

SPORT SPIEL SPASS



MITTEILUNGSBLATT Nr. 101

Februar 2008

15 Jahre Wirbelsäulengymnastik



Mitglieder unserer Wirbelsäulengymnastikgruppe unter der Leitung von Renate Taute:

(sitzend von links): Bernd Nitze, Renate Taute, Hinrich Bremer

(stehend von links): Kirsten Scharnowki, Elisabeth Imhoff, Ulrike Machold,
Barbara Mensing, Alexandra von Schönberg, Irene Wöhrmann,
Regina Pietsch, Ursula Schmeier

(siehe auch Bericht auf Seite 4!)

EINLADUNG

zur **Jahreshauptversammlung 2008**

am **Donnerstag, 28. Februar 2008, 20.00 Uhr**

im **TSG-Vereinsheim (Hössen)**

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Berichte des Vorstandes und der Abteilungsleiter
3. Ehrungen
4. Kassenbericht 2007
5. Bericht der Kassenprüfer und Wahl der Kassenprüfer für 2008
6. Entlastung des Vorstandes
7. Beitragsordnung
8. Haushaltsvoranschlag 2008
9. Anträge
10. Verschiedenes

Nach der Satzung der TSG Westerstede ist die Jahreshauptversammlung eine Delegiertenversammlung. Die Versammlung ist jedoch selbstverständlich offen für alle Mitglieder der TSG Westerstede. Stimmberechtigt sind aber nur die von den Abteilungen gewählten Delegierten (§ 10.9).

Diese Einladung gilt gleichzeitig für die Delegierten. Diese erhalten ihre Delegiertenkarten für die Abstimmungen spätestens zu Beginn der Jahreshauptversammlung.

Anträge, über die in der Jahreshauptversammlung abgestimmt werden soll, müssen gem. § 10 der Satzung mindestens sieben Tage vor der Versammlung schriftlich beim Vorstand (Geschäftsstelle) vorliegen. Später eingehende Anträge können von der Delegiertenversammlung mit Zweidrittelmehrheit der Delegierten zugelassen werden.

Wir wünschen uns eine rege Beteiligung.

Der Vorstand

gez. *Mühlena, Vorsitzender*

AUS DER VEREINSORGANISATION

TSG-Mitgliederstatistik

Altersgruppe	männlich	weiblich	Gesamt
bis 6	62	85	147
von 7 bis 14	145	177	322
von 15 bis 18	66	108	174
von 19 bis 26	108	99	207
von 27 bis 40	101	133	234
von 41 bis 60	183	269	452
über 60	155	189	344
Gesamt	820	1.060	1.880

Anmerkungen zur Mitgliederstatistik

- „ Die Mitgliederzahl ist im letzten Jahr mit 1.880 wieder etwas gestiegen (Vorjahr: 1.837). (Die höhere Zahl bei den Abteilungen ergibt sich, weil Mitglieder z.T. bei mehreren Abteilungen gemeldet bzw. aktiv sind.)
- „ Einige Übungsgruppen sind **Kurse**, für die Nichtmitglieder (z.T. auch Mitglieder) einen **Kursbeitrag** zahlen müssen.

Für die einzelnen Abteilungen sind gemeldet:

Abteilung	männlich	weiblich	Gesamt
Badminton	47	35	82
Basketball	122	25	147
Handball	77	29	106
Judo	46	14	60
Leichtathletik	55	32	87
Schwimmen	18	13	31
Tennis	103	102	205
Tischtennis	89	22	111
Turnen	128	258	386
Gymn.-Fitness-Tanz	4	256	260
Gesundheitssport	54	165	219
Tanzsport	18	19	37
Volleyball	109	202	311
Ringens und Golf	4	0	4
Gesamt	874	1.172	2.046

Stichtag: 01.01.2008

Jahresberichte der Abteilungen

Wegen des begrenzten Platzes in **SPORT SPIEL SPASS** ließen sich redaktionelle Änderungen und auch Kürzungen der eingereichten Berichte - einige Berichte waren viel zu umfangreich - auch diesmal nicht vermeiden. Wir bitten um Verständnis.

Einige Abteilungen haben es leider versäumt, rechtzeitig einen Bericht abzugeben. Sehr bedauerlich! Die vollständigen Berichte werden bei der Jahreshauptversammlung ausliegen. Die Redaktion

BASKETBALL

Mannschaften:

männliche Jugend:

U10 Trainingsbetrieb U16 Landesliga
U12 Bezirksklasse U18 Trainingsbetrieb mit U20
U14 Landesliga U20 Bezirksober- / Landesliga

weibliche Jugend:

U12 Trainingsbetrieb U18 Bezirksklasse

Senioren:

I. Herren Oberliga
II. Herren Bezirksoberliga
III. Herren Bezirksklasse
Hobbygruppen, Trainingsbetrieb

Die Basketballabteilung hat sich 2007 von der Mitgliederzahl gesehen sehr positiv entwickelt. Durch die Einrichtung einer neuen Trainingsgruppe für die U12 / Mädchen wurde dieser Trend weiterhin positiv. Auch die Hobbygruppen erfreuen sich großer Beliebtheit und regem Zulauf.

Auf die Jugendarbeit ist neben der 1. Herren unser Hauptaugenmerk gerichtet. Mit Lukas Higgen konnte erstmals seit langen Jahren wieder ein Jugendlicher den Sprung in einen Nationalkader schaffen. Dies ist auf die gute Zusammenarbeit der Landestrainer mit unserem Hauptübungsleiter Srdjan Klaric und das Engagement von Lukas und seinen Eltern zurückzuführen.

Ein Glanzpunkt des abgelaufenen Jahres war die Weltmeisterschaft von Mico Ilic im Dunkingwettbewerb in Moskau.

Das Abschneiden der Mannschaften in der Saison 2006/2007 war durchweg positiv. Nicht alle konnten erste Plätze erringen, alle haben sich aber gut weiterentwickelt:

§ Die U20 der Jungs erreicht in eigener Halle die Endrunde der Niedersachsenmeisterschaft und nahm neben dem Oldenburger TB an den Meisterschaften der Regionalligen teil.

