



WMTV Solingen 1861 e.V.

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

Vereinszeitung

November 2011

Nr. 128

Heft 4/2011



Familienfest des WMTV im Walder Rundling

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

150 Jahre WMTV

Zum Höhepunkt der Festabend



Ein schönes und ereignisreiches Jahr mit vielen Veranstaltungen des Vereins zum 150 jährigen Jubiläum ging mit dem Festabend am 24.09.2011 in der frisch renovierten WMTV-Turnhalle zu Ende.

Er sollte der Höhepunkt nach einer Vielzahl von Aktivitäten werden.

Mit Hilfe vieler unserer Mitglieder konnten wir in diesem Jahr auch einer breiten Öffentlichkeit zeigen, was in den vergangenen 150 Jahren von uns als einem der größten Sportvereine in Solingen bis heute geleistet wurde und wofür der Verein auch heute noch steht. Und deshalb sollte der Festabend für das Jubiläumsjahr zu einem krönenden Abschluss der Veranstaltungen beitragen.

Jedenfalls hatte das Organisationsteam ein Programm aufgestellt, das keine Wünsche mehr übrig lassen sollte.

So startete das Fest um 18.30 Uhr als den geduldig Wartenden die Tore zur

Turnhalle geöffnet wurden. Schnell waren die Sitzplätze in der festlich geschmückten Halle eingenommen und die ersten Gespräche konnten beginnen. Natürlich war die Freude über die strahlende Halle mit der blumengeschmückten Bühne groß.



Um 19.00 Uhr moderierte Herr Junker in bewährter Weise den Programmbeginn an.

Nach einer kurzen Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden, Rolf Fischer, sprachen Rita Pickardt stellvertretend für den



Oberbürgermeister und Hartmut Lemmer als Präsident des Stadt Sportbundes Solingen ihre Grußworte und lobten den Verein für seine wichtige und erfolgreiche Vereinsarbeit für die Menschen der Stadt und darüber hinaus.

Ein Spruch von Herrn Lemmer drückte aus was wir sicher alle gerne hörten.

„Ihr habt alles richtig gemacht“.

So konnte die Show losgehen.

Mit dem stimmungsvollen Good News Gospelchor aus Merscheid, der mehrfach auftrat und für Sangesfreudige ein Hochgenuss war, konnte auch das sportliche Spaßprogramm der Akrobalten Tante Luise und Herr Kurt die Zuschauer zu stehenden Ovationen hinreißen.

Was diese Truppe zeigte, hätte einen ganzen Abend für beste Unterhaltung





gesorgt, darüber waren sich alle einig. Auch unsere Sportfreunde Elke, Werner und Christina wurden ein Teil der Comedy und liefen zu Höchstleistungen auf.

Schon fast selbstverständlich, da oft geprobt, präsentiert und immer gefeiert, realisierte unsere Theatergruppe „Festjahr“ eine Zeitreise, um anschaulich zu zeigen, wie der Verein im Jahr





1861 gegründet wurde und sich bis heute entwickelt hat.

Sportlich ging es zu als viele große und kleine Athleten das breite Spektrum des Vereins in einer rasanten Darbietung dem staunenden Publikum vorführte. Mit Dance Auftritten wurde ebenfalls eindrucksvoll und viel Spaß gezeigt, was unsere Kinder und Jugendlichen drauf haben. Schließlich endete der Showteil des Abends mit einem Auftritt aller Beteiligten auf der Bühne.

Es war eine grandiose Leistung die von allen Beteiligten an diesem Abend gezeigt wurde, auch die im Hintergrund des Bühnengeschehens fleißigen Helfer und Helferinnen haben ihr Bestes geleistet.

Ebenfalls den Organisatoren und dem Moderator Herrn Junker galt ein herzliches Danke.

Mit diesen Worten wurde die Show beendet und gut versorgt mit Getränken und Speisen von Torsten und seiner Crew konnte noch bis weit nach Mitternacht zur Musik vom DJ getanzt und gefeiert werden.

Vorher aber konnten noch die Gewinne aus der Tombola abgeholt werden, über den Hauptgewinn, einen Flat – TV, freut sich eine nette Dame unseres Vereins.

Dieser Festabend hat großen Spaß gemacht und vielleicht wird die WMTV-Turnhalle demnächst wieder zu einem besonderen Anlass festlich geschmückt.

Rolf Fischer.



Tradition feiert Geburtstag - der Familientag



Die vorletzte Feier in unserem so erfolgreichen Jubiläumsjahr 2011 fand am Samstag den 17. September statt. Der Familientag, welcher gemeinsam mit der Schützen- und Bürgergilde Wald gefeiert wurde. Nach dem gemeinsamen Aufbau in der

Frühe ging es dann um 11.00 Uhr bei tollem Wetter los. Die Kinder konnten einen Kinder-Parcours belegen und sich die tollen Oldtimer-Feuerfahrzeuge ansehen. Möhren pflanzen, Wäsche aufhängen, Eierlaufen, eine Perlenschnur führen, Säckchen in



Olympische Ringe werfen oder Ringe auf eine Fechtfigur werfen gehörten zum Programm und eine Urkunde und ein kleines Dankeschön gab es auch noch.



Für die Eltern gab es Kaffee und Kuchen sowie Würstchen und nach Wunsch ein Bier.

Gegen Mittag wurde es auf dem Walder Kirchplatz vor der Kirche richtig voll. Viele Gruppen aus dem Tanz- und Kampfsportbereich zeigten ein gemischtes Showprogramm. Kleine und größere



Darsteller waren mit ganzem Eifer dabei und wurden mit einem tollen Applaus belohnt.

Am Nachmittag ging dann gegen 16.00 Uhr der schöne Tag vorbei und alle räumten in Wahnsinnseile zusammen auf.

Ein großes Dankeschön geht an alle Helfer beim Auf- und Abbau, bei den Helfern die den ganzen Tag über geholfen hatten, beim Organisationsteam, an die Schützen- und Bürgergilde Wald für die tolle Zusammenarbeit und an die



Oldtimer-Feuerwehr, die wie alle anderen ehrenamtlich diesen Tag gestaltet haben. Ebenso Danke für die vielen Kuchenspenden und weitere Unterstützungen für diesen Tag, insbesondere an die Hauptsponsoren die Stadtwerke Solingen und die Stadt-Sparkasse Solingen für ihre Unterstützung im Kinder- und Jugendbereich.

Andreas Lukosch

Prellballturnier „150 Jahre WMTV“



Turnierteilnehmer

Es kommt nicht so oft vor, dass ein Turnverein sein 150jähriges Vereinsjubiläum feiert.

Wir haben das Glück in dieser Zeit zu leben, Mitglied im WMTV zu sein und Prellball zu spielen.

Natürlich musste das gründlich gefeiert werden und im Verein wurden viele Aktivitäten zum Jubiläumsjahr angedacht und durchgeführt.

Ziemlich zum Ende des Jahres wurden die Prellballer noch mal tätig und organisierten ein Prellballturnier zur Bestätigung des Jubiläumsjahres.

Vorausgegangen war auch die ausdrückliche Bitte vieler Teilnehmer am Landesturnfest des RTB / WTB in Sölingen und Remscheid.

Wir hatten also noch die Erfahrung von dem Turnfest, bei dem uns die Ausrich-



hier wurde Hunger und Durst gestillt

tung und Beköstigung während des Turniers für drei Tage überantwortet worden war und dazu in gleicher Halle (Gym. Humboldt) am Weyer die Aufsicht.



WMTV 1 gegen Oberhausen

Also trafen wir, wie gehabt, alle Vorbereitungen und luden per Email und Post eine Menge Vereine zum 10. September 2011 in gleicher Halle zum Jubiläumsturnier ein.

Leider konnten nicht alle geladenen Mannschaften teilnehmen, wogegen



WMTV 2 gegen Barmen

andere Vereine mit gleich zwei Teams zum sportlichen Vergleich antraten. Pünktlich 13 Uhr begann der Wettkampf auf zwei Feldern.

Unsere fleißigen Angehörigen hatten Kuchen und Salate gemacht. Kaffee, kalte Getränke und Bier waren ausreichend vorhanden und wurde von einigen unserer „guten Geister“ im Foyer über die Theke an den Mann bzw. Frau gebracht.



zum Ende in gemütlicher Runde

Es war ein sehr schönes, harmonisches Turnier und alle Mannschaften waren mit der sportlichen Durchführung zufrieden.

Zum Abschluss, bei der Siegerehrung mit Überreichung der Siegerurkunde, bekam jeder Spieler noch ein kleines Geschenk.

Das WMTV Solingen 1861 e.V. Jubiläumsturnier endete an einem wunderschönen, sonnigen Tag gegen 18.00 Uhr.

Bübi Georg Erntges



Vereinszeitung

... aus der Redaktion:

Die Redaktion der WMTV-Vereinszeitung bittet darum, Artikel für die VZ unmittelbar an die VZ-Redaktion zu senden, um eine zeitgerechte Veröffentlichung sicherzustellen. Artikel und Texte bitte immer nur an:

redaktion@wmtv.de

Zudem bitten wir darum, Bilder möglichst nicht in geringer Handyqualität, sondern in höchstmöglicher Auflösung einzureichen, um eine gute Druckqualität zu gewährleisten. Vielen Dank.

Fünf Tage Spaß und Erlebnis

Die hatten wir bei der Ferienfreizeit, die wieder in der letzten Woche der Sommerferien stattfand. Wir, das sind Hanna, Lisa, Nina, Michelle, Max, Moritz, Aaron, Max, Phil und ich, und natürlich Andreas, der Chef!!

