neuhaus.de

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der Laura Apotheke.

LAURA POTHEKE

Apothekerin A. Beckmann
Laurastraße 4
45289 Essen
Tel.: 0201 / 57 18 90 50
Fax: 0201 / 57 18 90 51

Eltern/Kind-Turnen: Und da kam tatsächlich der

„Lass uns froh und munter sein" klang es aus vielen kleinen und großen Kehlen sowohl in den Montags- als auch in den Mittwochsgruppen der zwei- bis vierjährigen Kinder beim Eltern-Kind-Turnen.

Ob er uns wohl hört, mag sich da mancher gefragt haben? Aber welch' eine Frage! Kaum sind die Strophen verklungen, ertönt auch schon ein lautes Klopfen. Ein paar mutige Kinder öffnen die Türe und herein kommt der Hl. Bischof Nikolaus.

Ohne Angst beantworten die kleinen Turner und Turnerinnen seine Fragen, bevor es mit Begeisterung auf den Geräteparcours geht, um dem Nikolaus zu zeigen, was man schon alles kann. Dieser lässt es auch nicht an lobenden Worten fehlen.

Aber was wäre ein Besuch des Nikolaus ohne Geschenke! Umringt von den Kindern ruft er alle nacheinander mit Namen auf, die natürlich in seinem goldenen Buch stehen. Ein Handschlag verbunden mit einem Weihnachtswunsch und ein Stutenkerl - das lässt sich keines der Kinder entgehen, manchmal auch ein bisschen angestoßen von Mama, Papa oder Oma.

Nach einem gemeinsamen Abschlusslied verabschiedet sich der Nikolaus, und die Stutenkerle verschwinden weiter in den kleinen Bäuchen.

Diese schöne Tradition wird jedes Jahr mit Freude von Heidi Schrade und ihren Helferinnen organisiert, denen wir an dieser Stelle alle ein großes Danke sagen möchten.

Moni Stahl

Weihnachtszeit bei den Leistungsturnerinnen: Der Spaß stand im Vordergrund

Wenn der 1. Advent die besinnliche Weihnachtszeit einläutet, dann beginnt auch beim Turnen eine ruhigere Trainingsphase. Es geht auf Weihnachten zu, im Anschluss sind Ferien, da werden auch die Trainerinnen entspannter. Die Stimmung ist gelöst, die Mädels quatschen, und das Trampolin findet häufiger als sonst den Weg auf die Trainingsfläche. Gerne werden in dieser Zeit, anstelle der gewöhnlichen Übungen, auch mal coole neue Elemente ausprobiert.

Zusätzlich gibt es mit Nikolaus und einem Weihnachtstraining immer auch zwei Highlights.

Der Nikolaus hat es am 06.12. zwar nicht persönlich in die Halle geschafft, dennoch hat er für alle Turnerinnen leckere Stutenkerle in die Turnhalle geliefert. Die Freude der Mädels darüber war natürlich riesig, so dass alle lautstark das Lied „In der Weihnachtsbäckerei" anstimmten. Mit Emmi, Liv und Leni haben drei unserer jüngsten Turnerinnen zusätzlich noch ein Gedicht aufgesagt. Zusammen mit dem Stutenkerl wurden dann traditionell die Sportabzeichen überreicht, die im Sommer absolviert worden sind.

Am 20.12. haben wir dann zum Abschluss des Turnjahres ein Weihnachtstraining gemacht, bei dem Spiel und Spaß im Vordergrund standen. Während die üblichen Geräte im Geräteraum blieben, wurden das Doppeltrampolin, Ringe, Taue, Slagline usw. ausgepackt. Bei Weihnachtsmusik konnten sich die Mädels frei in der Halle bewegen und hatten alle mächtig Spaß. Für das leibliche Wohl haben die großen Turnerinnen Kuchen, Muffins, Kekse und gebrannte Mandeln beigesteuert.

Im Anschluss ging es in die wohlverdienten Weihnachtsferien, in denen wieder Energie für das neue Turnjahr gesammelt werden sollte.

Jenny Zedler

Ein Highlight zum Jahresbeginn: "Feuerwerk der Turnkunst"

Direkt zu Jahresbeginn, am 07.01., stand für die fortgeschrittenen Turnerinnen der Leistungsturngruppe ein erstes Highlight an – ein gemeinsamer Besuch bei der Show „Feuerwerk der Turnkunst" in Düsseldorf. Mit dabei waren neben den Turnerinnen und Trainerinnen der Leistungsturngruppe auch die Trainerinnen der Rhönradgruppe, die sich direkt angeschlossen haben, als sie von unserer Gemeinschaftsaktion hörten. So waren wir insgesamt 30 Personen zuzüglich einzelner Turnerinnen, die bereits mit ihren Familien einen Besuch bei der Show geplant hatten.

Treffpunkt war der Markplatz in Burgaltendorf. Von dort aus ging es mit insgesamt sechs Autos nach Düsseldorf. Am „PSD Bank Dome" angekommen, dauerte es noch einige Zeit, um ins Parkhaus zu kommen. Unsere Sitzplätze wurden dann aber schnell gefunden. Einige versorgten sich noch mit einem Getränk oder mit Popcorn und dann ging die Show auch schon los.

Allein die Location und Atmosphäre sorgten bei den jüngeren Mädels bereits für große Augen. Dann bot ein Mix aus Akrobatik und Tanz für zwei Stunden hochwertige Unterhaltung. Gezeigt wurden u.a. verschiedene Luftakrobatik-Nummern, Reckturnen oder auch Trampolinspringen bei LED-Licht.

Das Programm hat den Mädels super gut gefallen, und alle waren der Meinung, dass ein solcher Show-Besuch unbedingt wiederholt werden müsse. Glücklich und noch immer begeistert von der Show ging es dann wieder Richtung Burgaltendorf.

An dieser Stelle nochmals ein Dank an alle Fahrerinnen, die anschließend für einen sicheren Rücktransport gesorgt haben.

Jenny Zedler

physio-burgaltendorf.de

Privatpraxis
für
Physiotherapie

Jörg Verfürth
Laurastr. 35
45289 Essen

Tel.: 0201 / 54 52 48 98
info@physio-burgaltendorf.de
www.physio-burgaltendorf.de

Unsere
Leistungen

- CRAFTA (Kopftherapie / CMD)
- manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- Sportphysiotherapie / Kinesiotape
- manuelle Lymphdrainage
- Massagen / Fango
- Hausbesuche

Prost
Bedachungen GmbH
Meisterbetrieb

Alte Hauptstraße 26 45289 Essen-Burgaltendorf
Telefon 0201 / 57 89 32 Telefax 0201 / 57 17 014

www.prost-bedachungen.de

Zwei Stadtmeister- und vier Vize-Stadtmeistertitel gehen nach Burgaltendorf!

Am 27. November 2022 fanden nach mehrjähriger Corona-Pause die Essener Stadtmeisterschaften im Rhönradturnen in der Sporthalle der Comeniusschule in Burgaltendorf statt. Mit dabei waren die Turnerinnen der SG Essen-Heisingen, des TV Bredeney, des MTG Horst, des TUS Altenessen und natürlich des TVE Burgaltendorf. Aufgrund des Heimvorteils nahmen alle aktiven Turnerinnen des TVE teil.

