

Bericht der Turnabteilung des TSV Kierspe 79/04 zur Jahreshauptversammlung am 3. April 2019:



Jahresbericht 2018

Allgemeines

Der Abteilungsvorstand hat sich im letzten Jahr fünf mal getroffen, um anstehende Themen zu besprechen und zu diskutieren. Ferner haben Vertreter des Abteilungsvorstands an zwei erweiterten Vorstandssitzungen teilgenommen. Ebenso wurden zwei Veranstaltungen zum Thema Datenschutz besucht.



Zu den normalen, immer wieder anstehenden Themen, Übungsleitersituation, Anschaffungen, Veranstaltungen, hat sich in diesem Jahr ein neues Thema hinzugesellt. Das Freiwillige Soziale Jahr – kurz FSJ, hat uns im vergangenen Jahr häufig gefordert. Seit Anfang letzten Jahres sind wir anerkannte Dienststelle für den Freiwilligen Dienst im Sport. Einige Sitzungen in kleinerer Runde und viele E-Mails (75 Stück) sowie eine Infoveranstaltung des LSB waren dafür nötig. Seit dem 01.09.2018 haben wir nun einen Freiwilligen: Sam Scholz ist im Verein, in Schulen und Kindergärten aktiv.

Veranstaltungen

Es war ein relativ ruhiges Jahr. Vom 08. – 10.06. 2018 fand das Landeskinderturnfest in Kreuztal statt. Der TSV hat mit 15 Turnerinnen und Turnern und sechs Betreuen daran teilgenommen. Am zweiten Dezemberwochenende fand unsere traditionelle Nikolausfeier statt. Die Feier war so gut besucht, dass wir kurz vor Beginn noch einige Tische und Stühle nachstellen mussten. Damit wurde auch unsere Entscheidung untermauert einigen Eltern-Kind-Gruppen ihre eigene kleine Nikolausfeier zu geben. Diese fand eine Woche später ebenfalls in der Jahnhalle statt.

Wettkampfbetrieb

Die erste Herrenmannschaft turnt nach wie vor Oberliga des Westfälischen Turnerbundes und hat nach 2014 und 2015 zum dritten Mal innerhalb von 5 Jahren den Oberligatitel geholt. Mit einer nahezu perfekten Saison konnte sich die Mannschaft ungeschlagen durchsetzen.

Im Frühjahr 2019 turnte die zweite Mannschaft ebenfalls erfolgreich Landesliga, welche sie als Vizemeister abschloss.



Die Turnerinnen konnten sich durch den 5. Platz in der Relegation zur Landesliga in 2017 mit Unterstützung von Sofie Waimann für die Rückkehr in den Ligabetrieb auf Landesebene in 2018 qualifizieren. Aufgrund personeller Engpässe konnten die Mädchen trotz guter Einzelleistungen leider nach den 3 Wettkämpfen nur den 8. Platz erreichen und mussten daher im Dezember 2018 an der Relegation zum Verbleib in der Liga teilnehmen. Im Feld der leistungsstarken 13 gemeldeten Mannschaften erreichten die Kiersperinnen einen guten 7. Platz, mit dem sie die erneute Ligateilnahme denkbar knapp um einen Platz verfehlten.

Abschließend möchte sich der Vorstand der Turnabteilung bei Helfern, Übungsleitern und Aktiven für die vielen kleinen und großen Einsätze bedanken.

Vielen Dank.

Für den Abteilungsvorstand
gez. Stephan Jatzkowski
(Abteilungsleiter Turnabteilung)

Kierspe, den 03.04.2019

Hier die Einzelberichte aus den Abteilungen:

Fachbereich I - Gymnastik, Aerobic und Therapie/Rehabilitation von Bärbel Weber

Montagsgruppen:

Fatburnergymnastik Jahnturnhalle - 18.45 – 19.45 h – Bärbel Weber

Angebot wurde ausgezeichnet vom DSB und der Bundesärztekammer

Herz- Kreislauftraining mit Funktionsgymnastik: die ersten 45 Minuten trainiert die Gruppe in der großen Halle. Danach werden die Hallenteile mit der Trimmgruppe Männer (Fußball) getauscht und es geht weiter in der Gymnastikhalle. Im Durchschnitt sind ca. 26 Frauen dabei, im Alter von 15 – 74 Jahren.

