



Parkour - Die Kunst der Bewegung Trendsport in der Turnhalle

Fitness

Bungee Power

Tanzen

Neue Kursangebote

Interview

Alex Heinrich



Gute Pflege braucht guten Rat

Gut für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige: In unseren pflegerat®-Apotheken erhalten Sie von geschulten Fachkräften Antworten auf Ihre Fragen zu Pflege. Sie erfahren individuelle Beratung – etwa beim Thema Kostenerstattung – und konkrete Unterstützung, z. B. beim Antrag auf Kostenübernahme.

pflegerat® 

pflegen.geben.leben.

**KOSTEN
SPAREN**

IN DER
HÄUSLICHEN
PFLEGE

**Guter pflegerat® in Rheine ist nicht teuer:
Vereinbaren Sie einen Termin!**

Zu Hause im vertrauten Kreis liebevoll alt zu werden ist für viele ein Herzenswunsch. Für pflegende Angehörige bedeutet es eine große Herausforderung. Um sie leichter zu meistern, unterstützen wir als pflegerat®-Apotheken Pflegebedürftige und ihre Angehörigen mit Rat und Tat.

 **Eschendorf
Gesundheitszentrum
Schotthock
Ems**

Eschendorf Apotheke
Osnabrücker Straße 250
48429 Rheine
Tel.: 05971-98970

Apotheke im Gesundheitszentrum
Osnabrücker Straße 227
48429 Rheine
Tel.: 05971-802980

Schotthock Apotheke
Bonifatiusstraße 61
48429 Rheine
Tel.: 05971-96970

Ems Apotheke
Emsstraße 74
48429 Rheine
Tel.: 05971-71833

■ Liebe Mitglieder, liebe Sportsfreunde,



nach diesem actionreichen Titelbild nun die ersten Worte des Magazins zu schreiben, ist eine besondere Aufgabe. Da will ich doch gleich mal etwas Tempo heraus nehmen. Ja, es ist Weihnachtszeit. Aber deshalb muss man jetzt nicht alles schneller und hektischer machen. Außer beim Parkour. Das sieht man auf dem Titelbild und liest man mit jeder Zeile, wie viel Power und Begeisterung in diesem jungen und doch schon so erfolgreichen Sportangebot zu finden ist.

Doch zurück zur Weihnachtszeit. Wenn sie jetzt gerade auf dem Sofa sitzen und den Überschlagn durchblättern, nehmen sie sich die Zeit und schauen mal ein wenig auf die vergangene Zeit in unserem Sportverein. Hier gibt es neben den sportlichen Leistungen auch viele andere Sachen zu entdecken. Neue Projekte wurden angestoßen, neue Räume geschaffen, neue Geräte eingekauft. So blicken wir auf ein bewegtes Vereinsjahr 2018 zurück, in dem der Mitgliederzuspruch weiter gestiegen ist. Das freut uns und ist für uns Ansporn, auch im nächsten Jahr weitere Dinge anzupacken. Einen kleinen Ausblick geben der Ausbau des Kindergartens (6. Gruppe) und die Erweiterung des Fitness-Studios.

Die inhaltlichen Schwerpunkte 2019 werden dann wie jedes Jahr Ende Januar in der Klausurtagung Präsidium/Vorstand festgelegt und in der Vertreterversammlung Ende Februar vorgestellt. Und sicher im nächsten Überschlagn erläutert. Aber vorher erst mal zu dieser Ausgabe:

Viel Spaß beim Lesen!

Ralf Kamp
Vorstandsvorsitzender

Autohaus Sandmann & Scholten

GmbH
Premium-Service
Verkauf PKW / Reisemobile
Verkauf Nutzfahrzeuge

Eine Idee weiter ...

www.sandmann-scholten.de

Baarentelgenstr. 15 • 48432 Rheine • Tel. 0 59 71 / 912 77-0 • Fax 0 59 71 / 912 77-20
ford@sandmann-scholten.de

Raum schaffen für Neues!



Das Präsidium und der Vorstand des Vereins wünschen allen Mitgliedern und Familien ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitern sowie allen engagierten Eltern ein ganz herzliches Dankeschön für den tollen Einsatz!



In der Wirtschaft wird manchmal von den „Hidden Champions“ gesprochen. Gemeint ist damit, dass Firmen wichtige Dinge leisten, dieses aber in der Öffentlichkeit nicht so bekannt ist. Solche Hidden Champions finden wir bei uns im Verein an vielen Stellen. Tolles Engagement und klasse Angebote, die die Sportler begeistern, medial aber nicht so auftauchen. Einer ist heute auf der Titelseite unseres Vereinsmagazins zu finden: Parkour.

Über die letzten Jahre hinweg hat sich bei uns im Verein mit Parkour ein Sportangebot entwickelt, von dem nur wenige größere Notiz genommen haben. Aber vielleicht ist Parkour auch mehr als nur ein Sportprogramm. Schaut man sich die Sportler, Übungsleiter und ehrenamtlichen Mitarbeiter dort an, könnte man fast von einem eigenen „Style“ sprechen. Mit coolen Beats, lässigen Bewegungen und der Schwerkraft scheinbar trotzend werden klassische Sportgeräte und Sporträume neu entdeckt und anders genutzt, als es der Planer vielleicht mal dachte ...

Auch der Ansatz der Sportart, die irgendwie auch keine Sportart ist, ist anders als viele andere. Es gibt relativ wenig Regularien, Richtlinien und Bewertungsvorgaben. Es steigt keiner auf oder ab und beim Training eifert man nicht einem verbandlich vorgegebenen Ziel hinterher. Vielmehr kommt es auf die individuelle Lösung an, ein Hindernis zu überbrücken. Jeder mit seinen Möglichkeiten, jeder in seinem „Style“. Und immer mit dem Spaß an der Bewegung selbst.

Für uns als TV Jahn ist es einfach nur toll, solche Entwicklungen im Verein zu sehen. Warum muss alles immer nach den „Regeln“ klassischer Sportarten ablaufen? Hier treffen Bewegung und Jugendkultur aufeinander und finden im Verein ihre Basis. Perfekt. Daher ist es uns auch so wichtig, dafür den nötigen „Raum“ zu schaffen. Wörtlich als „baulicher Raum“ betrachtet, aber zum Beispiel auch in der Vereinsstruktur. Wo die beim Verband gemeldet werden? Interessiert uns nicht. Ob sie namentlich in Förderrichtlinien auftauchen oder bei Ehrungen gelistet sind. Für uns nicht entscheidend. Wichtig ist, dass wir Rahmenbedingungen für Sport und Bewegung in der Gemeinschaft schaffen. Das sollte unserer Meinung nach auch außerhalb unseres Vereins für Sport und Sportentwicklung gelten. Denn es muss nicht immer alles genormt sein.

Als letztes möchte ich nicht unerwähnt lassen, dass natürlich auch die andere Ausrichtung im Trend liegt und - wenn es gut gemacht ist - erfolgreich sein kann. So ist unsere Geräteturnabteilung so mitgliederstark und sportlich erfolgreich wie die letzten 20 Jahre nicht mehr. Hier gelten klare Regeln, klare Wertungsvorgaben und geregelte Wettbewerbsbedingungen. Und der Zulauf kann sich blicken lassen, die Kinder sind von Training und Wettkampf begeistert.

Aber auch das verstehen wir als Frei-Raum. Für uns gilt: Jeder so, wie er den Sport in der Gemeinschaft mag.

Ihr und Euer

Stefan Gude
Präsident



6

Parkour - Trendsport in der Turnhalle



32

Turnerinnen sichern sich Aufstieg



38

Neue Mitarbeiter stellen sich vor

■ Impressum

Der Überschlag | Ausgabe 3/3 2018
 Herausgeber: TV Jahn-Rheine 1885 e.V.
 Redaktion/Satz: Larissa Vollrath, Elke Evers
 Verantwortlich i.S.d.P.: Larissa Vollrath
 Druck: wiedgedruckt, Hörstel
 Verantwortlich für Anzeigen: Martin Möhring
 Tel.: 05971 /974946; Moehring@tvjahrheine.de
 Wir behalten uns vor, eingesandte Artikel zu kürzen.
 Der Inhalt der Artikel spiegelt nicht in jedem Fall die Meinung
 des Vorstandes wieder.

Titelstory

6 Die Kunst der Bewegung

Gesundheit

8 Fitness

Kinder im TV Jahn

12 Kindergarten Mobile

13 KükenClub

14 Räuberhöhle

15 Offene Ganztagschulen

16 Windelflitzer

17 Kindersportschule

18 Sporties

19 Ferienprogramme

Aus den Abteilungen

20 Badminton

21 Boule

22 Bewegt ÄLTER werden/Darts

23 Handball

24 Judo

25 Karate

26 Leichtathletik/Rope Skipping

27 Schwimmen

28 Tanzen

29 Tauchen

30 Tennis

31 Gymnastik plus/Volleyball

32 Tischtennis/Turnen

Nachrichten

34 Inklusion

35 Veranstaltungen

36 Nachrichten

38 Mitarbeiter

42 1 Liquid mit...

43 SportPARK

45 Glosse

47 Kontakt

Parkour - die Kunst der Bewegung



von Larissa Vollrath

Backflip, Dash Vault oder Wallflip - hört sich nicht nur cool an, sondern sieht auch ziemlich cool aus. Das haben die Jungs der Parkour-Abteilung bei der diesjährigen vereinsinternen Sportlerehrung erstmals vor Publikum unter Beweis gestellt und dafür viel Beifall und Anerkennung erhalten. Was bei ihnen so leicht aussieht erfordert allerdings ein hartes Training. Wie das so abläuft, habe ich mir am Samstag in der Johannesturnhalle angeschaut.

Ziel vom Parkour ist es mit den Fähigkeiten des eigenen Körpers möglichst stylisch von einem zum nächsten Hindernis zu kommen. Ursprünglich wurde diese Sportart im urbanen oder natürlichen Raum ausgeübt. Diesen nutzt manchmal auch die Parkour-Abteilung. Heute findet das Training allerdings in der Sporthalle statt. Hier hat sich Alex Heinrich schon eine Stunde vor Start um 13.00 Uhr eingefunden um sich Gedanken zum heutigen Aufbau zu machen. Einige Geräte stellt er bereits an die richtige Stelle. „Den Rest erledigen wir zu Beginn der Stunde gemeinsam“, erzählt er mir. „Manchmal überlegen wir uns



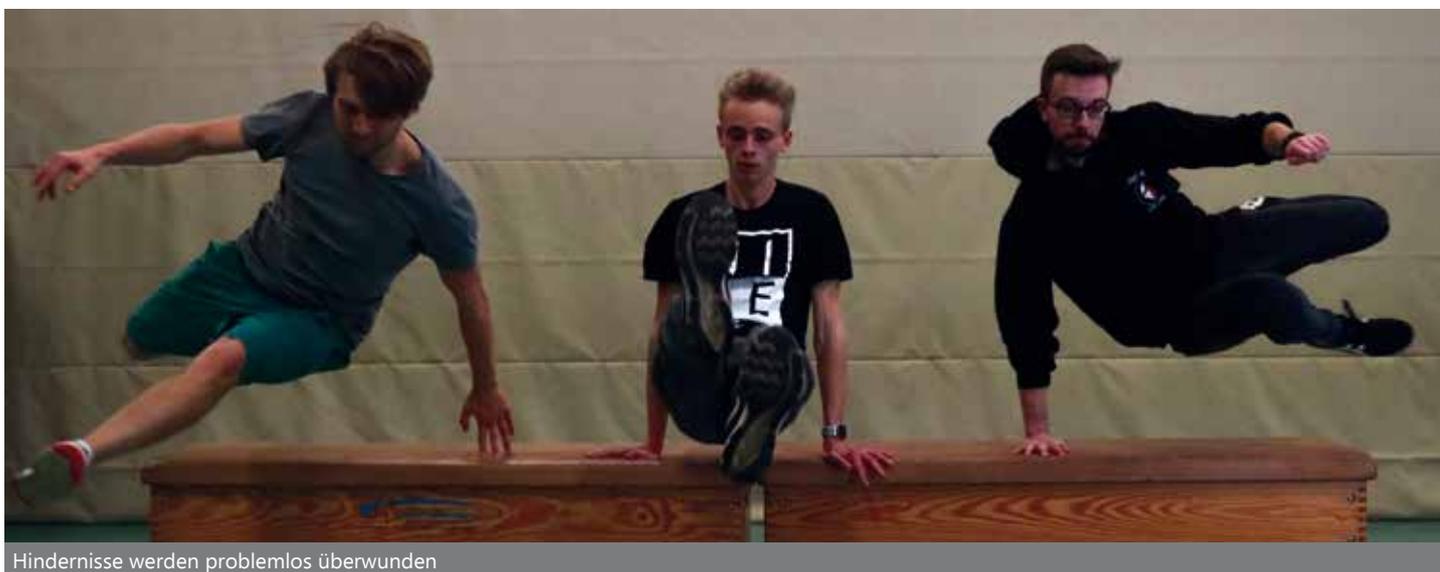
spontan was wir in der Übungsstunde machen wollen, manchmal ist es aber auch lange im Voraus geplant. Viel Inspiration holen wir uns aus YouTube-Videos. Sieht dort etwas cool aus, versuchen wir es beim Training nachzumachen. Keine Stunde ist bei uns gleich“, erklärt Alex. Er ist bereits seit vielen Jahren Übungsleiter in der Abteilung. Im Gespräch mit ihm über „seinen“ Sport fällt mir schnell auf, mit wie viel Leidenschaft er diesen ausübt.

Mit gut 35 Personen ist es in der Sporthalle ganz schön voll. Nach dem Aufbau wärmt sich die Gruppe

gemeinsam auf. Einlaufen, Mobilisations- und Kraftübungen stehen auf dem Programm. „Das Aufwärmen ist ein wichtiger Bestandteil unseres Trainings um Verletzungen vorzubeugen“, betont Alex. Übungsleiter Justin Husmann und Sporthelfer Alexander Petrov unterstützen das Training. Sie verteilen sich an die verschiedenen Stationen. Die Sportler versuchen die verschiedenen Tricks zu erlernen. „Wir haben Sportler mit ganz unterschiedlichem Leistungsstand. Jeder versucht für sich das Beste rauszuholen und seine persönliche Leistung zu verbessern. Einmal angefangen lässt einen die Sportart nicht so schnell wieder los. Ich spreche aus Erfahrung“, erzählt Justin.

Im weiteren Gespräch wird mir klar, dass gerade die Individualität das Besondere für die Sportler und Trainer ist. Es gibt nicht so viele Regeln, keine Punktabzüge für die Haltung oder sonstige Vorschriften. Jeder kann den Sport ausüben wie und wo er möchte. Es werden klassische mit modernen Elementen verbunden. Parkour enthält akrobatische und turnerische Elemente sowie Tanzen, Kampfsport und Capoeira. Ergänzt wird es durch den ganz eigenen persönlichen Style.

Die letzte Viertelstunde steht allen zum freien Training zur Verfügung. Die Übungsleiter und Helfer stehen für Fragen bereit oder geben Hilfestellungen. „Bei einigen sieht man relativ schnell Fortschritte, andere brauchen etwas länger“, ergänzt Alex. Alexander ergänzt: „Durch Parkour sind einige



Hindernisse werden problemlos überwunden



Freundschaften entstanden. Wir treffen uns auch außerhalb des Trainings und unternehmen gemeinsam etwas. Neulich sind wir gemeinsam in der neuen Trampolinhalle gewesen“

Nach dem Training der ersten Gruppe geht es ab 14.30 Uhr mit dem freien Training der Fortgeschrittenen weiter. Schneller, weiter, höher - Grenzen werden überwunden. Auch den erfahrenen Sportlern fällt es manchmal schwer unbekannte Hindernisse zu

überwinden. Oftmals ist dieses aber nur eine Kopfsache. „In der zweiten Einheit trainieren wir dann auch selber. Stehen aber natürlich immer unterstützend zur Seite wenn Fragen aufkommen“, betont Alex.

Parkour kommt bei jungen Leuten gut an. Sie finden es lässig und cool. Das zeigt sich auch in der Mitgliederzahl. Die Abteilung ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Ein tolles Verdienst der engagierten und jungen Übungs-

leiter und Trainer. Weiter so!

Trainingszeiten

Parkour für Einsteiger
Sa, 13.00-14.30 Uhr

Parkour für Fortgeschrittene
Sa, 14.30-16.00 Uhr

in der Johannesturnhalle



Viele Inspirationen holen sich die Parkour Jungs aus Youtube Videos



Ansprechpartnerin
Parkour
Darline Nahber
05971/97 49 98
nahber@tvjahn rheine.de



Fitnessfläche im neuem Look

Seit September erstrahlt das Fitnessstudio im SportPARK im neuen, modernen Look. Nach gut sechs Wochen Umgestaltung, Renovierung, neuen Geräten und frischem Anstrich erkannten die zahlreichen Besucher bei der Wiedereröffnung ihren Fitnessbereich kaum wieder. „Hier hat sich ja richtig etwas getan. Alles ist viel ruhiger. Und die moderne Farbgestaltung finde ich klasse“, so der Tenor der anwesenden Mitglieder.

Neben den Vereinsmitgliedern waren auch Gäste aus der Politik, von Verbänden und Partnern eingeladen. In einem kleinen Rundgang präsentierten jahn-Präsident Stefan Gude und der Vorstandsvorsitzende Ralf Kamp diesen das neue Raumkonzept des Fitness-Studios, das für jeden Bereich eigene Namen parat hat. Hier gibt es klassische Elemente wie eine Kraftkammer und einen Cardiobereich. Besonders wird es dann aber, wenn man den Blick zum Kinesis-Zirkel, zur Athletik-Allee oder zum Bungee/Sling wirft. Sogar an den gemütlichen Teil hat der Verein mit der Fitness-Lounge gedacht.

„Es stehen hier 600m² Sportfläche zur Verfügung. Diese haben wir thematisch nach unterschiedlichen Interessen und Zielgruppen aufgeteilt, um möglichst viele Rheinenser und Rheinenserinnen mit dem passenden Angebot abzuholen. Denn für uns steht die Vielfalt an erster Stelle. Wir möchten sowohl gesundheitsorien-



Ralf Kamp (l.) erläutert das Raumkonzept

tierten oder fitnessorientierten Menschen, als auch Wettkampfsportlern, die den Fitness-Bereich zur Leistungsförderung ihrer Sportart sehen, erreichen. Dabei spielt auch das Alter für uns keine Rolle. Hier trainieren Jung und Alt mit- und nebeneinander“, betont Gude den vielseitigen Ansatz. „Zudem ist uns das Thema Inklusion sehr wichtig. Dieses haben wir mit Geräten umgesetzt, an denen gerade auch Menschen mit Einschränkungen das passende Angebot finden“, erläutert Kamp die Ausrichtung des neuen Raumkonzepts.