Für die Kinder der ersten Trainingsgruppe war es der erste Rhönradwettkampf. Die Turnerinnen starteten in der sogenannten Anfängerklasse bei der keine speziellen Anforderungen an den Küraufbau gestellt werden. In der Altersklasse 7-10 Jahre landeten Marie und Merle punktgleich auf dem 2. Platz. Ein toller Erfolg für ihren ersten Wettkampf. Lia musste sich leider mit dem undankbaren 4. Platz zufrieden geben. Bei den älteren Anfängern der Altersklasse 11-14 Jahren konnte sich Lea ebenfalls den Vize-Stadtmeister-Titel sichern. Dana landete auf einem guten 5. Platz.

Unsere beiden Jugendturnerinnen Hanna und Pia starteten in der Landesklasse. An die Landesklassen-Turnerinnen wird je nach Alter eine spezielle Küranforderung gestellt. Nach langer Wettkampfpause war die Nervosität hoch. Dennoch konnten sich Hanna über den 4. und Pia über den 5. Platz freuen.

Das Trainerteam rund um Mona und Charlotte sowie Katharina ging in der Erwachsenenklasse (19+) an den Start. Dank Heimvorteil dominierten sie diese Altersklasse: Mona wurde Stadtmeisterin, gefolgt von Katharina als Vize-Meisterin und Charlotte durfte als Dritte ebenfalls aufs Treppchen. Katharina ging zusätzlich in der Disziplin Spirale, bei der das Rad auf einem Reifen im Kreis tellert, an den Start und belegte den ersten Platz!

Eine tolle Leistung von allen! Herzlichen Glückwunsch!

Im März startet die Saison 2023 beim Liedbergpokal in Korschenbroich. Die kommenden Wochen und Monate werden intensiv genutzt, um an die guten Leistungen anzuknüpfen!

Katharina von Ostrowski

Rekordzahl an Judo-Prüfungen im Jahr 2022

Im Jahr 2022 haben insgesamt 69 Judoka beim TVE Burgaltendorf erfolgreich eine Gürtelprüfung bestanden. Das sind so viele wie noch nie. Es scheint, dass die Corona-Strapazen beim Judosport überwunden sind.

Zum Jahresabschluss haben sich noch einmal 27 Kandidaten*innen den Aufgaben gestellt. Da aber nur 20 Teilnehmer*innen während eines Prüfungstermins erlaubt sind, mussten wir zwei Termine planen.

Die erste Prüfung am 29.11.2022 fing mit einer Überraschung an. Unser Kreis-Dan-Vorsitzender Marco Dudziak hat mir vor der Prüfung zu meiner bestandenen Kyu-Prüfer-Prüfung gratuliert und mir „meinen" Prüfer-Stempel plus Zertifikat übergeben. Somit konnte ich sofort als Zweitprüfer meine ersten Erfahrungen sammeln.

Drei Judoka ragten mit besonders guten Leistungen heraus:

Luke Engelhardt und Vincent Redder zeigten alle geforderten Techniken sehr sicher und kraftvoll. Ebenso hat dies Anton Ernst demonstriert – dabei ist er erst sechs Jahre alt, so dass seine Leistung besondere Anerkennung verdient.

Zwei Wochen später fand die zweite Prüfung statt – diesmal mit etwas älteren Teilnehmern*innen und höheren Graduierungen. Anders als bei den jüngeren Kindern waren einige Judoka an diesem Tag wohl doch sehr aufgeregt. Es gab einige Blackouts, Verwechslungen und Verwirrungen. Alles konnte aber wieder in die richtige Spur geführt werden, so dass alle auf ihre gezeigten Leistungen auch stolz sein durften.

Die wahrscheinlich beste Prüfungsleistung des ganzen Jahres haben Barbara und Marie gezeigt. In allen Prüfungsfächern haben sie eine selten gesehene Dynamik demonstriert und trotzdem alle Techniken sauber und richtig vorgeführt. Das war superschön anzuschauen!

Zudem bemerkenswert ist, dass die Gruppe Erwachsener, die 2018 als Judo- Neulinge gestartet ist, mit großem Spaß und Erfolg weiter trainiert und auch weiterhin Prüfungen ablegt.

Folgende TVE-Judoka haben somit den nächsthöheren Grad erreicht:

8. Kyu – weiß-gelber Gürtel:
Jorik Rößer, Julian Mittelstädt und Anisia Kolesnichenko

7. Kyu – gelber Gürtel:
Luke Engelhardt, Vincent Redder, Linda Fatum, Luke Schröder, Charlotta Wiese, Lilly Zander, Tabea Mintrop, Nicolas Hoy, Anton Ernst, Nils Kramme und Max Siepermann

TVE erhielt "Vereinszertifikat".....

Die noch recht junge Judo Abteilung des TVE Burgaltendorf hat Ende 2022 eine tolle Anerkennung der Arbeit und der Entwicklung der vergangenen Jahre erhalten.

Der Deutsche Judo Bund verleiht in Zusammenarbeit mit dem jeweiligen Landesverband ein Vereins-Zertifikat. Dieses wird ausgestellt, sofern gewisse Standards innerhalb des Vereins oder der Abteilung gegeben sind.

Insgesamt sind es über 30 Kriterien, die erfüllt sein müssen. Hier möchte ich nur einige Qualitätskriterien aufzeigen:

- Qualifizierte und lizenzierte Judo-Trainer
- Dan-Träger
- Kyu-Prüfungen nach DJB-Richtlinien
- Regelmäßige Breitensportaktionen
- Teilnahme am Judo-Wettkampfbetrieb
- Maßnahmen für den Kinderschutz

Der TVE Burgaltendorf hat neben einer Urkunde auch ein Plakat und eine digitale Version des DJB-Vereins-Zertifikats erhalten. Nun möchten wir natürlich unsere erreichten Standards behalten und zudem einige Dinge weiter verbessern.

6. Kyu – gelb-oranger Gürtel:
Markus Derstroff, Sandra Neumann, Max Böhnke, Julian Herbrand, David Redder, Theo Schneider, Laurin Frochte, Aisha Köster, Marie Renn Hoy und Barbara

4. Kyu – orange-grüner Gürtel:
Carlotta Jacke, Pauline Jacke und Paula Schlede. Herzlichen Glückwunsch!!

Berthold Werth

SpAzieRen gehEn 2023

Für Frauen und Männer aller Altersgruppen

Neue Gesichter sind immer willkommen. Nichtmitglieder können gern ein Vierteljahr (kostenlos) mitgehen und unser Angebot ausprobieren, danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich.

TREFFZEIT/TREFFPUNKT:
14.00 h ab Maibaum auf dem Marktplatz unterhalb der kath. Kirche
ANMELDUNG:
nicht erforderlich; einfach kommen und mitlaufen!
LEITUNG: Monika Heuer

Übungsleiterfortbildung einmal anders: Aqua Fit Night 2022

Am Samstagabend des 19.11. startete um 20 h die diesjährige "Aqua Fit Night" im Essener Thurmfeld Bad.

Seit drei Jahren versuchen wir Übungs-/ Kursleiter von Wassersportangeboten im TVE, eine Teilnehmerkarte zu erwischen, ohne Erfolg. Immer war die Veranstaltung ausgebucht.

Anders in diesem Jahr! Helmut und ich waren pünktlich in Essens neuestem Schwimmbad und starteten mit musikalischer Unterstützung, vielen bunten Spots und vielen anderen Teilnehmern*innen in die kühlen Fluten.

Eine tolle Veranstaltung, bei der mehrere lizenzierte Aqua-Trainer acht Kurse à 30 Minuten-Programme bei fetziger Musik zum Mitmachen präsentierten.

