

1/2017-25























Handball







1/2017-25

Vereinszeitung der Velberter Sportgemeinschaft e.V.

Auf ein Wort	3	Hwarang Kwan Do	14
Bericht Geschäftsführer	4	Leichtathletik	15
		Rehabilitationssport	18
		Rollkunstlauf-Team	19
RÜCKBLICK		Turnen, Fitness & Gesundheit U18	21
Ehrungsmatinee	5	Turnen, Fitness & Gesundheit 18+	24
3		Taekwondo	25
		Volleyball	26
EINLADUNGEN		Jugend	28
Mitgliederversammlung	6		
Jugendvollversammlung	7		
Seniorenfahrt	8	Geburtstage	30
Vorösterliches Kaffeetrinken	9	Termine 2017	32
Himmelfahrt	10	Adress-/Kontodatenänderung	33
Rollkunstlauf	11	Ansprechpartner	34
		Impressum	35
ABTEILUNGSBERICHTE			
Basketball	12		

13



AUF EIN WORT Holger Kocherscheidt

Liebe VSGlerinnen und VSGler,

im Namen des Vorstandes bedanke ich mich, dass wir so viele positive Rückmeldungen bekommen haben zur Entscheidung einen hauptamtlichen Geschäftsführer einzustellen. Axel hat seine Arbeit inzwischen aufgenommen und gibt in diesem Heft einen ersten kurzen Überblick über Aktivitäten, Veränderungen und Zukunftsplanungen.

Außerdem wünsche ich Euch allen nochmals ein zufriedenes, glückliches, erfolgreiches und vor allem gesundes 2017.

Wie immer zu Jahresbeginn lade ich Euch ein zur diesjährigen Mitgliederversammlung am 30. März um 19:30 Uhr im EMKA-Sportzentrum. Bereits einen Tag vorher am 29. März trifft sich an gleicher Stelle auch um 19:30 Uhr die Vereinsjugend zu ihrer Jugendvollversammlung.

Und auch schon traditionell sind die Einladungen von Lilli zur vorösterlichen Kaffeetafel am 5. April und zur Seniorenfahrt am 17. Mai.

Weiterhin wandern wir wieder zu Himmelfahrt am 25. Mai in kleiner Runde mit Steffi oder in großer Runde mit Bruno erstmalig ab und zum EMKA-Sportzentrum, um dort u.a. auch unsere erfolgreichen Sportler unter

16 Jahren zu ehren. Dies war der Wunsch vieler Wanderer, um den Pkw direkt am Start- und Zielpunkt EM-KA-Sportzentrum abzustellen.

Die neu gegründete Abteilung "Rollkunstlauf-Team" boomt richtig. Inzwischen haben wir bereits mehr als 25 Kinder und viele weitere Kinder sind noch in der Schnupperphase, um sich bald anzumelden. Nutzt doch bitte alle die Chance am Wochenende 24.-26. März die deutsche Meisterschaft im Rollkunstlauf-Showlaufen im EMKA-Sportzentrum zu besuchen, ausgerichtet von unserem Kooperationspartner "Rollkunstlauf-Team Velbert".

In Kürze startet unsere Homepage in neuem Gewand. Sie ist übersichtlicher gestaltet und erleichtert Interessierten das passende Sportangebot zu finden. Ich hoffe Sie gefällt Euch.

Bei den Wahlen zum Sportler und zur Mannschaft des Jahres 2016 erzielten Stina Goldau sowie unsere Baskets Damen 1 jeweils hervorragende dritte Plätze. Herzlichen Glückwunsch.

Bis zum nächsten Einblick im Spätherbst wünsche ich Euch erfolgreiche Spiele und Wettkämpfe, spaßige Trainingsabende ohne Verletzungen, einen sonnigen Sommer mit Outdoor-Aktivitäten bei der VSG natürlich und einen goldenen Herbst zu Beginn der neuen Saison. Bitte kommt zu den zahlreichen Veranstaltungen, die wir für Euch vorbereiten. Schaut dazu immer mal wieder auf die Homepage oder bei Facebook vorbei. Wir sehen uns – bleibt oder werdet gesund!

Euer Holger "Löwe" Kocherscheidt

4 BERICHT GESCHÄFTSFÜHRER



NEUE WEGEAxel Spitzer

Die VSG geht in diesem Jahr weiter auf neuen Pfaden. Die Vernetzungen innerhalb Velberts und Umgebung kommen voran. Die Erweiterung der Sportangebote und Qualifizierungen der Übungsleiter werden weiter verbessert, die Abgrenzungen der Abteilungen werden in den einzelnen Altersgruppen durch eine bessere Kommunikation und gemeinsame Aktionen auf Sportebene verringert.

Im Februar 2017 gab es mit Jump'n Roll eine neue VSG-Veranstaltung die federführend von Volker Ziegler (Abt. Rollkunstlauf-Team) und Meike Endemann (Abt. Turnen) umgesetzt wurde. Ein Riesenerlebnis für die teilnehmenden Kinder und die Zuschauer auf der vollen Tribüne im EMKA Sportzentrum. Wir arbeiten an einer Fortsetzung im Jahr 2018. Wir werden uns auf einigen Veranstaltungen präsentieren, wie am 23. April 2017 auf dem Spielplatz Höferstraße zur Saisoneröffnung des Panoramaradweges und natürlich auf dem zweitägigen Schlangenfest am 16. und 17. September in der Velberter Innenstadt. Neu sind die Kooperationen mit Velberter Unternehmen und Institutionen, die wir mit der AOK Velbert/Heiligenhaus, dem HELIOS Klinikum Velbert und den Stadtwerken Velbert leben wollen. Wie in den vergangenen Jahren bleibt die Sparkasse Velbert/Heiligenhaus unser vertrauensvoller Partner.

Auf diesem Weg möchte ich mich bei meinem Vorgänger Jan Steinmetz bedanken, der seine bisherige hervorragende Arbeit auch weiterhin in die Dienste

der VSG stellt. Zusammen werden wir die zukünftige Ausrichtung der VSG als modernen Sportverein nicht nur in der Wahrnehmung bei den VSG-Mitgliedern, sondern auch in der Velberter Sportgemeinde verstärken. Noch etwas in eigener Sache: Carmen Herud tauscht ihre Geschäftsstellenzeiten dienstags gegen weitere Kurangebote beim Outdoor FitCamp. Die Nachfrage nach Sport an der frischen Luft nimmt weiter zu. Hier werden wir das Angebot noch ausbauen. Vielen Dank für die geleistete Arbeit.

Beim neuen Internetauftritt ging es im Wesentlichen um zwei Dinge: zum Einen um die Nutzbarkeit des Angebots auch für mobile Endgeräte. Statt einer App kann man hier das VSG-Internetangebot mithilfe des Home-Buttons auf seinem Smartphone/Tablet abspeichern und ist immer auf einen Blick gut informiert. Zum Zweiten haben wir die Angebote nach Altersgruppen zusammengefasst. Hier geht es nach Interessen und altersgerechten Angeboten - sportartübergreifend. Natürlich gibt es auch aktuelle Information aus den Abteilungen. Eine Extrarubrik beschäftigt sich unter anderem mit neuen Angeboten, Trainer/innen und dem Ausfall von Sportstunden beispielsweise durch andere Veranstaltungen. Wer Fragen oder Anregungen hat, ist herzlich willkommen, zu den bekannten Zeiten in der Geschäftsstelle vorbeizuschauen.

Ein erfolgreiches Sportjahr wünscht Euch allen Axel Spitzer



www.velberter-sq.de

RÜCKBLICK EHRUNGSMATINEE 5



Michael Alfermann (Deutsche Meisterschaft: 8. im Turn-6-Kampf, NRW-Meisterschaft: 2. im Turn-8-Kampf und 2. im Turn-6-Kampf)

Wie immer am zweiten Advent sind Tische und Bühne im großen Saal im FORUM Niederberg festlich geschmückt mit Weihnachtssternen für über 280 eingeladene Mitalieder zu unserer adventlichen Ehrungsmatinee, um erfolgreiche Sportler und langjährige und verdiente Mitglieder zu ehren. Die musikalische Umrahmung gestaltete die Starlight Musical Academy mit Ihrer Gründerin Maria Jane Hyde und der jungen Nachwuchssängerin Melina Hendel. Beide sangen vor begeisterten Zuhörern teils einzeln teils im Duett sowohl feierliche als auch weihnachtliche Musicals. In seiner kurzen Ansprache betonte Holger, dass die Mitgliederzahlen langsam, aber stetig steigen, was in Velberts Vereinslandschaft wohl einmalig ist. Zwischenzeitlich hatten wir sogar die 2.000er Marke geknackt. Dafür ging sein großer Dank an alle Abteilungsleiter, Trainer und sonstige Gruppenhelfer. Ebenso berichtete er von der neu gegründeten 9. Abteilung "Rollkunstlauf-Team", welche sehr gut gestartet ist und schon viele neue Mitglieder vorweisen

Meike und Holger, unterstützt von einigen Laudatoren, ehrten als erfolgreiche Sportler:

- Nicole vom Hove (Altersklasse W45: Kreismeisterschaft: 1. über 100m, 1. über 200m, NRW-Meisterschaft 2. über 200m, Deutsche Meisterschaft: 6. über 100 m, 9. über 200m im Freien, 5. über 200m in der Halle)
- Stina Goldau (Altersklasse W20: Regiomeisterschaft: 1. Hochsprung, 1. Weitsprung, 1. Speerwurf

