DAS TSC VEREINSMAGAZIN AUSGABE 2 | SOMMER 2016 | 68854

TEAM

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

Parkour

Turnvater Jahns chaotische Erben?

Herzsport

Mondlandung mit dem Herzen

Kapow

Alles kann, nichts muss!

Juicy Beats

Saftige Beats und den „Schalk“ im Nacken

TSC EINTRACHT DORTMUND
ÜBER 100 SPORTANGEBOTE

Was zählt ist Vertrauen.

Beratung zu Themen, die Sie bewegen.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Bei uns stehen Sie als Kunde und Mitglied im Mittelpunkt. Unsere faire und objektive Beratung richtet sich ganz nach Ihrer persönlichen Lebenssituation. Ob Traumurlaub, Baufinanzierung, Auto oder moderne Küche – welche Ziele Sie auch antreiben, wir helfen Ihnen, Ihre Wünsche zu verwirklichen.

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.:
Andreas Kranich, Vorstand Öffentlichkeitsarbeit
TSC Eintracht Dortmund

Redaktion:
Andreas Kranich (ANK), Leitung
Alina Dobischok (AD)
Axel Frerk (AF)
Stephan Haumann (SH)
Marie Timcke (MT)
Maximilian Roeren (MR)

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:
Hitzegrad Print Medien & Service GmbH
Auflage: 6.000

Redaktionsschluss: 15. Juli 2016
Nächster Redaktionsschluss: 1. November 2016

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: Parkour
Fotografie: Olaf Heil

Spendenkonto:
Sparkasse Dortmund
IBAN DE77 4405 0199 0241 0154 16
BIC DORTDE33XXX

ClimatePartner klimaneutral
Zertifikatsnummer:
53323-1512-1019
www.climatepartner.com

FOTO: EKKEHART REINSCH

Hartmut Rosenbaum
Leitung Herzsportgruppe

Liebe Mitglieder des TSC,

zum 40-jährigen Bestehen der Herzsportgruppe im TSC Eintracht darf ich allen Aktiven und Passiven, die aus gesundheitlichen Gründen und ihrem Alter nicht mehr an sportlichen Aktivitäten teilnehmen können, aber der Gruppe weiterhin treu bleiben, herzlich gratulieren.

Was im April 1976 begann, hat sich zu einer wahren Erfolgsgeschichte entwickelt. Überzeugt von der Idee und seinen Erfahrungen aus der Praxis, entschloss sich damals Dr. Othmar Untiedt (heute noch aktiv), die erste Herzsportgruppe in Dortmund zu gründen. Seitdem konnte einer Großzahl an Menschen, die in Folge eines Herzinfarkts erheblich beeinträchtigt wurden, durch Bewegung und Sport wieder zu mehr Lebensqualität verholfen werden.

Die freiwilligen, ehrenamtlichen Tätigkeiten unserer Sportsfreunde Ernst Ramsch und Herbert Kolberg haben dazu beigetragen, dass die Herzsportgruppe heute über 100 Mitglieder zählt. Für die sportlichen Ausführungen der Trainings- und Übungseinheiten stehen uns qualifizierte und ausgebildete Trainer zur Verfügung. Das Programm wird durch die Begleitung eines Ärzteteams abgerundet.

Im Laufe der Zeit hat sich neben dem sportlichen Ablauf ein gesellschaftliches Miteinander und einer gemeinschaftlichen Freizeit außerhalb des Sports entwickelt.

Besonderer Dank für die Unterstützung in meiner Funktion als Leiter der Herzsportgruppe gilt August Wittkamp und Hans Deutschmann. Allen Vorständen, Trainern, Ärzten, Betreuern und vielen anderen gebührt Anerkennung und Dank.

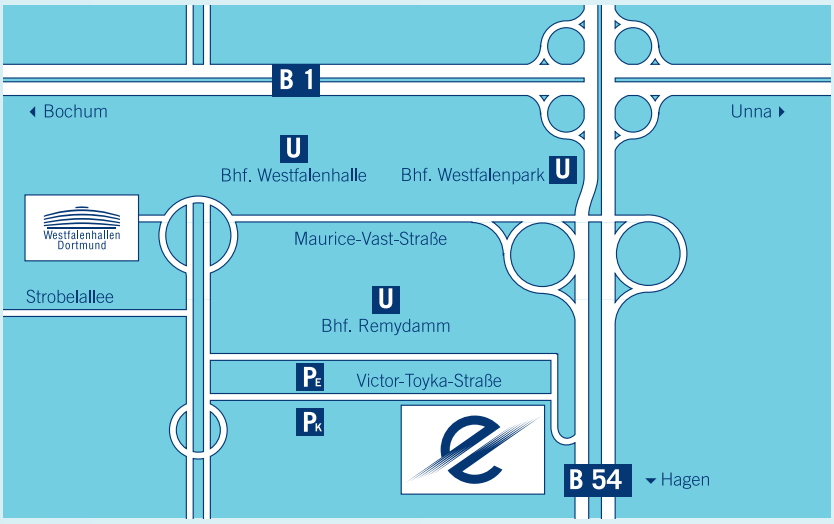
Hartmut Rosenbaum
Leitung Herzsport

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. **AUGUSTINUM DORTMUND**
   Kirchhörder Straße 101, 44229 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

Rubriken

EDITORIAL	03
FITNESS-TIPPS	17
TSC SCHLAGZEILEN	24
VICTORS GESCHICHTEN	27
VEREINSJUGENDLEITUNG	30
ANSPRECHPARTNER	31

Aus den Abteilungen

PARKOUR
Turnvater Jahns chaotische Erben? 06

MODELLPROJEKT SCHULE AM HAFEN
Wenn die Schulbank drückt 08

HERZSPORT
Mondlandung mit dem Herzen 10

KAPOW
Alles kann, nichts muss! 12

TSC WORKOUT
Der Extra-Kick für die Saisonvorbereitung 14

FUNDRAISING
#wirspielenblau 19

Veranstaltungen

TSC SUPPORTER CUP
Unzählige Tore und am Ende nur Gewinner! 20

KINDERFERIENSPASS
Redakteur im Selbsttest 22

TSC Internes/Hausmitteilungen

TRAINER-STECKBRIEFE
Bastian Maier und Tobias Schwart 16

SPONSORING
Lagerbox ist neuer Werbepartner des TSC 21

PHYSIOMED UND TSC EINTRACHT
Starke Partner unter einem Dach 26

JUICY BEATS
Saftige Beats und den „Schalk" im Nacken 28

FOTOS: OLAF HEIL

Turnvater Jahns chaotische Erben?

Parkour ist ein junger Sport aus Frankreich, bei dem sich alles um Bewegung dreht.
Die Jugendlichen lernen sicher, flüssig und elegant Hindernisse zu überwinden.
Das stärkt Koordination und Konzentration – und macht natürlich auch eine Menge Spaß.

„Parkour bedeutet für mich Freiheit. Sowohl die Freiheit, dahin zu gehen, wohin ich will, aber auch die Freiheit im Kopf – endlich alle Gedanken loszulassen, welche einen den Tag über begleiten", so fasst der junge Trainer Robin (22) seine Sportart zusammen: „Parkour ist nicht einfach eine Sportart, es ist ein Lebensgefühl."

Wer einen Blick in das Training der Parkourler wirft, wird sofort viel Freiheit entdecken: Da ist nichts von dem überlicherweise „Vormachen – Nachmachen" zu sehen. In einer Ecke schieben sich einige junge Sportler dicke Matten zusammen und wagen Salti, andere hechten über Kästen, die immer weiter auseinander geschoben werden und während im Rhythmus zur Musik zwei Parkourler Liegestütz machen, rotieren andere um die Reckstange – nach dem Motto ´Versuch und Irrtum´.

Evolution des Turnsports

„Für uns gibt es hundert Arten, über einen Kasten zu springen – und alle sind richtig. Jeder entscheidet das für sich selbst." Isa (18) ist ebenfalls Trainerin und hat bereits eine lange Laufbahn als Kunstturnerin hinter sich gebracht, bevor die Schülerin zum Parkour wechselte. „Schwünge und Sprünge werden bei uns weich abgefangen, nicht so abrupt und künstlich in eine Form gezwungen wie beim Kunstturnen. Das gefällt mir viel besser. Bei uns gibt es keine Haltungsnoten. Wir wollen gesundes Turnen."

Als Barbara Oetting-Bauer (Vorstand Sport) 2008 aus Begeisterung entschied, auch Parkour ins Sportangebot aufzunehmen, war Trainer Mario (24) eines der ersten Mitglieder. Für ihn wurde Parkour zur Leidenschaft und Beruf. Seit sieben Jahren ist er hauptberuflich Parkourtrainer. „Ich habe Internet-Videos gesehen. Das wollte ich auch machen und habe mir die Bewegungen zumeist selbst beigebracht." „Wir besuchen aber auch Workshops und Seminare, um uns weiterzubilden", ergänzt der Geografie-Student Sascha (22), der vierte Trainer im Bunde. „Aber das Wichtigste ist: Ausprobieren!"

Katze Lazy Speed und Dash

Mittlerweile sind etwa 300 Mitglieder im Bereich Parkour angemeldet. „Ein wahrer Selbstläufer. Allein durch Mundpropaganda", freut sich Isa.

