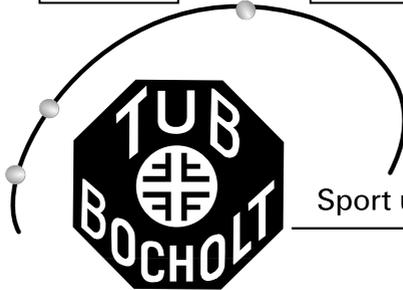
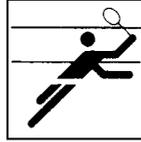


SPORT *geflüster*



Sport und mehr....



März / April 2012

Autohaus Becher

Ihr starker Partner in Sachen Auto



Moderne Audi Erlebniswelt Wesel



Volkswagen Piazza Schauraum Wesel



Jetzt auch mit Seat in Wesel!
Neuwagen Verkauf und Service.
Alles aus einer Hand.



Autohaus Becher Hamminkeln
mit Volkswagen, Audi Service
und Gebrauchtwagen



Autopark Becher Wesel mit
Jahres-, Dienst-, EU- und
Gebrauchtwagen

Wenden Sie sich daher in allen Autofragen vertrauensvoll an uns !



Heinz Möllenbeck



Klaus Meckelholt



Jörg Möllenbeck



Birgit Möllenbeck



Im Buttendicksfeld 15 - 46485 Wesel
Tel. 0281 - 95284-0 - Fax: 0281 - 9528430

An der Windmühle 41 - 46499 Hamminkeln
Tel. 02852 - 9632-0 - Fax: 02852 - 963222

In Wesel an der Schermbecker Landstraße

In Hamminkeln an der B 473

www.auto-becher.de

**Einladung zur Mitgliederversammlung
von TuB Bocholt 1907 e.V.**

**am Sonntag, 25. März 2012, 10.30 Uhr
im Clubhaus, Lowicker Str. 19 c , 46395 Bocholt**

Tagesordnung:

- TOP 1 Ehrungen
- TOP 2 Bericht des Vorstandes
- TOP 3 Kassenbericht
- TOP 4 Entlastung des Vorstandes
- TOP 5 Vorstandswahlen
- TOP 6 Festsetzung der Beiträge
- TOP 7 Beschlussfassung über vorliegende Anträge
- TOP 8 Verschiedenes

Über Anträge, die nicht in der Tagesordnung verzeichnet sind, kann in der Mitgliederversammlung nur abgestimmt werden, wenn diese mindestens **eine Woche** vor der Versammlung schriftlich beim Vorstand eingegangen sind.

Der Vorstand

Neues von der Boulegruppe

Am 29. November 2011 trafen sich die Teilnehmer der Boulegruppe zu einem Jahresrückblick und zu einer Vorschau auf das Jahr 2012. Beflügelt durch die ersten kleinen Erfolge bei verschiedenen Bouleturnieren,



wurde beschlossen erstmals mit einer Mannschaft an der hiesigen Boule-Hobbyliga in der neuen Saison teilzunehmen. Eine Boulemannschaft besteht aus sechs Spielern. Männer und Frauen können in gemischten Teams spielen. Gespielt wird nach offiziellen Ligaregeln, das heißt: Parallel werden zuerst zwei Partien Triplette und anschließend drei Partien Doublette ausgetragen.

Weitere teilnehmende Mannschaften sind: Anholter Boule Club mit zwei Mannschaften, Emmerich-Hüthum TuS 08 und Boulefreunde Reeser-Boulekgel 2006 mit je einer Mannschaft.

Wir trainieren im Frühjahr dienstags und mittwochs ab 15 Uhr an der TuB Anlage und freuen uns auf weitere Mitspieler!

Dieter Koch

Sicherheit!



Service!

Beratung!

**Bonus-
punkte!**

**☎ 0800 - 9 54 9 54 0
www.wattextra.de**

**Die günstige Energie
aus Bocholt.**

Besser BEW.

Viele Aktivitäten bei den Fußball Alt-Herren

Männer kochen für Frauen

Im November 2011 waren die Fußball Alt-Herren traditionell zum Kochen in die Küche der BEW eingeladen. Unter dem Motto „Männer kochen für Frauen“ hatte sich eine große Anzahl von Köchen eingefunden. Unser Oberkoch Willi Brüggemann, überraschte mit einem Menü rund um den Fisch.



Wir würden gern das Rezept des 4-Gang-Menüs hier veröffentlichen, dieses wurde uns aber im Jahr 2010 von einem Verlag mit Androhung einer Geldstrafe untersagt. Aus dem Internet mussten wir das Rezept daher löschen.

Viele Köche mussten nun Gemüse putzen, Kartoffeln schälen, Zwiebeln zerkleinern, Fische filetieren, Tisch decken usw.



BÄUMER GMBH

Türen, die begeistern.

- Türen direkt vom Hersteller
- Individuelle Innentüren aus handwerklicher Produktion
- Rund-, Stichbögen, Stil- und Designtüren
- Ausstellung



Benzstr. 16 · 46395 Bocholt · Tel: 0 28 71 / 88 41 - 43
www.baeumer-tueren.de

RESTAURANT · SAALBETRIEB · PARYSERVICE



*Gasthaus
zur
Glocke*

ÖFFNUNGSZEITEN:
 täglich ab 16 Uhr
 Sonntags von 10 - 14 Uhr
 und ab 17 Uhr
 Küche bis 22 Uhr
montags Ruhetag

Alfred-Flender-Straße 128 · 46395 Bocholt
 Tel. 02871/7358 · Fax 02871/2396688
info@zur-glocke.com · www.zur-glocke.com

GROSSE FERIENWOHNUNG
 130 m² · 3 Schlafräume,
 Wohnzimmer, Küche, Bad

Als die Damen der Fußballer eintrafen, war alles vorbereitet. Während der nächsten 3 Stunden wurden nun die zubereiteten Speisen serviert und erlesene Weine dazu gereicht. Die Damen waren voll des Lobes und versprachen beim nächsten „Männer kochen für Frauen“ wieder zu kommen. Die Männer mussten nun wieder in die Küche, um diese zu reinigen. Danach saß man in gemütlicher Runde mit vielen interessanten Gesprächen.

