

- Badminton
- Turnen und Gymnastik
- Judo
- Röhradturnen
- Leistungsturnen
- Wassergymnastik
- Fitnessstraining
- Laufsport
- Reha-Sport
- Rad-Tourensport
- Kraftgerätrtraining
- Kursprogramm
- Chor „tonARTisten“
- Freizeitaktivitäten
- Ausflüge



TVE Burgaltendorf

Wundertüte - das Konzert der
tonARTisten am 06.06.2020, S. 38



Kurse

1. Hj. 2020

Seite 9

50plus

Radeltouren

Seite 35

Schnuppertag

mit Lolita Lassak

Seite 48



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

TUI TRAVELStar Reisebüro Burgaltendorf

Alte Haupstr. 104-106 . 45289 Essen

Tel. 0201 592760 . Fax 0201 57757

info@reisebuero-burgaltendorf.de

www.reisebuero-burgaltendorf.de



Michelitsch und Imkamp
Steuerberatungsgesellschaft mbH

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

WURFSPIESS Impressum

WURFSPIESS Inhalt

Herausgeber:

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

Layout: S. Semmerling, M. Stahl

Druck: Druckerei Raffler

Auflage: 1.750 Exemplare

Erscheinen: 4 mal / Jahr: März, Juni,
September, Dezember

Kosten: im Beitrag enthalten

Telefon: 0201 / 57 03 97

Fax: 0201 / 57 18 628

eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

Internet: www.tve-burgaltendorf.de

Öffnungszeiten AKTIV PUNKT und TVE Büro:

montags - freitags 08.30 - 13.00 h und
15.00 - 22.00 h,
samstags 12.00 - 18.00 h

Titel	01
Impressum, Inhalt	03
Inserentenverzeichnis	05
Universelles Anmeldungsformular	07
Kursprogramm 1. Halbjahr 2020	09
Sportabzeichen	19
Judo	25-28
Boulespielen	29
tonARTisten	30-34
50plus-Radeltouren	35-37
60plus	38-45
Rhönradturnen	46-47
TVE Schnuppertag	48
Der Aufbau des TVE Burgaltendorf	49
Beitragsregelungen	50-51
Das aktuelle TVE-Sportangebot	52-53
Der TVE-Internet-Terminkalender	54



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


Prost
Bedachungen GmbH
Meisterbetrieb

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

www.prost-bedachungen.de

Inserentenverzeichnis

Der TVE Burgaltendorf bittet die Leser des WURFSPIESS
um Beachtung der Werbehinweise seiner Annoncenkunden:

AMS AutoMotorService Michelitsch	S.08
Bäckerei Konditorei Café Gräler	S.06
Bagus - Auge und Ohr für Sie	S.55
Café-Restaurant „Burgfreund“	S.04
Essener Schlüsseldienst Klaus Liebaug	S.06
Friedhofsgärtnerei Streicher	S.35
Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven	S.16
Garten & Motorgeräte Theo Lelgemann	S.29
Geno Bank Essen	S.56
Getränke Michael Michel GmbH	S.14
Goldschmiede Koll	S.12
IT-Beratung und -Service Michael Nellen	S.14
Johannes Brauksiepe GmbH	S.24
Laura Apotheke	S.14
Mirbach Wohnraum- und Objektausbau	S.18
Pflegeagentur 24	S.10
Physiotherapie Jörg Verfürth	S.20
Prost Bedachungen GmbH	S.04
Reisebüro Burgaltendorf	S.02
REWE Stilleke	S.22
Steuerberatungsgesellschaft mbH Michelitsch und Imkamp	S.02
Tennis- & Soccercenter Burgaltendorf	S.16
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.	S.12
Wohnstudio Neuhaus	S.18

Der TVE Burgaltendorf ist bei AmazonSmile

AmazonSmile ist eine einfache Möglichkeit, eine soziale Organisation der Wahl bei jedem Einkauf zu unterstützen, ohne dass dafür Kosten anfallen. Auf der Website www.smile.amazon.de gibt es das identische Shopping-Erlebnis, das man von www.amazon.de kennt – mit dem zusätzlichen Vorteil, dass Amazon 0,5% der Einkaufssumme an eine vom Kunden gewählte soziale Organisation weitergibt. Man kann unter Tausenden von Organisationen wählen, die unterstützt werden können. Unter Anderen ist eben auch der TVE Burgaltendorf ist bei Amazon Smile.

Also einfach beim nächsten Weihnachtseinkauf die Webseite smile.amazon.de verwenden und dort als zu unterstützende Organisation den TVE auswählen und wie gewohnt einkaufen. Dabei kann das bestehende Amazon-Konto verwendet werden, so dass man Zugriff auf seinen Warenkorb, Wunschzettel, etc . hat.

Jetzt an Schulbedarf denken!	ESSENER Schlüsseldienst Schloss- und Sicherheitstechnik
DHL-Shop: Briefmarken, Retouren, Paket- und Päckchenversand (Inland)	
<p>Alte Hauptstr. 12 - 45289 Essen Telefon 0201 - 578235</p> <p>www.essener-schluesseldienst.de mail@essener-schluesseldienst.de</p> <p>Notdienst: Mo-Fr 9.00 - 19.00 Uhr, Sa-So, Feiertag nach Absprache Türöffnung - Reparatur - Montage - Beratung - Verkauf</p>	 <p>ESSENER Schlüsseldienst</p>



Bäckerei • Konditorei • Cafe

<p>Cafe Ruhrblick</p>	<p>Überruhrstraße 465 . 45277 Essen Tel.: 0201 / 58 74 83 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.00 - 18.30 Sa. 6.00 - 14.00 So. 8.00 - 18.00</p>
<p>In unserer Filiale jetzt auch mit erlesenen spanischen Weinen und Delikatessen!</p>	<p>Alte Hauptstraße 16 . 45289 Essen Tel.: 0201 / 5 76 96 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 6.30 - 13.00 u. 15.00 - 18.00 Sa. 5.30 - 13.00 So. 7.30 - 11.00 Internet: www.cafe-ruhrblick.de</p>

Annoncieren Sie im WURFSPIESS!

Die Kosten pro Veröffentlichung
(Ausgabe) betragen:

1/1 Seite: 139,- € (4c)
(zgl. Sonderzuschläge für Umschlagseiten)

1/2 Seite: 79,- € (4c)

1/4 Seite: 49,- € (4c)

Interessenten senden wir
gern ein Angebot zu.



Universelles Anmeldeformular

Dieses Formular kann für die Anmeldung zu allen „anmeldungspflichtigen“ Vereinsveranstaltungen (Kurse, Auflüge, Workshops, etc.) verwendet werden. NICHT jedoch als Antrag auf Mitgliedschaft im TVE (Aufnahmeantrag),



TVE Burgaltendorf

Holteyer Str. 29
45289 Essen

Fax 0201 - 57 18 628
www.tve-burgaltendorf.de

Verbindliche

TVE-Mitglied?

ANMELDUNG (für jeweils eine Person)

Ja Nein

Bezeichnung der Veranstaltung (Kurs, Ausflug, Workshop, Abteilung, Gruppe,...)		Orga-Nr.:
Name:	Vorname:	Geburtsdatum:
Anschrift:		Telefon:
E-Mail:		

SEPA-Lastschrift-Mandat: Ich ermächtige den TVE Burgaltendorf, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die MandatsreferenzNr. ist bei TVE Mitgliedern die Mitgliedsnummer. Nichtmitgliedern wird sie zu einem späteren Zeitpunkt mitgeteilt.

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



Handel und Vermittlung

von

Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen

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

Vertragswerkstatt für



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

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

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

Kursprogramm 1. Halbjahr 2020 (27. Januar 2020 bis 27. Juni 2020)

Anmelden

- können Sie sich mit dem Formular auf Seite 5 per Post (TVE Burgaltendorf, Holteyer Str. 29, 45289 Essen)
- per Fax (0201/571 8628)
- persönlich im TVE-Büro (im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen)
- im Internet unter www.tve-burgaltendorf.de
- Geben Sie bei der Anmeldung bitte unbedingt die Orga-Nr. des Kurses an!

Anmeldungsbestätigung

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs Ihrer Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhalten Sie unverzüglich Bescheid. Andernfalls gelten Sie als angenommen und Sie erhalten eine Kursanmeldebekräftigung. Wir versenden diese bevorzugt als eMail. Achten Sie bitte daher auf Ihren eMail-Posteingang.

Zahlungsweise und Kursgebühren

Die beim jeweiligen Kurs angegebenen Kursgebühren verstehen sich pro Person und werden entweder vom angegebenen Konto abgebucht oder aber in Rechnung gestellt. Die für Mitglieder angegebenen Beiträge verstehen sich zusätzlich zum Vereinsbeitrag. Sollte Ihnen der Kurs nicht gefallen, können Sie Ihre Anmeldung innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn schriftlich stornieren. In diesem Fall berechnen wir lediglich eine Stornogebühr in Höhe von 10,- Euro. Bei einem späteren Rücktritt, auch bei Nichtteilnahme, fällt die Gebühr in voller Höhe an, da es uns in diesem Fall nicht mehr möglich ist, den Kursplatz anderweitig zu vergeben. Wir bitten hierfür um Verständnis.

Schuhe

Betreten Sie bitte die Sporträume nur mit sauberen Hallenschuhen mit nicht färbenden Sohlen.

Ferien und Feiertage

GRUNDSÄTZLICH fallen die Sportangebote nur in den Sommerferien, zwischen Weihnachten und Neujahr und an Feiertagen aus, nicht aber in den verbleibenden Tagen der Weihnachtsferien, in den Oster- und Herbstferien.

Veranstaltungsort / Parken

Wenn nicht ausdrücklich anders angegeben, finden die Kurse im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen-Burgaltendorf statt. Stellen Sie sich bitte auf eine ungünstige Parksituation ein.

Umkleidesituation

Um allen Kursteilnehmer/-innen eine akzeptable Situation in den Umkleideräumen zu ermöglichen, bitten wir, die Bänke nach dem Umziehen vollständig frei zu machen, indem Sie ihre Kleidung in die Spinde einschliessen. Größere Taschen können Sie ggfls. unter die Bänke oder auf die Spinde stellen.

Aktuelle Informationen

Sie können Informationen zum AKTIV PUNKT sowie kurzfristige Änderungen des Kursprogramms unter www.tve-burgaltendorf.de im Internet verfolgen.



**AMBULANTE PFLEGE:
HILFE, DIE SICH IHREN
BEDÜRFNISSEN ANPASST**

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

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

Tel. 0201/545 014 92

pflegeagentur24-pflegedienst.de

Kursprogramm 1. Halbjahr 2020 mit freien Plätzen (Nachrücken zu antlg. reduzierten Gebühren möglich)

AQUA-POWER

Aqua-Power beinhaltet ein Allroundprogramm für den ganzen Körper zu motivierender Musik im 1,20 m tiefen Wasser. Das gut dosierte Ausdauertraining wird kombiniert mit Elementen des Aquajoggings und des Aquaboxings. Mit einer Variation unterschiedlichster Übungen und einer gesteigerten Belastungsintensität werden das Herz-Kreislauf-System und die Muskeln gestärkt sowie die koordinative Leistungsfähigkeit verbessert. Das Medium Wasser sorgt für die richtige Belastung, gelenkschonende Bewegungen und einen rund 30 % erhöhten Stoffwechsel. Abgerundet wird das Training durch den gemeinsamen Spaß in der Gruppe und das gute Gefühl, etwas für sich und seine Gesundheit zu tun.

Orga-Nr: 41_1	Max TN: 15
05.03.2020 - 25.06.2020 (11-13 mal)	donnerstags, 18:30 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 42,00 € Nichtmitglieder 78,00 €	Ralf Kick
Schwimmbad SH Holteyer Str.	nicht 09.04.20, 16.04.20, 21.05.20, 11.06.20

DANCE FITNESS 18+

Dance Fitness 18+ ist eine Tanzgruppe für Erwachsene jeden Alters. "Das schönste was Füße machen können ist Tanzen. Tanzen ist Wahrheit, Wunsch und Echtheit vereint in Bewegung". So lautet die Maxime der Kursleiterinnen. Bewegung im Takt zu modernen Stücken, aber auch zu alten Songs wie z.B. Grease ist Kernelement von Dance Fitness. Beim Tanzen in der Gruppe bleibt man fit, verbessert die Körperbeherrschung und stärkt das Selbstbewusstsein. Mit Spaß werden Choreographien gemeinsam erarbeitet und das gemeinsame Besserwerden erlebt.

Orga-Nr: 30_1	Max TN: 20
29.01.2020 - 24.06.2020 (20-22 mal)	mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr
Mitglieder: 52,50 € Nichtmitglieder 99,75 €	Gaby Ardelmann
AKTIV PUNKT Sportraum	

DRUMS ALIVE ®

Die Trommel ist das ursprünglichste Instrument der Welt und wird in verschiedensten Kulturkreisen eingesetzt. Es wird genutzt zur Energiegewinnung und auch zur Meditation. Bei Drums Alive trommeln wir mit Holzsticks auf Pezzi-Bällen. Das Trommeln hat viele positive Effekte wie z.B.: Gehirnaktivität wird gesteigert (Beta und Alpha-Wellen entstehen), die motorische Koordination verbessert sich, beide Gehirnhälften synchronisieren sich. Dabei setzt Drums Alive Endorphine frei, es macht einfach nur Spaß! Abgerundet wird die Stunde mit Balance- und Kräftigungsübungen mit dem und am Pezzi-Ball.

Orga-Nr: 45_1	Max TN: 12
05.02.2020 - 24.06.2020 (19-21 mal)	mittwochs, 09:00 - 10:00 Uhr
Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder 123,50 €	Beate Grond
AKTIV PUNKT Sportraum	



GOLDSCHMIEDE KOLL

Alte Hauptst. 92 Tel. 239197
www.goldschmiede-koll.de

Klaus Koll
Mitglied im



Anhänger "Schutzengel"
aus eigener Werkstatt



Entspannt Steuern sparen.