Die eigene Leistungsfähigkeit, die eigenen Grenzen erfahren und bewusst wahrnehmen, ist ein wichtiger Aspekt des Parkourtrainings. Obwohl die Sprünge und Aktionen sehr waghalsig aussehen, hat Leichtsinn keinen Platz im Training. „Wenn ich mir nicht sicher bin, ob ich einen Sprung schaffe, dann schiebe ich den Kasten etwas näher zusammen. Draußen geht das nicht. Aber darauf wollen wir letztendlich hinaus: Die Kinder und Jugendlichen nach draußen bringen. Die Welt ist ein riesiger Spielplatz und hat unendliche Möglichkeiten", erklärt Robin das Trainingsziel: „Aber wer seine Grenzen nicht kennt, wird nicht lange Spaß haben." AF

TRAININGSZEITEN

Wochentag	Zeit	Kurs	Ort
Montag	18:30 - 20:00 Uhr	Parkour Training ab 14 Jahre	Landgrafenschule
Dienstag	20:00 - 22:00 Uhr	Parkour Training ab 14 Jahre	HO 4
Mittwoch	16:00 - 18:00 Uhr	Anfänger ab 11 Jahre	Schule am Hafen
Freitag	15:00 - 16:30 Uhr	Anfänger 6-10 Jahre	HO 4
	16:30 - 18:00 Uhr	Fortgeschrittene ab 8 Jahre	HO 4
	17:30 - 19:00 Uhr	Anfänger ab 11 Jahre	HF 1
	20:00 - 22:00 Uhr	Parkour Training ab 12 Jahre	HO 4

Meister ihres Fachs - die Parkour-Trainer Isa und Mario zeigten beim Fotoshooting ihr Können.

Wenn die Schulbank drückt

Seit die Schulen in Nordrhein-Westfalen ein Ganztagsangebot für ihre Schülerinnen und Schüler anbieten müssen, befürchten Sportvereine einen Verlust an Mitgliederzahlen im Kinder- und Jugendbereich.

FOTOS: OLAF HEIL

Durch die Verlängerung des Schultages wird das Zeitfenster für das Kinder- und Jugendtraining stark verkürzt. Die Folge sind sinkende Teilnehmerzahlen in diesen Trainingsstunden. Um diesem Effekt entgegenzuwirken und gleichzeitig die Verlängerung des Schultages gesund und sinnvoll zu gestalten, engagiert sich der TSC mit Angeboten im Bereich Schulsport. Das Beispiel von Patricja Ewert zeigt, dass dieses Engagement keine Einbahnstraße ist.

Die 17-jährige Schülerin ist mittlerweile im 11. Jahrgang des Berufskollegs und trainiert mit Begeisterung beim TSC Jiu Jitsu und Judo. „Ich habe Judotechniken über das Kreativ-Projekt des TSC an der ´Schule am Hafen´ kennengelernt. Das hat mir gleich Spaß gemacht. Dort haben uns auch die Lehrer ermutigt, uns mehr zu bewegen und in Sportvereine zu gehen."

Die junge Frau, die neben ihren Kampfsport-Aktivitäten beim TSC auch noch im Verein schwimmt und Sportgymnastik privat betreibt, kennt das Problem mit dem verlängerten Schulalltag: „Die Schule nimmt viel Zeit in Anspruch und es wird schon knapp, danach zum Training zu kommen. Ich habe nur eine Stunde Zeit, mich für den Sport fertig zu machen."

Inzwischen hat die Schülerin ihre erste Prüfung im Jiu Jitsu bestanden und ihr Trainer Philipp Seufert ist zufrieden mit ihrer Entwicklung und dem Schulprojekt: „Patricja entwickelt sich sehr gut bei uns und ich halte alles für sinnvoll, was Kids in Bewegung bringt. Wenn sie darüber hinaus auch noch Mitglied in unserem Verein werden, ist das toll." Auch Judo-Trainer Dominik Schlums bestätigt ihr eine gute Entwicklung und wünscht sich, dass Judo im Schulprojekt mehr beworben wird: „Dann interessieren sich bestimmt noch mehr Schülerinnen und Schüler für Judo."

Und was hat Patricja das Training von Jiu Jitsu und Judo bis jetzt gebracht? „Ich bin mutiger und selbstbewusster geworden, zum Beispiel bei Präsentationen vor der Klasse. Insgesamt haben sich meine schulischen Leistungen verbessert." Und sie rät ihren Mitschülern, offen und neugierig für neue Sportarten zu sein, die Angebote wahrzunehmen: „Nicht jede Schule hat dieses Projekt und jeder wird bestimmt eine Sportart für sich finden. Außerdem lernt man neue Menschen kennen!" AF

Modellprojekt Schule am Hafen und TSC Eintracht Dortmund

Ein kreatives Beispiel für eine Kooperation zwischen Schule und Sportverein startete 2013. 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 werden.

Im Rahmen des Ganztagsangebots der Schule wird den Kindern, die am Kooperationsangebot des TSC teilnehmen, gleichzeitig die Möglichkeit eingeräumt, ohne Mehrkosten freiwillig Mitglied im Verein zu werden. 550 Schüler/innen können somit aus einem umfangreichen Bewegungsangebot des TSC Eintracht wählen.

Patricja Ewert ist mittlerweile fest mit der Eintracht verwurzelt und hat schon ihre ersten Prüfungen im Judo und Jiu-Jitsu bestanden.

KONTAKT SCHULSPORT:
Sarah Dörken
Tel.: 0231 - 91 23 150
E-Mail: doerken@tsc-eintracht-dortmund.de

Mondlandung mit dem Herzen

Pionierleistungen sind häufig mit enormen persönlichen Risiken verbunden. Als Neil Armstrong 1969 seinen Fuß auf den Mond setzen wollte, fieberten Millionen Zuschauer live mit, was als nächstes passieren würde. Wird er in einer metertiefen Staubschicht versinken, wie einige Experten vermuteten? Wird ihn gefährliche Strahlung umbringen? Niemand wusste, was als nächstes passieren würde! Zum Glück ging alles gut.

Sieben Jahre später, vor 40 Jahren am 8. Mai 1976, startete der TSC mit einer ebensolchen Pionierleistung: „Ja, zu Anfang war uns schon ein wenig bange", gesteht Hartmut Rosenbaum, Mann der ersten Stunde, seine Anspannung, als er an diesem Tag die erste Übungsstunde der sogenannten Herzsportgruppe besuchte. Dem Tod nach einem Herzinfarkt „noch einmal von der Schippe gesprungen", wurde damals diesen Patienten strengste Ruhe empfohlen. Jede Anstrengung vermeiden, hieß es. Und nun wurde er unter Leitung von Dr. Untiedt zu Sport angehalten!

Experiment mit ungewissem Ausgang

Es lagen noch keine wissenschaftlichen Erkenntnisse vor, ob dieses Experiment gelingen könnte oder zum Fiasko wird. „Heute wissen wir, wer nach einem Herzinfarkt unter Aufsicht Sport treibt, hat eine statistisch höhere Lebenserwartung", erklärt Dr. Beissner, der nicht nur die Praxis von Dr. Untiedt an der Kreuzstrasse übernommen hat, sondern auch die Betreuung der Herzsport-

FOTOS: OLAF HEIL

gruppe. Ausgerüstet mit Patientendaten der 105 Kursteilnehmer, Defibrillator und Notfallmitteln überwacht er abwechselnd mit anderen Kollegen und organisiert von Dr. Middel, die Gruppen des Herzsport, die am Freitagabend die Hallen des TSC belegen.

Herbert Kolberg führt neue Mitglieder vorsichtig an den Herzsport heran: „Es kommt beinahe wöchentlich ein neues Mitglied zu uns und insgesamt werden die Patienten jünger. Außerdem ist der Frauenanteil, der früher sehr gering war, auf beinahe die Hälfte der Teilnehmer angestiegen." Nach der Übungsgruppe werden die Patienten je nach Leistungsfähigkeit auf die Trainingsgruppen aufgeteilt. „Je nachdem, welche Werte wir auf dem Ergometer festgestellt haben, kommen die Patienten in die 50- oder 100-Watt-Gruppe." Für die Teilnahme ist eine Verordnung durch die Krankenkassen erforderlich, die nach der stationären Reha erfolgt. Durch diese sportliche Tätigkeit kann das Herz zu etwa 80 Prozent wiederhergestellt werden.

Leben statt Leiden

„Natürlich wollen die Kassen gerne, dass man die Reha zuhause fortsetzt. Aber gemeinsam macht es mehr Spaß", erklärt Rosenbaum, Leiter der Herzsportgruppe. Das Ziel der Gruppe ist die Wiederherstellung der Lebensqualität, nicht nur körperlich, sondern auch psychisch. Das bestätigt auch August Wittkamp (77) nach einer Übungseinheit: „Wir sind ein freundschaftlicher Haufen. Und man muss schon etwas tun, um noch ein paar Jahre zu machen." Dass dieses Training überzeugt, beweisen circa 90 Prozent der Patienten, die nach den verordneten Einheiten der Krankenkassen, freiwillig weiterhin als Mitglied in der Herzsportgruppe bleiben. Dazu werden auch Tipps und Informationen untereinander ausgetauscht, nach dem Sport bei einem Bier am Stammtisch.