Beeindruckt zeigte sich auch der stellvertretende Bürgermeister Norbert Kahle, der in seinem Grußwort die gesellschaftliche Leistung des TV Jahn hervorhob. Gerade in Zeiten, in denen vielfach über Zusammenhalt und Werte diskutiert wird, seien Vereine wie der TV Jahn für eine Stadt Gold wert. Und dieses Engagement für die Bürgerinnen und Bürger werde auch

in dem SportPARK und dem Fitnessbereich mit seiner breiten Ausrichtung deutlich, unterstrich Kahle. Natürlich wurde bei dem Rundgang



Die Besucher informierten sich über die neuen Geräte

auch das ein oder andere Gerät ausprobiert. So schob die Sportbeauftragte des Kreises Steinfurt und Vizepräsidentin des Westfälischen Turnerbundes, Silke Stockmeier, den Trainingsschlitten auf dem Kunstrasen durch die Athletik-Allee, der stellvertretende Bürgermeister Kahle testete die Rudermaschine im Kinesis-Zirkel und Rats-Mitglied Jose Azevedo probierte die Seilzugmaschine im „Iron-Power-Bereich“ aus.



Anspruchspartner
Fitness-Studios

Eike Saatjohann
05971/97 49 70
saatjohann@tvjahn.rine.de



Der TV Jahn ist für uns wie ein zweites Zuhause...

Die Mitglieder Jens Volbers und Bernd Prangen berichten von ihrer bisherigen Zeit beim TV Jahn-Rheine:

„Vor sechs Monaten sind wir dem TV Jahn-Rheine beigetreten. Grund dafür waren nicht nur unser sportliches Interesse und der Rehasport, sondern das gesamte Erscheinungsbild des Vereins: Schöne, helle Räumlichkeiten, ein herzlicher Empfang am Service und nicht zu vergessen das Probetraining auf der Fitnessfläche, welches Fitnesstrainerin Sophie Belau nach unseren Wünschen und Zielen gestaltete. Durch die gute Betreuung des gesamten Teams erlangten wir zunächst Grundlagenkraft und trauten uns dann im nächsten Schritt zur „Herz Fit“-Gruppe von Eike Saatjohann. Weil wir neue Reize setzen wollten, haben wir uns dann auch mal an eine „IndoorCycling“-Stunde gewagt. Da der Verein 150 GroupFitness-Stunden pro Woche anbietet, war es für uns kein Problem passende Stunden zu finden. Mittlerweile trainieren wir fünfmal die Woche und sind froh darüber, Mitglieder des TV Jahn-Rheine zu sein.“

Dazu geben die Beiden noch Ratschläge für langfristigen Erfolg beim Sport: „Unsere Tipps sind Regelmäßigkeit und Rücksprache mit den Fitnesstrainern. Dazu kommt, dass man sich traut, die GroupFitness-Stunden zu testen und so Teil der Gemeinschaft wird.“



Die Mitglieder fühlen sich durch die Trainer gut betreut

Die perfekte Kombination aus Spaß & Sport



Sieht anstrengend aus, macht jedoch riesigen Spaß. Bungee Power im SportPARK

Bungee Power mit sehr positivem Feedback

Es sieht nicht nur so aus: Tatsächlich macht es ungemein Spaß, an einem elastischen Seil zu hängen und dabei ein Gefühl der Schwerelosigkeit zu spüren. Der tolle Nebeneffekt bei unserem GroupFitness-Angebot „Bun-

geePower“ ist, dass alle Muskelgruppen im Körper gestärkt werden. Dazu werden Ausdauer und Koordination beansprucht.

Damit man sich mit den verschiedenen Einstellungsmöglichkeiten der Seile vertraut machen kann und somit in den „BungeePower“-Stunden gut

mitkommt, sollten alle Einsteiger einmalig das kostenlose „BungeePower-Preview“-Angebot besuchen. Aktuelle Zeiten sind bei Sportmeo (www.tvjahn-rheine.de/sportmeo) zu finden. Natürlich sind weitere Infos im Infozentrum unter 05971/97 49 0 erhältlich.

Winter-Special der besonderen Art

In der kalten Jahreszeit kommt die Bewegung eindeutig zu kurz. Um diesem Trott entgegen zu wirken findet jeden 1. Sonntag im Monat von 10.30 - 12.00 Uhr ein Special-Angebot im SportPARK statt. Diese Specials sind ideal, um die einzelnen Angebote im GroupFitness kennenzulernen und so mit Spaß die Bewegung zu fördern.

Am 6. Januar beginnt das Special: „Deep work meets Hot Iron“ ist das Motto. Anja und Irina werden dort zeigen, dass Kraftausdauertraining nicht langweilig sein muss! DeepWORK® dient dazu, den inneren Geist zu spüren und so seinen Grenzen zu begegnen und diese ohne Vorurteil zu betrachten. Irina wird die zugehörigen Bewegungen in Verbindung von Anspannung und Entspannung trainieren.

Das „Hot Iron“-Angebot ist ein lang-

hantelorientiertes Kraftausdauertraining für den ganzen Körper. Dies findet in einer Gruppe zu entsprechender Musik statt. „Es ist ein perfektes Training für sie und ihn: Maximale gesundheitliche Absicherung, optimale Trainingseffekte und Spaß!“, das garantiert euch Anita.

Am 3. Februar dreht sich dann alles um „Pilates“. Lena möchte mit euch neue Energiequellen im Körper erschließen. Übungen aus der Körpermitte (Powerhouse) garantieren eine verbesserte Körperhaltung und schulen das innere und äußere Gleichgewicht. „Pilates ist ideales Gesundheitstraining zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur und Verbesserung der richtigen Atmung und Beweglichkeit“, erklärt Trainerin Lena. Ruhige Musik unterstützt die ausgeführten Bewegungen und gibt Körper und Geist ein ange-

nehmes Wohlbefinden.

Der 3. März wird dem Thema „Tai Chi“ gewidmet. Mirko wird an diesem Sonntag die verschiedenen Übungen aus dem Tai Chi zeigen und den Teilnehmern so das Thema näherbringen. „Dieses Workout ist kein Powerangebot, sondern hier wird Yin und Yang in den Vordergrund gestellt“, erklärt Mirko Steinau.

Am 7. April wird Julia euch mit „Power Step“ begeistern. „Dort wird auf und um den Step (Stufe) trainiert und garantiert kein Shirt trocken bleiben“, garantiert Julia. „Step Aerobic ist ein optimales Ausdauertraining. Dabei haben wir immer viel Spaß und natürlich ist auch laute Musik dabei“, so Julia weiter.

Wir wünschen euch ganz viel Spaß bei unseren Winter Specials und hoffen auf viele Teilnehmer!

Indoor Cycling Marathon 2019

Am 26.01.2019 ist es wieder soweit: Der nächste Indoor Cycling Marathon steht bevor. „Dieses Event hat sich zu einem Muss für alle Cycling-Fans entwickelt und ist die Chance, einfach mal etwas Neues auszuprobieren und über sich hinauszuwachsen“, erklärt Organisatorin Katharina Aßmann. Der Marathon findet im SportFORUM statt, wird um 13.00 Uhr beginnen und um 18.00 Uhr enden. „Zehn Trainer aus unserem Verein werden den Teilnehmern auf dem Indoor Bike ordentlich einheizen, indem in jeder der fünf Stunden ein anderes Motto gefahren wird“, so Aßmann zum Prinzip des Marathons. Nach jeder Einheit, die jeweils 50 Minuten dauert, wird es eine kurze Pause für Getränke und Verpflegung geben.

Der Marathon kostet 43 Euro für Mitglieder und 53 Euro für Nichtmitglieder. Es stehen insgesamt 80 Plätze zur Verfügung. Katharina Aßmann erklärt außerdem: „Wenn man sich die Herausforderung alleine nicht zutraut, dann kann man sich natürlich auch mit einer anderen Person ein Rad zum gleichen Preis teilen.“ Mitglieder des TV Jahn-Rheine können sich ab dem 03.12.2018 per Formular anmelden. Dieses gibt es sowohl im Service im SportPARK als auch im SportFORUM. Nichtmitglieder können sich ab dem



Für Cycling-Fans ein Muss - der 5-Stunden-Marathon

17.12.2018 für den Indoor Cycling Marathon anmelden. „Wir freuen uns auf hoffentlich viele Teilnehmer und einen erfolgreichen Indoor Cycling Marathon 2019“, meint Katharina Aßmann abschließend.

Balance – Samstag im neuen Jahr

Energie tanken und Entspannung finden

Der Fachbereich „Balance“ startet ins neue Jahr mit einem besonderen Angebot für alle, die sich eine kleine Auszeit am Wochenende gönnen wollen: Am „Balance-Samstag“ finden jeweils zwei Angebote aus dem Fachbereich statt. Das Angebot startet

am 02.02.2019 mit der Stunde „dynamisches Yoga“ von 10.30 – 11.30 Uhr. Anschließend bietet von 11.45 – 12.45 Uhr die Stunde „sanftes Yoga“ die Möglichkeit, ein harmonisches Gleichgewicht zwischen Körper und Geist aufzubauen. Das Angebot ist für Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder zahlen 10€ pro Termin.

Balance-Samstag 2019

02.03.
06.04.

Eine vorherige Anmeldung ist im SportPARK (05971 97490) oder SportFORUM (05971 974911) erforderlich

Reaktiv - Fit und gesund auch nach dem Reha-Sport

Vielen ist das Szenario bekannt: Die Reha-Verordnung ist abgelaufen und man fragt sich, was man danach macht. Viele Teilnehmer sind mit dem „normalen“ GroupFitness-Angebot überfordert und suchen eine Alternative zum Reha Sport.

Reaktiv ist genau die Antwort darauf! Für Frauen und auch Männer wird hier gezielt das Herz- und Kreislaufsystem angeregt. Beim Reaktiv werden einfache Bewegungen zur Kräftigung der gesamten Muskulatur gezeigt. Dabei steht das Gesundheitstraining im Vordergrund.

Reaktiv ist eine sanfte Methode, die in jedem Alter den Anforderungen an das moderne Gesundheitstraining entspricht. Es ist ein idealer Einstieg



Reaktiv im SportPARK

Montag, 08.30 - 09.15 Uhr und
19.15 - 20.00 Uhr
Dienstag 09.00 - 09.45 Uhr
Donnerstag, 18.00 - 18.45 Uhr
Freitag, 09.15 - 10.00 Uhr

ins Kraft- & Fitnesstraining, aber auch Dehnübungen mit bewusster Atmung sind Inhalte des Angebots. Diese Form des Trainings wirkt sich positiv auf den gesamten Organismus aus. Mit ruhiger Musik und viel Spaß werden hier Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer trainiert.

Eine „Schnupperstunde“ gibt es natürlich gratis. Also, einfach mal ausprobieren! Sie werden überrascht sein!



Ansprechpartnerin
GroupFitness

Annette Pliet
05971/97 49 92
pliet@tvjahn-rheine.de

Aus- und Fortbildungsplan 2019

Im neuen Jahr 2019 wird es Aus- und Fortbildungen zur Übungsleitertätigkeit im GroupFitness-Bereich geben. Durchgeführt werden diese Lehrgänge von Marion Böttick. Sie ist langjährige Trainerin beim TV Jahn-Rheine und nun auch Ausbilderin für GroupFitness-Lehrgänge für angehende Übungsleiter. „Mit diesen Fortbildungen möchten wir neue Übungsleiter für den TV Jahn-Rheine gewinnen, aber auch unsere eigenen Trainer weiterbilden und für neue Trends begeistern“, so Marion Böttick.



Termine & Zeiten

20.01.19	10-13 Uhr	Stretching & Cueing	sportFORUM
03.02.19	10-17 Uhr	Basic Seminar Body Fit 2	sportFORUM
16.02.19	10-17 Uhr	Bungee Power	sportPARK
17.03.19	10-17 Uhr	Intervall Training	sportFORUM
31.03.19	10-13 Uhr	Workout Ideen	sportFORUM
07.04.19	10-17 Uhr	Workout Ideen Outdoor	sportPARK
12.05.19	10-15 Uhr	Cross Training	sportFORUM
08.09.19	10-17 Uhr	Basic Grundlehrgang ÜL	sportFORUM
22.09.19	10-17 Uhr	Basic Seminar Body Fit 1	sportFORUM
09.11.19	10-17 Uhr	Sling/ BungeePower	sportPARK
24.11.19	10-13 Uhr	Funktional Step	sportFORUM
08.12.19	10-17 Uhr	Jumping Fitness	sportFORUM

Anmeldung und weitere Informationen:
boettick@tvjahn-rheine.de



Sprickmannstr. 7
4841 Rheine
Telefon: 0 59 71 / 97 49 11



Germanenallee 4
48429 Rheine
Telefon: 0 59 71 / 97 49 0

TV Jahn-Rheine 1885 e.V. | info@tvjahn-rheine.de | www.tvjahn-rheine.de

Aus- und Fortbildungen 2019



jahn
TURNVEREIN JAHN-RHEINE 1885 E.V.

Anmeldungen und weitere Infos sind erhältlich unter boettick@tvjahn-rheine.de.

Die Welt ist bunt...

...so lautet das neue Projekt, das alle Mobile-Gruppen durch das Kindergartenjahr 2018/19 führen wird.

Kinder, Erzieherteam und Eltern haben schon viele tolle Ideen zusammengetragen und wir sind gespannt, wie einmalig und bunt jede Gruppe individuell das Projekt mit buntem

Leben füllen wird.

Zunächst inspirierte der Herbst mit seiner Farbfülle beinahe alle Gruppen zu vielfältigen Experimenten rund um das Thema Farbe. Hier ging schon jede Gruppe ihre eigenen Wege:



Etwas pinkes habe ich hier noch nicht gesehen, aber hier geht so etwas dunkles vor mir her



Die Welt ist bunt, der Apfel rund und landet als Apfelmus bei den Rennschnecken im Mund



Mal überlegen... wie könnte das Grünhaus der Grashüpfer weiter gebaut werden

Nachwuchs im Mobile

Tolle Neuigkeiten: Der Mobile bekommt Nachwuchs in Form einer sechsten Gruppe. Diese Gruppe wird 10 Kinder ab einem Jahr aufnehmen. Tatsächlich wurden bereits so viele Kinder in diesem Alter angemeldet, dass trotzdem noch eine Warteliste besteht. Die Kinder aus allen Mobile-Gruppen stimmten über einen passenden Namen ab. Dabei hatten sie die Auswahl zwischen zwei Namensvorschlägen, die es in die enge Auswahl geschafft hatten: „Krabbelkäfer“ und „Kuscheltiger“. Die Mobile-Kinder entschieden sich in ihren Morgenkreisen mit knapper Mehrheit für den Grup-

pen-Namen“ Kuscheltiger“.

Die fühlbaren Vorbereitungen zum Ausbau der Kuscheltiger in der Tennishalle mit einer Glasgang-Verbindung zum Kindergarten starten im März/April und werden wieder mal für viel Abwechslung im Mobile-Alltag sorgen. Erfahrungsgemäß wird sich daraus das Projekt-Thema „Baustelle“ entwickeln. Gespannt dürfen wir sein, wie es dem Erzieherteam gelingen wird, dies in das große Projekt-Thema „Unsere Welt ist bunt“ zu integrieren....

Aber das Mobile-Team hat schon ganz andere Dinge gemeistert: es kann sogar Drachen zähmen, wie es jüngst bei einem abwechslungsreichen, lustigen Teamnachmittag mit teamstärkenden Spielchen bewies. Gut vorbereitet durch ein engagiertes Orga-Team meisterten die Teilnehmer/innen mit viel Humor verschiedene Aufgaben rund um das Thema „Drachen zähmen“ und zeigten dabei wieder einmal, dass echte Teamarbeit einen großen Stellenwert im Mobile hat.

M(m)obile Kinder -
für unsere Zukunft



Schlosserei und Kunstschmiede
Karl Leugers

Metallbautechniker und -meister
48129 Rheine Walshagenstr. 176
Tel.: 05971/71663 Fax 71651



Dass unser Team sogar Drachen zähmen kann bewies es beim Teamnachmittag

Ich fühle mich wohl im KükenClub

Seit August sorgen Leonard, Benjamin, Henry, Paul, Jonas, Leon, Pia, Lisa und Selim dreimal wöchentlich für Leben im KükenClub - Gartenhaus und dem dazugehörigen Sinnesgarten. Sophia machte dann im Oktober die Gartenküken-Gruppe komplett. Begleiteten anfangs noch die Eltern ihre Schützlinge, trauten sich die Zweijährigen nach und nach auch ohne Eltern zu bleiben: zuerst stundenweise,

später über den kompletten Vormittag. Und das, obwohl einige personelle Umstellungen für zeitweise Unruhe gesorgt hatten. Aber die absolut zuverlässige und überaus liebevolle und empathische Konstante in Form der Gruppenleitung Petra Garmann sowie das Vertrauen der Eltern trugen dazu bei, dass die kleinen Küken vertrauensvoll ihre Umgebung erkunden. Inzwischen arbeitet die Sozialpäda-

gogin Heidi Wedemeyer an der Seite von Petra. Eine Mutter unterstützt die beiden bis Januar 2019. Dann wird sie abgelöst von Susanne Gerdes, die das KükenClub-Team dauerhaft kompletieren wird.

Was genau finden die Kinder am KükenClub toll, wollten Petra und Heidi als aktuelles Erzieher-Team von ihren Sprösslingen wissen. Hier die Antworten:



Ich finde das Wurmhaus spannend



Wir finden es klasse, dass wir bei jedem Wetter unter dem Dach Bobby-car fahren können



Ich mag den großen Sandkasten und meinen Hocker



Das Allerschönste ist, dass wir in der Hütte gemütlich spielen können

RHINOPARKETT

Kork • Dielen • Laminat • Parkett (-renovierung) • Abschiff

Wir beraten Sie gern zu den vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten, die Parkett und Holzböden bieten und begleiten Sie von der Planung bis zur Umsetzung.

Wohlfühlen mit Parkett

- Wirtschaftlich & langlebig ✓
- Hygienisch & pflegeleicht ✓
- Individuell & einzigartig ✓
- Natürlich & ökologisch ✓
- Attraktiv & zeitlos schön ✓



Ihr Meisterbetrieb in Rheine!
 Inh. Hofmann & Niehaus GbR
 Canisiusstraße 35, 48429 Rheine, Tel.: 059 71/99 1096-0, Fax: 059 71/99 1096-9
www.rhinoparkett.de • info@rhinoparkett.de

Es krabbelt und kribbelt

Alle Räuberhöhlenkinder treffen sich am Garagentor, um einen Spaziergang in die Natur zu machen.

Sie überqueren die Straße und sind mitten im Wald. Hier entdecken die Kinder große, kleine, krumme und lange Stöcke. Sie überqueren Bäume, die ihnen im Weg liegen. Edda sagt: „Da klettere ich drüber her.“ „Ich krabbel lieber unten durch“, antwortet Lina.