§ Die 1. Herren landete auf dem vierten Platz und verpasste nur knapp den Wiederaufstieg in die 2. Regionalliga.

§ In der nun laufenden Saison stehen die Seniorenteams in ihren Ligen gut da. Die 1. Herren musste sich nur der BSG Bremerhaven geschlagen geben und hat aus eigener Kraft die Möglichkeit zum Aufstieg in die 2. Regionalliga.

§ Die 2. Herren ist ungeschlagen in der Bezirksoberliga und kann der 1. Herren in die Oberliga nachfolgen.

§ Die Jugend der U12m, U14m, U16m und U18w spielen in ihren Spielklassen keine Rolle um Platzierungen für weiterführende Wettbewerbe, haben aber viel Spaß in ihren Runden.

§ Die U20 / Jungen ist in der Bezirksoberliga ungeschlagen und nimmt mit berechtigten Hoffungen an den Landesmeisterschaften im April 2008 teil.

Wie immer möchten wir uns an dieser Stelle bei allen Aktiven und Passiven, bei allen Sponsoren und Spendern, bei allen Trainerinnen, Trainern und Schiedsrichtern und allen sonstigen fleißigen Helfern für den Einsatz für den Basketball bedanken. Ohne die vielen Helfer wäre ein Vereinsleben nicht möglich.

KLAUS EITING

LEICHTATHLETIK

Nach dem Weggang der Eheleute Grensemann als Trainer für unsere „Kleinsten“ haben Jasper Schulte und Helene Lüers die Arbeit kontinuierlich fortgeführt. Unsere jungen Leichtathleten sind mit voller Begeisterung dabei, was sich in guten bis sehr guten Leistungen ausdrückt.

Stellvertretend für alle sind hier „nur“ unsere Kreismeister bzw. unsere Besten in den Schülerklassen genannt:

§ Eva Schöneboom wurde im Weitsprung Erste sowie im 50m-Lauf Zweite ihrer Altersklasse der 9-jährigen Mädchen.

§ Ramize Ajredini wurde im 50m-Lauf sowie im Weitsprung Erste bei den 10-jährigen Mädchen. Im Dreikampf erreichte sie den zweiten Platz

§ Bei den 12-jährigen Schülerinnen wurde Laura Nickel Zweite im Schlagballwurf. Im Dreikampf erreichte sie den dritten Platz.

§ Erfolgreichster Junge in dem abgelaufenen Jahr war Nils Thorben Tax. Seine Ergebnisse: Zweiter im Weitsprung, Zweiter über 50m und Dritter im Dreikampf der 9-jährigen Schüler

Aber auch alle anderen zeigten bei den Wettkämpfen gute Leistungen. Damit konnte die TSG unter 18 gemeldeten Leichtathletikvereinen im Bereich Ammerland/Friesland in der Vereinswertung ihren 7. Platz halten.

Seit mehreren Jahren ist Heiner Lüers in der Seniorenklasse in der niedersächsischen Bestenliste vertreten. Auch 2007 konnte er den Meistertitel im Mehrkampf erfolgreich verteidigen.

BERNDT ERBEN

15 Jahre Wirbelsäulengymnastik mit Renate Taute

„Kommst du morgen zur Rückengymnastik? Wir üben mit dem „Pezziball!“ ... heißt es oft, wenn sich zwei Mitglieder unserer Gymnastikgruppe treffen. Vor 15 Jahren entstand unsere Wirbelsäulen-Gymnastikgruppe unter der Leitung von Renate Taute.

Damals war Rückenschule in aller Munde. Sogar das Fernsehen warb für die rückengerechte Gymnastik unter der Leitung von Hans-Dieter Kempf von der Karlsruher Rückenschule.

Im März 1993 startete die TSG in Zusammenarbeit mit der AOK ihre Rückenschulkurse, die mittwochs vormittags und donnerstags nachmittags / -abends im Gymnastikraum der Robert-Dannemann-Schule angeboten wurden. Durch die zunehmende Zahl von Arbeitsplätzen mit vorwiegend sitzender Tätigkeit oder durch allgemeinen Bewegungsmangel hatte die Zahl der Menschen, die an Rückenschmerzen leiden, ständig zugenommen. Den Krankenkassen entstanden dadurch hohe Kosten, und so waren viele Kassen bereit, die Gebühr für diese Kurse zu erstatten. Nach zwei Jahren Förderzeit gaben die Krankenkassen die finanzielle Unterstützung der Kurse jedoch auf.

Natürlich kann Wirbelsäulengymnastik nur wirksam sein, wenn man regelmäßig weiter übt. Deshalb entschloss sich die Gruppe, beisammenzubleiben und wöchentlich donnerstags nachmittags, 17:20 - 18:35 Uhr, im „Spiegelsaal“ der RDS unter der Leitung von Renate Taute weiter zu trainieren.

Unser Übungsprogramm war / ist vielseitig: Nach einer spielerischen Aufwärmphase folgen Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen. Bei den wichtigen Kräftigungsübungen kommen die unterschiedlichsten Geräte zum Einsatz, wie Therabänder, Hanteln, Ringe, Keulen, Stäbe, Seile, Sandsäckchen, Flexibars, Power-Tubes, Redondo-bälle, bunte Tücher oder Aerosteps. Sehr gern üben wir mit dem „Pezziball“, den sich jeder Teilnehmer gekauft hat.

Aufforderungen wie

- † „Po-Bauch-Spannung nicht vergessen“,
- † „Grundspannung einnehmen“,
- † „rückengerecht hinlegen“,
- † „rückengerecht anheben“ oder
- † „beim Bücken in die Knie gehen“

sind uns im Laufe der Jahre in Fleisch und Blut übergegangen. Auch Atem- und Wahrnehmungsübungen und Übungen aus Qi-Gong und Tai-Chi haben wir erlernt.

Unsere Gruppe besteht zurzeit aus 15 Teilnehmern – vorwiegend sind es Frauen, aber auch einige Männer „schwören“ auf die gesundheitsfördernde Wirkung der Wirbelsäulengymnastik. Einige von uns sind schon seit 1992 dabei, andere erst seit wenigen Monaten – neue Interessenten sind immer willkommen.