Das Angebot wird sehr gut angenommen.

Bewegen statt schonen – Jahnturnhalle – 19.45-20.45 Uhr – Bärbel Weber

Angebot wurde ausgezeichnet vom DSB und der Bundesärztekammer

Die Teilnehmer kommen sehr regelmäßig. Das Angebot erfolgt im Kurssystem für Mitglieder und Nichtmitglieder und zwei Kurse werden im Jahr angeboten. Er wird von den meisten Kassen anerkannt und finanziell unterstützt.

Sie-und-Er-Gruppe - Bismarckturnhalle 20.00–21.30 Uhr - Petra Rosenbach

10- 12 Sportler nehmen regelmäßig teil am Gesundheitssport teil (nicht nur Ehepaare). Das Alter beginnt bei 60+. Bei schönem Wetter wird die Halle verlassen und man bewegt sich an der frischen Luft. Zum Jahresausklang gehört natürlich eine Weihnachtsfeier. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.

Dienstagsgruppen:

Wirbelsäulengymnastik – Jahnturnhalle – 19.15-20.15 Uhr – Bernd Gräve

Gemischte Gruppe besteht aus ca. 14 Teilnehmern. Es wird ein funktionales Training angeboten, wobei der eigene Körper als Trainingsgerät genutzt wird. Im Vordergrund steht die Stärkung der Muskeln. Alle vorhandenen Gymnastikgeräte werden eingesetzt. Es gibt eine traditionelle Sommerwanderung mit anschließender Einkehr. Abgerundet wurde das Jahr mit einer Weihnachtsfeier.

Gymnastik Frauen – Bismarckturnhalle – 20.00-21.15 Uhr - Christiane Esser

Es sind durchschnittlich 15- 20 Frauen, die regelmäßig an den Turnstunden teilnehmen. Besonderes gibt es sonst nicht zu berichten. Alle runden Geburtstage wurden wie immer separat gefeiert. Sommerausflug und Weihnachtsfeier fanden ebenfalls statt. Die Pezzi-Bälle kommen leider nicht zum Einsatz, da die Handhabung, sprich Rausholen und alle Bälle wieder einräumen einfach zu umständlich ist und zu viel Zeit erfordert. Im letzten Jahr konnte die Gruppe ihr 60-jähriges Bestehen feiern!

Mittwochsgruppen:

Fit im Alltag – 16.30 – 17:30 Uhr – ÜL Maria Igual

Zumba®-17.30 – 18.15 Uhr – ÜL Maria Igual

Ca. 12 Frauen (leider keine Männer) treffen sich jeden Mittwoch zum Trendsport. Das Angebot ist nur für Mitglieder, so dass „Neumitglieder“ gewonnen werden konnten. Der Einstieg ist einfach, das Training ist effektiv und macht Spaß. Unter den regelmäßigen Teilnehmern entwickelt sich oft eine eingeschworene Gemeinschaft.

Nordic-Walking für Fortgeschrittene – 15.00 – 16.30 Uhr - ÜL Bärbel Weber

Angebot wurde ausgezeichnet vom DSB und der Bundesärztekammer

Hier treffen sich ca. 6 Mitglieder, jeden Mittwoch um 15.00 Uhr am Fritz- Linde-Stein zum NordicWalking. Im Winter wird bereits um 14.30 Uhr gestartet. Regelmäßig ist die Gruppe 1 ½ Stunden unterwegs.

Sport bei Arthrose/Bewegungseinschränkungen – 18.30 - 19.30 Uhr – Dorette Vormann-Berg

Gemischte Gruppe von Frauen und Männern ab ca. 55 Jahren, die trotz der Bewegungseinschränkungen (Arthrose, Hüft-TEP, neues Kniegelenk oder andere Einschränkungen) mit Spaß und im Austausch mit anderen sportlich aktiv sein.

