



KONTAKT

VEREINSNACHRICHTEN

VREFRATH 1893 E.V.



UNSERE ERFOLGREICHEN TEAMS
DER SAISON 2013/14



- BERICHTE AUS VIELEN ABTEILUNGEN
- VIEL ERFREULICHES AUS DER 1. JAHRESHÄLFTE

SOMMER 2014

151



 **Kreissparkasse
Köln**



**Bargeld-
Garantie**



**Beratungs-
Garantie**



**Geld-zurück-
Garantie**



**Kontoauszug-
Garantie**



**Rückruf-
Garantie**



Andere versprechen
Spitzenleistungen.
Wir garantieren sie Ihnen.

 **Kreissparkasse
Köln**

Kontakt 151

Vereinszeitschrift des TV

Inhalt

Wichtige Ansprechpartner	Seite 2
Vorwort	Seite 3
Termine 2014	Seite 4
Badminton	Seite 6
Cheerleading	Seite 18
Fechten	Seite 22
Fitness und Gesundheit	Seite 24
Floorball	Seite 25
Handball	Seite 27
Herzsport	Seite 38
Kampfsport	Seite 39
Running	Seite 41
Schwimmen	Seite 46
Seniorensport	Seite 48
Tennis	Seite 50
Tischtennis	Seite 54
Turnen	Seite 60
Volleyball	Seite 62



5 Jahre Carina's Hairteam

Besuchen Sie uns zu unserem Jubiläum und sichern Sie sich im Monat Mai ihre **5% Rabatt** auf alle Dienstleistungen. Wenn Sie sich in angenehmer Atmosphäre verwöhnen lassen wollen, finden Sie uns direkt neben dem TV Refrath an der Straßenbahnhaltestelle.



Tel: (02204) 304 304 | info@carinas-hairteam.de | www.carinas-hairteam.de

Wichtige Ansprechpartner

Vorstand

Heinz Kelzenberg (1. Vorsitzender)	kelzenberg@tv-refrath.de	02204 24165
Margarete Bartscht (2. Vorsitzende)	bartscht@tv-refrath.de	02204 82356
Wolfgang Faillard (2. Vorsitzender)	faillard@tv-refrath.de	02204 56636
Jochen Baumhof	baumhof@tv-refrath.de	02207 5987
Christopher Braun	braun@tv-refrath.de	0177 7138035

Sportdirektor

Jakob Eberhardt	eberhardt@tv-refrath.de	02204 962665
-----------------	-------------------------	--------------

Ehrenrat

Martin Feith (Vorsitzender)	02204 69139
Sybille Krutt (Stellvertreterin)	02204 67515
Manfred Büscher	02204 24536
Rolf Kürten	02204 64063
Rosemarie Naber	02204 67352

Geschäftsstelle

Wickenpädchen 11	51427 Bergisch Gladbach	
Tel: 02204 60349	Fax: 02204 962699	Mail: info@tv-refrath.de

Geschäftszeiten

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 09:00 bis 12:00 Uhr
Dienstag und Freitag von 15:00 bis 18:00 Uhr
Donnerstag geschlossen

Bankverbindung

Geschäftskonto 368 002 559 / IBAN: DE94 3705 0299 0368 0025 59
Beitragskonto 368 001 055 / IBAN: DE59 3705 0299 0368 0010 55

Kreissparkasse Köln,
BLZ 370 502 99 / BIC: COKSDE33

Vorwort



Liebe Mitglieder,
Willkommen zur neuen KONTAKT!

Wir freuen uns, dass Sie die letzten beiden Ausgaben so gut angenommen haben und Ihnen das etwas kleinere Format „in Farbe“ gut gefällt.

Auch diesmal haben wir wieder aus nahezu allen Abteilungen Berichte und vor allem viele Fotos erhalten, die oft viel aussagekräftiger sind als lange Texte.

Das letzte halbe Jahr stand ganz im Zeichen unserer Mannschaften. Chronologisch gesehen machte unsere M50 Staffel (Heuschen-Lieth-Franssen) den Anfang als sie Anfang März den Deutschen Crossmeistertitel holte.

Die 2. Badmintonmannschaft trug sich ebenfalls in die Geschichtsbücher ein und holte am 22. März die Meisterschaft in der 2. Bundesliga. Sportlich wäre sie damit sogar für die 1. Liga qualifiziert - ein in Deutschland bisher einzigartiges Ergebnis!

Es folgte am 30.3. der von über 400 begeisterten Zuschauern begleitete Sieg der Handball A-Jugend zur Mittelrheinmeisterschaft. Ein wirklich toller Erfolg und der Lohn einer sehr guten Arbeit in unserer HSG während der gesamten Saison!

Ein zweites Badmintonteam machte am selben Tag auf sich aufmerksam, nämlich die U15-Mannschaft. Sie wurde Westdeutscher Meister und holte schließlich Anfang Mai bei den Deutschen Meisterschaften Bronze - Erfolg der guten Talentarbeit.

Auch für die U15-Floorballer war der 30. März ein Glückstag. Sie schafften durch einen zweiten Platz in der Regionalliga die Qualifikation für die „DM“ im Juni. Super!

Und auch im Tischtennis gab es einen Champion: Bei den erstmals in Refrath ausgetragenen Westdeutschen Pokalmeisterschaften der Bezirksligisten Anfang April war das Team des TVR nicht zu schlagen und qualifizierte sich damit für die „Deutschen“.

Ich freue mich sehr für und über die Handballer und Floorballer, die vor allem diese Erfolge erzielen konnten, weil sie einen tollen Teamgeist zeigen konnten. Schön ist es aber sicherlich auch, wenn gerade unsere Individualsportler im Tischtennis, Laufen und Badminton diese sportlichen Höhepunkte als Mannschaft erleben können.

Super, dass dies im TV Refrath möglich ist.

Ich wünsche Ihnen im Namen meiner Mitarbeiter einen sonnigen, sportlichen Sommer!

Heinz Kelzenberg (1.Vorsitzender)

Termine 2014

Di. 24. Juni	Mitgliederversammlung (siehe Seite 25)
Fr. 04. Juli	Übungsleiter-Grillfest (Einladung folgt)
22. - 24. August	Internationaler Adidas U13 Refrath Cup (Badmintonturnier)
06. Juli - 19. August	Sommerferien
31. August	„Tag des Sports“ (Marktplatz und Halle Steinbreche)

Deutsches Grundgesetz, Artikel 1

Die Würde des Menschen
ist unantastbar.

**BESTATTUNGSHAUS
Koziol**

Vürfelser Kaule 53
51427 Bergisch Gladbach
www.bestattungshauskoziol.de
(0 22 04) 9 21 90

Spitzenbadminton in der Halle Steinbreche



Dienstag 7.9.	18 Uhr	1. Bundesliga - 1. BC Beuel
Freitag 26.9.	19 Uhr	1. Bundesliga - Bischmisheim
Samstag 27.9.	14 Uhr	2. Bundesliga - FC Langenfeld
Sonntag 28.9.	14 Uhr	2. Bundesliga - EBT Berlin
Sonntag 9.11.	14 Uhr	2. Bundesliga - BV Wesel RW
Samstag 29.11.	14 Uhr	1. Bundesliga - Rosenheim
Sonntag 30.11.	14 Uhr	1. Bundesliga - TSV Neuhausen
Sonntag 14.12.	14 Uhr	1. Bundesliga - 1. BV Mülheim



**Wer einmal da war,
kommt gerne wieder!**

¹⁾ Voraussetzung: Gehalts-/Bezügekonto; Genossenschaftsanteil von 15,- Euro/Mitglied

0 800/46 22 22 6
www.bbbank.de

0, Euro¹⁾ Girokonto und Depot

Die BBBank überzeugt immer mehr Kunden mit ihren Leistungen. Führen Sie Ihr Bankdepot und Ihr Gehalts-/Bezügekonto kostenfrei¹⁾ – ohne monatlichen Mindesteingang auf Ihrem Girokonto. Und genießen Sie den Service einer kompetenten Beraterbank. Gerne überzeugen wir auch Sie von unseren Vorteilen. Informieren Sie sich!



BBBank-Filiale Frankenforst
Burgplatz 6 b-c
51427 Bergisch Gladbach

BB Bank

So muss meine Bank sein.

Infos

Mannschaft des Jahres 2013 im Rheinisch Bergischen Kreis wurde...



...die U19-Badmintonmannschaft des TV Refrath

Als Westdeutscher und Deutscher Meister setzte man sich gegen die Konkurrenz aus dem Fußball, Handball, Tennis und der Leichtathletik durch und stand bei der Ehrung am 10.4. im Bergischen Löwen „ganz oben“ - super!!



QUALITÄTSDRUCKSACHEN

BRIEFPAPIERE
BRIEFUMSCHLÄGE
RECHNUNGEN
KATALOGE UND PREISLISTEN
FAMILIENDRUCKSACHEN
PLAKATE
EIN- UND MEHRFARBENDRUCKE
ENDLOSFORMULARE

DRUCKEREI ANDERMANN

INH. LISELOTTE ANDERMANN

IM SCHLANGENHÖFCHEN 25
51427 BENSBERG-REFRATH

TELEFON 02204-64313 • TELEFAX 02204-64867

E-MAIL DRUCKEREI.ANDERMANN@T-ONLINE.DE

Badminton



1. Bundesliga: Saisonziel verfehlt

Die fünfte Saison sollte die Beste bisher werden, so klar war die Zielsetzung vor der Saison definiert worden. Dass am Ende ein nicht so gutes Ergebnis für unsere 1. Mannschaft heraus kam, hatte mehrere Ursachen.

Durch den langen Ausfall unserer neuen Nummer 1, Toby Penty, der erst zur Rückrunde wieder fit wurde und auch dann noch nicht seine Bestform fand, gab es fast während der gesamten Saison Personalprobleme.

Hinzu kam, dass auch das Zweitligateam möglichst lange in Bestbesetzung spielen sollte, um die Meisterschaft einzufahren und damit als „Update“ für die Erste zu dienen. All das unter einen Hut zu bekommen war eine schwierige Aufgabe und führte hier und da auch zu unglücklichen Personalentscheidungen.

Schließlich war der Klassenerhalt kein Thema und auf der Zielgeraden konnten wir bereits einige Dinge für die bevorstehende 6. Bundesligasaison lernen:

1. Unsere Damen Carla und Chloe sind spitze in der Bundesliga - eine dritte Dame können und wollen wir uns nicht leisten.
2. Mit Max Schwenger haben wir den herausragenden Doppel- und Mixedspieler der Zukunft in Deutschland.
3. Fabian Roth hat das Zeug dazu, bereits in der kommenden Saison viele Herreneinzel in der 1. Liga zu gewinnen
4. Um erfolgreich zu sein, ist es wichtig, auch im 1. Herreneinzel wettbewerbsfähig zu sein. Da Richard Domke erst im November wieder angreifen kann und Toby Penty ebenfalls noch Zeit braucht, besteht hier Handlungsbedarf.

Selbst gegen den monatelangen Tabellenführer 1.BV Mülheim hatten wir ein Unentschieden auf dem Schläger und sogar ein Auswärtssieg wäre dort nicht unmöglich gewesen. Wir können dauerhaft mit den besten Bundesligateams mithalten und nehmen uns für die kommende Saison vor, in die obere Tabellenhälfte zu kommen.

Wünschenswert wäre eine noch bessere zahlenmäßige Unterstützung durch unsere Vereinsmitglieder (nicht nur Badminton!) bei den Bundesliga-Heimspielen, die bekanntermaßen erstklassigen Sport in die Halle Steinbreche bringen.



Team 2 mit: Daniel Winkelmann, Raphael Beck, Johannes Szilagyi, Lars Schänzler, Kai Waldenberger, Fabian Roth und Mark Byerly sowie vorne Hanna Kölling, Mette Stahlberg und Iris Tabeling (v.l.n.r.)

Unglaublich: TV Refrath 2 wird Meister der 2. Bundesliga

Dass eine 2. Mannschaft eines Clubs Meister der 2. Liga wird, aber dann nicht aufsteigen darf, das hatte es in der langen Geschichte der Badminton-Bundesliga noch nicht gegeben. An diesen Regularien gibt es auch gar nichts zu kritisieren.

Dennoch sollte man sich diesen Erfolg auf der Zunge zergehen lassen und als etwas ganz Besonderes ansehen. Dank eines herausragenden Teamzusammenhalts und einer „Einer für alle, alle für einen - Mentalität“, wie ich sie selten erlebt hat, wurde dieser Erfolg eingefahren. Erst am letzten Spieltag (die Nummer 1 bei den Damen und Herren wurde an die 1. Mannschaft abgestellt) setzte es die einzige Niederlage.

Zug um Zug konnten in den letzten beiden Jahren Spieler wie Fabian Roth und Raphael Beck für die 1. Liga vorbereitet und aufgebaut werden. Im Sommer wechseln sie in die 1. Mannschaft und werden der „Zweiten“ nur noch sporadisch helfen.

Hinzu kommt der Abgang der einzigen ausländischen Spielerin der Mannschaft, Iris Tabeling aus Holland, die in die 1. Liga nach Trittau wechseln wird. Als Ersatz kommt das 19-jährige Talent Jenny Karnott. Mit dieser „neuen“ zweiten Mannschaft spielt man sicherlich eher im Mittelfeld der 2. Liga, zunächst vielleicht sogar um den Klassenerhalt, doch wir können sicher sein, dass der gute Teamspirit wieder hier und da Bäume versetzen wird.

Turniererfolge fast im Wochentakt



6.1. Mark Byerly wird in Refrath mit Mark Lamsfuß (Wipperfeld) Westdeutscher Meister im Herrendoppel.

13.1. Zwölf Medaillen bei den Westdeutschen Nachwuchsmeisterschaften waren eine tolle Ausbeute.



31.1. Kai Waldenberger (rechts) schlägt bei den Deutschen Meisterschaften im Achtelfinale den an 1 gesetzten Turnierfavoriten Dieter Domke.



2.2. Carla Nelte (unten) wird im Damendoppel Deutsche Vizemeisterin. Max Schwenger holt mit ihr und auch im Herrendoppel die Bronzemedaille.



9.2. Fabian Roth (U19) und Runa Plützer (U15) werden in Wesel zweifache Deutsche Meister.



15.2. Max Schwenger, Richard Domke und Carla Nelte gewinnen mit jeweils Bronze bei der Team-EM in Basel.



16.2. Runa Plützer gewinnt in Basel bei den Europameisterschaften U15 die Bronzemedaille im Mädchendoppel.

26.2. Max Schwenger und Carla Nelte schlagen bei den German Open in Mülheim die Weltranglisten-8. aus Thailand und erreichen das Viertelfinale. Max gelingt dies auch im Doppel mit Andi Heinz.



16.3. Mark Byerly (rechts) holt bei den Westdeutschen Meisterschaften U22 dreimal Silber und qualifiziert sich damit dreifach für die „Deutschen“. Dort geht er leider „leer“ aus.



21.3. Runa Plützer wird als U15erin für die U17-Europameisterschaften nominiert und reist für 10 Tage nach Ankara. Dort erreicht sie im Mixed mit Bjarne Geiss aus Schleswig-Holstein den 5. Platz.



25.4. Carla Nelte und Max Schwenger erreichen im Mixed das Viertelfinale der Europameisterschaft und unterliegen den späteren Turniersiegern aus Dänemark-

18.5. Marcello Kausemann (links) nimmt an den Deutschen U13-Meisterschaften in Hamburg teil.

Erfreuliche Zahlen:

- Die Badminton-Abteilung hat inzwischen 235 Mitglieder und damit 25 mehr als genau vor einem Jahr.
- In der „Refrather Badmintonschule“ sind inzwischen 22 SpielerInnen angemeldet, die 5-8 Trainingseinheiten pro Woche besuchen.
- Für die neue Saison 2014/15 haben wir 7 Erwachsenen-, 4 Jugend-, 2 Schüler- und 8 Miniteams U11/13 gemeldet, also insgesamt 21 Mannschaften. Das ist einsamer Rekord in Nordrhein Westfalen.
- Auch der sogenannte „Hobbybereich“ wird weiter ausgebaut. Eine neue Trainingszeit am Donnerstag wird nach und nach ausgebaut.

