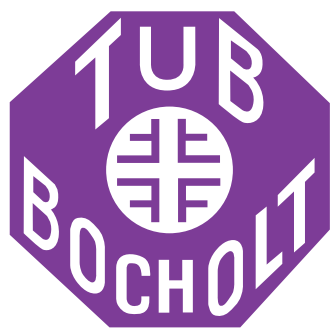




# Sportgeflüster

Turner und Ballspieler Bocholt 1907 e.V.

2-mal WM-Bronze  
für Marie-Luise  
Schulta-Jansen

(Bericht auf Seite 7)

Sport für Familien - Sport für Generationen

## Ausgabe 6/2015



# **|| EUREGIO**

## **Personaldienstleistungen**

### **Niederlassung - Bocholt**

Langenbergstr. 11-13

46397 Bocholt

Tel.: 02871 21828 0

Fax: 02871 21828 11



*Rechnen Sie  
mit uns!*



## Impressum

Das Sportgeflüster ist die offizielle Vereinszeitschrift der Turner und Ballspieler Bocholt 1907 e.V.. Sie erscheint mit sechs Ausgaben im Jahr.

### Herausgeber:

Turner und Ballspieler Bocholt 1907 e.V.  
Lowicker Str. 19c  
46395 Bocholt  
Telefon: 02871 27810  
Telefax: 02871 278120  
Email: info@tub-bocholt.de  
www.tub-bocholt.de

### Verantwortlich:

Präsidium TuB Bocholt

### Redaktion:

Geschäftsstelle TuB Bocholt  
Lowicker Str. 19c, 46395 Bocholt  
Telefon: 02871 27810  
Telefax: 02871 278120

### Anzeigen:

D.Handrup  
Hamminkeler Str. 15  
46395 Bocholt  
Telefon: 0172 884 640 7  
helmut.handrup@gmx.de

### Fotoredaktion:

Bilddatenbank des Landessportbundes  
Nordrhein-Westfalen

### Satz und Layout:

Lisa Müggenborg

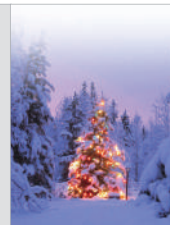
### Auflage:

2000 Stück

## Weihnachtsgruß

- ein kleiner Rückblick

Seite 5



## Badminton-WM

- Marie-Luise Schulta-Jansen bei der Badminton- WM in Schweden

Seite 7



## Volleyball & Turnen

- Volleyball: Gelungener Saisonstart  
- Turnen für 3-5-jährige Kinder

Seite 9



## Freiwilliges Soziales Jahr

- Start: 01.09.16, Jetzt bewerben!

### „Team 50 plus“

- Wanderwoche & von Mühle zu Mühle

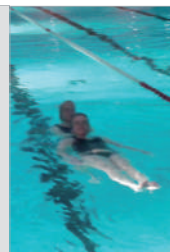
Seite 11



## Wasser-Rettung

- Deutsches Rettungsschwimmabzeichen  
**Cheerdance**  
- Party in der „Neue Liebe“

Seite 19



## Kurse ab Januar

- Präventionskurse  
- Fitness-Kurse

Seite 21



## Taekwondo

- Erfolgreicher Euregio-Cup für TuB  
- Emre Cavusman holt Gold

### Kindergarten

- Joggen im Kindergarten

Seite 24



|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Innenraumgestaltung</li><li>• Fassadensanierung</li><li>• Energiesparende Gebäudekonzepte (WDVS)</li></ul> <p>realisieren durch<br/>Fachkompetenz, Zuverlässigkeit und<br/>Qualitätsbewusstsein</p> |  <p>Paul<br/><b>Hestert</b><br/>Malerbetrieb</p> <p>Telefon (0 28 71) 64 33<br/>Telefax (0 28 71) 22 77 50<br/>info@hestert.de</p> <p>Pfälzer Straße 1<br/>46395 Bocholt<br/>www.hestert.de</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                            | <h2>Ihr familiäres<br/>Bestattungshaus Wroblowski</h2> <p>Wenn Wege sich trennen - möchten wir Sie begleiten.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |
|                                           | <table border="0"><tr><td><b>Bocholt · Münsterstraße 79</b></td><td><b>Rhede · Wibbeltstraße 33a</b></td></tr><tr><td><b>02871/24 13 555</b></td><td><b>02872/92 46 33</b></td></tr><tr><td colspan="2">oder besuchen Sie uns im Internet: <a href="http://www.bestattungshaus-wroblowski.de">www.bestattungshaus-wroblowski.de</a></td></tr><tr><td colspan="2">Individuelle Abschiedsräume · Hauskapelle für Abschiedsfeiern auch an Wochenenden ·<br/>Kolumbarium zur Urnenaufbewahrung</td></tr></table> | <b>Bocholt · Münsterstraße 79</b> | <b>Rhede · Wibbeltstraße 33a</b> | <b>02871/24 13 555</b> | <b>02872/92 46 33</b> | oder besuchen Sie uns im Internet: <a href="http://www.bestattungshaus-wroblowski.de">www.bestattungshaus-wroblowski.de</a> |  | Individuelle Abschiedsräume · Hauskapelle für Abschiedsfeiern auch an Wochenenden ·<br>Kolumbarium zur Urnenaufbewahrung |  |
| <b>Bocholt · Münsterstraße 79</b>                                                                                           | <b>Rhede · Wibbeltstraße 33a</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |
| <b>02871/24 13 555</b>                                                                                                      | <b>02872/92 46 33</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |
| oder besuchen Sie uns im Internet: <a href="http://www.bestattungshaus-wroblowski.de">www.bestattungshaus-wroblowski.de</a> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |
| Individuelle Abschiedsräume · Hauskapelle für Abschiedsfeiern auch an Wochenenden ·<br>Kolumbarium zur Urnenaufbewahrung    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                   |                                  |                        |                       |                                                                                                                             |  |                                                                                                                          |  |

|                                                                                              |                                              |                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sicherheit!</b>                                                                           | <b>Service!</b>                              |  |
|                                                                                              | <b>Beratung!</b>                             | <b>Bonus-<br/>punkte!</b>                                                             |
| <b>☎ 0800 - 9 54 9 54 0</b><br><b><a href="http://www.wattextra.de">www.wattextra.de</a></b> | <b>Die günstige Energie<br/>aus Bocholt.</b> | <b>Besser BEW.</b>                                                                    |

**Liebe Vereinsmitglieder,  
liebe Leserinnen und Leser,**

das Sportjahr neigt sich langsam dem Ende entgegen. Der Verein TuB Bocholt blickt auf ein ereignisreiches Jahr zurück. Unser Fitnessstudio wurde anlässlich des 25jährigen Jubiläums in den Sommerferien komplett renoviert und mit neuen, zukunftsweisenden Geräten ausgestattet. Getreu dem Motto: „modern – innovativ – familär“ wird ein frisches Ambiente mit „intelligenten“ Trainingsgeräten und bester Betreuung geboten. Das Sport-Gesundheits-Zentrum ist so für die kommenden Aufgaben bestens gewappnet.

Auch auf dem Außengelände des Vereins gab es eine große Veränderung. Seit dem Spätsommer bieten sich durch den neu entstandenen Kunstrasenplatz jetzt beste Voraussetzungen dem Fußballsport oder zahlreichen anderen sportlichen Aktivitäten nachzugehen.

Neben den baulichen Veränderungen wurde die Vereinshomepage komplett neu gestaltet und mit einer bedienerfreundlichen Onlineanmeldung versehen. Im Bereich der Kooperationen konnten mit der Techniker Krankenkasse, der AOK, der Barmer GEK

und der Viactiv (ehemals BBK vor Ort) vier weitere Partner im Gesundheitssport gewonnen werden. Die hohe Akzeptanz bei den externen Kooperationspartnern ist ein sicheres Indiz für die gebotene Qualität im Sportzentrum Süd-West.

In den klassischen Wettkampf- und Breitensportabteilungen wurde wieder mit Herz und Engagement für den Sport und die Gemeinschaft gelebt und bewundernswertes im Trainings- und Spielbetrieb geleistet. Mein herzlicher Dank gilt der gezeigten Vereinstreue, dem vielfältigen ehrenamtlichen Einsatz und der Unterstützung für den Sport im Jahr 2015.