- 600g; NRW-Meisterschaft: 2. Weitsprung, 4. Hochsprung, 9. Speerwurf, 4. Vierkampf, 4. Siebenkampf)
- Cedric Mieden, Nils Gohlisch und Tim Florian Ressel (Kreismeister 3 x 1.000m-Staffel)
- Michael Alfermann (Deutsche Meisterschaft: 8. im Turn-6-Kampf, NRW-Meisterschaft: 2. im Turn-8-Kampf und 2. im Turn-6-Kampf)
- Jörg Vester (Hapkido: Euro Mulimpia: 3. Platz im Formenlauf, 4. Platz im Bruchtest; Deutsche Meisterschaft: 3. Platz im Kampf)
- Baskets-Herren 1 (Aufstieg in Landesliga)
- Baskets-Damen 2 (Aufstieg in Landesliga)
- Volleyball Damen 1 (Aufstieg in Bezirksklasse)
- Volleyball Hobby-Mixed 4 (Kreismeister) Langiährige Vereinsmitglieder:
- 25 Jahre: Annika Blöser, Elsbeth Bröcking, Bernd Hebmüller, Karl-Heinz Krug, Erhard Leithe, Annelies Ortmann, Gunhild von Rath, Claudia Weise, Theres Witzke, Philippa Wolff
- 40 Jahre: Edeltraud Behringer, Hendrik Besold, Ingo Dieckmeyer, Norbert Gehring, Waltraud Knopf, Holger Kocherscheidt, Margitta Martschinke, Anja Martschinke-Rasky, Manfred Retat, Jürgen Schüngel, Günter Stiefeling, Ursula Stiefeling
- 50 Jahre: Monika Glittenberg, Birgit Hummernbrum-Knebel, Georg-Friedrich Karrenberg, Ernst Kielmann, Johanna König, Ellen Nebel, Inge Rösch, Axel Schulze
- 60 Jahre: Edith Friedrich, Hans-Peter Kukuk, Horst Selbach. Heinz Wolter
- 65 Jahre: Ulrich Wanischek
- 66 Jahre: Jürgen Escher, Hanna Hauser, Gerd Kaun
- 67 Jahre: Ursula Essler, Hans Walstra
- 69 Jahre: Helga Dörrenhaus, Gerd Feldmann, Siegfried Jendraschik, Friedhelm Momberg, Ute Müller, Manfred Neidhöfer
- 70 Jahre: Heinz-Gerd Martin, Friedhelm Trappmann
- 84 Jahre: Inge Kuhs

Gleich drei Ehrenamtlerinnen wurden diesmal für ihre langjährigen Verdienste geehrt:

- Renate Schenk (46 Jahre Übungsleiterin)
- Christel Wagner (48 Jahre Übungsleiterin)
- Inge Rösch (50 Jahre Übungsleiterin)

Fast 150 Jahre Übungsleitertätigkeit und immer noch Vorbild, Trainer und Motivator für viele – sie verkörpern wahrlich die Seele der VSG. Herzlichen Dank und weiterhin alles Gute und Gesundheit.

EINLADUNG ZUR MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Liebe Mitglieder,

wir laden herzlich zur Mitgliederversammlung 2017 am Donnerstag, den 30. März 2017, um 19.30 Uhr in den Großen Saal des "Karsten´s" im EMKA-Sportzentrum, Am Sportzentrum 1, 42551 Velbert, ein.

TAGESORDNUNG:

- 1. Begrüßung und Totenehrung
- 2. Genehmigung der Tagesordnung
- 3. Bericht des Vorsitzenden
- 4. Berichte der Abteilungsleiter und der Jugendwartin
- 5. Aussprache zu den Berichten
- 6. Kassenbericht 2016
- 7. Bericht der Kassenprüfer
- 8. Entlastung des Vorstandes
- 9. Genehmigung des Haushaltes 2017
- 10. Wahlen: 2. Stellvertretender Vorsitzender, Geschäftsführer, Kassenprüfer
- 11. Anträge
- 12. Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung müssen schriftlich bis zum 23.03.2017 beim Vorstand eingegangen sein.

Mit sportlichen Grüßen Der Vorstand HOLGER KOCHERSCHEIDT (1. Vorsitzender)

COME-2-GETHER

- DU bist jugendliches Vereinsmitglied der VSG?
- DU möchtest gerne mit entscheiden, was die VSG-Jugend im Jahr 2017 erlebt?
- DU möchtest den VSG-Jugendausschuss wählen oder sogar selbst gewählt werden?

Dann komm vorbei und sei ein Teil der:

JUGENDVOLLVERSAMMLUNG
AM 29.03.2017 UM 19.30 UHR
IM EMKA-SPORTZENTRUM,
AM SPORTZENTRUM 1, 42551 VELBERT

TAGESORDNUNG:

- 1. Bericht des Jugendausschusses
- 2. Kassenbericht mit Genehmigung der Jahresabrechnung 2016
- 3. Verabschiedung des Haushaltplanes 2017
- 4. Entlastung der Mitglieder des Jugendausschusses
- 5. Änderung der Jugendordnung
- 6. Wahl des Jugendwartes und der Mitglieder des Jugendausschusses
- 7. Schwerpunkte der Jugendarbeit 2017

Eure Jugendwartin Vanessa Krüger

EINLADUNG ZUR SENIORENFAHRT OBERHAUSEN/DUISBURG 2017

08:30 Uhr Reisebus-Haltestelle Poststraße (Finanzamt) Abfahrt:

08:35 Uhr Haltestelle Willi-Brandt-Platz

08:40 Uhr Haltestelle Am Berg (Fahrtrichtung Heiligenhaus) (3.

Ankunft in Oberhausen Programm: ca. 09:45 Uhr

> Besuch der Ausstellung "Wunder der Natur" im Gasometer ca. 10:00 - 12:00 Uhr

Weiterfahrt nach Duisburg ca. 12:15 - 13:00 Uhr

Besichtigung des Duisburger Innenhafen ca. 13:00 - 15:00 Uhr

Hafenrundfahrt ca. 15:30 - 17:30 Uhr Rückfahrt nach Velbert ca. 17:30 Uhr ca. 18:30 Uhr Ankunft in Velbert

Bei der Rückfahrt werden die gleichen Haltepunkte wie bei der Hinfahrt angefahren. Bitte den unteren Abschnitt zurück an: Lilli Weisen, Höferstr. 8, 42551 Velbert, Telefon: 02051/53424 Zahlungen bitte an: Lilli Weisen, Sparkasse HRV, IBAN: DE43 3345 0000 1024 7456 38, Stichwort: "VSG-Seniorenfahrt"

Bei kurzfristigen Absagen bitte unbedingt Lilli Weisen anrufen, da Nachrücker auf Warteliste stehen.

Meinen Eigenante werde(n) ich / wir oder bis zum 03.0 Anmeldeschluss ((eil von 20,00 Euro für VSG am 05.04.2017 bei der vo 5.2017 auf das oben gen 03.05.2017) von meiner A	on 7 mit	er)
1. Name:			
Adresse:			
2. Name:		(Vereinsmitglied? Ja Nein])
Adresse:			(
Telefon (wichtig!!)	:	Ich/Wir besteige(n) den Bus be	i (
Datum	Untarschrift		(

Anmeldung ab dem Erhalt der Vereinszeitung VSG-Einblick 1/2017. Nur schriftliche Anmeldungen sind möglich. Anmeldeschluss: 03.05.2017

EINLADUNG ZUR VORÖSTERLICHEN KAFFEETAFEL

Liebe Vereinssenioren,

am Mittwoch, den 05. April 2017, laden wir alle Vereinsmitglieder ab dem 60. Lebensjahr von 15:00 Uhr – 17:00 Uhr in die AWO-Tagesstätte in Velbert zu unserer vorösterlichen Kaffeetafel ein.

Für Kaffee, Tee & Kuchen ist gesorgt, gute Laune bringt Ihr bitte selbst mit! Anmeldungen bitte telefonisch oder schriftlich auf nachfolgendem Anmeldezettel eintragen und bis zum 25.03.2017 an meine unten genannte Adresse zurücksenden.

Ich freue mich auf Euch, Eure Lilli

ANMELDEFORMULAR VORÖSTERLICHE KAFFEETAFEL

Ich / wir komme(n) am Mittwoch, den 5. April 2017 mitPerson(en). Lilli Weisen, Höferstr. 8, 42551 Velbert, Tel.:02051/53424

Betrifft Seniorenfahrt 17.05.2017 - Bitte Zahlungsweise beachten:

Am 05.04.2017 treffen wir uns zur vorösterlichen Kaffeetafel. Hier kann bar bezahlt werden. Oder bis 03.05.2017 an Lilli Weisen, Sparkasse HR, IBAN: DE43 3345 0000 1024 7456 38 überweisen.

EINLADUNG ZUR HIMMELFAHRTSWANDERUNG

Wann: 25. Mai 2017

Start: Große Runde: 09:30 Uhr ab EMKA-Sportzentrum NEU!

Kleine Runde: 10:30 Uhr ab EMKA-Sportzentrum NEU!

Ziel: ab 12:00 Uhr EMKA-Sportzentrum

Festes Schuhwerk und gute Laune mitbringen! Schönes Wetter ist bestellt! Es gibt ja bekanntlich kein schlechtes Wetter, sondern nur schlechte Kleidung. Fürs leibliche Wohl (Getränke, Grillwürstchen, usw.) ist gesorgt. Über zahlreiches Erscheinen aller Sportlerinnen und Sportler sowie Familienanhang, Freunde und Förderer würden wir uns sehr freuen, um das Miteinander im Verein wieder stärker zu fördern!

Wer aus zeitlichen oder persönlichen Gründen nicht mitwandern kann, darf auch direkt ab 12.00 Uhr zum EMKA-Sportzentrum kommen.

MIT INDOOR-SPIELPLATZ

Parallel öffnet von 12 Uhr bis 15 Uhr erneut unser Indoor-Spielplatz für Jung und Alt mit vielen Geräten zum Toben, Klettern, Schaukeln, usw. in der Einfeldhalle im EMKA-Sportzentrum.

EMKA-Sportzentrum

Indoor-Spielplatz

EMKA-Sportzentrum

UND EHRUNG ERFOLGREICHER SPORTLER unter 16 Jahre

Allen in 2016 erfolgreichen jugendlichen Sportlern unter 16 Jahren wollen wir hier einen würdigen Rahmen für ihre Ehrung geben. Ehrung erfolgreicher Sportler < 16 Jahre

Wir freuen uns auf Euch! Die Velberter Sportgemeinschaft



12 BASKETBALL HANDBALL 13



BASKETBALL Sascha Döring

Für die Basketball-Abteilung war es ein turbulentes Jahr, ich halte mich aber kurz: Sportlich gesehen lief es im ersten Halbjahr sehr gut. Die Damen 1 beendeten die Regionalliga-Saison - immerhin 3. Liga als Aufsteiger auf Platz vier, die Herren 1 schafften als Zweitplatzierte den Aufstieg in die Landesliga, ebenso die Damen 2. Die Jugendteams beendeten ihre Saisons auf ordentlichen Mittelfeldplätzen in den jeweiligen Ligen.

So weit, so gut. Nach den Sommerferien jedoch sah es schon anders aus: Die Herren 1 hatte über den Sommer so viele Spielerabgänge zu verzeichnen. dass wir das Team zurückziehen mussten und daher derzeit mit zwei Kreisligateams am Spielbetrieb teilnehmen. Die Bilanz hier: Die Herren 1 sind ungeschlagen Tabellenführer, die Herren 2 (eine reine Hobbytruppe) sieglos letzter. Die Damen 2 marschieren, sind in der neuen Liga direkt an die Tabellenspitze gesprungen. Die Damen 1 bekamen ein neues Gesicht, nachdem mit Jennifer Judge und Kathi Quakernack zwei Leistungsträgerinnen der vergangenen Saison den Verein wechselten. Zusätzlich gab es in der Herbstpause einen Trainerwechsel: Statt Benjamin Heck steht nun Sascha Butgereit an der Seitenlinie, der dem Team im Abstiegskampf wieder Selbstvertrauen und Stabilität mitgegeben hat. 7iel hier: Klassenerhalt.