Schöne Mannschaftserfolge

Die 24. Badmintonseason für den TV Refrath ist seit dem 8. April Geschichte. 189 Spiele wurden ausgetragen, in denen die sage und schreibe 19(!) Refrathener Teams 83 Siege einfahren konnten. Dies ist zwar mathematisch gesehen eine negative Bilanz, die jedoch damit zu erklären ist, dass wir uns sozusagen einmal mehr „am Limit“ bewegt haben. Heißt einerseits, dass eine 4. Mannschaft in der Oberliga schon eigentlich der „Wahnsinn“ ist und 6(!) U11-Mannschaften mit sehr vielen Kindern in ihrer ersten Saison ganz schön mutig. Bedenkt man zudem noch, dass beispielsweise unsere ersten drei(!) U15-Teams bei U19 gestartet sind, dann kann man durchaus mit „nur“ 83 Siegen ruhig schlafen...

Fünf Teams wurden immerhin Meister – allen voran die „Zweite“ sensationell in der 2. Bundesliga. Die J2 wurde (vor der J1!) Meister, ebenso die M1, M3 und M4, die jeweils noch am Pokalturnier der Champions im Mai teilnehmen werden.

Ich erinnere mich an viele schöne Momente. Gut gefallen haben mir die Matches der „Ur-Refrather“ in der 4. Mannschaft, ob von Volker, Malte, Thilo, Markus oder Britta, auch wenn sie leider meistens (8 Mal!) 3:5 ausgegangen sind. Schön, dass Ihr noch dabei ward bzw. seid!! Auch die 2. Mannschaft konnte viele in ihren Bann ziehen und begeistern und unser „Aushängeschild“, die „Erste“ klagte zwar über viel Verletzungspech, spielte aber oft vor tollem Publikum. Das hat Spaß gemacht!!

Cool waren auch unsere 6 Minimannschaften U11, die zu Beginn der Hin- und Rückrunde jeweils gegeneinander gespielt haben. Die 30-40 Kids gleichzeitig im Trikot in der Steinbreche und die ganzen engagierten Eltern auf der Tribüne haben mich wirklich stolz gemacht und gleichzeitig davon überzeugt, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Ich habe in unseren 13 Nachwuchsmannschaften einige „Refrather Pänz in die Bundesliga“ gesehen.

Vielen Dank an alle!

Heinz Kelzenberg



Die M3 mit Coach Yannik van der Coelen und den Spielern Luca Meyer, Mark Euler, Philipp Euler, Julian Siebenmorgen und Kaspar Voß (v.l.n.r.)



Refrath ist Talentstützpunkt in Deutschland

Das Präsidium des Deutschen Badminton-Verbandes hat bereits im Januar abtschieden, den TV Refrath zum „DBV-Talentstützpunkt“ zu ernennen.

Die Anerkennung erfolgt jeweils für vier Jahre, sie ist also bis zum 31.12. 2017 gültig. Allerdings erfolgt während dieses Zeitraums jährlich eine Statusüberprüfung.

Die Ernennung ist nicht nur Ehre, sondern gleichzeitig auch Pflicht. Ein DBV-Talentstützpunkt muss viele Anforderungen erfüllen und den Athletinnen und Athleten, die dort trainieren, sehr gute Trainingsbedingungen in der Qualität und in der Quantität bieten.

Diese große Anerkennung der sehr engagierten Jugendarbeit der letzten Jahre haben neben der Badmintonabteilung des TV Refrath sieben weitere Vereine in Deutschland erhalten: 1. BC Beuel, BC Phönix Hövelhof, STC BW Solingen (alle NRW), SV Guts-Muths Jena (Thüringen), Spvgg. Mössingen (Baden-Württemberg), MTV Nienburg (Niedersachsen) sowie eine Vereinskoooperation aus Schleswig Holstein.

Durch die Talentstützpunkte soll in der Altersstufe bis U15 eine verbesserte Ausbildung der Spieler erfolgen. Vom DBV werden gewisse Rahmenbedingungen dafür gefordert, unter anderem eine entsprechende Infrastruktur, gut ausgebildete Trainer, regelmäßige Sichtungen und fünfmaliges Training pro Woche.

Die zu diesem Anlass vom Bundestrainer für Talententwicklung Dr. Dirk Nötzel überreichte Tafel wurde unmittelbar im Foyer der Halle Steinbreche angebracht. Der Refrath Badmintonchef Heinz Kelzenberg, der mit seinen Kollegen Daniel Stark und Kai Waldenberger die Bewerbung in Angriff genommen hatte: „Uns spornt diese Auszeichnung nochmals ganz besonders darin an, unser Ziel „Refrather Pänz in die Bundesliga“ mit voller Leidenschaft weiter zu verfolgen. Ich denke, wir sind schon auf einem guten Weg, doch nun gilt es, weiterhin konstant Badmintontalente an den Leistungssport heranzuführen“.

Die Badminton-Abteilung des TV Refrath wird im kommenden Jahr 25 Jahre alt und setzt mit seinen beiden Bundesligateams und insgesamt 14 Nachwuchsmannschaften in Deutschland Jahr für Jahr Maßstäbe.

TOP-AKTUELL:

30.3. Unsere U15-Mannschaft wird Westdeutscher Meister

und wiederholt den Erfolg der U19 aus dem Vorjahr.

Die U19 wird ohne die beiden stärksten Spieler (Fabi Roth, Lars Schänzler) Fünfter.

4.5. Bronze bei der Deutschen Mannschaftsmeisterschaft

In Bad Vilbel (Hessen) finden die Deutschen Meisterschaften der Nachwuchsteams statt. Unsere U15 schlägt sich hervorragend und wird hinter PTSV Rosenheim und Fun-Ball Dortelweil Dritter.

Herzlichen Glückwunsch an:

Jan Jiang

Moritz Rappen

Enrico Kausemann

Elias Beckmann

Fritz Binus

Corvin Schmitz

Marcello Kausemann

Runa Plützer

Laura Berger

Lara Börsch

Laura Weilberg

Daniel Stark (Coach)

Kai Waldenberger (Coach)



Wer kommt, wer geht? 11 Neuzugänge beim TV Refrath

Unmittelbar nach dem offiziellen Ende der „Wechselfrist“ begrüßen wir insgesamt ein knappes Dutzend Neuzugänge für den Mannschaftsspielbetrieb.



Mit je einem Neuzugang gehen die beiden Bundesligamannschaften ins Rennen. In erster Linie werden Kräfte „gebündelt“, indem die Leistungsträger der 2. Mannschaft mit in die „Erste“ genommen werden. Durch die erneute Verletzung von Richard Domke und sein Fehlen in den ersten vier Spielen, läuft die Suche nach einer spielstarken „neuen“ Nummer 1 auf Hochtouren. Vermutlich wird es ein sehr starker **Spieler aus Asien** sein. Da wir den Namen noch nicht verbindlich nennen möch-

ten (Presseankündigung folgt) muss ein Foto genügen.

Für die 2. Mannschaft sind wir sehr glücklich, mit der 19-jährigen **Jenny Karnott** (**Foto**) eine optimale Verstärkung gefunden zu haben. Sie trainiert am Leistungszentrum in Mülheim mit der Damennationalmannschaft und gilt als Perspektivspielerin, mittelfristig auch für der 1. Mannschaft.

Im Erwachsenenbereich unterhalb der Oberliga hat sich zudem **Anke Schröter** (28) im TVR angemeldet, die in der letzten Saison in Hohenlimburg gespielt hat und für die Verbandsliga vorgesehen ist. Dies gilt auch für den 23-jährigen Burbacher **Fabian Eppendorf**, der ebenfalls das 4. Team verstärken wird.



Mit **Gesa Reichmann** und **Paula König** (beide U19) bringt Eppendorf gleich noch zwei Damen mit, die in ihrem Heimatverein nicht am Spielbetrieb teilnehmen können und somit auf ihrer Suche nach einem neuen Verein in Refrath „gelandet“ sind. Als Spieler, aber auch als Mitarbeiter im „Kernteam“ der Abteilung wechselt außerdem **Ronny Töpfer** von der TG Mülheim an die Steinbreche und wird dort tatkräftig an vielen Stellen mit „anpacken“.

Auch die Badmintonschule freut sich über Neuzugänge: Mit **Niklas Mambrey** (Jahrgang 1999) wechselt ein großes Talent aus Aachen zum TVR und trainiert mehrmals pro Woche in Refrath. Von Bergfried Leverkusen kommt **Sven Eric Becker** (Jahrgang 2000), der in der Jugend-Landesliga zum Einsatz kommen wird.

Jannick Mötting (Kölner FC Blau-Gold) verstärkt die extrem starke Refrathener „Jungengruppe 2002“ und erst vor wenigen Tagen gab **Leon Jendrejewski** seine Zusage, demnächst für den TVR aufzuschlagen und nicht mehr für den 1. BSC Erkelenz.



Selbstverständlich gibt es auch immer „Abgänge“, die den Verein aus unterschiedlichen Gründen verlassen.

Leider verlässt mit **Moritz Rappen (Foto)**, 14 Jahre, ein Eigengewächs den Verein und spielt in der kommenden Saison für den 1. BC Beuel. Wir hoffen jedoch, dass er, einer unserer talentiertesten Spieler, bald wieder zum TV Refrath zurück kehrt.

„Wohnortbedingte“ Abgänge sind es bei **Melanie Cronenberg** und **Volker Eller**, die beide nicht mehr so weit fahren möchten.

Prominentester und einziger Abgang in den Spitzenmannschaften ist die Niederländerin **Iris Tabeling (Foto)**, die einen festen Platz in der Bundesligamannschaft des TSV Trittau angeboten bekam und diesen verständlicherweise wahrnimmt. Sie war in unserem 1. Team immer die 3. Dame und kam auf wenige Einsätze.



Darüber hinaus gibt es die üblichen Auslandsaufenthalte der Studenten und das berufs- oder motivationsbedingte „Kürzertreten“ des ein oder anderen...

Namentlich wird hier jedoch niemand besonders erwähnt, da wir eigentlich überhaupt nicht von Abschied sprechen möchten...und: wir wissen, dass ihr da seid, wenn wir Euch wirklich einmal brauchen (Britta, Kristin, Erik, Kevin, Jannik)!!

Wir freuen uns über alle Neuzugänge und heißen sie herzlich Willkommen und verabschieden uns „auf ein Wiedersehen“ von denjenigen, die uns verlassen.

Zu unseren „Neuen“: Es ist schon Wahnsinn, welchen Fahraufwand einige Spieler in Kauf nehmen, um bessere Trainingsbedingungen zu haben als bisher.

Wir wünschen allen viel Glück beim Erreichen ihrer Ziele bei uns!



Cheerleading



PASSION CHEER REFRATH – Teamsport aus Leidenschaft!

Ja, wir sind ein Cheerleader-Team – und Nein, wir feuern keine Mannschaft an! Cheerleading hat sich schon vor Jahren „emanzipiert“ und sich zu einer ganz eigenen Sportart entwickelt. Wir sind eine leistungsorientierte Abteilung, die in erster Linie an Cheerleading-Wettkämpfen teilnimmt um sich mit anderen Teams „auf der Matte“ zu messen. Dabei zeigen wir, was wir in unserem Training erarbeiten: wir Tanzen, wir Turnen und am liebsten „Stunten“ wir. Das „Stunten“ ist, neben dem Turnen, eines der spektakulärsten Elemente in unserem Sport. Dabei bauen wir Pyramiden, werfen unsere „Flyer“ in die Luft und zeigen dabei akrobatische Höchstleistungen.

Das wichtigste jedoch ist, neben den sportlichen Leistungen und dem Ehrgeiz immer das Beste zu geben, der Teamgeist! Wir lachen und weinen zusammen, wir tragen beim Training unsere Teamfarbe Lila, wir haben große Schleifen im Haar und tragen gerne Glitter-Liedschatten ... all das macht diese Sportart aus. Wir halten zusammen und unterstützen uns – egal ob bei den Tinys, Minis, Juniors oder Seniors – wir sind eine große Cheer-Familie mit über 80 Mitgliedern!

Wenn Du Lust hast ein Teil davon zu werden, solltest Du bei einem Training vorbei kommen und mit machen.

Weitere Infos und Trainingszeiten unter www.passion-cheer.de

Up & Down - Regionalmeisterschaft West

Am 06. April 2014 war es endlich soweit: die Regionalmeisterschaft West in Bonn! Mit rund 2400 Teilnehmern und mehr als 2000 Zuschauern war sie die größte der vier Regionalmeisterschaften in Deutschland. Dementsprechend hoch war die Konkurrenz, aber auch unsere Motivation.

Im „Passion Cheer“-Kalender ist die RM West ein fester Termin, bei dem erstmals alle vier Teams an den Start gingen. Mitgereist waren fast 150 Fans, die die Passion-Cheerleader lautstark unterstützten. Den Anfang machten die Tinys, sowohl unser kleinstes als auch jüngstes Team. Noch kurz vor der Meisterschaft verließen zwei Mädchen überraschend das Team. Die übrigen zehn ließen sich davon aber nicht beirren und setzten die notwendigen Änderungen beinahe problemlos um. So konnten sie zeigen, dass sie seit ihrer ersten offenen Meisterschaft im Dezember 2013 (Spirit Challenge, Koblenz) nicht nur sicherer geworden sind, sondern auch einige Fortschritte gemacht haben.



Die Tinys glücklich nach ihrer Meisterschaftsteilnahme

Der Auftakt war geschafft, die Fangemeinde warm geklatscht und bereit für das Junior-Team. Die Juniors hatten eine äußerst schwierige Vorbereitungszeit. Hoch motiviert durch den Erfolg bei der Spirit Challenge gingen sie wieder ins Training. Jedoch fielen nach und nach einige Mädchen krankheitsbedingt aus, wodurch die Teilnahme an der RM West immer mehr zu einer Herausforderung wurde. Zu guter Letzt schien es durch eine Verletzung beinahe unmöglich noch mit einem guten Programm an der Meisterschaft teilnehmen zu können. Doch der Wille und der Teamgeist waren stärker, sodass das Team auch diese Herausforderung annahm, das Programm ein letztes Mal umstellte und so doch noch zeigen konnte, dass das Training der letzten Wochen nicht umsonst gewesen war.

Trotz vieler Rückschläge war das Team bereit für die Meisterschaft



Kurze Zeit später standen die Minis auf der Matte. Aufgrund ihrer bisherigen Leistungen und Erfolge, war das angestrebte Ziel die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft in Riesa. Entsprechend motiviert und diszipliniert gingen die 18 Mädchen ihr Training an. Sie konnten sich in vielerlei Hinsicht verbessern, stellten ein anspruchsvolles Programm auf die Beine und zeigten erneut, dass sie trotz ihres Alters nicht zu unterschätzen sind. Jedoch war die deutschlandweite Konkurrenz so stark, dass sich lediglich die ersten drei Teams der Kategorie für die Deutsche Meisterschaft qualifizieren konnten.



Das Team 2013/2014

Nach einem bereits lang andauernden Meisterschaftstag mobilisierten die Fans noch einmal alle Kräfte für die Passion Cheer Seniors. Durch einen Umbruch im Herbst 2013 musste sich das Team zunächst neu finden und startete daher erstmals in der neuen Kategorie Level 5 (bisher Level 6). Auch bei den Seniors gab es verletzungsbedingt kleinere und größere Rückschläge während der Vorbereitungszeit. Doch Aufgeben kam nicht in Frage. So gingen letztendlich 15 Aktive an den Start, von denen fünf zum ersten Mal an einer Meisterschaft teilnahmen. Trotz der großen Aufregung schafften es alle sich zu konzentrieren und lieferten ein fehlerfreies Programm ab. Nach dieser Leistung warteten alle gespannt auf die Siegerehrung. Die Ergebnisse der sieben in Level 5 angetretenen Teams lagen alle dicht beieinander. Umso stolzer sind die Seniors den dritten Platz belegt zu haben.

Fechten

Am 10. April 2014 war es mal wieder soweit, Ute Wessel hatte zur Turnierreifeprüfung nach Bonn eingeladen. Von unserer starken Anfängergruppe nahmen Leonie Pötters, Jessica Wolff, Katherina Vogel, Valentino Piqué, Julius Habermalz und Marlon Radetzki an der Prüfung teil.

Wir trafen uns alle pünktlich um 18.00 Uhr abends in der Fechthalle des Bundesleistungszentrums in Bonn und konnten schon mal ein bißchen den Leistungsfechtern des OFC Bonn bei der Trainingsarbeit zugucken. Unsere jungen Fechter staunten nicht schlecht über die luxuriösen Trainingsbedingungen aber auch die harte Arbeit der Athleten verschiedener Altersklassen.

Um 18.30 Uhr wurde es dann auch für uns Ernst, Maitre Henri Jansen versammelte alle Prüflinge und stimmte sie humorvoll auf die anstehende Prüfung ein. Erst hören, dann denken, dann sprechen hieß das Motto des Abends. Dann ging es erstmal geschlossen in einen Nebenraum zum theoretischen Teil der Prüfung. Carlo hatte unsere Kinder sehr gut vorbereitet, so dass diese Hürde ohne größere Schwierigkeiten gemeistert wurde.

