



„Fohlenmasters“ ein voller Erfolg!



Außerdem im Heft:

Aktivitäten des TSV-Business-Club 2024 - Seite 6

Neue Gymnastik-Kurse - Seite 14-21

Meerbuscher Silvesterlauf am 31.12.2024 - Seite 34

Schach - 3. Platz bei der Endrunde der Bezirks-einzelmeisterschaft in Kranenburg - Seite 38

Mal wieder urlaubsreif?

- Pauschalreisen
- Last Minute
- Fernreisen
- Rundreisen
- Kreuzfahrten
- Busreisen
- Hotels & Fincas
- Ferienwohnungen
- Wellness- & Kurztrips
- Gruppenreisen & Cluburlaub
- Flüge & Mietwagen
- Veranstaltung von
Sport & Musik Eventreisen
- u.v.m.



Alle namhaften Reiseveranstalter



Wir freuen uns auf Sie und beraten Sie gerne!

Willst-Du-weg.de

Willst-Du-weg Touristik
Hauptstraße 344
47809 Krefeld-Oppum

Tel.: 02151 - 65 44 860
Fax: 02151 - 65 44 859
info@willstduweg.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr 10 - 17:30 h
Sa 10 - 13:00 h

Inhalt

3	Inhalt	
5	Editorial	32
6	Aktivitäten des TSV-Business-Club 2024	
8	Ehrenamtler - die unsichtbaren Helden des Alltags	32
9	Mehr Raum für eure Ideen	33
10	U13-2 überzeugt in der Hinrunde	34
10	Zuwachs im Trainerteam	34
12	Sayonara 2024, Konichi Wa 2025	34
14	Neue Gymnastik-Kurse: Faszientraining	35
17	Neue Gymnastik Kurse: Tanzen für Pfundige	35
17	Neue Gymnastik Kurse: Yoga-Fitness	36
17	Neue Gymnastik Kurse: Entspannungskurs	37
18	Neue Gymnastik Kurse: Zumba fitness	37
18	Neue Gymnastik Kurse: Zumba Gold ... für alle Junggebliebenen	38
18	Neue Gymnastik Kurse: Kinderturnen	38
19	Neue Gymnastik Kurse: Yoga und Meditation	39
19	Neue Gymnastik Kurse: Hatha-Yoga	40
19	Neue Gymnastik Kurse: Fit und pfundig	40
20	Neue Gymnastik Kurse: Heilsame Tänze	40
20	Neue Gymnastik Kurse: Innere Balance und Entspannung mit Yin Yoga	40
21	Neue Gymnastik Kurse: Möchtest du dich einfach mal entspannen?	40
22	A-L-T-E-R-N	40
22	„Sie-und-Er“ Sport am Freitag	41
24	In der Tackheide bei Kaffee und Kuchen	41
24	Fit und gesund durch Sport - zum Start ist man nie zu alt!	42
25	Nachruf: Werner Schönbrunn	44
25	Nachruf: Wilma Hildebrandt	45
25	Nachruf: Renate Semmler	48
26	Die D4-Junioren des TSV Meerbusch	50
28	TSV Meerbusch U12 - Saison 2024/2025	51
28	Positive Entwicklung bei der U13	53
29	U14 - großartige Truppe	53
30	U15 - nach schwachem Saisonbeginn wieder in der Spur	54
30	U17 schafft die Qualifikation für die DFB-Nachwuchsliga	
31	Fohlenmasters am 16.11.2024 - ein voller Erfolg	
	Weihnachtsfeier der U19 und des Oberligateams mit Ehrenamtlern	
	Fußballstadtmeisterschaft der Senioren in der Halle Forstenberg in Lank	
	Impressionen: U19 vs. Fortuna Düsseldorf	
	Kabinenjubiläum der 1. Herren in Homberg	
	Sieg der 1. Mannschaft in Biemenhorst	
	Pressekonferenz TSV vs. TVD Velbert	
	1. Mannschaft: Derbysieger in Buderich	
	Das Newsteam Fußball	
	Nachruf: Josef Hübler	
	Meerbuscher Silvesterlauf am 31.12.2024 in Osterrath	
	Gemeinsam etwas bewegen: Das Running Team und der Hospizlauf - 11.7km laufen für einen (sehr) guten Zweck	
	Laufen: Das Beste kommt zum Schluss! - das Running Team beendet offiziell die Wettkampfsaison 2024	
	Nachruf: Monika Schmidt-Grigull	
	Qualifikation für die Meisterschafts-Endrunde Schachjugend geschafft	
	3. Platz bei der Endrunde der Bezirkseinzelschachmeisterschaft in Kranenburg	
	Junge Sieger beim Klever Jugendschachfestival 2024	
	Das U20 Schach-Team gewinnt souverän gegen Issum	
	Erste Herbstfreizeit der Schachjugend	
	Erstmalig Schachkurs für Erwachsene	
	Deutsche Meisterschaft Dortmund: Disziplin Luftgewehr-Auflage	
	Deutsche Meisterschaft im Blasrohrschießen in Einbeck	
	Tennis beim TSV: Ein Hoch auf die Sieger:innen von Morgen!	
	Trainingszeiten der Gymnastikabteilung	
	Kontakte der Gymnastikabteilung	
	Impressum	
	Partner / Inserenten	
	Mitgliederstatistik	
	Wichtige Anschriften	

Fotos: Ludwig Sauels
und Mitglieder des TSV Meerbusch



TSV Meerbusch e.V.

Wer hilft uns? Wir suchen dich!

Mitarbeiter für Finanzen (m/w/d)

Dein Aufgabengebiet besteht aus:

- Erstellung von Finanzberichten
- Erstellung und Überwachung des Wirtschaftsplanes
- Überwachung der Abteilungsbudgets

Du bist kooptiertes Mitglied im Vorstand des TSV Meerbusch und damit immer nah an den Entscheidungsprozessen im Verein. Bei persönlichem Interesse kannst Du auch gewähltes Vorstandsmitglied werden.

Kaufmännische Kenntnisse sind von Vorteil, eine **gründliche Einarbeitung und längere Begleitung sind selbstverständlich**. Die komplette Finanz- und Lohnbuchhaltung wird durch Fachkräfte in der Geschäftsstelle mit der Software DATEV bzw. SEWOBE erledigt. Ansonsten steht Dir eine modern und komplett ausgerüstete Geschäftsstelle zur Verfügung. Du wirst bei deiner Tätigkeit durch Mitarbeiterinnen unserer Geschäftsstelle unterstützt.

Die Position ist ein Ehrenamt und ab sofort zu besetzen und natürlich auch im Home-Office gut zu bewältigen.

Der 1. Vorsitzende, Arnim Biskup, freut sich auf deine Kurzbewerbung, gerne auch per Email: arnim.biskup@tsv-meerbusch.de

Vorab-Infos unter Tel. 0151 / 6754 4613



*Liebe Mitglieder und liebe Freundinnen
und Freunde des TSV Meerbusch,*

Weihnachten steht vor der Tür und auch wir bereiten uns auf die Festtage vor.

Doch zuvor noch einige Informationen zu Ereignissen im Vereinsleben des TSV Meerbusch.

In der letzten Ausgabe von „Mein Verein“ haben wir über den Aufstieg unserer U19 in die neu gegründete DFB-Nachwuchsliga berichtet, die früher unter Jugendfußball-Bundesliga bekannt war. Nun hat es auch unsere U17 unter Leitung von Andreas Graef als Trainer geschafft, ebenfalls in die DFB-Nachwuchsliga aufzusteigen. Damit stellt der TSV Meerbusch als Amateurveerein eine Ausnahme in der von Profivereinen dominierten Nachwuchsliga in Deutschland dar!



Nachdem wir die Investitionen der Förderprojekte „Moderne Sportstätten“ mit der Unterstützung des Landes NRW und der Stadt Meerbusch abgeschlossen haben, wenden wir unsere Aufmerksamkeit nun auf neue Projekte.

Seit einiger Zeit sind wir schon mit dem Bauantrag für die Erweiterung der Tennisanlage durch neue Padel-, Pickleball- und später auch weitere Tennisplätze beschäftigt. Damit würden wir der Entwicklung neuer Trendsportarten folgen, die sehr eng mit Tennis in Verbindung stehen und für potenziell neue Mitglieder sehr attraktiv sind.

Ein anderes Projekt klingt vielversprechend und könnte den Verein langfristig bereichern. Es würde uns helfen, Angebote für neue Sportarten im Verein zu ermöglichen. Ab dem 01.01.2025 wird der TSVM, nach dem Abschluss eines Überlassungs- und Nutzungsvertrages mit der Stadt Meerbusch, das Gebäude des ehemaligen Kindergartens in Bösinghoven mit ca. 340m² Nutzfläche übernehmen. Nach einigen Umbauarbeiten können wir dann die Fläche für die unterschiedlichsten neuen oder auch bereits vorhandenen Sportarten nutzen und damit Sporthallenzeiten im Verein anders verteilen.

Wie die zukünftige Nutzung dann jedoch konkret aussehen kann, möchten wir mit den Mitgliedern und Abteilungen gemeinsam entwickeln und werden es über einen Newsletter nochmals separat kommunizieren.

Im Namen des gesamten Vorstandes wünsche ich euch eine schöne Weihnachtszeit, viel Freude und Gesundheit!

*Arnim Biskup
für den Geschäftsführenden Vorstand*

Aktivitäten des TSV-Business-Club 2024

Brauereibesichtigung und Grillabend bei der Firma Flammenkontor

Unser diesjähriger Auftakt fand bei Ritchy, Andrea und dem fantastischen Team der Firma Flammenkontor statt. Gemeinsam haben wir als Team alle Speisen vorbereitet und zubereitet – eine tolle Gelegenheit, um viel zu lachen, Neues zu lernen und vor allem zu netzwerken. Während die Hauptspeise auf dem Grill garte, wurde uns die hauseigene Brauerei gezeigt und ein spannender Einblick in die Braukunst gewährt. Natürlich gab es auch eine Verkostung der frisch gebrauten Spezialitäten. Nach dem Essen ließen wir den Abend in entspannter Runde ausklingen und hatten Zeit für interessante Gespräche und weiteres Netzwerken.



Weintasting mit türkischen Weinen in der Weinwerk

Die zweite Veranstaltung führte uns in die gemütliche Weinschänke der Familie Koc. Dort wurden wir herzlich begrüßt und von Taskin Koc mit einem ersten Aperitif aus der Türkei empfangen. Anschließend durften wir vier weitere erlesene türkische Weine verkosten, während Taskin spannende Geschichten zu den Weinen und deren Herkunftsregionen erzählte. Wir waren begeistert! Auch das dazu servierte Essen war ein Highlight – eine hervorragende Auswahl an köstlichen Spezialitäten in einer fantastischen Atmosphäre.



Golfkurs im Golfclub Meerbusch

Bei der dritten Veranstaltung wurde es sportlich: Im Golfclub Meerbusch lernten wir gemeinsam die Grundlagen des Puttens und des Abschlags auf der Driving Range. Anschließend konnten wir unser neu erlerntes Können in einem kleinen Drei-Loch-Turnier unter Beweis stellen. Bei der Siegerehrung wurden die besten Spieler mit Pokalen ausgezeichnet. Den Abend ließen wir in der Club-Gastronomie bei leckerem Fingerfood und spannenden Gesprächen ausklingen.



Wintertraum in der Skihalle Neuss

Unsere vierte Veranstaltung führte uns in die winterliche Skihalle Neuss. Nach einem wärmenden Glühwein starteten wir mit viel Spaß und Ehrgeiz in vier Runden Eisstockschießen. Anschließend genossen wir einen stimmungsvollen Empfang, der ideale Rahmen für angeregte Gespräche und Vernetzung bot. Das weihnachtliche Buffet war der perfekte kulinarische Abschluss, bevor das Schrottwichteln mit seinem besonderen Charme für viele Lacher und eine lockere Atmosphäre sorgte.



Jessika Hadyk, Leitung Business - Club

PIZZERIA

Capitano Totó

UG (haftungsbeschränkt)



Schnell & lecker per App bestellen

**Einfach online bezahlen
Lieferung nach Hause
Jetzt ausprobieren!**



über unsere Webseite
www.capitano-toto.de



über unsere iOS & Android App
Pizzeria Capitano Toto








Lieferservice 02159-69 89 19

Pizzeria Capitano Totó
Von-Arenberg-Straße 5-7 · 40668 Meerbusch

Öffnungs- und Lieferzeiten

Dienstag – Sonntag 17.00 – 22.00 Uhr (Montag Ruhetag)

Bitte beachten Sie den Mindestbestellwert von 12€ + 1,50€ für die Lieferung






Warum Apfelparadies?

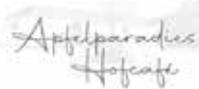
- 1. Regionalität:** Kaufen wo es wächst - am besten sogar selbstgepflückt! Die heimische Landwirtschaft wird damit gefördert.
- 2. Klimaschutz:** Wir setzen auf erneuerbare Energien z.B. mit Hackschnitzel-Heizsystem betrieben mit Holz aus der eigenen Plantage und PV-Anlagen gehen wir in die Zukunft.
- 3. Nachhaltigkeit:** Durch Anbau robuster Apfelsorten, Nützlingseinsatz, Überdachung von Sübkirschen und Einnetzen von Plantagen reduzieren wir Pflanzenschutzmaßnahmen.
- 4. Kompetenz:** Jahrzehntelange Erfahrung im Obstbau über Generationen weitergegeben.

Mal eine Auszeit nehmen, den Einkauf bewusst genießen und im Anschluss in der Obstplantage die Seele baumeln lassen.



*Aus der Region...
...für die Region*

- ▶ **Wittlaer**
Duisburger Landstr. 333a
40489 Düsseldorf
Tel 02 03-78 96 23
(B8 zw. Düsseldorf und Duisburg)
- ▶ **Margaretenhof**
Bahnhofstraße 287
47447 Moers
Tel 0 28 41-6 13 30
(Ausfahrt A57 Moers-Kapellen)
- ▶ **Meerbusch**
Xantener Straße 25
40670 Meerbusch
Tel 021 59-9 21 68 63
(Ausfahrt A44 Lank/Latum Strümpf)
- ▶ **SB-Automaten**
Hüverheide 30
& Kuhstraße 28
47918 Tönisvorst/Vorst



apfelparadies.com

Folgen Sie uns auch auf:  









Ehrenamtler – die unsichtbaren Helden des Alltags

„Hidden Champions“, diesen Begriff verbinden viele mit Wirtschaft, mit Firmen, die in ihrem Bereich ganz vorne auf den Weltmärkten mitspielen, aber kaum jemand außerhalb ihrer Branche kennt.

Ähnlich verhält es sich mit den Ehrenamtlern. Sie engagieren sich in ihrer Freizeit in sozialen oder kulturellen Einrichtungen und Sportvereinen. Damit sind sie die wahren unsichtbaren Helden unserer Gesellschaft und unverzichtbar für das Funktionieren eines Vereins wie z.B. dem TSV Meerbusch e.V. Normalerweise stehen sie im Schatten der Sportler und Trainer. Mit ihrem unermüdlichen ehrenamtlichen Einsatz schaffen sie aber die Rahmenbedingungen, die sportliche Topleistungen erst ermöglichen.

Der TSV Meerbusch e.V. hat sich deshalb für das Jahr 2025 zur Aufgabe gemacht, Ihnen einige dieser „unsichtbaren Helden“ aus den unterschiedlichen Abteilungen unseres Vereins vorzustellen und ihnen die gebührende Aufmerksamkeit zukommen zu lassen.

Sie werden erfahren, warum sich diese Leute ehrenamtlich engagieren, was sie antreibt, neben der aktuellen oder früheren beruflichen Tätigkeit viel von ihrer Freizeit für den TSV Meerbusch zu „opfern“, welche Freude ihnen die ehrenamtliche Arbeit macht und welche persönliche Erfüllung sie dadurch erfahren.

Der TSV Meerbusch möchte damit allen im und außerhalb des Vereins zeigen, welchen unschätzbaren und vor allen Dingen unverzichtbaren Wert das Engagement und die Arbeit der Ehrenamtler für den Verein hat. **DANKE!**



Text: Klaus Radek



**Auf der Suche nach Sport?
Der TSV Meerbusch e.V. bietet ihn!**

**Mit nur einem Klick
online Mitgliedschaft beantragen:**



antrag.tsv-meerbusch.de

Mehr Raum für eure Ideen

Gute Nachricht für alle Vereinsmitglieder!

Nach Abschluss eines Überlassungs- und Nutzungsvertrages mit der Stadt Meerbusch kann der TSV Meerbusch ab dem 01.01.2025 das Gebäude des ehemaligen Kindergartens sowie den Schulhof in Bösinghoven übernehmen.

Nach einigen notwendigen Umbauarbeiten bietet sich dann die einmalige Chance, ca. 340m² Nutzfläche für die unterschiedlichsten neuen oder auch bereits vorhandenen Sportarten zu nutzen. Ein weiterer positiver Aspekt ist, dass Sporthallenzeiten anders verteilt und damit entzerrt werden können.

Die große Frage ist jetzt, wie die zukünftige Nutzung konkret aussehen kann. Einige Nutzungsvorschläge liegen schon vor. Für Indoor-Sport reichen sie von Dart, Billard, Tischfußball/Kicker über ein kleines Fitness-Studio, Gesundheitssport, Mutter-/Kind-Turnen, Tanz, sowie neue Kampfsportarten wie Kickboxen und Krav Maga bis hin zu eSport und Bridge. Mögliche Outdoorsport-Angebote wären Boule, Bogenschießen, Beachvolleyball. Eine Nutzung für Vereinsevents ebenso wie durch andere Vereine ist nicht ausgeschlossen.

Der Vorstand möchte gemeinsam mit den Mitgliedern und Abteilungen des Vereins ein zukünftiges Nutzungskonzept entwickeln. Deshalb ist der Vorstand an euren Ideen und Vorschlägen interessiert.

Ziel ist, eine optimale Nutzung der Räumlichkeiten zu finden, die eine breite Zustimmung im Verein findet.