Jeden Tag haben wir uns um 9.00 Uhr in der WMTV-Halle getroffen. Mit vielen Erlebnissen haben wir die fünf Tage gemeinsam bis etwa 16.00 Uhr verbracht.



Am ersten Tag sind wir mit den Fahrrädern zum DRK auf der Burgstr. gefahren. Dort haben wir einen 1.Hilfe-Kurs gemacht. Danach sind wir mit Thomas, einem Sanitäter beim DRK, auf Rettungswagenentdeckung gegangen. Wir haben die Fahrerkabine und den hinteren Teil für den Patienten gesehen und Thomas hat uns den 1.Hilfe-Koffer für Erwachsene und den für Kinder gezeigt.



So viel gucken macht hungrig. Ab ging es in die Pommes-Bude zum Mittagessen.

Damit wir uns noch eine wenig austoben konnten, sind wir zum Spielmobil auf der Bismarckstrasse gefahren. Dort haben wir Hockey gespielt und ein Pumpfeuerwerk für Flaschen ausprobiert.

Über die Trasse ging es zurück zur WMTV-Halle. Ich konnte am Abend gut schlafen.

Der nächste Tag begann mit Hokus-Pokus. Der Zauberer vom Zirkus Pepino hat uns viele Zaubertricks gezeigt, unter anderem mit Karten. Zum Üben gab es für jeden von uns ein Kartenspiel. Wie durch Zauberei gingen die Stunden am Vormittag vorbei. Unsere gute Küchenfee Helga Limbeck hat uns Kartoffelsuppe gekocht, die war lecker!!!!!!!

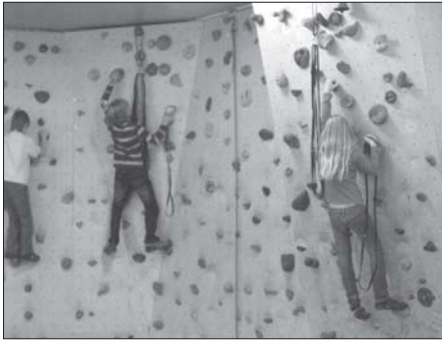


Ausnahmsweise ging es mit dem Auto dann am Nachmittag ins Industriemuseum zu einer Führung.

„Unsere Erde im Fieber“ hieß die Sonderausstellung. Wir Kinder konnten uns richtig austoben.

Mal sehen, was der nächste Tag bringt. Man muss gar nicht weit fahren um auch in Solingen mal zu Klettern. Auf den Fahrradsattel geschwungen und dann ging es ab zur Kletterwand auf der Stübbener Str. Stefan Mertens hat uns Spiele an der Kletterwand gezeigt.

Dabei mussten wir u.a. Jacke an- und ausziehen, Sachen weiterreichen, auf Zielscheiben klopfen, hoch klettern und an einer Glocke läuten.



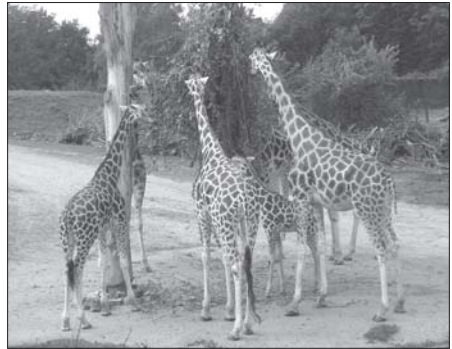
Gestärkt mit guter Spaghetti Bolognese a la Helga sind wir am Nachmittag zur Walder Kirche gefahren. Der Küster hat uns im Turm herumgeführt und wir haben uns über die 10 Gebote unterhalten. Wenn man schon in der Nähe



der Kirche ist, so liegt die Eisdielen nicht weit. Zur Stärkung gab es für jeden ein Eis.

Im Walder Stadtpark haben wir dann alles wieder abtrainiert. Die Jungs mit Fußball spielen und die Mädchen mit Klettern. Meine Hose sah eindeutig nach fußballspielen aus!!!

Unser größtes Erlebnis in der Woche war der Besuch im Gelsenkirchener Zoo, auch „ZOOM Erlebniswelt“ genannt. Dort gab es drei Welten, in der verschiedene Tiere lebten. Asien, Afrika und Alaska. Wir waren in einem Flugsimulator, der sich Ice-Adventure nannte. Mein Tipp: Fahrt mit Mama und Papa



mal hin und schaut euch alles selber an. Echt cool! Es gab ein Jungenauto und ein Mädelsauto. Danke an Sabine!! Auch an diesem Abend habe ich mich sehr auf mein Bett gefreut.

Schade!!! Schon der letzte Tag. Mit Brennball in der Halle ging es los. Danach haben wir auf der Kegelbahn Wettspiele gemacht. Jetzt weiß ich, dass man auch auf der Kegelbahn „Hase und Jäger“ spielen kann. „Alles außer Fünf“ kegeln ist gar nicht so einfach.

Zur Mittagszeit sind wir zum großen gelben „M“ gelaufen. Immer wieder lecker! Am Nachmittag sind wir in der Cobra gewesen und haben uns ganz alleine im Kino einen Film angesehen. Und zum Abschluss gab es auch heute noch mal ein Eis.

Das war die Ferienfreizeit 2011. War super und ich hatte mit allen viel Spaß!

Yannick Büdenbender, 9 Jahre

Mein Dank geht an alle Kinder, denn es war eine sehr angenehme Ferienfreizeit. Für die Unterstützung möchte ich mich bei Stefan Mertens und meiner Frau bedanken. Einen ganz besonderen Dank geht an Helga Limbeck für die tolle Unterstützung bei der Essenzubereitung und dem Einkauf. Ebenso geht ein besonderer Dank an Phil für die „Helfertätigkeit“ bei dieser Freizeit. Danke an ALLE.

Ich freue mich schon auf das nächste Jahr.

Andreas Lukosch

Zirkuswoche beim WMTV



Zum dritten Mal fand vom 25.7. bis zum 29.7.11 die bekannte Zirkuswoche in Zusammenarbeit mit dem Zirkus Pepino statt.

Fast 20 Kinder im Alter zwischen 7 und 12 Jahren hatten sich angemeldet. Jeden Tag konnten sie drei Stunden alle Tricks rund um den Zirkus erlernen und ausprobieren. Die Arbeit mit Tüchern, mit Diabolos, mit dem Einrad, mit Jonglierbällen, mit Artistik und Comedy, mit einem Nagelbrett, laufen auf Scherben oder Feuerspucken gehörten zum Programm.

Anfang der Woche konnten sich die Kinder mit den Künsten rund um einen Zir-

kus vertraut machen und bekamen viele Tipps und Ratschläge. Nach dem dritten Tag wurden die ersten Übungen für die Show am Freitag für die Familie einstudiert und am vierten Tag das ganze Programm.

Freitag um 12.00 Uhr durften dann die kleinen Zirkuskünstler ihr ganzes Können vor gut 50 Eltern und Großeltern sowie Freunden zeigen. Trotz Aufregung funktionierte aber alles hervorragend. Die Eltern waren begeistert und zollten einen langen Applaus und alle Kinder waren überglücklich.

Andreas Lukosch



Gesundheitswoche

Die großen Solinger Sportvereine wie der Ohligser Turnverein, der Solinger Turnerbund, der TSV Aufderhöhe und der Wald-Merscheider Turnverein führten gemeinsam mit dem Solinger Sportbund von Dienstag den 4.10.11 bis Samstag den 8.10.11 eine Gesundheitswoche mit den Themen „Präventions- und Rehabilitationssport“ durch.

Am Dienstag startete der OTV mit der Eröffnung von 16.00 bis 19.20 Uhr mit vielen verschiedenen Angeboten im Bereich „Gesundheit braucht Bewegung von der Kindheit bis ins hohe Alter, in der OTV-Halle.

Mittwoch war der TSV Aufderhöhe von 14.00 bis 16.45 Uhr mit dem Thema „Aktiv und mobil im Alter“ dran. Höhepunkt war sicherlich der Vortrag von Prof. Dr. Hollmann.

Donnerstag bot der WMTV von 9.00 bis 13.00 Uhr zu dem Thema „Alles rund um den Reha/Gesundheitssport“ viele informative Aktionen. Zwei spannende Vorträge über „Mangelernährung im Alter“ und „Demenz - Sport und Hilfe“ wurden vorgetragen, sowie viele Mitmachaktionen und andere Tests und Informationen rund um den Rehasport.



Freitag war der STB von 16.15 Uhr bis 19.15 Uhr mit dem Thema „Präventionssport“ dran. Hier wurden ebenfalls viele Mitmachaktionen vorgestellt.

Auf der Aktivia-Messe am Samstag den 8.10.11 traten dann alle gemeinsam am Stand des SSB auf der Seniorenmesse in den Hallen der Stadt-Sparkasse-Solingen auf.

Auch hier gab es Mitmachaktionen, ein 50 + Test und ein Vortrag von Dr. Redlin.



Was gemeinsam Anfang diesen Jahres begonnen wurde, nämlich die gemeinschaftliche Aktion „Überwinde Deinen inneren Schweinehund“ auf der Sport- und Freizeitmesse wurde nun durch die erste Gesundheitswoche in Solingen fortgeführt. Auch in Zukunft sind weitere gemeinsame Aktionen der Solinger Sportvereine geplant. Zusammen wollen wir den Bürgern die Möglichkeit bieten, sich sportlich zu Betätigen, richtig beraten zu werden und immer eine Anlaufstation zu haben.

Andreas Lukosch





Badminton Trainingslager 2011



Vom 22. August bis zum 26. August fand wieder das Badmintontrainingslager in der neu renovierten WMTV-Halle statt. Bei sonnigem Wetter und hohen Temperaturen brachte Christian Prelcec die Sportler zum Schwitzen, um sie auf die anstehende Saison vorzubereiten.