Im Gegensatz zum Mondflug, der bewies, dass der Erdtrabant lebensfeindlich ist und erst einmal keine weiteren Anstrengung rechtfertigte, hat der Koronarsport, wie der Herzsport richtig heißt, bewiesen, dass diese Pionierleistung für viele Menschen das Leben verlängern und verbessern kann. AF

LEITUNG REHASPORT

David Ringel
Telefon: 0231 / 91 23 15 60
E-Mail: ringel@tsc-eintracht-dortmund.de

LEITUNG HERZSPORT

Hartmut Rosenbaum
Mobil: 0171 / 99 20 17 8

Foto unten:
Das Herzstück der Herzsportgruppe von links: Hartmut Rosenbaum, David Ringel (Vorstand Gesundheit & Senioren), Herbert Kolberg

Kapow – alles kann, nichts muss!

Kapow, schon wieder ein neuer Fitnesstrend aus den USA oder Putins Antwort auf Zumba?

TRAININGSZEITEN

Dienstag , 18.00 Uhr in HF 2

Mit einem russischen Fitnesstrend hat Kapow wenig zu tun. Es handelt sich auch nicht um einen neuen Trend. Kapow ist zwar ein neues Fitness- und Dancework-out, aber die Bewegungen haben ihren Ursprung in einer natürlichen Bewegungsfolge. Anders gesagt: alle Bewegungen sind bekannt und somit leicht und schnell zu erlernen. Gemacht für alle, die ihren Körper in Form bringen und die Seele vom Alltagsstress befreien wollen. Ob jung oder alt, tanzerfahren oder nicht – Kapow ist für alle da.

Kardio und Power – daraus setzt sich Kapow zusammen. Es handelt sich um ein Kraft- und Ausdauerworkout, das mithilfe von tänzerischen Elementen und Bewegungen aus dem Aerobicbereich ein abwechslungsreiches und umfassendes Trainingsprogramm bietet. Die Botschaft dabei

FOTOS: OLAF HEIL

ist klar: Der Spaß steht im Vordergrund. Durch die Gruppendynamik und die moderne House- und Chartmusik entsteht während des Trainings ein echtes Feuerwerk an Energie und Lebensfreude.

Zusätzlicher Motivationsschub? Garantiert!

Entwickelt wurde das Workout von Sport- und Gymnastiklehrerin Janine Brinkers, die mittlerweile schon über 50 Instruktoren ausbilden konnte. Einen echten Wachstumsschub erlebte sie, nachdem sie das Programm bei der Fibo in Köln und der Latin Dance Messe an der Ostsee Anfang und Mitte dieses Jahres vorstellte. Kapow steht unter dem Motto „Alles kann, nichts muss!". Was so viel bedeutet wie, dass jeder da abgeholt wird, wo er steht und soweit gehen kann, wie er will. Pausen sind jederzeit möglich. Jeder soll und kann nach eigenem Ermessen trainieren. Es herrscht kein Druck oder Zwang.

Kapow ist vielleicht nicht die neue Fitnessrevolution, aber die Bestandteile geschickt zusammengesetzt, ergeben ein „von der Art her geniales Workout", wie Teilnehmerin Steffi berichtet und verspricht im gleichen Atemzug bald wiederzukommen, wenn der Kurs ab August jeden Dienstag von 18.00 – 18.50 Uhr in der HF 2 stattfinden wird. PK

Energie pur und Spaß garantiert das neue TSC Workout „Kapow"!

ANZEIGE

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 · Notar
Fachanwalt für Medizinrecht
Fachanwalt für Versicherungsrecht
Dörthe Hackbarth
Fachanwältin für Arbeitsrecht
Fachanwältin für Familienrecht
Michaela Lorey

Weitere Informationen unter 0231 · 58 97 88-0

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

TSC workOUT – der Extra-Kick für die Saisonvorbereitung

Seit Anfang Juni bietet der TSC Eintracht ein neues Fitnessprogramm unter freiem Himmel auf dem vereinseigenen Außengelände an. Beim TSC workOUT werden vor allem Kraft und Ausdauer, aber auch Schnelligkeit und Koordination trainiert.

Nach einem kurzen und intensiven Aufwärmprogramm mit lockerem Einlaufen auf der Stelle und Übungen mit der Faszienrolle Blackroll folgt ein umfassendes Ganzkörper-Workout, das auf den neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnisse basiert. „Innerhalb einer kurzen Zeitspanne geht man bis an seine persönliche Leistungsgrenze", erklärt TSC Trainer David Ringel. Bis an die Grenze – aber nicht darüber hinaus, betont er: „Alle Übungen sind an jedes Fitnesslevel individuell anpassbar!"

Vom Leistungs- bis zum Hobbysportler, vom Fitnessbegeisterten bis zu dem, der es noch werden will – alle finden sich im TSC workOUT wieder. Die 1. Herren der TSC Fußballabteilung nutzten nun das neue Fitnesstraining, um den Extra-Kick in der Saisonvorbereitung zu bekommen und Kraft und Kondition abseits des Fußballfelds zu verbessern. David Ringel stellte der Mannschaft einen anspruchsvollen Parcours aus zehn Stationen zusammen, der es offensichtlich in sich hatte. „Ich habe Muskeln trainiert, wo ich bisher noch gar nicht wusste, dass sie existieren", erklärt ein Spieler im Anschluss erschöpft, aber glücklich und überlegt nun auch wöchentlich an dem Kurs teilzunehmen.

In der Saisonvorbereitung werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt. Das Training wechselt zwischen Athletik-, Ausdauer, Taktik- und Spieltraining. Besonders wichtig für den Erfolg ist aber für das

FOTOS: OLAF HEIL

Trainerteam Mark Elbracht und Thomas Plümer, dass die Mannschaft zusammen durch dick und dünn geht und sich jeder auf den anderen verlassen kann. „Einzelkämpfer können wir in unserer Mannschaft nicht gebrauchen. Wir gewinnen und verlieren zusammen. Wir brauchen Spieler, die größtmöglichen Willen haben, den größtmöglichen Ehrgeiz und die mit Leidenschaft dabei sind", erklärt Chef-Trainer Mark Elbracht. Das TSC workOUT ist auch deshalb eine optimale Alternative. Neben der körperlichen Fitness steht bei dem Training vor allem der Teamgeist im Vordergrund, denn gegenseitiges Anfeuern bei den Übungen spornt zu Höchstleistungen an.

Ein einstelliger Tabellenplatz ist das erklärte Ziel für die kommende Bezirksliga-Saison. Eine harte Nuss, zumal im letzten Jahr die Mannschaft noch gegen den Abstieg spielte. Ferner kommt hinzu, dass die Mannschaft nur über einen Mini-Etat verfügt und die fehlenden Mittel mit Begeisterung kompensieren muss. Das langfristige Ziel besteht darin, die Früchte der exzellenten Jugendarbeit zu ernten, in dem zukünftig mehr Spieler aus dem eigenen Nachwuchs auch im Seniorenbereich für den TSC spielen.

David Ringel war am Ende mehr als zufrieden mit dem Training. „Die Jungs haben fast zwei Stunden super mitgezogen und sich gegenseitig gepusht. Das zeigt, dass unser workOUT-Programm optimal in die Saisonvorbereitung passt. Ich würde mich freuen, wenn weitere Mannschaften den Weg zu uns finden würden."

Die Oberliga-Mannschaft des ASC 09 Dortmund und die Handballer des TV Eintracht Husen-Kurl sind diesem Aufruf bereits erfolgreich gefolgt. Weitere Mannschaften, ob aus dem TSC oder auch aus dem Dortmunder Raum, sind natürlich weiterhin herzlich willkommen. Für Fragen zum TSC workOUT steht David Ringel Rede und Antwort. MR

Die 1. Fußballherren zeigten beim TSC workOUT auch abseits des Fußballfelds vollen Einsatz.

KONTAKT

David Ringel
Telefon: 0231 / 91 23 15 60
E-Mail: ringel@tsc-eintracht-dortmund.de

TRAININGSZEITEN

Montag	17.30 - 18.30 Uhr	Außengelände des TSC Sportzentrum
Dienstag	19.00 - 20.00 Uhr	Außengelände des TSC Sportzentrum
Mittwoch	19.30 - 20.30 Uhr	Außengelände des TSC Sportzentrum
Freitag	17.30 - 18.30 Uhr	Außengelände des TSC Sportzentrum

Anmeldung im Studio e unter 0231 91 23 15 60

TRAINER STECKBRIEFE

FOTOS: OLAF HEIL

BASTIAN MAIER, 26

TÄTIGKEIT IM TSC: Trainer in den Fachbereichen: Studio „e", Gymnastik/Aerobic, Schulsport, Kindersport und Betriebssport.

Worauf sollten Mitglieder beim Fitnesstraining unbedingt achten? Es ist wichtig, sich bei jedem Training, bei jeder Übung, bei jeder Ausführung voll und ganz auf den eigenen Körper zu konzentrieren. Nur so lernt man mehr über sich selbst. Das ist mir in jeder Trainingsberatung ein wichtiges Anliegen, da mit zunehmendem Verständnis über den eigenen Körper das Training immer effizienter gestaltet werden kann.

Was ist aktuell Deine Lieblings-Fitness-Übung? Der Liegestütz: Es ist eine großartige Ganzkörper-Übung mit zahlreichen Variationen, die es nahezu jedem ermöglichen, die eigene Rumpfstabilität und Muskelkraft zu verbessern.