Fitness-Gymnastik Frauen – Bismarckturnhalle – 19.00 - 20.00 – Beate Wünsch

Ca. 15 Frauen im Alter von 35 – 62 Jahren. In der Winterzeit wird in der Halle geturnt. Beginn ist ein halbstündliches Konditionstraining, i.d.R. im Stehen und Laufen, mit und ohne Geräte sowie Übungen zur Koordination und Rhythmus. Gymnastik für den Rücken und Dehnübungen schließen den ersten Teil der Übungseinheit ab. Die zweite Einheit wird auf der Matte geturnt. Übungen für Bauch, Beine, Po, Rückentraining stehen ebenso auf dem Programm wie Fertigkeiten mit Geräten. - In der Sommerzeit wird der Turnbetrieb nach draußen verlagert. Wir walken üblicherweise rund um den Fritz-Linde-Stein.

Donnerstagsgruppen:

Nordic-Walking – Christiane Esser

Ca. 15 Teilnehmer. Wir versuchen, immer neue Wanderziele ausfindig zu machen, um das Walken nicht eintönig werden zu lassen. Es wird nicht nur gewalkt, auch Fahrrad-Touren mit Übernachtung und eine Wandertour mit Norbert Höhn standen auf dem Programm.

Tanzen- Hip-Hop (ab 13) - 16.30 Uhr bis 17.45 Uhr - Maria Esposito

Aerobic 50 plus - Jahnturnhalle – 17.30 – 18.30 Uhr – Dorette Vormann-Berg

Funktionelle Gymnastik für Frauen der Altersgruppe ab 50 Jahren, jedoch auch ideal für jüngere Neueinsteiger nach längerer sportlicher Pause. Nach einem aktiven Beginn einschließlich Herz-Kreislauf-Training, Schulung der Koordination und des Gleichgewichts wird im zweiten Teil die Bauch- und Rückenmuskulatur gestärkt.

Powergymnastik – Jahnturnhalle – 18.30 – 19.30 Uhr – Dorette Vormann-Berg

Ca. 15 - 20 Frauen treffen sich zu einem abwechslungsreichen Programm. Herz-Kreislauftraining in den ersten 30 Minuten und in weiteren 30 Minuten ein Kräftigungstraining für die unterschiedlichsten Muskelgruppen, insbesondere Bauch, Beine, Po. Die unterschiedlichen Geräte kommen abwechseln zum Einsatz: Hanteln, Brasils, Fitness-Tubes, Thera-Bänder, Bälle, Stäbe und gelegentlich auch Steppbretter bzw. Aero-Steps.

Nordic-Walking 50 plus – 16 bis 18 Uhr im Sommer, 15 bis 17 Uhr im Winter – Bernd Gräve

Diese Gruppe besteht in diesem Jahr sechs Jahre, mit einer Teilnehmerzahl von z. Zt. 10 Personen Frauen u. Männer) Es kann mit und ohne Stöcke trainiert werden. Mehr als 50 verschiedene Strecken wurden seit Bestehen der Gruppe „gewalkt“. Trainiert wird nach dem Motto: „Es gibt nichts Schöneres, als sich draußen zu bewegen.“

Aerobic und Konditionsgymnastik - Bismarckturnhalle – 20.00 - 22.00 Uhr - Steffi Ziermann

Ca. 12-15 Frauen nehmen donnerstags teil. Alter: Zwischen 40 und 77 Jahre. Die Übungsstunden beinhalten: Aerobic, Stepp, Zirkeltraining, also Bewegung nach Musik. Bei schönem Wetter wird sich draußen bewegt. (Walking) Kräftigung der Muskulatur, mit und ohne Einsatz von Kleingeräten Dehnung und Entspannung.

Zum Jahresausklang traf sich die Gruppe zu einer gemütlichen Weihnachtsfeier.

Freitagsgruppen:

TABATA/HIIT Training - Jahnhalle 15.15 Uhr

Nicht nur für Mitglieder, auch Nichtmitglieder nutzen das Angebot (10er Karte).

Im Durchschnitt 15 Frauen (auch hier leider keine Männer) nutzten das Angebot.

Das typische Tabata-Intervall dauert 20 Sec. und die Pausenzeit zwischen den Intervallen beträgt 10 Sec. Üblicherweise werden 8 Intervalle ausgeführt.