Weihnachtsessen

Kurz vor Weihnachten 2011 waren die Fußball Alt-Herren zum Weihnachtsessen ins Clubhaus eingeladen. Unsere Clubwirtin Beate hatte für uns gekocht und es wurde ein schöner Abend.

Kloatscheeten

Das Jahr 2012 startete mit dem Kloatscheeten.



Erwarten Sie **Küchenstudio Hans Tebroke**

Höchstleistungen in unseren Disziplinen:

**Küchen
Gleittüschränke
Indoor-Outdoor-Möbel**

Mit unserer eigenen **Tischlerei-Werkstatt** liefern wir Ihnen darüber hinaus maßgeschneiderte Lösungen für Ihr Zuhause.



Bocholt · I-Park · Am Gut Baarking 23 · Fon 0 28 71-21 60 10 · www.kuechenstudio-tebroke.de
Jeder 1. Sonntag im Monat ist Schautag von 14–17 Uhr. Sonntags keine Beratung, kein Verkauf.
Zusätzliche Termine ermöglichen wir Ihnen gerne nach Vereinbarung.



**Stückfärberei • Bleicherei
Appretur • Rauherei • Sanfor**

Grenzlandfärberei

Geuting GmbH + Co. KG

Mussumer Kirchweg 4-6 • 46395 Bocholt
Telefon (0 28 71) 2 81-600 • Telefax (0 28 71) 2 81-800

Kompetent seit 1894



Feldberg & Sohn

Umzüge & Möbeltransporte
aller Art!

Kompetenz in Logistik & Transport!

...schon seit über 111 Jahren!

- Stückgut/Sammelgut
- Teil- & Komplettpartien
- Beschaffung & Distribution
- Express & Just in Time
- Warehousing & Logistics
- Umzüge



BTG Feldberg & Sohn GmbH & Co.

Verkauf: Herr Weidig / Herr Schneider

Schlavenhorst 72 · D-46395 Bocholt

Telefon +49(0)28 71 -99 70-0

www.btg-feldberg.de



Reisebüro GEUKES

real,-Passage • Welfenstraße 21 • 46395 Bocholt

Telefon 0 28 71 / 18 56 70

Telefax 0 28 71 / 18 56 02

E-Mail: info@reisebuero-geukes.de

www.reisebuero-geukes.de

Raiffeinsenstraße 2b • 46499 Hamminkeln

Telefon 0 28 52 / 50 73 00

Telefax 0 28 52 / 50 73 01

E-Mail: contact@reisebuero-geukes.de

www.reisebuero-geukes.de

Urlaub von A - Z!

Am Treffpunkt im Industriegebiet Schlavenhorst hatte sich eine stattliche Anzahl von Mitspielerinnen und Mitspielern eingefunden. Es wurden 3 Mannschaften gebildet und schon waren alle vom Ehrgeiz gepackt den Kloat so weit wie möglich zu rollen. Auf asphaltierten Straßen war das noch einfach aber auf Feldwegen und in Kurven klappte nicht alles wie geplant. Nach vier Stunden und etlichen Kilometern waren wir im Clubhaus angekommen und ein deftiges Grünkohllessen wartete auf uns.

Mitgliederversammlung Alte Herren

Die Mitgliederversammlung fand im Februar 2012 statt. Hier berichtete der Abteilungsleiter Willi Brüggemann über die vielen Aktivitäten im Jahr 2011. Aber auch Fußball wird in den Alt-Herren gespielt. Die Verantwortlichen für den Spielbetrieb konnten berichten, dass die Mannschaft an den Stadtmeisterschaften und den Kreismeisterschaften teilgenommen hat. Die Spielrunde der Kreismeisterschaften ist noch nicht beendet und unsere Mannschaft kann noch eine gute Platzierung erreichen. Im Jahr 2013 werden wir die Stadtmeisterschaften im Alt-Herren Fußball auf dem Feld ausrichten.

Wahlen

Abteilungsleiter	Willi Brüggemann
Spielbetrieb	Ramon Volmering, Andreas Geßner
Vergnügungsausschuss	Rolf Jansen, Willi Brüggemann, Horst Wolferink

Arbeitskreis Stadtmeisterschaften 2013

Andreas Geßner, Hannes Kruse, Ramon Volmering, Horst Wolferink, Willi Brüggemann und Helmut Handrup

Termine Fußball Alte Herren 2012

26.05.2012	Männer kochen für Frauen (Spargelzeit)
07.06. bis 09.06.2012	3 Tage Tour
14.07.2012	Tennisturnier
01.09.2012	Radtour mit Frauen
07.10.2012	Frühstück im Clubheim
08.12.2012	Weihnachtsfeier
26.01.2012	Kloatscheeten
01.02.2013	A-H Versammlung

Zu allen Veranstaltungen werden Treffpunkt und Uhrzeit rechtzeitig durch Aushang im Clubhaus bekannt gegeben.

GEORG-STUBEN

Gut Essen und Trinken,
Spaß u. Feiern zur besten
Partymusik

Klaus Röhl

St.-Georgs-Platz 19
46399 Bocholt
Tel. 0 28 71 / 2 39 56 71
klaus_roehl@t-online.de



Paul **Hestert** Malerbetrieb

Innenraumgestaltung · Fassadensanierung
Energiesparende Gebäudekonzepte (WDVS)

realisieren durch

Fachkompetenz · Zuverlässigkeit · Qualitätsbewusstsein

Pfälzer Straße 1
46395 Bocholt
www.hestert.de

Telefon (0 28 71) 64 33
Telefax (0 28 71) 22 77 50
info@hestert.de

Nächste Stufe erreicht

Am 4. Februar 2012 gab es für die Taekwondo Sportler der Erwachsenenengruppe vom TuB Bocholt erstmals eine Gürtelprüfung. Nachdem die Sportler sich nun intensiv seit einem Jahr auf diesen Moment vorbereitet hatten, zeigten sie eine eindrucksvolle Demonstration ihres Könnens und begeisterten Zuschauer und Prüfer gleichermaßen.