Welchen Motivationstipp kannst Du unseren Mitgliedern geben? Je mehr Ihr Euch mit dem eigenen Körper beschäftigt, desto eher spürt Ihr die Veränderungen. Genau hieraus ziehe ich die meiste Motivation. Denn, wer trainiert schon gerne ohne Plan und Ziel vor sich hin? Außerdem: Seid immer offen für Neues! Die Sportwissenschaft entwickelt sich ständig weiter und bringt mit jeder neuen Studie auch neue Erkenntnisse. Als Trainer freuen wir uns, wenn wir das Wissen an die Mitglieder weitergeben können.

Warum arbeitest Du gern im TSC? Hier muss ich keine Verkaufszahlen liefern, die über meine Arbeitsleistung entscheiden. Frühere Arbeitgeber waren sehr vertriebsorientiert. Produkte oder Verträge an den Kunden zu bringen, war für mich in der Vergangenheit immer ein Graus. Und ich war nie gut darin, Eiweiß-Shakes an ältere Damen zu verkaufen, weil es ihren Muskelaufbau unterstützt. Beim TSC steht tatsächlich die Qualität meiner Arbeit an erster Stelle. Diese Voraussetzungen sorgen natürlich für ein angenehmes Arbeitsklima, von dem auch die Stimmung unter den Kollegen profitiert.

TOBIAS SCHWART, 25

TÄTIGKEIT IM TSC: Trainer in den Fachbereichen: Studio „e"/Gymnastik/Aerobic, Schulsport und Kindersport

Worauf sollten Mitglieder beim Fitnesstraining unbedingt achten? Auf eine saubere Ausführung, aber das ist selbstverständlich. Der Spaß sollte nicht zu kurz kommen, dann klappt das mit der Motivation und Beständigkeit ganz von allein!

Was ist aktuell Deine Lieblings-Fitness-Übung? Einfach, aber nie langweilig: die Kniebeuge. Egal ob mit Langhantel, Kurzhantel, Kettlebell, Sandsack, ohne Gewichte, mit Sprung, ohne Sprung, beidbeinig oder einbeinig - die Kniebeuge ist für mich eine der elementaren Übungen, die in keinem Trainingsplan fehlen sollte!

Welchen Motivationstipp kannst Du unseren Mitgliedern geben? Sucht Euch einen oder mehrere Trainingspartner und motivierende Musik! Dann macht es direkt doppelt so viel Spaß! Und denkt immer dran: consistency is the key. Man muss nicht jedes Mal neue Rekorde aufstellen.

Warum arbeitest Du gern im TSC? Im TSC erlebt man immer etwas Neues durch das abwechslungsreiche Umfeld, ich habe super Kollegen und immer nette Menschen um mich. So eine Atmosphäre findet man nicht oft.

DIE ULTIMATIVEN TSC FITNESS TIPPS

Herzlich willkommen zur neuen Vereinsmagazins-Serie des TSC und damit zu den ultimativen „TSC Fitness-Tipps". Ab sofort präsentieren wir Dir auf diesen Seiten die wichtigsten Tipps und Tricks zu den Themen Fitness und Gesundheit. Egal ob Du Muskeln aufbauen, Körperfett verlieren oder ganz allgemein Deine Fitness steigern möchtest – mit den „TSC Fitness-Tipps" helfen wir Dir, Deine Ziele zu erreichen.

Erfahrene TSC Trainerinnen und Trainer erklären Dir ihre Lieblingsübungen, geben Motivationstipps gegen den inneren Schweinehund oder verraten Dir die neuesten Trends aus der Fitness-Szene. In dieser Ausgabe starten wir mit den Lieblingsübungen unserer TSC Trainer Bastian Maier und Tobias Schwart. Dein Nutzen: Mehr Kraft, mehr Flexibilität, bessere Koordination. Probiere die Übungen am besten direkt aus. Bei Fragen hilft unser Trainer-Team gern weiter.

KRAFT

TSC KURSE:
BEACH BODY PERFORMANCE,
FUNCTIONAL FITNESS

FOTOS: OLAF HEIL

ENGE LIEGESTÜTZE

Ausführung: Die Hände befinden sich auf dem Boden etwa auf Schulterhöhe. Die Finger sollten leicht nach vorne zeigen und die Daumen nach innen. Der Körper bleibt während der Übung immer gestreckt und angespannt. Beide Arme werden gleichzeitig gebeugt, bis die Oberarme waagerecht sind. Diese Stellung wird kurz gehalten und anschließend wieder gestreckt.
Für Einsteiger: Auf die Knie stützen und die Füße überkreuzen, den Oberkörper durchstrecken!
Für Profis: Für einen stärkeren Trainingseffekt, die Hände zu angespannten Fäusten bilden oder eine Hand auf dem Rücken nehmen.
Wiederholungen: so viele Wiederholungen wie möglich
Muskeln: Brust, Trizeps, Bauch

KNIEBEUGE MIT DER SLASHPIPE

Ausführung: Der Rücken sollte immer gerade bleiben, um ein Hohlkreuz zu vermeiden. Hierfür gilt es die Bauchmuskulatur ordentlich anzuspannen. In der Phase des Beugens immer ausatmen um eine Pressatmung zu verhindern.
Für Einsteiger: Kniebeuge ohne Zusatzgewicht durchführen
Für Profis: Die Kniebeugen für Trainierte werden mit der Slashpipe zu einer echten Herausforderung.
Wiederholungen: 3x 15 Wiederholungen (Qualität geht vor Quantität!)
Muskeln: Gesäß, vorderer Oberschenkel, Bauch, Rücken

ZUM ABTRENNEN UND AUFHÄNGEN

KOORDINATION

TSC KURSE: PILATES

BALL WERFEN

Ausführung: Auf einem Bein stabilisieren und einige Sekunden halten. Das Becken parallel zum Boden, der Beckenkamm geht nicht mit nach oben. Den Ball mit ausgestreckten Armen vor dem Körper hin- und herwerfen.
Für Einsteiger: Den Ball von einer Hand in die andere Hand einfach übergeben.
Für Profis: Der Blick bleibt beim Wurf geradeaus. Der Ball wird hoch über den Kopf in die andere Hand geworfen.
Wiederholungen: 3x 40 Sekunden, dazwischen 1 Minute Pause
Zweck:Verbesserung des zentralen Nervensystems

SUPERMAN

Ausführung: Stabile Grundstellung in der Bank-Position einnehmen. Arme und Knie sollten etwa Schulterbreit auseinanderstehen. Die Arme bzw. Oberschenkel im 90° Grad-Winkel zum Rumpf positionieren. Danach abwechselnd die Arme nach vorne ausstrecken, bis der Arm mit dem Rücken eine Linie bildet.
Für Einsteiger: Die Knie bleiben während der Übung auf dem Boden
Für Profis: Die Knie sind während der Bewegungsausführung leicht angehoben
Wiederholungen: 3x 30 Sekunden, dazwischen 1 Minute Pause
Zweck: Verbesserung des Gleichgewichts, Stärkung der Rumpfmuskulatur

FLEXIBILITÄT

TSC KURSE:
YOGA, FASZIENTRAINING

DEHNUNG HÜFTBEUGER

Ausführung: Ausfallschritt, hinteres Knie auf den Boden. Den hinteren Fuß auf einer Bank ablegen. Die Hüfte so weit nach vorne bewegen bis ein leichtes Ziehen zu spüren ist. Machen Sie dabei kein Hohlkreuz und versuchen die Hüfte zu strecken!
Für Einsteiger: Der Oberkörper bleibt während der Dehnung aufrecht.
Für Profis: Der Oberkörper wird gestreckt. Die Arme unterstützen abwechselnd die Dehnung (siehe Foto)
Wiederholungen: 3x 15-20 Sekunden halten
Muskeln: Dehnung Hüftbeuger

TAUBE

Ausführung: Das rechte Bein liegt angewinkelt (parallel zur Matte) und flach auf dem Boden. Das hintere Bein und der Fuß sind gestreckt.
Für Einsteiger: Der Oberkörper bleibt aufrecht.
Für Profis: Der Oberkörper wird über dem vorderen Bein abgelegt.
Wiederholungen: 3x 15-20 Sekunden halten
Muskeln: Dehnung der Gesäßmuskulatur

Aus grün wird blau!

BAUBEGINN AB OKTOBER 2016

Der TSC investiert in seine sportliche Zukunft. Sei mit dabei und hilf uns, dass unsere neue Multi-Außensportanlage ein echtes Goldstück der Dortmunder Sportlandschaft wird.

Herzstück der neuen Anlage soll ein blaues Groß- und Kleinspielfeld für die Abteilungen Hockey und Lacrosse sein, aber auch alle anderen Mitgliedern wird mit der neuen Anlage einiges geboten.

- Neuer Hockey- und Lacrosse-Kunstrasenplatz
- Neues Hockey-Kleinspielfeld
- Leichtathletikbahn aus Asphalt
- 2 Weitsprunganlagen und 1 Kugelstoßanlage
- Versetzung und Modernisierung der Beachvolleyballanlage
- Herstellung einer Finnbahn um das Außengelände
- Ganztägige Nutzung durch die Installation einer modernen Flutlichtanlage

FOTO: ANDREAS BUCK

ANZEIGE

EBNER
ELEKTROTECHNIK

IHR SPEZIALIST IN DER ELEKTROTECHNIK
BERATUNG | PLANUNG | AUSFÜHRUNG

Ebner GmbH Elektrotechnik
Wellinghofer Amtsstraße 5 · 44265 Dortmund
Telefon 0231. 46 46 55 · Telefax 0231. 46 40 49
www.ebner.nrw · info@ebner.nrw

FOTOS: OLAF HEIL

Enge Zweikämpfe, ein legendäres Elfmeterschießen und natürlich beste Stimmung - der erste TSC Supporter's Cup war ein echter Erfolg!