High Intensity Intervall Training (HIIT) ist dagegen eine Trainingsform mit längeren Intervallen bei etwas niedrigerer Belastung. Während bei Tabata die Ziel-Herzfrequenz bei 100 Prozent liegt, werden beim HIIT nur etwa 80-95 Prozent der maximalen Herzfrequenz erreicht. Dafür sind die Belastungsintervalle deutlich länger.

Reha-Orthopädie-Gruppen

Im Februar 2015 begann der TSV mit drei Reha-Gruppen. Aktuell wird Reha-Sport zu folgenden Zeiten angeboten: mittwochs 9.30 – 10:15 Uhr und 10.30 – 11.15 Uhr (Übungsleiterin Maria Igual), 11.30 – 12.15 Uhr (Bärbel Weber) und donnerstags 19.45 – 20.30 Uhr (Dorette Vormann-Berg). Reha Sport beim TSV, heißt genug Platz für alle, Kleingeräte und die passenden Spiele gehören auch dazu. Nach der Reha-Sport Verordnung gibt es passende Trainingsangebote für alle, um weiterhin fit zu bleiben.

Fachbereich II - Turnen / Gerätturnen von Uwe Hütz

Im Jahr 2018 bestand der Fachbereich II neben den Wettkampfgruppen auch aus vielen Breitensportgruppen, die sich durchgängig sehr großer Beliebtheit erfreuen. Laut „Spiegel Online“ treiben so viele Kinder wie noch nie Sport in den Vereinen. Dies kann seitens der Turnabteilung bestätigt werden! Daraus erfolgt leider ein nach wie vor noch immer gültiges Fazit:

Wir sind immer auf Übungsleitersuche!!

Der Fachbereich II besteht aus folgenden Breitensportgruppen:

Eltern - Kind - Turnen ->	Bismarckhalle montags, Katrin Küch Jahnhalle mittwochs, Andrea Matzner
Turnen für Kindergarten- /Vorschulkinder ->	Bismarckhalle donnerstags, Katrin Küch Jahnhalle mittwochs, Andrea Matzner (3-4 Jahre)
Turnen für Schülerinnen/Schüler ->	Bismarckhalle mittwochs, Sina Hertrampf (Mädchen) Bismarckhalle freitags, Sam Scholz, Uwe Hütz (Jungs) Jahnhalle montags, Katharina Morlinghaus (Mädchen & Jungs) Jahnhalle donnerstags, Sam Scholz (Mädchen und Jungs)
Trampolinturnen (6-10 Jahre) ->	Felderhofhalle mittwochs, Petra Neudenberger Sam Scholz (Mädchen & Jungs)

In allen diesen Gruppen wird mit viel Spaß Sport gemacht und Übungsleiter wie auch Aktive sind mit viel Elan bei der Sache. Neben den oben genannten Übungsleitern sind im auch noch ganz viele Helfer aktiv um den Übungsbetrieb mit so vielen Aktiven gewährleisten zu können.
Die Themen und Schwerpunkte in diesen Gruppen sind völlig unterschiedlich, sodass hier für jeden etwas dabei sein sollte.

Wettkampfgeschehen und Ergebnisse im männlichen Bereich:

Die erste Herrenmannschaft turnte im Jahr 2018 eine sehr erfolgreiche Saison in der Oberliga. Im Herbst 2018 konnte man sich ungeschlagen Oberligameister 2018 nennen!
Oft kam dann die Frage auf, ob ein Aufstieg in die dritte Bundesliga ein Thema sei. Dies muss leider, ob der hohen finanziellen Aufwände in der deutschen Turnliga, verneint werden!

1	TSV Kierspe 1	12 : 0
2	SG Paderborn	9 : 3
3	TUS Leopoldshöhe 1	8 : 4
4	KTS Mettingen	6 : 6
5	TZ Bochum-Witten	4 : 8
6	SuS Stadtlohn	3 : 9
7	SG Gleidorf-Langenei	0 : 12



Im Frühjahr 2019 turnte die zweite Mannschaft wieder erfolgreich Landesliga. Vor dem letzten Wettkampftag steht die Mannschaft auf einem guten 2. Platz, der mit einem (machbaren) Sieg gegen die SG Wünnenberg/Elsen auch bestätigt werden sollte.