Steuern? Lass ich machen.



Mehr für mich.

Für Sie vor Ort:

Beratungsstellensuche unter www.vlh.de

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. – wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

www.vlh.de

FELDENKRAIS-METHODE

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

Orga-Nr: 48_1	Max TN: 15
29.01.2020 - 24.06.2020 (20-22 mal)	mittwochs, 19:30 - 20:45 Uhr
Mitglieder: 73,50 € Nichtmitglieder 136,50 €	Hildegunde Wissing
AKTIV PUNKT Kommunikations-R.	

FIT IM BESTEN ALTER

Fit im besten Alter mit Functional Training setzt auf Übungen mit Musik zur Stabilisierung und Gesunderhaltung des Bewegungsapparates. Dieses äußerst effektive Trainingsprogramm ist eine Mischung aus Aerobic, Kräftigung und Dehnung. Durch abwechslungsreiche Übungen mit z. B. Kleinhanteln, Bällen oder Theraband werden Muskelapparat, Sehnen und Gelenke für den Alltag sowie auch für tiefere sportliche Belastungen fit gemacht. Und schöne Muskeln gibt es dazu.

Orga-Nr: 36_1	Max TN: 20
24.04.2020 - 26.06.2020 (9 mal)	freitags, 09:30 - 10:30 Uhr
Mitglieder: 22,50 € Nichtmitglieder 42,75 €	Gabriele Höpken
AKTIV PUNKT Sportraum	
	nicht 01.05.20

FITNESSMIX+YOGA®

Ob Kondition +Yoga, Faszien +Yoga, Pezzi +Yoga, Outdoor +Yoga oder Pilates +Yoga, dieser Kurs bietet ein "Best Off" unterschiedlicher Trainingsformen mit dem eigenen Körpergewicht. Wöchentlich wechselnd werden Bewegungs- und Fitnessprogramme mit klassischen Asanas (Körperhaltungen) kombiniert, die seit Jahrtausenden der Gesunderhaltung von Körper und Geist dienen. Ihr gesundheitlicher Wert ist medizinisch belegt, sie sind Vorbild für viele moderne Gymnastikübungen. So entsteht ein ganzheitliches Bewegungstraining, das die Muskeln kräftigt, die Gelenke beweglich hält, die Ausdauer steigert, den Stoffwechsel reguliert und die Achtsamkeit fördert. Entspannungstechniken und Atemübungen runden jede Stunde ab. Wer gesundheitsorientiert kontrolliert trainieren möchte, die Abwechslung liebt und sich Tipps für Beruf und Alltag wünscht, ist hier genau richtig.

Orga-Nr: 56_1	Max TN: 20
27.01.2020 - 22.06.2020 (17-19 mal)	montags, 20:00 - 21:15 Uhr
Mitglieder: 54,00 € Nichtmitglieder 103,50 €	L. Lassak
AKTIV PUNKT Sportraum	
	nicht 24.02.20, 13.04.20, 01.06.20

FUNCTIONAL FITNESS MIT FASZIEN TRAINING

Nach einer kurzen Aufwärmphase führen wir mit verschiedenen Geräten, wie z.B. Gymnastikmatten, Therabändern, Tennisbällen und Kurzhanteln ein Workout durch. Es werden 3 Durchgänge z.B. Kniebeugen, Mountain Climber, Rumpfbeugen, Side Stretch, Rudern, Arme schwingen, verschiedene Bauchmuskelübungen, Seilchenspringen, Push Press, Ausfallschritt mit Rotation durchgeführt (Jede Übung jeweils eine Minute). Es folgt ein Cool down mit Faszientraining. Die Faszien sind das menschliche kollagene Bindegewebsnetzwerk. Wir sind so alt wie unser Bindegewebe. Wer jung bleiben oder wieder jung werden will, tut also gut daran dieses Lebensnetz zu kräftigen. Das machen wir in diesem Faszientraining.

Wir freuen uns auf Sie!



Ihr Team der Laura Apotheke.



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



Getränke – Groß- und Einzelhandel

Dilldorfer Straße 23-25
45257 Essen Alt-Dilldorf
Tel.: 0201 480315
Fax: 0201 480424

bestellung@michael-michel.de

Erfrischend
kühle Getränke



Besuchen Sie uns
auf unserer
Internetseite
www.michael-michel.de



IT-BERATUNG UND -SERVICE

IT-BERATUNG UND -SERVICE
MICHAEL NELLEN
NOTTEKAMPSBANK 134
45259 ESSEN
TEL.: 02 01 / 46 68 62 5
MOBIL: 01 77 / 87 01 63 7
MAIL: SERVICE@NELLEN-IT.DE
WEB : WWW.NELLEN-IT.DE

BERATUNG – SERVICE – REPARATUREN – SCHULUNG

Orga-Nr: 24_1	Max TN: 15
30.01.2020 - 14.05.2020 (14-16 mal)	donnerstags, 18:15 - 19:30 Uhr
Mitglieder: 45,00 € Nichtmitglieder 86,25 €	Bodo Balbach
AKTIV PUNKT Sportraum	

MODERN FIT

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

Orga-Nr: 39_1	Max TN: 20
30.01.2020 - 25.06.2020 (18-20 mal)	donnerstags, 09:30 - 10:30 Uhr
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 €	Bettina Schuran
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht 21.05.20, 11.06.20

TÄNZE AUS ALLER WELT

Volkstänze, Gesellschaftstänze, Kreistänze, Paartänze, Block- und Gassentänze sowie Sqauretanzen ist ein Ganzkörpersport, egal in welchem Alter. Das Erlernen von Bewegungsabläufen und deren körperliche Umsetzung stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur des gesamten Körpers. Die Bewegungswechsel und die Verlagerung des Gewichts trainieren den Gleichgewichtssinn sowie die Stand- und Trittsicherheit und beugen somit gezielt Stürzen vor. Gemeinsam werden schnell Erfolgserlebnisse geschaffen, die sich positiv auf das Selbstbewusstsein auswirken. Jede/r kann an diesem Bewegungsangebot teilnehmen, ohne Vorkenntnisse, ohne spezielle Bekleidung, ohne einen Partner/ eine Partnerin mitbringen zu müssen, da in der Gruppe ohne festen Partner getanzt wird. ACHTUNG: die beiden ersten Kurstermine finden jeweils am DONNERSTAG (05.09. und 12.09.) statt. Ab dem 11.10. finden alle Termine am FREITAG statt.

Orga-Nr: 42_1	Max TN: 20
14.02.2020 - 29.05.2020 (11 mal)	freitags, 10:30 - 12:00 Uhr
Mitglieder: 38,50 € Nichtmitglieder 71,50 €	Rosemarie Weber
AKTIV PUNKT Kommunikations-R.	nicht 10.04.20, 17.04.20, 24.04.20, 01.05.20, 22.05.20

WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE

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

Orga-Nr: 63_1	Max TN: 20
27.01.2020 - 22.06.2020 (18-20 mal)	montags, 19:00 - 20:00 Uhr
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 €	Rosemarie Stoßberg
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht 13.04.20, 01.06.20



Ihr Experte für
Garten & Landschaft

anerkannter
Ausbildungsbetrieb

Hendrik Tenhaven

Garten- und Landschaftsbau

Inh. Hendrik Tenhaven
staatl. gepr. Gartenbautechniker

Schwarzensteinweg 73a · 45289 Essen
Telefon: 02 01 - 8 57 61 51 · Telefax: 02 01 - 5 71 80 19
Mobil: 01 73 - 2 95 97 90
info@galabau-tenhaven.de · www.galabau-tenhaven.de

Kinder- geburtstag im

**TENNIS
& SOCCER
CENTER**
BURGALTENDORF

Tennis - & Soccercenter Burgaltendorf
Worringstraße 250
45289 Essen

Hotline 0201. 57 03 03

Fax. 0201. 857 5158

mailto:info@socceressen.de

www.socceressen.de



Orga-Nr: 66_1	Max TN: 20
30.01.2020 - 25.06.2020 (18-20 mal)	donnerstags, 17:15 - 18:15 Uhr
Mitglieder: 47,50 € Nichtmitglieder 90,25 €	Monika Gwosdz
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht 21.05.20, 11.06.20

ZUMBA®

Sind Sie bereit, sich fit zu feiern? Dann ist ZUMBA® genau das Richtige. ZUMBA® ist eine Tanzfitnessparty zu lateinamerikanischer Musik, die einfach zu erlernen ist, Kalorien verbrennt und so Spaß macht und Gesundheit bringt. Die lizenzierte ZUMBA®-Trainerin Janina beginnt die Tanzparty mit einem Warm-Up, endet mit einem Cool-Down und treibt dazwischen Jung und Alt ordentlich den Schweiß auf die Stirn.

Orga-Nr: 64_1	Max TN: 20
29.01.2020 - 24.06.2020 (18-20 mal)	mittwochs, 10:30 - 11:30 Uhr
Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder 123,50 €	Janina Funken
AKTIV PUNKT Sportraum	nicht 08.04.20, 15.04.20

Neu ab 27.03.2020: Rehasport Orthopädie beim TVE Burgaltendorf

Wirbelsäulenerkrankungen sowie degenerative Gelenkerkrankungen führen zu bewegungsabhängigen Schmerzen und zum Verlust der Beweglichkeit. In der Reha-Sportgruppe Orthopädie setzen wir auf Heilung durch Bewegung. Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit werden in der Gruppe sanft und mit Spaß gefördert. Unter Einsatz von Kleingeräten wie z. B. Hanteln, Therabändern oder Balance-Pads werden ganzheitlich ausgerichtete funktionelle Übungen geboten, die auf den Alltag übertragbar sind. Eine kurze Infophase rundet das Angebot ab.

Dieses Angebot ist vorrangig für Teilnehmer, die eine ärztliche Verordnung für Rehasport haben. Diese muss von der Krankenkasse genehmigt und dem TVE vorgelegt werden, bevor mit der Teilnahme begonnen werden kann. Eine Vereinsmitgliedschaft ist keine Bedingung für die Teilnahme.

Geleitet wird die neue Rehasportgruppe von Stefanie Lahmer und findet ab dem 27.03.2020 immer freitags von 16.00 bis 17.00 h in der Sporthalle Auf dem Loh statt. Maximal 15 Teilnehmer können an diesem Angebot teilnehmen.

Weiter Informationen gibt es im TVE Büro oder telefonisch unter 0201-570397.



2 Häuser mit über 3000 m²

Wohnstudio

A. Neuhaus + Sohn

Worringstraße 23–25 und 41 · 45289 Essen-Burgaltendorf
Tel. 0201 570 882 · info@wohnstudio-neuhaus.de

Öffnungszeiten: MO–FR 8.30–13.00 Uhr und 14.30–18.30 Uhr
SA 9.00–14.00 Uhr und nach Vereinbarung

Mirbach



Wohnraum- &
Objektausbau



Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage

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

Tel. 0201 / 57 18 23 57

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

Sportabzeichen 2020: Wer macht mit?

Abnahmetermine:

Montag, 11.05.2020

Dienstag, 09.06.2020

Dienstag, 25.08.2020

Montag, 31.08.2020

jeweils ab 18.30 h auf der Sportanlage Holteyer Str.

Ich habe hier einmal ein paar Worte von unserem Oberbürgermeister Thomas Kufen aus dem Jahre 2015 zum Sportabzeichen für Euch herausgesucht und mit meinen eigenen Angaben ergänzt: „Es ist kein Geheimnis, dass Sport die Lebensqualität steigert und zu einem gesunden und ausgewogenen Lebensstil beiträgt. Jedes Jahr aufs Neue lockt die Aktion Deutsches Sportabzeichen zahlreiche Erwachsene, Kinder und Jugendliche runter von der gemütlichen Couch und ermuntert zur Bewegung.“

Der TVE war mit 84 Sportabzeichen, davon 32 im Erwachsenen- und 52 aus dem Kinder- und Jugendbereich im Jahr 2019 mit dabei. Besonders die Turnerinnen der Leistungsgruppe, die Rhönradturnerinnen und die Kinder aus der Gruppe Gerättturnen können sich mit ihren Zahlen sehen lassen.

Die Organisation der Sportabzeichen-Aktion ist keine Sache, die sich nebenbei erledigen lässt. Es braucht viele engagierte Helferinnen und Helfer. Allen, die sich dafür einsetzen, möchte ich an dieser Stelle ganz herzlich für ihren Einsatz danken. Insbesondere Imke Malburg und Sylvia Dumm waren immer wieder bereit, als Prüfer mitzuhelfen und ich habe mit Imke gemeinsam die Einzelprüfbogen ausgefüllt und beim Essener Sportbund eingereicht und beurkunden lassen. Der Appell, nicht nur unseres Oberbürgermeisters lautet: "Machen Sie mit! - Auch ein Sportabzeichen in Bronze ist ein Erfolg."

Ich wünsche allen Sportlerinnen und Sportlern Erfolg und viel Vergnügen beim Sportabzeichen im TVE.

Die Termine für das Walking standen bei Redaktionsschluss der Vereinszeitschrift leider noch nicht fest. Die Termine für das Schwimmen und Radfahren hängen an den Pinnwänden in den Sporthallen und im AKTIV PUNKT aus.

Die aktuellen Leistungsanforderungen und weitere Informationen für die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens sind auf der Internetseite des Essener Sportbund e.V. (www.essener-sportbund.de) oder auf der Seite des Deutschen Sportabzeichen unter www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien zu finden.

