



**Wir feiern
10 JAHRE TSV
+ 100 JAHRE ASV**



**Das Große
Familienfest
mit viel Unterhaltung
für Jung & Alt**

- Kölner Spielesircus e.V.
- Trödelmarkt
- Mitmachparcours Jung & Alt
- Rückblick auf Vereinsgeschichte
- Livemusik & DJ

**12. Juli 2025
ab 13:00 Uhr**

Theodor-Mostertz-Sportanlage, Nierster Straße 90, 40668 Meerbusch Lank



Außerdem im Heft:

- Programmfolge der Jubiläumsfeiern am 12. Juli 2025 – Seite 10
- Die Gründung der TSV Darts-Abteilung – Seite 18
- www.tsvm-fussball.de – NEUE Webseite! – Seite 22
- Neue Gym-Specials 2025 – Seiten 33-37
- 5. Meerbuscher Schnellschach-Open: Ankündigung – Seite 45

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	31	Vorstellung Redondo Bälle
5	Editorial	32	Ein neues Gesicht stellt sich vor
6	Christina Siemens und Isabel Heuwing – zwei der unsichtbaren Heldinnen der Badminton-Abteilung	32	In Planung
7	Sonderpreis beim Wettbewerb „Euer Projekt – Eure Stimme“	32	Scheiden tut weh...
8	Neuer Jugendvorstand im TSV Meerbusch	33	Neue Gym-Specials 2025
8	Nachruf: Paul Drexler	38	Jiu-Jitsu: Aktuelles und Termine
9	Sanierung des Vereinscenters in Bösinghoven	40	Jahresauftaktfeier 2025 vom Running Team des TSV Meerbusch – Highlights, Fakten, Ausblicke und Ehrungen
9	Projektarbeit unseres „Bufdi“ Enno Werling	41	Vom Winde verweht – das Running Team beim Venloop am 30.03.2025
10	Programmfolge der Jubiläumsfeiern am 12. Juli 2025	42	Der Mai ist gekommen, das Running Team schwärmt aus...
11	Wir feiern 10 Jahre TSV Meerbusch und 100 Jahre ASV Lank	44	Offenes Schach-Jugendturnier am 1. Mai in Monheim
14	Jubiläums-Trödelmarkt am 12. Juli in Lank	44	Schachjugend unterwegs
16	Saisonrückblick der O19-Mannschaften des TSV Meerbusch	45	5. Meerbuscher Schnellschach-Open: Ankündigung & Anmeldung
18	Die Gründung der TSV Darts-Abteilung	48	Schießen: Osterhase zu Besuch bei den TSV-Schützen
20	E3 - Rückblick auf eine erfolgreiche Saison 2024/2025	49	Abteilungsversammlung der Schießsport- Abteilung
21	Die U14 wird Meister der C-Jugend Kreisleistungsklasse 2024/25	50	Tennis beim TSV – Die Tennis-Saison 2025 ist gestartet!
22	U16 feiert Meistertitel in der Sonderliga	52	Trainingszeiten der Gymnastikabteilung
24	Abenteuer Bundesliga	54	Kontakte der Gymnastikabteilung
26	Techniktrainer Markus Steffen von Borussia Mönchengladbach zu Gast beim TSV	55	Impressum
26	www.tsvm-fussball.de – NEUE Webseite! 04.01.2025	57	Partner / Inserenten
29	Die 1. Mannschaft des TSV Meerbusch spielt auch in der nächsten Saison in der Oberliga Niederrhein	57	Mitgliederstatistik
31	Eindruck der Gym-Gruppe „Er+Sie“ mit der Übungsleiterin Hanne Pelster	58	Wichtige Anschriften

Fotos: Mitglieder des TSV Meerbusch



B ■ R ■ S

Steuerberatungsgesellschaft mbB



Besuchen Sie uns gerne online:

www.brs-steuerberatung.de



@BRS_STEUERBERATER

Liebe Mitglieder und liebe Freundinnen und Freunde des TSV Meerbusch,

für viele Sportlerinnen und Sportler ist die Saison 2024/2025 nun zu Ende gegangen – Zeit für Erholung, Entspannung und den wohlverdienten Urlaub.

Im Fußball haben wir mit unserer U17 und U19 Vereinsgeschichte geschrieben: Beide Mannschaften traten in der DFB-Nachwuchsliga – ehemals Jugend-Bundesliga – an und maßen sich mit renommierten Profivereinen wie Borussia Dortmund, Fortuna Düsseldorf, Borussia Mönchengladbach und Bayer Leverkusen. Auch wenn der Klassenerhalt letztlich nicht gelang, haben sich unsere Teams mit großem Einsatz und respektablem Leistungen behauptet. Herzlichen Dank an alle, die diesen Traum ermöglicht haben!

Ein weiterer Meilenstein war die Sanierung unseres Vereinscenters in Bösinghoven. Das Gebäude wird nun nachhaltig mit PV-Strom und Wärmepumpen beheizt – damit konnten wir sämtliche Projekte, die das Land NRW gefördert hat - erfolgreich abschließen. Auch die Geschäftsstelle wurde umfassend saniert und wärmegeklämt. Damit ist der Grundstein gelegt, auch das Gelände des ehemaligen Kindergartens künftig für sportliche und soziale Projekte zu nutzen.

Die Stadt Meerbusch hat das Gebäude bereits durch eine Dacherneuerung mit moderner Dämmung zukunftsfähig gemacht. Erste Entwürfe unseres Architekten sehen rund 130 m² neue Sportflächen inklusive moderner Sanitärbereiche vor. Zudem könnten die Eingangshalle und der Schulhof einbezogen und z. B. durch eine Cafeteria für Mitglieder zusätzlich aufgewertet werden.

Noch fehlt uns allerdings das nötige Budget. Deshalb setzen wir auf kreative Ideen und ehrenamtliches Engagement!

Ein tolles Beispiel ist unsere neu gegründete Dart-Gruppe, die sich in dieser Ausgabe selbst vorstellt. Mit viel Enthusiasmus und Muskelkraft wurden bereits erste Umbauten vorgenommen – ein früher Start der Nutzung ist in Sicht, auch wenn die Gesamtanlage noch nicht fertiggestellt ist.

An dieser Stelle möchten wir Euch alle – Mitglieder wie Unterstützer – herzlich einladen, Euch einzubringen!

Ob durch handwerkliche Hilfe, fachliche Beratung, Materialspenden oder finanzielle Beiträge: Gemeinsam können wir Großes bewegen – und es macht Freude, als Gemeinschaft etwas zu gestalten.

Besondere Ereignisse im Blick:

• **12. Juli 2025:**

Jubiläumsfeier „10 Jahre TSVM & 100 Jahre ASV Lank“ – ab dem frühen Nachmittag auf der Sport- und Tennisanlage in Lank. Euch erwartet ein bunter Familientag mit Kinderprogramm, Rückblicken und musikalischer Abendunterhaltung mit Künstlern und DJ. Für Speisen und Getränke ist gesorgt.

• **30. August 2025:**

Konzert der „Bohemians“ auf dem alten Marktplatz in Lank – wie immer ein kulturelles Highlight! Die Tenöre Sascha Dücker, Andreas Schönberg und Ricardo Marinello entführen uns in die Welt der Oper, Operette und Popmusik.

• **2. Oktober 2025:**

Unser Ehrentag bei Bükler – eine festliche Veranstaltung zu Ehren verdienter Mitglieder, Übungsleiter und Ehrenamtler. Die Einladungen folgen in Kürze.

Ein herzliches Dankeschön an alle Förderinnen, Förderer und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer – ohne Euch wäre all das nicht möglich!

Wir freuen uns, mit der Sparkasse Neuss einen bedeutenden und leistungsstarken neuen Sponsor für den TSV Meerbusch gewonnen zu haben. Die Sparkasse Neuss ist so überzeugt von dem Auftritt unseres Vereins, dass sie uns mit Anzeigenschaltungen, Bandenwerbung und anderen Aktionen bei unserer sportlichen Arbeit finanziell unterstützen werden. Die erste Anzeige der Sparkasse Neuss findet Ihr in diesem Heft.

Mit sportlichen Grüßen,

Euer Vorstand des TSV Meerbusch

Christina Siemens und Isabel Heuwing – zwei der unsichtbaren Heldinnen der Badminton-Abteilung

In dieser Ausgabe von MeinVerein stellen wir zwei Frauen vor, die sich seit Gründung des TSV Meerbusch in verschiedenen Funktionen in der Badminton-Abteilung ehrenamtlich engagieren: Christina Siemens und Isabel Heuwing



Christina

Neben ihrer Berufstätigkeit, Christina als Psychotherapeutin und Isabel als teilzeitbeschäftigte Beamtin im Kommunalministerium, wenden sie im Durchschnitt sechs Stunden wöchentlich für das Ehrenamt auf. In Phasen der Saison- oder Turniervorbereitungen werden daraus aber auch gerne einmal 12 oder mehr Stunden pro Woche.

Lt. eigener Aussage sind beide in ihre Ehrenämter „hineingewachsen“. **Christina** ist seit ihrem 9. Lebensjahr Mitglied der Badminton-Abteilung. Im Alter von 15 Jahren sammelte sie erste Erfahrungen als Mannschaftsführerin, später wurde sie Beisitzerin und ist jetzt im Vorstand der Badminton-Abteilung. Nach der Fusion mit 60 neuen Mitgliedern war es ihr besonders wichtig, eine „Willkommens-Kultur“ in der Badminton-Abteilung zu etablieren, damit sich die neuen Mitglieder sofort aufgenommen und wertgeschätzt fühlten.

Isabel spielt seit dem 6. Lebensjahr Badminton. Mit 17 Jahren wurde sie Jugendleiterin und ist immer noch aktiv in der 1. Mannschaft. Sie sagt, dass Badminton ihr Sport sei, der ihr einfach Spaß und Freude mache. In einem tollen Team von Trainern und Eltern ist für sie die Förderung der sportlichen, aber auch menschlichen Entwicklung der Kinder eine Herzensangelegenheit. Der Blick in strahlende Kinderaugen ist Bestätigung für das eigene Engagement. Besonders gefreut hat sie die Nominierung für „Ehrenamt überrascht“, die auf eine Initiative der Eltern zurückging.

Die Aufgabengebiete von Christina und Isabel in der Badminton-Abteilung sind ebenso umfang- wie abwechslungsreich. Christina ist für die Koordination der verschiedensten Aufgaben im Seniorenbereich mit fünf Mannschaften zuständig. Dazu gehören neben der Saisonplanung, die Einteilung der Spieltage

und des Trainingsbetriebs. Wichtige Kriterien bei der Mannschaftszusammenstellung sind für sie aber nicht nur die sportlichen Leistungen, sondern auch menschliche Gesichtspunkte. Dabei ist ihr die Durchlässigkeit von unten nach oben, von den Hobby- zu den Leistungsspielern ein besonderes Anliegen. Zufriedenheit und Ansprechbarkeit sind ihr sehr wichtig. Sie möchte einen Raum für Austausch zwischen Sportlern, Trainern und Eltern bieten und die Zufriedenheit aller Mitglieder steht dabei für sie an oberster Stelle.

Weitere Aufgaben sind das Anwerben und die Betreuung von Trainern sowie die Mitgliedergewinnung. Die Organisation von speziellen Events, wie dem Niederrhein-Cup, den Stadtmeisterschaften oder dem Karnevalsturnier, bei dem gute und schlechte Spieler bunt durcheinandergemischt werden, zeigt den Spaßfaktor ihres Engagements.

Isabel kümmert sich um alle relevanten organisatorischen Tätigkeiten im Jugendbereich. Mannschaften müssen zusammengestellt und betreut werden. Eine besondere Herausforderung ist bei knappen Hallenplätzen die Einteilung der Trainingszeiten. Zusätzlich müssen Spieltage und Turniere geplant werden. Willkommene Abwechslung ist die Organisation außersportlicher Events wie z.B. „Von Kindern für Kinder“, einem Leuchtturm-Projekt für herausragende Jugendarbeit mit Strahlkraft über Meerbusch hinaus in die Region. Ihr besonderes Augenmerk liegt auf der Planung und Organisation der jährlichen Ferienfahrten. Zusätzlich kümmert sie sich um Sponsoring und die Akquise von Spielerinnen und Spielern.

Beide betonen, dass sie durch ihr Ehrenamt viel über die Wichtigkeit von Kommunikation und Empathie, über Kompromissfindung und Konfliktlösung, über Haltung und Klarheit im Reden und Handeln gelernt haben. Auf die Frage, was ein guter Ehrenamtler mitbringen muss, nennen Christina und Isabel u.a. Zuverlässigkeit, Geduld, Durchhaltevermögen, Teamfähigkeit, Empathie, Innovationsgeist, Organisationstalent, keine Scheu vor Mehrarbeit, aber vor allen Dingen Spaß und Freude am Umgang mit anderen Menschen.

Ihre Motivation ist, anderen Freude zu bereiten, etwas bewegen zu wollen und über den Sport gerade für Kinder und Jugendliche ein soziales Angebot in Meerbusch anzubieten. Beide empfinden ihr Ehrenamt als Bereicherung und nicht wegzudenkenden Ausgleich zum Berufsalltag. Sie sind dankbar, dass sie durch ihre ehrenamtliche Tätigkeit tolle Menschen kennenlernen und viele wertvolle Freundschaften schließen konnten.



Isabel

Text: Klaus Radek
Fotos: TSV Meerbusch

Sonderpreis beim Wettbewerb „Euer Projekt – Eure Stimme“

Beim jährlichen Wettbewerb „Euer Projekt – Eure Stimme“ der Stadtwerke Meerbusch / Willich wurde der TSV Meerbusch für sein Projekt

Grüne Zukunft für die Vereins-Immobilien des TSV Meerbusch e.V.

mit einem Sonderpreis in Höhe von 550 Euro bedacht. Für eine bessere Platzierung fehlten unserem Projekt leider einige hundert Klicks.



In Vertretung von Bürgermeister Bommers überreichte die Beigeordnete Bettina Scholten und der Geschäftsführer der stm, Tafil Pufja (links), den Scheck an den TSV-Ehrenvorsitzenden Johannes Peters.

Text: Johannes Peters
Fotos: Klaus Radek (TSV Meerbusch)




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.

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. 0 21 59-9 21 68 63
(Ausfahrt A44 Lank/Latum Strümpf)

SB-Automaten
Hüverheide 30
& Kuhstraße 28
47918 Tönisvorst/Vorst

Apfelparadies Hofcafe

apfelparadies.com
Folgen Sie uns auch auf:  



Neuer Jugendvorstand im TSV Meerbusch

Nach 10 Jahren engagierter und zuverlässiger Arbeit gibt Kristina Geisler (auf dem Foto rechts) ihr Amt als 1. Vorsitzende ab und bleibt uns glücklicherweise als Beisitzerin erhalten.

Für ihr langjähriges Engagement und großartige Arbeit bedanken wir uns herzlich.

Als neue Vorsitzende übernimmt Sandy Zelazny (2. von rechts) die Leitung des Jugendvorstands. Thorsten Bodzian wird ihr als Stellvertreter zur Seite stehen. Das Team abrunden wird Karin Klein (ganz links) als weitere Beisitzerin.

Der Jugendvorstand vertritt die Interessen der Jugendlichen im Verein, organisiert Veranstaltungen und Aktivitäten, fördert die Nachwuchsarbeit und trägt zur Weiterentwicklung des Vereins bei.