„Ich brauch Hilfe“, ruft Philipp. „Geschafft!“, ruft Eliah. „Ich kann nicht mehr“, schnauft Anna und setzt sich auf einen Hügel.

Plötzlich großes Geschrei! Bei Anna auf den Füßen kribbelt und krabbelt es. Sie hat sich auf einen Ameisenhaufen gesetzt. Alle Kinder werden aufmerksam und rennen ihr zur Hilfe.

Christiane nimmt Anna zu sich, pustet die Ameisen weg und erklärt ihren Schützlingen: „Das ist ein Ameisenhaufen. Hier hat jede Ameise eine Aufgabe. Es gibt Ameisen, die bauen den ganzen Tag am Nest und räumen den Wald auf, oder kümmern sich um die Futtersuche und ihren Nachwuchs.



Kommt die Ameisenpolizei auch wenn wir etwas Abstand halten?

Es gibt auch eine Ameisenpolizei, die das Nest bewacht und die laufen gerade über Annas Füße. Die Ameisen passen nämlich auf ihre Königin auf.“ „Jetzt wisst ihr, dass ihr am besten erst einmal genau hinschaut, bevor ihr eine Pause macht und euch auf den Boden setzt“, sagt Jutta.

Nach diesem Erlebnis besuchten die Räuberhöhlenkinder immer wieder ihre Ameisen.

Die Königin haben sie zwar nicht zu

Gesicht bekommen (obwohl alle genau hingeschaut haben), aber sie haben eine Menge Antworten auf ihre Fragen selbst herausgefunden:

Was passiert, wenn wir z.B. ein Apfelstück oder eine Gurkenscheibe auf den Ameisenhaufen legen? Kommt die Ameisenpolizei auch, wenn wir Abstand nehmen und uns leise verhalten? Woran erkennen wir einen Ameisenhaufen? Wie arbeiten die Ameisen denn? Können sie einen Apfel tragen?



Bild: Mirage | Serie: TRIBOO

Von der Nasszelle zum Traumbad? Wir gestalten Ihre Bad- und Wohnräume.



Schierholz
Fliesen- & Bauzentrum
Baustoffe • Naturstein • Fliesen • Fliesenverlegung

Mehringerstr. 9 | 48499 Salzbergen
Mo - Fr 7 - 18 Uhr | Sa 8 - 12.30 Uhr
Tel.: 05976-9428-0 | Fax: 9428-10

www.schierholz-online.de

Schautag: Jeweils
der letzte Sonntag
im Monat von
14 - 18 Uhr

Kinder lernen Berufe kennen

Was will ich mal werden?

Kinder der OGS Gertrudenschule erlebten in der Fleischerei Beermann einen besonderen Blick in den Beruf des Metzgers. Mit besonderem Gespür führte Georg Beermann die Kinder durch seine „Werkstatt für Fleisch und Wurst“. Aufmerksam hörten alle zu, „legten Hand an“ und lernten so den Ablauf des Wurstherstellens kennen. Die eigens hergestellte Wurst nahmen alle Kinder begeistert mit nach Hause, um die Köstlichkeit den Familien zu präsentieren. Das war ein unvergessliches Erlebnis.



OGS-Büros

Neu in diesem Schuljahr ist für Sie, als Eltern, das OGS-Büro als Anlaufstelle für alle Fragen rund um den OGS-Bereich eingeführt worden.

Die Mitarbeiter erreichen Sie montags bis freitags in der Zeit von 09:00 bis 11:30 unter der Telefonnummer 05971 / 97 49 – 59 oder per Mail an ogs-buero@tvjahrheine.de

Hurra, die neuen Gruppenräume sind fertig!

Umbaumaßnahmen an der Annetteschule abgeschlossen. Seit den Sommerferien wurde in der OGS der Annetteschule überall fleißig gearbeitet.

Nun ist es endlich soweit: Die neuen Gruppenräume sind fertig und eine spannende Umbauphase weicht nun einem geregelten Gruppenalltag!

Verbessert wurde durch schalldämpfende Maßnahmen in der ersten und zweiten Gruppe vor allem die Akustik der Räume, weshalb die Kinder ihre unmittelbare Lebenswelt nun in deutlich ruhigerer Atmosphäre erleben und gestalten können.

Einen ganz besonders großen Grund zur Freude haben zudem die Kinder der im Sommer gegründeten vierten Gruppe. Für sie wurde ein völlig neuer Raum im Erdgeschoss der OGS geschaffen, der vor allem durch seine Größe besticht und reichlich Platz zum Spielen, Bauen, Basteln und Entspannen bietet.



Ein völlig neuer Raum im Erdgeschoss für die vierte Gruppe

Wir danken der VR-Bank Kreis Steinfurt eG für die Unterstützung unserer Projekte in den Schulprogrammen!



„Ältere“ Windelflitzer aufgepasst!

Jeden Mittwoch Nachmittag findet im SportFORUM eine ganz besondere Windelflitzerstunde statt.

Von 16.30 – 17.45 Uhr können die Kids zusammen mit ihren Eltern in der großen Sporthalle toben. „Der Unterschied zu den Angeboten in Gym 1 ist, dass unten in der Turnhalle etwas höhere und anspruchsvollere Bewegungslandschaften aufgebaut werden können. Diese sind besonders für 2-3-Jährige geeignet“, erklärt Windelflitzer-Leitung Tanja Kamp. Auf Grund der Größe der Sporthalle können die Kids weite Strecken flitzen und sich dabei super austoben.

Übungsleiterin Miriam freut sich auf neue Gesichter in dieser Übungsstunde!



Weihnachtsferien der Windelflitzer

Die Weihnachtsferien stehen vor der Tür und auch die Windelflitzer pausieren. Vom 24.12.2018 – 01.01.2019 finden keine Windelflitzerstunden statt. In der zweiten Woche der Weihnachtsferien werden vom 02.01.

– 06.01. im SportPARK und SportFORUM einige Stunden angeboten. Der Ferienplan ist auf der Homepage zu finden und im Infozentrum erhältlich. Ab Montag, den 08.01.2018 finden dann alle Stunden wie gewohnt statt.

**Wir wünschen allen
Windelflitzern und deren
Familien besinnliche Feiertage!**

Auf Wiedersehen, Judith!



Unsere engagierte Übungsleiterin Judith Wiethölder leitet schon seit einigen Jahren mit viel Kreativität verschiedene Windelflitzerstunden.

Nun verabschiedet sie sich in den Mutterschutz.

Wir wünschen ihr und ihrer Familie für die kommende Zeit alles Gute und freuen uns schon darauf, sie nach ihrer Pause wieder zu begrüßen!

Zurück aus der Babypause...



... ist Ewelina! Sie hatte auf Grund ihrer Schwangerschaft einige Windelflitzerstunden abgegeben. „Ab Januar steigt sie mit zwei festen Stunden wieder voll ein“, freut sich Windelflitzer-Leitung Tanja Kamp über die Rückkehr.

Ewelina leitet jeden Freitagmorgen die Stunde im SportPARK und ein Mal im Monat das deutsch-polnische Samstags-Angebot im SportFORUM.

Herzlich Willkommen!

Das Windelflitzer-Team darf zwei neue Übungsleiterinnen im Team begrüßen.

Christin Windoffer und Heidi Wedemeyer haben mit ihren Kindern schon einige Windelflitzerstunden besucht und möchten nun selbst kreative Übungsstunden leiten.

Christin übernimmt die Windelflitzerstunde am Dienstag von 16.00 – 17.15 Uhr im SportFORUM.

Heidi ist regelmäßig montags und donnerstags von 15.30 – 16.45 Uhr im SportPARK anzutreffen.

Das Windelflitzer-Team freut sich, dass ihr dabei seid!



Neu im Team: Christin Windoffer



Ebenfalls neu dabei: Heidi Wedemeyer

Freie Plätze bei Susanne

Jeden Montag von 16.30 – 18.00 Uhr geht es in der Halle der Fürstenbergrealschule rund.

In der KiSS-Stunde unserer erfahrenen Übungsleiterin Susanne Becker werden gemeinsam Motorik-Spiele gespielt und Bewegungslandschaften entdeckt.

„Susanne hat viel Erfahrung im Umgang mit Kindern und gestaltet das Angebot sehr abwechslungsreich. Da sie sich auch im Bereich der Psycho-



motorik super auskennt, werden die Stunden für die Kids jedes Mal zum Bewegungserlebnis“, erklärt KiSS-Leitung Darline Nahber.

Da diese Stunde noch freie Kapazitäten hat, sind alle Kinder im Alter von 3 – 5 Jahren herzlich zum Schnuppern eingeladen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich – einfach vorbeischauen und mitmachen!

Stolze Gesichter beim Kibaz-Aktionstag

Spiel & Spaß erwartete die Teilnehmer des Kibaz-Aktionstages.

Alle Windelflitzer und KiSS-Kinder waren in die Sporthalle im SportFORUM eingeladen, wo verschiedene Bewegungsstationen gemeinsam mit den Eltern bewältigt wurden.

Die Windelflitzer waren zum ersten Mal an diesem Aktionstag beteiligt. Von 10.00 – 11.15 Uhr durften die 1-3-Jährigen mit ihren Eltern durch die Halle toben und die verschiedenen Stationen entdecken. „Die Familien waren mit Elan dabei und hatten eine Menge Spaß an den verschiedenen Bewegungsaufgaben“, freut sich Windelflitzer-Leitung Tanja Kamp über viele neue Gesichter.

Anschließend ging es weiter mit den KiSS-Kindern im Alter von 3-6 Jahren. Sie überquerten Bewegungsbaustellen, balancierten quer durch die Halle und wurden mit verbundenen Augen durch einen Parkour geführt. Bei den Stationen „Dosenwerfen“ und „Mak'em Break“, bei der innerhalb weniger Sekunden eine Figur mit Bausteinen nachgebaut werden sollte, waren auch Konzentration und Koordination gefragt. „Besonders beliebt war die Station „mit Füßen fühlen“, bei der die Kinder barfuß über verschiedene Untergründe liefen. Dabei erzählten die Kinder ihren Eltern, ob es sich flauschig, kalt, klebrig oder stachelig anfühlte“, berichtet Darline Nahber, Organisatorin des Aktionstages.

Alle Teilnehmer bestanden alle 10 Stationen, die nur als Team bewältigt werden konnten, und absolvierten somit erfolgreich das Kinderbewegungsabzeichen. Neben der Urkunde bekamen sie eine kleine Überraschung aus der Schatzkiste.



Save the Date

24.02.2019
Kindersportfest ohne Grenzen
im SportFORUM
für Kinder von 1-12 Jahren



Ansprechpartnerin
Kindersportschule

Darline Nahber
05971/97 49 98
nahber@tvjahn-rheine.de



DEINEN PERSÖNLICHEN START!

Vor Beginn des Kurses* bekommst du eine persönliche 90-minütige Einführung in deine Trainingspläne. Diese kannst du im SportPARK oder SportFORUM machen. Die Kurstreffen finden wöchentlich im SportPARK statt.

* (Eine Fitnessstudio-Mitgliedschaft im TV Jahn-Rheine ist Voraussetzung!)

1. Kurs

Kursdaten:
04.02.-25.03.2019

Wöchentliche Treffen:
Montag, 18.00-19.30 Uhr

2. Kurs

Kursdaten:
07.02.-28.03.2019

Wöchentliche Treffen:
Donnerstag, 19.15-20.45 Uhr

je Kurs nur
199,00 €

Zeitraum für persönliche Einführung:
09.01.-03.02.2019

Wo:
TV Jahn-Rheine (SportPARK) | Germanenallee 4 | 48429 Rheine

Anmeldeschluss:
05.01.2019

Anmeldung und weitere Infos unter: WWW.PROJEKT-ICH.COM

www.instagram.com/projektichbesteverion www.facebook.com/projektichbesteverion

Viele neue Gesichter bei den Schnupperwochen

3 Wochen volles Kindersportprogramm: Die Schnupperwochen-Aktion im November bot allen Interessenten die Möglichkeit, die Kindersportangebote für 3-12-Jährige drei Wochen lang mehrmals zu besuchen und ausgiebig kennen zu lernen.

In den verschiedenen Angeboten wurden spannende Bewegungslandschaften aufgebaut, Motorik-Spiele gespielt, Sportarten ausprobiert und vieles mehr.

„Die Aktion war ein voller Erfolg! Einige Kinder brachten stolz ihre Freunde und Geschwister mit zur Übungsstunde“, freut sich Organisatorin Darline Nahber. Viele neue Gesichter waren mit Spaß und Fantasie dabei. Die erfahrenen Übungsleiter nutzten reichlich Aufbau- und Spielmöglichkeiten, um allen Kindern gerecht zu werden und die Stunden abwechslungsreich zu gestalten. Diese Aktion wird im nächsten Jahr sicherlich wiederholt.



Hallo Lea!



Neu im Kindersport-Team dürfen wir Lea Roß begrüßen. Die 20-Jährige ist schon seit ihrer Kindheit in der Schwimmabteilung aktiv. Im Sommer hat sie ihren Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn abgeschlossen und möchte den Verein weiterhin als Übungsleiterin unterstützen.

Power dich aus!

Vor allem in den Sporties-Power-Stunden für 6 – 12-Jährige sind aktuell noch Plätze frei. „Unsere Übungsleiter gestalten das Angebot so, dass alle Kinder sich auspowern können und danach sicherlich gut schlafen“, weiß Abteilungsleiterin Darline Nahber. Es werden verschiedene Elemente, wie z.B. Team-spiele, Lernpfade oder Ballspiele, aber auch kreatives eigenständiges Gestalten behandelt. „Wir freuen uns auf neue Gesichter in unseren Gruppen!“, schließt Nahber ab.

Sporties Power

Mo	16.30 – 18.00 Uhr	Grüterschule	6-12 Jahre
Di	16.30 – 18.00 Uhr	Johannesschule	6-12 Jahre
Do	15.30 – 17.00 Uhr	Overbergschule	6- 9 Jahre
Do	16.30 – 18.00 Uhr	SportFORUM	6-12 Jahre

Vielen Dank, Marion & Hendrik!



Wir bedanken uns herzlich bei unseren engagierten Übungsleitern Marion Köpenick & Hendrik Moss für ihren Einsatz.

Mit viel Kreativität und Engagement leitete Marion lange Zeit die KiSS-



Stunden am Montag & Mittwoch in der Johannesschule. Da die gelernte Erzieherin umgezogen ist, musste sie im September leider Abschied nehmen. Die Kinder hatten immer viel Spaß an Marions kreativen Stunden

und werden sie sicherlich vermissen. Nachdem Hendrik einige Jahre als Helfer im Ferienprogramm und in KiSS- & Sporties-Stunden aktiv war, unterstütze er das Team seit April als Übungsleiter. Neben seiner festen Sporties-Parkour-Stunde am Montag und der KiSS-Stunde am Mittwoch übernahm er zahlreiche Vertretungen und war somit in vielen verschiedenen Angeboten anzutreffen.

„Die Arbeit mit den Kindern hat mir sehr viel Spaß gemacht! Auch die Herausforderung, sich immer wieder neue Aufbauten einfallen zu lassen, hat mir gefallen“, berichtet Hendrik. Leider kann er aus zeitlichen Gründen keine Sportstunden mehr übernehmen.

Das gesamte Team und natürlich ihre Gruppen wünschen beiden für die Zukunft alles Gute!

Oh, du sportliche Weihnachtsferien

In den Weihnachtsferien bietet der TV Jahn-Rheine am 21.12 und 24.12.2018, sowie in der Woche vom 02.01.-04.01.2019, die Ferienbetreuung FerienFUN für Grundschul Kinder an.

Das Programm findet in der Sporthalle im SportFORUM statt. Neben einer großen Bewegungslandschaft mit kleinen und großen Abenteuern erwarten die Teilnehmer verschiedene Workshops im Kreativ-, Spiel- und Tanzbereich.

Die Türen sind täglich von 08.30 – 13.30 Uhr geöffnet, so dass eine flexible Nutzung möglich ist. Organisatorin Darline Nahber erklärt: „Im Prinzip kann im gesamten Zeitraum jeder kommen und gehen wann er möchte. Die Kosten betragen 4€ für Mitglieder unseres Vereins und 6€ für Nichtmitglieder pro Nutzungstag. Es spielt dabei keine Rolle, ob jemand nur einen Tag oder jeden Tag zu uns kommt.“ Eine Voranmeldung zum FerienFUN ist nicht erforderlich. „Jeder, der Lust hat, kommt einfach vorbei. Wir haben



ein buntes Programm vorbereitet, bei dem garantiert für jeden etwas dabei ist“, schließt Nahber ab.

Die Planung für die Ferienangebote im Jahr 2019 ist im vollen Gange.

Eine Jahresübersicht über alle Ferienprogramme ist ab Januar auf unserer Homepage unter www.tvjahrheine.de/ferienprogramme und im Infozentrum erhältlich.

Das Ziel fest im Blick – wir zeigen Ihnen die anderen Wege!

Steigern Sie ihre Erträge in der Altersversorgung – wir zeigen Ihnen wie

- Versicherungsfreie Beratung, Umsetzung und Betreuung betrieblicher Altersversorgungskonzepte sowie Bewertung und Änderung bestehender Zusagen.
- Klärung von Fragen – warum kommen 63% der Marktrendite bei Ihnen nicht an?
- Investmentfonds – transparente und bankfreie Lösungen für die Altersversorgung.
- Finanzplanung 3.0 – Honorarberatung – das gemeinsame Training zeigt Ihnen die anderen – sicheren Wege.



ALSMANN FINANCIAL PLANNING
HONORARBERATUNG

Fragen Sie uns, wir beraten Sie gern.
Poststr. 22 / Rheine / Fon: 05971-98040-22
Mail: kontakt@alsmann-fp.de

Badmintonwochen

In der ersten Woche der Herbstferien fanden zum ersten Mal die Badmintonwochen statt.

Unter der Leitung von Dirk Oertker und Stefan Lesch fanden sich jeden Morgen 36 sportbegeisterte Jugendliche in der Sporthalle ein. Unterstützt wurden sie von Johanna und Lucas

Büttel sowie Lutz Albers.

Auf dem Programm standen vor allem Badmintonseinheiten. Jedoch wurden auch viele andere Sportarten und Spiele ausgetestet. Doch immer stand der Spaß im Vordergrund. Während der gesamten Zeit wurden die Teilnehmer in Kleingruppen aufgeteilt.

In kleinen Badmintonturniere oder Teamspielen konnten die Gruppen dann Punkte sammeln.

Am Ende der Woche wurden dann die Sieger gekürt. Außerdem bekam jedes Kind ein Trikot von den Badmintonwochen.



Ein voller Erfolg waren die Badmintonwochen in den Herbstferien

Start der neuen Badminton Saison

Die neue Saison läuft schon seit September und die Jugend- und Senioren Mannschaften der Badmintonabteilung spielen wieder um jeden Punkt. In der Bezirksklasse belegt die 1. Seniorenmannschaft mit zwei gewonnenen Spielen aktuell den 5. Platz.