Neben den üblichen Schlagübungen standen diverse Fitnessstests im Vordergrund.

Dabei wurden die Schwerpunkte auf Konditionstraining sowie Muskelaufbau gelegt.

Sehr schnell wurde deutlich, dass das Faulenzen in den Ferien Spuren hinterlassen hat.

Da war Muskelkater vorprogrammiert. Natürlich stand Spaß an vorderster Stelle. So wurde nach einem ausgiebigen Aufwärmprogramm im Walder Stadion der Tag mit kleineren Spielen wie z.B. Fußball, Hockey und ähnlichem begonnen.

Im Laufe der Woche wurden die Sportler immer weiter an ihre Leistungsgrenze getrieben und wuchsen dadurch über sich hinaus.

Für das leibliche Wohl der Sportler war ausreichend gesorgt. So standen rund um die Uhr Getränke zur Verfügung. In der Mittagspause wurde gemeinsam zu Mittag gegessen. Jeden Tag gab es ein abwechslungsreiches Gericht, das den Meisten geschmeckt hat und Kraft für weitere Aktivitäten gab.

Im Großen und Ganzen kann man sagen, das Trainingslager war ein voller Erfolg.

Auch die Kinder und Jugendlichen waren sehr erfreut und freuen sich auf das nächste Mal.

Nun steht einer hoffentlich erfolgreichen Saison nichts mehr im Wege!

Julia Filiptzyk, Lucas Pavlekovic

Die Ballspielgruppe

Anbei ein Bericht, mal anders geschrieben als sonst, unserer Ballspielgruppe, die sich jeden Freitag von 17.00 bis 18.00 Uhr in der Turnhalle Sternstrasse trifft.

Es war einmal eine Ballspielgruppe im WMTV, mit vielen Kindern aus unterschiedlichen Kulturen, verschieden Alters und Fähigkeiten. Es sprach sich sehr schnell rum, dass die dort abgehaltenen Spiele sehr viel Spaß machten und somit kamen weitere Kinder von Nah und Fern um daran teil zu haben. Da gegen Weihnachten die große Prüfung der Ballführung anstand, wie auch dieses Jahr, begannen die Meisterinnen ihre Schützlinge in die Geheimnisse der Ballkunst einzuführen. Es wurde gedribbelt, gerollt und geworfen bis sich die Erschöpfung in den Gesichtern wieder spiegelte. Teamgeist und Koor-

dination und Ausdauer wurden in unterschiedlichen Spielen und Situationen erlernt. Einige zogen aus um das Selbstvertrauen zu lernen, wenn ihre holden Eltern das Camp für eine Stunde verließen. Dagegen lernten Andere wiederum zu teilen und dass Selbstlosigkeit zum Siege führen kann.

Wie das Märchen endet erfahrt ihr, wenn ihr selber daran teilnehmt oder die nächste Eule euch erreicht.

Die Ballführerscheinprüfung findet am 17.12.2011 statt.

Susi und Andrea Bender



INGENIEURBÜRO UBERMAN

KFZ-SACHVERSTÄNDIGE

WEYERSTRASSE 313 - 42719 SOLINGEN

DIPL.-ING. JACEK UBERMAN

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



Vereinszeitung

... aus der Redaktion:

Die Redaktion der WMTV-Vereinszeitung bittet darum, Artikel für die VZ unmittelbar an die VZ-Redaktion zu senden, um eine zeitgerechte Veröffentlichung sicherzustellen. Artikel und Texte bitte immer nur an:

redaktion@wmtv.de

Zudem bitten wir darum, Bilder möglichst nicht in geringer Handyqualität, sondern in höchstmöglicher Auflösung einzureichen, um eine gute Druckqualität zu gewährleisten. Vielen Dank.



Boule - Freud und Leid

Wie im richtigen Leben ging es für die Ligaspieler 2011 auf und ab! Man schwankte zwischen Selters und Kaviar, wobei zum Schluss der Kaviar einen kleinen Vorsprung erlangte!
Im Einzelnen sah es so aus:

1. Spieltag in Düsseldorf-Unterbach

am 10.04.2011:

Die erste Runde geht mit 2:3 den Bach runter.

Die zweite Runde können wir mit 4:1 für uns buchen.

2. Spieltag in Düsseldorf-Gerresheim

am 29.05.2011:

Runde 3 wird mit 3:2 verschenkt.

Die 4. Runde sieht uns mit einem 5:0 im Durchmarsch.

Und die Runde 5 schlägt mit 3:2 zu unseren Gunsten. **Ein 1. Listenplatz ist erreicht.**

3. Spieltag in Ratingen-Lintorf

am 04.09.2011:

Unser Weltuntergang!!!

In der 6. Runde gehen wir mit 1:4 unter!

Die 7. Runde überleben wir etwas besser mit einem 2:3 Verlust!

8. Runde sieht uns als Sieger mit 3:2 aber das Abrutschen auf den 4. Platz ist nicht zu vermeiden!

4. Spieltag in Wuppertal-Vohwinkel

am 09.10.2011:

Die 9. Runde ziehen wir mit 5:0 an Land! Welch ein Gefühl!

Und Runde 10 können wir ebenfalls mit 3:2 für uns entscheiden! Somit erreichen wir in der **Endabrechnung einen 3. Platz** mit zwei bis drei Punkten vom zweiten Platz getrennt. Bitter – aber nicht mehr zu ändern.

Die Wettermacher müssen auch Boule-Spieler sein, denn meist wurde bei schönem Wetter gespielt. In Ratingen gab es für kurze Zeit nach einem Regenschauer „Land unter“, was der Spiellaune keinen Abbruch tat, denn

die Ratinger haben bis zu 24 Bahnen auf denen man ausweichen konnte.

Wir haben heuer kein Ligaspiel ausgerichtet, weil die Spielflächen in die Jahre gekommen sind. Die Bahnen müssen „entgrünt“ werden und die Abgrenzungsbalken fallen dem „Pilz“ zum Opfer und zerbröseln langsam. Die Organisation ist angelaufen.

Ein kleines Problem haben wir mit einer Bestimmung in der Sportordnung des Boule- und Petanqueverbandes NRW: Jeder angemeldete Verein muss einen ausgebildeten Schiedsrichter stellen, anderenfalls eine „Strafe“ von 50,00 € an den Verband zahlen. Unser „Freiwilliger“ ist – bei einem Teilnehmerfeld von 10 Anwärtern – nach zwei Anläufen mit acht anderen nicht durch die Prüfung gekommen. Da fragt man sich doch, was bei einem Spiel mit drei Stahl- und einer Zielkugel, einem Maßband und Putztuch so kompliziert gemacht werden kann, das neun Normalbürger durch die Prüfung sausen und nur eine Polizistin besteht? Zumal der Prüfer selbst, lt. Bericht, nicht ganz mit den Prüfungsfragen klar gekommen sein soll! Und an den Spieltagen haben wir an keinem der Termine einen Schiedsrichter gesehen!

Egmont Holtz



Damen-Degenturnier am 22./23.10.2011



Mehrmals im Jahr ist die Fechtabteilung des WMTV Ausrichter von Turnieren.

Gerade ist das Internationale A-Jugend Damen-Degenturnier um den Windmühlenmesser-Cup zu Ende gegangen.

Unterstützt werden wir durch den Förderverein Fechten, der die Organisation der Cafeteria zu allen Turnieren übernimmt.

Gerne wird unsere Cafeteria von den Besuchern genutzt – haben wir doch immer ein breites Angebot. Die Grundstrukturen sind klar und doch ist es für unser Team immer wieder spannend, ob genügend Helfer motiviert werden können.

Los geht es mit dem ersten Aufruf – Wer macht was?

Schnell folgen erste Namen – bei näherem Hinsehen die, die immer dabei sind. Je nach Terminlage eines Turniers füllt sich die Liste mal schneller und mal langsamer.

Ein zweiter Aufruf folgt – wir sind ja alle vernetzt.

Danach beginnt die mühevolle Kleinarbeit in und vor der Sporthalle Eltern und Fechter anzusprechen und um Mithilfe zu bitten. Unsere Trainer und Übungs-

leiter unterstützen die Hilfsanfragen ebenfalls.

Der Turniertermin rückt näher, die Lücken sind noch groß. Unermüdlich arbeitet das Organisationsteam weiter – wo noch keine Rückmeldungen eingegangen sind wird jetzt telefoniert. Daneben wird eingekauft, Brötchen werden beim Bäcker des Vertrauens vorbestellt, es wird gebacken und gekocht. Die Kantinenausstattung wird organisiert.

Kurz vor dem Turnier – die Meldezahlen stehen fest. Helfer und Kantinenangebote werden noch mal abgestimmt – je nach Sachstand schwankt der Adrenalinspiegel.

Und wenn es manchmal eng wird dann rücken die „Immerwährenden“ noch mal zusammen, um alles möglich zu



machen. Schließlich geht es um unseren Ruf.

Am Turniertag geht es dem Team wie den Sportlern selbst – wenn der Wettkampf begonnen hat kehrt innere Ruhe ein.

Wenn Sportler und Besucher sich für eine gelungene Cafeteria bedanken und allein schon deshalb die Fechtturniere in Solingen fest eingeplant haben, ist dies das schönste Geschenk. Diesen Erfolg verdanken wir dem unermüdlichen Einsatz unserer Organisatorinnen

Sabine Jahn und Katrin Seher, die seit dem ersten Fechtturnier die Strukturen der Cafeteria aufgebaut und ständig verbessert haben.

Im Namen aller FechterInnen und Eltern sagen wir an dieser Stelle laut DANKE !

