

# SPORT SPIEL SPASS



MITTEILUNGSBLATT Nr. 111

Februar 2011

## Kleiner Ball - Großer Sport 35. Internationales Tischtennis Jugendturnier



270 Teilnehmer folgten am 11./12. Dezember 2010 unserer Einladung in die Brakenhoffhalle nach dem Motto **Kleiner Ball - Großer Sport**.

Auch die Teilnehmer der TSG waren erfolgreich:

- Konstantin Erbes erkämpfte unter 60 Teilnehmern bei den Jungen Platz 5;
- Thore Eilers erreichte in der gleichen Klasse das Achtelfinale, und
- jeweils den 2. Platz der Trostrunde holten Jannik Winter (Jungen) und Michael Erbes (Schüler-A).

## ERINNERUNG:

# EINLADUNG

zur **Jahreshauptversammlung 2011**

am **Mittwoch, 02. März 2011, 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 2010
5. Bericht der Kassenprüfer und Wahl der Kassenprüfer für 2011
6. Entlastung des Vorstandes
7. Haushaltsvoranschlag 2011
8. Anträge
9. 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 / *G. Mühlena, Vorsitzender*

## AUS DER VEREINSORGANISATION

### TSG-Mitgliederstatistik

Altersgruppe	männlich	weiblich	Gesamt
bis 15	305	290	<b>595</b>
von 16 bis 30	136	191	<b>327</b>
von 31 bis 40	63	103	<b>166</b>
von 41 bis 60	167	248	<b>415</b>
über 60	150	210	<b>360</b>
<b>Gesamt</b>	<b>821</b>	<b>1.042</b>	<b>1.863</b>

#### Anmerkungen zur Mitgliederstatistik

- ▶ Die Mitgliederzahl hat im letzten Jahr um rund 50 abgenommen. (Die höhere Mitgliederzahl 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	41	24	<b>65</b>
Basketball	101	12	<b>113</b>
Boxen	55	10	<b>65</b>
Handball	87	30	<b>117</b>
Judo	50	16	<b>66</b>
Leichtathletik	39	31	<b>70</b>
Schwimmen	13	11	<b>24</b>
Tennis	101	98	<b>199</b>
Tischtennis	82	16	<b>98</b>
Triathlon	6	0	<b>6</b>
Kinderturnen	140	271	<b>411</b>
Gymn.-Fitness-Tanz	5	254	<b>259</b>
Gesundheitssport	52	182	<b>234</b>
Tanzsport	24	24	<b>48</b>
Volleyball	92	180	<b>272</b>
<b>Gesamt</b>	<b>888</b>	<b>1.159</b>	<b>2.047</b>

Stichtag: 01.01.2011

# Jahresberichte der Abteilungen

## BADMINTON

Mehrmals wöchentlich werden sich in der Badminton Abteilung der TSG die Bälle um die Ohren gespielt. Die Trainings finden montags von 18:30 Uhr – 20:00 Uhr (Jugendliche ab 15 Jahre), mittwochs von 17:30- 19:00 Uhr (Kinder von 10-15) und von 19:00- 21:00 Uhr statt. Montags spielt die Jugend unter der Leitung von Stellan Pistor, mittwochs nachmittags unter Leitung von Stella Freymuth und abends unter Leitung von Karin Hiller, jeweils in der Brakenhoff-Turnhalle.

Zum September hat die Trainerin der Mittwoch-Nachmittags-Gruppe das Ammerland verlassen um ein Aupair-Jahr in Irland zu verbringen, und somit hat Stella Freymuth die Leitung der Gruppe übernommen und zählt momentan ca. 18 Teilnehmer in der Gruppe. Die Abendgruppe hat viele begeisterte Spieler und auch die Montags-Gruppe.

Alle Gruppen haben motivierten Zuwachs bekommen und sind weiterhin mit viel Spaß am Spiel dabei und freuen sich auch weiterhin immer auf neuen Zuwachs.

STELLA FREYMUTH

## BASKETBALL

### Übungsgruppen und Mannschaften:

#### Jugendbereich:

##### männliche Mannschaften

U10, U12	Trainingsbetrieb
U14, U16, U18	Bezirksoberliga
U20	Bezirksoberliga und Landesmeisterschaften

##### weibliche Mannschaften

U14	Trainingsbetrieb im Neuaufbau
U20/18	Trainingsbetrieb

#### Seniorenbereich:

I. Herren	2. Regionalliga
II. Herren	Bezirksoberliga geparkt
III. Herren	Seniorenmeisterschaft
Hobbygruppen	Trainingsbetrieb

Im Berichtszeitraum 2010 hat sich im Basketball wieder ein Wechsel vollzogen. Unser langjähriger Spieler Milos Stankovic ist jetzt Spielertrainer und Rolf Giesmann, ist als sein Assistenz-Trainer angesetzt. Milos Stankovic trainierte schon vor zwei Jahren die Jugendmannschaften der TSG und ist somit nicht unbekannt für die Jugendlichen. Zusätzlich hat

er dieses Jahr noch eine Basketball AG an dem Gymnasium in Westerstede übernommen.

Neben dem Trainingsbetrieb für Leistungs- und Hobbymannschaften konnten die Punktspielrunden mit sehr guten Ergebnissen abgeschlossen werden. So etablierte sich die I. Herren in der 2. Regionalliga nach letztem Jahr wieder im oberen Tabellendrittel. In der Jugend erreichten die Mannschaften auch gute Ergebnisse. Milos Stankovic konnte durch sein Engagement viele Jugendliche für den Basketball begeistern.

Besonders ist Franjo Borchers hervorzuheben, der es als 17-jähriger schaffte in den Nachwuchskader der EWE Baskets zu kommen und auch bei der 1. Herren in der 2. Regionalliga eine wichtige Rolle spielt. Des weiteren trainieren und spielen noch ein paar Jugendliche die unter 20 Jahre alt sind, bei der 1. Herren mit. Weitere Jugendliche und Jungerwachsene entwickelten sich sehr gut und nahmen an Kadermaßnahmen oder Trainings von JBBL- oder NBBL-Teams der EWE-Baskets teil.

Im weiblichen Bereich sind wir im Moment leider wieder nur im Trainingsbetrieb. Es ist schwer, die Mädchen bei den Belastungen der Schule oder im Beruf in einen regulären Spielbetrieb zu bekommen.

Ein großer Dank ist allen denen auszusprechen, die sich bei den wieder erhöhten Anforderungen im Seniorenspielbetrieb und der Teilnahme der Jugend am Spielbetrieb hohen Belastungen aussetzen. Das Engagement gerade der fleißigen ehrenamtlichen Helfer macht ein Gelingen erst möglich. Stellvertretend für viele andere möchte ich hier vor allem danken:

- Ingo Müller betreut als ausgebildeter Anscheiber die Spiele der Herren und leistet auf vielen anderen Wegen der Abteilung viel Unterstützung.
- Rolf Giesmann ist auch in diesem Jahr wieder mit auf die weiten Touren gegangen.
- Alfred Meyer trägt nicht nur als Passwart viel zum Gelingen der Abteilungsaufgaben bei.

Nicht zu vergessen ist der Dank an alle, die sich ideell und finanziell für die Abteilung einsetzen. Insbesondere denke ich dabei an diejenigen, die sich immer wieder mit hohem Aufwand bemühen, Gelder für die Mehrkosten im Spielbetrieb der Herren, und hier vor allem für die Schiedsrichterkosten, zu akquirieren.