Besonders beliebt ist am Ende der Stunde die Entspannungsphase bei leiser Musik, oft mit kleinen Massageübungen, etwa mit dem Igelball – in diesen letzten Minuten fühlen wir, wie aller Alltagsstress von uns abgleitet und wir ganz zur Ruhe finden, bevor wir wieder mit neuer Kraft in den Abend starten.

Im November 2007 hat Renate Taute nach 15 Jahren die Leitung unserer Wirbelsäulen-Gymnastikstunde abgegeben. Glücklicherweise hat sie in Kirsten Scharnowski eine kompetente Nachfolgerin gefunden.

Wir danken Renate Taute an dieser Stelle ganz herzlich für fünfzehn Jahre, in denen sie sich mit unermüdlichem Engagement für uns und unsere Gesundheit eingesetzt und uns in Schwung und Bewegung gehalten hat.

ELISABETH IMHOFF



Jahresberichte der Abteilungen

HANDBALL

Die Handballer der TSG und des VfL Bad Zwischenahn spielen seit vielen Jahren in einer Handball-Spielgemeinschaft (HSG) zusammen. Die Spiele werden in Bad Zwischenahn und Westerstede ausgetragen.

In der laufenden Saison nimmt unsere HSG mit 2 Senioren- und 10 Jugendmannschaften am Spielbetrieb der Handball-Region Oldenburg (HRO) teil. Die HRO ist ein Zusammenschluss der Landkreise Ammerland, Delmenhorst, Oldenburg und Wesermarsch.

Der Trainingsbetrieb wird in den Sporthallen in Westerstede und in Zwischenahn durchgeführt. Die Senioren-Mannschaften trainieren wöchentlich je einmal in Westerstede und Zwischenahn.

Spielbetrieb:

§ Die 1. Herren spielt sehr erfolgreich in der Regionsoberliga. Nach der Hinrunde steht die Mannschaft auf Platz 1 und strebt als Tabellenführer den Aufstieg in die Landesklasse an.

§ Auch die 2. Herrenmannschaft ist Tabellenführer - in der Regionsklasse. Die 2. Herren hat viele erfahrene Spieler in ihren Reihen. Ihnen gelang es bislang, alle Gegner auf Distanz zu halten.

§ Bei unserer Frauenmannschaft standen zu Beginn der Spielrunde leider nicht genügend Spielerinnen zur Verfügung, um an der Punktspielrunde teilzunehmen. Die verbliebenen Spielerinnen trainieren regelmäßig weiter unter der Leitung ihres Trainers Dittmar Oetting, um in der kommenden Saison wieder eine spielfähige Mannschaft zu haben.

Die HSG Westerstede/Bad Zwischenahn nimmt mit folgenden **Jugend-Mannschaften** am Spielbetrieb der HKSG teil:

§ **männliche Jugend B:** Zuständig für das Training der B-Jugend ist Olaf Sieling.

Training: montags / Zwischenahn (18.30 - 20.00). Bislang konnte das Team ein Unentschieden erreichen, auf den 1. Sieg wartet es derzeit noch.

§ **männliche Jugend C:** Das Team wird trainiert und betreut von Jörg Warnke und Uwe Bohlsen und steht z.Z. nach 6 gewonnenen Spielen mit 12 Punkten auf dem 4. Tabellenplatz.

Training: montags zusammen mit der m. J. B in Zwischenahn.

§ **männliche Jugend D / Zwischenahn:**

Das Training wird von Olaf Hillje durchgeführt.

Training: freitags / Zwischenahn (17.00 - 19.00).

§ **männliche Jugend D / Westerstede:**

Die Spieler kommen alle aus Westerstede.

Training unter der Leitung von Hans-Gerd Gerdes: donnerstags (17.30 - 19.00), Brakenhoffhalle WST. Die Mannschaft nimmt am Punktspielbetrieb der Regionsliga Play-Off-Staffel 2 teil. Die Spiele werden in Westerstede ausgetragen.

§ **weibliche Jugend D:** Trainer ist Alex Lübben.

Training: montags (17.00 - 18.30) und donnerstags (18.00 - 19.30) in Zwischenahn.

Derzeit nimmt das Team am Punktspielbetrieb der Regionsliga Play-Off-Staffel 2 teil - ohne Punktwertung, da einige Spielerinnen die Altersgrenze von 12 Jahren bereits überschritten haben.

§ **Jugend E:** Unser HSG verfügt nunmehr über zwei männliche und eine weibliche Jugend E. Ein Team, bestehend aus Spielern, die in Zwischenahn wohnen, wird von Alex Lübben in Zwischenahn trainiert (donnerstags 16.30 - 18.00). Die beiden anderen E-Jugendmannschaften bestehen aus Spielern und Spielerinnen aus der Westerstede kommen. Sie trainieren gemeinsam (donnerstags 17.00 - 18.30) in der Dannemannhalle unter der Leitung von Olaf Bolz (männliche E) und Robert Otten (weibliche E). Im Training werden beide unterstützt von einigen Betreuern/innen.

§ **Handball-Minis:** Unsere HSG hatte in den letzten Monaten einen starken Zulauf von ganz jungen Spielern der Jahrgänge 1999 und jünger. Trainingsbetrieb in drei Gruppen, zwei in Westerstede (dienstags und donnerstags 16.00 - 17.00) unter der Leitung von Hans-Gerd Gerdes und Ulrike Peters, eine in Zwischenahn (montags 17.00 - 18.00) mit dem Trainer Olaf Sieling. Im Training sollen die Mini-Handballer spielerisch den Umgang mit dem Ball erlernen.

Am 13.01.2008 haben wir ein **Mini-Spielfest** ausgerichtet mit 14 Mannschaften (davon zwei unserer HSG), die auf zwei Spielflächen 4+1-Handball gespielt haben.

Ein Hallendrittel diente als Freispielfläche. Hier konnten die kleinen Spieler sich zwischen den Spielen austoben auf der Hüfburg, der Rodeomatte oder mit Rollbrettern.

Auch eine kleine Cafeteria war aufgebaut, in der zahlreiche fleißige Helfer für das leibliche Wohl der kleinen Spieler/innen und Zuschauer sorgten.