Deshalb ist der Vorstand an euren Ideen und Vorschlägen interessiert, E-Mail: arnim.biskup@tsv-meerbusch.de

Text: Klaus Radek



Schulhofseite.



Ehemalige Pausenhalle zum Schulhof hin.



Schulhof.



Haupteingang Rückseite.

U13-2 überzeugt in der Hinrunde

Unsere U13-2 Mannschaft blickt auf eine erfolgreiche Hinrunde zurück. In vier Spielen konnte das Team drei klare Siege und ein Unentschieden für sich verbuchen. Das Team aus Alicia, Hanna, Laura, Mia, Aniketh und Jan trat immer souverän und fair den Gegnern gegenüber und wurde bei allen Spielen von einer starken Fanbase unterstützt. Die Tabelle zeigt deutlich, wie knapp es in dieser Saison wird, denn mit Heiligenhaus und dem TSV sind zwei Mannschaften sowohl punktgleich als auch von den Spielen her gleich. Lediglich die Sätze und Spielpunkte zeigen einen kleinen Vorteil des Tabellenführers, sodass unsere Mannschaft derzeit auf Platz 2 ist

(Sabine Meisner, Mutter von Jan)



Zuwachs im Trainerteam



In 2024 ist das Trainerteam im Jugendbereich weiter gewachsen. Lena (Spielerin der 2. Mannschaft) und Mark (Neuzugang, auch als Spieler der 3. Mannschaft) bereichern das Team im Bereich des Nachwuchstrainings der Mannschaftsspieler am Donnerstag. Lena hat im Herbst bereits Ihren ersten Trainerlehrgang absolviert und befindet sich derzeit in der Prüfungsphase. Mark ist bereits seit vielen Jahren als Trainer in verschiedenen Vereinen tätig gewesen und kommt mit einem großen Erfahrungsschatz zum TSV.

Gleichzeitig hat sich Tim aus persönlichen Gründen zu einem Ausstieg aus dem Trainerteam entschieden, bleibt aber ein wichtiger Bestandteil unserer 1. Mannschaft.

Wir danken Tim für sein Engagement in den letzten Jahren und freuen uns über den „neuen Wind“ durch Lena und Mark. Herzlich Willkommen beim TSV bzw. im Jugendtrainerteam :-)

Text: Isabel Heuwing,
Jugendleiterin TSV Badminton



Besuchen Sie uns gerne online:

www.brs-steuerberatung.de



@BRS_STEUERBERATER

Sayonara 2024, Konichi Wa 2025

Das Jahr 2024 neigt sich dem Ende entgegen und es ist Zeit „Auf Wiedersehen“ (japanisch: sayonara) zu sagen. Gleichzeitig steht aber auch schon das neue Jahr 2025 in den Startlöchern, dass wir mit einem „Konichi Wa“ (hallo) willkommen heißen wollen.

Und 2025 wird ein spannendes und vor allem lehrgangsreiches Jahr für den Jiu-Jitsu-Sport im TSV Meerbusch. Hier eine Übersicht aller für 2025 geplanten Lehrgänge und Veranstaltungen:

11. Januar 2025 – Modern Arnis: Messerkampf in Geldern

Eine schöne Gelegenheit Modern Arnis, die philippinische Kunst des Stockkampfes, kennenzulernen. Im Fokus dieses Lehrgangs stehen der Kampf bzw. die Verteidigung gegen einen mit einem Messer bewaffneten Angreifer.

23. Februar 2025 – Jiu-Jitsu-Lehrgang Jugend in Meerbusch

Techniklehrgang für alle Kinder und Jugendlichen, der als prüfungsrelevanter Lehrgang gilt, d.h. ein Muss für alle, die noch Lehrgänge für ihre nächste Kyu-Gürtel-Prüfung brauchen. Inhaltlicher Schwerpunkt (= Art der Techniken) und Referenten werden noch bekannt gegeben.

15. März 2025 – Jiu-Jitsu für Kinder in Düsseldorf

Techniklehrgang, bei dem vor allem der Spaß für unsere Kleinsten im Vordergrund steht. Referent Manfred „Manni“ Meißner heizt den Kids mächtig ein und sorgt mit abwechslungsreichen Spielen, Techniken und Herausforderungen für glänzende Kinderaugen.

22. März 2025 – Jiu-Jitsu-Pflichtlehrgang I in Rheinbach

Techniklehrgang, der als prüfungsrelevanter Lehrgang gilt, d.h. ein Muss für alle, die noch Lehrgänge für ihre nächste Kyu-Gürtel-Prüfung brauchen. Inhaltlicher Schwerpunkt (= Art der Techniken) und Referenten werden noch bekannt gegeben.

7. bis 9. Juni 2025 – Jugendfahrt nach Radevormwald

Die alljährlich stattfindende Jugendfahrt des DFJJ NRW e.V. In diesem Jahr geht es in die Jugendherberge in Radevormwald. Neben Trainingseinheiten Jiu-Jitsu stehen vor allem Spiel und Spaß im Vordergrund. Die Plätze sind begrenzt, also schnell anmelden (QR Code scannen).

19. bis 22. Juni 2025 – Budocamp Veldenz 2025 in Veldenz

Das alljährliche Lehrgangshighlight. Inmitten der Mauern von Schloss Veldenz machen wir Jiu-Jitsu. Viel mehr aber bietet der Rahmen die Möglichkeit, auch einmal in andere (asiatische) Kampfkünste hinzuschnuppern. Neben Selbstverteidigung, stehen u.a. Bogenschießen, Iaido (Kunst des Schwertziehens), Kenjitsu (Schwertkunst) u.v.m. auf der Agenda.

5. bis 6. Juli 2025 – Technische Arbeitstagung / Prüfung in Schmallenberg

Die technische Arbeitstagung ist relevant für alle, die bald ihre Prüfung zum ersten Dan ablegen wollen oder für die Dan-Träger, die ihre Prüferlizenz verlängern müssen. Inhalte sind wie in jedem Jahr Prüferlizenzwerb bzw. -verlängerung, Erste Hilfe auf der Matte/ bei Sportverletzungen, Notwehrgesetz, Atempunkte/-techniken.

21. September 2025 – BJJ-Lehrgang in Bochum

Brazilian Jiu Jitsu, abgewandelt aus dem japanischen Jiu-Jitsu sowie Judo, legt den Fokus auf den Bodenkampf. Bei diesem Lehrgang könnt ihr euch mit den Besonderheiten dieser mittlerweile weltweit sehr beliebten Kampfkunst vertraut machen.

27. September 2025 – Jiu-Jitsu-Pflichtlehrgang II in Bochum

Techniklehrgang, der als prüfungsrelevanter Lehrgang gilt, d.h. ein Muss für alle, die noch Lehrgänge für ihre nächste Kyu-Gürtel-Prüfung brauchen. Inhaltlicher Schwerpunkt (= Art der Techniken) und Referenten werden noch bekannt gegeben.

15. November 2025 – Verbandstagung des DFJJ in Neuss

Jahreshauptversammlung des DFJJ, in dessen Rahmen der Vorstand des DFJJ gewählt wird und die Lehrgänge für das Jahr 2026 festgelegt werden.

6. Dezember 2025 – Dan-Prüfung

Die alljährliche Prüfung zu Erlangung eines Dan-Grades (schwarzer Gürtel), ausgerichtet vom DFJJ NRW e.V. Prüfer sowie Prüfungsort werden noch festgelegt.

Darüber hinaus wird es noch weitere Lehrgänge geben, wie z.B. den Arnold-Triestram-Gedenklehrgang sowie einen Spezial-Lehrgang in Düsseldorf. Weitere Informationen sowie die jeweiligen Anmeldungen findet ihr unter www.dfjj.de oder in der DFJJ NRW App (erhältlich für iOS und Android).



Text: Christian Busch

RUNDUM- SORGLOS- BETREUUNG

Ihrer Immobilie

Planungssicherheit bei gleichbleibender monatlicher Belastung bieten Ihnen unsere Tarifpakete für die **MIETVERWALTUNG IHRES MEHRFAMILIENHAUSES**.

Durch optimierte Prozesse zahlen Sie keine Kontoführungsgebühren und bei jährlicher Vorauszahlung erhalten Sie darüber hinaus 5% Rabatt. Mit Rückzahlungsgarantie!



Mehr Informationen zu unseren
Tarifpaketen: www.keuter.de

Telefon 02131 15135 - 0
E-Mail info@keuter.de

K E U T E R

Grundbesitzverwaltung

Ludwig-Erhard-Straße 8
41564 Kaarst

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

Im Januar startet die beliebte Gym-Special Runde der Gym in ein neues Trainingssemester.

Unsere Specials sind zeitlich begrenzte Kurse und eine ergänzende Vielfalt zu unseren Dauerangeboten, die von TSV Mitglieder für eine - deutlich reduzierte - Kursgebühr zusätzlich gebucht werden können.

Aber auch Gäste sind herzlich willkommen und können zum Gästetarif teilnehmen.

Neu im Programm, sind **Yin Yoga, Babys in Bewegung und Ninja Warrior Kids**. Die Planung mit den leitenden Trainer*innen war bei Redaktionsschluss noch nicht abgeschlossen, deswegen findet ihr die Angebote: Babys in Bewegung und Ninja Warrior Kids nur auf der Homepage unter:

<https://www.tsv-meerbusch.de>

Viele Kurse sind schon jetzt sehr gut gebucht. Aber es gibt noch freie Plätze!

Anmelden könnt ihr euch ab sofort per E-Mail an:

anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Wenn ihr Fragen zu den Trainingsinhalten habt, bitten wir euch die Kursleiterinnen anzuschreiben. Alle Kontaktdaten findet ihr auf den letzten Seiten dieser Zeitung und auf der Homepage.

Falls ihr bei der Fülle des Angebots eine persönliche Beratung wünscht,



hilft euch Simone Rudolph gerne weiter.

E-Mail: simone.rudolph@tsv-meerbusch.de

Telefon: 02159/9221319

Für alle anderen Anliegen rund um unsere Kurse steht euch unsere Kursmanagerin Karin Broistedt,

E-Mail: karin.broistedt@tsv-meerbusch.de

und die Geschäftsstelle,

Telefon: 02159/ 819964 zur Verfügung.

Also: auf die Plätze los, sichert euch einen der begehrten Trainingsplätze und sorgt schon vor Weihnachten dafür, das gute Vorsätze im neuen Jahr umgesetzt werden können!

Das Team der Gym-Abteilungsleitung wünscht euch eine besinnliche friedliche Weihnachtszeit und ein gesundes sportliches neues Jahr.

Wir freuen uns euch wiederzusehen.



Faszientraining

Kurs 1: 18 x montags von 17:30 – 18:25 Uhr ab 13.01.2025

Kosten: € 72,00 für Mitglieder / € 108,00 für Gäste

Kurs 2: 20 x freitags von 18:05 – 19:00 Uhr ab 10.01.2025

Kosten: € 80,00 für Mitglieder / € 120,00 für Gäste

Kursort

Kurs 1: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG)

Kurs 2: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 2 (1.OG)
Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven

Kursleiterin:

Simone Rudolph

Kontakt: simone.rudolph@tsv-meerbusch.de

Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55

E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Bei unserem Fitness-Angebot „Faszientraining“ geht es um das, was unseren Körper im Innersten zusammenhält: Die Faszien sind das kollagene Bindegewebsnetzwerk das Knochen, Muskeln, Sehnen und Organe verbindet. Außerdem enthält die höchstens drei Millimeter dicke Schicht aus Elastin, Kollagen und Bindegewebszellen Nervenenden, die Informationen wie Schmerz übermitteln.

Wenn Menschen die Faszien falsch oder zu viel belasten oder sich zu wenig bewegen, können sie sich verdrehen oder verkleben. Mögliche Folgen sind Gelenk- oder Rückenschmerzen, Verspannungen, Taubheitsgefühl oder eingeschränkte Bewegung. Genau hier setzt nun der Fitnesstrend Faszientraining an. Spezielle Übungen sollen die Faszien wieder glatt gleiten lassen. Einerseits gehören dazu unterschiedliche Abläufe, die den Körper mit Dehnen, Federn oder Schwingen beweglich machen sollen. Andererseits ist eine zylinderförmige Schaumstoffrolle Hauptakteur der Faszienfitness. Sie massiert Beine, Rücken oder Fußsohlen tief unter der Haut.

© Gettyimages/Visualrealmmedia

Locker trainieren.

70 € SportBonus kassieren

Wir belohnen Deine sportlichen Aktivitäten im Sportverein oder im Fitness-Studio mit 70 Euro im Jahr.



Gerne beantworte ich Eure Fragen:

Sandra Bigosinski

0171 5698056

sandra.bigosinski@knappschaft.de



 **KNAPPSCHAFT**
für meine Gesundheit!

knappschaft.de



www.kalies-elektro.de

Elektroanlagen
Sprechanlagen
Photovoltaik
Beleuchtungstechnik
Rollladenbau
E-Mobilität

Tel.: 028 41-9846-49
Mobil: 0172-2906257
info@kalies-elektro.de

E | HANDWERK
Qualifizierter Meisterfachbetrieb der Innung



GROSS- UND EINZELHANDEL

PARTY - UND FEST-SERVICE

LIEBISCH GMBH - MÜHLENSTRASSE 130

40668 MEERBUSCH-LANK - TELEFON 02150/2888

Schnittgefühl

by *Daniela Püllen*

-Friseurbetrieb-

Von-Arenberg-Str. 5
40668 Meerbusch
02159 - 699 89 61
daniela@schnittgefuehl.net

Arztpraxis

Dr. med. Ansgar Schmitz - Franken

Facharzt für Chirurgie, Schwerpunkt Unfallchirurgie

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

D - Arzt der Berufsgenossenschaften für

Arbeits-, Schul- und Wegeunfälle

Sportunfälle

Hafenstraße 68, Rheintor Klinik, 41460 Neuss

Tel.: 02131/25658 Fax: 02131/569248

Mo., Di., Do. 8.°° - 12.°° und 15.°° - 18.°°

Unfälle durchgehend 8.°° - 18.°°

Mi. und Fr. 8.°° -13.°° und nach Vereinbarung

Tanzen für Pfundige



Wann:	Donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr
Kurseinheiten:	18 x wöchentlich
Kursbeginn:	09.01.2025
Gebühren:	€ 63,00 für Mitglieder / € 108,00 für Gäste
Kursort:	Turnhalle der Martinus Grundschule, Strümp (Zufahrt Parkplatz der Musikschule über den Kaustinenweg)
Kursleiterin:	Simone Rudolph (Tanzpädagogin)
Kontakt:	simone.rudolph@tsv-meerbusch.de
Anmeldung:	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
E-Mail:	anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Tanzen ist träumen mit den Beinen. Tanzen ist wie ein Spiel. Ein Spiel mit unserem Körper, der Musik, den Mitänzern und dem Raum, in dem wir uns bewegen. Tanzen ermöglicht uns, unsere Lebensfreude und die Fülle des Lebens zu erfahren und auszudrücken. Wer tanzt wird froh. Es verbessert die Körperwahrnehmung, das Körpergefühl und bereichert Dein Selbstwertgefühl. Im Tanz kannst Du Dich unabhängig von gängigen Schönheitsidealen positiv erfahren, kannst Dich und Deine Fülle genießen und Spaß haben.

Ein bunter Mix aus Partytänzen, Line Dance, Kreistänzen und kleinen Tanzgestaltungen sorgt für Spaß und Abwechslung, Elemente aus Latin und Hip Hop bringen Pep in die Stunden. Lass die Hüfte schwingen und tanze mit uns!

Ich freu mich auf Euch! Simone Rudolph



Kurs 1:	18 x montags von 19:40 – 20:55 Uhr ab 13.01.2025 Kosten: € 81,00 für Mitglieder / € 117,00 für Gäste
Kurs 2:	21 x dienstags von 18:35– 19:50 Uhr ab 07.01.2025 Kosten: € 94,50 für Mitglieder / € 136,50 für Gäste
Kursort:	TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG) Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin:	Simone Rudolph
Kontakt:	simone.rudolph@tsv-meerbusch.de
Anmeldung:	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
E-Mail:	anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Dieser Kurs richtet sich an jeden, der seine körperliche und geistige Fitness steigern möchte. Yoga Fitness steigert Ausdauer, Kraft und Flexibilität, stärkt Vitalität und Energie. Die verschiedenen Körperübungen können Verspannungen und Blockaden lösen, Stress reduzieren und führen uns zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Die Stunde beginnt mit einer Anfangsentspannung, in der durch bewusste Atemführung und kleine vorbereitende Körperübungen der Alltag „abgestreift“ werden kann und jeder Gelegenheit hat, sich ganz auf sich selbst zu besinnen. Danach folgt der sogenannte Sonnengruß,

der unseren Körper ganzheitlich aktiviert und mobilisiert. Der dynamische Übungswechsel steigert Blut und Energiefluss. Die anschließenden Asanas (Körperstellungen) sind vielseitige Übungen zur Kräftigung und Dehnung mit dem Ziel, die Balance von Körper und Geist zu finden. Wir beenden die Stunde mit Tiefenentspannung, das heißt entspannen, nachspüren und regenerieren.

Wir empfehlen bequeme, nicht einengende Sportkleidung und eine Decke sowie warme Socken für die Tiefenentspannung mitzubringen. Falls vorhanden, können gerne auch Meditationskissen und Yogamatten mitgebracht werden.

Entspannungskurs

Wann:	Dienstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Kurseinheiten:	20 x wöchentlich ab 21.01.2025
Gebühren:	100,00 € für Mitglieder / 140,00 € für Gäste
Kursort:	Sporthalle Lank Theodor-Mostertz-Sportanlage, Nierster Str. 90
Kursleiterin:	Birgit Steinhoff
Kontakt:	birgit.steinhoff@tsv-meerbusch.de Tel. 0157 74584080
Anmeldung:	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Du fühlst dich erschöpft, unruhig, unkonzentriert oder verspannt und möchtest das ändern? Gerne zeige ich dir wie du bei einem ausgewogenen Mix aus Qigong, Yoga, progressive Muskelentspannung nach Jacobsen und Achtsamkeitstraining deine körperliche Fitness entspannt steigern, deinen Geist zentrieren, deinen Atem vertiefen, deine Körperwahrnehmung intensivieren und zur Ruhe kommen kannst.