Allen Mitgliedern, Sportlern, Trainern/ ÜL, den aktiv mitarbeitenden Eltern, unseren Freunden, Gönnern und den Sponsoren des TuB Bocholt wünschen wir eine schöne Advents- und Weihnachtszeit sowie für das Neue Jahr 2016 vor allem Gesundheit, Glück und Zufriedenheit.

Für den Vorstand des TuB Bocholt  
Rolf Jansen  
- Präsident-

## „Weihnachtszeit“

O schöne, herrliche Weihnachtszeit!  
Was bringst du Lust und Fröhlichkeit!  
Wenn der heilige Christ in jedem Haus  
teilt seine lieben Gaben aus.  
Und ist das Häuschen noch so klein,  
so kommt der heilige Christ hinein,  
und alle sind ihm lieb wie die Seinen,  
die Armen und Reichen, die Grossen und Kleinen.  
Der heilige Christ an alle denkt,  
ein jedes wird von ihm beschenkt.  
Dum lasst uns freuen und dankbar sein!  
Er denkt auch unser, mein und dein!

*Heinrich Hoffmann von Fallersleben (1798-1874)*



**Gasthaus  
zur  
Glocke**

*Restaurant*

*Saalbetrieb*

*Beerdigungskaffee*

*Biergarten*

*Partyservice*

Inh. Hans-Dieter Uebbing

Alfred-Flender-Str. 128

46395 Bocholt

Telefon: (02871) 7358

**www.zur-glocke.com**



Dienstag bis Samstag ab 16 Uhr

Sonntag ab 10 Uhr & 17 Uhr

andere Öffnungszeiten nach Vereinbarung



## joachim rademacher

- Heizungsmodernisierung
- Badrenovierung
- Wartung von Öl- u. Gasheizung
- Solartechnik

Im Fisserhook 7a • 46395 Bocholt  
Tel.: 02871 / 54 27 • Fax 02871 / 18 56 95



**Albert  
Potthoff**

**Malerbetrieb & Gerüstbau**

**(0 28 71) 18 19 01**

**Moorweg 12 • Bocholt**

**www.albert-potthoff.de**

## 2-mal WM-Bronze für Marie-Luise Schulta-Jansen

Badmintonspielerin von TuB-Bocholt bei den BWF World-Senior-Championchips in Helsingborg/Schweden sehr erfolgreich.

Bei den einwöchigen Weltmeisterschaften musste die 62-jährige Bocholterin in den Disziplinen Mixed- und Damendoppel sowie Dameneinzel insgesamt 10 Spiele mit 23 Sätzen in der Altersklasse 60 – 65 Jahre absolvieren, bis sie sich ins Halbfinale durchgespielt hatte.

In ihrer Lieblingsdisziplin Dameneinzel, auf das sich die Stammspielerin der 2. Mannschaft mit hartem Fitness-Workout-Training beim TuB Bocholt seit Anfang des Jahres vorbereitet hatte, gewann sie das erste Einzel gegen die Japanerin Fusako Araki glatt mit 21:8 u. 21:6. Da die Bocholterin aufgrund ihrer ersten Teilnahme bei einer WM im 32er Feld ungesetzt war, musste sie schon im 2. Spiel gegen die an 4 gesetzte Russin Fiora Dayanova spielen, die sie ohne Probleme mit 21:7 u. 21:11 besiegte. Im Viertelfinale kam dann mit der Dänin Anne-Lise Petersen eine schwerer Brocken. Dank ihrer guten Fitness und geschickter Taktik gewann sie hier in 3 Sätzen mit 21:12, 18:21 u. 21:7. Das Halbfinale gegen die an 2 gesetzte und mehrmalige Senior-Europa- u. Weltmeisterin Christin Black aus Schottland erwartete Frau Schulta-Jansen mit Spannung, da sie im Jahre 2006 bei den Europameisterschaften in den Niederlanden im Viertelfinale gegen die Schottin nach hartem 3-Satzkampf verloren hatte. Leider musste sie sich auch dieses Mal nach spannendem Match mit 21:18 u. 21:18 gegen die spätere Silbermedaillengewinnerin geschlagen geben. „Diese international erfahrenen Spielerinnen haben einfach eine größere Sicherheit und Abgeklärtheit, aber ich habe ja auch noch Luft nach oben“, erklärte Frau Schulta-Jansen schmunzelnd.



Im Damendoppel trat Marie-Luise Schulta-Jansen mit der 65jährigen Angela Michalowski aus Greifswald an, die in ihrer Laufbahn viele Meistertitel im früheren Ostblock und nach 1990 auch auf Europa- und Weltmeisterschaften der Altersklasse gesammelt hat. Im ersten Spiel der 32er Runde hatten sie, noch nicht aufeinander eingespielt, eine harte Nuss zu



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



knacken mit dem erfahrenen englischen Doppel Brenda Creasey und Janet Williams. Mit 21:17, 12:21 u. 25:23 kämpften sie sich durch, wobei sie im 3.Satz schon mit 17:20 den Matchpunkt gegen sich hatten. Das zweite Doppel im verbliebenen 16er Feld gegen die Inderinnen Sunita Dsonza und Punita Nagalia lief dagegen glatt mit 21:15 u. 21:10. Im Viertelfinale standen die Deutschen den starken, auf Platz 3 gesetzten Däninnen Hanne Nielsen und wiederum Anne-Lise Petersen gegenüber. 3 Sätze waren nötig, um mit 17:21, 21:15 u. 21:9 ins Halbfinale einzuziehen. Dort allerdings mussten sie sich dem auch allen anderen Paarungen sehr überlegenen, an 1 gesetzten und späteren Weltmeisterinnen Christin Black/Schottland und Marjan Ridder/Niederlande in 2 Sätzen mit 21:12 u. 21:11 beugen.

Im Mixeddoppel gelangte Frau Schulta-Jansen mit ihrem Greifswalder Partner Erfried Michalowski, der leider gesundheitlich gehandicapt war, nach einem klaren Sieg gegen die Franzosen Benoit Jouvelet und Liliane Lefort in die 2. Runde der letzten 16, wo sie gegen die an Platz 1 gesetzten Engländer Peter Emptage und Anne Bridge mit 21:14 u. 21:10 verloren.

„Ich bin sehr zufrieden“, so die Bocholter Spielerin. „Dieses grandiose Turnier mit rund 1300 Teilnehmern aus mehr als 40 Ländern im schönen schwedischen Helsingborg war allein schon eine Reise wert. Die 2 Bronzemedailles sehe ich als Sahnehäubchen und als Motivation für die Europameisterschaft nächstes Jahr in Portugal, die ich jetzt schon innerlich gebucht habe.“





# Landhaus Ridder

Restaurant • Caterer

[www.landhaus-ridder.de](http://www.landhaus-ridder.de) - T: 02871/13682



## TUI TravelStar Reisebüro Geukes *real* - Passage

Welfenstr. 21 • 46395 Bocholt

Tel.: 02871 - 18 56 70 • Fax: 02871 - 18 56 02

[info@reisebuero-geukes.de](mailto:info@reisebuero-geukes.de)

[www.reisebuero-geukes.de](http://www.reisebuero-geukes.de)

# Allianz

## PERSONEN-VERSICHERUNGEN UNFALL - LEBEN - RENTEN

RECHTSSCHUTZ-  
VERSICHERUNGEN

ALLIANZ  
KAPITALANLAGEN  
INVESTMENTFONDS

SACH-  
VERSICHERUNGEN  
ALLER ART

VERMITTLUNG VON:

HERMES-KREDIT  
VERSICHERUNGEN  
LEASING-VERTRÄGEN

KFZ-  
VERSICHERUNGEN

ALLIANZ  
BAUSPAR-VERTRÄGE

ALLIANZ  
PRIVATE - KRANKEN-  
VERSICHERUNGEN

VERSICHERUNGEN  
FÜR ELEKTRONISCHE  
SYSTEME

# WOLFGANG + RALF ELTING

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

email: [w.eltting@allianz.de](mailto:w.eltting@allianz.de)  
[ralf.eltting@allianz.de](mailto:ralf.eltting@allianz.de)

## Gelungener Saisonstart der Volleyballerinnen von TuB Bocholt

Bei den Damentteams von TuB Bocholt gab es einen guten Saisonstart. Die 1. Damenmannschaft gewann ihre ersten beiden Spiele (3:1 -TuB 2, 3:1 – Ahaus 2), das 2. Team verlor im direkten Duell gegen das erste Team und gewann gegen die Raesfelder VG mit 3:0. Die Chance, dass einem der beiden Teams der Aufstieg in die Bezirksliga gelingt, ist da.