Jeder, der Interesse am Handballsport hat, ist uns herzlich willkommen.

Übersicht der Trainingszeiten mit den Ansprechpartnern für die Mannschaften und vielen anderen Informationen im Internet: www.hsg-wz.de.

Eine Kontaktaufnahme ist auch per Telefon möglich (Jan-Dieter Budde, (04488-79786).

JAN-DIETER BUDDÉ

Jahresberichte der Abteilungen

J U D O

Der besondere Höhepunkt im Bereich der jungen Judokas war die Gürtelprüfung. Alle 11 Teilnehmer haben die Prüfung bestanden, und so ist die Jugendgruppe um drei Grün- (3. Kyu) und acht Orangegürtel (4. Kyu) reicher.

(s. **SPORT SPIEL SPASS** 100!).

Mein Co-Trainer Detlef Lutter legte Mitte des Jahres beim STV Voslapp in Wilhelmshaven seine Prüfung zum Blaugurt (2. Kyu) ab.

Das Urteil des Prüfungsreferenten des Nieders. Dan-Kollegiums (NDK), Uwe Krauss am Ende der Prüfungen: Hervorragend. Jeder Prüfling zeigte weitaus mehr als in der Prüfungsordnung verlangt wurde.

Weiterhin nahmen die Judokids an vier Wettkämpfen in Westerstede und auch in den Nachbarregionen teil.

§ Kiebitz-Turnier in Jever: Die ersten drei Plätze wurden von folgenden Judo-Füchsen belegt:

Franziska Koch (1), Daniel Jasper (1), Christian Heynes (1), Yannick Meiners (1), Julienne Tammen (2.), Patricia Koch (3.), Alexander Stepner (3.), Zartosht Ahlers (3.)

§ Sumo-Turnier in Wilhelmshaven noch vor den Sommerferien. Die oberen Plätze erreichten:

Alexander Stepner (1.), Lasse Härtel (1), Christopher Denker (2.), Marit Jasper (3.)

§ „Westersteder Fuchs-Cup“: Im Oktober war die TSG Gastgeber dieses jährlich stattfindenden Bodenkampfturniers, allerdings nicht mehr unter „Ammerländer Bodenturnier“.

Nach sehr langem Überlegen und Abwägen haben nun auch die Judo-Kids aus Westerstede ein Maskottchen: den Fuchs. Die nachstehenden Kämpfer lagen in den Platzierungen im oberen Feld:

Janna Härtel (1.), Julienne Tammen (1.), Alexander Stepner (1.), Patricia Koch (2.), Zartosht Ahlers (2.), Daniel Jasper (2.), Marit Jasper (3.), Yannick Meiners (3.), Daniel Schmidt (3.)

§ Vereinsmeisterschaft des STV-Voslapp Ende 2007. TSG-Kämpfer waren auch hier erfolgreich:

Marit Jasper (1.), Julienne Tammen (1.), Alexander Stepner (1.), Patricia Koch (2.), Zartosht Ahlers (2.), Daniel Jasper (2.), Marit Jasper (3.), Yannick Meiners (3.), Daniel Schmidt (3.)

Zum Schluss möchte ich mich wie immer bei meinem Co-Trainer, den Eltern und allen Akteuren für ihren Einsatz und Unterstützung bedanken. Ohne den freiwilligen, engagierten und ehrgeizigen Einsatz aller können solche Erfolge nicht erreicht werden.

MATTHIAS PIETRAS

S C H W I M M E N

Die Leistungs-/Mastersgruppe der TSG kann zufrieden auf 2007 zurückblicken.

Eine kleine, aber dafür umso fleißigere Trainingsgruppe aus Schwimmern und Triathleten findet sich regelmäßig im Hössenbad ein.

Die Schwimmer Marina Kurmann, Klaus Beckmann, Walter Stockem und Malte Pacholke belegten bei den Landesmeisterschaften 2007 in Quakenbrück durchweg vordere Plätze.

Auch die Teilnahme von Klaus Beckmann an den Deutschen Meisterschaften der Masters und den Deutschen Freiwassermeisterschaften endeten sehr erfolgreich.

Für die ersten Wettkämpfe in 2008 wird bereits eifrig trainiert, so dass wir sehr erfolgreich in das neue Schwimmjahr blicken.



HANS-DIETER PACHOLKE

T E N N I S

Unsere Tennisabteilung kann auf ein sportlich erfolgreiches Jahr 2007 zurückblicken.

Die Damen-40-Mannschaft und die Herren-50-Mannschaft haben beide die Meisterschaft in ihrer Klasse errungen und sind aufgestiegen, die Männermannschaft bereits zum dritten Mal in Folge.

Am 21. Mai 2007 fand im Clubhaus unsere Mitgliederversammlung statt. Neben den üblichen Regularien wurden die anstehenden Wahlen durchgeführt. In **SPORT SPIEL SPASS** haben wir darüber und über andere Veranstaltungen der Tennisabteilung berichtet.

Im März und April haben wir an mehreren Wochenenden und Abenden in der Woche unsere Tennisanlage für die Sommersaison und die Gartenanlage hergerichtet. Der Arbeitseinsatz unserer Mitglieder bedeutet für uns alljährlich erhebliche Einsparungen. Wir möchten uns bei allen Mitgliedern, die mitgewirkt haben, herzlich bedanken. Ein besonderer Dank gilt unseren Senioren, die wie in allen Jahren zuvor auch in diesem Jahr kräftig geholfen haben, obwohl sie dazu nicht mehr verpflichtet sind.

FORTSETZUNG SEITE 7

Jahresberichte der Abteilungen

TENNIS (Forts.)

Die Punktspielsaison begann am 5. Mai. Daran nahmen eine Damen-40-Mannschaft, eine Herren-50-Mannschaft, drei Jugendmannschaften und eine Mannschaft in der NTV-Damen-Doppelrunde mit wechselndem Erfolg teil.

Tennis-Schnupperkurse haben wir auch in diesem Jahr im Mai und Juni angeboten, um Anfänger für den Tennissport zu gewinnen. Die Beteiligung war sehr gut. Leider konnten trotz der über 20 Teilnehmer nur wenige neue Mitglieder gewonnen werden.