Bewegungsabläufe aus dem Yoga und Qigong sowie die Fokussierung auf den Atemfluss zeigen dir, dass Entspannung in der Bewegung möglich ist.

Die Übungen aus dem Qigong verbinden dich mit deinem Qi, der Lebensenergie, die wir im Unterricht neu erwecken, stärken und erhalten möchten. In den „Asana“ Yogahaltungen kannst du den Atem und den Körper wahrnehmen, dich selbst spüren.

„Pranayama“ Atemübungen aus dem Yoga öffnen deinen Herzraum und vertiefen die Atmung. Bei der progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen wirst du durch bewusstes An- und Entspannen verschiedener Körperteile eine Entspannungsreaktion im Körper herbeiführen.

Die Elemente aus dem Achtsamkeitstraining nach Jon-Kabat-Zinn, sowie aus der geistigen Ausrichtung von Yoga geben im Unterricht die Möglichkeit sich der eigenen Glaubens- und Verhaltensmuster bewusst zu werden.

Alle aufgeführten Entspannungsmethoden können bei regelmäßiger Anwendung Entspannungsmechanismen auslösen, die sich tief verankern. Im Alltagsgeschehen erlebst du dadurch mehr innere Zentriertheit, Ruhe und Stabilität. In Kombination mit den Körperübungen, die deine Beweglichkeit steigert, darfst du erfahren, dass bei regelmäßiger Übungspraxis deine körperliche und geistige Gesundheit gestärkt werden.

Beides kann dir dabei helfen dein Leben frei und positiv zu gestalten. Wer ganz bei sich ist, erfährt mehr Stabilität und Freude in seinem Leben.

Dieser Kurs richtet sich auch an Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Mitzubringen: Kissen, Handtuch, Decke, dicke Socken.

ZUMBA®
fitness



Wochentag: Samstag
Uhrzeit: 10:30 – 11:25 Uhr
Kurseinheiten: 20 x wöchentlich
Kursbeginn: 11.01.2025
Gebühren: 80,00 € für Mitglieder / 120,00 € für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG)
 Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Sabine Knapp
Kontakt: sabine.knapp@tsv-meerbusch.de
 Telefon 0170 9643117
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Zumba ist eine Trendsportart und heißt soviel wie „Bewegen und Spaß haben!“. Zumba ist ein abwechslungsreicher Mix aus verschiedenen lateinamerikanischen Tänzen und Fitness und beinhaltet Elemente aus u. a. Salsa, Merengue, Reggaeton, Afro, Samba, Calypso und Cumbia.

Es ist ein Sport „ohne Grenzen“ - jeder kann mitmachen, unabhängig vom Alter oder Fitness- Hintergrund, ob Mann oder Frau. Bei Zumba steht der Spaß im Vordergrund, in Kursen herrscht eine großartige Party-Stimmung. Nach und nach wird die Kondition, die Beweglichkeit und die Koordination verbessert und nebenbei tut man auch was für die schlanke Linie. Jedes Lied ist eine feststehende Choreographie, die aus einfachen Schrittabfolgen besteht, damit jeder mitkommt.



...für alle Junggebliebenen

Wochentag: Samstag
Uhrzeit: 09:30 – 10:25 Uhr
Kurseinheiten: 20 x wöchentlich
Kursbeginn: 11.01.2025
Gebühren: 80,00 € für Mitglieder /
 120,00 € für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG)
 Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Sabine Knapp
Kontakt: sabine.knapp@tsv-meerbusch.de
 Telefon 0170 9643117
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Zumba-GOLD ist ein von lateinamerikanischen Tänzen inspiriertes, perfekt zugeschnittenes Tanz Fitness Programm für ältere Menschen, für Fitness- oder Tanzeinsteiger und für Personen mit Einschränkungen des Bewegungsapparates.

Es ist die einfachste Form von ZUMBA und wurde speziell für Menschen konzipiert, die sich noch nie oder länger nicht sportlich betätigt haben. Für Zumba-Gold muss man nicht unbedingt tanzen können, das wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß zu haben.

Langsamer Fitness-Aufbau, Erweiterung des Bewegungsradius, schrittweise Steigerung des Wohlbefindens egal von welchem Level - IST AUCH FÜR DICH!



Bewegung, Spiel und Spaß für 3-4jährige Kids.

Kinderturnen

Wann: Donnerstag, 15:30 – 16:15 Uhr
Kurseinheiten: 19 x wöchentlich ab 09.01.2025
Gebühren: 67,00€ für Gäste (50,00€ für Geschwisterkind)
Kursort: Turnhalle der Martinus Grundschule
 Kaustinenweg 1, Strümp
Kursleiterin: Conni Theiler
Kontakt: cornelia.theiler@tsv-meerbusch.de
 Tel. 02159 815161
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Vielfältige Bewegungslandschaften und Spiele mit und ohne Material sowie Lauf- und Fangspiele bieten den Kids die Möglichkeit, mit Gleichaltrigen Spaß zu haben, sich auszutoben und neuen Herausforderungen zu stellen.

Yoga und Meditation

Wann: Dienstag, 17:45 – 19:15 Uhr
Kurseinheiten: 20 x wöchentlich ab 21.01.2025
Gebühren: 100,00 € für Mitglieder / 140,00 € für Gäste
Kursort: Sporthalle Lank
 Theodor-Mostertz-Sportanlage, Nierster Str. 90
Kursleiterin: Birgit Steinhoff
Kontakt: birgit.steinhoff@tsv-meerbusch.de
 Tel. 0157 74584080
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Wann: Donnerstag, 10:40 – 12:10 Uhr
Kurseinheiten: 20 x wöchentlich ab 23.01.2025
Gebühren: 100,00 € für Mitglieder / 140,00 € für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG)
 Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Birgit Steinhoff
Kontakt: birgit.steinhoff@tsv-meerbusch.de
 Tel. 0157 74584080
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Meditatives Hatha Yoga ist unabhängig von Alter und gesundheitlichen Einschränkungen.

„**Asanas“ Yogaübungen:** ruhig angeleitet, achtsam ausgeführt und unter Berücksichtigung der eigenen Grenzen, lösen, wenn regelmäßig praktiziert, auch fasziale Verspannungen. Dadurch kann Lebensqualität erhalten oder verbessert werden. Der Körper kommt mit der Zeit von selbst und ohne Anstrengung weiter in die Haltung hinein. Auf körperlicher wie geistiger Ebene entsteht mehr Beweglichkeit, Stabilität, Flexibilität.

„**Meditation**“: Durch wiederholte, meditative Erfahrung kommt der Geist zur Ruhe, mehr Klarheit entsteht für das eigene Denken, Handeln und Wohlbefinden. „Sich selbst erfahren“ ist ein Weg voller Wandlung, wenn man sich darauf einlässt Du musst Dein Leben nicht verändern, es verändert sich durch Dich. „Die eigene Wahrnehmung“ wird geschärft und die Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber nimmt zu.

„**Pranajama“ Atemübungen:** hier geht es um mehr als nur Luft und Sauerstoff. Die Luft ist Träger von Prana, jener universellen Energie, die alles Sein durchströmt und auch Teil von Deiner Energie und Kreativität ist. Yogaübungen in Verbindung mit dem Atem, lenken die Aufmerksamkeit nach innen, zu Dir selbst.



Hatha Yoga

Wochentag: Dienstag
Uhrzeit: 19:30 – 21:00 Uhr
Kurseinheiten: 18 x wöchentlich
Kursbeginn: 14.01.2025
Gebühren: 90,00 € für Mitglieder / 126,00 € für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 2 (1. OG)
 Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Roswitha Weigmann
Kontakt: roswitha.weigmann@tsv-meerbusch.de
 Tel. 02159 / 3794
Anmeldung: Bei der Kursleiterin oder
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Hatha-Yoga ist eine Yogapraxis, die sich aus der klassischen Yoga-Tradition entwickelt hat. Die klassische Tradition war ausschließlich auf der geistig spirituellen Lehre, die insbesondere die Meditation einschloss, ausgerichtet.

In der Hatha-Yogapraxis werden Sie verschiedene Körperhaltungen, die zum Teil statisch und dynamisch ausgeführt werden, kennen lernen. Die richtige Atmung spielt bei diesen Körperhaltungen eine wichtige Rolle und wird immer ein Bestandteil der Yogapraxis sein. Sie werden zusätzlich bestimmte Atemtechniken erlernen, wodurch Sie Atmung bewusster erleben und erfahren werden. Außerdem werden Konzentrationstechniken vermittelt, die in die Stille bzw. in die Meditation führen. Ruhephasen, die Ihnen Zeit zum Nachspüren geben, sind immer Bestandteil der Hatha-Yogapraxis.

Ziel dieser Hatha-Yogapraxis ist langfristig eine Harmonie zwischen Körper und Geist und Seele herzustellen. Kurzfristig können Sie diese Harmonie manchmal schon nach der ersten Yogastunde feststellen. Ein gestresster, verspannter Körper ist nach einer Yogastunde wieder in der Balance.

fit und pfundig



Wochentag: Montags,
18:35 – 19:30 Uhr
Kurseinheiten: 18 x wöchentlich,
ab 13.01.2025
Gebühren: € 63,00 für Mitglieder /
€ 108,00 für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1.OG)
 Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Simone Rudolph
Kontakt: simone.rudolph@tsv-meerbusch.de
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55
 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Ein rundes Fitnessstraining für alle, die mehr zu bewegen haben als Normalgewichtige.

In einer starken Gruppe von Gleichgesinnten legst Du Hemmschwellen und Befangenheit schnell ab. In den abwechslungsreichen Stunden trainieren wir das Herz-Kreislaufsystem, verbessern Kraft, Beweglichkeit und haben beim gemeinsamen Schwitzen ganz viel Spaß.

Unser Repertoire an Kleingeräten ermöglicht ein gezieltes und individuelles Training. Schon nach einigen Wochen regelmäßiger Teilnahme kannst Du ein verbessertes Körpergefühl wahrnehmen und erste Erfolge verzeichnen.

Heilsame Tänze

Wochentag: Freitags 16:45 - 17:45 Uhr
Kurseinheiten: 16 x wöchentlich ab 31.01.2025
Gebühren: € 56,00 für Mitglieder / € 96,00 für Gäste
Kursort: Alte Schule Bösinghoven, Raum 1
Weitere Informationen: Simone Rudolph (Tanzpädagogin)
simone.rudolph@tsv-meerbusch.de
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle , Bösinghovener Str. 55
E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de



Musik und Tanz sprechen seit je her Körper, Geist und Seele an und haben heilende Wirkung. Die sich wiederholenden Schrittmuster und Gebärden senken sich in unsere Seelen, die Musik öffnet die Herzen, so dass Begegnungen mit uns, den Mittänzerinnen und der Tanzgeschichte möglich werden.

Die Tänze sind mal ruhig und getragen aber auch schnell, kraftvoll und lebendig. Sie laden uns ein, konzentriert und achtsam unsere Schritte zu setzen, Balance zu finden, spielerische Leichtigkeit zu erfahren, den Rhythmus zu finden und zur Ruhe zu kommen.

Auf körperlicher Ebene fördern sie Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit und Aufrichtung der Wirbelsäule. Die Körperwahrnehmung wird geschult, wobei insbesondere die schnellen traditionellen Tänze das Herz-Kreislaufsystem anregen. Begleitende lyrische Texte als auch die tanzgeschichtlichen Hintergründe geben Raum Lebensthemen nachzuspüren, die vor allem in den schlichten traditionellen Tänzen mit den stets wiederholenden Schrittmuster gespiegelt werden.

Die Kreis- und Kettentänze werden sowohl mit als auch ohne Handfassung getanzt und ermöglichen uns innerliche und äußerliche Verbindung zu erleben.

In diesem weiß-rotem Tanzzyklus spiegeln die ausgewählten Tänze inhaltlich und energetisch die Naturkräfte der jeweiligen Zeit. In ihrer Bewegungsqualität sind sie luftig-leicht und zum Sommer hin feurig-erdig.

Ich freue mich auf viele schöne Tanzstunden mit euch!

Innere Balance und Entspannung mit Yin Yoga

Wochentag: 10 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr,
Beginn: 09.01.2025
Gebühren: € 50,00 für Mitglieder / € 70,00 für Gäste
Kursort: TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 2 (1.OG)
Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Kursleiterin: Daniela Kremer
Kontakt: daniela.kremer@tsv-meerbusch.de
Anmeldung: TSV Geschäftsstelle , Bösinghovener Str. 55
E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de



Yin Yoga ist eine wunderbare Praxis, die Körper und Geist miteinander verbindet und Dir hilft, inmitten des hektischen Alltags zur Ruhe zu kommen. Dieser Kurs ist ideal für alle, die eine tiefere Entspannung suchen und gleichzeitig ihre Flexibilität und Achtsamkeit verbessern möchten.

Diese sanfte Form des Yoga, konzentriert sich auf passive Dehnungen. Die Posen werden in der Regel für längere Zeit gehalten – oft zwischen drei und fünf Minuten. Dies ermöglicht, tiefere Gewebeschichten wie Faszien und Bindegewebe zu erreichen, was nicht nur die Flexibilität und die Geschmeidigkeit der Gelenke verbessert, sondern auch Blockaden und Verspannungen löst. Yin Yoga hat zudem einen meditativen Charakter, der den Geist beruhigt, zur Stressreduktion beiträgt und das allgemeine Wohlbefinden steigert.

Bei regelmäßiger Praxis kann Yin Yoga dich dabei unterstützen deine emotionale Balance zu finden.

Jede Einheit wird mit einer kurzen Einführung beginnen, gefolgt von einer Reihe von Asanas, um bestimmte Körperregionen zu dehnen und zu entspannen. Die Stunden enden mit einer Meditation, die Dir helfen wird, die Erfahrung zu integrieren und Deine innere Ruhe zu finden.

Bitte bringt folgendes mit:

- Eine Yogamatte (falls vorhanden)
- Bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit bietet
- Eine Decke oder ein großes Handtuch für zusätzliche Unterstützung
- Ein Kissen oder eine Rolle zur Entspannung
- Wasser, um gut hydriert zu bleiben

Für wen ist der Kurs geeignet?

Egal, ob Du ein kompletter Anfänger bist oder bereits Erfahrung im Yoga hast, dieser Kurs ist für alle Levels geeignet. Yin Yoga ist eine sanfte Praxis, die für jeden zugänglich ist.

Möchtest du dich einfach mal entspannen ?

Dann komm in meinen Yoga-Kurs !

Ab Januar jeden Donnerstagabend (20:00-21:30h) in der Alten Schule in Bösinghoven.

Yin Yoga ist eine ruhige und sanfte Yogaform. Wir halten die Übungen-Asanas- für mehrere Minuten. Dadurch können nicht nur die Muskeln, Bänder, Sehnen und Faszien loslassen, auch dein Geist kommt zur Ruhe. Wir unterstützen dies mit Atemübungen und kleinen Meditationen.

Yin Yoga ist für alle geeignet, egal ob du Anfänger bist oder schon jahrelang Yoga praktizierst.

Mein Name ist Daniela , ich bin mit dem TuS Bösinghoven (heute TSV-Meerbusch) aufgewachsen.

Ich freue mich nun, den TSV als Trainerin unterstützen zu können. Im letzten Jahr habe ich meine Ausbildung als Yogalehrerin und Fachkraft für Stress Management abgeschlossen.

Ich freue mich, dich auf deinem Weg in deine Entspannung zu begleiten.

Und auf unseren gemeinsamen entspannten Start ins neue Jahr 2025. Komm gerne vorbei und schaue es dir an !

Daniela Kremer, Telefon 0157/30143457



**Auf der Suche nach Sport?
Der TSV Meerbusch e.V. bietet ihn!**

**Mit nur einem Klick
online Mitgliedschaft beantragen:**

antrag.tsv-meerbusch.de



A-L-T-E-R-N

Man kann nichts dagegen tun, dass man altert, aber man kann sich dagegen wehren, dass man veraltet. Haben sie schon einmal nachgedacht, etwas für ihre Gesundheit zu tun? Dann sind sie beim TSV richtig.

Wie wir altern liegt an uns. Wir im TSV bieten ein reichhaltiges Programm. Sie lernen bei uns auf angenehme und effektive Weise ihren Rücken zu stärken. Es werden gezielte Übungen zur Beweglichkeit der Wirbelsäule und Gelenke durchgeführt, wir stärken die

Bauch-, Rücken- und Schultermuskulatur. Wir sorgen für eine Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems und Koordination und Sturzprofilaxe werden trainiert.

Ich hoffe, dass auch sie den Weg zu einem gesundheitlichen Training finden. Es ist nie zu spät.

Kommen Sie unverbindlich zu einem Probetraining vorbei.

Ihre Uschi Klupsch



„Sie-und-Er“ Sport am Freitag

Die Freitag-Gruppe (Sie und Er) sind ein lustiger Haufen. Es wird immer gelacht, geredet und der Sport kommt auch nicht zu kurz. Zum guten Schluss ist

die Stunde im Fluge vergangen. Freuen uns immer schon auf den nächsten Freitag.

Text: Hanne Pelster





Trennwände zwischen den Geräten

Kineto Café

Premium Wellnessbereich

Erleben Sie jetzt effektives **Fitness- & Gesundheitstraining** auf höchstem Niveau



FITNESS

Effektives Trainingskonzept
Milon High Tech Zirkeltraining
FIVE Training



GESUNDHEIT

Ernährungsberatung
Diagnostik & Bedarfsanalyse
Physiotherapie & Osteopathie



WELLNESS

Premium Wellnessbereich
Sonnenterrasse mit Café
Lichttherapie

Folge uns auf:



- UMFANGREICHES HYGIENEKONZEPT
- TRENNWÄNDE ZWISCHEN DEN GERÄTEN

JETZT
Probetraining
VEREINBAREN

Wir freuen uns auf Sie!