Uschi Kernebeck

Neues aus dem TVE-Mitarbeiterteam

JENNIFER ZEDLER

ist mit Wirkung vom 01.01.2020 die neue Leiterin der Abteilung "Leistungs- & Rhönradturnen". Sie folgt Sylvia Dumm, die sich auf eigenen Wunsch auf die reine Trainingsarbeit in den Sportgruppen "Leistungsturnen" zurückzieht.

GABRIELE HÖPKEN

ist eine neue Kursleiterin im TVE. Sie leitet den Kurs "Fit im besten Alter", freitags von 09.30 bis 10.30 h, im AKTIV PUNKT.

physio-burgaltendorf.de

Privatpraxis
für
Physiotherapie



Jörg Verfürth
Laurastr. 35
45289 Essen

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



Unsere
Leistungen

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

Sport in den Osterferien (04.04. - 19.04.2020)

Kraftgerätraining (im AKTIV PUNKT):

- Karfreitag und Ostermontag geschlossen
- Karsamstag geöffnet
- an allen anderen Tagen der Ferien: normale Öffnungszeiten montags bis freitags, 08.30 - 13.00 h und 15.00 - 22.00 h samstags, 12.00 - 18.00 h

Sportkursprogramm:

Die Kursstunden finden lediglich zwischen Karfreitag und Ostermontag nicht statt. Beachten Sie unseren Kalender (über www.tve-burgaltendorf.de und App "TVE Burgaltendorf", in dem alle TVE-Angebote und Aktivitäten nach aktuellem Stand eingetragen sind.

Sportangebote der Gruppen in Turnhalle und Bad Holteyer Str. und in der Sporthalle "Auf dem Loh":

Die Sportangebote für Kinder und Jugendliche finden in den gesamten Osterferien nicht statt.
Ausnahmen: Rhönradturnen, Badminton, Judo, Leistungsturnen, Eltern/Kind-Turnen Gruppen "G", "H", "J", "K", HipHop & Show Dance

Die Sportangebote für volljährige Mitglieder finden - mit Ausnahme der Tage Karfreitag bis Ostermontag - statt.

Details im TVE Internet-Kalender

NOTRUF - Telefon - Nummern (ohne Gewähr)

Notruf	112
Polizei	110
Feuerwehr	112
St. Josef-Krankenhaus E.-Kupferdreh	0201 455 0
Universitätsklinik Essen	0201 723 0
Alfried-Krupp-Krankenhaus.....	0201 434 1
Kliniken Essen-Mitte	0201 174 200 01
Ellsabeth-Krankenhaus	0201 897 0
St. Elisabeth-Krankenhaus Hattingen-Niederwenigern.....	02324 46 0
Ärztlicher Notfalldienst	0180 5044100
Krankentransport	19222
Giftnotruf	0228 19240
Kinder-Notdienst	0201 2799096
Notruf "Gewalt gegen Frauen"	08000-116016

Anmeldung zu Freizeitaktivitäten:

- Universelles Anmeldeformular im "Wurfspieß", Seite 7
- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
- per eMail an: sport@tve-burgaltendorf.de
- Online-Anmeldung: www.tve-burgaltendorf.de > "Anmeldungen & Anträge" > Anmeldungen > Anmeldung zu einer Freizeitaktivität
- per Smartphone-App "TVE-Burgaltendorf" (mit der App "Play-Store" herunterladen und installieren), dort: "Anmeldungen & Anträge" > Anmeldung zu einer Freizeitaktivität

Einkäufe bei Amazon zugunsten Ihres Vereins: AmazonSmile

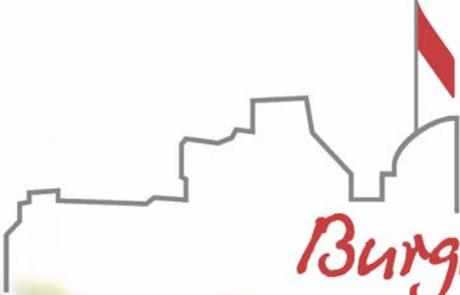
Amazon-Käufer/-innen haben die Möglichkeit, eine soziale Organisation ihrer Wahl bei allen ihren Einkäufen zu unterstützen, ohne dass für sie (Mehr-)Kosten entstehen!

Statt der Internet-Seite www.amazon.de rufen Sie die Seite www.smile.amazon.de auf. Nach dem Einloggen haben Sie die Möglichkeit, eine soziale Organisation wie den TVE Burgaltendorf auszuwählen. SmileAmazon ist dasselbe Amazon: Dieselben Produkte, dieselben Preise, derselbe Service, Ihr Warenkorb, Ihr Konto, ihre Listen, Merkzettel, ihre Bestellungen

Alles wie bisher, nur die Einstiegsseite ist eine andere! Vorteil: Die von Ihnen ausgewählte soziale Organisation erhält 0,5% der Einkaufssumme.

Bedenken Sie: Alle Einnahmen, die Ihr Verein zur Deckung seiner Ausgaben aus anderen Quellen als den Mitgliedsbeiträgen erzielt, müssen nicht durch diese finanziert werden.

SmileAmazon gibt es schon seit 2 Jahren und ist eine dauerhafte Einrichtung zugunsten sozialer Organisationen.



*Genuss in
Burgaltendorf*

REWE STILLEKE



REWE Stilleke • Dumberger Str. 2 • 45289 Essen

REWE-Vereinsförderung "SCHEINE FÜR VEREINE": 5.955(!) Einkaufsscheine zugunsten des TVE

REWE hat im November und Dezember 2019 deutschlandweit die Aktion "Scheine für Vereine" ins Leben gerufen. Eine sehr erfolgreiche Aktion, wie man im Nachhinein feststellen kann. Pro 15 Euro Einkauf bei REWE wurde ein Vereinsschein an der Kasse ausgegeben, der dann per App oder im Internet allen Sportvereinen in Deutschland zugeordnet werden konnte. Für die Scheine konnten die Vereine Prämien einlösen, die speziell auf die Bedürfnisse von Sportvereinen ausgelegt waren.

Die TVE Mitglieder waren sehr aktiv und haben fleißig Scheine gesammelt: 5.955 Stück sind bis zum 31.12.2019 zusammengekommen und inzwischen in folgende Prämien eingelöst worden:

- 20 hochwertige Gymnastikmatten inklusive Wandhalterungssystem für die Turnhalle Holteyer Str.,
- ein Set mit 30 Fitnessbändern sowie ein Set mit 10 weichen Gymnastikbällen, die beide in vielen Gymnastikgruppen und Kursen zum Einsatz kommen können sowie
- ein Ballwagen zur Lagerung von Bällen für die Turnhalle Holteyer Str.

Wir hoffen, dass die Matten und der Ballwagen eine deutliche Verbesserung der langwierigen Lagerproblematik von Materialien in der Turnhalle Holteyer Str. darstellt. Insgesamt haben die vom TVE eingelösten Prämien einen Gegenwert von ca. 2.000,- Euro. Das Sammeln der Vereinscheine hat sich also gelohnt.

Einen Herzlichen Dank an alle, die mitgemacht haben.

Stephan Semmerling



TVE-Gruppen spendeten ... im Rahmen ihrer Gruppen-Weihnachtsfeiern:

Die Gruppe "Fit durch's Jahr/Frauen", Gr. M: **120 Euro** an das Friedensdorf Oberhausen,

Gruppen "Sport & Spiel 60plus": **555 Euro** an die Kinderneurologie der Uni-Klinik,

Die Gruppe "Fit durch's Jahr/Frauen", Gr. G: **260,00 Euro** an die Afrika-Hilfe-Stiftung,

Insgesamt also **935 Euro!**



Komplett mein Bad

www.brauksiepe.de



 **Joh. Brauksiepe**
DIE BADGESTALTER

Paula verteidigt ihren Titel und wird erneut Judo-Stadtmeisterin am 07./08.12.2019

Am ersten Dezemberwochenende fanden wieder die Judo-Stadtmeisterschaften statt. Leider mussten sich einige Burgaltendorfer TVE-Judoka im Vorfeld wegen Erkrankungen und Verletzungen vom Turnier abmelden. Die geschrumpfte Teilnehmergruppe sorgte aber durch die guten Platzierungen für ein insgesamt tolles Abschneiden des TVE Burgaltendorf.

Mit Michael und Max starteten zwei Turnierteulinge in der Altersklasse U10. Sie zeigten sich sehr mutig und angriffslustig. Auch wenn sie einzelne Kämpfe für sich entscheiden konnten, kann noch nicht alles klappen. Beide konnten sich über einen dritten Platz auf dem Treppchen sehr freuen. Bei Jonas und Benjamin war richtig Action in den Kämpfen – im Stand, am Boden, Wurftechniken, Haltegriffe. Leider hatten beide in ihren Gewichtgruppen jeweils einen richtig starken Gegner, der zumindest an diesem Tag nicht bezwungen werden konnte. Trotzdem waren beide mit ihren zweiten Plätzen sehr glücklich.



Den Kampf mit der größten Spannung hatte Pauline. Beide waren sehr aktiv und mutig. Da aber der entscheidende Punkt fehlte, ging der Kampf über die gesamte Zeit. Lustigerweise hatte die Anzeigetafel einen technischen Aussetzer, so dass niemand so recht wusste, wer gewonnen hatte. Die Entscheidung fiel für Pauline, so dass sie den ersten Platz erreicht hat.

Besonders stolz und glücklich konnte Paula sein. Gut eine Woche nach ihrem neunten Geburtstag hat sie es geschafft, ihren Stadtmeister-Titel erfolgreich zu verteidigen. In ihren Kämpfen hat sie sich sehr sicher und ruhig bewegt und immer wieder versucht, verschiedene Angriffstechniken einzusetzen. So konnte sie alle Kämpfe für sich entscheiden.

Herzlichen Glückwunsch an alle Platzierten:

U10 w – Paula - 1. Platz / U10 m – Michael - 3. Platz / U10 m – Max - 3. Platz
U13 w – Pauline - 1. Platz / U13 w – Carlotta - 3. Platz / U13 m – Jonas - 2. Platz
U15 m – Benjamin - 2. Platz

Vorweihnachtliche Judo-Prüfung am 20.12.2019

Aus terminlichen Gründen musste die letzte Kyu-Prüfung des Jahres verschoben werden. Dass sie nun am letzten Schultag vor den Weihnachtsferien stattfand, war für einige Beteiligte eher stressig. Diese Judo-Prüfung war bereits die Fünfte im Jahr 2019. Somit wurden im vergangenen Jahr insgesamt 56 TVE-Judoka auf die nächst höhere Gürtelstufe geprüft; es haben alle bestanden. Das ist in unserem Verein ein mit Abstand neuer Höchstwert. Außergewöhnlich war diesmal zudem, dass die 12 Teilnehmer/-innen aus den drei unterschiedlichen TVE-Trainingsgruppen stammten – es nahmen also Kinder im Grundschulalter sowie von den weiterführenden Schulen als auch Erwachsene teil.

Unser Stammpriüfer Marco hat sich schon wieder etwas Besonderes für uns ausgedacht. Organisatorisch war es eine Mischung aus einer Gruppen- und Einzelprüfung. Lustig dabei war, dass einige Teilnehmer/-innen und auch Zuschauer/-innen gar nicht bemerkt haben, dass die Prüfung bereits läuft. Wenn so eine entspannte Atmosphäre herrscht, ist es leichter, auch gute Leistungen vorzuführen. Und das haben unsere TVE-Judoka an diesem Tag auch wunderbar hinbekommen. Auch, dass sie wieder mehr zeigen sollten als im Prüfungsprogramm angegeben ist, hat niemanden erschreckt. Die Aufgaben wurden mit Spaß und hoher Konzentration mit zum Teil sehr guten Bewertungen erfüllt. Mit besonders guten



Ergebnissen ist Sandra Neumann von den Erwachsenen zu nennen. Bei den Minderjährigen konnte Lena Schleder überzeugen und erhielt auch bei sehr anspruchsvollen Techniken höchste Wertungen. Ungewöhnlich und nicht geplant war bei Lena, dass sie die Prüfungsaufgaben mit drei verschiedenen Partnerinnen gezeigt hat.

Die ganze Prüfungsgruppe hat keine vorweihnachtlichen Geschenke erhalten, sondern sich den nächst höheren Gürtel durch gute Leistungen verdient. Ein Dankeschön geht noch

an die Uke Barbara, Jonas, Paula und Jannike.

Bestanden haben folgende TVE Judoka: 7. Kyu – gelber Gürtel Michael Bergfeld, Markus Derstoff, Björn Jörgensen, Katrin Koch, Sandra Neumann, Sven Winkelhardt, Michael Harding, Enny Bruns und Julian Herbrand 6.Kyu – gelb-oranger Gürtel Luisa Theis und Pauline Jacke 5. Kyu – oranger Gürtel: Lena Schleder



Berthold Werth

Journalistin besuchte das TVE-Judo-Training am 20.01.2020

Anfang Januar erhielt der TVE Burgaltendorf eine eMail von Frau Dierichs, einer freien Mitarbeiterin der WAZ/NRZ. Sie hatte Interesse, einen Bericht über die Judo Abteilung des Vereins zu schreiben und würde gerne ein Interview mit den Kindern führen, die zuletzt bei den Judo-Stadtmeisterschaften erfolgreich waren. Daraufhin musste ich viele Telefonate führen: Möchten das die Kinder überhaupt, sind die Eltern damit einverstanden? – Vorstand des TVE informieren – Raum für die Interviews im AKTIV PUNKT reservieren – Termin vereinbaren, an dem alle Beteiligten können.