MILOS STANKOVIC

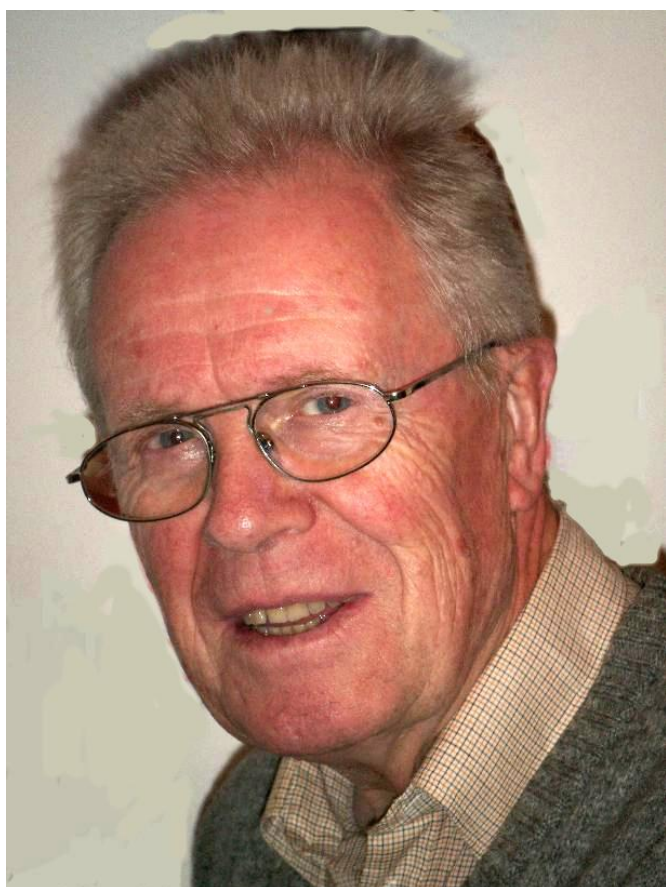
*weiter auf Seite 5!*

## 22 Jahre TSG-Zeitung

Mit der Ausgabe 31 im Mai 1989 begann für unsere Vereinszeitung die „Ära Erwin Meyer“, die nun mit dieser Ausgabe 111 zu Ende gehen wird.

In diesen langen Jahren hat Erwin die Zeitung zu seinem „Kind“ gemacht. Er hat sie langsam aber stetig immer weiter entwickelt, neue Ideen und neue Techniken eingebracht, um letztendlich eine Vereinszeitung modernen Zuschnitts den Vereinsmitgliedern vorzulegen.

Nicht immer war es einfach - oft fehlten die Themen, oft waren die Berichte so groß, die Bilder nicht zeitungsgerecht. Aber immer wieder hat es geklappt, wir konnten uns auf Erwin und die Zeitung verlassen!



22 Jahre sind eine lange Zeit. Diese 22 Jahre mit **SPORT SPIEL SPASS** waren zwar manches Mal stressig, haben mir aber auch manche positiven Erfahrungen gebracht - und vor allem auch Freude.

Hoffentlich waren die TSGer mit mir zufrieden.

ERWIN MEYER

Daher dankt hier an dieser Stelle der gesamte Vorstand Erwin Meyer für seine geleistete Arbeit und hofft auch weiterhin von ihm unterstützt zu werden, wenn jetzt sein Nachfolger Weyert Schipper in die von Erwin hinterlassenen „großen Fußspuren“ steigt.

### In eigener Sache

Von mir persönlich: Erwin, auch ich danke Dir für die Zusammenarbeit in den letzten 22 Jahren – auch wenn Du die meiste Arbeit getan hast und ich nur für den kleinen Rest, der übrig blieb, zuständig war.

Da ich weiß, das Du dich nicht auf dein Altenteil setzen wirst: Gehe es ruhig an, damit wir noch lange von Deinen Erfahrungen profitieren können!

BERNDT ERBEN



Nach Beendigung meines aktiven Berufslebens freue ich mich auf die Mithilfe bei der Erstellung von **SPORT SPIEL SPASS**, um auch weiterhin die Information der TSG-Vereinsmitglieder über Vereinsleben und sportliche Aktivitäten zu gewährleisten.

WEYERT SCHIPPER

# Jahresberichte der Abteilungen

## BOXEN

Die Aktiven der Boxabteilung haben sich im Jahre 2010 weiterentwickelt, und zum Jahresabschluss waren sie mit etwa 60 Mitgliedern vertreten. Ein Ring wurde beschafft, an dem die Sparkasse beteiligt war, und ich bedanke mich dafür recht herzlich. Dieser wurde so schnell wie möglich aufgestellt und ausgerichtet. Es wurde hart trainiert, und die Ergebnisse ließen sich sehen. Von 7 Kämpfern hat nur Einer seinen Kampf verloren.

Ein zusätzlicher Trainer, Jakob Wilhelm, wurde ausgebildet und steht mir mit Rat und Tat zur Seite. Auf Grund steigender Mitgliederzahl habe ich die Athleten in Gruppen aufgeteilt und Jakob zwei Trainingseinheiten übergeben, so dass das Training für alle Boxer, ob Anfänger, Fortgeschrittener oder Kämpfer, leistungsbezogen und individuell durchgeführt werden können.

Die Abteilung ist auf der Suche nach Sponsoren, die zusammen ein mobiles Ringgestell sponsern würden, um 2011 einige Boxabende organisieren zu können.

WLADIMIR MILLER

---

## HANDBALL

Bei den Handballern nehmen derzeit viele Jugendspieler in den verschiedenen Altersgruppen am Trainingsbetrieb teil unter der Leitung von Hans-Gerd Gerdes und dem von ihm zusammengestellten Trainer/Betreuer-Team.

Derzeit verfügt die Handball-Abteilung über folgende Jugendmannschaften:

C-Jugend (13 - 14 Jahre):

1 männl. Jugend

D-Jugend (11 - 12 Jahre):

2 männl. und 1 weibl. Jugend

E-Jugend (9 - 10 Jahre):

1 männl. und 1 weibl. Jugend

Handball-Minis (unter 9 Jahre)

Die Mannschaften nehmen in ihrer jeweiligen Altersklasse am Punktspielbetrieb teil.

Ab der D-Jugend nehmen die Mannschaften an einer Punktspielrunde in der Handball-Region Oldenburg (HRO) teil. Die E-Jugend trägt ihre Spiele in Turnierform aus. Für die Minis werden von den Vereinen der HRO regelmäßig Minispielfeste durchgeführt.

Am 16.01.2011 (9 bis 12 Uhr) fand das diesjährige Mini-Spielfest unserer Abteilung in der Brakenhoff-Sporthalle statt. Das Spielfest ist so angelegt, dass der Spaß am Spielen mit dem Ball in Vordergrund steht und nicht der Wettkampf.

Zusammen mit der Handballabteilung des VFL Bad Zwischenahn hat die Handballabteilung der TSG Westerstede eine Handballspielgemeinschaft (HSG) gebildet. Alle Senioren- und Jugendmannschaften treten zu ihren Punktspielen als HSG Westerstede/Bad Zwischenahn an. Derzeit spielen in der männlichen B-Jugendmannschaft der HSG vier Jugendspieler, die in Westerstede ausgebildet wurden.

Im Seniorenbereich nehmen zur Zeit zwei Herrenmannschaften und eine Damenmannschaft am Punktspielbetrieb teil.

Die 1. Herren wurde in der vergangenen Saison Meister in der Regionsoberliga. Als Aufsteiger in die Weser-Ems-Liga nimmt das Team dort zur Zeit den 3. Tabellenplatz ein. Dies ist eine sehr gute Platzierung, zumal als Saisonziel zunächst nur der Klassenerhalt ausgegeben wurde.

Die 2. Herren spielt nach dem Abstieg aus der Regionsliga jetzt in der Regionsklasse der HRO. Zum Ende der Hinspielrunde belegte die Mannschaft den 4. Tabellenplatz mit 9 : 7 Punkten.

Die Damenmannschaft trägt ebenfalls in der Regionsklasse der HRO ihre Punktspiele aus. Wenn es den Damen gelingt, den anhaltenden Mangel an Spielerinnen abzustellen, sollten auch wieder Erfolge erzielt werden.

Der Trainingsbetrieb wird in den Sporthallen in Westerstede und Bad Zwischenahn durchgeführt. Einige Mannschaften trainieren wöchentlich jeweils einmal in Westerstede und Bad Zwischenahn.