IHR PREMIUMCLUB FÜR FITNESS & GESUNDHEIT
Berta-Benz-Str. 2a · 40670 Meerbusch · 02159 - 96993901
info@kineto.club ➤ www.kineto.club

In der Tackheide bei Kaffee und Kuchen

Auch in diesem Jahr hatten wir wieder einen geselligen Nachmittag in Tackheide. Bei strahlendem Sonnenschein, leckerem Kuchen und Getränken erlebten wir einen wunderschönen Tag.



Wieder einmal mussten wir uns von drei Gymnastik-Mitgliedern verabschieden. Im April verstarb unser langjähriger Gymnastikfreund Werner Schönbrunn. Im November verstarben unser Gründungsmitglied Renate Semmler und Wilma Hildebrandt

(sie war sehr lange beim TSV). Das macht uns sehr traurig und wir wünschen den Familien Beistand und Trost.

Ihre Uschi Klupsch

Fit und gesund durch Sport – zum Start ist man nie zu alt!

Unsere Senioren sind immer mit Spaß und Leidenschaft dabei. Selbst die ältesten (92 Jahre!) halten sich fit mit leichten Übungen und diversen Trainingsmaterialien. Auch kommen die Kommunikation und der

Spaß nie zu kurz.

Wer Lust hat, schaut mal vorbei und wenn nur zum Schnuppern. Zeiten und Übungsstätten findet ihr am Ende in die-

sem Heft.

Text: Hanne Pelster,
Übungsleiterin Seniorensport





Werner Schönbrunn

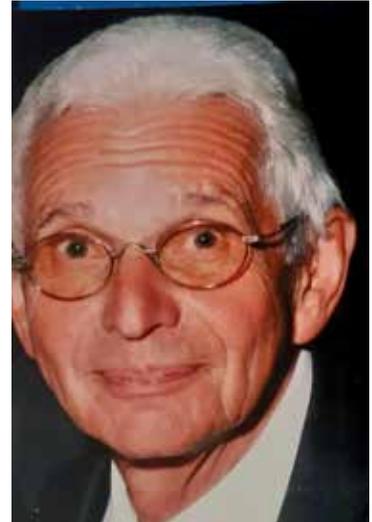
* 10. April 1939
+ 11. April 2024

Werner Schönbrunn verstarb am 11.4.2024 (1 Tag nach seinem 85. Geburtstag). 25 Jahre lang war Werner Mitglied in unserem Verein, bereicherte die Gruppe durch seine liebe Art. Bei den Radtouren mit der Gruppe durfte er nicht fehlen. Beim Sommerfest in Bösinghoven bediente er

mit seiner Frau das Spülmobil.

Wir haben einen hilfsbereiten, guten Freund verloren und werden ihn in lieber Erinnerung behalten.

Uschi Klupsch



Wilma Hildebrandt

* 4.8.1940
+ 26.10.2024

Wir trauern um Wilma, eine langjährige, liebe Mitturnerin.

Sie wohnte jahrzehntelang in Bösinghoven, kam regelmäßig zum Sport, machte unsere Radtouren mit und half an der Kuchentheke beim Sommerfest.

Nach dem Tod ihres Mannes zog sie nach Osterath-Bovert.

Sie war dann öfter in Urlaub, daher kam sie nicht mehr so regelmäßig zum Sport.

Bei gutem Wetter kam sie mit dem Fahrrad zum Sport.

In der dunklen Jahreszeit musste sie mit dem Bus kommen, was sehr umständlich war. Aber sie ist uns bis zuletzt treu geblieben.

Wir werden sie immer in Erinnerung halten. Unsere Gedanken gehören ihrer Familie, die jetzt ohne sie ist.

Uschi Beckord



Renate Semmler

*18. April 1942
+ 29. Oktober 2024

Renate, ein Gründungsmitglied der Gymnastik-Abteilung des TuS 64 Bösinghoven, heute TSV Meerbusch e.V., hat uns für immer verlassen.

Unsere Anteilnahme gilt ihrem Mann Willi, sowie dem Sohn Jürgen mit Frau Sigrid. Du wirst uns sehr fehlen, auch wenn du nicht mehr regelmäßig zum Sport gekommen bist. Du hattest immer eine offene Tür, jeder konnte mit seinen Problemen zu dir kommen.

In den 90er Jahren hast du fast alle Radtouren mitgemacht, warst immer da, wenn es einen

Platten oder sonstige Probleme mit dem Rad gab. Keiner konnte sich so gut aus, du hattest durch Norbert, deinen Sohn, der im Rollstuhl saß, ja Übung mit Rad flicken.

Ansonsten warst du immer die Erste auf der Tanzfläche, hast keine Feier ausgelassen und immer deine gute Laune mitgebracht. Etwas ruhiger wurde es um dich, als dein Norbert verstarb, das hatte dich sehr getroffen. Trotzdem waren wir vor zwei Jahren noch bei Christoph Büker zur Karnevalsfete, wir waren der Tisch der Seniorinnen. Da kam wieder ein wenig von deinem früheren Temperament zum Vorschein.



Nun bist du nicht mehr, eine große Lücke tut sich auf, deine Seele ist bei Norberts Seele. Wir Gymnastikfrauen werden dich immer in guter Erinnerung halten.

Meerbusch den 06.11.2024
Uschi Beckord

Die D4-Junioren des TSV Meerbusch

Wir sind die D4 vom TSV . Wir sind eine Fußballbegeisterte Mannschaft, die mit viel Herz und Leidenschaft jedes Spiel bestreitet. Das Trainerteam, Andre Schrader und Maik John, sind mit voller Überzeugung und Tatendrang dabei, die Jungs zu fordern und zu fördern. Es macht riesigen Spaß hier zu spielen und zu trainieren.

Wir sind super in die Saison gestartet und die Mannschaft belegt aktuell den 2. Tabellenplatz. Wir sind ungeschlagen und das ist eine tolle Leistung der Jungs. Wir möchten uns auch recht herzlich bei unseren Sponsoren und Unterstützern bedanken. Ohne sie wäre es nicht möglich, die Kinder mit all den tollen Anzihsachen auszustatten.

Ein **herzliches Danke** geht an die Firmen:

Firma Korian
Firma Tölke und Fischer
Firma Van Hooren - Isolierungen
Reisebüro willst-du-WEG.de
Firma DP Wärmepumpen
Firma Frangen
Firma Solvacon
Firma ESS Elektroinstallations GmbH

Text: Maik John



NACH DEM ABPFIFF:

Fitness für den Kopf!

Mit Büchern von



HAUPTSTRASSE 35 40668 MEERBUSCH-LANK TEL.: 02150 / 54 37 FAX: 02150 / 91 22 85 E-MAIL: LANK@MRSBOOKS.DE	THEODOR-HEUSS-STRASSE 2 40670 MEERBUSCH-OSTERATH TEL.: 02159 / 92 84 600 FAX: 02159 / 92 84 599 E-MAIL: OSTERATH@MRSBOOKS.DE
---	--

WWW.MRSBOOKS.DE

SCHÖNER LESEN, SCHÖNER SCHENKEN, ...




Telefon: 02159 - 2219

Strümper Straße 19
40670 Meerbusch

In unserem Bestattungshaus erfahren Sie eine sehr persönliche und individuelle Betreuung. Wir sind 24 Stunden täglich an 365 Tagen im Jahr für Sie erreichbar.

kontakt@bestattungen-jaeger.de
www.bestattungen-jaeger.de

alpha
innotec
WÄRMEPUMPEN



Jetzt bis zu
70 % Förderung*
für den Einbau
einer alpha innotec
Hybrox Wärmepumpe
sichern!



Die **Hybrox** von alpha innotec

www.alpha-innotec.de



Dein Ansprechpartner vor Ort berät dich gerne!

Kälte-Klima-Peters GmbH
Robert-Bosch-Str. 13a
40668 Meerbusch

Tel. +49 2150 7065-0
Fax: +49 2150 7065-15
www.kkpeters.de

TSV Meerbusch U12 - Saison 2024/2025

Der 2013er Jahrgang hat in den letzten Jahren eine sehr steile Entwicklung hingelegt. Durch die Entwicklung von Eigengewächsen und gezielte Verstärkungen ist eine sehr spielstarke Truppe zusammengewachsen, die sich auf und neben dem Platz als Einheit zeigt. Das Trainerteam bestehend aus Dominik Simons, Carl Novoszel, Gustav Novoszel und Ludwig Oehmke trainiert dreimal die Woche und bietet den Jungs, neben dem Ligabetrieb samstags, oft sonntags die Möglichkeit, sich mit hochkarätigen Gegnern wie beispielsweise Borussia Mönchengladbach, Fortuna Düsseldorf, Rot Weiß Essen und Hombrucher SV zu messen. Sehr erwähnenswert ist auch die wertvolle Arbeit vom Akademie-Cheftrainer Norbert Meier mit den Jungs, der durch seine wertvolle Erfahrung und einzigartige Expertise einen ganz großen Beitrag zur Entwicklung der Jungs leistet.



Auffallen tut die Mannschaft durch ihre spielerische Ausrichtung in den Spielen. Die fußballerische Entwicklung und die Entwicklung des Einzelspielers stehen vor jedem Ergebnis. Trotz des nicht-Ergebnis orientierten Spielstils schlägt sich die Mannschaft in der starken Aufstiegs Staffel 1 sehr achtbar und teilt sich mit 18 Punkten den ersten Platz mit der U12 von Union Nettetal. Das Spitzenspiel zwischen diesen beiden Mannschaften steigt am kommenden Samstag, 30. November.

Ein weiteres Highlight war das gemeinsame Trainingslager in Reken im September, bei dem die Mannschaft wieder mal unter Beweis stellte, dass es sich um charakterlich ganz feine Jungs handelt (und das ist viel wichtiger als Fußball)!

Text: Ludwig Oehmke

Positive Entwicklung bei der U13

Der 2012er Jahrgang hat in dieser Saison einen kleinen Umbruch erlebt. Ein neues Trainerteam mit Elija Maertin (aktueller U17-Spieler), Enno Werling (FSJ'ler) und Cheftrainer Ben Wienhöwer (aktueller U17-Co-Trainer) ist dazugekommen. Des Weiteren wurde der Kern der Mannschaft mit gezielten Neuzugängen verstärkt. Die Mannschaft hat sich in dieser Saison sehr gut entwickelt. Vor allem im spielerischen Bereich haben die Jungs einen großen Schritt nach vorne gemacht, da es uns sehr wichtig ist, dass die Jungs so viel wie möglich fußballerisch lösen. Die Entwicklung der Jungs steht im Vordergrund. Obwohl die Mannschaft sich trotz der spielerischen Überlegenheit nicht immer belohnen konnte, haben die Jungs trotzdem einige Erfolge einsammeln können, wie z.B. der Gewinn der Stadtmeisterschaft, der Sieg gegen die U13 von Bayer Uerdingen oder die verschiedenen Leistungsvergleiche, welche die Jungs gewinnen konnten.

Die Mannschaft zeichnet aus, dass die Jungs einen sehr ausbildungsorientierten und spielerischen Fußball spielen und allesamt gute Fußballer und charakterlich top sind.



Text: Bernd Wienhöwer

U14 – großartige Truppe



Wer hätte das zu Saisonbeginn gedacht? Kurz vor der Winterpause liegt die C2 punktgleich auf Platz 2, knapp hinter dem Tabellenführer Fischeln.

„Wir haben eine richtig coole Truppe und einen guten Lauf“, schwärmen die Coaches Talarski und Schmitz, die im Sommer die Mannschaft übernommen haben und nach einigen Neuzugängen erst einmal wieder ein neues Team formen mussten. „Wir sind noch lange nicht am Ende unserer Entwicklung und es macht unfassbar viel Spaß mit den Jungs zu trainieren und sie spielen zu sehen.“ Die Frage, die nun zwangsläufig gestellt wird, ist natürlich: Kann der TSV noch die Fischelner einholen? Dafür geben die Jungs neben dem wöchentlichen Training richtig viel „Gas“: Akademietraining bei dem ehemaligen Bundesligatrainer Norbert Meier, Testspiele gegen namhafte Gegner wie Borussia Mönchengladbach und vieles mehr. „Bei uns steht der Teamgeist über allem und jeder ist gleich wichtig. Daher auch ein großer Dank an die Eltern und Unterstützer unserer Mannschaft: für die tolle Betreuung, das Torwartraining, die Taxifahrten zu den Spielorten, die Sponsoren,.....“ Jetzt aber erst einmal: „Fokus auf die nächsten Spiele. Wir freuen uns darauf!“

Text: Konstantin „Kiki“ Schmitz



WALDOR
TRANSPORTE

Nah- und Ferntransporte, Wechselbrückenverkehre, Auflieger-Trucking

**Ihr zuverlässiger Partner für Teil- / Komplettladungen
und Systemverkehre**

Wir stellen ein:

Kraftfahrer/-in: Festanstellung und zur Aushilfe für
Wechselbrückenlinienverkehre
für Standorte in KR, NE u. MG

Tel.: 0 21 51 / 54 70 00 Fax: 54 84 84
Email: waldor-transporte@waldor.de
Heinrich-Malina-Str. 100 47809 Krefeld

Wir wünschen den Teams des TSV Meerbusch eine erfolgreiche Saison!



imdahl



CLOSED

**REPEAT cash-
mere**

**RAFFAELLO
ROSSI**

DUNO Italy

**BEAUMONT
Amsterdam**

oui

**CINQUE women
+ men**

Pierre Cardin

OLYMP

**Imdahl Moden | Hauptstraße 43-45 | 40668 Mb-Lank
Mo.-Fr. 10.00-18.30 | Sa. 10.00-14.00 Uhr**

U15 – nach schwachem Saisonbeginn wieder in der Spur

Die U15 des TSV Meerbusch steht momentan auf Platz 5 der Niederrheinliga Gruppe 1. Nach einem schweren Start in die Saison wurde die Mannschaft von Woche zu Woche immer besser. Von 15 erreichbaren Punkten aus 5 Spielen wurden 13 Punkte gesammelt und der Lauf nimmt weiter zu. Und im letzten Meisterschaftsspiel spielt die U15 gegen TuRu Düsseldorf, wo man auf drei weitere Punkte trainiert. Die Mannschaft unter den Trainern Pascale Talarski, Jerome Gruening und Issam Ghait trainiert eifrig, um weitere viele Punkte in der Rückrunde ab Februar mitzunehmen. Dafür hat die Mannschaft im Dezember sowie im Januar einige sehr gute Testspiele, darunter auch Teams aus den Nachwuchsleistungszentren. Der 2010-Jahrgang hat sich in den letzten Jahren beim TSV Meerbusch sehr gut entwickelt. Und das Ziel, was sich die Mannschaft für die Rückrunde vornimmt, soll erreicht werden. Mit wöchentlich drei Trainingseinheiten werden 100% der Möglichkeiten aller Spieler ausgeschöpft und auf die Spiele am Wochenende vorbereitet. Durch viele Zugänge, aber auch Abgänge in dieser Saison hat man eine fast komplett neue Mannschaft. Die Entwicklung der einzelnen Spieler sowie als Team ist bis jetzt sehr gut. Von Woche zu Woche wächst die Mannschaft mehr zusammen und Erlebnisse wie Last-Minute-Tore haben diesen Teamgeist in den letzten Wochen unterstützt. Teambuildings, wie Taktik-Abende und Fifa Turniere gehören auch dazu, für die Abwechslung. Wir hoffen auf eine erfolgreiche Saison und eine erfolgreiche Rückrunde.



Text: Issam Ghait, Co-Trainer U15



U17 schafft Qualifikation für die DFB-Nachwuchsliga

Die U17-Mannschaft des TSV Meerbusch hat in der Saison 2024/25 in der Niederrheinliga mit hervorragenden Leistungen auf sich aufmerksam gemacht. Nach neun Spieltagen belegt das Team mit 27 Punkten den zweiten Tabellenplatz, knapp hinter Borussia Mönchengladbach (U16), die mit 28 Punkten die Tabellenspitze halten. Die Offensive der Mannschaft zeigte sich bislang äußerst effizient und erzielte in den Spielen 34 Tore, während die Defensive nur 10 Gegentreffer zuließ. Wir sind stolz zu vermelden, dass sich nach der U19 mit der U17 die zweite Mannschaft unseres Vereins für die DFB-Nachwuchsliga qualifiziert hat und sich dort ab Mitte Februar 2025 mit den großen Teams in dieser Altersklasse messen darf. Der Verein ist sehr stolz auf die Leistungen der Jungs! Zugleich zeigt das

Abschneiden, was für eine erfolgreiche Arbeit von den sportlich Verantwortlichen im Verein und Trainerteam geleistet wird.

Weiterhin ist es schön zu sehen, dass die Mannschaft auch gegen anspruchsvolle Gegner mithalten kann. Gegen den Bundesligisten SV Meppen konnte kürzlich gewonnen werden. Gegen den deutschen Vizemeister Bayer Leverkusen zeigte man trotz einer 3:1 Niederlage eine starke Leistung. Wir freuen uns nunmehr auf die Herausforderungen der kommenden Monate und wünschen allen Lesern ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest.

Text: Andreas Gräf



Fohlenmasters am 16.11.2024 - ein voller Erfolg

Im ersten Jahr unserer Kooperation mit Borussia Mönchengladbach und den Erfahrungen vom letzten Fohlenmasters, gingen wir schon früh in die Planungsphase, um dieses Mal noch besser zu werden. Eine Tombola für das morgendliche und nachmittägliche Turnier sowie eine große Hüpfburg sollten der Veranstaltung einen kindgerechten und besonderen Rahmen verleihen.

Zu unserer Überraschung meldete sich im Vorfeld eine Mutter dreier Söhne bei uns im Verein und wollte sich einfach dafür bedanken, dass sich alle ihre Kinder bei uns im Verein wohlfühlen. Sie erschien mit Unterstützung weiterer Freunde aus dem Kulturcafe Krefeld und sie boten zu Gunsten unseres Vereins wirklich schmackhafte Falafel an. Ergänzend dazu liefen auch Grillbude und Kuchenverkauf auf Hochtouren.