Gemeinsam freuen wir uns auf spannende Aufgaben, neue Herausforderungen und eine gute Zusammenarbeit mit den Abteilungen.

Text: Sandy Zelazny



Foto: TSV Meerbusch



Paul Drexler

* 01. September 1941
+ 21. März 2025

Zeit ist vergänglich – Unvergänglich bleiben nur Erinnerungen

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von unserem Ehrenvorsitzenden und langjährigem Mitglied Paul Drexler, der am 21. März 2025 im Alter von 83 Jahren verstorben ist.

Paul war viele Jahre 1. Vorsitzender im Fusionsverein ASV Lank und insgesamt 45 Jahre Mitglied in der Gymnastikabteilung im TSV Meerbusch. Er hat viele Ehrenämter ausgeübt und diese immer mit großem Engagement wahrgenommen. Lange war er auch Vorsitzender des Stadtverband Meerbusch e.V.

Bei den Vorgesprächen zur Fusion der beiden Vereine ASV Lank und TuS 64 Bösinghoven stand Paul von Anfang an positiv an der Seite der Befürworter und warb mit dem Ansehen seiner Person für positive Zustimmung.

Wir werden Paul in dankbarer Erinnerung behalten.

Unser Mitgefühl gilt seiner Frau Martina und den Angehörigen.

Johannes Peters, Ehrenvorsitzender



Sanierung des Vereinscenters in Bösinghoven

Der Konferenz- und Schachübungsraum in der 2. Etage des Vereinscenters in Bösinghoven wird aktuell saniert. Der alte Fußboden und die Deckenverkleidung wurde demontiert und durch neue Laminatfliesen und Rigipsplatten ersetzt. Auch werden neue Sitzmöbel gekauft und moderne LED-Lichtsäulen installiert. Das Ergebnis wird eine funktionale und freundliche Versammlungs- und Übungsstätte werden.

Text: Redaktion



Projektarbeit unseres „Bufdi“ Enno Werling

Seit August 2024 unterstützt uns Enno Werling im Sportbetrieb und in der Geschäftsstelle als Bundesfreiwilligendienstleistender. Jeder „Bufdi“ muss im Rahmen seines praktischen Jahres ein Projekt erarbeiten und auf den Bildungstagen des Landessportbundes vorstellen. Enno hat sich für den generationenübergreifenden „Mitmach-Parkour“ auf unserem Jubiläumsfest am 12. Juli 2025 auf der Sportanlage in Lank entschieden. Wie das Projekt vorgestellt werden sollte, entschied das Los. Enno sollte anhand eines Modells seine Überlegungen den Mitstreitern und den Lehrgangsbegleitern erläutern. Seine fantasievolle Darstellung scheint auch uns sehr gelungen und hat für manch schmunzelndes Lächeln gesorgt.

Wenn ihr mehr über den Mitmach-Parkour erfahren wollt, seid ihr, eure Familien, Freunde und Nachbarn herzlich zum Mitmachen eingeladen.

Text: Karin Klein



Programmfolge der Jubiläumsfeiern am 12. Juli 2025

10 Jahre TSV Meerbusch und 100 Jahre ASV Lank am 12.7.2025 auf dem Sport- und Tennisplatz in Lank

12:00 – 13:00 Uhr: Gästeempfang und offizielle Begrüßung und Start um 13.00 Uhr

Begrüßung durch den Veranstaltungsleiter und kurze Einführung in den Tagesablauf.

12:00 Uhr: Beginn Ausschank von Essen & Getränke

Eröffnung des Ausschankes auf dem Sportplatz mit Getränken, Würstchen, Pommes.

13:00 – 17:00 Uhr: Sportliche Einstimmung

Eröffnungswettkampf: Ein lockeres Sportprogramm

- mit „Alt und Jung“ im Parcour-Programm Kinder mit Eltern oder Großeltern
- Vorführung sportlicher Übungen unserer Abteilungen wie Schützen, Jiu Jitsu
- Programm des Kölner Spielescircus
- Mix Turnier Tennis auf der Tennisanlage
- Siegerehrung und kurze Ansprache zu Teamgeist und Vereinsidentität
- Kinderprogramm: Hüpfburg und interaktive Spiele
- Trödelmarkt zum Verkauf gebrauchter Sportkleidung (Einnahmen gehen an die Jugendabteilung)

16:00 – 17:00 Uhr: Ehrungen und Danksagungen

Begrüßung durch den Bürgermeister

Reden von Ehrengästen und Vorstand

Danksagungen an verdiente Mitglieder der Gründung des TSV Meerbusch

17:00 – 18:00 Uhr: Rückblick und Erinnerungen

Rückblick und Fotostrecke zur Vereinsgeschichte

Interaktive Stationen, um Geschichten einer langen Historie zu teilen

Begleitung durch Jazz Band Filofax

18:00 – 19:30 Uhr Essen mit Musikuntermalung

19:30 – 21.00 Uhr Einstieg in das Abendprogramm mit Künstlern

21:00 – 23:30 Uhr Tanzmusik mit DJ

23:30 Uhr Ende der Veranstaltung und Abbau des Equipments

Wir feiern 10 Jahre TSV Meerbusch und 100 Jahre ASV Lank

Am 12. Juli feiern wir ab 12 Uhr auf der Theodor-Mostertz-Sportanlage und der benachbarten Tennisanlage an der Nierster Straße in Lank-Latum unser doppeltes Vereins- Jubiläum: Der TSV Meerbusch wird 10 Jahre und der ASV Lank sogar 100 Jahre alt.

Mehr als eine Randnotiz ist, dass es in diesem Jahr auch 60 Jahre Schießsport in Lank zu feiern gibt – zuerst im ASV Lank und seit 10 Jahren unter dem Dach des TSV Meerbusch.

Aber wie feiert man angemessen diese Jubiläen? Der TSV Meerbusch ist der mitgliederstärkste Sportverein in Meerbusch. Als Mehrsparten-Verein mit 10 Abteilungen spricht er mit seinen Angeboten alle Sportinteressierten im Stadtgebiet und darüber hinaus an – egal ob jung oder alt, egal ob Frau oder Mann, egal ob Freizeit- oder Leistungssportler. Was liegt also näher, als sich im Rahmen eines großen Familienfests nicht nur bei den Vereinsmitgliedern, sondern auch bei all denen zu bedanken, die unseren Verein unterstützt und ins Herz geschlossen haben.

Die Besucher erwartet ein erstklassiges und abwechslungsreiches Programm. Auf dem Sportplatzgelände sorgen eine Grillstation und ein Getränkepavillon dafür, dass während des Festes keiner hungrig oder durstig sein muss.

Nach der offiziellen Begrüßung um 13 Uhr steht der Mittag ganz im Zeichen unserer kleinen Gäste. Für sie öffnet auf dem Sportplatz der Kölner Spielecircus seine Manege. In seinem Programm, das zum Mitmachen einlädt, stehen die Kinder im Mittelpunkt. In einer bunten Show können sie das zuvor Eingübte stolz ihren Eltern und den anderen Gästen präsentieren. Außerdem warten auf sie interaktive Spiele, Kinderschminken und eine Hüpfburg.

Wer es lieber etwas sportlicher mag, kann an einem nicht allzu ernst gemeinten Mehr-Generationen-Mitmach-Parcours teilnehmen. Hier absolvieren Kinder in gemischten Teams mit ihren Eltern oder Großeltern unter dem Motto Spaß für die ganze Familie leichte sportliche Übungen und Geschicklichkeitsaufgaben. Sportlich geht es auch mit den ebenso kurzweiligen wie abwechslungsreichen Vorstellungen der verschiedenen Abteilungen des Vereins zu. Zeitgleich lockt ein Mix-Tennis-Turnier auf die Tennisanlage. Parallel dazu können die Besucher zwischen 13 und 17 Uhr an Trödelmarkt-Ständen gebrauchte Sportkleidung und Sportartikel wie Bälle oder Schläger erwerben. Die Erlöse des Trödelmarktes kommen der Jugendabteilung zugute. Die Anmeldung ist noch bis zum 30. Juni bei Sandy Zelazny (jugend@tsv-meerbusch.de) möglich.

Gegen 16 Uhr richtet der Bürgermeister zusammen mit Vertretern der Stadt Meerbusch ein Grußwort an die Besucher. Neben dem Bürgermeister werden auch der Vorstand des TSV Meerbusch und Ehrengäste kurze Reden halten und verdiente Mitglieder des Vereins auszeichnen.

Ab 17 Uhr verlagert sich das Geschehen auf die benachbarte Tennisanlage. Hier folgt ein kurzer Moment des Innehaltens, um zurückzuschauen und das bisher Erreichte zu würdigen. Eine lockere Foto-Präsentation zeigt die bewegte 100jährige Geschichte des ASV Lank und die erfolgreiche Fusion mit dem TuS 64 Bösinghoven. Mit dem Zusammenschluss beider Vereine zum TSV Meerbusch wurde in den letzten 10 Jahren eine beispiellose Erfolgsgeschichte geschrieben. Langjährige Vereinsmitglieder, darunter auch einige „Macher“ der gelungenen Fusion, freuen sich darauf, ihre Geschichten mit interessierten Gästen zu teilen und gemeinsame Erinnerungen auszutauschen.

Speisen und Getränke serviert das Clubhaus auf der Tennisanlage. Die passende musikalische Untermalung liefert die Jazz-Band Filofax, bis dann um 19:30 Uhr die Live-Acts Horst Krefelder, Lars Hagen, Nina La Vida und Special Guests mit ihrem mitreißenden Schlagerprogramm die Bühne „übernehmen“. Ab 21 Uhr sorgt ein DJ für beste Party-Stimmung. Feiern Sie mit uns! Wir freuen uns auf ihr Kommen.

Text: Klaus Radek

**Wir feiern
+ 10 JAHRE TSV
100 JAHRE ASV**



Das Große Familienfest mit viel Unterhaltung für Jung & Alt

- Kölner Spielecircus e.V.
- Trödelmarkt
- Mitmachparcours Jung & Alt
- Rückblick auf Vereinsgeschichte
- Livemusik & DJ

**12. Juli 2025
ab 13:00 Uhr**

Theodor-Mostertz-Sportanlage, Nierster Straße 90, 40668 Meerbusch Lank

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

Jubiläums-Trödelmarkt am 12. Juli in Lank

Informationen für Aussteller

Ablauf

- Aufbau ab 11:00 Uhr
- Zufahrt zum Be- und Entladen möglich
- Abbau erst nach 17:00 Uhr

Stand

- Gebühr: 15 € für 3 Meter Standfläche (Mehrfläche möglich)
- Tische und Sitzmöglichkeiten bitte selbst mitbringen
- Keine Überdachung
- Verkauf nur von Second Hand-Artikeln
- Standnummern werden nach erfolgter Anmeldung vergeben

Wetter

- Bei schlechtem Wetter fällt der Trödelmarkt aus
- Bereits gezahlte Standgebühren werden erstattet
- Spenden willkommen

Kleiderspenden

Was wir sammeln

- Saubere, gut erhaltene Kleidung
- Sportartikel (z. B. Bälle, Schläger)

Abgabeorte

- Sportplatz Lank (Vereinsheim)
- Sportplatz Bösinghoven (Vereinsheim)
- Tennisheim Lank
- Vereinscenter Bösinghoven (Geschäftsstelle)

An allen Standorten stehen Wannen zur Abgabe bereit.

Kontakt

Sandy Zelazny, E-Mail: jugend@tsv-meerbusch.de – Tel. 02159 819964



JUBILÄUMS- TRÖDELMARKT

Wann?

**Samstag, 12. Juli
von 13–17 Uhr**

**ANMELDEN
bis 30. Juni**

Wo?

- ◆ Beim TSV-Jubiläums-Fest
auf dem Sportplatz in Lank

Mach mit!

- ◆ Eigener Stand: 15 € für 3 Meter Standfläche
- ◆ Tische bitte selbst mitbringen
- ◆ Weitere Infos nach erfolgter Anmeldung

Was darf

auf den Tisch?

- ◆ Alles, was 'Second-Hand' ist.
- ◆ Keine gewerblichen Verkäufe!

Weitere Infos



Kleiderspenden herzlich willkommen!

- ◆ Sportbekleidung und Sportartikel als Spende herzlich willkommen!
- ◆ Einnahmen zugunsten der TSV-Jugend

Anmeldung und Informationen:

jugend@tsv-meerbusch.de

Sandy Zelazny - 02159-819964



Saisonrückblick der O19-Mannschaften des TSV Meerbusch

Die Saison 2024/2025 war für die O19-Mannschaften der Badmintonabteilung des TSV Meerbusch eine spannende und herausfordernde Spielzeit. Die Spielerinnen und Spieler haben mit großem Engagement und Teamgeist beeindruckende Leistungen gezeigt. Hier ein Überblick über die Ergebnisse der 1., 2., 3., 4. und 5. Mannschaft:

1. Mannschaft

Die 1. Mannschaft hat sich erneut in der Verbandsliga behauptet. Durch eine starke Teamleistung beendete sie die Saison auf dem 3. Tabellenplatz. Besonders hervorzuheben sind die Leistungen von Isabel Heuwing, die 17 von 28 Spielen gewann, und Takashi Nikawadori sowie Sven Lübbers, die 16 Siege von 20 bzw. 24 Spielen verbuchen konnten. In der vergangenen Saison kämpfte die Mannschaft mit dem verletzungsbedingten Ausfall von Tim Möhrke, treue Seele und erfahrener Spieler des TSV. Wir wünschen ihm weiterhin eine schnelle und gute Besserung und hoffen sehr, dass er in der kommenden Saison wieder planmäßig für den TSV aufschlagen kann. Akane Nikawadori, Yong-Hwan Noh und Thorge Siemer, ein „Eigengewächs“ des TSV, werden die Mannschaft in der kommenden Saison verstärken.



2. Mannschaft

Die 2. Mannschaft durchlebte eine schwierige Saison und landete, auch auf Grund vieler knapper Niederlagen, leider auf einem Abstiegsplatz in der Landesliga. Die Damen der Mannschaft, Lena Laak und Helena Vollmer, waren die erfolgreichsten Spielerinnen mit jeweils 15 Siegen von 24 bzw. 25 Spielen. Trotz der herausfordernden Saison zeigte die Mannschaft Kampfgeist und Engagement. Spaß und Teamgeist kamen auch in der vergangenen Saison nicht zu kurz. Diese Waffen sollen in der kommenden Spielzeit helfen in der Bezirksliga anzugreifen und perspektivisch wieder den Sprung in die Landesliga zu schaffen. Bedauerlicherweise wird Lena Laak den TSV verlassen, doch sie bleibt dem Verein als Trainerin verbunden. Christina Siemens kehrt nach schwangerschaftsbedingter Pause in den Spielbetrieb zurück.

2. Mannschaft in der Saison 2024/2025.

3. Mannschaft

Die 3. Mannschaft des TSV Meerbusch punktete in dieser Saison zuverlässig und belegte in der Bezirksklasse am Ende einen starken 2. Platz. Trotz zweier knapper Niederlagen gegen die leistungsstarken Nachbarn vom BSC, konnte die Mannschaft die lokalen Konkurrenten aus Büderich und Osterath letztlich hinter sich lassen (Platz 4 und 5) und überzeugte besonders mit ihrem Teamgeist. Marie Fujikawa, Mark Lohmann und Viktor Pauls sind mit 18 bzw. 15 Siegen von 26, 22 bzw. 28 Spielen, die erfolgreichsten Spieler der Mannschaft. Als Zweitplatzierte einer Staffel hat man die Möglichkeit einen Antrag auf Aufstieg in die nächsthöhere Liga zu stellen, aber leider war das Losglück nicht auf der Seite des TSV und die Mannschaft startet in der nächsten Saison erneut in der Bezirksklasse. Mit zwei Neuzugängen aus Büderich, Tobias Vossen und Kimberly Koulou, sowie Miho Kawarasaki will die Mannschaft in der kommenden Saison erneut den Sprung in die Bezirksliga schaffen.