Rasch war das Becken voller Aqua-Enthusiasten*innen, die sich begeistert durch die Übungen auf Betriebstemperatur bringen ließen. Und das sollte bei 25 Grad Wassertemperatur schon `was heißen. Bis Mitternacht lief ein Programm nach dem anderen non stop ab.

Nach einer ausgiebigen, heißen Dusche machten wir uns dann zu später Stunde mit dem guten Gefühl auf den Heimweg, dass

1. es zweifelsohne immer etwas Interessantes zu sehen und hinzuzulernen gibt und
2. wir uns mit unseren TVE-Programmen im Vergleich durchaus sehen lassen können und
3. ach ja, unsere Wassertemperatur verträglicher ist!

Fazit: Ein erfrischender Abend in einem tollen Schwimmbad. Die Kolleginnen und Kollegen des Westdeutschen Schwimmverbandes haben eine hervorragende Veranstaltung organisiert und durchgeführt. Für uns "Dörfler" war es ein informativer und sehr unterhaltsamer Abend und on top gab es noch das eine und andere Wiedersehen mit bekannten Gesichtern aus der Essener Wassersportgemeinde. Ein im wahrsten Sinne des Wortes "cooler Abend"!

Ralf Kick

Weihnachtliche

Stimmung in der Marktkirche

Das Wetter war sonnig und eisig kalt, kaum betrat man aber die gut beheizte Marktkirche an diesem Wintertag (17.12.2022) kam schnell vorweihnachtliche Stimmung auf. Der Auftritt der tonARTisten war für 16.20 h vorgesehen. Es war für uns ein besonderes Konzert, da es auch den Abschied von unserem langjährigen Chorleiter Ludger Köller bedeutete. Mit einem Geschenk und einer kleinen Rede, gehalten von Ulrike dankten wir ihm für die 16 Jahre, in denen er uns wirklich voran, manchmal aber auch zur Verzweiflung gebracht hat. Immer wieder konnte er uns motivieren und schließlich zu Höchstleistungen bringen.

Nun trennen sich unsere Wege, aber die Zeit wird auf beiden Seiten als eine schöne Erinnerung bleiben. Unser Auftritt sollte dies einmal mehr bestätigen. Trotz mancher Ausfälle bedingt durch die kursierenden Atemwegserkrankungen konnten wir unser leicht gekürztes Programm darbieten. Die anschließenden positiven Rückmeldungen bestätigten, dass es ein wirklich gelungenes Konzert und auch ein harmonischer Abschied war.

Moni Stahl

Damit hatten die „Alten" nicht gerechnet: 16 Neuzugänge kamen am 16. Januar um 20.00 h, um mit Stefan Glaser und den tonARTisten neu zu starten.

Da war die Freude groß, und der Sound von 30 Sänger*innen war überwältigend. Der Raum wurde erfüllt von einem flotten Swing, einem romantischen, „Wonderful World", einem Kanon mit unterstützender Choreo und einer Erinnerung an Zeiten, wo man noch „Hello Dolly" trällerte.

Die drei anwesenden Chor-Männer hielten sich tapfer trotz der übermächtigen Frauenpower, und unser neuer Chorleiter hatte ganz offensichtlich genauso viel Spaß wie der Chor.

Nun bleibt die Hoffnung, dass alle Schnuppernden dabeibleiben und sich in Zukunft auch tonARTisten nennen.

Neue Bässe und Tenöre können sicher sein, mit offenen Armen empfangen zu werden, aber auch Sopranistinnen und Altistinnen werden nicht abgewiesen. Alles in allem kann man sagen: Die tonARTisten sind wieder da!

Moni Stahl

Raketenartiger Neustart der tonARTisten am 16.01. mit neuem Chorleiter

RADTOUREN RADTOUREN RADTOUREN
TOUREN RADTOUREN RADTOUREN RA
ADTOUREN RADTOUREN RADTOUREN
UREN RADTOUREN RADTOUREN RADT
RADTOUREN RADTOUREN RADTOUREN
DTOUREN RADTOUREN RA
RADTOUREN RADTOUREN
DUREN RADTOUREN RADT
RADTOUREN RADTOUREN
DTOUREN RADTOUREN RA
RADTOUREN RADTOUREN
DUREN RADTOUREN RADT
RADTOUREN RADTOUREN
DTOUREN RADTOUREN RA
RADTOUREN
DUREN RADT
RADTOUREN
TOURE DTOUREN RA
ADTOU RADTOUREN
UREN DUREN RADT
RADTO RADTOUREN
TOURE DTOUREN RA
ADTOU RADTOUREN
UREN RADTOUREN RADTOUREN RADT

50plus-Radeltouren mit Einkehr

Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit, Spaß, gemütliches Radeln ohne hohe Leistungsansprüche

Mit Ausnahme der Wintermonate Dezember und Januar findet in jedem Monat mindestens eine geleitete Radeltour an unterschiedlichen Wochentagen und zu unterschiedlichen Zeiten statt. Unterwegs gibt es einen Boxenstopp in einer Gaststätte bzw. in einem Biergarten, damit die Geselligkeit nicht zu kurz kommt. Dieses Freizeitangebot richtet sich an Mitglieder ab ca. 50 Jahren. Partner/-innen von teilnehmenden TVE-Mitgliedern können auch dann teilnehmen, wenn sie kein TVE-Mitglied sind. (Über eine Mitgliedschaft würden wir uns jedoch freuen. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 6,75 €/Monat, für Paare 11,50 €.)

Leistungsbeanspruchung
Die Radeltouren weisen unterschiedliche Merkmale auf (Streckenlänge, Schwierigkeit der Strecke, Leistungsanspruch) auf. Diese werden in der Regel bei den Tour-Informationen angegeben.

Equipment
Radtypen: keine Einschränkungen.
NEU: Es besteht aus Verantwortung Ihnen gegenüber HELMPFLICHT!

Schlechtwetter-Regelung
Bei schlechtem Wetter entscheidet der/die Tourleiter/-in drei Stunden vor der Treffzeit, ob gefahren wird.

Anmeldung
Die Teilnehmer/-innen müssen sich bis spätestens drei Tage vor dem Tourdatum anmelden (Siehe roter Anmelde-Button oben auf der Webseite!). Wer sich nicht über das Internet anmelden will, kann sich über das TVE-Büro (0201/570397) in die Datenbank eintragen lassen oder eine eMail an sport@tve-burgaltendorf.de schreiben. Es können aus Gründen der Praktikabilität (Verkehr, Gaststättenbesuch,...) max. 12 Radler*innen mitfahren!
Auf eine Anmeldebestätigung verzichten wir.

Nichtteilnahme/Absage
Wenn Angemeldete nicht teilnehmen können, bitten wir um umgehende Info, damit ggf. ein Nachrücken ermöglicht werden kann.

Teilnahmegebühr
keine

MÄRZ-Tour 2023 NATUR-ROUTE DURCH BERG UND TAL

Termin: Sonntag, 19.03.2023
(Ausweichtermin: Sonntag, 26.03.2023)

Treffzeit und -punkt: 10:00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung: Über Byfang zum Deilbach-Radweg nach Nierenhof, von dort durch das Wodantal zu Haus Friede, weiter über Bredenscheid - Hammertal zur Burg Hardenstein - Zeche Nachtigall - Kemnader See, zur Stärkung Einkehr in Post´s Lottental, Heimweg durch das Ruhrtal nach Burgaltendorf
Die Strecke verläuft auf befestigten und unbefestigten Rad-, Wirtschaftswegen. Zum Tourbeginn sind kurze Steigungen zu überwinden.