TSC Supporter Cup – sieben Mannschaften, unzählige Tore und am Ende nur Gewinner!

Die Fußballabteilung des TSC veranstalte Ende Juni den 1. TSC Supporter`s Cup. Sieben in Dortmund ansässige Unternehmen und ein Team aus Jugendtrainern des TSC lieferten sich bei sonnigem Wetter interessante und sportlich durchaus attraktive Spiele um den 1. TSC Supporter`s Cup.

Erst Anfang April gab es den Startschuss für die endgültige Planung des Turniers. Ein großer Dank gilt dabei Mark Elbracht, Trainer 1. Herren Fußball, bei dem während der Organisationsphase „alle Fäden zusammenliefen", erklärt TSC Fußball-Koordinator Tim Heydecke. Unterstützung erhielt er unter anderem von Niko Rose, der Werbeflyer entwarf und bei der Sponsorensuche unterstützte. Die Abteilungsleitung Fußball koordinierte die Platzbelegung und organisierte die Schiedsrichter.

Schon die ersten Spiele zeigten, dass die Mannschaften mit ordentlich Ehrgeiz, Vorfreude und Siegeswille in die Partien gingen. Sie zeigten sich entschlossen und überzeugten mit Taktik und zum Teil sehr hohem Spielniveau, kein Wunder, kannte man doch manches Gesicht auch aus der Westfalen- und sogar Regionalliga. Die Fairness blieb natürlich trotzdem nie auf der Strecke.

Für die Abteilung und die Unternehmen ging es neben dem sportlichen Vergnügen insbesondere um die Beziehungspflege untereinander. So nutzten die Sponsoren-Teams die Gelegenheit, sich untereinander besser kennenzulernen, auszutauschen und gegenseitig anzufeuern. Auch wenn nicht alle ins Finale einziehen konnten, so waren Teamgeist und Spielfreude doch in jeder Begegnung spürbar. Nach gut vier Stunden kam es zu den Endspielen, wobei der dritte Platz erst durch einen Elfmeter-Krimi zu Gunsten der Swiss Life-Mannschaft mit 16-15 entschieden werden konnte. Im Endspiel besiegte Personaldienstleistungen Koch die Sozietät Wortelmann mit 3-1.

Und das Fazit von Organisator Mark Elbracht? „Am Anfang waren wir alle noch aufgeregt, ob das Turnier bei den Unternehmen gut ankommen wird, aber am Ende war das Echo von allen Seiten durchweg positiv." Der 1. TSC Supporter's Cup bildete somit eine echte Win-Win-Situation für alle Beteiligten. Ein Erfolg, der schon bald nach einer Fortsetzung ruft… TH&ANK

SIE INTERESSIEREN SICH AUCH FÜR DIE SPONSORINGANGEBOTE DES TSC?
Kein Problem! Der TSC schnürt Ihnen ein Angebot nach Ihren individuellen Wünschen zusammen. Für Fragen steht Andreas Kranich gern mit Rat und Tat zur Seite:

Andreas Kranich (Vorstand Öffentlichkeitsarbeit)
Tel.: 0231 – 91 23 15 0
E-Mail: kranich@tsc-eintracht-dortmund.de

Lagerbox ist neuer Werbepartner des TSC!

Der TSC kann einen weiteren Erfolg bei der Sponsoren- und Partnersuche vermelden. Die Lagerbox GmbH ist neuer Werbepartner des größten Dortmunder Sportvereins an aktiven Mitgliedern. Das Frankfurter Unternehmen ist einer der führenden Premiumanbieter in der Selfstorage Branche mit insgesamt 15 Standorten in Deutschland. Die Dortmunder Niederlassung liegt zentral in der Stadtmitte, Kaiserstraße 150, und bietet Lagerungsmöglichkeiten ab einer Woche und Stauraum-Möglichkeiten von einem Kubikmeter bis zu 25 m². Für Lagerbox ist das Engagement beim TSC das erste in einem Großsportverein und das erste Sponsoring-Engagement in Deutschland überhaupt.

Motivation: regionales Engagement

Michel Galka, Marketingleiter Lagerbox: „Wir haben uns für die Partnerschaft entschlossen, weil wir gesellschaftliches Engagement in der Region wahrnehmen und als erfolgreiches Unternehmen weiter wachsen möchten. Dazu passt der TSC Eintracht mit seiner Vielzahl an sportlichen Angeboten und seiner Strahlkraft über die Stadtgrenzen hinaus ideal. Wir freuen uns auf eine erfolgreiche und langfristige Zusammenarbeit mit dem Verein."

Andreas Kranich, Vorstand Öffentlichkeitsarbeit: „Wir sind sehr glücklich über die neue Partnerschaft mit Lagerbox. Dadurch stärken wir unser Fundament und verbreitern unsere Basis an fördernden Unternehmen. Das ist ein tolles Signal. Wir heißen dieses stark wachsende Unternehmen im Kreis der Eintracht-Familie herzlich willkommen!"

Lagerbox Dortmund in Zahlen

Lagerbox-Flächen: 1m³ bis 25m²
Zugangszeiten: 365 Tage von 6 Uhr bis 22 Uhr
Lagerzeiten: ab einer Woche

Über Lagerbox

Selfstorage bei LAGERBOX heißt nicht nur Lagerfläche mieten, es heißt auch an Bequemlichkeit und Sicherheit dazu gewinnen. Das Selfstorage Einlagerungshaus von LAGERBOX in Dortmund ist nicht nur einheitlich alarmgesichert, auch die einzelnen Lagerräume sind individuell abgesichert. Wer kein Kunde ist hat auch keinen Zugang auf das Gelände an der Kaiserstr. – Dieser wird mittels Zugangschip oder Zugangspin geregelt. Das zusätzliche Vorhängeschloss und die Anbindung zum Sicherheitsdienst von LAGERBOX sind das Optimum beim Sicherheitskonzept von LAGERBOX. Vor Ort stehen neben Roll- und Hubwagen auch Aufzüge, für alle in den oberen Etagen liegenden Lagerräume, zur Verfügung. Schwer schleppen und schweißtreibend Arbeit verrichten, ist bei LAGERBOX fehl am Platz.

FOTOS: LAGERBOX

Foto unten: Andreas Kranich (links, Vorstand Öffentlichkeitsarbeit) und Michel Galka (Marketingleiter Lagerbox)

VORTEILE EINER TSC PARTNERSCHAFT

1. Sie unterstützen unser soziales Engagement in Dortmund, wie zum Beispiel unsere erfolgreiche Kinder- und Jugendarbeit.
2. Sie stärken Ihr Unternehmensimage und steigern Ihre Bekanntheit in Ihrem Absatzgebiet.
3. Sie nutzen Synergien im TSC Eintracht Netzwerk

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Kontakt:
Andreas Kranich (Vorstand Öffentlichkeitsarbeit)
Tel.: 0231 – 9123150
E-Mail: kranich@tsc-eintracht-dortmund.de

Eine wilde Rasselbande und alle Hände voll zu tun!

Redakteur im Selbsttest, dieses Mal aus einer etwas anderen Perspektive - ich versuche mich in dieser Ausgabe nicht selbst in einer der vielen Sportarten des TSC, sondern ich versuche mich als Kindersporttrainerin! Wir haben Sommerferien, doch wer denkt, es wäre nicht viel los, der täuscht sich. In den Hallen wimmelt es nur so von tobenden Kindern. Vier Wochen Kinder-FerienSpaß gibt es in den diesjährigen Sommerferien und auch ich bin einen Tag mittendrin!

Wir haben gefühlte 30 Grad im Schatten, ich bin wirklich froh, meinen Schreibtisch für ein paar Stunden verlassen zu dürfen und mich in meine Sportsachen zu schmeißen. Erfahrung habe ich als Trainerin keine, auch mit Kindern habe ich zuvor noch nicht gearbeitet. Klar, ein Praktikum im Kindergarten, das gab es mal, liegt aber auch schon mindestens zehn Jahre zurück. Ich bin also absolute Anfängerin! Zum Glück stehen mir erfahrene Kindersporttrainer immer zur Seite.

Langweilig wird der heutige Tag auf jeden Fall nicht. Für die Kinder stehen jeden Tag drei verschiedene Sportarten auf dem Programm. Von Hockey über Judo bis hin zu Parkour, die Kleinen schnuppern überall rein! Ich werde heute beim Zirkus und bei der Leichtathletik helfen.

Los geht's! Ich starte mit der Leichtathletik. Verantwortlich für diesen Bereich ist Kathrin Demmer. Kathrin ist selbst in der Leichtathletik aktiv und kann auf einen reichhaltigen Erfahrungsschatz zurückblicken. Nach dem Aufwärmen steht die erste Disziplin an: das Werfen! Kathrin und ich verteilen die Bälle und schon geht es los. Während Kathrin die Wurftechnik der Kinder begutachtet und verbessert, kümmere ich mich darum, die wild umherfliegenden Bälle einzusammeln. Anstrengend ist das allemal, man glaubt es nicht, aber auch sechs- bis zwölfjährige Kinder haben ordentlich Kraft in den Armen.