Im zweiten Teil mussten dann die praktischen Fertigkeiten demonstriert werden, aber auch das war kein Problem. Ein bißchen Beinarbeit, ein paar Stoßübungen und dann noch ein Freigeftcht, schon war die Zeit wie im Flug vergangen und die Prüfung bestanden. Es folgte der krönende Abschluss mit der Aushändigung der Fechtpässe als Zeichen, dass man jetzt ein richtiger Fechter ist und an Turnieren teilnehmen darf.

Es war ein rundum gelungener Abend, wenn auch einige Kinder etwas später als gewöhnlich ins Bett kamen, aber am nächsten Tag war ja glücklicherweise letzter Schultag vor den Osterferien. An dieser Stelle auch ein großes Dankeschön an die beiden Trainer Carlo und Jan, die sich mit großem Einsatz um den Fechnachwuchs kümmern.

Thorsten Engels

Fitness und Gesundheit

Osteoporose Gymnastik-Kurs bei Sylvia Stasek

Mittwoch ist ein Tag, der ist gesund!
Früh am Morgen geht's schon rund!
„Gymnastik“ heißt das Zauberwort!
Es lockt uns morgens neun Uhr vor Ort.
Im „Refrather Treff“ treffen wir uns dann.
Sportlehrerin Sylvia führt uns fachkundig an.
Denn wir sind eine besondere Truppe,
die sich nennt „Osteoporose-Gruppe“.

Kaum angekommen, schon stehn wir bereit.
Mit der Aufwärmphase beginnt unsere Zeit!
Zuerst geht wir im Kreis, danach kreuz und quer,
werfen dicke Bälle hin und her.
Bis endlich in Schwung sind die müden Glieder,
wiederholen wir manches oftmals wieder.
Große Reifen, Hanteln, Theraband
als Übungsgeräte nehmen wir in die Hand.
Anschließend turnen wir gezielt—sinnvoll weiter,
verbringen die Stunde miteinander recht heiter.
Zwar sind wir stets gefordert, haben dabei doch viel Spaß.
Denn was Sylvia verlangt, das verlangt sie mit Maß!

Zur Stärkung der Knochen, der Muskeln und Sehnen,
recken wir Arme, strecken Beine, bemühen uns den Rücken zu dehnen.
Gleichgewichtsübungen gehören zu Repertoire;
Sie soll'n uns bewahren vor Sturzgefahr.
Geschicklichkeit zu fördern und Koordination,
drauf trainieren in verschiedener Hinsicht wir schon!
Erstaunliches vollbringen wir auf Matten und Stühlen,
um uns beweglicher und sicherer zu fühlen.

Ideenreich gestaltet Sylvia jede Stunde,
zeigt, hilft, lobt uns, nimmt Anteil an unserer Runde!
Drum gibt's nur Erfreuliches über unseren Kurs zu sagen:
„Osteoporose-Betroffene“ sollen ihn unbedingt wagen!

TV REFRAATH

Aktivsommer 2014

Rücken-Fit



Powerfitness

YOGA



Form & Figur

Kurs 91 WIRBELSÄULENGYMNASTIK (07.07.; 14.07.; 28.07.; 04.08.; 11.08.; 18.08.)

Montags von 09:00 - 10:00 Uhr bei Margarete Bartscht/Sylvia Stasek

Kurs 92 RÜCKENFIT (07.07.; 14.07.; 28.07.; 04.08.; 11.08.; 18.08.)

Montags von 10:00—11:00 Uhr bei Margarete Bartscht/Sylvia Stasek

Kurs 93 BOKWA (07.07.; 14.07.; 21.07.; 28.07.)

Montags von 20:00 - 21:00 Uhr bei Christin Warnst

Kurs 94 STRETCH & RELAX (08.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.)

Dienstags von 10:30 - 11:30 Uhr bei Claudia Scillia

Kurs 95 ZUMBA (08.07.; 15.07.; 22.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.)

Dienstags von 18:00 - 19:00 Uhr bei Vanessa Schäfer

Kurs 96 POWERFITNESS (08.07.; 15.07.; 22.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.)

Dienstags von 19:00 - 20:00 Uhr bei Sabine Kröger

Kurs 97 OSTEOPOROSE (30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 09:00 - 10:00 Uhr bei Sylvia Stasek

Kurs 98 DEEPWORK (09.07.; 16.07.; 23.07.; 30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 19:15 - 20:15 Uhr bei Christiane Braun

Kurs 99 FASZIEN TRAINING (09.07.; 16.07.; 23.07.; 30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 20:15 - 21:15 Uhr bei Christiane Braun

Kurs 100 YOGA (30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 17:00—18:30 und 19:00 - 20:30 Uhr bei Andrea Gabriel-Taterka

Kurs 101 FORM UND FIGUR (10.07.; 17.07.; 24.07.; 31.07.; 07.08.; 14.08.)

Donnerstags von 09:30 - 10:30 Uhr bei Sabine Kröger

Kurs 102 BOP + RÜCKEN (11.07.; 18.07.; 25.07.; 01.08.; 08.08.; 15.08.)

Freitags von 18:30 - 19:30 Uhr bei Carolin Meissner

Floorball

Erneute Teilnahme an einer Deutschen Meisterschaft

Es ist diesmal die U15, die es zu den Deutschen Meisterschaften 2014 geschafft hat. Bereits vor dem letzten Spieltag, der am 30.03. in Holzbüttgen stattfand, stand die



U15 des TVR als Zweiter der Regional-liga U15 NRW fest. Dies ist umso bemerkenswerter, da doch der Stamm (bis auf 2 Spieler) die U13 des vergangenen Jahres gebildet hat. Damit ist die Mannschaft eine der Jüngsten der Liga. Lediglich dem Spitzenreiter aus Holzbüttgen konnte unsere junge Mannschaft nichts entgegensetzen. Ansonsten waren es die

Refrather, denen es gelang die spielstarken Mannschaften aus Bonn und Dümpten auf Distanz zu halten. Nur einen Punkt gab unsere Mannschaft gegen diese Mannschaften ab und feierten am Ende verdient den 2. Platz.

TV Refrath in den Auswahlmannschaften vertreten

Aus der Mannschaft schafften es in dieser Saison Philipp Blümke und Kai Willems (Foto) erneut in die Westauswahl der U17 berufen zu werden. Sie vertreten den TVR



auch bei der Sommertrophy 2014 in Sachsen. Die Westauswahl wird gebildet aus den Bundesländern Hessen und NRW. Ebenfalls in den Auswahlkader U15 (in Vorbereitung auf die U17-Auswahl) schafften es der Jüngste der Mannschaft, unser Torwart Moritz Blümke, und die Spieler Paul Strickling und Raphael Zoch.

Der Ligaspielbetrieb:

Im Ligaspielbetrieb nehmen die Mannschaften (soweit vorhanden U11, U13, U15, U17 und Herren) in der Wintersaison, d.h. in der Regel vor den Herbstferien bis zu den Osterferien an 5 – 7 Spieltagen teil, an denen sich die Mannschaften jeweils in einer Halle der teilnehmenden Vereine treffen. Jede Mannschaft hat mindestens zwei Spiele an diesem Tag und muss zudem noch für ein weiteres Spiel die Schiedsrichter stellen. Die Spiele finden ca. alle 4 – 6 Wochen in der Regel an einem Sonntag statt. Am Ende der Saison entscheiden Punktstand, Torverhältnis und im Fall aller Fälle der direkte Vergleich. Diese Spieltage sind stets sehr intensiv, sportlich, wie auch menschlich: Man kennt sich! Da der Ligabetrieb z.B. in NRW zwischen 8 und 12 Teams



mitreisenden Fans = Eltern). So ergeben sich viele nette und interessante Kontakte. Diese Spieltage sind allerdings nur mit der Unterstützung der Eltern zu meistern, denn die Spielorte sind über ganz NRW verstreut, von Münster in Westfalen bis nach Bonn. Durch Absprachen und Fahrgemeinschaften müssen aber nicht immer alle Spielereltern dabei sein; und doch ist es auch als Zuschauer stets ein tolles und aufregendes Erlebnis, denn meist werden spannende Wettkämpfe und schnelle Spielzüge geboten. Die Trainer begleiten die Mannschaften zu den jeweiligen Spieltagen.

Die besten zwei Mannschaften der Saison nehmen als NRW-Meister und NRW-Vizemeister an den deutschen Meisterschaften teil.

- Voraussetzungen einer Mannschaft für den Ligabetrieb sind:
- Teilnahme an den Spieltagen
- Vorlage der Liste aller spielberechtigten Spieler (Erteilung der Lizenz durch den Floorballverband NRW)
- Mind. 3 Spieler, die eine Schiedsrichterlizenz haben
- Benennung eines Teammanagers (i.d. Regel der verantwortliche Trainer)
- Mind. ein Betreuer (über 18 Jahre)

**Badminton, Cheerleading, Faustball, Fechten,
Floorball, Handball, Kampfsport, Running,
Schwimmen, Senioren, Tanzen, Tennis,
Tischtennis, Turnen, Volleyball**

Wir bieten jedem Sport die richtige Ergänzung!



ein Club der **LINZENICH** FITNESS GRUPPE

**Richard-Zanders-Str. 8-10
51465 Bergisch Gladbach
Tel. 02202 - 95570 www.family-fitness.de**

Handball

1. Mannschaft:

Die jungen Wilden scheitern knapp am Aufstieg

Zur neuen Saison übernahm A-Jugend Trainer Christopher Braun das Traineramt von Boris Lietz. Von Beginn an war es das Ziel eine junge Mannschaft zu formen, welche in Zusammenarbeit mit der starken A-Jugend im oberen Tabellendrittel angreifen sollte. Trainer Braun hatte beide Teams unter seiner Regie, sodass ein Austausch von Spielern ohne Probleme gewährleistet war. Die ersten Trainingseinheiten wurden genutzt um sich besser kennenzulernen und um den Kader für die neue Saison zu bilden.

Im ersten Saisonspiel traf man dann auf den späteren Aufsteiger aus Neukirchen. Trotz einer wirklich guten Leistung unterlag man am Ende knapp. Die folgenden Saisonspiele wurden jedoch meist sehr erfolgreich gestaltet, sodass man auch zu Rückrundenbeginn nur drei Punkte hinter dem Tabellenführer zurücklag. In einem sehr



Julian Elmer in Aktion

anstrengenden Trainingslager in Sundern Anfang Januar legte man den Grundstein für eine sehr erfolgreiche Rückrunde. Der Tabellenführer wurden in der Halle Steinbreche deutlich dominiert und am Ende mit neun Toren Differenz geschlagen. Nun war man in unmittelbarer Schlagdistanz zum Aufstieg musste jedoch auf eine weitere Niederlage des Tabellenführers hoffen. Bis zum letzten Spiel-

tag wartete man jedoch vergebens. Der Neukirchener TV steigt als Tabellenerster verdient in die Landesliga auf.

Trotz des verpassten Aufstieges darf man von einer sehr gelungen Saison sprechen, da der Umbruch zu einem jungen Team vollzogen wurde. Wir spielen aktuell mit ca. 10 Spielern unter 20 Jahren, sodass dieser Mannschaft die Zukunft gehört. Zur kommenden Saison soll der Kader noch punktuell verstärkt werden. In der nächsten Saison zählt dann nur ein Ziel: Der Aufstieg und damit die langersehnte Rückkehr in den Spielbetrieb des HVM.

A1-Jugend:

A-Jugend mit Wahnsinns Saison ! Mittelrheinmeister !

Ambitioniert startete die A-Jugend der HSG Refrath-Hand in die Saison 2013/2014. Mit dem starken Doppeljahrgang 95/96 wollte man endlich das erste Mal seit Vereinsgründung A-Jugend-Mittelrheinmeister werden, wollte am Ende der Saison auf Platz 1 stehen und wollte nach dem Finalspiel die vergoldeten Medaillen um den Hals tragen. Dementsprechend fokussiert bereitete man sich auch auf die Saison vor, spielte eine beachtliche Bundesliga-Qualifikation, bei der man leider ausschied, schaute nächtelang Videos, bereitete Spielanalysen vor, fuhr in Trainingslager und trainierte sogar in den Ferien teils mehrere Einheiten am Tag: Taktik, Kraft, Athletik, Kreativität. Man überließ nichts dem Zufall.

Als dann Spiel 1 gegen Siebengebirge/Thomasberg vor der Tür stand, war klar, dass sich die Arbeit gelohnt hatte. Man gewann deutlich und überlegen mit 31:23. Doch der Weg hin zur Meisterschaft war noch lang und das wussten alle. Denn schon im vorangegangenen Jahr erreichte man das Halbfinale um die Mittelrheinmeisterschaft und damit einen Achtungserfolg im gesamten Kreis, doch schied dort gegen den späteren Mittelrheinmeister Aachen aus. Das sollte dieses Jahr anders aussehen.

Die Mannschaft blieb fokussiert, gewann ein ums andere Spiel, einige spielerisch, einige hart erkämpft und schob sich immer weiter nach oben in der Tabelle und heftete sich an die Fersen des VFL Gummersbach, bereit jeden Fehler auszunutzen. Und tatsächlich verliert die Mannschaft aus dem Oberbergischen, die A-Jugend der HSG-Refrath-Hand klettert auf Tabellenplatz 1 und bleibt dort auch bis zum Ende der Saison.

Jetzt heißt es Playoffs. Jetzt zählen gesammelte Punkte nichts mehr, zählt eine konstante Leistung nicht mehr. Jetzt zählt nur noch ein Sieg, Halbfinale! Mit dem großen Ziel ‚Meisterschaft‘ vor Augen spielte man also gegen Stolberg und kämpfte bis zum umfallen. Ohne Rücksicht auf Verluste aktivierte man die letzten Kraftreserven und konnte sich so in einem atemberaubend knappen Spiel mit 24:23 durchsetzen.

Es hieß also Finale. Gegner war der viertplatzierte und letztjährige Vize-Mittelrheinmeister der Birkesdorfer TV. In der Saison zweimal geschlagen erwischten Jungs um Trainer Braun einen rabenschwarzen Tag und verloren deutlich mit 22:28. Nun hieß im Rückspiel vor eigenem Publikum das „Wunder“ Meisterschaft noch zu erreichen. Die Jungs kämpften bis zum umfallen, bis zur letzten Sekunde und gewannen mit 26:20 und wurden aufgrund der mehr auswärts geschossen Tore, Mittelrheinmeister! Der Jubel und die Freude waren grenzenlos!

Wir danken dem ganzen Team für die tolle Saison, den Trainern Christopher Braun, Felix Biehler und Rüdiger Schulz den Spielern, Georg Borschardt, Robin Heitz, Lorenz Scharr, Simon Müller, Niklas Funke, Robin Kühling, Leon Klaus, Mathias Rösner, Jakob Greven, Marvin Radtke, Florian Schulz, Nils Wischmeyer, Jonas Möbius, Glenn Morris, Niklas Stegmann, Jan Distelrath, Marc Schepers.

Herzlichen Glückwunsch!



C1-Jugend:

C1-Jugend wird Vizemittelrheinmeister

Die C1 der HSG Refrath-Hand krönt eine tolle Saison mit dem 2. Platz und ist somit nach dem VFL Gummersbach die beste Mannschaft im Handballverband Mittelrhein.

Aber der Reihe nach: Mit einem neu zusammengewürfelten Team startete man mit dem Ziel in die Saison nach Ablauf der regulären Spielzeit die „Playoffs“ zu erreichen, sprich einen der ersten 4 Plätze in der Oberliga. Bei namenhaften Gegnern wie dem VFL Gummersbach oder Bayer Dormagen ein ehrgeiziges Ziel und bald stellte sich heraus, dass diese Oberligasaison sehr spannend wird und man sich jeden Sieg hart erarbeiten muss...Und das tat das Team! Nach anfänglichen Startschwierigkeiten fand das Team um die Trainer Jonas Möbius und David von Essen immer besser zusammen. Das enorme Potenzial des Teams wurde sichtbar und angeführt von den HVM-Auswahlspielern Ole Bisten und Janik Wischmeyer gelang es nach Ablauf der regulären Saison den zweiten Platz zu belegen.

Nun stand das Halbfinale gegen den TUS Opladen an, welches der mannschaftliche Höhepunkt dieser Saison war. Vor einer riesigen Kulisse von ca.300 Zuschauern in der Steinbreche gelang es dem Team den vermeintlich höher eingeschätzten Gegner aus Opladen mit 32:30 zu bezwingen.

