DAS TSC VEREINSMAGAZIN AUSGABE 4 | WINTER 2013 | 68854

TEAM

Turn- und Sport-Club Eintracht von 1848/95 Korporation zu Dortmund

Relaunch
Die neue Webseite des TSC ist online

Volleyball
Eine kleine Erfolgsgeschichte

Neue Wege
Der TSC und die Schule am Hafen

Victor
Das Maskottchen des TSC stellt sich vor

TSC EINTRACHT DORTMUND
ÜBER 100 SPORTANGEBOTE

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Nur wer klare Ziele vor Augen hat und seinen Weg geht, kann seine Ziele erreichen. Gut, wenn man sich auf diesem Weg auf einen starken Partner verlassen kann: Wir helfen Ihnen, Ihren ganz persönlichen Antrieb zu verwirklichen und Ihre Ziele zu erreichen. Wie Sie von unserer genossenschaftlichen Beratung profitieren können, erfahren Sie vor Ort in Ihrer Filiale, telefonisch unter (0231 / 5402 - 0) oder auf www.dovoba.de

Dortmunder Volksbank

Die TEAM ist die offizielle Vereinszeitschrift
des TSC Eintracht Dortmund.
Sie erscheint mit 4 Ausgaben im Jahr.

Herausgeber:
Turn- und Sport-Club Eintracht
von 1848/95 Korporation zu Dortmund,
Victor-Toyka-Straße 6, 44139 Dortmund
Telefon: 0231-9123150
www.tsc-eintracht-dortmund.de

Verantwortlich i.s.d.P.:
Dr. Alexander Kiel, Vorstandsvorsitzender
TSC Eintracht Dortmund

Redaktion:
Andreas Kranich (ANK), Leitung
Sarah Dörken (SD)
Axel Frerk (AF)
Michael Patzwahl (MP)
Maximilian Schernus (MS)

Fotoredaktion:
Ekkehart Reinsch, www.reinsch-fotodesign.de
Olaf Heil, www.olaf-heil-fotodesign.de

Anzeigen, Vertrieb und Redaktion:
TSC Eintracht Dortmund, Andreas Kranich
kranich@tsc-eintracht-dortmund.de
Telefon: 0231-9123150

Satz und Layout:
Hilbig Strübbe Partner,
www.hilbig-struebbe-partner.de

Druck:
Bonifatius GmbH Druck-Buch-Verlag, Paderborn
Auflage: 6.000

Redaktionsschluss: 21. November 2013
Nächster Redaktionsschluss: 17. Februar 2014

Versand an ein Mitglied pro Mitgliedshaushalt.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.
Ein Rechtsanspruch auf Bezug besteht nicht. Für
unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos
wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion
behält sich das Recht vor, Leserbriefe zu kürzen.
Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen
nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar.
Gerichtsstand: Dortmund

Titelbild:
TSC Webseite, Fotografie: Ekkehart Reinsch

Spendenkonto:
Sparkasse Dortmund
BLZ 440 501 99
Konto-Nummer 241 015 416

ClimatePartner klimaneutral | Zertifikatsnummer: 53323-1312-1009 www.climatepartner.com

Dr. Alexander Kiel
Vorstandsvorsitzender

Liebe Mitglieder des TSC,

die Ganztagesbetreuung von Kindern und Jugendlichen durch staatliche Institutionen liegt voll im Trend. Was gesellschaftlich gewünscht ist, stellt die Sportvereine vor große Herausforderungen: Die Freizeit der Jugendlichen wird durch die längeren Schulzeiten reduziert, Bewegung und ehrenamtliches Engagement junger Menschen bleibt auf der Strecke. Die Schulen beanspruchen deutlich längere Sporthallenzeiten und Sportvereine müssen häufig bis nach 17 Uhr draußen bleiben. Aber auch Vereine wie der TSC können trotz vereinseigener Anlagen kaum Trainingszeiten vor 16 Uhr anbieten – viele Kinder haben dann schlichtweg noch keine Zeit!

Die Reaktionen der Sportvereine fallen unterschiedlich aus. Kleine Vereine fühlen sich angesichts des rasanten gesellschaftlichen Wandels häufig überfordert. Viele Großvereine stellen sich die Frage, ob der Kinder- und Jugendsport überhaupt noch zukunftsfähig ist und sich der Verein nicht auf andere Felder wie Gesundheits-, Freizeit- oder Seniorensport beschränken sollte. Wir als Eintracht hatten und haben jedoch den Anspruch, eine größtmögliche Spannbreite an (Sport-) angeboten unseren Mitgliedern zu bieten. Vom Freizeit- bis zum Leistungssport, vom Kinder- bis zum Seniorensport. Zudem sehen wir uns als geborenen Bildungspartner, wenn es um die Gestaltung von Sport und Bewegung junger Menschen geht.

Daher werden wir den Kinder- und Jugendsport, der ja auch die Grundlage für unsere Wettkampfsportabteilungen ist, weiter fördern, auch wenn dafür zukünftig mehr Energie erforderlich sein wird. Ein gutes Beispiel dafür ist unsere Kooperation mit der Schule am Hafen (siehe Seite 8). Mit dieser Kooperation gelingt es, Ganztagsschule und Sportverein zu verknüpfen und damit eine wichtige Grundlage für ein lebenslanges Lernen und eine nachhaltige Entwicklung unserer Heranwachsenden zu schaffen. Dieses Projekt, das auch sehr engagiert seitens der Schulleitung mitgestaltet wird, macht Mut, so dass wir auch in Zukunft im TSC die Vielfalt an Mitgliedern und Sportangeboten vorfinden, die unsere Vereinsidentität ausmacht und der wir uns verpflichtet fühlen.

In diesem Sinne wünsche ich im Namen von Präsidium und Vorstand eine schöne Weihnachtszeit. Wir sehen uns in 2014 in unserer Eintracht!

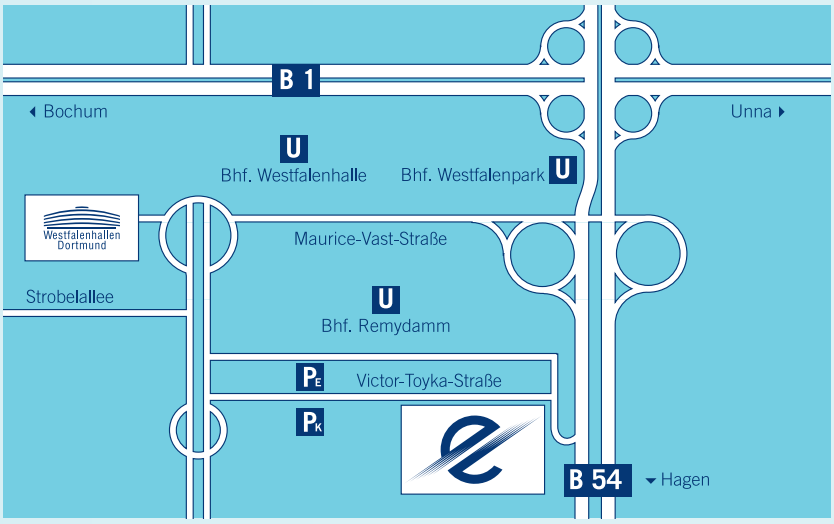
Ihr Alexander Kiel

TSC in Deiner Nähe!

