



WMTV Solingen 1861 e.V.

Wald-Merscheider Turnverein 1861 e.V. - Turnhalle Adolf-Clarenbach-Straße 41

Vereinszeitung

November 2010

Nr. 124

Heft 4/2010



Radlergruppe on Tour im Ruhrgebiet

Impressum

Herausgeber:

Wald-Merscheider Turnverein 1861 e.V.
Adolf-Clarenbach-Str. 41, 42719 Solingen

Geschäftsstelle:

Adolf-Clarenbach-Str. 41

Geschäftszeiten:

- dienstags 17 - 20 Uhr
- mittwochs 10 - 12 Uhr
- freitags 10 - 12 Uhr

Telefon 0212 - 31 85 97

FAX 0212 - 231 14 76

Email: info@wmtv.de

Internet: <http://www.wmtv.de>

Fitness- und Gesundheits-Studio

Telefon 0212-231 14 75

WMTV Restaurant

Telefon 0212-31 07 46

Bankverbindung:

Geschäftskonto 220343

Beitragskonto 214007

Stadt-Sparkasse Solingen BLZ 342 500 00

Redaktion:

Jutta Dein, Gregor Huckschlag
Georg Erntges, Stefan Mertens

Anschrift der Redaktion:

Redaktion VZ, Jutta Dein

Kiefernstr. 23, 42699 Solingen

Telefon 0212-268 19 20

Email: redaktion@wmtv.de

Persönliche Worte des 1. Vorsitzenden



Am 19. März dieses Jahres wurden der 1. Vorsitzende Rolf Fischer und sein Vertreter, Markus Adams, als geschäftsführender Vorstand des WMTV auf der Jahreshauptversammlung gewählt.

So etwas kommt nicht häufig vor. 1. Vorsitzender des größten Breitensportvereins Solingens werden zu können. Einem Verein, der im Jahr 2011 sein 150-jähriges Bestehen feiern wird! Das ist mir bewusst und bedeutet eine große Herausforderung.

Nach den ersten Monaten der Arbeit im neuen Vorstandsteam ist es an der Zeit ein kurzes Fazit zu ziehen.

1. Unsere Vorstandsarbeit

Die ersten dringlichen Arbeiten unter den neuen Gegebenheiten konzentrierten sich auf die Neuordnung der organisatorischen Abläufe und Zuordnungen.

Vor allem anderen mussten im engeren Vorstand, das sind neben dem geschäftsführenden Vorstand die Ressortleiter Sport, Personal, Finanzen und Verwaltung, die Aufgaben neu bewertet und verteilt werden.

Als nächstes entwickelten wir unsere Ziele für die aktuelle Vereinsarbeit der kommenden Monate.

Im Gesamtvorstand, das sind der engere Vorstand, die Abteilungsleiter, Jugendwart, Schriftwart und Pressewartin, konnte anschließend einvernehmlich eine zukunftsweisende Richtung mit einer Vision, Leitsätzen und Zielen für den Verein beschlossen werden, die Basis für die Vereinsstrategie ist.

Hier drei Kernaussagen stellvertretend für unsere Vision, Leitsätze und Ziele:

- ⇒ **Der Wald - Merscheider Turnverein entwickelt sich zum attraktivsten und größten Sportverein in Solingen.**
- ⇒ **Wir schaffen Spaß und Freude für die Menschen in unserem Verein.**
- ⇒ **Unsere Ziele orientieren sich an den Wünschen und Bedürfnissen der Vereinsmitglieder.**

In einer umfangreichen Zusammenstellung wurden dann alle Aufgaben gelistet, die neben den üblichen Routinearbeiten anfielen und die darauf warteten, Stück für Stück abgearbeitet zu werden.

Ein Teil ist geschafft und nach 6 Monaten kann ich nun die wesentlichsten Ergebnisse unserer bisherigen Vorstandsarbeit aufzeigen.

Ich möchte nicht unerwähnt lassen, dass neben den Frauen und Männern des Gesamtvorstands viele andere engagierte Sportlerinnen und Sportler, unsere Übungsleiter/innen und viele Ehrenamtler maßgeblich an unserer Arbeit beteiligt waren und hoffentlich mit diesem unentbehrlichen Einsatz weiter uns und damit ihren Verein unterstützen.

Auszeichnungen und Anerkennungen:

- ⇒ **Sterne des Sports des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB)** – Auszeichnung für das soziale En-

agement des Vereins mit Ehrung sowie einer Spende von 1000 Euro für die MS-Gruppe

- ⇒ Aktion 1000 x 1000 der Landesregierung und des LSB
– Auswahl des Vereins nach Bewerbung mit einem Projekt zur Förderung von Gesundheit und Integration; Zuschuss 1000 Euro.
- ⇒ Erfolgreiche Bewerbung als 4. Partner für die Solinger Sportgala 2011 am 26.02.2011

Ereignisse und Maßnahmen

- ⇒ Nach Prüfung und Feststellung des hohen Qualitätsniveaus unseres Fitness - und Gesundheitsstudios wurde das Zertifikat „Sport Pro Fitness“ problemlos verlängert.
- ⇒ Erweiterungen der für jung und alt attraktiven Kursangebote
- ⇒ Gründung der Handballspielgemeinschaft (HSG) WMTV TSG
- ⇒ Kooperationen mit der KITA Regenbogen aus Solingen - Wald mit dem Projekt „Spielend gesund leben“
- ⇒ Zahlreiche Erfolge unserer Sportler vom Fechten über Turnen, Kampfsport bis zu vielem mehr

Die Schwerpunkte der nächsten Wochen und Monate

- ⇒ Vorbereitungen und Umsetzung der Veranstaltungen im Jubiläumsjahr
- ⇒ Partner der Sportgala am 26.02.2011
- ⇒ Mitwirkung am 2. Rheinisch-Westfälischen-Landesturnfest vom 22. bis 25. Juni 2011

⇒ Bewältigung der vom Rat der Stadt Solingen beschlossenen Sparmaßnahmen für die Sportvereine als Folge des Haushalts-Konsolidierungs-Konzepts der Stadt

⇒ Fortführung der Gespräche mit der Stadt Solingen über die Zukunft der WMTV Turnhalle

⇒ Fortführung der Vereinsentwicklung im Sinne unserer Satzung als Breitensportverein

2. Aussichten und Gedanken für 2011

Ein arbeitsreiches und spannendes Jahr steht uns bevor. Absolute Höhepunkte sollen unsere Veranstaltungen zum 150 - jährigen Vereinsjubiläum und die Sportgala werden.

Dank der Unterstützung so vieler tüchtiger und engagierten Frauen, Männer, Kinder und Jugendlicher des Vereins wird das gelingen und wir können uns jetzt schon auf dieses einmalige Jahr freuen.

Es ist schon toll, sich in so einem Sportverein engagieren zu können, es macht Spaß, hält einen fit und gibt einem eine Menge an schönen Erlebnissen.

Lautet unser Vereinspruch doch nicht von ungefähr:

WMTV - mehr als nur ein Sportverein

Und für diesen Spruch und was dahinter steht setzte ich mich im Verein gerne ein.

Mit sportlichem Gruß
Rolf Fischer
1. Vorsitzender

Das Boule-Jahr - zweite Hälfte

Nach dem Debakel beim letzten Spiel in der Vorrunde in Lintorf, wo wir mit fliegenden Fahnen untergingen, konnten wir uns beim dritten Durchgang etwas zeigen und gewannen zwei von vier Runden.

In der folgenden Sommerpause wurde viel auf den eigenen Plätzen gespielt, auch bei schlechtem Wetter, und eine Tagestour mit Schlauchbooten auf der Niers bei strahlendem Sonnenschein unternommen.

Um unsere Taktik beim Spiel zu verbessern, haben wir den Trainer Michael Riek, heute Sportwart auf Landesebene, für einen Samstag zu uns geholt und verlebten einen aufschlussreichen und informativen Tag – auch hier wieder bei herrlichem Wetter.

Jetzt stand nur noch das Abschlussspiel in Erkrath aus und frohen Mutes fuhrten acht Spieler plus zwei „Fans“ zum Turnier. Und siehe da, wieder schien die Sonne über das Petanquevölkchen und versprach nur das Allerbeste.

Wir nutzten die Gunst der Stunde und ergatterten den „Fairniespreis“ in Form von einer Flasche Sekt, weil wir die anderen fünf Mannschaften vorgelassen und uns auf dem letzten Platz festzementiert haben. Einen Vorteil hatte das allerdings: Alle waren freundlich zu uns.

Zum Abschluss wollte ein Fan und sechs Spieler noch nicht nach Hause und versuchten festzustellen, ob sie auf den heimischen Spielfeldern besser sind – und sie waren es. Ohne Wettkampfdruck bei entspannter Atmosphäre. Auf diese Art wurde etwas Frust ob der verlorenen Spiele in zwei von drei Runden in Erkrath abgearbeitet und es wurde noch ein lustiger Ausklang.

In den dunklen Monaten werden wir an der Winterliga im Krefelder Palmehaus teilnehmen, um die Turnierstärke zu festigen. Was das bringen wird, bleibt abzuwarten. Schaden kann es nicht!

Egmont Holtz



Sommerausflug der Boule Gruppe zur Niers am Niederrhein

Verabredungsgemäß trafen wir uns am Donnerstag den 19. August gegen 8.45 Uhr in Ohligs auf dem Solinger Hbf um mit dem Zug über Düsseldorf nach Kempen an den Niederrhein zu fahren.



Mit Trecker und Planwagen wurden wir abgeholt. Plötzlich und nicht unerwartet war auch schon die Niers in Vinkrath da. Kaum waren wir ausgestiegen wurden, mit unserer Hilfe, die beiden Schlauchboote auf's Wasser gelassen. Wir stiegen in die Boote ein, ohne dass es eine Szene für Pleiten Pech und Pannen gegeben hätte.

Nun waren wir aufgeteilt in zwei unerfahrene Schlauchbootmannschaften mit je 9 bzw. 8 Teilnehmer. Jede Mannschaft bekam noch sechs Paddel und eine Information wo eine Pause gemacht werden könnte und wo die Ausstiegsstelle ist. Die Leinen wurden losgemacht und gleichzeitig trieben wir mit der gemütlich dahin fließenden Niers ab. Offensichtlich wurde der Urinstinkt in uns geweckt denn irgendwie bekam man ein Gefühl dafür wann vorne, hinten, rechts, links oder gegen oder mit dem Strom gepaddelt werden musste. Trotzdem dotzten wir mal hier oder mal da gegen das Ufer und wir drehten uns. Machte aber nichts und wir haben alles wieder hinbekommen. Kam man zu nahe ans Ufer und die Äste der Sträucher ragten über die Niers wurde sich geduckt, man wusste sich zu helfen. Die

Landschaft war sehr schön und darin standen Schafe, Kühe und Pferde, die mal eben zu uns herübersahen, um anschließend ihr Gras weiter zu fressen. Enten, Wasserhühnchen und Libellen waren auch da. Am zutraulichsten waren einige Bremsen oder auch Schnaken genannt.

Als dann die uns beschriebene Stelle zum Pausen machen kam wurde diskutiert ob es denn hier günstig wäre. Zu spät wir waren schon vorbei und weiter ging's bis zur Anlegestelle vor Wachtendonk. Nach dem Anlegen, Aussteigen, Dixiklo benutzen, Boote an Land ziehen, kam der Trecker mit Planwagen um uns zum Dümpenhof zu bringen.



Der Dümpenhof ist auch bekannt als Heuhotel oder wegen seiner großen Reitanlage. Für uns wurde gegrillt Nackensteak, Würstchen und durchwachsener Speck, dazu gab es verschiedene Sorten Brot, Kartoffeln mit Quarksauce, Salate und noch einiges mehr. Gegen 16.20 Uhr begann die Rückfahrt mit Trecker und Planwagen zum Bahnhof Kempen und weiter mit dem Zug zum Solinger Hbf in Ohligs. Nach einem Absacker im Walder Schlauch waren wir so gegen 21.00 Uhr zu Hause.

Es war ein schöner Tag auch das Wetter hatte sich auf uns eingestellt. Morgens bewölkt und ab Mittag Sonnenschein.

Wilfried Hölterhoff



Fechten

Treffer – Siege – guter Stil Zum Saisonauftakt der Solinger Fechter beim Tolbiac Jugendturnier in Zülpich

Beim Internationalen Tolbiac Jugendturnier am 04. und 05. September 2010, das traditionell den Auftakt der Qualifikations- und Ranglistenturniere für den Nordrhein bildet und zur Saison 2010/2011 zum nunmehr 22. Mal in den Sporthallen an der Blayer Straße in Zülpich ausgetragen wurde, stellte die Fechtabteilung des WMTV mit seinen Degen-Fechtern aus den Altersklassen der Schüler, der A- und B-Jugend wie auch der Junioren ein mit Abstand weitaus größeres Starterfeld als es die Leistungsstützpunkte aufbieten konnten.

Belohnt wurde der Gang auf die Planche für die Solinger Fechterinnen und Fechter mit insgesamt 3 Siegen, 12 Pokalen und diversen Urkunden für die nachfolgenden Platzierungen.

Bekanntermaßen zuverlässig erfolgreich waren die Fechterinnen aus der Leistungsgruppe von Sascha Tykhomyrov, und so hatten bereits die Schülerinnen und Schüler der Jahrgänge 1999 bis 2001 mit zwei 1. Plätzen, drei 2. Plätzen und einem 3. Platz wie auch 5 weiteren Urkunden aus den Rängen 4 - 8 einen gehörigen Anteil am Pokal- und Urkundenspiegel.

Aus den mittleren und jüngeren Schüler-Jahrgängen 2000/2001 erfochten Merit Erkens und Jennifer Thomas jeweils einen Goldpokal, der silberne Cup ging an Julia Leck und Leandra Esser wie auch an Tim Treudt-Gösser, Bronze holte Zara Aycan. Erwähnenswert auch die guten Leistungen von Anna Langenberg und Patricia Plassa, Zoe-Barbara Long, Stella Gundlack und Felix Skubella, die sich gegen harte und zum Teil zahlreiche Konkurrenz unter die besten 6 Fechter ihrer jeweiligen Gruppen kämpfen konnten.

Leistungsstark stellte sich auch die B-Jugend der Jahrgänge 1997/1998 der Konkurrenz und präsentierte sich leistungsstark. Bei den Damen schlugen Chantal Weiler, Kim Treudt-Gösser und Alexandra Jahn das übrige Feld souverän aus dem Rennen, sicherten die Plätze 1-3 für den WMTV und teilten sich diese unter sich auf. Mit einem Treffer Differenz ging das Gold an Chantal Weiler, Silber an Kim Treudt-Gösser, Bronze durfte Alexandra Jahn entgegen nehmen.

Bei den B-Jugend Herren trug Adrian Stanneck den Silberpokal für den WMTV nach Solingen, die bronzenen Trophäen packten Maximilian Koch und Leonard Conradt ein, Urkunden gab es für Lisa Casper und Max Busch, Denis Amuser und Frederik Gnass.