Vor den beiden Finalspielen der Turniere wurden dann die Tombolapreise gezogen. Ein besonderes Dankeschön geht hier an Borussia Mönchengladbach, die uns von den Profis unterschriebene Trikots zur Verfügung stellten und an Christoph Peters, der von der Konkurrenz aus Düsseldorf (Fortuna 95) das gleiche besorgte. Bei der Verlosung lagen Freud und Leid nah beieinander, genau wie nebenan auf dem Sportplatz. Jeweils drei Teams bei beiden Turnieren qualifizierten sich für die Endrunde des Fohlenmasters im Borussia Park.

Ein großes Dankeschön geht an die Eltern der E2 und F2, welche bei kalten Temperaturen für den Verein verkauft haben und die vielen Trainerkollegen, die alles mit koordiniert haben und aus ihren Teams eigene helfende Eltern mitbrachten. Dieser Tag war ein Nachweis gelungener Zusammenarbeit und des Zusammenhalts in unserem Verein. Danke dafür!

Text: Michael Pauwels





BUCHHANDLUNG MEERBUSCH

Inh. Frank Achten M. A.

Bommershöfer Weg 3
40670 Meerbusch
Tel. (02159) 912610
Fax (02159) 912611

Weihnachtsfeier der U19 und des Oberligateams mit Ehrenamtlern



Fußballstadtmeisterschaft der Senioren in der Halle Forstenberg in Lank

Am **4. und 5. Januar 2025** startet wieder der Budenzauber in Meerbusch. Der TSV Meerbusch richtet die Hallenmeisterschaften der Senioren im Fußball aus. Teilnehmer sind alle Meerbuscher Fußballvereine: Adler Nierst, SSV Strümp, OSV Meerbusch, FC Büberich und der TSV Meerbusch als Gastgeber.

Spielort: Forstenberg-Halle in Meerbusch-Lank

Spieltage: Samstag, 4. Januar 2025 und Sonntag, 5. Januar 2025.

Die Spielpaarungen und genaue Spielzeiten werden in der Presse und auf den Homepages der teilnehmenden Vereine bekannt gegeben. Für Essen und Trinken ist natürlich gesorgt.

Impressionen: U19 vs. Fortuna Düsseldorf



Kabinenjubiläum der 1. Herren in Homberg

Das Sasic-Team gewann nicht unerwartet am 3. November mit einem Last-Minute-Sieg 1:0 beim VfB Homberg. Was sich schon nach dem Spiel gegen ETB SW Essen andeutete, nämlich ein geordnetes und diszipliniertes Spiel mit guten Möglichkeiten, setzte sich in Homberg fort. Der umjubelte Treffer von Bojan Potnar zum 1:0 für den TSV wurde erst in der 95. Minute erzielt, war aber auch hochverdient. Der Goalgetter des TSV hätte schon viel früher ein Tor machen müssen, verschoss aber einen Foulelfmeter fahrlässig.



Sieg der 1. Mannschaft in Biemenhorst

Strahlende Sieger nach dem 2:1 Sieg auswärts bei der SV Biemenhorst im schönen Bocholt.

Die lange Anreise nach Bocholt hat sich für die mitgereisten Fans bei usseligem Wetter gelohnt.

Zur Halbzeit stand es 2:0 für die Sasic-Elf durch Tore von Daniel und Bojan Potnar, kurz nach Wiederanpfiff verkürzten die Biemenhorster mit einem Kunstschiß auf 1:2. Aber die TSV-Abwehr stand sicher bis zum Abpfiff des sehr guten Schiri Gerrit Wiesner aus Duisburg.



Pressekonferenz TSV vs. TVD Velbert

Pressekonferenz nach dem 0:0-Spiel TSV Meerbusch gegen TVD Velbert. Der Velberter Trainer Hakan Yalcinkaya (links im Bild) lobte die angenehme Atmosphäre beim Spiel seiner Elf in Lank beim TSV und war mit dem Spielausgang natürlich auch zufrieden. Der TSV-Trainer Samir Sasic war mit dem Spiel, aber nicht mit dem Ergebnis seines Teams zufrieden.

Dieter Schmitz vom TSV (Bildmitte) als Moderator führt mit den regelmäßigen PK's eine gute Tradition im TSV-Vereinsheim fort. So eine Pressekonferenz ist dann auch meist eine harmonische Abrundung eines Heimspiels, besonders wenn es auf dem Platz etwas hektisch zugeht.



Fotos auf dieser Seite von: TSV Meerbusch



**Auf der Suche nach Sport?
Der TSV Meerbusch e.V. bietet ihn!**

Mit nur einem Klick
online Mitgliedschaft beantragen:



antrag.tsv-meerbusch.de

1. Mannschaft: Derbysieger in Büderich



Gewinner des Stadtderbys FC Büderich – TSV Meerbusch mit 2:0 (1:0) am 30. November im Stadion am Eisenbrand in Meerbusch-Büderich. Die erste Halbzeit war das Beste der laufenden Saison, was die Sisis-Elf den Besuchern präsentiert hat. Das einzige Manko war die magere Torausbeute. Allein Bojan Potnar vergab mehrfach sogenannte todsichere Chancen, immer präzise vorbereitet von Jakob Ballah und Vincent Boldt. Trotzdem war der 18-jährige Goalgetter, in dieser Saison erst von der U19 des VfB Hilden nach Meerbusch gewechselt, zweimal erfolgreich. Natürlich ist Bojan am Niederrhein aufgrund seiner Tore bekannt geworden und auf den Zetteln vieler Scouts. Die gegnerischen Trainer setzen auf ihn immer „Wachhunde“ an. Da wird geklammert und gehalten um jeden Preis, was leider die Schiris oft durchgehen lassen. Aber aufgrund seiner körperlichen Wucht weiß sich Bojan oft genug dieser hautnahen Bewachung zu entziehen. Bojan Potnar kann der Torschützenkönig der Oberliga Niederrhein 2024/2025 werden. Der TSV Meerbusch freut sich mit ihm und hofft auf viele Glanztaten, sprich Tore von dem jungen Stürmer.

Das Newsteam Fußball

Diese vier Herren sorgen sich um alle Informationen rund um die Heimspiele der Oberliga Niederrhein - und sind dabei echte Ehrenamtler, von links:

Johannes Peters, Autor der Stadionzeitung „MeinTeam“, füttert den fupa-Live-Ticker.

Dieter Schmitz, sorgt für Aktuelles im WDR-Videotext, interviewt nach den Heimspielen die beiden Trainer.

Thomas Becker, DJ und Stadionsprecher auf der Theodor-Mostertz-Sportanlage in Lank.

Klaus Radek, immer auf der Suche nach News und bedient nebenher die Ergebnis-Anzeigetafel auf der Theodor-Mostertz-Sportanlage, was manches Mal wegen der Hardware eine echte Herausforderung ist.



Fotos auf dieser Seite von: TSV Meerbusch



Josef Hübler

* 28. April 1927
+ 01. Oktober 2024

Unser Ehrenmitglied und Träger der Diamantenen Verdienstnadel Josef Hübler ist am 1. Oktober 2024 im Alter von 97 Jahren in Lank verstorben. Josef war seit 1947 mehr als 77 Jahre Mitglied im ehemaligen ASV Lank und bis zu seinem Tod Mitglied der Fußballabteilung im TSV Meerbusch.

Bis zuletzt war Josef Hübler am Vereinsleben im TSV Meerbusch interessiert und war eifriger Leser unserer Vereinsnachrichten

„MeinVerein“ und ließ sich auch gelegentlich auf der Theodor-Mostertz-Sportanlage an der Nierster Straße sehen. Mit ihm ist ein der letzten Zeiteugen der Sportgeschichte Lanks in den Nachkriegsjahren verstorben.

Wir werden das Andenken an Josef Hübler in Ehren halten, unsere Anteilnahme gilt seiner Familie.

Johannes Peters, Ehrenvorsitzender





OSTERATHER TURNVEREIN 1893 e.V.



Meerbuscher Silvesterlauf

am 31.12.2024 in Osterath

Start & Ziel: Sportplatz Krähenacker Rudolf-Lensing Ring 86

Beginn: 10:30 Uhr







Gemeinsamer Silvesterlauf der Meerbuscher Sportvereine Adler Nierst, Osterather Turnverein, TSV Meerbusch sowie der Diakonie Meerbusch.

Frei nach dem Motto „**Im Wohlfühl-Tempo gemeinsam für einen guten Zweck**“ lassen wir unser Jahr sportlich ausklingen.

Es werden geführte Läufe über 30, 60 und 90 Minuten, sowie ein gemeinsamer Walking- und Slow-Jogging-Lauf über 30 Minuten angeboten. Auf eine Zeiterfassung verzichten wir bewusst, da es sich um keinen Wettkampf handelt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Jeder Teilnehmer ist herzlich willkommen.

Als „Startgeld“ bitten wir um eine Spende, die in diesem Jahr zu 100% an den Verein, „**Arche Noah Meerbusch e. V.**“ übergeben wird. Träger des Meerbuscher Tierparks und der Jugendfarm ist der eingetragene Verein Arche Noah. Zweck des Vereins ist es, einen offenen Freizeitpark auf der Basis des in Meerbusch bestehenden Tierparks zu fördern. Die Betreuung von Tieren, der Anbau von Pflanzen sowie besondere Angebote im Kreativbereich bilden das pädagogische Handlungsfeld.

Zwecks Laufeinteilung werden die Teilnehmer gebeten, sich bis spätestens bis 10:15 Uhr vor dem Eingang zur Sportanlage einzufinden.

Eltern begleiten bitte ihre Kinder unter 18 Jahren.

Wir freuen uns auf euch!

Malteserstift St. Stephanus:
„Im Alter in guten Händen“



...weil Nähe zählt.




Unsere Angebote und Leistungen:
 Vollstationäre Pflege, auch im Komfort-Pflegezimmer |
 Kurzzeitpflege | Demenzbereich | Wachkoma- und
 Beatmungspflege | Zertifiziertes Wohnen mit Service



Peter Pfeiffer GmbH
 Installations- und Heizungsbau
 -Meisterbetrieb-

Andre Horster
 Lechtstrasse 32
 47809 Krefeld
 Tel. 02151/543546

Tel. 02151 / 7892112
 Fax 02151 / 7892113
 Mobil 0171 / 3115763

Gemeinsam etwas bewegen: Das Running Team und der Hospizlauf - 11,7 km laufen für einen (sehr) guten Zweck

Am Sonntag, den 22.09.2024 fand bereits zum 14. Mal die ganz besondere Spendenaktion zu Gunsten des „Hospiz Am Blumenplatz“ in Krefeld statt, der Krefelder Hospizlauf.

Eine Aktion, die im Jahre 2011 von Dieter Hofmann, Ehrenvorsitzender des Stadtsportbundes Krefeld, ins Leben gerufen wurde und die im Laufe der Jahre immer weiter gewachsen ist.

Von 11 Startpunkten rund um Krefeld, St. Tönis und Meerbusch setzten sich am Sonntagmorgen rund 800 Läufer*innen und Walker*innen in Bewegung, um dann gemeinsam das Ziel „Hospiz am Blumenplatz“ zu erreichen. Zusätzlich gab es ab 14 Uhr „Eislaufen gegen Spende“ in der Krefelder Rheinlandhalle, das von den Krefeld Pinguinen, dem KEV81 und dem Eissportverein Krefeld organisiert wurde.



Die Startergruppe ab Bösinghoven beim Hospizlauf am 22.09.2024.



Am Grundend wartet die zweite Gruppe auf die Ankunft der Startläufer*innen beim Hospizlauf.

Wie in den vergangenen Jahren auch, starteten ab dem Vereinsgelände des TSV Meerbusch in Bösinghoven auch zwei Gruppen Sportler*innen, die dann auf ihrem Weg nach Krefeld von ausgebildeten Laufbetreuer*innen begleitet wurden. Zwei unterschiedliche Tempogruppen setzten sich zeitversetzt bei herrlichem Sonnenschein in Bewegung. Johannes Peters, der Ehrenvorsitzende des TSV Meerbusch, ließ es sich nicht nehmen, bei beiden Starts den Startschuss abzugeben. Unterwegs sammelten wir in Krefeld an der Haltestelle Grundend eine weitere große Gruppe Mitläufer*innen ein. Fröhlich ging es weiter bis zum Freibad Neptun in Krefeld, wo sich auch noch weitere Läufer zu uns gesellten. Nach insgesamt 11,7 Kilometern erreichten wir dann unser Ziel, das „Hospiz am Blumenplatz“. Es wurde uns durch die Zuschauer am Ziel ein so herzlicher Empfang bereitet, der alle Teilnehmenden des Laufes für die ganze Mühe entlohnte und einem eine fette Gänsehaut beschern konnte. Besonders berührt hat mich das freudige Lächeln mancher Heimgäste, die in ihren Betten oder im Rollstuhl draußen auf uns warteten und uns in Empfang nahmen.

Die große Freude in den Gesichtern der Menschen zu sehen, hat mich zutiefst berührt und mich bestärkt, im nächsten Jahr auf jeden Fall wieder dabei sein zu wollen. Die Startgelder und die Spenden, die durch diese Veranstaltung eingenommen und zu 100% an das Hospiz weitergegeben werden, ermöglichen viele Aktionen für die Heimgäste, die nicht von den Krankenkassen übernommen werden. So können die Teilnehmer*innen des Laufs mit ihrem Beitrag Solidarität mit den schwerstkranken Menschen zeigen, Berührungsängste überwinden und die wichtige Hospizarbeit unterstützen.

Im Ziel gab es für die Läufer und Walker zur Stärkung Getränke, Obst, Kuchen, Eis und Bratwürstchen, die von Ehrenamtlern im Hospiz und weiteren Helfern gereicht wurden und von Krefelder Unternehmen gesponsert wurden. Leider verflog die Zeit viel zu schnell und wir mussten uns nach einer kleinen Pause schon wieder auf den Rückweg machen. Pünktlich um 13:15 Uhr startete der Shuttlebus, der die Sportler*innen wieder zurück zu ihren Startpunkten bringen sollte. Bis zur Haltestelle Grundend lief alles wie am Schnürchen und die gut gelaunte Schar der Läufer*innen verließ nach und nach den Bus. Übrig blieben nur wir vier, die ihr Auto in Bösinghoven stehen hatten. Da geschah das Pech, denn der Bus verlor auf einen Schlag sein Kühlwasser und wir mussten zu Fuß vom Grundend nach Bösinghoven zurücklaufen. Zum Glück hatten wir uns am Hospiz ein bisschen gestärkt und so konnten wir die letzte Strecke auch noch fröhlich zu Ende bringen.



Kleine Stärkung nach dem Lauf beim Hospizlauf.

Mein Fazit:

Für mich war es wieder ein total schönes Gefühl, etwas Gutes für eine wirklich gute Sache getan zu haben. Das Lächeln in den Gesichtern der schwerstkranken Menschen, die uns am Hospiz erwartet hatten, werde ich nie vergessen. Im nächsten Jahr möchte ich auf jeden Fall auch wieder dabei sein und hoffe, noch viele andere Menschen für die Idee begeistern zu können.

Und vielen Dank an Petrus, der uns allen den letzten schönen Spätsommertag beschert hat!!

Text: Monika Weidenfeld

Laufen: Das Beste kommt zum Schluss! – Das Running Team beendet offiziell die Wettkampfsaison 2024

Am 27.10.2024 fand bereits zum 7. Mal der beliebte Rhein-City-Run statt. Ein außergewöhnlicher Halbmarathon, der in Düsseldorf unterhalb der Theodor-Heuss-Brücke am Robert-Lehr-Ufer startet und die Läufer*innen viele Kilometer entlang des Rheins in Richtung Duisburg führte. In zwei Wellen machten sich über 3.000 Teilnehmer*innen bei kühlen Temperaturen auf den langen Weg. Mitten unter ihnen unser Running Team Mitglied Sandra Peters, die sich in den Wochen vor dem Wettkampf sehr gut auf diesen Tag vorbereitet hatte. In einer sagenhaften Zeit von 1:35:50 Std. schaffte sie die 21,1 km lange Strecke und belegte mit diesem tollen Ergebnis den ersten Platz in ihrer Altersklasse. Insgesamt kam sie als 13. Frau von 1.311 gestarteten Frauen ins Ziel. Herzlichen Glückwunsch zu dieser starken Leistung!



Start des Rhein City Run am 27.10.2024.



Sandra beim Rhein City Run am 27.10.2024.

Am 16.11.2024 gab es die bereits 51. Auflage des Neusser Erftlauf, zu dem sich 4 Mitglieder aus dem Running Team angemeldet hatten. Traditionell beenden wir mit diesem Wettkampf offiziell die Wettkampfsaison. Das heißt aber nicht, dass wir danach dann die Laufschuhe an den Nagel hängen und die Füße hochlegen werden. Nein, nein – keine Sorge!! Wir werden fleißig weiter trainieren und versuchen, gut und fit durch den Winter zu kommen. Denn im neuen Jahr wollen wir die neue Wettkampfsaison genauso stark eröffnen, wie wir sie mit diesem Lauf beendet haben!

Um 13:00 Uhr fiel der Startschuss für die über 300 Läufer*innen, die sich für den 5 km Wettkampf angemeldet hatten. Bei idealen Laufbedingungen machten sich auch die drei Mitglieder aus dem Running Team auf ihren Weg. Ralph, Stefan und ich warteten im Zielbereich auf die Rückkehr unserer Laufkolleg*innen. Als erstes stürmte Hajo Bahl nach nur 24:02 Minuten über die Ziellinie. Was für ein grandioses Rennen ist er da gelaufen! Echt megastark!

Dann erreichte als nächste Elke Dohmen das Ziel. Mit ihrer Zeit von 32:10 Minuten lief sie eine neue persönliche Bestzeit und kann sehr stolz auf dieses Ergebnis sein.