Im darauf folgenden Finale lieferte das Team um Torwart Tim Hammesfahr wieder einmal eine tolle Leistung mit vollem Engagement und Motivation ab, musste sich letzten Endes jedoch den Akademiespielern aus Gummersbach geschlagen geben. Trainer Jonas Möbius resümiert zum Ende der Saison, dass dies jedoch kein Grund sei enttäuscht zu sein: „Natürlich ärgert man sich im ersten Moment über so ein verlorenes Finale, aber wenn man mal auf die Saison zurückblickt, können die Jungs wirklich sehr stolz auf sich sein! Mich freut es zu sehen, wie wir uns sowohl als Team, als auch als Einzelspieler individuell weiterentwickelt haben. Hier ist eine sehr homogene Mannschaft zusammengewachsen mit der es sehr viel Spaß macht zusammenzuarbeiten.“



B1-Jugend:

Eine schwierige Saison endet letztlich versöhnlich

Nach einer schwierigen Saison mit mehreren Trainerwechseln landet die B1-Jugend der HSG am Saisonende auf einem guten vierten Platz. Nach einigem Durcheinander übernahm Trainer Christopher Braun zum Ende der Hinrunde die Mannschaft. „Die Dreifach-Belastung war von Beginn an nicht einfach, für mich und die Mannschaft.“, meint Trainer Braun. Leider verließen uns auch während der Saison zwei wichtige Spieler. Trotz all dieser Widrigkeiten konnte man am Ende zufrieden mit dem Erreichen sein. „Ein herzlichen Dank möchte ich auf dem Weg an Kai Lamprecht, Dorin Boros und Rüdiger Schulz loswerden. Vor allem Kai hat mich in meiner Arbeit mit den Jungs grandios unterstützt.“, sagt Braun. Mittlerweile haben sich die Spieler schon in Ihren neuen Teams eingefunden. Die neue B1-Jugend spielt zurzeit um die Oberliga-Qualifikation und auch die Spieler des Jahrgangs 1997 kämpfen mit der A-Jugend um die Bundesliga.

C2-Jugend

Eine Erfolgreiche, jedoch steigerbare Saison

Robin Heitz und Simon Müller haben ihre Aufgabe als neue mC2 Trainer angenommen und auch so gut wie möglich umgesetzt. Wir starteten im oberen Drittel der Tabelle und konnten uns auch dort halten. Jedoch wurden wir durch schwankende Leistungen der gesamten Mannschaft durcheinander gebracht und versuchten die Mannschaft neu zu motivieren. Dies gelang auch und wir kämpften uns auf Platz 3 heran.

Am Ende der Saison 13/14 hat es leider nur für Platz 5 in der Kreisklasse gereicht. Es hat uns trotzdem sehr viel Spaß gemacht und wir haben viele neue Erfahrungen gesammelt.

Nun starten Robin Heitz und Simon Müller mit der neu geformten mC1 in die Oberliga Qualifikation für die kommende Saison.

D2 Jugend mit sichtbarem Fortschritt

Spieler des Jahrgangs 2001/02 formten in der Spielzeit 2013/14 die D2-Jugend der HSG. Da viele Spieler aus der E-Jugend in die nächsthöhere Altersklasse wechseln mussten, war die größte Herausforderung für die beiden Trainer Radtke und Morris den Jungs die neue und ungewohnte Spielweise des Positionsangriffs beizubringen. Doch schon früh im Training konnte man erste gute Ansätze erkennen, sodass man zuversichtlich in die Saison startete. Während man auch gegen stärkere Gegner zu Beginn ganz gut mithalten konnte, so musste man sich doch öfters als gewünscht den Gegnern geschlagen geben, wodurch man den ein oder anderen Punkt abgeben musste. "Das Ergebnis eines Spiels und der Platz in der Tabelle ist uns garnicht so wichtig", so Trainer Marvin Radtke. "Das wichtigste ist, dass wir die Jungs individuell fördern, damit aus jedem Spieler ein guter Handballer wird." So konnte man am Ende der Saison auf einen guten fünften Platz blicken, mit der Erkenntnis das alle Spieler handballerisch viel dazugelernt haben und sich stetig verbessern konnten."Wir freuen uns darauf, weiter mit den Jungs zu arbeiten und jedem einzelnen auf seinem Weg ein guter Handballer zu werden zu helfen und zu unterstützen". So Co-Trainer Scott Morris der sich zuversichtlich in die Zukunft blickt.

Bericht für die männliche D1 Saison 2013/2014

Nach der verpassten Qualifikation für die Kreisliga musste die D1 in der Saison 2013/2104 in der Kreisklasse antreten. Ziel musste es nun sein das Beste aus dieser Saison zu machen. In der Gruppe B wurde man dann mit 24:0 Punkten und 294:91 Toren ungeschlagen Tabellenerster. Highlight der Saison war jedoch die Teilnahme der Mannschaft als Einlaufkinder beim Vier-Länder-Cup in Oberhausen. Die Kinder hatten so die Möglichkeit ihren Idolen ganz nah zu sein und die besondere Atmosphäre in der mit 6300 Zuschauern gut gefüllten Oberhausener Arena zu erleben. Man lief mit der russischen Mannschaft zum Spiel gegen Österreich ein, die unter anderem mit Stars wie Sergej Gorbok und Konstantin Igropulo angereist war. Danach konnten die Spieler beim Spiel der deutschen Nationalmannschaft gegen Island mit bekannten Nationalspielern wie Uwe Gensheimer, Oliver Roggisch und Holger Glandorf und neuen Talenten wie Finn Lemke und Fabian Wiede einlaufen. Im Anschluss konnten sich alle Spieler bei den Nationalspielern mit Autogrammen auf Bällen, Schuhen und T-Shirts eindecken. In der neuen Saison wird diese Mannschaft in der gleichen Besetzung antreten, da es sich um eine Jahrgangsmannschaft handelt. Ziel wird es sein die Mannschaft weiter zu entwickeln um zukünftig vielleicht auch in höheren Spielklassen antreten zu können.



E1-Jugend:

Aus im Halbfinale

Die E1 der HSG Refrath/Hand verlor nach einer langen Saison im Halbfinale um die Kreismeisterschaft gegen Opladen. In der regulären Saison konnte man sich auf dem 3. Platz behaupten. In der Saison 2013/14 war es für die Trainer um Glenn Morris und Lucas Trümpler nicht immer einfach gewesen, die Jungs richtig auf den Gegner einzustellen, da man gegen Mannschaften die in der Tabelle weiter unten standen regelmäßig hoch gewann und gegen ebenbürtige Mannschaften dann wieder seine Probleme hatte. Durch Siege wie 54:6 und 42:8 und den meist erzielten Toren in

der gesamten Saison, stellte die E1 der HSG den mit Abstand besten Angriff da.

"Dennoch konnten wir gegen die guten Teams unsere Leistung zu selten zeigen, ansonsten wäre in dieser Saison weit mehr drin gewesen", resümiert Trainer Glenn. Co-Trainer Lucas Trümpler ergänzt: "Wir haben einfach nicht oft genug das gespielt, was wir konnten und trainiert hatten". Nichts desto trotz war es eine Saison die Spielern, Eltern und Trainern viel Spaß bereitet hat.

Die Jungs, für die es nach wenigen Wochen schon mit der Kreisligaquali für die nächste Saison weitergeht, wollen dieses Jahr erneut ihr Können unter Beweis stellen. Der Verlauf der Saison hängt ganz von dem Einsatz der Jungs ab, sind sich die Trainer Morris/Trümpler einig.

E2-Jugend:

Toller Teamgeist sorgt für starke Platzierung

Die E2-Jugend um die Trainer Leon Klaus und Jakob Greven startete in der E-Jugend Kreisklasse. Nach anfänglichen Schwierigkeiten steigerte sich das Team immer mehr und landete letztendlich auf einem tollen fünften Platz. Hervorzuheben ist hier sicherlich der starke Teamgeist und eine sehr engagierte Elternschaft. Das Team besteht aus ehemaligen Minis der HSG, sowie auch einigen Neuanfängern. Über weitere Neuzugänge freuen wir uns sehr. In der kommenden Saison verbleiben einige Spielern bei Ihren Trainern in der E-Jugend, während andere nun Ihr Glück in der D-Jugend versuchen.

Gaststätte

Gambirinus

DER TREFF IN REFRATH
Wilhelm-Klein-Straße 18-20 · Telefon 6 44 99
51427 Bergisch Gladbach

Wir bieten Ihnen aus Küche und Keller das Allerbeste
Bundeskegelbahn • Gesellschaftsraum

Auf Ihren Besuch freut sich
Arthur Flegel





**Exklusive Preise
für alle TVRler***

Kössen
10-15 Jahre

Unser Actioncamp Kössen garantiert euch jede Menge Spaß und Abwechslung. Freut euch auf eine spannende Zeit in Österreich.

Inklusivleistungen

Transfer im modernen Fernreisebus • Unterbringung in MBZ mit Dusche/WC (tlw. Etageduschen/WC) • Vollverpflegung • ganztägig Eistee/Wasser • Tagesausflug inkl. Eintritt (z.B. Salzburg) • 1 Fahrt auf der Sommerrodelbahn • Freizeit- & Aktivprogramm • Camp T-Shirt • Betreuung rund um die Uhr • Reisepreissicherungsschein

Termine & Preise

17.8.-29.8.	12 Tage/11 Nächte	nur 431,- €
23.7.-5.8.	13 Tage/12 Nächte	nur 467,- €
10.7.-24.7. & 4.8.-18.8.	14 Tage/13 Nächte	nur 485,- €
6.10.-12.10.	7 Tage/ 6 Nächte	nur 251,- €



Korfu
15-20 Jahre

Beim Inselabenteuer Korfu erwarten euch kristallklares Wasser und traumhafte Strände. Ein unvergessliches Sommererlebnis.

Inklusivleistungen

Transfer im modernen Fernreisebus • Fähriüberfahrt Venedig-Korfu • Unterbringung in 4- bis 8-Bett-App. • Halbpension mit Langschläferfrühstück • Skypool-Barbecue • Freizeit- & Aktivprogramm • Camp T-Shirt • Tagestrip Venedig (Rückreise) • Reisepreissicherungsschein

Termine & Preise

18.7.-3.8. & 1.8.-17.8.	17 Tage/12 Nächte	nur 539,- €
-------------------------	-------------------	-------------



Norwegen
13-17 Jahre

Unser Kanutrekking in Norwegen ist für Abenteurer und Zupacker. Wir paddeln in Canadiern über die Glomma und leben „back to basic“. Diese Tour ist sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Kanufahrer geeignet.

Inklusivleistungen

Transfer im modernen Fernreisebus • Fähriüberfahrt • Unterbringung in Gruppenzelten • Campingplatzgebühren • Vollverpflegung unter Mithilfe der Teilnehmer • Stellung der Ausrüstung (Canadier, Schwimmwesten, Paddel, wasserdichte Tonnen) • Camp T-Shirt • Reisepreissicherungsschein

Termine & Preise

22.7.-6.8. & 4.8.-19.8.	16 Tage/13 Nächte	nur 539,- €
-------------------------	-------------------	-------------

Wo bist du? YOUNGSTAR sucht Verstärkung!

Du bist mindestens 18 Jahre alt, sportbegeistert, liebst das Meer und die Berge? Dir macht es Spaß Kinder und Jugendliche für etwas zu begeistern? Du willst Verantwortung übernehmen und dich persönlich weiter entwickeln? Dann bist DU bei uns genau richtig! Bewirb dich JETZT! Werde ein YOUNGSTAR Teamer und verbringe deinen Sommer in Österreich, in Norwegen oder auf Korfu. Einfach Bewerbungsbogen bei uns auf der Homepage im Bereich Teamer downloaden, ausfüllen und wegschicken. Wir freuen uns auf deine Bewerbung.



*Alle Infos auf der TVR Homepage oder unter 02202/37457.

Änderungen & Irrtümer vorbehalten

Einladung

zur Mitgliederversammlung

am Dienstag, den 24.6.2014, 19:30 Uhr
im „Jugendraum“ der Halle Steinbreche,
Refrath, direkt am Marktplatz

Tagesordnung

1. Vorlage des Protokolls über die letzte ordentliche Mitgliederversammlung vom 25.6.2013
2. Rechenschaftsbericht des Vorstandes
3. Kassenbericht
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahl des ersten Vorsitzenden und den beiden Stellvertretern
7. Bekanntgabe der neuen Mitglieder des Beirates
8. Wahl der beiden Kassenprüfer
9. Anträge, Satzungsänderungen
10. Planung für 2014/15
11. Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung müssen bis zum 17.6.2014 schriftlich beim Vorstand eingereicht werden.

Wir laden alle stimmberechtigten Mitglieder (ab 16 Jahre) zu der Jahreshauptversammlung herzlich ein.

Um allen Mitgliedern den Besuch der Jahreshauptversammlung zu ermöglichen, sollten an diesem Abend alle Übungsstunden ausfallen.

Der Vorstand

elektro steffes

PLANUNG : BERATUNG : SERVICE

Ausführung von Licht, Kraft- und Schwachstromanlagen
EDV-, Netzwerk- und Gebäudetechnik

Tel.: 0 22 04 - 6 45 71 · Mobil: 0177 - 33 62 107

Dolmanstraße 31 · 51427 Bergisch Gladbach-Refrath

Maler- und Lackierermeister

Michael Maubach

Wir bringen Farbe in´s Haus

Brandroster 12, 51427 Bergisch Gladbach
Tel. 0 22 04 / 96 21 81 Fax 0 22 04 / 96 21 80

TV REFRATH



Wir suchen Verstärkung!

.....für unsere

MINIS

ab 6 Jahren



Das Training findet immer freitags von 15:15 bis
16:30 Uhr in der Halle Steinbreche in Refrath
statt.

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

Christopher Braun 0177 7138035

Herzsport

Die Herzsportgruppe

Mit Freude und Elan haben die Koronarsportgruppen das neue Jahr 2014 begonnen. Mittlerweile gibt es drei Gruppen mit unterschiedlicher Belastbarkeit.

Ganz gleich wie alt, alle Teilnehmer machen mit Begeisterung mit, jeder so gut es ihm möglich ist.



Nicht nur die körperliche Ertüchtigung ist wichtig, auch die Pflege der Gemeinschaft und Zusammengehörigkeit in der Gruppe gehören dazu.

Einige der Teilnehmer engagieren sich sehr für die Gruppe, planen jeweils eine Frühjahrs- und eine Herbstwanderung, sowie ein Grillfest und eine schöne Weihnachtsfeier, was allen Teilnehmern immer sehr viel Spaß macht.

Die Frühjahrswanderung führte uns dieses Jahr rund um Refrath bis Köln-Brück und zurück. Dabei wurden nicht nur die Bewegungsmuskeln trainiert, sondern auch die Lachmuskeln betätigt.

Die Herzsportgruppe trainiert unter Anleitung von ausgebildeten Sporttherapeuten und kompetenten stets anwesenden Ärzten.

Wer also Freude an Bewegung hat und seine Kondition verbessern möchte, der kann sich beim Sportverein TV Refrath melden, oder einfach einen Schnupperbesuch machen in der Sporthalle Kippekausen.



www.tv-refrath.de

Jedermänner

Montags-Jedermänner mit Leiter- und Platzproblemen

Seit 1990 werden die Montags-Jedermänner von Herbert Wingen geleitet. Er brachte neue Übungsarten und einen etwas anderen Ablauf des Trainings mit. Vor allem brauchten wir nicht mehr den unsäglichen „Entengang“ als Übung zu praktizieren.

Im Winterhalbjahr fand das Training in der Turnhalle am Mohnweg statt. Der Großteil der Zeit wurde für diverse Übungen verwendet, die Herbert ausführlich erklärte und solange er konnte auch selber vormachte. Dann waren wir dran und er ging reihum und kontrollierte, ob alles auch richtig gemacht wurde.

Danach wurde für den Rest der Zeit gespielt, meist Fußball, aber auch Basketball oder Hockey.

Im Sommerhalbjahr ging es dann auf den Platz an der Steinbreche, wo wir nach ein wenig Gymnastik dann Fußball spielten, was nicht immer ein Vergnügen war, zumal wenn es sehr trocken war und der dioxinhaltige rote Staub uns einhüllte oder bei Regen der Boden glitschig oder nicht benutzbar wurde.

Der Zahn der Zeit nagte aber nicht nur an den Knochen von uns Jedermännern, sondern auch am Trainer.

So musste Herbert Anfang des Jahres wegen der Knieprobleme mehrere Wochen ins Krankenhaus und dann zur REHA.