Im Rahmen einer Projektwoche haben wir für eine 4. Klasse der Hössenschule einen Tag auf der Tennisanlage organisiert, die Schülerinnen und Schüler mit dem Tennissport vertraut gemacht und erste Trainingseinheiten und Spiele durchgeführt. Aus dieser Klasse hat sich danach eine Gruppe von ca. 10 Kindern gebildet, die Spaß am Tennis gefunden hat und sich wöchentlich einmal zum Training und zu lockeren Spielen trifft. Betreut wird diese Gruppe von unserem Nachwuchstalent Philipp Haag, der diese Aufgabe mit Begeisterung wahrnimmt.

Unsere Vereinsmeisterschaften haben wir vor den Sommerferien am 14. und 15. Juli durchgeführt. In Verbindung mit dem schon traditionellen „Turnierabend“ am Samstag war diese Veranstaltung sicher einer der Höhepunkte der Saison.

Im September fanden die Kreismeisterschaften in Edewecht, Rastede, Bad Zwischenahn und Wiefelstede statt. Die Jugend-Doppel- und -Mixed-Meisterschaften fanden mit fast 100 Aktiven auf unserer Anlage statt.

Die Hallensaison 2007/2008 begann Ende September. In diesem Zusammenhang muss erwähnt werden, dass unsere Tennishallen dringend saniert werden müssen. Wir haben entsprechende Anträge gestellt. Leider konnte die Stadt Westerstede noch keine Entscheidung treffen, weil die Verkehrssituation in Verbindung mit den Baumaßnahmen der Ammerland-Klinik zunächst geklärt werden muss.

Abschließend ein herzliches Dankeschön an alle, die durch ihren besonderen Einsatz zu einem guten Gelingen des Tennisjahres 2007 beigetragen haben.

MANFRED GOLDENSTEIN

TISCHTENNIS

Mit dem traditionellen Boßelwettkampf der 1. und 2. Männermannschaft am 28. Dezember, dieses Mal in Ohrwege, endete das Tischtennis-Sportjahr 2007. Kurz davor, am 3. Advent, fand unser alljährliches Jugendturnier statt. Mit der Teilnehmerzahl von 250 waren wir nicht ganz zufrieden; wenn man bedenkt, dass wir in Spitzenjahren schon über 500 Nachwuchsspieler begrüßen konnten.

In die Punktspiel-Saison 2007/2008 gingen wir im September mit fünf Männer-, zwei Jugend- und einer Damenmannschaft. Die Hobbygruppe (s. **SPORT SPIEL SPASS** Nr. 100) trifft sich jetzt unter Führung von Alfred Palm, wie immer am Dienstag vor dem Jugendtraining.

Recht erfolgreich waren wir bei den Kreismeisterschaften: An 1. Stelle möchte ich die Einzel-Titelträger Ingo Böger (Herren-B) und Terje Weise (Herren-E) erwähnen. Außerdem gingen in beiden vorgenannten Doppelklassen die Titel nach Westerstede. Dass sie noch längst nicht zum alten Eisen gehören, bewiesen Horst und Rolf Claaßen, nicht nur aufgrund der Tatsache, dass sie seit 1975 bzw. 1976 zu den Stützen der 1. Mannschaft gehören, sondern auch mit dem Titelgewinn im Doppel bei der Bezirksmeisterschaft in der Klasse Ü 50. Die Senioren geben in der Tischtennisabteilung den Ton an, was sich auch daran zeigt, dass sich vier TSG-er für die Landesmeisterschaft qualifizieren konnten.

Mit 20 Aktiven nahmen wir im Sommer an der Stadtolympiade teil. Unsere „Celluloid-Devils“ belegten bei den Herren-Teams den 9. Platz und die „Pings and Pongs“ landeten im Feld der Mixed-Mannschaften auf Rang 7.

35 Aktive waren bei unserer Vereinsmeisterschaft 2007 dabei, nach vielen Jahren Unterbrechung wurde mit Lara Lindhorst auch wieder eine Vereinsmeisterin gekürt. Malte Pott (Männer-A), Carlo Grell (Männer-B) sowie Thore Eilers (Jugend) waren die weiteren Sieger.

Im Frühjahr war der Klassenerhalt unserer 1. Herren in der Bezirksoberliga das herausragende Resultat, das aufgrund der Verletzung eines Leistungsträgers erst in der Relegation zustande kam.



Jahresberichte der Abteilungen

TURNEN

Im Kinderturnen der TSG Westerstede gibt es acht Gruppen. In den beiden Eltern-Kind-Gruppen, die donnerstags von 15:30 - 17:30 Uhr in der Brakenhoffhalle turnen, tummeln sich etwa 60 bis 70 Kinder, die von einem Elternteil oder Oma/Opa begleitet werden. Die Kinder sind im Alter von 14 Monaten bis zu 4½ Jahren, und das Angebot wird vor allem in den Monaten Oktober bis Mai in dieser großen Anzahl genutzt.

Das Angebot umfasst den Aufbau aller großen und kleinen Sportgeräte, die im Turnen üblich sind. Sie werden mit Weichböden, Fallschirmen usw. umgewandelt in Kletter-, Balancier- und Spiellandschaften. Den Abschluss jeder Stunde bildet ein gemeinsamer Kreis bei Fingerspielen, rhythmischen Bewegungsspielen mit Sprechen, Singen, Klatschen usw.

Höhepunkte im Jahresablauf sind der Aufbau des großen Trampolins, das Faschingsturnen zusammen mit den beiden Vorschulkindergruppen und ein weihnachtlicher Jahresabschluss bei Kerzenlicht, Singen und einer kleinen Bescherung.

Am gleichen Tag, am gleichen Ort und zur selben Zeit turnen zwei Vorschulkindergruppen bei Petra Holz und Anja Keppner. Teilnehmer sind häufig die älteren Geschwister der Allerkleinsten, so dass es den Eltern möglich ist, bei nur einer Anfahrt mehrere Kinder gleichzeitig zum Turnen zu bringen. Etwa 25 Jungen und Mädchen im Alter von 4½ bis 5½ Jahren turnen in der ersten Stunde, bei den 5½ bis 6½ jährigen sind es genauso viele. Da Petra und Anja nur ein Hallenteil zur Verfügung steht, existiert eine Warteliste.