Streckenlänge: ca. 60 km

Einkehr: Post´s Lottental, Grimbergstraße 52, 44797 Bochum

Rückankunft: ca. 16:30 h AKTIV PUNKT

Tourleiter: Jörg Ziemer (joerg.ziemer@freenet.de)
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 01573 8364109

APRIL-Tour 2023 DONNERBECKE-WODANTAL-RUNDE

Termin: Donnerstag, 13.04.2023
(Ausweichtermin: Donnerstag, 20.04.2023)

Treffzeit und -punkt: 10:30 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung: Steele, Ruhrau, Eisenbahnmuseum, Springorumtrasse, Weitmar, Sternwarte, Ruhrtalradweg, Hattingen, Waldstraße, Schulenburg, Wodantal, Nierenhof, Deilbachradweg, Deile, Bredde
Wir fahren Straßen und befestigte Radwege mit einigen kraftzehrenden (je nach Unterstützung) Anstiegen.

Streckenlänge: ca. 45 km

Einkehr: 12 Apostel, Schulenburg, Hattingen

Rückankunft: ca. 16:00 h AKTIV PUNKT

Tourleiter: Jörg Ziemer (joerg.ziemer@freenet.de)
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 01573 8364109

MAI-Tour "A" 2023 RUHRGEBIETSQUERUNG BIS SCHLOSS WESTERHOLT

Termin: Sonntag, 07.05.2023
(Ausweichtermin: 14.05.2023)

Treffzeit und -punkt: 10:00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung: Steele, Frillendorf, Hallo-Park, Nienhauser Busch, Arbeitersiedlung Grawenhof, Nordsternpark, Rhein-Herne-Kanal, Veltins Arena, Schloss Berge, Westerholt (Einkehr) , GE-Resse, Emscherbruch, Zoom, Erzbahntrasse, Trasse Kray-Wanner-Bahn, Leithe, Steele, Burgaltendorf
Wir benutzen überwiegend befestigte Radwege und Nebenstraßen. Die beschriebene Region ist weitgehend eben. Leichte Anstiege kommen nur bei der Überwindung des Ruhrtals vor.

Streckenlänge: ca. 66 km

Einkehr: Restaurant Alt Westerholt, Herten-Westerholt

Rückankunft: ca. 17:30 h in Burgaltendorf

Tourleiter: Gunnar Trittel (gu.trittel@gmail.com)
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0177 3 845 856

MAI-Tour "B" 2023 INS ANGERTAL ZUR AUERMÜHLE

Termin: Donnerstag, 25.05.2023
(Ausweichtermin: Donnerstag, 01.06.2023)

Treffzeit und -punkt: 10:00 h, E.-Burgaltendorf, Deipenbecke/Radweg durchs Deipenbecktal

Streckenbeschreibung: Durchs Deipenbecktal Richtung Kupferdreh, Velbert und dem „Panorama Radweg Niederbergbahn" bis Hösel. Weiter Richtung Angertal bis zur „Auermühle"; Rückweg über Hösel, Kettwig, Werden, Kupferdreh nach Burgaltendorf

Streckenlänge: ca. 60 km

Einkehr: Biergarten „Liebevoll in der Auermühle", Auermühle 1, 40882 Ratingen, www.Liebevoll.de

Rückankunft: ca. 18:00 h AKTIV PUNKT

Tourleiter: Jürgen Bickert (bickert-hattingen@t-online.de)
Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0157 57282103)

60PLUS ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 P
PLUS ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PL
ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PLUS ON
TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PLUS ON TOUR
60PLUS ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 P
PLUS OUR 60 PL
ON T 0 PLUS ON
TOUR S ON TOUR
60PL TOUR 60 P
PLUS 60 PL
ON T S ON
TOUR TOUR
60PL R 60 P
PLUS 60 PL
ON T S ON
TOUR TOUR
60PL R 60 P
PLUS ON T 60 PL
ON TOUR 6 S ON
TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PLUS ON TOUR
60PLUS ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 P
PLUS ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PL
ON TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PLUS ON
TOUR 60PLUS ON TOUR 60 PLUS ON TOUR

60plus-Grünkohlwanderung am 15.11.2022: Herrlicher Rundblick belohnte für den mühsamen Aufstieg

Die Wanderung begann an der Haltestelle Asbachtal in Essen-Kupferdreh um 11:30 h. Der Weg führte uns durch das Asbachtal hinauf und quer durch Wald und Wiesen zur Wilhelmshöhe. Zwischendurch gab es zur Stärkung für den Rest des Aufstiegs einen Eierlikör.

Bei schönem Wetter sind wir oben angekommen und wurden dort für den mühsamen Aufstieg mit einem herrlichen Rundblick über den Norden des Ruhrgebiets entschädigt. Wir konnten bei guter Sicht die Schalke Arena, die Scholven Chemie und viele Windräder deutlich und klar erkennen. Richtung Süden sahen wir den Bismarckturm, den Langenberger Sender und den Hügel vor Wuppertal.

Anschließend begrüßte uns Siegfried, der Wirt der Wilhelmshöhe. Nachdem sich alle mit Grünkohl, Kasseler, Speck und verschiedenen Würstchen gestärkt hatten, begann der Abstieg. Von der Haltestelle Asbachtal fuhren wir wieder zurück nach Burgaltendorf zur Burgruine und kamen dort gegen 16 h an.

Ich möchte mich noch bei Detlef und Gerda Enigk bedanken, die die Führung zur Wilhelmshöhe übernommen haben, da Dieter und ich aus gesundheitlichen Gründen ausgefallen sind.

Schön, dass ihr eingespungen seid und allen damit einen schönen Tag ermöglicht habt!

Hans Busch

Stimmungsvoller 60plus-Besuch des Weihnachtsmarktes Schulze-Beikel in Marbeck am 8.12.2022

Um 15:30 h hatten sich 45 Teilnehmer*innen bei regnerischem Wetter auf den Weg zum Weihnachtsmarkt Schulze-Beikel gemacht. Sobald wir mit dem Bus das Ruhrgebiet verlassen hatten, hörte der Regen glücklicherweise auf.

In Marbeck erwartete uns ein festlich geschmückter Weihnachtsmarkt. Viele Stände mit handwerklicher Kunst waren zu bestaunen. Wenn man um den See ging, spiegelte sich die wunderbare Weihnachtsbeleuchtung im Wasser wieder. Natürlich war auch für das leibliche Wohl gesorgt. Da wir Glühweinwetter hatten, schmeckte dieses Getränk besonders gut.

Höhepunkt des Tages war um 20:00 h das Wasserfeuerwerk: Zu weihnachtlicher Musik tanzten die Fontänen. Um 21:00 h wartete der Bus für die Rückfahrt auf uns. Fazit: Der Besuch dieses Weihnachtsmarkts hat allen gut gefallen. Viele haben erklärt, noch einmal dort hinfahren zu wollen.