Unsere junge 3. Damenmannschaft, die als Aufsteiger ebenfalls in der Bezirksklasse spielt, verlor ihre ersten beiden Spiele gegen starke Gegner (Hünxe 2, Vierlingen) jeweils mit 0:3. Ziel des Teams ist der Klassenerhalt. Die 4. Damenmannschaft (Kreisliga) gewann ein Spiel (3:0 – TV Rhede) und verlor eines nur knapp (1:3 – VC Reken 3).

Besonders stolz sind wir darauf, dass wir im weiblichen Jugendbereich in dieser Saison in allen Altersklassen (U 13 – U20) vertreten sind. Die U 20 und U 18 werden erst in der nächsten Saison größere Erfolge feiern, da beide Teams bis auf 1 – 2 Spielerinnen auch in der Folgesaison in der gleichen Konstellation in dieser Altersklasse antreten dürfen. Dennoch konnten beide Teams bereits einen Sieg (bei 2 Niederlagen) für sich verbuchen.

Unsere U 16 und U 14 warten noch auf ihren ersten Sieg. Die neu aufgestellten Teams müssen erst noch Erfahrungen sammeln. Unsere U 13 startet erst im November mit ihrer Saison.

Mein besonderer Dank gilt Markus Terwege. Er hat mit dazu beigetragen, dass wir für die Zukunft besser aufgestellt sind. So bereitet er unsere Mäd-



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



chen auf die D-Schiedsrichterprüfung vor, die alle 6 Teilnehmerinnen bestanden haben und half dabei, das 5 Mädchen (Floresa Kuci, Anna-Lena Nowak, Pia Schmidt, Nora Chegdaly und Lena-Sophie Hell) den Co-Trainerschein erwerben konnten. Diese Mädchen trainieren bereits unsere U 13 und helfen bei der Betreuung unserer U 16 und U 14 Mannschaft.

Michael Kindermann

## Turnen für Mädchen und Jungen (3 bis 5 Jahre)

Für Kleinkinder im Alter von 3 bis 5 Jahren bieten wir seit kurzem eine neue Trainingszeit im SGZ, Halle 1 an.

**Mittwoch, 14.30 - 16.00 Uhr**  
mit Sabrina Betting  
Sport-Gesundheits-Zentrum, Halle 1  
Lowicker Str. 19c, 46395 Bocholt

Kinder im passendem Alter können eine Schnupperstunde absolvieren. Mitzubringen sind Sportkleidung und etwas zu Trinken.

Bei weiteren Fragen steht Ihnen die Geschäftsstelle gerne zur Verfügung.



### Ansprechpartner

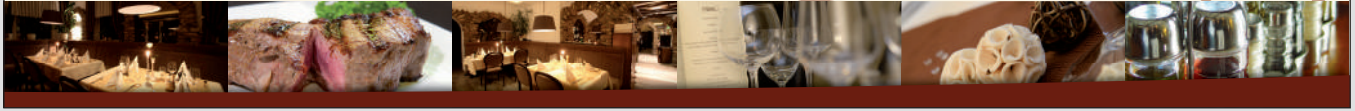
Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de





Hohe Straße 6 • 46499 Dingden  
Tel.: 0 28 52 / 27 82  
[www.steakhaus-el-paso.de](http://www.steakhaus-el-paso.de)

Ankommen und sich wohlfühlen



MINERALÖLVERKAUF

**Anton-J. Strotmann**

Heizöl - Diesel - Öle - ERC Additive



Additive  
Technology



Bocholt • Telefon 0 28 71 / 2 92 39 50 • Borken Telefon 0 28 61 / 9 80 84 12 • Fax 9 80 84 28



**VAN DER WALLE**

Baumaschinen van der Walle GmbH



[www.vanderwalle.de](http://www.vanderwalle.de)

**5% Rabatt bei Baumaschinen van der Walle**

Die Vereinsmitglieder von TUB BOCHOLT erhalten bei Vorlage eines gültigen Vereinsausweises, einen 5% Rabatt bei Mietgeräten. Dieses Angebot steht Privatkunden bis zum 31. Dezember 2015 zur Verfügung.

Wir freuen uns, Sie in unseren Räumen begrüßen zu dürfen und beraten Sie gerne, ganz nach unserem Motto „Wir tun alles damit's für Dich einfacher wird“.

## Das Freiwillige Soziale Jahr im Sport

Für viele junge Frauen und Männer geht im Sommer die Schulzeit zu Ende. Wer keinen Ausbildungs- oder einen Studienplatz hat oder noch ein wenig Zeit zur Orientierung benötigt, kann die Wartezeit dennoch sinnvoll nutzen. Der TuB Bocholt bietet jedes Jahr einem jungen Erwachsenen die Möglichkeit ein freiwilliges soziales Jahr im Sport zu absolvieren. Die hierbei gebotenen Aufgaben sind vielfältig. Neben dem Einsatz im vereinseigenen Sport- und Gesundheitszentrum gewährt das FSJ im Rahmen der Kindersportschule oder dem Psychomotorischen Turnen erste Einblicke in die praktische Arbeit mit Kindern- und Jugendlichen. Jeder FSJler erwirbt während seiner Ausbildung eine Übungsleiterlizenz, die die Grundlage für die Durchführung eigenständiger Sportangebote bildet. Das FSJ beginnt am 1. September.

## Unsere FSJlerin Valerie berichtet



Schon im Winter letzten Jahres machte ich mir Gedanken, was ich nach meinem Abitur machen soll. Einfach irgendwas zu studieren, was mir gefallen könnte, kam für mich nicht in Frage. Also stieß ich schnell auf ein freiwilliges soziales Jahr, und sogar der Bereich war schnell klar. Sport sollte es sein, denn

den betreibe ich schon seit Jahren leidenschaftlich gern. Dadurch, dass der vorherige FSJler auch auf meiner Schule war, wusste ich, dass beim TuB Bocholt die Möglichkeit besteht, eines zu machen. Ich zögerte nicht lange und bewarb mich im Winter 2014. Im September habe ich die Stelle angetreten, um mich zu orientieren und mir sicher zu werden, wo mich mein beruflicher Weg hinführen soll. Gleichzeitig möchte ich viele Erfahrungen sammeln, indem ich mich mit verschiedenen Menschen und Kindern jeden Alters auseinandersetze, mich den Problemen, die damit verbunden sind stelle und selbstbewusst und ruhig in jede Situation gehe. Grob aufgeteilt, begleiten mich während meiner Arbeit zwei Bereiche. Auf der einen Seite steht die Arbeit im Studio, die meistens mit kleinen Verwaltungsarbeiten zusammenhängt. Auf der anderen Seite ist



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



Allgemeine Informationen zum FSJ im Sport finden Sie auf der Seite des Landessportbundes NRW unter [www.sportjugend-nrw.de](http://www.sportjugend-nrw.de). Interessenten für das kommende FSJ (Beginn im Sommer 2016) können eine Kurzbewerbung an die Geschäftsstelle des TuB Bocholt, Lowicker Str. 19c, 46395 Bocholt richten.



**Beginn 01.09.16  
Jetzt bewerben!**

die Arbeit mit den verschiedenen Kindergruppen, was der Bereich ist, der mehr Spaß macht. In den Gruppen der Kindersportschule und der Offenen Ganztagschule unterstütze ich die Übungsleiter mit der sportlichen Betreuung der Kinder, helfe beim Auf/-und Abbauen, bringe Ideen für Spiele ein und fungiere als wichtige Bezugsperson der Kinder. Die Psychomotorikgruppe ist ohne einen Gruppenhelfer nicht zu bewältigen, da dort Kinder mit den unterschiedlichsten Schwächen aufeinander treffen, die eine besondere Betreuung brauchen. Da ich in meiner Freizeit unter anderem Fußball spiele, habe ich eine Fußball AG und eine Fußballjugendmannschaft übernommen. Während des Trainings stieß ich schnell auf eine Sprachbarriere, da unter anderem zwei Flüchtlingskinder mittrainieren. Schnell haben wir uns mit dem Problem arrangiert, da einige der anderen Kinder Übersetzen können. So dauert jede Übung und jedes Erklären zwar etwas länger, aber jeder kann mitmachen und hat Spaß. Ich denke aber, dass man mit seinen Herausforderungen wächst und aus seinen Erfahrungen, die man in einem freiwilligen sozialen Jahr macht, nur weiterlernen kann.