Gerade haben sich die letzten Fechterinnen aus der Halle verabschiedet. Der Abbau beginnt und in den Köpfen von Sabine und Katrin läuft schon die Nachbereitung der Veranstaltung ab. Und am Ende steht wieder das Vorhaben ganz oben, die nächste Kantine mindestens genauso gut zu gestalten und der Wunsch, das sich die Helferlisten schon nach dem ersten Aufruf füllen.

Heike Schreiber



Ladies Special

Neben der Zirkuswoche und den Ferienfreizeiten gehört das Ladies-Special beim WMTV in den Sommerferien zum Programm.

Bereits zum fünften Mal fand wieder das „Ladies Special“ statt. An sechs Mittwochabenden zwischen 19.00 und 21.00 Uhr konnten die Damen in verschiedenen Angeboten im Gymnastikraum reinschnuppern, ohne sich direkt anmelden zu müssen. Um sich dadurch ein Bild von den Übungen und einem Angebot zu machen, sind diese Abende hervorragend geeignet. Dadurch konnten wir später neue Teilnehmerinnen in unserem Verein begrüßen oder Mitglieder in weiteren Gruppen sehen.

Das Angebot dieses Jahr reichte von Flexi-Bar, Qi Gong, Yoga, ein Strauß voller Entspannung, Pilates bis hin zum Abend mit den Brasils. Dies ist ein sehr neues kleines Fitnessgerät, welches in verschiedenen Bereichen wie Fitness, Reha, Prävention und Gymnastik eingesetzt werden kann.

Über 75 Teilnehmerinnen konnten wir in den Abenden begrüßen.

Ein Dankeschön geht an alle Übungsleiterinnen, die trotz der Sommerferien dieses Angebot durchgeführt haben.

Andreas Lukosch



Judo

Am 8. Oktober 2011 kämpfte der WMTV-Judoka Darius Tischner, der seit Januar diesen Jahres für den PSV Duisburg startet, im Rahmen eines international besetzten Einladungsturniers in Vigo (Spanien) innerhalb der Gewichtsklasse bis 81kg.

Erst im Finale des U16-Turniers, bis zu dem er sich in drei vorzeitig durch Ippon beendeten Kämpfen vorarbeitete, konnte er durch ein Mitglied des eigenen Kaders, den Leverkusener Gabriel Berg, gestoppt werden.



Am 22. und 23.10.2011 fanden in Bonn die „International Bonn Open“ statt, wo sonntags auch Darius Tischner bei den U16ern an den Start ging. In einem starken Feld musste er sich in der Gewichtsklasse bis 81kg gegen vier Gegner aus Deutschland und den Niederlanden behaupten.

Seinen ersten Kampf gewann der Fünfzehnjährige vorzeitig gegen Felix Packlin aus Hattingen mit Ippon. Im zweiten Kampf traf er anschließend auf den Niederländer Robin van Dinther, gegen den er über die volle Kampfzeit schließlich ebenfalls durch Ippon gewinnen konnte.

Bei beiden anschließenden Kämpfen gegen Kai Westphalen (Brühler TV) und Dominik Scepanski (Samurai Porz) verkürzte er die Kampfzeit erneut jeweils per Ippon und nahm so abschließend die Goldmedaille des DJB-Sichtungsturniers mit nach Hause.

So trug er mit seiner Silbermedaille zu der hervorragenden Bilanz der Auswahlmannschaft des Nordrhein-Westfälischen Judoverbandes beim Copa de Espana (männlich: 3x Gold, 1x Silber, 3xBronze, 1x Platz5; weiblich: 4x Gold, 3x Silber, 1x Bronze; siehe auch: www.nwJV.de/aktuell) maßgeblich bei.

Jutta Müller-Tischner



Zurzeit verweilt er noch bis Dienstag bei einem abschließenden Internationalen Trainingscamp, zu dem er vorab nominiert wurde.

Jutta Müller-Tischner

Das Jahr der Teutonen



Seit nun rund einem Jahr hat sich das Teutonic Lifting (TL) im WMTV als Sportangebot etabliert. Beim TL handelt es sich um ein von Dipl. Sportwissenschaftler Andreas Schmidt entwickeltes Trainingskonzept zum funktionellen Kraft- und Konditionstraining.

Seit September letzten Jahres trainieren rund ein dutzend Männer und Frauen im Alter von 20 bis über die 40 hinaus, zweimal die Woche in der WMTV-Halle mit Kettlebells, Seilen, Fässern, Hämmern, Reifen und vielem mehr um ihre Kraft, Ausdauer und Agilität in ihren Wettkampfsportarten zu verbessern. Aufgrund des ganzheitlichen Ansatzes des TL konnten in diesem Jahr Volleyballer, Kampfsportler, Turner, Triathleten und viele andere ihre durch das TL verbesserte physische und psychische Kondition nutzen, um einen Vorteil über ihre Gegner im Wettkampf zu

erlangen. Ebenso fanden Leute, die schon seit Jahren keinen Sport mehr getrieben hatten, im TL wieder Freude an der Bewegung. Und darüber hinaus eine wundervolle Möglichkeit die Leiden, wie z.B. schlechte Körperhaltung und schmerzende Gelenke, welche unser moderner Lebensstil mit sich bringt, zu kurieren.





Mit dem TL bietet der WMTV ein zeitgemäßes Trainingskonzept auf Basis neuester Sportwissenschaftlicher Erkenntnisse. Das hohe Maß an Aktualität und Bedarf nach einem solchen Trainingsangebot zeigt nicht zuletzt auch der Bericht des WDR-Fernsehens, welcher im September Live aus der WMTV-Halle gesendet wurde.



Diese Videoaufnahme ist auf unserer Homepage unter <http://www.wmtv.de/live/Sportabteilungen-Fitnesssport/fitness.aspx#TL> zu sehen. Hier findet ihr auch weitere Infos zum Training und den Zeiten.



An dieser Stelle möchten wir allen danken die im vergangen Jahr mit uns trainiert haben und zum Ausdruck bringen, wie stolz uns eure Fortschritte machen. Wir hoffen bald noch mehr Mitglieder beim erreichen ihrer sportlichen Ambitionen und streben nach einem gesünderen und fitteren Lebensstil unterstützen zu dürfen. Wir sehen uns beim Training und bis dahin

keep lifting – be strong

Tuan Nguyen & Sven Bäcker



Mannschaftswettkampf



Es war mal wieder früh an diesem Sonntag, den 09.10.2011, und das Wetter war auch trüb und kalt. Grund genug in der Halle Vogelsang erst mal kräftig das Heizgebläse anzuwerfen, damit die Turnerinnen in ihren knappen Anzügen nicht allzu sehr frieren würden. Irgendwo ist es bei jedem Wettkampf das Gleiche:

man turnt sich ein,
man zeigt seine Übung vor dem
Kampfgericht,
man bekommt eine Wertung und
zieht weiter ans nächste Gerät

Doch bei diesem Wettkampf heißt es **WIR!** Die Turnerinnen scheinen immer hoch motiviert, denn sie kämpfen nicht für sich alleine, sondern für die Mannschaft.

Diesmal konnten wir zwei Mannschaften bilden. Da fängt meistens schon

der Wettkampf an, aber für uns Trainer. Eine Mannschaft darf aus minimal 3 und maximal 6 Turnerinnen bestehen, die alle in etwa dieselbe Altersklasse haben müssen. An jedem Gerät dürfen aber maximal immer nur 4 Turnerinnen turnen. Die schlechteste Wertung ist dann die Streichnote.

Das immer alles „gerecht“ unter einen Hut zu bekommen, ist nicht ganz einfach.

Die Mannschaft im Jahrgang 2003-2000 mit

Sophie Goerß, Luca Wunschelmeier, Parthena Christiaki, Katharina Knott und Nina Reitz erturnten sich den 4. Platz.

Ein bisschen mehr Spannung und es reicht das nächste Mal für einen Treppchenplatz. Ihr habt toll gekämpft!

Ein bisschen mehr Körperspannung hatte da wohl die Mannschaft Jahrgang 2003-1996.

Victoria Pilz, Lina Seibert, Annelie Hunold, Yasmin Baum, Annik Christiaki und Denise Hosse erturnten sich den 2. Platz und haben sich damit für den nächsten Wettkampf in Wermelskirchen am 16.10.2011 qualifiziert.

Super!

Jessica Breidenbach

Starker Auftritt bei der Verbandsgruppenqualifikation

Nach der erreichten Qualifikation beim Mannschaftswettkampf am 09.10.2011 im eigenen Verband, durfte unsere Mannschaft am 16.10.2011 bei der Verbandsgruppenqualifikation in Wermelskirchen starten. Hier mussten sich unsere Mädchen einer noch stärkeren Konkurrenz stellen. Auch wenn nach den Jahren zumindest die favori-

siert starten Teams anderer Verbände, wie Mettman-Sport oder TV Ratingen bekannt sind, ist eine Einschätzung, wie man nun im Gesamtergebnis abschneidet, immer schwer und damit absolut spannend. So werden vor der Siegerehrung von Eltern, Trainern und Turnerinnen erste Prognosen aufgestellt und Wetten abgeschlossen, wel

chen Platz unsere Mannschaft nun erreicht, denn schließlich geht es um ein Ticket zum Landesfinale des RTB. Auch bei diesem Wettkampf qualifizieren sich die beiden erstplatzierten Teams für die letzte Runde dieses Wettkampfes - das Landesfinale.