Die 2. Mannschaft findet sich in der Kreisliga ebenfalls auf Platz 5 wieder. Die Jugendmannschaft befindet sich in der Bezirksliga auf Platz 7. Betreuer Andreas Bauer ist jedoch positiv gestimmt und hat hohe Erwartungen an



Die neue M2-Mannschaft

seine Mannschaft für die Rückrunde. Mit zwei Siegen in Folge ist die 1. Mannschaft gut in die Saison gestartet und belegt den 3. Platz.

Mannschaftskapitänin Alina Beckmann erhofft sich noch Chancen auf die Meisterschaft.

Außerdem hat sich in dieser Saison eine zweite Mini-Mannschaft gegründet und befindet sich auch auf dem 3. Platz.

Betreuerin Darline Nahber ist mit dieser Leistung sehr zufrieden.



wohnen-in-rheine.de

*Mieten, Kaufen, Verwalten
Drei starke Partner an Ihrer Seite!*

Bonifatiusstraße 397, 48432 Rheine
Tel. 05971 97210

Neuer Boden

Die Renovierungsarbeiten in der Sporthalle der Nelson-Mandela-Schule sind beendet. Seit Ende der Sommerferien wurden dort ein neuer Hallenboden verlegt und die Wände neu verkleidet. Die Badmintonabteilung freut sich, dass jetzt alle Trainingseinheiten wieder zu den gewohnten Zeiten stattfinden können. Aufgrund des neuen Hallenbodens wurde auch ein weiteres Badmintonfeld integriert. Dadurch können die Übungsleiter jetzt auf sechs Badmintonfelder trainieren. Auch an Spieltagen werden die Mannschaften in Zukunft auf das zusätzliche Spielfeld zurückgreifen können.

Fischessen

Aschermittwoch ist traditionell der Tag des Fischessens für die Senioren des Vereins. Das soll auch 2019 so sein. Der Aschermittwoch ist 2019 der 6. März. Die Veranstaltung findet wieder um 12.30 Uhr im Jahnzimmer des SportPARKs statt. Wer teilnehmen möchte, muss sich bis zum 28. Februar im Infozentrum anmelden. Als Kosten werden 8 Euro pro Person erhoben.

Grünkohlessen

Es ist seit einigen Jahren zur Tradition geworden, dass sich unsere Senioren im Winterhalbjahr zum Grünkohlessen treffen. Als Termin für dieses Winterhalbjahr ist der 23. Januar 2019 vorgesehen. Um 12.30 Uhr steht das Essen im Jahnzimmer und Infozentrum des SportPARKs bereit. Eine Anmeldung ist bis zum 16. Januar 2019 im Infozentrum erforderlich. Die Kosten betragen 10 Euro pro Person.

Wandern und Kartenspielen

Im Wechsel finden am Mittwoch Kurzwanderungen und Kartenspielen für die Senioren des Vereins statt. Dazu trifft man sich in Zukunft jeweils um 14.30 Uhr am Jahn-SportPARK. Jedes Mitglied kann mitmachen, eine vorherigen Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wanderungen

16.1.19
30.1.19
13.2.19
27.2.19
13.3.19
27.3.19

Kartenspielen

9.1.19
23.1.19
6.2.19
20.2.19
6.3.19
20.3.19



Erfolgreicher Saisonstart!

Vom Abstiegs Kandidaten zum „Top Team“. Nachdem die Red Devils sich am Ende der letzten Saison nur durch Glück in der Liga halten konnten, stehen sie nun aktuell im oberen Tabellendrittel der 1. Münsterlandliga. Zunächst starteten sie am 1. Spieltag noch mit einem Unentschieden gegen die Meisterjäger aus Haltern in die Saison. Danach folgten dann aber ein Heimsieg gegen den 1. DC Emsdetten, ein Auswärtssieg gegen den DC Leiseschmeißer E'loh und ein erneuter Heimsieg gegen den DC Refus Hamm. Lediglich das letzte Auswärtsspiel gegen überstarke Gegner vom Paddys Dartclub ging mit 11:5 verloren.

Auch im Pokalwettbewerb konnten sich die Red Devils erfolgreich durchsetzen und stehen aktuell im ¼ Finale des ML-Cups 18/19. In einem bis zur letzten Sekunde spannenden Match siegten die Devils im 1001 Shootout (quasi das Elfmeterschießen im Dart) gegen die Meisterjäger aus Haltern.

Bei aller Freude über den aktuellen Tabellenstand wissen die Devils aber auch, dass die Saison noch lang ist und viele weitere harte Brocken auf sie warten. Sie werden jedoch alles geben, um sich im oberen Drittel der Tabelle festzusetzen. Dass die Motivation stimmt, zeigen die Trainingsbeteiligung der letzten Monate und die regelmäßige Teilnahme an Turnieren im ganzen Kreis. Regelmäßiges Training, Turnierluft und viele Spiele gegen starke und höherklassige Gegner bringen Sicherheit ins eigene Spiel! Der Spaß darf nach den ganzen Spielen und Turnieren natürlich auch nicht auf der Strecke bleiben: so reisten einige Devils Ende Oktober nach Dortmund zu den European Darts Championchips. Hier konnten sie der deutschen Darthoffnung Max Hopp bis ins Halbfinale folgen. Den Clou schaffte Teammitglied Ramona indem sie ihr 180er Schild nutzen konnte um die daheimgebliebenen Devils über die TV-Übertragung zu grüßen:



Grüße ans Rheiner Team im TV

Bis dahin, Game On !

„Start mit Freunden – Deine Stadt wird Heimat“

In entspannter Atmosphäre den Austausch suchen. Unter diesem Motto veranstaltete in diesem Jahr die Projektgruppe von „Start mit Freunden – Deine Stadt wird Heimat“ der Caritas Rheine und dem Jugend und Familiendienst Rheine e.V. gemeinsam mit den Herren-Handballern des TV Jahn-Rheine einen geselligen Grillabend im Centro S. Antonio, dem Interkulturellen Begegnungszentrum der Caritas Rheine.

Das Projekt hat es sich zum Ziel gesetzt, jungen Erwachsenen mit Migrationshintergrund die Stadt zu zeigen und zu erklären. Somit soll die Einführung in die Gesellschaft auch abseits der Schule gefördert werden. Eine sinnvolle Maßnahme zur Integration fanden auch die Jahn-Handballer und stellten sich am trainingsfreien Abend gerne zu den Projektteilnehmern an den Grill. Etwa 40 Handballer und Migranten nahmen an der Veranstaltung teil, wobei die Teilnehmerzahl zwischen den Jahn-Sportlern und Projektteilnehmern ausgeglichen war.



Die Handballer unterstützten das Projekt Integration aktiv

„Viele Handballer sind mit der Flüchtlingsthematik vor allem über die Medien in Kontakt, aber im Alltag fehlen oft die persönlichen Erfahrungen. Wir wollten in lockerer Atmosphäre Berührungspunkte schaffen und so den Austausch fördern“, erklärte Alexander Breulmann, Mitarbeiter des Fachdienstes Migration und Integration der Caritas Rheine und ebenfalls aktiver Handballer in der ersten Herrenmannschaft, das Konzept hinter der Veranstaltung. Dabei entdeckten die Teilnehmer auf beiden Seiten viele Gemeinsamkeiten und Interessen. „Die Handballer kommen aus einer ähnlichen Altersgruppe wie die Projektteilnehmer und können ihre Erfahrungen in Deutschland in den Themen Ausbildung, Beruf und Freizeitgestaltung in persönlichen Gesprächen weitergeben“, stellte Breulmann fest. So freuten sich am Ende des Abends alle Teilnehmer über einen regen Dialog und einige neu gewonnene Erfahrungen und Blickwinkel auf beiden Seiten.

protego 24
Sicherheitservice

Echtzeit-Fernüberwachung jetzt auch für Privathaushalte

- ✓ Rund-um-Sicherheit 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr
- ✓ Redundante Aufschaltung zur Sicherheitszentrale
- ✓ Aktive Tätervertreibung
- ✓ Bildübertragung im Alarmfall
- ✓ Vermeidung von Fehlalarmen
- ✓ Individuelle Anpassung
- ✓ Absicherung von Außenflächen
- ✓ Fernüberwachte Rauchmelder
- ✓ Steuerung per Mobile-App
- ✓ Schnelle & kostengünstige Installation
- ✓ Mehr als 5000 überwachte Objekte
- ✓ VdS- und ISO-zertifiziert



Jetzt kostenlos und unverbindlich vom Sicherheits-Experten beraten lassen.

Oliver Siebel | Sicherheitsberater
Partner der Protego 24 Sicherheitservice GmbH

EinsteinHausEins Albert-Einstein-Strasse 2
48431 Rheine

Telefon: 05971 8003677

E-Mail: os@protego24.com

Web: www.protego24.com

12 Judoka mit guten Leistungen

Auch in diesem Jahr wurde die Dreifachturnhalle des Emslandgymnasiums für einen Tag zur Judo-Wettkampfarena umfunktioniert. Der TV Jahn hat am Samstag, den 10.11.2018 das Kreispoolturnier mit ca. 90 Judoka ausgerichtet. „300 m² Mattenfläche mit drei Wettkampfflächen, die tolle Unterstützung durch die Kampfrichter und zum Glück selten gebrauchte Sanitäter sorgten in Kombination mit einem leckeren Kuchenbuffet für einen reibungslosen Ablauf und eine hohe Zufriedenheit in der Halle“, resümiert Abteilungsleiter Markus Haneklaus stolz auf die Leistung seiner Helfer.

12 Kämpferinnen und Kämpfer gingen für den Rheinenser Verein an den Start und zeigten durchweg gute Leistungen. „Für einige Jahn-Judoka war es der erste Wettkampf. Sie haben sich sehr gut geschlagen. Ein großes Dankeschön geht an dieser Stelle an Markus Haneklaus und sein Team für die gute Organisation“, betont Trainer Peter Friesen. Neben ihm wurden die Wettkämpfer des TV Jahn an diesem Tag von Christoph Schrameier und



v.l. oben: Fabian Grothues, Anton Kaiser, Daniel Horn
unten: David Benner, Finn Kenning, Konstantin Rempel, Anton Uphues, Timophe Kovalenko, Ewald Heinle

Marie-Christin Nöring begleitet.

Die Ergebnisse der Jahn-Judoka im Überblick:

U10

Ewald Heinle, -40kg, 1. Platz
David Benner, 36kg, 2. Platz
Konstantin Rempel, 32kg, 3. Platz
Timophe Kovanenko, 40kg, 2. Platz

Anton Uphues, 22kg, 5. Platz
Frederik Pühs, 30kg, 5. Platz
Theodor Uphues, 4. Platz
Anton Kaiser, 35kg, 5. Platz

U13

Sharona Strücker, -42kg, 2. Platz
Fabian Grothues, 52kg, 3. Platz
Daniel Horn, 52kg, 4. Platz
Jurij Saar, 45kg, 5. Platz

Jahresrückblick

Auch bei anderen Meisterschaften waren die Jahn-Judoka in diesem Jahr sehr erfolgreich. Bei den Kreismeisterschaften am 15.09.2018 in Ibbenbüren sind alle Starter jeweils in ihrer Altersklasse auf den ersten drei Plätzen gelandet. Besonders erfolgreich war Ewald Heinle (40kg – U10), der den 1. Platz erreichte. Die weiteren Platzierungen: U10 - David Benner, 2. Platz, Timophe Kovalenko, 3. Platz, U13 - Sharona Strücker, 2. Platz, Daniel Horn, 3. Platz und Amelie Krüssel, 3. Platz.

Am 23.09.2018 ging es für vier Judoka weiter auf die Bezirksmeisterschaften in Hörstel Riesenbeck. Hier zeigten die Rheinenser Kämpfer ebenfalls sehr gute Leistungen. Ewald

Heinle belohnte sich in der Altersklasse U10 mit dem 2. Platz. Die etwas älteren Judoka starteten im U13-Bereich. Sharona Strücker erreichte den 2. Platz, Daniel Horn den 4. Platz und Amelie Krüssel konnte sich den 3. Platz sichern. Als letztes stand dann für Sharona Strücker und Amelie Krüssel die Westdeutsche Meisterschaft am 03.11.2018 in Bielefeld an. Die beiden Mädchen zeigten im sehr starken Feld ihr Bestes. Beide erreichten in der Alterskategorie U13 jeweils den 7. Platz.

„Insgesamt bin ich sehr zufrieden mit den Leistungen meiner Schützlinge. Sie haben gezeigt, dass sich das Training auszahlt“, schließt Trainer Peter Friesen ab.



Bild v.l. oben: Christoph Schrameier (Betreuer), Amelie Krüssel
unten: Daniel Horn, Sharona Strücker, Ewald Heinle, David Benner, Timophe Kovalenko



Sharona Strücker und Amelie Krüssel bei den Westdeutschen Meisterschaften in Bielefeld

Verbandslehrgang des KDNW



Alle Teilnehmer des Lehrgangs

30 Karate-ka trafen sich am 09. September im Rahmen eines Breiten-sportlehrgangs des Karate Dachverband NRW (KDNW) um sich über die Bedeutung der Dangrade (Meistergrade) und sich daraus auch ergebenden Anforderungen bei Danprüfungen auszutauschen und weiter zu bilden.

Schwerpunktthema war diesmal die Weiterentwicklung von Partnerformen von der Lernform zur freien Form und zur realistischen Selbstverteidigung. Dabei vermittelte Frank Beeking, der den Lehrgang leitete, die unterschiedlichen Bewertungskriterien im Rahmen von Danprüfungen. Beim ersten Dan kommt es auf die saubere und dynamische Ausführung von Standardübungsformen an. Der zweite Dan wird auch als Kraft-Dan bezeichnet, womit ausgedrückt wird, dass die kraftvolle Ausführung Schwerpunkt der Beurteilung ist. Zum dritten Dan soll die souveräne Ausführung der Techniken deutlich werden. Ruhe und Übersicht sollen auch bei dynamischen Aktionen dominieren. Eigene Gestaltungselemente sollen zielführend eingesetzt werden. Zum vierten Dan, der dann auch als technischer Meister bezeichnet wird, soll der Karate-ka die Vielfalt der technischen Varianten der Kampfkunst Karate-Do demonstrieren. Diese Vielfalt der technischen Varianten muss bei reaktiver Anwendung mit geeigneten Techniken in sich entwickelnden Situationen in Einklang gebracht werden. Der technische Meister muss seine Stärken richtig einschätzen und sein Können auch auf neue Situationen übertragen können. Als Kodan-sha, das bedeutet Stufe der geistigen Meistergrade, werden Karate-ka ab

dem 5. Dan bezeichnet. Daher sollen in der technischen Danprüfung die Prüfungselemente so vorgetragen werden, dass die eigene Persönlichkeit zum Ausdruck kommt. Ab dem 6. Dan bedarf es einer besonderen Zulassung zu Danprüfungen, die auch ein über die Vereinsarbeit hinaus gehendes Engagement erfordert.

In der traditionellen Bedeutung der Dangrade gibt es immer auch einen philosophischen Aspekt, der im theoretischen Teil des Lehrgangs besprochen wurde. Dem ersten Dan wird zuerkannt, dass er in der Lage ist zu erkennen, dass hinter der körperlichen Übung ein Weg steht. Der zweite Dan steht am Anfang dieses Weges und der dritte Dan ist der Grad des anerkannten Wegschülers, der beginnt seinen „Inneren Meister“ zu spüren. Als Vorstufe zur wahren Meisterschaft wird der 4. Dan angesehen und 5. und 6. Dan sind Stufen geistiger Reife. Damit soll zum Ausdruck gebracht werden, dass das Training über das Ausloten eigener Fähigkei-

ten und Grenzen immer als übergeordnetes Ziel eine Charakterschulung sein soll.

Die Teilnehmer nutzten diesen Lehrgang, der in der Halle Tokio im Sport-PARK stattfand, zur Optimierung ihrer Ausweich-, Abwehr- und Kontertechniken und einem intensiven Erfahrungsaustausch.

Unsere Karate-ka richten regelmäßig auch Lehrgänge des Fachverbandes aus. Ebenso wichtig ist aber auch immer die Gewinnung neuer Mitglieder. Deshalb bietet die Abteilung in allen Trainingsstunden die Gelegenheit für ein Schnuppertraining. Im Kinder-, Jugend- und Erwachsenentraining wird jeweils ein der Altersgruppe angemessenes Training geboten. Dabei steht im Kinder- und Jugendtraining das moderne Sportkarate im Vordergrund, im Erwachsenentraining neben Selbstbehauptung und Selbstverteidigung vor allem die Erhaltung der allgemeinen Fitness und Beweglichkeit bis hin zur Sturzprophylaxe.

Tischlerei Flüthmann

Peterstraße 32, 48429 Rheine

Tel. 0 59 71 - 98 69 94-0

Mobil 0170 277 08 94

www.tischlerei-fluethmann.de



Türen
Zimmerüren • Haustüren



Innenausbau
Möbel • Treppen



Fenster
Kunststoff • Holz • Holz-Alu



Parkett
Neuverlegung • Sanierung

Leichtathleten im Trainingslager in Meppen

Am ersten Wochenende nach den Sommerferien fuhren 35 Leichtathleten vom TV Jahn-Rheine mit Gästen vom TuS Germania Horstmar und SC Arminia Ochtrup zur Vorbereitung der Kreismehrkampfmeisterschaften und der Wintersaison für drei Tage ins Trainingslager nach Meppen.

tikstadion, das alle Möglichkeiten für ein optimales Training bietet, inklusive einer Beach-Volleyballanlage befindet. Zusätzlich bieten Wege am Kanal Möglichkeiten für Ausdauerläufe. Die benötigten Sportgeräte, die einen kompletten Anhänger füllten, wurden von den Eltern und Trainern von Rhei-

Frühstück, Sprinttraining, Sprungtraining (Hoch-/Weit-/Dreisprung), Wurftraining (Diskus-, Speerwurf und Kugelstoßen) und allgemeines Athletik- und Krafttraining. Nach den Einheiten ging es zur Regeneration in ein Kneippbecken nahe der Jugendherberge.

Einige Sportler besuchten diesmal auch das Schwimmbad in Meppen. Außerdem nutzen viele Sportler noch die Möglichkeit, ihr Sportabzeichen zu beenden. Nebenbei blieb aber auch noch Zeit für das gemeinsame Miteinander von jung und älter, z.B. am Billardtisch.

Bei gutem Wetter konnten die Trainingsmöglichkeiten optimal ausgenutzt werden, wobei am Sonntag dem einen oder anderen Sportler von dem intensiven Training die Kraft ausging. Trotzdem kann das Trainingslager als voller Erfolg angesehen werden und die Teilnehmer aller Altersklassen sind sich einig, dass es im nächsten Jahr wieder ein Trainingslager geben soll. Die ersten Anmeldungen sind schon wieder beim Trainerteam eingegangen.