(Trainingszeiten und viele andere Informationen auf unserer Homepage: [www.hsg-wz.de](http://www.hsg-wz.de)).

Eine Kontaktaufnahme ist auch per Telefon möglich.

Ansprechpartner für die Handballabteilung ist Jan-Dieter Budde, ☎ 04488-79786.

HANS-GERD GERDES

*weiter auf Seite 6!*

# Jahresberichte der Abteilungen

## HANDBALL (Forts.)

In der **Jugendabteilung** der HSG geht es weiterhin aufwärts. Mittlerweile nehmen sechs Jugendmannschaften an der Punktrunde teil.

Für die kommende Saison sind folgende Mannschaften geplant:

Minis	2 Mannschaften
weibl. E-Jugend	1 Mannschaft
männl. E-Jugend	1 Mannschaft
weibl. D-Jugend	1 Mannschaft
männl. D-Jugend	2 Mannschaften
weibl. C-Jugend	1 Mannschaft
männl. C-Jugend	1 Mannschaft
männl. B-Jugend	1 Mannschaft

Bei den kleinsten, den „**Minis**“, toben derzeit 25 Kinder im Alter von 5 - 8 Jahren unter der Leitung von Ulrike Peters und Margret Wiegmann in der Halle herum. Im Jahre 2010 nahmen unsere Minis an acht Spielfesten teil. Hier wurde um jeden Ball gekämpft, Pässe geworfen und Torwürfe probiert. Wenn ein Tor erzielt wurde, war der Jubel natürlich groß.

Leider musste unser eigenes Minispielfest im letzten Jahr wegen Eisglätte ausfallen. In diesem Jahr haben wir das Turnier am 16. Januar 2011 in der Brakenhoff-Halle austragen können.

Die neu formierte **weibl. E-Jugend** wird von Margret Wiegmann und Maike Hots betreut. Die 18 Mädchen sind mit viel Freude am Spielgeschehen dabei. Sie spielen alle 14 Tage in Turnierform gegen 4 andere Mannschaften.

In der **weiblichen Jugend D** nehmen 19 Mädchen am Trainingsbetrieb teil. Sylvia Grad, Anke Martin und Jens Büsselmann sorgen dafür, dass die Mädchen viel Spaß am Handballspielen haben. Fast jedes Wochenende wird um den Sieg gerungen. In der Regionalklasse nehmen sie derzeit einen vorderen Platz ein.

Auch bei der **männlichen E Jugend** wird fleißig trainiert. Uwe Carstens und Niclas Hots sind für zirka 18 Kinder verantwortlich. Sie haben eine tolle Mannschaft gebildet, die alle 14 Tage sehr erfolgreich an der Punktrunde teilnimmt.

Mit den 22 Spielern in der **männlichen D Jugend** wurden zwei Mannschaften gebildet. Die 1. D-Mannschaft belegt derzeit einen Mittelplatz in der Regionsoberliga. Betreut wird sie von Thorsten Peters und Jan-Gerd Heidkroß.

Die D-Jugend-Spieler Pascal Grensemann, Hauke Carstens, Julian Soika und Julius Stryck wurden zur Talentförderung des Jahrgangs 1998 eingeladen.

Unsere 2. männliche-D Jugend spielt in der Regionsliga und belegt dort einen mittleren Platz in der Tabelle. Olaf Bolz und Matthias Lang sorgen für gute Laune und Aufbauarbeit im Team.

In der **männlichen C Jugend** sind 17 Spieler hoch motiviert dabei. Die Mannschaft erreichte in der Vorrunde der Regionsoberliga einen guten 2. Platz. Jetzt spielen sie in der Play-off-Gruppe um die Meisterschaft mit und haben gute Chancen, vorne mit dabei zu sein.

Trainiert wird die Mannschaft von Matthias Hots und Hans-Gerd Gerdes.

Außerdem haben wir noch vier Spieler, die jede Woche nach Rostrup fahren, um dort in der B-Jugend mit den Zwischenahner Spielern eine Mannschaft zu bilden. Die B-Jugend belegt zur Zeit einen Mittelplatz in der Regionsoberliga West.

---

## JUDO

Die Westersteder Judoka nahmen auch 2010 an drei Freundschafts-Wettkämpfen teil, dem Kiebitz-Pokal in Jever, dem Juniors-Cup in Sande und dem Fuchs-Cup in Westerstede. Die in Jever und Sande stattfindenden Turniere gehören zur Kategorie Shobu – dem Wettkampf sowohl im Stand als auch am Boden. Das Turnier in Westerstede gehört ebenfalls zur Kategorie Shobu – jedoch findet dieser Kampf ausschließlich am Boden statt.

In ihren Gewichtsklassen konnten beim Kiebitz-Pokal eine Ehrung erzielen:

1. Platz Alexander Stepner und Jannik Lukas
3. Platz Marcel Lehr und Christopher Denker
4. Platz Daniel Jasper
5. Platz Tobias Klein

Beim Juniors-Cup waren erfolgreich:

1. Platz Patric Denker, Alexander Stepner, Nils Römhild, Nils Römhild, Tizia Vogt
2. Platz Dennis Schulz
3. Platz Lars Boeddecker, Tomke Rotlübbers, Tobias Klein
4. Platz David Klein
5. Platz Rena Bhardwaj

# Jahresberichte der Abteilungen

## JUDO (Forts.)

Beim Fuchs-Cup konnten eine Ehrung erzielen:

1. Platz Alexander Stepner, Patric Denker, Christopher Denker
2. Platz Max Hirt, Daniel Jasper
3. Platz Lisa-Marie Boeddecker, Dennis Schulz, Jannik Lukas, Tizia Vogt
4. Platz Lars Boeddecker, Aitana Lamcken, Rena Bhardwaj, Saskia Swoboda

Im März fanden die Prüfungen zum Gelbgurt und zum Weiß-Gelbgurt statt. Die Prüfung erfolgreich abschließen konnten:

- |                      |   |
|----------------------|---|
| 5. Kyu, gelb         | Johann Schürmann,<br>Tomke Rothlübbers,<br>Aitana Lamcken |
| 5./6. Kyu, weiß-gelb | Neele Feimann,<br>Lennard Eilers, Medina Bytci            |

Im Dezember wurden vier Judokas erfolgreich zum Orange-Gurt (4. Kyu) geprüft.

Lisa-Marie Boeddecker, Christopher Denker, Dennis Schulz, Roger Jahnke

Wir gratulieren allen Kämpfern zu ihren Leistungen.

Nicht versäumen möchte ich, mich recht herzlich bei allen Eltern für die sehr gute Zusammenarbeit zu bedanken.

MATTHIAS PIETRAS

## LEICHTATHLETIK

Nachdem Mitte 2009 die Gruppen innerhalb der Abteilung altersmäßig neu aufgeteilt wurden, konnte im Jahr 2010 eine Leistungssteigerung bei den jungen Athleten festgestellt werden. Das ist insbesondere an den vielen „Podestplätzen“ zu erkennen, die im Laufe des Jahres bei den Wettkämpfen erreicht wurden.

So kann die Abteilung wie immer über Kreismeister und Kreisbeste berichten:

- **Lisa Wiegmann** als 15-Jährige A-Schülerin wurde in vier Disziplinen Kreismeisterin: im 100m-Lauf, im Weit – und Hochsprung sowie beim Kugelstoß.
- **Helene Lüers** wurde Kreismeisterin über 100m bei der weiblichen Jugend A.
- Die etwas Jüngeren „kämpfen“ um den Titel

des Kreisbesten. Hier ist an erster Stelle **Jannick Voß** zu nennen, der in fünf Disziplinen Bester im Leichtathletikkreis Ammerland-Friesland wurde.

Seine Schwester **Julia Voß** wurde im 800m-Lauf ebenfalls Erste auf Kreisebene.