Trotz einer kranken Denise Hosse und dem Ausfall unserer Turnerin Yasmin Baum konnten wir mit starken Leistungen glänzen und die Geräte mit hohen Punktzahlen verlassen. In Anbetracht der ebenfalls überragenden Leistungen anderer Turnerinnen hatten wir zwar mit einer guten Platzierung - nicht aber mit einem Qualifikationsplatz gerechnet. Nur Annik Christaki hat's gewusst: "Ich hatte es einfach im Gefühl" erzählt sie stolz. Somit dürfen wir als zweitplatziertes Team im Jahrgang 1996 und jünger am



04. Dezember beim Landesfinale in Spich starten. Mal sehen, was uns dort für Überraschungen erwarten.

Christina Biermann

<http://www.wmtv.de>

unsere Homepage gibt Auskunft über alles, was man vom
Wald-Merscheider Turnverein 1861 e.V.
wissen will.

**Hellas Star**

We love Greece!

Griechenland für Individualurlauber:

Private Ferienhäuser, Ferienvillen mit Pool, Ferienwohnungen,
Hotels und Pensionen, Mietwagen, Flug- und Fährticketservice

Besuchen Sie uns im Internet unter

www.hellas-star.com

Hellas Star Touristik KG Ittetalstr. 7 42719 Solingen Tel. 0212-5995909 Mail: info@hellas-star.com

Integratives Kinderturnen

In der Zeit der Debatte um Integration und Inklusion ist erfreulicherweise ein Ausbau der integrativen Kindertagesstätten und des gemeinsamen Unterrichts an den Grundschulen zu beobachten. Verwunderlich ist es jedoch, dass die meisten Sportvereine gar keine oder nur sehr wenige Gruppen für den gemeinsamen Sport von behinderten sowie entwicklungsverzögerten und nichtbehinderten Kindern anbieten. Um die Teilhabe der entsprechenden Kinder zu stärken und ein Stück weit Normalität für sie und ihre Familien zu bieten, wurden dieses Jahr die Kinderturngruppen des WMTV zu einem integrativen Angebot erweitert.

Gerade das klassische Kinderturnen bietet für Kinder, egal mit welchen Fähigkeiten- und Fertigkeiten, die Gelegenheit, gemeinsam Sport zu treiben. Am Prinzip des Turnens am Boden, Kasten, Stufenbarren, an den Sprossenwänden usw. muss gar nicht viel geändert werden. Aufgrund der vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten kann die motorische Entwicklung, aber auch die soziale Kompetenz bei jedem Kind gefördert werden. Jeder kann an den unterschiedlichen Geräten, Stationen und im Spiel nach seinen Möglichkeiten und mit Unterstützung der Helfer mitmachen. Es können Grenzen ausgetestet und erweitert werden. In der Gruppe, aber auch ganz für sich, werden Erfahrungen gesammelt, die die Kinder stolz machen und ihr Selbstbewusstsein stärken. Den eigenen Körper kennenzulernen, zu erfahren, was man mit ihm alles machen kann und dabei neue Freunde zu finden, bereitet jedem Kind Spaß. Beim gemeinsamen Turnen kann gegenseitige Unterstützung gegeben werden, das aufeinander Zugehen und der Gruppenzusammenhalt gestärkt werden.

Für die Helfer des Kinderturnens und die Eltern ist es sehr schön zu sehen, welches Potenzial in den Kindern steckt und mit wie viel Stolz sie davon berichten können.

Seit den Sommerferien wachsen die Gruppen stetig und es kommen immer mehr Eltern auf uns zu, die große Dankbarkeit gegenüber einem solchen Angebot äußern. Für sie bedeutet auch die Teilnahme des Kindes am integrativen Sport einen wertvollen Schritt in die Normalität, in der Kinder mit unterschiedlichen Eigenschaften gemeinsam leben und lernen können.

Wir freuen uns ebenso über die positiven Rückmeldungen auch der Eltern, deren Kinder schon seit vielen Jahren an unseren Gruppen teilnehmen.

Im Moment wird fleißig geübt für unsere Weihnachtsfeier am 19.12.2011, zu der alle Eltern, Verwandte und Freunde herzlich eingeladen sind. Bei Kakao, Kaffee und Plätzchen möchten die Kinder euch ihre Künste präsentieren!!

Wir danken allen Eltern und Kindern für das Vertrauen. Es macht uns immer wieder eine Freude mit euch zusammenzuarbeiten!!

Das Mittwochs-Team:
Susanne, Juliane, Gabi, Alex und Loraine

Bewegt leben - mit Demenz

In Solingen bietet der „Verbund - Demenz & Bewegung für Solingen“ Sportangebote für Demenzerkrankte und Angehörige an. Der Anteil älterer Menschen in unserer Gesellschaft nimmt zu. Wir, die Verbundpartner Demenz und Bewegung wollen gezielt mit Sportangeboten einmal die Angehörigen ansprechen, als Anlaufstelle und mit ihnen Gespräche oder auch Bewegung durchzuführen, andererseits wollen wir die betroffenen Menschen an Demenz oder Alzheimer mit Bewegung ansprechen. Wir wollen das allgemeine Wohlbefinden, den Herz-Kreislauf-Bereich ansprechen, das Gleichgewichtstraining schulen, um die Dinge des alltäglichen Lebens (ADL) weiter zu ermöglichen.

Fachleute aus Sport, Medizin, Soziales und Pflege haben sich hier optimalerweise zusammengeschlossen.

Zu den Verbundpartnern gehört der Solinger Sportbund, der Wald-Merscheider Turnverein, der TSV Aufderhöhe, der gemeinnützige Hauspflegeverein Solingen e.V. und das Demenz-Servicezentrum Bergisch-Land.

Die ersten Pilotprojekte fanden bereits statt.

„Fit und bewegt“ fand 5 x donnerstags vom 13.10.11 bis einschl. 10.11.2011 von 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr in der WMTV-Turnhalle statt.

Weiter gab es das Projekt „Lot jonn“ Spaziergänge in der Ohligser Heide 3 x montags von 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr vom 10.10. bis 24.10.11. Für beide Projekte stand ein Fahrdienst bereit.

Bei den Bergischen Demenztagen vom 21.9 bis 23.9.11 war der Verbund - Demenz und Bewegung das erste Mal aktiv. Nordic-Walking als Einführung und Gymnastik - Kräftigung und Balance wurden erfolgreich durchgeführt. Übungsleiterinnen des WMTV übernahmen auf den langen Fluren der Ev. Altenhilfe in Solingen Wald die Einführung in die Grundlagen des Nordic-Walking. Zusammen mit einer Übungsleiterin vom TSV Aufderhöhe wurde dann in einer lustigen geselligen Runde Gymnastik und Gedächtnistraining durchgeführt. Vorgestellt wurde u. a. das kleine neue Sportgerät „Brasils“ mit dem alle viel Spaß hatten. Zusammen mit dem Stadtdienst Soziales und Pflegeberatung, der Selbsthilfegruppe „Demenz“, dem Chefarzt Neurologie der St. Lukas Klinik Dr. Leopold und der Ev. Altenhilfe Wald konnte ein breites Angebot für viele Interessenten geboten werden.

Ein dauerhaftes Angebot für Menschen mit Demenz und Angehörige findet beim WMTV donnerstags von 10.00 bis 11.00 Uhr in der WMTV-Turnhalle statt. Ansprechpartner für diesen Bereich ist Andreas Lukosch in der Stunde oder unter 0177-5843012.

Andreas Lukosch



EINFACH FÜR SIE DA

Die SWS unterstützt das gesellschaftliche Engagement des WMTV

Unser Partner für Kinder und Jugendliche



Stadtwerke Solingen GmbH
Beethovenstraße 210
42655 Solingen

Telefon 0212 / 295-0
Telefax 0212 / 295-1414
E-Mail info@sws-solingen.de
www.sws-solingen.de

Mit Energie und Engagement.

So fördern wir Sportvereine in Solingen.
Was dabei herauskommt? Ein aktiver
Freizeitspaß, bei dem jeder als Sieger
nach Hause geht. **SWS. Einfach für Sie da.**

Wir stellen vor

Aus unserer Vorstellungreihe "Übungsleiter des WMTV" stellen wir hier weitere Mitarbeiter vor.

Andreas Lukosch



Name: Lauritz Rodig
Alter: 24 Jahre
Familienstand: ledig
Beruf: Entwicklungsingenieur
Übungsleiter für: Abteilungsleiter Rugby
Ausbildung: Diplom Wirtschaftsingenieur
Liebingsessen: Fleisch vom Grill
Liebingsgetränk: Hopfenkaltschale
Lieblingfilm: Slumdog Millionaire
Liebingsmusik: House
Hobbys: Rugby, Motorradfahren, Motorsport
Ziele im Sport: Spaß haben
Lieblingsspruch: Trainer:"Lauri, 15 Liegestütze"
Deine Stärken: Liegestütze
Deine Schwächen: Ausdauer



Name: Adrian Schwenzfeier
Alter: 18 Jahre
Familienstand: ledig
Beruf: Schüler
Übungsleiter für: KungFu
Ausbildung: Übungsleiter C
Liebingsessen: Gulasch
Liebingsgetränk: kein besonderes
Lieblingfilm: 96 Hours
Liebingsmusik: Electro, Hardstyle
Hobbys: Sport, Freundin, Freunde treffen
Ziele im Sport: Grenzen erfahren, Körper unter Kontrolle halten
Lieblingsspruch: keinen
Deine Stärken: Geduld, Spaß vermitteln, optimistisch, verlässlich
Deine Schwächen Eitel

Fortbildung Brasils

Samstag, den 8.10.11, trafen sich 10 Übungsleiter, um an der Fortbildung „Brasils“ teilzunehmen. Nach der Begrüßung durch Andreas folgten einige theoretische Hinweise zum Produkt und Anwendung. Danach konnten alle Übungsleiter in einem Workout in 45 Minuten die ersten Erfahrungen mit dem Brasil – auch kleine Gurke genannt – sammeln. Schön war anzusehen, dass auch Übungsleiter sich mal nach einer Pause sehnten und nicht immer nur die Teilnehmer. Gabi Bündenbender heizte nach einem Aufwärmtraining mit vielen verschiedenen Übungen im Stehen und im Liegen richtig ein. Alle merkten was sie getan hatten. Nach 1 ½ Stunden war dieser Einführungslehrgang durch Gabi und Andreas dann fertig und die Übungsleiter auch.