Nachdem alle mehrmals geworfen haben, folgt eine kleine Pause. Wie es aussieht, brauche ich die mehr als die Kids, die würden am liebsten so-

FOTOS: ANDREAS BUCK

fort weitermachen. Aber bei so schweißtreibenden Temperaturen tun ein paar Minuten Erholung und etwas Kaltes zu trinken jedem gut. Danach verlasse ich die Gruppe und ziehe weiter zum Zirkus.

Kleine Zirkuslöwen, Clowns und Artisten preschen durch die Halle und machen sich warm für eine ganz große Show! Zuerst stehen Pyramiden bauen auf dem Plan, gefolgt von verschiedenen artistischen Übungen mit den Ringen. Die Kinder schlagen sich prächtig und lösen jede Aufgabe mit Bravour.

Nach dem Zirkus neigt sich meine Zeit als Trainerin auch schon wieder dem Ende zu. Auch für viele der Kinder geht es um 13.00 Uhr nach Hause. Andere bleiben jedoch noch zum Mittagessen, das optional dazu gebucht werden kann.

Mein Fazit des Tages: Die Kinder bekommen beim KinderFerienSpaß viel geboten, jeden Tag stehen drei Sportarten auf dem Programm, die keine Langeweile aufkommen lassen. Die qualifizierten Trainerinnen und Trainer sind echte Profis und betreuen die Kids bestmöglich. Ich habe auf jeden Fall Blut geleckt und die Abwechslung genossen. AD

Allgemeine Informationen zum KinderFerienSpaß:

In Oster,- Sommer,- und Herbstferien können sich Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren in den Hallen des TSC Eintracht austoben. Die Dauer des FerienSpaß beträgt fünf Tage in den Sommer,- und Herbstferien. In den Osterferien dauert das Programm vier Tage. Die Kosten für den KinderFerienSpaß betragen in Sommer,- und Herbstferien 40,00 € für TSC Mitglieder und 50,00 € für Nicht-Mitglieder. Auch ein Mittagessen kann optional nach dem Sportprogramm hinzugebucht werden. Die Kosten dafür betragen 30,00 € für die gesamte Woche. Das Programm startet jeden Tag um 9.00 Uhr und endet um 13.00 Uhr. Falls ein Mittagessen hinzugebucht wird, endet der Tag um 13.45 Uhr.

TEAM-Redakteurin Alina Dobischok legte Papier und Bleistift beiseite und genoss die Zeit als „Trainerin" beim KinderFerienSpaß.

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

TSC Schlagzeilen

FOTO: VEREIN

Autohaus Pflanz – Vorteile für TSC Mitglieder!

Seit gut einem Jahr ist das Autohaus Pflanz Partner des TSC Eintracht Dortmund. Vor allem in der Fußballabteilung macht sich die Partnerschaft bemerkbar. Das Autohaus ist Hauptsponsor der Abteilung und unterstützt zurzeit drei der Jugend-Fußballmannschaften. Aber auch über die Fußballabteilung hinaus können der TSC und die Autohaus Pflanz GmbH auf einander zählen. So unterstützte Autohaus Pflanz z.B. die Deutschen Meisterschaften im Hallenhockey mit einem seiner Fahrzeuge und die TSC Fechtabteilung und Dance Company traten beim Sommerfest des Autohauses auf.

Nun startet die nächste Aktion: TSC Mitglieder können im Autohaus Pflanz nun richtig absahnen! Mit der Partner Vorteilskarte gibt es für alle TSC Mitglieder Sonderkonditionen beim Kauf eines Neu,- Vorführ-, oder Dienstwagen und allerlei weitere tolle Rabatte!

Schwarzer Gürtel im Jiu-Jitsu

Die Jiu-Jitsu Abteilung freut sich über einen neuen Schwarzgurt-Träger. Philipp Seufert hat im Mai dieses Jahres die Prüfung zum 1.Dan im Jiu-Jitsu mit Bravour bestanden. Er zeigte unter anderem nicht nur ausgezeichnete Techniken, sondern hat auch eine eigene Kata (Kampf gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner) mit dem Schwert entwickelt.

Abteilungsleiter Norbert Tellermann als sein Trainer und die Mitglieder freuen sich über diese Leistung und sind stolz auf ihn. Tellermann freut sich immer wieder, mit ihm als Trainerpartner auf der Matte das Jugendtraining zu leiten.

FOTO: OLAF HEIL

Rückblick: 1. Saison „Willkommen im Fußball“

FOTO: OLAF HEIL

Seit Anfang November führt der TSC Eintracht in Kooperation mit der BVB Stiftung „leuchte auf“ und der Organisation „Angekommen“ das bundesweite Projekt „Willkommen im Fußball“ durch. Jeden Mittwoch spielen 20-25 jugendliche Flüchtlinge im Alter von 17-20 Jahren auf der Kunstrasenanlage des TSC 90 Minuten Fußball. Im Anschluss findet noch ein einstündiger Deutschkurs statt. In den vergangenen acht Monaten haben die Jugendlichen sich auch schon mit anderen Mannschaften gemessen und gezeigt, was sie in den Trainingseinheiten gelernt haben. Bei der Südtribünenmeisterschaft, ein Fußballturnier für BVB-Fanklubs, erreichten die Jungs den 7. Platz von 96 Mannschaften. Ein Testspiel gegen eine Auswahl von Abgeordneten des Düsseldorfer Landtags konnte die junge Mannschaft deutlich mit 6:0 gewinnen.

Nach den Sommerferien geht das Projekt dann bereits in die zweite Saison. Neben bekannten Gesichtern werden dann auch neue Jugendliche, die erst vor kurzem nach Dortmund gekommen sind, das Angebot wahrnehmen.

Ausflug der „TSC Crew“

Dafür, dass Sport die Menschen zusammenbringt, scheint die dienstägliche TSC Crew ein Musterbeispiel zu sein. Von den Jungs und Mädels im ‚Toykas‘ vermutlich schlicht ‚Dienstagsstammtisch‘ genannt, hat sich als interner Name unterdessen ‚Station 11‘ durchgesetzt: Das klingt zwar eher nach Arzt als nach Bewegung, bezieht sich aber in Wirklichkeit auf Carstens vorgeschaltetes, sich über zehn Stationen erstreckendes Zirkeltraining (Fit Senior). Beim wohlverdienten Bier danach versammeln sich seit inzwischen etwa fünf Jahren regelmäßig bis zu zwölf Leute in der TSC Gastronomie. Und auf Hartmuts Anstoß hin wurde in diesem Jahr- nach etlichen Silvester- und Geburtstagspartys- auch ein gemeinsamer Kurzurlaub an der Küste in Angriff genommen.

Fünf Tage Cadzand bei bester Laune, fast durchgehend gutem Wetter und einer perfekten Balance aus Aktionen und Faulenzen lassen jedenfalls schon jetzt erste Pläne für eine Neuauflage keimen. Aktuell wird der Gardasee als Ziel am höchsten gehandelt. Die elfte Station wird bis dahin in jedem Falle noch genügend Gelegenheit zur Planung bieten.

FOTO: VEREIN

Auf Entdeckungstour – die TSC Crew an der Nordsee

FOTO: OLAF HEIL

Ernst Schroeders (2.v.r) letzter Besuch in der Eintracht bei den Ehrungen Anfang 2016.

TSC Eintracht trauert um Ernst Schroeder

Der TSC Eintracht Dortmund trauert um sein langjähriges Mitglied Ernst Schroeder, der am 29. Juli 2016 verstorben ist.

Über Jahrzehnte hat sich Ernst Schroeder uneigennützig für unsere Eintracht eingesetzt. Er war dem TSC immer sehr stark verbunden und hat beinahe die Hälfte der Vereinsgeschichte als TSC Mitglied nicht nur hautnah erlebt, sondern auch entscheidend mitgestaltet. In den turbulenten Jahren nach der Fusion 1969 war er von 1970 – 1972 als Fußball-Abteilungsvorsitzender aktiv und übernahm später, nach der Satzungsneufassung 1971, von 1975 – 1985 den Vorsitz des Präsidiums.

Unvergessen bleiben sein Humor und seine Hilfsbereitschaft, aber auch seine Ecken und Kanten, die ihn zu einem liebenswerten Menschen machten. Nach 97 Lebensjahren kann man nun getrost von einem erfüllten Leben sprechen.

Der Verein wird ihn als dynamischen und visionären Mitstreiter in Erinnerung behalten. Mit sechzehn Jahren trat er damals der Eintracht bei und war noch bei den letzten Ehrungen Anfang 2016 ein gern gesehener Gast. In Dankbarkeit für sein außerordentliches Engagement und seine 81-jährige Treue wird der TSC Eintracht Dortmund Herrn Ernst Schroeder stets in ehrender Erinnerung behalten.

Starke Partner unter einem Dach

Physiomed und TSC Eintracht – eine Erfolgsgeschichte!