Das Trainingslager hat die Athleten ein großes Stück weiter gebracht

Erstmals waren auch auf Wunsch der Eltern bei der Abteilungsversammlung jüngere Sportler ab 10 Jahren dabei, die von einem Elternteil begleitet wurden. Alle Athleten quartierten sich in der Jugendherberge Meppen ein, neben der sich ein großes Leichtathle-

ne nach Meppen transportiert. Täglich standen mehrere Trainingseinheiten unter der Betreuung von Dörthe und Martin Lange und Wolfgang Göcken auf dem Plan. Neben gymnastischen Einheiten gab es morgendliches Joggen noch vor dem

Mehr als nur Seilchen springen

Der Begriff Rope Skipping hat, wie viele andere Sportarten, seinen Ursprung in den Vereinigten Staaten, weshalb auch viele der Sprünge (Stunts) auf Englisch beschrieben werden. Es ist eine Mischung aus springen und tanzen. Begleitet mit rhythmischer Musik werden die einzelnen Sprünge erlernt und umgesetzt. Oft kennt man das Seil springen aus dem Kindergarten oder der Grundschule, wo man da schon sehr viel Spaß mit dem großen Seil und Freunden hatte. Also wieso nicht den Spaß am Seil springen zum Hobby machen und einige neue Tricks erlernen? Eines der Ziele ist es nämlich zum Beispiel diese nachher in einer Gruppe von mehreren Personen synchron springen zu können. Das

kann mit einem oder mehreren Seilen erfolgen. Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

Interesse? Egal ob Groß oder Klein, alle sind herzlich willkommen! Die Abteilung freut sich über jeden, der sich sein eigenes Bild vom noch relativ unbekanntem Sport machen möchte.

Trainingszeiten im SportPARK

Fr, 16.15 - 17.15 Uhr - 5-7 Jahre, Fr, 16.45 - 17.45 Uhr - 8-13 Jahre, Fr, 17.45 - 18.45 Uhr - ab 14 Jahre.



GREVINGA
Schuh • Sport • Orthopädie-Schuhtechnik
www.schuh-sport-grevinga.de

Top aktuelle Sport- und Freizeitkleidung in großer Auswahl...

Osnabrücker Str. 276
48429 Rheine
Tel.: 0 59 71 / 96 93-0
Fax: 0 59 71 / 96 93-30

Trainer, Übungsleiter und -helfer besuchten Fortbildungen

Um einen qualifizierten und sicheren Übungsbetrieb in allen Gruppen zu gewährleisten, nahmen Trainer und Übungsleiter unserer Abteilung im vergangenen Jahr an Fortbildungs- und Weiterbildungsmaßnahmen teil. Michael Harder machte seine Trainer-C-Lizenz und unterstützt nun Thorsten Roß beim Übungsbetrieb der Wettkampfmannschaften 1 und 2. Michael Mersch erwarb seine Schiedsrichterlizenz durch viele Fortbildungstage an mehreren Wochenenden, so

dass auch wir in Zukunft mit eigenem Schiedsrichter einen Wettkampf ausrichten könnten.

Erst im letzten Monat verlängerten Stefanie Ross, Iris Schlattmann, Michael Harder, Sandra und Ulrich Lühn, Claudia und Henning Lechte durch eine Fortbildung ihre Kampfrichterlizenz. Stefan Fier, Lars Steinigeweg, Lea Ross, Marie-Sophie Murdfeld und Alice Dircks werden bis Ende des Jahres ebenfalls eine entsprechende Fortbildung besuchen.

Um die DLRG-Silber Rettungsfähigkeit zu erlangen, mussten zehn Übungsleiter ihre Erste-Hilfe Kenntnisse auffrischen. Die DLRG-Silber-Lizenz wurde während des Trainingsbetriebs montags abends von allen verlängert oder neu erworben.

Claudia Lechte nahm an einer Präventionsschulung gegen sexualisierte Gewalt teil, welche im nächsten Jahr für alle Übungsleiter unserer Abteilung auf dem Plan steht.

Wettkampfschwimmer nutzen Herbstferien für Trainingslager



h.v.l.: Thilo Hertel, Pia Lühn, Franka Mersch, Joella Thale, Leonie Lechte, Hannah Lühn, Julia Lechte, Jenna Wortmann, Maja Hufschmidt, Louisa Hakkenbrock;

v.v.l.: Johannes Lühn, Meiko Wortmann, Jan Upsing, Philipp Lechte (Ente), Christian Kast, Nick Baumbach, Leon Baumbach, Paul-Hugo Dircks und Tom Roß.

Für das diesjährige Trainingslager fuhren 19 Schwimmer des TV Jahn-Rheine in die Aktiv-Welt Kührsheim. Dort erwartete sie ein abwechslungsreiches Programm mit täglich zwei Trainingseinheiten im nahegelegenen Schwimmbad, wo Technik und Ausdauer trainiert wurden.

Der Höhepunkt der Trainingswoche war der Donnerstag, an dem die Sportler 100 mal 100 Meter geschwommen sind. Daneben wurden in der Freizeit eine Burg in der Umgebung besichtigt und ein gemeinsamer Spieleabend durchgeführt. Außerdem stand ein kleiner Theorieteil über die richtige und gesunde Ernährung auf dem Plan.

Am Ende der Woche kamen alle erschöpft, aber zufrieden wieder in Rheine an.

Ein herzliches DANKE geht an unsere Trainer Steffi und Thorsten Roß sowie Lars Steinigeweg, die für das Trainingslager Urlaub genommen hatten, um den Schwimmern so eine Förderung zukommen lassen zu können.

Die Schwimmer stellten bzw. setzten sich nach der 100 x 100 Strecke erschöpft aber glücklich darüber, dass sie diese Leistung geschafft haben, nochmals zum Foto auf.

Kreismeisterschaften als erster Test nach dem Trainingslager

Der erste Wettkampf nach dem Trainingslager war sofort die Kreismeisterschaft im Holsterkampbad in Ibbenbüren.

Die Trainer Lars Steinigeweg und Thorsten Roß waren mit ihren motivierten und leistungsstarken Schwimmern hoch zufrieden. Die harte Arbeit im Trainingslager spiegelte sich in den Ergebnissen jedes Einzelnen während des Wettkampfs wider. Die 21 Schwimmer der Wettkampfmannschaften wurden am Ende mit 13

Kreisjahrgangstertiteln, 18 zweiten Plätzen und 10 dritten Plätzen bei 80 Starts belohnt. Hinzu kommt, dass

von den 80 Starts 69 % mit einer neuen persönlichen Bestzeit des Schwimmers einhergingen.



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

www.vrst.de

VR-Bank
Kreis Steinfurt eG

Herzlich Willkommen im Zirkus Jahni

„Herzlich Willkommen im Zirkus Jahni“, so wurden die rund 140 Teilnehmer des diesjährigen Tanzcamps des TV Jahn-Rheine am Sonntag, den 26.08.2018, um 11 Uhr im Sport-PARK begrüßt. Dem Motto entsprechend drehte sich an den zwei Tagen alles um das Thema Zirkus.

Nachdem alle ihr Schlaflager für die Nacht aufgebaut hatten, wurden die Kinder im Alter von 6-14 Jahren dem Alter entsprechend in fünf Gruppen aufgeteilt. In diesen lernten sie in insgesamt drei Workshops eine Tanzchoreographie, die sie zu Abschluss ihren Eltern vorführten.

Für die abendliche Zirkusvorführung fanden sich insgesamt 12 Kleingruppen die vor den Teilnehmern und einer Jury tolle Turn- und Tanzdarbietungen zeigten. Die Jury konnte sich sehen lassen – die Trainer verkleideten sich als Dieter Bohlen, Heidi Klum, Bruce Darnell und Nazan Eckes und bewerteten die Shows. Per Applaus-Barometer wurde die beste Darbietung vom Publikum ermittelt. Im Anschluss fand die alljährliche Nachtwanderung statt. „Für viele Kinder ist die Nachtwanderung das Highlight des Tanzcamps“, betont Organisatorin Katharina Tasche.

Nach einer kurzen Nacht, die alle gemeinsam in der Tennishalle verbrachten, ging es nach dem Frühstück mit dem letzten Workshop weiter. Alles sollte so perfekt wie möglich sein, wenn die Eltern, Großeltern und Freunde kommen um sich das Ergebnis anzuschauen. Der Spaß am Tanzen stand für das Team jedoch an erster Stelle. Nach einer tollen Auf-



In den Workshops brachten die Übungsleiter den Gruppen tolle Choreographien bei

führung mit tosendem Applaus machten sich alle Kinder und Eltern auf den Heimweg. Für viele steht jetzt schon fest: „Im nächsten Jahr bin ich auf jeden Fall wieder dabei.“

Neu im Programm: Breakdance

Die Tanzabteilung des TV Jahn-Rheine entwickelt sich stetig weiter. Ganz neu im Programm ist ab sofort Break Dance für verschiedene Altersgruppen. „In der Vergangenheit war die Nachfrage nach dieser Tanzrichtung sehr hoch. Nun haben wir einen passenden Übungsleiter gefunden und das Thema sofort mit aufgenommen“, erklärt Abteilungsleiterin Frauke Lunkwitz. Mit dem erfahrenen und talentierten Übungsleiter Nils Völker an der

Seite, baut der Sportverein nun diesen noch sehr neuen Bereich Break Dance auf. Der 23 jährige Sportstudent trainiert schon seit mehreren Jahren Break Dance Gruppen und nimmt erfolgreich an Meisterschaften teil.

„Ich freue mich sehr auf alle Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die Lust haben die Schrittkombinationen des Break Dance zu erlernen“, so Völker. Passend zur Schnupperaktion der Tanz-Abteilung werden ab dem

07.11.2018 folgende Stunden angeboten:

Mittwoch, 16.00-17.30 Uhr, 7-12 Jahre, ONLY BOYS, SportFORUM

Freitag, 16.00-17.15 Uhr, 8-13 Jahre, Boys + Girls, SportPARK

Freitag, 17.15-18.30 Uhr, Jugendliche und Erwachsene, Boys + Girls, Sport-PARK



Save the Date

Dance Contest 2019 am

Samstag, den 29.06.2019

in der Kopernikus Sporthalle

Leben und Tauchen wie Gott in Frankreich

22 Taucher der Tauchabteilung des TV Jahn sind 14 Tage lang (Herbstferien) an die Côte d'Azur ins Trainingslager gefahren. Auf dem Programm standen Tauchgänge in verschiedenen Leistungskategorien wie z.B. Wracktauchen, Strömungstauchen und dekompensationsstopp-pflichtige Tauchgänge. Insbesondere Letztere lassen sich in Südfrankreich besonders gut

trainieren, da die zahlreichen, zu betauchenden Wracks oftmals in einer Tiefe liegen, die an die Grenzen des Sporttauchens gehen. Die beiden Frachter „Grec“ und „Donator“ stehen in jedem Tauchführer und sind nur einige Beispiele hierfür.

Durch die Unterstützung der „European Diving School“ konnten die

Rheinenser Tauchlehrer, Michael Konst und Jörg Saalfeld, eine perfekte Organisation mit einem hochstandardisierten Sicherheitsrahmen gewährleisten. Viele Taucher waren mit Familie angereist, die den gemeinsamen Urlaub sehr genossen haben. Einfach unvergesslich!

Informationen unter:
tauchen@tvjahrheine.de



**SCHUTZ VOR PARODONTITIS, KARIES UND MUNDGERUCH
mit regelmäßiger professioneller Zahnreinigung**

Lassen Sie sich von uns beraten:

**zahnarztpraxis
DR. SCHMITZ**

Praxis für mikroskopische Zahnheilkunde

- Implantologie
- Endodontie
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Parodontologie
- Kinder- und Erwachsenenprophylaxe

ZAHNARZTPRAXIS DR. KLAUS SCHMITZ | WINDMÜHLENSTRASSE 3 | 48429 RHEINE | 05971 - 82255 | info@schmitz-zahnarzt.de | www.schmitz-zahnarzt.de

Tennisdamen 55+ steigen in die Verbandsliga auf

Damit hatte wohl keiner gerechnet. Zu Saisonbeginn lautete das von Spielführerin Gaby Wehning ausgegebene Saisonziel - Klassenerhalt. Dass am Ende aber der Gruppensieg und damit verbunden der 2. Aufstieg in Serie für die Tennisdamen 55+ herausrang, ist nicht nur eine Überraschung, sondern auch Ergebnis einer überaus engagierten und geschlossenen Mannschaftsleistung.

In einer sehr ausgeglichenen Gruppe mit 7 Mannschaften setzten sich die Damen aufgrund ihrer besseren Matchbilanz gegenüber den punkt-

gleichen Mannschaften von Rot-Weiß Greven und Hünenburg-Münster hauchdünn durch. Ausschlaggebend für den Erfolg war letztlich neben der Ausgeglichenheit in den Einzelspielen und dem großen Engagement der Damen ihre Spielstärke in den Doppeln: Von 12 ausgetragenen Doppeln gewannen die Damen 9. In den wichtigen Spielen gegen Greven und Münster wurden jeweils beide Doppel gewonnen, so dass am Ende der Verbandsligaaufstieg verdient gefeiert werden konnte!



Die erfolgreiche Damen Mannschaft bei der Sportlehrung gemeinsam mit Trainer Berthold Niemann

Helena Rietmann und Tobias Gruschka Clubmeister

Zeitgleich mit der Sommersaison fanden die Clubmeisterschaften der Tennisabteilung ihren Abschluss. In den Finalspielen setzte sich bei den Damen erstmalig Helena Rietmann durch, während bei den Herren Tobias Gruschka seine Siegesserie aus den beiden Vorjahren fortsetzen konnte.

Doch der Reihe nach:

Bereits in der Vorrunde trafen die späteren Finalistinnen Helena Rietmann und Leonie Daßmann aufeinander, hier gewann Leonie glatt in 2 Sätzen (6:3, 6:4). Im Endspiel allerdings entwickelte sich ein ausgeglicheneres, überaus zähes und spannendes Spiel, das beiden Spielerinnen alles abverlangte. Letztendlich gelang es Helena, den Spieß umzudrehen und mit 7:6, 5:7, 10:4 erfolgreich zu sein. Dritte wurde Rabea Feldhaus vor Rebecca



v.l.: Helena Rietmann, Tobias Gruschka, Alexander Noack, Rabea Feldhaus, Leonie Daßmann

Dölling.

Bei den Herren trafen im Finale die top-gesetzten Alexander Noack und Tobias Gruschka aufeinander. Beide kennen sich aus vielen Matches und gemeinsamen Trainingseinheiten, ein ausgeglichenes und enges Spiel war zu erwarten. Tobias versuchte durch

geduldiges und variables Spiel zum Erfolg zu kommen, immer wieder streute er überraschend Stops kombiniert mit excellenten Lobs in die Ballwechsel ein, während Alexander vor allem mit seiner aggressiven Topspin-Vorhand zu überzeugen wusste und viele Punkte machte. Allerdings gelang es ihm an diesem Tage nicht, wie gewohnt mit seinem starken Aufschlag zu schnellen Punkten zu kommen, da Tobias hervorragend re-tournierte. Ein sehenswertes Spiel mit langen Ballwechseln und tollen Schlägen entwickelte sich, das Tobias auch aufgrund seiner geringeren Fehlerquote in zwei Sätzen mit 6:3 und 6:4 verdient gewann.

Den 3. Platz belegten Marcel Ketteler und Dominik Bornhausen.

Clubmeisterschaften der Jugend

Wie in jedem Jahr wurden auch 2018 die Clubmeister in der Jugend des TV Jahn-Rheine gesucht. Jedoch wurden dieses Jahr zwei Termine benötigt. Beim ersten Versuch machte das Wetter den Veranstaltern einen Strich durch die Rechnung, so dass lediglich eine Spielrunde absolviert werden konnte, bis der anhaltende Regen einsetzte und man sich entschied am „Tag der deutschen Einheit“ bei hoffentlich besserem Wetter das Turnier fortzusetzen.

Diese Entscheidung sollte sich als goldrichtig herausstellen, denn dann konnte man die Jugendlichen bzw. Kinder bei strahlendem Sonnenschein

und angenehmen Temperaturen empfangen. So spielten die Teilnehmer ihre Sieger in den Altersklassen U12, U15 und U18 aus. In den Spielpausen stärkten sich die Kinder bei leckerem Kuchen und Süßigkeiten, bevor es in die neue Spielrunde ging. Auch die anwesenden Zuschauer kamen bei einer Tasse Kaffee und tollem Tennis auf ihre Kosten.

Nachdem alle Spiele absolviert waren, wurde vor Ort die Siegerehrung mit Urkunden und Pokalen vorgenommen und verkündet, dass es auch in der Wintersaison eine Tennisveranstaltung für die Jugend des TV Jahn geben soll.

Platzierungen im Überblick

U12:

1. Linus Lürwer
2. Simon Gert
3. Justus Lenzing

U15

1. Matthias Wehmschulte
2. Jan Lenzing
3. Pascal Burrichter

U18:

1. Moritz Röpke
2. Erik Veltmann
3. Timo Wagner

Boule trifft Gymnastik plus

Als Abschluss vor den Sommerferien veranstaltete die Südesch-Gruppe der Gymnastik plus Abteilung statt der üblichen Radtour einen Boule-Nachmittag im SportPARK. „Martina Laukemper erklärte uns mit viel Geduld die Regeln des Boule-Spiels und begleitete über zwei Stunden mal die eine und mal die andere Mannschaft“, erzählt Magdalene Schmitz. Trotz der Wärme hatten alle Teilnehmerinnen sehr viel Spaß am Spiel und die Würfe wurden gegen Ende des Nachmittags immer gezielter.

„Liebe Martina, herzlichen Dank Dir und der Abteilung für einen so interessanten und aktiven Nachmittag“, schließt Schmitz zufrieden ab.



Einen schönen Nachmittag verbrachte die Gymnastik plus Gruppe auf der Boule Anlage

Heinrich macht zu

Am 01.04.1992 hat Heinrich Herweg das Altstadt-Café an der Münstermauer übernommen. Nach nunmehr 26 ½ Jahren fleißigster Arbeit hat er sich den Ruhestand redlich verdient. Morgens um 2.30 Uhr stand er schon in der Backstube und war natürlich mittwochs von 20 – 22 Uhr in der Kopi-Halle beim Volleyballtraining der Mixed-Mannschaft. Diese hat in den letzten zwei Jahren auch den Titel des Kreismeisters geholt. Davor hat Heinrich jahrelang in der Herren-Hobby-Mannschaft gespielt, die auch etliche Kreismeistertitel geholt hat. Seit 1994 ist Heinrich in der Volleyballabteilung und hat nebenbei auch noch Tennis beim Jahn gespielt. Seine Volleyballtruppe hat sich an seinem letzten Öffnungstag, dem 04.11.2018, gebührend von ihm verabschiedet bei einer Tasse Kaffee, einem Stück Kuchen und einem Gläschen Sekt. Mit seiner Frau Ute kann er sich nun auch mal ein Gläschen Rotwein gönnen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben.