Dorothee Virnich

Mirbach

Wohnraum- & Objektausbau

Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage

Fertigparkett-, Dielen- und Laminatböden, Tischlerarbeiten, Möbelanfertigungen nach Maß, Wand- und Deckenverkleidungen, Haus- und Zimmertüren, Akustik- und Trockenbau

Tel. 0201 / 57 18 23 57

www.mirbach-innenausbau.de . info@mirbach-innenausbau.de

60plus-Besuch der Zeche Zollern in Dortmund am 14.03.2023

Die Zeche Zollern ist ein stillgelegtes Steinkohlenbergwerk in Dortmund. Hier werden wir die Maschinenhalle besichtigen. Nach mehrjähriger Renovierung ist diese Halle ein Ort der Industriekultur, wie es ihn kein zweites Mal in Europa gibt. Die Maschinenhalle ist in mehrfacher Hinsicht ein Objekt von herausragender Qualität. Der Maschinenbestand ist einzigartig in Deutschland. Berühmt ist die Halle vor allem wegen ihres Jugendstil-Portals mit seiner vollständig erhalten gebliebenen Verglasung im Windfang. Ein solches Portal gibt es kein zweites Mal in einem Industriebau in Europa.
Für das Mittagessen haben wir im Restaurant "Pferdestall" Plätze reserviert. Das Restaurant ist tatsächlich der ehemalige Pferdestall der Zeche. Heute können wir hier hoffentlich gut essen.

Danach bieten wir einen nicht ganz ernst gemeinten Sprachkurs an: Heiterer Sprachwitz in der Bergmannssprache.
Der Sprachsound im Ruhrrevier – man hat ihn zweifelsohne eher laut als leise im Ohr. Durch den vielen Lärm, den Kohle- und Stahlbetriebe täglich erzeugten und durch die vielen Einwanderer und Einwanderinnen unterschiedlicher Nationen entwickelte sich im Laufe der Jahre ein spezieller Verständigungsstil. Dieser kann aus Prinzip offenbar Genitiv und Dativ nicht auseinander halten und bleibt oft in einem Halbsatz stecken. Trotzdem wissen alle, was gemeint ist, zumindest im Ruhrpott. Viele dieser Ausdrücke sind in unseren normalen Sprachschatz eingeflossen.

Programmablauf:
08:45 h Treffen an der Haltestelle Burgruine
09:01 h Abfahrt mit Bus 166 nach Steele
09:44 h Abfahrt nach Dortmund S 1
10:32 h Abfahrt mit RB 43 nach Dortmund-Bövinghausen
10:50 h Ankunft in Dortmund-Bövinghausen ca. 600 m Fußweg zur Zeche Zollern
11:30 h Beginn der Führung in der Maschinenhalle (ca. eine Stunde)
13:00 h Mittagessen im Restaurant "Pferdestall"
15:00 h Beginn des Sprachkurses "Watt meinze" (ca. 1,5 Stunden)
17:00 h ca. Rückfahrt nach Essen
18:30 h ca. Ankunft in Essen-Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung:
(Kosten für Fahrten, Führungen, Eintrittsgelder, Organisation; ohne Mittagessen) bei angenommenen 20 Teilnehmern*innen:
22,00 € (Mitglieder), 25 € (Nichtmitglieder)
Die Fahrtkosten werden sich noch leicht erhöhen, da zum Jahresende eine Erhöhung der Fahrpreise ansteht.
Stornokosten
bei Abmeldung nach dem Anmeldeschluss: 10,00 €
Anmeldeschluss: 25.02.2023
Min./Max. Teilnehmerzahl:
15/25 Personen

Anmeldemöglichkeiten:
- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App ("Anmeldungen & Anträge") oder über die Homepage

(www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand: "Anmeldung zu einer Freizeitaktivität" oder über die roten Buttons oben auf der Webseite. Wir empfehlen das Tragen einer FFP2-Maske, soweit möglich.

Projektleitung:
Dieter Wegerhoff (Tel.: 0177 1659520)
Gunnar Trittel (Tel. 0177 3845 856)

60plus-Besuch des "Schaudepot" auf Zollverein am 18.04.2023

Am 18.04.2023 wollen wir das "Schaudepot" nochmals besichtigen, da wir bei unserem ersten Besuch am 21.06.2022 die Ebenen 1 und 2 nur im Schnelldurchgang angesehen haben.

Die Etagen sind in die Sparten "Natur," "Kultur" und "Geschichte" eingeteilt. Auf der zweiten Ebene befindet sich eine umfangreiche Ausstellung der Bereiche Archäologie, Mittelalter und Vormoderne.

Darüber hinaus gibt es eine große Anzahl an frühgeschichtlichen Ton- und Glasgefäßen sowie Holzobjekten. Außerdem werden Objekte aus Hausrat, Landwirtschaft und Handwerk von der antiken Hochkultur bis zur frühen Neuzeit gezeigt. Die untere Ebene „Geschichte" zeigt die Bereiche Alltag, "Freizeit", Haushalt und Warenwelt. Auch Erinnerungen an Bergbau, Eisen und Stahl werden dargestellt. Nach der Beendigung der Führung wollen wir in das Restaurant "Die Kokerei" zum Mittagessen gehen. Bitte auf der Anmeldung angeben, ob am Mittagessen teilgenommen wird.

Treffpunkt
09:45 h Busbahnhof Burgaltendorf
11:30 h: Führung
Teilnehmereigenleistung
(für die Führung; Fahrten und Mittagessen in Eigenleistung): abhängig von der Teilnehmerzahl
bei 10 Teiln.: 18,50 € (Mitglieder), 21,00 € (Nichtmitglieder)
bei 15 Teiln.: 13,50 € (Mitglieder), 16,00 € (Nichtmitglieder)
Stornokosten
bei Abmeldung nach dem Anmeldeschluss: Es fällt die volle Teilnehmereigenleistung an.
Anmeldeschluss: 20.03.2023
Min./Max. Teilnehmerzahl:
10/15 Personen

Anmeldemöglichkeiten:
- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App ("Anmeldungen & Anträge") oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenü am rechten Rand: "Anmeldung zu einer Freizeitaktivität" oder über die roten Buttons oben auf der Webseite)

Bitte angeben:
Teilnahme am Essen: Ja/Nein
Wir empfehlen das Tragen einer FFP2-Maske bei Fahrt und Führung.

Projektleitung:
Dierk Vienken (Tel.: 0176 48093507)
Dieter Wegerhoff (Tel.: 0177 1659520)

60plus-Exkursion zum Textilwerk Bocholt am 23.05.2023

Mit einem gecharterten Bus geht es am 23.05.2023 zum Bocholter Textilwerk, das zu den LWL-Industriemuseen gehört.
"Im Takt der Maschinen" heißt das Thema unserer Führung. Wir werden architektonisch faszinierende Gebäude im ursprünglichen Zustand sehen.
Spannende Einblicke in vergangene und heutige Technik der Weberei erhalten wir bei unserem Rundgang durch Kesselhaus, Maschinenhaus, Websaal, Kontor und Werkstatt. Ein Arbeiterhaus mit typischem Garten spiegelt den kargen Lebensalltag der Familien wider.
Nach der 90-minütigen Führung wollen wir unsere Mittagspause im Museumsrestaurant verbringen. Anschließend hat jede/r Teilnehmer*in die Möglichkeit, einen weiteren Teil des Museums zu besuchen. Nur ein kurzer Spaziergang führt uns zur Spinnerei. Hier geht es neben alter Technik auch um Modegeschichte und zeitgenössisches Design.

Programmablauf:
09:45 h: Treffen am Busbahnhof Burgaltendorf
10:00 h: Busfahrt nach Bocholt
11:45 h: Führung durch die Weberei
13:30 h: Museumsrestaurant "Schiffchen"
15:00 h: Besuch der Spinnerei
16:00 h: Rückreise
17:30 h: Ankunft in Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung
(Kosten für Fahrt und Museum):
34,50 € für Mitglieder
37,00 € für Nichtmitglieder
(Mittagessen in Eigenregie)
Die Teilnehmereigenleistungen werden von den Konten der Teilnehmer*innen abgebucht.