Hart zur Sache, weil in einem weitaus größeren Feld an Konkurrenten, ging es für die Damen wie auch für die Herren der A-Jugend, die mit 38 bzw. 39 Fechtern gegeneinander antraten. Hier belegte Julian Lemties den 7. Platz, Lennart Bruchhaus erreichte den 15., Anastasios und Leonidas Pallikaridis den 18. und 19. Rang. Lob und Anerkennung erhielt auch Denis Amuser, der sich als jüngster Teilnehmer in diesem Wettkampf gegen die zum Teil deutlich älteren Gegner auf den 27. Platz durchfechten konnte.

Ähnlich auch die Verteilung der Plätze bei den A-Jugend Damen. Yvonne Weiler sicherte den 6. Platz für den WMTV und Celina Neumann-Grah den 10., Kim Treudt-Gösser und Lisa Casper belegten Nr. 16 und 17, Chantal Weiler stellte sich auf Position 24. Jeweils nur mit einer Fechterin bzw. einem Fechter ging der WMTV in der Klasse der Junioren an den Start. Unter den insgesamt

22 Fechterinnen in der Gruppe der Damen erreichte Annika Seher den 7. Platz, Michel Mähren focht in einem Feld von insgesamt 29 Herren und schaffte es auf den 9. Platz.

Fragt man sich zum Ende eines solchen Turnier-Wochenendes, welchem Umstand sich diese sehr guten und vor allem konstant guten Leistungen verdanken, dann wird man neben dem Talent für den Sport natürlich auch den großen Anteil der Trainer immer wieder benennen dürfen. Und hier gilt das Lob den Fechtmeistern, die ihren Schülerinnen und Schülern aller Altersklassen

einen Fechtstil vermitteln, der nicht auf Kraftaktionen und Körpereinsatz ausgerichtet ist, sondern vielmehr großen Wert legt auf taktisches Kalkül und Strategie, der stets die präzise geplante Vorbereitung eines Angriffs und die sorgfältige Ausführung des Stoßes im Fokus hat. Guter Stil führt eben zu guten Leistungen.

Dementsprechend: Dank allen Teilnehmern des Turniers, Glückwunsch an alle Platzierten und allen viel Erfolg für die gesamte Saison.

Achim Stanneck

WMTV-Fechter zeigen gute Frühform

Bei den Rheinischen Landesmeisterschaften der Junioren und Aktiven am 11./12.09.2010 in Bonn zeigten die WMTV-Asse dieses Wochenende ansprechende Leistungen – und das in beiden Waffen.

Im Säbel gab es am Samstag gleich zweimal Edelmetall, Maciej Chojnacki sicherte sich Platz zwei bei den Junioren, Martin Schreiber verlor sein Halbfinale gegen den späteren Turniersieger Benno Schneider (TSV Kenten) und musste sich mit Bronze zufrieden geben.

Die neu besetzte, junge Herrendegenmannschaft des WMTV bestehend aus Michel Mähren, Julian Lemties, Leonidas Pallikaridis und Anastasios Pallikaridis präsentierte sich ebenfalls gut, zwar sprang hinterher nur Platz vier heraus, doch vor allem Motivator Falk Spautz war mit dem Gezeigten durchaus zufrieden.

Für den krönenden Abschluss des erfolgreichen ersten Turniertages sorgte Annika Seher. Die Degenfechterin biss sich durch, löste das Viertelfinalticket mit einem knappen 15:14, wurde dort aber gestoppt. Platz 8 war der verdiente Lohn für eine gute erste Vorstellung in der beginnenden Saison 2010/11.

Am zweiten Turniertag zeigte dann auch die Herrendegenmannschaft, dass sie zu Siegen im Stande ist. Michel Mähren, Jan Bory und Falk Spautz fochten ein erstklassiges Turnier, schalteten im Viertelfinale Eintracht Duisburg mit 45:26 deutlich aus. Im Halbfinale lösten die Klingenstädter dann mit einem 45:31 gegen Bayer Leverkusen das Finalticket. Dort wartete die Mannschaft des OFC Bonn. Diese konnte den Heimvorteil jedoch nicht nutzen, unterlag mit 39:45. Mit dem damit erreichten Landesmeistertitel sicherten sich Bory, Mähren und Spautz gleichzeitig einen Startplatz für den WMTV Solingen bei der Deutschen Aktiven-Mannschaftsmeisterschaften.

Den anderen gestarteten Fechtern war die Doppelbelastung von zwei aufeinanderfolgenden Turniertagen anzumerken. Annika Seher scheiterte im Degen in der Vorrunde, Säbelfechter Martin Schreiber verpasste das Viertelfinale und musste sich mit Platz 12 zufrieden geben. Maciej Chojnacki und Ricardo Lavrador erreichten das Viertelfinale in der Säbelkonkurrenz, zogen dort aber jeweils den Kürzeren, Platz fünf bzw. sechs reicht jedoch für die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft.

Martin Schreiber

Degen – Säbel – Saluez¹

Die Fechtabteilung des WMTV beim Museumsfest im Klingensmuseum

In den Vereinsfarben Gelb und Schwarz leuchtete der Informationsstand des WMTV im Stiftersaal des Klingensmuseums beim diesjährigen Museumsfest am 29. August.

Degen und Säbel blitzten in der Auslage und waren ebenso griffbereit wie die zugehörigen Fechtjacken und Masken. Dazu standen Markus Adams und Martin Schreiber den interessierten Besuchern Rede und Antwort, gaben Auskunft über alle Facetten des Fechtsports und drückten dem einen oder anderen Besucher auch schon mal eine Klinge in die Hand.

Konnte man schon auf diese Weise hautnah einen ersten und unmittelbaren Eindruck vom Umgang mit dem Waffen gewinnen, dann sorgte der Fechtlernachwuchs mit praktischen Fechtvorführungen an der großen Melderanlage für einen anschaulichen Einblick in die Arbeit auf der Planche. Markus Adams fungierte als Obmann, als die Jungfechterinnen Merit Erkens und Victoria Stanneck ein Degengefecht vorführten, und er kommentierte alle wesentlichen Phasen des Wettkampfes: vom Prüfen der Waffen über die korrekte Aufstellung zu den optischen und akustischen Signalen der Melderanlage bis hin zum Abgrüßen am Ende des Gefechts.

Martin Schreiber agierte als Obmann für die Fecht demonstration der Säbelfechter, die von Finn Schymczyk und Jakob Hilger gezeigt wurde.

So erfuhren die Zuschauer etwas über die wesentlichen Unterschiede zwischen dem Degen- und dem Säbelfechten, und sie bekamen vor allem anhand der ungeheuer flinken Bewegungsabläufe und blitzschnellen Hiebe das spezielle Reglement eines Säbelgefechts nachvollziehbar erklärt. Während sich so das moderne Sportfechten lebhaft darstellte und für rege Nachfrage sorgte, brachten der B-Jugend-Fechter Adrian Stanneck und sein Vater Achim Stanneck von den Senioren den Festbesuchern Aspekte der

historischen Fechtkunst und des Theaterfechtens nahe. In historischen Gewändern des 18. Jahrhunderts gekleidet, stellten sie mehrere der gleichsam tänzerisch choreographierten Fechtergrüße des 17. und 18. Jahrhunderts vor, wie sie an der Academie des armes ab dem Jahr 1567 gelehrt und von den Kadetten der Militärakademie und Musketieren bei den Festen an den Höfen der französischen Könige nach der Aufforderung: „saluez!“ praktiziert wurden, und sie demonstrierten in einzelnen Szenen einige prägnante Charakteristika des Bühnenkampfes.

Den Zuschauern haben alle Vorführun-



gen gefallen, der Museumsleitung auch, und so hat die Direktorin des Klingensmuseums, Frau Dr. Grotkamp-Schepers, den WMTV schon jetzt wieder eingeladen, am Museumsfest im kommenden Jahr teilzunehmen.

Achim Stanneck

¹ Saluez, franz.: begrüßt (Imperativ)

WMTV Solingen dominiert das Mannschafts-Degenturnier des TSV Hagen am 02./03.10.2010

Herzschlagfinale zwischen Solingen I und Solingen II

Beim gemischten Mannschafts-Degenturnier des TSV Hagen der Jahrgänge 1999-2001 (Schüler) war der WMTV Solingen mit 4 Damenmannschaften und einer Herrenmannschaft vertreten. Das hochklassig besetzte Teilnehmerfeld umfasste neben den Solinger Degenfechtern u.a. noch Mannschaften des TV Hoffnungsthal, des TSV Hagen und des Herner TC. Während sich die stärkste Damenmannschaft (Solingen II) in der Gruppe II der Zwischenrunde in der Besetzung Anna Langenberg, Johanna Bläse und Juliana Leck souverän durchsetzte, hatte die Herrenmannschaft (Solingen I) in der Besetzung Felix Skubella, Lennart Eßer und Roman Erkens es in der Gruppe I der Zwischenrunde mit dem starken Hoffnungsthalern zu tun. In der Höhe unerwartet deutlich setzten sich die Solinger Degenfechter mit 45:28 gegen den Dauerkonkurrenten durch.

Im Finale kam es somit zum Duell der Solinger Damen gegen die Herren. Die ersten drei Gefechte waren weitestgehend ausgeglichen, so dass sich die Solinger Herren nur einen minimalen Vorsprung erkämpfen konnten. In den folgenden Gefechten wuchs der Vor-

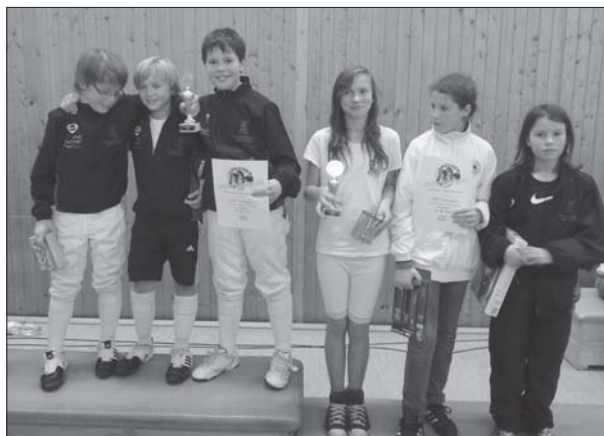
sprung der Herren auf einen komfortablen 9-Punkte-Vorsprung an. Wer aber geglaubt hatte, dass das Turnier entschieden sei, hatte weit gefehlt. Die Damen kämpften sich in einem Herzschlag-Finale bis auf 43:44 an die Herren heran, ehe Lennart Eßer den entscheidenden Treffer zum glücklichen, aber nicht unverdienten 45:43 Sieg setzen konnte.

Gold und Silber für die B-Jugendmannschaften des WMTV Solingen beim Degen-Mannschaftsturnier des TSV Hagen.

Wie bei den Schülermannschaften bestritten auch die zwei B-Jugendmannschaften des WMTV Solingen das Finale ihrer Altersklasse.

Die in Bestbesetzung startende WMTV Damenmannschaft (Kim Treudt-Gösser, Lisa Casper, Chantal Weiler und Alexandra Jahn) setzte sich hierbei gegen die WMTV Herrenmannschaft (Dennis Amuser, Adrian Stanneck, Leonard Conradt, Frederik Gnass) souverän mit 45:33 Treffern durch

Die Mannschaft des Landesleistungszentrums TSV Bayer Leverkusen sicherte sich nur den 3. Platz.



Siegerehrung: (v.l.) Felix Skubella, Lennart Eßer, Roman Erkens, Johanna Bläse, Anna Langenberg, Juliana Leck

Internationales Säbel-Pokalturnier 2010 der Stadt Mülheim an der Ruhr am 02./03.10.2010

Es ist schon immer was ganz Besonderes zum Säbel Turnier nach Mülheim zu fahren. Schon auf dem Parkplatz vor der Halle wurde klar, warum sich das Turnier „Internationaler Säbelpokal“ nennt.

Nicht nur Mannschaftsbusse aus allen deutschen Fechthochburgen wie Koblenz, Tauberbischofsheim, Göppingen, Eislingen, Nürnberg, München und Dormagen, sondern auch viele Autokennzeichen aus den Niederlanden, Belgien, Tschechien prägten das Bild. Später in der Halle war vor allem der Nachwuchs des WMTV schwer beeindruckt, dass Gefechte mit internationaler Beteiligung plötzlich in französischer Sprache juriiert wurden.

Schüler Herrensäbel (jüngerer Jahrg.):

Gerade aber die Kleinsten waren es, die sich am wenigsten von dieser Atmosphäre beeindrucken ließen. So standen bei den jüngsten Schülern des Jahrgangs 2001 gleich 4 der 6 angetretenen WMTV Fechter im Finale.

Schade war nur das Peter Schmitz, den bei Punktgleichstand erforderlichen Stichekampf, gegen Manuel Esser vom TSV Kenten mit 2:5 verlor und somit nur knapp Zweiter seines Jahrgangs wurde.

Schön war es aber vor allem mit anzuschauen, wie Peter von seinen WMTV Teamkollegen, die er zuvor noch auf die Plätze verwiesen hatte, lauthals angefeuert wurde. Auch Fechten kann ein Team sport sein!

WMTV Platzierungen: 2. Peter Schmitz; 4. Aron Scherf; 5. Eric Seefeld; 6. Julian Disler; 7. Tobias Tomalik; 12. Leo Steinberg

Schüler Damensäbel (mittl. Jahrg.):

Strahlende Gesichter gab es bei den Schülerinnen und Eltern des mittleren Jahrgangs.

So schafften Lena Marie Seefeld und Leonie Gennert erstmals gemeinsam den Einzug ins Finale eines Säbelturniers.

Dort hatte Lena den besseren Tag und wurde mit zwei knappen Niederlagen gegen Fechterinnen aus Dormagen und Koblenz ebenfalls Zweite des Jahrgangs. Leonie wurde mit ebenfalls zwei Niederlagen Vierte. Für Beide war dies die beste Platzierung ihrer noch jungen Fechtlaufbahn.

WMTV Platzierungen: 2. Lena Marie Seefeld; 4. Leonie Gennert

Schüler Herrensäbel (mittl. Jahrg.):

Bei den Schülern des mittleren Jahrgangs ging Pascal Oliver Becher zwar als einziger WMTV Fechter an den Start, konnte aber an die guten Leistungen der letzten Turniere anknüpfen. Er erreichte ohne Probleme das Finale der besten 6 und wurde dort hinter Alexandre Poizat aus Belgien bester Deutscher.

WMTV Platzierungen: 2. Pascal Oliver Becher

B-Jugend Herrensäbel (jüng. Jahrg.):

Im ersten B-Jugend Turnier ihrer Karriere trafen die Teilnehmer des WMTV auf ein hochkarätiges Feld.

Zunächst qualifizierten sich alle 5 für die KO Runde. Die allerdings nur von Jakob Hilger und Finn Schymczyk überstanden wurde.