4. Mannschaft

Die 4. Mannschaft war durch teils verletzungsbedingte Ausfälle personell geschwächt und hatte somit eine sehr herausfordernde Saison. Letztlich landete sie auf dem 5. Platz in der Kreisliga. Melanie Gesse war die erfolgreichste Spielerin der Mannschaft mit 12 Siegen in 16 Spielen. Vijay Kayala zeigte ebenfalls eine starke Leistung mit 11 Siegen in 19 Spielen und einer Satzbilanz von 23:21. Trotz der Herausforderungen zeigte die Mannschaft stets Kampf- und Teamgeist. In der Saison 25/26 wird die Mannschaft durch die Rückkehr von Sandra Richter nach schwangerschaftsbedingter Pause sowie dem „Aufstieg“ von Hanari Probohandityo und Christian Städter aus der 5. Mannschaft verstärkt, sodass sie personell wieder stark aufgestellt ist.

5. Mannschaft

Im vergangenen Jahr ist der TSV erstmals mit fünf O19-Mannschaften in den Ligabetrieb gestartet. Die 5. Mannschaft belegte in der Hobbyliga einen grandiosen 2. Platz. In der reinen Herrenmannschaft haben die Spieler ihre ersten Erfahrungen im Ligabetrieb gesammelt und mit Sportlichkeit und Teamgeist gegläntzt. In der im letzten Jahr neu gegründeten Hobbymannschaft wird im Mini-Mannschaftsprinzip mit zwei Doppeln und vier Einzeln gespielt. Die Mannschaften benötigen geschlechtsunabhängig insgesamt sechs Spielerinnen und Spieler. Dieses System soll dem Damenmangel im Badminton sport entgegenwirken. Hanari Probohandityo war der erfolgreichste Spieler der Mannschaft mit 18 Siegen in 23 Spielen. Christian Früh zeigte ebenfalls eine starke Leistung mit 17 Siegen in 20 Spielen. Mit lediglich zwei Niederlagen zeigte die Mannschaft eine super Leistung in ihrer ersten Saison. Obwohl Christian Städter und Hanari in der nächsten Saison offiziell in der 4. Mannschaft spielen werden, wollen Sie die Mannschaft nach Möglichkeit zu Saisonbeginn noch unterstützen. Zusätzlich wird Malte Lange aus unseren eigenen Reihen die Mannschaft verstärken.



5. Mannschaft in der Saison 2024/2025.

Die Saison 2024/2025 war für die O19-Mannschaften der Badmintonabteilung des TSV Meerbusch geprägt von großem Engagement, Teamgeist und starken sportlichen Leistungen. Dank der zuverlässigen und engagierten Arbeit unserer Trainer Shinan Han und Mark Lohmann konnten sich die Spielerinnen und Spieler sportlich weiterentwickeln und ihr Fleiß wurde auf dem Feld belohnt. Die Saisonplanung für die kommende Saison ist bereits abgeschlossen und in der Saisonvorbereitung stehen Technik, Taktik und Konditionsaufbau auf dem Programm.



Alle Teams zu Beginn der Saison 2024/2025.

Text: Uwe Siemens
Fotos: TSV Meerbusch

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

Die Gründung der TSV Darts-Abteilung

Der folgende Text beschreibt die Ereignisse zum Jahreswechsel 2024/25 und wie aus einer vermeintlichen „Schnapsidee“ eine neue Abteilung im TSV Meerbusch wurde.

In der Adventszeit 2024 rief der Verein zu einem Ideenwettbewerb auf, um tolle Ideen für die Nutzung neuer Vereinsräumlichkeiten in der alten Kita Bösinghoven zu finden.

Ein Wohnzimmer irgendwo in Meerbusch

Während der Weihnachtstage findet eine Dartscheibe einen neuen Platz in einem Wohnzimmer in Meerbusch. Im Fernsehen läuft täglich die Übertragung der Darts-WM. Die Silvesternacht 2024: nach einem Gläschen Sekt und ein paar Kaltgetränken braute sich die „Schnapsidee“ zusammen, während fleißig selbst auf's Board geworfen wurde: warum nicht eine Darts-Abteilung gründen und somit das Abteilungsspektrum des TSV erweitern?! Die neuen Räumlichkeiten in der alten Kita in Bösinghoven wären dafür ideal und Interessenten gab es quasi schon vor der Idee. Also hörte man am Neujahrstag 2025 geschäftiges Klickern auf der Tastatur und am Ende kam ein erstes Konzept zur Gründung einer Darts-Abteilung heraus. Digital eingetütet ging es ab damit zum Vereinsvorstand.

Ungefähr zur selben Zeit

Zwei befreundete Darts-Enthusiasten wurden auf den Ideenwettbewerb aufmerksam, der im Verein die Runde machte. Einer von ihnen ist aktiver Spieler in der Badmintonabteilung und eng mit dem Abteilungsleiter befreundet, der andere wiederum ist dessen Bruder. Beim gemütlichen Austausch entstand rasch ein gemeinsamer Gedanke: Wenn es Räume gibt und die Leidenschaft stimmt, warum nicht eine eigene Darts-Abteilung gründen? Gesagt, getan – auch ihr Vorschlag landete wenig später beim Vereinsvorstand.

Aus zwei mach eins

Und so kam es, dass Arnim Biskup zwei gleiche Ideen auf dem Tisch hatte. Er informierte Thorsten (den mit der Schnapsidee) über den parallelen Vorschlag von Sven und Tobi (den Darts-Enthusiasten) – und ebenso die beiden über Thorstens Initiative. Da sich alle bereits aus dem Vereinsumfeld kannten – sei es über die Badmintonabteilung, enge Freundschaften oder familiäre Bande – war schnell klar: Man sollte sich zusammentun. Gemeinsam mit Uwe (dem Badminton-Chef und Bruder von Sven), bildeten sie eine kleine Task Force.

Schon wenige Tage später wurden Raumpläne der alten Kita organisiert, erste Skizzen mit sechs modernen Dart-Anlagen angefertigt und Informationen zu offiziellen Abmessungen, Abständen und Materialien zusammengetragen. Oches, LED-Beleuchtung, digitale Punktezahl und professionelle Boards und Surrounds standen auf der Wunschliste. Eine Material- und Kostenübersicht entstand, weitere Interessierte wurden angesprochen und eine erste gemeinsame Begehung der Räumlichkeiten machte deutlich: Das könnte was werden. Aus zwei Ideen war eine echte Initiative geworden.

Gegenwart und Zukunft

Seit Neujahr sind einige Monate ins Land gegangen – doch die Idee ist nicht verblasst, sondern gereift. Die Planungen sind abgeschlossen, jetzt soll endlich angepackt werden. Über Pfingsten traf sich die Gruppe rund um Sven, Tobi und Thorsten, um die ersten baulichen Veränderungen in Angriff zu nehmen. In schweißtreibender Teamarbeit wurden verbleibende Leichtbauwände zurückgebaut, um den Raum für die geplanten sechs Anlagen zu öffnen. In den kommenden Wochen soll es Schritt für Schritt weitergehen: Der Boden muss nivelliert, Teppich verlegt und die Oches gebaut werden. Die Wände bekommen einen neuen Anstrich und robuste Wandpaneele, damit die Boards später sicher hängen. Auch die Elektrik wird je Anlage angepasst – mit Beleuchtung und digitaler Zähltechnik. Die Liste ist lang, die Motivation groß: Es gibt genug zu tun, aber der Weg zur eigenen Darts-Arena ist klar gesteckt.

Ein großer Dank der „TSV Tungsten Titans“ geht an Johannes und Daniel Peters sowie Arnim Biskup für ihren Zuspruch und tatkräftige Unterstützung im Hintergrund!



Tobias Haarmann, Sven Siemens und Thorsten Bodzian (v. l.) vor dem künftigen Zuhause der Darts-Abteilung des TSV Meerbusch – mit passendem Equipment und großer Vorfreude auf die nächsten Schritte.

Darts auf dem Jubiläums-Fest

Wenn am 12. Juli 2025 auf der Theodor-Mostertz-Sportanlage in Meerbusch-Lank das zehnjährige Bestehen des TSV Meerbusch gefeiert wird – entstanden aus der Fusion des TuS Bösinghoven und des ASV Lank – gibt es gleich doppelten Grund zur Freude. Denn mit der frisch gegründeten Darts-Abteilung bekommt das Jubiläum eine sportliche Premiere obendrauf. Ab 13 Uhr ist das Team mit einem Stand vor Ort – natürlich stillecht mit Dartboard und Pfeilen. Besucherinnen und Besucher dürfen sich selbst am Wurf aufs Bullseye versuchen, ins Gespräch kommen, neugierig werden – und im besten Fall auch Mitglied. Wer trifft, gewinnt vielleicht nicht nur ein paar Punkte, sondern auch Lust auf mehr.

Text: Thorsten Bodzian
Fotos: TSV Meerbusch

© 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

E3 - Rückblick auf eine erfolgreiche Saison 2024/2025

Die Saison 2024/2025 wird allen Beteiligten der E3 noch lange in Erinnerung bleiben. Bereits zu Saisonbeginn zeichnete sich ab, dass diese Mannschaft eine Klasse Entwicklung nimmt. Spiel für Spiel arbeitete sich das Team durch die Staffel und zeigte dabei eine beeindruckende Konstanz. Am Ende des ersten Halbjahres stand eine makellose Bilanz: Neun Siege aus neun Spielen – Staffelsieger ohne eine einzige Niederlage!

Natürlich gab es auch Spiele, die deutlicher ausfielen als andere. Das 19:2 gegen Oppum vor heimischer Kulisse war sicherlich ein Highlight in puncto Torreichtum, doch auch hart umkämpfte Partien wurden gemeistert. Besonders auswärts gegen kampfstärke Gegner bewies die Mannschaft ihre Qualität und ihren unbedingten Willen.

Der absolute Höhepunkt der Hinrunde war zweifellos der 2:0-Auswärtssieg bei Bayer Uerdingen am vorletzten Spieltag. Damit sicherte sich die Mannschaft vorzeitig den Staffelsieg. Die Freude war riesig - sowohl bei den Spielern als auch beim Trainerteam und mitgereisten Eltern. Als besondere Anerkennung für diese Leistung erhielt jeder Spieler ein Meister-T-Shirt von einem Sponsor. Die Rückserie bestätigte die positive Entwicklung der Mannschaft. Auch wenn die Mannschaft mal verlor, blieb die Leistung auf einem guten Niveau.

Was die Mannschaft besonders auszeichnet, ist ihre Fähigkeit, aus Rückschlägen zu lernen und gestärkt daraus hervorzugehen. Die schwächeren Ergebnisse in der Vorsaison, die damals für Enttäuschung sorgten, erwiesen sich im Nachhinein als wichtige Erfahrungen. Sie schweißten die Mannschaft zusammen und motivierten alle Beteiligten, in der aktuellen Saison noch mehr Gas zu geben.

Der wahre Grund für den Erfolg der E3 liegt vor allem in dem außergewöhnlichen Zusammenhalt der Mannschaft. Viele der Spieler kennen sich bereits seit den Bambini-Jahren. Diese gemeinsame Geschichte hat einen Teamgeist geschaffen, der auf dem Platz spürbar ist. Diese Mentalität ist nicht selbstverständlich und macht den besonderen Charakter dieser Gruppe aus – und war oft der entscheidende Faktor in knappen Spielen.

Mit dem Wechsel in die D-Jugend wartet nun eine neue Herausforderung auf die Mannschaft. Die Jungs freuen sich bereits riesig. Natürlich wird es schwerer werden, doch mit dem gewachsenen Selbstvertrauen und dem bewährten Teamgeist ist die Mannschaft gut gerüstet für diese Aufgabe.

Danke an den gesamten TSV für die Unterstützung – Eure E3!



Das Foto zeigt die Jungs nach dem Auswärtssieg in Uerdingen am vorletzten Spieltag der Hinserie. Es waren nicht alle Spieler dabei.

Text: Nils Fallack
Foto: TSV Meerbusch

Die U14 wird Meister der C-Jugend Kreisleistungsklasse 2024/25

Eine tolle Saison spielte unsere diesjährige U14, die Mitte Mai mit der Meisterschaft belohnt wurde. Als jüngerer Jahrgang setzte sich das Team des stolzen Cheftrainers Konstantin „Kiki“ Schmitz in der Tabelle gegen die engsten Verfolger Bayer Uerdingen und VfR Fischeln schlussendlich souverän durch. Hierbei gelang das seltene Kunststück, sämtliche Auswärtsspiele zu gewinnen. Am Ende stand eine Punkteausbeute von 60 Punkten zu Buche und das bei maximal zu vergebenden 66 Punkten. Dies gelang durch teils sehr ansehnlichen Kombinationsfußball gegen Jahrgangsaltere. Wenn es in den Spielen sehr eng zuzuging, konnte das Team in den Schlussphasen gegen Widerstände noch einen Gang zulegen und sich so den „Dreier“ sichern. Beispielhaft sei das unfassbare 7-6 gegen SV Thomasstadt Kempen genannt, als man mehrere Male deutlich zurücklag und in der Nachspielzeit das Spiel zur Freude der Anhänger noch drehen konnte.

An den Wochenenden wurden neben der Meisterschaft zudem am Sonntag auch viele Freundschaftsspiele ausgetragen. Hierbei werden sicher neben einigen anderen Vergleichen die Spiele gegen Fortuna Düsseldorf (0-0), VfL Bochum (2-1) und Rot-Weiss Oberhausen (0-1) in Erinnerung bleiben. Die jetzige Saison birgt nun mit den Qualifikationsspielen zur Niederrheinliga gegen den Vogelheimer SV, HSV Langenfeld und Oberhausen weitere Höhepunkte. Verabschieden wird sich unser Torhüter Tim Swieza, der in der nächsten Saison das Tor von Borussia Mönchengladbach (U15) hüten wird, wofür wir ihm alle viel Glück und Erfolg wünschen. Dies ist sicher auch Ausdruck der soliden Torhüterausbildung, für die wir seit 1,5 Jahren den gebürtigen Bösinghovener Thomas Struckmeier gewinnen konnten.

Vielen Dank an alle Spieler, Eltern und Unterstützer, ohne die eine solche Saison nicht möglich gewesen wäre.