Zu Beginn zeigten sie die erlernten Techniken einzeln und auf der Stelle, sowohl Hand- als auch Fußtechniken. Im Anschluss wurde dann der Gebrauch der erlernten Sachen im Bereich der Selbstverteidigung und des Eischrittkampfes gezeigt. Zu guter Letzt gab es dann bei der Prätzenübung (Übung mit Schlagpolster) einen Eindruck der Kraft, die bei diesen Übungen freigesetzt wird.

Trainer Yilmaz Balci und Prüfer Mehmet Özad zeigten sich beeindruckt von den gebotenen Leistungen und waren durchweg zufrieden. Um die Leistung und die Motivation der Sportler zu belohnen, wurden Nicole Rohleder, Michael Schwellnuss, Jörg Nehling, Hans-Bernd Schmeinck, Ralf Mülleneisen und Markus Rülfig mit dem gelben Gürtel belohnt.

Mehmet Özad erinnerte die Zuschauer daran, wie hoch die Leistung der Gruppe einzuschätzen sei und lobte die sehr gute Trainingsarbeit. Außerdem legte er den Zuschauern nahe doch selber auch einmal eine Trainingsstunde mitzumachen, um sich selbst ein Bild machen zu können. Der Kampfsport kann in jedem Alter betrieben werden und bringt Spaß, Beweglichkeit und Fitness.



Wer Lust hat selber einmal Taekwondo auszuprobieren, kann jederzeit in die bestehende Gruppe am Dienstag kommen (19.00-20.00 Uhr), so Trainer Yilmaz Balci vom TuB Bocholt.



GASTSTÄTTE
Wintergarten

... ein Ort der gepflegten Gastlichkeit

Bocholt · Dingdener Straße 171
Telefon 0 28 71/1 32 93
Fax 0 28 71/18 31 79
www.witzens-online.de

- seit 3 Generationen in Familienbesitz
- Festsaal mit eigener Theke für Feierlichkeiten jeder Art
- Gaststube für's gemütliche Speisen
- Biergarten mit Kinderspielplatz
 - Mittags- und Abendtisch
 - Außer-Haus-Service für 10 bis 150 Personen
 - Gästehaus am Wintergarten (komfortable Gästezimmer)

Erfolgreiche Kupprüfung bei TuB Bocholt

Insgesamt 65 Sportler absolvierten erfolgreich die erste Gürtelprüfung 2012 in Bocholt. Zu Beginn des Jahres starteten die TuB Taekwondokas mit einer Gürtelprüfung in die Saison. Es nahmen insgesamt 65 Prüflinge im Alter von 4- 50 Jahren an der Veranstaltung teil. Den Vorsitz hatte der aus Duisburg kommende Prüfer Mehmet Özad 3.Dan. Geprüft wurden alle Disziplinen der Kampfsportart Taekwondo. Dazu gehören die Grundschule, der Formenlauf, Partnerübungen, Freikampf, Selbstverteidigung gegen einen oder mehrere Gegner, bewaffnet und unbewaffnet. Zum Schluss werden die gezeigten Techniken anhand von Bruchtesten demonstriert und die Theorie der Sportler überprüft.

Sowohl der Prüfer, als auch die jeweiligen Trainer waren mit den Leistungen ihrer Schützlinge sehr zufrieden. Besonders zu erwähnen sei natürlich die Bambinigruppe (4-6 Jahre), die besonders bei den Zuschauern immer Begeisterung hervorruft. Aber auch einzelne Sportler in den unterschiedlichen Kategorien zeigten Bestleistungen.





Seit **20** Jahren
Ihr kompetenter
Druck-Partner!



ELSCHENBROICH

DRUCK

Liebauweg 6 · 46395 Bocholt

Telefon 0 28 71 / 2 19 14-0

Fax 0 28 71 / 2 19 14-10

www.elschenbroich.de

info@elschenbroich.de

enobis

we **e-novate** your business

Die **Nummer 1** in Bocholt für

- Websites
- Onlineshops
- Druckautomatisierung

enobis GmbH, Konrad Zuse Str. 46397 Bocholt, www.enobis.de



*... von A bis Z -
Service komplett*

GETRÄNKE **HORNING** GmbH

Am Gut Baarking 6 • Industriepark Bocholt • 46395 Bocholt
Telefon (0 28 71) 25 55-0 • Telefax (0 28 71) 25 55-25
www.hornung-getraenke.de • e-mail: info@hornung-getraenke.de



Hohe Straße 6 • 46499 Hamminkeln-Dingden
Telefon: 0 28 52 / 27 82 • Telefax: 0 28 52 / 71 10 35
www.steakhaus-el-paso.de

Die schwierigste Prüfung und den höchsten Kupgrad an diesem Tag zeigte Matthias Ehling, der nach einigen Jahren Pause nun seit einem Jahr wieder intensiv trainiert und so die Prüfung mit Erfolg ablegte. Insgesamt haben folgende Sportler den nächsten Kupgrad erreicht:

Zum 9.Kup – weiß-gelber Gürtel:

Jakob Wollberg, Luca Büssing, Doreen Krüger, Amelie ter Steege, Mario Schönwald, Luca Bömken, Sean Schmidt, Moritz Osterhues, Xenia Schmidt, Nico Opitz, Tim Haas, Mike Veidt, Luis Contero Rubin, Aaron Rohleder und Jan Renzel

Zum 8.Kup – gelber Gürtel:

Nicole Rohleder, Michael Schwellnus, Jörg Nehling, Hans-Bernd Schmeinck, Ralf Mülleneisen, Markus Rülfig, Ida Flores, Kadir Keske, Maja ter Steege, Melvyn Mölder, René Bröker, Bernhard Böing, Furkan Cosar, Xenia Müller, Moritz Kranenburg, Joel Gabriel und Kübra Cosar

Zum 7.Kup – gelb-grüner Gürtel:

Nick Wennekes, Marc Krüger, Hanna Rülfig, Izel Balci, Deniz Arslan, Sven Weikamp, Florian Theißen, Luca rengeling, Lena Kaup, Delil Arslan, Arian Abbasi, Pascal Hommen und Norman Tielkes

Zum 6.Kup – grüner Gürtel:

Anneke Mülleneisen, Antonij Makarov, Jule Wesener, Lynn Nehling, Alina Gez, Anna Schwellnuss und Seda Macit

Zum 5.Kup – grün-blauer Gürtel:

Emma Brucksteg, Emily Sent, Semih Macit, Thomas Bolgert, Katharina Schmeinck, Jan-Luis Wennekes, Nicolai Klein-Hitpaß und Janos Sobek

Zum 4.Kup – blauer Gürtel:

Nicole Bisping und Kai Delsing

Zum 3. Kup – blau-brauner Gürtel:

Matthias Ehltng

Herzlich Willkommen im Vereinsheim TuB Bocholt e. V. 1907

*Brunch · Frühstück
Essen nach Absprache*

Das Lokal mit dem sportlichen Ambiente!

Inhaberin Beate Saborowski

Unser Vereinsheim ist bestens geeignet für Vereins- und Familienfeiern bis ca. 80 Personen (auch für nicht TuB'er). Informationen unter Telefon 0 28 71/27 81-17 ab 17.00 Uhr oder 0 28 71/1 89 76 67



*... Und in den Sommermonaten
Kaffee und Kuchen auf unserer gemütlichen Terrasse!*

**Rufen Sie uns an!
Tel. 02871-6142**

bad
spezialisten.de



Ich liebe BAD

Schaffeldstraße 92
46395 Bocholt

www.badspezialisten-wuensch.de



Karneval im Kinderturnen

In den Kindersportgruppen von Übungsleiterin Petra Buß wurde kräftig Karneval gefeiert. Alle Kinder haben sich tolle Kostüme einfallen lassen und kamen verkleidet in die Turnhalle.



Bleibe fit – durch physikalische Behandlungen

Praxis für physikal. Therapie
Ulrich Tzschope
Masseur und med. Bademeister,
Solarium, alle Kassen

Reygersstraße 29 · 46397 Bocholt · ☎ (0 28 71) 18 08 98





Oft genügt schon ein kluges Zuspiel,
um erfolgreich zu sein.

 Sparkasse
Westmünsterland

Wie beim Fußball, so kommt es auch beim Geld auf taktisch kluges Verhalten, Einsatzfreude und Treffsicherheit an. Wir sind jederzeit anspielbereit. Mit guten Ideen und durchdachter Strategie setzen wir uns dafür ein, dass Sie bei allen Ihren finanziellen Einsätzen Erfolg versprechend am Ball bleiben. Fragen Sie uns gleich nach den treffsicheren Tipps oder informieren Sie sich vorab unter www.sparkasse-westmuensterland.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

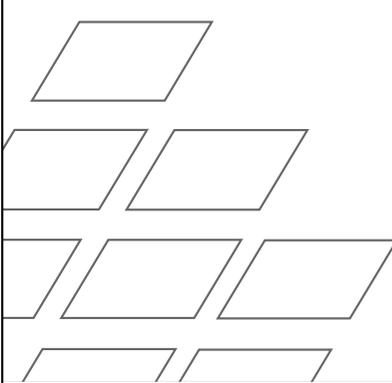
Unsere Sportförderung: Gut für die Menschen.



Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Deshalb unterstützt und fördert die Sparkasse den Sport und sorgt für die notwendigen Rahmenbedingungen zur Leistungsentwicklung: in der Nachwuchsförderung, im Breiten- sowie Spitzensport.

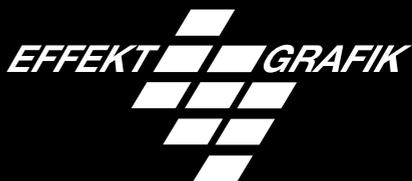
Sparkasse Westmünsterland. Gut für die Region.





- Siebdruck 
- Digitaldruck 
- Plottertechnik 
- Holzverarbeitung 
- Werbliche Dienstleistungen 
- Kunststoffverarbeitung/Displays 

Weidenstraße 42a
 46395 Bocholt
 Tel (0 28 71) 2 75 70-0
 info@effekt-grafik.de
 www.effekt-grafik.de



GardenTec® Elsebrock

Karl Elsebrock · Gotenstr. 1 · D-46395 Bocholt
 Tel. 02871 / 15676 · Fax 16286

- **Alles für den Garten**
- **Fahrräder**
- **Verkauf + Reparatur**

Rhythmische Sportgymnastik

Ausgerechnet am Karnevalswochenende bestritten die Mädchen der Rhythmischen Sportgymnastik zwei Wettkämpfe – sehr erfolgreich:

Bei den offenen **Essener Stadtmeisterschaften** am Samstag, 18.2.2011 erturnten sich jeweils in ihren Wettkampfklassen

Frieda Steinkühler den 3. Platz
Sophie Steinkühler den 9. Platz
Alina Stöhler den 1. Platz
Catherine Decressin den 2. Platz

Die Gruppe (siehe Foto nachstehend) mit Marie Giesing, Ana Lina Decressin, Marieke Nolte, Marjolein Kleinsman und Jenny Kastein belegte den 1. Platz.