Auch auf überregionaler Ebene haben beide gute Ergebnisse erzielt.

Aber auch alle anderen hier nicht genannten haben in 2010 gute bis sehr gute Leistungen erbracht.

- Das „Aushängeschild“ der Abteilung **Heiner Lüers** ist nicht nur als über 50-Jähriger Kreismeister im Weitsprung geworden, er hat den Verein auf Bezirks- und Landesebene hervorragend vertreten und als Höhepunkt für ihn wie für den Verein: Er war Teilnehmer an den Europameisterschaften der Senioren und wurde mit der 4 x 400 m Staffel Europameister!
- Die Mitglieder unserer Laufgruppe haben auch 2010 wieder an vielen Läufen in der Region oder in anderen Bereichen von Deutschland teilgenommen.

Hier kann man stellvertretend die Teilnahme von zwei Läufern am Marathon in München oder die Teilnahme an einem Halbmarathon von einem Läufer in der Nähe von Berlin nennen.

BERNDT ERBEN

## SCHWIMMEN

Das Jahr 2010 verlief für die Schwimmer der TSG Westerstede sehr erfolgreich.

Auf den Bezirks-, Landes- und Norddeutschen Meisterschaften wurden gute Platzierungen erreicht und eifrig Medaillen gesammelt.

Als besonderes Highlight ist der zweite Platz von Alfred Meyerjürgens bei den 1. Deutschen Kurzbahnmeisterschaften 2010 in Bremen zu nennen.

Die Gruppe, die ganzjährig über zweimal in der Woche trainiert, hat sich in den letzten Jahren zu einem starken Team entwickelt, so dass alle Aktiven ihre persönlichen Leistungen verbessern konnten.

Dies zeigte sich nicht nur an den guten Ergebnissen auf den Schwimmveranstaltungen, sondern auch bei den Triathlon-Wettkämpfen, an denen einige teilgenommen haben.

*weiter auf Seite 8!*

# Jahresberichte der Abteilungen

## SCHWIMMEN (Forts.)

Vor fünf Jahren von ein paar Schwimmbegeisterten (wieder)gegründet, hat die Gruppe sich in den letzten Jahren um ein paar gute Schwimmer erweitern können. Die positive Entwicklung lässt hoffen, dass es auch in Zukunft mit der Schwimmabteilung der TSG erfolgreich weitergeht.

Für die anstehenden Wettkämpfe im Jahr 2011 wird zumindest wieder fleißig trainiert.

MALTE PACHOLKE

---

## TENNIS

Unsere Tennisabteilung kann wieder auf ein erfolgreiches Jahr zurückblicken.

Der Höhepunkt der Saison war sicher die Sanierung unserer Tennishalle, die jetzt auch als Mehrzweckhalle genutzt wird. Rechtzeitig zum Saisonbeginn konnten die Arbeiten abgeschlossen werden. Bei der Einweihungsfeier haben wir allen Beteiligten für die termingerechte Fertigstellung und die Finanzierungshilfen gedankt.

Die Damen-50-Mannschaft war sehr erfolgreich und erkämpfte sich in der 1. Bezirksliga den zweiten Platz. Sie schrammte damit nur knapp an der Meisterschaft und damit dem Aufstieg vorbei.

In der NTV-Damen-Doppel-Runde hat unsere Mannschaft wieder einen guten Mittelplatz erreicht.

Leider mussten wir unsere Herrenmannschaft von den Punktspielen zurückziehen.

Am 17. März fand im Clubhaus unsere Mitgliederversammlung statt. Neben den üblichen Regularien wurden die anstehenden Wahlen durchgeführt. In **SPORT SPIEL SPAß** haben wir darüber berichtet.

Im März und April haben wir an mehreren Wochenenden und Abenden in der Woche die Außenanlagen hergerichtet. Im Herbst waren dann die Plätze winterfest zu machen. Wir möchten uns bei allen Mitgliedern, die mitgewirkt haben, herzlich bedanken. Mit der alljährlich erforderlichen Instandsetzung der Tennisplätze haben wir nach langer Zeit

wieder ein Unternehmen beauftragt, dass auf diese Arbeiten spezialisiert ist.

Sehr erfreulich war auch 2010 der starke Zulauf von Kindern und Jugendlichen. Um allen ein dem Alter und den persönlichen Möglichkeiten gerechtes Training bieten zu können, sind inzwischen drei Trainer für uns tätig. Insgesamt werden in 12 Gruppen jetzt 48 Kinder und Jugendliche trainiert, fast doppelt so viel wie vor zwei Jahren.

Im Dezember haben unsere Jugendwartin und unsere Trainer ein Jugendturnier durchgeführt, bei dem auch die Eltern einmal Tennis schnuppern konnten. In unseren neuen Hallen hatten alle viel Spaß. Ein herzliches Dankeschön an die Organisatoren!

Abschließend ein herzliches Dankeschön an alle, die durch ihren besonderen Einsatz zu einem guten Gelingen des Tennisjahres 2010 beigetragen haben.

MANFRED GOLDENSTEIN

---

## TISCHTENNIS

Top-Resultat des Jahres 2010 war unsere zweifache Teilnahme an der Bezirkspokalendrunde im April des Jahres in Hude. Die 3. Herren schaffte hier einen glänzenden 2. Platz und unsere 1. Herren erkämpfte sich Rang 3 in ihrer Spielklasse.

Die 3. Herren spielt nach der Meisterschaft in der 1. Kreisklasse seit diesem Herbst in der Kreisliga und belegt zur Halbzeit den 3. Platz. Erfreulich auch der derzeitige 2. Platz der neugegründeten 5. Herren in der 4. Kreisklasse. Die 4. und 5. Herren hat sich außerdem für das Kreispokalendspiel am 7. Januar qualifiziert.

Bei den Kreismeisterschaften im September holten folgende TSGer den Einzel-Titel: Jens Hock (Herren-C), Günther Norder (Herren-E) und Konstantin Erbes (Jungen). Vizemeister wurden: Thore Eilers (Herren-D und Jungen) sowie Malte Prietz (Schüler-A).

An unserer Vereinsmeisterschaft Anfang September nahmen insgesamt 20 Erwachsene und 16 Jugendliche teil.



# Jahresberichte der Abteilungen

## TISCHTENNIS (Forts.)

Durch die engagierte Arbeit unserer 3 Jugend-Übungsleiter Terje Weise, Steffen Weiers und Lukas Hartmann ist die Teilnehmerzahl am Jugendtraining in den letzten vier Monaten des Jahres angewachsen. Drei Mannschaften nehmen zudem an Punktspielen teil. Um das zweimal wöchentliche Training auch in Zukunft aufrecht erhalten zu können, haben unsere beiden besten Jugendspieler Konstantin Erbes und Thore Eilers Ende des Jahres an einem dreitägigen Co-Trainerlehrgang des Verbandes teilgenommen.

Aus Anlass der 20 Jahre bestehenden Verbindung zu Sportfreunden im sächsischen Kirchberg weilten wir Ende September mit einer kleinen Abordnung im Südosten unseres Landes. Nähere Einzelheiten hierzu waren in der NWZ nachzulesen.

Am 3. Advent richteten wir zum 35. Mal unser internationales Jugendturnier in der Brakenhoff-Halle aus. Mit 270 Teilnehmern war ein Aufwärtstrend gegenüber 2009 zu vermelden.

Nicht nur unsere Homepage präsentiert sich im neuen Gewand (wovon sich jeder überzeugen kann) auch unsere 44 Aktiven bestreiten die Punktspiele jetzt mit einem neuen einheitlichen Outfit in Form neuer Trikots und Trainingsanzüge.

Gesellige Veranstaltungen, wie unsere Kohlfahrt im Februar sowie die Spargeltour im Mai standen auch wieder auf dem Programm des zurückliegenden Jahres.