Da stand dann das Problem der Leitung im Raum. Glücklicherweise konnte Herbert Frau Margarete Bartscht, die mit Ihrer Frauengruppe immer vor uns in der Halle turnt, überreden, unsere Gruppe für die Zeit seiner Abwesenheit zu übernehmen.

Als das bekannt wurde, gab es manches „oha“ und „hm,hm“, aber da man sich vom Sehen her ja schon kannte und auch oft ein paar Worte gewechselt hatte, waren zur ersten Stunde mehr Jedermänner da als sonst, um **die** Neue zu beschnuppern.

Als erstes machte Frau Bartscht ein paar Kennlernspiele mit uns und dann sahen wir, was man in einer Stunde alles machen kann. Es waren fast alle Übungen, die wir noch gar nicht kannten und die auch andere Muskeln beanspruchten als sonst und die manch einer an sich wohl auch noch nicht kannte. Jedenfalls berichteten einige beim nächsten Mal von merkwürdigem Muskelkater. Auch die Verwendung von kleinen Bällen, Stöcken, Stäben, Federstäben oder Rollbrettern war uns bis dahin nicht geläufig. Frau Bartscht erklärte die Übungen beim Vormachen und wir mussten alle gleich mitmachen. 8 Wiederholungen waren die Norm. Es ging ohne Pause von einer Übung zur nächsten. Nach der Stunde waren alle recht geschafft und hatten kaum noch Lust auf das anschließende Fußballspielen.

Anfang April kam dann Herbert Wingen wieder aus der REHA zurück und wir verabschiedeten Frau Bartscht mit Dank und Anerkennung.

Nach dieser positiven Problemlösung stand eine nicht minder schwierige an.
Der übliche Wechsel nach Ostern auf den roten Platz an der Steinbreche war durch die Erneuerungsarbeiten dort dieses Jahr nicht möglich.
Und dann haben wir hin- und her überlegt, wie wir das Problem lösen.
Zunächst war angedacht, sich an der BAST zu treffen, dort Runden zu drehen mit gymnastischen Übungen zwischendurch und dann in die Halle zu fahren zu weiteren Übungen, Fußballspielen und Duschen. Das erwies sich aber als nicht machbar und so gelang es dann durch gute Kontakte, Nutzungsrecht für den Platz am OHG zu bekommen, wo man Fußballspielen sowie gymnastische Übungen machen kann. Die Nichtfußballer können dann in der Zwischenzeit Runden um den Saaler-Mühlensee drehen. Abschließend können wir die Duschräume des Sportplatzes benutzen.
Das scheint eine optimale Lösung zu sein. Wir hoffen nur, dass das Wetter uns nicht zu oft einen Strich durch die Rechnung macht.
Holger Lorentzen



Schütze & Braß
Elektrotechnik
Inh. Norbert Schütze

info@schuetze-brass.de Tel.: 0 22 04 / 25 103
www.schuetze-brass.de Fax: 0 22 04 / 96 27 30

Simonswiese 5 Mobil: 0173 / 95 07 819
51427 Bergisch Gladbach

...Das ist Elektroinstallation!

Kampfsport

Goshin-Jitsu – was ist das eigentlich?!

Viele Leser der KONTAKT haben sich vielleicht schon das ein oder andere Mal gefragt: Was macht man eigentlich beim Goshin-Jitsu? Schon lange gehört diese Sportart, die in der Sparte BUDO zu finden ist, zum festen Bestandteil des TV Refrath.

Goshin-Jitsu ist eine moderne und effektive Art der Selbstverteidigung. Sie vereinigt verschiedene Komponenten der Kampfsportarten Judo, Karate und Aikido und hat sich so zu einer sicheren und leicht anwendbaren Selbstverteidigung entwickelt. Hierbei ist der Name Programm: Goshin-Jitsu bedeutet nämlich ‚Siegen durch Nachgeben‘. Kraft und Bewegung eines Angreifers werden sich zu Nutze gemacht und so kann man Schnelligkeit und Dynamik auffangen, kontrollieren und für die eigene Verteidigung nutzbar machen. Dadurch wird Goshin-Jitsu zu einer Sportart, die wirklich jeder betreiben kann.



Ob Judowürfe, Katas aus dem Karate, Boxeinlagen am Sandsack oder das Einüben der Fallschule – Abwechslung ist bei uns garantiert!

Hier sind einige Impressionen unserer letzten Gürtelprüfung im Dezember. Wir gratulieren Barbara und Martin zum Bestehen des 1. Schülergrades, dem gelben Gürtel!

Wer neugierig geworden ist, ist herzlich eingeladen, das Training einmal hautnah mit zu erleben. Einfach in T-Shirt und langer Sporthose vorbeikommen und mitmachen! Jeder ist herzlich willkommen!



Informationen, Wegbeschreibungen, zahlreiche Bilder und Beschreibungen zum Thema Goshin-Jitsu findet ihr auf unserer Homepage:

<http://kampfsport-refrath.jimdo.com/goshin-jitsu/>, auf unserer Facebook-Seite [https://](https://www.facebook.com/KampfsportTVRefrath)

www.facebook.com/KampfsportTVRefrath oder persönlich bei Oliver Tente unter **0221/48535066**.

N. Mumme

running team

Cross-DM-Titel für TV Refrath vor Rosenheim und Berlin

Goldmädchen Antje Wietscher und zweimal Mannschafts-Bronze

Besser konnte es kaum laufen für die Langstreckengarde vom TV Refrath. Nach drei Medaillen bei der Senioren-Hallen-DM vor einer Woche in Erfurt errangen die TVRler im niedersächsischen Lönningen bei der Crosslauf-DM vier weitere Medaillen in 2014 hinzu. Innerhalb von 8 Tagen gelang Antje Wietscher, diesmal gegen stärkere Konkurrenz, wiederum der Titelgewinn in der Altersklasse W55 über 5,8 km in 25:28 min vor der Favoriten Gabriele Cellete von der LC Rehlingen mit 24 Sekunden Vorsprung. Eine faustdicke Überraschung für TVR Coach Jochen Baumhof war der dritte Rang von 14 Mannschaften für das Frauenteam W45. Mit Antje Wietscher freuten sich Karin Meuser (13.W45) und die Cross-Novizin Doris Remshagen (18.W45) über ihren unverhofften Platz auf dem Treppchen.

In der M50 Klasse haben die Refrathener bisher noch keinen DM-Titel gewonnen. Doch letzten Samstag gewannen Dirk Heuschen (7./22:44 min), Udo Lieth (13./23:04) und Andreas Franssen (14./23:09) mit einer geschlossenen Mannschaftsleistung die Goldmedaille. „Wir hatten uns insgeheim schon Hoffnungen gemacht, aber der Crosslauf ist unberechenbar“ waren sich die Masterläufer vorher einig. Die Drei setzen sich gegen die starke Konkurrenz mit 34 Punkten vor PSV Rosenheim (42 P.) und dem LTC Berlin (54 P.) durch.

Bei Punktgleichheit (Addition der Platzierungen) ist der Zieleinlauf des dritten Läufers entscheidend. Wie vor drei Jahren, als das Masterteam um Martin Koller punktgleich

vor Bremen erstmals den DM-Titel der AK M40-45 gewann, war diesmal der stark laufende Sasa Perisic, der die Bronzemedaille gegen die Titelverteidiger des Vorjahres aus Kempten rettete.



Wietscher, Meuser, Remshagen

Doch den Grundstein für den Erfolg legte wieder einmal ein kämpferisch laufender Martin Koller, der nach seinem Einzeltitel 2013 diesmal auf dem schnellen Rasenparcours nach 21:54 min Sechster wurde. Norbert Schneider (22:24) und Sasa Perisic (22:34) belegten in der M45 Rang 14 und 15. Manuel Skopnik (7.M40) und Irek Meyer (13.M40) lagen nur knapp dahinter.



Franssen, Heuschen, Lieth

Zum Abschluss der Cross-DM durfte das Feld der Männer Langstrecke den mit kleinen, giftigen Anstiegen und einer Sandpassage garnierte 1400 m Runde sieben Mal absolvieren. Achtbar schlugen sich im 70 Läufer starken Feld Daniel Schmidt, Andreas Winterholler und Simon Dahl. Crossspezialist Schmidt lief taktisch clever und schob sich von Platz 32 nach der ersten Runde auf Rang 18 (10,3 km/34:21 min) und hatte den mutig laufenden Vereinskollegen Andreas Winterholler (20./34:35) im Schlepptau. Mit Simon Dahl (31./35:30) belegten die TVR-Team hinter der SG Wenden, VfB Friedrichshafen, LG Braunschweig, PSV Kassel, LAV Tübingen mit dem sechsten Platz einen Achtungserfolg. Als vierter TVRler wurde Pascal Meißner 47.

www.tvr-running.de

Moritz Kufferath verbessert den 100 km Kreisrekord

Der Läufer vom TV Refrath ist derzeit auf Rang 3 der Welt-rangliste

Rund 35 km östlich von Berlin liegt in Grünheide/Kienbaum das bekannte Bundesleistungszentrum. Im Rahmen der 50 km DM waren auch 53 deutsche Ultraläufer am



Start, die sich die doppelte Distanz vorgenommen hatten. Unter vielen erfahrenen 100 km Läufern befand sich auch ein Novize vom TV Refrath running team: **Moritz Kufferath (Foto)**, der bereits in der Vorbereitung am 2. März die 50 km im hessischen Rodgau mit neuer Bestzeit in 3:19:25 std gewann. Der Langstreckler aus Köln hat sich im holländischen Eindhoven, wo er wohnt und arbeitet, viele Monate auf diesen Tag vorbereitet. Wie ein Uhrwerk lief Kufferath die 5 km Runden zwischen 20:42 und 21:44 min bis km 60. Als 50 km Zwischenzeit wurden für ihn, auf dem dritten Rang liegend, unglaubliche 3:30:11 std gestoppt. Er wusste, dass er sein Tempo von 4:12 min pro km nicht halten konnte. Ab km 65 wurde er etwas langsamer um bei km 72 eine Gehpause mit Krämpfen in den Oberschenkeln einlegen zu müssen. Nach einigen

Salztabletten und zusätzlichen Kohlehydraten lief er wenig später wieder, nur nicht mehr ganz so schnell. Mit Rundenzeiten zwischen 23 und 24 min überholte er sogar den lange führenden Dirk Kiwus von der LG Nord Berlin. Nach 20 Runden konnte er sein Glück kaum fassen: mit 7:27:06 std hat Moritz Kufferath den 22 Jahre alten Kreisrekord von Manfred Leismann (7:39:17/TV Witzhelden) um 12 Minuten verbessert. Zwei Tage später meldete sich Norbert Madry (DUV-Vizepräsident) bei TVR-Coach Jochen Baumhof: „Moritz Kufferath liegt derzeit auf Platz drei der Weltranglisten hinter dem Russen Vadim Sharkov und dem Deutschen Florian Böhme, dem Sieger in Kienbaum. Aufgrund seiner beiden hervorragenden Leistungen wird der Läufer vom TV Refrath ins Perspektivkader der Nationalmannschaft berufen“. Das war das Sahnehäubchen nach einem 100 km langen Abenteuer.

Antje Wietscher holt sich den DM-Titel in der Halle

Karl-Heinz König ist mit zweimal Bronze in Erfurt zufrieden



Es ist bereits ihre vierte Goldmedaille bei Deutschen Meisterschaften. Die vielseitige Läuferin **Antje Wietscher (Foto links)** vom TV Refrath running team war bei den Deutschen Senioren-Hallenmeisterschaften in Erfurt wie bereits 2011 erfolgreich. Die 57jährige Leichlingerin hielt sich über 3000 m die ersten 9 Runden hinter der Spitze laufend noch zurück. Doch als das Tempo langsamer wurde, zog sie einem langen Endspurt und siegte nach 15 Runden mit 13 Sekunden Vorsprung von Marlies Pönicke vom Chemnitzer LV und Elisabeth Henn aus Bayern in 11:59,15 min. Auf einen sehr guten vierten Rang platzierte sich Eva Prange (12:50,24 min) vom VfL Engelskirchen.

Karl-Heinz König (Foto unten) hatte keine Chance gegen die Favoriten. Doch darf der Bergisch Gladbacher vor allem mit seiner Leistung über 400 m sehr zufrieden sein. Als Dritter lief „Kalle“

die beiden Hallenrunden in hervorragenden 63,33 min, nur 13/100stel langsamer als im Vorjahr. Nur Kurt Herbricht (TSV Staffelstein / 61,51) und sein bayrischer Lauffreund Johann Schrödel (TSG Roth / 62,69) waren schneller. Die gleichen Konkurrenten lagen auch auf der 800 m Distanz vorne: hinter Johann Schrödel, der seinen eigenen Deutschen Rekord auf 2:21,02 min verbesserte und Kurt Herbricht (2:26,04) sparte sich König als Dritter in 2:33,03 min Körner für das 400 m Rennen einen Tag später. Karl-Heinz König hält seit 2013 den Deutschen Rekord über 1000 m in 3:05,94 min.

Joachim Uebele hat zum ersten Mal DM-Luft geschnuppert. Als 5. des dritten Vorlaufes über 60 m verpasste er in 8,59 sek den Endlauf. Der Refrath M50 Läufer hatte keinen optimalen Start erwischt.



Dirk Heuschen ist doppelter Westdeutscher Meister

Silke Schäpers, Daniel Schmidt, Andreas Winterholler top

Ein flacher, windgeschützter 3-Rundenkurs und beste Wetterbedingungen bei den Westdeutschen 10 km Straßenlauf-Meisterschaften in Salzkotten waren der Garant für sehr schnelle Laufzeiten. Von diesen guten Voraussetzungen profitierte auch die Läufergarde des TV Refrath running teams. Nur eine Woche nach seinem ersten Mannschaftstitel bei der Cross-DM war **Dirk Heuschen (Foto rechts)** in Salzkotten in seiner neuen Altersklasse M50 nicht zu schlagen. Der Kürtenner im TVR-Trikot holte sich erstmals den Einzeltitel in 34:25 min. Mit Andreas Fransen, überraschend auf dem Bronzeplatz in 36:00 min, und Markus Heisig (17./38:57) holte sich das M50-Team auch den Mannschaftstitel.



In Topform präsentierten sich **Daniel Schmidt (Foto unten)** als 5. der Hauptklasse in 31:13 min und der persönliche Bestzeit laufende Andreas Winterholler als Vizemeister der M30 in 31:22 min. Der eigene Mannschafts-Kreisrekord hätte durchaus gewackelt, wenn Simon Dahl nicht kurzfristig mit Krankheit ausgefallen wäre. So war ein stark laufender Martin Koller (3.M45/33:47) der dritte Mann für die Bronzemedailien in der Gesamtwertung Männer hinter der übermächtigen SG Wenden. Auch die Senioren M40-M45 standen auf dem Treppchen: Martin Koller, Sascha Perisic (8./35:13) und Ralf Teicher (11./35:47) wurden ebenfalls Dritter. TVR-Junior Arthur Ralenovsky steigerte sich als 9. der U23 auf 33:52 min.



Eine Woche nach dem erfolgreichen Testlauf über 5 km in Leverkusen (18:49) gelang Silke Schäpers ein tolles Comeback auf ihrer Lieblingsstrecke über 10 km. Hinter Sandra Klein vom TuS Deuz (35:24) überraschte sich die Lindlarerin als Vizemeisterin der W40 mit schnellen 37:53 min. „Mit dieser Zeit konnte ich

vor wenigen Wochen nur träumen“ strahlte die schnellste Läuferin im TVR nach langer Verletzungspause und schaut optimistisch in die Saison 2014.

Senioren­sport

Sitzgymnastik ist nicht nur Däumchendre­hen!

Senioren, die aus verschiedenen Gründen nicht mehr längere Zeit stehen oder auf der Matte liegen können, haben bei der Sitzgymnastik Gelegenheit, sich sportlich zu betätigen.

Unter der Anleitung von Anette Schüle, die von Beruf Physiotherapeutin ist, findet diese Gymnastik mittwochs von 11:15—12:15 Uhr im Jugendraum der Sporthalle Steinbreche statt. Die Teilnehmerinnen spürten sehr schnell, wie anspruchsvoll diese Übungen sind.

Alle Gelenke der Finger, Hände und Arme, der Füße, Beine und Hüften wurden senioren­gerecht bewegt, Rücken- und Bauchmuskulatur wurden trainiert, durch leichtes Ausdauertraining wurde das Herz- und Kreislaufsystem gekräftigt, sportliche Spiele sorgten für Entspannung und gute Laune.

Man kann auch im hohen Alter, so um 80, noch fit bleiben, wenn man etwas dafür tut.