Jakob hatte es hier besonders schwer, da er sich nach einer 9:10 Niederlage gegen Tom Holz vom TV Wetzlar über den Hoffnungslauf zurückkämpfen musste. Im Finale traf er dann ausgerechnet wieder auf Tom Holz der ihn diesmal eindeutig mit 3:10 besiegte.

Finn Schymczyk der bis ins Finale kein einziges Gefecht verloren hatte, freute sich trotz einer klaren Niederlage mit 3:10 gegen Frederic Kindeler vom TSG Eislingen über seinen zweiten Platz. WMTV Platzierungen: 2. Finn Schymczyk; 8. Jakob Hilger; 10. Fabio Abel; 22. Niklas Wittke; 25. Gabriel Kostka

A-Jugend Damensäbel:

Alexandra konnte sich mit 4 Siegen für die KO Runde qualifizieren wurde dort aber von Luzia Hirn aus Würth mit 15:7 gestoppt.

Mit einer weiteren Niederlage im Hoffnungslauf wurde sie 23te.

WMTV Platzierungen: 23. Alexandra Nemirovska

A-Jugend Herrensäbel:

Andrej Meyer kam mit 3 Siegen in die Direktausscheidung. Sein 1. KO hat er verloren. Nach einem gewonnenen Hoffnungslauf folgten zwei Niederlagen was Platz 28 ergab.

WMTV Platzierungen: 28. Andrej Meyer

Junioren Damensäbel:

Dana Bormke gewann in der Vorrunde alle Duelle. Auch die drei folgenden KO-Gefechte konnte sie für sich entscheiden (teilweise knapp nach Vorsprung). Das Gefecht um Platz 2 verlor sie mit 12:15 gegen die spätere Turniersiegerin Bianca Enache-Mija vom Königsbacher SC und belegte damit den 3. Platz. Aufgrund der Tatsache das Platz 2 an die Tschechin Eliska Daskova ging, war Dana die beste Fechterin des Landesverbandes und kassierte wichtige Punkte für die Rangliste.

Alexandra Nemirovska (noch A-Jugendliche) kam mit zwei Siegen in die Direktausscheidung. Nach einem verlorenen KO-Gefecht fehlte ihr im anschließenden Hoffnungslauf die Kraft und sie schied mit Platz 29 aus

WMTV Platzierungen: 3. Dana Bormke; 29. Alexandra Nemirovska

Junioren Herrensäbel:

Von den drei Junioren des WMTV, qualifizierte sich lediglich Maciek Chojnacki für die KO Runde.

Dort verlor Maciek sein zweites Gefecht gegen Alexander Weber vom TSW Bayer Dormagen mit 8:15.

Im anschließenden Hoffnungslauf gewann er zunächst zwei Gefechte, wurde dann aber durch ein 12:15 gegen Servaas Breyne aus Belgien am Einzug ins Finale gehindert. Er wurde 10ter. WMTV Platzierungen: 10. Maciek Chojnacki; 35. Martin Schreiber; 36. Andrej Meyer

Aktive Herrensäbel:

Ricardo Viera Lavrador hat in der Vorrunde alle Gefechte gewonnen. Auch die Gefechte in der Direktausscheidung konnte er für sich entscheiden. Erst im Finale um Platz 1 wurde er von Marlon Hirzmann von TV Alsfeld mit 15:12 gestoppt.

Maciek Chojnacki der ebenfalls alle Gefechte in der Vorrunde gewann wurde in der Direktausscheidung in den Hoffnungslauf geschickt, den er aber souverän gewann. Im folgenden Gefecht des Finales wurde er von Servas Breyne aus Belgien gestoppt und wurde 5ter.

WMTV Platzierungen: 2. Ricardo Viera Lavrador; 5. Maciek Chojnacki

Armin Schymczyk

Fechtcamp Tauberbischofsheim 2010

In der zweiten Woche der Herbstferien ist der Säbeltrainer Vitaly Chernous mit sechs seiner Jungs zum Lehrgang nach Tauberbischofsheim gefahren.

Dies ist für die sechs jungen Fechter eine Riesengelegenheit mit den besten Fechtern aus allen deutschen Fechthochburgen zu trainieren..

Diese zusätzliche Trainingseinheit für Pascal Olivier Becher, Fabio Abel, Gabriel Kostka, Niklas Wittke, Finn Schymczyk und Jakob Hilger soll dazu beitragen, dass die Schüler und B-Jugend Säbelfechter an ihre Erfolge der letzten Saison anknüpfen können.

Armin Schymczyk

Rheinische Säbel Meisterschaften 2010

Zum Saisonabschluss 09/10 ging es für die Schüler der WMTV Fechter bereits im Juni zu den Landesmeisterschaften nach Zülpich.

Gleich einen Doppelerfolg für den WMTV gab es bei den ältesten Schülern. Hier gingen Niklas Wittke, Gabriel Kostka, Jakob Hilger und Finn Schymczyk an den Start.

Nachdem alle problemlos die Vorrunde überstanden hatten, scheiterte nur Niklas Wittke an der Runde der letzten 10 und wurde 11ter. Besonders erfreulich war, dass Gabriel Kostka es pünktlich zum Saisonhöhepunkt erstmals schaffte ins Finale der letzten 6 einzuziehen. Er belegte schließlich einen guten 5ten Platz.

Nach der Austragung aller Duelle lagen Finn Schymczyk und Jakob Hilger punktgleich auf Platz 1. Wie in einem solchen Falle üblich, kam es hier zu einem Stichkampf und somit zu einem rein Solinger Finale.

Mit einem 5:3 Sieg über seinen Vereinskameraden sicherte sich Jakob Hilger seinen ersten Landesmeistertitel.

Pascal Olivier Becher der erst mit Beginn diesen Jahres im Rahmen einer an der Grundschule Westersburg durchgeführten AG mit dem Fechten begann, krönte seine erste Fechtssaison mit dem Vize-Landesmeistertitel.

Ganz knapp am Podium vorbei platzierten sich die beiden Damen der WMTV-Säbelfechter.

Lena Tomalik sowie Lena Marie Seefeld belegten beide den 4ten Platz in ihrer Altersklasse.

Nach den Sommerferien knüpften die Aktiven und Junioren an den Erfolg ihrer jüngeren Vereinskollegen an.

Den Vizemeistertitel der Aktiven sicherte sich Junioren Fechterin Dana Bormke.

Die Tatsache, dass sie als jüngste Teilnehmerin an den Start ging hielt Dana nicht davon ab ohne jeden Gefechtsverlust durch die Vorrunde zu marschieren.

Auch in der KO Runde war sie kaum zu bremsen. Nur im Finale verlor Dana dann leider gegen Judith Kusian vom TSV Bayer Dormagen mit 7:15 und wurde Rheinische Vize-Meisterin.

Alexandra Nemirovska wurde 11te bei den Junioren.

Bei dem männlichen Junioren waren drei WMTV Säbel-Fechter am Start.

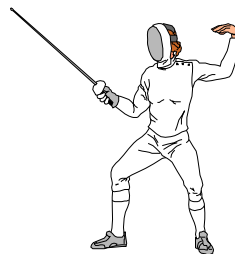
Gleich zwei von ihnen standen später auf dem Podium.

Maciek Chojnacki der seinen Vize-Meistertitel verteidigte indem er alle Gefechte der Vor- und Finalrunde souverän gewann und erst im Finale von Benno Schneider aus Kenten mit 09:15 gestoppt wurde.

Martin Schreiber belegte einen sehr guten 3ten Platz. Andrej Meyer wurde 17ter.

Ricardo Vieira Lavrador wurde 8ter bei den Aktiven.

Armin Schymczyk



Fitness-Studio-Prädikat "Sport Pro Fitness"

Dienstag, 28. September 2010. Zwei vorwiegend schwarz gekleidete Gestalten huschen schon in den frühen Morgenstunden durch's WMTV-Gelände, suchend, aufgeregt, nervös...

Ihre Gesichter verraten Anspannung, und wer ihnen begegnet, verlegt seinen Weg gern freiwillig an die Seite um ihnen Platz zu machen, denn sie begleitet eine Aura konzentrierter Wichtigkeit. Besser aus dem Weg gehen...

War es wirklich so schlimm an diesem Morgen, an dem die erneute Überprüfung des WMTV-Fitness- und Gesundheitsstudios erfolgen sollte? Andreas Lukosch und Stefan Mertens hatten bereits in den Wochen davor alle relevanten Prüfungsunterlagen zusammengestellt und in der Woche vor diesem Prüfungstag übersendet. Und dennoch waren an diesem Morgen die Hände etwas feucht...

Würde es klappen, die begehrte Trophäe erneut zugesprochen zu bekommen? Es sollte an diesem Tag gehen um das Prädikat "Sport Pro Fitness", die besondere Qualitäts-Auszeichnung des DOSB für Vereins-Fitnessstudios.

"Sport Pro Fitness"

ist das aktuelle Siegel, welches das Siegel „Fitness- und Gesundheitsstudio“ vom DTB und „Anerkanntes Fitness-Studio“ vom LSB beinhaltet. Es stellt den hohen Standard vereins-eigener Gesundheits- und Fitnessstudios heraus. Mit dem Siegel verschafft der organisierte Sport den Vereinen erstmals eine bundesweite Basis, sich im großen Markt der Fitnessanbieter qualitativ abzusetzen. Dieses Siegel soll Studioutzern eine Orientierungshilfe geben und Vertrauen schaffen. Ein mit dem Qualitätssiegel ausgezeichnetes Vereinsstudio verfügt über Personal mit hoher Qualifizierung und Serviceanspruch, beste Geräteausstattung und Hygienestandards.

Würde es klappen?

Vor ziemlich genau einem Jahr haben Andreas und Stefan die Verantwortung für unser Vereinsstudio übernommen und in dieser Zeit versucht, den hohen bisherigen Qualitätsstandard der Betreuung noch weiter zu verbessern, die Geräteausstattung an die gestiegenen und veränderten Bedürfnisse der Studioatmosphäre so zu gestalten, dass auch sie zum Wohlfühlen während des Trainings beiträgt. Ob dies gelungen ist sollte die anstehende Prüfung ebenso zeigen wie die im Laufe des Oktober durchgeführte Mitgliederbefragung im Studio, die in Kürze ausgewertet sein wird. Die Prüfung seitens höherer Gremien ist eine Sache, aber die Zufriedenheit der Mitglieder ist uns mindestens genauso wichtig. Auch hierzu werden wir in der VZ berichten.

Die erste Hürde wurde an diesem 28. September übrigens genommen: Die Studioprüfung endete mit einem höheren Punkteergebnis als die letzte vor zwei Jahren. <freu>

Stefan Mertens





Echt.

Scharf.

HSG Solingen. 2

WMTV TSG

Handballkindergarten

Endlich sind die Sommerferien vorbei, denn die Kinder des Handball Kindergartens konnten es kaum erwarten, wieder mit dem kleinen Handbällen durch die Turnhalle der GS-Sternstraße zu laufen.

Trainerin Conny Adolfs und Natalie Kunze, Spielerin der weiblichen B Jugend, trainieren seit dem Frühjahr 2010 die „Kleinen“.

Gestartet ist die Gruppe mit fünf Kinder im Alter von 4-6 Jahren.

Heute nehmen bis zu zehn Mädchen und Jungen, Montags ab 16.00 Uhr, am Training teil.

Zum Aufwärmtraining werden verschiedene Ballspiele z.B. Jägerball, angeboten. Anschließend werden den Kindern die Regeln und Grundlagen des Handballs näher gebracht.

Das Trainerteam kümmert sich liebevoll um die „Kleinen“ und es hat sich schon eine richtige Mannschaft gebildet.

Wir, die HSG WMTV TSG Solingen, sind einer der wenigen Vereine in der Umgebung, der mit der Jugendarbeit in diesem Alter beginnt und die Anfragen und Anmeldungen zeigen, dass dies der richtige Weg in die Zukunft ist!

Steffen Kühl



Judokas erneut erfolgreich

Wieder standen verschiedene Turniere für unsere Judokas an.

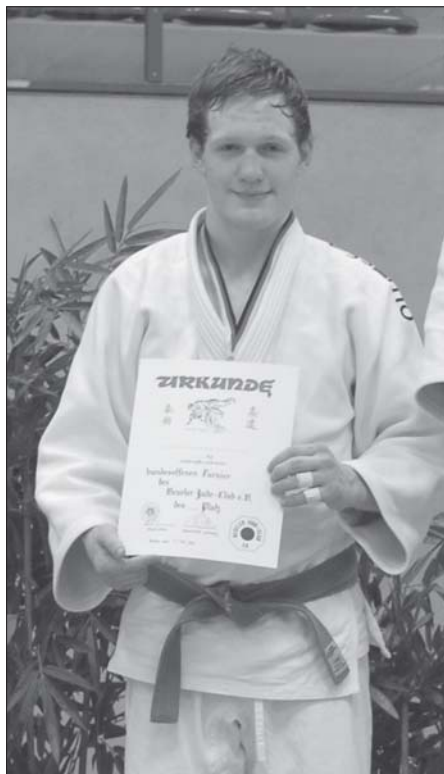
Internationales Turnier der männlichen U16 in Bonn

Am 12. September fand in Bonn-Hardtberg das Internationale Einzelturnier „Bonn Open“ für die männlichen U16er Judokas statt. Die Jahrgänge 1997, 1996 und 1995 waren startberechtigt.



Für den WMTV Solingen ging Darius Tischner an den Start. In seiner Gewichtsklasse (bis 81kg) traf er auf Athleten aus Belgien, dem Landesverband Rheinland und dem Nordrhein-Westfälischen Landesverband. Nur zwei Judoka aus dem Jahrgang 1996 waren mit ihm in dieser Gewichtsklasse vertreten, alle anderen Kämpfer kamen aus dem älteren Jahrgang 1995. Seinen Auftaktkampf gegen Niklas Brauweiler vom Landesverband Rheinland konnte Darius nach 3 Minuten und 10 Sekunden klar für sich entscheiden und näherte sich so bereits der Bronzemedaille. Den folgenden Kampf über fünf Minuten verlor er nur denkbar knapp nach einem Wazari an den Kaderathleten Djaba Chankvetadze. Seine dritte Begegnung gegen Nathan Clavie aus Belgien entschied er wieder souverän durch Ippon nach nur 1 Minute 20 Sekunden Kampfzeit für sich. Dies bedeutete nun schon mindestens die Silbermedaille. Allerdings hieß dies auch, dass Darius im Finalkampf erneut auf

Djaba Chankvetadze treffen würde. Hier wurde über die volle Kampfzeit von vier Minuten ein spannender Kampf geboten, der abschließend jedoch an den Münsteraner ging.



Internationale Turniere und Trainingscamp in Polen

Als Mitglied der U15 Länderauswahl des NWJV nahm Darius Tischner am Internationalen Turnier der männlichen U17 „Warschau Open“, dem Sichtungsturnier des polnischen Judoverbandes, teil (2.10.). Hier belegte er in der Klasse bis 81 kg den siebten Platz von 29 Teilnehmern aus Polen, Belgien und Litauen.