Standorte in Dortmund

1. **TSC SPORTZENTRUM (HAUPTGEBÄUDE)**
   Victor-Toyka-Straße 6, 44139 Dortmund
2. **TSC KANUZENTRUM LÜDINGHAUSEN**
   Berenbrock 20a, 59348 Lüdinghausen
3. **EISSTADION**
   Strobelallee 32, 44139 Dortmund
4. **GYMNASTIKRAUM MARIEN HOSPITAL**
   Gablonzstraße 9, 44225 Dortmund
5. **HELMUT-KÖRNIG HALLE**
   Strobelallee 40, 44139 Dortmund
6. **HOCKEYZENTRUM ARDEYSTRASSE**
   Ardeystraße 70-72, 44139 Dortmund
7. **SCHWIMMBAD HOTEL RADISSON BLU**
   An der Buschmühle 1, 44139 Dortmund
8. **SCHWIMMHALLE DO-LÜTGENDORTMUND**
   Volksgartenstraße 80, 44388 Dortmund
9. **SCHWIMMHALLE DO-MENGEDE (NETTE)**
   Neumarkstraße 40, 44359 Dortmund
10. **SPORTHALLE GESAMTSCHULE-BRÜNNINGHAUSEN**
    Klüsenerskamp 15, 44225 Dortmund
11. **SPORTHALLE MALLINCKRODT-GYMNASIUM**
    Südrandweg 2-4, 44139 Dortmund
12. **SPORTHALLE AM OSTWALL**
    Heiliger Weg 25, 44135 Dortmund
13. **TURNHALLE FROSCHLOCH**
    Froschloch 14, 44225 Dortmund
14. **TURNHALLE GERTRUD-BÄUMER-REALSCHULE**
    Goethestraße 20, 44147 Dortmund
15. **TURNHALLE LANDGRAFEN-GRUNDSCHULE**
    Landgrafenstraße 1-3, 44139 Dortmund
16. **TURNHALLE LEIBNIZ-GYMNASIUM**
    Kreuzstraße 163, 44137 Dortmund
17. **TURNHALLE PETER-VISCHER-GRUNDSCHULE**
    Schillingstraße 26a, 44139 Dortmund
18. **TURNHALLE WINFRIED-GRUNDSCHULE**
    Ruhrallee 84-90, 44139 Dortmund
19. **GEMEINSCHAFTSRAUM SERVICE WOHNEN**
    Bauerstraße 3-5, 44309 Dortmund
20. **BEWEGUNGSRAUM SERVICE WOHNEN**
    Kuithanstraße 46, 44137 Dortmund
21. **TURNHALLE OLPKETALSCHULE**
    Olpketalstraße 83a, 44229 Dortmund
22. **SCHULE AM HAFEN**
    Scharnhorststraße 40, 44147 Dortmund

Unser TSC Sportzentrum (Hauptgebäude)



FOTOS: OLAF HEIL

Aus den Abteilungen

VOLLEYBALL
Eine kleine Erfolgsgeschichte *06*

SCHULSPORT – SCHULE AM HAFEN
Der TSC Eintracht Dortmund und die Schule am Hafen beschließen weitreichende Kooperation! *08*

MÄNNERGESUNDHEITSABTEILUNG UND FAUSTBALL
Aktive Senioren im TSC *22*

Veranstaltungen

TRAINER WORKSHOP STUDIO E
Aufregend und lehrreich 12

PARKLAUF
Redakteur im Selbsttest 14

TSC Internes/Hausmitteilungen

RELAUNCH DER TSC WEBSEITE
Die neue Webseite ist online! 10

VICTOR
Das TSC Maskottchen stellt sich vor 18

Rubriken

EDITORIAL *03*
TIPPS FÜR ZU HAUSE: SKIGYMNASTIK *15*
TSC SCHLAGZEILEN *20*
ANSPRECHPARTNER *23*

Volleyball im TSC – Eine kleine Erfolgsgeschichte

FOTOS: OLAF HEIL

Nach einem Jahr Abstinenz ist die Mannschaft der ersten Herren zurück in der Verbandsliga. Das Team um Trainer Sebastian Zühlke verpasste mit nur einer Niederlage den direkten Aufstieg zwar knapp, konnte sich aber in den beiden folgenden Relegationsspielen souverän durchsetzen und den Wiederaufstieg perfekt machen.

Das neue Saisonziel: Ein souveräner Klassenerhalt in der oberen Tabellenhälfte. Nach fünf Spieltagen in der neuen Saison kann nun eine erste Bilanz gezogen werden.

Es ist der 09.11.2013, 18.00 Uhr. Nach dem gelungenen Heimauftakt gegen die zweite Mannschaft vom TV Hörde (3:1 nach Sätzen) steht heute nach mehreren Wochen spielfreier Zeit das zweite Heimspiel der Saison an. Zu Gast ist der Werner SC. Eine für den TSC bislang unbekannte und, wie man feststellen muss, im Schnitt deutlich jüngere Mannschaft.

In den folgenden 60 Minuten sehen die Zuschauer auf der Tribüne einen etwas formschwachen TSC, der sich an diesem Tag leicht unter Wert verkauft. Dank starker Einzelleistungen, gezielten Aufschlägen, die dem Angriffsspiel der Gäste wenig Möglichkeiten bieten, und viel Rotation in der eigenen Mannschaft kann sich der TSC am Ende dennoch mit 3:0 (25:19, 25:16, 25:19) gegen die unerfahrene Mannschaft aus Werne durchsetzen.

Trotz des mehr als deutlichen Siegs äußerte sich Trainer Zühlke unzufrieden über die heute gezeigte Leistung und kündigt intensive Trainingseinheiten an. Inzwischen konnten auch die Pflichtspiele gegen den VC Altenbeken-Schwaney, die VG Lage sowie den Gütersloher TV 2 deutlich und mit einer erheblichen Leistungssteigerung gegenüber des Spiels gegen den Werner SC für sich entschieden werden. Somit klettert der TSC in der aktuellen Spielzeit auf Platz zwei.