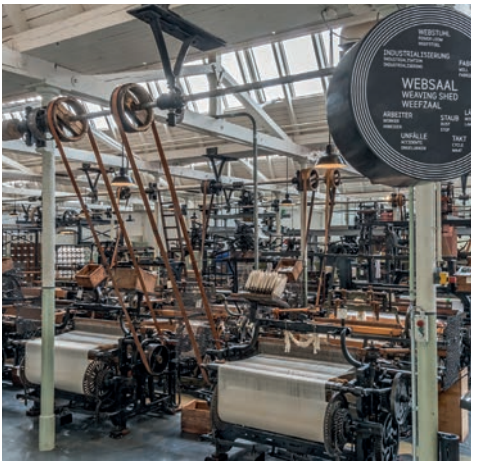
Stornokosten:
30,00 € bei Abmeldung nach Anmeldeschluss

Anmeldemöglichkeiten:
- Im TVE-Büro (Formular)
- per e-Mail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge) oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmeldungen zu einer Freizeitaktivität" (oder über die roten Buttons oben auf der Webseite zu den 60plus-Freizeitaktivitäten)

Max. Teilnehmerzahl: 20 Personen

Anmeldeschluss: 09.05.2023

Projektleitung:
Gunnar Trittel (Tel. 0177 3845 856)
Dorothee Virnich (Tel. 0177 7845 593)



© LWL-Industriemuseum / Martin Holtappels

60plus-Besuch der Gesenkschmiede Hendrichs in Solingen am 13.06.2023

© LVR-Industriemuseum

"SCHMIEDEN - SCHUFTEN - STAUNEN". Das sind die Themen, mit denen in der Gesenkschmiede Hendrichs an vergangene Tage erinnert wird.
Am 13.06.2023 wollen wir uns bei einer 90-minütigen Führung anschaulich erklären lassen, wie die Solinger Schneidwaren international bekannt wurden.
In der Gesenkschmiede Hendrichs wurden bis 1986 Scherenrohlinge geschmiedet. Noch heute sind alle Maschinen und Werkzeuge vollständig vorhanden. Bei einer Vorführung kann man noch immer erleben, wie die rot glühenden Spaltstücke unter lautem Getöse zu Scheren geschmiedet werden.
Die Mittagspause verbringen wir in einem Restaurant, das nicht weit vom Betriebsgelände entfernt liegt.
Daran anschließend besuchen wir die Firmenvilla Hendrichs. Sie steht neben der Gesenkschmiede und bietet den Besuchern*innen einen Einblick in das bürgerliche Leben der Fabrikantenfamilie.

Programmablauf:

08:50 h Treffen am Bussteig Burgruine, Burgaltendorf
09:01 h Fahrt mit dem Bus 166 nach Steele, weiter mit Bahn und Bus über den Solingen Hbf zum Industriemuseum
11:15 h Beginn der Führung durch die Gesenkschmiede
12:45 h Restaurantbesuch in der Nähe des Museums
14:15 h Besichtigung der Firmenvilla Hendrichs
16:00 h Rückfahrt über die gleiche Verbindung, wie auf dem Hinweg
18:00 h ca. Ankunft in Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung
(Eintritt und Führung)
08,00 € für Mitglieder
12,00 € für Nichtmitglieder
(Mittagessen in Eigenegie)

Fahrtkosten:
Es werden Gruppentickets nach Bedarf gekauft und vor Ort abgerechnet.

Stornokosten:
6,00 € bei Abmeldung nach Anmeldeschluss

Anmeldemöglichkeiten:
- Im TVE-Büro (Formular)
- per e-Mail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge) oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmeldungen zu einer Freizeitaktivität" (oder über die roten Buttons oben auf der Webseite zu den 60plus-Freizeitaktivitäten)

Max. Teilnehmerzahl: 25 Personen
Anmeldeschluss: 06.06.2023

Projektleitung:
Gunnar Trittel (Tel. 0177 3845 856)
Dorothee Virnich (Tel. 0177 7845 593)

Beitragsregelungen (Stand 04.02.2023)

Der TVE erhebt:
1. eine Aufnahmegebühr
2. einen Vereinsbeitrag
3. Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge
4. Kursgebühren
5. Teilnehmereigenleistungen
6. eine Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr

Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (einmalig)
Aufnahmegebühr:	Neumitglieder, unabhängig v. Alter und Beitragsart	8,00 €
Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr: In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.		
Welche Beitragsart?	**Wann?**	**Wie viel? (monatlich)**
Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag		
"Junge-Leute-Beitrag"	Mitglieder im Alter von 0-24 Jahre	6,25 €
Einzelbeitrag "Erwachsene ab 25 J."	Erwachsene ab 25 Jahre	6,75 €
Kurzzeitmitgliedsbeitrag Förderbeitrag	nur möglich f. Teilnehmer/-innen Kraftgerätetraining Bei Vorliegen bes. Voraussetzungen (z.B. Wohn-sitz außerhalb von NRW, Wohnsitz im Alten- oder Pflegeheim) auf Beschluss des Vorstandes	7,00 € 3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Für mehrere Vereinsmitglieder in einer Familie. Einschränkung: Kinder aus der Familie ab 21 J. können nicht (mehr) unter den Familienbeitrag fallen. Für sie wird der "Junge-Leute-Beitrag" bzw. der "Einzelbeitrag" (s.o.) erhoben.	Für zwei Mitglieder aus einer Familie --> zuzüglich --> für jedes weitere TVE-Mitglied (Eltern, Kinder bis 21 J.) aus dieser Familie Für jedes Familienmitglied, das TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.	11,50 € 3,00 €
Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung (nur auf Antrag hin)	Wenn die Summe aus Vereinsbeiträgen und Abteilungs-/Sportgruppenbeiträgen für die TVE-Mitglieder aus einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres) für ein Halbjahr den Beitrag von 190,- € überschreitet, wird der 190,- € überschreitende Betrag erstattet. Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht monatlich anteilig gewährt.	190,00 € pro Halbj.
Abteilungs-/Gruppenbeiträge (zusätzlich zum Vereinsbeitrag):		
Teilnehmer der Sportangebote:		
- Leistungsturnen		9,00 €
- Rhönradturnen		7,00 €
- Judo	(Pass- und Sichtmarken inklusive, Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive)	9,00 €
- Badminton	(Limitiertes Ballbudget inklusive)	7,50 €
- Laufsport		2,00 €
- Chor "tonARTisten"	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	3,00 € 11,00 €
- Kraftgerätetraining - Kraftgerätetraining: Sonderbeitrag	ab 16 Jahre 16- bis 24jährige mit eingeschränkter Trainingszeit: MO-DO 17-22 h, FR 17-21 h, SA 11-17 h (die Einschränkung gilt nicht in Ferien)	24,00 € 12,00 €
- Wassergymnastik		2,50 €

Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (monatlich)
REHA-Sport		
- Herzsport mit Verordnung	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	3,75 €
- Herzsport (ohne Verordnung)	TVE-Mitgliedschaft erforderlich	10,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge (mit Verordnung)	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	0,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge (oh. Verordnung)	TVE- Mitgliedschaft erforderlich	6,00 €

Kursgebühren
Kursgebühren werden für Angebote erhoben die in Kursform, also zeitlich befristet angeboten werden und für die in der Regel eine Mitgliedschaft nicht erforderlich ist. Die Kursgebühren für TVE-Mitglieder liegen in der Regel deutlich unter denen für Nichtmitglieder.