Rolf Claaßen / 25.01.2010

## KINDERTURNEN

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 Brakenhoff-Halle turnen, tummeln sich etwa 65 Kinder, die von einem Elternteil oder Oma/Opa begleitet werden. Die Kinder sind im Alter von 14 Monaten bis zu 4 Jahren. Das Angebot wird vor allem in den Monaten Oktober bis Mai in dieser großen Anzahl genutzt.

Die Leitung hat Marianne Rohlf's mit Heike Tax als Helferin in der ersten Gruppe.

Das Angebot umfasst den Aufbau aller großen und kleinen Sportgeräte, die im Turnen üblich sind. Sie werden mit Weichböden, Fallschirmen und Matten umgewandelt in Kletter-Balancier- und Spiellandschaften.

Nach Rücksprache mit dem Vorstand konnten wir im letzten Jahr eine große klappbare Weichbodenmatte erwerben, die natürlich von allen Turngruppen genutzt wird. Herzlichen Dank für diese Unterstützung!

Die vielen phantasievollen Aufbauten wirken sehr motivierend, sagen die Eltern. Den Abschluss jeder Stunde bildet ein gemeinsamer Kreis bei Fingerspielen und rhythmischen Bewegungsspielen mit Sprechen, Singen, Klatschen usw..

Höhepunkte im Jahresablauf sind themengebundene Aufbauten, etwa zu Ostern und Weihnachten, das Faschingsturnen zusammen mit den beiden Vorschulkindergruppen und ein Abschlusskreis bei Kerzenlicht, Singen und einer kleinen Bescherung am Jahresende.

Zur selben Zeit (donnerstags von 15:30 bis 17:30 Uhr) turnen zwei Vorschulkindergruppen bei den Übungsleiterinnen Petra Holz und Anja Keppner. Teilnehmer sind häufig die älteren Geschwister der Aller kleinsten, so dass es den Eltern möglich ist, bei nur einer Anfahrt mehrere Kinder gleichzeitig zum Turnen zu bringen. Etwa 20 Jungen und Mädchen im Alter von 4½ bis 5½ Jahren turnen in der ersten Stunde, bei den 5½ bis 6½ jährigen sind es ca. 25.

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. Auch die Weihnachtsfeier mit Singen, Gedichtaufsagen und kleinen Spielen ist Tradition.

Mittwochs zwischen 15:30 und 17:30 Uhr treffen sich in der Brakenhoff-Halle die schulpflichtigen Kinder zum Turnen. In der ersten Gruppe turnen zur Zeit 20 Jungen und Mädchen im Alter von 6 bis 8 Jahren, bei den 8 bis 11 jährigen sind es 15 Teilnehmer.

Im Januar/Februar 2010 wurden die Übungen für das Kinderturnabzeichen abgenommen. 31 Kinder haben die geforderten Leistungen erbracht und wurden mit einer Urkunde belohnt.

*weiter auf Seite 10!*

# Jahresberichte der Abteilungen

## KINDERTURNEN (Forts.)

Faschingsturnen mit Verkleiden und die Weihnachtsfeier mit lustigen Spielen und einer „Schlickerrunde“ bei Kerzenschein sind weiterhin eine begehrte Unterbrechung des normalen Programms. Die Leitung der Gruppe hat Petra Holz. Leider steht Christa Bergen aus gesundheitlichen Gründen z.Z. nicht als Hilfe zur Verfügung. Wir hoffen, dass es ihr bald wieder besser geht. Mit Ute Schröder aus Ocholt konnten wir eine neue Helferin gewinnen. Ute ist schon seit einiger Zeit im TuS Ocholt tätig.

Eine Unterbrechung dieses Turnangebots gab es im April bis zu den Sommerferien, da beide Übungsleiter gleichzeitig erkrankten.

Marianne Rohlf's bietet Turnen für 3½- bis 4½-jährige Kinder an, und zwar mittwochs in der Brakenhoff-Halle von 15.30 Uhr bis 16.45 Uhr. Ihr zur Seite steht Heike Tax, die im Verlauf dieses Jahres ihre Übungsleiterlizenz erworben hat, wozu wir herzlich gratulieren. Auf Mithilfe einiger Mütter und Väter sind wir dringend angewiesen, sowohl beim Aufbau der Geräte als auch bei der Betreuung und Sicherung. Durch dieses neue Angebot ist eine Förderung der turnerischen Fähigkeiten möglich geworden. Die Zahl ist auf 15 bis 18 Teilnehmer begrenzt, es besteht eine Warteliste.

Eine Einradgruppe, geleitet von Kirsten Scharnowski, trainiert montags (16:30 - 18:00 Uhr) in der kleinen Hössenhalle. Die Abgänge im vergangenen Jahr konnten mit vielen Neuzugängen aufgefüllt werden, so dass die Gruppenstärke auf 19 Teilnehmer angestiegen ist.

Im August hatte die Gruppe im Rahmen der Gesundheitswoche einen Auftritt am Bewegungstag (12. August 2010). Eingeladen waren Eltern, Großeltern, Verwandte und Geschwister.

Die langjährigen Fahrerinnen beherrschen inzwischen nicht nur das Vorwärts- oder Rückwärtsfahren, sondern auch das Einbeinfahren oder Wheel Walking, Pendeln oder den Damenaufstieg.

Am Ende des Jahres erhielt die Gruppe eine Einladung zu einem Einradtag in Apen. Mit 16 Teilnehmern und der Unterstützung einiger Eltern fuhr Kirsten am 23. Januar 2011 dorthin.

MARIANNE ROHLF'S

## GESUNDHEITSSPORT

### RehaSport für Kinder

Kinder haben ein natürliches Verlangen nach Bewegung.

Dieser RehaSport bietet Jungen und Mädchen im Alter von 5 bis 9 Jahren die Möglichkeit, durch spielerische Bewegungsangebote ihren Körper besser kennenzulernen und Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit zu entwickeln.

In der bewusst kleinen Gruppe war es möglich, sich auf jedes Kind individuell einzustellen und jeweils auf die persönlichen Stärken und Schwächen einzugehen. Das Erleben von Freude am Sport- ohne Leistungsdruck - und die besonderen Ereignisse wie Faschingsturnen und das Sommerfest mit Bewegungsspielen wurde von den Kindern gut angenommen.

Die Reha-Sportgruppe ist durch die DSB-Lizenz Prävention und Rehabilitation anerkannt, so dass eine Förderung durch die Krankenkasse möglich ist.

EDITH CLAUS- KLAR

### Nordic Walking

33 Nordic Walker sind auf meiner Liste. Je nach Wetterlage kommen regelmäßig 10-22 Teilnehmer. Gelaufen wird vor allem im Bereich des Hössenbusches unter regelmäßiger Belastungskontrolle durch Pulsuhrmessung.

Eine Mühlenbesichtigung im Sommer und eine große adventliche Frühstücksrunde bildeten die diesjährigen geselligen Veranstaltungen.

Im Frühjahr wurde außerdem ein Nordic-Walking-Kurs durchgeführt.

LIANE SANDER

### Sport und Spaß ab 60

Die 24 Teilnehmer haben sich im vergangenen Jahr wieder regelmäßig getroffen mit dem Ziel, die Beweglichkeit zu erhalten, zu reaktivieren, zu entwickeln und zu trainieren.

Mit Spaß und Freude waren alle beim Sommer- und Adventfrühstücken dabei.

Im Oktober sind wir in die „Neue Mehrzweckhalle“ umgezogen und treffen uns nach wie vor dienstags von 10.30 Uhr bis 12 Uhr.