„Viel Spaß beim Training, Harmonie auf dem Platz und den nötigen Ehrgeiz", nennt der Trainer als Gründe für den guten Start in die Saison. Und auch wenn ein Blick auf die Tabelle schnell auf mehr hoffen lässt, möchte man „die Saisonziele keinesfalls nach oben korrigieren und sich weiterhin auf den Klassenerhalt konzentrieren" – so Zühlke. MP & MS

Kader 13/14 (oben von links): Sebastian Zühlke, Dominik Eicher, Simon Austrup, Nicolaj Kirchhof, Johannes Dostal, Enrico Schelb, Helge Nelson, Etienne Guetsop, (unten von links): Christian Hinkamp, Erik Rabe, Daniel Morton, Jens Gollnow

ANZEIGE

KLAUS EBNER
GMBH
ELEKTROTECHNIK

IHR SPEZIALIST IN DER ELEKTROTECHNIK
BERATUNG | PLANUNG | AUSFÜHRUNG

DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR GERONTOTECHNIK®

Wellinghofer Amtsstraße 5 · 44265 Dortmund
Telefon (02 31) 46 46 55 · Telefax (02 31) 46 40 49
eMail: info@ebner-elektrotechnik.de
www.ebner-elektrotechnik.de

Neue Wege

Der TSC Eintracht Dortmund und die Schule am Hafen beschließen weitreichende Kooperation!

KOOPERATION
TURN- UND SPORT-CLUB EINTRACHT VON 1848/95 KORPORATION ZU DORTMUND
SCHULE AM HAFEN

Anzahl der übernommenen Wochenstunden durch TSC Personal: 48

Zahl der TSC Trainer und Übungsleiter: 10

Zahl der zu betreuenden Schüler/innen: ca. 400

Sportangebote im TSC: ca. 100

Abteilungsleitung Schulsport: Sarah Dörken

„Der Tanzunterricht macht mir so viel Spaß, ich würde gerne noch viel häufiger tanzen!" ruft Niklas fröhlich und hüpft dabei ausgelassen durch die Aula.

Genau das ist jetzt möglich! Ein kreatives Beispiel für eine Kooperation zwischen Schule und Sportverein startete mit Schuljahresbeginn an der Schule am Hafen im Dortmunder Norden.

Kinder und Jugendliche brauchen Bewegung und Sport. Die Frage ist nur, bekommen sie auch genügend Raum und Zeit für Bewegung. Leider lautet der generelle Befund heute oft: Kinder bewegen sich viel zu selten. Dies hat zur Folge, dass sich durch ungenügende sportliche Betätigung physiologische und folglich motorische Defizite bei Kindern entwickeln. Bewegungsarmut, Übergewicht und Zivilisationskrankheiten entstehen, soziale Kontakte und Anbindung an den Verein minimieren sich fortlaufend.

FOTOS: OLAF HEIL

Aufgrund dieser besorgniserregenden Fakten entwickelte die Vereinsführung des TSC Eintracht Dortmund zusammen mit der Schulleitung ein Kooperationsmodell, mit dem beide Partner Neuland betreten. Mit der Partnerschaft zwischen dem TSC und der Schule am Hafen wird das Ziel angestrebt, Schul- und Vereinssport so miteinander zu verknüpfen, dass die Kinder und Jugendlichen sowohl in sportlicher Hinsicht wie auch in ihrer Persönlichkeitsentwicklung optimal gefördert und betreut werden werden.

Im Rahmen des gebundenen Ganztags der Schule wird den Kindern, die am Kooperationsangebot des TSC teilnehmen, ein umfangreiches Sportangebot angeboten, in dem Breakdance, Fußball oder Parkour nur einen kleinen Teil des vielfältigen Angebots widerspiegeln. Für einige Kurse werden die Kinder sogar mit einem Bus zum Verein gebracht, um dort z.B. auf dem neuen Kunstrasenplatz Fußball zu spielen.

Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, ohne Mehrkosten freiwillig Mitglied im Verein zu werden. Dazu wurde ein Fördertopf angelegt, aus dem heraus sportbegeisterten Kindern eine Mitgliedschaft finanziert wird und diese somit aus einem umfangreichen Bewegungsangebot des TSC Eintracht schöpfen können.

Mit einem großen Auftaktsportfest wurde der Start der Kooperation im September offiziell beschlossen, seitdem sind Kinder, Lehrer und Trainer von der guten Zusammenarbeit aller Parteien begeistert. Das Modellprojekt wird zudem wissenschaftlich von der Universität Münster begleitet.

„Wir engagieren uns schon seit langem im Offenen Ganztag (OGS). Nur hat uns das bisher keine neuen Mitglieder gebracht!“, sagt Vorstandsvorsitzender Dr. Alexander Kiel. Mit dieser Art von Kooperation soll sich das nun ändern und auch die Kinder profitieren, denn für viele Schüler der Nordstadt- Schule eröffnet das völlig neue Perspektiven: die Schüler können in die Vereinsmannschaften aufgenommen werden und an Wettkämpfen teilnehmen.

Sarah Dörken, die beim TSC Eintracht Dortmund für den Schulsport zuständig ist, hat noch viele weitere Ideen für den Ausbau der Zusammenarbeit. „Aufführungen für die Eltern, regelmäßige Aktionen auf der TSC Sportanlage, Übungsleiterfortbildungen für Lehrer, Leistungssportförderprogramme und mehr sind geplant. Unser erstes Ziel sollte es jedoch sein, dass die Schüler den Verein und seine Trainer kennenlernen, Vertrauen finden und sich bei uns wohlfühlen.“ SD

Die Kooperation zwischen dem TSC und der Schule am Hafen kommt bei den Schülern richtig gut an. Großen Einsatz zeigten sie bereits beim 1. TSC Schulsportfest!

ANZEIGE

„Jürgen Klopp fordert bedingungslosen Einsatz. Für mich heißt es kompromisslos kundenorientiert.“

Martin Chlupka, Technischer Leiter,
21 Jahre Service im Revier

Act economic. Think ecologic.
Fon +49 (0) 231/ 2 86 80 - 0
www.greenit-dortmund.de

Green IT
Das druckende Systemhaus

Relaunch der TSC Webseite

Seit November präsentiert sich die Webseite des TSC in einem neuen Gewand

Bei vielen Dingen im Leben sind Änderungen und Neuerungen sinnvoll und notwendig, um „up to date" zu bleiben. Egal, ob in der Mode, in der Technik oder in den (neuen) Medien - Neuerungen tragen in der Regel dazu bei, das Leben angenehmer und praktischer zu gestalten. Dies war auch die Grundidee der neuen TSC Homepage.

Der Internetauftritt des TSC Eintracht Dortmund wurde komplett überarbeitet und hat eine moderne und klare Struktur erhalten. Zukünftig können Online-Besucher in den neu angelegten Rubriken viel Wissenswertes finden. Die neue Struktur orientiert sich an Inhalten sowie Themen und potentiellen Fragen der Nutzer. Ob Mitglied oder Interessierter, die Informationen stehen mit wenigen „Klicks" zur Verfügung.