Am zweiten Tag (3.10.) des Internationalen Turniers starteten die Nachwuchsjudoka des Nordrhein-Westfälischen Judoverbandes in der Altersklasse U15 männlich. Der WMTV-Judoka **Darius Tischner erreichte** dort in der nach oben offenen Gewichtsklasse +73 kg den **dritten Platz** und trug so zu dem hervorragenden Medaillenspiegel des NWJV bei, der in der Gesamtwertung nun mit acht Medaillen (bei 14 mitgereisten Teammitgliedern) den zweiten Platz unter den teilnehmenden Verbänden einnahm (1. UKR, 2. NWJV, 3.LTU).

Nach einem zehnstündigen Bustransfer in die Wintersportstadt Zakopane, schloss sich nun ein dreitägiges Trainingscamp an. Die schwereren Judoka, zu denen auch Darius gehörte, hatten nun einerseits den Vorteil morgens bis 8.45 Uhr „ausschlafen“ zu dürfen, hatten aber andererseits das „Vergnügen“ dann als „Futter“ für die U17er und U20er herzuhalten, die sich hier auf die WM und die EM vorbereiteten. So fand man sich dann nach einem Ansatz auch schon einmal in der Luft zappelnd vor, von wo aus es zügig Richtung Matte weiterging. Am Ende des Trainingscamps winkte aber auch ein freier Tag, an dem die Gegend erkundet werden konnte und das Schwimmbad besucht wurde. Abschließend gab es am Samstag, den 9.10. erneut ein Internationales U15 Turnier in Zakopane. **Darius erkämpfte sich hier in der Gewichtsklasse bis 81 kg den ersten Platz** und sorgte so zusammen mit weiteren Kaderathleten für die hervorragende Medaillenbilanz von sechs Goldmedaillen, einer Silber- und zwei Bronzemedaillen bei diesem Turnier. Sonntags startete der Flieger ab Krakau dann wieder Richtung Deutschland, damit alle pünktlich zum Beginn der Herbstferien wieder zuhause waren.

Turniere bis zu den Weihnachtsferien

30.10.10 in Wermelskirchen

Anfängerturnier U11 und U14

06.11.10 in Herne

BOT U16/U19

13.11.10 - in Essen

BVMM U17

(Bez.Vereinsmannschaftsmeistersch.)

20.11.10 - in Velbert:

KEM (Kreiseinzelmeisterschaft) U11

27.11.10 - in Grevenbroich

Bezirkspokalturnier U14

27.11.10 - in Leverkusen

WdVMM (Westd.Vereinsmannschaftsmeisterschaft) U17

28.11.10 - in Grevenbroich U11

BEM (Bezirkseinzelmeisterschaft)

11.12.10. - in Hamburg

DVMM

(Dtsh.Vereinsmannschaftsmeisterschaft)

?? ?? ?? - in Solingen

Solinger Stadtmeisterschaft alle Altersklassen

Weitere Turniere auf Kreis- bzw. Bezirksebene werden oft erst kurzfristig bekanntgegeben, können aber unter www.nwJV.de nachgeschaut werden.

Hoffentlich wächst bei den kommenden Wettkämpfen die Anzahl der WMTV-Judokas wieder, dann wäre die Berichterstattung vielleicht etwas weniger einseitig ;-).

Sollten Sie darüber hinaus Fragen, Vorschläge oder Fotos zum Thema Judo für die nächste Ausgabe haben, können Sie gerne wie bisher unter judoka.solingen@web.de Kontakt mit mir aufnehmen. (Fotos bitte an: judoka.solingen@gmx.de)

Jutta Müller-Tischner

Nordic-Walker on Tour



Am 17.09.2010 war es soweit: 16 unerschrockene Nordic-Walker und ein Radfahrer sind in das ferne Hessen gereist, um dort neue Nordic-Walking Erfahrungen zu sammeln. Das kleine Örtchen Schmillinghausen haben wir als Basisstation auserkoren. Von dort haben wir fast halb Hessen erstöckelt. Aber angeblich waren es in den drei Tagen nur ca. 50 km.

Unsere erste Tour führte uns in eine wunderschön hergerichtete Mühle. Dort wurden wir mit Wurstbrotten, Kuchen und Kaffee verwöhnt. Uns hat es so gut gefallen, wir wollten gar nicht mehr weitergehen. Aber irgendwie haben wir es doch geschafft und sind weiter gezogen. Frisch gestärkt war der Rückweg zur Basisstation nur ein Klacks, so dass wir zurück bedeutend schneller waren. Oder lag es daran, dass wir eine Abkürzung gefunden haben? Na ja. Das ist ja auch egal. Hauptsache, wir waren früh genug in unserer Unterkunft, damit wir uns vor dem Essen noch ein bisschen in der Sauna und im Schwimmbad entspannen konnten. Das Essen war vorzüglich. Aber auch die zwei bis drei Bier, die wir in geselliger Runde bis spät abends getrunken haben waren nicht zu verachten. Früh ins Bett kam keiner von uns Sportlern.

Und trotzdem waren am nächsten Morgen alle pünktlich am Frühstückstisch. Nach einem ausgiebigen Frühstück ging es wieder los. Leidvoll mussten wir erfahren, dass es auch in Hessen Berge gibt. Die Verfasser dieser Zeilen müssen gestehen, dass sie doch etwas ins Schwitzen gekommen sind. Aber Gott-sei-Dank gab es zur Mittagszeit wieder eine leckerer Brotzeit unter freiem Himmel. Dank Barbara und ihren Verwandten in Hessen. Es war sehr lecker!!! Mit so vollem Magen ließ es sich nicht mehr ganz so gut laufen. Aber dafür haben wir ja unsere Stöcke. So konnten wir uns auf dem restlichen Weg gut abstützen. Aber so weit war der Weg auch nicht bis zur Eisdiele. Wir waren zwar alle satt, aber ein kleines Eis geht immer. Nur war das Eis gar nicht so klein. Müde und satt kamen wir pünktlich zum Abendessen wieder in Schmillinghausen an. Dort erwartete uns wieder ein tolles Abendprogramm: Sauna, Schwimmen, Essen Trinken und Spiele. Unseren Mitternachtsausflug über den Friedhof von Schmillinghausen im Mondschein wollen wir nur kurz am Rande erwähnen.

Am dritten und letzten Tag haben Jörg und Barbara wieder eine tolle Tour ausgearbeitet. Dieses Mal ging es rund um

den Twistesee bei Bad Arolsen. Das Wetter war wieder auf unserer Seite. Wir waren alle sehr stolz auf uns. Wir haben es geschafft, ohne Zwischensnack bis ca. 14.30 Uhr stramm durch zu stöckeln. Aber dann ... Wir haben eine nette Gaststätte mit dem Namen „Zum Fischhaus“ gefunden. Abgesehen davon, dass es nur ein Fischgericht gab, war das Essen wie all die Tage vorher sehr gut. Nun hieß es langsam Abschied zu nehmen. Die letzten Meter legten wir müde aber froh gelaunt zurück.

Hallo Mitläufer

Über das herausragende Ereignis in den letzten Wochen, nämlich das Wochenende im Waldecker Land, werden Beteiligte ausführlich berichten.

Was gibt es sonst noch Neues für diejenigen, die nicht die E-mail-Rundschreiben von Barbara bekommen?

Das schon fast Winter ist, kann man nicht übersehen und fühlen. D.h. wir sind auch bei den geänderten Zeiten für die Treffs angekommen.

Donnerstags 19 Uhr mit Stirnlampe in Aufderhöhe, freitags 15.30 Uhr im Ittertal, sonst wie gehabt.

Seit September mittwochs 18 – 19 Uhr im Stadion Nordic Walking „soft“ für Leute mit gesundheitlichen Einschränkungen und Übergewicht.

Die Themenwochen gehen im November und Dezember wie angekündigt weiter.

Es war ein tolles Wochenende. Vielen Dank an die Organisatoren Barbara Köchling und Jörg Dorenbeck. Wir waren eine tolle Truppe und es hat allen viel Spaß gemacht. Für uns war es die erste Wochenendtour. Aber es wird bestimmt nicht die letzte sein. Nur Schade ist, dass wir trotz der Extremtouren kein Gramm abgenommen haben.

Angelika Sahn & Jörg Schmitz

PS: Und wer den Eindruck bekommen hat, wir hätten uns nur von Mahlzeit zu Mahlzeit gestöckelt, dem sagen wir: „Du hast Recht!“

Unser Übungsleiter-Team ist noch einmal gewachsen. Simone Straub, die ich euch auch gerne bildlich vorgestellt hätte, weil nicht alle sie kennen können, die aber behauptet, eine Foto-Allergie zu haben, gehört seit kurzer Zeit auch dazu. Sie wird sich speziell um Nordic Walking „soft“ kümmern und uns natürlich auch als Vertretung unterstützen.

Die Sperrung bei der Bruchermühle scheint sich zu einer unendlichen Geschichte auszuweiten und zwingt uns zu Umwegen, die zeitlich nicht immer richtig zu kalkulieren sind. Habt Nachsicht!

Marielene Eikermann

Denken Sie bitte bei Ihrem Einkauf an unsere Inserenten

Alles deutet darauf hin, dass die Zeiten schwieriger werden. Da ist Werbung und Produktinformation wichtiger denn je. Durch Werbung für ihre Waren und Dienstleistungen sprechen die Unternehmer ihre Kunden an.

WMTV-Mitglieder sollten vorzugsweise bei ihren Einkäufen die treuen Inserenten der VZ berücksichtigen. Sie sind es, die durch ihre Anzeigen die Herausgabe unserer VZ in dieser Ausführung ermöglichen.

Ihre VZ-Redaktion



30. Traditionsturnier Prellball

Ein Ereignis welches vor kurzem stattfand können wir nicht unbeschrieben lassen.

Das traditionelle Prellballturnier, um den „Paul-Berger-Pokal“ mit unseren langjährigen Freunden aus dem Wangerland (Nordfriesland, Niedersachsen) vom MTV Hohenkirchen von 1867 e.V. und der TSG Solingen deren Prellballabteilung seit einiger Zeit in den WMTV Solingen 1861 e.V. übergegangen ist.

30 Jahre sind ins Land gegangen seit Paul Berger in Hohenkirchen Urlaub machte und dort den „professionellen Prellball“ einführte.

Dieser Urlaubsbekanntschaft entstammt die intensive und harmonische Freundschaft.

Ein halbes Leben sind seitdem vergangen und die Zeit hat ihre Tribute gefordert. Viele der „Ersten“ sind nicht mehr unter uns und vor einigen Wochen mussten wir auch von „Hannes Irps“, einem der Mitbegründer vom MTV Hohenkirchen, verabschieden.

Aber vorausschauend wünschen wir uns noch einen langen Fortbestand der Kameradschaft. Um das mit Taten zu unterstreichen: „wir fahren 2011 nach Hohenkirchen zum 31. Turnier“.

An das Turnier angeschlossen hatten wir weitere Teilnehmer außer Konkurrenz, welche aber in der gesamten Wertung gleichgestellt waren.

Teilnehmer waren: OTV Ohligs; Haaner TB I, II; Barmer TV.

Sehr pünktlich, gegen 11.15 Uhr, empfangen wir unsere Freunde aus Hohenkirchen an der Vereinsgaststätte.

Wie immer war die Begrüßung sehr herzlich und die ersten Neuigkeiten wurden ausgetauscht.

Nach dem Mittagessen im Vereinsheim begann das 30. Traditionsturnier in der Friedrich-Albert-Lange Sporthalle an der Wittkuller Straße.

Auf zwei Spielfeldern maßen sich 8 Mannschaften, jeder gegen jeden.

Ein reichliches Büffet unterstützte die Sportler bei ihren Leistungen um Pokal und Urkunden.

Die Siegerehrung für die gemeinsame Wertung wurde sofort nach Beendigung des Turniers vorgenommen.

Die glücklichen Sieger waren:

- 1. Platz – Ohligser TV**
- 2. Platz – Haaner TB I**
- 3. Platz – Haaner TB II**
- 4. Platz – WMTV I**
- 5. Platz – WMTV II**
- 6. Platz – Barmer TV**
- 7. Platz – MTV I**
- 8. Platz – MTV II**

Am Abend trafen wir uns in der Vereinsgaststätte. Unser Vereinswirt, Torsten Tückmantel, verwöhnte uns mit allerhand Leckereien aus Küche und Keller den Gaumen.

Nach dem lukullischen Gelage wurde die interne Siegerehrung durchgeführt.

Den 1. Platz belegte, und damit blieb der Paul-Berger-Pokal in Wald, der WMTV I. Zweiter wurde der MTV Hohenkirchen I.

Dahinter qualifizierten sich WMTV II und MTV II. Der gesellige Abend endete erst am neuen Tag.

Um den 75. Geburtstag unseres alten Freundes Siebelt Mannott vom MTV Hohenkirchen gebührend feiern zu können, mussten die Leute von dem Nordseerand am nächsten Tag schon früh aufbrechen.

Sie wurden wir noch einmal mit einem guten Frühstück in der WMTV-Gaststätte versorgt um danach sofort aufzubrechen.

Dank zu sagen gebietet sich hier noch mal allen Helfern und den Sportlern die mit der Durchführung betraut waren.

Also dann bis 2011 in Hohenkirchen.

Georg Erntges

Ruhr 2010

Essen erfahren

Wer käme je auf die Idee, in Essen, im Kohlenpott, eine Radtour zu starten? Wir!

Die Städte des Ruhrgebietes wurden in diesem Jahr "Kulturhauptstadt Europas" und sind nicht nur deshalb eine Reise wert. Geplant war die Ruhrtour für den letzten Augustsonntag.

29. August Ruhr 2010 im Regen

Für diesen Tag hatte der Wetterbericht Regen angekündigt und das Wetter hat sich daran gehalten. Trotzdem trafen wir an der WMTV-Halle zwei weitere, besonders regenfesteste Radler, Elsbeth und Egmont.

Obwohl es noch regnete, starteten wir mit Auto und Fahrrädern und wären alternativ auf Zeche Zollverein in das Ruhrmuseum gegangen. (Empfehlung: das lohnt sich !)

Nach der Ankunft auf dem Weltkulturerbe Zollverein regnete es nicht mehr und wir begannen unsere Radtour wie geplant.



Auf dem Zechengelände umfuhren wir auch die Kokerei, ein Gebäude mit gigantischen Ausmaßen.

Anschließend führte uns ein neuer Radweg auf einer alten Bahntrasse nach Norden in Richtung Rhein-Herne-Kanal. Wir überquerten und folgten ihm



dann, bis wir im Westen den Gasometer von Oberhausen sehen konnten.

Weil dann doch der Regen einsetzte, verließen wir die geplante Route und wollten am Südufer des Kanals zurück. Auf diesem vorher nicht erkundeten Stück haben wir uns trotz Navi im Dickicht gründlich verfranst. Später fanden wir dann doch wieder in die Zivilisation zurück.