Für das Jahr kommt einiges auf uns zu: Wir müssen sehen, wie der Spielbetrieb im Seniorenbereich fortgesetzt wird, welche Perspektiven wir der Jugend bieten können und - ganz wichtig - wer in Zukunft die Abteilung führen wird. Darum wird es auch auf der nächsten Abteilungsversammlung gehen, denn mit Jochen Bettendorff (Geschäftsführer) und Sascha Döring (Abteilungsleiter) stehen gleich zwei Vorstandsmitglieder nicht mehr zur Wahl. Wir gehen aber davon aus, dass wir eine adäquate Lösung finden werden.

Bis dahin wünschen wir euch eine erfolgreiche Saison und alles Gute.

Liebe Grüße, Furer Sascha





HANDBALL Axel Spitzer

Liebe Handball-Freunde.

hier ein kurzer Bericht über das Handballjahr 2016. Die 16 HSG-Teams haben zum Teil tolle Leistungen gezeigt, wenn auch nicht immer mit dem Erfolg, den Sie sich gewünscht haben. Alle Ergebnisse des Jahres findet ihr wie immer unter www.sis-handball.de. Der EM-Titel und Olympia-Silber haben unserer Sportart gut getan. Einen weiteren Umbruch mit jungen Zugängen aus der Region haben wir in der 1.Herren-Mannschaft vollzogen. Es heißt weiter "Mit dem eigenen Nachwuchs nach vorne"! Ein Trainerwechsel zum Jahresende sollte dann noch einmal frischen Wind bei den abstiegsbedrohten Landesligamännern

bringen. Viel Erfolg wünschen wir hierzu Oliver Franke und vielen Dank auch an den ausgeschiedenen Trainer Olaf Schulz, der auch in der Jugend einige Impulse gesetzt hat. Hierzu gehörte auch die männliche Verbandsliga B-Jugend, die in der Qualifikation denkbar knapp an einem Oberligastartplatz vorbeischrammte und nun eine gute Rolle in der Verbandsliga spielt. Da unser Nachwuchs nach 4-jährigem HSG-Bestehen sehr gut heranreift, geben wir unserer Jugend die Chance, sich weiter im Senioren-Bereich zu etablieren: Unsere 2. Herren gehen mit einer guten Mischung aus Jung und Erfahren in die neue Saison. Hier konnte mit dem Solinger Michael Hildebrandt ein erfahrener Trainer verpflichtet werden. Die 3. Herren geht mit einem neuen Trainer- Gespann (Milde und Friedrich) in der Kreisliga auf Punkte-Jagd. Sehr erfreut sind wir, dass wir mit Marvin Steinhoff einen Trainer für die Damen-Mannschaft gewinnen konnten, der mit ganz jungen Spielerinnen einen Neuanfang in der Bezirksliga startet. Aktuelle Infos bekommt Ihr auf www.wir-sind-handball.de

Vielen Dank an die Jugend- und Seniorenmannschaften für Ihre gezeigten Leistungen und natürlich allen helfenden Händen rund um die Sportler/innen.

Bilder von Spielen auch unter: www.amateur-sportbilder.de.

Liebe Grüße, Axel Spitzer



14 HWARANG KWAN DO LEICHTATHLETIK 15



HWARANG KWAN DO

Nicolai Rasky

Liebe VSGler,

Rückblick 2016

Nach den Gürtelprüfungen bis zum Sommer haben wir hauptsächlich mit neuen Interessenten unsere Fitness trainiert. Das Freitagstraining kommt dabei sehr gut an und zum neuen Jahr werden wir hoffentlich wieder etwas wachsen. Unser einziger "Kämpfer" Jörg Vester hat sich 2016 mehrmals auf Wettkämpfen bewährt (siehe ausführlicher Bericht im letzten Einblick).

Im zweiten Halbjahr 2016 haben wir außerdem regelmäßig für den Auftritt bei der "Night of the Budo Legends" im kommenden Frühjahr in Berlin trainiert. Zum Abschluss des Jahres stand ein gemeinsames Training mit der Bottroper Hwarang Kwan Do Gruppe von Udo Kuhn auf dem Plan. Am Samstag vor Weihnachten haben wir zum ersten Mal gemeinsam für die Vorführung trainieren können. Am Wochenende davor haben wir wie im Vorjahr ein gemeinsames Weihnachtsessen beim Koreaner in Essen genossen, was das Jahr wieder passend abgerundet hat.

Ausblick 2017

Das neue Jahr hat für uns den frühen Höhepunkt am 01.04.2017 mit dem Auftritt bei der "Night of the Budo Legends" im Velodrom in Berlin. Das heißt in den ersten drei Monaten viel Training für die Präsentation. Neben der Gruppe aus Bottrop wird das Team des

Hwarang Kwan Do auch noch von Meisterschülern von Klaus Wachsmann aus dem Ausland unterstützt. So geht die VSG mit internationalen Partnern in dieses Event. Für weitere Informationen: www.thespiritofmartialarts.com

Danach werden 2017 mit Sicherheit auch noch einige Gürtelprüfungen anstehen, um dem Ehrgeiz und Trainingserfolg des Mittwochs gerecht zu werden. Jörg Vester als Höchstgraduierter könnte dann den roten Gurt erreichen. Aber auch die weiteren Farb-, und auch einige neue Weißgurte haben mit Sicherheit für das Jahr 2017 eine neue Farbe als Ziel.

Nachdem die Trainingsstruktur mit der Trennung von traditionellem Training des Hwarang Kwan Do und dem fitnessorientierten Kampf- und Selbstverteidigungstraining so erfolgreich ist, wird auch das Jahr 2017 weiter so trainiert:

Trainingszeiten:

Mittwoch 18:30-19:00
Traditional'n Fighting Art – traditionelles Training des Hwarang Kwan Do
Freitag 19:00-20:30
Bodyshape'n Defence – Fitnesstraining kombiniert mit Selbstverteidigung
Samstag 11:00-12:30
Grab'n Take Down – Bodenkampf,

Informationen unter:

Inhalte nach Absprache

http://www.velberter-sg.de unter dem Link Hwarang Kwan Do

01577-1496105 (Nicolai Rasky)

Kommt vorbei und trainiert mit,

Nicolai



LEICHATHLETIK

Nicole vom Hove

Leichtathletik: Jahresrückblick 2016 Erfolgreiche Hallensaison der Leichtathleten

Auch im Winter sind wir Leichtathleten aktiv - dann nicht draußen im Stadion, sondern drinnen in der Leichtathletikhalle. Für unsere Jugendlichen begannen die Hallenwettkämpfe der Saison 2016 mit den Kreismeisterschaften der Altersklasse U14 und U16 in Leverkusen. Hier konnte sich Leni Schaumburg aus der Trainingsgruppe von Sandra Lange und Marie Sträßer in der Altersklasse W12 sowohl im Weitsprung als auch über die 60-Meter für die Endrunde qualifizieren. Aus der Trainingsgruppe von Ulrich Weise, Nicole vom Hove und Tobias Wende stach die 4-mal-200-Meterstaffel der weiblichen Jugend U16 mit Kathrin Laukert, Neele Franke, Fanny Cäcilia Pettau und Clara vom Hove heraus - sie sicherte sich den Bronzerang durch einen beherzten Endspurt. Dieses Quartett vertrat die Farben der Velberter Sportgemeinschaft auch bei den Landeshallenmeisterschaften der Altersklasse U16 in Düsseldorf und konnte dort die Staffelbestzeit noch einmal um fast drei Sekunden steigern. Clara vom Hove ging hier auch über die 60-Meter-Hürden an den Start und qualifizierte sich mit neuer persönlicher Bestzeit von 10,15 Sekunden für die Endläufe.

Trainer Stefan Lange plante die Hallensaison für Nicole vom Hove. Sie gewann zunächst die Landeshallenmeisterschaften der Seniorinnen in der Altersklasse W45 über 60 und 200 Meter und belegte im weiteren

Saisonverlauf bei den Deutschen Meisterschaften der Altersklasse W45 einen guten sechsten Platz über die 200-Meter-Strecke.

Schüler und Jugendliche überzeugten beim Cross und Waldlauf

Bei den Kreismeisterschaften im Wald- und Crosslauf des Leichtathletikkreises Bergisches Land waren unsere Schülerinnen und Schüler mit einer Mannschaft von 13 Teilnehmern/innen vertreten und konnten sich gut in den großen Teilnehmerfeldern behaupten. Das beste Ergebnis erzielte Leni Schaumburg als Dritte der Altersklasse W12 über den 1920-Meter-langen Rundkurs.

Drei Regiomeistertitel für Stina Goldau und Meisterschaftsqualifikationen für Clara vom Hove

Nach den Osterferien ging es wieder zu Wettkämpfen ins Leichtathletikstadion. Hier räumte Stina Goldau kräftig ab: Gleich zu Beginn der Saison sicherte sie sich die



Regiomeistertitel im Weitsprung (5,20 Meter), im Hochsprung (1,58 Meter) und mit dem 600-Gramm-Speer (34,02 Meter) – alle drei Leistungen bedeuteten gleichzeitig die Qualifikation für die Landesmeisterschaften. Cedric Mieden gefiel bei den Regiomeisterschaften der Altersklasse U18 als Zweiter über die 800-Meter-Strecke.

Clara vom Hove nahm in der abgelaufenen Saison erstmals die Langhürdenstrecke in Angriff. Über 300-Meter-Hürden der Altersklasse W15 qualifizierte sie sich sowohl für die Landesmeisterschaften als

auch für die Westdeutschen Titelkämpfe und drückte ihre Bestzeit im Laufe der Saison auf gute 48,78 Sekunden.

Tolle Platzierungen im Mehrkampf

Auch im Mehrkampf griffen unsere Mädels an: Zunächst die 18-jährige Stina Goldau mit einem



tollen vierten Platz bei den Landesmeisterschaften und einem neuen Vereinsrekord im Siebenkampf der Altersklasse U20. In Einzel setzte Stina noch einen drauf: In einem perfekten Weitsprungwettkampf sicherte sie sich die Vize-Landesmeisterschaft mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 5,27 Metern. Danach folgten die Mädels der Altersklasse U16: Sowohl Clara vom Hove mit 2253 Punkten im Blockmehrkampf Lauf (100m, 80m Hürden, Weitsprung, Ballwurf und 2000-Meter-Lauf) als auch Fanny Cäcilia Pettau mit 1993 Punkten und Lorena Varivoda mit 1729 Punkten im Blockmehrkampf Wurf (100m, 80m Hürden, Weitsprung, Kugelstoßen und Diskuswurf)



überzeugten als Vizemeisterinnen im Leichtathletikkreis Bergisches Land.