Alles Gute für die Zukunft von deinen Volleyballern!



2 MARKEN UNTER EINEM DACH!



Ihr Ford und Opel Vertragshändler in Rheine

- Über 500 Neu- Jahres- und Gebrauchtwagen ständig am Lager
- Deutsche Jahreswagen direkt vom Hersteller in großer Auswahl
- Nutzfahrzeuge & gewerblicher Außendienst
- Professioneller Werkstattservice mit Karosserie und Lackzentrum
- Laufende Werkstattangebote – täglich HU/AU



Schiermeier

Industriegebiet Nord

Schiermeier Autohaus Rheine GmbH & Co. KG Röntgenstraße 3,
48432 Rheine, Tel.: 05971 – 9711 0 www.schiermeier.de

Klassenerhalt

Die Abteilung Tischtennis hat im vergangenen Jahr den Aufstieg in die erste Liga des Betriebssportes in Rheine geschafft. In der Saison 2018 konnte die Klasse gehalten werden. „Vielen Dank an alle aktiven Spieler für den sportlichen Einsatz“, freut sich Abteilungsleiter Thomas Recker. Die Abteilung trainiert derzeit jeden Dienstag, von 20.00-22.00 Uhr in der Sporthalle der Overbergschule. Interessenten mit Vorkenntnissen können gerne zum kostenlosen Probetraining vorbei kommen.



Die Tischtennis-Mannschaft feiert den Klassenerhalt

Turnerinnen sichern sich Aufstieg

Am Samstag, den 06.10.2018 fand die Rückrunde der Bezirksliga 2 der Turnkürmannschaften in Borken statt. Für den TV Jahn-Rheine ging die Mannschaft mit den Turnerinnen Nina Bröring, Marie Lübke, Jana Akamp, Julia Miethe, Nadine Wöste, Greta Veltmann und Michelle Kipp an den Start. In der ersten Runde war das Gerät „Sprung“ an der Reihe. An diesem Gerät zeigten die Turnerinnen sehr schöne Handstandüberschläge, wodurch sie am Ende mit dem 1. Platz in dieser Disziplin belohnt wurden (37,75 Punkte). Danach folgte der Stufenbarren. Hierbei erlangten die Jahn-Turnerinnen 34,15 Punkte. Ohne Sturz überstanden sie auch den Schwebebalken. Durch ihre sicheren Übungen erzielten sie mit 35,90 Punkten den 2. Rang. Als letztes starteten die Jahn-Sportlerinnen am Boden, ihrem Lieblingsgerät. Durch sehr schön ausgeführte Übungen und Elemente konnten sie sich mit 2 Punkten Abstand den 1.



Die Turnerinnen sicherten sich mit ihrer Leistung den Aufstieg

Platz an diesem Gerät sichern. „Am Ende des Tages wurden alle Punkte aus den verschiedenen Disziplinen zusammengezählt. Mit insgesamt 144,45 Punkten erreichte unser Team die Tageshöchstpunktzahl und somit den 1. Platz“, erzählt Abteilungsleiterin Michelle Kipp stolz. In der Hinrunde im Juni landeten sie noch auf dem

3. Platz. „Die Ergebnisse aus der Hin- und Rückrunde wurden nach dem Wettkampf zusammengezählt, sodass wir insgesamt den 2. Platz erreicht haben. Mit dieser Leistung haben wir es geschafft von der Bezirksliga 2 in die Bezirksliga 1 aufzusteigen“, schließt Kipp zufrieden ab.

Neue Geräte



In diesem Jahr hat die Abteilung einen neuen Stufenbarren und Niedersprungmatten anschaffen können. An diese Stelle bedankt sich die Abteilung herzlich bei der Stadt Rheine für die Unterstützung.

Kopiercenter

Laminieren bis DIN A2
 Digitaldruck direkt vom Datenträger
 Binden von Abschlussarbeiten
 Schreibwarensortiment
 Scannen ihrer Originale
 Faxservice
 Broschürendruck
 Großkopien
 Plot von Bauzeichnungen

SCANNEN, DRUCKEN
 UND KOPIEREN BIS
 DIN A0...
...in Farbe

Öffnungszeiten:	Vormittags	Nachmittags
Montags - Freitags	9 - 12:30 Uhr	14:30 - 18 Uhr
Samstags	9 - 12:30 Uhr	Geschlossen

Inh. Christian Thesing + Osnabrücker Str. 125 + 48429 Rheine +
 Tel. (05971) 57121 + Fax. (05971) 7480 + www.Kopiercenter-Rheine.de



WIR SUCHEN **DICH!**

für die **Ausbildung 2019**

- ★ **Kaufmann/-frau
im Groß- und Außenhandel**
- ★ **Fachkraft für Lagerlogistik (m/w)**
- ★ **Fachinformatiker/-in**
- ★ **Fachrichtung Systemintegration
Elektroniker für Betriebstechnik (m/w)**

Als führender
Elektrogroßhandel und Systempartner
sind wir mit mehr als **250 Mitarbeitern an
6 Standorten** für unsere Kunden
ein zuverlässiger Partner für das **Handwerk**
und die **Industrie**.

Ansprechpartner:

Gabrielle Joly
gabrielle.joly@hardy-schmitz.de

Mehr Infos unter
www.hardy-schmitz.de



30 inklusive Sportangebote in drei Jahren

„30 inklusive Sportangebote in drei Jahren“, so lautet das Ziel des Inklusionsprojekts des TV Jahn-Rheine, welches der Verein seit dem letzten Jahr durchführt. Im ersten Projektjahr standen insbesondere Kindersportangebote im Fokus. Nun möchten die Verantwortlichen die Gesundheits- und Fitnessangebote in den Blick nehmen.

Die Auswertung der Fragebögen, die Anfang des Jahres in vielen verschiedenen Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen verteilt wurden, haben gezeigt, dass das Training im Fitnessstudio und in GroupFitness-Angeboten bei den Befragten insgesamt sehr beliebt ist.

Daraufhin lud der TV Jahn-Rheine am 17.11.2018 alle Sportbegeisterten zum Tag der offenen Tür für Fitness- & Gesundheitsangebote ein. Diese Angebote konnten die Teilnehmer von 10.00 – 14.00 Uhr in verschiedenen Workshops kennenlernen.

„Der Workshop Indoor Cycling, ein Ausdauertraining auf dem Fahrrad, kam besonders gut bei den Teilnehmern an. Auch beim Gerätetraining im neu eröffneten Fitnessstudio waren alle mit Eifer dabei“, erklärt Orga-



Flexibel einstellbar - der neue Kabelzug

nisator Martin Möhring.

Bei der Anschaffung der Fitnessgeräte wurde darauf geachtet, dass diese für Menschen mit und ohne Einschränkungen geeignet sind, wie zum Beispiel der neue Kabelzug. Dieser ist so flexibel einstellbar, dass sogar Menschen mit Gehhilfen oder einem Rollstuhl daran ihre Übungen absolvieren können. Ein weiteres Highlight im Fit-

nessstudio ist der Trainingsschlitten, der am Aktionstag auf einer Kunstrasenfläche fleißig hin- und her geschoben wurde.

Neben weiteren GroupFitness-Angeboten wie Entspannung & Fit Mix konnten die Teilnehmer auch die Sportart Boule ausprobieren. Bei schönstem Winterwetter flogen die Kugeln auf dem Outdoor-Boule-Platz. Die gemischten Gruppen aus Anfängern und erfahrenen Spielern hatten sichtlich viel Spaß.

„Wir haben heute wichtige Erkenntnisse gesammelt, wie die Angebote noch offener gestaltet und den Bedürfnissen aller Teilnehmer angepasst werden können. Viele der Besucher möchten in Zukunft häufiger in unseren Fitnessangeboten aktiv sein“, freut sich Martin Möhring über den erfolgreichen Aktionstag.

Wer nun auch Lust auf eines der Sportangebote beim TV Jahn-Rheine bekommen hat, darf gerne einen Termin zum kostenlosen Probetraining vereinbaren.



Ansprechpartner
Inklusion

Martin Möhring
05971/97 49 46
moehring@tvjahn-rheine.de

ESTRICH

BODENBELÄGE

PARKETT



Faszination Boden

Holthaus GmbH & Co.KG
Morsestr. 5, 48432 Rheine
Telefon 05971 86070
www.holthaus-rheine.de

jahn

TURNVEREIN JAHN-RHEINE 1885 E.V.

Vorläufige Tagesordnung zur Vertreterversammlung 2019

Die Vertreterversammlung (Jahreshauptversammlung) 2019 findet am
Dienstag, den 26.02.2019, um 18 Uhr,
 in der Sparkasse Rheine statt.

vorläufige Tagesordnung

- | | |
|--|--|
| 1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit | 5. Wahlen |
| 2. Geschäftsberichte | a. Stimmzähler |
| a. Präsidium | b. Präsident |
| b. Vorstand | c. Präsidiumsmitglieder |
| c. Aussprache zu den Berichten a./b | d. Rechnungsprüfer |
| 3. Finanzberichte | e. Schiedsgericht |
| a. Kassenbericht | 6. Bestätigungen |
| b. Kassenprüfungsbericht | a. aus den Abteilungen und Fachbereichen |
| c. Aussprache zu den Berichten aus a. und b. | b. aus der Jugendversammlung |
| d. Entlastung des Präsidiums | 7. Genehmigung des Haushaltsplanes 2019 |
| e. Entlastung des Vorstandes | 8. Verschiedenes |
| 4. Anträge | |

Stimmberechtigte bei der Vertreterversammlung sind die Delegierten der Abteilungen und Fachbereiche, die Mitglieder des Präsidiums und des Vorstandes sowie bis zu 5 Mitglieder der Vereinsjugendleitung und die Ehrenmitglieder. Die Stimmberechtigten werden schriftlich eingeladen. Anträge zur Vertreterversammlung müssen gemäß der Satzung bis zum 31.12.18 dem Vorstand eingereicht worden sein.

Ralf Kamp (Vorstandsvorsitzender)

Beiträge

Orientiert am Preisindex beschließt der Vorstand die Anhebung der Grundbeiträge zum 01.01.2019 wie folgt:

Erwachsene	8,50 €
Familien	17,00 €
Kinder	5,90 €
Senioren (aktiv)	5,90 €
Familienkarte mit Fitnessstudio	69,00 €
Familienkarte ohne Fitnessstudio	55,00 €

Bei Fragen stehen wir unter folgenden Telefonnummern zur Verfügung:

Infozentrum: 05971/97 49 0
 Servicebüro: 05971/97 49 81

Abteilungsversammlungen

Abteilung/Fachbereich	Datum	Ort	Uhrzeit
Schwimmen	15.12.18	SportFORUM	16.30 Uhr
Aikido	18.12.18	Gutsschänke Holst.	19.00 Uhr
Kickboxen/Grapping	21.12.18	Halle Tokio	20.00 Uhr
Leichtathletik	05.01.19	Parkstr. 12	15.00 Uhr
Tischtennis	08.01.19	Waldorfschule	20.00 Uhr
Windeltlitzer	10.01.19	Jahnzimmer	09.00 Uhr
Sporties	10.01.19	Jahnzimmer	09.00 Uhr
Geräteturnen	10.01.19	Johannesturnhalle	17.30 Uhr
Handball	11.01.19	Leufkers Sportklausen	18.00 Uhr
Fitness	11.01.19	Jahnzimmer	15.00 Uhr
Parkour	12.01.19	Johannesturnhalle	14.30 Uhr
Billard	16.01.19	Raum Barcelona	19.00 Uhr
Badminton	17.01.19	Jahnzimmer	19.15 Uhr
Judo	18.01.19	Jahnzimmer	19.30 Uhr
Tennis	21.01.19	Tennis-Clubhaus	10.30 Uhr
Tauchen	21.01.19	Tennis-Clubhaus	19.00 Uhr
Karate	21.01.19	Jahnzimmer	20.00 Uhr

Der TV Jahn-Rheine
 trauert um seine
 verstorbenen Mitglieder

Hans Znidar
 Angela Grevinga
 Adolf Alrogge

jahn
 TURNVEREIN JAHN-RHEINE 1885 E.V.

Erfolgreiche Ballnacht

Am Freitag, den 09.11.2018 lud der TV Jahn-Rheine alle Tanzerfahrenen zur 2. Ballnacht in die Stadthalle in Rheine ein. Zahlreiche Tänzerinnen und Tänzer des Vereins, aber auch Nichtmitglieder und Freunde konnten sich im Vorfeld Karten kaufen. „Uns ist es wichtig, dass die Kurs- und Tanzkreisteilnehmer die Gelegenheit bekommen das Erlernte im stilvollen Rahmen anzuwenden. Unser Ziel ist es regelmäßig mehrere Bälle pro Jahr in der Stadthalle zu organisieren“, erklärt Organisatorin Lisa Azevedo.

ADTV-Tanzlehrerin Claudina Kespohl, die die Kurse und den Tanzkreis im TV Jahn unterrichtet, führte mit ihrer sympathischen und humorvollen Art durch den Abend. Als Showact konnten die vereinseigene Hip Hop Leistungsgruppe „Make ‘em Rock“, sowie zwei Salsa Tanzpaare aus dem Osnabrücker Tanzstudio Salsa y Mas den begeisterten Zuschauern das Ergebnis ihres intensiven Trainings prä-

sentieren.

Dank der bewährten Musik von DJ André Heeke war die großzügig bemessene Tanzfläche nie leer. Neben Tänzen wie Rumba, Wiener Walzer und Tango wurden Salsa und Swing/Discofox getanzt. „Wir hatten ein ausgelassenes und gut gelauntes Publikum mit einer breit gefächerten Kenntnis- und Altersstruktur – eine fantastische Mischung“, resümiert Kespohl. Später am Abend hat die gesamte Teilnehmerschaft sogar einen gemeinsamen Line Dance einstudiert.

„Auf den Ball hat es eine große Resonanz gegeben. Die Karten waren sehr schnell ausverkauft. Die Fotos der Ballnacht werden in den nächsten Wochen auf unserer Homepage veröffentlicht“, so Azevedo weiter.

Erwachsene, die Interesse daran haben Tanzen zu lernen, können sich gerne für die verschiedenen Angebote anmelden.



Im stilvollen Rahmen konnten die Tänzerinnen und Tänzer ihr Erlerntes anwenden

Beim Hochzeitstanz glänzen

Die Monate Mai bis September sind besonders beliebt für hochzeitsplanende Pärchen. Nicht vergessen werden sollte dabei der Eröffnungstanz. Die Tanzabteilung bietet für Brautpaare, deren Eltern oder Freunde im Zeitraum vom 24.03.-14.04.2019 einen 4-Wochen Crashkurs an. Die vier Trainingseinheiten finden sonntags, in der Zeit von 15.30-17.00 Uhr, in den Räumlichkeiten des Sportforums (Sprickmannstr. 7, 48431 Rheine) statt. „In diesem Kurs erlernen die Teilnehmer Schritte aus dem Langsamen und Wiener Walzer sowie Discofox. Auch auf individuelle Wünsche wird eingegangen“, so Claudina Kespohl. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Anmeldungen werden ab sofort entgegen genommen unter azevedo@tvjahn-rheine.de.



Hochzeits Crashkurs beim TV Jahn

Tanzkurse für Erwachsene

Start: So, 20.01.2019
Ort: SportFORUM (Srickmannst. 7)
über 8 Einheiten

Grundkurs
18.30 - 20.00 Uhr

Im Anschluss wird ab dem 24.03.2019 zur gleichen Uhrzeit ein Fortgeschrittenkurs angeboten.

Anmeldungen werden ab sofort entgegen genommen unter:
www.tvjahn-rheine.de

Neues Angebot: Line Dance

Erstmals bietet die Tanzabteilung 2019 das Angebot Line Dance an – eine moderne Form des Gruppentanzes. Die Tanzart bildet das Gegenstück zum traditionellen Paartanz. Die Tänze werden in Reihen oder Linien vor- und nebeneinander getanzt und sind passend zur Musik aus dem Country oder Pop choreographiert. Jung und Alt, Mann und Frau tanzen hier zusammen. „Unsere Übungsleiterin Claudina

Kespohl ist ausgebildete Line Dance-Trainerin. Sie freut sich schon sehr auf alle Teilnehmer. Diese Tanzart ist eine super Alternative zum klassischen Paartanz und kann somit auch problemlos von Single-Tänzern ausgeführt werden“, so Abteilungsleiterin Lisa Azevedo. Das neue Angebot startet am 18.01.2019 und findet über 8 Einheiten jeweils von 19.30-20.15 Uhr im SportFORUM statt.

Neue Sporthelfer erfolgreich ausgebildet

In der ersten Herbstferienwoche ludt der TV Jahn-Rheine wieder zum Sporthelfer-Kurs, der als Aufbaulehrgang für den Übungsleiterschein dient, ein. Die 23 Teilnehmer erlebten eine ereignis- und lehrreiche Woche und trafen sich täglich, um den Wissensstand zu erweitern und neue Eindrücke für Übungsstunden zu gewinnen.

„Die Inhalte des Lehrgangs waren das Kennenlernen von verschiedenen Sportarten und Spielen. Am Ende sollte jeder Teilnehmer in der Lage sein selber eine Übungsstunde planen zu können“, erklärt Lehrgangsleiterin Marion Böttick. Viele Inhalte erarbeiteten die Teilnehmer sich eigenständig. Sie probierten viele Spiele und Sportarten auch in der Praxis aus. „So haben wir Abwechslung in den Lehrgang bekommen und hatten eine Menge Spaß zusammen. Das ist in einem Lehrgang über einen längeren Zeitraum sehr wichtig“, berichtet Marion Böttick weiter. Tom Daniel hat an dem Lehrgang teilgenommen und zeigte sich begeistert: „Die Woche hat mir sehr viel Spaß gemacht und ich habe Dinge über meinen Körper gelernt, die ich vorher nicht wusste. Wir haben eigenständig eine Übungsstunde geplant und durchgeführt. Danach



Die Teilnehmer des Lehrgangs in den Herbstferien

haben wir direkt eine Rückmeldung bekommen. Nebenbei habe ich erfahren, was man alles beim TV Jahn an Angeboten machen kann. Mal sehen, ob ich davon noch mehr wahrnehmen kann. Ich werde mein neues Wissen auf jeden Fall direkt in meinen Sportstunden anwenden und freue mich da schon total drauf.“

Nachdem die Teilnehmer zehn Hospitationsstunden in mindestens drei unterschiedlichen Sportarten abgeleistet und zwei eigene Übungsstunden geplant und durchgeführt haben, bekommen sie den zwei Jahre gültigen Sporthelferschein ausgestellt. Interesse bekommen? Die Termine

für den nächsten Sporthelferlehrgang stehen auch schon fest und sind diesmal extra so gelegt, dass auch Berufstätige die Teilnahme am Lehrgang zeitlich einrichten können:

Fr 12.04.2019 - 16.00 bis 21.00 Uhr
 Sa 13.04.2019 - 9.00 bis 18.30 Uhr
 So 14.04.2019 - 9.00 bis 17.30 Uhr
 Fr 03.05.2019 - 16.00 bis 21.00 Uhr
 Sa 04.05.2019 - 9.00 bis 18.30 Uhr
 So 05.05.2019 - 9.00 bis 17.30 Uhr



Ansprechpartnerin
Sporthelferlehrgang

Karin Fransbach
 05971/97 49 90
fransbach@tvjahnreine.de

Sportlerinnen und Sportler ausgezeichnet

Mit einer atemberaubenden Showeinlage der Parkour-Abteilung startete die diesjährige Sportlerehrung des TV Jahn-Rheine. Zahlreiche Sportlerinnen und Sportler sowie Mannschaften wurden für ihre Erfolge ausgezeichnet. Zusammen mit ihren Begleitungen fanden sie am Freitag, den 12.10.2018 zu 19.00 Uhr den Weg in die KDR Halle im SportFORUM. Dort wurden sie im festlichen Rahmen geehrt.