LIANE SANDER

# Jahresberichte der Abteilungen

## **GESUNDHEITSSPORT (Forts.)**

### **Walking / Nordic-Walking**

Das Jahr fing mit Eis und Schnee an und das Nordic Walking-Training musste schon mal wegen Glatteis ausfallen oder es wurde auf eigene Gefahr gewalkt. Einige waren immer dabei und kämpften sich durch den Schnee und fielen auch mal hin. Ich auch! Glücklicherweise gab es nur blaue Flecke! 35 Aktive zählen die Gruppe insgesamt, die dienstags, donnerstags und samstags trainieren. Neben dem Osterlauf fanden zwei Rundgänge am Sonntagmorgen und der Rasteder Staffellauf (diesmal ohne Pokal – aber dabei sein ist alles!) statt. Höhepunkte waren die Spargeltour (Fahrradtour, Swin-Golfen und Spargelessen im Klosterhof zu Jührden), die Tagestour nach Langeoog, der Ausflug zum Kräutergarten und die Weihnachtsfeier. Durch die vielen Unternehmungen kommt die Geselligkeit nie zu kurz, und neue Mitglieder finden schnell Anschluss.

2010 fanden drei Nordic Walking-Kurse unter meiner Leitung statt.

2010 fand ein M.O.B.I.L.I.S.-light-Kurs statt, an dem 11 Personen teilnahmen.

INGRID WEDEMANN

### **Gesundheitsport Seniorinnen**

Unsere kleine - aber sehr treue Runde - hat sich im Turnjahr 2010 sehr aktiv an den regelmäßigen Stunden in der Brakenhoff-Turnhalle beteiligt.

Die Turnerinnen im Alter von 69 bis 91 Jahren haben sich nicht nur körperlich sondern auch geistig bei den vorgegebenen Aufgaben betätigt und so ihre Flexibilität und Leistungsfähigkeit in den verschiedensten Situationen erproben können. Das Schulen von Gleichgewicht, Beweglichkeit und Kraft standen im Mittelpunkt und sollten helfen, weiterhin den Alltag gut zu meistern.

Beim Frühjahrsabschluss, Spargelessen und beim vorweihnachtlichen Kaffeetrinken konnten sie sich alle Mitglieder der Turngruppe in größerer geselliger Runde austauschen.

RENATE TAUTE

### **Herzsport**

Es trainieren weiterhin zwei Herzsportgruppen unter der Leitung von Iris Hahn immer montags von 19.00 - 20.00 Uhr und von 20.00 - 21.00 Uhr in der Gymnasium-Sporthalle.

IRIS HAHN

### **Sport bei Multipler Sklerose**

Unter der Leitung von Helga Harazim treffen sich die Teilnehmer mittwochs von 10.00-11.00 Uhr im Spiegelsaal der RDS, um mit leichter Gymnastik, Gehschule, Körperwahrnehmung, Gesprächen und gemeinsamen Unternehmungen ihre Beweglichkeit zu erhalten und soziale Kontakte zu pflegen.

HELGA HARAZIM

### **Entspannungskurse**

Es fanden 2010 zwei Entspannungskurse statt. Beide waren ausgebucht.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

### **Präventive Wirbelsäulengymnastik**

In 2010 hatte die Gruppe 25 Mitglieder. Davon trafen sich wöchentlich ca. 15 Teilnehmer, um ihre allgemeine Fitness zu trainieren. Im September sind wir vom Spiegelsaal in die Mehrzweckhalle umgezogen. Sie bietet uns wesentlich mehr Platz für den Ausdauerbereich und der inzwischen gut gefüllte Geräteraum (Kleingeräte und Matten, die wir gemeinsam mit der Fitnessabteilung angeschafft haben) lässt weiterhin vielfältige und abwechslungsreiche Stunden zu.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

### **Reha-Wirbelsäulensport**

Um der großen Nachfrage gerecht zu werden, richtete ich eine vierte Reha-Sportgruppe ein. Dadurch wurde eine lange Warteliste abgebaut. Alle Gruppen trainieren inzwischen in der Mehrzweckhalle, je zwei am Mittwoch und zwei am Donnerstag. Die Räumlichkeiten fanden nicht bei allen Teilnehmern den erhofften Zuspruch, gerade zu Beginn gab es viele unzufriedene Gesichter. Die anfängliche Kälte am Mittwochmorgen macht meinen überwiegend älteren Teilnehmern oft zu schaffen, obwohl ich die Heizung mindestens eine halbe Stunde vor Beginn der eigentlichen Stunde anschalte, damit die Temperatur erträglich ist. Aller Anfang ist schwer und so ist zu hoffen, dass wir im neuen Jahr die Unwegsamkeiten überwinden und die positiven Aspekte die Oberhand gewinnen werden.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

# Jahresberichte der Abteilungen

## GYMNASTIK – FITNESS - TANZ

### Vorwort

Es gibt zehn feste Angebote in unserer Abteilung, die von Kursen wie Step-Aerobic, Flexi-Bar, Skigymnastik (SSS Nr. 106) und seit Neustem Beckenbodengymnastik ergänzt werden. Aus dem im letzten Jahr zum Schnuppern eingerichteten Bauchtanzkurs ist inzwischen eine feste TSG-Gruppe geworden. Darüber freuen wir uns sehr.

Langjährige Erfahrung und Fortbildung der Übungsleiter, Anschaffungen neuartiger, aktueller Kleingeräte sowie der „gute Draht“ zur Gruppe und „das Training der Geselligkeit“ tragen dazu bei, dass Übungsleiter wie auch Teilnehmer sich „ihren“ Gruppen über viele Jahre verbunden fühlen.

In der neuen Mehrzweckhalle der TSG (baulich veränderte Tennishalle) trainieren nun auch Gruppen unserer Abteilung. Ein eigener Geräteraum sorgt für genug Platz, neu angeschaffte Matten und Kleingeräte zum Üben aufzubewahren, ein Spiegel an der Wand lässt Bewegungen besser kontrollieren und eine neue Musikanlage wird in absehbarer Zeit zum Einsatz kommen. (Info über die Halle in SSS 109).

Wir freuen uns auf ein sportliches Jahr 2011.

SABINE KATHMANN (Abteilungsleiterin)

### Skigymnastik

Alle Jahre wieder von Januar bis zu den Osterferien trainiert Hartmut Kröncke nach altbewährter Tradition TSG-Mitglieder, die sich fürs Skilaufen fit machen wollen. Jeden Sonntag ab 9. Januar finden sich von 11.00 - 12.30 Uhr Interessierte in der TSG-Halle an der Hössen ein. Dies Angebot läuft noch bis 27. März.

SABINE KATHMANN

### Fitness am Donnerstag

Diese Übungsgruppe für Frauen besteht nun auch schon fast 19 Jahre (einige Teilnehmerinnen sind schon von Anfang an dabei). Donnerstags um 19.45 Uhr treffen sich Teilnehmerinnen im Alter von 19-64 Jahren in der neuen TSG-Halle zur Verbesserung und Erhaltung ihrer Fitness. Dazu gehört Aerobic zu Beginn jeder Stunde, anschließend vielseitige Muskelkräftigung, und danach beenden Dehnung und Entspannung die Übungseinheit. Nach dem bekannten Motto „Im Verein ist Sport am schönsten“ unternehmen wir auch mal zu Fuß eine „Kohltour“, im Sommer eine Radtour mit Picknick und treffen uns kurz vor

Weihnachten nach ausgiebigem Spaziergang zur traditionellen Weihnachtsfeier mit „Schrottwichteln“.

SABINE KATHMANN

### Step-Aerobic

Diese Sportart wurde wieder in Kursform (auch für Nichtmitglieder) für Erwachsene im Herbst angeboten. In zwei Gruppen (für Einsteiger und Fortgeschrittene) gab es zwei gut besuchte Kurse, die auch weiter angeboten werden mit der Möglichkeit, nach aktueller Musik und mit interessanten Schrittkombinationen am Step-Brett die Koordinationsfähigkeit und Ausdauer sowie die Muskelkraft zu trainieren. Die Anzahl der Übenden beläuft sich meistens auf 20 - 25 weibliche Teilnehmer pro Kurs. Interessenten sollten mit der Anmeldung (in der Geschäftsstelle) nicht zu lange warten.