Text: für das Trainerteam; Markus Schottmann



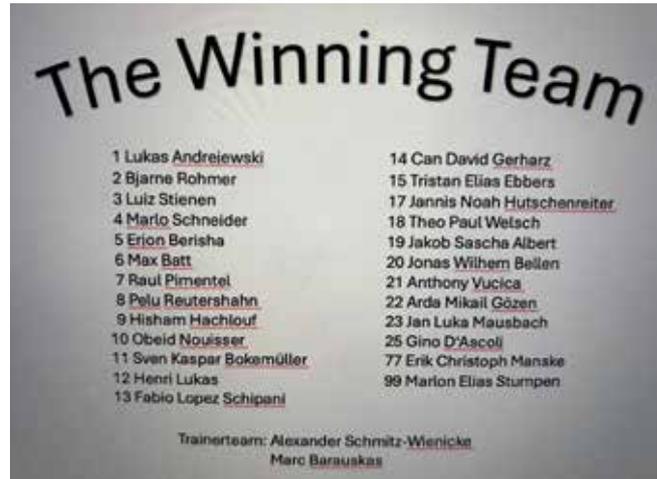
Die Spieler von links nach rechts im Gruppenbild mit Eltern und Trainern:

Raul Messerschmid, Mert Sener, Harry Kameni, Kerim Yanar, Betim Gafuri, Rawan Al-Dakhi, Akif Köker, Can Cetin, Yasin Kizilirmak, Elia Bellavia, Mats Schottmann, Otis Addo, Max Dauser, Loran Luha, Yasin Gürlek, Julius Lautermann, Yusuf Emre, Almir B., Tim Swieza und Matti Müller, es fehlt Ali Fahid.

Hintere Reihe: Konstantin „Kiki“ Schmitz, Thomas Struckmeier und Markus Schottmann.

Foto: TSV Meerbusch

U16 feiert Meistertitel in der Sonderliga



Die Saison 2024/25 der Sonderliga Linker Niederrhein nähert sich dem Ende und bei noch einem ausstehenden Spiel (01.06.2025 vs. 1. FC Viersen) und acht Punkten Vorsprung ist der U16 des TSV die Meisterschaft nicht mehr zu nehmen. Der erste Matchball für die Mannschaft von Trainer Alexander Schmitz-Wienicke und Co-Trainer Marc Barauskas am vorletzten Spieltag wurde gegen die Sportfreunde Vorst mit 7:1 deutlich verwandelt. „Als sich die Möglichkeit ergeben hat, am letzten Heimspieltag gegen Vorst die Meisterschaft zu gewinnen, wollten wir das unbedingt klar machen. Ich bin sehr froh, dass sich die Jungs vorzeitig für eine sehr starke Saison belohnen konnten.“, so Schmitz-Wienicke. Bei einem Torverhältnis von 120:24 nach 25 Spieltagen sowie nur einer Niederlage ist der Titel für die U16 völlig verdient. „Wir waren bis auf einen Spieltag durchgehend auf Platz 1 der Tabelle. Ich denke, einen verdienteren Meister kann es daher gar nicht geben.“, meint der Trainer, für den es sein erstes Jahr beim TSV gewesen ist. Besonders zufrieden blickt er dabei auf die Entwicklung der Mannschaft zurück: „Alle Spieler haben sich über die gesamte Saison sowohl technisch als auch taktisch verbessert, teilweise enorm. Das ist zum einen Ausdruck des Willens der Spieler immer wieder den nächsten Schritt gehen zu wollen, zum anderen aber auch das Resultat guter Trainingsarbeit. Hier möchte ich mich ausdrücklich bei meinem Trainerteam um Marc Barauskas und Armin Reutershahn bedanken, die an dem Erfolg in dieser Spielzeit selbstverständlich einen maßgebenden Anteil haben.“

Ein Saisonende bedeutet aber im Fußball auch immer Abschied nehmen. Dies betrifft auch Spieler des aktuellen Kaders, die in der kommenden Saison nicht mehr das Trikot der Meerbuscher tragen werden. „Natürlich fällt das einem in den Saisonabschlussgesprächen nicht immer einfach, eine solche Entscheidung den Spielern mitzuteilen. Es gehört aber dazu. Umso schöner, dass sich die Spieler mit einem positiven Erlebnis verabschieden konnten.“, sagt Schmitz-Wienicke abschließend.

In der kommenden Saison wird die Mannschaft dann als U17 in der Niederrheinliga spielen.

Text: Alexander Schmitz-Wienicke
Fotos: TSV Meerbusch

**Wenn's nicht mehr läuft.
Lenzen hilft!**

Seit über 35 Jahren in bester Service-tradition

Showroom für persönliche Beratung: Geisweg 42, 40668 Meerbusch
Mo - Fr 8.30 - 13.00 Uhr u. 14.00 - 18.30 Uhr, Mi u. Sa 8.30 - 13.00 Uhr
Service vor Ort nach Terminvereinbarung unter T 02159 961550

TV HiFi Digitale Medienwelt. **PETERLENZEN**

MEERBUSCH
TSV
20 15

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

Mit nur einem Klick
online Mitgliedschaft beantragen:

antrag.tsv-meerbusch.de



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

Abenteuer Bundesliga

„TSV Meerbusch. Wer?“

Das werden sich nicht wenige der teilnehmenden Vereine der DFB-Nachwuchsliga (ehemals Bundesliga) gefragt haben, als die Gruppen für die U17/U19 Mannschaften veröffentlicht wurden.

Beide Teams haben sich ihre Teilnahme durch herausragendes Können erarbeitet. Trainer sind Dennis Granata und sein Team mit der U19, sowie Andreas Gräf und sein Team mit der U17. „Für die Möglichkeiten eines leistungsorientierten Amateurvereines haben wir das Maximum erreicht und sind unter den 64 besten Vereinen in Deutschland gelandet“, sagt Dennis Granata nicht ohne einen gewissen Stolz. Mit dem Aufstieg haben die U17/U19 Teams den Namen „TSV Meerbusch“ auf die bundesweite Fußball-Landkarte gesetzt. Gegner waren unter anderem die Junioren von Borussia Dortmund, Schalke 04, Bayer Leverkusen und Fortuna Düsseldorf.

Sowohl für den Verein TSV Meerbusch als auch für die Stadt Meerbusch ist es ein enormer Imagegewinn, dass sich die U17/U19 Teams überregional würdig präsentiert haben. Für alle war die Teilnahme an der DFB-Nachwuchsliga etwas ganz Besonderes, sich mit den Großen zu messen. Deshalb kann nach Ende der Saison trotz des Abstiegs der U17/U19 Teams ein positives Fazit vom „Abenteuer Bundesliga“ gezogen werden.

Durch ihr couragiertes, dabei aber immer faires Auftreten haben sie sich die Anerkennung und den Respekt der anderen Mannschaften erspielt und den Namen TSV Meerbusch weit über die Verbands- und Landesgrenzen hinaus bundesweit bekannt gemacht. Überall wurden Betreuer, Trainer und mitgereiste Zuschauer mit großem Respekt auf die Leistungen der Junioren-Teams angesprochen

Wie schaffte es aber ein „Dorfverein“ wie der TSV Meerbusch in die Phalanx der großen Profivereine einzubrechen? Für den Jugend-Cheftrainer Marc Roch ist die Antwort relativ einfach. „Es ist das Ergebnis jahrelanger Teamarbeit, von weit überdurchschnittlichem Engagement von allen, die rund um die Mannschaften arbeiten. Das sind neben den Trainer- und Betreuer-Teams, auch die Menschen im Hintergrund, die vielleicht etwas geräuschloser, aber nicht minder wirkungsvoll agieren.“ Dennis Granata, der Trainer der U19 erklärt es so: „Wir haben einen großen Hunger, sind demütig, arbeiten viel und sind eine Einheit, das ist wichtig und das macht uns aus. Man muss sich mit viel mehr beschäftigen als um das, um was es letztendlich geht. Mir ist es sehr wichtig, eine emotionale und persönliche Bindung zu den Spielern zu haben.“



Der TSV Meerbusch ist einer der ganz wenigen Amateurvereine in der DFB-Nachwuchsliga ohne ein eigenes Nachwuchsleistungszentrum, wie es die Profivereine haben. Der Aufstieg der U17/U19 Mannschaften ist aber nur eins von mehreren Beispielen für die herausragende und erfolgreiche Jugendarbeit des TSV Meerbusch. Sie sind eine Bestätigung für die erstklassigen Rahmenbedingungen, innerhalb derer junge Spieler an ein Top-Niveau herangeführt werden. Zugleich sind sie ein Beweis dafür, dass auch ohne Bundesliga-Leistungszentren Spitzenfußball im Jugendbereich möglich ist.

Dies war nicht zuletzt der Grund, weshalb Borussia Mönchengladbach im Jugendbereich eine Kooperation mit dem TSV Meerbusch eingegangen ist. Denn hier können sich junge Spieler unter der Anleitung erstklassiger Trainer und Betreuer in Ruhe entwickeln.

Auch wenn die Teilnahme der U17 und U19 Mannschaften des TSV Meerbusch an der DFB-Nachwuchsliga nur ein einjähriges Intermezzo war, wurden in den Spielen gegen die großen Clubs doch viele wertvolle Erfahrungen gesammelt und positive Erkenntnisse gewonnen. Trotz des Abstiegs der beiden ältesten Junioren-Teams zurück in die Niederrhein-Liga blickt der TSV-Manager Christoph Peters positiv in die Zukunft. „Wir werden unsere Lehren aus dieser Saison ziehen und gestärkt zurückkommen. Die gesammelten Erfahrungen werden uns helfen, unsere Nachwuchsarbeit weiter zu verbessern. Wir wissen jetzt, woran wir arbeiten müssen, um langfristig konkurrenzfähig zu bleiben.“

Für die Zuschauer werden die Spiele der kommenden Saison sicherlich nicht weniger unterhaltsam sein. Denn auch in den Niederrheinligen wird attraktiver Fußball geboten. Auch dort können sich junge Spieler entwickeln, wie das Interesse der großen Vereine an vielen TSV-Spielern zeigt. Ein prominenter Zuschauer wird in der nächsten Saison aber auf alle Fälle fehlen. Wann immer es der Bundesliga-Spielplan erlaubte, kam Xabi Alonso zu den Heimspielen der U17, in der sein Sohn Jon spielt. Wir wünschen beiden, Xabi und Jon, eine erfolgreiche Zeit bei Real Madrid.

Text: Klaus Radek
Fotos: TSV Meerbusch



Techniktrainer Markus Steffen von Borussia Mönchengladbach zu Gast beim TSV

Am Donnerstag, den 27. Mai fand eine hauseigene Fortbildung für unsere Trainer des TSV in Bösinghoven statt. Im Sinne gelebter Kooperation durften wir Markus Steffen, Techniktrainer bei Borussia in Bösinghoven begrüßen. „Eins gegen Eins“ und der erste Kontakt wurden nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch mit unserer aktuellen E2 Jahrgang 2015 als Demo-Team erprobt. Danke hier auch noch einmal an Nils Böringschulte, der seine acht Jungs zu später Stunde und trotz Regenwetter mit voller Motivation vorbeigeschickt hatte!

Das Feedback der Trainer, aber auch der Kinder, war super und wir planen weitere Termine zur Entwicklung unserer Trainer. In diesem Sinne: Nur der TSV!

Text: Michael Pauwels



Techniktrainer Markus Steffen (3. von rechts) mit seinen Schülern.



Aufmerksame Zuhörer bei der Trainer-Fortbildung im Vereinsheim Sportplatz Bösinghoven.

Fotos: TSV Meerbusch

www.tsvm-fussball.de

NEUE WEBSEITE!

Schaut mal rein! Die Homepage der Fußballabteilung wurde runderneuert. Es ist noch nicht alles perfekt und wir sind bemüht, die Seiten aktuell zu halten. Kritik und Änderungsvorschläge sind immer willkommen, meldet euch bei Johannes Peters, Kontaktdaten sollten bekannt sein.

Die Redaktion





www.kalies-elektro.de

Elektroanlagen
Sprechanlagen
Photovoltaik
Beleuchtungstechnik
Rollladenbau
E-Mobilität



Tel.: 0 28 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

NACH DEM ABPFIFF:

Fitness für den Kopf!

Mit Büchern von



AUSGEWÄHLT
SCHÖNE BÜCHER

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



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

Die 1. Mannschaft des TSV Meerbusch spielt auch in der nächsten Saison in der Oberliga Niederrhein

Mit dem torreichen und für die Zuschauer sehr unterhaltsamen 6:4 Sieg im Lokalderby gegen den FC Büberich stand schon ein Spieltag vor Schluss fest, dass die 1. Mannschaft des TSV Meerbusch auch in der kommenden Saison in der Oberliga Niederrhein spielen wird. Nach einer Spielzeit mit vielen Höhen, aber auch Tiefen wurde in einem beeindruckenden Endspurt die ohnehin nur noch theoretisch vorhandene Abstiegsgefahr souverän gebannt. Die Oberliga-Saison 2024/25 schloss die 1. Mannschaft nach einem 3:3 gegen den SF Niederwenigern auf dem 10. Tabellenplatz ab. Damit endete auch das letzte Spiel von Samir Sasic als Cheftrainer der 1. Mannschaft versöhnlich. Für seinen weiteren sportlichen Weg wünschen wir ihm viel Erfolg.



Samir Sasic verabschiedet sich von den Spielern der 1. Mannschaft.



Der Ehrenvorsitzende Johannes Peters und das PR-Team verabschieden Chef-Trainer Samir Sasic.

Gemäß des alten Fußballerspruchs „nach der Saison ist vor der Saison“ haben die Verantwortlichen der Fußball-Abteilung um den Manager Christoph Peters den Blick sofort nach vorne gerichtet. Erste Neuverpflichtungen wurden getätigt, um die 1. Mannschaft gezielt zu verstärken und Abgänge zu kompensieren. Mit Marcel Winkens vom VfL Jüchen-Garzweiler wurde ein erfahrener Trainer engagiert, der mit seinen Ideen frischen Wind und mehr Konstanz in die 1. Mannschaft bringen soll. Marcel Winkens ist kein Unbekannter beim TSV Meerbusch. Nach seiner ersten Trainerstation war er zwischen 2016 und 2019 für die A-Junioren des TSV in der Leistungsklasse verantwortlich und schaffte mit ihnen den Aufstieg in die Niederrheinliga.

Auch wenn die letzten Partien der 1. Mannschaft torreich waren, konnte über die gesamte Saison eine gewisse Abschluss-Schwäche des



Manager Christoph Peters begrüßt Marcel Winkens als neuen Chef-Trainer der 1. Mannschaft.

Teams nicht geleugnet werden. Um die Torflaute zu beenden, wurde der 21-jährige Florian Berisha vom VfB Homberg als ausgewiesener „Knipser“ verpflichtet. Bis zum Start der Oberliga-Saison 2025/26 werden sicherlich noch der eine oder andere Neuzugang den TSV-Kader verstärken.

Christoph Peters blickt jedenfalls positiv in die Zukunft. Sein Ziel und das aller Verantwortlichen in der Fußball-Abteilung des TSV ist, für die 1. Mannschaft optimale Rahmenbedingungen für eine erfolgreiche Saison 2025/26 in der Oberliga-Niederrhein zu schaffen.

Text: Klaus Radek
Fotos: 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



Nah- und Ferntransporte, Wechselbrückenverkehre, Auflieger-Trucking
**Ihr zuverlässiger Partner für Teil- / Komplettiladungen
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 Mode | Hauptstr. 43-45 | 40668 MB-Lank
Mo. - Fr. 10:00 - 13:00 & 14:30 - 18:30 | Sa. 10:00 - 14:00 Uhr
www.imdahl-mode.de



Muntere und immer gut gelaunte Teilnehmer in der Gruppe „Er+Sie“ mit der Übungsleiterin Hanne Pelster (im Vordergrund liegend).