Der Sonntag, 19.2.2011 galt den **Verbandsmeisterschaften**, die TuB-Bocholt im Namen des Turnverbandes Rechter Niederrhein in der Langenberg-Turnhalle Bocholt ausrichten durfte. Teilnehmer waren die Vereine TSV Bocholt, TV Rhede und TuB-Bocholt. Auch hier zeigten unsere Mädchen hervorragende Leistungen. Es erturnten jeweils in ihren Wettkampfklassen

Edona Veseli den 1. Platz
Frieda Steinkühler den 2. Platz
Alina Stöhler den 1. Platz
Jara Bauhaus den 1. Platz
Sophie Steinkühler den 1. Platz
Melina Kreyenbrink den 1. Platz
Belinda Gashi den 1. Platz
Catherine Decressin den 1. Platz

und die Gruppe mit Marie Giesing, Ana Linqa Decressin, Marieke Nolte, Marjolein Kleinsman und Jenny Kastein den 1. Platz.

Die nächsten Wettkämpfe sind der City Cup in Düsseldorf sowie die Rheinische Meisterschaften. Hierzu wünschen wir viel Erfolg.



Herzlichen Glückwunsch von der Abteilungsleiterin
Ingrid Panofen



Adidas Court Raw 2

Die zweite Generation des Court Raw verspricht in allen Indoor-Sportarten Funktionalität und Spaß.

- adiPRENE®+ für verbesserten Fußabdruck und Effizienz.
- Gummi-Sohle ohne Farbabrieb.
- Synthetic-Textile

Größen: 3,5 - 14 (36 - 50)

49,95 EUR

(unverbindliche Preisempfehlung)

jetzt nur 37,95 Euro für TuB-Mitglieder



Adidas Uraha

Ausgestattet mit einer komfortabel dämpfenden Zwischensohle sowie einer hochwertigen Optik - der perfekte Freizeitschuh im Running Look.

- adiWEAR®-Außensohle hält hohen Belastungen stand.
- adiPRENE® für hohen Komfort und Dämpfung.
- Nylonmesh-Schaft für optimale Ventilation.
- EVA-Innensohle für mehr Komfort.
- Textile (mesh/synth)-Textile

Größen: 6 - 12,5; 13,5; 14,5

59,95 EUR (unverbindliche Preisempfehlung)

jetzt nur 44,95 Euro für TuB-Mitglieder



Adidas Duramo K

Schon immer erfolgreich und doch noch einmal deutlich stärker: ein super starkes Schaffupdate wird diesen Schuh zu einem Renner machen.

- Eingespritztes EVA bietet lang anhaltende Dämpfung.
- Einsätze aus Synthetikleder verbessern die Haltbarkeit.

Größen: 3,5 - 6,5 (28-36 2/3)

39,95 EUR (unverbindliche Preisempfehlung)

jetzt nur 29,95 Euro für TuB-Mitglieder

sport eleven
wenn's um Teamsport geht!
Franzstr. 1
46395 Bocholt

www.sport-eleven.de - 02871 / 239 25 50 - www.sport-eleven.de - 02871 / 239 25 50 - www.sport-eleven.de

ELEKTRO · KÄLTE · KLIMA TEKLOTH



TEKLOTH GmbH
Schlavenhorst 25
46395 Bocholt - Industriepark
Telefon: 02871 2520-0
Fax: 02871 2520-290
www.tekloth.de
info@tekloth.de

Service mit POWER

Von der Beratung und Planung, über Montage und Inbetriebnahme bis hin zur Wartung Ihrer Anlagen sind wir mit unserem kompetenten Team Ihr zuverlässiger Ansprechpartner in allen Bereichen der **ELEKTRO – KÄLTE – KLIMA – Technik**.

Außerhalb der Geschäftszeiten Mo - Fr 7.30 - 17.30 Uhr **24h NOTDIENST: 0171 9986181**

Wagenvorstellung der Funkys

Unter dem Motto "Ein Cocktail des Sports" fand zum 3. mal in der Reithalle Nienhaus die große Wagenvorstellung statt. Der Slogan entstand ganz bewusst anhand des großen Sportangebotes des Vereins.



Aussagekräftiger hätte dieses Motto kaum sein können. Auch die gesponserten Orden der Firma Elschenbroich trugen zum Gesamtbild bei. Viele Vereine und Prinzenpaare aus Nah und Fern waren unserer Einladung gefolgt und an diesem Tag aktiv am Programm beteiligt. Das über 5 Stunden Programm konnten so auch mit den vereinseigenen Gruppen gestaltet werden. Ca. 400 Aktive standen mehrfach auf der Bühne. Der Wagen, der in diesem Jahr einer Cocktailbar glich, diente als Bühnenbild. Einige Väter haben bereits Wochen vorher mit dem Bau begonnen. Und das Endresultat konnte sich wahrlich sehen lassen. Neben dem Programm wurde auch von allen Eltern und Geschwistern fürs leibliche Wohl gesorgt. Ohne die Unterstützung einiger weniger Sponsoren, Eltern und Freunden wäre solch eine Veranstaltung gar nicht möglich.

Vielen Dank noch mal an alle. Nach Karneval ist vor dem Karneval. Das heißt, nachwievor suchen wir in allen Gruppen Nachwuchs.

Meldet euch doch einfach bei uns. In der Geschäftsstelle oder unter Tel. 02871 / 225116



*Albert
Potthoff*
Malerbetrieb & Gerüstbau
(0 28 71) 18 19 01
Moorweg 12 · Bocholt

Gemeinsam. Für Ihre Gesundheit.