Jana Emilie Friemelt beendete ihre Runde nach nur 36:59 Minuten. Dieses tolle Ergebnis sicherte ihr den 3. Platz in ihrer Altersklasse und einen Platz auf dem Siegetreppchen.



Die Erftläuferinnen Elke, Monika, Hajo und Jana am 16.11.2024.



Jana auf dem Siegetreppchen beim Erftlauf 16.11.2024.

Um 14:00 Uhr wurde es dann für mich Ernst, denn da fiel der Startschuss für den 15 km Wettkampf. Knapp 300 Starter*innen stürmten los – und ich mit. Ganz schön kreuz und quer ging es durch wunderschön herbstliche Waldgebiete, vorbei an Tiergehegen und entlang der Erft – bis dann endlich der Sportplatz wieder in Sicht kam. Nach einer letzten Schikane, die uns noch einmal in einer Schleife vom Sportplatz weg und dann doch noch zum Ziel führte, hatte ich es dann nach exakt 1:30:00 Std. endlich geschafft. Mit diesem Ergebnis war ich sehr zufrieden und freute mich auch sehr über den 3. Platz in meiner Altersklasse.

Mein persönliches Fazit:

Es hat wieder sehr viel Spaß gemacht! Ich mag diese Veranstaltung sehr und kann sie mit gutem Gewissen weiterempfehlen. Der warme, süße Zitronentee im Ziel schmeckte großartig und war bei der Kälte genau das Richtige. Ich habe mich sehr gefreut, dass Stefan eigens zum Anfeuern des Teams vorbeigekommen ist. Und vielen Dank auch an Jana, die nach ihrem Lauf bis zu meinem Zieleinlauf geblieben ist, und mich unterwegs auch noch angefeuert hat! Das war echt klasse! Und natürlich geht auch ein großer Dank an Ralph, der mich bergleitet und uns alle unterstützt hat.

Aber jetzt lassen wir es erst einmal etwas langsamer angehen und freuen uns auf eine besinnliche Adventszeit.

Text: Monika Weidenfeld



Monika beim Start 15 km Erftlauf am 16.11.2024.



Monika glücklich im Ziel beim Erftlauf.



Mein ganz persönlicher Nachruf für meine Freundin

Monika Schmidt-Grigull

*** 04. Juli 1957**

+ 19. November 2024

Eigentlich möchten wir an dieser Stelle immer nur von schönen Dingen berichten, von sportlichen Erfolgen oder schönen Teamveranstaltungen, aber manchmal zwingt uns das Leben auch zu ganz besonders traurigen Nachrichten:



Am Dienstag, ist unser langjähriges Vereinsmitglied und meine Freundin Moni nach schwerer Krankheit verstorben. Sie ist im Hospiz am Blumenplatz am frühen Morgen des 19.11.2024 friedlich eingeschlafen.

Moni trat am 22.02.1995 in die Gymnastikabteilung des TuS Bösinghoven ein.

Am 10.02.2020 wurde sie für ihre 25 Jahre Mitgliedschaft ausgezeichnet. Im nächsten Jahr wären es dann dreißig Jahre geworden...

Wir lernten uns im Jahre 2003 kennen, nachdem das Running Team gegründet wurde und Moni von der Gymnastik Abteilung in das Running Team wechselte. Seit dieser Zeit haben wir einige 1.000 Kilometer Seite an Seite laufend, hinter uns gebracht. Wir waren damals mehrfach zusammen auf Mallorca in unseren Trainingslagern und haben gemeinsam trainiert und viel Zeit miteinander verbracht. Wir haben uns gemeinsam auf Marathons vorbereitet und viele Wettkämpfe miteinander bestritten. Wir haben zusammen gelitten und uns zusammen gefreut.

Diese Zeit hat uns zusammengeschweißt und zu echten Freundinnen werden lassen.

Ein kluger Mann hat einmal gesagt, dass das Leben wie ein Marathon sei - lang und anstrengend und dass viele Schritte zu gehen sind. Wir haben immer versucht, unser Training so zu gestalten, dass wir einen positiven Schnitt hinbekommen. Das bedeutet, dass die 2. Hälfte eines Wettkampfes schneller gelaufen wird, als die 1. Hälfte. So sollte das eigentlich auch mit dem Leben sein: Die 2. Hälfte sollte schöner werden, als die erste. Aber das Glück hatte Moni leider nicht. Einige sehr schwere Schicksals- schläge musste sie in den letzten Jahren hinnehmen. Doch sie ist immer wieder aufgestanden und hat es geschafft, weiter zu gehen. Sie hat nie aufgegeben und hat weiter gekämpft, so wie ich sie auch als Sportlerin immer erlebt habe.

Doch den letzten Kampf konnte sie nicht gewinnen und irgendwann war klar, dass sie den letzten Weg angetreten ist. Tapfer und ohne Klagen ist sie von uns gegangen.

Meine liebe Moni, du warst eine tolle Sportlerin und ein wichtiges Mitglied in unserem Running Team und wir werden uns gerne an die gemeinsame Zeit mit dir zurück erinnern.

Meine liebe Moni, ich werde dich sehr vermissen und du wirst mir sehr fehlen! Aber in meinem Herzen hast du einen festen Platz und ich werde dich bei meinen Läufen immer bei mir haben.

Nun ruhe dich aus und kehre heim zu deinen Liebsten.

In Gedanken sind wir bei deiner Tochter und deinen Familienangehörigen.

Monika Weidenfeld





Qualifikation für die Meisterschafts-Endrunde Schachjugend geschafft

Drei Jugendliche der TSV-Schachabteilung haben sich für die Endrunde der Bezirksjugend Einzelmeisterschaft qualifiziert.

Alexander (U14), Samuel und Mark (beide U12) (auf dem Bild von links) sammelten bei drei Grand Prix Turnieren die notwendige Anzahl Punkte und dürfen stolz darauf sein, im Bezirk zu den besten Schachspielern ihrer Altersgruppe zu gehören.

Die Endrunde wurde Ende Oktober als dreitägiges Turnier in der Jugendbegegnungsstätte Wolfsberg bei Kranenburg ausgetragen.

Text: Thomas Cieslik

Vier Tage lang kämpften rund 80 jugendliche Schachspielerinnen und Schachspieler in der Jugendfortbildungsstätte „Wolfsberg“ bei Kranenburg um die Qualifikation zur Verbandsmeisterschaft. Zwei TSV-Spieler waren mit von der Partie, und am Ende durfte sich Samuel über einen hervorragenden dritten Platz in der U12 freuen.

Das Turnier war für alle ein spannendes Erlebnis. Die Organisatoren hatten ein umfangreiches Freizeitprogramm zusammengestellt, dass neben verschiedenen Schachvarianten auch viel Sport und Bewegung enthielt. Ein besonderes Highlight war das Fußballturnier, bei dem die Teams aus Betreuern sowie großen und kleinen Teilnehmerinnen und Teilnehmern bestanden. Dabei zeigte sich, dass nicht wenige Schachspieler auch echte Könner am Ball sind.

Das achtköpfige Leitungsteam bekam bei der abschließenden Siegerehrung zu Recht viel Beifall für die Organisation und auch, wer nicht auf dem Treppchen stand, fuhr mit der Gewissheit nach Hause, dass es gut war, dabei gewesen zu sein.



Hoffnungsvoller Schach-Nachwuchs: Die Platzierten bei der Qualifikation zur Samuel (links) als Drittplatzierter und Verbandsmeisterschaft. Mark.

Text: Thomas Cieslik

Junge Sieger beim Klever Jungenschachfestival 2024

Die jungen TSV-Schach-Talente entwickeln sich immer weiter. Bedingung dafür sind Spiele, Spiele, Spiele. Und das machen die Kinder und Jugendlichen mit wachsender Intensität und Freude am Schachspielen.



Beim Klever Jungenschachfestival 2024 im Kolpinghaus in Kleve gehörten Daniil Sereda (auf dem Bild links) und Lukas Wang zu den Platzierten und fuhren stolz mit einem Pokal nach Hause.

Text: Johannes Peters

Das U20 Schach-Team gewinnt souverän gegen Issum

Beim ersten Heimspiel der U20 Mannschaft konnte sich das Team des TSV mit fünf gewonnenen und nur einer verlorenen Partie gegen die Mannschaft aus Issum durchsetzen. Leider trat Issum nur mit 4 Spielern an, so dass zwei Partien kampflos auf das Konto des TSV gingen. Bei den ausgespielten Partien zwangen Lukas und Yichen ihre Gegner bereits nach einer halben Stunde zur Aufgabe. Am Spitzenbrett nutzte Samuel nach einer guten Stunde einen Fehler seines Gegners und erreichte eine klare Gewinnstellung.



Text: Thomas Cieslik

Erste Herbstfreizeit der Schachjugend

Fünf Schachspieler der Jugendabteilung und ein Gast aus Krefeld reisten zusammen mit den beiden Betreuern Thomas Cieslik und Michael Geiß in der zweiten Woche der Herbstferien in die Jugendherberge Wuppertal zu unserer ersten Schachfreizeit.

Bereits kurz nach der Ankunft wurde die erste Runde des Turniers ausgetragen, vier weitere folgten an den nächsten drei Tagen. Dazu ein bunter Mix aus Freizeit und Training. Natürlich durften eine Fahrt mit der berühmten Schwebbahn sowie ein Ausflug in den bekannten Wuppertaler Zoo nicht fehlen. Ein besonderes Highlight war die „Fun Fabrik“, wo das Schwarzlicht ganz ungewöhnliche Effekte auf eine klassische Minigolfanlage zauberte.



Training und Freizeit in der Jugendherberge Wuppertal



Beim „Konditionsblitzen“ ist blitzschnelles Denken gefragt.



Die Zeit verging wie im Flug und viel zu früh wurde am letzten Abend der Sieger des Turniers geehrt. Den ersten Platz belegte der jüngste Teilnehmer, der siebenjährige Janus, unser Gast aus Krefeld, der alle Partien gewonnen hat und so eindrucksvoll bewiesen hat, dass man beim Schach auch als Jüngster gute Chancen hat.

Text: Thomas Cieslik



Beim „Gespenserschach“ sehen alle Figuren gleich aus. Hier ist höchste Konzentration angesagt.



Gruppenbild mit Dinosaurier beim Schwarzlicht-Minigolf ...

... und mit dem Fotomodell des Wuppertaler Zoos.



Erstmalig Schachkurs für Erwachsene

Der erstmalig durchgeführte Schachkurs für Erwachsene Anfänger und Wiedereinsteiger war ein Erfolg. Es wurde bewusst der Sportraum im Vereinsheim in Lank als Übungsstätte gewählt, allein wegen der besseren Anbindung an den ÖPNV. Unter der Anleitung von Michael Arounopoulos (auf den Fotos ganz links) wurde es an sechs Übungstagen und 12 Unterrichtsstunden nie langweilig und alle Teilnehmer haben mit Sicherheit viel über das „Schach spielen“ gelernt. Die Grundkenntnisse über Figuren, welche Figur darf wie bewegt werden, was ist eine Rochade (große und kleine), Spielzüge und Taktiken sollten jetzt sitzen. Mit



Sicherheit wird der Kurs fortgesetzt, Einsteiger sind jederzeit zum Schnuppern eingeladen. Weitere Infos beim Abteilungsleiter Schach Johannes Peters unter mobil 0177/6608 617.

Text: Johannes Peters

Deutsche Meisterschaft Dortmund: Disziplin Luftgewehr-Auflage

An der Deutschen Meisterschaft in der Disziplin Luftgewehr-Auflage, die am 26. und 27. Oktober 2024 in Dortmund stattfand, nahmen insgesamt 1676 Schützinnen und Schützen teil. Die Veranstaltung wurde im Landesleistungszentrum Dortmund ausgerichtet und brachte Sportlerinnen und Sportler aus ganz Deutschland zusammen, die in verschiedenen Altersklassen antraten, um ihre besten Leistungen zu zeigen.

In den insgesamt zwölf Wettbewerben (zehn Einzel- und zwei Teamwertungen) kamen die Sieger aus fünf verschiedenen Landesverbänden. Die Veranstaltung, die vom Deutschen Schützenbund organisiert wurde, zog zahlreiche erfahrene Schützen an und erwies sich als erfolgreiche und gut besuchte Meisterschaft. (Inhalt und Foto Quelle DSB)



Unter den Teilnehmenden war auch Klaus-Dieter Fischer, ein erfahrener Sportschütze des TSV-Meerbusch. In der Altersklasse Senioren II stellte sich K.D. Fischer der Herausforderung gegen 198 andere Konkurrenten in seiner Klasse. Mit einer soliden Leistung erzielte er 313,1 Ringe und erreichte damit den 68. Platz. Die Platzierung ist in der Auflagedisziplin durchaus respektabel, wenn man die hohe Teilnehmerzahl berücksichtigt. K.D. Fischer, der routiniert und gut vorbereitet in die Meisterschaft ging, zeigte während des gesamten Wettkampfs eine konstante Leistung.

Obwohl er sich keinen der Top-Ränge sichern konnte, bedeutete sein Ergebnis eine wichtige Erfahrung und eine gute Positionierung im vorderen Mittelfeld. Die Meisterschaft in Dortmund bot Schützen wie Klaus-Dieter die Gelegenheit, sich auf nationaler Ebene zu messen und seine Technik und Konzentration in einem Wettkampfumfeld zu erproben.

Für den TSV-Meerbusch und seine Vereinsmitglieder ist die Teilnahme von Klaus-Dieter Fischer an der Meisterschaft ein Grund zur Freude und ein wertvoller Beitrag zur Vereinsgeschichte im Schießsport.

Text: Martin Blickmann



Schon Weihnachten und wieder nicht zur Digitalisierung gekommen?

Hier kommt die Lösung für Ihr Unternehmen:
humbee ist der innovative Cloud Arbeitsplatz, der sämtliche Funktionen des digitalen Arbeitens in nur einem Tool bündelt!

- Innovatives Vorgangsmanagement
- Klare, strukturierte Kommunikation
- Reibungslose Abstimmung im Team
- Alles zu einem Thema an einem Ort



humbee
time for more

humbee solutions GmbH | 40668 Meerbusch | 02150 7098 434 | humbee.de



Klappt es schon mit dem **neuen eRezept?**

Jetzt können Sie eRezepte ganz einfach per App oder direkt von Ihrer Versichertenkarte mit dem neuen **Cardlink*-Verfahren** online bei uns einlösen...

Mit „IhreApotheken-App“ können Sie auch direkt online bei uns shoppen und vorbestellen.

... auch bequem von zuhause oder unterwegs

Wir helfen Ihnen mit der Einrichtung!



Laden Sie sich eine der Top-Apps auf Ihr Smartphone.



Versichertenkarte ans Handy halten und ab zu uns! *JETZT bei uns NUTZBAR über die ApoGuide- und IhreApotheken-App!

#UNVERZICHTBAR: Die Kundenkarte IHRER STAMM-Apotheken digital und klassisch erreichbar – jetzt Vorteile für das Neue Jahr sichern

„Der Kunde ist König!“ heißt es schon im Sprichwort, denn **er** entscheidet über Aufstieg oder Untergang eines Unternehmens. Dies gilt ganz besonders, wenn der Wettbewerb intensiv ist. Wir haben uns zur Aufgabe gemacht, vor Ort unsere Kund:innen mit Service, Freundlichkeit, Engagement, Leidenschaft und Kompetenz zu betreuen.

Dabei hilft uns unsere **Kundenkarte**, mit der wir nicht nur einen Überblick über die Arzneimittel haben, sondern auch Lieferservice und online-Bestellungen komfortabel anbieten können. Wir belohnen das mit regelmäßigen **Rabattcoupons**, die Sie per Post nach Hause bekommen.

Auch das **CardLink-Verfahren**, mit dem Sie ganz einfach die Versichertenkarte über Ihr Handy auslesen und zu uns schicken können, gehört zu unserem Repertoire. Manchmal ist dieser Weg auch hilfreich, um zu sehen, ob die Verordnung schon fertig ist und Sie dann zum Einlösen bei uns vorbeikommen, um sich beraten, inspirieren oder mit unserer Kosmetik verwöhnen zu lassen.

Wie die App funktioniert erklären wir Ihnen gerne (z.B. IhreApothekenApp) mit der Sie auch verschiedene Familienmitglieder mit einem Handy managen können. Unter stamm-apotheken.de/bestellservice können Sie auch bequem Schritt für Schritt in die digitale eRezept-Welt eintauchen.

Ob Grippeimpfung, reisemedizinische Beratung, Medikationsanalyse, Anmessen von Kompressionstrümpfen, kosmetische Beratung oder einfach nur ein freundliches Gespräch: mit uns sind Sie **klassisch und digital** unterwegs!

Unter stamm-apotheken.de finden Sie unsere **TOP-Preisangebote und Informationen** zu verschiedenen Themen wie Reiseapotheke (auch für Kinder), Frauengesundheit, Erkältung, Schmerzen, Magen-Darm und vieles mehr! Natürlich finden Sie hier auch auf die Schnelle die nächste **notdiensthabende** Apotheke.

Wir freuen uns auf Sie!



HUBERTUS | **TELOY**
Apotheke | Apotheke



Deutsche Meisterschaft im Blasrohrschießen in Einbeck

Vom 1. bis 3. November 2024 fanden die Deutschen Meisterschaften im Blasrohrschießen statt. Insgesamt nahmen etwa 640 Starter an den drei Wettkampftagen teil, die sich in verschiedenen Altersklassen miteinander messen konnten. Austragungsort dieser spannenden Wettkämpfe war die Stadionsporthalle Einbeck, wo die besten Blasrohrschützen Deutschlands ihre Treffsicherheit und Konzentration unter Beweis stellten.



Ingo Fleischer, Mitglied des TSV Meerbusch, trat am Freitag, den 1. November 2024, in der Altersklasse Herren III an. In dieser Altersklasse starteten insgesamt 78 Teilnehmer, was den Wettbewerb in dieser Klasse besonders anspruchsvoll machte. Mit einem Ergebnis von 566 Ringen erreichte Ingo den 56. Platz und zeigte eine beachtliche Leistung in einem starken Teilnehmerfeld.