1	TUS Leopoldshöhe	6 : 0
2	TSV Kierspe 2	4 : 2
3	TG Berchum/Gevelsb.	4 : 4
4	TUS Stockum	2 : 4
5	SG Wünnenb./Elsen	0 : 6

Der männliche Nachwuchs im Schülerbereich turnte wieder erfolgreich vier Wettkämpfe Gaupokalliga. Ein erster, drei zweite und drei dritte Plätze in der Gesamtabrechnung standen hier zu Buche.
Nach wie vor besteht freitags allerdings das Problem die Menge an Kindern so zu organisieren, dass der Leistungsgedanke nicht zu kurz kommt. Es wäre wünschenswert, eine breitensportlich orientierte Turngruppe für die nicht ganz so talentierten männlichen Aktiven zu gründen.

Turnfeste

Zwischen den turnusmäßigen Landes- und deutschen Turnfesten richtete die westfälische Turnerjugend in 2018 ein Kinderturnfest in Kreuztal aus.
Dieses besuchte der TSV mit 15 Kindern, einigen Betreuern und Kampfrichtern. Neben erfolgreichen Wettkämpfen war auch das Abenteuer „drei Tage weg von zu Hause“ und das Schlafen in den Schulen ein großer Spaß für die Kinder.



Von den guten Ergebnissen sind besonders hervorzuheben die 2. Plätze von Jana Rempel und Leon Siegmund sowie ein dritter Platz von Julius Brünjes.

Wettkampfgeschehen und Ergebnisse im weiblichen Bereich:

Die Mädchen haben in diesem Jahr erneut an zahlreichen Wettkämpfen auf Gau- und Landesebene teilgenommen. Besonders hervorzuheben ist die Wettkampfteilnahme von 2 Mannschaften in der Gauliga des Lenne-Volme-Turngaus, bei dem die 1. Mannschaft den 3. Platz knapp hinter der Mannschaft des TUS Grünewald belegte. Beide Mannschaften wiesen nach 3 Wettkämpfen dieselben Rangpunkte auf, da den Gerätepunkten lagen die Grünewalder Mädchen jedoch mit einem Punkt vor den Kiersperinnen (entspricht einem Sturz bei 36 Übungen). Die Nachwuchsmannschaft belegte den 5. Platz und konnte die 2. Mannschaften aus Plettenberg und Schalksmühle hinter sich lassen.

Durch den 5. Platz in der Relegation zur Landesliga in 2017 konnte sich die ältere Mannschaft des TSV Kierspe mit Unterstützung von Sofie Waimann für die Rückkehr in den Ligabetrieb auf Landesebene in 2018 qualifizieren. Aufgrund personeller Engpässe konnten die Mädchen trotz guter Einzelleistungen leider nach den 3 Wettkämpfen nur den 8. Platz erreichen und mussten daher im Dezember 2018 an der Relegation zum Verbleib in der Liga teilnehmen. Im Feld der leistungsstarken 13 gemeldeten Mannschaften erreichten die Kiersperinnen einen guten 7. Platz, mit dem sie die erneute Ligateilnahme denkbar knapp um einen Platz verfehlten.

Der Landescup Mannschaft fand im Herbst 2018 in Rheda Wiedenbrück statt, die TSV Mannschaft mit Sofie Waimann, Annalena Potrafke, Uta Kemper und Dana und Kristin Hütz belegte in der Klasse 18 Jahre und älter den 4. Platz.

Bei den Frühjahrs- und Herbstwettkämpfen auf Gauebene konnten zahlreiche Treppchenplätze belegt werden. Gleiches gilt für die Mannschaftswettkämpfe. Bei den Gaukunstturnmeisterschaften konnten neben weiteren guten Platzierungen mit Jana Rempel und Leni Wiemer 2 Gaukunstturnmeisterinnen durch den TSV Kierspe gestellt werden.

Im Bereich Breitensport wurde ein vereinsinterner P-Stufen Wettkampf angeboten, der von zahlreichen Turnerinnen, die sonst nicht an Wettkämpfen teilnehmen oder auf eine Wettkampfteilnahme vorbereitet werden sollten, besucht wurde.

Auf Gauebene wurde erneut ein Fortbildungslehrgang mit Martin Schulz in Kierspe angeboten, an dem zahlreiche Trainer, Gruppenhelfer und Turnerinnen mit Begeisterung teilgenommen und fachlichen Input für weitere Trainingseinheiten erhalten haben.