FOTO: OLAF HEIL

Arbeiten eng zusammen: (v.l.) Barbara Oetting-Bauer (Vorstand Sport), Hems Bungenberg de Jong, Maurits van Kempen (beide Physiomed)

Sportverletzung? Eine überstandene Operation? Chronische Rückenschmerzen? – bei Physiomed finden Patienten mit höchst unterschiedlichen Leiden den richtigen Ansprechpartner. Und das seit 1995: Als der Anbau gerade neu eröffnet wurde, startete auch Physiomed seinen Praxisbetrieb. Den Kontakt stellte einst Michael Krause, Vorsitzender des Präsidiums, her, als er Mauritz van Kempen beim gemeinsamen Hockeytraining fragte, ob er nicht eine eigene Praxis eröffnen möchte. Der gebürtige Holländer überlegte nicht lang, holte seine Freunde Hems Bungenberg de Jong und Hans Toby ins Boot und begab sich auf den Weg in die Selbstständigkeit: „Die Kombination von medizinischen und therapeutischen Leistungen und Sportlern unterschiedlicher Leistungsstärke war und ist auch heute noch eine extrem reizvolle Aufgabe. Deswegen lohnt es sich noch heute jeden morgen früh aufzustehen", erklärt van Kempen seine Leidenschaft für seinen Beruf, der manchmal Arbeitszeiten bis zu 12 Stunden mit sich bringt.

Heute arbeiten sieben examinierte Physiotherapeuten und fünf Mitarbeiterinnen im Service der Praxis, die zu Hochphasen bis zu 100 Patienten am Tag behandeln. Auf rund 150 Quadratmetern bieten sie Kunden und Patienten über fünf Behandlungsräume sowie einen Bewegungsraum mit Seilzug, Pezzibällen, Sprossenwand und anderen medizinischen Geräten. Ob Kunden die klassische Massage wünschen, der Arzt ihnen eine manuelle Therapie verschrieben hat oder Kinesio-Tape-Therapie zum Einsatz kommen soll, die Palette der Anwendungen, die die Praxisgemeinschaft anbietet, ist groß. Angela Bubenberger komplettiert seit 2012 als Heilpraktikerin und Gesundheitsexpertin das Angebot.

Barbara Oetting-Bauer (Vorstand Sport) sieht die Vorteile in der fachlichen Verquickung der medizinisch-fachlichen Kompetenzen und dem Sportangebot im TSC. „Die Mitglieder des TSC sind froh, dass in so unmittelbarer Nähe Experten für ihre Leiden zu sprechen sind." Für Kunden, Patienten und Mitglieder ist damit eine professionelle medizinische Versorgung vor Ort gegeben, die laut Bungenberg vor allem ein klares Ziel hat: „Die Menschen mit Beschwerden und nach Verletzungen wieder schnellstmöglich ins Berufs- und Vereinsleben zu integrieren." Aber auch andersherum funktioniert die Partnerschaft gut, fügt Barbara Oetting-Bauer hinzu, da auch immer wieder Menschen, die therapeutisch behandelt werden für das Vereinsleben gewonnen werden. Für sie war damals schon klar: „Sport und Gesundheit gehören untrennbar zusammen. Es ist schön einen so kompetenten Partner in unserem Sportzentrum zu wissen, der unser Vereinsangebot mit seiner medizinischen und therapeutischen Kompetenz erweitert. Dies ist in Dortmund vermutlich einmalig."

Die Rundumversorgung umfasst auch den Bereich des Leistungssports. Eiskunstläufer, Leichtathleten, Fechter, Fußballer und zuletzt auch Badmintonspieler des TSC Leistungssportförderprogramms setzen auf die Qualität und Erfahrung des gesamten Physioteams. Die Arbeit mit Sportlern bildet seit vielen Jahren einen besonderen Schwerpunkt der Praxis. Die Mitarbeiter können aufgrund der jahrelangen Betreuung von Individualsportlern und Mannschaften wie die LG Olympia Dortmund und dem Triathlon-Team PV Witten auf einen großen Erfahrungsschatz zurückgreifen.

Nach 21 Jahren kennen die über 7.000 Mitglieder des TSC den hervorragenden gemeinsamen Standort an der Victor-Toyka-Straße. Somit ist die vertrauensvolle Zusammenarbeit zu einer nicht mehr wegzudenkenden Erfolgsgeschichte geworden. ANK

FOTO: OLAF HEIL

Shikamoo!!!

Das ist suaheli und heißt „Guten Tag"!

Ich bin ja ein echter Olympia-Typ. Ja, wirklich! Schon allein der olympischen Ringe wegen! Da kann ich mich persönlich sehr gut mit identifizieren! Habe ich nämlich auch: Augenringe und Schwimmringe zum Beispiel. Naja und spannend war es ja auch! Diese Turner…irre, was die alles können! Ich kenn' den Fabian Hambüchen und die Gina Lückenkemper ja noch von damals - jetzt hätte ich fast gesagt „als sie noch klein waren"! Was für tolle Leistungen! Aber es gab so viele tolle Momente und ich kann mich auch vor Nervosität immer kaum halten. Zudem habe ich eine ganz blöde Angewohnheit, die ich immer nur während der Olympischen Spiele ausleben kann: Kennen Sie das, wenn sie im Auto sitzen, laut ein Lied Modern Talking in Originalstimmlage mitsingen und dann merken, dass sie an der Ampel mit geöffnetem Fenster stehen und von allen ungläubig angestarrt werden - insbesondere den Cabrio-Fahrern? Ich bin Elefant und fahre kein Auto - aber meine Angewohnheit ist so ähnlich: Wenn ich dieses Dressurreiten sehe, dann muss ich einfach aufstehen und versuchen die Schritte nachzumachen, die das Pferd läuft. Ich drehe dann den Fernseher immer ganz laut auf und laufe, nein ich schwebe im Wohnzimmer zu den Worten des Kommentators auf und ab. Dann bin ich für einen ganz kleinen Moment „Weihegold" von Isabell Werth, ich halte meine Nase nach unten und versuche mich an den Übergängen von Schritt nach Trab und andersherum. Und den Moment, den Sie haben, wenn Sie an der Ampel merken, dass Sie jeder anguckt, den hatte ich, als sich auf dem Nachbarbalkon die Ränge füllten… Peinlich, sag ich Ihnen…

So, jetzt ist es aber auch gut. Die Spiele sind vorbei, wir hatten unseren Sommer (wie sagte Loriot noch so schön: „Man muss ja auch an die Landwirtschaft denken!") und jetzt haben wir ja noch die Paralympischen Spiele. Und dann ist erst einmal wieder für 4 Jahre Schluss. Ich freue mich schon wieder auf Tokio. Und vielleicht bin ich ja auch mal dabei…vorausgesetzt ich qualifiziere mich in einer teilnehmenden Sportart…mhhh…was ist eigentlich dieses „Couch-Surfing"…?

Kwa Heri

ANZEIGE

MWG
Medienwerbegesellschaft mbH

Homepages
Google AdWords
Video-Produktion
Online-Marketing

Google Partner

MWG
Medienwerbegesellschaft mbH
Handwerkerstr. 3, 58135 Hagen
Telefon (0 23 31) 90 80 30
www.mwg-hagen.de

Homepageerstellung

Serviceumfang vor Erstellung:
- Ausführliche Beratung
- Ermittlung der erforderlichen Maßnahmen und Seitenzahl
- Domainname frei wählbar so verfügbar bzw. nicht vergeben
- Übertragung bestehender Domain

Erstellung der Homepage:
- Programierung der Internetseite nach Ihren Anforderungen für alle mobilen Endgeräte optimiert
- Kontaktformular
- Einrichtung der Weiterleitung der eingehenden E-Mails
- Anfahrtsplan inkl. Navigation
- Anmeldung an gängige Suchmaschinen

Permanente Dienstleistungen:
- Mo. - Fr. telefonisch erreichbar
- Kontaktaufnahme zwecks Aktualisierung
- E-Mail-Weiterleitung
- Hosting der Seite(n)
- Firewall und Virenschutz
- Tägliche Datensicherung
- Monatlicher Bericht zur Besucheranzahl und zu den Seitenzugriffen

Bereits realisierte Homepage-Projekte finden Sie unter www.mwg-hagen.de

Saftige Beats und den „Schalk“ im Nacken

Komm schon, bitte, bitte sag mir doch,
wie heisst die Band, die die Party rockt?
„Deichkind!“
Toll, woher weisst du das?
Hat dir vielleicht jemand Bescheid gesagt?
„Ja, da drüben der Typ an der Bar.“
Kann das vielleicht sein, dass es Philipp war?
Philipp: Klar, ich sag Hallo und schüttel euch das Handgelenk,
euch zu sehen ist wirklich angenehm, wo bleibt mein Stammgetränk?
Ich kann nur sagen, ich bin wirklich zufrieden,
denn ihr werdet das Gedudel lieben und ne ruhige Kugel schieben,
ey Macke wo bist du geblieben,
wo warst du bloss?
Hast du noch nicht gemerkt jetzt geht die Party los.

(Juicy Beats Headliner Deichkind - Komm schon)

Das Juicy Beats Festival dürfte wohl jedem Dortmunder ein Begriff sein. Begonnen als eine sommerliche Open-Air-Ausgabe des „Club Trinidad“, die 1996 als „Juicy Fruits“ mit 2.000 Gästen unter dem Sonnensegel im Dortmunder Westfalenpark stattfand, wurde das erfolgreiche Open-Air-Debüt von da an jährlich populärer und größer. Bis daraus letztendlich „Juicy Beats“ auf eigene Beine gestellt wurde.