„Die Neugestaltung des Internetauftritts des TSC Eintracht Dortmund war notwendig geworden", so Andreas Kranich, Leiter PR und Kommunikation. „Wir wollten dabei nicht nur das Layout der Webseite übersichtlicher gestalten, sondern auch Inhalte und Struktur transparenter und überschaubarer darstellen."

Auf den ersten Blick fällt das Einstiegsbild auf der Startseite auf, welches die Vielfalt des TSC abbildet. Ferner fallen die großen Headergrafiken auf, welche im oberen Drittel des Sichtbereiches durch thematisch passende Fotos des Vereinslebens die jeweilige Inhaltskategorie visuell untermalen.

Mit einem Klick gleich wissen wo es langgeht – das möchte der TSC Eintracht Dortmund mit seiner neuen Seite erreichen. Besonders sticht dabei die so genannte Sidebar am linken Rand des Bildschirms heraus, durch die sich per One-Klick-Verfahren unter anderem die Mitglieder-Anmeldungs-Unterlagen, der neue Fanshop und der TSC Imagefilm erreichen lassen.

GROSSES FOTO: LIVING CONCEPT, KLEINES FOTO: OLAF HEIL

Zur weiteren Verbesserung der Bedienbarkeit und Übersichtlichkeit der Webseite dient die Sportartensuche. Diese soll aktive und zukünftige Mitglieder bei der Suche nach geeigneten Sportarten unterstützen. Was kostet die Mitgliedschaft im TSC? Der Beitragsrechner hilft! Mit wenigen Klicks wählen Interessierte ihr persönliches Sportprogramm aus und berechnen ihren voraussichtlichen Beitrag.

Ein weiteres neues Element ist der Newsletter. Dieser trägt dazu bei, dass alle Mitglieder und Freunde des Vereins per E-Mail über die aktuellsten News und Berichte über die Abteilungen des TSC auf dem Laufenden gehalten werden. Der Newsletter erscheint alle drei Monate und ist selbstverständlich kostenlos.

Webseiten unterliegen einem ständigen Wandel und stellen nicht mehr bloß ein einseitiges Publikationsmedium dar. Eine gute Onlinepräsenz benötigt nicht nur eine fähige Onlineredaktion, sondern vor allem auch aktive Nutzer, um die Inhalte weiterentwickeln zu können. Die Onlineredaktion lädt Sie daher herzlich ein, sich auf den neuen Vereinsseiten umzuschauen. Feedback, Ideen und Fehlerhinweise sind erwünscht. Zur Kontaktaufnahme empfehlen wir das Kontaktformular auf der Homepage. MP

Fotoshooting für die neue TSC Webseite – Fotograf Ekkehart Reinsch in Aktion!

DIE NEUE WEBSEITE DES TSC:

www.tsc-eintracht-dortmund.de

ANZEIGE

FOTOS: OLAF HEIL

Aufregend und lehrreich – tolle Workshops im Studio e!

Die Fitnessbranche wächst und mit ihr natürlich auch die Anforderungen an kompetente und qualifizierte Trainerinnen und Trainer. Die Kompetenzen entscheiden über die Qualität des Trainers und die Zufriedenheit der Mitglieder. Das weiß auch Studioleiterin Barbara Oetting-Bauer und organisiert in regelmäßigen Abständen neue Workshops und Seminare und auch dieses Mal bot sie den Teilnehmern ein äußerst informatives Programm.

KONTAKT STUDIO E

Telefon:
0231-91231560

Am Freitag, 22.11.2013, war die Freude beim Studioteam besonders groß. Auf dem Programm standen die drei Mega-Fitness- und Gesundheitstrends unserer Zeit: Funktionelles Krafttraining mit Sling-Trainern, dreidimensionales Vibrationstraining auf der XSAM und Kinesio Taping.

In kleinen Arbeitsgruppen erhielten die Teilnehmer die Möglichkeit, ihr praktisches Wissen weiter auszubauen und zu vertiefen. Auch die TEAM-Redaktion war vor Ort und hat die Trainingsformen der unterschiedlichen Fitness- und Gesundheitstrends unter die Lupe genommen und auf ihre Effektivität geprüft.

Die Arbeit mit dem Sling-Trainer

Leitung: Thorsten Hütz. Sport- und Gesundheitstrainer Torsten Hütz zeigte die ganze Vielfalt dieses Allroundgeräts. Der Sling-Trainer lässt sich auf unterschiedliche Leistungsklassen hervorragend anpassen. Schon durch kleine Veränderungen an den Griffen und durch einfache Positionsveränderungen werden Übungen leichter oder schwieriger.

Die Meinung unseres Experten: „Viele unserer Mitglieder klagen über Rückenbeschwerden oder Gelenkschmerzen. Der Sling-Trainer ist ein einfaches und wirkungsvolles Trainingsgerät zur Muskelkräftigung und Gelenkstabilisation. Er ersetzt allerdings nicht ein komplettes Gerätetraining, sondern ist insbesondere als Ergänzung von Vorteil."

Dreidimensionales Workouttraining mit XSAM – jetzt neu im Studio!

Leitung: Barbara Oetting-Bauer, Jens Lang. Die XSAM ist für jedermann geeignet. Es spielt keine Rolle, ob Sie sportlich sind, wie alt Sie sind, ob Sie Muskeln aufbauen oder Gewicht reduzieren wollen. Das Vibrationstraining strafft, formt, dehnt, massiert und baut Knochendichte auf.

Die XSAM erzeugt dreidimensionale Schwingungen, die auf den Körper bzw. auf die Muskulatur übertragen werden und natürliche Muskelreflexe auslösen.

Aus diesem Grund spannt sich die Muskulatur bis zu 1.800 Wiederholungen pro Minute an und dabei werden nahezu 100 % des Muskels aktiviert.

Die Meinung unserer Expertin: „Das Training an der XSAM ist äußerst effektiv und bewirkt schnelle Resultate und ist daher sehr gut als Ergänzung zum konventionellen Krafttraining geeignet."

Kinesio Taping bei Angela Bubenberger

Leitung: Angela Bubenberger. Schon längst ist es kein seltenes Bild mehr, einen Leistungssportler im Training oder beim Wettkampf mit einem farbenfrohen Tape am Arm, auf dem Rücken oder auf den Beinen zu sehen. Die sogenannten Kinesio Tapes finden inzwischen sowohl im Spitzen- als auch im Breitensport ihre Anwendung. Der Workshop bietet eine grundlegende Einführung in wesentliche Aspekte des Kinesio Taping und deren Techniken.