Ein paar Tage später war es dann schon soweit und es trafen sich Jonas Winkelhardt, Jannike Werth, Paula Schlede und ich mit Frau Dierichs im AKTIV PUNKT. Pauline Jacke konnte aufgrund ihrer Schule erst später hinzukommen. Für uns war es natürlich eine neue ungewohnte Situation und wir waren ganz gespannt, welche Fragen uns wohl gestellt würden. So entwickelte sich ein nettes Gespräch, bei dem jede(r) der Anwesenden mit unterschiedlichen Inhalten zu Wort kam. Als sich die anfängliche Aufregung gelegt hatte, war das Interview fast schon wieder vorbei und wir mussten alle 'rüber gehen in die Halle, da ein Fotograf der Zeitung zu uns wartete.

Auch das Folgende war für uns eine neue, ungewohnte Aufgabe. Damit der Fotograf tolle Bilder machen konnte, mussten wir bestimmte Judo-Techniken künstlich vorführen. Zudem sollte immer das Gesicht erkennbar sein und und und.... Es war zwar sehr anstrengend, aber die Kinder haben sehr konzentriert mitgearbeitet und wir probierten es mit viel Spaß und Humor immer wieder aus, bis der Fotograf zufrieden war.



Zwei Tage später war der ziemlich große Artikel dann in der WAZ/NRZ zu lesen, ergänzt mit drei tollen Bildern. Ich fand es absolut klasse, dass so positiv und umfangreich über die Sportart Judo, den

Verein TVE Burgaltendorf, die Judo-Abteilung des TVE, mich als Trainer und im besonderen über die beteiligten Sportler/-innen berichtet wurde.

Allen, die zum Gelingen beigetragen haben – auch den begleitenden Eltern – möchte ich ganz herzlich für ihren Einsatz danken.

Berthold Werth

Fotos: Funke Services/ Christof Körpsel



Judo-Kreiseinzelturnier: Tolle Anhängerschaft!

Am 25.01.2020 fand in der Essener Innenstadt das Kreiseinzelturnier der U10 und U13 statt, ausgerichtet vom 1. Judo Club Essen. Zu unserem Kreis Rhein-Ruhr gehören die Städte Duisburg, Essen, Oberhausen, Mülheim und Dinslaken. Leider hatten wir diesmal keine Teilnehmer/-innen in der jüngsten Altersgruppe U10. Somit startete die Burgaltendorfer Gruppe mit den U13 Judoka.

Jonas Winkelhardt ging in seinem entscheidenden Kampf früh durch eine saubere Fußtechnik in Führung. Anschließend entwickelte sich eine ausgeglichene Begegnung und Jonas musste leider noch den Ausgleich hinnehmen. Nach der kompletten Kampfzeit kam es also zum Kampfrichterentscheid – leider nicht für Jonas. Nach diesem tollen und anstrengenden Kampf konnte sich Jonas aber doch über seinen 2. Platz freuen.

Max Böhnke und Michael Harding waren in der selben Gewichtsklasse eingeteilt. Diese Gruppe war recht groß, so dass im doppelten KO-System gewertet wurde. Max hat teilweise noch recht wild im Stand agiert, war aber insgesamt sehr aufmerksam und hat am Boden eine sehr starke Leistung gezeigt. Trotz zweier Siege hat seine tolle Vorstellung leider nicht für eine Platzierung gereicht. Michael wirkte sehr ruhig und konzentriert. Im Kampf allerdings konnte er umschalten und war sehr dynamisch mit einem hohen Tempo. Auch er hat bei seinen Kämpfen viele Szenen am Boden gezeigt. Im entscheidenden Kampf um Platz drei konnte er sich verdient durchsetzen und sich so über den Platz auf dem Treppchen freuen.

Zu dieser Zeit waren ein paar andere TVE-Judoka zu Besuch anwesend – einfach um mal zu schauen und die anderen anzufeuern. Während dieser sehr spannenden Phase waren die TVE-Anhänger/-innen mit Sicherheit die lauteste und lustigste Gruppe in der Halle. Zudem spendeten sie warmen Applaus, wenn ein Kampf mal verloren ging. Vielen Dank dafür und bitte weiter so!

Pauline Jacke war in einer Gruppe mit einem sehr unterschiedlichen Leistungsniveau. Zudem hat sie in ihren vier Kämpfen leider ihre eigentliche Stärke nicht ausspielen können. Trotzdem hat sie toll gekämpft und zwei sichere Siege und somit den dritten Platz erreicht. Sie zeigte sich dann auch sehr zufrieden und glücklich. Paula Schlede hatte am heutigen Tag etwas Pech. Leider gab es in ihrer Gewichtsklasse keine Gegnerin. Somit wurde sie kampfflos Erste in ihrer Gruppe. Das ist natürlich nicht so spannend. Glücklicherweise fand sich ein Mädchen aus einer höheren Gewichtsklasse, die zu einem Freundschaftskampf antrat. Diesen konnte Paula sogar für sich entscheiden.



Zum Abschluss trat noch Benjamin Galytskyy als einziger U15-Judoka an. Seinen ersten Kampf konnte er mit einem nahezu perfekten Haltegriff gewinnen. In seinem letzten Kampf trat er gegen einen Judoka an, der viel weiter ausgebildet war. In dieser eigentlich hoffnungslosen Situation zeigte Benjamin viel Mut und Können. Es wurde ein sehr langer, fast ausgeglichener Kampf. Letztendlich konnte sich Benjamin nicht nur über den zweiten Platz freuen, sondern auch über die Qualifizierung zur Bezirkseinzelsmeisterschaft in Neuss. Herzlichen Glückwunsch an alle TVE-Judoka (und die Anhänger/-innen)

Berthold Werth

GARTEN & MOTORGERÄTE
THEO LELGEMANN
STIHL MOTORSÄGEN & FREISCHNEIDER

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

www.theo-lelgemann.de



Verkauf & Service



SABO Vertragshändler

Boule spielen auf den TVE-Boule-Plätzen
auf der Sportanlage Holteyer Straße

Sonntags, 11.15 - 12.45 h (Frühjahr bis Spätherbst, soweit das Wetter es zulässt)

Leitung: Harry Kohn



Einfach kommen und mitspielen!

Leihkugeln stehen zur Verfügung, soweit keine eigene Kugeln vorhanden sind. Es besteht auch die Möglichkeit für TVE-Gruppen, zu anderen Zeiten - nach vorheriger Absprache mit dem TVE-Büro - Boule zu spielen.

Der erste Bouleplatz besteht aus einem Spielfeld mit 2 Bänken. Er wurde vom Landessportbund NRW und der Sparkasse Essen (Projektvoting) mit je 1.000 Euro sowie mit ca. 1.500 Euro vom Seniorenreferat der Stadt Essen gefördert. Ein zweiter Bouleplatz mit 3 Spielfeldern wurde in den Sommerferien 2019 mit Unterstützung des Seniorenreferats der Stadt Essen und der Geno Bank Essen gebaut.

tonARTisten mit sonnigem Start ins neue Jahr

Besser hätte das Jahr 2020 gar nicht beginnen können: Stahlender Sonnenschein, wolkenloser blauer Himmel und Temperaturen knapp über 0°C; Ideales Wetter für die traditionelle Neujahrswanderung der tonARTisten am 1. Januar.



Um 13.00 h trafen sich über 30 Wanderwillige in Niederwenigern bei Sabine und Heinz, die die Tour rund um ihren Heimatort ausgearbeitet hatten. In den anschließenden 2 ½ Stunden genossen wir herrliche Ausblicke, freuten uns über Gänse und Pferde, führten nette Gespräche, kurz gesagt - alle waren glücklich über diese gemeinschaftliche Unternehmung zum Start der neuen tonARTisten-Saison.

Zum Abschluss der Wanderung gab es am Ausgangspunkt in und vor der gemütlich dekorierten Partygarage leckeren Kuchen, Glühwein, Punsch, Kaffee und Tee für alle. Einige tonARTisten, die aus diversen Gründen nicht mitwandern konnten, kamen noch dazu und wurden mit herzlichem Hallo begrüßt. Erst als die Sonne allmählich unterging und die Kälte in die Glieder kroch, verabschiedeten sich alle.

An dieser Stelle noch einmal ein großes Dankeschön an Sabine und Heinz!

Monika Stahl



3 Tenöre suchen Verstärkung

Fragt man einen Mann, ob er nicht Lust hätte, bei den tonARTisten zu singen, lauten die häufigsten Antworten: Ich kann nicht singen / Ich habe keine Zeit / Das ist nichts für mich. Liebe Männer, nun lest, was die drei Tenöre auf die Frage antworten, warum sie bei den tonARTisten singen: Singen befreit die Synapsen vom Stress des Alltags / Entspannung nach einem Arbeitstag ist garantiert / Singen in der Gruppe macht einfach Spaß. Deshalb nun die Frage an alle Männer: Warum nicht einfach mal ausprobieren? Kommt zum Schnuppern, testet, ob es wirklich nichts für euch ist! Wer weiß, vielleicht kommt ihr zu der Erkenntnis: Das hätte ich schon viel früher machen sollen. Und eines ist sicher, die tonARTisten freuen sich über jeden Mann (am besten mit der Stimmlage Tenor), der sich traut vorbeizuschauen.

Monika Stahl

Zwei Tage Bewegung, Begegnung, Begeisterung und Gesang

Warum wir tonARTisten so heißen wie wir heißen, haben wir am ersten Februarwochenende eindrücklich bewiesen: Beim Chor-Workshop in Wuppertal ging es nicht nur stimmlich, sondern ein Stück weit auch sportlich zur Sache.



Im Rahmen von intensiven Liedproben und ersten Choreografie-Übungen bereiteten wir uns gemeinsam auf unser Sommerkonzert vor (dazu mehr auf Seite 32). Dabei feilten wir unter Leitung von Ludger Köller konzentriert an der (gesungenen) Sprache und dem richtigen Rhythmus unserer Stücke. Auch das Timing hatte hohe Priorität – geht es bei einem Chor doch darum, in vier Stimmlagen gemeinsam „wie aus einem Guss“ zu singen.

Richtig anstrengend wurde es dann in der Stimmbildungsphase. In bewährter Manier trainierten Sonja Dehn und Ludger Köller gemeinsam mit uns Körperbewusstsein, richtige Körperhaltung, Atemtechniken und schließlich – basierend darauf – auch das Singen. Ein Highlight des Chorwochenendes war sicherlich, einen einzigen Ton fokussiert und minutenlang so im Einklang zu singen, dass er geradezu durch den Raum wabernd für jeden fühlbar wurde.



Die erste „Choreoprobe“ zu Dancing Queen

Ein tolles gemeinschaftliches Erlebnis – und in diesem Sinne auch ganz großer Sport.

Silke Fortmann



Wundertüte – das Konzert der tonARTisten am 6. Juni 2020

Wunder gescheh'n – und das nicht nur in einem bekannten Hit von Nena aus dem Jahr 1989, sondern auch beim nächsten Konzert der tonARTisten.

Am bewährten Konzertort in Werden, der Aula des Mariengymnasiums, Brückstr. 8, öffnen die tonARTisten am 6. Juni 2020 eine musikalische Wundertüte, gefüllt mit Altbekanntem und Neuem.



Wundertüte
Konzert der tonARTisten
Chor im TVE Burgallendorf

Samstag, 06. Juni 2020, 19.00 Uhr
Mariengymnasium, Brückstr. 8, Essen-Werden

Eintritt: Vorverkauf 12,00 €
Abendkasse 14,00 €
Schüler*innen, Studierende: 10,00 €

Kartenverkauf:
- Chormitglieder
- AKTIV PUNKT, Holfeyer Str. 29, Tel 570397
- Kleine Bücherwelt, Alte Hauptstr. 10, Tel. 5718320
- Abendkasse

Sponsored by
Beckwerth
für den Stadtbezirk IV
Werden-Kirchlag-Bezirk

TVE Burgallendorf, Holfeyer Str. 29, 45289 Essen, Tel. 570397 - www.tve-burgallendorf.de - e-mail: sport@tve-burgallendorf.de

Damit das Konzert auch uns tonARTisten ein paar Überraschungen bringt, dürfen unsere Fans mitentscheiden, welche Lieder wir präsentieren (siehe Auswahlliste auf S. 33).

Ein abwechslungsreiches Programm, unterhaltsame Moderation und viel Spaß für Publikum, Musiker und Chor sind typisch für tonARTisten Konzerte. Wir geben unser Bestes, um auch im Juni diese Erwartungen wieder erfüllen zu können. Ob es uns gelingt, entscheidet ihr! Deshalb würden wir uns über eine große Anzahl an Gästen sehr freuen.

Los geht es am 6. Juni um 19.00 Uhr, Einlass ist ab 18.30 Uhr. Einen Parkplatz gibt es in unmittelbarer Nähe des Gymnasiums, mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist der Konzertort ebenfalls erreichbar.

Der Eintrittspreis beträgt 12,00 Euro im Vorverkauf, 14,00 Euro an der Abendkasse, Schüler*innen und Studierende zahlen 10,00 Euro. Der Vorverkauf beginnt nach den Osterferien, also Mitte April. Erhältlich sind die Eintrittskarten über „Die kleine Bücherwelt“, das TVE-Büro, über alle Chormitglieder sowie an der Abendkasse.

Silke Fortmann u. Monika Stahl



Konzert der ton**ART**isten

Chor im TVE Burgaltendorf

am 6.6.2020 in Essen-Werden

Wundertüte



Sie können/ Ihr könnt helfen
unsere Wundertüte zu füllen!

10 Titel aus unserem Repertoire stehen zur Wahl, 5 davon können ausgewählt werden. Die Lieder mit den meisten Stimmen packen wir in die Wundertüte. Diese Seite heraustrennen und bis zum 31.3. im TVE Büro abgeben, denn wir brauchen noch etwas Zeit zum Proben. Über viele Teilnehmer*innen würden wir uns riesig freuen, genauso wie über zahlreiche Besucher beim Konzert. Nähere Infos zum Konzert gibt's auf S. 36

- Africa (Toto)
- Angels (Robbie Williams)
- Halleluja (Leonhard Cohen)
- Hymn (Barclay James Harvest)
- Over the Rainbow (Israel Kamakawiwo'ole)
- So soll es bleiben (Ich und Ich)
- Tears in Heaven (Eric Clapton)
- Thank you for the Music (ABBA)
- Viva la Vida (Coldplay)
- Who wants to live forever (Queen)





Ihr seid noch kein Fan der tonARTisten Seite auf Facebook?