Text: Redaktion
Foto: TSV Meerbusch



Hallo, wir sind die Redondo Bälle und vielgenutzte Mitsportler im TSV Meerbusch

Wir sind ein einfaches, aber vielseitiges Hilfsmittel für zahlreiche gymnastische Übungen sowie Dehn- und Entspannungsübungen. Wir eignen uns als Trainingspartner im Bereich Reha, Yoga, Pilates und Fitness für z. B. Beckenboden- und Bauchmuskeltraining und aktivieren tiefliegende Muskelschichten und fördern den Gleichgewichtssinn

Weich und trotzdem sehr strapazierfähig können wir mit wenig Luft als Stützkissen für Rücken oder Nacken genutzt werden; zwischen den Schenkeln eingeklemmt zur Fixierung und Stärkung der Muskulatur und sind ideal für Greif- und Fangübungen. Durch den Stöpsel-Verschluss kann unsere Füllung individuell angepasst werden.

Text: Karin Broistedt
Foto: TSV Meerbusch

Ein neues Gesicht stellt sich vor

Julia Hansen

Ich bin 36 Jahre alt, wohne in Lank und habe zwei Kinder im Alter von 2 und 4 Jahren. Als Erzieherin weiß ich, wie wichtig es ist, Kinder von Anfang an, ihre Lebensumwelt erkunden zu lassen und Bewegung in den Alltag zu integrieren. Im Februar 2025 habe ich meine Zusatzausbildung zur Imotik®-Trainerin bei Stark auch ohne Muckis absolviert, um Kindern Strategien an die Hand geben zu können, resilient durchs Leben zu gehen.

Liebe Julia,

Wir begrüßen dich herzlich in der "Gym-Familie", freuen uns über dein neues Angebot "Turnhallenstarter" und wünschen dir und allen Menschen, die deine Stunden besuchen ein bewegtes fröhliches Miteinander.



In Planung

Unsere Fitness und Rückenexpertin, **Christel Penners** hat im Mai den Lehrgang Reha in Orthopädie erfolgreich abgeschlossen. Herzlichen Glückwunsch liebe Christel! Das ist großartig!

Ab September 2025 bietet die Gym einen Rehabilitation-Orthopädie- Kurs an. Christel Penners (Übungsleiterin - B Rehabilitation-Orthopädie) wird diesen Kurs leiten. Dieser Kurs richtet sich speziell an Interessierte, die eine entsprechende Verordnung vom Arzt entweder als Prophylaxe oder als Anschlussbehandlung nach einer stationären RehaMaßnahme erhalten. Rehasport- Orthopädie richtet sich an Menschen, die Probleme mit dem Stütz- und Bewegungsapparat haben. Dies können Rücken- oder Nackenschmerzen oder aber auch Probleme mit Gelenken wie z.B. Knie, Hüfte, Fuß oder Schulter sein. Jede Kurseinheit enthält spezielle Übungen zur Kräftigung der Muskulatur, zur Mobilisation der Wirbelsäule und Gelenke, sowie zur Behebung von Haltungsfehler und Haltungsschwächen.

Wann: Ab 24. September 2025, 17:00 Uhr bis 17:45 Uhr

Wo: Sportraum Lank, Nierster Straße 90, 40668 Meerbusch

Wir freuen uns sehr, dass Christel ab den 24. September im Sportraum Lank die neuen Erkenntnisse anwenden wird, und wir eine Reha-Orthopädie-Gruppe aufbauen können. Da noch nicht alle erforderlichen Bürokratien abgeschlossen sind können wir noch keine Anmeldungen entgegennehmen. Wer interessiert ist kann sich aber schon jetzt bei Christel Penners per E-Mail vormerken lassen. christel.penners@tsv-meerbusch.de

Alle weiteren Informationen erscheinen demnächst auf der TSV Meerbusch Homepage als auch in der Presse.

Scheiden tut weh...

Judith Auer wird uns leider aus hauptberuflichen Gründen verlassen. Jule, wie sie von allen genannt wird hat über 10 Jahre mehrere Gruppen geleitet und gehörte zum festen Kern.

Die Dienstagsfrauen und auch wir werden sie schmerzlich vermissen! Es stimmt uns traurig, eine so außerordentlich kompetente und beliebte Trainerin ziehen lassen zu müssen. Wir wünschen ihr alles Gute für die Zukunft und möchten uns herzlich bei ihr für die unkomplizierte, zuverlässige und warmherzige Zusammenarbeit bedanken.

Aktuell suchen wir eine Nachfolgerin für Jules Stunden und hoffen nach den Sommerferien mit neuer Leitung sowohl Aerobic als auch Wirbelsäulengymnastik am Dienstagmorgen fortsetzen zu können.



Text: Karin Broistedt

Neue Gym-Specials 2025

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

nach den Sommerferien startet die beliebte Gym-Special Runde 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.

Wir freuen uns sehr, dass wir mit Julia Hansen eine neue Kursleiterin gewinnen konnten. Mit ihrem besonderen Programm Turnhallenstarter laden wir 1,5 bis 3-jährige Kinder ein die Turnhalle mit ihren unendlichen Bewegungsmöglichkeiten zu erkunden.

Da die Planung für Babys in Bewegung, bis Redaktionsschluss nicht abgeschlossen werden konnte, findet ihr alle nötigen Informationen dazu ausschließlich auf unserer Homepage unter <https://www.tsv-meerbusch.de/gym-babys-in-bewegung/>

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 jetzt dafür, dass es nach der Sommerpause sportlich weitergeht!

Einige Trainer:innen bieten in den Sommerferien Trainingseinheiten an. Bitte informiert euch direkt bei der Kursleitung und auf der Homepage.

Das Team der Gym-Abteilungsleitung wünscht euch eine sonnige erholsame Sommerzeit.

Text: Simone Rudolph



BUCHHANDLUNG MEERBUSCH
Inh. Frank Achten M. A.

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

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




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





Babys in Bewegung (ab 6 Monaten)

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann:	in Planung
Kurseinheiten	in Planung
Gebühren	folgt
Kursort	TSV Sportraum Lank, Theodor-Mostertz-Sportanlage Nierster Str. 90, Meerbusch-Lank
Kursleiterin	Kathrin Doh
Kontakt	Kathrin.Doh@tsv-meerbusch.de
Anmeldung	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Babys sind von Natur aus neugierig und lernfähig. Sie genießen es, ihre Umgebung mit allen Sinnen zu erforschen. Schon Säuglinge lieben es zu Strampeln oder geschaukelt und gestreichelt zu werden.

In unserem neuen Kurs erwartet Euch ein abwechslungsreiches Angebot an Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen, die die Babys altersgerecht und individuell in ihrer Entwicklung unterstützen. Begeisterung und Freude am gemeinsamen Singen, Bewegen und Streicheln stehen in unseren Stunden stets im Vordergrund.

Durch den Einsatz von Finger-, Streichel- und Kniereiterspielen, sowie auch kleinen Bewegungslandschaften wechseln sich ruhige und dynamische Elemente im Verlauf der Stunde ab. So kommen alle auf ihre Kosten und Langeweile hat keine Chance

Die Eltern-Kind-Beziehung wird durch das gemeinsame Erleben intensiviert, die Stunde gibt aber ebenfalls Raum für einen netten und entspannten Austausch mit anderen Eltern-Kind-Paaren.



Turnhallenstarter

Turnhalle erkunden auf eigene Faust

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann:	Mittwochs 14:30 – 15:15 Uhr
Kurseinheiten	11 x ab 03.09.2025
Gebühren	€ 49,50 für Gäste (für Mitglieder kostenfrei)
Kursort	Turnhalle Pastor-Jakobs-Grundschule Hauptstr. 91, Meerbusch-Lank
Kursleiterin	Julia Hansen
Kontakt	Julia.Hansen@tsv-meerbusch.de
Anmeldung	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

Du möchtest bei deinem Kind Selbstbewusstsein, Resilienz und das Vertrauen in seine eigenen Fähigkeiten fördern und seine Entwicklung auf allen Ebenen unterstützen

Dieser Kurs bietet deinem Kind die Möglichkeit, viele Erfahrungen in einem sicheren Umfeld zu machen. Er ermöglicht deinem Kind die eigenen motorischen Fähigkeiten zu entdecken.

- Hindernisse allein bewältigen
- Orientierung im Raum
- Soziales Miteinander
- Kennenlernen von eigenen Grenzen
- Ganz mutig kindlicher Neugier folgen

spielen bei der Entwicklung eines guten Selbstbewusstseins eine große Rolle. Mit Spaß und Freude werden die Kinder die Turnhalle mit Bällen, Matten, Ringen, Bänken, Kästen und anderen spannenden Gegenständen kennenlernen.

Ich lade dich ein, dein Kind zu beobachten, ihm Vertrauen zu schenken und beim Wachsen zuzuschauen.

Das Angebot richtet sich an Kinder zwischen 1 und 3 Jahren.
Bitte bei der Anmeldung Namen und Geb.-Datum Ihres Kindes angeben.



Ninja Warrior Kids

Ein Angebot von KDSport und dem TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Freitags
Kursbeginn	29.08.2025
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kurs 1	16:00 – 17:00
Kurs 2	17:00 – 18:00
Kursort	Turnhalle Pastor-Jakobs-Grundschule Hauptstr. 91, Meerbusch-Lank
Gebühren	42,00 € für Mitglieder des TSV Meerbusch und Treudeutsch Lank 72,00 € für Gäste
Kursleiter	Dominik Krause
Anmeldung	TSV Geschäftsstelle, Bösinghovener Str. 55, E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de

KLATTERN, SPRINGEN, HANGELN UND SPIELEN !

Durch den Einsatz unterschiedlicher Bewegungs- und Parkour Elemente werden die motorischen Fähigkeiten der Kinder gefördert und bilden die Basis für eine kindgerechte Entwicklung wie für die Verwirklichung zukünftiger sportlicher Träume.

Das Angebot „Ninja Warrior Kids“ setzt sich dabei aus unterschiedlichen Schwerpunkten zusammen. Durch die unterschiedlichen Parkour Elemente arbeiten wir daran die Kraft, Ausdauer wie koordinativen Fähigkeiten der Kinder zu fördern, während durch spielerische Elemente weitere motorische Grundfähigkeiten thematisiert werden. Desweiteren erlernen die Kinder spezifische Bewegungsabläufe. Vom Purzelbaum zum Radschlag bis hin zum richtigen abrollen.

Dabei steht während der gesamten Zeit der Spaß im Vordergrund neue Hindernisse und Herausforderungen zu meistern und sich Woche für Woche ein Stückchen zu verbessern.

Dieses Angebot wurde von „Dominik Krause – KDSport“ für Vereine konzipiert und wird in Zusammenarbeit über den TSV Meerbusch angeboten.

Der Kurs richtet sich an Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Mindestteilnehmerzahl: 10.

Entspannungskurs

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann:	Dienstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich ab 09.09.2025
Gebühren	60,00 € für Mitglieder / 84,00 € für Gäste
Kursort	TSV Sportraum Lank, Theodor-Mostertz-Sportanlage Nierster Str. 90, Meerbusch-Lank
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.

Faszientraining



Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Kurs 1	12 x montags von 17:30 – 18:25 Uhr ab 01.09.2025 Kosten: € 48,00 für Mitglieder / € 72,00 für Gäste
Kurs 2	12 x freitags von 18:05 – 19:00 Uhr ab 05.09.2025 Kosten: € 48,00 für Mitglieder / € 72,00 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.

fit und pfundig



Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Montags, 18:35 – 19:30 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich, ab 01.09.2025
Gebühren	€ 42,00 für Mitglieder / € 72,00 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 Fitnesstraining 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.

Tanzen für Pfundige

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann	Donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	04.09.2025
Gebühren	€ 42,00 für Mitglieder / € 72,00 für Gäste
Kursort	Turnhalle der Martinus Grundschule, Meerbusch-Strümp (Zufahrt Parkplatz der Musikschule über den Kaustinerweg)
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



Meditative und traditionelle Tänze im Jahreskreis

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Freitag
Uhrzeit	16:45 – 17:45 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	05.09.2025
Gebühren	€ 42,00 für Mitglieder / € 72,00 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 Mitänzerninnen 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!



Meditative und traditionelle Tänze im Jahreskreis

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Freitag
Uhrzeit	16:45 – 17:45 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	05.09.2025
Gebühren	€ 42,00 für Mitglieder / € 72,00 für Gäste
Kursort	TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1. OG) Bösinghovener Str. 55, Meerbusch-Bösinghoven
Weitere Informationen	Simone Rudolph (Tanzpädagogin) simone.rudolph@tsv-meerbusch.de Tel 02159/9221319
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 Mit tänzerinnen 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 Schrittmustern 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 Tanzzyklus bezieht sich die Auswahl der Tänze auf die jahreszeitlichen Begebenheiten, die rot-schwarzen Kräfte, als auch auf das aktuelle Weltgeschehen. Es geht im Wesentlichen um Ernte, Dank, Loslassen, Erinnern und Winterlicht.

Altweibersommer - Lösen und Binden - die Kraft des Schneidens
ein Tanztag mit meditativen und traditionellen Tänzen, Poesie und Geschichten zur Kräuterweih



"Spinnen und weben, das ist mein Leben, Ergen und wagen, das ist meine Macht
Lösen und Binden, suchen und Finden, Lachen und Trauen bei Tag und bei Nacht"
Heike Albrecht

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann	Sonntag, 31.08.2025	14:30 – 19:00 (mit Pause)
Gebühren	€ 25,00 für Gäste, € 15,00 für Mitglieder	
Wo	TSV-Trainingscenter, Gymnastikraum 1 (1. OG) Bösinghovener Str., 55, Meerbusch-Bösinghoven	
Kursleiterin	Simone Rudolph (Tanzpädagogin)	
Kontakt	simone.rudolph@tsv-meerbusch.de	
Anmeldung	TSV Geschäftsstelle Bösinghovener Str. 55 E-Mail: anmeldung.kurse.gym@tsv-meerbusch.de	

Nach dem langen Sommer beginnt Ende Juli/ Anfang August die Getreideernte, der große Schritt wird vollzogen. Zeitgleich erreicht die Heilkraft der Kräuter ihren Höhepunkt, die Zeit des Wachstums ist beendet, die Kräfte bündeln und zentrieren sich, ziehen sich langsam zurück in ihre Wurzeln. Die Tage sind merklich kürzer, das Licht bekommt einen goldenen Unterton. Mit jedem Schritt entscheiden wir, was nehme ich dankbar als Ernte mit, was darf ich zurücklassen. Was wird mich stärken, welchen Ballast darf ich abwerfen?

In den ausgewählten traditionellen und meditativen Tänzen finden diese besonderen Kräfte ihren Ausdruck. Sie erzählen von Ernte, Dankbarkeit und verabschieden den Sommer....

Sie laden dazu ein uns zu verlangsamen und unsere Kräfte zu bündeln. Alle Tänze lassen sich leicht erlernen, vermitteln Freude, Leichtigkeit und ein "Aufgehobensein".

Wir tanzen in offenem und geschlossenem Kreis, sowohl mit als auch ohne Handfassung. Dieses Angebot richtet sich an Frauen die Freude haben im Kreis einer lebendigen Gemeinschaft die Kraft der vermittelten Tänze kennenzulernen, tänzerische Vorkenntnisse sind weder erforderlich noch hinderlich ☺.

In der Pause stärken wir uns mit einer kleinen Mahlzeit, deswegen bitte ich alle Frauen eine Kleinigkeit für das Pausenbuffet mitzubringen.