Für alle,  
denen Fairplay wichtig ist.



Sparkasse  
Westmünsterland

Erfolg ist erstrebenswert. Umso schöner, wenn er von Achtung und Fairness geprägt ist. Denn einer ist auf den anderen angewiesen – im Sport, im Beruf, im alltäglichen Miteinander. Auf dieser Grundlage arbeiten wir auch für Ihre finanziellen Ziele. Infos auch im Internet unter [www.sparkasse-westmuensterland.de](http://www.sparkasse-westmuensterland.de). **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

## Wanderwoche TuB Bocholt „Team 50plus“

Vom 11.-15. Oktober 2015 begaben sich 8 Wanderer auf nach Biebelnheim zum Weingut Vogt-Fehlinger um hier ihren Wanderurlaub zu verbringen. Wir kamen gegen 12.00 Uhr mittags an und wurden, nachdem wir unser Lunchpaket verspeist hatten, vom Junior Jörg Fehlinger in die Weinberge rund ums Haus geführt. Jörg erklärte uns einiges über Weinanbau sowie Hege und Pflege der Weinreben. Kaffee und Kuchen schlossen sich an und gegen 16.00 Uhr begann eine Weinprobe bei sonnigem Wetter im Pavillon am Weingut. Verköstigt wurden Weiß-, Rosé- und Rotweine. Frisch gebackenes Brot, Spundekäs und Käse sorgten für die gute Verträglichkeit des konsumierten Wein. Nach dem Abendessen verbrachte die Gruppe noch einige Stunden bei Wein und guten Gesprächen mit der Familie Fehlinger in der Weinstube.

Am anderen Morgen fuhren wir mit 2 PKW's nach gutem Frühstück zum 12 km entfernten Siefersheim. Hier starteten wir die 12,5 km lange Wanderung „Hiwweltour Heideblick“ bei wunderbarem Herbstwetter mit Sonnenschein. Kultivierte Weinberge, grandiose Heidelandschaften, wild-romantische Felspartien, atemberaubende Ausblicke lösten sich ab. Einen Abstecher machten wir nach Neu-Bamberg mit seinem historischen Ortskern und der imposanten Burgruine. Abendessen in Sutter's Landhaus sowie gemütliche Stunden auf dem Weingut beschlossen den 1. Tag harmonisch.

Am Dienstag fuhren wir wieder mit 2 PKW's zum 10 km entfernten Bad Kreuznach. Von hier starteten wir bei Sonnenschein eine 17 km lange Wandertour, die uns durch die Altstadt Bad Kreuznachs, um das Saliental und durch die zwei Heilbäder Bad Kreuznach und Bad Münster am Stein führte. Hier erschloss sich das Naturschutzgebiet Rotenfels mit 327 Höhenmetern und 15,2 km Länge. Grandiose Ausblicke auf Bad Münster am Stein und Ebernburg sowie die Nahe boten sich hier. Entlang der Nahe ging der Weg zurück nach Bad Kreuznach. Das Abendessen nahmen wir im Weinhaus HESS ein. Der Abend klang wieder mit Wein und Gesprächen bei Vogt-Fehlinger aus.

Am Mittwoch verschlechterte sich das Wetter. Es regnete und die Temperaturen sanken nachts bis zur Frostgrenze. Unsere ursprünglich geplante Tour durch die „Rheinhessische Toskana“ wurde kurzerhand aufgegeben und demokratisch einigten wir uns auf einen Ausflug nach Bingen. Hier begann eine kombinierte Schiffs- Sessellift- und Wandertour „Schweben über Reben“. Mit dem Schiff ging es nach Assmanns-



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



hausen, hier mit dem Sessellift hoch über Weinreben. Eine 30minütige Wanderung durch den Buchenwald führte uns vorbei an einem Damwildgehege und wir kamen zum monumentalen Niederwalddenkmal. Das Niederwalddenkmal liegt am Rand des Landschaftsparks Niederwald oberhalb der Stadt Rüdes-



heim am Rhein. Zu seinen Füßen befinden sich die Weinlagen des Rüdesheimer Berges. Das Denkmal sollte an die Einigung Deutschlands 1871 erinnern. Seit 2002 ist das Niederwalddenkmal Teil des UNESCO-Welterbes Oberes Mittelrheintal. Es bot sich Aussicht auf Rüdesheim, die Burgen Ehrenfels und Rheinstein, den Mäuseturm in Bingen und die Abtei St. Hildegard von Bingen. Nach dem Abstieg genossen wir in Rüdesheim einen eigens vom Wirt zelebrierten „Rüdesheimer Kaffee“. Ein Bummel durch die berühmte Drosselgasse schloss sich an, bevor wir mit dem Schiff wieder nach Bingen und von dort mit dem Auto zurück zu unserem Weingut fuhren.



Das Abendessen fand dieses Mal im Gasthof „Zur Alten Mühle“ statt. Die hier angebotenen frischen Forellen oder halben Hähnchen schmecken vorzüglich. Am Donnerstag mussten wir Abschied nehmen vom Weingut Vogt-Fehlinger. Nach dem Frühstück machten wir uns samt Gepäck und einiger Weinbestellungen auf den Weg nach Maria Laach, der Benediktiner Abtei am Ufer des Laacher Sees, ca 100 km von Biebelnheim entfernt. Nach unserer Ankunft bildeten wir uns im Klosterforum bei einem 20minütigen Film über das Kloster und das Klosterleben und ließen uns anschließend von der Abteikirche beeindrucken.

Ein Besuch der Klostergärtnerei und der Buch- und Kunsthandlung durfte ebenfalls nicht fehlen. Um 13.00 Uhr war für uns der Tisch in der Kloster gaststätte reserviert. Die 7,7 km lange Wanderung um den Laacher See musste leider wegen des andauernden Regens aufgegeben werden, so dass wir uns bereits hier voneinander verabschiedeten und mit 3 Autos die Heimreise ins 200 km entfernte Bocholt antraten.

Schöne, harmonische Tage, bestens vorbereitet durch unsere liebe Margret Robers, und ihre Co-Pilotin Anne Kösters, gingen zu Ende, und wir freuen uns bereits aufs nächste Jahr. - Ingrid Panofen

### Mit „Team 50 plus“ von Mühle zu Mühle

Im nördlichsten Zipfel Westfalens, mit dem Weser- und Wiehengebirge im Süden und der weiten Ebene im Norden sind 23 Teilnehmer von „Team 50 plus“ an fünf Tagen im September mit den Rädern unterwegs. Ausgehend von unserem Hotel „Im Loh“ in Espelkamp-Frotheim starten wir täglich eine 50 bis 60 Kilometer lange Rundtour. Entspannt, ohne nennenswerte Steigungen, radeln wir auf Wirtschaftswegen und Radwegen, die häufig von schwer tragenden Apfel- und Birnbäumen gesäumt sind. Wir durchfahren Moor-, Wald- und Ackerbaulandschaften sowie hübsche Ortschaften mit ihren hellen Fachwerkhäusern.

Beeindruckend ist die Vielzahl der verschiedenen Mühlen. Am Ende der Fahrradtour sind wir gut informiert über Wind-, Wasser- und Rossmühlen, kennen den Unterschied zwischen Holländer- und Bockwindmühle, sowie ober- und mittelschlächtigem Wasserrad.



Im Museumsdorf Rahden haben wir eine Führung durch ein vollständig eingerichtetes Bauerngehöft mit dazugehörigen Nebengebäuden, das die Lebensweise des 19. Jahrhunderts widerspiegelt.

Nicht nur Mühlen, auch eine Vielzahl alter Herrenhäuser mit großen Parkanlagen liegen an unserer Fahrradroute. Sie sind zum Teil in langer familiärer Tradition geführt und von privaten Eigentümern bewohnt.

Das Naturschutzgebiet „Großes Torfmoor“ lernen wir am letzten Tag kennen. Mit den Rädern erreichen wir das 5 km von unserem Hotel entfernte Hochmoor und lassen uns dann 1 ½ Stunden zu Fuß durch das Moor führen und die Tier- und Pflanzenwelt erklären. Wir erfahren, dass das Naturschutzgebiet Großes Torfmoor das größte noch verbliebene Mooregebiet in ganz Nordrhein-Westfalen ist.