Teilnehmereigenleistungen
Für die optionale Teilnahme an besonderen Aktivitäten (60plus-Freizeitaktivitäten, Chorwochenenden, Turnfeste...) werden die Teilnahmekosten - oft nach Abzug eines Vereinszuschusses - in Rechnung gestellt.

HINWEISE
Umstellungen der Beitragsart wegen der Erreichung von Altersgrenzen erfolgen erst zum Beginn des nachfolgenden Halbjahres.

Ein Austritt kann nur zum Jahresende (31.12.) und nur schriftlich erfolgen. Beiträge sind bis zum Datum der Beendigung der Mitgliedschaft - unabhängig vom Zeitpunkt der Austritts-Erklärung - zu zahlen. Kurzzeitmitglieder können den Austritt zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erklären.

Die Beendigung der Mitgliedschaft in einer Abteilung/Sportgruppe, in der Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge erhoben werden, kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen.
Soweit kein SEPA-Lastschriftverfahren erteilt wurde, wird der gesamte Jahresbeitrag jährlich zum 15. April fällig. Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des/der Säumigen, ebenso Bankrückbelastungsgebühren, die das Mitglied verursacht hat.

Bildung und Teilhabe
Beiträge und Gebühren für Kinder, deren Eltern ALG II (Hartz 4), Sozial- oder Wohngeld beziehen, können bis zu einer Höhe von 120,- € jährlich auf Antrag durch das JobCenter übernommen werden. Wir stellen für die Beantragung gerne eine Beitragsbescheinigung/-rechnung aus. Bitte kontaktieren Sie uns.

Bankverbindung des TVE Burgaltendorf (Kontoinhaber):
IBAN: DE69 3606 0488 0200 0207 00, BIC: GENODEM1GBE (GENO Bank Essen)

Der Einzug von Forderungen (Mitgliedsbeiträge u. Gebühren; Eigenleistungen für Sportkleidung, für die Teilnahme an Freizeitaktivitäten, Wettkämpfen und Ähnlichem) erfolgt ab 2014 im Europäischen SEPA-Basis-Lastschriftverfahren und zwar terminlich

- am 1. März die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das erste Halbjahr des Jahres (für MItglieder, die nach dem 1. März d. J. aufgenommen wurden, am 30.06. („Nachzüglerbeitragseinzug“)
- am 1. September dieVereins- und Abteilungsbeiträge für das zweite Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 1. September d.J. aufgenommen wurden, am 27.12. („Nachzüglerbeitragseinzug“)
- am 1. April die Kursgebühren für die Kurse des ersten Halbjahres
- am 1. Oktober die Kursgebühren für die Kurse des zweiten Halbjahres
- monatlich am 15. der Abteilungsbeitrag „Kraftgerätetraining“ und der Kurzzeitmitgliedsbeitrag.

Informationspflicht des Mitglieds
Ist das Mitglied nicht selbst Zahler/-in von Forderungen des Vereins, sondern z.B. ein Elternteil oder der/die Ehepartner/-in ist Kontoinhaber/-in des im SEPA-Lastschriftmandat der Einzugsermächtigung angegebenen Kontos, hat das Mitglied die Pflicht, den/die Zahler/-in über anstehende Lastschrifteinzüge zu informieren.

Voilà, das TVE-Sportangebot der Vereinsgruppen:

25.01.2023

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte		W.-Tag	Uhrzeit	OrgaNr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)		
202 "Turnen,Spiel&Schwimm. f. Kinder"										
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.		5*fr.	15:00 - 16:00	*20201*	Kernebeck	Vollmer	
+ Wassergewöhnung	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.		5*fr.	16:00 - 17:00	*20202*	Kernebeck	Vollmer	
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th Holteyer Str.		1*mo.	16:00 - 17:15	*20203*	Kernebeck	Rösner	Bruyers
+ Wassergewöhnung	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.		1*mo.	17:15 - 18:15	*20204*	Kernebeck	Rösner	Gleis
Turnen &Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Loh	--R	4*do.	16:00 - 17:00	*20205*	Rösner	Kirchhoff	
Turnen &Spiel	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Loh	--R	4*do.	17:00 - 18:00	*20206*	Rösner	Kirchhoff	
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Th Holteyer Str.		2*di.	16:00 - 17:00	*20207*	Maifeld	Diesner, W.	Diesner, S.
+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	1. - 4. Schuljahr	Bad Holteyer Str.		2*di.	17:00 - 18:00	*20208*	Maifeld	Diesner, W.	Diesner, S.
Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Th Holteyer Str.		2*di.	17:00 - 18:00	*20209*	Maddahi	Markou	
Gerätturnen	Jungen u. Mädchen	Vorschulj - 4. Schulj.	Sh Auf dem Loh	--R	2*di.	17:00 - 18:30	*20220*	Kernebeck	Budriks	
203 "Leistungs- und Rhönradturnen"										
Leistungsturnen Gr. 1	weibl. Mitgl.	ab 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	1*mo.	18:30 - 20:15	*20301*	Zedler, D.		
Leistungsturnen Gr. 2	weibl. Mitgl.	ab 5 J., Anfängerinne	Sh Auf dem Loh	LM-	2*di.	15:45 - 17:30	*20302*	Dumm	Zedler, J.	Stepping
Leistungsturnen Gr. 3 Fortges	weibl. Mitgl.	ab 12 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	2*di.	16:30 - 18:30	*20303*	Zedler, D.	Dumm	Weierstahl
Leistungsturnen Gr. 4 Fortges	weibl. Mitgl.	ab 12 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	4*do.	16:30 - 18:30	*20304*	Zedler, D.	Dumm	
Rhönradturnen A	männl.+weibl. Mitgl.	ab ca. 10 J.	Sh Auf dem Loh	LM-	4*do.	18:30 - 19:45	*20309*	Schönmeier	Quick	
Rhönradturnen B	männl.+weibl. Mitgl.	ab ca. 10 J..-Fotgesch	Sh Auf dem Loh	LM-	4*do.	20:00 - 21:15	*20310*	Schönmeier	Quick	
Rhönradturnen	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh	LM-	1*mo.	18:45 - 20:00	*20311*	(ohne Leitung)		
Rhönradturnen	Übungsleiter*innen		Sh Auf dem Loh	LM-	4*do.	21:00 - 21:45	*20312*	(ohne Leitung)		
205 "Tanz"										
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	AKTIV PUNKT	S-R	5*fr.	15:00 - 16:00	*205A*	Klein,M./Dicke,M.	Maron, L.	
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	7 - 10 Jahre	AKTIV PUNKT	S-R	5*fr.	16:00 - 17:00	*205B*	Ardelmann	Maron, L.	
Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	ab 11 Jahre	AKTIV PUNKT	S-R	5*fr.	17:00 - 18:00	*205C*	Ardelmann	Maron, L:	
206 "Eltern/ Kind-Turnen										
Eltern/ Kind-Turnen Gr. L	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	1*mo.	16:00 - 17:00	*206L*	Schrade	Schwarze	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. M	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	1*mo.	17:00 - 18:00	*206M*	Schrade	Schwarze	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. N	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	3*mi.	16:00 - 17:00	*206N*	Schrade	Rösner	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. P	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	3*mi.	17:00 - 18:00	*206P*	Schrade	Rösner	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. R	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	5*fr-	15:30 - 16:30	*206R*	Döttger	Schrade	
Eltern/ Kind-Turnen Gr. S	Eltern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh Auf dem Loh	LM-	5*fr	16:30 - 17:30	*206S*	Döttger	Schrade	
208 "Judo"										
Judo Gr. 1	männl.+weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.		3*mi.	16:00 - 17:30	*20801*	Werth		
Judo Gr. 2	männl.+weibl. Mitgl.	ab 10 J.5.. Schulj.	Th Holteyer Str.		3*mi.	17:30 - 19:00	*20802*	Werth		
Judo und Fitness (Gr. 3)	männl.+weibl. Mitgl.	ält. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.		3*mi.	19:00 - 20:30	*20803*	Werth		
Judo Gr. 4	männl.+weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.		5*fr.	16:00 - 17:30	*20804*	Werth		
Judo Gr. 5	männl.+weibl. Mitgl.	ab 10 J./a5. Schulj.	Th Holteyer Str.		5*fr.	17:30 - 19:00	*20805*	Werth		
Judo und Fitness (Gr. 6)	männl.+weibl. Mitgl.	ält. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.		5*fr.	19:00 - 20:15	*20806*	Werth		
209 "Badminton"										
Badminton	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LMR	2*di.	18:30 - 20:00	*20901*	Balbach Ortiz	Orlowski	Müller