Auch auf unserer Facebookseite könnt Ihr die Abstimmung der Lieder vornehmen.

Einfach die tonARTisten Seite liken 

5 Lieder auswählen und die Auswahl in den Kommentar schreiben. Voting-Schluss ist der 31.03.2020

Mareen Teske-Wochermaier



50plus-Radeltouren mit Einkehr

Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit und Spaß
- Gemütliches Radeln ohne hohe Leistungsansprüche

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

Leistungsbeanspruchung:

Die Radeltouren weisen unterschiedliche Merkmale auf (Streckenlänge, Schwierigkeit der Strecke, Leistungsanspruch) auf.

Equipment/Radtypen:

Keine Einschränkungen (auch eBikes sind möglich.) Das Tragen eines Fahrradhelms wird nahe gelegt. Kleidung dem Wetter entsprechend

Schlecht-Wetter-Regelung:

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

Anmeldung:

Die Teilnehmer/-innen müssen sich bis spätestens 5 Tage vor dem Tourdatum anmelden. Dazu stellt die TVE auf seinen Internetseiten ein online-Anmeldungsformular (www.tve-burgaltendorf.de, "Anträge, Anmeldungen online" im Menü oben unter den Fotos) zur Verfügung. Wer sich nicht über das Internet anmelden will, kann sich über das TVE-Büro (0201/570397) in die Datenbank eintragen lassen oder eine eMail an sport@tve-burgaltendorf.de schreiben. Auf eine Anmeldebestätigung verzichten wir.

Teilnahmegebühr:

Keine

Fragen?

Wir beraten Sie gern:

0201/570397 oder

sport@tve-burgaltendorf.de



Streicher

Friedhofsgärtnerei und Gartenbau
in 3. Generation

Alte Hauptstraße 16,
45289 Essen
Telefon: 0201-579121



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

März-Tour



Tourtitel: "Von der Burg zum Wasser und zurück"

Termin: 18.03.2020 (Ausweichtermin: 20.03.2020)

Treffzeit und -punkt: 13.00 h AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

ca. 40 km; Holderer Berg - Wichteltal, an der Ruhr entlang bis zur Frankenstraße - dort auf den Gruga-Radweg bis zum Abzweig Halbbachhammer - durch das Halbachtal hoch zur Hauptverwaltung Karstadt (kurze starke Steigung, normale Räder müssen hier eventuell ein Stück geschoben werden) - durch eine Siedlung zwischen der A52 und der B224 zur Meisenburgstraße - an dieser 200 m entlang Richtung Kettwig - am Landesumweltamt kreuzen wir die Meisenburgstraße und fahren dann Richtung Ruhr an der Sternwarte vorbei.

An der Gaststätte 12 Aposteln erreichen wir die Ruhr. Entweder machen wir dort unsere Rast, oder wir fahren noch weiter an der Ruhr und dem Baldeneysee - entlang bis zum Segelclub SKS, dort würde uns unser Ital. Koch versorgen. Nach der Pause geht es durch Kupferdreh zurück nach Burgaltendorf.

Schwierigkeitsgrad: auch mit normalem Rad zu bewältigen, kurze starke Steigung nur hoch zur Karstadt-Hauptverwaltung

Einkehr: "12 Apostel" an der Ruhr oder im Segelclub SKS am Baldeneysee

Rückankunft: ca. 18.30 h

Tourleiter: Michael Stricker (michael@stricker-essen.de; Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0152-29515108)

April-Tour



Tourtitel: "Oberhausen - Duisburg - Sterkade"

Termin: 19.04.2020 (Ausweichtermin: 26.04.2020)

Treffzeit und -punkt: 10.30 h auf dem Parkplatz am Gasometer Oberhausen

Streckenbeschreibung:

ca. 40 km; Osterfeld - Landschaftspark - Rheindeich - Kokerei Schweglern - Hoag-Trasse - Schachtanlage Sterkade

Schwierigkeitsgrad: leichte Steigungen, ansonsten eher flach

Einkehr: ja (N.N.)

Rückkehr: ca. 15.00 h

Tourleiter: Uwe Hillebrand (hille-u@web.de; Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0157-57282120)

Maitour "A"



Tourtitel: "Bochumer Süden mit Ümmendinger und Kemnader See"

Termin: 05.05.2020 (Ausweichtermin: 12.05.2020)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h, AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

ca. 46 km; Bo-Dahlhausen - Springorumtrasse - Ümmendinger See - Kemnader See und zurück nach Burgaltendorf (ca. 17.00 h)

Schwierigkeitsgrad: mittelschwere Strecke; <https://www.komoot.de/tour/111601858>

Einkehr: Restaurant CIGOS <http://cigos.de/> Hevener Str. 335, weitere Kaffeepause nach Belieben
Tourleiter: Detlef Enigk (detlef@enigk.de; Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0151-58507308)

Mai-Tour "B"



Tourtitel: "Oeffter Runde"

Termin: 16.05.2020 (Ausweichtermin: 23.05.2020)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h ab AKTIV PUNKT und 10.30 h ab Parkplatz Kupferdreh

Streckenbeschreibung:

Haus Scheppen - Pörtingssiepen - Fischlaker Höhen - Heidhausen - Timpen - Schloss Oeffte - (Kettwig) - Werden - Kupferdreh - Burgaltendorf (16.00 h)

Einkehr: voraussichtlich "Stulle"

Tourleiter: Wilfried Kamplade (geweka.burg@web.de; Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 01 72-6500244)

Juni-Tour "A"



Tourtitel: "Kohlenbahn und Ruhrtalfähre"

Termin: 02.06.2020 (Ausweichtermin: 09.06.2020)

Treffzeit und -punkt: 10.00 h ab Ruhr-Pontonbrücke Essen/Bochum, vor dem Café "Zum Ponton" (Am Stade 6, 45529 Hattingen)

Streckenbeschreibung:

ca. 58 km; an der Ruhr entlang Richtung Hattingen – durch den Schulenbergtunnel – Bahntrassenweg „Kohlenbahn“ -

Entlang der Ruhrtalbahn – mit der Ruhrtalfähre über die Ruhr – Ruine Hardenstein – Ruhrwasserfall hinter der Radfähre – Kernader See – zurück Richtung Hattingen **Rückankunft:** 18.00 h

Schwierigkeitsgrad: mittelschwere Tour

Einkehr: Biergarten am Schleusenwärter-Häuschen

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

Juni-Tour "B"



Tourtitel: "Wasserschloss Herten"

Termin: 16.06.2020 (Ausweichtermin: 23.06.2020)

Treffzeit und -punkt: wird nachgereicht

Streckenbeschreibung:

ca. 60 km; Kray - durch den Volksgarten auf die Kray-Wanner Bahn bis zu Erzbahnbude - Erzbahntrasse - Grimbergsichel in Gelsenkirchen - durch die Resser Mark bis Schloss Herten;

zurück: Richtung Nordsternpark - Zollverein - Frillendorf - Steele

Schwierigkeitsgrad: ebene Route, gut befahrbare Waldwege

Einkehr: Schloss Herten

Tourleiter: Willi Stemmer (hwstemmer@googlemail.com, Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0159-01192402)

Achtung Änderung zu einer 60plus Veranstaltung, die bereits im WS 159 ausführlich angekündigt war

60plus-Besichtigung der alten Landtagsstätten in Düsseldorf am 17.03.2020

Folgende Änderungen haben sich ergeben:

- 12.00 h Treffen an der Bushaltestelle Busbahnhof (gegenwärtig vor der Sparkasse Alte Hauptstr.)
- 12.15 h (ca.) Abfahrt mit dem Linienbus
- 14.00 h Beginn der Führung an der Oper
- 16.00 h Ende der Führung

Einladung: 60plus-Besichtigung der "Camera Obscura" in Mülheim am 06.05.2020

Es steht der Besuch mit Besichtigung und Führung in der Camera Obscura auf dem Programm, zu der wir hiermit einladen.

In der Kuppel des alten Wasserturms, gelegen auf dem Gelände der ehemaligen Gartenschau in unmittelbarer Nähe des Schloss Broich, wurde 1992 die größte Camera Obscura der Welt errichtet. In späteren Jahren erfolgte der Ausbau des Wasserturms auf drei weiteren Ebenen zu einem Museum, dessen Thema die Entwicklung der Photographie zum Film ist. Insgesamt 16 Themenstationen geben einen interessanten Einblick in diese Thematik.

Die Führung dauert ca. zwei Stunden, so dass eine Einkehr in das Museums-Café oder den Ringlock-Schuppen oder möglicher Weise bei schönem Wetter ein Spaziergang auf dem ehemaligen Gartenschau-Gelände den Nachmittag abrunden kann.

Aufgrund der begrenzten Räumlichkeiten ist die Teilnehmerzahl leider mit 20 Personen begrenzt.

Programmablauf:

- 12.30 h Treffen Haltestelle Burgruine
- 12.36 h Fahrt zum Hauptbahnhof
- 13.09 h Essen Hbf Gleis 2 ab mit RE1 bis Mülheim
- 13.24 h Mülheim Hbf ab mit der Straßenbahn L102 bis Schloss Broich
- 13.26 h Ankunft Schloss Broich

Teilnehmereigenleistung:

für Hin- und Rückfahrt sowie Eintritt und Führung:
23 Euro (Mitglieder), 27 Euro (Nichtmitglieder)

Stornokosten:

bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss: 10 Euro

Min./Max. Teilnehmerzahl: 15/20

Anmeldeschluss: 25.04.2020

Projektleitung:

Heiner Blum, Tel.0152 5421 4052, eMail: heinerblum2@gmail.com

Einladung: 60plus-Besuch der Zeche Zollern in Dortmund am 16.06.2020

Die Zechen-Anlage, heute liebevoll 'Schloss der Arbeit' genannt, gehört zu den schönsten Zechen des Ruhrgebietes. Mit den prunkvollen Backstein-Fassaden gleichen die Gebäude mehr einem Adelssitz als einer Industrie-Anlage. Herzstück der zu besichtigten Anlagenteile sind die im Jugendstil gestaltete Maschinenhalle, die noch komplett eingerichtet ist, und die ebenfalls im Jugendstil gestaltete Lohnhalle, die heute eine umfassende Ausstellung beherbergt. Das ganze Ensemble ist ein wirklich sehenswertes Stück Industriekultur. Die Besichtigung führt auch ein kurzes Stück durch die Bergarbeiterkolonie, so dass wir uns einen lebendigen Eindruck von der Lebenswelt der Bergleute machen können.

Nach der ca. zweistündigen Führung haben wir Gelegenheit, uns bei einem Aufenthalt im "Pferdestall", dem Kasino der Zeche, zu entspannen.

Min./Max. Teilnehmerzahl:

die Gruppenstärke für eine Führung ist mit 25 Personen begrenzt.

Programmablauf:

Die Fahrt startet mit einem gemieteten Bus um 13.00 h. Wegen der Baustelle an der Bushaltestelle Burgruine fährt der Bus ab Burgaltendorf Marktplatz.

14.00 - 16.00 h: Führung, danach: Möglichkeit zum Imbiss im Kasino

19.00 h: Rückankunft Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung:

für die gesamte Veranstaltung inklusive Fahrtkosten:

26 Euro (Mitglieder), 30 Euro (Nichtmitglieder)

Anmeldeschluss: 05.06.2020

Stornokosten: bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss: 16 Euro

Projektleitung:

Heiner Blum, Tel.0152 5421 4052, eMail: heinerblum2@gmail.com

Einladung: 60plus-Besuch des Ricarda-Marktes in Alt-Kaster am 04.07.2020

Die Zechen-Anlage Alt-Kaster kennen wir vom Nikolausmarkt her. Nun wollen wir das Städtchen im Sommer besuchen. Der Ricarda-Markt in Alt-Kaster vereint Kunsthandwerk und Kulinarisches. In der historischen Altstadt werden etwa 110 Aussteller ein breit gefächertes Angebot aus Altem, Neuem und Ungewöhnlichem präsentieren.

Handwerker wie Drechsler, Bürstenmacher, Hutmacher oder Münzenschneider zeigen ihr Können. Um das leibliche Wohl der Besucher/-innen kümmern sich die Anwohner/-innen in ihren Innenhöfen und Gärten. In den Straußwirtschaften werden die verschiedensten kulinarischen Köstlichkeiten angeboten. Wer genug vom Markt hat, hat die Möglichkeit, zu einem kleinen See zu gehen, der direkt an den historischen Ortskern Alt-Kaster angrenzt. Die Mühlenerft speist und

umspült den Kasterer See. Er wurde 1984 im Bereich des ehemaligen Tagebaus angelegt. Der See mit einer max. Länge von 1.000 m und einer Breite von 125 m bietet ideale Voraussetzungen für einen Beobachtungsspaziergang.

Programmablauf:

11.00 h: Treffpunkt Haltestelle am Gemeindeheim. Dort hält unser Reisebus.
12.00 h - 17.00 h: Aufenthalt in Alt-Kaster
17.00 h: Rückfahrt nach Burgaltendorf
18.00 Rückankunft

Min./Max. Teilnehmerzahl: 50/56

Teilnehmereigenleistung:

bei 50 Teilnehmern/-innen: 15,00 Euro (Mitglieder), 19,00 Euro (Nichtmitglieder)
bei 56 Teilnehmern/-innen: 14,00 Euro (Mitglieder), 18,00 Euro (Nichtmitglieder)

Anmeldeschluss: 05.06.2020

Stornokosten:

bei Abmeldung nach Anmeldungsschluss: 14 Euro

Projektleitung:

Dorothee Virnich, Tel.: 01777845593, eMail: dorothee.virnich@web.de

Einladung: 60plus-Fahrt nach Hamburg 17.-20.08.2020

Vom 17. bis zum 20. August findet unsere Fahrt zur Erkundung von Hamburg statt. Los geht es morgens mit der Bundesbahn nach Hamburg, so dass wir den Nachmittag bereits für die erste der geplanten Aktivitäten nutzen können. Die Rückreise findet am späten Nachmittag des 20.08. statt, so dass wir auch diesen Tag noch nutzen können.