Während der gesamten Tage haben wir ausschließlich radfahrerfreundliches Wetter. Regengüsse kommen nur nachts vor und einmal, als wir uns sicher beim Mittagessen in einer Gaststätte befinden.

Nach fünf Tagen nehmen wir wehmütig Abschied vom Hotel Im Loh mit seiner hervorragenden Gastronomie und dem sehr freundlichen Personal. Auch nach der Rückkehr in Bocholt schwärmen viele Teilnehmer noch von der tollen Schlemmer-Radfahrwoche im Mühlenkreis. - Margret R.



# Autohaus Becher

Ihr starker Partner in Sachen Auto

Wenden Sie sich daher in allen  
Autofragen vertrauensvoll an uns !



Heinz Möllenbeck



Klaus Meckelholz



Jörg Möllenbeck



Birgit Möllenbeck



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



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

In Wesel an der Schermbecker Landstraße

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

In Hamminkeln an der B 473

[www.auto-becher.de](http://www.auto-becher.de)

Alles für ein schönes Zuhause!

# GARTEN. BAUEN. RENOVIEREN.



Wir beraten Sie und das tun wir gern!

... da geh' ich hin!

**hagebau  
FRIELING**

Baumärkte & Baufachhandel

hagebaumarkt B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Bocholt.** Werther Straße 50.  
hagebaumarkt II B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Coesfeld.** Dülmener Str. 100.  
hagebaumarkt B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Gescher.** Mühlengrund 4.  
hagebau-centrum B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Gronau-Epe.** Gronauer Str. 178.  
hagebaumarkt B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Haltern am See.** Krumme Meer 3.  
hagebaumarkt B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Nottuln.** Oststraße 1.  
hagebaumarkt B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Ochtrup.** Deipenbrook 1.  
hagebaumarkt Rhede B. Frieling GmbH & Co.KG  
**Rhede.** Gronauer Straße 25.

[www.hagebau-frieling.com](http://www.hagebau-frieling.com)



seit 1899

**Backspezialitäten**



Mehr als Qualität:  
Sinnack Backspezialitäten.

Handwerk auf hohem Niveau.

Die Sinnack Backspezialitäten GmbH & Co. KG ist eine der leistungsfähigsten Großbäckereien Deutschlands. Um das auch zu belegen, können wir uns das Auflisten von beeindruckenden Zahlen zu Produktionsvolumen und Umsatz zum Glück sparen. Denn wir beweisen die hohe Qualität unserer frischen, gekühlten und tiefgekühlten Backspezialitäten täglich direkt dort, wo es wirklich zählt: beim Kunden. Erfolg ist eine Frage des Geschmacks – und Sinnack Produkte schmecken einfach nach mehr.



Sinnack Backspezialitäten GmbH & Co. KG  
Harderhook 15 | D-46395 Bocholt  
Telefon (0 28 71) 25 05-0  
[info@sinnack.de](mailto:info@sinnack.de) | [www.sinnack.de](http://www.sinnack.de)

## Veranstaltungen im 1. Halbjahr 2016

### Mittwoch, 13.01.16 - Spielenachmittag

Für alle, die gern in Gesellschaft spielen. Es wird Karten gespielt z.B. Skat, Doppelkopf, Skip-Bo, Rommé. Auch Würfelspiele sind möglich. Beginn: 15.00 Uhr im Tennis-Sportzentrum Süd-West, Lowicker Str. 19d.

### Mittwoch, 27.01.16 - Spielenachmittag

Beginn: 15.00 Uhr im Tennis-Sportzentrum Süd-West, Lowicker Str. 19d.

### Mittwoch, 10.02.16 - Rückschau

An diesem Nachmittag halten wir mit einer Fotoschau Rückschau auf Rad- und Wandertouren im vergangenen Jahr. Beginn: 15.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen im TuB Clubhaus, Lowicker Str. 19c, Anmeldung bei Hedwig Elfers

### Mittwoch, 17.02.16 - Spielenachmittag

Beginn: 15.00 Uhr im TuB Clubheim, Lowicker Str. 19c.

### Mittwoch, 02.03.16 - Spielenachmittag

Beginn: 15.00 Uhr im TuB Clubheim, Lowicker Str. 19c.

### Mittwoch, 16.03.16 - Spielenachmittag

Beginn: 15.00 Uhr im TuB Clubheim, Lowicker Str. 19c.

### Sonntag, 24.04.16 - Mehrtagestour

24.04. - 29.04.16 - Wir sind mit den Rädern auf der Zweiländer-Route unterwegs. Auf der grenzüberschreitenden Route Deutschland - Niederlande, radeln wir von Aachen bis Bocholt, von Hotel zu Hotel. Info und Anmeldung bei Margret Robers.

### Mittwoch, 25.05.16 - Boule-Nachmittag

Für alle, die Spaß an Bewegung und Spiel haben. Um 14.00 Uhr treffen sich die Teilnehmer an der Boule-Anlage auf dem TuB-Gelände. Anfänger werden sachkundig von Dieter Koch unterwiesen.

### Mittwoch, 15.06.16 - Tagesausflug Emsbüren

Wir besuchen Emsflower, Europas größte Gärtnerei für Beet- und Balkonpflanzen, mit Tropen-, Kakteen- und Schmetterlingsarten, Anmeldung: Hedwig Elfers

### Mittwoch, 22.06.16 - Minigolfturnier

Um 14.00 Uhr treffen sich die Teilnehmer am TuB-Clubheim. Mit dem Fahrrad fahren wir zu einem Minigolfplatz und werden dort das Minigolfturnier austragen, Anmeldung: Hedwig Elfers

### Termine Wandern

Treffpunkt: TuB-Clubhaus, Lowicker Str. 19c

Samstag, 09.01.16 - 13.30 Uhr

Samstag, 23.01.16 - 13.30 Uhr

Samstag, 06.02.16 - 13.30 Uhr

Samstag, 20.02.16 - 13.30 Uhr

Samstag, 05.03.16 - 13.30 Uhr

### Termine Radwandern

Treffpunkt: TuB-Clubhaus, Lowicker Str. 19c

Samstag, 26.03.16 - 14.00 Uhr

Samstag, 09.04.16 - 14.00 Uhr

Samstag, 23.04.16 - 14.00 Uhr

Samstag, 07.05.16 - 09.30 Uhr

Samstag, 21.05.16 - 09.30 Uhr

Samstag, 04.06.16 - 14.00 Uhr

Samstag, 18.06.16 - 14.00 Uhr

Verschenken Sie zu Weihnachten doch mal

**Gesundheit und Fitness**

**Verschenken Sie einen Gutschein für das Fitness-Studio von TuB Bocholt.**

gilt für alle Studio-Angebote\*:  
Studio-Fitness, Fitness „50 plus“, Kurs-Fitness

**Wir schenken Ihnen ebenfalls einen Gutschein!**

Sie erhalten von uns einen 20€-Gutschein von Intersport PIERON in Bocholt.

**INTERSPORT PIERON**

\*gilt nicht für bestehende Studio-Mitgliedschaften

TuB Bocholt 1907 e.V., Lowicker Str. 19c, 46395 Bocholt  
Tel. 02871 2781-0, [www.tub-bocholt.de](http://www.tub-bocholt.de)

# Blumen Wilken

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

Inh. Norbert Wilken • Blücherstr. 104 • 46397 Bocholt • Tel.: 02871 / 50 48 • Fax: 02871 / 99 88 04



Unsere neue Hausmarke:  
die **ENZO COLLEZIONE 1964**

**50 JAHRE**  
**FLIESEN HÜNING**

FACHWISSEN, FLEXIBILITÄT  
UND FLIESEN - SEIT 1964!

Dinxperloer Straße 331 Tel.: 02871 - 27 82 - 0  
46399 Bocholt www.fliesen-huening.de

Mo - Do 8:00 - 18:30 Uhr  
Fr 8:00 - 20:00 Uhr  
Sa 9:00 - 16:00 Uhr



Bei uns wird Treue belohnt!  
Holen auch Sie sich Ihre persönliche

## Quiko® Card

Viele Vorteile warten auf Sie und Ihr Haustier!  
Rabatte, Aktionen oder exklusive Angebote.