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

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte		W.-Tag	Uhrzeit	OrgaNr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)		
Badminton	weibl.+männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LMR	5*fr.	17:00 - 20:00	*20903*	Balbach Ortiz	Orlowski	Müller
Badminton (ohne Trainer*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	LM-	2*di.	20:00 - 21:45	*20910*	(ohne Leitung)		
Badminton (ohne Trainier*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	LMR	5*fr.	20:00 - 21:45	*20911*	(ohne Leitung)		
213 "Ballspiel"										
Ballspiel	Jungen	18 - 25 Jahre	Sh Auf dem Loh	--R	1*mo.	20:15 - 21:45	*21301*	Neumann		
Ballspiel	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	--R	4*do.	19:30 - 20:45	*21306*	Wehmeier		
214 "Rad-Sport"										
Sportl. Rad-Tourenfahren	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT		4*do.	18:30 - 20:30	*21401*	Spengler, E.		
215 "Laufsport und Leichtathletik"										
(Nordic)Walking, Termin A	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene		2*di.	18:15 - 19:30	*215A*	Spengler, Gg.		
Laufen, Termin D	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossensch		1*mo.	18:30 - 19:30	*215D*	Spengler, Gg.		
Laufen, Termin E	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz		3*mi.	19:30 - 20:30	*215E*	Spengler, Gg.		
(Nordic)Walking, Termin F	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz		4*do.	17:15 - 18:30	*215F*	Spengler, Gg.		
(Nordic)Walking, Termin G	männl.+weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene		3*mi.	09:30 - 10:45	*215G*	Enigk, D.		
216 "Fitnesstraining für Männer"										
Fitnesstraining & Spiel	Männer	50plus	Th Holteyer Str.		5*fr.	20:15 - 21:45	*21602*	Kolligs		
Fit durch's Jahr	Männer	40plus	Sh Auf dem Loh	LM-	1*mo.	20:15 - 21:15	*21603*	Hartstock		
217 "Fitnesstraining für Frauen"										
Fit durch's Jahr, Gr. E	Frauen		Sh Auf dem Loh	--R	1*mo.	18:45 - 20:15	*217E*	Enigk, E.	o. Malburg	
Fit durch's Jahr, Gr. G	Frauen		Th Holteyer Str.		1*mo.	17:15 - 18:45	*217G*	Grond		
Fit durch's Jahr, Gr. M	Frauen		Sh Auf dem Loh	--R	4*do.	18:00 - 19:30	*217M*	Höpken		
218 "Gymnastik & Spiel 60plus"										
Gymnastik D	Frauen	60plus	AKTIV PUNKT:Kom		4*do.	14:45 - 15:45	*21801*	Stoßberg		
Gymnastik E	Frauen	60plus	Th Holteyer Str.	--R	4*do.	16:15 - 17:30	*21802*	Stoßberg		
Gymnastik & Spiel F	Männer	60plus	Th Holteyer Str.		1*mo.	18:45 - 20:15	*21810*	Kolligs		
Aktiv im Gehen,Stehen,Sitze	Männer u. Frauen	75plus	AKTIV PUNKT:Sport		4*do.	15:30 - 16:30	*21812*	Zimmermann		
Fit im vierten Viertel	Männer u. Frauen	75plus	AKTIV PUNKT:Sport		2*di.	16:00 - 17:00	*21830*	Spengler		
Wassergymnastik A	Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.		4*do.	16:30 - 17:15	*218A*	Krieg		
Wassergymnastik B	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.		1*mo.	18:30 - 19:15	*218B*	Krieg		
Wassergymnastik C	Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.		4*do.	17:45 - 18:30	*218C*	Kick		
Wassergymnastik D*	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.		5*fr.	18:00 - 18:45	*218D*	Kick		
219 "REHA-Sport"										
Sport i.d. Krebsnachsorge	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT:Sport		2*di.	17:00 - 18:00	*219K*	Spengler		
250 "Kraftgerätetraining"										
Kraftgerätetraining	Männer u. Frauen	ab 16 Jahre	AKTIV PUNKT	KrR	mo-sa	-	*25001*	Verschiedene		
308 Freizeitaktivitäten										
Boule-Spiel	Männer u. Frauen		Sportpl. Holteyer		so.	10:30 - 12:30	*308B*	Kohn		

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

Impressum

Herausgeber

AKTIV.

Eine Zeitschrift von Mitgliedern
und dem TVE-Mitarbeiterteam

TVE Essen-Burgaltendorf
Holteyer Str. 29
45289 Essen
Gerhard Spengler (Geschäftsführer)

Layout	Inken Renée Funken
Druck	Wir machen Druck, Backnang
Auflage	2.000 Exemplare
Fotos	TVE; Pixabay;
Erscheinen	Vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember)
Kosten	im Mitgliedsbeitrag und in Kursgebühr enthalten
Telefon	0201 570397
Fax	0201 5718 628
eMail	sport@tve-burgaltendorf.de
Internet	www.tve-burgaltendorf.de

Servicezeiten des TVE-Büros
Holteyer Str. 29
45289 Essen:

montags - freitags	08.00 - 13.00 h
dienstags u. mittwochs	15.00 - 20.00 h

IHRE

SPORT-SPEZIALISTEN FÜR HÖREN UND SEHEN

Wir bringen Ihre Augen und Ohren in Top-Form. Mit den perfekt angepassten Seh- und Hörhilfen für Ihren Sport, z. B. Schießbrillen, bruchsichere Sportbrillen, spritzwassergeschützte Hörgeräte und vieles mehr.

Augenoptik | Hörakustik | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Str. 38 – 40 | Essen | Tel.: 0201. 8 51 25-0
Nockwinkel 99 | Essen | Tel.: 0201. 58 59 99
Albertus-Magnus-Str. 16 | Duisburg | Tel.: 0203. 7 39 57 00

info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de

BAGUS
Auge und Ohr für Sie

Ein Beitrag für den Klimaschutz.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Regionales Engagement für den Wald.

Wir sind Teil der Klima-Initiative „Morgen kann kommen“ und spenden für das Baumpflanzprojekt „Wurzeln“ in Partnerschaft mit der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e. V. 3.000 Setzlinge aus den Reinertragsmitteln des Gewinnsparens.

GENO BANK ESSEN eG