Die Meinung unserer Expertin: „Wir konnten nur erste Erfahrungen sammeln. Allen, die noch tiefer in diese Materie eintauchen möchten, empfehle ich, ein Wochenendseminar zu besuchen. Die Wirkung ist für mich unbestritten."

Trainingspläne für Beginner

Leitung: Carsten Sieberg. Gerade für Trainingsanfänger ist ein Trainingsplan besonders wichtig, um den Körper systematisch an die Belastungen zu gewöhnen. Ein geeigneter Trainingsplan für Anfänger und Einsteiger umfasst sowohl die Häufigkeit der Trainingstage als auch die Intensität, die im Trainingsplan für Anfänger vergleichsweise gering sein sollte, um nicht so schnell die Motivation zu verlieren.

Die Meinung unseres Experten: „Alle Trainer im Studio sind besonders geschult, um den typischen Anforderungen eines Anfänger-Trainingsplans gerecht zu werden. Am Besten Sie vereinbaren direkt selbst einen Termin im Studio, egal ob Anfänger oder Fitnesserfahrener – ein neuer Trainingsreiz tut immer gut."

Über 30 Trainer/innen waren der Einladung gefolgt und freuten sich über besonders lehrreiche und aufregende Stunden. Der Abschluss des erfolgreichen Tages wurde beim gemeinsamen Abendessen in der Sportbar/Vitamin e gefeiert. Angelika Arnswald, Abteilungsleiterin Kinder-/Jugendsport, zeigte sich nach dem Workshop sehr erfreut. „Barbara Oetting-Bauers Workshops sind einfach ein ‚Muss'. Auch dieses Mal traf das Programm genau den Nerv der Zeit!" ANK

Oben: Barbara Oetting-Bauer (Mitte) und Jens Lang (2. Von rechts) erklären den Trainern die neue Vibrationsplatte XSAM. Die beiden Geräte wurden daraufhin auf Tauglichkeit überprüft.

Darunter: Angela Bubenberger gibt den Trainern eine Einführung in die Kunst des Kinesio Tapings. Die Trainer durften sogar direkt selbst Hand anlegen.

ANZEIGE

Unser Redakteur im Selbsttest, Maximilian Schernus, ist seit dieser Ausgabe bei der Redaktion der Team mit dabei. Er hat sich dem Parklauf gestellt und schreibt hier über seine Erfahrung.

FOTOS: OLAF HEIL

Rund um den Florian

Am 23. November war es wieder soweit. Mehrere hundert Laufbegeisterte aller Altersklassen haben sich im Dortmunder Westfalenpark zusammengefunden, um ihr Können über Strecken von 1.100m bis 10.000m unter Beweis zu stellen. Der Parklauf – Rund um den Fernsehturm – erlebte in diesem Jahr seine 48. Auflage. Als Redakteur im Selbsttest habe ich mich an diesem Tag auf die Strecke gewagt.

Vor fast 50 Jahren trug es sich zu, dass sich vier Langstreckenläufer des TSC mit einem kurzen Spurt am Kassenhäuschen vorbei, und sehr zur Verwunderung des diensthabenden Wärters, widerrechtlichen Eintritt in den Westfalenpark verschafften, um dort für zukünftige Wettbewerbe zu trainieren.

So geschah es tagtäglich, bis es einem der Wärter schließlich gelang, die jungen Männer zur Rede zu stellen. Der damalige Parkleiter, Herr Stiene, hörte sich ihre Geschichte mit einem Schmunzeln an, verzichtete auf eine Anzeige und regte sogar an, künftig einen offiziellen Wettlauf im Park zu veranstalten. Seitdem gibt es den Parklauf, bei dem sich alle Dortmunder Laufbegeisterten einmal im Jahr treffen, um ihre Besten zu ermitteln.

Diesmal also wollte auch ich als Redakteur der TEAM aktiv dabei sein. Nach kurzem Aufwärmen machte ich mich auf den Weg zum Start über 10.000m. Da stand ich nun. Bestens unvorbereitet, mit der Startnummer 1 und persönlichem Fotografen im Schlepptau. Äußerlich scheinbar der große Favorit kamen mir doch erste Zweifel, ob ich überhaupt das Ziel erreiche. Denn die Tatsache, dass alle meine guten Vorsätze, mich auf den Lauf vorzubereiten, baden gegangen waren, lastete schwer auf mir. Aber schließlich gelang es mir doch noch, dieses beklemmende Gefühl auszublenden.

Und dann fiel auch schon der Startschuss und die ca. 190 Teilnehmer in meinem Rennen setzten sich in Bewegung. Auf den ersten Metern war Führungsarbeit angesagt. Einem Startplatz in der ersten Reihe und der Ansage, ich solle doch anfangs möglichst vorne laufen, damit der Fotograf mich gut vor das Objektiv bekommt, sei Dank. Als die Strecke dann etwas mehr Platz bot, konnte ich mich endlich ein wenig fallen lassen, mein eigenes Tempo finden und es auch bis zum Zieleinlauf halten. Nach 50:49 Min war es geschafft.

Und wider Erwarten ging es mir gut. Ich war zwar erschöpft, die Muskulatur schmerzte ein wenig, aber es war ein gutes Gefühl, das Ziel erreicht zu haben.
MS

TIPPS FÜR zu Hause

Skigymnastik

TIPPS FÜR DEN WINTERSPORT

Skigymnastik ist nicht out, sie heißt heutzutage nur meist anders. In folgenden Kursen werden Sie ebenfalls bestens fit für die Piste: Fitness Gymnastik, Bodyworkout und Functional Fitness.

FOTOS: OLAF HEIL

Eva Huckschlag

Das Jahr neigt sich dem Ende zu und der Winterurlaub steht für viele unmittelbar vor der Tür. Die Vorbereitungen für den schönsten Urlaub des Jahres beginnen aber bereits zu Hause. Mit diesen Übungen sind Sie bestens für jede Abfahrt geeignet und bleiben sicher auf der Piste.

AUF DAS TRAINING KOMMT ES AN!

Besonders die Bein- und Rumpfmuskulatur werden beim Skifahren beansprucht. Wesentlicher Bestandteil des Workouts ist daher die Stärkung dieser Muskeln, um genügend Kraft und Flexibilität für das Skifahren zu erreichen. Die moderne Skigymnastik ist darauf ausgerichtet, die Belastbarkeit der Muskeln und Gelenke zu verbessern und deren Ausdauer und Stabilität zu erhöhen.