Am Bottroper Stadthafen regnete es ziemlich heftig, deshalb wechselten wir wieder auf die bekannte Kanalseite und fuhren mit Volldampf zurück. Insgesamt haben wir dann doch noch 41,4 km Strecke zusammengestrampelt.

Im Kokereicafe der Zeche (starkes Ambiente, unbedingt besuchen!) schlossen Ingrid und ich im kleinen Kreis mit unseren beiden lieben Radlerfreunden in feuchter Kleidung den Tag mit "lecker Mampfe" ab.

Wieder eine Erfahrung, die man trotz schlechtem Wetter nicht missen möchte.

26. September Ruhr 2010 2ter Versuch

Wie bei der Regentour fuhren wir mit dem Auto nach Essen. Mit 13 Radlern starteten wir die Fahrt ab Zollverein. Auf dem Gelände fand an diesem Tag ein Zechenfest statt.

Später am Südufer des Kanals fuhren wir auf der ursprünglich geplanten Route in Richtung Essen- Borbeck. Am Schloss wurde dann das übliche Gruppenfoto geschossen.

Heute ist Schloss Borbeck die einzige noch erhaltene Residenz der Essener Fürst-Äbtsissinnen.

Wir strampelten den Berg im Schlosspark hoch, zogen vorbei am Terrassenfriedhof, fuhren wieder über alte Bahntrassen und streiften Mühlheim.

Danach machten wir einen kleinen Abstecher zur Margarethenhöhe. Die Siedlung gilt als die erste deutsche Gartenstadt. Aus Anlass der Hochzeit ihrer Tochter Bertha mit Gustav von Bohlen und Halbach gründete Margarethe Krupp, die Frau von Friedrich Alfred Krupp, 1906 das anspruchsvolle Siedlungswerk.





Wieder auf der Trasse erreichten wir bald den GRUGA- Park und sahen das Hundertwasserhaus mit dem Zwiebelturm, den runden Formen und fantasievollen bunten Farben.

Am Girardet- Haus unterquert die Trasse die „Rü“, die Rüttenscheider Strasse, eine 2,5 km lange Party-, Flanier- und Einkaufsmeile. Natürlich gibt es dort auch eine Eisdielen für Radfahrer.



Die vorher bezwungene leichte Steigung bekamen wir danach als Gefälle zurück und donnerten über die Trasse bis zur Ruhr, danach ging es allerdings wieder bergauf.

Eine weitere Trasse führte uns zur Halde Rheinelbe in Gelsenkirchen. Wir folgten dem recht steilen spiralförmig angelegten Weg (kleiner Gang) und erreichten die Himmelstreppe, eine aus Betonblöcken errichtete, 10 m hohe Skulptur auf der Haldenspitze.

Hier hatten wir eine herrliche Aussicht über weite Teile des Ruhrgebiets. Danach waren wir alle durstig. Ein kurzer Abstecher von der Trasse brachte



uns zu einem urigen Biergarten, in dem es auch die „Grönemeyer- Wurst“ gab, ein Genuss in der wunderschönen Ende-September-Abendsonne.

*„...kommse vonne Schicht
wat schönret gibbet nich
als wie Currywurst
mit Pommes dabei
Ach dann gebense gleich zwei-
mal Currywurst ...“*

Der nur noch kurze Weg zum Ziel führte uns vorbei am Förderturm von Schacht 10 der Zeche Zollverein. Den Turm kann man besteigen und hat eine phantastische Aussicht.

Daneben befindet sich Phänomania, das Erfahrungsfeld der Sinne, auch einen Besuch wert.

Für beides waren wir Radler allerdings zu spät dran.

Auf den Besuch des Zechenfestes haben wir dann verzichtet und sind angenehm abgeschlafft nach Hause gefahren.

Ein schöner Spätsommertag mit lieben Radlerfreunden.

Mac Quiel



Tennis-Saison der Jugend



Mädchen U 16

Sie spielten gegen RG Monheim, TC Stadtwald und BW Remscheid und reisten zum Haaner TC und nach Velbert. Sie erreichten drei Unentschieden bei zwei Niederlagen, was letztlich zum 5. Tabellenplatz führte. Es wurden eingesetzt:

Lisa Worrying, Maren Hertel, Charlotte Mensler, Joline Franken, Kerstin Fuhrmann und Hannah Durst

Mädchen U 14

Sie blieben in ihren vier Begegnungen leider noch ohne mannschaftlichen Erfolg. Ihre Gegner kamen von BW Elberfeld, Ford Wülfrath, TC Langenberg und BW Heiligenhaus. Für unser Team spielten:

Ann-Kathrin Vogler, Romy Schmidt, Marnie Becher, Aurora Katsaridis, Chiara Witte, Marnie Schröder und Julia Grabosch

Mädchen U 18

Sie hatten Heimrecht gegen BW Heiligenhaus, NBV Velbert und den Remscheider SV. Gastspiele gab es bei GW Burscheid, BW Elberfeld und beim Barmer TC. Vier Unentschieden und zwei Niederlagen gereichten zum fünften Tabellenplatz. Es traten an:

Larah Ludwig, Bettina Palka, Edith Kirschner, Xenia Hartkopf, Isabelle Britze, sowie Charlotte Mensler Ann-Kathrin Vogler und Maren Hertel

Jungen U 14

Unsere Jungs kamen in der Spielgemeinschaft mit der BG Gräfrath zum Einsatz. Gegner waren der Baumberger TC, Ford Wülfrath, TC Küllenhahn und der TC Leichlingen.

Sehr gute drei Siege waren begleitet von einem Unentschieden. Dies bedeutete den ersten Platz in ihrer Gruppe. Dafür Herzlichen Glückwunsch. Im Team spielten:

Yannik Abels, Felix Hentschel, Philipp Lemberg, Max Milies und Thorben Feit



Jungen U 16

Die Spielgemeinschaft wurde hier mit dem TC Ohligs organisiert. Die fünf Begegnungen führten gegen BW Ronsdorf, Nevigeser TC, NBV Velbert, TSC Hilden und den PSV Velbert.

Bei einem Sieg und einem Unentschieden sprang ein Mittelfeldplatz heraus. Eingesetzt wurden:

Tobias Germann, Philip Agethen, Niklas Schumacher, Yuxuan Kong, Leon van der Pütten, Alexander Falk, Felix Rathert und Lucas Dietrich.

Jungen U 12

Hier spielten Jungs von unserem Verein und der BG Gräfrath zusammen. Sie fanden ihre Gegner bei BW Leichlingen, dem Nevigeser TC und dem Langenfelder TC. Auf heimischer Anlage spielten sie gegen GW Heiligenhaus. Dabei sprang ein Unentschieden heraus, was leider nur zum letzten Tabellenplatz führte. Zu den Spielern gehörten:

Robert Heinrichs, Lennart Hakenberg,

Johannes Hakenberg, Tim Strunk, Philipp Hergott, Marius Schuster, Manuel Krahl und Luca Witte.

Ein herzlicher Dank gebührt den Eltern und Betreuern, die durch ihren Einsatz als Organisator und Fahrer mit Beifall und Trost den Kindern zur Seite standen und ihnen damit die Spiele erst ermöglichten.

Alan schmeißt hin.

Unser langjähriger Jugendwart Alan Wick hat sich für einen Vereinswechsel entschieden und steht somit im nächsten Jahr für die Arbeit des Jugendwarts nicht mehr zur Verfügung.

Da Jugendarbeit ein wichtiger Bestandteil eines jeden Sportvereins darstellt, sind wir dringend auf der Suche nach einem Nachfolger (oder noch besser – einer Nachfolgerin). Es sollte ruhig jemand sein, der noch keine große Erfahrung in der Vorstandsarbeit hat und damit neue Ideen und Ansätze einbringen möchte. Alan hat uns zugesichert, die kommende Saison noch begleiten zu wollen, um damit dem/der neuen Jugendwart/in den Einstieg zu erleichtern. Solltest du dich berufen fühlen, wende dich bitte direkt an Alan oder eines der anderen Vorstandsmitglieder.

Clubmeisterschaften:

Die diesjährigen Clubmeisterschaften brachten folgende Ergebnisse:

Damen:

1. Katharina Gerl
2. Conny Stehen
3. Iris Hahn

Damen Doppel:

1. Katharina Gerl/Conny Stehen
2. Jutta Fuhrmann/Bettina Ern

Mixed:

1. Katharina Gerl/Burkhart Otto
2. Edith Kirschner/Florian Müller
3. Bettina Palka/Thomas Kortylewski

Herren:

1. Florian Müller
2. Michael Theis
3. Helmut Evertz o. Patrick Theis

Herren 50:

1. Hartmut Ern
2. Burkhart Otto
3. Alan Wick

Herren Doppel:

1. Patrick Theis/Thomas Kortylewski
2. Florian Müller/Michael Zolper
3. Helmut Evertz/Michael Theis

Ranglistencup:

In diesem Jahr wurde erstmalig der Ranglistencup, als Ersatz für die nicht weiter erforderlichen Ranglistenspiele alter Art organisiert. Durch die neue Leistungsklassenregel des Verbands wurden die Forderungsspiele, um sich für die Mannschaft und die entsprechende Position darin zu qualifizieren, überflüssig. Daher suchten wir nach einer anderen Möglichkeit, um Wettkampf, auch außerhalb der Clubmeisterschaften, in unserem Verein zu trainieren.

So wurde mit heißer Nadel der „Ranglistencup“ gestrickt. Das Gerüst des Regelwerks wurde erstellt und insgesamt zehn Teilnehmer fanden sich als Versuchspersonen. Die Grundidee war den Wettkampf zu erhalten, ein kleines Preisgeld auszuloben und die Hälfte der Einnahmen einem guten Zweck zu Verfügung zu stellen.

Sicher war der Start etwas holprig, da von den möglichen fünfzig Spielen untereinander, nur etwa zwanzig gespielt wurden. Daher bedarf es für das nächste Jahr der Feinjustierung, um alle Teilnehmer zum Mitspiel zu motivieren.

Das diesjährige Endergebnis lautet:

1. Thomas Kortylewski
2. Michael Theis
3. Michael Zolper

Es wurde überlegt, den Überschuss an die „Aktion Lichtblicke“ zu spenden.

Schleifchen sammeln

Monika Gröning lag es am Herzen, ein Schleifchenturnier zu veranstalten, bei dem weniger der Wettkampf und mehr der Spaß für „Jung und Alt“ und das Vereinsleben im Vordergrund stehen sollten. So gab es während des Turniers Kaffee und Kuchen und für danach war Grillen auf unserer Terrasse organisiert. Allen Teilnehmern hat dieser Nachmittag sehr gut gefallen und es wurden kleine Gewinne wie T-Shirts und Handtücher aus der Merchandising-Abteilung des WMTV ausgelobt. Gerne werden wir im nächsten Jahr dieses Turnier wiederholen und würden uns über ein noch größeres Teilnehmerfeld freuen.

Michael „Fredri“ Theis

INGENIEURBÜRO ÜBERMAN

KFZ-SACHVERSTÄNDIGE

WEYERSTRASSE 313 - 42719 SOLINGEN

DIPL.-ING. JACEK ÜBERMAN

VOM BDSF ANERKANNTER KFZ-SACHVERSTÄNDIGER

ERSTELLUNG VON:

- SCHADENGUTACHTEN
- FAHRZEUGBEWERTUNGEN
- OLDTIMERBEWERTUNGEN
- UNFALLREKONSTRUKTIONEN
- GEGENGUTACHTEN
- PRÜFUNG VON FREMDGUTACHTEN
- TECHNISCHE BERATUNG IN DEUTSCHER UND POLNISCHER SPRACHE

TEL.: 0212 / 254 34 23

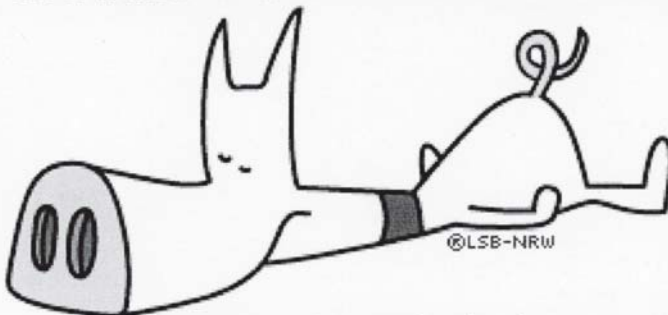
FAX.: 0212 / 254 34 36

MOBIL: 0173 / 866 95 89

E-MAIL: INGENIEUR@UBERMAN.DE

HOME: WWW.UBERMAN.DE

Überwinde deinen inneren Schweinehund



Steh auf, mach doch mit.

Im WMTV findest du sicher auch etwas für dich.
Ein Klick ins Internet unter <http://www.wmtv.de>
lohnt sich.

Unser neues Sportangebot im WMTV

Was ist Teutonic Lifting oder auch TLC genannt ?

Teutonic Lifting ist ein Markenbegriff für eine spezielle Art von urtümlichen Training mit speziellem Equipment, das größtenteils selbst gebaut oder zu kleinem Preis günstig beschafft werden kann.

Es wurde von Diplom-Sportwissenschaftler und FITALO Headinstructor Andreas Schmidt konzeptioniert, der selber als professioneller Wettkampfsportler seine Trainingserfahrungen und das Knowhow der Sportwissenschaften miteinander kombinierte. Es ist ein zeitgemäßes, funktionelles Fitnessstraining, das die Leistungsfähigkeit des gesamten Körpers erhöht.

Zum typischen Trainingsequipment gehören Kettlebells/Rundgewichte, Keulen, Medizinbälle, Hammer, Reifen, Seile, Gummibänder, Fässer, Schlingen oder Turnringe und viele weitere Geräte, die ein funktionelles und kreatives Training ermöglichen. Teutonic Lifting ist für Jedermann und Frau geeignet und bietet stets die Möglichkeit die Intensität der Übungen individuell zu dosieren.

Unsere beiden TLC-Trainer sind qualifizierte Fachkräfte für das Circuittraining. Sie wurden in den Grundlagen und der Vermittlung des Trainings mit den verschiedenen Geräten ausgebildet. Sie organisieren eigenständig das Circuittraining und betreuen die Teil-

nehmer individuell. Sie erklären die Übungen und behalten die Kursteilnehmer permanent im Blick, um gegebenenfalls korrigierend einzuwirken und die Teilnehmer optimal zu motivieren und den typischen rustikal charmannten TLC Stil zu verkörpern.

Sven und Tuan bilden sich permanent auf FITALO Seminaren weiter und halten ihr Knowhow auf dem aktuellen Stand, um ein qualitativ hochwertiges funktionelles Training zu gewährleisten, bei dem jeder Teilnehmer, egal ob jung oder alt, mit oder ohne Wehwehchen, individuell betreut und fit gemacht wird.

Unsere beiden Trainer Sven und Tuan sind im WMTV schon lange bekannt und sind erfahrene Trainer in Kampfsportbereichen wie Kungfu oder Tricking.

Wer Interesse hat, kann sich gerne beim Training in der WMTV-Turnhalle melden. Donnerstags von 20.30 bis 21.30 Uhr oder sonntags von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr.