Das Brasil ist ein neues kleines Fitness-Gerät, sieht aus wie ein plattgedrückter Igelball zu einer kleinen Gurke. Das Brasil gibt es seit etwas

mehr als einem Jahr auf dem Markt und gibt es immer als Paar. 270 Gramm schwer und mit Sand und Blei gefüllt. Deshalb entsteht ein Nachschubeffekt wie z. B. beim Fleixbar- oder Schwingstab. Dadurch wird die Tiefenmuskulatur trainiert und geformt. Einzusetzen ist das Brasil in fast allen Bereichen, von der Reha, Gesundheit über Gymnastik, Tanz, Fitness, Kampfsport aber auch bei Mannschaftsportarten.

Der WMTV hat sich 2 Sätze angeschafft und unsere Übungsleiter können nun ihr Einsatzgebiet durch diese kleinen „Gurken“ sinnvoll erweitern. Die Ausgabe wird über die Geschäftsstelle bzw. Andreas organisiert. Unter „Brasils“ gibt es im Internet und auf You-Tube genügend Infos und Videos. Viel Spaß damit.

Danke an Gabi für die Idee und den Lehrgang.

Andreas Luksoch



Shiatsu-Einführungslehrgang am 03.10.11

Wenn ein einfacher Fingerdruck (shi = Finger, atsu= Druck) Arbeit werden kann!

Nach den hausgemachten Feiertagen, die es in diesem Jahr für den WMTV gab, nutzten 12 Interessierte den echten Feiertag Anfang Oktober um einen kleinen Einblick in die große, beinahe geheimnisvolle, Welt des Shiatsu zu bekommen. Unter der fachlichen Anleitung von Marion Falke lernten wir in Partnerarbeit einfache Massage-techniken.

Sie hatte schon zu unserem Gesundheitstag im April im Rahmen der 150-Jahr-Feier ein Schnuppern ermöglicht. Die gelernte Heilpraktikerin bot damals auf der Bühne der WMTV-Halle kurze Schnuppermassagen an.

In der Gymnastikhalle entstanden aus Turn-, Gymnastik- und Yogamatten sechs große Mattenlager, die uns als unsere Massageplätze dienten.



In den sechs Stunden, die wir an diesem Tag in der Halle verbrachten, gab es einen bunten Mix aus Theorie und Praxis. Das „Ausprobieren“ und „Kennenlernen der Technik“ stand im Vordergrund.

Zu Beginn gab es zur Auflockerung ein paar einfache Übungen im Stand. Dabei klopfen wir uns mit den eigenen Händen Yin und Yang (innen und außen) am Körper wach. Mit einfachen Worten erklärte uns Frau Falke danach die ers-

ten Griffe. Mit dem sogenannten Präshiatsu gelingt ein guter Einstieg und beide Partner erhalten ein Gefühl, für das, was sie wohl erwartet.



Die Übungen dienen zum Ankommen. Dass so ein Ankommen lange dauern und durchaus auch sehr anstrengend sein kann, merkten alle Teilnehmerinnen in den ersten 2 ½ Stunden. Denn so lange dauerten die ersten Übungen. Das Ausprobieren und Erlernen der Technik brachte uns alle ins Schwitzen und am Ende des Lehrganges waren alle überrascht, wie anstrengend die Ausführung der Shiatsu-Massage ist.

Zu dieser Einführung bei der der Partner auf dem Bauch lag, gab es noch ein paar Übungen in der Rückenlage. Interessant bei der Arbeit ist sicher die Tatsache, dass man als Ausführender der Druckmassage auch auf die eigene, rückengerechte Haltung achtet und bei einigen Bewegungen auch für die eigene Dehnung arbeitet.

Abgerundet wurde der Tag noch mit einfachen Akkupressurpunkten, die Mann/Frau auch an sich selber ausprobieren kann.

Gabi Būdenbender

Bastelfrauen des WMTV im Jubiläumsjahr

Es gab viele, viele Gelegenheiten, den 150. Geburtstag des WMTV zu feiern. Und oft wurden wir Bastelfrauen eingeladen, um mit unseren Bastel-, Näh- und Strickarbeiten an den Feiern teilzunehmen. Hier nun ein erstes Resümee des zu Ende gehenden Jahres:

Im April gab es den Fitness- und Gesundheitstag und wir hatten eine wunderschöne, riesige Verkaufstheke, wo wir wirklich alles gut präsentieren konnten. Am Ende des Tages hatten wir 368,- Euro in der Kasse und waren sehr zufrieden. Dazu bekamen wir noch 100,- Euro von der Marien-Apotheke, die an diesem Tag gegen eine geringe Gebühr Blutzucker und Blutdruck gemessen hatte und dieses Geld uns spendete für die Kinderkrebsklinik. Ein rundum schöner und erfolgreicher Tag.

Am 15. Mai folgte dann der Sternlauf ins Walder Stadion. Hier hatten wir nur ein begrenztes Angebot. Weil erstens das Wetter nicht sehr gnädig war und all unsere Sachen sehr wasserempfindlich sind. Zum 2. war auch das Platzangebot im Eingangsbereich des Stadions nicht sehr groß. Aber trotz des kleinen Angebotes und der relativ kurzen Zeit am Nachmittag klingelten am Abend 294,- Euro in der Kasse, juchhu!

Vorläufiger Höhepunkt der Verkaufsaktionen im Jubiläumsjahr war am 17. September das Familienfest im Walder Rundling. Das Wetter zeigte sich recht freundlich, wenn auch schon herbstlich kühl. Dank eines schönen Pavillons (Leihgabe von Hans Ulbrich) fühlten wir und unsere Bastelarbeiten uns rundum wohl. Zumal Kaffee, Kuchen, Würstchen und Bier direkt gegenüber angeboten wurden! Dies gefiel offensichtlich auch Anderen, wir hatten gut zu tun, trafen jede Menge Bekannte, hatten viele interessante Gespräche und am Abend 516,- Euro in der Kasse! So haben wir einen wunderbaren Grundstock für die Spende Kinderkrebsklinik 2011.

Wer wissen möchte, wann wir wieder verkaufen:

Am 17.-20. November haben wir wieder einen Stand auf dem Wintermarkt der Lebenshilfe in der Ohligser Heide.

Am 26./27. November werden wir erstmals beim Adventsfest des DRK auf der Burgstraße vertreten sein.

Wir freuen uns auf euren Besuch!

Helga Kief, Maria Noje-Knollmann,
Bruni Schlieker

Tagestour mit Dagmar zur Haarmühle

Sonntag den 14. August 2011 starteten wir pünktlich um 8.00 Uhr zu unserer jährlichen Tagestour, die wieder von unserer Übungsleiterin Dagmar organisiert wurde.

Das Ziel war dieses Mal die Haarmühle bei Ahaus-Alstätte. Leider meinte es der Wettergott nicht gut mit uns. Er ließ es regnen ohne Ende.

Aber das kann uns Frauen ja nicht er-

gen, bevor der nette sympathische junge Käsebauer uns die Kunst des Käse herstellen erklärte. Hier haben wir unter viel Gelächter gelernt warum die Holländer so viel Kaffee trinken. Nach jedem neuen Arbeitsgang hat man wieder Zeit um eine Tasse Kaffee zu trinken, was wir natürlich nicht glaubten. Nach dieser recht unterhaltsamen Information gegeben und man konnte



alle Teilnehmer vor der Haarmühle

schüttern, bei reichlich Sekt und guter Laune verging die Fahrt wie im Fluge. Nach ca. 2 Std. hatten wir unser Ziel erreicht.

Dort erwartete uns schon ein fürstliches Frühstücksbuffet, mit allem was das Herz begehrt. Nachdem wir uns gut gestärkt hatten, kam gegen 12.15 Uhr unser Planwagen, gezogen von zwei Pferden.

Unsere Stimmung war trotz Regen sehr gut. Es wurde viel gesungen, gelacht und natürlich auch etwas getrunken. Nach ca. 1 Std. Fahrtzeit erreichten wir eine kleine Bauernkäserei. Dort wurden wir mit einem Stückchen Käse empfan-

gen, bevor der nette sympathische junge Käsebauer uns die Kunst des Käse erwerben.

Weiter ging dann unsere Planwagenfahrt zu einem großen Supermarkt. Dort hatten wir ca. 2 ½ Std. Aufenthalt, und wer wollte konnte reichlich einkaufen. Im dazugehörigen Restaurant wo ein holländischer Alleinunterhalter sehr schön sang und die Gäste unterhielt, ließen wir uns häuslich nieder und schmetterten gut gelaunt die Melodien mit. Die dort außer uns anwesenden Gäste hatten sichtlich viel Spaß an unserer guten Stimmung und trällerten teilweise mit.

Gegen 17.00 Uhr gingen wir dann zu unserem Bus, der uns dann wieder zurück zu unserem Restaurant Haarmühle fuhr. In der Scheune erwartete man uns schon zum Abendessen.

Leider konnten wir wegen des unbeständigen Wetters nicht draußen sitzen. Abermals wurden wir reichlich verwöhnt mit diversen Salaten, Krustenbraten, Lammfleisch, Kotelett, Geflügel und Gemüsespießen und diversen anderen schmackhaften Leckereien.