Vor den Übungen sollten Sie unbedingt Ihre Muskeln in Schwung bringen und sich aufwärmen. Eine Runde auf der Stelle laufen (ca. 5 Minuten) ist dafür gut geeignet. Die Übungen werden ohne Pause direkt hintereinander durchgeführt. Der Vorgang wird 2-3 mal wiederholt. ANK

Eva Huckschlag ist seit 1998 im TSC fest angestellt und seit 2003 Abteilungsleiterin Gymnastik/Aerobic. Sie ist staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin, Dipl. Sportmanagerin (IST) und verfügt über zahlreiche Fortbildungen im Bereich Gymnastik/Aerobic. Neben der Gymnastik Abteilungsleitung in Zusammenarbeit mit Steffi Psiuk ist sie auch noch im Studio e und in der TSC Geschäftsstelle aktiv.

ZUM ABTRENNEN UND AUFHÄNGEN

1

Abfahrtshocke – klassisch

Stellen Sie sich hüftbreit hin und beugen Sie die Knie. Setzen Sie sich mit dem Gesäß weit nach hinten. Achten Sie auf einen geraden Rücken. Führen Sie kleine Wippbewegungen aus.
3 x 15 Wiederholungen

2

FOTOS: OLAF HEIL

Rückenübung

Legen Sie sich auf den Bauch und halten Sie die Hände an die Schläfe, die Fußspitzen haben Bodenkontakt. Jetzt den Rumpf leicht anheben, der Blick bleibt auf den Boden gerichtet. 3 x 15 Wiederholungen

3

Umsteigesprünge

Stellen Sie sich aufrecht hin, die Beine sind leicht gebeugt und geschlossen. Springen Sie nun aus der Hüfte heraus abwechselnd nach links und rechts. Versuchen Sie, immer wieder die jeweils gleiche Position zu treffen. Das nachfolgende Bein schwingt wie beim Eislaufen leicht mit. 3 x 20 Wiederholungen

4

Abwechselnde Ausfallschritte nach vorn

Mit beliebigem Bein einen großen Schritt nach vorn machen. In die Knie gehen und Körper absenken bis das Knie des hinteren Beines fast den Boden berührt. Danach mit vorderem Bein abdrücken und wieder in Ausgangsposition zurückkehren. Mit anderem Bein fortfahren. 3 x 15 Wiederholungen pro Bein

5

Russian Twist

Oberkörper von einer Seite zu anderen drehen: Hüfte stabil halten und Kopf der Bewegung folgen lassen.
Um die Übung zu erschweren eignet sich gut eine 1,5 Liter Flasche Wasser. So viele Wiederholungen wie möglich

Inverter-Profi-Klimaanlage

für Räume bis 30 m²
1 Innengerät
1 Außengerät
Flüsterleise
Energieeffizienzklasse A
Ausführung als Wärmepumpe
5 Jahre Geräte-Gewährleistung

Evtl. Montage des Außengerätes
auf dem Hausdach
(nach Aufwand)

EUR 1.999 inkl. MwSt. Komplett mit Einbau*

*Festpreis bis 5 m Rohrleitung

KS. Klima-Consulting

KS. Klima-Consulting
Kälte · Klima · Lüftung
Karl-Liebknecht-Straße 9
44141 Dortmund
Tel. (0231) 618 666 0
www.ks-klima.de

(Abb. Außengerät)

(Abb. Innengerät)

Ein starkes Team!
Jeder ein Profi in seiner Disziplin.

Ehlers & Feldmeier

Rechtsanwälte
Notare
Fachanwälte

Dr. Thomas Feldmeier · Notar
Fachanwalt für Medizinrecht
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Burkhard Voss · Notar
Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht
Dr. Michael Kalle · Notar
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht
Fachanwalt für Familienrecht
Thorsten Ehlers · Notar
Fachanwalt für Verkehrsrecht
Bernd Dörre
Fachanwalt für Gewerblichen Rechtsschutz
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Dr. Dorothee Höcker
Fachanwältin für Verwaltungsrecht
Fachanwältin für Familienrecht
Dr. Hendrik Zeiß
Fachanwalt für Medizinrecht
Fachanwalt für Versicherungsrecht
Dennis Tebrügge
Dr. Marcus Karge
Friedrich Ehlers · Notar a. D. (bis 04/12)

Weitere Informationen unter 0231 · 58 97 88-0

Elisabethstraße 6
44139 Dortmund
info@ehlers-feldmeier.de
www.ehlers-feldmeier.de

FOTOS: OLAF HEIL

Ich bin‘s, Victor!

Ich bin Victor, der lustige Elefant, und bin das Maskottchen des TSC Eintracht Dortmund. Ich habe sehr viele Aufgaben, denn als größter Fan des TSC versuche ich, kein Training und keine Veranstaltung des TSC zu verpassen. Vom KinderFerienSpaß bis zum Sommerfest, von den Windelflitzern bis zu den coolen Traceuren aus der Parkourstunde, von den Mini-Kickern bis hin zu den Senioren – ich bin für Euch da und sorge mit meiner lustigen Art immer für fröhliche Stimmung.

Am liebsten verbringe ich die Zeit in meinem „Wohnzimmer" – das sind die Hallen und das Außengelände des TSC. Wenn Ihr mich dort erwischt, sprecht mich einfach an. Für einen kleinen Sprint oder einen Stand-Weitsprung Wettbewerb bin ich immer zu haben. Als ehemaliges Mitglied des „Olympischen Maskottchen Teams" hab ich bestimmt ein paar Tricks und Kniffe für Euch parat. Außerdem liebe ich es, alle Foto- und Autogrammwünsche von Euch zu erfüllen.

Töröööööööööööö!
Euer Victor!

ILLUSTRATION: CARSTEN MELL

Steckbrief Victor

NAME: Victor, der Elefant!
BERUF: Maskottchen (Chefanimateur des TSC)
SCHULABSCHLUSS:
Abbruch der Porzellanmaler-Schule,
Elefanten- und Maskottchenschule (Abschluss-Note: 1)
BEIM TSC SEIT: Meiner Geburt!
WOHNORT: TSC – da wo ich wech komm!
GRÖSSE: 1,90 m – ohne Ohren
GEWICHT: Ja, nee is klar!
RÜCKENNUMMER: 1
SCHUHGRÖSSE: 57
WAS MIR SPASS MACHT:
Alle Abteilungen des TSC zu besuchen, Kinder zum Lachen bringen
HOBBYS:
Spaß mit den Mitgliedern des TSC haben, Fotos machen und Autogramme geben, laut den TSC-Song tröten, mit meinem Schwänzchen passend zur Musik zu wedeln, schnell auf dem Boden stampfen, Kinder im Sommer mit Wasser vollspritzen
MEIN LIEBLINGSLIED:
Gimme that funky beat! Mehr auf der TSC Homepage!
LIEBLINGSZEITSCHRIFT: TEAM
LIEBLINGSESSEN: Currywurst in unserer Sportbar – Vitamin e
LIEBLINGSFARBE: Blau
IN DIESEM FILM HÄTTE ICH GERN MITGESPIELT: Dumbo
MOTTO: Ein ganzes Leben TSC!