Präsident Stefan Gude begrüßte die Anwesenden und übergab das Mikrophon an den stellvertretenden Bürgermeister Udo Bonk. Dieser bedankte sich für die Einladung sowie für die tolle Begrüßungs-Show. Im Anschluss übernahmen die Moderatoren Lutz Albers und Meike Gehring das Mikrophon, die gemeinsam durch den Abend führten.

Zunächst standen die Einzelsportler auf dem Programm. Leichtathlet Jan-



Maylin Segger wurde für ihre erfolgreiche Teilnahme am ORC geehrt

Luca Fröse wurde für seinen zweiten Platz bei den Westfalenmeisterschaften geehrt. Mit seinem Sprung von 6,22m reichte ihm ein klitzekleiner Zentimeter zu Platz 1. Die Karateka waren zahlreich vertreten. So wurden Linus Hespeling, Can Coban, Paulinka Mersch, Lilli Zaruber, Selina Ersen, Johanna Gentrup, Fabian Plegt und Claudia Mersch für ihre sportlichen

Leistungen ausgezeichnet.

Weiter ging es mit den Mannschaften. Die Tanzabteilung war in diesem Jahr mit den Gruppen Make em rise, Make em rock, Make em stare und Make em Proud vertreten. Make em rock zeigte dem Publikum mit einer coolen Tanzperformance ihr Können. Neben den Tänzern erzielten die Leichtathleten mit der Staffel W44 sowie die Tennisdamen 55 herausragende Leistungen, die eine Ehrung verdienen.

Ganz zum Schluss wurde Maylin Segger auf die Bühne gebeten. Sie wurde unter dem Punkt Besonderes für ihre Erfolge bei den OCR – Extremhinderislauf-Meisterschaften ausgezeichnet.

Nach einem gemeinsamen Gruppenfoto ging es dann zum gemütlichen Teil des Abends über.

Anna

Hallo ich bin Anna Höfker, 18 Jahre alt und mache seit dem 01.08.2018 meinen Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn. Hauptsächlich arbeite ich im Service, sowohl im SportFORUM als auch im Infozentrum. Zudem leite ich einige Sport im Ganztags-Stunden und helfe bei Kinderstunden, wie z.B. in der Kindersportschule oder beim Bambini Tanzen. In meiner Freizeit spiele ich in Hauenhorst Fußball. Ich habe diesen Sommer mein Abitur am Emsland-Gymnasium in Rheine gemacht und möchte durch das BFD den Sportverein von einer neuen Seite kennenlernen. Durch das Jahr bekommt man viele Einblicke in die unterschiedlichen Bereiche und immer wieder neue, abwechslungsreiche Aufgaben. Außerdem soll mir dieses Jahr eine Orientierung für ein Studium im nächsten Jahr geben. Im Verein kann man das Hobby Sport und die Arbeit super verbinden und ich bin gespannt auf viele tolle Erfahrungen. Nach den ersten Monaten fühle ich mich sehr gut aufgenommen und freue mich auf die weitere Zeit.



Aruna

Hallo, mein Name ist Aruna Winkler. Ich bin 18 Jahre alt und wohne in Gronau. Im Sommer 2018 habe ich mein Abitur am Werner-von-Siemens-Gymnasium gemacht. Momentan absolviere ich einen Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn. Meine Einsatzstellen während meines BFD's sind der Offene Ganztage an der Gertrudenschule und der Sport im Ganz-

tag. In meiner Freizeit spiele ich Badminton beim SV Vorwärts Gronau und gehe regelmäßig in die Fitnessstudios des TV Jahn.

Für mich kam nach der Schule nur ein BFD infrage, da ich noch etwas Soziales machen wollte und ich dadurch meine Hobbys mit dem Beruf verknüpfen kann. Zusätzlich habe ich noch die Möglichkeit, erste berufliche Erfahrungen zu sammeln. Wenn ich meine bisherige Zeit bewerten müsste, würde ich sagen, dass ich mir eine bessere Arbeitsatmosphäre nicht hätte vorstellen können. Aus diesem und noch vielen anderen Gründen freue ich mich auf den weiteren Verlauf meines Bundesfreiwilligendienstes.



Henning

Hallo, mein Name ist Henning Sabrowski, ich bin 20 Jahre alt und wohne in Rheine.

Seit April 2018 arbeite ich im Rahmen eines Bundesfreiwilligendienstes (BFD) beim TV Jahn. Die meiste Zeit verbringe ich in der Offenen Ganztagschule (OGS) der Südesschule. Nebenbei bin ich als Übungsleiter in Sportangeboten für Kinder und im Büro tätig. Bisher hat der Bundesfreiwilligendienst viel Spaß gemacht und ich habe auch viele interessante Eindrücke sammeln können.



Fabio

Hallo, mein Name ist Fabio Theismann, ich bin 18 Jahre alt und wohne in Rheine. Diesen Sommer habe ich mein Fachabitur im Bereich Sozialwesen am Berufskolleg Rheine des Kreises Steinfurt gemacht. Seit dem 01.09.2018 bin ich beim TV Jahn und absolviere dort meinen Bundesfreiwilligendienst, um noch ein paar Erfahrungen im Berufsleben zu sammeln.

Mein Einsatzfeld beim TV Jahn ist die OGS der Annetteschule. Dort bin ich auch beim Sport im Ganztage. Alle zwei Wochen bin ich im SportFORUM und mache den „Family Friday“.

Nach dem Bundesfreiwilligendienst möchte ich im sozialen Bereich arbeiten. Ich freue mich auf die weitere Zeit beim TV Jahn und die Erfahrungen, die ich noch sammeln kann.



Jake

Hallo, mein Name ist Jake Schofield, ich bin 21 Jahre alt und wohne in Rheine. Ich habe dieses Jahr mein Abitur mit dem Schwerpunkt Ernährung am Berufskolleg Rheine gemacht und absolviere seit dem 01.08.2018 einen Bundesfreiwilligendienst im Bereich Fitness beim TV Jahn. Hauptsächlich bin ich in den beiden Fitnessstudios im SportPARK und im SportFORUM anzutreffen. Des Weiteren bin ich als Helfer bei Sporties Parkour eingeteilt und gebe zusätzlich Sportstunden an verschiedenen Schulen. Ich selber betreibe seit mehreren Jahren Kraftsport und möchte deshalb mein Hobby mit der Arbeit verbinden. Der BFD bietet mir die Chance wichtige Erfahrungen in diesem Bereich zu sammeln. Nach nun ca. drei Monaten kann ich sagen, dass ich von allen Mitarbeitern gut aufgenommen wurde und mir die Arbeit viel Spaß macht. Ich freue mich auf ein hoffentlich spannendes restliches Jahr und hoffe viele wichtige Erfahrungen aus diesem Jahr mitnehmen zu können.



Lasse

Hallo, mein Name ist Lasse Lausberg, ich bin 18 Jahre alt und komme aus Rheine. Ich habe 2018 mein Abitur am Kopernikus Gymnasium gemacht und habe danach am 01.08.2018 meinen Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn begonnen. Beim TV Jahn bin ich im Fitnessbereich des SportPARKs sowie im SportFORUM tätig. Außerdem gebe ich drei Sport im Ganztags-Stunden pro Woche. In meiner Freizeit betreibe ich Kanurennsport beim WSV

Rheine. Dies mache ich seit ich 8 Jahre alt bin. Nach dem Bundesfreiwilligendienst möchte ich gerne zur Bundespolizei und dort in den fliegerischen Dienst gehen und somit Hubschrauber-Pilot werden. Zu dem Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn bin ich gekommen, da ich mich für eine sportliche Richtung interessiert habe und dazu noch Berufserfahrung sammeln wollte. Schön ist, dass ich hier beim TV Jahn meinen Sport mit dem Arbeitsleben verknüpfen kann. Nun nach fast 3 Monaten kann ich sagen, dass ich super aufgenommen wurde und der Bundesfreiwilligendienst viel Spaß macht. Ich verspreche mir von der restlichen Zeit weiterhin Erfahrungen für das spätere Leben sammeln zu können.



Mara

Hallo, mein Name ist Mara Wilp, ich bin 19 Jahre alt und komme aus Salzbergen.

Im Sommer 2018 habe ich mein Fachabitur an der Josef Pieper Schule Rheine abgeschlossen.

Seit dem 01.08.2018 absolviere ich ein FSJ beim TV Jahn-Rheine. Eingesetzt bin ich hauptsächlich im Service, leite und unterstütze zusätzlich auch KISS-, Sporties- und OGS- Stunden. Zudem trainiere ich eine Handball-Mini-Mannschaft beim TV Jahn.

In meiner Freizeit spiele ich selber Handball und leite verschiedene Gruppen bei der DLRG Salzbergen. Warum mache ich dieses Jahr eigentlich? Um neue Informationen über so

einen großen Verein zu bekommen und abwechslungsreiche Monate zu erleben. Nach meinem Jahr beim TV Jahn möchte ich gerne die Ausbildung als Physiotherapeutin machen. Meine ersten Wochen waren sehr interessant, weil ich viele neue Sachen kennengelernt habe und ich freue mich schon auf die weitere Zeit.



Michael

Hi, mein Name ist Michael Graute, ich bin 19 Jahre alt und wohne in Rheine. Ich habe in diesem Jahr das Abitur am Kopernikus Gymnasium absolviert. Seit dem 01.08.2018 leiste ich einen Bundesfreiwilligendienst beim TV Jahn. Mein Einsatzfeld beim TV Jahn ist der Offene Ganztags sowie Sportangebote in der Johannesschule.



Steffen

Hallo, ich heiße Steffen Heinze(18) und komme aus Rheine. Ich habe im letzten Jahr mein Abitur auf dem Kopernikus-Gymnasium Rheine abgeschlossen und absolviere in diesem Jahr meinen Bundesfreiwilligendienst im TV Jahn.

Hier findet man mich hauptsächlich im Fitnessbereich. Zudem mache ich auch Sporties-Angebote und gebe AG's im Offenen Ganztage. Nach meiner Zeit im BFD möchte ich Sportmanagement studieren und somit der Sportbranche erhalten bleiben. In meiner Freizeit spiele ich Fußball, Tennis und nutze regelmäßig die Fitnessstudios des TV Jahn.

Das Jahr möchte ich nutzen, um viele verschiedene Eindrücke in einem vielseitigen Sportverein zu sammeln und hoffe, dass ich diese zukünftig anwenden kann. Deshalb freue ich mich auf viel Abwechslung und Spaß in dieser Zeit. Bisher durfte ich viel erleben und wünsche mir, dass es so weiter geht und ich viele von Ihnen im TV Jahn antreffen werde.

Dadurch kann ich mein Hobby, den Sport, mit der Arbeit verbinden und eine Entscheidung bezüglich meiner Studienwahl treffen. Ich freue mich auf ein interessantes Jahr mit vielen Aufgaben und Erfahrungen.



Tim H.

Ich bin Tim Hülsmann und in diesem Jahr einer der 12 neuen Bundesfreiwilligendienstler beim TV Jahn. In meinem Haupteinsatzbereich, der OGS an der Bodelschwingh Grundschule im Schottock, werde ich gut und gerne mal von 14 bis 25 Jahren alles geschätzt, aber mein tatsächliches Alter ist 18 Jahre. Neben der OGS bin ich noch beim Sport im Offenen Ganztage und den Sporties zu finden. Volleyballtraining und Leichtathletiktraining „leite“ ich auch noch, denn mein einziges Hobby, Fußball, ist als eigentlich einzige Sportart beim TV Jahn nicht vertreten.

Nach dem Absolvieren des Abiturs am Kopernikus Gymnasium in Rheine war für mich klar, dass ich studieren möchte, die Frage war nur: Was? Da ich auf die Schnelle keine Antwort auf die Frage gefunden habe, bewarb ich mich beim TV Jahn, damit ich schon mal in die richtige Arbeitswelt hereinschnuppern kann und mit der Hoffnung viele neue, nette Leute kennenzulernen. Nach meinen ersten Wochen kann ich sagen, dass man super aufgenommen wurde, bis jetzt schon viele neue, coole Leute kennengelernt hat und es mir auf jeden Fall jetzt schon einige Erkenntnisse für mein weiteres Arbeitsleben gebracht hat.

Tim G.

Mein Name ist Tim Geisemann. Ich komme aus Emsdetten und bin 19 Jahre alt. Am Gymnasium Martinum in Emsdetten habe ich letzten Sommer mein Abitur gemacht. In meiner Freizeit spiele ich Basketball, treffe mich gerne mit Freunden und bin in der Malteser Jugend in Emsdetten aktiv. In meinem BFD beim TV Jahn bin ich größtenteils im Service-Bereich im SportPARK und SportFORUM eingesetzt. Außerdem leite ich OGS-Stunden an der Annetteschule, helfe bei einer KISS- und Sporties-Stunde mit und bin jeden zweiten Freitag beim „Family-Friday“. Dazu mache ich noch ein bisschen Pressearbeit.

Die ersten drei Monate beim TV Jahn haben mir sehr gut gefallen und ich konnte viele neue Erfahrungen sammeln. Ich hoffe, dass die Eindrücke mir bei meiner Studienwahl weiterhelfen und das BFD mir weiterhin gefällt.

Susan

Hi, mein Name ist Susan Berlinger, ich bin 19 Jahre alt und wohne in Rheine. Vor meinem BFD habe ich mein Abitur mit dem Schwerpunkt Sport an der Hüberts'schen Schule in Hopsten gemacht. Innerhalb meines BFD's, welches ich seit dem 01.08.2018 absolviere, bin ich vor allem im Fitnessbereich und im Offenen Ganztage aktiv.





■ Anni

Hallo, mein Name ist Anni Bauland. Ich bin 22 Jahre alt und wohne in Steinfurt. Bereits im letzten Jahr habe ich meine Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau erfolgreich abgeschlossen. Seit dem 01.08.2018 bin ich nun als Duale Studentin im Bereich Fitnessökonomie beim TV Jahn tätig. Neben der Tätigkeit auf der Trainingsfläche arbeite ich des Weiteren mit den Schulen im Bereich Schwimmen zusammen. In meiner Freizeit spiele ich Fußball. Nach gut vier Monaten habe ich mich sehr gut eingelebt und freue mich auf weitere interessante Aufgaben und Erfahrungen.



■ Mirko

Mein Name ist Mirko Steinau und ich bin 40 Jahre jung. Ich bin verheiratet und habe zwei Söhne (10 Jahre & ca.4 Monate). Ich bin ausgebildeter staatlich anerkannter Masseur/ medizinischer Bademeister in Selbstständigkeit, was mir im Fitnessbereich zu Gute kommt, da ich mit therapeutischem Hintergrundwissen arbeiten kann.

Seit August 2018 arbeite ich nun für den TV Jahn unter anderem als Fitnesstrainer (ich besitze die B- und A-Lizenz) und als AG- Leiter beim Sport im Ganztage an verschiedenen Schulen. Desweiteren trainiere ich Qi Gong und Taiji (Tai Chi) und habe den 1. Lehrgrad. Auch in diesem Bereich arbeite ich als Kindertrainer in einer Kampfkunstschule. Für Erwachsene gibt es Taiji im GroupFitness Programm ab Januar 2019. Zu guter Letzt arbeite ich auch noch in einer Trampolinhalle als Trainer, was hiermit mein berufliches



Dasein abrundet. Fußball und Modern Arnis (philippinischer Dschungelkampf mit Stöckern) sind weitere Hobbies von mir. Ihr seht schon - Sport ist mein Leben!

	Erdwärme · Solar	 Heizung Klima Sanitär Lüftung
	Heizung · Sanitär	
	Klima · Lüftung	
	Kundendienst	
Gebrüder willers		Rheine, Röntgenstraße 10 Tel. 0 59 71 - 1 60 00 www.willers-haustechnik.de Mail: info@willers-haustechnik.de

... Alex Heinrich

1. *Beschreibe dich in ein paar Sätzen (Name, Alter, Beruf, etc.)*

Mein Name ist Alex Heinrich, bin 24 Jahre alt und studiere aktuell in Münster Sport und Chemie auf Lehramt. Beim TV Jahn bin ich jetzt schon seit 5 Jahren als Übungsleiter tätig. In meiner Freizeit dreht sich auch alles um Sport und still zu Hause rumsitzen gibt es bei mir nicht.

2. *Wie bist du zur Sportart Parkour gekommen?*

Tatsächlich hat das so angefangen, dass ich als Kind in verschiedenen Filmen immer wieder Bewegungen, Tricks, Kicks gesehen habe, bei denen ich mir sagte, die will ich auch irgendwann können. Vor 10 Jahren habe ich dann angefangen mit ein paar Freunden regelmäßig draußen zu trainieren. Draußen war ich aber sehr vorsichtig, weil ich mich ungern verletzen wollte, daher habe ich mich sehr gefreut, nachdem durch den TV Jahn endlich eine Turnhalle zum Trainieren zur Verfügung stand.

3. *Du engagierst dich stark in der Abteilung Parkour. Was siehst du als deine Aufgaben an?*

Ich versuche die Abteilung immer weiter nach vorne zu treiben. Dazu gehört für mich einerseits das Training zu

verbessern mit neuen Übungen und methodischen Reihen, um möglichst individuell jedem seine Fortschritte zu gewähren und andererseits das Organisieren der nächsten Videoprojekte. Die Fortgeschrittenen sind mittlerweile auf einem Niveau, auf dem man gut Tricks filmen kann. Die Videos bieten nochmal einen ganz anderen Trainingsreiz und an sich hat auch immer jeder Lust auf so etwas.

4. *Du hast vor einiger Zeit den Übungsleiter-Schein im TV Jahn gemacht. Was hat dich dazu motiviert?*

Ich habe den Übungsleiter schon immer als gute Vorbereitung für meinen späteren Lehrerberuf gesehen und dementsprechend als Chance schon mal vor Gruppen zu stehen und diese anzuleiten.