**3 % Sofortrabatt**  
**+7 % Extra-Rabatt auf**

- Wasserpflanzen • Kratzbäume • Futtertiere
- Transportboxen (für Hunde & Katzen) • Käfige (für Vögel & Nager)
- versch. Aktionsangebote (Kauknochen, Flexileinen, Katzenstreu etc.)

Quiko® GmbH • Franzstr. 95 • 46395 Bocholt • Tel. 02871-2487-0  
Fax. 02871-2487-66 • www.quiko.com • ask@quiko.com



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt. Dieser Antrieb ist die grundlegende Kraft, die in uns Menschen steckt. Und genauso sicher, wie es etwas gibt, das Sie morgens aufstehen lässt, ist: Wir unterstützen Sie dabei, dass Sie Ihre Ziele und Wünsche erreichen. Denn es ist unser Antrieb, Ihnen versprechen zu können: **Wir machen den Weg frei.**



**Volksbank**  
**Bocholt eG**

Durch die Bank besser!

## Verlängerung des Rettungsschwimmabzeichen - Übungsleiter Aqua-Fitness

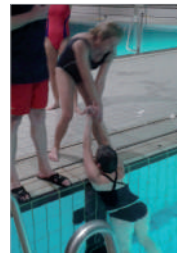
Auch die Übungsleiter im Bereich Aqua-Fitness müssen - zur Sicherung unserer Kursteilnehmer und auch zur ihrer eigenen Sicherheit - regelmäßig das Rettungsschwimmabzeichen verlängern.

Dazu haben sie sich mit Heinz Tüshaus von der DRLG Bocholt im Fildekenbad getroffen. Zuerst gab es eine theoretische Auffrischung des Grundwissens und der Erste-Hilfe-Maßnahmen.

Danach ging es zum praktischen Teil, der natürlich im Wasser stattfand. Dort wurden verschiedene Anforderungen, die für die Verlängerung des Abzeichens wichtig sind, absolviert. Zu den Anforderungen zählen beispielsweise:

- 200 m Schwimmen in höchstens 10 Minuten, davon 100 m in Bauchlage und 100 m in Rückenlage mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit
- Tauchen und Herausholen eines 5kg schweren Rings
- 15m Streckentauchen
- Abschleppen einer Person
- Person aus dem Wasser bergen

Heinz Tüshaus zeigte zu den Anforderungen verschiedene Möglichkeiten auf, die von den Übungsleiterinnen durchgeführt wurden.



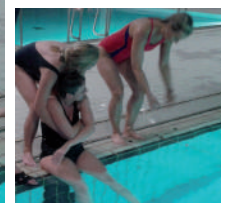
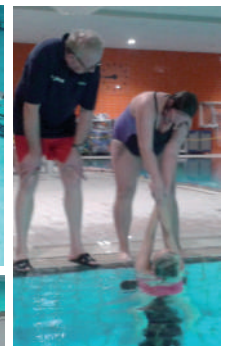
### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



Das Fazit der Übungsleiterinnen:

„Es war ein anstrengender Abend. Trotzdem lohnt es sich, die Verlängerung regelmäßig zu wiederholen - diese gibt uns Sicherheit. Danke an Heinz! Bärbel, Renate, Jutta und Steffi“



## Cheerleader übernehmen das Kommando in der „Neue Liebe“

Das Trainerteam der Cheerleader um Stefanie Seggewiß und Gül Balci hatte zur Party geladen. Kleider, Pailletten und Bling Blings waren das große Thema im Partytempel am 21. November in der „Neue Liebe“.

Zirka 85 Mädels zwischen 4 und 20 Jahren der Cheerleader-Abteilung des TuB-Bocholt hatten Ihre Familien und Freunde mobilisiert um gemeinsam eine coole Fete zu feiern.

Natürlich durfte eine Dancing-Queen an diesem Abend nicht fehlen, die durch eine Elternjury gewählt wurde. Einige Väter konnten ihr tänzerisches Talent beim Zeitungstanz unter Beweis stellen. Beim Stoppstanz gab es nur Gewinner.

Egal ob klein oder groß, Jung oder Alt, alle haben dazu beigetragen dass die Tanzfläche glühte und aus der Party ein Hammer Event wurde.

Ein großer Dank gilt nochmals Rainer Tielmann und seiner Belegschaft von „Neue Liebe“.

Das Cheerleader-Team hat sich willkommen und gut aufgehoben gefühlt.





**ELEKTRO NELSKAMP GMBH**

- Elektroinstallation • Industrieanlagen
- Installation von Alt- und Neubauten
- Klimaanlage • EIB • BUS-Technik
- EDV-Datennetzwerke • SAT-Anlagen

46395 Bocholt  
Sachsenstraße 10  
Tel. (0 28 71) 1 47 03  
[www.elektro-nelskamp.de](http://www.elektro-nelskamp.de)



**Bleibe fit -  
durch physikalische  
Behandlungen**

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

Reygersstr. 29 • 46397 Bocholt  
 **02871/180898**



**Qualitätsküchen zu Top-Preisen – jetzt 2 x in Bocholt**



**Außerdem finden Sie bei uns:** Möbel, Bäder, Einbau- und  
Gleittürschränke aus der eigenen Tischlereiwerkstatt.



Erleben Sie Küchen, Möbel und Design in frischem Ambiente! Bei uns finden Sie die Küche, die zu Ihrer Persönlichkeit passt – Genießen zu zweit oder Platz für die ganze Familie, innovatives Design oder ein klassischer Auftritt – wir beraten Sie kompetent.

**Stammhaus I-Park**  
Am Gut Baarking 23  
46395 Bocholt  
Tel.: 02871 • 21 60 10

**Küchenhaus City**  
Dinxperloer Straße 20  
46399 Bocholt  
Tel.: 02871 • 991 85 27

**KÜCHENHAUS  
TEBROKE**

[info@kuechenhaus-tebroke.de](mailto:info@kuechenhaus-tebroke.de)  
[www.kuechenhaus-tebroke.de](http://www.kuechenhaus-tebroke.de)

## Kursbeginn ab 07. Januar 2016

Ausführliche Informationen zu einzelnen Kursen finden Sie auf unserer Homepage [www.tub-bocholt.de](http://www.tub-bocholt.de), nutzen Sie dort auch das praktische Online-Anmelde-Verfahren.

Natürlich sind wir auch telefonisch oder persönlich zu den Öffnungszeiten der Geschäftsstelle für Sie erreichbar und beraten Sie gerne:



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



**Geschäftsstelle, Lowicker Str. 19c, Tel. 02871 2781-0**

Montag bis Freitag: 09.00 - 12.00 Uhr  
Dienstag - Donnerstag: 16.00 - 20.00 Uhr

## Fitness Plus - Der besondere Präventionskurs

1. Ausführlicher Eingangs-Check mit Leistungsdiagnostik
  - Messung des Blutdrucks
  - Messung des Körperfettanteils
  - Herz-Kreislauf-Test
  - Dr. Wolff BackCheck-Test zur Bestimmung der Rumpfkraft
  - MediMouse-Test zur Bestimmung des Wirbelsäulenstatus

2. Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit und zur Kräftigung der abgeschwächten Muskulatur lt. Leistungsdiagnostik. Re-Test zur Feststellung von Leistungssteigerung und Dokumentation. Zusätzlich bieten wir den Kursteilnehmern

### die freie Nutzung

- unseres Fitness-Studios
- unserer Fitness-Kurse
- unseres Wellnessbereiches (finnische Sauna, Biosauna, Infrarotkabine)

**Kursleiterin: Ulrike Giesen**

**Kursort: Studio, SGZ**



**BARMER GEK**



### Freie Plätze in den Präventionskursen

#### Rückenfitness für eine gesunde Haltung

- KR 105** Dienstag, 17.30 - 18.15 Uhr  
12.01. - 12.04.16  
Marie-Luise Schulta-Jansen
- KR 161** Donnerstag, 10.45 - 11.30 Uhr  
07.01. - 07.04.16  
Ulrike Giesen
- KR 121** Donnerstag, 20.30 - 21.15 Uhr  
07.01. - 07.04.16  
Renate Buchmann

#### Aqua-Fitness im Bahia

- Bahia 104** Dienstag, 11.00 - 11.45 Uhr  
12.01. - 12.04.16  
Marie-Luise Schulta-Jansen