Victor – das TSC Maskottchen ist da! Schon bei seinen ersten Auftritten zeigte er, wie viel Spaß er mit den Kindern im TSC hat. Bestimmt schaut er auch bald bei Euch im Training vorbei – seine Vorfreude ist schon jetzt riesengroß!

TSC Schlagzeilen

Alle bestanden – Wir gratulieren herzlich!

FOTO: VEREIN

Wie wird eine Übungsstunde anregend gestaltet? Wie sollte eine Trainingsgruppe geleitet und motiviert werden? Antworten auf diese und weitere Fragen erhielten 24 Frauen und Männer im Rahmen ihrer Ausbildung zum Übungsleiter C für den Breitensport. Vom 11.10.-31.10.2013 wurden die angehenden Übungsleiter in 120 Lerneinheiten von geschultem Personal ausgebildet.

Gangolf Lohner vom Stadtsportbund Dortmund und David Ringel, Jugendwart des TSC, begleiteten die jungen Teilnehmer durch den Kurs und überreichten den neuen Übungsleitern die Lizenzen: „Wie schon in den Vorjahren zeigte sich auch diese Gruppe sehr harmonisch und top motiviert", meinte David Ringel zum Abschluss zu seinen „Schützlingen".

Präsidiumsmitglied Bernhard Meyer verstorben

Unser Präsidiumsmitglied Bernhard Meyer ist am 3. Dezember im Alter von 55 Jahren verstorben.

Als Hauptgeschäftsführer des Verbandes für das Deutsche Hundewesen hat er mit seinem großen Erfahrungsschatz aus Verbänden und Vereinen über viele Jahre die Vereinsarbeit im TSC Eintracht von 1848/95 unterstützt und gefördert.

Seine Ideen, seine Meinung und seine besonnenen Vorschläge zur Bewältigung schwieriger Situationen, waren immer sehr geschätzt. Sein Tod hinterlässt auch beim TSC Eintracht eine schmerzliche Lücke. Sein wertvoller Rat wird uns zukünftig fehlen.

Unser aufrichtiges Mitgefühl gilt seinen Angehörigen.

FOTO: OLAF HEIL

Gymnastik Schnupperwoche im TSC vom 06.01.-12.01.2014

Lernen Sie das umfangreiche Gymnastik- und Fitnesskursangebot des TSC näher kennen und gehen Sie aktiv ins neue Jahr. „Wir wollen alle Unentschlossenen dazu animieren, ihre guten Vorsätze für das neue Jahr, in gute Taten umzusetzen", meinen die Gymnastik Abteilungsleiterinnen Eva Huckschlag und Steffi Psiuk. Auf das richtige und gesunde Maß achten dabei die qualifizierten Trainer und Übungsleiter des TSC.

Die Angebote der Schnupperwoche sind für alle gedacht, die Dortmunds größtes Gymnastikkurs-Angebot gerne einmal ausprobieren möchten. Weitere Informationen finden Sie unter www.tsc-eintracht-dortmund.de

Einzugsermächtigungen werden auf das SEPA-Lastschriftverfahren umgestellt

Für das SEPA-Lastschriftverfahren gelten neue Bezeichnungen, die europaweit eingesetzt werden. Ihr Lastschriftmandat zur Abbuchung von Beiträgen enthält zwei wichtige Nummern: Ihre Mandatsreferenznummer, die sich aus Ihrer Mitgliedsnummer und einer fortlaufenden Nummer zusammensetzt und der TSC Eintracht Gläubiger-Identifikationsnummer (DE58ZZZ00000427180). Diese Angaben finden Sie künftig auf Ihrem Kontoauszug bei allen Abbuchungen von Beiträgen im Verwendungszweck. Ihre bisherige Kontonummer wird durch die IBAN (International Bank Account Number) ersetzt. Ihr Girokonto erhält dadurch eine europäische Kontoerkennung.

Dr. Gerhard Tilmann

Dr. Gerhard Tilmann feierte am 13. November seinen 75. Geburtstag und dazu gratuliert der TSC Eintracht Dortmund herzlich. Seine Karriere ist beispielhaft und bemerkenswert. Schon als 13jähriger wurde er Mitglied des TSC Eintracht, war zunächst als Turner aktiv, aber schon mit 15 wechselte er zu den Leichtathleten und damit begann eine nun 60 Jahre währende erfolgreiche Karriere. Seine Vielseitigkeit prädestinierte ihn für den Mehrkampf, und in dieser Disziplin kam er zu seinen größten Erfolgen. 1971 schaffte er im Zehnkampf mit 7601 Punkten die Qualifikation für die olympischen Spiele 1972 in München und erst in letzter Minute verdrängte ihn Hans – Joachim Walde aus dem deutschen Olympiateam. Fünfmal trug er den Nationaldress, bestritt über 70 Zehnkämpfe und stellte 1994 einen neuen Zehnkampf – Weltrekord für die Kategorie M 55 auf. 2008 stellte er einen neuen deutschen Rekord im Zehnkampf der M 70 auf und war 2012 weltbester Zehnkämpfer dieser Klasse. In diesem Jahr egalisierte er mit 2,20 Metern den deutschen Rekord im Stabhochsprung der M 75. Alles Gute und weiterhin viel Erfolg wünscht der TSC!

FOTO: VEREIN

Von links: Horst Merz, Meike Holtkamp, Dr. Gerhard Tilmann, Peter Middel

ANZEIGE

HAGEDORN

Heizung · Lüftung · Sanitär

Öl- und Gasfeuerungen
Sanitärtechnik
Lüftungs- und Klimatechnik
Regelungstechnik
Tankschutzanlagen
Solar- und Schwimmbadtechnik

Hagedorn GmbH
Meinbergstraße 65
44269 Dortmund

Telefon: (0231) 43 38 45
Fax: (0231) 42 00 40
Notdienst: (0172) 27 26 804
info@firma-hagedorn.de
www.firma-hagedorn.de

Foto oben: Der aktive Kern der Faustball-Abteilung vor dem Marktplatz in Bremen.

Foto unten: Die Handtennis-Gruppe auf dem Rad

SENIOREN IM TSC! FÜR JEDEN IST ETWAS DABEI – SICHER AUCH FÜR SIE!

Sie möchten neue Menschen mit gleichen Interessen begegnen? Neue Freunde finden? Einfach gemeinsam mehr erleben? Dann sind Sie im TSC genau richtig!

Aktive Senioren im TSC!

Lachen, leben, gemeinsam die Freizeit genießen! Viele aktive Senioren im TSC sind nicht nur leidenschaftliche Sportler, sondern haben auch Spaß an gemeinsamen Freizeitaktivitäten außerhalb der TSC Sportanlagen. So unternehmen z.B. die Faustball- und Handtennis-Gruppen schon seit Jahren Wochenendtrips oder längere Reisen. Wie viel Spaß sie bei ihrer letzten Tour hatten, lesen Sie hier!