Kreismeistertitel und Erfolge beim Crosslauf für unsere Jungs

Doch das war noch nicht alles: Die Jungs Cedric Mieden, Nils Gohlisch und Tim Florian Ressel aus der Trainingsgruppe von Ulrich Weise, Nicole

vom Hove und Tobias Wende stürmten zum Kreismeistertitel in der 3mal-1000-Meter-Staffel der Altersklasse U18 und überzeugten, gemeinsam mit Alexander Löper, auch beim Crosslauf des Werdener Turnerbundes durch Platzierungen auf dem Treppchen. Bei diesem Wettkampf stellte sich auch Leni Schaumburg aus der Trainingsgruppe von Sandra Lange und Marie Sträßer der Konkurrenz und überzeugte als Fünfte auf dem Rundkurs, der durch Sand und über Hindernisse ging.



Gute Ergebnisse bei Landes- und Deutschen Meisterschaften)

Nicole vom Hove starte im Juni bei den Landesmeisterschaften der Seniorinnen W45 über 200 Meter und konnte dort den Vizemeistertitel erringen.

Einen Monat später ging es zu den Deutschen Meisterschaften nach Leinefelde-Worbis in Thüringen. Hier fand ihre Saison einen tollen Abschluss: Sowohl über die 100 Meter in 13,92 Sekunden als auch über die 200 Meter in 28,13 Sekunden konnte sie einen tollen fünften Platz erzielen. Trainer Stefan Lange hatte in der Saisonplanung wieder einmal alles richtig gemacht und das Training perfekt auf diesen Saisonhöhepunkt ausgerichtet.

Zum Saisonabschluss standen die zweiten Vereinsmeisterschaften und ein Werfertag auf unserer Trainingsanlage am EMKA-Sportzentrum auf dem Terminplan. Überwältigend war die Resonanz bei den Vereinsmeisterschaften im Dreikampf: 99 Kinder und Jugendliche kämpf-



ten um die Titel und erzielten teilweise tolle Zeiten und Weiten. Hier hatten besonders die Trainer unserer Kleinsten Jenny Pastorelli und Ursula Stiefeling alle Hände voll zu tun – denn alle Kinder wollten am liebsten gleichzeitig loslaufen und -springen – da war voller Einsatz gefragt. Auch der Werfertag war ein großer Erfolg mit Gästen aus Essen und Remscheid – er soll auch in diesem Jahr eine Fortsetzung finden.

Zum Saisonabschluss standen die zweiten Vereinsmeisterschaften und ein Werfertag auf unserer Trainingsanlage am EMKA-Sportzentrum auf dem Terminplan. Überwältigend war die Resonanz bei den Vereinsmeisterschaften im Dreikampf: 99 Kinder und Jugendliche kämpften um die Titel und erzielten teilweise tolle Zeiten und Weiten. Hier hatten besonders die Trainer unserer Kleinsten Jenny Pastorelli und Ursula Stiefeling alle Hände voll zu tun – denn alle Kinder wollten am liebsten gleichzeitig loslaufen und -springen – da war voller Einsatz gefragt.

Auch der Werfertag war ein großer Erfolg mit Gästen aus Essen und Remscheid – er soll auch in diesem Jahr eine Fortsetzung finden.



Unsere jüngeren Wettkampfathleten der Altersgurppe U12 und U14 glänzten zum Schluss der Stadionsaison noch beim Schülersportfest in Remscheid. Hier ragte die erst 10 Jahre alte Lara Cardenäo aus den Siegerlisten heraus. Über 50-Meter sprintete sie allen anderen Mädels davon und übertraf im Weitsprung erstmals die 4-Meter-Marke.

Trio startet erfolgreich in die Hallensaison

Stina Goldau, Clara vom Hove und Fanny Cäcilia Pettau sind erfolgreich in die neue Hallensaison 2016/17 gestartet. Alle drei Athletinnen erreichten die Qualifikation für die Landesmeisterschaften ihrer Altersklasse über die 60-Meter-Hürdenstrecke, die nur in der Halle gelaufen wird. Stina Goldau geht dort zusätzlich im Hoch- und Weitsprung an den Start.

Insgesamt blicken die Leichtathleten auf eine erfolgreiche Saison mit guten Trainingsbedingungen zurück. Ein toller Sportplatz, bei dem jedoch noch immer die entsprechende Geräteausstattung fehlt, um



wettkampfgerecht trainieren zu können. Auch in diesem Jahr haben wir eine wettkampftaugliche Hochsprunganlage mit großer und höherer Matte vermisst! Denn Stina fliegt inzwischen so hoch und weit, dass es manchmal knapp wird bei der Landung. Hoffentlich findet sich dafür bald ein leichtathletikbegeisterter Sponsor!

Unsere Mitgliederzahlen liegen zurzeit konstant bei ca. 280 Mitgliedern – besonders bei den Kleinsten haben wir einen tollen Zulauf. Unsere Wettkampfgruppe der 13- bis 19-Jährigen könnte jedoch noch ein wenig Verstärkung gebrauchen, um auch bei Mannschaftswettbewerben und Staffelläufen jeweils ein Team an den Start bringen zu können.

Bis demnächst Eure Nicole



Info-Telefon: **02051 988-0**

Stadtwerke Velbert

STROM GAS WASSER NETZE BÄDER

18 REHABILITATIONSSPORT



REHABILITATIONSSPORT

Anja Martschinke-Rasky

Rückblick 2016 Abteilung Rehabilitationssport

Die Abteilung Rehabilitationssport bietet Mitgliedern und Nichtmitaliedern die Gelegenheit, verordneten Rehasport bei der Velberter Sportgemeinschaft durchzuführen. In den verschiedenen indikationsspezifischen und bei den Kostenträgern zertifizierten Angeboten dürfen Sie sich Teilnehmer mit orthopädischen Krankheitsbildern, wie LWS-Syndrom, Knie- und Hüft-OP, Rückenschmerzen oder Osteoporose, gut aufgehoben fühlen.

Alle Kurse des Rehabilitationssportes entsprechen den Gütekriterien der Krankenkassen und werden von qualifizierten Übungsleitern durchgeführt.

Eine Teilnahme an diesen Kursen ist nur nach vorheriger Anmeldung und Absprache möglich.

Alle Angebote können aber auch im Rahmen der Vorbeugung ohne Verordnung als Kurs gebucht werden.

2016 wurden die bestehenden Kurse so aut besucht. dass in fast allen Angeboten die maximale Teilnehmerzahl erreicht ist und im Moment keine weiteren Neuen aufgenommen werden können. Wir arbeiten an neuen Angeboten.

Weitere Infos unter: www.velberter-sq.de

Auflösung der Diabetikersportgruppe

Auf Grund zu geringer Nachfrage wurde 2016 nach jahrelangem Bestehen leider die Diabetikersportgruppe von Renate Calenberg dienstags in der Sporthalle Birth aufgelöst. Fast allen Teilnehmern konnten alternative Angebote im Verein angeboten werden, sodass sie weiter unter qualifizierter Leitung ihren Sport durchführen können.

Weitere Infos: A. Martschinke-Rasky 02051 601482 VSGAMR@web.de



dem Rollkunstlauf-Team-Velbert unser Schnuppertraining an, was dazu führte, dass sich bis zum 01. Januar 2017 über 30 Kinder in der neuen Abteilung angemeldet haben. Zu den angemeldeten Sportlerinnen kommt beim Training ja noch der Schnupperkurs hinzu. Dies sind in der Regel um die 25 bis 30 Kinder. verteilt auf 2x2 Tage. Und damit ist die Halle dann voll. Im Frühling 2017 werden wir uns mit einer Aufteilung der Gruppe und einer Ausweitung der Hallenzeiten beschäftigen müssen.

ROLLKUNSTLAUF-TEAM 19



Volker Ziegler

Seit September 2016 in der VSG

ROLLKUNSTLAUF - TEAM

Was waren das noch für 'gemütliche' Anfänge, damals im September 2016. Das Rollkunstlauf-Team-Velbert (RTVe) hat reichlich Starthilfe gegeben, als die ersten VSG-Schnupperkinder die Hallenfläche betraten. Dies war wichtig, denn bei nur 3 Kindern und einer Trainerin will sich der Spaß in der Halle nicht so recht zeigen. Also sprangen Rollkunst-Läuferinnen der Gruppe 1 und 2 in die Bresche und rollten zusammen mit den Schnupperkindern durch die Halle.

Die Abteilung steht

In Summe bieten wir nun an insg. 4 Tagen (montags, dienstags, donnerstags und freitags) zusammen mit



Die Mannschaft des Velberter Rollkunstlauf-Team mit Trainer beim Winterschaulaufen 2016 in Remscheid

Unsere Aktivitäten

- Bereits in den Herbstferien 2016 (1te FeWo) nahmen erste Läuferinnen der neuen Abteilung am Rollkunstlauf-Lehrgang des RTVe teil. Diese Lehrgänge finden in aller Regel immer zu Pfingsten, Ostern und im Herbst zu den gleichnamigen Ferien statt.
- Ein Dank geht an unsere Vereinsjugend, denn beim Ausflug am Sa.26.11. in die Schlittschuh-Disco in Ratingen waren auch etliche Rollschuh-Läuferinnen mit dabei.
- Ein weiterer Höhepunkt war die Teilnahme der fortgeschrittenen Läufer/innen des RTVe beim Winter-schaulaufen am 2ten Advent-Sonntag in Remscheid. Zählt man alles zusammen (Choreografie, Training, Kleider und Co.) so stecken insg. mehr als 100 Stunden Vorbereitung in diesem Event. Allen daran Beteiligten auch von dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön.
- Am Montag, 19.12. fand dann die Weihnachtsfeier gemeinsam mit den Läufer/innen des RTVe in der Rollsporthalle im Sportzentrum statt. 80 Kinder und Jugendliche rollten über die Fläche, was das Zeug hielt.

Jede Gruppe führte einen Tanz auf, zzgl. gab es einen bis dahin geheim gehaltenen Trainer-Tanz, zu dessen Ende hin alle Kinder mit auf der Fläche waren. Natürlich war auch der Nikolaus da und half mit bei der Vereins-Ehrung.

Für die erfolgreichen Wettkampf-Sportler gab es Pokale und Urkunden, für alle Läufer/innen aus allen 5 Gruppen hatten der Nikolaus und die Vereinsjugend des RTVe auch noch je ein Geschenk dabei.