Weitere Informationen erfolgen nach der Anmeldung

Die Party geht weiter ...



Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Samstag
Uhrzeit	10:30 – 11:25 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	05.09.2025
Gebühren	48,00 € für Mitglieder / 72,00 € 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

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Samstag
Uhrzeit	09:30 – 10:25 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	05.09.2025
Gebühren	48,00 € für Mitglieder / 72,00 € 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 Wohlbehagens egal von welchem Level - **IST AUCH FÜR DICH!**



Yoga und Meditation

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann	Dienstag, 17:45 – 19:15 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich ab 09.09.2025
Gebühren	60,00 € für Mitglieder / 84,00 € für Gäste
Kursort	TSV Sportraum Lank, Theodor-Mostertz-Sportanlage Nierster Str. 90, Meerbusch-Lank
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“ Yogahaltungen: 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. Teil der Stunde sind auch dynamische Bewegungsabläufe, die positive Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem haben. 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. Du musst dein Leben nicht vollkommen neu gestalten. Wenn sich die Einstellung zu den Dingen verändert, wird sich das Leben für dich und deine Umgebung von alleine in die positive Richtung begeben. Die eigene Wahrnehmung wird geschärft und die Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber nimmt zu.

„Pranayama“ 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.



Yoga und Meditation

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wann	Donnerstag, 10:40 – 12:10 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich ab 04.09.2025
Gebühren	60,00 € für Mitglieder / 84,00 € 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“ Yogahaltungen: 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. Teil der Stunde sind auch dynamische Bewegungsabläufe, die positive Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem haben. 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. Du musst dein Leben nicht vollkommen neu gestalten. Wenn sich die Einstellung zu den Dingen verändert, wird sich das Leben für dich und deine Umgebung von alleine in die positive Richtung begeben. Die eigene Wahrnehmung wird geschärft und die Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber nimmt zu.

„Pranayama“ 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

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Wochentag	Dienstag
Uhrzeit	19:30 – 21:00 Uhr
Kurseinheiten	12 x wöchentlich
Kursbeginn	02.09.2025
Gebühren	60,00 € für Mitglieder / 84,00 € 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.



YOGA-FITNESS

Ein Angebot des TSV Meerbusch e.V. für Mitglieder und Gäste

Kurs 1	12 x montags von 19:40 – 20:55 Uhr ab 01.09.2025 Kosten: € 54,00 für Mitglieder / € 78,00 für Gäste
Kurs 2	12 x dienstags von 18:35 – 19:50 Uhr ab 02.09.2025 Kosten: € 54,00 für Mitglieder / € 78,00 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

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.

Jiu-Jitsu: Aktuelles und Termine

Das Jahr ist nun zur Hälfte rum und es ist bereits einiges in der Jiu-Jitsu-Abteilung des TSV Meerbusch e.V. passiert:

Lehrgangs-Hattrick zum Jahresstart



Das Lehrgangsjahr des DFJJ NRW e.V. startete am 22. März 2025 mit dem ersten Techniklehrgang des Jahres, zu dem unser erster Vorsitzender Dr. Heinz Schorn und der ESV Euskirchen geladen hatten. Stark vertreten präsentierte sich der TSV Meerbusch auf dem durchweg gut besuchten Lehrgang, in dem neben Grundschultechniken für niedrige Gurte, auch Techniken für die zahlreichen Dan-Träger gelehrt wurden.

Weiter ging es einen Tag später, am 23. März 2025 mit dem ersten Kinder-Lehrgang in Bochum, der vom TSV allerdings leider nicht besucht wurde. Es war der erste Kinder-Lehrgang in Bochum überhaupt und wir hoffen, dass sich dieses Event zukünftig als fester Bestandteil der Kinder- und Jugendveranstaltungen im Landesverband etablieren wird.

Wenig später, am 5. April 2025, fand der Jiu-Jitsu- und Selbstverteidigungslehrgang in Düsseldorf statt. Der traditionell extrem schnell ausgebuchte Lehrgang, veranstaltet von der Jiu-Jitsu Gemeinschaft Düsseldorf und ausgetragen in der Kampfsportschule Triestram, war wie immer ein voller Erfolg. Auch der TSV Meerbusch präsentierte sich auf dem Lehrgang wieder einmal gut.



Abteilungsvorstand in neuem Licht



Viele Mitglieder des Abteilungsvorstands sind bereits seit langer Zeit in Amt und Würden und auch wir haben uns seit der Gründung des TSV Meerbusch im Jahr 2015 ganz schön verändert. Unser 10-jähriges Vereinsjubiläum – und die Tatsache, dass der ein oder andere von uns mittlerweile ein wenig grauer geworden ist – haben wir zum Anlass genommen, neue Fotos aller Vorstandsmitglieder machen zu lassen. Hierfür geht ein ganz großer Dank an unseren Fotografen Jochen Rolfes aus Düsseldorf, der uns alle toll in Szene gesetzt hat! Die Bilder werden bald auf der Internetseite der Jiu-Jitsu-Abteilung zu sehen sein – hier gibt es nur schon einmal einen kleinen Vorgeschmack.

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus

Es geht Schlag auf Schlag weiter: Weitere große Lehrgangs-Highlights in den kommenden Wochen sind die Jugendfahrt nach Radevormwalde, veranstaltet vom TSV Meerbusch, sowie das Budo-Trainings-Camp auf Schloss Veldenz an der malerischen Mosel. Und dann ist es auch schon nicht mehr allzu weit, bis unsere erste Kyu-Gürtelprüfung am vorletzten Samstag vor den Sommerferien stattfindet. Diese sowie alle weiteren Veranstaltungen findet ihr wie immer auf unserer Internetseite unter Jiu-Jitsu in der Rubrik Termine.

Neuer Selbstverteidigungskurs im TSV Meerbusch

Nach den Herbstferien, am 30. Oktober 2025 startet ein neuer Selbstverteidigungskurs im TSV. Zielgruppe sind alle Interessierten ab 14 Jahren. Vorkenntnisse in einer Kampfsportart o.ä. sind nicht erforderlich. Auch richtet sich der Kurs nicht nur an die Mitglieder des TSV Meerbusch; Nicht-Mitglieder sind ebenso herzlich willkommen.

Der Kurs soll ein grundlegendes Gefühl für Selbstverteidigungssituationen vermitteln. Im Fokus stehen einfach zu erlernende und anzuwendende Techniken, die immer das Ziel verfolgen, einer Gefahrensituation zu entkommen oder aber gar nicht erst in eine Gefahrensituation zu geraten. Es gilt durch Aufmerksamkeit, Körpersprache und kontrolliertes Handeln kritische Situationen im Voraus zu vermeiden.

Wir freuen uns auf viele Interessierte. Die Plätze sind begrenzt. Anmeldung ab sofort über den QR-Code möglich.

TSV JIU JITSU
MEERBUSCH

**SELBST-
VERTEIDIGUNG**

Donnerstags 20:00 - 21:00 Uhr

**30. Oktober - 18. Dezember 2025
(8 Einheiten)**

**Theodor-Mostertz-Sportanlage,
Nierster Str. 90, 40668 Meerbusch**

**69,00 € für Nicht-Mitglieder,
49,00 € für Mitglieder des TSV Meerbusch**

Text: Christian Busch
Fotos: TSV Meerbusch

Jahresauftaktfeier 2025 vom Running Team des TSV Meerbusch – Highlights, Fakten, Ausblicke und Ehrungen



Das Running Team bei der JAF 2025.

Veranstaltungen durfte nicht fehlen: So verkündeten wir schon einmal den Termin am 12.07.2025, an dem die 10 Jahresfeier des TSV Meerbusch und die 100 Jahresfeier des ASV Lank stattfinden soll und den 30.08.2025, an dem das nächste Konzert der Tenöre „die Bohemians“ in Lank geplant ist. Anschließend baten wir alle Laufbetreuer und Laufbetreuerinnen auf die Bühne und bedankten uns noch einmal ganz herzlich für deren Unterstützung und Hilfe, denn ohne sie würde das Running Team nicht so gut laufen! Unser Abteilungsleiter Dieter Schmitz überreichte allen als Anerkennung und als Dankeschön für die Arbeit, ein kleines Präsent. Dann wurden Volkmar, Peter und Tobias auf die Bühne gerufen. Alle drei hatten in der jüngsten Vergangenheit einen runden Geburtstag gefeiert und auch sie bekamen von Ina ein kleines Präsent überreicht.



Die 'Führungsriege' von l.n.r. Dieter, Joachim in Vertretung für Dagmar, Sonja, Volkmar, Peter, Thomas, Katja, Ina und Monika.

beantwortet und bekam als Siegerin den ersten Preis überreicht. Den zweiten Platz teilten sich Joachim, Petra, Peter und Jana und bekamen für ihr gutes Abschneiden ebenfalls eine kleine Anerkennung überreicht.

Den restlichen Abend verbrachten wir in geselliger Runde bei guten Gesprächen und guten Getränken. Wie der Name es schon sagt: Ein Verein soll vereinen - und das Running Team hat im vergangenen Jahr durch die Hilfe beim "Lank Läufer" und dem Nikolausmarkt mit vereinten Kräften viel geschafft. Deshalb konnte der Abend aus der Kasse der Laufabteilung finanziert werden und es war schön, dass

Am 21.03.2025 waren alle Mitglieder des Running Teams zu unserer diesjährigen Jahresauftaktfeier eingeladen. Über 20 Mitglieder des Teams fanden sich im Kanapee in Osterath zu einem gemütlichen Abend ein. Als ersten Programmpunkt lud ich alle zu einer kleinen Zeitreise in das vergangene Jahr ein. Und es stellte sich heraus, dass es doch wieder viele Highlights im vergangenen Jahr gab: Vom Venloop über den Mailauf und das "Lank Läufer- Wochenende", dem Charity Run in Krefeld, dem Krefelder Hospizlauf, dem Erftlauf bis hin zum Silvesterlauf – da kamen viele schöne Erinnerungen zusammen, die das Running Team gemeinsam teilen konnten. Viele schöne Fotos und ein paar lustige Schnappschüsse lockerten den Vortrag etwas auf und ließen die Ereignisse noch einmal lebhaft an uns vorüberziehen. Aber auch ein Blick auf kommende



Monika beim Jahresrückblick.

Danach wurde aber erst einmal gemütlich gegessen und getrunken, denn so viele Erinnerungen, Informationen und Ehrungen machten hungrig und durstig. Das Buffet war wieder sehr, sehr köstlich und wir ließen es uns richtig schmecken.

Als letzten Programmpunkt hatte Ina dann noch ein kleines Quiz rund ums Laufen vorbereitet. Da hieß es erst einmal: Stifte raus, nicht tuscheln und Abschreiben verboten! Aber bei der anschließenden Auswertung des Quiz stellte sich heraus, dass bei einer Gruppe merkwürdigerweise alle die gleiche Frage gleich falsch beantwortet hatten. So ein Zufall... Katja hatte als Einzige alle Fragen richtig



Die Gewinner des Quiz 1. Platz Katja, 2. Platz Joachim, Petra, Peter und Jana.



Ein Blick in das vergangene Jahr bei der JAF 2025.

dem Running Team für das Engagement und die Treue etwas zurückgegeben werden konnte.

Es wurde ein gelungener Abend, an dem viel gelacht wurde und die Zeit wie im Flug verging. Das Running Team kann halt nicht nur gut laufen, es kann auch richtig gut feiern!

Text: Monika Weidenfeld
Fotos: TSV Meerbusch

Vom Winde verweht – das Running Team beim Venloop am 30.03.2025

Bereits zum 18. Mal fand in Venlo der allseits berühmte Venloop statt - ein ganz besonderer Lauf in ganz besonderer Atmosphäre! Sehr schnell muss man sein, um einen der begehrten Startplätze zu ergattern, wenn am 01.08. das Anmeldeportal für das nächste Jahr eröffnet wird, denn der Halbmarathon ist in der Regel ruckzuck ausgebucht. Aber dann hat man genügend Zeit, sich auf diesen Lauf vorzubereiten.

Ich hatte mir einen Startplatz für den Halbmarathon gesichert und auch Sandra war wieder mit von der Partie. Bei dem 10 km Lauf waren in diesem Jahr Elke und Wolfgang und sein Sohn Boris am Start. Die Wetterprognosen für den Wettkampf-Sonntag waren recht gut: Wechselhaft mit etwas Regen und Sonnenschein, milde Temperaturen um die 13° C, windig und eventuell stürmische Böen - und genauso kam es dann auch!



Getümmel im Startblock beim Venloop am 30.03.2025.

Der 10 km Lauf startete um 12:00 Uhr und eine riesige Läufer­schar setzte sich in Bewegung, die von unzähligen Zuschauern am Wegesrand angefeuert wurde.

Da mein Lauf erst um 14:00 Uhr losging, versuchten wir (mein Mann und ich), einen Blick auf unsere wackeren Teamkolleg*innen unterwegs zu erhaschen. Aber in dem ganzen Getümmel auf und an der Strecke war das einfach ein unmögliches Unterfangen.

So schlugen wir uns dann weiter zum Julianapark durch, damit ich mich für meinen Lauf vorbereiten konnte. So viele Menschen drängelten sich auf dem Platz, dass es auch hier einfach unmöglich war, jemanden zu finden. Leider habe ich Sandra auch nicht getroffen und machte mich dann allein an den Start. Das ist immer die spannendste Zeit, so kurz bevor es losgeht. Wenn man im Startblock umringt von unzähligen Mitstreitern steht und darauf wartet, dass der Tross sich in Bewegung setzt. Erst geht es nur langsam voran. Ich war im

hinteren Startblock und benötigte ganze 18 Minuten, bis mein Block die Startlinie erreicht hatte. Aber dann gab es kein Halten mehr und endlich ging es los auf die Strecke. Kurz nach dem Start erblickte ich am Straßenrand meinen Mann Ralph, der mich anfeuerte und ab da musste ich mich allein durchschlagen. In der Sonne war es sehr warm, im Schatten aber kalt und der Wind, der war richtig kalt. Doch das war alles egal, denn auf unsere holländischen Freunde kann man sich wirklich verlassen! Die verstehen es wirklich, Feste zu feiern und haben den Läufer*innen wieder über die gesamte Distanz ein unvergessliches Erlebnis beschert. Angefeuert von so vielen Zuschauern, die mit viel Musik und ausgelassener Stimmung alle auf der Strecke feierten, da hatte man einfach keine Zeit, um sich über heftige Böen oder Gegenwind zu ärgern. Unterwegs bekam man das gesamte Angebot an musikalischen Stilrichtungen geboten: von Schlager über Blasmusik, Heavy Metal und Sambaklänge - es war wieder alles dabei! Und ich habe es tatsächlich genossen!



Kurz vor dem Start des Venloop.



Monika glücklich nach dem Venloop am 30.03.2025.

Das Wichtigste ist aber, dass wir alle gut im Ziel angekommen sind! Das wurde mir erst so richtig bewusst, als ich bei meinem Zieleinlauf an einem Läufer vorbeikam, der kurz vor dem Ziel zusammengebrochen war und gerade reanimiert wurde. Weil mich dieses Bild noch in der Nacht verfolgt hatte, recherchierte ich am nächsten Tag, ob der Läufer es geschafft hat. So fand ich heraus, dass er es überlebt hat, jedoch bei dem 10 km Lauf ein Todesfall zu betrauern war. Daraus können wir nur schließen, dass es unglaublich wichtig ist, sich gut auf Wettkämpfe vorzubereiten und auf die inneren Signale zu achten.