Faustballerfahrt nach Bremen

Einmal im Jahr verreist die Faustballmannschaft für ein verlängertes Wochenende ohne Ball. Die diesjährige fahrt vom Freitag, 20.09. bis Sonntag 22.09. führte nach Bremen und Bremerhaven. Ziel dieser Reisen ist stets, die Gemeinschaft und Freundschaften über den sportlichen Wettstreit hinaus zu pflegen und gemeinsam neue Eindrücke von anderen Teilen Deutschlands zu gewinnen. Das Programm umfasste über die Stadtbesichtigung und das Erleben der maritimen Woche in Bremen hinaus auch einen Abstecher nach Bremerhaven mit Eindrücken aus der Seeschifffahrt und aus dem Auswanderermuseum. Gutes Essen und das eine oder andere Getränk in gemütlicher Runde gehörten natürlich ebenfalls zum Gemeinschaftserlebnis der Faustballfahrt.

Handtennis macht mobil – auf dem Fahrrad!

Schon seit vielen Jahren führt die Männergesundheits-Abteilung (meist als Handtennis-Spieler aktiv) Wanderungen bzw. Radtouren in ganz Deutschland durch. 2013 ging es nach Hessen, genauer nach Frankfurt am Main auf den Main Radweg. Vom 31. August bis zum 08. September radelten die 12 Teilnehmer über 320 km! „Dem Main mit dem Rad auf seinem kurvenreichen Weg von den Quellen bis zur Mündung zu folgen, war ein echter Genuss – da gerieten die körperlichen Strapazen schnell in Vergessenheit“, erzählt Jens-Uwe Hansen. Auch bei der Organisation wurde das Team optimal betreut, so dass auch die täglichen Hotelwechsel problemlos gemeistert wurden. Das Programm umfasste Ortsbesichtigungen, z.T. Stadtführungen, den Besuch geschichtsträchtiger Bauten und Kunstwerke, eine Weinprobe und natürlich den Genuss fränkischer Getränke und landesspezifischer Mahlzeiten. ANK

ANZEIGE

Handwerkliche Tradition

Als Dachdeckermeister streben wir nach höchster Bauqualität zu attraktiven Preisen. Egal was Sie planen, ob Geschäfts- oder Wohngebäude, wir sind für Sie da. Unsere Arbeiten stehen für Qualität und termingerechte Perfektion im vereinbarten Kostenrahmen.

TORSTEN KOSCHINSKI
DACHDECKERMEISTER

Steildach - Flachdach - Wandbekleidungen
Isolierungen - Bauklempnerei - Balkonsanierung
Zimmerei - Innenausbau - Photovoltaik - Notdienst

Service-Büro
Sölder Str. 129
59439 Holzwickede

Tel.: 02301 - 2864
Fax: 02301 - 914162

E-Mail: kontakt@koschinski-dach.de
Homepage: www.koschinski-dach.de

FOTO: EKKEHART REINSCH

Die TSC Abteilungsleiter, Ansprechpartner, Präsidium und Vorstand

AIKIDO
Manfred Antoni
0231-751371

BADMINTON
Peer Steffens
0231-1372238

BASKETBALL
Thomas Großmann
Ken Neusser
(Ansprechpartner)
0151-23528818

EISSPORT
Bernd Häuser
0231-468299
Andrea Völler
(Ansprechpartnerin)
0231-1888864

FAUSTBALL
Horst Schneider
Rüdiger Hofmann
(Ansprechpartner)
0231-431975

FECHTEN
Thorsten Kühn
0177-7360280

FITNESS/STUDIO
Barbara Oetting-Bauer
0231-91231560

FUSSBALL
Stefan Goms
Geschäftsstelle
0231-9123150

GYMNASTIK/AEROBIC
Eva Huckschlag
Steffi Psiuk
0231-912315-0

HANDTENNIS
Walter Hermes
0231-772746

HERZSPORT
Hartmut Rosenbaum
0231-128863

HOCKEY
Uwe Kober
0231-734124

INLINE
Stefan Vollmer
01577-3861386

JIU-JITSU
Norbert Tellermann
0231-2000436

JUDO
Jens Krämer
02302-9731474

KANU/ ORIENTIERUNGSLAUF
Christiane Kühn
0163-7983390

KARATE
Wolfgang Stramka
0231-716440

KINDER-/ JUGENDSPORT
Angelika Arnswald
0231-91231560

LACROSSE
Nora Teepe
0231-9122221

LEICHTATHLETIK
Jörg Lennard
Pierre Ayadi
(Ansprechpartner)
0172-2722793

MÄNNERGESUNDHEITS-ABTEILUNG
Lutz Lorenz
0231-595365

MODERN ARNIS
Dieter Knüttel
(Ansprechpartner)
0231 / 494 80 60

PRELLBALL
Hans Biegemeier
(Ansprechpartner)
0231-481356

REHA-SPORT
David Ringel
0231-91231560

RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK
Geschäftsstelle
0231-9123150

ROCK`N`ROLL
Sebastian Rott
(Ansprechpartner)
0176-39600525

TANZSPORT
Parmela Neumann
0231-466501

TAUCHSPORT
Reinhold Strehl
0171-7561610

TISCHTENNIS
Detlef Niederquell
0231-483301

TURNEN
Rudi Rathmann
(Ansprechpartner)
0231-415263

VOLLEYBALL
Hartmut Dreisbach
0231-6181222

ZIRKUS
Ulrike Liskatin
0170-1862018

VITAMIN
Vereinsgastronomie
Angelika Knoop
0231-91231571
0174-5981584

PRÄSIDIUM
Michael Krause
(Vorsitzender)
Bodo Bollmann
Gerd Fallsehr
Jan-Hendrik Fischedick
Petra Jänicke
Brigitta Krogmann
Martin Raschinski
Jörg Rüppel
Wolfgang Ussler

VORSTAND
Dr. Alexander Kiel
(Vorsitzender)
Dirk Schiffmann
(Schatzmeister)
Barbara Oetting-Bauer
(Hauptsportwartin)
David Ringel
(Jugendwart)

EHRENMITGLIEDER
Oskar Reynecke
Heinz Becker

VERTRAUENSPERSONEN
Sabine Kosbab
Daniela Lohse
0231-91231560

GESCHÄFTSSTELLE
0231-9123150
info@tsc-eintracht-dortmund.de

An American Icon Since 1949
GANT
OFFIZIELLER SPONSORPARTNER DER HOCKEY-EUROPAMEISTER 2013 WOMEN & MEN
24/7 SHOP THE COLLECTION AT WWW.GANT.COM