Ein besonderes Ereignis neben dem großen Trampolin und Faschingsturnen ist das Turnen im Sommer mit Wasserstaffeln und Wasserballonwerfen.

Mittwochs zwischen 15:30 - 17:30 Uhr treffen sich in der Brakenhoffhalle die schulpflichtigen Kinder zum Turnen bei Marianne Rohlf's und Petra Holz. In der ersten Gruppe turnen zur Zeit 20 Jungen und Mädchen im Alter von 6 bis 8 Jahren, bei den 8 bis 12 jährigen sind es 18 Teilnehmer. Neben dem großen Trampolin gibt es im Ablauf des Jahres immer wieder Höhepunkte durch Fitnesswettkämpfe, die Abnahme des Kinderturnabzeichens und Spiel und Spaß beim Faschingsturnen.

Das größte Ereignis war gleich zu Beginn des Jahres der Auftritt unserer Turnkinder mit der Zirkusnummer „Die Clowns und Artisten des Zirkus Roll Holly“ bei der Jubiläumsturnschau des TK Ammerland, der zwar viel Vorbereitung kostete, aber auch tüchtig Spaß gemacht hat und mit großem Applaus belohnt wurde.

In der TSG gibt es eine Einradgruppe, die von Kirsten Scharnowski geleitet wird und montags von 16:30 - 18:00 Uhr in der kleinen Hössenhalle mit 25 Teilnehmerinnen trainiert. Die Mädchen bringen ihre eigenen Räder mit, und einige haben sogar ein Hochrad. Sie sind begeistert und regelmäßig dabei. Bei schönem Wetter drehen sie gern eine Runde im Hössenbusch und benutzen auch die Tartanbahn unter dem Motto: Wer fährt die schnellste Runde?

Das größte Ereignis war der Auftritt mit 75 Kindern aus sechs Vereinen bei der Jubiläumsturnschau des Turnkreises Ammerland (60 Jahre) am 11.02.2007 in der Robert-Dannemann-Sporthalle.

Noch etwas: Anja Keppner nahm im Juni an einer Fortbildung mit dem Thema „Rückenschule im Kinderturnen“ teil.

MARIANNE. ROHLFS

GESUNDHEITSSPORT

Ambulanter Herzsport

Meine Herzsportgruppe hat zurzeit 30 gemeldete Mitglieder. Donnerstags abends sind ca. 20 bis 25 Teilnehmer unter der Begleitung auch durch einen Arzt aktiv. Die Belastungsfähigkeit der Gruppe ist sehr unterschiedlich - von 175 bis 35 Watt, was eine ständige Differenzierung erfordert. Der Wunsch, die nötige zweite Übungsgruppe zu gründen, scheiterte auch in diesem Jahr daran, dass die Ärzte nicht bereit sind, eine zweite Stunde anwesend zu sein.

Im Frühling sind wir dank der hohen Apriltemperaturen häufig im Hössenwald aktiv gewesen. Die Radtour nach Dreibergen und das Grünkohl- und Weihnachtessen, auch mit den Partnern, hat wieder viel Spaß gemacht.

RENATE BRUNS

Präventive Wirbelsäulengymnastik

Entspannt in den Abend, so lautete das Motto meiner **Entspannungskurse** im Winter (1 Kurs) und im Herbst (2 Kurse). Mit dem Raum in der TSG-Geschäftsstelle hatte ich nun die Rahmenbedingungen, die für derartige Kurse notwendig sind: Eine ruhige Atmosphäre, gedämpftes Licht und die richtige Temperatur.

TISCHTENNIS TISCHTENNIS TISCHTENNIS



Auch die Geselligkeit kam in unserer Abteilung nicht zu kurz, stellvertretend seien hier die Spargeltour und unsere schon selbstverständliche Teilnahme am Westersteder Drahteseltag genannt - natürlich neben unserer traditionellen Kohlfahrt.

ROLF CLAASSEN



VOLLEYBALL VOLLEYBALL VOLLEYBALL

Beachvolleyball in Westerstede



Wer erinnert sich nicht an die beiden Großereignisse der TSG Westerstede, die Beachvolleyball bekannt machten.

Auch bei den Verantwortlichen der TSG sind sie nicht vergessen. Die Planungen für eine



Die Beachvolleyball auf dem Albert-Post-Platz
t. Einweihung der Anlage auf der Hössen

Wiederholung des Turniers auf dem Albert-Post-Platz laufen schon.

Allerdings konnten vor allem die finanziellen und sächlichen Erfordernisse noch keineswegs geklärt werden.

Jahresberichte der Abteilungen

GESUNDHEITSSPORT (Forts.)

Seit Ende November leite ich die **Präventive Wirbelsäulengymnastik**, die seit mehr als 15 Jahren unter der Leitung von Renate Taute jeden Donnerstagnachmittag stattgefunden hat (s. Seite 4). Ich freue mich auf die neue Aufgabe und lade alle herzlich ein, die sich mit uns rückengerecht bewegen wollen

Da die Nachfrage zurzeit sehr groß und die Teilnehmerzahl pro Gruppe auf 15 begrenzt ist, war es notwendig, eine **dritte Reha-Wirbelsäulengruppe** ins Leben zu rufen. Seit September 2007 gibt es nun zwei Vormittags und eine Abendgruppe mit ca. 12-17 TN.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

Sport und Spaß ab 60

22 TN (14 Frauen und 8 Männer) trafen sich dienstags von 10.30 - 12.00 Uhr in der „Kleinen Hössenhalle“. Sport stand an erster Stelle, doch die Geselligkeit kam auch nicht zu kurz. Unsere Höhepunkte: Eine Fahrt mit der Clubdraisine und das weihnachtliche Frühstück.

Nordic Walking

Wie immer waren wir, 29 TN (22 Frauen, 7 Männer), regelmäßig im Hössenwald und der Umgebung aktiv - diesmal auch in den Ferien! Gemeinsames Frühstück und Walken am Aper Tief und in Westerloy waren eine schöne Abwechslung.