Marlene Dücker

Der SATPROFI vom Antennenspezialdienst sagt:

Das analoge Fernsehen war vorgestern. Das digitale Fernsehen von gestern hat sich bereits verändert. Jetzt spricht man von HDTV, dem hochauflösenden und 3 D-Fernsehen.

Wir bauen Ihre vorhandene Anlage um. Mit modernstem Equipment wird Ihre Satelliten-Antennenanlage auf Ihre Bedürfnisse u. Wünsche umgerüstet und eingemessen. Unsere Erfahrung und unser Wissen kommen Ihnen zugute.

Seit nunmehr 29 Jahren bauen wir Satellitenanlagen.

FUNK
Dipl. Ing.
Gottfried D. Funk
Der Satprofi
Digitales
Fernsehen
(02204)
911311
...wie der Name schon sagt

Antennenspezialdienst - Dipl. Ing. Gottfried D. Funk Satelliten- u. Kabelfernseh-anlagen. Schauen Sie sich unsere Referenzen im Internet an. www.funk-satellit.de

Schwimmen

Wettkampfsport – Warum?

Es stellt sich immer mal wieder die Frage warum eine kleine Abteilung mit so geringen Möglichkeiten überhaupt Wettkampfsport betreibt. Die Möglichkeiten die wir mit der Schwimmhalle Mohnweg haben sind in keiner Weise ausreichend um im Wettkampfgeschehen konkurrenzfähig mitzuhalten. Zudem kostet jede Wettkampftätigkeit Geld und noch mehr Zeit an Arbeit für Verwaltung und Einsatz an den Wettkampftagen selber. Ist es das wirklich Wert? Diese Frage muss ich mir immer wieder stellen wenn die Arbeit mal wieder über einen hinaus wächst.

Es gibt eine Vielzahl von wissenschaftlichen Arbeiten die die Vorteile von Wettkampfmäßig ausgeübtem Sport darlegen. Da wären:

Organisation von zeitlichen Abläufen (Training, Schule, Familie, Freunde)

Persönlichkeitsentwicklung durch das Verarbeiten von Erfolgen und Misserfolgen

Einschätzen von persönlichen Fähigkeiten und persönlicher Leistungsfähigkeit

Bewältigung von Situationen unter Anspannung

Es gibt noch eine Menge weiterer Punkte die ich hier aber nicht weiter ausbreiten möchte.

Durch die Wettkämpfe gibt es ein Ziel auf welches man hinarbeiten kann. Ich lege meine Programme auf die Wettkampftätigkeit aus. Es ergibt sich aus der Wettkampftätigkeit ein Zwang für Schwimmer und Trainer alle schwimmerisch bedeutenden Fähigkeiten zu behandeln wie zum Beispiel Wendetechnik. Als Trainer kann ich keinen Teil der mir nicht so lieb ist, oder Elemente die die Schwimmer nicht mögen, weglassen. Bei der Überprüfung auf den Wettkämpfen kann ich im Vergleich zu andern Wettkampfteilnehmern sehen woran es uns noch fehlt und diesen Elementen stärkere Beachtung schenken. Man kann nicht in eine stumpfsinnige Übungsdurchführung verfallen wo Fehler niemandem auffallen und keine Rolle spielen.

Beenden im Breitensport mit einem einmaligen wöchentlichen Training die Aktiven mit dem einstieg ins jugendliche Alter von vielleicht 14 Jahren ihr sportliches Vereinsdasein (alle Vereine beklagen die geringe Teilnehmergruppe der Jugendlichen) so bleiben die Aktiven im Wettkampfbereich im durchschnitt 5 Jahre länger aktiv und beenden ihre sportlichen Aktivitäten erst mit dem Lebensabschnitt Studium, Ausbildung oder Familie.

Für mich ist eine Wettkampftätigkeit also das Salz in der Suppe. Ich kann mir eine Tätigkeit in der Schwimmabteilung ohne Wettkampfsport nicht vorstellen.

Dann würde, wie es die Erfahrung schon gelehrt hat, alles in einem eintönig dahin plätschernden monotonen Einerlei enden. Das würde mir keinen Spaß machen und den Aktiven auf Dauer sicher auch nicht.

Für diese Wettkampftätigkeit ist aber ein erheblicher Aufwand zu leisten. Viele Teile kann ich selbst erbringen aber doch nicht alle.

So sind wir auf den Wettkämpfen darauf angewiesen Kampfrichter zu stellen. Sonst dürfen wir dort nicht starten.

Ich kann zwar die Mannschaft betreuen aber nicht zeitgleich auch noch 2 Kampfrichterplätze erledigen. Da sind wir auf die Mithilfe der Eltern angewiesen. Wir haben ca. 10 Wettkampftage im Jahr mit 2 Kampfrichterpositionen. Es müssen also im Jahr ca. 20 Kampfrichtereinsätze bestritten werden. Bei einer ausreichenden Kampfrichteranzahl kommt man so auf vielleicht 2 Kampfrichtertage im Jahr.

Wenn die Ausgabe dieser Kontakt erscheint haben wir unsere Pfingsfahrt gerade beendet und das Trainingslager in den Herbstferien ist das nächste große Ereignis.

Ich wünsche mir, dass es auch in Zukunft die Unterstützung gibt damit diese mäßige Wettkampftätigkeit die wir all die Jahre an den Tag gelegt haben auch weiterhin so durchgeführt werden kann.

Freuen wir uns auf eine schöne Sommerzeit mit viel Aktivität in den Schwimmgruppen.

Euer Michael
-Abteilungsleiter-

**Sanitär- und
Heizungstechnik**



Ihr Komplettbad
individuell gestaltet

Ökologische
Heizsysteme

Reparatur und Wartung

51427 Bergisch Gladbach
Telefon 0 22 04/6 45 85

E-Mail: mail@bach-info.de
www.bach-info.de

Tennis

Saisoneröffnung 2014

Aufgrund der Gutwetterlage und so früh wie noch nie sind die Tennisplätze am 13. April 2014 mit dem traditionellen Saisonauftakt eröffnet worden. Die Vorsitzende Iris Theim begrüßte Mitglieder und Gäste und freute sich, von einer Spende der BB-Bank in Höhe von 1.000,- € an die Tennisabteilung berichten zu können. Dafür wurden Spiel- und Sportgeräte für alle Altersklassen unserer Mitglieder angeschafft. Neben den traditionellen sportlichen Begegnungen, wie Pfingstturniere, Clubmeisterschaften und Jugend-Feriencamps war Themen-Schwerpunkt natürlich die neue Tennisschule Marcus Merkel, die nicht nur verschiedenartige Trainingsmöglichkeiten, sondern auch Zusatzveranstaltungen mit Intensivtraining anbietet. Aber auch die neu ins Programm genommenen Punkte, wie das Herbst-Turnier mit befreundeten Vereinen, das Oktoberfest und der Gänsebraten zu St. Martin bzw. zum Saisonabschluss wurden angesprochen.



Für den kulinarischen Genuss der Eröffnungsfeier sorgte – und auch das ist Tradition der Tennisabteilung – in ganz hervorragender Weise und mit ausgefallenen Ideen wieder die Mannschaft der Damen 50.

Nach einem kleinen Verdauungsumtrunk wagten sich dann auch die ersten Spieler auf die frisch aufbereiteten Plätze, versehen mit den Mahnungen des Technikwartes, die Plätze schonend einzuspielen und regelmäßig zu wässern und abzuziehen.

Mitgliederversammlung 2014

Wegen des Rücktritts von 3 Vorstandsmitgliedern hatte in diesem Jahr der TVR-Hauptverein zur Mitgliederversammlung der Tennisabteilung am 6. Februar 2014 ins Clubhaus eingeladen. Die Versammlung wurde von Heinz Kelzenberg geleitet. Das Protokoll über die Mitgliederversammlung kann im Hauptverein eingesehen oder als E-Mail angefordert werden.

Auf der Mitgliederversammlung wurde ein neuer Vorstand gewählt, der sich wie folgt zusammensetzt: Abteilungsleiterin Iris Theim, Sportwart Peter Rathjen, Jugendwart Herbert Breuer, Technikwart Karl-Heinz Meier, Kassenwart Eberhard Hundt, Vergnü-gungs-/Veranstaltungswart Gert Schülke, Presse/Kommunikation Gernot Jäger.

Bestens besuchte Jugendversammlung 2014

Über eine außergewöhnlich hohe Teilnehmerzahl von Jugendlichen und Eltern freuten sich Jugendwart Herbert Breuer und Abteilungsleiterin Iris Theim. Beide hatten die Versammlung am 1. April 2014 organisiert und einberufen. Die Jugendversammlung ist in der Tennisabteilung stets die erste sportlich orientierte Veranstaltung in einer neuen Saison. Dabei werden wichtige sportliche Weichen des Jahres für unsere Tennis-Jugend besprochen und gestellt.

Für 2014 wurden 2 Jugendmannschaften (Junioren und Knaben 14) für die Medenspiele aufgestellt. Die namentlichen Meldungen wurden besprochen und mit einer Nachmeldung inzwischen an den Tennisverband Mittelrhein weitergeleitet. Die Spieltermine hatte der Jugendwart bereits per Rundmail an die jungen Leute verteilt. Dass der Vorgänger-Sportwart im vergangenen Jahr keine Juniorinnen- und keine Mädchen-Mannschaft für 2014 melden konnte, liegt insbesondere darin begründet, dass viele Jugendliche 18 Jahre alt geworden sind und in die Erwachsenen-Mannschaften wechseln, ihr Studium aufnehmen oder ein Auslandsjahr einschieben. Auch der Schulunterricht an Ganztagschulen erschwert zunehmend die Teilnahme am Training und macht die Zusammenstellung der Trainingspläne nicht gerade einfach. Da viele Kinder, Jugendliche und Eltern anwesend waren, konnte auf deren spezielle Wünsche bei der Trainingsplanung und bei der Zusammensetzung der Gruppen noch weitestgehend eingegangen werden. Der Entwurf eines Trainings-Wochenplanes wurde besprochen. Der letztendlich gültige Plan kann auf unserer Homepage unter <http://wordpress.tvr-tennis.de/platzbelegung-durch-wochentliches-training> eingesehen werden. Aus Gründen der Meldetermine waren die Mannschaftsführer Stefan Michels für die Knaben 14 und Johannes Frerk für die Junioren bereits vor der Versammlung festgelegt worden. Weitere Gesprächsthemen waren die Jugend-Clubmeisterschaft, die Teilnahme an der diesjährigen Kreismeisterschaft und die Feriencamps 2014, von denen es wieder zwei jeweils einwöchige Camps geben wird.

1. Camp: 14.07. – 18.07.2014 (2. Ferienwoche)

2. Camp: 04.08. – 08.08.2014 (5. Ferienwoche)

Die Ausschreibung der Camps wurde verteilt und kann auf unserer Homepage unter <http://wordpress.tvr-tennis.de/2014-jugend-tenniscamps> eingesehen werden. Mittags wird ein kalter Imbiss plus Getränk angeboten. Als Besonderheit wird es eine Übernachtung in Zelten und einen Grillabend geben. Anmeldungen können ab sofort über Marcus Merkel und Herbert Breuer vorgenommen werden. Kosten: 137,- Euro (all in). Auch jugendliche Gäste sind uns herzlich willkommen. Zu beachten ist, dass die Teilnehmerzahl begrenzt ist!

Als weitere Neuerung ist ein Intensiv-Training für die Jugend vorgesehen. Intensiv-Training bedeutet 3 Stunden Training mit jeweils 3 Trainern auf 3 Plätzen. Kosten: 30,- € pro Teilnehmer. Als erster Termin wurde Donnerstag, 29. Mai 2014 von 10:00 bis 13:00 Uhr festgelegt. Bei Bedarf werden weitere Termine bekannt gegeben. Anmeldung beim Jugendwart Herbert Breuer.

Zu Jugendvertretern wurden Kai Habermann und Lucas Pinger benannt.

Sicherlich war auch die Neugier auf unsere neue Tennisschule mit ausschlaggebend für die gut besuchte Jugendversammlung. Der Tennisschulen-Inhaber Marcus Merkel stellte sich und sein Trainingskonzept vor. Sämtliche Tennistrainer seines Teams sind ausgebildete C- oder B-Trainer. Sein gesamtes Team kommt einmal im Monat zu einem speziellen Trainer-Training zusammen, so dass sein Trainingskonzept von allen Trainern gleich und kompetent umgesetzt werden kann. Bei uns werden drei seiner Tennislehrer für die gesamte Saison an vier Wochentagen vor Ort sein und das Jugendtraining durchführen. Zum Trainingskonzept nannte er insbesondere Schlagtraining und Technikschiulung, jeweils mit Videoanalyse.

Das Protokoll der Jugendversammlung kann eingesehen werden unter <http://wordpress.tvr-tennis.de/jugendversammlung-2014>. Eine weitere Jugendversammlung ist für die Zeit vor den Sommerferien geplant. Dadurch soll sichergestellt werden, dass die Erfahrungen der Jugendlichen mit der neuen Tennisschule bei den weiteren Planungen und Abläufen berücksichtigt und eingearbeitet werden können.

Treffen mit Mannschaftsführern

Zu zukunftsweisenden Maßnahmen und Veränderungen in der Tennisabteilung sollen intensiver und systematischer noch als in der Vergangenheit die Meinungen, Gedanken und Erfahrungswerte vieler Mitglieder gehört werden. Als geeignetes Gesprächsforum regte die neue Abteilungsleitung Treffen mit den Mannschaftsführern an, die stellvertretend alle Altersklassen der Tennis-Mitglieder abdecken. Gemeinsam wollen wir Herausforderungen annehmen, Problemen begegnen und entsprechende Weichen stellen. Je mehr Meinungen dabei an einem Tisch sitzen, umso gerechter und konformer kann daraus zukünftige Vereinspolitik entstehen. Die Gesprächsthemen umfassen sportliche Belange ebenso, wie Kostenaspekte, Platzbelegungszeiten, Mitarbeit aller Mitglieder zur Sicherstellung unseres Spielbetriebes, neue Veranstaltungen etc. Ein erstes solches Gespräch hat bereits am 29. März 2014 stattgefunden. Weitere sind für die Saison 2014 angekündigt.

Saisonabschlussfeier 2013

Gerade einmal 5 Monate lagen zwischen der diesjährigen Saisonöffnung und der Saisonabschlussfeier 2013. Ein Winterhalbjahr, in dem sich die Tennisgruppen in verschiedenen Tennishallen zum „Überwintern“ eingemietet hatten. Während sich die meisten Tennisspieler/innen zu Hobbyrunden regelmäßig trafen, haben drei unserer Mannschaften auch in der Wintersaison an Turnieren des Tennisverbands Mittelrhein mit zum Teil sehr gutem Erfolg teilgenommen. Die Mannschaft der Herren 00 konnte sich über einen ungefährdeten Aufstieg in die 1. Kreisklasse freuen.



Etwas früher im Jahr als traditionell üblich, fand im November 2013 unsere Saisonabschlussfeier im festlich geschmückten Clubhaus statt. Dem Aufruf waren wieder viele Clubmitglieder, Angehörige und Gäste gefolgt. Sich ein letztes Mal in der Saison im Clubheim zu treffen hat ebenfalls Tradition. Ein paar gemeinsame Stunden vor dem knisternden Kamin zu verbringen und Gespräche unter Freunden zu führen, gehört in der Tennisabteilung einfach dazu. Die Herren60, als Ausrichter der Feier, hatten mit viel Liebe für ein reichhaltiges Buffet gesorgt, bei dem man sogar selbst geschossenes (!) Wildbret genießen konnte. Für diese



leckere Besonderheit ein herzlicher Dank an Gert Schülke und seine Frau.

Die Vorsitzende der Tennisabteilung Iris Theim verabschiedete Herbert Breuer (Foto), der nach über 30 Jahren sein Amt als Trainer unserer Tennisabteilung zum Ende der Sommersaison 2013 niedergelegt hat. Sie betonte, dass mit Herbert eine Ära zu Ende geht, die es so wohl nicht mehr geben wird. Eine Ära aus Sportbegeisterung, Fairness, Idealismus, Loyalität zum Verein, freundschaftlichem Umgang mit Mitgliedern und Wettkampfgegnern und sein ganz persönlicher, hervorzuhebender Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Ihren herzlichen Dank verband sie mit dem Wunsch, dass Herbert Breuer dem Verein noch lange erhalten bleiben und er trotz einiger Enttäuschungen weiterhin eine "Institution" unseres Clubs bleiben möge.

Iris Theim dankte den Mitgliedern, die sich im vergangenen Jahr für unsere Clubanlage persönlich verantwortlich gefühlt hatten, indem sie regelmäßig Teile der Hausmeistertätigkeiten übernommen hatten. Ein wertvoller Beitrag für unsere Gemeinschaft.