SABINE KATHMANN

### Fitness und Gesundheit für Frauen

Diese Gruppe zählt z.Z. 14 regelmäßig aktive Frauen. Ziel des Bewegungsprogramms an jedem Mittwoch von 18.45 - 19.45 Uhr (ab diesem Jahr in der neuen TSG-Halle) ist eine bessere Belastbarkeit im Alltag. Die Übungsstunde wird abwechslungsreich mit kleinen Tänzen, Aerobic, kleinen Spielen, Intervalltraining begonnen und unter Zuhilfenahme verschiedenster Kleingeräte sowie als propriozeptives Training und Training der Atmung gestaltet. Körperlichen Beschwerden soll vorgebeugt und eine allgemeine Leistungsfähigkeit erhalten werden (ausführlicher Bericht in SSS 106 im Archiv der Homepage). Auch Freizeitaktivitäten wie Radtour im Sommer, gemütliches Treffen in der Vorweihnachtszeit sowie eine Kohltour, jeweils auch an einem Mittwoch, sind im Programm enthalten.

DOROTHEA WILLMS

### Girlsclub, Aerobicgirls und Kidsclub

Die Mädchengruppen am Freitagnachmittag erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Der Girlsclub konnte im vergangenen Jahr drei Auftritte bestreiten. So belegte das Team unter anderem beim Oldenburger Tanzwettkampf den vierten Platz. Die Mädchen sind mit viel Eifer dabei und nehmen die Fahrtstrecken in Kauf, um ihr Können zu präsentieren.

*weiter auf Seite 14!*

## TISCHTENNIS TISCHTENNIS TISCHTENNIS

### Boßeltour



Die 1. und 2. Tischtennis-Männermannschaft der TSG und einige „Special guests“ trafen sich zwischen Weihnachten und Neujahr zum Boßeln; diesmal auf der „Hochgeschwindigkeitsstrecke“ zwischen Jübberde und Hollen.

Beim Zwischenstopp vor der Genossenschaft Hollen waren beim „Jubiläum“ dabei: Adrian Gerdes, Horst Claaßen, Malte Pott, Jörn Friese, Joachim Hartmann, Uwe Claaßen, Steffen Weiers und Lukas Hartmann (hinten von links nach rechts) sowie Jens Hock, Rolf Claaßen, Andre Claaßen und Daniel Sparding (vorne v. li.).

Rolf Claaßen

## SCHWIMMEN SCHWIMMEN SCHWIMMEN SCHWIMMEN

### Schwimmer der TSG Westerstede erfolgreich bei den 1. Deutschen-Kurzbahnmeisterschaften der Masters – Alfred Meyerjürgens holt sich die Silbermedaille.



▲ Alfred Meyerjürgens und Malte Pacholke  
im Bremer Unibad

Im November fanden zum ersten Mal die Deutschen Kurzbahnmeisterschaften der Masters im Unibad in Bremen statt. Die Schwimmer der Masters- und Leistungsgruppe der TSG Westerstede kamen von da mit hervorragenden Ergebnissen nach Hause.

Mit einer beachtlichen Leistung über die 100m Freistil holte sich Alfred Meyerjürgens in einer Zeit von 1:12,97 die Silbermedaille in der Altersklasse 60!

Über die 50 Freistil erreichte er einen 6. Platz, weiter einen 5. Platz über 100m Brust und einen 7. Platz über 50m Brust - insgesamt also ein gutes Gesamtergebnis.

Malte Pacholke startete in der Altersklasse 35. Mit 1:00,57 erreichte er über die 100m Freistil Platz 4 und über 50m Brust Platz 6. Bei großer Konkurrenz reichte es über 50m Freistil nur zu Platz 14 - trotz neuer persönlicher Bestzeit von 0:28,41.

Die Veranstaltung - mit über 900 Teilnehmern und etwa 2800 Meldungen - bot spannende Wettkämpfe und war gut organisiert.

MALTE PACHOLKE

# Jahresberichte der Abteilungen

## **GYMNASTIK – FITNESS - TANZ** (Forts.)

Auch bei den Aerobicgirls hat sich eine feste Gruppe etabliert. Die Mädchen beherrschen viele Aerobic Schritte und nutzen auch gerne andere Geräte wie Aerosteps, Stepbretter oder die Flexibars. Auch Zirkeltraining nutzen wir, um die allgemeine Fitness zu fördern.

Besonders erfreulich ist, dass sich mit Jana Klockgether und Anna Hobbie zwei neue Übungsleiterinnen fanden, die gemeinsam die Gruppe Kidsclub übernommen haben. Die Trainingszeit für diese Gruppe (von ca. 8 - 14 Jahren) ist immer freitags ab 15.30 Uhr. Zum Aufwärmen wird gespielt und getobt, so dass die Kinder anschließend für die Einübung von Tanzschritten zu HipHop Musik bereit sind.

URTE DIEKHÖFER

### **Bauchtanz**

Diese mittlerweile fest ins Programm der TSG aufgenommene Gruppe, geleitet von Petra Eske-Gärtner, die schon seit vielen Jahren Bauchtanz ausübt und unterrichtet, wird gut angenommen und übt mittwochs von 20-21.30 Uhr in der TSG-Halle. Anfänger sind jederzeit willkommen.

Bauchtanz stärkt die Muskulatur und verbessert Ausdruck und Körperhaltung. In diesem Jahr wird es zusätzlich auch ein mehrstündiges Anfängerkursangebot für alle Frauen geben, die gerne tanzen, unabhängig von Alter oder Statur. Mit viel Spaß werden Grundschnitte, schöne Körper- und Armhaltung erlernt und dem Körper auf schonende Weise etwas Gutes getan.

PETRA ESKE-GÄRTNER

### **Fitness am Montag**

Von 30 Frauen, die auf unserer Telefonliste stehen, trainieren wöchentlich ca. 20 Fitnessbegeisterte im Spiegelsaal und verbessern ihr Allgemeinbefinden mit Aerobic-Choreographien, Kraft- Koordinationstraining, Dehnung und Entspannung. Aber auch die jährlich stattfindende Aromamassage, bei der wir uns ein gegenseitiges Wohlbefinden zukommen lassen, findet großen Anklang. Die Geselligkeit kommt nicht zu kurz und so treffen wir uns regelmäßig zu Radtouren und anderen Aktivitäten.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

### **Gymnastikgruppe am Mittwoch**

Diese Gruppe hatte im vergangenen Jahr einen guten Zulauf und so kommen jeden Mittwoch von 18.30 bis 20.00 Uhr 15 - 20 Frauen, von

insgesamt 31, regelmäßig in die kleine Hössenhalle und trainieren Körper, Geist und Seele – so hieß es früher. Heute nennen wir es die Stärkung von psychosozialen Ressourcen im Sport, die zur Verbesserung der Lebensqualität beiträgt, günstige Voraussetzungen zur Bewältigung von gesundheitlichen Belastungen darstellt und uns selbst in die Lage versetzt, die körperliche Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden aktiv zu beeinflussen. Daran arbeiten wir alle gemeinsam und jede Woche aufs Neue mit viel Freude.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

### **Flexi-Bar**

In diesem Jahr fanden wieder zwei Flexi-Bar Kurse statt, einer im April bis Juni, der andere nach den Sommerferien im August bis Oktober. Beide Kurse waren ausgebucht und werden auch zukünftig angeboten.

KIRSTEN SCHARNOWSKI

### **Fitness am Morgen (dienstags)**

Unsere Gruppe besteht inzwischen seit fast 9 Jahren. Wie das Thema schon aussagt, ist es unser Ziel, die persönliche Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern. Mit z.Z. ca. 17 TN treffen wir uns hierzu immer dienstags um 8.45 Uhr (außer in den Schulferien) im Spiegelsaal der RDS. Wie jedes Jahr unternahmen wir auch im letzten Sommer eine Radtour bei sonnigem Wetter. Im Dezember besuchten wir eine Aufführung im Theater „Laboratorium“, die allen Frauen sehr viel Spaß bereitete.

Neue Teilnehmer sind uns immer herzlich willkommen.