Nordic-Walking-Kurse

2007 konnte ich wieder zwei Kurs-Angebote machen und dabei die Walker und Nordic-Walker zusammen betreuen.

LIANE SANDER

Gesundheitssport für Frauen ab 60Jahre

Das Durchschnittsalter der 16 Teilnehmerinnen war genau 80 Jahre; die jüngste Turnerin mit 68, die älteste mit 88 Jahren. Selbst eine im Frühjahr überstandene Hüftoperation war für eine der ältesten Turnerinnen, Hedwig Hermanowski, kein Hindernis, ab September wieder dabei zu sein. Soviel Beweglichkeit ist sicher ein Geschenk der Natur, aber auch das regelmäßige Training, das Kopf und Körper beweglich hält, war ein gutes Rüstzeug, die Operation und die Zeit danach zu meistern.

Der soziale Zusammenhalt, in fast 20 Jahren gewachsen, zeigte sich bei Krankenbesuchen, beim Spargelessen und dem Frühjahrestreff, bei dem die Runde sich durch inzwischen passive oder kranken Mitglieder beträchtlich erweiterte.

RENATE TAUTE

Walking / Nordic Walking

sind Ausdauersportarten die auch 2007 wieder bei jedem Wetter betrieben wurden.

Neben regelmäßigem Training (dienstags, donnerstags und samstags beim Vogelpark oder im Winter auf der Hössensportanlage) wurden wieder ein Walking-Test und der Osterlauf durchgeführt.

Höhepunkte waren ein Ausflug nach Langeoog und eine Draisinenfahrt mit 34 Teilnehmern mit reichhaltigem Picknick, und die Geselligkeit kam hier und auch bei der Weihnachtsfeier nicht zu kurz.

2007 wurden **drei Nordic-Walking-Kurse** von mir geleitet.

INGRID WEDEMANN

Neu seit dem vergangenen September war das „**Förderturnen für Kinder**“ in der Brakenhoffhalle (Mo, 15:30 - 16:30 Uhr). Dabei sind zurzeit 14 Kinder im Alter von 5-8 Jahren - Tendenz steigend.

Im Sept. / Okt nahm ich an Fortbildungen zur zweiten Lizenzstufe im Gesundheitssport, Schwerpunkt Kinder, teil.

EDITH CLAUS-KLAR

GYMNASTIK – FITNESS - TANZ

Nach wie vor sind unsere neun festen Angebote sowie unsere Kurse im Bereich Step-Aerobic und Flexi-Bar und natürlich unsere Skigymnastik, die von Weihnachten bis Ostern stattfindet, sehr gut besucht. Langjährige Erfahrung, den „guten Draht“ zur Gruppe, regelmäßige Fortbildungen, eine gute Auswahl an Kleingeräten die uns zur Verfügung stehen und nicht zu vergessen das „Training der Geselligkeit“ tragen dazu bei, dass nicht nur unsere ÜL, sondern auch die TN über lange Jahre einer Gruppe treu bleiben und sich mit „Ihrer Gruppe“ identifizieren.

} **Step-Aerobic** wurde zum Jahresbeginn und im Herbst in je zwei Kursen von Sabine Kathmann angeboten. Einsteiger und Fortgeschrittene konnten mit viel Spaß ihre Ausdauer am Brett verbessern.

Mit ständig aktueller Musik und interessanten Schrittkombinationen und durch immer aktuelle Übungsleiterfortbildungen auf dem neuesten Stand werden Koordinationsfähigkeit und Ausdauer gefördert sowie eine Kräftigung der Muskulatur erreicht.

Die Kurse finden immer dienstagabends im Spiegelsaal der Robert-Dannemann-Sporthalle in Westerstede, Norderstraße statt. Die Uhrzeiten erfährt man in der Geschäftsstelle, in der man sich auch anmeldet oder auf der Internetseite der TSG. Die Kurse sind auch für Nichtmitglieder offen.

Jahresberichte der Abteilungen

GYMNASTIK-FITNESS-TANZ (Forts.)

} Die Übungsgruppe **Fitness für Frauen** zählt z. Zt. 26 TN im Alter von 24 - 60 Jahren.

Zum Sport treffen wir uns immer donnerstags um 20.00 Uhr im Spiegelsaal der RDS-Sporthalle zur Verbesserung und Erhaltung unserer Fitness. Dazu gehört Aerobic, Problemzonentraining, Muskelkräftigung unter Einsatz von verschiedenen Geräten wie Hanteln, Thera-Band, Aero-Steps, Step-Aerobic-Brettern und Pilates-Bällen. Wenn auch die Stundeninhalte immer wechseln, die Förderung von Ausdauer und Muskelkräftigung ist immer gewährleistet.

Viele Teilnehmer sind schon von Anfang an dabei, aber auch neue Teilnehmerinnen sind willkommen. Wir haben Sport mit Spaß in verschiedenen Altersbereichen und verbinden dies zudem auch mit „Training der Geselligkeit“. So unternehmen wir eine „Kohltour“, im Sommer eine Radtour mit Picknick und treffen uns nach einem ausgiebigen Spaziergang zur traditionellen Weihnachtsfeier mit „Schrott-Wichteln“ und haben viel Freude dabei.

Unser 15-jähriges Jubiläum war ein toller Höhepunkt im Jahr 2007. Wir waren in Cuxhaven-Duhnen zum Wattlaufen und hatten dann im Auswandererhaus in Bremerhaven einen aufschlussreichen Nachmittag.

SABINE KATHMANN

} In der Gruppe **Hits für Kids** spielen und tanzen wir zu aktueller Musik. Die Mädchen im Alter zwischen sieben und zwölf Jahren haben gemeinsam viel Spaß und würden sich über Verstärkung freuen.

} Die älteren Mädchen im **Girlsclub** haben im vergangenen Jahr zwei Auftritte absolviert und üben bereits eine neue Choreographie für kommende Turnfeste.

} Die **Aerobicgirls** (16 bis 30 Jahre) nutzen ihre Stunde für Choreographien aus dem Aerobic und Step-Aerobic-Bereich und trainieren zusätzlich Muskelkraft.

URTE SCHIPPER

"Fitness am Morgen": Zum Programm gehören u. a. Übungen zur Muskelkräftigung (Bauch-Beine-Po), zur Stärkung des Herzkreislaufsystems und zur Entspannung.