Durch die erfolgreiche Teilnahme von Carlotta Kuhbier, Shirin Lo Bello und Josephine Trutschel am Gruppenhelfer-Lehrgang konnten 3 Turnerinnen qualifiziert werden, um künftig die Trainer in den Gruppen mit jüngeren Mädchen zu unterstützen. Toll ist außerdem die Rückkehr von Elena Hesse ins Sauerland, die ihre Kenntnisse als Kampfrichterin und Trainerin (sofern es ihr Beruf zulässt) in das Training der Liga-Turnerinnen einbringt und es schafft, die Mädchen für neue Übungsteile zu motivieren.

Fachbereich III - Trimmen, Spiele, Kampfsport von Anja Nordhaus

Auch im Jahr 2018 waren die Mitglieder des Fachbereichs 3 wieder mit Spaß und Fleiß sportlich aktiv. Im letzten Jahr umfasste der Fachbereich insgesamt 13 Gruppen, 14 wenn man die Volleyballgruppe um Sydney Zachau mitrechnet, die sich zum 01.01.2019 neu gegründet hat. Im Einzelnen waren dies:

- Badminton, ÜL Evelyn Bongards/Volker Rehorn
- Badminton, ÜL Thomas Ullrich



- Badminton (Jugendliche), ÜL Bozena Streich
- Basketball (Mädchen), ÜL Zoe Berger
- Fußball, ÜL Uwe Göhner
- Fußball (Kinder und Jugendliche), ÜL Thorben Weber + Jan Klinger
- Kung Fu, ÜL Sönke Liedtke,
- Taekwondo, ÜL Anja Nordhaus
- Tischtennis, ÜL Hans-Jochen Piepenstock
- Trimmen, ÜL Paul Wilhelm Kieberger
- Volleyball (Herren), ÜL Johann Kopp
- Volleyball (Mixed), ÜL Sylke Hentschel
- Volleyball (Jugendliche), ÜL Sidney Zachau

Stark vertreten sind also immer noch Badminton und Volleyball. Bei der Montagsgruppe Badminton gab allerdings eine Änderung, Evelyn Bongards hat zum Ende des Jahres ihr Amt als ÜL beendet.



Erfreulicherweise fand sich aber innerhalb der Gruppe selbst ein Nachfolger, so dass ein nahtloser Übergang möglich war und Volker Rehorn sie seit dem 01.01.2019 leitet. Bei den Volleyballern ist, wie oben erwähnt, zu Beginn des Jahres zu den Herren und der Mixed-Gruppe noch eine 3. dazugekommen, nämlich die Jugendlichen.

Bei allen anderen Gruppen gab es keine nennenswerten Änderungen und auch nicht viel zu Berichten, da niemand an Wettkämpfen o.ä. teilnimmt und alle ‚nur‘ Freizeitsportler sind.

Zu erwähnen wäre noch, dass einige Gruppen sich über neue Mitglieder freuen konnten (z.B. Badminton), andere Gruppen hingegen durchaus noch Verstärkung brauchen könnten. Hierzu zählen zum Beispiel Tischtennis (4 Mitglieder) und Kung Fu.

Zum Schluss noch ein herzliches Dankeschön an alle ÜL, dass sie sich die Zeit nehmen und sich mit Freude für ihren Sport und den Verein einsetzen.

Kassenbericht 2018 – Andrea Matzner

	VB	Barkasse	Sparbuch	Konto 204	Anlagesparen	FSJ	
Kassenbestand zum 01.01.2018	15.015,21	815,19	5.993,61	6.849,50	2.530,13	0	31.203,64
Einnahmen in 2018	61.100,80	2.377,82	0,01	10.792,36	0	2.360,36	76.631,35
	76.116,01	3.193,01	5.993,62	17.641,86	2.530,13	2.360,36	107.834,99
Ausgaben in 2018	63.393,24	2.666,20	-	6.073,10	2.530,13	545,82	75.208,49
Bestand zum 31.12.2018	12.722,77	526,81	5.993,62	11.568,76	0,00	1.814,54	32.626,50