Eine selbstkritisch-ironische PowerPoint-Präsentation, die die sogenannte „Mittwochrunde“ vorstellte, erzeugte Lachen und Schmunzeln, insbesondere wegen der kleinen individuellen Eigenheiten und Besonderheiten der vorgestellten Personen. Fotos aus dem Clubleben 2013 und solchen aus vergangenen Zeiten, die während des Abends auf unserer Leinwand zu sehen waren, rundeten die Veranstaltung ab und sorgten für manches „oh, bin ich das etwa?“, „weißt du noch, wie wir ...?“, sieh `mal die ...“, „war das nicht der ...?“. Und so verging der Abend, mit dem die Tennissaison 2013 endgültig ausklang, wieder einmal viel zu schnell.

Sportlicher Ausblick auf die Tennis-Saison 2014

Der Vertrag mit der Tennisschule Stefan Hufnagel ist zum 30. April 2014 ausgelaufen. An dieser Stelle bedanken wir uns bei Stefan für sein zehnjähriges Engagement und Tennis-Training und wünschen ihm beruflich wie privat alles Gute.

Ab Mai 2014 hat die Tennisschule Marcus Merkel das Training in der Tennisabteilung übernommen. Es sind drei Trainer vor Ort, die sowohl das Jugendtraining, als auch das Training der Erwachsenen und der Mannschaften durchführen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und wünschen Marcus Merkel und seinem Team einen guten Start und eine erfolgreiche Saison.

Etwa die Hälfte unserer Mitglieder kämpft in diesem Jahr in den acht folgenden Mannschaften aller Altersklassen auf Kreis-, Bezirks- und Verbandsliga-Ebene im Rahmen der Ausschreibungen unseres Tennisverbandes:

Damen 50	2. Verbandsliga	Damen 40	3. Kreisliga
Damen 00	2. Bezirksliga	Herren 60	2. Bezirksliga
Herren 40	2. Kreisliga	Herren 00	2. Bezirksliga
Junioren 18	2. Bezirksliga	Knaben 14	1. Kreisliga

5 Jugendliche sind für die Kreismeisterschaften 2014 gemeldet. Am Bezirkspokal werden sich drei unserer Mannschaften (Damen00, Damen40 und Herren00) beteiligen. Auch an den Stadt-Mannschaftsmeisterschaften am 9. und 10. August auf der Anlage von THC-Rot Weiß Bergisch Gladbach werden wir teilnehmen.

Der Vorstand der Tennisabteilung wünscht allen Mitgliedern eine erfolgreiche und insbesondere verletzungsfreie Saison 2014, mit viel Spaß an sportlich anspruchsvollen Kämpfen, anregenden Begegnungen mit bekannten und unbekanntem Gegnern, neuen Freundschaften und sehr viel Freude an unserem schönen Tennis-Sport.

FERNSEH *Loebach*
HIFI • TV • SAT • MEISTERWERKSTATT

Halbenmorgen 43
51427 Bergisch Gladbach
Tel. & Fax: 0 22 04 / 6 38 76
RadioLoebach@t-online.de

LOEWE. Einfach mehr erleben.

Tischtennis

Drei Aufstiege + Vier Pokalsiege = Erfolgreichste Saison der Vereinsgeschichte

Eine großartige Saison geht in die finale Phase, und das Highlight steht kurz bevor. Am letzten Mai Wochenende spielen die Refrathener bei den Deutschen Pokalmeisterschaften um den Titel in Deutschland.

Vor der Saison hatte sich die Abteilung das ehrgeizige Ziel gesetzt mit den ersten drei Mannschaften den Aufstieg zu realisieren. Dieses Ziel konnte tatsächlich erreicht werden. Das heißt, dass in der kommenden Spielzeit die erste Mannschaft in der Landesliga, die Zweite in der Bezirksklasse und die Dritte in der 1. Kreisklasse aufschlägt. Zudem werden noch ein oder zwei weitere Mannschaften im Erwachsenen-Spielbetrieb an den Start gehen.

Während die erste Mannschaft relativ souverän und während der gesamten Saison einen Aufstiegsplatz belegte, siegte die Zweite am vorletzten Spieltag im entscheidenden Spiel beim Lokalrivalen in Bergisch Gladbach und sicherte sich dort die Kreisliga Meisterschaft. Die Dritte führte vom ersten bis zum letzten Spieltag die Tabelle in der



Ungewohntes Bild: Tischtennis in der Steinbreche

2. Kreisklasse an und darf nun völlig zu Recht in der kommenden Saison eine Liga höher aufschlagen.

Das „Final Four“-Turnier um den Bezirkspokal wurde durch Siege gegen Hürth, Bornheim und Bergneustadt erreicht. Am ersten Februar Wochenende ging es in Kerpen um den ersten Titel. Nach einem knappen 4:2 im Halbfinale gegen Fortuna Aachen konnte im Endspiel der große Konkurrent aus Bergheim mit 4:3 bezwungen werden.



Lapic, Eberhardt, Peters, Putzolu

Im Pokalfinale um den Westdeutschen Meistertitel kamen die fünf Bezirkspokalsieger aus NRW zum Showdown nach Refrath. Gegen Bergheim (Ostwestfalen) konnte sich der TVR im Halbfinale souverän mit 4:1 durchsetzen. Das Finale gegen Westerkapeln ging dann nach einem knappen Spiel mit 4:2 an den TV Refrath.



Die erste Jungen Mannschaft erreichte einen tollen fünften Platz in der Jungen-Verbandsliga

Die zweite Mannschaft konnte im Februar den Titel im Kreispokal gewinnen, Gegner im Endspiel waren die Sportfreunde aus Leverkusen. Auf Bezirksebene scheiterte die Mannschaft im Halbfinale. Die Jungen gewannen im Endspiel um den Kreispokal gegen den Rivalen aus Porz und spielen Mai um den Bezirkspokal.

Im Jugendbereich wurden die Ziele ebenfalls souverän gemeistert. So wurden sowohl der Klassenerhalt in der höchsten Jugendliga, der Jungen Verbandsliga, erreicht als auch der Klassenerhalt in der Schüler Bezirksliga. Bei den Schülern konnte sogar der dritte Platz erzielt werden, der zu den Aufstiegsspielen in die Jungen Bezirksklasse berechtigt.

Insgesamt spielten acht Jugend- und Schülermannschaften in der Rückrunde der Saison für den TVR. „In der kommenden Saison werden es wohl wieder acht Teams sein“, verkündet Trainer Julian Peters. Das ist eine sehr erfreuliche Entwicklung, da nun auch in den Erwachsenen-Teams die gute Jugendarbeit anfängt Früchte zu tragen und in fast jeder Mannschaft mindestens ein Jugendlicher eingebaut werden konnte.

In der Klasse der Kleinsten, der B-Schüler 1. Kreisklasse, konnte sich der TV Refrath im vergangenen Jahr zweimal den Titel sichern. Das heißt, dass auch langfristig der Unterbau auf soliden Füßen steht. Zudem wird seit vergangenem Sommer an einer Mini-/Talentgruppe gearbeitet, die dienstags und freitags jeweils 60 Minuten trainiert. Mittlerweile ist diese Gruppe schon auf ca. 10 Kinder angewachsen.

Daraus resultiert auch die sehr erfreuliche Zahl von konstant über 100 Tischtennismitgliedern im TV Refrath.

Sven Hermann, Leistungsträger der 1. Jungen und 3. Herrenmannschaft beim Training



Ausblick - drei Neuzugänge für 2014/2015

Thomas Macha, Frank Boden und Dirk Elz verstärken den TV Refrath. Thomas wechselt aus Bärbroich zu uns und will sich nach einer enttäuschenden Verbandsliga Saison wieder neu beweisen. Frank Boden wechselt vom Bezirksligisten Wahn-Grengel nach Refrath und wird erstmals in der Landesliga aufschlagen. Dirk Elz kommt vom Nachbarn aus Bensberg und verstärkt die dritte Mannschaft in der 1. Kreisklasse.

Der Kader der Landesliga Mannschaft nimmt damit Konturen an. Jakob Eberhardt und Thomas Macha werden wohl das obere Paarkreuz bilden. „Wir hoffen darauf, dass Thomas uns in möglichst vielen Spielen zur Verfügung stehen wird,“ so Eberhardt, „dann hätten wir nämlich eine schlagkräftige Truppe beisammen.“ Nominell sind die Nummer drei und vier Gerald Struck und Julian Peters aus dem diesjährigen Aufstiegssteam. In wie weit die Beiden nächste Saison noch zum Schläger greifen ist indes fraglich. Hier müssen noch die abschließenden Gespräche geführt werden. Auf

jeden Fall zum Landesliga Kader gehören werden wohl Jörg Balzer, Tobias Lopic, Leonard Putzolu und Frank Boden. Natürlich halten die Refrather Augen und Ohren offen, damit vielleicht noch ein Neuzugang bis zum Ende der Wechselfrist (Ende Mai) hinzukommen wird. Die Aufstellungen der zweiten, dritten, vierten und eventuell fünften Mannschaft stehen zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht fest. Das Gerüst der Mannschaften werden die letztjährigen Stammspieler sein.



Frank Boden, Dirk Elz (von links)



Neuzugang Frank Boden , der die Landesliga Mannschaft verstärken wird

Radsport Refrath

Das Fachgeschäft in Ihrer Nähe



Sport- und
Freizeit-
Fahrräder

Reichhaltiges
Marken-
Zubehör

Service und
Reparatur
aller Marken

NEU:
Offizieller
Gazelle-Partner

**Öffnungszeiten
ab März 2012:**

Montag bis Freitag
9.30 Uhr - 13.00 Uhr
und 15.00 Uhr - 18.30 Uhr

Mittwoch geschlossen

Samstag:
9.30 Uhr bis 13.00 Uhr

Radsport Refrath

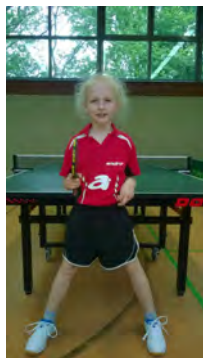
Vüfels 69-71
51427 Bergisch-Gladbach

Tel.: 02204-739898

Fax: 02204-739892

radsport.refrath@yahoo.de

www.radsport-refrath.de



Katja Schütz gewann die Kreisrangliste der C- und B-Schülerinnen und qualifizierte sich bei den B-Schülerinnen für die Bezirksendrunde.



Leonard Putzolu scheiterte knapp in der Bezirkszwischenrunde der Jungen, siegte aber sowohl bei der Kreisrangliste als auch bei den Kreismeisterschaften



Die Landesliga Aufsteiger
 Gerald Struck, Tobias Lopic, Jakob Eberhardt, Jörg Balzer, Leonard Putzolu, Julian Peters (von links)



Die Meistermannschaft + Ersatzspieler in der Kreisliga

Hinten: Christoph Piechazcek, Ansgar Schiffer, Gereon Schiffer, Olli Schneck, Hendrik Leschin, Jan Socher

Vorne: Stefan Schmidt, Sven Hermann, Gernot Lauber, Dietmar Schulte



Die dritte Herren nach dem feststehenden Aufstieg

Sven Hermann, Hannes Stäger, Ralf Blechert, Dietmar Schulte, Stefan Schmidt, Peters Gaida (von links)

Turnen

Mädchenturnen mittwochs von 15:15 – 18:15 Uhr

Jeden Mittwoch treffen sich Mädchen im Alter von 5 – 13 Jahren zum Turnen in der Turnhalle Steinbreche. Wir beginnen die Turnstunden zum größten Teil mit einem Aufwärmspiel, was den Mädels sehr viel Spaß macht.

Da der Altersunterschied sehr groß ist, wurden die Mädchen in drei Gruppen eingeteilt, so dass jeder Altersgruppe (Mädchen von 5-8 Jahren, 9-11 Jahren, 11-13 Jahren) jeweils eine Zeitstunde zum Turnen zur Verfügung steht.

So bauen wir oft das Trampolin, den Sprungbock oder Kasten auf, um die Sprungkraft der Mädchen zu schulen.

Meistens arbeiten wir im Zirkelbetrieb, so dass je nach Gruppenstärke jeweils drei bis fünf Mädchen an einem Gerät turnen.

Sehr viel Freude bereitet den Mädchen auch das Bodenturnen, denn da können sie Handstand, Rolle vorwärts und rückwärts sowie Rad üben. Auch probieren wir Dinge wie Handstandüberschlag oder Rückwärtsüberschlag aus.

Den Barren bauen wir als kleinen Stufenbarren um, so können an diesem der Aufschwung sowie einige andere knifflige Sachen ausprobiert werden.



Der Balken ist immer eine ganz besondere Herausforderung für die Mädchen, da er sehr schmal ist und die Mädchen sehr konzentriert darüber balancieren müssen. Kleine turnerische Übungen wie Standwaage, Wechselhopper oder Radwende als Abgang vom Balken fordern schon einiges von den Mädchen ab.

Als weiteres Highlight ist das Turnen am Reck, an diesem können die Mädchen den Felgaufschwung, Felgumschwung und andere spezielle Übungselemente erlernen.

Manchmal teilen wir die Kinder am Ende der Turnstunde in kleine Gruppen, danach erhalten sie Kärtchen mit akrobatischen Übungen, die sie dann auf den Turnmatten selbst ausprobieren können.

In den letzten Turnstunden vor den Ferien dürfen die Mädchen oft an den Tauen, welche in der Turnhalle vorhanden sind, schaukeln und schwingen.

Auch haben wir schon als besondere Attraktion das große Trampolin aufgebaut, was den Kindern sehr viel Spaß und Freude bereitet.

Im Dezember 2013 kurz vor den Weihnachtsferien waren wir nun schon zum zweiten Mal gemeinsam während unserer Trainingszeit in der Eissporthalle an der Saaler Mühle. Alle Mädchen waren davon sehr begeistert, auch diejenigen die noch nie vorher auf Schlittschuhen gestanden hatten, konnten nach fast drei Stunden ohne fremde Hilfe Eislaufen.



Im Februar (Karneval) 2014 haben wir innerhalb unserer Turnstunden im Kostüm mit Karnevalsmusik die „fünfte Jahreszeit“ gefeiert. Mit kleinen Spielen und einer Abenteuerlandschaft haben wir uns auf die Karnevalstage eingestimmt.

Also liebe Mädchen, wenn ihr Lust habt zu turnen, dann kommt einfach zu den Übungsstunden vorbei und schaut es euch an oder turnt am besten gleich mit.

Viele Grüße
Eure Silke Zeyen



*Jeder Mensch ist anders,
jeder Tod und jede Trauer. Wir helfen!*

Wir wissen um die schwierige Situation, in der Sie sich befinden, wenn Sie Kontakt zu uns aufnehmen. Ein Trauerfall ist eingetreten und die Beerdigung muss organisiert werden. Vielleicht möchten Sie aber auch erste Schritte zur Vorsorge unternehmen und sich beraten lassen.

Den richtigen Weg für Sie zu finden, Sie individuell und kompetent zu beraten, dies ist unser Anliegen.

KLEIN&MÖLDER
BESTATTUNGEN • HILFE IN DER TRAUER

Refrath, Vüfels 50
51427 Bergisch Gladbach
Tel. 0 22 04 / **6 38 05**

Volleyball

Damen 1 – Saisonabschluss auf Platz 5 und was kommt jetzt?

Mit einem unspektakulären 5. Platz ließen wir auf unserer Abschlussfeier die Saison Revue passieren. Wo zu Beginn der Saison nicht mal klar war, ob sich genug Spielerinnen für eine Mannschaft finden, starteten wir dann doch mit vielen neuen Gesichtern. Letztendlich beendeten wir die Saison im Mittelfeld. "Wie soll denn nun die Vorbereitung und die neue Saison aussehen?" fragten uns die Trainer Michael Wernitz und Simon Tebbe.



Klar ist leider, dass wir mit Jussi. (Justine Maas) und Annika Lörges definitiv zwei "Abgänge" zu vermelden haben. Diese müssen nun erst einmal ersetzt werden. Zum Glück melden sich nach der Babypause Joanna Großmann und Julia Thuir zurück. Auf der Liberoposition werden wir mit einem Neuzugang die Annahme verstärken wollen und heißen zukünftig Jael Winkels herzlich willkommen in unserem Team und freuen uns, dass wir mit ihr schon bald in die Saisonvorbereitung gehen können. Wir hoffen dadurch, das in der vergangenen Spielzeit leider immer wieder latente Annahmeproblem minimieren zu können.

Zusätzlich möchte Ines Peweling stärker ins Training einsteigen, um die Zuspiel- und Diagonalposition zu bereichern.