Die erste Runde begann für Ingo Fleischer mit einer 7 in der ersten Serie und endete mit einem Zwischenergebnis von 288 von 300 Ringen nach dem ersten Durchgang. Im zweiten Durchgang zeigte der TSV Schütze etwas Nerven und beendete den zweiten Durchgang mit 278 Ringen. Trotz des intensiven Wettbewerbs und des hohen Leistungsniveaus unter den Teilnehmern gelang es Ingo, sich mit dem soliden Gesamtergebnis von 566 Ringen zu behaupten und den TSV Meerbusch würdig zu vertreten.

Auch wenn das Endergebnis für Fleischer Platz 56 bedeutete, kann er stolz auf seine Leistung in einem hochkarätigen Wettkampf mit erfahrenen Konkurrenten sein. Der TSV Meerbusch gratuliert Ingo Fleischer zu seiner Teilnahme und ist stolz darauf, einen engagierten und talentierten Sportler in seinen Reihen zu haben.

Text: Martin Blickmann

Tennis beim TSV: Ein Hoch auf die Sieger:innen von Morgen!

Im September fand die **2. Jugendclubmeisterschaft** statt – mit großem Anklang bei den Kids. Neben dem reinen Wettbewerb wurde ein attraktives Rahmenprogramm geboten.

Das Publikum fieberte bei spannenden Vor- und Hauptrundenspielen mit und nach dem Finale standen die strahlenden Sieger:innen in den verschiedenen Altersklassen fest: **Emil Hannig (U10)**, **Lasse Elahinija (U12)**, **Frederik Müller (U18m)** und **Greta Schmitz (U18w)**.

Ein großes **Dankeschön** geht an unsere **Jugendwarte Melanie Rübartsch** und **Dirk Bongardt** – und natürlich an **alle Eltern**, ohne die solche Veranstaltungen nicht möglich sind.



Nicht nur auf Vereins-, sondern auch auf Kreisebene engagierten sich unsere Nachwuchstalente. Die diesjährigen **Kreismeisterschaften** bescherten den TSV-Spieler:innen einige Erfolge. **Anna Bongardt** hat, nach dem Titel bei den offenen Damen-Kreismeisterschaften, auch den Titel bei den Jugendkreismeisterschaften (W18) im hochspannenden Finale gegen Theresa Witteck von BW Krefeld geholt.



Bei den W14 zog ihre Schwester **Maya** ins Finale ein und unterlag da, denkbar knapp, ihrer Vereinskameradin Isabella Libertus erst im Champions Tiebreak.



Auch im Doppel konnten die TSV'ler einige Siege einfahren. Kreismeisterinnen bei den W14 wurden **Nikola** und **Maya Bongardt** nach drei glatten Siegen.



Bei den Jungs setzten sich **Lasse Elahinija** (TSV) und **Justus Bürger** (TC Strümp) bei den M10 im spannenden Finale mit einem 13:11 im Champions Tiebreak durch.



Im Mixed (M/W18) unterlagen **Anna Bongardt** und **Jannik Anderson** knapp im Champions Tiebreak und holten sich die Vizekreismeisterschaft.

Natürlich gebührt auch den weiteren TSV-Spielern Anerkennung für ihre Leistung: Jamie Nguyen, Emil Hannig, Felix Cebulla, Moritz Reebstein und Mattis Elahinija.

Nach allen den Wettbewerben noch ein Blick auf die Kleinsten: unser „**Miniclub**“ ist ein Angebot für unsere kleinen Tennisprofis von morgen, die gerade erst anfangen und in den Sport noch reinschnuppern wollen.

Die Mädels und Jungs sind im Alter zwischen vier und sieben Jahren und voll bei der Sache. Zusammen mit dem jungen Trainerteam, pro Training à vier Trainer*innen, spielen sie mit den Kids übers kleine Netz in Gruppen mit vier Kindern.

Wichtig dabei ist erstmal den Spaß am Sport zu wecken, ein Gefühl für Ball und Schläger zu bekommen.

Starterparcour oder die Vermittlung der Schläge in Verbindung mit Tieren, zum Beispiel „Adler“ als sehr hoher Schlag, sind nur einige Beispiele des abwechslungsreichen Trainings.

Wichtig ist zudem, dass sich die Kinder viel bewegen, weshalb viele Fangspiele und -übungen in den Ablauf integriert werden.

Fazit: der „**Miniclub**“ ist ein tolles Angebot, um sich dem Tennis im jungen Alter anzunähern und sich mit seinen oder neuen Freunden an der frischen Luft oder in der Halle zu bewegen.



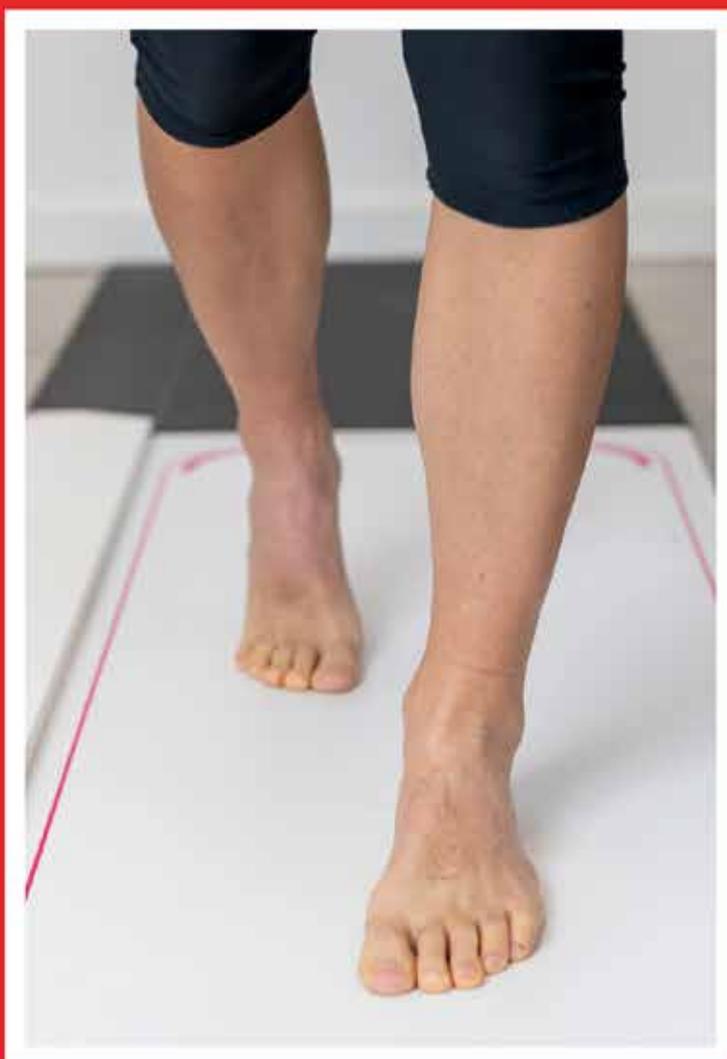
Vorschau auf die nächste Ausgabe: die Planungen zum Ausbau unserer Anlage und Plätze ist in vollem Gang. Paddle- und weitere Tennis-Plätze sind hier die Stichworte. Es bleibt spannend...

Übrigens: viele Infos und News findet Ihr auf unserer TSV-Website www.tsv-meerbusch.de

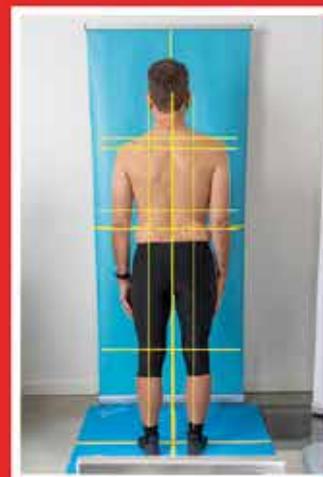
Text und Bilder: Stefan Lambert

**Sie möchten wieder schmerzfrei Sport treiben?
Ihre sportliche Leistung steigern?
Oder einfach wissen, was bei Ihnen nicht rund läuft?
Dann machen Sie die passende Analyse bei uns!**

**Jetzt ONLINE
Termin
vereinbaren!**



*Videogestützte Ganganalysen • Fußdruckmessung • Videogestützte Laufbandanalysen • Bewegungsanalysen • Statischer Haltungsscan
Schuhinnendruckmessung • Bike Fitting • Sprunganalysen
Auswertung, Dokumentation und Übungsempfehlungen u.a.*



sanitätshaus brockers

orthopädie - technik & orthopädie - schuhtechnik

Analyse - Zentrum

tel. 0 21 59 - 69 74 90

Berta-Benz-Str. 12, MB-Strümp

Infos: www.brockers-analysen.de

TRAININGSZEITEN

Erwachsene

BÖSINGHOVEN: TSV TRAININGSCENTER "ALTE SCHULE" LANK / STRÜMP: TSV SPORTRAUM / STÄDTISCHE HALLEN

MONTAG									
Trainingszeit		Trainer/in	D/H	Ort	Trainingszeit		Trainer/in	D/H	Ort
9:00 - 10:00	Bodyforming	Silvia	D/H	Raum 1					
10:10 - 11:00	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1					
11:10 - 11:55	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1					
17:30 - 18:25	Kurs Faszientraining	Simone	D/H	Raum 1	18:00 - 18:55	Reha-Herzsport	Eva W./Barbara	D/H	TSV Nierster Str.
18:35 - 19:30	Kurs fit & pfundig	Simone	D/H	Raum 1	19:05 - 20:00	Reha-Herzsport	Eva W./Barbara	D/H	TSV Nierster Str.
19:40 - 20:55	Kurs Yoga Fitness	Simone	D/H	Raum 1	20:05 - 21:30	Showtanz 'Wild Things'	Ina	D	TSV Nierster Str.
19:00 - 19:55	Bodyforming	Eva P.	D/H	Raum 2	20:00 - 22:00	"Fit mit Fun" für Männer	Thomas	H	SMG Strümp H1
DIENSTAG									
8:30 - 9:25	Aerobic	Judith	D	Raum 1	Zeichenerklärung: D/H Damen / Herren Kurs zeitlich begrenztes Kursangebot gegen zusätzliche Gebühren, auch für Gäste Adressen der Orte: siehe unten				
9:35 - 10:30	Rückentraining	Judith	D	Raum 1					
09:00 - 10:00	Sanfte Gymnastik für Senior*innen	Hanne	D/H	Raum 2					
10:15 - 11:15									
17:30 - 18:25	Pilates	Simone	D	Raum 1	16:00 - 17:30	Kurs Entspannung	Birgit	D/H	TSV Nierster Str.
18:35 - 19:50	Kurs Yoga Fitness	Simone	D/H	Raum 1	17:45 - 19:15	Kurs Yoga und Meditation	Birgit	D/H	TSV Nierster Str.
20:05 - 21:00	Rückentraining	NN	D/H	Raum 1					
19:30 - 21:00	Kurs Hatha-Yoga	Roswitha W.	D/H	Raum 2					
MITTWOCH									
9:30 - 10:30	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1	18:00 - 18:55	Wirbelsäulengymnastik	Christel	D/H	TSV Nierster Str.
16:15 - 17:15	Heilsame Tänze	Simone	D	Raum 1	19:05 - 20:00	High Intesity Training	Christel	D/H	TSV Nierster Str.
17:30 - 18:25	Pilates	Simone	D/H	Raum 2	20:00 - 21:30	Fitness für Kicker	Eva W.	H	T-Fliedner Schule
18:35 - 19:30	Bodyforming	Simone	D/H	Raum 2					
18:00 - 18:55	Rückentraining	Uschi	D	Raum 1					
19:05 - 20:00	Rückenfit Sie+Er	Uschi	D/H	Raum 1					
DONNERSTAG									
10:40 - 12:10	Kurs Yoga und Meditation	Birgit	D/H	Raum 1	17:00 - 18:00	Fit über 60 (Damen)	Hanne / Daniela	D	TSV Nierster Str.
16:45 - 18:00	Sitzgymnastik	Uschi	D	Raum 2	18:30 - 19:30	Rückenfit Sie+Er	Uschi	D/H	TSV Nierster Str.
17:30 - 18:25	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1	18:30 - 19:30	Kurs Tanzen für Pfundige	Simone	D/H	Martinus GS Strümp
18:35 - 19:35	Fitness all inclusive	Silvia	D/H	Raum 1	20:00 - 21:30	Sportgruppe Herren	Gregor	H	P.-Jacobs-Schule
20:00 - 21:30	Showtanz 'Wild Things'	Ina	D	Raum 2					
FREITAG									
9:00 - 10:00	Full Body Fitness	Silvia	D/H	Raum 1	8:45 - 9:40	Senior*innen Sport	Kathrin	D/H	Forstenberg
10:15 - 11:15	Er & Sie Fitness	Hanne	D/H	Raum 1	9:50 - 10:45	Rückentraining Senior/innen	Kathrin	D/H	Forstenberg
16:45 - 17:45	Kurs Heilsame Tänze	Simone	D	Raum 1	18:00 - 19:00	Sportgruppe Herren	Eva W.	H	TSV Nierster Str.
18:00 - 19:00	Kurs Faszientraining	Simone	D/H	Raum 1					
19:10 - 21:00	Orientalischer Tanz	Vera	D	Raum 1					
SAMSTAG									
9:30 - 10:25	Kurs Zumba Gold	Sabine	D/H	Raum 1	11:00 - 12:30	Kurs Line Dance	Dieter	D/H	TSV
10:35 - 11:30	Kurs Zumba Fitness	Sabine	D/H	Raum 1					

Sportstätten Bösinghoven
 TSV Trainingscenter "Alte Schule"
 Bösinghovener Str. 55, 40668 Meerbusch-Bösinghoven

Sportstätten Strümp
 Sporthalle Städt. Meerbusch Gymnasium, Halle 1
 Mönkesweg 58, 40670 Meerbusch-Strümp
 Sporthalle Martinus Grundschule
 Paul-Jülke-Straße, 40670 Meerbusch-Strümp

Sportstätten Lank
 TSV Sportraum, Theodor-Mostertz-Sportanlage
 Nierster Straße 90, 40668 Meerbusch-Lank

Städtische Sporthallen:
 Forstenberg, Wittenberger Str. 21, 40668 Meerbusch-Lank
 Pastor-Jacobs-Schule, Kemper Allee 6, 40668 Meerbusch-Lank
 Stettiner Straße, 40668 Meerbusch-Lank
 Theodor-Fliedner-Schule, Im Schieb 2-8, 40668 Meerbusch-Lank
 Aktualisiert von Roswitha Ogrosky am 25.11.2024

TRAININGSZEITEN Kinder und Jugendliche

BÖSINGHOVEN: TSV TRAININGSCENTER "ALTE SCHULE"

LANK / STRÜMP: TSV SPORTRAUM / STÄDTISCHE HALLEN

MITTWOCH							
Trainingszeit	Trainer/in	Alter	Ort	Trainingszeit	Trainer/in	Alter	Ort
				15:15 - 16:00	Eltern-Kind-Turnen	Marion	1,5-3 J P.-Jacobs-Schule
				16:00 - 16:45	Eltern-Kind-Turnen	Marion	2-5 J P.-Jacobs-Schule
				16:45 - 17:30	Eltern-Kind-Turnen	Marion	2-5 J P.-Jacobs-Schule
DONNERSTAG							
Zeichenerklärung: Kurs zeitlich begrenztes Kursangebot gegen zusätzliche Gebühren, auch für Gäste Adressen der Orte: siehe unten				15:30 - 16:15	Kurs Kinderturnen	Conni	Martinus Schule
				16:20 - 17:05	Kinderturnen	Conni	3-4 J Martinus Schule
				17:10 - 17:55	Kinderturnen	Conni	5-6 J Martinus Schule
FREITAG							
				16:45 - 17:45	Kurs Ninja Warrior Kids	Dominik	8-12 J P.-Jacobs-Schule

Sportstätten Bösinghoven
 TSV Trainingscenter "Alte Schule"
 Bösinghovener Str. 55, 40668 Meerbusch-Bösinghoven

Sportstätten Strümp
 Sporthalle Städt. Meerbusch Gymnasium, Halle 1
 Mönkesweg 58, 40670 Meerbusch-Strümp
 Sporthalle Martinus Grundschule
 Paul-Jülke-Straße, 40670 Meerbusch-Strümp

Sportstätten Lank
 TSV Sportraum, Theodor-Mostertz-Sportanlage
 Nierster Straße 90, 40668 Meerbusch-Lank

Städtische Sporthallen:
 Forstenberg, Wittenberger Str. 21, 40668 Meerbusch-Lank
 Pastor-Jacobs-Schule, Kemper Allee 6, 40668 Meerbusch-Lank
 Stettiner Straße, 40668 Meerbusch-Lank
 Theodor-Friedner-Schule, Im Schieb 2-8, 40668 Meerbusch-Lank

Lieblings-PAUSENBROT

DAMHUS
Die Meistergriller

www.damhus.de

KONTAKTE

Abteilungsleitung



Daniela van de Loo
Abteilungsleiterin

0173 / 6755282
daniela.v.d.loo@tsv-meerbusch.de



Simone Rudolph
Leiterin Trainingsbetrieb

02159 / 9 22 13 19
simone.rudolph@tsv-meerbusch.de



Karin Broistedt
Kursmanagement

02150 / 794510
karin.broistedt@tsv-meerbusch.de



Eva Wenderoth
Fachbereich Reha-Herzsport
ÜL-B Reha (Herz,Diabetes,Orthopädie)

02150 / 7108
eva.wenderoth@tsv-meerbusch.de



Roswitha Ogrosky
Controlling & Kommunikation

02159 / 78 50
roswitha.ogrosky@tsv-meerbusch.de



Hans Reiners
Sport- und Hallenangelegenheiten

02150 / 3976
hans.reiners@tsv-meerbusch.de

Trainerinnen und Trainer (alphabetisch nach Vornamen)