Telefonisch ist

Sven unter 0176/20562801 und

Tuan unter 0178/6926805 zu erreichen oder schreibt uns einfach ein Mail an TLC@wmtv.de.

Auch Mannschaften können Sven und Tuan gerne mal für ein Probetraining ansprechen.

Andreas Lukosch

Teutonic Lifting

Seit dem 02. September bietet der WMTV ein neues Sportkonzept, das Teutonic Lifting (kurz TL). Um hierüber mehr zu erfahren haben wir uns mit den beiden TL- Lizenztrainern Sven Bäcker und Tuan Nguyen getroffen.

WMTV: Hallo Ihr beiden, erklärt uns doch bitte zu Beginn wobei es sich beim TL handelt?

Sven/Tuan: Hallo..

Sven: Das TL ist ein funktionales Kraft- und Konditionstraining.

Tuan: Entwickelt wurde dieses Trainingskonzept von dem Dipl. Sportwissenschaftler Andreas W. Schmidt von der Sportschule Köln.

WMTV: Wie schaut eine TL-Trainingseinheit aus?

Tuan: Die komplette Trainingseinheit ist ein in der Gruppe durchgeführtes Zirkeltraining...

Sven: ...dabei werden 1-2 Zirkel von 15-20 Stationen in 60 Sekunden Intervallen ausgeführt...

Tuan: es wird mit einem Arbeits-/ Pausenverhältnis von 45 zu 15 Sekunden trainiert.

WMTV: Klingt recht intensiv...

Tuan: Intensität ist der Schlüssel zum Trainingserfolg.

Sven: Dennoch ist das Konzept für jedes Alter, Geschlecht und/oder Fitnesslevel geeignet. Durch eine große Bandbreite an verschiedenen schweren Trainingsgeräten, unterschiedlich anspruchsvollen Übungsausführungen und natürlich dem selbstregulierenden Verhalten des Einzelnen im Zirkel selber, ist es wirklich jedem möglich dieses Training zu betreiben.

WMTV: Keine Einschränkungen?

Tuan: Natürlich ist ein guter Gesundheitszustand Voraussetzung. Wir raten daher vor Trainingsbeginn sich von einem entsprechend qualifiziertem Arzt das okay zu holen.

WMTV: Ihr habt gerade von verschiedenen schweren Geräten, also Hanteln, gesprochen?

Sven: Nein, im TL finden keine Geräte Verwendung wie wir Sie im Fitnessstudio vorfinden...

WMTV: Sondern?

Sven: Eine kleine Auswahl an typischen TL Trainingsgeräten sind die Kettlebell (Rundgewicht), Clubbells (Keulen), Seile, Medizinbälle...

Tuan:...Ringe, Reifen, Fässer,...

WMTV: Ok, ok. Das hört sich wirklich nicht nach dem klassischen Fitnessstudio an. Welchen Unterschied gibt es noch?

Sven: Funktionalität. Dies ist der größte Unterschied. Im TL wird kein Muskel isoliert trainiert, sondern wir nutzen unseren Körper immer als Einheit.

Tuan: Genau, denn dies ist der Weg in dem wir unseren Körper sowohl im sportlichen Wettkampf als auch im Alltag nutzen.

WMTV: Also ist mit diesem Training auch ein realer Nutzen verbunden.

Sven: Sehr gut ausgedrückt. Lass mich dies auch noch einmal wiederholen, sowohl Trainingsaufbau als auch Geräte und Übungsauswahl haben immer zum Ziel den bei uns trainierenden Athleten zu helfen in Ihrem Sport besser zu werden und denjenigen welche „nur“ das Teutonic Lifting betreiben einfach ein gesünderes, fitteres Leben zu ermöglichen. Es geht nicht primär darum am Strand gut auszusehen.

WMTV: Dennoch ist auch dieses Ziel mit dem TL zu verwirklichen?

Tuan: Absolut. Aus wissenschaftlicher Sicht ist das Teutonic Lifting sogar dem klassischen Ausdauertraining wie Laufen oder Radfahren bei niedriger Intensität überlegen.

WMTV: Also Jungs ich glaube jetzt übertreibt Ihr aber!?

Sven: Keineswegs, lass uns hierzu einen kleinen Ausflug in die aktuellsten Erkenntnisse der Sportwissenschaft machen. Jeder wird zustimmen wenn ich sage, dass wir ein Kaloriendefizit benötigen um abzunehmen?

WMTV: Absolut.

Sven: Grob gesagt haben wir zwei (in Wirklichkeit sind es fünf aber das würde den Rahmen sprengen) Wege dieses Defizit zu kreieren. Zum einem über die Kalorienmenge die wir aufnehmen, zum anderen über die Kalorienmenge die wir verbrauchen.

WMTV: Soweit stimme ich zu.

Sven: Jetzt kommt aber der Fehler den viele Leute bei der Betrachtung dieser Rechnung machen, Sie sehen einfach nur die während des Trainings verbrannten Kalorien und vergessen völlig den EPOC- (Excess post-exercise oxygen consumption) Effekt.

WMTV: Bitte?

Sven: Den Nachbrenneffekt des Trainings. Studien belegen, dass es bei einem intensivem Krafttraining, mit komplexen Übungen (wie dem Teutonic Lifting) zu einer erhöhten Stoffwechselrate und somit Fettverbrennung für bis zu 38 Stunden nach dem Training kommt

WMTV: Wow, das klingt sehr überzeugend. Noch mehr Vorteile für das Teutonic Lifting in diesem Zusammenhang?

Tuan: Klar, aber bevor Sven hier anfängt noch mehr Studien zu zitieren...

Sven: HEY!!!

Tuan: Ist ja gut...Aber halten wir es einfach. Es gibt nur einen Ort im Körper wo wir Fett überhaupt verbrennen können, unsere Muskeln. Allerdings werden bei lang andauernden Ausdauerheiten die Muskeln regelrecht „verheizt“.

WMTV: Wie das denn?

Tuan: Um das hier nur als Stichwort zu beantworten sei das, durch das beim Laufen ausgeschüttete Streßhormon Kortisol und seine katabole-, also muskelabbauende, Wirkung genannt.

WMTV: Dann sprechen wir doch ein wenig über die Wirkung des TL auf die Muskulatur.

Sven: Klar, sicherlich würden die meisten männlichen Leser gerne das ein oder andere Pfund Muskeln draufpacken, während die meisten Damen der irrigen Annahme sind wenn Sie etwas Schwereres als die

se Vereinszeitung heben, sofort auszu-sehen wie der unglaubliche Hulk.

WMTV: Und?

Sven: Erstmal, niemand wird aussehen wie Hulk, sorry Jungs. Aber es ist natürlich möglich mit dem Teutonic Lifting fettfreie Muskelmasse aufzubauen, soweit die gute Nachricht für die Männer. Aber gerade Frauen müssen Ihre Angst davor ablegen zu muskulös zu werden. Zum einen hat Tuan schon sehr gut erläutert wie wichtig Muskeln sind wenn man den Wunsch hat einen schlanken, gesunden Körper zu besitzen. Zum anderen fehlt es Frauen einfach an Testosteron (das männliche Geschlechtshormon) um eine „bullige“ Figur zu entwickeln.

Tuan: Des Weiteren hat jeder Trainierende selbst die Möglichkeit festzulegen wie schwer das verwendete Gewicht und somit die Auswirkung auf eher Muskelaufbauende oder eher Fettabbauende Effekte des Trainings sind.

WMTV: Gut fassen wir zusammen....

Sven: das Teutonic Lifting ist ein funktionelles Kraft- und Konditionstraining...

Tuan: als Zirkel konzipiert und in der Gruppe durchgeführt...

Sven: mit dem Ziel Sportler besser und einen jeden fitter zu machen

WMTV: Also gut Jungs, ich werde auf jeden Fall zu euch kommen! Wann und wo trifft man euch?

Tuan: Jeden Donnerstag um 20.30Uhr und jeden Sonntag um 17.30 in der WMTV-Halle Adolf-Clarenbach-Str. 41.

WMTV: Danke für das Gespräch.

Sven: Sehr gerne.

Tuan: Wir danken.

Izabela Siepmann



So ein schöner Tag

So ein schöner Tag ..., den wir, die Frauen der Funktionsgymnastik, wieder wie jedes Jahr mit unserer Dagmar erleben durften.

Unser Treffpunkt war wie gehabt: Wald-Kirche-Kaisers und alle kamen pünktlich, ausgerüstet mit Schirm und Wetterjacken, sodass die Busfahrt beginnen konnte. Unser Fahrer, der uns schon mehrmals begleitete, hatte wieder eine gute Route vorbereitet.

So kamen wir nach 1 ½ Stunden an einen schönen Rastplatz – zur Moselaussicht. Hier freuten wir uns auf unser gemeinsames Frühstück. Schnell wie wir Frauen sind, wurde auf vorhandenen Holztischen die Tafel reichlich gedeckt, dank unserer Dagmar die wieder mal an alles dachte, wie Brötchen, Butter, Marmelade, Käse, Wurst und Schinken und nicht zu vergessen, ihren traditionellen, wunderbaren Kräuterquark, mit gutem Kaffee, Säften und natürlich auch 1 oder auch 2 Glas Sekt.

Gut gestärkt ging's weiter entlang der Mosel über Koblenz nach Bacharach

am Rhein zu einem Weingut. Hier erwartete uns der Winzer und führte uns, mal bei Regen mal bei Sonnenschein, in seine Weinberge mit den vielseitigen Rebsorten und den Weinen, die wir natürlich kosten mussten.

Am höchsten Punkt angekommen – hier können die Trauben nur per Hand gelesen werden, da Hanglage – gab es Schmalzbrote und Laugenbrezel. Geschützt unter einem Zelt, konnte der jetzt einsetzende Regenschauer uns nichts anhaben.

Bei sonnigem Abstieg wieder zurück in Bacharach, erwartete uns ein Fährschiff der KD und wir fuhr zurück bis Boppard. Hier erwartete uns der Bus und unser Fahrer fuhr mit uns nach Koblenz ins Weindorf mit einem schönen Weingarten direkt am Rhein gelegen.

Hier ließen wir den Tag mit gutem Essen und Trinken und guter Laune ausklingen. Danach ging's zurück nach Solingen und alle meinten:

- Das war ein schöner Tag -

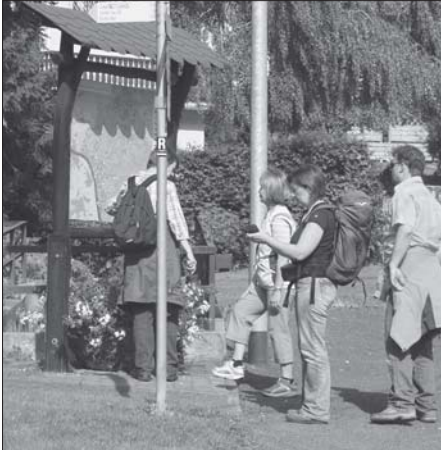
Ursula Helten





Wandern mit Hindernissen

Wir trafen uns am Samstag, den 09. Oktober 2010 wie geplant um 8.00 Uhr am Solinger Hbf zur **6.Rheinsteigwanderung**.



Hier mussten wir feststellen, dass die Zugstrecke nach Köln auf unbestimmte Zeit gesperrt war. Nach kurzer Überlegung, was zu tun wäre, über Umwege nach Leubsdorf (unser Ausgangspunkt zur Wanderung) oder einer Wan-



derung auf Solinger Wanderwegen, entschieden wir uns für die längere Bahnreise über Düsseldorf.



Eine weitere Überraschung ereilte uns, als der Zug nicht alle Bahnhöfe anfuhr und wir somit die Wanderstrecke auch neu planen mussten. Gemeinsam wurde die Wanderroute neu festgelegt und so wanderten wir bei herrlichem Sonnenschein und ersten Herausforderungen von Bad Hönningen nach Linz. Selbstverständlich über unseren ausgewählten Rheinsteig.

Für die Bahnstrapazen wurden wir mit den schönen Aussichten auf den Rhein, die Wanderung durch die Weinberge und der Farbenpracht der Natur, belohnt.

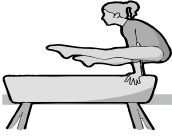
Nachdem wir uns in Linz mit Zwiebelkuchen und Federweißen gestärkt hatten, traten wir die Heimreise an.

Nach allen Strapazen war unser Fazit eine schöne Herbstwanderung gemacht zu haben.

Wir freuen uns auf weitere Touren auf dem Rheinsteig.

Wanderguide Hans Ulbrich





Mannschaftswettkampf

Mit 3 Mannschaften gingen wir am Sonntag 19.09.2010 in der Halle Vogelsang an den Start. Da ich am Samstag und Sonntag zu einer Fortbildung nach Wuppertal musste, konnte ich leider das Wettkampfgeschehen nicht live erleben. Aber die Siegerlisten zeigten mir, dass der Wettkampf erfolgreich war.

Im Jahrgang 2002-1999 sah das Ergebnis wie folgt aus:

Mit strahlenden Gesichtern konnte die Mannschaft mit Victoria Pilz, Lina Seibert, Kira Reitz und Annelie Hunold, die an allen Geräten Spitzenwertungen hervorbrachte, den 3. Platz besteigen.



Auch für unsere Nachwuchsmannschaft mit Sophie Goerß, Nina Reitz, Parthena Christaki und Katharina Knott war ein 5. Platz eine tolles Ergebnis.

mit für die Gaugruppenausscheidung am 31.10.2010, im Turnverband Aggertal, qualifiziert.



Das Zusammenstellen der Mannschaften gestaltet sich durch die Jahrgangsvorgabe immer etwas schwierig, wenn man allen Kindern gerecht werden will. Doch für die Gemeinschaft handeln die Kinder dann letztendlich immer sportlich fair, wenn man ihnen die Situation erklärt. Danke.

Jutta Dein

Den Spitzenplatz holte sich die Mannschaft mit Denise Hosse, Filisa Sulanc, Yasmin Baum und Annik Christaki im Jahrgang 2002-1995 und hat sich so-





Gestatten mein Name ist W E M T Y

Nachdem zahlreiche Namensvorschläge eingegangen sind, war es am 01.09.2010 soweit: Die Qual der Wahl begann. Der Name **WEMTY** hat das Rennen gemacht, denn er greift das Vereinskürzel auf, ist kurz und prägnant und passt wunderbar zu diesem kleinen gelb-schwarzen Geschöpf aus der Nadel unserer Bastelfrauen. Zudem kam dieser Namensvorschlag gleich zwei Mal, so dass wir tatsächlich zwei **erste Gewinner** des Namenswettbewerbs haben - nämlich: **Frau Ulla Harnisch** und **Egmont Holtz**.



Platz 2 belege **Frau Susanne Pohl** und **Platz 3** der kleine **Fynn Büdenbänder**. Die glücklichen Gewinner durften sich über ihren eigenen WEMTY, sowie über Büchergutscheine freuen.