LIANE SANDER

### **Gymnastik für Frauen über 50**

Die Gruppe besteht aus über 30 Teilnehmerinnen, die sich montags um 19.00 Uhr in der Robert-Dannemann-Halle treffen, um sich dort 60 Minuten lang sportlich zu betätigen. Mit Hilfe verschiedener Sportgeräte wie Bälle, Aerosteps, Hanteln werden u.a. Körperbeherrschung, Ausdauer und Kraft trainiert. Aktuelle Musik und Oldies helfen beim Durchhalten, und auch Entspannung und Spaß kommen nicht zu kurz, dazu tragen auch unsere Sommer-Radtour und unsere Weihnachtsfeier bei.

Neue Teilnehmerinnen sind jederzeit herzlich willkommen, Vorkenntnisse sind nicht nötig.

INGRID WEIGMANN

# Jahresberichte der Abteilungen

## VOLLEYBALL

Auch in der vergangenen Saison und der nun schon weit fortgeschrittenen Punktspielserie 2010/2011 zeigt sich die Volleyballabteilung gut aufgestellt. Neben den weiterhin aktiven Hobby-Gruppen, in denen Spielerinnen und Spieler zwischen 18 und 80 an jedem Abend der Woche pritschen, baggern und Geselligkeit pflegen, nehmen sechs Damenmannschaften und vier Jugendmannschaften am Punktspielbetrieb teil.

In der VSG Ammerland, der Spielgemeinschaft mit dem VfL Bad Zwischenahn, sind es vier Herren-Teams, die in dieser Saison um Punkte und Meisterschaft kämpfen.

Dabei liegen zum Zeitpunkt dieses Berichts Licht und Schatten nahe beieinander: Während die Herren mit ihren ersten Mannschaften in der Regionalliga bzw. der Verbandsliga auf dem Weg zur Meisterschaft sind, müssen die meisten Damenmannschaften noch wichtige Punkte für den Klassenerhalt einspielen. Hier kommt sicher zum Tragen, dass die Mannschaften wegen zahlreicher Abgänge aus beruflichen und privaten Gründen bzw. langwieriger Verletzungen wichtiger Leistungsträgerinnen neu aufgestellt werden mussten. Aber mit der Unterstützung des Westersteder Publikums und ein bisschen Glück sollte der Klassenerhalt unseren Regionalliga-

Damen und der mit vielen Nachwuchstalenten ergänzten 2. Damen in der Verbandsliga wohl gelingen.

Die in der letzten Saison unglücklich in die Bezirksklasse abgestiegene 3. Damen befindet sich zur Zeit auf einem möglichen Wiederaufstiegsplatz – auch hier heißt es „Daumen drücken“ für den gewünschten Erfolg.

Die 4., 5. und 6. Damen – alle mit jüngeren Spielerinnen besetzt, die grundsätzlich oder in der jeweiligen Spielklasse ihre erste Saison bestreiten – gewinnen in dieser Saison in erster Linie an Erfahrung. Aber auch das bringt uns weiter.

Für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 15 gibt es zurzeit fünf Gruppen in TSG und VSG. Hier ist der Zulauf vor allem bei den Mädchen immer noch recht groß, lediglich der Mangel an Übungsleitern und passenden Hallenzeiten setzt weiterer Expansion Grenzen.

So sind wir natürlich immer auf der Suche nach Mitarbeitern bei der Betreuung der Gruppen und im organisatorischen Bereich, denn auch für die kommende Saison möchten wir den Jugendlichen regelmäßiges Training und die Teilnahme am Wettkampfbetrieb der Jugendlichen ermöglichen.

GABI DÖPKE

## SCHWIMMEN SCHWIMMEN SCHWIMMEN SCHWIMMEN

Liebe Eltern und Kinder!

Die Schwimmabteilung der TSG Westerstede will eine Nachwuchsgruppe für max. 15 Mädchen und Jungen im Alter von 8 – 10 Jahren (Jahrgänge 2001 - 2003) aufbauen.

1. Beginn: Montag, 21. Februar 2011 - Hallenbad
2. Voraussetzung: Schwimmabzeichen in Bronze, Mitgliedschaft in der TSG Westerstede
3. Trainingszeit: jeweils montags - eine Bahn  
ab 16.30 Uhr Eintreffen im Vorraum Hallenbad  
ab 16.45 Uhr gemeinsamer Einlass  
17.00 - 18.00 Uhr Wasserzeit  
18.15 Uhr gemeinsamer Ausgang  
Die Trainingszeit ist eintrittsfrei.

4. Anmeldung TSG- Geschäftsstelle, An der Hössen 14 / Tennishaus

HANS-DIETER PACHOLKE

## Das ist drin:

Einladung zur JHV .....	2
Mitgliederstatistik .....	2
22 Jahre <b>SPORT SPIEL SPASS</b> ....	4
Tischtennis .....	13
Schwimmen .....	13
Schwimm-Nachwuchs .....	15
Jahresberichte .....	3 - 15

## TSG-Kursangebote

(Teilnahme auch für Nichtmitglieder)

### Flexi-Bar:

- \* **03.05. bis 21.06.2011** (8 Abende)  
dienstags 18.00 Uhr - 19.00 Uhr  
Spiegelsaal der RDS  
Leitung: Kirsten Scharnowski

### Nordic-Walking:

- \* **10.03. bis 28.04.2011** (8 Abende)  
donnerstags 18.00 Uhr,  
Hössensportanlage  
Leitung: Liane Sander  
Leihstöcke stehen zur Verfügung

### Step-Aerobic:

- \* **13.09. bis 15.11.2011**  
**Anfänger**  
donnerstags 18.30 Uhr, (8 Abende)  
Spiegelsaal der RDS  
Leitung: Sabine Kathmann
- \* **13.09. bis 15.11.2011**  
**Fortgeschrittene**  
donnerstags 18.30 Uhr, (8 Abende)  
Spiegelsaal der RDS  
Leitung: Sabine Kathmann

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

### TSG-Geschäftsstelle (☎ 1876)

#### Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag: 14.30 - 18.30 Uhr  
Dienstag, Donnerstag: 7.00 - 11.00 Uhr

## TSG-Tanzkurse

### Jugend-Grundkurs

- **ab 05.05.2011** 8 Abende  
donnerstags, 17.15 - 18.45 Uhr  
Spiegelsaal der RDS

### Erwachsenen-Grundkurs

- **07.04. bis 09.06.2011** 10 Abende  
donnerstags, 20.30 - 22.00 Uhr  
Spiegelsaal der RDS

### Erwachsenen-Aufbaukurs

- **07.04. bis 09.06.2011** 10 Abende  
donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr  
Spiegelsaal der RDS

### Anmeldung und Info für Kurse in der TSG-Geschäftsstelle

☎ 04488 / 1876, Fax 04488 / 860535

Alle Kurse auch für Nichtmitglieder.

Alle Kurse erfordern Anmeldung.

Infos auch unter

[www.tsg-westerstede.de](http://www.tsg-westerstede.de)

<b>IMPRESSUM:</b>	Redaktion:	Berndt Erben Erwin Meyer Weyert Schipper	eMail: <a href="mailto:berndt.erben@gmx.de">berndt.erben@gmx.de</a> eMail: <a href="mailto:erwin.meyer@gmx.net">erwin.meyer@gmx.net</a> eMail: <a href="mailto:weyert.schipper@t-online.de">weyert.schipper@t-online.de</a>	☎ 04488 / 1790 ☎ 04488 / 4137 ☎ 04488 / 3504 ☎ 04488 / 1876 FAX 04488/860535
	Herausgeber:	TSG Westerstede 26655 Westerstede, An der Hössen 14 eMail: <a href="mailto:info@tsg-wst.de">info@tsg-wst.de</a>	INTERNET: <a href="http://www.tsg-wst.de">www.tsg-wst.de</a>	
	Druck:	wds - Westersteder Druck-Service		

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 01. Mai 2011**