LIANE SANDER

Bei der **Skigymnastik** im ersten Vierteljahr 2007 wurden durchschnittlich 22 TN für den Wintersport vorbereitet.

HARTMUT KRÖNCKE

VOLLEYBALL

Manches ist neu, aber im Großen und Ganzen ist alles beim Alten geblieben in der Volleyballabteilung.

Neu ist:

} die **Leitung der Abteilung** mit Gabi Döpke, Nils Wiese und Olaf Harbers, denn der langjährige Abteilungsleiter, Wilfried Pistor, stand für diese Aufgabe nicht mehr zur Verfügung.

} **Christian Stebel** als Trainer der 1. Damenmannschaft: Der erfahrene A-Trainer übernahm die Mannschaft nach dem am Ende der Saison 06/07 erfolgreich bestandenen Relegationsturnier. Die Mannschaft belegt in dieser Saison einen gesicherten Platz im Mittelfeld.

} **Stephan Bauer** als Trainer der 2. Damenmannschaft: In der vergangenen Saison war die Verbandsliga wohl eine Klasse zu hoch, so dass die Mannschaft absteigen musste. Stephan konnte die Mannschaft jetzt an die Spitze der Landesliga führen, und der Wiederaufstieg ist nun Ziel.

} die Zahl von **acht Punktspiellmannschaften** und **zwei Jugendliga-Teams**: TSG 3 (Bezirksliga) und TSG 4 (Bezirksklasse) belegen zur Zeit einen Platz im oberen Mittelfeld. Die 5. und 6. Damen spielen in diesem Jahr um den Aufstieg in die Kreisliga. Die 7. und 8. Mannschaft sind Jugendmannschaften in ihrer ersten Saison als Damen-Punktspielerinnen und sammeln erste Erfahrungen.

} Die **Jugendliga-Mannschaften** haben jetzt gerade ihre ersten Spiele 3 : 3 auf dem Kleinfeld gespielt und sind in Training und Spielbetrieb mit Feuereifer bei der Sache.

Alles beim Alten: Dies gilt für den Hobbyspielbetrieb ganz besonders. An jedem Abend der Woche pritschen und baggern wir in neun Gruppen (trotz zunehmenden Alters und steigender Anzahl von Zipperlein) mit ungebrochener Begeisterung. Das Nikolausturnier, organisiert von Andre Höhne, war auch 2007 ein Höhepunkt unserer Hobbyspieler.

Alles beim Alten gilt ebenfalls für unsere Männer, die in der VSG Ammerland Tabellenplätze kämpfen. Die 1. Herren unter Trainer Torsten Busch befindet sich sicher im oberen Mittelfeld. Die 2. Herren strebt einen neuen Aufstieg in die Oberliga an. Auch die 3. und 4. Mannschaft befinden sich auf Aufstiegskurs in die Landesliga bzw. Bezirksliga.

Die C-Jugend-Mannschaft des Jahres 2007 (5. Herren) belegte bei der Landes-Jugendmeisterschaft 2007 den 3. Platz und hat sich in diesem Jahr als B-Jugend erneut für die Teilnahme qualifiziert.

GABI DÖPKE

Das ist drin:

Jahreshauptversammlung	2
Mitgliederstatistik	3
Jahresberichte	3 - 11
Gesundheitssport	4
Tischtennis	9
Beachvolleyball	9

Sport-Angebot für Ältere

Bewegungsförderung soll Sturzgefahr vermindern

Die TSG Westerstede bietet Älteren die Möglichkeit, sich durch gezieltes Bewegungstraining fit zu halten.

Dies Angebot ist für Männer und Frauen gedacht, die das 65. Lebensjahr überschritten haben und

- † ihre körperliche Mobilität erhalten,
- † dem altersbedingten Leistungsabbau vorbeugen und
- † möglichst lange ihre Selbständigkeit erhalten wollen.

Gelenke und Gehirn sollen so beweglich erhalten, die Sturzgefahr gemindert, das Gleichgewichtsgefühl und der Rücken sowie alle Muskeln gestärkt werden.

Kursbeginn: Montag, 11.02.08, 15 Uhr
Brakenhoff-Halle, Von-Weber-Straße.
Der Kurs, der 10 Wochen dauert, ist auch für Nichtmitglieder offen.

Bequeme Kleidung und sauberes Schuhwerk sollten mitgebracht werden.

Anmeldungen: TSG-Büro, Frau Espig,
(04488 / 1876.

Weitere Infos: Renate Taute,
(04489/3992 oder 04488/78848.

Stimmt die Adresse?
Sonst Mitteilung an die Geschäftsstelle
Anruf genügt!

TSG-Geschäftsstelle ((1876)

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag: 15.00 - 18.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag 7.30 - 10.30 Uhr

TSG-Kursangebote

(Teilnahme auch für Nichtmitglieder)

Flexi-Bar-Kurs:

§ 01.04. bis 20.05.2008,

dienstags 18 bis 19 Uhr
im Spiegelsaal der RDS,
Leitung: Kirsten Scharnowski.

Nordic-Walking-Kurse:

§ 05.04. - 24.05.08

samstags 13 Uhr bis 14.15 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Vogelpark,
Leitung: Ingrid Wedemann,
Leihstöcke stehen zur Verfügung,

§ 05.06. - 24.07.08

donnerstags 10.30 bis 11.45 Uhr
Treffpunkt: Hössen / Schwimmbadeingang
Leitung: Liane Sander,
Leihstöcke stehen zur Verfügung,

**Alle Kurse erfordern Anmeldung
unter (1876 (Geschäftsstelle)**

Übrigens wartet die
Redaktion immer auf
Leserbriefe!



IMPRESSUM:

Redaktion: Berndt Erben (04488 / 1790
Erwin Meyer (04488 / 4137
Herausgeber: TSG Westerstede (04488 / 1876
26655 Westerstede, An der Hössen 14 FAX 04488 / 860535
E-MAIL: info@tsg-wst.de INTERNET: www.tsg-wst.de
Druck: wds - Westersteder Druck-Service

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 15. Mai 2008