Wir würden uns freuen, wenn viele Mitglieder und Nichtmitglieder den kleinen WEMTY kaufen würden, denn die 10 • sind gut angelegt. Der Erlös aus dem Verkauf des WEMTY geht, wie alle Erlöse der Bastelfrauen an die Elterninitiative Kinderkrebsklinik e.V. in Düsseldorf.

Wir finden, hübscher kann man eine gute Tat nicht begehen.

Izabela Siepmann



Der SWS-Sozialfonds geht ins zweite Jahr

Der WMTV ist besonders froh, die SWS erneut als Sponsor des Sozialfonds gewonnen zu haben.

Aus der Erfahrung des letzten Jahres liegt der Schwerpunkt nunmehr auf der direkten Förderung von Kinder- und Jugendveranstaltungen; wie z.B. Trainingscamps, Freizeitaktivitäten und weiteren Vereinsaktivitäten, sodass alle Kinder und Jugendlichen gleichermaßen von den eingesetzten Mitteln profitieren.

So konnte bereits direkt im Sommer eine Kinderfreizeit gefördert, und auch allen interessierten Kindern die Teilnahme an einer Zirkuswoche ermöglicht werden.

Ferner konnten an der im Frühjahr 2010 stattgefundenen Kinderfreizeit der Kampfsportgruppe alle Kinder teilnehmen, kein Kind musste aus finanziellen Gründen zu Hause bleiben, da die Kosten durch eine Förderung aus dem Sozialfonds gesenkt werden konnten.

Erstmalig konnte der WMTV im Sommer 2009 die Stadtwerke Solingen als Sponsor für den Sozialfonds gewinnen. Der Sozialfonds, ein damals für alle Beteiligten neuartiges Projekt, sollte Eltern, die in Not geraten sind und deren Kinder Mitglieder im WMTV sind, finanziell unter die Arme greifen. Mit Hilfe des Fonds könnten die Kinder weiterhin am Vereinssport teilnehmen oder Vereinsaktivitäten wie Freizeitfahrten mitmachen, da die dafür anfallenden Kosten aus dem Fonds getragen werden.

Die gezielte Unterstützung einzelner Familien gestaltete sich jedoch anfänglich viel schwieriger, als zunächst angenommen wurde. Trotz der Aufmerksamkeit seitens der Presse, der regelmäßigen Veröffentlichungen in der Vereinszeitung und der Informationsweitergabe direkt über die Übungsleiter und Kursbetreuer, meldete sich zunächst kaum jemand in der Geschäftsstelle. Sicherlich ist die Zahlung des Mitgliedsbeitrages im Sportverein nicht der erste Gedanke, wenn man gerade vom Arbeitsplatzverlust, oder einer schweren persönlichen Krise; oder der Herausforderung, in heutiger Zeit plötzlich alleinerziehend zu sein, betroffen ist.

Dennoch wird man früher oder später von den Zahlungsverpflichtungen eingeholt. Leider ist in unserer konsumorientierten Gesellschaft Armut ein ganz großer Makel, und aus Angst „gebrandmarkt“ zu sein, wird finanzielle Not auch peinlichst verschwiegen.

Es dauerte wirklich sehr lange, bis Betroffene das Vertrauen fassten, sich an die Geschäftsstelle zu wenden und um Förderung aus dem Sozialfonds zu bitten. Erst nach einigen Wochen stieg die Anzahl der Anfragen, so dass einige Familien von dem Fonds in einer für sie schwierigen Zeit profitieren konnten. Dennoch blieb hier die Hemmschwelle besonders hoch, so dass nur ein geringer Teil des Fonds auf diesem Wege eingesetzt wurde.

Izabela Siepmann



Erfolgreiche Teilnahme am Förderprogramm 1000 x 1000 Euro

Der WMTV 1861 e. V. hat wieder erfolgreich am Förderprogramm 1000 x 1000 Euro vom Innenministerium NRW und dem LSB teilgenommen. Aus unterschiedlichen Bereichen und nach unterschiedlichen Kriterien konnte man sich bewerben. Aufgrund der Aufteilung der Vereine in NRW durften sich in Solingen 8 Vereine über die 1000 Euro freuen. Wir waren einer dieser. Das Projekt muss noch dokumentiert und nachgehalten werden. Bis Ende 2010 muss der Erfolg dieser Maßnahme mit Fotos und Berichten nachgewiesen werden.

Der Antrag wurde dieses mal für die neue Sportgruppe „Soft XXL – zum Wunschgewicht“, welche im September startete, gestellt. Durch die Fördersumme sind wir in der Lage, Material wie eine spez. Waage und ein Minitrampolin anzuschaffen oder auch die Zusammenarbeit im Bereich Ernährungsberatung zu fördern.

Die Teilnehmer haben bis zu 3 x in der Woche die Möglichkeit, sich an den Angeboten der Gruppe „Soft XXL zum Wunschgewicht“ zu beteiligen.

Mittwochs findet im Stadion von 18.00 bis 19.00 Uhr das Walking und Nordic-Walking mit zusätzlicher Bewegung statt.

Donnerstags findet in der WMTV Halle von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr spezielle Gymnastik und ganz leichtes Ausdauertraining sowie Gewichtswiegun und Blutdruckmessung statt.

Samstags findet im Gymnastikraum des WMTV von 10.30 bis 11.30 Uhr ebenfalls Gymnastik mit Spiel und Spaß statt.

Die Zusatzgebühren können mit einer Verordnung durch den Arzt und der Krankenkasse abgerechnet werden.

Diese Angebote sind an Personen mit Übergewicht und die dadurch entstehenden Einschränkungen gerichtet.

Haben Sie keine Hemmungen oder Ängste, kommen Sie einfach vorbei oder rufen Sie mich an (0177/5843012). Wir freuen uns auf Sie.

Ressortleiter Sport
Andreas Lukosch

Allg. Dienstleistungen Himmel

- * Kurier- und Kleintransporte**
- * Gebäudereinigung**
- * Grab- und Gartenpflege**
- * Lohn- und Montagearbeiten ... u.v.m.**

Telefon 0212-38 32 96 91, Mobil 0175-61 55 243, Fax 0212-38 32 96 89

Wir haben nach den Sternen des Sports gegriffen

Der WMTV hat an den Aufruf des Solinger Sportbundes und der Volks- und Raiffeisenbanken sowie dem DOSB ernst genommen und hat an der diesjährigen Ausschreibung teilgenommen und zwar mit Erfolg. Wir haben uns im Gesundheitsbereich mit dem Projekt der beiden MS-SBE-Gruppen beworben.

Aus dem Bergischen Land haben sich über 20 Vereine beworben, um einen der Sterne des Sport zu gewinnen.

Von der gesamten Jury ist der WMTV dann auf den zweiten Platz gewählt worden. Ganz knapp hinter uns konnte sich der TSV Aufderhöhe mit seinen Projekten „Lungensport und Krebs-sport“ platzieren. Sieger ist die SSVg Velbert mit der Maßnahme „Integration durch Sport“ geworden.

Eine schöne und stilvolle Verleihung mit einer tollen Moderation durch den Präsidenten des SSB Hartmut Lemmer und einer gekonnten Übergabe und Moderation der Siegerpreise durch Thorsten Kabitz vom Radio RSG ging dann mit der Übergabe eines Sterns in Bronze und einem Scheck in Höhe von 1.000 Euro zu Ende.

Zum Abschluss konnten sich alle Teilnehmer und Jurymitglieder bei einem kleinen Imbiss noch untereinander austauschen.

Für die SSVg Velbert geht es jetzt in die nächste Prüfung auf Landesebene und evtl. später noch auf der Bundesebene mit der Abschlussveranstaltung in Berlin weiter.

Wir haben uns über diese Auszeichnung sehr gefreut und können somit wieder Materialien und Poloshirts für alle Teilnehmer für gemeinsame Auftritte und Vorführungen anschaffen. So können wir einheitlich unseren Verein präsentieren.

Ressortleiter Sport
Andreas Lukosch



Zu Besuch unter der größten Frisbeescheibe der Welt

Die Ferienfreizeit des WMTV in der letzten Sommerferienwoche hatte sicher für alle Kinder Höhepunkte zu bieten, doch am letzten Tag gab es noch mal ein echtes „Highlight“.

Eine Besichtigung der BayArena in Leverkusen.

Mit etwas Verspätung, die uns hinterher noch zu gute kommen sollte, ging es gegen 10.30 Uhr am Fanshop der Arena los.

Gästekabine und Trainerkabine (einmal da sitzen, wo Oliver Kahn immer seinen Platz hatte und an dem Tisch sitzen an dem die Trainer ihre Taktik besprechen). Unser Guide wusste auch das ein oder andere Ritual der auswärtigen Spieler, die zu Gast in der Arena waren.

Weiter ging es durch den VIP-Bereich und die Business-Lounge, Mixedzone und Interview-Bereich, Spielertunnel und den Innenraum der Arena. Der Rasen ist wohl englischer als der der Queen im Park des Buckingham-Palace. Die Grünfläche ist das Heiligtum des Vereins und wird alle zwei Tage gemäht. Und betreten dürfen ihn nur der Chef des Rasens und die Spieler am Spieltag selber (ist ja auch logisch).

Wenn wir schon nicht auf den Rasen durften, so nahmen alle mal schnell Platz auf der Auswechselbank, mit Sitzheizung, die natürlich ausgeschaltet war.

Ein Mannschaftsfoto gab es mit Hintergrund der Gegentribüne auf der groß die Buchstaben BAYER stehen.

Übrigens kann man bei so einem Rundgang in der BAYArena prima Kondition üben. In der Arena rauf (3. Etage) zur VIP-Lounge und dann wieder runter über die Zuschauerränge in den Kabinenbereich (fast im Keller). Von dort aus ging es wieder durch das Treppenhaus rauf (3. Etage) in den Pressebereich.

Im Raum der Pressekonferenz stellte sich dann Katharina den Fragen zu ihrem gerade gewesenen Geburtstag. Da wo sonst die Spieler und Trainer sitzen, blickten unsere Kinder vom Bildschirm des Presseraums.

Weiter ging es im „Fitnessprogramm“. In die Zuschauerrängen hinauf zu den Presseplätzen in der obersten Reihe. Ganz schön zugig für die Damen und Herren, die in Fernsehen, Radio und Zeitung von dem Geschehen auf dem Platz berichten. Aber eine tolle Aussicht! Von der Fantribüne der Bayer-Fans ging es dann noch ein letztes Mal über die Außentreppen über vier Stockwerke hinab zum Fanshop. Hier gab es noch eine kleine und große Überraschung für alle Teilnehmer.

Die kleine Überraschung war ein Wasserball und die große hing mit der Verspätung unserer Führung zusammen. Unser Guide zeigte uns den Weg zu dem Nebentrainingsplatz, an dem die Spieler der Bayerelf um 12.00 Uhr noch eine Trainingseinheit einlegen würden. Bedingt durch den verspäteten Start der Besichtigung brauchten wir auch nicht lange im leichten Regen auf die „Stars“ warten. Und dann kamen sie. Die ersten, eher unbekannteren Spieler, gaben kaum Autogramme, aber Kießling, Rolfes, Ballack gaben gerne Autogramme und zum Schluss erfüllte auch noch der Trainer Jupp Heynkes Autogrammwünsche. „Die dürfen ruhig DU sagen“. Stolz wurden die erhaschten Autogramme präsentiert.

Unser „Rundgang“ um die Arena endete bei McDonalds, damit nach dem Treppensteigen die nötigen Kalorien wieder zugeführt werden konnten.

Gabi Būdenbender

Weitere Kooperation mit Kindergarten

Der WMTV ist seit dem 29.09.2010 eine weitere Kooperation mit einem Kindergarten eingegangen. Neben dem Kindergarten St. Katharina gehört jetzt auch der Kindergarten Regenbogen zu den Partnern.

Ziel der Zusammenarbeit sind spezielle Bewegungsangebote für die Kindergartenkinder, Workshops aber auch Veranstaltungen für die Eltern und Erzieher.

Spielend gesund bleiben und die Lebensqualität in und rund um die Familie zu steigern wäre eines der Hauptziele. Bewegung ist für Kinder sehr wichtig, u. a. für die Sprachentwicklung, für die Koordination oder das Miteinander unter den Kindern und den



Erziehern.

Der Kindergarten Regenbogen hat vom Landessportbund durch Herrn Dr. Klaus Balster und Frau Schwarz-Hollasch in Anwesenheit vom WMTV-Ressortleiter Sport Andreas Lukosch die Zertifizierung „Anerkannter Bewegungskindergarten“ erhalten. Somit ist auch der WMTV ein zweites Mal als „Kinderfreundlicher Sportverein“ ausgezeichnet worden.

Die Leitung des Kindergarten Regenbogen Frau Gabi Offermann (früher Frau Kult und selber beim WMTV Übungsleiterin) und der WMTV freuen sich schon jetzt auf die Zusammenarbeit.

Ressortleiter Sport
Andreas Lukosch



Oktoberfest als Dankeschönfeier

Am Sonntag den 3.10.10, am Tag der deutschen Einheit, feierten wir in unserer Vereinsgaststätte mit etwas mehr als 60 Personen unsere alljährliche Dankeschönfeier. Nach den vielen Veranstaltungen wie Weihnachtsbrunch, Neujahrsbrunch, sowie letztes Jahr die Grillfeier im Sommer war der diesjährige Oktoberbrunch wieder mal eine andere Veranstaltung.

Unser erster Vorsitzender Rolf Fischer eröffnete diese Veranstaltung. Nach der Begrüßung aller Anwesenden und besonders der Ehrenmitglieder, bedankte sich Rolf bei allen für ihren Einsatz als Übungsleiter oder Helfer aber auch für den ehrenamtlichen Einsatz, den viele leisten. Weiter informierte er über die ersten Monate des neuen Vorstandes und die Zusammenarbeit mit unseren Vorgängern. Einen Mittelweg zwischen dem Heute und dem Gestern zu finden, ist nicht immer leicht, aber wir sind auf einem guten Wege. Rolf berichtete auch noch über einige Erfolge in der jüngsten Vergangenheit.

Danach informierte Andreas Lukosch alle Anwesenden über die Aktivitäten des Jubiläumsjahres 2011. Aufruf seiner Rede war z. B., das die Helfer und Übungsleiter das Sprachrohr für den Vorstand sind und dass gerade sie die

breite Masse der Teilnehmer in ihren Gruppen direkt erreichen und motivieren können. Gerade dann müssen wir alle eine Einheit werden.

Nach den Reden traten die kleinen Kinder von Gabi Büdenbenders Kindergruppe (4 bis 6 Jahre) auf und begeis-



terten alle mit einen „Käsetanz“.

Nach dem tollen und leckeren Essen und vielen Gesprächen kam um kurz nach 13.00 Uhr der Entertainer und Zauberer Giovanni Alecci aus Leichlingen. Er verblüffte alle Anwesenden mit tollen Tricks und einer klasse Show. Später ging er noch von Tisch zu Tisch und überzeugte uns, Geld- oder Hütchenspielen auf der Straße nicht mitzumachen. Auch hier gab es viele staunende Gesichter mit offenen Mund zu sehen.