Gegen 18.00 Uhr hörte der Regen auf und so konnten wir uns noch etwas die Füße vertreten und die Umgebung erkunden, bevor es wieder gegen 19.00 Uhr hieß, ab nach Hause.

Während der Rückfahrt verwöhnten uns Dagmar und Heidi mit ein paar lustigen Vorträgen. Die Gewitter-Oma und als Neuheit Bodo Bach sorgten ebenfalls für Gelächter. Mit flotter Musik ließen wir den Tag mit vielen schönen neuen Eindrücken frohgelaunt ausklingen.

Ich möchte mich im Namen aller Turnerinnen bei Dagmar recht herzlich bedanken für ihre Mühe und Organisation und wir hoffen, dass es nicht die letzte Tour war.

Elke Trossert

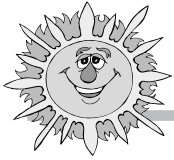
1000x1000 Euro

Zum dritten Mal in Folge hatten wir uns bei der Aktion 1000 x 1000 Euro vom Landessportbund NRW erfolgreich beworben.

Voraussetzung dieses Jahr war die Zusammenarbeit bzw. Kooperation eines Sportvereins mit einer Schule, um so das Angebot für die Kindergruppen in der Nachmittagsbetreuung zu verbessern.

Wir können durch den Erlös der Teilnahme Material für die Dienstagsstunde der Nachmittagsbetreuung in der Grundschule Rosenkamp, die durch den WMTV betreut wird, einsetzen. Spezielle Gegenstände wie ein Gleitbrett, 2 Tauteller, ein Schaukelbrett oder Geräte für die Gleichgewichtsschulung können somit angeschafft werden.

Andreas Lukosch



Mit der Sonne nach Winnigen

„Rumdibumm, mehr als die Hälfte ist schon um.... das ging aber schnell, das ging aber schnell!“ dieser etwas abgewandelte Text aus einem Schlager passte zur Situation: Fast $\frac{3}{4}$ des Jahres waren den Boule-Leuten schon davon geeilt und die Jahresfahrt war noch nicht gemacht worden! Zur Wahl standen Schlauchbootfahrt auf der Niers, wie im Jahr davor, Rüdesheim am Rhein oder Winnigen an der Mosel. Das Erste wurde nicht von allen mit Begeisterung aufgenommen, man kann ein schönes Erlebnis schwer wiederholen, das Zweite war einigen zu weit und so blieb Winnigen übrig.

Winnigen, ein Markt-Flecken, an dessen Stelle man lt. historischem Wegweiser schon 1800 vor Christus gesiedelt haben soll, besitzt die von Alois Rux

1960 gepflanzte Freundschaftseiche des WTV und des WMTV. Dies Bäumchen wäre heuer fast dem Straßenbau zum Opfer gefallen, wurde dann aber vom Stadtrat in letzter Minute verschont.

Wohlan denn: Am 10. September um 08.00 Uhr des Samstagmorgens trafen sich 15 Boulisten zur Fahrt in die Weinberge am Solinger Hbf. Pünktlich! Jawohl! Pünktlich um 08.15 Uhr setzte sich der Zug in Richtung Köln in Bewegung wo um 08.56 Uhr der Zug nach dem Koblenzer Hbf die Gruppe mitnehmen sollte. Das klappte ebenso gut und die ersten Erfrischungssektchen wurden ihrem natürlichen Zweck zugeführt. Prost!

Ankunft in Koblenz um 10.31 Uhr und schon 9 Minuten später rollten die Rä-



der Winningen entgegen, wo wiederum 9 Minuten später das Ziel erreicht wurde.

Das Moseltal machte ihrem Namen als Sonnengegend alle Ehre: Der Gruppe wurde ein herrlicher Herbsttag in Aussicht gestellt.

11.00 Uhr war die Begrüßung in der Touristinfo, wo die Bezahlung eines Komplettangebotes mit Bootsfahrt und Mittagessen sowie eine Weinprobe mit fünf verschiedenen Weinen, ein Wein hätte ja auch keinen Sinn ergeben, erledigt wurde. Der gute Infomann erinnerte sich auch an die früheren Freundschaften der beiden Vereine, gab noch einige Ratschläge zum Besten und entließ sie dann in das sonnendurchflutete Weinhexendorf.

Zur guten, alten Mittagszeit, 12.00 Uhr, wurde im Restaurant „Hexenstube“ unter blauem Himmel das Mittagessen eingenommen und danach hatte man bis 14.00 Uhr Zeit und Muße, sich etwas umzusehen und die Beine zu vertreten, weil dann die MS-WINDIGA mit ihnen die Mosel rauf und runter schippern sollte. Als nämlich die Solinger und eine Mädchengruppe, eigentlich junge Damen mit Fahrrädern aus Holland oder der Schweiz, sich an der Anlegestelle versammelt hatten, war alles da, bis auf das Schiff! Eine Tafel am Ufer informierte über die Fahrten Mo - Fr 15.00 Uhr. Aber es war Samstag 14.00 Uhr!?! Alles kehrt marsch zurück zum Rathaus: Geschlossen! Weiter zum Touristbüro: Keiner da! Auch die jungen Damen hatten das Komplettangebot gebucht und so trafen sich beide Gruppen immer wieder erfolglos an den genannten Orten.

Neben der „Hexenstube“ befand sich das Lokal „Pfeifenhannes“, in dem dann ein Weinchen geschlürft und die weitere Vorgehensweise beratschlagt wurde.

Die Organisatorin erfuhr zwischenzeitlich, dass die Weinprobe vorverlegt werden konnte und so begab man sich in die Weinberge, durchmaß den Ort fast der Länge nach und erreichte den Winzerhof „Am hohen Rain“ der Winzer-

familie Kröber. Die gepflegten Rebstöcke am Rande des Weges dorthin hingen voll grügelber Riesling- und fast schwarzer Dornfelder Trauben in der Septembersonne und versprachen eine genussvolle Weinprobe.

Niemand wunderte sich darüber, dass die uns bekannten jungen Damen, hübsch waren sie auch noch, schon da waren – sie hatten ja Fahrräder!

Das Ehepaar Kröber bewirtete seine Gäste mit Weißbrot und den besagten Weinproben – wirklich Proben – in einem angenehm kühlen Raum in ihrem Hause und löste zwischendurch teils heftige Diskussionen ob der Qualität des Weines aus: 15 Teilnehmer = 32 Meinungen!

„Der sagt mir gar nichts!“, „Mmmm, etwas sehr herb!“, „Doch – den kann man trinken! Ist da noch Brot?“, „Mhmmnaja – doch, doch!“, „Schlürrfff – hust, hust, hust!“

Etliche Bestellungen wurden dann doch vorgenommen bevor es zur Rückfahrt Zeit wurde.

Diese verlief dann in umgekehrter Reihenfolge erfolgreich und die Gruppe blieb bis zur Busfahrt zusammen: Ein Teil fuhr direkt nach Hause, so wird angenommen, und ein Teil beschloss, noch bei Al Bundy den Abend bis ca. 22.30 Uhr ausklingen zu lassen.

Die Schiffstour auf der Mosel wurde dann aber doch noch abgerechnet: Die gute Schiffsbetreiberin der MS WINDIGA soll keine Bestellungen erhalten haben! Sie fuhr von einem anderen Ort! Die beiden Gruppen waren ihr wohl zu klein! Die 8,00 €/Person wurden mit vielen Entschuldigungen seitens der Touristinfo in Winningen schnell zurück überwiesen!

Ach, ja, unsrer Ursel noch vielen Dank für ihre Mühen und Bemühungen mit der Organisation. Wie sie das mit dem Wetter hingekriegt hat – einfach toll!

Egmont Holtz

14. World Gymnaestrada Lausanne 2011



Lausanne lud ein zur 14. Gymnaestrada und ca. 20.000 aktive Teilnehmer aus 54 Ländern, etwa genau so viele Zuschauer und 7 WMTV-Frauen folgten der Einladung.

Wenn man nun die Woche Gymnaestrada beschreiben soll, beginnt das Problem. Man brauchte schon locker alle Seiten der VZ, um umfassend zu berichten. Versuche ich also eine Kurzfassung:

Was begeisterte uns mehr? Die farbenfrohe Eröffnungsfeier mit Alphornbläsern auf dem Stadiondach? Oder die Flieger des Schweizer Heeres, die in versch. Formationen über uns hinweg flogen? Oder die täglichen Vorführungen in sieben Hallen? Wir sahen poetische, märchenhafte Darbietungen, atemberaubende Akrobatik, exakte, kunstvolle Choreografien. Oder waren doch die Großraumvorführungen im Stadion schöner? Gruppen in der Stärke von 66 Teilnehmern über 278, 419, 562 bis hin zu 637 Teilnehmern bildeten auf dem Stadiongrün wunderschöne farbige Bilder in – meistens- perfektem Gleichklang! In 16 Gruppen sahen wir 5091 Gymnasten!

Oder war doch die FIG-Gala das Größte? Geschichten zum Träumen wurden in Bewegung gebracht, ebenso Vertikal-Tücher in schwindelerregender Höhe. Und zum Schluss tobte die Halle in bunter Vielfalt zu südamerikanischen Samba- und Rumba- Klängen. Niemanden hielt es da mehr auf den Sitzen.

Und dann gab es noch die farbenprächtige Schlussfeier. Man kennt es von Olympischen Spielen. Alle Spannung der vergangenen Tage fällt von den Teilnehmern ab, man ist nur noch froh und heiter und hat viele neue Menschen aus aller Welt kennengelernt. Die ganze Welt auf einem einzigen Stadionrund zusammengefasst – das ist Gymnaestrada!