Barbara Bär-Bories
Dipl. Sportlehrerin B / Reha-Herzsport

02150 / 70 08 34
barbara.baer-bories@tsv-meerbusch.de



Birgit Steinhoff
Yoga-Lehrerin

0157 / 74584080
birgit.steinhoff@tsv-meerbusch.de



Conni Theiler
Motopädin / Kinderturnen

02159 / 81 51 81
conni.theiler@tsv-meerbusch.de



Christel Penners
Fitness-Trainerin

0163 / 7814776
penners-fitness@t-online.de



Dieter Lass
Leiter Linedance

02150 / 4049



Eva Pack
Fitness-Trainerin

01515 / 9499782
02159 / 81 51 288
eva.pack@tsv-meerbusch.de



Gregor Steverding
Leiter der Donnerstags-Herrengruppe

02150 7299
gregor.steverding@tsv-meerbusch.de



Hanne Pelster
Sport der Älteren

02150/7949111
02150 / 7949111
hanne.pelster@tsv-meerbusch.de



Ina Gießen
Leiterin Showtanzgruppe "Wild Things"

0175 / 39 47 39 90
ina.giessen@tsv-meerbusch.de



Judith Auer
Fitness-Trainerin

0179 / 4532450
judith.auer@tsv-meerbusch.de



Kathrin Doh
Sport der Älteren

01573-3258474
info@doh-bewegt.de



Marion Maletzki-Blank
Eltern-Kind-Turnen

02151 / 3265330
marion.maletzki-blank@tsv-meerbusch.de



Roswitha Weigmann
Yoga-Lehrerin

02159 / 3794
roswitha.weigmann@tsv-meerbusch.de



Sabine Knapp
Zumba Instructor

0170 / 9 64 31 17
sabine.knapp@tsv-meerbusch.de



Silvia Kaiser
Präventionssport

02151 / 57 14 15
silvia.kaiser@tsv-meerbusch.de



Thomas Zapf
Trainer Fit mit Fun

02159 / 56 45
0172 / 8338936
thomas.zapf@tsv-meerbusch.de



Uschi Klupsch
Präventionssport
Sport der Älteren

02151 / 31 55 68
uschi.klupsch@tsv-meerbusch.de



Vera Stuckmann
Orientalischer Tanz

0172 / 2335202
vera.stuckmann@tsv-meerbusch.de

Aktualisiert von Roswitha Ogrosky am 25.11.2024

IMPRESSUM:

Sportarten:

Badminton
Cheerleading
Fußball
Gymnastik
Inline Skating
Jiu Jitsu
Karate
Kinderturnen
Laufen
Nordic Walking
Orientalischer Tanz
Rückenschule
Schach
Schießsport
Skisport
Tanzen
Tennis
Tischtennis
Yoga



Herausgeber:

Der Vorstand des
TSV Meerbusch

Redaktion:

AK Öffentlichkeitsarbeit u.
Werbung
Johannes Peters
Klaus Radek

Redaktionsmanagement:

Johannes Peters

DTP-Layout und Satz:

Kathrin Wohlfahrt
Eva-Marie Werling

Fotos:

Archiv des TSV Meerbusch
Mitglieder
des TSV Meerbusch
Klaus Radek
Ludwig Sauels,
www.sauels.com

Druck:

HORN-DRUCK
Bayreuther Str. 46
40597 Düsseldorf
Tel. 0211-90 81 11-0
Fax: 0211-90 81 11-5

Auflage:

4 x jährlich 2.000 Stück

Anzeigen & Werbung:

Es gilt die jeweils zum
Erscheinungstermin gültige
Anzeigenpreisliste

ELEKTROTECHNIK · INFORMATIONSTECHNIK

Damit
alle Ströme
fließen...

Starke Leistungen

- Elektroinstallationen
- Kundendienst
- Telefonanlagen
- Satelliten-Anlagen

- KNX-Gebäudetechnik
- Alarmanlagen
- Netzwerktechnik
- Beleuchtungen

Bei Fragen zu Kosten, Service
oder Leistungen schreiben Sie
uns einfach eine Mail unter:
elektro.beeck@t-online.de

BEECK
Elektrotechnik
Informationstechnik

Thomas Beeck
Elektrmeister
Xantener Straße 11
40670 Meerbusch
Fon 02159-9699915
Mobil 0173-7096204

GISSELBACH

SANITÄR HEIZUNG SOLAR ANLAGEN TECHNIK

Ossum 12
40668 Meerbusch
FACHBETRIEB FÜR

Telefon (02159) 81066
Telefax (02159) 81939

SANITÄR · HEIZUNG
SOLAR
ANLAGENTECHNIK

caritas



Ihr
neuer Job in
Meerbusch!

Wir haben Berufe mit Zukunft und Aufstiegschancen:

- Sichere Arbeitsplätze für Pflegekräfte
- Attraktive Ausbildungs-, FSJ- und Praktika-Stellen

Ausgebildeten Pflegefachkräften (m/w/d) bieten wir in Meerbusch und in Krefeld ein hervorragendes Leistungspaket:

- „Arbeite doch wie Du willst“ für unsere Pflegekräfte: Flexible Dienstplangestaltung nach eigenen Wünschen möglich
- Job-Bike, Job-Ticket sowie Dienstwagen auch zur privaten Nutzung
- moderne Arbeitsmittel (Handy, Laptop etc.)
- Vergütung nach AVR-Caritas inkl. Jahressonderzahlung und zusätzlicher betrieblicher Altersvorsorge
- umfassende Einarbeitung und kostenlose Fort- und Weiterbildung.



caritas-krefeld.de/jobs

Wir bieten vielseitige und attraktive Angebote für alle, die einen sicheren Ausbildungsplatz suchen oder soziale Berufe näher kennen lernen möchten:

- **Ausbildungsberufe (Tarif und Zusatzleistungen):**
Pflegefachfrau/Pflegefachmann, Pflegefachassistenz
- **Freiwilligendienste (rund 450 Euro Taschengeld/Monat):**
Bundesfreiwilligendienst (BFD), Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)
- **Praktika / Anerkennungsjahr:**
Schülerpraktikum oder Anerkennungsjahr nach Absprache

Weitere Infos unter www.caritas-krefeld.de unter „Arbeitsplatz Caritas“ oder Bewerbungen direkt online an bewerbungen@caritas-krefeld.de.

Die Caritas Krefeld und Meerbusch ist bei Facebook und Instagram, **youngcaritas** ist bei Instagram.



 **Caritasverband für die Region Krefeld e.V.**
Nahe beim Menschen
in Krefeld und Meerbusch

  **Krefelder Caritasheime gemeinnützige GmbH**
Nahe beim Menschen
in Krefeld und Meerbusch



www.caritas-krefeld.de Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld, Telefon: 021 51/6395-0

Anz/FSJ/Meerbusch 2024

WIR DANKEN

unseren Partnern:

Apfelparadies
Apotheker Ulrich Stamm e.K.
Damhus GmbH & Co. KG
Kälte-Klima Peters GmbH
Keuter Grundbesitzverwaltung GmbH
Kineto Fitness & Gesundheit
Liebisch GmbH
Rewe Osterath
Waldor Transport GmbH

unseren Inserenten:

Beeck Elektrotechnik
BRS Steuerberatung
Brockers Sanitätshaus
Buchhandlung Meerbusch
Caritasverband für die Region Krefeld e.V.
ComConsult GmbH
Elektroanlagen- und Rolladenbau Michael Kalies
Gisselbach GmbH Sanitär- und Heizungsanlagen
humbee solutions GmbH
Imdahl Mode
Jäger Beerdigungsinstitut
Knappschaft
Lenzen TV Video Hifi
Malteser, Malteserstift St. Stephanus
Mrs. Books
Peter Pfeiffer Installations- und Heizungsbau GmbH
Pizzeria Toto
Schmitz-Franken A., Dr.med.
Schnittgefühl by Daniela Püllen, Friseurbetrieb
Volksbank Krefeld
willst-Du-weg.de

**Das nächste Heft
erscheint im Frühjahr 2025**

Verteilung der Vereinszeitung



Liebe Sportsfreundin, lieber Sportsfreund,

Die Verteilung wird über unsere Sportstätten in Lank und Bösinghoven durchgeführt. Darüber hinaus liegt die Zeitung in vielen Geschäften, Banken, Praxen, aber auch bei unseren Partnern in ganz Meerbusch aus. An manchen Orten auch mit dem deutlichen Hinweis, dass man sich ein Exemplar gerne mit nach Hause nehmen darf. Die Annahme der Verteilstellen wird regelmäßig überprüft und gegebenenfalls nachgebessert. Solltet Ihr Wünsche oder Verbesserungsvorschläge für die Verteilung haben, nur her damit!

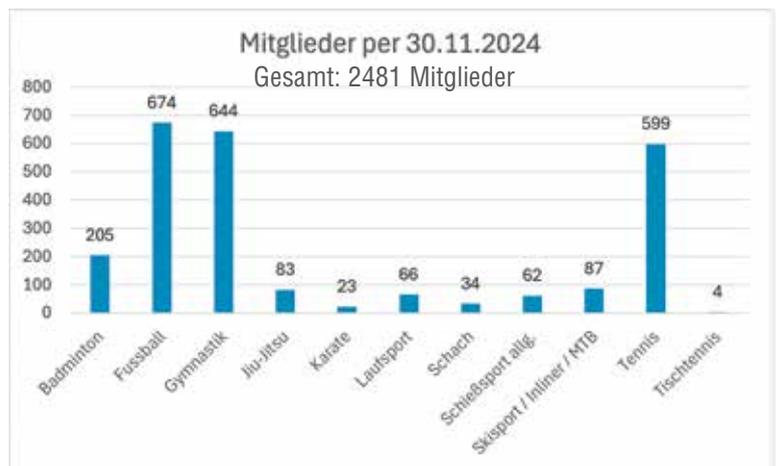
Natürlich soll aber jedes Mitglied unsere Zeitung bekommen. Deshalb konkretisieren

wir hier noch mal unser Angebot: wir bieten auch den Postversand der Zeitung an. Bitte ruft in der Geschäftsstelle an unter 02159/819964 oder schreibt eine E-Mail an gs@tsv-meerbusch.de.

Dieser Service wird allerdings berechnet, die Kosten betragen für die 4 Ausgaben nur 5 Euro und werden mit dem ersten Beitragseinzug fällig gestellt.

Zusätzlich wird die elektronische Ausgabe der Vereinsnachrichten zeitnah immer auf unserer Homepage www.tsv-meerbusch.de zum Download bereit gestellt.

Johannes Peters



REWE

Peter Kotlarski OHG

unser Lieferservice
auf Anfrage

Bommershöferweg 2-8
40670 Meerbusch-Osterath
Tel. 0 21 59/91 29 74
Fax 0 21 59/27 70

Wichtige Adressen

Vorstand:



1. Vorsitzender
Arnim Biskup

arnim.biskup@
tsv-meerbusch.de



Vorstandsmitglied
Dr. Andreas Graef

andreas.graef@
tsv-meerbusch.de



Vorstandsmitglied
Uli Wild

uli.wild@
tsv-meerbusch.de



Vorstandsmitglied
Daniel Peters

mobil: 0151 68411925
daniel.peters@
tsv-meerbusch.de

Abteilungsleitung



Badminton
Uwe Siemens

uwe.siemens@
tsv-meerbusch.de



Fußball
Christian Werner

mobil: +49 157 37539618
christian.werner@
tsv-meerbusch.de



Gymnastik
Daniela van de Loo

Tel. 0173 6755282
daniela.v.d.loo@
tsv-meerbusch.de



Jiu Jitsu
Christian Busch

mobil: +49 1520 1944301
christian.busch@
tsv-meerbusch.de



Laufsport
Dieter Schmitz

mobil: +49 172 2135672
dieter.schmitz@
tsv-meerbusch.de



Karate
Liam Murphy
mobil: +49 0176 21787386

liam.murphy@
tsv-meerbusch.de



Schießsport
Frank Tovornik

Frank.tovornik@
tsv-meerbusch.de



Ski/Inliner
Kristijan Stefanovski

mobil: +49 174 3284168
kristijan.stefanovski@
tsv-meerbusch.de



Tennis
Xaver Knust

Tel. 49 0177 5701126
xaver.knust@tsv-meerbusch.de



Jugendleiterin
Kristina Geisler

kristina.geisler@
tsv-meerbusch.de



Schach
Johannes Peters

Mobil: 0177 66 08 617
johannes.peters@
tsv-meerbusch.de

Geschäftsstelle

2. Etage der Alten Schule
Bösinghovener Strasse 55
40668 Meerbusch -Bösinghoven
Tel. 02159 / 81 99 64
fax: 02159 / 81 99 66
E-Mail: gs@tsv-meerbusch.de
Internet: www.tsv-meerbusch.de

Bankverbindung:

Volksbank Krefeld e.G.
IBAN: DE68 3206 0362 2282 8120 13



Unsere Fachkraft
Sandy Zelazny steht Ihnen
für alle Fragen rund um
Ihre Mitgliedschaft und zu
Sportangeboten gerne zur
Verfügung.

Sandy.zelazny@tsv-meerbusch.de



Unsere Mitarbeiterin
der Geschäftsstelle
Karin Klein ist
verantwortlich für
Personal und Buchhaltung.

Karin.Klein@tsv-meerbusch.de

Öffnungszeiten:

Geschäftsstelle in Bösinghoven:

Montag – Freitag:
08:30 Uhr bis 12:30 Uhr
Mittwoch
17:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Sportanlagen

Sportplatz Bösinghoven
Zufahrt Windmühlenweg,
40668 Meerbusch
Tel. 02159 / 6343

Sportplatz Lank

Theodor-Mostertz-Sportanlage
Nierster Str. 90
40668 Meerbusch

Ehrenvorsitzende

Johannes Peters
johannes.peters@tsv-meerbusch.de
Dr. Steffen Döhler
Paul Drexler



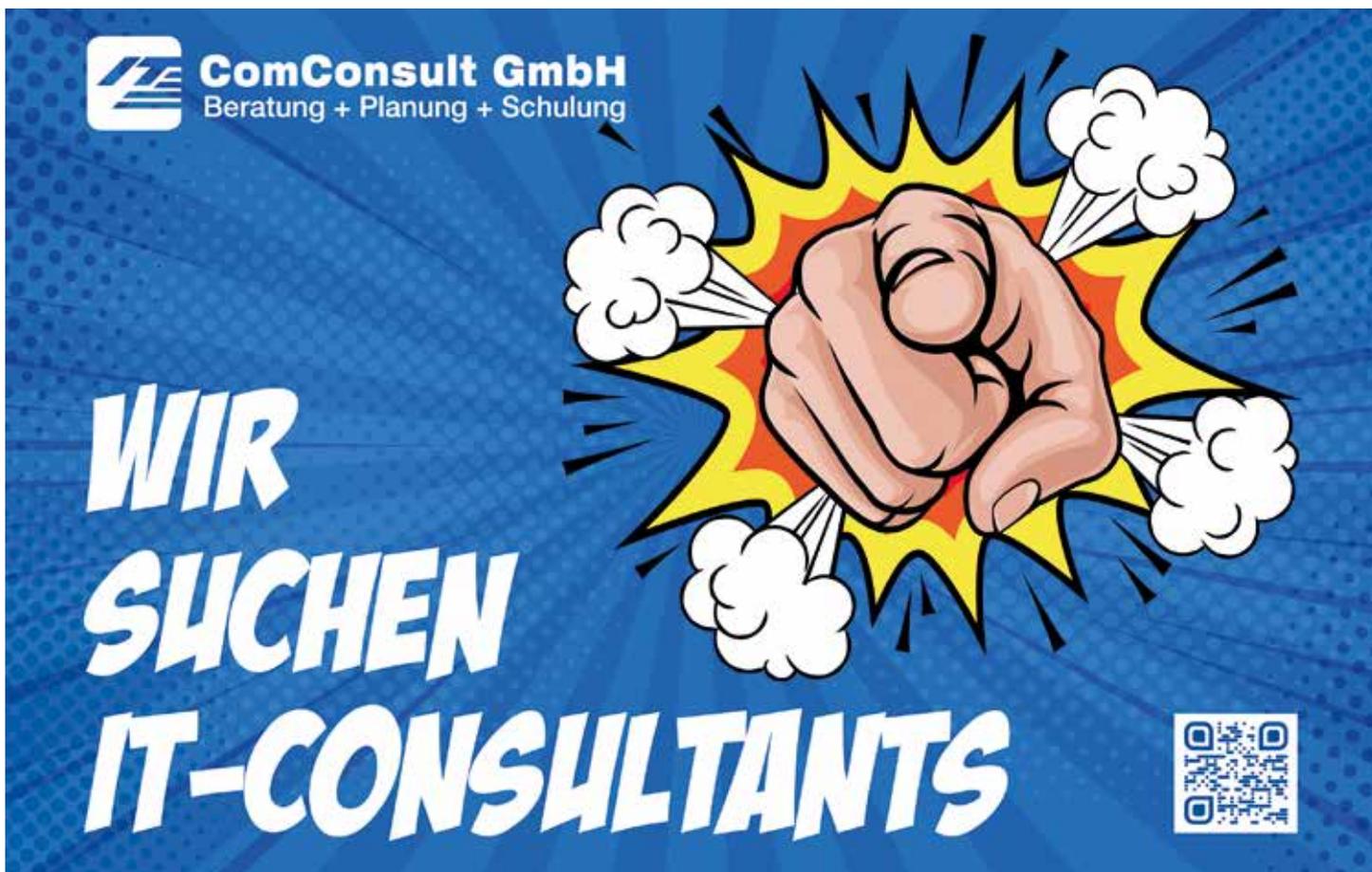
vbkrefeld.de

Unser wichtigstes Investment: die nächste Generation.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.

Volksbank Krefeld eG 



 **ComConsult GmbH**
Beratung + Planung + Schulung

WIR SUCHEN IT-CONSULTANTS



Starke Partner für einen starken Verein



Premium Partner



Business Partner

Club Partner