Zum Jahresbeginn 2012 verschmelzen DAK und BKK Gesundheit zu einer starken Gemeinschaft. Damit profitieren zukünftig rund 6,6 Millionen Versicherte von bestem Service, ausgezeichneten Leistungen, individuellen Tarifen und persönlicher Beratung in rund 850 Geschäftsstellen. Wir freuen uns, dass Sie bei uns versichert sind!

www.bkkgesundheit.de

**Ohne Zusatzbeitrag
ab April 2012!**

Vorläufig durch die Genehmigung durch das Bundesversicherungsamt



+

DAK

=

DAK
Gesundheit

Unternehmen Leben

Funkys auf dem Rosenmontagszug

Bereits zum 3. mal nahmen die Funkys am Rosenmontagszug teil. Die Tanzsportgarde erlebte wieder einmal einen wunderschönen Rosenmontagszug. Bei herrlichstem Sonnenschein und mit viel Spaß im Gepäck traf man sich bereits ab 12 Uhr auf dem Berliner Platz, um gemütlich mit allen anderen Vereinen vor dem Zug zu feiern. Alle Kinder und Eltern hatten ihre Kostüme zu dem Motto " Ein Cocktail des Sports " selbst gefertigt, das war ein gelungenes buntes Bild. Ohne Zwischenfälle ging dann um ca. 17 Uhr der Zug zu Ende. Einige verblieben noch feiernd auf dem Berliner Platz, während das Fahrzeug schon wieder auf dem Weg in die Scheune war. Am kommenden Samstag werden die Männer des Wagenbauteams den Wagen abbauen.



Trainerteams der Fußball-Senioren stehen fest

Bei der **ersten Fußball-Mannschaft** werden auch in der kommenden Saison 2012/ 2013 Rainer Schümann als Chef-Trainer und Marcel Büssing als Co-Trainer die sportliche Verantwortung als Trainerteam tragen. Auf eine entsprechende Verlängerung der bisherigen Zusammenarbeit einigte sich der Vorstand der Fußball-Senioren-Abteilung mit den Trainern direkt am ersten Arbeitstag des neuen Jahres. Für beide wird es die dann dritte Spielzeit in Ihrer jeweiligen Funktion bei TuB Bocholt sein. Co-Trainer Marcel Büssing bleibt zudem auch als Spieler in der Mannschaft, die für die nächste Saison durch Talente aus der eigenen A-Jugend, vereinzelt aber auch durch gezielte Neuverpflichtungen von außen verstärkt wird. Entsprechende Gespräche hierzu wurden von Trainern und Abteilungsvorstand gemeinsam geführt. Das Ziel in dieser Landesliga-Saison lautet „Klassenerhalt“, um dann mit einem sinnvoll verstärkten Kader die neuen Ziele für die neue Saison anzugehen.

Die Trainerfrage bei der **U23-Reserve** wurde auch hinsichtlich der Saison 2012/ 2013 bereits vor einem Jahr beantwortet, als mit Chef-Trainer Frank Hörning ein Zweijahresvertrag geschlossen wurde. Die positive Entwicklung der Mannschaft in der laufenden Kreisliga A-Saison bestärkt den Abteilungsvorstand in seiner Entscheidung, die Verlängerung der Zusammenarbeit frühzeitig in Angriff genommen zu haben. Frank Hörning geht damit in sein viertes Jahr als Trainer der TuB-U23. Als Co-Trainer werden ihm weiterhin Arndt Ignaszak und Bernd Sahlmann zur Verfügung stehen. Auch für die U23 ist es wichtig, gut aus der Winterpause zu kommen, um den bisher erreichten Platz im oberen Tabellenmittelfeld der Kreisliga A zu untermauern.

Sport bei TuB Bocholt



www.volksbank-bocholt.de

Als Sponsor bei Turnieren, mit Banden- und Anzeigenwerbung, in der Jugend- und Vereinsförderung engagieren wir uns bei den heimischen Sportvereinen.



**Volksbank
Bocholt eG**

Durch die Bank besser!

Blumen **Wilken**

Inh. Norbert Wilken

**Gartenbau, Blumen- und Kranzbinderei
Dekorationen, Grabanlage und Grabpflege**

Blücherstraße 104 · 46397 Bocholt
Tel. 0 28 71 - 50 48 · Fax 0 28 71 - 99 88 04

Wir erfüllen Autowünsche!

Mehr Leistung. Mehr Auswahl. Mehr Service.



Cadillac



CORVETTE



HYUNDAI



Lackermann

www.lackermann.de

46395 Bocholt
Franzstraße 66

Tel. 0 28 71 / 88 88

46485 Wesel

Brüner Landstr. 37

Tel. 02 81 / 8 13-0

46509 Xanten

Bahnhofstraße 31

Tel. 0 28 01 / 77 01-0

Nicht alle Marken an jedem Standort erhältlich!

Einen Trainerwechsel hat es bei der **dritten Mannschaft** von TuB Bocholt geben, die derzeit in der Kreisliga B auf einem Abstiegsrang steht. Zur Rückrunde werden die bisherigen Co-Trainer Michael Paus und Andre Burkhardt im Team die sportliche Verantwortung für die Mannschaft übernehmen. Sie lösen damit Tobias Elting ab, der dem Verein aber evt. als Spieler weiter zur Verfügung stehen will. Für seine Tätigkeit und seine Einsatzbereitschaft bedankt sich der Vorstand der Fußball-Senioren-Abteilung ausdrücklich. Sportliches Ziel des neuen Trainerteams wie der gesamten Abteilung ist eindeutig der Klassenerhalt der Mannschaft in ihrer dritten Kreisliga B-Saison.



Frank Hörning

„Hoffen auf einen guten Rückrundenstart: Rainer Schümann, Frank Hörning und Michael Paus“.

Thomas Boekhorst

Pfützen schützen!

Die Eltern der „Ratzekörper-Kinder“ wurden von Ihren Kindern und den Erzieherinnen zu einer Winterwanderung eingeladen. Es sollte ein Spaziergang mit anschließendem gemütlichen Beisammensein bei Kinderpunsch, Glühwein und Würstchen werden. Vorgestellt hatten wir uns eine verschneite Landschaft, dick vermummte Eltern mit ihren Kindern, die im Schnee tobend, den Winter genießen. Danach sollte der Feuerkorb angezündet werden und bei warmen Getränken und anregenden Gesprächen der Winterabend genossen werden. So unsere Vorstellung. Die Realität sah dann so aus! Das Wetter war vorher knackig kalt und trocken. Die Sonne schien. Winterwetter!



joachim rademacher

- Heizungsmodernisierung
- Badrenovierung
- Wartung von Öl- und Gasheizung
- Solartechnik

Im Fisserhook 7a · 46395 Bocholt

Telefon (0 28 71) 54 27 · Telefax (0 28 71) 18 56 95



ERC

Additive
Technology



MINERALÖLVERKAUF

Anton-J. Strotmann

Heizöl - Diesel - Öle - ERC Additive

Bocholt Telefon 0 28 71 / 2 92 39 50

Borken Telefon 0 28 61 / 9 80 84 12 • Fax 9 80 84 28



Landhaus Ridder

- Inh. Josef Ridder -

- alt eingessener Familienbetrieb
- Stilvoll eingerichtete Räumlichkeiten
- Beerdigungskaffee bis 200 Personen
- Gutbürgerliche Küche
- Urige Gartenterrasse
- Außer-Haus-Service

*Von einem kleinen Fest bis zur großen Hochzeit,
wir arrangieren alles für Sie*

Bocholter Straße 41 · 46499 Dingden-Lankern
Telefon (0 28 71) 1 36 82 · Telefax (0 28 71) 18 64 14
Internet: www.Landhaus-Ridder.de

Öffnungszeiten: 10.00 – 14.00 Uhr und 17.00 – 01.00 Uhr · montags Ruhetag.

Für Fundament, Decke, Wand - Baustahl, Beton und Mörtel aus einer Hand!



Wir sind in der Lage, neben der Lieferung und Verlegung von Baustahl auch Transport-Beton und kellengerechten Mauermörtel von unserer Anlage Bocholt, Loikumer Weg 1, prompt anzuliefern.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen jederzeit gern zur Verfügung.

Baustahlverarbeitung und Fertigbeton GmbH & Co. KG

46395 Bocholt • Loikumer Weg 1 • Telefon (0 28 71) 99 00-0

NEU

Bitte benutzen Sie unsere öffentliche
16 m lange **50-Tonnen-Fahrzeugwaage**

Dann rückte der Termin der Winterwanderung näher. Wolken zogen auf, es wurde warm und regnete. Es goss wie aus Kübeln. Der Freitag kam und es regnete immer noch. Absagen kam nicht in Frage. Unser Motto: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung. Also wiesen wir die Eltern darauf hin, dass sie sich und ihre Kinder wettergerecht anziehen sollten und wir die Wanderung nur bei strömendem Regen ausfallen lassen würden. Am Nachmittag wurden die Stehtische in der Turnhalle aufgebaut, nicht wie geplant draußen. Der Feuerkorb blieb im Schuppen.

Als die Eltern mit ihren Kindern gegen 16.30 Uhr eintrudelten, geschah das Wunder. Der Regen hörte auf. Vor soviel Starrsinn kapitulierte sogar Petrus und hatte mit uns ein Einsehen. So zogen wir also los, ca. 150 Eltern, Kinder und Erzieherinnen um diese wunderbare Regenpause zu nutzen. Schon Frau Prof. Dr. Renate Zimmer war es wichtig zu

erwähnen, wie herrlich Pfützen für die Kinder sein können. Und von denen gab es unterwegs eine ganze Menge. Pfützen, in die man reinspringen konnte! Das Wasser spritzt dann ganz herrlich zu beiden Seiten, welch ein Spaß!

Gar nicht davon zu reden, wenn man Steine oder Stöckchen hineinwirft. Sind die Pfützen sehr tief, kann wunderbar getestet werden, ob so ein Gummistiefel wirklich wasserdicht ist.



Wir Erwachsene haben diese Erfahrungen hoffentlich als Kinder alle machen dürfen und noch soviel Erinnerungen an diese wunderbare Zeit, sodass wir unseren Kindern nicht böse sind, wenn diese begeistert in Pfützen herumpatschen! Die Wanderung hat allen Beteiligten, ganz voran den Kindern, sehr viel Spaß gemacht. Die Kinder liefen den Weg mindestens doppelt und rollten und rannten zum Schluß den Hügel bei der TuB-Geschäftsstelle rauf und runter.



Mit dicken roten Bäckchen und strahlend kamen sie mit ihren Eltern im Kindergarten an. Den gemütlichen Teil genossen dann alle sehr und ließen sich die Würstchen, den Glühwein und Kinderpunsch schmecken. Wir finden, solch eine Wanderung kann ruhig wiederholt werden und hoffen, dass es das nächste mal vielleicht sogar schneit.

Gabi Lucka

Den 3fachen Salto...

...werden Sie schlagen.
Denn in Sinnack Backspezialitäten
steckt die Qualität,
die Ihnen schmeckt.



Backspezialitäten

SINNACK Backspezialitäten
Harderhook 15 · 46395 Bocholt
Tel. 0 28 71 / 25 05-0
Fax 0 28 71 / 25 05-99

Quiko® Preise können sich sehen lassen!

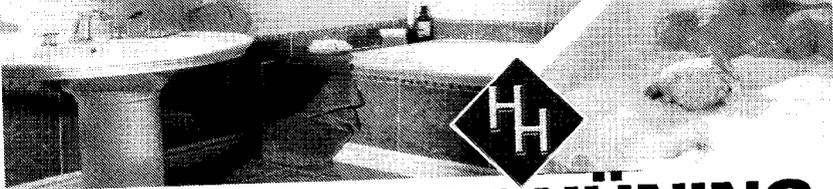
- POKALE
- Urkunden
- Medaillen
- EHRENPREISE
- Schützenorden
- Teller
- Tombolaartikel
- Siegerschleifen



Franzstraße 95 • 46395 Bocholt • Telefon 0 28 71-2487-0 Fax 0 28 71-2487-66 www.quiko.de

Pack die Badehose ein!

Das Badevergnügen in heimischer Atmosphäre! Tauchen Sie ab, um der alltäglichen Hektik zu entfliehen, in eine private Oase der Ruhe. Lassen Sie sich bei uns beraten. Mit schönen Fliesen fängt es an.



FLIESEN HÜNING

Dinxperloer Str. 331 · 46399 Bocholt · Spork · Tel. 0 28 71 / 27 82-0
Öffnungszeiten: mo - do 8 - 18.30 Uhr · fr 8 - 20 Uhr · sa 9 - 16 Uhr

**Wir sind Tag und
Nacht für Sie da.**



**Rita
Lütfring-Kathage**

BESTATTUNGEN

Ihr zuverlässiges Fachunternehmen, seit 1870 in Familienbesitz

Durch unser Fachwissen und jahrelange Erfahrung sowie unsere ständige Dienstbereitschaft sind wir in der Lage, Ihnen bei einem Trauerfall hilfreich zur Seite zu stehen.

Siekenhofstraße 1
(Nähe St.-Josef-Kirche)
46395 Bocholt
Telefon (02871)
13715

Was ist Muskelkater ?

Jeder hat es schon mal erlebt. Gestern Sport getrieben und die nächsten 2 – 3 Tag tut einfach alles weh. Muskelkater eben. Die Frage ist nun: Was ist Muskelkater? & Was hilft dagegen? Früher ging man davon aus, dass Muskelkater nach einer Übersäuerung des Muskels durch Laktat (Milchsäure) hervorgerufen wird. Dies wurde jedoch widerlegt. Heute nimmt man an, dass – wie Beobachtungen zeigen – durch Überlastung kleine Risse in den Z-Scheiben (Teil der Muskelfaser) im Muskelgewebe (Mikrotraumata) auftreten. Die Risse entstehen beim Bremsen von Bewegungen (exzentrische Kontraktion). Ein Beispiel für exzentrische Kontraktion ist das Bergablaufen oder das Abfedern eines Sprunges. Bei der exzentrischen Kontraktion bremst der Muskel eine Bewegung durch äußere Kräfte. Dabei nimmt er mechanische Arbeit auf (negative Arbeit) und kann die höchsten Kräfte entwickeln, wobei in allen Strukturen besondere Belastungen auftreten. Nach zwei bis drei Wochen sind die Mikrotraumata narbenfrei ausgeheilt. Die Regeneration führt zu einer Vermehrung von Fibrillen und damit zur Hypertrophie (Faservermehrung innerhalb des Muskels).

Was hilft bei der Regeneration?

Es gibt (nach aktuellem Stand) keine Medikamente mit eindeutig erwiesener Wirkung gegen Muskelkater, Weder Muskelrelaxanzien, Antioxidantien oder Aminosäuren. Auch, wie in vielen Fitness-Magazinen zu lesen, konnte die positive Wirkung von Kirschsafft nicht bestätigt werden. Die Mitteilung, dass Ibuprofen eine vorbeugende (400mg 4h vorher) oder eine therapeutische (400mg 24h nachher) Wirkung habe, wurde nicht bestätigt.

Ein kraftreduziertes Training und Wärmebehandlung in der akuten Phase scheinen die sinnvollsten Maßnahmen zu sein.

Was kann ich vorbeugend machen?

Kurz und knapp gesagt: NICHTS!

Weder für Aufwärmen, Dehnen oder Massagen konnten klare Beweise gefunden werden, dass sie eine vorbeugende Wirkung haben.

Die beste Vorbeugung gegen Muskelkater ist, ihn für eine bestimmte Bewegungsform bereits erlitten zu haben.



Mein Fazit:

Muskelkater schmerzt zwar, aber mit dem Gedanken, dass eine Kraftsteigerung stattfindet und dieser Muskelkater die beste Vorbeugung gegen den nächsten ist, „tut es nur noch halb so weh“.

Hendrik Weiß (Mitarbeiter im SGZ von TuB Bocholt)
Sport- und Bewegungstherapeut

Impressum

Herausgeber: Turner und Ballspieler 1907 e.V.
Lowicker Straße 19c, 46395 Bocholt
Telefon (0 28 71) 27 81-0, Telefax (0 28 71) 27 81-20
Internet: www.tub-bocholt.de
E-Mail: info@tub-bocholt.de

Verantwortlich: Präsidium TuB Bocholt

Redaktion: Geschäftsstelle TuB Bocholt
Postfach 2347, 46373 Bocholt
Telefon (0 28 71) 27 81-0, Telefax (0 28 71) 27 81-20

Erscheinungsweise: 6 x jährlich

Auflage: 2.000 Stück

Werbung: D. Handrup, Hamminkelner Straße 15,
46395 Bocholt, Telefon (0 28 71) 4 64 91

Allianz



PERSONEN-VERSICHERUNGEN UNFALL - LEBEN - RENTEN

SACH-
VERSICHERUNGEN
ALLER ART

ALLIANZ
KAPITALANLAGEN
INVESTMENTFONDS

KFZ-
VERSICHERUNGEN

RECHTSSCHUTZ-
VERSICHERUNGEN

ALLIANZ
BAUSPAR-VERTRÄGE

ALLIANZ
PRIVATE KRANKEN-
VERSICHERUNGEN

VERMITTLUNG VON:

VERSICHERUNGEN
FÜR ELEKTRONISCHE
SYSTEME

HERMES-KREDIT
VERSICHERUNGEN
LEASING-VERTRÄGEN

WOLFGANG + RALF
ELTING

Generalagentur der
Allianz-Versicherungs-AG
46395 Bocholt
Kaiser-Wilhelm-Straße 29
Telefon (0 28 71) 1 36 72

Cafe
Sahne
Grand Cafe - Brasserie

So. - Fr. 9.00 - 23.00, Fr. & Sa. 9.00 - 24.00
Casinowall 1 Bocholt



Eröffnung 2012

**Tischreservierung unter
0 28 71 - 238 238**