Und wir, das Toyka's und der TSC, waren nun schon zum zweiten Mal ein Teil davon - der Pfirsich um genau zu sein! Denn während des Festivals ist der Westfalenpark und Umgebung in mehrere so genannte „Areas“ eingeteilt, die jeweils den Namen einer Frucht tragen. Mit insgesamt acht Servicekräften, unserem Koch (Bastian Hundt) und dem Chef (Philipp Schalker) höchstpersönlich haben wir das Wochenende vom 29.07. und 30.07. auf den verschiedenen „Toyka´s Areas“ gerockt.

FOTOS: OLAF HEIL

„MAINSTAGE“ (PFIRSICH)

Auf der Mainstage startete das Spektakel am Freitagabend mit einer Aftershowparty, unterstützt von DJ Dennis Audiorebel, der auch regelmäßig auf den „Toyka's tanzt Partys“ als waschechter Turntable-Artist sein Können unter Beweis stellt. Ab 22 Uhr lautete das Motto „abfeiern und danach direkt in dein Zelt fallen“. Dies ließen sich die feierwütigen Gäste nicht zweimal sagen.

„STRANDBAR“

Ein besonderer Höhepunkt in diesem Jahr stellte der Bierwagen auf dem Zeltplatz direkt gegenüber dem TSC dar. Beide Festivaltage ließen wir die Camperherzen höher schlagen, in dem diese bei entspannten Beats mit frisch gezapftem Pils in der Hand auf Strandliegen die Füße in den Sand stecken konnten. Wobei die meisten höher schlagenden Männerherzen wohl auf das Konto unserer „Bierwagenqueen“ Yasmin gingen, die im Laufe des Wochenendes die ein oder andere verrückte, lustige, seltsame und zum Teil nackte Bekanntschaft gemacht, jedoch dabei nie ihr bezauberndes Lächeln verloren hat

„SHOWER-AREA“

Obwohl es zum richtigen Festivalfeeling vielleicht nicht zwangsläufig dazugehört, aber „mal duschen gehen…“ konnten die Camper in den zahlreichen Umkleidekabinen des TSC, um frisch in den nächsten Festivaltag zu starten. Rund 200 Besucher nahmen dieses Angebot in Anspruch.

„MORNINGFLOOR“

Unser Frühstücksangebot im „Ikea-Stil“, serviert auf überdeckten Tellern mit jeweils zwei Brötchen und einem Kaffee, dazu Wurst, Käse, Marmelade, Butter und Nutella gab es schon für faire fünf Euro und wurde ganze 200 Mal innerhalb kürzester Zeit verkauft! Ein voller Erfolg!

Doch bei all der Arbeit kam der Spaß natürlich wie immer nicht zu kurz. Ob Tanzeinlagen unserer Crew mit Cowboyhut zu Klassikern wie „Cotton Eye Joe“ oder Marlon, unser Hahn im Korb, der mit dem Selfiestick bekannte, als auch fremde Gäste auf der Tanzfläche zum „Wooohoo“-Ruf animierte – wir hatten und haben den Schalk(er) im Nacken!

Auf ein neues Jahr voller aufregender Begegnungen, ausgelassener Atmosphäre, fetten Beats, Pils und Albereien!

Und wenn der Beat aussetzt?
Und die Leute gegangen sind?
Wenn die Lichter ausgehen und der Morgen kommt?

Wir werden da sein!
Juicy Greets von Eurem Toyka's Team

unten: Nicht unterzukriegen - das Toyka's-Team verliert auch nach zwei zehrenden Juicy Beats-Tagen nicht sein Lächeln.

FEIERN IM TOYKA'S

Unsere Räumlichkeiten (über 120 Sitzplätze) könnt Ihr auch als Eventlocation buchen. Ob Firmenevent, Hochzeitsfeiern im Toyka's oder im kleinen Kreis auf den Geburtstag anstoßen – unser Toyka's Team freut sich schon jetzt, einen Abend (oder einen Tag) ganz nach Euren Vorstellungen und Wünschen zu gestalten.

Kontakt:
Philipp Schalker
Tel.: 0231 - 91231570
E-Mail: schalker@tsc-eintracht-dortmund.de
www.toykas.de

Ein Logo für die Jugend

Seit letztem Jahr gibt es bei uns die Vereinsjugendleitung, eine motivierte Gruppe junger Vereinsmitglieder, welche die TSC Sportler zwischen 14 und 26 Jahren vertritt. Nun soll ein Logo für die Vereinsjugend her; und da kommt Ihr ins Spiel: Stimmt jetzt unter vereinsjugend.tsc-eintracht-dortmund.de ab, welcher der drei Vorschläge Euch am besten gefällt!

„Im ersten Jahr haben wir vor allem viel Strukturelles gemeistert, zum Beispiel haben wir jetzt eine eigene Ordnung für die Vereinsjugendleitung", erklärt Sandra Schurawski, die Vereinsjugendleiterin aus der Abteilung Basketball. „Außerdem haben wir dieses Jahr unseren ersten Erste-Hilfe-Kurs angeboten und die Planung von coolen Projekten begonnen."

Mit Hilfe des Designbüros Hilbig Strübbe Partner soll jetzt noch ein bisschen Form in die Jugendarbeit kommen. „Das Logo ist unser Wiedererkennungszeichen und soll zum Beispiel auch unsere Seite in der Team schmücken", erklärt Marie Timcke, die innerhalb der Vereinsjugend für den bereich Öffentlichkeitsarbeit verantwortlich ist.

„Als Vertretung der Jugend interessiert uns dabei natürlich vor allem, was die jungen TSC-ler von den Logos halten. Schließlich sollen sie sich damit identifizieren können", sagt Sandra. Deshalb habe sich die Leitung dazu entschlossen, die Logo-Entscheidung nicht alleine zu treffen. Alle Vereinsmitglieder zwischen 14 und 26 Jahren sollen mitbestimmen dürfen, welche der drei Logos künftig das Zeichen der jungen Sportler sein soll. Abstimmen könnt ihr bis zum 15. Oktober unter vereinsjugend.tsc-eintracht-dortmund.de!

Unter allen Teilnehmern verlosen wir 3 Toyka's Gutscheine im Wert von je 15 Euro!

1

TSC EINTRACHT DORTMUND
VEREINSJUGEND

2

TSC EINTRACHT DORTMUND
VEREINSJUGEND

3

TSC EINTRACHT DORTMUND
VEREINSJUGEND

FOTO: EKKEHART REINSCH

Die TSC Abteilungs- und Fachbereichsleiter, 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
Egor Evsenin
0157-89370534

FITNESS/STUDIO
Barbara Oetting-Bauer
0231-91231560

FUSSBALL
Stefan Goms
Geschäftsstelle
0231-9123150

GYMNASTIK/AEROBIC
Eva Huckschlag
Steffi Psiuk
0231-9123150

HANDTENNIS
Walter Hermes
(Ansprechpartner)
0231-772746

HERZSPORT
Hartmut Rosenbaum
0171-9920178

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

KINDERSPORT
Geschäftsstelle
0231-9123150

LACROSSE
Nora Teepe
0231-9122221

LEICHTATHLETIK
Jörg Lennardt
Laura Hansen
(Ansprechpartnerin)
0172-3819461

MÄNNERGESUNDHEITS-ABTEILUNG
Lutz Lorenz
0231-595365

MODERN ARNIS
Dieter Knüttel
0231-4948060

PRELLBALL
Hans Biegemeier
(Ansprechpartner)
0231-481356

REHA-SPORT
David Ringel
0231-91231560

RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK
Geschäftsstelle
0231-9123150

ROCK`N`ROLL
Alexandra Krohn
0177-3672222

TANZSPORT
Parmela Neumann
0231-466501

TAUCHSPORT
Peter Martin
0231-6103556

TISCHTENNIS
Detlef Niederquell
0231-483301

TURNEN
Rudi Rathmann
(Ansprechpartner)
0231-415263

VOLLEYBALL
Hartmut Dreisbach
0231-6181222

ZIRKUS
Ulrike Liskatin
(Ansprechpartnerin)
0170-1862018

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

VORSTAND
Dr. Alexander Kiel
(Vorsitzender)
Dirk Schiffmann
(Finanzen)
Barbara Oetting-Bauer
(Sport)
David Ringel
(Gesundheit und Senioren)
Andreas Kranich
(Öffentlichkeitsarbeit)

EHRENMITGLIED
Heinz Becker

VEREINSJUGENDLEITUNG
Sandra Schurawski
jugend@tsc-eintracht-dortmund.de

TOYKA'S
Philipp Schalker
0231-91231570
schalker@tsc-eintracht-dortmund.de

VERTRAUENSPERSONEN
Sabine Kosbab
Daniela Lohse
0231-91231560

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

peugeot.de

WILLKOMMEN IM AUTOHAUS PFLANZ

IMPRESS YOURSELF.
WIR BIETEN IHNEN BESTEN SERVICE:
KUNDENORIENTIERT, FLEXIBEL & FAMILIÄR.

PEUGEOT

Wir stellen Ihnen gerne alle Modelle persönlich vor und beraten Sie individuell – auch über Finanzierung, Leasing und Versicherung.

AUTOHAUS
PFLANZ
Ihr Autopartner im Revier

Bochum
Hanielstr. 10 · Tel.: 0234/938800

Dortmund
Eisenstr. 48-50 · Tel.: 0231/9810300

Dortmund
Hörder-Bach-Allee 2 · Tel.: 0231/516700

Gelsenkirchen
Grothusstr. 30 · Tel.: 0209/925880

Herne
Holsterhauser Str. 175 · Tel.: 02325/37280

www.autohaus-pflanz.de