In diesem Sinne wünsche ich euch: keep on running - aber bleibt gesund!

Text: Monika Weidenfeld
Fotos: TSV Meerbusch

Der letzte Kilometer, der einen wieder in die Innenstadt und durch die von so vielen Menschen gesäumten Straßen zum Ziel führte, bescherte den Sportler*innen wieder Gänsehautfeeling pur! Einfach unglaublich und immer wieder schön!

Und dann war es auch schon geschafft: Nach 2:14:28 Std. hatte ich mein Ziel glücklich erreicht. Kein Wunder, dass wir Sandra nicht mehr getroffen haben, denn sie war einfach viel zu schnell fertig und der Wind viel zu kalt, um lange draußen zu warten.

Sie beendete ihren Lauf in einer fantastischen Zeit von 1:42:22 Std. und konnte damit erneut ihre Schnelligkeit unter Beweis stellen.

Aber auch das Mini-Team "10 km-Lauf" hat sich wacker geschlagen: Elke beendete ihren Lauf in 1:08:14 Std. und Wolfgang erreichte das Ziel nach 1:08:52 Std. Das sind großartige Ergebnisse, auf die alle sehr stolz sein können.



Team 10 km mit Elke, Wolfgang und Boris (v.r.n.l.) beim Venloop.

Der Mai ist gekommen, das Running Team schwärmt aus...



Die 4 flotten Mädels vor dem Start v.l.n.r. Elke, Monika, Frauke, Petra beim Mailauf.

So lange haben wir auf den Frühling gewartet! Haben uns erfolgreich durch die kalte und dunkle Jahreszeit geschlagen und genießen nun jeden Tag, an dem wir in kurzer Hose und T-Shirt, ohne Warnweste und Stirnlampe draußen trainieren können. Der Frühling ist die schönste Jahreszeit für unser Lieblingshobby, dem Laufen – und wir sind alle sehr froh, dass es endlich so weit ist. Jedoch meinte es Petrus am 01.05.2025 etwas zu gut mit dem Wetter, denn ausgerechnet am Tag des Parkfestes mit dem Mailauf in Osterath bescherte er allen Teilnehmenden Sonnenschein pur und Temperaturen um die 30° C. Es wurde der heißeste Tag, den das Frühjahr bisher aufgeboten hatte. Wenn selbst die Zuschauer unter den hohen Temperaturen leiden, dann muss man sich einmal vorstellen, wie sich das für die Sportler*innen auf der Strecke anfühlen musste. 8 Mitglieder des Running Teams ließen sich aber durch die hohen Temperaturen nicht abschrecken und fanden sich in Osterath zum Mailauf ein. Um 15:30 Uhr fiel der Startschuss für den 5 km und den 10 km Wettkampf, und rund 250 Läufer*innen machten sich auf den Weg. Angefeuert von



Frauke, die 2. Frau im Gesamteinlauf beim Mailauf.

Wir befanden uns noch im Zielbereich und versuchten wieder zu Atem zu kommen, da trafen auch schon die ersten 10 km Läufer im Ziel ein. Aus unserer Truppe schaffte unser Youngster Tobias ein fantastisches Ergebnis von 42:56 Minuten für 10 km. Er lief als 7. Mann von 53 Teilnehmern ins Ziel und wurde 2. in seiner Altersklasse. Das ist mit Abstand seine persönliche Bestleistung und wir haben uns alle sehr mit ihm zusammen gefreut. Als zweite Frau im Gesamteinlauf erreichte Frauke das Ziel nach nur 56:50 Minuten. Ebenso ein großartiges Ergebnis, welches ihr den 2. Platz in ihrer Altersklasse sicherte. Als dritter im Bunde erreichte Stefan das Ziel nach 1:06:19 Std., und auch er wurde 1. in seiner Altersklasse.



Stefan unterwegs beim Mailauf.

Mein persönliches Fazit:

Ich mag den Osterather Mailauf, denn das ist ein Lauf unter Freunden in fröhlicher Atmosphäre. Man trifft viele nette Menschen und die Stimmung ist immer großartig, die Musik im Park ist toll und im nächsten Jahr bin ich bestimmt wieder dabei!

Eine Bitte an Petrus habe ich aber noch: Dann vielleicht ein paar Grad weniger...

Text: Monika Weidenfeld
Fotos: TSV Meerbusch

vielen Zuschauern am Wegesrand mussten die Sportler*innen 2 oder 4 Runden um und durch Osterath laufen, bis sie das Ziel erreicht hatten. Und trotz der großen Hitze können sich die Ergebnisse des Running Teams durchaus sehen lassen.

Harte zwei Runden später, die nur durch den Support der Zuschauer erträglicher wurden, liefen die Running Teamler in folgender Reihenfolge ins Ziel:

Elke schaffte die Strecke in 32:35 Minuten und belegte damit den 2. Platz in ihrer Altersklasse. Zwei Minuten später erreichte Wolfgang nach 34:38 Minuten Ziel und wurde damit 1. in seiner Altersklasse. Mit einer Zeit von knapp unter einer halben Stunde kam ich nach 29:35 Minuten glücklich ins Ziel. Dieses Ergebnis sicherte mir den 1. Platz in meiner Altersklasse. Petra und Klaus merkten auf der Strecke, dass es ihnen nicht gut geht, und haben beide den Wettkampf abgebrochen.



Glückliche Gesichter nach dem Zieleinlauf v.l.n.r. Frauke, Monika, Petra, Wolfgang, Stefan, Elke, Tobias.

Das war für alle ein harter Wettkampf, denn unterwegs gab es lange Passagen ohne Schatten, wo die Hitze von unten dem Asphalt abstrahlte und von oben von der Sonne angefeuert wurde. Da war es auch sehr vernünftig aufzuhören, wenn man merkte, dass es einem dabei nicht gut geht.

Nach der Anstrengung gab es aber auch genug Grund zu feiern. So ließen wir den Nachmittag mit Kaffee und Kuchen in netter Runde gemütlich ausklingen.



Tobias glücklich im Ziel.



Von links: Daniil, Lukas, Janus, Oscar, Samuel und Keyan, im Hintergrund Übungsleiter Thomas Cieslik.

Offenes Schach-Jugendturnier am 1. Mai in Monheim

Bei strahlendem Sonnenschein reisten fünf Meerbuscher und unser Gastspieler Janus am 1. Mai nach Monheim zum offenen Jugendturnier. Rund 100 Kinder und Jugendliche kämpften über sieben Runden um Punkte und Pokale.

Am Ende belegte Samuel als bester Meerbuscher mit 4,5 Punkten Platz 24 in der Gesamtwertung. Er wurde Dritter seiner Altersgruppe. In der Altersgruppe der Jüngsten erreichte Janus ebenfalls einen dritten Platz. Nach der Siegerehrung fuhren alle mit einer Medaille, einem Sachpreis und zahlreichen neuen Eindrücken nach Hause.

Text: Thomas Cieslik
Foto: TSV Meerbusch

Schachjugend unterwegs

Wer seine sportlichen Leistungen verbessern will, muss möglichst viele Wettkämpfe bestreiten. Das ist beim Schach nicht anders als in allen anderen Abteilungen des TSV. Unsere Jugendlichen touren am Wochenende durch ganz NRW, um sich mit anderen zu messen. Ein ganz besonderes Ereignis ist in jedem Jahr der Rurtalpokal in Düren-Lendersdorf. In dem mit viel Engagement gut organisierten Turnier kämpfen rund 250 Kinder und Jugendliche um Punkte und Pokale. Aus Meerbusch waren diesmal 10 Teilnehmer angereist. Bester Meerbuscher Spieler war Samuel Zhang, der in der U12 einen ausgezeichneten 7. Platz belegte.



Auf dem Bild von links nach rechts; hinten: Alexander, Samuel, Daniil, Anton; vorne: Oscar, Yimai, Janus, Lukas und Robert. Im Hintergrund Übungsleiter Thomas Cieslik.

Bereits eine Woche später ging es ins niederrheinische Issum zum Schülerturnier, das der dortige Schachklub zugunsten der Kindernothilfe ausrichtete. Hier traten fünf TSV-Mitglieder an. Bei diesem Turnier belegte Janus in der Altersklasse U8 den 1. Platz.

Text: Thomas Cieslik
Foto: TSV Meerbusch



Auf dem Bild von links nach rechts: Mark, Valentin, Yimai, Daniil und Janus.



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

TSV Meerbusch
40668 Meerbusch, Bösinghovener Str. 55
www.tsv-meerbusch.de; gs@tsv-meerbusch.de
Tel.: 02159/819964

MEERBUSCH SPIELT SCHACH!
5. MEERBUSCHER
SCHNELLSCHACH-OPEN



ANMELDEVORDRUCK:

ABLAUF:

Name, Vorname

Verein

Geburtsdatum

E-Mail

Datum und Unterschrift

9:45 Uhr: Meldeschluss

10:00 Uhr: Turnierbeginn

ca. 18:00 Uhr: Siegerehrung

Speisen und Getränke werden im Spiellokal zu günstigen Preisen angeboten.

Anfahrtskizze:



SIE SIND AM ZUG...



5. MEERBUSCHER SCHNELLSCHACH-OPEN

20 Minuten Bedenkzeit pro Spieler und Partie
9 Runden Schweizer System
Mindestpreisfonds 600 €

Der/die beste Meerbuscher/in erhält einen Sonderpreis

Termin: SAMSTAG, 13. SEPTEMBER 2025
UM 10.00 UHR

Spielort: PFARRZENTRUM
40668 MEERBUSCH-BÖSINGHOVEN
VON-ARENBERG-STR. 27

Veranstalter: TSV MEERBUSCH E. V.
40668 MEERBUSCH
BÖSINGHOVENERSTR. 55



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

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

antrag.tsv-meerbusch.de



HUBERTUS | **TELOY**
Apotheke | Apotheke

Hauptstraße 93
40668 Meerbusch-Lank
Tel.: 02150 / 918 90

Hauptstraße 44
40668 Meerbusch-Lank
Tel.: 02150 / 912 400

Wechsel auf der Brücke

Beständig ist nur der Wandel! Etwas abgeändert könnte man auch sagen „Beständigkeit durch Wandel!“, denn seit 1. Juni ist Mohamed Aboukacem neuer Inhaber der HUBERTUS- und TELOY-Apotheke, die bisher von Kathrin und Ulrich Stamm geleitet wurden. Die beiden „Alt-Inhaber:innen“ freuen sich auf die Zusammenarbeit. „Meine beiden Düsseldorfer Apotheken passen sehr gut zu den beiden in Meerbusch“, sagt Mohamed Aboukacem. „Wir haben neben der Vor-Ort-Beratung auch eine Altenheim- und Krankenhausversorgung mit einem starken Botendienst im Hintergrund! Die räumliche Nähe und die Größe der Standorte ermöglichen in Zukunft eine noch bessere Leistungsfähigkeit, gerade in Verbindung mit den neuen Möglichkeiten der Digitalisierung!“

Die Grafenberger Apotheke, die Sana Apotheke in Düsseldorf und die HUBERTUS- und TELOY-Apotheke in Meerbusch sind nun ein Verbund und können ihre jeweiligen Stärken bündeln. So ist die Grafenberger Apotheke spezialisiert auf medizinisches Cannabis und in Meerbusch sind Altenheimversorgung mit Verblisterung, starke Kosmetik, Anmessen von Kompressionsstrümpfen sowie Gesundheitsaktionen sehr gut organisiert.



Sowohl für den neuen als auch die „alten“ Inhaber:innen zählen am meisten die Menschen – sowohl die Kund:innen als auch die Mitarbeiter:innen dieses fest zusammengewachsenen STAMM-Apotheken-Teams. „Alle sind an Bord geblieben. Das werten wir als Zeichen einer sehr guten Arbeitsatmosphäre.“, freuen sich Kathrin und Ulrich Stamm. Beide arbeiten seit dem 1.6.2025 als Angestellte in ihren jeweiligen Apotheken. „Wir sind beim Übergabegrillen im Hof der HUBERTUS-Apotheke so toll und herzlich aufgenommen worden, dass es richtig Spaß macht wieder mit tollen Kolleg:innen mehr pharmazeutisch zu Arbeiten – es fühlt sich einfach gut an.“

Wir übergeben
unsere Apotheken und
bleiben an Bord.

WECHSEL AUF DER BRÜCKE ZUM 1. JUNI

Julia Breuer und
Sadaf Khademi
übernehmen die Filialleitung
der STAMM-Apotheken.

Auch die Filialleitungen sind langjährige Mitarbeiterinnen: Frau Sadaf Khademi ist seit gut 1 ½ Jahren Vollzeit-Apothekerin in der HUBERTUS-Apotheke und hat in kürzester Zeit viele Aufgaben übernommen, z.B. die Versorgung einer großen Anästhesiepraxis und zahlreicher weiterer Praxen mit Impfstoffen. Die vielfältigen Hintergrundarbeiten haben wir nach und nach gemeinsam erledigt, so dass Frau Khademi diesen Teil nahtlos übernehmen kann und Herr Stamm als „backup“ zur Verfügung steht.

Frau Julia Breuer ist ein „Urgestein“ in der TELOY-Apotheke und seit 11 Jahren im Team. „Sie kann schon alles und muss nur noch aus der Elternzeit wieder zurückkommen.“, sagt Kathrin Stamm. Auch hier ist es der ehemaligen Cheffin wichtig, der jungen Familie den Rücken freizuhalten und ergänzt: „In unserem Beruf ist es ohnehin schwer genug, Familie und Arbeitszeiten unter einen Hut zu bringen.“ Stamms wollen nach vielen erfolgreichen Jahren,

die durch die top engagierten Mitarbeiter:innen überhaupt möglich wurden, ebenfalls Engagement und Hilfsbereitschaft zurückgeben.

Wenn man sich im Ort umhört, kann man sagen, dass sich die STAMM-Apotheken einen guten Namen gemacht haben in der Lanker Bevölkerung und in den angrenzenden Stadtteilen. Viele Spezialaufgaben übernehmen die HUBERTUS- und TELOY-Apotheke, wie einnahmefertiges Stellen von Tabletten (Blistern), professionelle Hautanalyse und Kosmetik (zusammen mit dem Kooperationspartner daVinciBeauty im Haus der TELOY-Apotheke), Anmessen von Kompressionsstrümpfen, Grippeimpfungen und es gibt einen exzellenten und schnellen Botenservice (zusammen mit den AngelBikes von Sascha Plewka).