Nun hoffen die Damen durch eine konzentrierte Vorbereitung auf eine Saison mit starken Angriffen, verbesserter Block- und Abwehrarbeit, viel Spaß und einer guten Stimmung auch im zwischenmenschlichen Sinne auf eine Position im oberen Tabellendrittel der Landesliga.

HU – GO –GO –GO!!!! TVR



Weibliche U16 / U18 / Damen 3

Unser weiblicher Nachwuchs schreibt derzeit eine erfreuliche Erfolgsgeschichte, nicht zuletzt auch dank des unermüdlichen Engagements von Renate und Stefanie Sievering, die sich die Arbeit mit unseren hoffnungsvollen Youngstern sinnvoll aufteilen, auch wenn dies bisweilen eine gehörige Portion an Ausdauer, Geduld und Leidenschaft für den Volleyball erfordert.

Nicht nur zuletzt schlägt sich dies auch in den positiven Ergebnissen aus dem Ligabetrieb nieder. Platz 1 nach Saisonabschluss für die U16; eine Mannschaft mit schon aus dem Vorjahr etablierten Jugendlichen, zu denen sich Neuzugänge gesellten und in den Spielbetrieb integriert wurden.

Platz 3 mit nur 2 Punkten Rückstand auf die Erstplatzierten in der U18. Dies eine eher illustre Mischung aus etwas älteren jungen Mädchen, die neu eingestiegen sind und auch solchen aus der U16, die noch mehr Spiellaune entwickelten und neben der U16 weitere Herausforderungen suchten.

In der neuformierten Damen 3 (Kreisliga) lieferten sich unserer Mädels ein hartes Rennen um Platz 3 mit der siebenten Vertretung des TSV Bayer Leverkusen. Diese Team setzt sich ausschließlich aus Jugendspielerinnen zusammen. Für diese Vertretung ging der Plan der beiden Trainerinnen vollends auf und sie lagen mit ihrer Einschätzung richtig, dass die Spielerinnen in dieser Mannschaft Kampfgeist, Durchhaltevermögen, Wagnis, Teamgeist

Entwickeln, lernen und anwenden mussten, kurz gesagt die ganze Psychologie des Volleyballspielens. Zudem ist es der 1. Schritt in den Spielbetrieb der Erwachsenen. auch für die Trainerinnen war dies eine hohe Herausforderung, ihnen neben dem technischen Know-how auch Begeisterung auf dem Feld und auf der Bank zu vermitteln. Dies alles stimmt uns für eine weiterhin gute Entwicklung der Mädels zuversichtlich.

Die Teams und ihre Betreuerinnen bedanken sich ausdrücklich bei den Eltern, die gerade bei den Fahrten zu den Auswärtsspielen ihre Unterstützung im Fahrdienst als auch mit aufmunterndem Klatschen und Anfeuern von der Tribüne einbrachten. Von dieser Art der Anteilnahme wünsche sich die Beteiligten noch mehr.

Renate und Steffi Sievering

BFS Mixed – Nachwuchs und Sorgen

Nach einem erfolgreichen Saisonstart (nach dem 5. Spieltag 3. Platz) wurden wir durch - für die betroffenen Spielerinnen zwar erfreulichen, für die Mannschaft aber unerfreulichen - Meldungen über zwei Schwangerschaften überrascht. Eine weitere Spielerin fiel wegen mehrfachen Bandscheibenvorfalls auch komplett aus.

Außerdem mussten auch noch mehrere langwierige Verletzungen einiger unserer Männern kompensiert werden, wodurch für den Rest der Saison eine Stammmannschaft von nur noch drei Frauen und sechs Männern zu den Spielen antreten konnte, zwischenzeitlich immer mal wieder verstärkt durch einige gesündete Rückkehrer.

Leider konnten wir in dieser Konstellation die so erfolgreich begonnene Saison nicht fortsetzen, sondern mussten hinnehmen, dass wir auch vermeintlich schwächere Gegner in der Rückrunde nicht schlagen konnten. Nun hoffen wir, in den beiden noch verbleibenden Spielen im Mai den Klassenerhalt zu schaffen.

Für die Zukunft benötigen wir deshalb dringend vor allem weibliche Verstärkung.

Aber neben diesen personellen Sorgen haben wir auch viel Spaß beim Training, Spannung bei den Meisterschaftsspielen und große Freude bei Turnierteilnahmen.

Babett Schmitz

Hobby Mixed – The Winner is:

„Schaufelbagger Refrath“! ... leider nur bei der Wahl des originellsten Mannschaftsnamens und nicht bei der Rösrather Stadtmeisterschaft im Mixed-Volleyball selbst, bei der wir am 29. März 2014 dennoch kräftig mitgemischt haben. Über die Erstplatzierung unseres Mannschaftsnamens haben wir uns aber auch gefreut, denn die Konkurrenz aus „Wilde Hühner“, „Wollies“, „Auffallen durch Draufknallen“ etc. war groß. - Aber der Reihe nach!

Wir sind die Hobby-Mixed Volleyballgruppe des TV Refrath, die freitags in Halle 4 des OHG-Sportzentrums trainiert. Lange Zeit haben insbesondere die „Altgedienten“, die schon jahrzehntelang dabei sind, die Gruppe am Leben erhalten, doch seit Ende 2013 hat ein starker Zuspruch junger Volleyballspielerinnen und -spieler und auch solcher mittleren Alters für neuen Schwung in unseren Reihen gesorgt. Darüber freuen wir uns sehr und hoffen, dass der Trend anhalten wird. War es in zurückliegenden Zeiten so, dass wir selten 2 komplette 6-er Mannschaften gegeneinander antreten lassen konnten und es auch nicht gescheut haben, einmal 3 gegen 3 zu spielen, so müssen inzwischen freitags häufig 3 Mannschaften gebildet werden, die reihum gegeneinander kämpfen. Den „numerus clausus“ werden wir dennoch nicht einführen. Bei uns darf jede(r) mitspielen. Spaß und Zusammenhalt der Gruppe sind uns wichtiger als ungehemmtes Erfolgsstreben. Was aber keineswegs bedeutet, dass wir nicht hingebungsvoll kämpfen. Ab und an packt uns auch der Ehrgeiz. Dann beteiligen wir uns an einem der in unserer Region ausgerichteten Turniere eines befreundeten Vereins. So geschehen kürzlich in Rös Rath.



„Nur ja nicht Letzter werden!“ Sicherlich hatte er noch schwer zu tragen an der roten Laterne, die wir vor einigen Monaten aus Leichlingen mit nach Hause gebracht hatten. Klar, dass nur die unglücklichen Umstände dazu geführt hatten, denn beinahe wären wir ... - aber das kennt ihr ja sicherlich selbst. Zwar gilt für uns der olympische Gedanke „das Wichtige ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme“ und wir akzeptieren

auch, dass es auf dieser Erde Volleyballmannschaften gibt, die noch stärker spielen als wir, aber so ganz möchten wir den anderen das Feld dann doch nicht überlassen. Wie immer nahmen wir in Rösrath zuerst einmal die gegnerischen Mannschaften in Augenschein. Lauter junge, hünenhafte, athletische Spielerinnen und Spieler präsentierten sich als unsere Gegner. Wir trösteten uns mit unserem olympischen Motto (s. o). Zur eigenen Verwunderung starteten wir mit einem glatten 2-Satz-Sieg in die erste Runde. Gleich wurde die Ziellatte höher gelegt. „Wenn wir uns anstrengen, könnten wir die Endrundenspiele erreichen“. Unser nächster Gegner wollte aber leider auch dorthin! Dann drehten wir wieder auf und unser Anspruch auf Erreichen der Endrunde wurde erneut untermauert durch Siege in den folgenden Begegnungen. Einer unserer Grundsätze lautet: „Jeder, der zu einem Turnier mitfährt, kommt auch zum Einsatz“. Der Zusammenhalt und die Harmonie in der Gruppe sind uns wichtiger als Top-Platzierungen. So wurden bei uns wechselnde Aufstellungen aufs Feld geschickt, was dazu führte, dass sich die Mannschaft immer erst wieder zusammenfinden musste. Das hat ein Gegner leider schamlos ausgenutzt. Ganze zwei Punkte im zweiten Satz des Spiels, dessen ersten Satz wir souverän dominiert hatten, fehlten uns letztlich zum Weiterkommen. Über unseren erreichten 8. Platz unter 15 teilnehmenden Mannschaften haben wir uns aber nicht minder gefreut.

Die Siegerehrung nahm Rösraths Bürgermeister Marcus Maria Mombauer vor, der sich als aktiver Volleyballer unserem Sport besonders eng verbunden fühlt.

„Auf dem Heimweg wurden – auch das wie immer – die Spielverläufe analysiert. Es fehlte dabei nicht an Theorien, warum was nicht so gewesen ist, wie es nach Kenntnis jedes Volleyballspezialisten eigentlich hätte gewesen sein müssen. Unser Fazit lautete dennoch: Wir sind diesmal zufrieden mit uns. „Wenn wir im Spiel gegen „ATG2“ nicht die blendende Sonne gegen uns gehabt hätten, hätten wir den entscheidenden Satz auch gewonnen. Ganz sicher sogar. In einem sind wir uns aber auch sicher. Die Turnierteilnahme hat uns sehr viel Freude bereitet und im nächsten Jahr sind wir wieder dabei. Unsere Anmeldung für 2015 hat Richard gleich beim Veranstalter abgegeben. Mit viel Umsicht hat die Volleyballabteilung des SV Union Rösrath das Stadtmeisterschaftsturnier ausgerichtet und mit frischen Waffeln, einem großen Kuchen und einem deftigen Buffet für eine gute Versorgung der Aktiven und der Zuschauer gesorgt. Unser herzlicher Dank gilt unseren sympathischen Rösrather Gastgebern.



Schaufelbagger Refrath bei der Siegerehrung mit Bürgermeister Mombauer in Rösrath

Wie schon erwähnt, wurde unser Mannschaftsname „Schaufelbagger Refrath“ ausgezeichnet. Über den vom Sponsor „Eisdiele Rösrath“ gestifteten Eis-Gutschein freuten sich einige Volleyballer-Kinder, denen wir die Leckerei zukommen ließen. Selbstverständlich bezieht sich der „Bagger“ im Namen auf das Baggern beim Volleyball. Die Schaufel ist schon zweideutiger und etwas selbstironisch angelegt. Einmal soll sie unsere un-

bändige Kraft, die Gegner wegzuschaufeln, symbolisieren, zum anderen aber auch die Tatsache, dass bei uns schon `mal „geschaufelt“ wird. Wir bemühen uns zwar um einen astreinen Volleyballstil, sind aber nicht in jeder brenzigen Situation vor einem Ausrutscher gefeit. Und das kommt dann dem Schaufeln schon einmal nahe. Insgesamt sind wir aber gar nicht so schlecht, wie wir selbstkritisch manchmal denken. Das hat uns das Turnier in Rösrath gerade wieder einmal gezeigt. Allerdings nehmen wir nicht alles - und vor allem uns selbst nicht - allzu tierisch ernst, denn Volleyball soll uns Spaß machen, und wir wollen uns die Freude an unserem Sport dauerhaft erhalten.

Gernot. Jäger.

röhrig
 schuhe

Siebenmorgen 28
 Refrath
 Tel.: 02204 / 64132
www.roehrig-schuhe.de

Zeit für einen Guten Schuh

Ihr Markenschuh Fachgeschäft

www.dein-schuhhaus.de

TV REFRAATH

Aktivsommer 2014

Rücken-Fit



Powerfitness

YOGA



Form & Figur

Kurs 91 WIRBELSÄULENGYMNASTIK (07.07.; 14.07.; 28.07.; 04.08.; 11.08.; 18.08.)

Montags von 09:00 - 10:00 Uhr bei Margarete Bartscht/Sylvia Stasek

Kurs 92 RÜCKENFIT (07.07.; 14.07.; 28.07.; 04.08.; 11.08.; 18.08.)

Montags von 10:00—11:00 Uhr bei Margarete Bartscht/Sylvia Stasek

Kurs 93 BOKWA (07.07.; 14.07.; 21.07.; 28.07.)

Montags von 20:00 - 21:00 Uhr bei Christin Warnst

Kurs 94 STRETCH & RELAX (08.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.)

Dienstags von 10:30 - 11:30 Uhr bei Claudia Scillia

Kurs 95 ZUMBA (08.07.; 15.07.; 22.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.)

Dienstags von 18:00 - 19:00 Uhr bei Vanessa Schäfer

Kurs 96 POWERFITNESS (08.07.; 15.07.; 22.07.; 29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.)

Dienstags von 19:00 - 20:00 Uhr bei Sabine Kröger

Kurs 97 OSTEOPOROSE (30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 09:00 - 10:00 Uhr bei Sylvia Stasek

Kurs 98 DEEPWORK (09.07.; 16.07.; 23.07.; 30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 19:15 - 20:15 Uhr bei Christiane Braun

Kurs 99 FASZIENTRAINING (09.07.; 16.07.; 23.07.; 30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 20:15 - 21:15 Uhr bei Christiane Braun

Kurs 100 YOGA (30.07.; 06.08.; 13.08.)

Mittwochs von 17:00—18:30 und 19:00 - 20:30 Uhr bei Andrea Gabriel-Taterka

Kurs 101 FORM UND FIGUR (10.07.; 17.07.; 24.07.; 31.07.; 07.08.; 14.08.)

Donnerstags von 09:30 - 10:30 Uhr bei Sabine Kröger

Kurs 102 BOP + RÜCKEN (11.07.; 18.07.; 25.07.; 01.08.; 08.08.; 15.08.)

Freitags von 18:30 - 19:30 Uhr bei Carolin Meissner

S I E H
M A L
A N :

OPTIK SCHEU

REFRATH

SIEBENMORGEN 7

TELEFON 0 22 04 - 6 63 77



„KONTAKT“

Nächste Ausgabe

erscheint 2x pro Jahr / Auflage 2000 Stück

November 2014

Impressum

Herausgeber:

TV Refrath 1893 e.V.

verantwort. für Inhalt/Gestaltung:

Heinz Kelzenberg, Jakob Eberhardt

Anzeigen:

Geschäftsstelle TV Refrath, Wickenpfädchen 11
51427 BGL, Telefon (02204/60349)

Design

Grafik Danikas, Händelstraße, 51427 BGL,
Telefon (02204/249323)

Druck

Häuser KG, Venloer Str. 1271, 50829 Köln,
Telefon (0221/9565030)

UNSERE LEISTUNGEN

Offset- und Digitaldruck

Layout & Gestaltung

CTP-Belichtung

Nuten, Stanzen,
Prägen, Heften

UNSERE PRODUKTE

Digital-Poster

Kalender

Plakate

Druckbogen

Postkarten

Folder

Broschüren

Aufkleber

Wire-Obinding

Lackieren

Lettershop

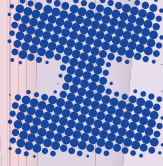
Versand,
Logistik

www.druckdiscount24.de

DruckDiscount24.de

Offset & Digitaldruck

Von der Idee bis zum Versand alles aus einer Hand!



Buch- und Offsetdruckerei

Häuser KG

Inhaber Günter Mazur und Heiko Mazur

Druck Discount 24.de

info@druckdiscount24.de

SIBYLLE HAAS

DIE IMMOBILIENGUTACHTERIN

DEKRA Standard

Sachverständiger für
Immobilienbewertung D2
(Wohn- und einfache
Gewerbeobjekte)

► gültig bis 09/2015



IMMOBILIENBEWERTUNG

VERKEHRSWERTERMITTLUNG

MARKTANALYSE

WERTEXPERTISE

*Werte kennen - wertvolle
Entscheidungen treffen!*

*Wertexpertise für
Ihr Einfamilienhaus
in Refrath einmalig*

99,-^{EUR} *

Wir ermitteln den Wert von Immobilien objektiv und gewissenhaft. Mit sorgfältig recherchierten Auskünften helfen wir Ihnen, Risiken zu vermeiden und eine Basis für faire Vereinbarungen zu schaffen. Ihre Fragen beantworten wir kompetent, allgemeinverständlich und nachvollziehbar.

Profitieren Sie von einem umfassenden Fachwissen, langjähriger Berufserfahrung, fundierten Marktkenntnissen und einem fachübergreifenden Netzwerk.



SIBYLLE HAAS

Dipl.-Geografin

Immobilienfachwirtin

DEKRA zert. Sachverständige für die Immobilienbewertung

☎ (02204) 96 31 51

Auf dem Kamm 6 | 51427 Berg. Gladbach

www.die-immobilien-gutachterin.de

* zzgl. 19% MWSt.