20 ROLLKUNSTLAUF-TEAM



Sportler und Trainer der Abteilung Rollkunstlauf-Team zusammen mit dem RTVe bei der Weihnachtsfeier. Wir sind FIN TFAM!

Ausblick

Am So. 05.02.2017 richten die VSG und das RTVe gemeinsam die Sportgala "Jump 'n Roll" in der Dreifachhalle im Sportzentrum aus. Sportler/innen aus (fast) allen Abteilungen präsentieren ihren Sport vor einem hoffentlich großen Publikum um zu zeigen, wie viel Spaß darin steckt.

Die Abteilung Rollkunstlauf-Team wird – unterstützt von den Läuferinnen der RTVe – die Weihnachts-Tänze aufführen und einen kleinen Mini-Wettkampf durchführen. Als Rollkunstlauf-Highlight ist ein Aufritt des Magic-Team aus der Kooperation (Remscheid, Ronsdorf und Velbert) geplant. Die Formations-Gruppe ,Magic-Team' startet für NRW und wurde in 2016 Deutscher Vize-Meister!

Ein weiteres Highlight in 2017 wird sicherlich die Ausrichtung der Deutschen Meisterschaft im Roll-kunstlauf-Schaulaufen am letzten März-Wochenende (Fr. 24.03. - So. 26.03) sein. Hier können wir ein weiteres Mal gemeinschaftlich die Ärmel hochkrempeln und ein tolles Event im Sportzentrum präsentieren.



aktiv-markt Nissen Einkaufszentrum Birth

über 60 kostenlose Parkplätze direkt vor dem Haus frisch • aktuell • modern • immer gut drauf

7.00 - **22**.00 h



www.edeka-nissen.de



TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT
Meike Endemann

Zu Beginn meins diesmal etwas kürzeren Berichtes möchte ich Euch allen noch ein gutes, gesegnetes neues Jahr wünschen. Auch wenn es nun schon fast wieder mitten drin ist, kann man die Wünsche in der heutigen Zeit glaube ich immer gebrauchen.

Schauen wir mal auf das vergangene Jahr zurück. Ein Jahr voller Aktivitäten für die VSG und unsere Abteilung.

Begonnen haben wir eigentlich am Rosenmontag 2016, denn alles war für die Teilnahme am Rosenmontagszug vorbereitet. Kamelle waren ausreichend besorgt, Mitläufer organisiert und Bollerwagen vorbereitet- jedoch, und das wissen wir ja alle, musste der Rosenmontagszug in Velbert aufgrund von Unwetterwarnungen abgesagt werden. Wir ließen uns aber nicht davon abhalten trotzdem zu feiern. Im Restaurant Karstens im EMKA-Sportzentrum sorgten wir mit Musik, Kamelle und ordentlich Konfetti für gute Laune bei den Leuten die gekommen sind.

Ende Februar haben wir alle interessierten Kinder zwischen 3 und 6 Jahren mit Ihren Eltern ins Sportzentrum eingeladen. Alle Kinder hatten die Möglichkeit an diesem Nachmittag Ihr KiBaz-Abzeichen (Kinderbewegungsabzeichen) zu erwerben. 36 Kinder folgten unserer Einladung und absolvierten insgesamt 10 Stationen, an denen es um Geschick, Balance, Gedächtnistraining und vielem mehr ging. Alle Kinder und auch wir hatten einen schönen Nachmittag.

Weiter ging es mit der Anmeldung zur Fahrt ins Ferienzentrum Schloss Dankern. Im vergangenen Jahr

TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT U18 21

war der Andrang auf die Fahrt erstmalig so groß, dass wir am Ende nur 2 Hände voll Nicht-Mitglieder mitnehmen konnten. Am Anmeldetag "rannten" uns die Eltern und teilweise auch die Kids die Türen ein. Mich hat es gefreut, denn es zeigt, dass wir mit der Fahrt alles richtigmachen, und die Kinder jedes Jahr wieder gerne mit dabei sind.

Traditionell an Himmelfahrt fand parallel zu den beiden Wanderungen und dem gemütlichen Beisammensein das Kinderfest der VSG statt. Aufgrund der guten Wetterlage haben wir spontan alles nach draußen ins Leichtathletikstadion verlegt. Neben unserem vereinseigenen Airtrack hatten wir auch wieder die Hüpfburg vom Stadtjugendring und 2 Sumo-Ringeranzüge inkl. Helm und Matten vom Hüpfburgenverleih Velbert. Sämtliche Kleingeräte aus der Sporthalle wie Bälle, Seile, Balancierbretter, Dosenstelzen usw. wurden rausgeholt, sodass Jung und Alt sich nach Herzenslust daran austoben konnte. Denn es heißt zwar Kinderfest, aber im Grunde sind wir ja alles Kinder und so hatten auch die Erwachsenen Ihren Spaß mit den angebotenen Dingen.

Am 28. Mai wurde dann schließlich der ausgefallene Rosenmontagszug in Velbert als Brauchtumszug nachgeholt. Wir von der VSG waren selbstverständlich mit dabei, denn wir hatten ja noch das ganze Wurfmaterial eingelagert. Mit 3 Bollerwagen zogen wir mit ca. 15 Personen durch die Innenstadt bis zum Europaplatz wo im Anschluss eine große Party für alle Jecken stattfand. Karneval im Frühling war sehr gewöhnungsbedürftig, aber was soll es Hauptsache Spaß.

Während der Sommerferien haben wir uns zum wiederholten Male (seit es die Aktion gibt) am Ferienspaß der Stadt Velbert beteiligt. Mit unseren großen Trampolinen und dem Airtrack konnten wir wieder viele Velberter Jungs und Mädchen ins Sportzentrum locken und begeistern. Wer wollte nicht schon immer einmal hoch hinaus, oder endlich einen Salto auf dem Trampolin schaffen? Die Aktion ist immer wieder ein voller Erfolg, sodass wir auch im Jahr 2017 wieder daran teilnehmen werden.

27. und 28. August war für mich und meine Helfer ein echtes Kampfwochenende. Na wer erinnert sich? Genau es fand das 3. Velberter Parkfest statt. Mit einem großen Infostand, dem Airtrack, mehreren Kleingeräten und vielen Prospekten der VSG machten wir uns am Freitagabend auf in den Park um alles vorzubereiten.

22 TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT U18

Die beiden Pavillons wurden im Dunkeln aufgebaut, und alles an Material erst einmal darin verstaut. An den kommenden beiden Tagen hieß es dann von 10h bis 18h am Stand zu sein, Fragen zu beantworten und natürlich Werbung für unseren Verein zu machen. Da das Wetter bombastisch gut war, war auch der Park sehr gut gefüllt und unser Stand hoch frequentiert.

125 Jahre Stadtwerke Velbert/ Gottfried Schultz Familientag waren zwei Veranstaltungen, welche unglücklicherweise auf denselben Tag fielen. Die VSG beschloss an beiden Aktionen teilzunehmen, sodass wir bei Gottfried Schultz unser Airtrick (6x6m), einen Popcornstand und eine Schminkecke anbieten konnten. Bei den Stadtwerken waren wir mit unserem Airtrack (14,5 x 4,5m) am Start, ebenso mit einem Hand, Auge, Fuß-Koordinationsparcour gemeinsam mit den Leichtathleten der VSG. Ich denke an beiden Standorten konnten wir auf die VSG aufmerksam machen und uns der Öffentlichkeit präsentieren.

Am 17.09. war dann auch schon wieder die nächste Veranstaltung, an der wir vertreten waren. Beim 14. Velberter Schlangenfest konnten die Velberter Kids zwischen 3 und 6 Jahren erneut ihr KiBaz-Abzeichen erwerben. Etwas anders als in der Sporthalle mussten die Kids hier durch Reifen springen, eine Schlange malen, ein Lego-Objekt nachbauen, Bälle in Gefäße werfen, Memory spielen, Dinge erfühlen, Eierlauf, Stelzenlauf absolvieren. Die Kinder und wir Helfer hatten richtig Spaß, auch wenn der Andrang zu manchen Zeiten so hoch war, dass es leider zu längeren Wartezeiten kam. Wir haben daraus gelernt und werden, falls wir so etwas in der Stadt noch einmal anbieten für mehr Helfer sorgen. Aber auf alle Fälle kann ich sagen, dass die Teilnahme am Schlangenfest viel Spaß macht und der Tag immer sehr schnell vorbei-

Zwischen August und Dezember 2016 haben wir ein Sportangebot im MIO-Kindergarten Kurze Straße angeboten, an dem alle Kinder zwischen 2 und 6 Jahren teilgenommen haben. Immer mittwochs war ich in der Einrichtung und habe mit den Kindern geturnt. Neben der eigenen Körperwahrnehmung stand die Bewegung im Vordergrund. Wir haben an Geräten geturnt, aber auch mit Alltagsmaterialien wie Zeitung, Kochlöffeln, Putzlappen, Bierdeckeln und den eigenen Kuscheltieren. Am Ende der Aktion bekam jedes Kind einen Gutschein für Schnuppertrainings

bei der VSG. Viele der Kids haben das Angebot angenommen und waren in den unterschiedlichen Gruppen schnuppern. Das Projekt können wir durchführen, aufgrund der Tatsache, dass wir Fördergelder des LSB über 1000€ erhalten haben. Auch in Zukunft werden wir immer wieder Bewegungsangebote in unseren Kooperationseinrichtungen durchführen, um allen Kindern die Möglichkeit zu geben zu erkennen wieviel Spaß Bewegung machen kann.

Ferienfreizeit Schloss Dankern, Seit 19 Jahren fahren wir immer in der 1. Herbstferienwoche mit Kindern und Jugendlichen zwischen 6 und 15 Jahren ins Ferienzentrum Schloss Dankern. Neben den vielen Attraktionen die es ohne hin schon im Park gibt, gestalten wir mit unseren rund 40 Betreuern immer ein abwechslungsreiches Programm. Neben den Standards wie Nachtwanderungen und Disco gab es im vergangenen Jahr auch eine Fahrradtour in die Harener Innenstadt, eine Tour zur Quadbahn inkl. Quadfahren. Wasserski ab 12 Jahren, Tretboot fahren auf dem Dankern See, eine Schatzsuche im Wald, Lagerolympiade und vieles mehr. Leider hatten wir bei Abfahrt am 07.10. immer noch fast 60 Kinder auf der Warteliste stehen, welche gerne noch mitgefahren wären. Im Jahr 2017 haben wir unser "Dankern-Jubiläum - 20 Jahre Dankern mit der VSG", sodass sich alle interessierten Kids schon einmal auf das ein oder andere Highlight während der Fahrt freuen können. Näheres zur Fahrt 2016 könnt Ihr im letzten Einblick ausführlich nachlesen.

Die letzte Aktion 2016 fand am 19. November in der Sporthalle Am Schwanefeld statt. Wir haben alle Teilnehmer der Dankern-Fahrt, alle Betreuer, alle Interessierten Eltern und Geschwister zum Nachtreffen eingeladen. In der Halle erwartete die Kids eine Kletter-, Tobe-, Spielelandschaft aus allen möglichen Geräten. Ebenso gab es eine Ecke zum Tanzen und auch eine zum Chillen und Fotos gucken. Getanzt wurde mächtig auf die typischen Dankern-Hits wie Macarena, Monkey Dance, Piratentanz, Moskau usw. Im jugendraum der Sporthalle haben wir ein Buffet mit Zitronentee, Wasser, Waffeln und Popcorn aufgebaut. Ebenso konnten sich hier die Eltern ganz in Ruhe alle Fotos der Woche anschauen, und bei Interesse auf einen USB-Stick kopieren lassen. Für uns ist das Nachtreffen immer der Abschluss der Fahrt- leider, denn Dankern sollte eigentlich nie zu Ende gehen.

TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT U18 23

Einen Wermutstropfen gibt es aber jedesmal, denn nach Dankern ist vor Dankern, und so sind wir jetzt Anfang Januar schon wieder mittendrin in der Planung für die nächste Fahrt.

Neben den vielen Veranstaltungen haben wir aber auch einen Verlust in der Turnabteilung zu verzeichnen. Unser langjähriger Übungsleiter und Trainer Michael Alfermann hat die VSG aus beruflichen Gründen verlassen. Michael macht sein Hobby das Turnen zum Beruf und ist dafür in eine andere Stadt gezogen. Wir haben Michael auf der Ehrungsmatinee am 4 De-

Wir haben Michael auf der Ehrungsmatinee am 4.Dezember gebührend mit einem kleinen Präsent verabschiedet und wünschen Ihm für seine Zukunft alles Gute

Wo einer geht kamen im vergangenen Jahr aber auch direkt welche hinzu. Mit Leon Oudshoorn, Chantal Oudshoorn und Lynn Sophie Nockmann kann ich drei weitere Trainerassistenten in der VSG begrüßen. Alle drei haben mit Erfolg am Lehrgang des Turnverbandes teilgenommen und Ihre Prüfung bestanden.

As den Trainingsgruppen gibt es eigentlich nur kurz zu berichten, dass die Tricking-Gruppe für die Kids ab 8 Jahren jetzt immer donnerstags zwischen 16.30h und 18h in der Dreifeldhalle Am Sportzentrum trainiert. Der Trainer Alexander Kocur freut sich über weitere interessierte Mädchen und Jungs. Tricking ist ähnlich wie Parcour und beinhaltet sowohl das Springen von Salti, Schrauben etc. auf dem Airtrack oder Airtrick, aber auch verschiedenen Übungen auf dem Boden. Ebenso werden diverse Geräte gerne einmal übersprungen. Wer also Lust hat so etwas auszuprobieren, darf gerne 2x kostenlos am Training teilneh-

An dieser Stelle bedanke ich mich bei allen Übungsleitern, Trainerassistenten und Eltern der Abteilung, denn ohne Euch könnten wir die ganzen Aktionen und Trainingsgruppen überhaupt nicht durchführen. Ich freue mich auf ein tolles, aktionsreiches Jahr 2017 mit Euch an meiner Seite.

Fure Meike

Renovier Deine Vereins Casse

Förderaktion "Renovier" deine Vereinskasse" für 2017

Wir vom LaminatDEPOT sind nicht nur der führende Hartbodenspezialist in NRW mit einer Filiale am Buschberg 60 in Velbert und insgesamt zwölf Filialen in ganz NRW. Wir sind vor allem sportbegeistert und möchten Sportvereine in Velbert unterstützen. Mit unserer Förderaktion "Renovier' deine Vereinskasse" gehen wir in diesem Jahr mittlerweile in die vierte Saison. Wir sind der Meinung, dass Sportvereine in unserer Gesellschaft eine wichtige soziale Funktion übernehmen. Hierbei wollen wir den Vereinen bei ihrer wertvollen Arbeit helfen. Jeder eingetragene Sportverein (e.V.) in Velbert kann bei der Aktion mitmachen. Anmeldungen sind bis einschließlich, Dienstag, 28.02.2017, möglich. Pro Jahr schütten wir bis zu 2000 Euro pro angemeldetem Verein aus.

"Renovier' deine Vereinskasse" funktioniert wie folgt: Vereinsmitglieder, ihre Freunde, ihre Nachbarn und Verwandte sammeln die Quittungen von ihren Einkäufen beim LaminatDEPOT und geben sie bei einem zuständigen Ansprechpartner im Verein ab. Der Verantwortliche sendet dann zum Jahresende die Sammlung abgeheftet und sortiert an das LaminatDEPOT. Kopien werden nicht akzeptiert. Von der Gesamtsumme der Einkäufe bekommt der Sportverein drei Prozent zurück. So klingelt es am Jahresende bei so manchem Verein in der Kasse. Die Förderaktion läuft bis zum 31. Dezember 2017. Wer mitmachen möchte, kann sich über die E-Mail-Adresse vereinsaktion@laminatdepot.de oder beim Projektbüro unter 0201/7492324 anmelden. Das Förder-Angebot gilt für alle eingetragenen Sportvereine aus Bochum, Bielefeld, Dortmund, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen, Lippstadt, Mülheim, Porta Westfalica, Solingen, Velbert und Wuppertal.



24 TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT 18+ TAEKWONDO **25**



TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT 18+

Anja Martschinke-Rasky

Rückblick 2016 Turnen Fitness & Gesundheit

Auch im Jahr 2016 kann die Abteilung Turnen Fitness & Gesundheit der Velberter Sportgemeinschaft auf einige erfreuliche Punkte zurückblicken:

Gestiegene Mitgliederzahlen in der Abteilung -Breitgefächertes Sportangebot mit vielen zufriedenen Teilnehmern

Viele erfolgreiche Kurse und Dauerangebote von Aerobic über Korbball bis zu Yoga mit zahlreichen zufriedenen Teilnehmern/Innen prägten das Jahr 2016, was sich auch in der Zahl der Mitglieder der Abteilung widerspiegelt. Dieses ist eine sehr erfreuliche Tendenz und wir hoffen, dass unsere Arbeit weiter mit steigenden Mitgliederzahlen und zufriedenen, motivierten Teilnehmern belohnt wird.

Kurse auch 2016 gut besucht Outdoor FitCamp – erfolgreich auch 2016

Unter der Devise "Raus aus der stickigen Luft vieler Sporthallen und rein in die freie Natur" fanden 2016 erstmals in der VSG vier Outdoor FitCamps mit Carmen statt. Im Frühjahr 2017 geht's weiter – Termine werden auf der Homepage www.velberter-sg.de bekannt gegeben.

Qi gong

Unter fachkundiger Leitung von Barbara Zech fanden 2 Kurse mit zufriedenen Teilnehmern statt. Ab 01. 2017 werden weitere Kurse im Sportzentrum durchgeführt.

Nach dem Kursleiterwechsel im Sommer hat Josef Nießen 2 Yogakurse mit Erfolg durchgeführt. Auch diese starten zu Beginn des neuen Jahres wieder montags und mittwochs von 18:00 – 19:30 im Sportzentrum. Ein neues Angebot kommt 2017 hinzu: Yoga für Senioren immer dienstags 9:30 –11:00 Uhr im Sportzentrum. Weitere Infos unter www.velberter-sg.de Pilates, Rücken und Co

Mit z.T. ausgebuchten Kursen verlief das Jahr 2016 auch für diese Angebote sehr erfolgreich.

Sommerferienprogramm 2016

Durch das Sportzentrum war es uns auch dieses Jahr in den Sommerferien wieder möglich, ein Aktivprogramm durchzuführen. So trafen sich die Mitglieder um sich auch während der langen Ferienzeit fit zu halten zu folgenden Angeboten: Fitness Mix, Step Aerobic, Gelenk aktiv, Fitnessgymnastik, Seniorengymnastik...

Neues Material

2016 statteten wir die Turnhalle Schwanefeld mit neuen, leichten Gymnastikmatten aus. Hinzu kamen diverse Meter Theraband, neue Hanteln in unterschiedlichen Größen, Reifen, Stäbe und weiteres Kleinmaterial.

Aus-/Fort- und Weiterbildung der Übungsleiter

Wir sind stets bemüht, unsere Arbeit dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse auszurichten. Regelmäßig gehen die Übungsleiter / Trainer auf Fortbildungen, um allen Teilnehmern ein sicheres, gesundheitsförderndes und aktuelles Training zu bieten, welches motiviert und Spaß macht.

Auszeichnung von engagierten Übungsleiterinnen Auf der Ehrungsmatinee im Dezember wurden für ihre langjährige, engagierte Tätigkeit im Verein Inge Rösch für 50 Jahre Übungsleiterin, Christel Wagner für 48 Jahre Übungsleiterin und Renate Schenk für 46 Jahre Übungsleiterin geehrt. Herzlichen Glückwunsch und Dank.

Danke für euer Engagement

2016 fanden über 30 erfolgreiche Angebote und Kurse für Erwachsene der Abteilung Turnen Fitness & Gesundheit der VSG mit mehr als 1.200 Übungsstunden unter der Leitung von über 20 engagierten Übungsleitern/Innen und Trainern/Innen statt.

Einen herzlichen Dank diesen für ihre gute motivierte Arbeit und den Teilnehmern/Innen für ihr sportliches Engagement. Wir freuen uns auf ein erfolgreiches, sportliches 2017 mit weiteren Aktionen Eure Ania



TAEKWONDO Christian Geelen

Cretì Cup36. Internationaler Reutlinger / Tübinger Pokal VSG beim Bundesranglisten Turnier auf der schwäbische Alb

Bei einem der traditionsreichsten Taekwondo Turnieren in Europa gingen jetzt auch wieder Sportler der Velberter SG an den Start. Julian Herse, Ceren Amstadt, Yasmin Zarouali, Jason Ewert und Energiebündel Flavio Spano qualifizierten sich, um dort zu starten. In einem international gut besetzten Feld konnten sich die Velberter Sportler durchsetzen.