Stamm-Apotheken werden die HUBERTUS- und TELOY-Apotheken für alle alten und hoffentlich neuen Kund:innen wohl bleiben, auch wenn der Inhaber nicht mehr so heißt. Das Team hat sich diesen Ruf erarbeitet und ist nun um zwei ehemalige Chefs größer geworden. Also: **volle Kraft voraus mit der bewährten Mann- bzw. Frauschaft!**

KONTAKT: stamm-apotheken.de / info@stamm-apotheken.de

HUBERTUS-Apotheke, Filialleitung Sadaf Khademi, Tel.: 02150 / 918 90, hubertus@stamm-apotheken.de

TELOY-Apotheke, Filialleitung Kathrin Stamm (bis 31.10.2025), dann Julia Breuer, Tel.: 02150 / 912 400, teloy@stamm-apotheken.de

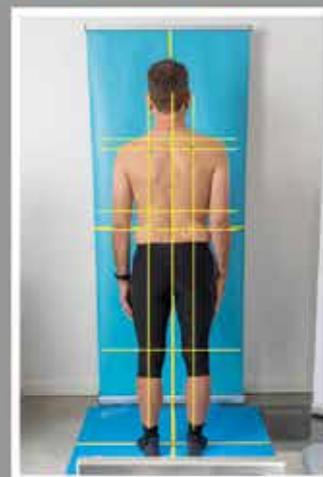
**Jetzt ONLINE
Termin
vereinbaren!**



**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!**



*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



Schießen: Osterhase zu Besuch bei den TSV-Schützen

Bei den Sportschützen des TSV-Meerbusch hoppelte der Osterhase, eine Woche nach Ostern, noch einmal vorbei – und brachte ein wenig Spaß bei Kaffee und Kuchen mit! Beim traditionellen Osterschießen ging es nicht nur um Präzision, sondern vor allem um gute Laune. Geschossen wurde auf Spaßscheiben, was für einige überraschende Ergebnisse sorgte.

Klaus Fenselau erwischte dabei den Platz des „Ersten von hinten“ – was er natürlich mit Humor nahm.



Thomas Fells sicherte sich den dritten Platz, knapp vor Ximing auf dem zweiten Rang.



Nur um einen Ring lagen die beiden Ergebnisse auseinander. Ganz vorne landete unser Abteilungsvorsitzender Frank Tovornik, der seine ruhige Hand mit dem alten Knicklauf-Luftgewehr, unter Beweis stellte.

Als süße Belohnung gab es für die ersten drei Sieger jeweils einen Schoko-Osterhasen – eine kleine, aber feine Anerkennung für die Treffsicherheit, mit dem historischen Sportgerät.



Der Abteilungsvorsitzender nutze die Gelegenheit und ehrte Frank, Ina und Michael für ihre zehnjährige Vereinsmitgliedschaft, sowie ihr besonderes Engagement in der Schießsportabteilung. Ein verdienter Applaus rundete den gelungenen Nachmittag ab.



Alles in allem: ein toller Nachmittag mit viel Spaß, netten Gesprächen und einer Extraportion Osterstimmung!

Text: Martin Blickmann

Fotos: TSV Meerbusch

Abteilungsversammlung der Schießsport-Abteilung

Am 26. März 2025 fand die Abteilungsversammlung der Schießsport-Abteilung statt. Um 19:30 Uhr kamen leider nur sieben Mitglieder zusammen, um sich über die Entwicklungen in der Schießsportabteilung des vergangenen Jahres auszutauschen.



Abteilungsleiter Frank Tovornik eröffnete die Versammlung und stellte die Beschlussfähigkeit fest. In seinem Bericht blickte er auf eine äußerst erfolgreiche Saison 2024 zurück. Besonders hob er die sportlichen Leistungen und die positive Entwicklung der Abteilung hervor. Die Mitgliederzahl stieg im vergangenen Jahr, von knapp über 50, auf über 60, besonders erfreulich dabei, ist der Zuwachs, der jugendlichen Schützen.

Im Anschluss trug die Sportleitung den Jahresbericht vor und gab Einblicke in das Training, Wettkämpfe, sportliche Erfolge und die allgemeine Entwicklung des Schießsports im Verein. Auch der Referent für Öffentlichkeitsarbeit, Martin Blickmann, stellte seine Arbeit vor und berichtete über die Außendarstellung der Abteilung.

Ehrungen werden abteilungsintern künftig auch schon nach 10 Jahren erfolgen. In diesem Jahr dürfen sich Frank und Ina Hamm, sowie Michael Klammer über die bevorstehende Ehrung erstmals freuen.

Insbesondere wurde die Einsatzbereitschaft dieser drei, für die Abteilung, gelobt.

Martin Blickmann berichtete, in seiner Funktion als Fachschaftsleiter des SSVM, über die Entwicklung und Änderungen, die die Schützinnen und Schützen bei der Stadtmeisterschaft zu erwarten haben. Zu nennen wären, ein zusätzlicher Blasrohr Termin und die Freigabe, künftig in der Disziplin KK-Auflage, auch mit Fernrohr schießen zu dürfen. Letzteres muss allerdings noch im August final abgestimmt werden. Die öffentliche Sichtbarkeit der Fachschaft-Schießen soll über die Print- und Internet-Medien künftig deutlich verbessert werden, in der Hoffnung die Starterzahlen bei den Stadtmeisterschaften deutlich zu steigern.

Die Versammlung bot eine gute Gelegenheit zum Austausch und zur gemeinsamen Planung für die Zukunft. Die Schießsport-Abteilung freut sich auf ein ebenso erfolgreiches Jahr 2025.

Text: Martin Blickmann

Foto: Archivbild

Tennis beim TSV – Die Tennis-Saison 2025 ist gestartet!

Ende März ging es endlich wieder los – die Plätze wurden eröffnet, das Wetter spielte mit und Tennis-Saison konnte gestartet werden.

Zuvor formierte sich der Vorstand bei der **Jahreshauptversammlung** neu: **Dennis Tack** und **Marcel Mund** traten die Posten des stellvertretenden Abteilungsleiters bzw. stellvertretenden technische Warts an. **Klaus Krah** übernahm die Position des Projektleiters „Sonderprojekte“ und **Uli Wild** die des Besitzers „Sonderaufgaben“. Im Zuge des Baus von drei Padel-Plätzen im kommenden Jahr, wurde auch direkt der organisatorische „Unterbau“ geschaffen: **Gabi und Jürgen Wieczorek** übernehmen das Ressort „Padel-Tennis“, um sämtliche Aktivitäten rund um den Trendsport zu betreuen.



*o.v.l.: Klaus Krah, Gabi Wieczorek, Uli Wild, Kristina Zimmer, Melanie Rübartsch, Dirk Bongardt, Jan Berger, Kai Erkelenz, Marcel Mund, Dennis Tack
u.v.l.: Jürgen Wieczorek, Jörg Zimmer, Stefan Lambert, Xaver Knust.*

Zum Start der Tennis-Saison wurde die Anlage beim **ersten Aktionstag** aus ihrem „Winterschlaf“ geholt und viele helfende Hände unterstützten dabei. Herzlichen Dank!





So erstrahlte die Anlage in neuem Glanz beim „**Tag der offenen Tür**“ Anfang April. Viele Interessierte kamen vorbei und informierten sich vor Ort oder spielten direkt ein paar Bälle. In Verbindung mit den Angeboten „**Starterkarte**“ und „**Schnuppermitgliedschaft**“ konnten so über **130** neue Mitglieder für die Tennisabteilung gewonnen werden und der Freundeskreis auf über **650 Mitglieder** anwachsen.



In dem Rahmen startet auch die Aktion „**Tennis mit Dennis und Marcel**“: eine großartige Gelegenheit für neue Mitglieder sich zu vernetzen und gemeinsam Tennis zu spielen! Das Angebot gilt natürlich auch für Spielende, die ihren Spielerkreis erweitern möchten.

Der Auftakt ist getan: die **neue Medensaison** startete Anfang Mai und die insgesamt 14 Damen- und Herren-Mannschaften sowie sieben Jugend-Mannschaften kämpfen um die Meisterschaft in ihren Klassen. Die erste Hälfte ist fast getan und es bleibt abzuwarten, wie die Mannschaften am Ende abschneiden.

Der **Jugendbereich** freut sich über mit der „**Forderungspyramide**“ über eine Neuerung: alle Kids über 10 Jahren spielen eine vereinsinterne und altersübergreifende Rangliste für Mädchen und Jungs aus. Ziele sind, den jungen Spieler:innen einen Anreiz zu schaffen, sich zum Spielen zu verabreden, auf dem Platz zu sein und Spielpraxis zu bekommen. Zudem gute Anhaltspunkte für die Mannschaftsmeldungen der nächsten Saison zu erhalten.



Für die – etwas – Älteren starten die ersten Events: Los ging es mit dem ersten „**Moonlight-Tennis**“. Um 20 Uhr ging es los und Tennis unter Flutlicht war angesagt - viel Musik und noch mehr Spaß. Übrigens: „Moonlight-Tennis“ gibt es jeden letzten Freitag im Monat.

Fortsetzung folgt...

Übrigens: alle Infos findet Ihr auch auf unserer Website www.tsv-meerbusch.de

Text & Fotos: Stefan Lambert

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	09:00 - 10:00	Fit über 60 (Damen)	Daniela	D	TSV Nierster Str.
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	20:00 - 22:00	"Fit mit Fun" für Männer	Thomas	H	SMG Strümp H1
19:00 - 19:55	Bodyforming	Eva P.	D/H	Raum 2					
20:05 - 21:30	Showtanz 'Wild Things'	Ina	D	Raum 2					
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					
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									
9:00 - 10:00	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1					
10:10 - 11:10	Rückentraining	Silvia	D/H	Raum 1					
16:15 - 17:15	Heilsame Tänze	Simone	D	Raum 1	18:00 - 18:55	Wirbelsäulengymnastik	Christel	D/H	TSV Nierster Str.
17:30 - 18:25	Pilates	Simone	D/H	Raum 2	19:05 - 20:00	High Intesity Training	Christel	D/H	TSV Nierster Str.
18:35 - 19:30	Bodyforming	Simone	D/H	Raum 2	20:00 - 21:30	Fitness für Kicker	Eva W.	H	T-Fliedner Schule
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					
16:45 - 18:00	Sitzgymnastik	Uschi	D	Raum 2	18:30 - 19:30	Rückenfit Sie+Er	Uschi	D/H	TSV Nierster Str.
18:00 - 19:00	Fitness all inclusive	Silvia	D/H	Raum 1	18:30 - 19:30	Kurs Tanzen für Pfundige	Simone	D/H	Martinus GS
20:00 - 21:30	Kurs Yin Yoga	Daniela K.	D/H	Raum 1	20:30 - 21:45	Sportgruppe Herren	Gregor	H	P.-Jacobs-Schule
20:20 - 21:15	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 Trad. Med. 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 09.06.21

TRAININGSZEITEN

Kinder und Jugendliche

BÖSINGHOVEN: TSV TRAININGSCENTER "ALTE SCHULE"

LANK / STRÜMP: TSV SPORTRAUM / STÄDTISCHE HALLEN

MONTAG							
Trainingszeit	Trainer/in	Alter	Ort	Trainingszeit	Trainer/in	Alter	Ort
				10:00 - 11:00	Kurs Babys in Bewegung	Kathrin	
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							
				16:00 - 17:00	Kurs Ninja Warrior Kids	Dominik	8-12 J P.-Jacobs-Schule
				17:00 - 18:00	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**



www.damhus.de

DAMHUS
Die Meistergriller

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 61
conni.theiler@tsv-meerbusch.de



Christel Penners
Fitness-Trainerin

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



Daniela Kremer
Yoga-Lehrerin

02159 / 81 99 64 (TSVM)
gymnastik@tsv-meerbusch.de



Eva Pack
Fitness-Trainerin

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



Dieter Lass
Leiter Linedance

02150 / 4049



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



Gregor Steverding
Leiter der Donnerstags-Herrengruppe

02150 7299
gregor.steverding@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



Judith Auer
Fitness-Trainerin

0179 / 4532450
judith.auer@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 19.02.2025

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:

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

GISSSELBACH

SANITÄR HEIZUNG SOLAR WÄRMEN TECHNIK

Ossum 12
40668 Meerbusch
FACHBETRIEB FÜR

Telefon (02159) 81066
Telefax (02159) 81939

**SANITÄR · HEIZUNG
SOLAR
ANLAGENTECHNIK**

caritas



**Auf der Suche, wie es nach der Schule weitergehen soll?
Oder im bisherigen Job / Studium nicht wirklich glücklich?
> Nutze die Zeit für eine Neu-Orientierung hier bei der Caritas in Meerbusch!**

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

- **Freiwilligendienste (rund 450 Euro Taschengeld/Monat):**
Bundesfreiwilligendienst (BFD), Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)
- **Ausbildungsberufe (Tarif und Zusatzleistungen):**
Pflegefachfrau/Pflegefachmann (rund 1350 Euro im 1. Ausbildungsjahr),
Pflegefachassistenz (rund 1250 Euro)
- **Praktika / Anerkennungsjahr:**
Schülerpraktikum oder Anerkennungsjahr nach Absprache

Weitere Infos unter www.caritas-krefeld.de/jobs
oder Bewerbungen direkt online an bewerbungen@caritas-krefeld.de.



caritas-krefeld.de/jobs

Caritas in Meerbusch
Paul-Jülke-Str. 3
40670 Meerbusch-Strümp

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



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

- „Arbeite doch wie Du willst“ für unsere Pflegekräfte: Flexible Dienstplangestaltung
- Sehr gute Vergütung nach AVR-Caritas plus Jahressonderzahlung und zusätzlicher betrieblicher Altersvorsorge
- Job-Bike, Job-Ticket sowie Dienstwagen auch zur privaten Nutzung
- Umfassende Einarbeitung und kostenlose Fort- und Weiterbildung.



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 51/63 95-0

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.
Elektroanlagen- und Rolladenbau Michael Kalies
Gisselbach GmbH Sanitär- und Heizungsanlagen
Imdahl Mode
Jäger Beerdigungsinstitut
Knappschaft
Lenzen TV Video Hifi
Malteser, Malteserstift St. Stephanus
Mrs. Books
Peter Pfeiffer Installations- und Heizungsbau GmbH
Schmitz-Franken A., Dr.med.
Schnittgefühl by Daniela Püllen, Friseurbetrieb
Sparkasse Neuss
Volksbank Krefeld
willst-Du-weg.de

**Das nächste Heft
erscheint im Herbst 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
Sandy Zelazny

Sandy.zelazny@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 



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

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



antrag.tsv-meerbusch.de

Alles aus einer Hand mit dem Maklerteam der Sparkasse Neuss – Die Profis bei Suche oder Verkauf einer Immobilie

Sie träumen von einem Eigenheim und wollen dabei nichts dem Zufall überlassen? Dann sind die Makler der Sparkasse Neuss Ihre erste Adresse. Profitieren Sie dabei von der über 35-jährigen Erfahrung und der einzigartigen Nähe zum Markt im Rhein-Kreis Neuss. Durch unser Objekt-Portfolio realisieren wir gemeinsam Ihren persönlichen Wohntraum. Gerade beim Immobilienkauf gilt es, die persönlichen Wünsche und finanziellen Aspekte unserer Kunden zu berücksichtigen. Das ist uns wichtig - darauf legen wir Wert.

Möchten Sie Ihr persönliches Rundum-Sorglos-Paket? Dann sind Sie bei uns an der richtigen Adresse, denn die passende Finanzierung für Ihre Wunschimmobilie halten wir auch bereit. Sie möchten eine Immobilie verkaufen? Vertrauen Sie auf unser jahrelanges Know-how im Maklergeschäft – gemeinsam finden wir schnell den richtigen Käufer für Ihre Immobilie. Wir zeichnen uns durch Sicherheit, Qualität, Nähe und ein Plus an Service aus. Als Ihr kompetenter Partner aus der Region kennen wir den Markt. Zudem gehören wir deutschlandweit zum größten Maklerverbund – der Sparkassen-Finanzgruppe.



 Immobilien-Center

Profitieren Sie von der Expertise des Marktführers
bei der Vermittlung und Finanzierung von Immobilien.

sparkasse-neuss.de/immobilien

02131 97-4000

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Neuss