5. *Die Abteilung hat sich in den letzten Jahren sehr positiv entwickelt. Was ist das weitere Ziel der Abteilung?*

Wir versuchen uns stets individuell zu verbessern und irgendwann unsere Wunsch-Tricks zu schaffen.

6. *Parkour kann man ja (fast) überall machen. Trainiert ihr nur in der Halle, oder verlegt ihr euer Training auch mal nach draußen?*

Aktuell findet das offizielle Training



Alex Heinrich

nur noch in der Halle statt. Wir hatten zeitweise mal eine Stunde draußen auf dem Gelände des SportPARKs im Angebot, aber dieses wurde nicht so gut angenommen. Mittlerweile trainieren wir nur noch ganz informell draußen und organisieren uns daher auch sehr spontan. Wenn das Wetter passend ist, wird dann einfach gesagt wann und wo man trainieren wird und jeder, der dann auch Zeit und Lust hat, kommt dazu.

7. *Ihr hattet in diesem Jahr einen coolen Parkour-Auftritt bei der Sportler-ehrung. Gibt es in nächster Zeit mehr von euch zu sehen?*

Ein weiterer Auftritt vor Publikum ist derzeit nicht geplant aber wir haben immer wieder kleine Videoprojekte anstehen. Um keine Videos zu verpassen, empfehle ich euch unsere Facebook-Seite „Parkour beim TV Jahn“ zu verfolgen.

8. *Wie ist der Zusammenhalt untereinander in eurer Gruppe? Macht ihr auch außerhalb der Trainingszeit etwas zusammen?*

Wir sind natürlich eine sehr große Gruppe und sind vom Alter auch sehr unterschiedlich. Ich kann leider nicht für alle sprechen aber bei den Älteren kommt es durchaus vor, dass man abends auch noch was unternimmt. Wir sind da schon entsprechend vernetzt.

Vielen Dank für das Interview!

„Wir suchen noch Software-Entwickler - nicht nur zum Kickern!“

www.advantex.de
AdvanTex Software GmbH & Co. KG
Humboldtplatz 4 (im EEC)
48429 Rheine
Telefon: 05971 / 80 30 20

AdvanTex

www.designklein.de

Baumaßnahmen im SportPARK

Unser SportPARK ist mit ca. 8.000m² Sport- und Funktionsräumen sehr groß. Das bietet uns als größtem Verein in Westfalen phantastische Möglichkeiten. Gleichzeitig bedeutet es auch, sich immer wieder mit möglichen Änderungen oder Anpassungen auseinanderzusetzen. Daher beschäftigen sich Präsidium und Vorstand schon seit einigen Jahren mit dem Umbau eines Teiles der Tennishallen. „Grundsätzlich sind unsere Tennishallen ordentlich ausgelastet, aber der Bedarf im Kindergarten- sowie im Fitness-/Gesundheitsbereich ist einfach größer“, beschreibt Ralf Kamp die Grundlage für die Planungen. Konkret entstehen auf dem Tennishallenplatz 4 eine Kindergartengruppe und ein Fitness/Gesundheitsbereich. Gleichzeitig wird der Parkplatzbereich erweitert.

Neue Kindergartengruppe

Die Nachfrage nach einem Platz in unserem Bewegungskindergarten „Mobile“ ist seit Jahren hoch und wir müssen Wartelisten führen. Gerade im Bereich der Kleinsten (ab 1J.) besteht in Rheine ein großes Interesse. Daher

zeigte sich die Stadt sehr freut, als wir die Idee der Erweiterung unseres Mobile um eine U3-Gruppe an sie herantrugen. Die Abstimmung zwischen Verein, Jugendamt der Stadt und Landesjugendamt verlief sehr gut. Bereits nach wenigen Wochen konnten Pläne erstellt und Förderzusagen ausgesprochen werden. Die Baumaßnahme wird gut 300.000€ kosten und aus öffentlichen Mitteln finanziert. Mehr zur 6. Gruppe, die den Namen „Kuscheltiger“ tragen wird, findet ihr auf der „Kindergarten-Seite“ im Überschlag.

Größeres Fitness-Studio

Bereits im Sommer haben wir das Fitness-Studio im SportPARK umgestaltet. So wurden unter anderem verschiedene Zonen und thematische Bereiche geschaffen, die unterschiedlichste Sportlerinnen und Sportler ansprechen. Der Zuspruch ist so groß, dass wir feststellten: „Hier kann (oder sollte) noch viel mehr gemacht werden kann.“ Daher wollen wir in 2019 einen Teil der Tennishalle 2 so umbauen, das weitere neue Fitness-/Gesundheitsthemen bei uns angepackt

werden können. Auch das „barrierearme Fitness-Studio“ soll im Sinne unseres Inklusionsprojektes beachtet werden. Das Fitness-Leitungsteam hat verschiedene Ideen erarbeitet, die aktuell im Präsidium und Vorstand diskutiert werden. Es ist damit zu rechnen, dass sich die Gerätefläche um 50% auf 900m² vergrößert. Die Baumaßnahme wird im Frühjahr starten. Mit etwas Glück kann die Eröffnung zum Herbstbeginn klappen.



Zusätzliche Parkplätze

Wenn wir mehr Sportmöglichkeiten schaffen, dürfen wir den Ausbau des Parkplatzbereiches nicht vergessen. Etwa 35 Parkplätze entstehen durch den Umbau eines Tennisaußenplatzes. Die Fertigstellung ist ebenfalls im Sommer 2019 vorgesehen.

Ihre neue Küche direkt vom Hersteller

PALSTRING

der STEINFURTER küchenhersteller



Hier haben wir 24 Stunden online geöffnet



MAIL info@palstring.de
 WWW palstring.de
 TEL 0 25 51 / 93 93 - 0

HAUSANSCHRIFT **Sonnenschein 39**
 SHOWROOM **Steinstrasse 9**
48565 Steinfurt



Räumlichkeiten gesucht?

Da haben wir etwas für euch! Unser SportPARK bietet die Möglichkeit Besprechungsräume für verschiedene Anlässe kostenlos zu reservieren. Das sind zum einen das Jahnzimmer und zum anderen die neu eingerichtete Denkarena.

Das **Jahnzimmer** befindet sich oberhalb des Infozentrums, man muss einfach die Treppe neben der Theke nach oben gehen. Es ist mit Tischen und Stühlen ausgestattet, die variabel gestellt werden können, und bietet so Platz für ca. 30 Personen. Der Raum kann für Besprechungen von Abteilungen, aber auch für gesellige Anlässe der Sportgruppen wie zum Beispiel einen Geburtstagskaffee reserviert werden.



Das Jahnzimmer befindet sich oberhalb des Infozentrums

Der Besprechungsraum - **Denkarena** wurde erst im Sommer diesen Jahres in der Geschäftsstelle neu eingerichtet und ist ausgelegt für ca. 12 Personen. Technisch ist die Denkarena auf dem neuesten Stand: Es ist ein großer Bildschirm vorhanden, an den man seinen PC problemlos anschließen kann und auf der gegenüberliegenden Seite befindet sich ein Whiteboard. Dazu ist der Raum modern eingerichtet. Besonders geeignet ist die Denkarena für Besprechungen von Abteilungen oder Fachbereichen.

Wer sich für die Räumlichkeiten interessiert, kann sich im Infozentrum melden und erhält dort weitere Informationen und die Möglichkeit, die Räume zu reservieren.



Die Denkarena wurde in diesem Jahr in der Geschäftsstelle eingerichtet

Winter-Wunderland im SportPARK

Seit November erstrahlt der Biergarten des Infozentrums im winterlichen Look. Grund dafür ist unsere neue Glühweinhütte, welche alle Abteilungen & Sportgruppen des TV Jahn durch die liebevolle Dekoration zu gemütlichen Glühweinabenden einlädt. Einige Gruppen und Abteilungen haben bereits gesellige Stunden hier verbracht.

Wer nun zum Jahresausklang noch die Chance nutzen möchte, sollte schnell sein. Freie Termine können im Infozentrum in Erfahrung gebracht werden. Die Reservierung erfolgt per Mail bei Kathleen Elfert.

Donnerstags-Glühen

Alle Mitglieder sind herzlich zum Donnerstags-Glühen am 20.12.18 von 15.00 – 18.00 Uhr eingeladen!



Ansprechpartnerin
Glühweinhütte

Kathleen Elfert
05971/97 49 0
elfert@tvjahrheine.de

Gedanken zur Adventsernährung

Am Infopoint im SportFORUM steht eine Schale mit Schokoriegeln. Im Infozentrum im SportPARK gibt's auch Leckereien zu kaufen. Und als wäre das nicht genug – nun auch noch ein Glühweinstand auf der Terrasse. Dieser Verein lässt sich wirklich immer wieder etwas Neues einfallen, damit wir niemals die Figur erreichen, wegen der wir eigentlich diese ganzen Kurse buchen.

Oder wer hält es tatsächlich für einen Zufall, dass Glühweinstand und Sportember zusammenfallen? Nächstes Jahr zu Ostern kommt wahrscheinlich gezuckertes Wasser aus den Duschen ...

Ja, ja, Selbstbeherrschung, ich weiß: Muss ja niemand Glühwein trinken. Laaber. Gemeinsame Adventsstimmung ist schließlich wichtig für den Teamgeist der Abteilung und Abstinenz verdirbt bekanntlich die Laune. Die des Abstinenzlers wegen Unterzuckerung und die der Umstehenden, weil sie ein schlechtes Gewissen haben, in Gegenwart seines Vorbilds der süßen Sünde zu frönen.

Hiermit gebe ich mich den Argumenten für einen Glühweinstand geschla-

gen. Dann kritisiere ich eben andersherum: Nur Glühwein – echt jetzt? Hat sich mal jemand angesehen, wie einseitig das Zeug ist?

Eine Tasse Glühwein hat ca. 30 g sportwichtige Kohlenhydrate – die stecken im Zucker und in den 12 g Alkohol und sorgen für die 210 leistungsrelevanten Kalorien. Aber sonst ist das Zeug echt leer: 0 g Fett, 0 g Eiweiß. Mit Glühwein allein kriegen wir also keine ausgewogene Adventsernährung hin. Das Angebot am Glühweinstand sollte im Sinne einer vollwertigen Ernährung dringend erweitert werden.

Zum Beispiel um Eierpunsch – der kann deutlich mehr: Zunächst einmal mehr Kalorien pro Tasse, nämlich über 360, verteilt auf etwa 35 g Zucker und halb so viel Alkohol. Anders als der lasche Glühwein enthält er aber auch 5,4 g wertvolles Eiweiß und 9 g Fett. Eierpunsch wäre damit eine sinnvolle Ergänzung zu Glühwein.

Noch eher jedoch rate ich allen Mitsportlern zu Lumumba: Im Vergleich zu Eierpunsch lost er etwas ab bei Zucker, Alkohol und Kalorien, hat aber fast genauso viel Fett und noch mehr Eiweiß. Den sollte man in einem

Sportverein ausschenken!

Mal rechnen: Bei einem täglichen Kalorienbedarf von ca. 2.000 müsste man also knapp 8 Becher Lumumba trinken, um seine Fettration zu bekommen, bzw. 12 Becher für den Eiweißbedarf. Je nach Trainingsziel (Abnehmen oder Muskelaufbau) kann man hier ja variieren. Okay, der Kohlenhydratanteil für den gesamten Tag wäre schon mit einem Becher nahezu gedeckt – aber ey: Sportler brauchen schließlich Energie, oder?

Ernährungsfrage gelöst. – Was jetzt: Alkohol??? Klar kommt da 'ne Menge zusammen. Das hat aber nichts mit Ernährung zu tun, sondern mit Teamgeist, warmen Füßen und Desinfektion von innen. Haste oben nicht gelesen, oder was? Immer diese Abstinenzler ... Sag ich ja: Stimmungskiller ... Hol dem mal schnell einer 'nen Glühwein.



Zeilensprung

Mareike Knue
www.zeilensprung.info

Technischer Leiter



Seit September hat Wolfgang Brüning den Job des Technischen Leiters für den SportPARK und das SportFORUM übernommen. Er ist Montag bis Freitag jeweils in der Zeit von 08.00-16.00 Uhr unter der Tel. 05971/97 49 65 sowie unter bruening@tvjahrheine.de erreichbar.

BÜRO BEDARF

Nutzen Sie Ihre Zeit,
suchen Sie nicht lange.
Bei uns finden Sie
kompetente Beratung für

- Bürotechnik
- Büro- und Schulbedarf
- Büromöbel

Alles für's Büro

Das aktuelle Büro

48282 Emsdetten
Frauenstraße 15/23
Tel. 0 25 72-9 51 03-0
Fax 0 25 72-9 51 03-30
haves@haves.de

48565 Steinfurt
Lechtestraße 3
Tel. 0 25 52-40 68
Fax 0 25 52-6 21 64
info@haves.de

48429 Rheine
Friedrich-Ebert-Ring 177-179
Tel. 0 59 71-6 44 30
Fax 0 59 71-8 79 41
info@papierhaus-klumps.de

**Wir achten auf unsere Gesundheit.
Welche Krankenkasse unterstützt uns dabei?**



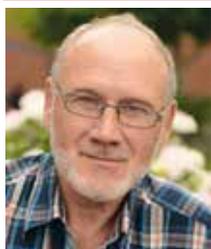
**Jetzt
wechseln!**

Berechnen Sie Ihren persönlichen
Vorteil mit Bonus, Gesundheitskonto und
Wahlтарifen unter: www.ikk-classic.de

Kostenlose IKK-Servicehotline: 0800 455 1111



ikk classic
Unser Handwerk. Ihre Gesundheit.



Peter Friesen
Judo



Sophie Belau
Fitness



Svea Becker
Service



Emilia Schmitz
Tanzen

SportPARK
Germanenallee 4
48429 Rheine

Tel. 05971/97490
Fax: 05971/974988
info@tvjahnrhein.de

SportFORUM
Sprickmannstraße 7
48431 Rheine

Tel. 05971/974911
Fax: 05971/974988
sportforum@tvjahnrhein.de

Abteilung/ Fachbereich	Ansprechpartner	E-Mailadresse	Telefonnummer
Aikido	Christian Beissel	Aikido@tvjahnrhein.de	05973/96565
American Football	Ingo Nagel	AmericanFootball@tvjahnrhein.de	0157/73350001
Badminton	Lutz Albers	Badminton@tvjahnrhein.de	0160/95558935
Baseball/Softball	Stefan Göwert	Baseball@tvjahnrhein.de	0170/3047100
Basketball	Danny Räkers	Basketball@tvjahnrhein.de	05971/8006916
Billard	Peter Moschner	Billard@tvjahnrhein.de	05971/9628150
Bogenschießen	Roderick Topütt	Bogenschiessen@tvjahnrhein.de	0160/95444000
Boule & Pétanque	Heinz Achternkamp	Boule@tvjahnrhein.de	05971/6714
Cheerleading	Deline Terhorst	Cheerleading@tvjahnrhein.de	0171/6183000
Darts	Felix Spielmann	Darts@tvjahnrhein.de	0172/8786959
Faustball	Bernhard Twilling	Faustball@tvjahnrhein.de	05971/57292
Fitness	Ulrich Lühn	Topvital@tvjahnrhein.de	05971/974983
Geräteturnen	Michelle Kipp	Turnen@tvjahnrhein.de	0157/88133484
GroupFitness	Annette Pliet	Groupfitness@tvjahnrhein.de	05971/974992
Gymnastik plus	Brigitte Kievernagel	Gymnastikplus@tvjahnrhein.de	05971/71629
Handball	Timo Schnieders	Handball@tvjahnrhein.de	0163/3475605
Judo	Markus Haneklaus	Judo@tvjahnrhein.de	05971/8072688
Jugend	Stefan Fier	Jugend@tvjahnrhein.de	0176/34162468
Karate	Frank Beeking	Karate@tvjahnrhein.de	05971/64583
Kickboxen/Grapppling	André Schug	Kickboxen@tvjahnrhein.de	0176/96758508
Kindergarten Mobile	Conny Schleck-Hoffmann	Kiga@tvjahnrhein.de	05971/974984
Kindereinrichtungen	Conny Schleck-Hoffmann	Kiga@tvjahnrhein.de	05971/974984
Kindersportschule	Tanja Kamp	Kindersportschule@tvjahnrhein.de	05971/97490
Leichtathletik	Martin Lange	Leichtathletik@tvjahnrhein.de	05971/8031880
Parkour	Darline Nahber	Parkour@tvjahnrhein.de	0176/72492655
Rope Skipping	Sophia Holtkemper	Ropeskipping@tvjahnrhein.de	01573/7163892
Rugby	Tobias Wilde	Rugby@tvjahnrhein.de	05971/97490
Schwimmen	Claudia Lechte	Schwimmen@tvjahnrhein.de	0160/7725685
Senioren-gemeinschaft	Klaus-Dieter Remberg	Senioren-gemeinschaft@tvjahnrhein.de	05971/70563
Sporties	Darline Nahber	Sporties@tvjahnrhein.de	0176/72492655
Tanzen	Frauke Lunkwitz	Tanzen@tvjahnrhein.de	05971/974993
Tauchen	Jörg Saalfeld	Tauchen@tvjahnrhein.de	0173/2769658
Tennis	Manfred Niemann	Tennis@tvjahnrhein.de	05971/57710
Tischfußball	Christoph Leiwering	Tischfussball@tvjahnrhein.de	0152/53960431
Tischtennis	Thomas Recker	Tischtennis@tvjahnrhein.de	0151/54624064
Volleyball	Julian Udvari	Volleyball@tvjahnrhein.de	0162/3696289
Windelflitzer	Tanja Kamp	T.Kamp@tvjahnrhein.de	05971/97490

Bankverbindungen / IBAN

Stadtparkasse Rheine IBAN: DE80403500050001078021

VR-Bank Kreis Steinfurt eG IBAN: DE90403619061923399800

Geschäftsstelle

Ausbilderin	Melanie Reinhold	Reinhold@tvjahnrhein.de	05971/974987
Finanzbuchhaltung	Frauke Lunkwitz	Lunkwitz@tvjahnrhein.de	05971/974991
Mitgliederverwaltung	Elke Evers	Evers@tvjahnrhein.de	05971/974981
Hallenverwaltung	Herbert Schmees-Rohr	Schmees-rohr@tvjahnrhein.de	05971/974998
Personalverwaltung	Karin Fransbach	Fransbach@tvjahnrhein.de	05971/974990

Präsidium

Stefan Gude, Josef Räkers, Hannelore Borsch, Magdalene Schmitz,
Michaela Engel, Hermann Veldhues, Lutz Albers, Klaus-Dieter Remberg

E-Mailadresse

Praesidium@tvjahnrhein.de

Vorstand

Ralf Kamp, Melanie Reinhold, Frank Beeking, Anke Burmeister

E-Mailadresse

Vorstand@tvjahnrhein.de



Miteinander ist einfach.

Wenn sich mein Finanzpartner
auch in den Bereichen Sport,
Kunst & Kultur und in sozialen
Projekten engagiert.

Sparkasse. Gut für Rheine.