In den 4 Tagen stehen folgende Veranstaltungen auf dem Programm:

- Geführte Besichtigung des Zentrums von Hamburg unter dem Titel vom Rathaus zum Michel
- Geführte Besichtigung der Speicherstadt und der Hafencity
- Geführte Besichtigung der Elb Philharmonie. Hier liegt zur Zeit nur eine Zusage für eine Führung ohne Konzertsäle vor. Wir bemühen uns jedoch, hier noch eine Erweiterung zu bekommen. Konzerte finden im August wegen der Sommerferien des Orchesters nicht statt.
- Große Hafenrundfahrt
- Alsterrundfahrt
- Gemeinsames Abendessen
- Freizeit zur Nutzung persönlicher Interessen
-

Geringfügige Änderungen im Programm müssen wir uns vorbehalten.

Programmablauf:

Infos folgen später.

Min./Max. Teilnehmerzahl:

Info folgt später.

Teilnehmereigenleistung:

Die Kosten für die diese Reise, d. h. für die Bahnfahrt ab Essen Hbf hin und zurück, Hotel mit Frühstück, für die vorgenannten Veranstaltungen und für die "Hamburg-Card" zur freien Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln belaufen sich auf 520,00 Euro je Teilnehmer/-in im Doppelzimmer und 590,00 Euro je Teilnehmer/-in im Einzelzimmer (Nichtmitglieder zahlen 5 Euro mehr.)

Es wird in der ersten Aprilwoche eine Anzahlung in Höhe von 150 Euro eingezogen, der Restbetrag vier Woche vor der Reise.

Anmeldeschluss: 30.03.2020

(Wegen der langfristigen Planung für Hotel und DB ist dieser frühe Anmeldungsschluss erforderlich)

Stornokosten:

bei Abmeldung nach dem 30.03.2020: 300 Euro

Projektleitung:

Heiner Blum (Tel.0152 5421 4052, eMail: heinerblum2@gmail.com)

Hans Busch (Tel. 0157-58476714; hansbusch1@t-online.de)

Einladung: 60plus-Besuch des Archäologischen Parks in Xanten 15.09.2020

Der Park enthält Denkmäler, die Zeugen für ein wichtiges Kapitel unserer Geschichte sind. Was hier zu sehen ist, entstand vor 1800 Jahren. Um 100 n. Chr. wurde die Römerstadt Colonia Ulpia Traiana gegründet. Sie ist nur eine von zwei römischen Zivilstätten in Niedergermanien. Als einzige große Stadt nördlich der Alpen wurde sie später nicht überbaut. Ihr Grundriss blieb unter Äckern und Wiesen erhalten. Das macht die Einmaligkeit des Archäologischen Park Xanten aus.

vorläufiger Programmablauf:

08.15 h: Treffen Burgaltendorf Burgruine

08.30 h: Abfahrt mit dem Bus

Vor Ort werden wir in Führungen den Park und das Römermuseum kennenlernen. Zwischen den Führungen ist ein Mittagessen vorgesehen, für eigene Erkundungen ist auch noch etwas Zeit eingeplant.

16.30 h: Rückfahrt ab Xanten

Min./Max. Teilnehmerzahl: ??/29**Teilnehmereigenleistung für Busfahrten, Eintritt und Führung:**

abhängig von der Teilnehmerzahl zwischen 35 und 48 Euro, Nichtmitglieder jeweils 4 Euro mehr

Anmeldeschluss: 31.08.2020**Stornokosten:** bei Abmeldung nach Anmeldeschluss zwischen 20 und 30 Euro

Konkretisierungen erfolgen in der Juni-Ausgabe der Vereinszeitschrift.

Projektleitung: Hans Busch (Tel. 0157-58476714; hansbusch1@t-online.de)



Spazieren gehen 2020



Herzlich eingeladen zum gemeinsamen Spazieren gehen sind auch im kommenden Jahr 2020 wieder alle Mitglieder. Neue Gesichter sind immer willkommen. Nichtmitglieder können gern ein Vierteljahr (kostenlos) mitgehen und unser Angebot ausprobieren, danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich!

Los geht es, wie gewohnt, montags (in der Regel 14tägig) um 14.00 ab Marktplatz Burgaltendorf. Wir treffen uns unter dem Maibaum.



Termine 2020:

09.03. - 23.03. - 06.04. - 20.04. - 04.05. - 18.05. - 08.06. - 22.06. - 06.07. - 20.07. - 03.08. - 17.08. - 31.08. - 14.09. - 28.09. - 12.10. - 26.10. - 09.11. - 23.11. - 07.12. (mit anschließendem weihnachtlichen Beisammensein im AKTIV PUNKT)

Im Rahmen der "Offenen Gartenpforte" wollen wir auch 2020 einen besonders gestalteten Garten in unserer Umgebung besichtigen. Der Termin wird vorher mit der Gruppe abgesprochen.

Monika Heuer

60plus-Wanderung mit Grünkohlessen: Der Klassiker am 12.11.2019

Nachdem alle Teilnehmer mit Bus oder Auto angereist waren, begann um 10.30 h die Wanderung bei leichtem Nieselregen von der Kernkraftwerkschule Essen Kupferdreh aus. Sie führte uns an der Kupferdreher Wassermühle, der Hundebücke und über leicht hügeliges Gelände von Vossnacken, links am Windrad vorbei. Nachdem wir den größten Teil des Weges zurückgelegt hatten, mussten wir uns erst einmal etwas aufwärmen und stärken. Dies geschah





mit Hilfe eines kleinen Schnäpschens, das Ewald aus seinem Rucksack zauberte und uns spendierte.

Aufgemuntert führte uns der etwas anstrengende Weg Richtung Velbert- Langenberg, zum Hopscheider Berg hinauf, den wir nun leichtfüßig nicht mehr so anstrengend wahrgenommen hatten. Oben angekommen hörte es auf zu regnen und die Sonne machte sich bemerkbar. So hatten wir noch einen herrlichen Rundblick zum Norden des Ruhrgebiets. Wir konnten die Schalker Arena und die Scholven Chemie sehen. Richtung Süden konnten wir den Bismarkturm, die Langenberger Sender und den Hügel vor Wuppertal sehen.

Nach Bewältigung einer noch kurzen Wegstrecke wurden wir vor der Wilhelmshöhe von Siegfried, dem Wirt, wieder herzlich empfangen. Drinnen warteten schon die TVEler, die mit dem Auto direkt dorthin gefahren waren. Nachdem sich alle mit Grünkohl, Kassler, Speck und



verschiedenen Würstchen gestärkt hatten, begann der Abstieg. Von der Kernkraftschule ging es dann wieder zurück nach Burgaltendorf, das wir gegen 15.15 h erreichten.

Da es wieder allen Beteiligten gut geschmeckt hat, wurde bereits direkt der Termin für das nächste Jahr vereinbart: 10.11.2020. Bitte vormerken!

Hans Busch



60plus-Besuch des Weihnachtsmarktes auf Schloss Dyck am 14.12.2019

Wir fahren wir mit dem Bus der Firma Pieper um 15.00 h von Burgaltendorf nach Jüchen zum Schloss Dyck und besuchten den dortigen Weihnachtsmarkt. Während wir unterwegs vom Regen nicht verschont blieben, war uns bei der Ankunft der Wettergott holt und es wurde trocken.



Mit guter Stimmung machten wir uns auf den Weg durch die große Parkanlage des Schlosses und bestaunten die Auslagen in den schön geschmückten Ständen. Nach Einbruch der Dämmerung erstrahlten die Schlossgebäude in einem weihnachtlichen Lichterglanz und viele Feuerkörbe beleuchteten die Wege. Nach den schönen Eindrücken brauchten wir eine Pause und ließen uns an den Ständen den Schlossglühwein und die lokalen Leckereien schmecken.



Alle kamen pünktlich und zufrieden zum festgesetzten Zeitpunkt am Bus an, so dass wir uns auf den Rückweg nach Burgaltendorf machen konnten.

Dierk Vienken



Mitarbeiter-Neujahrsworkshop am 18.01.2020

Das Ambiente stimmte: Ca. 35 TVE-Mitarbeiter/-innen waren der Einladung für den Samstagmorgen gefolgt und fanden hübsch dekorierte Tische, sowie ein reichhaltiges und leckeres Frühstück vor, um sich beim "Mitarbeiterworkshop" über das vergangene Jahr auszutauschen und gleichzeitig einen Ausblick in die Zukunft zu werfen.

Im Vordergrund stand das Lob an alle Mitarbeiter/-innen, die mit ihrer Arbeit dafür gesorgt haben, dass der TVE Burgaltendorf trotz der widrigen Umstände des letzten Jahres (u.a. erneute Schließung der Sh Auf dem Loh) einen Mitgliederzuwachs in 2019 erzeichnen konnte. Weitere angesprochene Themen waren beispielsweise die aktuelle Sporthallensituation, die REWE-Aktion "Scheine für Vereine", "Wertevermittlung" am Beispiel der Abteilung Judo, Maßnahmen zur Prävention sexualisierter Gewalt im Verein sowie notwendige Neubeschaffungen für die Hallen und den Kraftgeräteaum.

Gegen Ende des Workshops präsentierte sich die Abteilung Leistungsturnen mit einem Kurzfilm über die Aktivitäten der Abteilung in 2019, der großen Anklang fand. Es blieb aber auch während des Frühstücks Zeit für Gespräche unter Mitarbeiter/-innen verschiedener Bereiche, die ansonsten wenig Kontakt zueinander haben, was viele Anwesende im Nachhinein als wertvoll ansahen.

Vielleicht kommt ja im nächsten Jahr auch noch der eine oder andere zusätzlich zum Mitarbeiterworkshop...

Stephan Semmerling

TVE-Lauf-Treffs: Laufen in netter Gesellschaft; einfach kommen und mitlaufen!

montags, 18.30 h (TP: Altem Bahnhof/Genossenschaft)
mittwochs, 18.15 h (verschiedene TP, siehe Homepage und App)
mittwochs, 19.30 h (TP: Marktplatz)
donnerstags, 17.15 h (TP: Marktplatz)

Die Termine für die (Nordic-)Walker/-innen am Dienstag und Mittwoch (jeweils 18.15 h) bleiben wie sie sind, jedoch haben wir den Donnerstagstermin auf 17.15 h vorverlegt.

Für die Läufer/-innen bleibt der Mittwochstermin (19.30 h), allerdings wird es den Samstagstermin ab März nicht mehr geben. Dafür hoffen wir, mit einem neuen Termin am Montagabend um 18.30 h auf mehr Interesse zu stoßen.

Die Abteilung Laufsport des TVE bietet für Walker/-innen und Nordic Walker/-innen die genannten drei Termine an, die gut angenommen werden aber noch aufnahmefähig sind.

Für die Läufer/-innen gibt es zwei Termine, bei denen wir noch Zuwachs gebrauchen könnten. Wir liegen altersmäßig aktuell zwischen 40 und gut 60 Jahren (lassen uns da aber gerne unter- oder überbieten) und laufen zusammen etwa 8 bis 10 km in ca. einer Stunde. Mittwochs treffen wir uns am Marktplatz und nehmen auch ein paar Berge mit, montags am alten Bahnhof (Genossenschaft Burgaltendorf) und laufen hauptsächlich flach an der Ruhr.

In erster Linie geht es uns beim gemeinsamen Laufen um Geselligkeit und Fitness, ab uns zu nehmen wir aber auch an Wettkämpfen teil. Das entscheidet jedoch jede(r) für sich, genauso wie die Frage, ob man für eine gute Platzierung läuft oder einfach nur dabei sein will. Gerne darf man bei uns auch mal zum „Schnuppern“ vorbeikommen, nähere Informationen können über das Büro, bzw. unsere Homepage und App abgefragt werden.

Georg Spengler

Rhönradgruppe lässt Trainingsjahr ausklingen

Die Rhönradgruppe hat das Trainingsjahr 2019 im Dezember mit einem sportlich-gemütlichen Weihnachtstraining in der Sporthalle der Waldorfschule ausklingen lassen. Bei leckeren selbstgebackenen Plätzchen und Kinderpunsch haben wir das Jahr Revue passieren lassen und die Geräte der Turnhalle währenddessen voll ausgenutzt. Besonders der Saltogürtel traf, wie die letzten Wochen auch schon, auf besonders große Begeisterung bei den Kindern. So konnte jeder ganz einfach einen Salto vom Stufenbarren ausprobieren.



Wer weiß, vielleicht trauen sich einige den nächsten Schritt und versuchen jetzt im neuen Jahr, zurück in Burgaltendorf, auch den Salto vom Rhönrad?

Als lieb gewonnene Tradition wurden an diesem Termin auch die Sportabzeichen überreicht, wofür wir nach den Sommerferien auf dem Sportplatz fleißig waren. Herzlichen Glückwunsch! Mit der Vorfreude, dass ab Februar beim Training in Burgaltendorf endlich wieder alle Kinder ein passendes Rhönrad nutzen können, gehe ich mit einem lachenden und einem weinenden Auge ins neue Jahr. Ich bin seit über 16 Jahren erst nur als Turnerin, dann zusätzlich als Helferin und schließlich als Trainerin Teil der Rhönradgruppe.