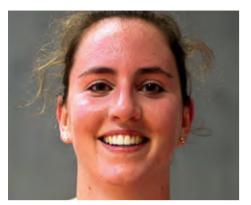
Julian Herse hatte das Glück ein Freilos zu ziehen. Im Halbfinale gewinnt er im Goldenen Point. Im Finale nach einem taktisch sehr gut geführten Kampf gewinnt Julian die Silbermedaille! Yasmin Zarouali kämpfte gut, konnte aber leider keine klaren Treffer setzten und schied in der Vorrunde ohne Medaille aus. Flavio Spano und Jason Ewert kämpften in der gleichen Klasse und konnten beide ihre Vorkämpfe gewinnen. Dann standen sie im Finale gegenüber. Hier wusste man eigentlich, wer als Sieger aus dem Kampf gehen würde, da die beiden Vereinskollegen immer miteinander kämpfen. Flavio gewinnt Gold, Jason ebenfalls Gold, weil sie 3 Kämpfe gewonnen hatten und nicht gegeneinander antraten. Ceren hatte direkt das Finale in dem ihre Gegnerin nicht antrat. Gold für Ceren. Betreut wurden die Sportler von Christian Geelen der jetzt auch wieder für die VSG-Vollkontakt Sportler zur Verfüauna steht.

Als weibliche Betreuerin stand Melanie Pizzillo zur Verfügung. Neben den sportlichen Erfolgen war die Maßnahme ein voller Erfolg. Übernachtungen fanden in der Jugendherberge Bad Uhrach statt. Beim gemeinsamen Essen beim Chinesen lernten die Kinder auch mit Stäbchen zu essen.

Euer Christian



26 VOLLEYBALL VOLLEYBALL 27



VOLLEYBALL Sandra Kocherscheidt

Liebe VolleyballerInnen,

das Jahr 2017 begann am 07.01. mit dem traditionellen Neujahrsturnier. Trotz Glatteis-Prognose fanden sich 34 Spielwütige pünktlich und mit großer Vorfreude, nach den Ferien endlich wieder Volleyball spielen zu können, im Zitronenbunker ein. Zunächst waren alle neugierig, in welchen Teams sie spielen würden, denn die Besonderheit dieses Turniers ist es, dass sich alle einzeln anmelden und nach kreativsten Methoden in Teams zusammengelost werden. In diesem Jahr mussten sich Männer und Frauen getrennt nach Schuhgröße sortiert aufstellen und dann wurde durchgezählt. So entstanden sechs Teams, die sich selbst Namen wie Dreamteam, Adiletten, die 6 fantastischen 4 oder ähnliche gaben und voller Tatendrang in die Spiele starteten. Das Turnier verlief spannend und erst im letzten Spiel entschied sich, wer das Turnier gewann.



Doch auch dahinter ging es eng zu und alle Teams konnten im Turnierverlauf siegreich glänzen. Nach der Siegerehrung folgte der gemütliche Teil im Jugendraum, bei dem sich alle vor einem von den SpielerInnen zusammengestellten sehr umfang-reichen und äußerst schmackhaften Buffet einfanden, um den Abend ruhig ausklingen zu lassen. Vielen Dank für die zahlreichen Buffetspenden und die Organisation des Turniers. Alle freuen sich bereits aufs nächste Jahr!



Aus der laufenden Saison:

Die Hinrunde in den Leistungsklassen ist absolviert. Die Damen hatten sich nach dem Meistertitel und dem damit verbundenen Aufstieg in die Bezirksklasse einiges vorgenommen. Zur Vorbereitung nahmen sie wie im Vorjahr am Appeltatenturnier in Essen-Werden teil. Das Turnier war mit zwölf Teams, darunter vorwiegend Mannschaften aus der Bezirksliga und sogar ein Team aus der Landesliga, voll und gut besetzt. Die Damen konnten sich mit einer hervorragenden Mannschaftsleistung den vierten Platz erkämpfen und einige Gegner ordentlich ärgern. Damit war die Vorbereitung abgeschlossen und die Erwartungshaltung für den Saisonstart groß. Leider konnten die Spielerinnen dem Druck nicht ganz Stand halten und verloren direkt zu Beginn einige Partien unglücklich. Auch der hart erkämpfte Sieg im dritten Saisonspiel konnte die Stimmung nur wenig aufheitern. Ende November stand das Lokalderby gegen die Mitaufsteiger der Langenberger SG an und da waren die Motivation und der Ehrgeiz besonders hoch. Endlich konnten die Damen ihr ganzes Können abrufen und ihren ersten 3:0 Erfolg erzielen. Danach verlief der Rest der Hinrunde erfolgreicher, sodass man sich zur Winterpause im Mittelfeld wiederfand. Für die Rückrunde möchten nun alle eine konstantere Leistung erbringen, um auch die übrigen Gegner zu besiegen. Viel Erfolg!

Die U16 besteht aus einem neu zusammengestellten Team motivierter Mädels zwischen 10 und 17 Jahren - den so genannten Vollevbärchen. Das Ziel der beiden frisch gebackenen Trainer Gerd und Reinhard war der erste Satzgewinn noch in der Hinrunde. Am ersten Spieltag traf man direkt auf die späteren Plätze 2 und 3 der Herbstmeisterschaft. Die Mädels schlugen sich tapfer und konnten einige Punkte erkämpfen, doch leider reichte es noch nicht zu einem Satzgewinn. Der zweite Spieltag verlief da schon deutlich erfolgreicher: Bereits im ersten Spiel konnte das Hinrundenziel erreicht werden und man gewann den ersten Satz. Davon beflügelt errungen die Bärchen im zweiten Spiel sogar den ersten Sieg. Alle waren überglücklich und mächtig stolz. Auch der Rest der Hinrunde übertraf mit zwei weiteren Siegen und einem zusätzlichen Satzgewinn deutlich die Erwartungen aller und so gingen die Mädels auf Platz 6 von 9 in die Winterpause. Weiter so, Bärchen!

Die U20 war in der vergangenen Saison noch in der U18 an den Start gegangen, sodass alle ein wenig unsicher und gespannt waren, wie es wohl in der höheren Klasse ablaufen würde. Der erste Spieltag verlief hoffnungsvoll und die ersten beiden Sätze konnten gewonnen werden. Von da an ging es stetig bergauf und der zweite Spieltag brachte bereits den ersten Saisonerfolg und am dritten Spieltag wurden sogar beide Spiele gewonnen. Da die Bezirksliga der U20 nur aus sieben Teams besteht, fand auch das erste Spiel der Rückrunde noch vor der Winterpause statt. Dort konnten sich die Mädels souverän zwei 2:0 Erfolge sichern und damit auch gegen Lintorf gewinnen, gegen die sie das Hinspiel noch verloren hatten. Diese Leistungssteigerung brachte den 3. Platz zur Winterpause. Perfekter Einstand in der neuen Liga. So kann es gerne bleiben!

Die Mixed-Staffeln im Kreis Mettmann hatten dieses

Jahr leider weniger Mannschaftsmeldungen als die letzten Jahre, so dass am Staffeltag beschlossen wurde, erstmals mit nur zwei anstelle von den üblichen drei Ligen zu starten. Somit stiegen Mixed 2 und Mixed 1 zu der Mixed 4 in die erste Liga auf und es wurden spannende vereinsinterne Duelle erwartet. Doch obwohl drei der acht Mannschaften aus der Liga von der VSG gestellt wurden, musste man bis zum 06.12. auf die erste Begegnung warten. Hier setzten sich die Einser knapp im fünften Satz gegen die Zweier durch. Auch das zweite interne Duell konnten die Einser. diesmal gegen die Vierer, in einer hart umkämpften Partie in Tiebreak für sich entscheiden. Da die Mixed 4 jedoch alle übrigen Spiele gewannen, waren sie in Summe erfolgreicher, sodass sie als Tabellenführer, die Mixed 1 auf Platz 4 und Mixed 2 auf Platz 5 der Liga in die Winterpause gingen. In der zweiten Liga starte mit der Mixed 3 nur ein einziges Velberter Team. Doch das Team bewies, dass es auch gegen Gegner aus anderen Vereinen nicht weniger spannend zugehen konnte und bereits im ersten Spiel kam es zum Tiebreak, den die Dreier leider unglücklich abgeben mussten. Die weiteren Spiele verliefen erfolgreicher und zwei Siege wurde errungen. Damit ging die Mixed 3 auf Platz 3 von 6 in die Winterpause. Alle Mixed-Mannschaften haben sich bislang also sehr erfolgreich in den neuen Ligen eingefunden und hoffen auf weitere spannende Spiele mit viel Spaß und siegreichem Ausgang. Ich drücke die Daumen.

Zum Schluss lade ich bereits jetzt alle für die diesjährigen Vereinsmeisterschaften im Beachvolleyball ein. Infos zum Termin folgen noch.

Liebe Grüße, Eure Sandra



28 JUGEND



JUGEND Vanessa Krüger

"Wenn man etwas schon dreimal gemacht hat gilt es als Tradition" so sagt man. Wenn man dieses Sprichwort ganz genau nimmt, dann startete die Jugend der VSG auch 2016 wieder mit einer traditionellen Veranstaltung ins neue Jahr. Der Kinderkarneval hat sich mittlerweile erfolgreich im Jahreskalender etabliert und lockte auch dieses Mal wieder große und kleine Gäste in den buntesten Kostümen ins Sportzentrum. Es wurde gefeiert, getobt und nach viel "Helau" und "Kamelle" konnten wir zum guten Schluss das Kinderprinzenpaar Jamari I und Lia I mit ihrer Kindertanzgarde bewundern.

Zur Jugendvollversammlung trafen wir uns dann im März. Diese brachte uns viele neue Ideen und Anregungen und auch ein neues Mitglied im Jugendausschuss.

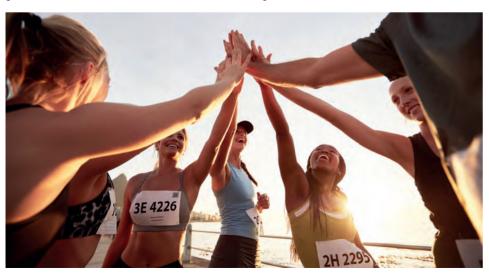
Wir begrüßen Lee Hammermeister in unserem Team und freuen uns auf eine tolle Zusammenarbeit.

Kurz vor den Sommerferien ging es dann zum Waldkletterpark in Langenberg. Mit einer bunten Truppe haben wir den Berg zum Langenberger Sender erklommen und anschließend auch noch einen Parcours in luftigen Höhen der Baumkronen absolviert. Zur Stärkung wurde am Grillplatz die ein oder andere Bratwurst vorbereitet, sodass wir alle zufrieden wieder nach Hause gehen konnten.

Das Jahr 2016 schlossen wir dann wieder mit einer Tradition ab: Der alljährlichen Schlittschuhdisco in Ratingen. Auch hier waren Kinder der verschiedensten Abteilungen der VSG gemeinsam unterwegs und enterten die Eisfläche.

Insgesamt blicken wir auf ein tolles Jahr 2016 zurück und freuen uns schon auf ein noch bunteres Jahr 2017!

Vanessa Krüger Jugend





30 GEBURTSTAGE GEBURTSTAGE 31

WIR WÜNSCHEN EUCH ALLES GUTE ZUM GEBURTSTAG!

APRIL 2017			JULI 2017		
Hans Kaiser	01.04.	81	Hans Walstra	01.07.	83
Egon Bein	03.04.	82	Inge Rösch	06.07.	81
Ulrich Hülsbeck	11.04.	70	Ursula Stiefeling	06.07.	65
Ricarda Lungwitz	14.04.	65	Norbert Gehring	08.07.	65
Wolfgang Bach	16.04.	81	NeboJsa Stamenkovic	13.07.	50
Edith Bielitz	16.04.	84	Marianne Schindler	16.07.	70
Wolfgang Fiebig	16.04.	80	Gisela Mai	18.07.	81
Doris Obenlüneschloß	16.04.	70	Ursula Knauer	18.07.	70
Marlies Ellenbruch	22.04.	83	Rosemarie Rother	19.07.	82
Helmut Vaupel	23.04.	82	Angelika Voth	21.07.	70
Gisela Lambertz	30.04.	80	Christiane Görner	24.07.	89
			Berthold Gemerski	25.07.	50
MAI 2017			Hans Niessler	26.07.	81
Gisela Gennrich	01.05.	83	Sandra Kowalzick	28.07.	50
Menachem Har - Zahav	01.05.	50			
Werner Bieber	03.05.	60	AUGUST 2017		
Achim Bettendorff	04.05.	60	Günter Stiefeling	06.08.	65
Marga Schneckmann	05.05.	85	Hildegard Oberdorf	07.08.	75
Daniela Beckmann	06.05.	88	Werner Schiwon	08.08.	85
Norbert Lungwitz	10.05.	65	Karl-Heinz Krug	10.08.	60
Therese Grimberg	12.05.	84	Inge Hummernbrum	14.08.	80
Beatrix Knobloch	12.05.	60	Elsbeth Bröcking	15.08.	84
Horst Gehde	13.05.	87	Maria Knackert	18.08.	83
Edith Friedrich	13.05.	80	Klaus Kunz	20.08.	70
Volker Bing	13.05.	60	Sylvia Ophet-Endt	29.08.	83
Marianne Utech	15.05.	65	Gisela Sommer	31.08.	75
Paul Rhein	15.05.	60			
Gesine Wilms	17.05.	75	SEPTEMBER 2017		
Siegfried Jendraschik	20.05.	86	Gudrun Lomberg	04.09.	75
Sonja Böhm	22.05.	85	Gunta Klünner	08.09.	50
Monika Lomberg	22.05.	50	Erwin Rimpel	09.09.	82
Heinz Wolter	25.05.	75	Ute Lukas	12.09.	60
Gunhild Von Rath	27.05.	60	Ingeborg Rohde	14.09.	84
			Harald Schramm	17.09.	92
JUNI 2017			Bernhard Richter	17.09.	65
Friedhelm Momberg	01.06.	87	Ursula Sinha	19.09.	75
Ruth Bleckmann	04.06.	81	Ingrid Winnacker	20.09.	82
Annegret Stawiarski	05.06.	60	Hildegard Claus	23.09.	95
Doris Overhamm	08.06.	60	Renate van Dyk	25.09.	65
Gertraud Selbach	08.06.	80	Erika Hellmich	30.09.	80
Ernst Kiehlmann	09.06.	80			
Dieter Schädel	10.06.	87			
Waltraud Fiebig	11.06.	75			

WIR WÜNSCHEN EUCH ALLES GUTE ZUM GEBURTSTAG!

OKTOBER 2017			NOVEMBER 2017		
Mechthild Fahl	07.10.	85	Loni Popp	02.11.	83
Gisela Schädel	09.10.	87	Werner Schindler	03.11.	75
Ursula Hohnhorst	14.10.	80	Irmgard Grigo	04.11.	82
Horst Hecht	17.10.	80	Jörg Essler	11.11.	50
Iris Runge	17.10.	50	Renate Holstein	15.11.	80
Udo Pahl	18.10.	65	Renate Schenk	15.11.	80
Annelies Ortmann	27.10.	82	Anke von Polheim	16.11.	50
Horst Selbach	30.10.	81	Christian Buchholz	18.11.	81
			Gudrun Mischo	21.11.	60
			Antonija Ondrejicska	24.11.	82
			Matthias Verstegen	24.11.	50
			Doris Zörner	26.11.	83
			Helmut Essler	29.11.	82

Ihr Fachgeschäft für:

- Radio
- Fernsehen
- HIFI
- DVD
- Antennenanlagen
- SAT Anlagen
- DVB T
- DVB S
- DVB C
- Telefonanlagen
- Videoüberwachung
- Vermietung von Veranstaltungstechnik
- Vermietung von Musik / Mikrofonanlagen
- Vermietung von Videokonferenzanlagen





Friedrichstr. 44 ● 42551 Velbert

Tel.: 02051 / 252670

Fax.: 02051 / 253751









32 TERMINE 2017

29. März - Jugendvollversammlung 24.-26. März - Deutsche Meisterschaft 30. März – Mitgliederversammlung 05. April - Vorösterliche Kaffeetafel 23. April - Saisoneröffnung Panoramaweg Höferstraße 25. Mai - Himmelfahrtswanderung mit Kinderfest

Juni 2017

Mai 2017

März 2017

April 2017

Rollkunstlauf-Showlaufen

10.-12. April - Handballcamp

17. Mai - Seniorenfahrt

und Jugendsportlerehrung

03.-10. Juni - Deutsches Turnfest in Berlin 10. Juni - Leichtathletik Schüler Sportfest

Juli 2017

02. Juli - Vereinsmeisterschaften Beach-Volleyball 07. Juli - Stadtmeisterschaften Leichtathletik

September 2017

08. September - Vereinsmeisterschaften Leichtathletik

16.-17. September - Schlangenfest

22. September - Leichtathletik-Werfertag

Oktober 2017

20.-27. Oktober - Dankernfreizeit

Dezember 2017

10. Dezember - Ehrungsmatinee



KONTO- UND ADRESSÄNDERUNGEN 33

KONTO- UND ADRESSÄNDERUNGEN

Liebe Vereinsmitglieder, bitte erleichtert unserer Geschäftsstelle die Datenpflege, indem ihr im Bedarfsfall dieses Formular ausfüllt und anschließend per Fax oder Post versendet.

Velberter Sportgemeinschaft e.V. Postfach 10 10 49, 42510 Velbert T/F 02051/ 252339 info@velberter-sq.de

Vielen Dank für Eure Unterstützung!

BEI NEUER AD	RESSE	
Name, Vorname		
Straße		
PLZ, Ort		
gültig ab	Datum, Unterschrift	
BEI NEUER BA	NKVERBINDUNG	
Kontoinhaber		
IBAN-Nr.		
BIC		
Bankinstitut		
aŭltia ah	Datum Hatarchift	

34 ANSPRECHPARTNER

1. VORSITZENDER

Holger Kocherscheidt 02053 - 48365 Holger.Kocherscheidt@DeutschePost.de

HAUPTAMTLICHER GESCHÄFTSFÜHRER

Axel Spitzer 0176 - 80057150 axelspitzer@gmx.de

1. STELLV. VORSITZENDE

Meike Endemann 02051 - 318985 micky2901@aol.com

2. STELLY, VORSITZENDER

Jan Steinmetz 0202 - 75806400 jan.steinmetz@axa.de

KASSENWART

Günter Stiefeling 0174 - 3038203 g-stiefeling@t-online.de

STELLV. GESCHÄFTSFÜHRER

Reiner Hantich 02053 - 48644 reiner.hantich@freenet.de

STELLV. KASSENWART

Heinrich Hanses 02051-81612 heinrich.Hanses@t-online.de

JUGEND

Vanessa Krüger 02051 - 84064 vannekr@web.de

ÄLTESTENRAT

Lilli Weisen 02051- 53424 reli-weisen@t-online.de

GESCHÄFTSSTELLE

Axel Spitzer & Margitta Martschinke 02051 - 252339 info@velberter-sg.de

UNFALLMFLDUNGEN

Susanne Mühlhoff 02051 - 81453 suseausv@hotmail.com

BASKETBALL

Sascha Döring 0177 - 4546947 Sascha Doering@gmx.net

HANDBALL

Axel Spitzer 0176 - 80057150 axelspitzer@gmx.de

HWARANG KWAN DO

Nicolai Rasky 02051 - 601482 gleitsport@web.de

I FICHTATHI FTIK

Ursula Stiefeling 02056 - 60439 u.stiefeling@gmx.de

REHASPORT

Anja Martschinke-Rasky 02051 - 601482 vsgamr@web.de

ROLLKUNSTLAUF-TEAM

Volker Ziegler 0175- 2672914 info@vziegler.de

TAEKWONDO

Christian Geelen 0162 - 6974111 chrisdaddy@web.de

TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT U18

Meike Endemann 02051 - 318985 micky2901@aol.com

TURNEN, FITNESS & GESUNDHEIT U18+

Anja Martschinke-Rasky 02051 - 601482 vsgamr@web.de

VOLLEYBALL

Markus Latta 02058 - 71861 Markus Latta@web.de



screendepartment

Fitness für Ihr Unternehmen – mit Medien von uns.

Fon 05258.974498-0 www.screendepartment.de

DESIGN · PRINT · WEB · FILM · 3D · GAME

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Velberter Sportgemeinschaft e. V. Postfach 10 10 49, 42510 Velbert info@velberter-sg.de www.velberter-sg.de

GESCHÄFTSSTELLE

Am Sportzentrum 1 42551 Velbert T/F 02051 - 252339

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstags 16:00-18:00 Uhr Donnerstags 17:00-19:00 Uhr (außer in den Ferien)

VEREINSKONTEN

Beiträge:

IBAN-Nr: DE83334500000026082388

BIC: WELADED1VEL Sparkasse HRV

Lfd. Zahlungen:

IBAN-Nr: DE84334500000026082370

BIC: WELADED1VEL Sparkasse HRV

REDAKTION & UMSETZUNG

Axel Spitzer vsg-marketing@gmx.de 0176-80057150





sparkasse-hrv.de

Wenn Ihre Sparkasse alle Kredite zu einer monatlichen Rate bündelt.

Warten Sie nicht und sprechen Sie uns jetzt an.





Wenn's um Geld geht

Sparkasse

Hilden • Ratingen • Velbert