Nach der tollen Show ging die Veranstaltung dann gegen 14.30 Uhr zu Ende.

Es war ein schöner Morgen. Vielen Dank auch an Gabi, die wieder für alle ein Namensschild gebastelt hatte. Andreas bedankte sich mit Blumen bei Ihr.

Andreas Lukosch



2011 - 150 Jahre WMTV 1861 e.V.

WMTV – mehr als nur ein Sportverein

ist für die ganze Familie, für jüngere
sowie ältere Menschen da.

2011 – ein Jahr wirft seine Schatten voraus.

Ein Jahr voller Feierlichkeiten erwartet uns 2011 und wir dürfen bzw. sollen alle daran teilnehmen. Wir alle sind ein Teil dieser Geschichte und können darauf stolz sein.

Die vielen Aufgaben die es dafür aber noch zu bewältigen gibt, schaffen wir nur alle zusammen. Deshalb auch hier nochmals der Aufruf, seinen Verein in jeder möglichen Art und Weise zu unterstützen.

Bitte meldet euch ruhig bei uns – wir brauchen EUCH.

Meldet euch unter Info@wmtv.de, zu den Geschäftsstellenzeiten, bei den Übungsleitern oder beim Vorstand – wir alle nehmen eure ehrenamtliche Hilfe sehr gerne in Anspruch.

Termine unserer Feierlichkeiten 2011:

Sportgala - 26.02.2011 (Samstag)

Der WMTV wird 4ter Ausrichter der Sportgala 2011 im Theater Solingen. Showeinlagen der Spitzenklasse, eine Tombola, Ehrungen und ein Feuerwerk zum Abschluss werden geboten.

Karnevalszug Solingen - 07.03.2011 (Montag)

Der WMTV sowie die Bürgergilde Wald und der Merscheider Gesangsverein werden sich gemeinsam beim Umzug am Rosenmontag beteiligen. Erwachsene und Kindergruppen werden den Jecken wieder Bonbons mit guter Stimmung zuwerfen.

Eröffnungsveranstaltung - 26.03.2011 (Samstag)

Offiziell wird bei dieser Veranstaltung mit geladenen Gästen das Geburtstagsjahr des WMTV in Form von Ansprachen, Showacts und einer Aufführung zur Geschichte des WMTV eröffnet.

Eröffnungsfeier 150-Jahr-Party - 26.03.2011 (Samstag)

In der Cobra in Solingen Merscheid findet ab 20.00 Uhr die „WMTV-150-Party“ ab 18 Jahren mit DJ Chris Zilles statt. Hier soll bis in die Nacht hinein getanzt werden.

WMTV Fitness- und Gesundheitstag - 03.04.2011 (Sonntag)

Alles rund um Fitness und Gesundheit ist an diesem Tag angesagt. Von Mitmachaktionen (Yoga, Qigong, Pilates etc.), einem Beweglichkeitstest bis hin zu verschiedenen Tests (Diabetes, Cholesterin etc.) reicht das Programm. Vorträge und Gespräche mit Ärzten oder Apothekern sind ebenfalls möglich.

Sternlauf zum Stadion - 15.05.2011 (Sonntag)

Mit verschiedenen Lauf-, Walking-, Nordic-Walking- und Wandergruppen sowie mit Fahrradfahrern, Kinderwagen und einer Behindertengruppe sollen von verschiedenen Startpunkten aus alle Teilnehmer nach und nach im Stadion eintreffen. Der Zieleinlauf soll dann in geselliger Runde gefeiert werden. Auch hier feiern wir mit der Bürgergilde Wald und dem Merscheider Gesangsverein zusammen.

Landesturnfest - 22 –25.06.2011 (Mittwoch bis Samstag)

Für die vielen Sportler aus ganz NRW, die in Solingen und Remscheid um Medaillen kämpfen werden, hat der WMTV die Betreuung in den Sporthallen FALS und Humboldt übernommen sowie auch die Betreuung der Übernachtung von 250 Teilnehmern in der Schule FALS. Außerdem präsentieren wir uns mit einer Großraumvorführung auf der Eröffnungsfeier.

Handball – Zukunft trifft Tradition - 09/10.07.2011 (Sa/So)

An diesem Wochenende findet das bekannte Großfeldhandballturnier sowie ein Turnier der Jugend in der Jahnkampfbahn statt und es gibt viele Mitmachaktionen.

WMTV-Tradition feiert Geburtstag - 16.07.2011 (Samstag)

Rund um dem Walder Kirchplatz findet ein Familientag mit einem Kinderparcours, einer Schminkecke, einem Showprogramm und mit vielen Attraktionen für Groß und Klein statt. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt. Auch hier ist die Bürgergilde Wald unser Partner.

Festabend – Abschlussveranstaltung - 24.09.2011 (Samstag)

Höhepunkt im Jubiläumsjahr soll der Festabend in der WMTV-Turnhalle sein. Mit einem Showprogramm, einem Dinner mit anschließendem Tanz – Liveband - und mit einem Feuerwerk zum Abschluss.

Festschrift im Jubiläumsjahr:

Zum 150jährigen Geburtstag des WMTV wird es eine Festschrift über die letzten 150 Jahre Geschichte des WMTV geben. Von der Gründung den 03.09.1861 bis zum heutigen Tage wird für jeden was dabei sein.

Ausstellung im Theater - im Monat Juni 2011:

Im Theater Solingen wird es im Rahmen des Landesturnfestes eine Ausstellung über 200 Jahre Sport geben. Auch hier ist der WMTV mit seiner 150jährigen Geschichte beteiligt.

Andreas Lukosch

WMTV Solingen 1861 e.V.

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212 - 318597

Optimal für's Training ...

das WMTV T-Shirt



**... optimal
für den Weg dorthin:**

das WMTV Poloshirt

Qualität:	T-Shirt	100 % Baumwolle	
	Poloshirt	100 % Baumwoll-Piqué	
Farben:	gelb - was sonst !		
Preise:	T-Shirt	8,00 €/Stk.	Größen S - XXL
		6,00 €/Stk.	Größen 128 - 152
	Poloshirt	17,00 €/Stk.	Größen S - XXL

Bezug:	● über die Übungsleiter	
	● in der Geschäftsstelle	
	Dienstag und Freitag	18.00 - 20.00 Uhr
	Mittwoch	10.00 - 12.00 Uhr

Sportgala 2011

Zum 15ten Mal wird im kommenden Jahr die inzwischen traditionelle Solinger Sportgala am 26.02.2011 im Theater- und Konzerthaus Solingen stattfinden.

Organisatoren sind wie immer die Stadt Solingen, der Solinger Sportbund und das Solinger Tageblatt.

Jährlich kommt ein wechselnder Partnerverein dazu, der seine Ideen einbringt, mitarbeitet und dafür den Erlös der Veranstaltung erhält.

Dieses Mal wird unser Verein als 4. Partner bei diesem herausragenden sportlichen und gesellschaftlichen Ereignis in unserer Stadt dabei sein.

Unter dem Motto „ Wir wollen die historische WMTV Turnhalle an der Adolf - Clarenbach - Straße erhalten,„ konnten wir die Organisatoren überzeugen.

Am 18.07.2014, nach langer und wechselfoller Geschichte, jährt sich der Tag der Grundsteinlegung zum 100ten Mal und kann gefeiert werden.

Viele unserer Mitglieder haben schöne Erinnerungen an die „holde Alte“ und das soll auch für die nächsten Generationen der Sportlerinnen und Sportler, ob alt ob jung, noch lange so bleiben.

Schaut man sich die Halle innen und außen aber heute an, wäre es ein Trauerspiel daran nichts ändern zu wollen oder zu können.

Wir freuen uns nun über die Möglichkeit unseren Verein und die Situation der Turnhalle einer breiten Öffentlichkeit präsentieren zu können und selbstverständlich über die Beteiligung an den Einnahmen der Sportgala und dem Ertrag einer vom Verein ausgerichteten Tombola.

Der gesamte Erlös soll komplett für die notwendigsten Erhaltungsarbeiten an der Traditionshalle eingesetzt werden.

Wieder haben sich aus unseren Reihen einige gefunden, die sich für die Organisation des Veranstaltungsprogramms, der Showdarstellungen und der Tombola einsetzen.

Für die Gestaltung der Tombola freuen wir uns über Spenden für die Beschaffung der Präsente natürlich besonders.

Wer sich hier engagieren will, wende sich bitte an unsere Geschäftsstelle (0212-318597) oder direkt an Andreas Lukosch (mobil 0172-5843012) oder an ein anderes Mitglied des Vorstands.

Rolf Fischer
1. Vorsitzender

Sportgala am 26. 02 2011 von 19 - 23 Uhr

Sichern Sie sich frühzeitig Ihre Eintrittskarten!

Vorbestellung bis 17.12.2010 in der

Geschäftsstelle des WMTV. Preis 19,- Euro.

Für vorbestellte Karten werden Plätze an einem gemeinsamen Tisch reserviert.

WMTV Restaurant

...einfach lecker!



Restaurant

In unserem Restaurant bieten wir Ihnen gutbürgerliche Küche mit saisonal wechselnden Gerichten.

Mittwoch ist Schnitzeltag!
Donnerstag ist Pfannekuchentag



Gesellschaftsräume

Für Veranstaltungen stehen Ihnen unsere Säle für 10 bis 100 Personen in einer einzigartigen Atmosphäre zur Verfügung.

Ob rustikal oder festlich, wir sind auf Sie eingerichtet.



Kegelbahn

Auf unserer gepflegten Scheren-Kegelbahn erleben Sie erholsame Stunden.

Falls Ihr Club noch nicht bei uns kegelt, es sind noch einige Termine frei.



Terrasse

Auf der neu gestalteten Terrasse servieren wir nachmittags ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen sowie Waffeln.

Bei kühler Witterung wird die Terrasse beheizt.

WMTV Restaurant GmbH

Adolf-Clarenbach-Str. 41 , 42719 Solingen , Am Walder Stadion , Telefon 0212-310746

Öffnungszeiten: dienstags bis samstags von 15.00 - 01.00 Uhr
sonntags und feiertags von 11.00 - 01.00 Uhr
montags Ruhetag

WMTV Solingen 1861 e.V.

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97

Urtümliches Circuittraining

Trainieren wie die Wikinger

**ein spezielles Krafttrainingsprogramm
mit urtümlichen Gerätschaften**

- funktionelles Fitnessstraining für den ganzen Körper
- Gruppentraining an verschiedenen Stationen
- Training mit Kettlebells, Keulen, Seilen, Hammer, Reifen, Fässern, Sandsäcken und mehr
- Besondere Motivation durch Geräte, Trainer, Musik und Teamgeist in der Gruppe
- Betreuung durch qualifizierte Trainer

Wann?	Donnerstag	20.30 – 21.30 Uhr
	Sonntag	17.30 – 18.30 Uhr

Wo ?	WMTV-Turnhalle Adolf-Clarenbach-Str. 41 / SG-Wald
-------------	--

Kosten:	Vereinsbeitrag + zusätzlich 10,00 € / Monat
----------------	---

Kontakt	Sven Bäcker	0176 / 20562801
u. Infos:	Tuan Nyguen	0178 / 6926805

10.11.10

Festliches Adventsmenü



Sonntag, 28. November 2010
um 19 Uhr



Genießen Sie in vorweihnachtlicher Atmosphäre unseren „kulinarischen Adventsabend“ bei einem festlichen Menü. Wir werden Sie mit Musik, Gedichten und Geschichten rund um Weihnachten auf die Festtage einstimmen.

Vorspeisen

Champagner-Senfschaumsüppchen

Pochiertes Lachsfilet mit Meerrettichespuma
an Ruccola in Balsamico-Vinaigrette

Hauptgericht

Duett vom Angus Rind und Black Tiger Shrimps
auf einem Bohnenragout

Dessert

Mousse au Chocolat
auf Baileysspiegel mit Spekulatiussahne

Zum Abschluss

Kaffeespezialität mit einer
Cookies-Auswahl der Patisserie „Faitmain“



Preis : 45,00 € / Person

für das Menü und musikalische Unterhaltung



Wir bitten um rechtzeitige Reservierung (Telefon 0212 - 31 07 46)

WMTV
Restaurant
...einfach lecker!

Adolf-Clarenbach-Straße 41, 42719 Solingen, Telefon 0212-31 07 46

Das Restaurant-Theater-Ensemble



lädt zum Krimidinner

Während Sie ein 3-Gang-Menü genießen, spielt das Ensemble in den kulinarischen Pausen das Stück:

"Schlechtes Timing"

eine ebenso vergnügliche wie unterhaltsame Krimödie von Cornelia H.Müller in 4 Akten.

Tatzeit: Sonntag 13. Februar 2011
Uhrzeit: 18.00 Uhr
Preis: 39,90 / pro Person incl. 3-Gang-Menü

Tatort: WMTV-Restaurant – Telefon: 310746
Adolf-Clarenbach-Str. 41 – 42719 Solingen

Karten: erhältlich ab November 2011



Krimidinner



Passend zur Karnevalszeit wird es einen neuen, spannenden Mitspielkrimi im WMTV geben!
Genießen Sie diesen spannenden Krimifall aus der Feder von Cornelia Herbertz-Müller.

Sonntag 13. März 2011

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Tatort: WMTV Restaurant
Adolf-Clarenbach-Str. 41 - 42719 Solingen

Preis: 29,90 € / pro Person
incl. 3-Gang-Menü,
sowie einen spannenden Kriminalfall

Sie verbringen einen vergnüglichen Abend in unserem Restaurant. Genießen Sie bei Kerzenschein ein Krimidinner und gute Getränke.

Lassen Sie sich von der Autorin Cornelia H.-Müller in einen Mordfall entführen und versuchen Sie, gemeinsam mit den anderen Mitspielern an Ihrem Tisch, den Täter zu entlarven. Jeder Gast vertritt an diesem Abend einen zum Spiel gehörenden Charakter und kann sich aktiv in die Ermittlungen einbringen. Keine Angst, Schauspielern muss niemand.

Kartenbestellung - im WMTV Restaurant

Wir freuen uns auf Sie! Torsten Tückmantel und sein Team

WMTV Solingen 1861 e.V.

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97



Hallo Leute !

**Es ist soweit :
Ich habe einen
Namen !!!**

Mein Name ist

WEMTY.

**Ich bin Euer neues
Vereinsmaskottchen.**

Hallo WMTV-Fans,

wer WEMTY haben möchte, bekommt ihn zu den bekannten Öffnungszeiten in der WMTV-Geschäftsstelle oder im Fitnessstudio.

WEMTY kostet **10 EUR**, und wie immer geht der ganze Erlös des Verkaufs an die Kinder-Krebshilfe-Station in Düsseldorf.



Achtung!
Die Meldeunterlagen
sind eingetroffen!

Voranmeldung bei
eurem Abteilungsleiter
oder in der
Geschäftsstelle

siehe auch www.turnfest2011.de