Aber es gab auch einiges abseits der Gymnaestrada zu sehen. Natürlich wollten wir auch ein bisschen von Lausanne kennenlernen. Die Stadt, für uns alle überraschend, ist nicht nur zauberhaft am Genfer See gelegen, sondern auch sehr hügelig angelegt. Wir fühlten uns oft an Wuppertal erinnert. Solingen kam uns im Gegensatz eher flach gelegen vor. Natürlich gehörte auch ein Besuch im Olympischen Museum zu unserem Programm. Allein hierfür bräuchte man



eigentlich einen ganzen Tag – aber so viel Zeit hatten wir ja leider nicht. Und einmal Tretboot fahren, Seele baumeln lassen, die wunderschönen Häuser am Seeufer vom Wasser aus betrachten – Herz, was willst du mehr?

Einen Tag in der Gym –Woche verließen wir Lausanne. Mit dem Schiff fuhren wir auf kurzem Weg hinüber nach Evian / Frankreich und bummelten ein wenig

durch das hübsche Städtchen. Unser Bus holte uns dann dort ab und so kamen wir zu einer (halben) Rundreise um den See, mit Aufenthalt in Montreux. Hier war an diesem Tag Jazzfestival und leider das schöne See-Ufer mit -gefühlten-hundertern Buden zugestellt, wo man all das kaufen konnte, was kein Mensch braucht. Wie war es dann schön, wieder zurück in Lausanne zu sein.



Nun ist die 14. World-Gymnaestrada schon Geschichte, vier Jahre hatten wir uns gefreut – und viel zu schnell war die Woche verfliegen. Aber nun sparen wir weiter! 2015 sehen wir uns, so wir alle gesund bleiben, in Helsinki / Finnland!!!

Helga Kief

WMTV Solingen 1861 e.V.

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

ab 11.01.2012

Taekwondo

Selbst-



Verteidigung

für coole Kids ab 6 – 12 Jahre

Gemeinsam lernen wir:

- wie man Streit vermeiden kann
- wie man richtig hinfällt ohne sich wehzutun
- wie man sich gegen Stärkere und Größere wehren kann
- wie man sich konzentriert
- wie man Selbstbewusstsein entwickelt
- wie man Spaß am Kampfsport haben kann

Wann ?

ab Mittwoch 11.01.2012

Uhrzeit:

16.30 – 18.00 Uhr

Ort:

Turnhalle Rosenkamp

Zusatzgebühr:

5,00 Euro/ Monat – für Mitglieder

Leitung:

Marco Bick

Was braucht Ihr?

Vor allen Dingen gute Laune. Und sonst das Übliche: Normale Sportbekleidung (für den Anfang), Hallenschuhe, Getränk(e)
Schaut einfach mal vorbei und macht mit, es wird euch bestimmt Spaß machen!

WMTV Solingen 1861 e.V.

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



für Frühaufsteher

für Anfänger und Fortgeschrittene

Ob jung oder alt, ob Anfänger oder Fortgeschrittene, alle können diesen Kurs besuchen. Sie erlernen die Grundlagen des Tai-Chi in Theorie und Praxis. Ebenso werden Sie einige Übungen aus dem Qigong kennenlernen. Die sanften, runden und harmonischen Bewegungen dienen als Gesundheitsvorbeugung und aktive Entspannung.

Bequeme Kleidung, Hallenturnschuhe und etwas zum Trinken mitbringen. Viel Spaß bei der chinesischen Kunst „TAI-CHI“.

NEU..... ab 12.01.12 NEU

Termine: donnerstags
ab 12.01. – 15.03.2012 (= 10 UE)

Uhrzeit: 8.00 – 9.00 Uhr

Ort: WMTV Gymnastikhalle

Kosten: 10,00 € - für Mitglieder
50,00 € - für Nichtmitglieder

Leitung: Andreas Lukosch

10.10.11

WMTV Solingen 1861 e.V.

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

... Neu ...

sport bei oder nach Krebs

Wieder beschwingt und mit Freude durch das Leben gehen

Wir wollen Ihnen dabei helfen indem wir:

- Selbstvertrauen aufbauen
- den eigenen Körper wieder wahrzunehmen
- Ängste abzubauen
und wieder selbst aktiv zu werden

Das wollen wir schaffen indem wir:

- die Beweglichkeit fördern möchten
- die Muskulatur aufbauen möchten
- und das Herz- Kreislaufsystem anregen möchten

Termine: ab 18.01. – 21.03.2012 (10 UE)

mittwochs: 16.00 – 17.00 Uhr

Wo? WMTV Gymnastikhalle

Kosten: Mit ärztlicher Verordnung fallen keine Kosten an
5,00 € /je UE- für Nichtmitglieder
1,00 € / je UE - für WMTV Mitglieder

Leitung: Jessica Breidenbach

19.10.11

Neu

**Anmeldung: bis 11.01.2012
in der Geschäftsstelle – oder unter Telefon: 01577 25 646 85**

WMTV Solingen 1861 e.V.

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



Für Alle, die ihre Fitness verbessern wollen

Wann? montags
ab 09.01. – 19.03.2012 (10 UE)

Uhrzeit: 20.00 – 21.00 Uhr

W o ?? **WMTV – Gymnastikhalle**

Anmeldung: in der Übungsstunde
Leitung: Gabi Büdenbender

Kosten: 1,00 €/ pro UE – für Mitglieder
5,00 €/ pro UE – für Nichtmitglieder

In dieser Stunde gibt es eine bunte Palette an Möglichkeiten, um sich fit zu halten. Dazu nutzen wir kleine Hanteln, Flexibar, Stepper, Gymnastikbälle und anere kleine Sportgeräte, die in einer bunten Mischung mit Gymnastik, Aerobic, Zirkeltraining und Work-out für Abwechslung sorgen.

Wer sich fit halten möchte braucht auch Entspannung, so wird jede Stunde abgerundet mit Massagen oder anderen Entspannungstechniken.

WMTV Solingen 1861 e.V.

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

Hobby Fußball

für Mädchen und Jungen



von 8 bis 12 Jahre

Neu ... ab 16.01.2012 ... Neu

Wann ? montags
16.00 bis 17.00 Uhr

Wo ? Turnhalle Gottlieb-Heinrich-Str.

Leitung: Andreas Lukosch

Voranmeldung: unter Telefon: 0177 – 584 30 12

Ihr erlernt die verschiedenen Techniken und Regeln im Fußball. Wir wollen aus Spaß am Fußball miteinander lernen und spielen.

Spieltermine an Wochenenden sind bei uns nicht vorgesehen, denn wir wollen den Fußball einfach als Hobby sehen, den Teamgeist erfahren, die Ausdauer schulen sowie das Verständnis mit dem Ball umzugehen.

Im Sommer spielen wir auch draußen

10.10.11

WMTV Solingen 1861 e.V.

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



Drums Alive

ab 18 Jahre

Neu ... ab Samstag 14.01.2012

Wann ? ab 14.01. – bis 17.03.2012 (= 10 UE)

Uhrzeit: 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: WMTV-Gymnastikhalle

Zusatz-Kosten: 1,00 €/ je UE – für Mitglieder
5,00 €/ je UE – für Nichtmitglieder

Leitung: Heike Helfen

Drums Alive ...

... ist ein einzigartiges und extravagantes Fitness- und Wellnessprogramm, das sich durch seine Andersartigkeit grundlegend von anderen Trainingsprogrammen unterscheidet. Es fängt das Wesen von Bewegung und Rhythmus ein und führt durch viel Spaß zu effektiven Fitnessresultaten. Drums Alive steckt voller motivierender Musik und Trommelrhythmen, die deine Füße zum Stampfen und deinen Körper in Bewegung bringen. Menschen mit Handycap sind gerne willkommen.

19.10.11

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 16.00 - 01.00 Uhr
sonntags und feiertags von 11.00 - 01.00 Uhr

Küche: dienstags bis samstags von 18.00 - 22.30 Uhr
sonntags und feiertags von 12.00 - 14.00 und 18.00 - 22.30 Uhr

Planen Sie Familien- oder Firmenfeiern?

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

Ob Familienfeiern oder Firmenveranstaltungen, ob Kommunion oder Konfirmation, ob Beerdigungen, Versammlungen, Elternabende oder Klassentreffen, ob Sie es rustikal oder festlich wünschen, wir sind auf Sie eingerichtet.

Wir freuen uns auf Sie!



WMTV Restaurant GmbH

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

Öffnungszeiten: dienstags bis samstags von 16.00 - 01.00 Uhr
sonntags und feiertags von 11.00 - 01.00 Uhr

Küche: dienstags bis samstags von 18.00 - 22.30 Uhr
sonntags und feiertags von 12.00 - 14.00 und 18.00 - 22.30 Uhr

***Wäre das nicht auch
eine Geschenkidee zu Weihnachten?***

Gospel und Dinner



Das WMTV-Restaurant präsentiert den Gospelchor „Good News“ unter der Leitung von Frank Schaab mit einem Programm aus Gospel, Musical und Pop, im gemütlichen Ambiente bei einem ausgewählten 3-Gänge-Menue unseres Küchenchefs.

Lassen Sie sich diese Aufführung in Solingen nicht entgehen und genießen Sie eine harmonische Kombination aus „Gospel und Dinner“.

Termin: Sonntag 29. Januar 2012

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Ort: WMTV-Restaurant
Adolf-Clarenbach-Str. 41 / 42719 SG-Wald
Telefon: 31 07 46

Preis: 39,00 € / Person
für das 3-Gänge-Menü und Konzert

Kartenverkauf ab: 01. November 2011



Mitspielkrimi



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

Sonntag **13. November 2011**
 12. Februar 2012

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