Dabei gehörten neben dem Training viele erfolgreiche Wettkämpfe, Aufführungen in der Gruga, die Mithilfe bei der Kinderturnbörse, das 25-jährige Jubiläum der Essener Rhönradvereine im Jahr 2010, diverse Vereinsfeste und weitere schöne Aktionen mit dazu. Dabei durfte ich vielen Kindern nicht nur das Rhönradturnen beibringen, sondern sie nebenbei auch ein Stück weit auf dem Weg zu Jugendlichen begleiten.

Ich habe mich schweren Herzens dazu entschlossen, zum Jahresende die Trainerstätigkeit aus Zeitgründen aufzugeben, sodass dieser Jahresabschluss für mich eine doppelte Verabschiedung bedeutete. Mir hat die Rhönradzeit viel Spaß gemacht und die Gruppe ist mir wirklich sehr ans Herz gewachsen.



Ich freue mich, dass Mona den symbolischen Rhönrad Schlüssel und somit die Hauptverantwortlichkeit für die Gruppe entgegen genommen hat. Ich bin mir sicher, dass die Leidenschaft und Begeisterung, mit der wir die Gruppe bisher als Team geleitet haben, bestehen bleiben.

Ich wünsche euch auf diesem Weg alles Gute und weiterhin viel Spaß beim Training.

Sandra Kernebeck



TVE-Schnuppertag am 06.06.2020: GESUND UND SELBSTBEWUSST

Lolita Lassak bietet am 06.06.2020 von 10.00 bis 17.00 h im AKTIV PUNKT einen TVE Schnuppertag mit folgenden Inhalten an:

- Yoga für jeden: Grundlagen und Einführung
- Selbstbewusst auftreten, erfolgreich kommunizieren: Körpersprache, Umgangsformen, Selbstpräsentation
- Gesund Bewegen im Beruf und Alltag: kleine Tipps und Tricks für jederzeit und überall
- Waldbaden (je nach Wetter Lage) oder Personal Training
- Entspannungstechniken, Atemübungen, Umgang mit Lampenfieber

Gestartet wird mit mit Yoga für jeden. Man erhält eine grundlegende Einführung mit einfachen Übungen für Rücken, Bauch, Beine und Po. So bleiben Gelenke und Wirbelsäule gesund und beweglich, die Körpermitte wird gekräftigt, Aufrichtung und Haltung werden deutlich verbessert. Wohlbefinden und Selbstbewusstsein steigen, aber auch Auftreten, Ausstrahlung und Selbstpräsentation werden verbessert. Man erfährt, Körpersprache bewusst einzusetzen, den wichtigen ersten Eindruck zu verbessern und in unterschiedlichen Situationen zielgerichtet kommunizieren zu können. Auch Entspannungstechniken, Atemübungen oder Umgang mit Lampenfieber werden Thema sein.

Durch kleine Tipps und Tricks zeigt dieser Schnuppertag, wie man Aktivsein und Achtsamkeit ins tägliche Leben integrieren und an den Arbeitsplatz mitnehmen kann. Werde gesünder, leistungsfähiger und ausgeglichener.

Je nach Wetterlage endet der TVE-Schnuppertag mit Waldbaden für Körper und Seele und/oder einer individuellen Beratung zu Ihren persönliche Fragestellungen.

Bitte bequeme Kleidung, aber auch Sportschuhe für draußen mitbringen!

Teilnehmerzahl: mind. 8/ max. 15

Die Kosten für den TVE-Schnuppertag betragen pro Person für Mitglieder 20,- Euro / Nichtmitglieder 30,- Euro.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Anmeldeschluss: 24.05.2020

Aufbau des TVE Burgaltendorf

TVE-Mitgliederversammlung

tjb-Jugendtreffen



TVE VORSTAND:

Spengler, Eckhard Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Semmerling, Stephan Kernebeck, Ursula N.N. Spengler, Monika Blum, Heiner	Vorsitzender Geschäftsführer Organisationsleiterin Sportleiter Sportleiterin Jugendleiter Freizeitleiterin Seniorenreferent/-in	eckspengler@t-online.de gerhard.spengler@gmx.net christiane@spenglers.eu stephan.semmerling@gmail.com fam.kernebeck@web.de spengler.monika@gmx.de heinerblum2@gmail.com
--	--	---

MITARBEITERKREIS ORGANISATION:

Spengler, Gerhard Spengler, Christiane Semmerling, Stephan Spengler, Norbert Breuer, Ulrike Spengler, Monika Stahl, Monika Spengler, Georg Kick, Ralf	Organisation & Führung Organisation EDV Mitgliederverwaltung Finanzbuchhaltung Innenarchitektur Medienreferentin Koordination „SOKO Handwerk“ Datenschutzbeauftragter	gerhard.spengler@gmx.net christiane@spenglers.eu stephan.semmerling@gmail.com norbert.spengler@arcor.de hans-josef.breuer@gmx.de spengler.monika@gmx.de monistahl@gmx.de georg@tve-burgaltendorf.de datenschutz@tve-burgaltendorf.de
---	---	--

MITARBEITERKREIS SPORT (Abteilungsleiter/-innen):

Semmerling, Stephan Kernebeck, Ursula Dörendahl, Andrea Dumm, Sylvia Schrade, Heide Werth, Berthold Schäfer, Marc Spengler, Georg Enigk, Gerda Stoßberg, Rosemarie	Leitung Sportbetrieb, Leiter AKTIV PUNKT, Kraftgerätrtraining, Herzsport, Kursbetrieb Leitung Sportbetrieb TVE-Jugend Turnen & Spiel für Kinder Leistungs- & Rhöhrad-Turnen Eltern / Kind-Turnen Judo Badminton Laufsport / Leichtathletik Fitnesstraining für Frauen Sport 60plus	stephan.semmerling@gmail.com fam.kernebeck@web.de andrea-sport@web.de dummysylvia@gmail.com c.h.schrade@web.de berthold.werth@tve-burgaltendorf.de marcschaefer1@web.de georg@tve-burgaltendorf.de gerda@enigk.de
---	--	---

VEREINSRAT:

JUGENDRAT:

PROJEKT-TEAM 60plus / Veranstaltungen:

tonARTisten, Chor im TVE Burgaltendorf

Lars Siepermann - Marcel Züchner
- Willi Stemmer - Annelotte Beckmann-Schlöns - Sigrid Schmid - Monika Heuer - Franz Sattur - Helga Schmittgen - Annemarie Haselhoff - Sandra van Geldern - Sigrid Klenzan - Ulrike Ahrens - Silke Fortmann - Monika Stahl - Jochen Soeding - Michaela Wiese - Sandra Pues - Hartmut Pischner

Yara Oberländer - Charlotte Steffen - Rebekka van Lent - Lina Wein - Maja Hackländer - Jannike Werth - Corinna Mainz - Niklas Knop - Alex Portnoy - Julian Bruyers - Isabel Eicker - Linus Eicker - Cameron Reikat - Naomi Marosan - Larissa Maron

Blum, Heiner
Busch, Hans
Vienken, Dierk
Virnich, Dorothee
Wegerhoff, Dieter

Chorleiter: Ludger Köller
tonARTistenTeam: Ulrike Ahrens, Silke Fortmann, Monika Stahl, Jochen Soeding, Michaela Wiese, Sandra Pues
Notenbeauftragte:
Elke Hansch /
Heike Hoffmann

Beitragsregelungen (Stand: 01.07.2019)

Der TVE erhebt:

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

Welche Beitragsart?	Wann?	Wieviel? (einmalig)
Aufnahmegebühr:	Neumitglieder, unabhängig v. Alter u. Beitragsart	8,00 €
<p>Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr: In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.</p>		
Welche Beitragsart?	Wann?	Wieviel? (Monatlich)
Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag		
„Junge-Leute-Beitrag“	Mitglieder im Alter von 0 bis 24 Jahre	6,25 €
Einzelbeitrag „Erwachsene ab 25 J.“	Erwachsene ab 25 Jahre	6,75 €
Kurzzeitmitgliedsbeitrag	nur möglich f. Teilnehmer/-innen Kraftgerätetraining	7,00 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen bes. Voraussetzungen (z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW, Wohnsitz im Alten- oder Pflegeheim) auf Beschluss des Vorstandes	3,50 €
Beitragsfrei	Mitglieder, die das 100. Lebensjahr erreicht haben	0,00 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere Vereinsmitglieder aus einer Familie (Für jedes Familienmitglied, das TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.)	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie	2 Mitglieder einer Familie: 11,50 € Für jedes weitere Mitglied: 3,00 € zusätzlich
Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung (nur auf Antrag hin)	Wenn die Summe aus Vereinsbeiträgen und Abteilungs-/Sportgruppenbeiträgen für die TVE-Mitglieder aus einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahrs) für ein Halbjahr den Betrag von 160,00 € überschreitet, wird der 160,00 € überschreitende Betrag erstattet. Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht monatlich anteilig gewährt.	160,00 € pro Halb.
Abteilungs-/Gruppenbeiträge (zusätzlich zum Vereinsbeitrag):		
Teilnehmer der Sportangebote:	unabhängig vom Alter	
- Leistungsturnen		9,00 €
- Rhönrad-Turnen		6,00 €
- Judo	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre: (Pass- und Sichtmarken inklusive, Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive)	7,00 € 7,00 €
- Badminton	(Limitiertes Ballbudget inklusive)	7,50 €
- Laufsport		2,00 €
- Chor „tonARTisten“	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	3,00 € 8,00 €
- Kraftgerätetraining	ab 16. Jahre	24,00 €
- Kraftgerätetraining: Sonderbeitrag	16 bis 24jährige mit eingeschränkter Trainingszeit: MO-FR 18-22 h, SA 12-18 h (gilt nicht in Schulferien)	15,00 €
- Wassergymnastik		2,00 €

Welche Beitragsart?	Wann?	Wieviel? (monatlich)
REHA-Sport: - Herzsport (mit Verordnung)	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	3,75 €
- Herzsport (ohne Verordnung)	TVE-Mitgliedschaft erforderlich	10,00 €
- Sport i. d. Krebsnachsorge (mit Verordnung)	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	0,00 €
- Sport i. d. Krebsnachsorge (oh. Verordnung)	TVE-Mitgliedschaft erforderlich	3,00 €

Kursgebühren:

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

Teilnehmereigenleistungen:

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

Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr:

In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätetraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.

Hinweise:

Umstellungen der Beitragsart wg. der Erreichung von Altersgrenzen erfolgen erst zum Beginn des nachfolgenden Halbjahres. **Ein Austritt** kann nur zum Jahresende (31.12.) und nur schriftlich erfolgen. Beiträge sind bis zum Datum der Beendigung der Mitgliedschaft - unabhängig vom Zeitpunkt der Austritts-Erklärung - zu zahlen.

Kurzzeitmitglieder können den Austritt zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erklären.

Die Beendigung der Mitgliedschaft in einer Abteilung/Sportgruppe, in der Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge erhoben werden, kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen.

Soweit kein SEPA-Lastschriftmandat erteilt wurde, wird der gesamte Jahresbeitrag jährlich zum 15. April fällig.

Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des/der Säumigen, ebenso Bankrückbelastungsgebühren, die das Mitglied verursacht hat.

Bildung und Teilhabe:

Beiträge und Gebühren für Kinder, deren Eltern ALG II (Hartz 4) Sozial- oder Wohngeld beziehen, können bis zu einer Höhe von 120,00 € jährlich auf Antrag hin durch das JobCenter übernommen werden. Wir stellen für die Beantragung gern eine Beitragsbescheinigung/-rechnung aus. Bitte kontaktieren Sie uns.

Bankverbindung des TVE Burgaltendorf (Kontoinhaber):

IBAN: DE69 3606 0488 0200 0207 00 BIC: GENODEM33GBE (Geno Bank Essen)

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

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

Ist der Einzugsstermin kein Geschäftstag, erfolgt der Einzug am nächst folgenden Geschäftstag. Die Mitglieds-Nr. gilt im SEPA-Basis-Lastschriftverfahren als Mandatsreferenz. Gläubiger-Identifikations-Nr. des TVE Burgaltendorf: DE19TVE00000031443

Informationspflicht des Mitglieds:

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

Voilà, die TVE-Sportgruppen:

17.02.2020

Sportart	Zeiggruppe	Alter	Sportstätte	W-Tag	Uhrzeit	Orga.Nr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Nomen)	
2C2 *Turnen & Spiel für Kinder*	Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	Th Holleyer Str.	5*fr.	15:00 - 16:00	20201	Zimmermann	
	+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	Bad Holleyer Str.	5*fr.	16:00 - 17:00	20202	Budriks	
	Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	Th Holleyer Str.	1*mo.	16:15 - 17:15	20203	Budriks	
	+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	Bad Holleyer Str.	1*mo.	17:15 - 18:15	20204	Budriks	
	Turnen & Spiel	Jungen u. Mädchen	Th Holleyer Str.	2*di.	16:00 - 17:00	20205	Malburg	
	+ Schwimmen	Jungen u. Mädchen	Bad Holleyer Str.	2*di.	17:00 - 18:00	20207	Malburg	
	Geräturnen	Jungen u. Mädchen	Sn Auf dem Loh	--R	17:00 - 18:30	20220	Kernebeck	
	Sportmix (STORNERTI)	Jungen u. Mädchen	Sn Auf dem Loh	--R	17:00 - 18:00	20225	Hermann	
	2C3 *Leistungs- und Rhythmaturnen*	Leistungsturnen*	Mädchen	Sn Auf dem Loh	2*di.	15:45 - 17:30	20301	Dumm
		Leistungsturnen *	weibl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	2*di.	16:30 - 18:30	20302	Dumm
Leistungsturnen *		weibl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	4*do.	16:00 - 18:30	20303	Dumm	
Leistungsturnen *		weibl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	1*mo.	18:45 - 20:15	20304	Zedler	
Rhythmaturnen A **		männl. + weibl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	4*do.	18:30 - 20:00	20309	Kernebeck	
Rhythmaturnen B (Fortgeschr		männl. + weibl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	4*do.	19:45 - 21:15	20310	Schönmeier	
Rhythmaturnen *		Übungsleiter	Sn Auf dem Loh	1*mo.	18:45 - 20:15	20311	(ohne Leitung)	
Rhythmaturnen *		Übungsleiter	Sn Auf dem Loh	4*do.	21:00 - 21:45	20312	(ohne Leitung)	
2C5 *Tanz*		Hip Hop & Show Dance	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*fr.	15:00 - 16:00	205A	Adelmann
		Hip Hop & Show Dance**	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*fr.	16:00 - 17:00	205B	Adelmann
	Hip Hop & Show Dance**	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*fr.	16:00 - 17:00	205C	Adelmann	
2C6 *Eltern/ Kind-Turnen & -Schwimmen*	Eltern/ Kind-Schwimmen C *	Eltern mit Kindern	Bad Holleyer Str.	2*di.	15:30 - 16:30	206C	Kernebeck	
	Eltern/ Kind-Turnen G *	Eltern mit Kindern	Sn Auf dem Loh	1*mo.	17:00 - 18:00	206G	Schrade	
	Eltern/ Kind-Turnen H *	Eltern mit Kindern	Sn auf dem Loh	3*mi.	16:00 - 17:00	206H	Schrade	
	Eltern/ Kind-Turnen J *	Eltern mit Kindern	Sn Auf dem Loh	3*mi.	17:00 - 18:00	206J	Schrade	
	Eltern/ Kind-Turnen K *	Eltern mit Kindern	Sn Auf dem Loh	1*mo.	16:00 - 17:00	206K	Schrade	
	Eltern/ Kind-Turnen L Sa. i.Mo	Eltern mit Kindern	Th Holleyer Str.	6*sa.	10:00 - 11:00	206S	Schrade	
	2C8 *Judo*	Judo Gr. 1 *	männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	3*mi.	16:00 - 17:30	20801	Werth
Judo Gr. 2 *		männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	3*mi.	17:30 - 18:45	20802	Werth	
Judo und Fitness (Gr. 3)		männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	3*mi.	18:45 - 20:15	20803	Werth	
Judo Gr. 4 *		männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	--R	16:00 - 17:30	20804	Werth	
Judo Gr. 5 *		männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	5*fr.	17:30 - 19:00	20805	Werth	
Judo und Fitness (Gr. 6)		männl. + weibl. Mitgl.	Th Holleyer Str.	5*fr.	19:00 - 20:15	20806	Werth	
2C9 *Badminton*		Badminton *	weibl. + männl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	2*di.	18:30 - 20:00	20901	Schäfer
	Badminton *	weibl. + männl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	3*mi.	18:00 - 20:00	20902	Schäfer	
	Badminton *	weibl. + männl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	5*fr.	17:00 - 20:00	20903	Schäfer	
	Badminton *	weibl. + männl. Mitgl.	Sn Auf dem Loh	5*fr.	17:00 - 20:00	20903	Schäfer	

* = nicht aufnahmefähig * = Anmeldung konkret für diese Sportgruppe/Abteilung ist erforderlich. # = Angebot wird z.Z. nicht gegeben. L=linkes Dreieck, M=rechtes Dreieck

Sportart	Zeigruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag	Uhrzeit	Orga.Nr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	2*di.	20:00 - 21:45	20910	(ohne Leitung)
Badminton *	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	5*fr.	20:00 - 21:45	20911	(ohne Leitung)
212 "Freerunning"							
Freerunning	Jungen u. Mädchen	ab 11 Jahre	Th Holteyer Str.	2*di.	17:00 - 18:30	21201	Hüser
213 "Ballspiel"							
Ballspiel	Jungen	15 - 20 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo.	17:15 - 18:45	21301	Neumann
Ballspiel	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	4*do.	19:30 - 20:45	21306	Semmelring
214 "Rad-Sport"							
Sportf. Rad-Tourentfahren	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	4*do.	18:30 - 20:30	21401	Spengler
215 "Laufsport und Leichtathletik"							
(Nordic)Walking, Termin A *	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	2*di.	18:15 - 19:30	215A	Spengler
Laufen, Termin D *	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossensch	1*mo.	18:30 - 19:30	215D	Spengler
Laufen, Termin E *	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	3*mi.	19:30 - 20:30	215E	Spengler
(Nordic)Walking, Termin F *	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	4*do.	17:15 - 18:30	215F	Spengler
(Nordic)Walking, Termin G *	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	3*mi.	18:15 - 19:30	215G	Enigk
216 "Fitnesstraining für Männer"							
Fitnesstraining	Männer	ab ca. 40 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	20:15 - 21:45	21602	Kolligs
Fit durch's Jahr	Männer	ab ca. 40 Jahre	Sh Auf dem Loh	1*mo.	20:15 - 21:30	21603	Semmelring
217 "Fitnesstraining für Frauen"							
Fit durch's Jahr, Gr. E	Frauen		Sh Auf dem Loh	-R	18:45 - 20:15	217E	Enigk
Fit durch's Jahr, Gr. G	Frauen		Th Holteyer Str.	1*mo.	20:15 - 21:45	217G	Grund
Fit durch's Jahr, Gr. M	Frauen		Sh Auf dem Loh	-R	20:00 - 21:30	217M	Lahmer
218 "Gymnastik & Spiel 60plus"							
Gymnastik D	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Th Holteyer Str.	4*do.	15:00 - 16:30	21801	Stoßberg
Gymnastik E	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Sh Auf dem Loh	-R	17:00 - 18:15	21802	Stoßberg
Gymnastik & Spiel F	Männer	ab ca. 60 Jahre	Th Holteyer Str.	1*mo.	18:45 - 20:15	21810	Kolligs
Aktiv im Gehen, Stehen, Sitzen	Männer u. Frauen	ab ca. 75 Jahre	AKTIV PUNKT: Sport	4*do.	16:00 - 17:00	21812	Zimmermann
Fit im vierten Viertel	Männer u. Frauen	ab ca. 75 Jahre	AKTIV PUNKT: Sp.r.	2*di.	16:00 - 17:00	21830	Spengler
Wassergymnastik A *	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bod Holteyer Str.	4*do.	16:30 - 17:15	218A	Kick
Wassergymnastik B *	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bod Holteyer Str.	1*mo.	18:30 - 19:15	218C	Kick
Wassergymnastik C *	Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bod Holteyer Str.	4*do.	17:30 - 18:15	218C	Semmelring
Wassergymnastik D *	Männer u. Frauen	ab ca. 60 Jahre	Bod Holteyer Str.	5*fr.	18:00 - 18:45	218D	Kick
219 "REHA-Sport"							
Herzsport B *	Männer u. Frauen	unabhängig	Sh Auf dem Loh	-R	18:30 - 19:30	219B	Gwosdz
Sportf. i.d. Krebsnachsorge *	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT	2*di.	17:00 - 18:00	219X	Spengler

Lotz-Hardegen

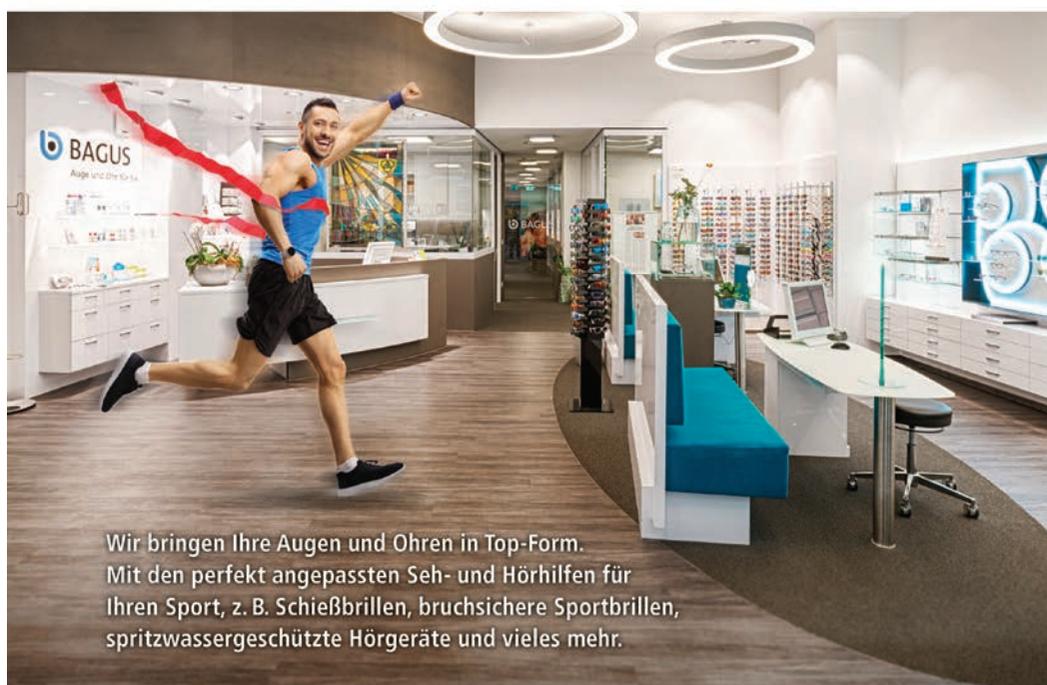
o. Malburg

TVE-Terminkalender

(stets aktuell im internet unter www.tve-burgaltendorf.de)

DATUM	ZEIT	ORT	MASSNAHME
07.03.- 08.03.		SH Don Bosco-Gymnasium	Borbecker Pokalturnier (mit Beteiligung der TVE Judoka)
10.03.	18:00	AKTIV PUNKT, Bespr.-R.	Besprechung des Planungsteams '60plus-Freizeitaktivitäten'
14.03.	15:00	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Gruppengeburtstagsfeier (Ltg. Rosi Stoßberg)
17.03.	12:15	Alte Landtagsstätten D'dorf	60plus-Besichtigung der Landtagsstätten in Düsseldorf
18.03.	13:00		50plus-Radeltour 'Von der Burg zum Wasser und zurück'
19.03.	19:30	Haus des Essener Sports	Abteilung Badminton: Spartensitzung
25.03.	16:00	Turnhalle Holteyer Str.	Gürtelprüfung Judo
04.04.- 20.04.			NRW-Osterferien 2020 (ggf. angrenzende Wochenende incl.)
04.04.	13:00	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	'Extra-Probe' der tonARTisten
19.04.	10:30	TP Gasometer Oberhausen	50plus-Radeltour 'Oberhausen - Duisburg - Sterkrade'
23.04.	19:00	Kleines Theater Gänsemarkt	60plus-Besuch der Vorstellung 'Gärtner sterben stets im Herbst'
25.04.	08:00	Essen	Einzelwettkampf GET Turnen
26.04.- 27.04.			Altenessener Judo-Pokalturnier (U10, U13, U15)
26.04.	09:00	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Erste-Hilfe-Auffrischkurs für TVE-Mitarbeiter/-innen
02.05.- 03.05.	08:00		Qualifikationswettkampf Turnen (Einzel)
03.05.	09:00	AKTIV PUNKT, Komm.-R.	Erste-Hilfe-Auffrischkurs für TVE-Mitarbeiter/-innen
05.05.	10:00	AKTIV PUNKT	50plus-Radeltour 'Bochumer Süden mit Ümmendinger und Kemnader See'
05.05.	19:15	TP: Alter Bahnhof, Worringstr.	Walking/Nordic-Walking für das Deutsche Sportabzeichen
06.05.	12:30	TP: Haltestelle Burgruine	60plus-Besichtigung der 'Camera Obscura' in Mülheim
10.05.			Redaktionsschluss WURFSPIESS Ausgabe 161/Juni 2020
11.05.	18:30	Sportplatz Holteyer Str.	Abnahme Leichtathletik Deutsches Sportabzeichen
16.05.	10:00	TP AKTIV PUNKT	50plus-Radeltour 'Oeffer Runde', mit Einkehr
02.06.	08:00	TP: Cafe Ponton Brücke	50plus-Radeltour 'Kohlenbahn und Ruhralfähre', mit Einkehr
05.06.	18:00	Mariengymnasium E-Werden	Generalprobe für das tonARTisten-Konzert am 06.06.2020
06.06.- 07.06.		Sporthalle Bergeborbeck	Abteilung Badminton: Senioren-Stadtmeisterschaft
06.06.	19:00	Mariengymnasium E-Werden	tonARTisten-Konzert 'Wunderlüte' (Einlass: 18.30 h)
07.06.	08:00	Sporthalle Haedenkampstr.	Kür-Wettkampf GET Turnen
08.06.	19:00	TP: Alter Bahnhof, Worringstr.	Walking/Nordic-Walking für das Deutsche Sportabzeichen
09.06.	18:30	Sportplatz Holteyer Str.	Abnahme Leichtathletik Deutsches Sportabzeichen

Ihre
Sport-Spezialisten für
bestes **Hören und Sehen**



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

Augenoptik | Hörakustik | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum

Bochumer Str. 38–40 | Essen | Tel.: 0201.851 25-0
Nockwinkel 99 | Essen | Tel.: 0201.58 59 99
Albertus-Magnus-Str. 16 | Duisburg | Tel.: 0203.73957 00
info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de

 **BAGUS**
Auge und Ohr für Sie

Wir fahren nicht nach Nirgendwo.



Denn wir sind in Essen verwurzelt und
setzen uns dort für die Menschen ein.

Denken Sie Geld anders!

www.genobank.de

 **GENO BANK ESSEN eG**
IN ESSEN MEHR ERREICHEN