#### Aqua-Fitness im Vitalis

- Vitalis 113** Dienstag, 17.00 - 17.45 Uhr  
12.01. - 12.04.16  
Stefanie Betting
- Vitalis 116** Dienstag, 19.15 - 20.00 Uhr  
12.01. - 12.04.16  
Kerstin Scholz
- Vitalis 117** Dienstag, 20.00 - 20.45 Uhr  
12.01. - 12.04.16  
Kerstin Scholz

#### Aqua-Fitness im Klarabad

- Klara 101** Mittwoch, 10.30 - 11.15 Uhr  
13.01. - 13.04.16  
Marie-Luise Schulta-Jansen

# TEKLOTH

Energie- und Anlagentechnik

# TEKLOTH

Solar- und Speichertechnik

Kälte • Klima • Lüftung  
Elektro • Regelung • Solar  
Heizung • Sanitär • KWK



[www.tekloth-solar.de](http://www.tekloth-solar.de)

PHYSIO THERM®

Beratungszentrum



**Infrarotkabinen –  
endlich in Bocholt!  
Freuen Sie sich auf ...**



- Physiotherm Infrarotkabinen
- Innovative Badausstattungen
- Harmonische LED-Lichtkonzepte
- Professionelles Handwerk

Besuchen Sie uns!  
oder unter [www.wwl-design.de](http://www.wwl-design.de)

**WWL** design  
Wärme Wellness Licht

PHYSIO THERM®

BETTE  
Bäder und Sanitär

BRUMBERG

hansgrohe

Cawo



**OBTEGO**  
Die innovative Badlösung

Für die  
staub- und schmutzfreie  
Badmodernisierung

**wünsch**  
HAUS-  
TECHNIK

Schaffeldstraße 92, 46395 Bocholt, Tel. +49 (0) 2871 - 6142

[www.badspezialisten-wuensch.de](http://www.badspezialisten-wuensch.de)



**Rohleder**  
ELEKTRO-ANLAGEN

Planung und Ausführung von: GmbH

- Kundendienst
- EDV-Vernetzung
- Wärmepumpen
- Photovoltaik - Anlagen
- Kraft-Wärme-Kopplung
- Haus- und Industrieinstallation

Schaffeldstr. 90 · 46395 Bocholt ☎ 0 28 71 - 18 00 16 ✉ 0 28 71 - 1 24 95

[www.elektro-rohleder.de](http://www.elektro-rohleder.de), Tel. +49 (0) 2871 - 180016

| Montag                                                                                                | Dienstag                                                                                                     | Mittwoch                  | Donnerstag                                                                                              | Freitag                                                                                                           | Sonntag                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.00 Uhr*  Spinning | 09.15 Uhr* BOP                                                                                               | 09.00 Uhr* Faturner       | 08.30 Uhr* Bodyworkout                                                                                  | 09.00 Uhr*  Endurance Spinning | 11.00 Uhr Spinning                                                                                  |
| 09.15 Uhr* Bodyworkout                                                                                | 09.15 Uhr* Bodyworkout                                                                                       | 09.00 Uhr* Pilates        | 09.15 Uhr* Pilates                                                                                      | 09.15 Uhr* Step-Aerobic                                                                                           | 11.00 Uhr  Zumba |
| 10.00 Uhr*  Zumba    |                                                                                                              | 09.45 Uhr* BOP            | 10.00 Uhr* Rückenpower                                                                                  | 10.00 Uhr* Schlingentraining                                                                                      |                                                                                                     |
|                                                                                                       |                                                                                                              |                           |                                                                                                         | 10.00 Uhr* BOP                                                                                                    |                                                                                                     |
| 17.30 Uhr Bounce and Fun                                                                              | 18.00 Uhr  Functional WorXX | 17.30 Uhr Bounce and Fun  | 18.00 Uhr  Spinning   | 17.00 Uhr  Power WorXX         |                                                                                                     |
| 18.00 Uhr Yoga                                                                                        | 18.15 Uhr Rückenpower                                                                                        | 18.15 Uhr Bodyworkout     | 18.00 Uhr Yoga                                                                                          | 17.30 Uhr  Iron WorXX          |                                                                                                     |
| 18.00 Uhr  Spinning  | 19.00 Uhr  Zumba Toning     | 19.00 Uhr Step-Aerobic    | 18.15 Uhr Pilates                                                                                       |                                                                                                                   |                                                                                                     |
| 18.15 Uhr BOP                                                                                         | 19.45 Uhr Pilates                                                                                            | 19.45 Uhr Bodyworkout Ü40 | 18.15 Uhr  Iron WorXX |                                                                                                                   |                                                                                                     |
| 19.00 Uhr  Spinning | 20.00 Uhr  Spinning        |                           | 19.00 Uhr  Spinning  |                                                                                                                   |                                                                                                     |
| 19.00 Uhr  Zumba   |                                                                                                              |                           | 19.00 Uhr BOP                                                                                           |                                                                                                                   |                                                                                                     |
| 19.45 Uhr Schlingentraining                                                                           |                                                                                                              |                           | 19.45 Uhr  Zumba    |                                                                                                                   |                                                                                                     |
| 19.45 Uhr Tai Chi/Qigong                                                                              |                                                                                                              |                           | 19.45 Uhr Schlingentraining                                                                             | grau hinterlegt =                                                                                                 |                                                                                                     |
|                                                                                                       |                                                                                                              |                           | 20.30 Uhr Schlingentraining                                                                             | laufen in den Ferien durch                                                                                        |                                                                                                     |
|                                                                                                       |                                                                                                              |                           |                                                                                                         | * = Kinderbetreuung                                                                                               |                                                                                                     |

**ONLINE  
ANMELDUNG**  
[www.tub-bocholt.de](http://www.tub-bocholt.de)

# BRING A FRIEND IM DEZEMBER 2015

1 Monat  
beitrags-  
frei!



Der Freund/ die Freundin trainiert im Dezember beitragsfrei in unserem Programm Studio-Fitness.

Bei Anmeldung des neuen Mitglieds ab 01.01.2016 für eine Mitgliedschaft (Studio-Fitness, Kurs-Fitness, Fitness 50 plus oder Jugendfitness), trainierst Du ebenfalls einen Monat beitragsfrei!\*

\* betrifft den Sonderbeitrag für das Fitness-Studio

## Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



## Erfolgreiches Turnier für TuB Taekwondokas

2xGold, 2x Silber und 5xBronze war die Medaillenausbeute beim Euregio Cup

**Bocholt/Nettetal.** Am Samstag, 07.11. fand der diesjährige Euregio Cup in Nettetal statt. Das Turnier ist vor allem bei Nachwuchssportlern sehr beliebt und daher auch dementsprechend gut besucht. Die TuB-Taekondokas gingen mit insgesamt 10 Sportlern an den Start, wobei Ilkim Turgut, Izel Balci, Mario Schönwald (8 Jahre) und Arslan Cavusman (7 Jahre) ihr erstes Turnier bestritten.

Mario Schönwald gestaltete seine erste kämpferische Begegnung sehr geschickt, konnte er doch einige Körpertreffer erzielen und den Kampf aktiv mitgestalten. Eine kleine Unachtsamkeit brachte ihn jedoch aus dem Konzept und bescherte dem Gegner den Sieg.

Bei ihrem Debüt hatte die 11jährige Izel Balci nicht ganz so viel Losglück, sie geriet an die Topfavoritin. Doch die Bocholterin machte die ersten Punkte in der Begegnung und zeigte keine Furcht. Am Ende konnte sie jedoch der Kontrahentin nicht standhalten und verlor den Kampf.

Auch Ilkim Turgut (9 Jahre) zeigte bei ihrem ersten Kampfeinsatz eine sehr gute Leistung. Das sie am

Ende im Finale unterlag, ist der fehlenden Erfahrung geschuldet.

Arslan Cavusman zeigte ebenfalls einen sehenswerten Einsatz, der kleine Wirbelwind ließ nichts unversucht, scheiterte aber auch am Gegner.

Auch Thomas Bolgert und Luca Ueffing zeigten gute Techniken in ihren Kämpfen und versuchten das im Training erlernte „an den Mann“ zu bringen. Beide errangen die Bronzemedaille.

Eine Silbermedaille konnte Thays van Houten für sich verbuchen. Er konnte erst im Finale gestoppt werden.

Ohne Medaille blieb an diesem Tag Jan-Luis Wennekes der in der sehr stark besetzten Gewichtsklasse -53 kg an den Start ging. Dort traf er auf den amtierenden deutschen Meister, der als Landeskadermitglied den Kampf bestritt. Wennekes zeigte einen tollen Kampfgeist, musste sich aber trotzdem geschlagen geben. Für die erste Goldmedaille des Tages sorgte der erst neunjährige Emre Cavusman, der gewohnt souverän kämpfte. Im Halbfinale düpierte er seinen Kontrahenten mit 28:15 Punkten, die er hauptsächlich durch Kopftreffer und eingedrehte Techniken erreichen konnte. Im Finale drehte Emre dann richtig auf und zeigte was in ihm steckt. Er dominierte den Kampf von Anfang bis Ende und ließ dem Gegner keine Chance, somit errang er verdient den Titel.

Katharina Schmeinck sorgte dann am Ende des Wettkampftages für einen gelungenen Abschluss des Turniers. Sie hatte es ebenfalls bis ins Finale geschafft und wollte dann auch den Titel holen. Sie kämpfte entschlossen und zeigte eine sehr gute Kampfübersicht, so dass sie schnell die Führung übernahm, die sie bis zum Kampfeende verteidigte und ausbaute.



## Emre Cavusman holt Gold

1x Gold und 1 Bronze die Medaillen für TuB Bocholt beim Münster Detmold Cup

**Bocholt/Recklinghausen.** Am Samstag, 24.10.15 fand der diesjährige Münster Detmold Cup In Recklinghausen statt. Gab es im Vorfeld noch Probleme wegen der Hallenbelegung so lief am Turniertag alles reibungslos ab. Mit circa 300 Teilnehmern zählt das Turnier schon zu den größeren Nachwuchsmeisterschaften.

Für TuB Bocholt gingen am Samstag, 24.10 Emre Cavusman und Luca Ueffing an den Start.

Luca Ueffing gestaltete sein Halbfinale anfangs durchaus gut, ging er doch gleich mit einem Kopftreffer in Führung und versuchte diese auch auszubauen. In der zweiten Runde jedoch drehte der zurück liegende Kontrahent auf und schaffte den Ausgleich. Der Bocholter fand nicht mehr in sein Konzept und musste sich dem Gegner am Ende geschlagen geben.

Der erst neun Jahre alte Emre Cavusman startete in der Gewichtsklasse Jugend C-29 kg. Seinen Auftaktkampf bestritt der Bocholter gegen einen Kämpfer aus Korbach. Emre beherrschte seinen Gegner über die ganze Distanz und siegte mit 6:3 Punkten. Im Halbfinale gegen einen Sportler aus Solingen drehte der



### Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



TuB Athlet dann richtig auf. Er machte mehrere erstklassige Kopftreffer und siegte vorzeitig wegen technischer Überlegenheit mit 19:2 Punkten. Im Finale stand Emre einem Sportler aus Gladbeck gegenüber. Beide Taekwondokas konnten in der ersten Runde keinen entscheidenden Treffer landen. Anfang der zweiten Runde konterte Emre den Gegner mit einem Tritt zum Kopf aus und erzielte die Führung, die er bis zum Ende nicht abgab. Der Endstand lautete 4:1 und somit Gold für Emre.

Das neue Taekwondosystem mit elektronischen Westen und Fusschützern ist noch gewöhnungsbedürftig für die Sportler und führt noch zu einigen Schwierigkeiten.

Trainer Yilmaz Balci freute sich sichtlich über den Sieg seines Schützlings, der trotz seines jungen Alters sehr gut mit dem neuen System zurechtkommt.



## Ansprechpartner

Geschäftsstelle  
Tel. 02871 27810  
info@tub-bocholt.de



## Väter voran

Seit einigen Jahren erleben wir es immer mehr, dass die Väter sich aktiv an der Erziehung ihrer Kinder beteiligen und auch an den Elternabenden nicht fehlen wollen.

Am diesjährigen Elternabend konnten wir jedoch mit einer Premiere aufwarten. Während in zwei Gruppen meistens Mütter gekommen waren, waren gerade in unserer blauen Gruppe, in der 14 Kinder ab zwei Jahren betreut werden, nur Väter vertreten.

Die Beteiligung der Eltern hielt sich in Grenzen, was wohl auch daran lag, dass einige Eltern schon erfahrene „Hasen“ waren, einige Eltern Geschwisterkinder in den anderen Gruppen hatten und sie deshalb dort waren. Aber von den Anwesenden an diesem Abend war eine 100% Beteiligung der Väter.

Das finden wir richtig toll!

## Joggen im Kindergarten

Unsere Jogginggruppe besteht nun schon seit einigen Jahren und erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit. Wir joggen einmal in der Woche, in der Regel donnerstags, mit den 5 und 6-jährigen Kindern eine ausgewählte Runde.

Die Kinder müssen bis 8.30 Uhr im Kindergarten sein. Von dort gehen sie, begleitet von 2 Erzieherinnen, zum TuB-Gelände. Um gut gesehen zu werden, bekommen die Kinder eine Sicherheitsweste an. Auf dem TuB-Platz beginnen sie mit Übungen zum Lockern und Erwärmen der Muskeln.

Beim Joggen geht es nicht darum, wer der schnellste ist, die Kinder sollen nicht miteinander konkurrieren. In erster Linie soll die Ausdauer trainiert werden. Die Vorteile des Joggens sind weiterhin, dass die Muskulatur gekräftigt wird und der Körper viel Sauerstoff erhält. Auch die Konzentrationsfähigkeit wird auf diese Weise gefördert. Dieses sind wichtige Kompetenzen für die Kinder, die spätestens beim Schulbesuch gefordert und erwartet werden.

Es dient außerdem der Gesundheitsvorsorge, denn Kinder, die sich viel in der frischen Luft bewegen, sind weniger anfällig für Krankheiten.

Bei der Joggingrunde dürfen die Kinder nach ihren Kräften mitjoggen. Es wird immer auf alle Kinder gewartet, so dass keines befürchten muss, zurückzubleiben.

Bei großer Kälte oder bei Regenwetter wird in unserer kindergarteneigenen Turnhalle ein Bewegungsangebot durchgeführt.

Manchmal kommt es auch vor, dass statt dem Joggen eine Walkingrunde eingelegt wird.

Die Kinder sind jedes Mal mit Begeisterung dabei und nach der frisch getankten Morgenluft macht das Spielen im Kindergarten gleich wieder mehr Spaß! Joggen ist gut für Körper und Seele!





***Wir wünschen  
euch ein frohes  
und friedliches  
Fest!***



**Alles für Deinen Sport.  
Alles für Dich.**

Bei uns stehst Du im Mittelpunkt. Schließlich geht es um Dein Erlebnis und Deinen Spaß am Sport. Wir bieten Dir die Auswahl, die Du brauchst. Den Service, der zu Dir passt. Und das Fachwissen von Menschen, die sich für Sport genauso begeistern wie Du.

**INTERSPORT<sup>®</sup>  
PIERON**

Lars Pieron GmbH & Co. KG  
Rebenstraße 4-12 · 46399 Bocholt

***Aus Liebe zum Sport***

## Mit der TK erreichen Sie Ihre persönlichen Ziele!

Fit werden, den Stress in den Griff bekommen oder erfolgreich abnehmen. Die TK bietet Ihnen bundesweit die passenden Gesundheitskurse.

- Gesundheitskurse gibt es zum Beispiel zu den Themen Rücken, Ernährung und fernöstliche Entspannung.
- TK-Versicherten erstattet die TK bis zu 150 Euro pro Jahr.

Das TK-Gesundheitsprogramm finden Sie unter **[www.tk.de/gesundheitskurse](http://www.tk.de/gesundheitskurse)** (Webcode: 5442). Auch Versicherte anderer Kassen sind herzlich willkommen.

Interesse geweckt? Ich freue mich auf Ihren Anruf.

**Wolfram Weißflog**

Tel. 02 81 - 338 80-330  
[wolfram.weissflog@tk.de](mailto:wolfram.weissflog@tk.de)

**[www.tk.de/vt/wolfram.weissflog](http://www.tk.de/vt/wolfram.weissflog)**

# Gehen Sie jetzt auf Kurs Gesundheit!



Besuchen Sie uns auch auf:

