

SPORT SPIEL SPASS



Mitteilungsblatt 117

Januar 2014

Das ist drin:

Einladung zur Jahreshauptversammlung . . . 2
Jahresberichte der Abteilungen. 3
Tischtennis. 13
Schwimmen. 14

Versicherungsschutz. 14
Änderung Lastschrifteinzug Sepa . . 14
Kurse, Termine 15



Donnerstags in der Brakenhoffhalle

Kinder mit Ihren Müttern oder Vätern, manchmal auch Oma oder Opa als Begleitung, die „Institution“ Kinderturnen erfreut sich seit Jahrzehnten großer Beliebtheit. In 4 Gruppen, zwei davon elternbegleitet, turnen nachmittags bis zu 100 Kinder.

Liebe TSG-Mitglieder,

Auf diesem Wege wünsche ich allen Mitgliedern, ihren Angehörigen und allen Freunden und Sponsoren unseres Sportvereins ein glückliches neues Jahr.

Ich hoffe, Sie hatten ein friedvolles Weihnachtsfest und konnten in der besinnlichen Zeit die Erfolge des vergangenen Jahres und Ihre persönlichen und sportliche Ziele für 2014 reflektieren.

Bei den Abteilungsleitern und bei allen Übungsleitern möchte ich mich für Ihren Einsatz in unserem Verein und die Unterstützung, die Sie unserem Verein entgegengebracht haben, bedanken und bitte Sie auch für die Zukunft um eine vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Kai Uwe Scherer

1. Vorsitzender

Turn- und Sportgemeinde Westerstedde e. V.

EINLADUNG zur **Jahreshauptversammlung 2014**
am **Mittwoch 12. März 2014, 20.00 Uhr** im TSG - Vereinsheim (An der Hössen 14)

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Bericht des Vorstandes
3. Bericht der Abteilungsleiter
4. Kassenbericht 2013
5. Bericht der Kassenprüfer und Wahl der Kassenprüfer für 2014
6. Entlastung des Vorstandes
7. Anpassung Ordnungen (Beitragsordnung / Anlage zur Beitragsordnung)
8. Haushaltsvoranschlag 2014
9. Anträge
10. Verschiedenes u. a. Ehrungen

Nach der Satzung der TSG Westerstedde ist die Jahreshauptversammlung eine **Delegiertenversammlung**. Die Versammlung ist jedoch selbstverständlich **offen für alle Mitglieder** der TSG Westerstedde. 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. § 10.7 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.

Kai Uwe Scherer, Vorsitzender

Jahresberichte der Abteilungen

Badminton

Das Jahr begann gleich mit der Teilnahme am Ammerland-Cup in Metjendorf, diesmal im Herrendoppel in der O50 Klasse. Erfahrungen wurden wieder gesammelt und der Spaß kam auch nicht zu kurz. Montags und mittwochs wird abends in der Brakenhoff Halle gespielt und trainiert. Wer sich einmal im Badminton versuchen möchte ist herzlich eingeladen. Es können auch gerne Freunde/ Bekannte/ Spielkameraden mitgebracht werden.

Aus der internationalen Presse: Es wurde ein neuer Geschwindigkeitsrekord aufgestellt mit einer mash-Geschwindigkeit von 493 km/h.

Trainingszeiten in der Brakenhoff Halle:

Jugendliche (ab 15 J.) und Erwachsene
Montags, 18:30 - 20:00 Uhr
Leitung: Stellan Pistor

Kinder (9 - 14 Jahre)
Mittwochs, 17:30 - 19:00 Uhr
Leitung: Eske Giesmann

Erwachsene
Mittwochs, 19:00 - 22:00 Uhr
Leitung: Karin Hiller



Basketball

Jugendbereich:

männliche Mannschaften

U10 Trainingsbetrieb
U12 Bezirksliga
U14 Landesliga
U16 Trainingsbetrieb
U18 Bezirksoberriga
U20 Landesmeisterschaften

weibliche Mannschaften

U14 Trainingsbetrieb

Damenmannschaft Bezirksliga

Seniorenbereich:

I. Herren 2. Regionalliga
II. Herren Bezirksklasse
Hobbygruppen, Trainingsbetrieb

Auch im Berichtsjahr 2013 ist unser langjähriger Spieler Milos Stankovic Spielertrainer geblieben. Milos Stankovic

trainiert weiterhin alle Jugendmannschaften außer den Minis, dort unterstützt ihn Bahir Karmand, der auch bei den

Ersten Herren als Spieler tätig ist. Die Damenmannschaft wird von Danijel Kacarevic trainiert. Auch er ist Spieler bei den Ersten Herren.

Neben dem Trainingsbetrieb für Leistungs- und Hobbymannschaften konnten die Punktspielrunden mit sehr guten Ergebnissen abgeschlossen werden. Die Ersten Herren konnten die Saison 2012/2013 als Tabellenzweiter beenden und hatten auch in der laufenden Saison 2013/2014 einen sehr guten Start. Leider kann nur der Tabellenerste in die 1. Regionalliga aufsteigen, der Aufstieg wurde knapp verpasst. In der Jugend erreichten die Mannschaften auch gute Ergebnisse. Unsere U20 Mannschaft erreichte bei der Niedersachsenmeisterschaft den 3. Platz und konnte sich somit für die Norddeutschen Meisterschaften qualifizieren. Milos Stankovic konnte durch sein Engagement viele Jugendliche für den Basketball begeistern.

Ein gutes Beispiel für das Engagement ist, dass Julius Liesenhoff, der in der U14 spielt, in den Niedersachsenkader aufgenommen wurde; Bastian Poelmeyer kam in den Bezirkskader. Außerdem haben wir dieses Jahr neue ausgebildete Schiedsrichter in unserem Verein. Im

weiblichen Bereich haben wir eine Damenmannschaft, welche am Spielbetrieb in der Bezirksliga teilnimmt. Außerdem organisierten wir für unsere Damenmannschaft ein Turnier in Westerstede, an dem sechs Mannschaften teilgenommen haben. Zum 4. Mal fand ein zweitägiges Basketball-Jugendcamp statt, zu dem wir über 60 Teilnehmer begrüßen konnten. Erstmals wurde ein Streetball-Turnier organisiert, welches auf dem Marktplatz stattfand. Hier nahmen auch viele Mannschaften aus der Region teil. Ein weiteres Highlight in der Saison, war die Teilnahme der Ersten Herren an einem international besetzten Pfingstturnier in Berlin.

Mit den EWE Baskets und der Baskets-Akademie Weser-Ems e.V konnte in diesem Jahr ein Kooperationsvertrag über die Ausbildung von Trainern der Basketballabteilung und die Förderung von Nachwuchsspielern abgeschlossen werden. Die Vertragsunterzeichnung wurde vom Vorsitzenden Kai-Uwe Scherer und vom Abteilungsleiter Andreas Schütte vorgenommen. Zur weiteren Unterstützung der Jugendarbeit wurde Mitte des Jahres der Förderverein „Junior Eagles“ gegründet.



Von links: Ralph Held, Nachwuchskoordinator EWE Baskets, Kai-Uwe Scherer, Andreas Schütte, Hermann Schüller, Geschäftsführer EWE Baskets

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 ehrenamtlichen Helfer macht ein Gelingen erst möglich. Stellvertretend für viele andere möchte ich hier Ingo Müller nennen, der als ausgebildeter Anschreiber die Spiele der Herren betreut. Des Weiteren ein großer Dank an Alfred

Meyer, der nicht nur als Passwart viel zum Gelingen der Abteilungsaufgaben beiträgt. Ferner möchten wir auch dem Abteilungsleiter Andreas Schuette danken.

Ganz besonders geht der Dank an alle, die sich ideell und finanziell für die

Gesundheitssport

Walking/Nordic Walking

Leitung Ingrid Wedeman, Elke Espig

Die Mischung aus Lockerungsübungen, Ausdauerblock und Gymnastik mit Entspannungsteil an der frischen Luft tut einfach gut. Die Gruppen treffen sich samstags (14.30 Uhr) am Vogelpark, dienstags (18.30 Uhr) auf der Hössen Sportanlage (im Winter) oder ab Vogelpark oder donnerstags (18.00 Uhr) immer auf der Hössen Sportanlage. Auch in den Ferien! 35 Teilnehmer sind gemeldet. Neben der Weihnachtsfeier gehören einige Ausflüge zum Jahresprogramm, die geselliges Beisammensein ermöglichen. Es fand ein Nordic Walking-Kurs statt. Es konnten wieder zwei neue Mitglieder für die TSG gewonnen werden. Aufgrund der immer geringer werdenden Kurs-Teilnehmerzahlen werden in Zukunft die Nordic Walking-Kurse in die festen Nordic Walking-Gruppen integriert. Ein Krankenkassenzuschuss für die Teilnehmer entfällt somit.

Nordic-Walken

Leitung Liane Sander

Donnerstags um 9.00 Uhr treffen wir uns regelmäßig bei "fast" jedem Wetter. 31 Teilnehmer sind gemeldet. Die Geselligkeit (mit Tee, Sekt und Schleckereien) kam auch nicht zu kurz.

Sport und Spaß 60 +

Leitung Liane Sander

Die Inhalte der Sportstunden waren vielfältig: z.B. vom Herz-Kreislauftraining für Ältere bis zur Rücken- und Fußgymnastik. Mit großem Eifer waren immer alle bei der Sache. Durch Spiele wurden die Stunden aufgelockert, das Gedächtnis trainiert und die Gemeinsamkeit gefördert. Mit Spaß und Freude waren alle bei einer sommerlichen Radtour (organisiert durch 2 Teilnehmer) und beim Adventsfrühstück dabei.

Abteilung einsetzen. Mehrkosten gerade im Spielbetrieb der Herren, hier die Schiedsrichterkosten, fordern immer wieder hohen Aufwand, um Gelder zu akquirieren.

Milos Stankovic

Gesundheitssport Seniorinnen 2013

Leitung Anja Keppner

Die kleine, aber treue und sehr aktive Gruppe hat in diesem Jahr ein Durchschnittsalter von 82 Jahren erreicht, wobei die Spanne zwischen 72 und 94 Jahren liegt. Einige Teilnehmerinnen sind schon mehr als 20 Jahre in dieser Gruppe, Fahrgemeinschaften ermöglichen einigen erst die Anfahrt. Trotz der sehr unterschiedlichen Belastbarkeit gibt es viel Bewegungsfreude und gemeinsames Miteinander, mittlerweile aber auf dem Hocker. Am Ende der Stunde gönnen wir uns noch eine Massage oder eine Entspannungsgeschichte und unser Montag ist ein kleiner Lichtblick im manchmal schwierigen Alltag geworden.

Herzsport

Leitung Anke Sütering

Die Übungsstunden finden in der Mehrzweckhalle immer donnerstags von 20.00 - 21.00 Uhr unter ärztlicher Aufsicht statt. Teilnehmen kann man nur mit einer ärztlichen Verordnung. Ausgehend von der individuell bestehenden Herzerkrankung werden die Teilnehmer unterschiedlich belastet. Schwerpunkte jeder Übungsstunde sind Ausdauerschulung (gern in Form von Spielen), Muskelkräftigung, Koordinations- und Wahrnehmungsschulung sowie Entspannungsübungen. Im vergangenen Jahr ist die Gruppe gut zusammengewachsen und war mit viel Freude gemeinsam aktiv.

Sport bei Multipler Sklerose

Leitung Helga Harazim

Unter der Leitung von Helga Harazim treffen sich fünf 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.

Entspannungskurse

Leitung Kirsten Scharnowski

Es fanden 2013 zwei Entspannungskurse statt. Sie waren gut besucht.

Präventive Wirbelsäulengymnastik

Leitung Kirsten Scharnowski

In 2013 hatte die Gruppe 25 Mitglieder. Davon trafen sich wöchentlich ca. 15 TN, um ihre allgemeine Fitness zu trainieren. Die Gruppe hat sich in der Tennishalle gut eingelebt und wir freuen uns über ein paar neue Gesichter, die zu unserer Gruppe dazu gestoßen sind.

Reha-Wirbelsäulensport

Leitung Kirsten Scharnowski

Nach wie vor gibt es vier Reha-Sportgruppen unter meiner Leitung, die alle bis auf den letzten Platz belegt sind. Ständigen Nachfragen versuchen wir gerecht zu werden, dennoch müssen wir immer wieder Wartelisten anlegen. Die Teilnehmer aus Insa's Gruppe wurden teilweise in meinen Gruppen aufgenommen.

Yoga

Leitung Regina Reinken

Dieses neue Angebot in unserer Abteilung wird sehr positiv angenommen. Wegen der großen Nachfrage konnten wir 2013 die Anzahl der Kurse auf drei erhöhen. So fanden viermal im Jahr ein Abend- und zwei Vormittagskurse statt, die alle ausgebucht waren.

Beckenbodengymnastik

Leitung Wiebke Hoffmann

In diesem Jahr fanden 3 Kurse in Kleingruppen statt. Zum Kurs am Vormittag konnten Mütter ihre Säuglinge

Gymnastik-Fitness-Tanz

Das Programm dieser Abteilung besteht aus 10 festen Vereinsgruppen und 4 Kursangeboten, die in fast allen städtischen Hallen und nach wie vor auch gut in der Mehrzweckhalle arbeiten.

mitbringen, sodass die Teilnehmerinnen teilweise von 4 Säuglingen unterstützt wurden.

Rehasport für Kinder

Leitung Edith Claus-Klar

In dieser Übungseinheit geht es um die Entwicklung, Erhaltung und Verbesserung von Grundbewegungsformen, Wahrnehmung und sozialem Miteinander, um die Kinder in ihrer Gesamtentwicklung zu fördern. Durch kleine Spiele und erlebnisreiche Bewegungsangebote, werden Bewegungsfreude entwickelt und motorische Fertigkeiten geschult. Das Kind steht in dieser bewusst kleinen Gruppe als Mensch mit allen seinen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Mittelpunkt. An diesem Reha Sport nehmen 7 Kinder im Alter von 5-10 Jahren teil. Einige Kinder verließen die Gruppe zugunsten anderer Sportarten. Besondere Ereignisse wie Faschingsturnen mit Verkleidung, die Weihnachtsfeier bei Kerzenschein und der Sommerausflug zum Park der Gärten mit lustigen Spielen und Picknick wurde von den Kindern gut angenommen. Interessierte Jungen und Mädchen können jederzeit dazukommen

Resümee

Nach wie vor ist die Gesundheits-sportabteilung mit 24 Gruppen (einschließlich der Kurse) sehr gut aufgestellt. Regina Reinken, als neue Übungsleiterin in meiner Abteilung, hat die Yoga-Gruppen von Insa Engelmann übernommen, die uns Anfang des Jahres verlassen hat. Inzwischen wird unsere Herzsportgruppe von Anke Sütering geleitet, da Anke Heit-Schenk aus persönlichen Gründen aufhören musste. Anja Keppner betreut seit Februar unsere ältesten Teilnehmerinnen in dieser Abteilung und führt somit die Gruppe von Renate weiter. Danke, an alle Übungsleiterinnen für ihre gute Arbeit im Verein.

Kirsten Scharnowski

Männer-Fitness

Leitung Wilhelm Hollmann / Günter Ripken)

Immer montags in der Hössenhalle kommen Männer über 50 zusammen, um

sich mit Bewegung und Gymnastik in dieser neuen festen Vereinsgruppe fit zu halten.

Bikini-Fitness

Leitung Saskia Espig

15-20 junge Frauen ab 16 Jahre erleben immer donnerstags in 90 Minuten im Spiegelsaal ein straffes Fitness-Programm zur Verbesserung der Bikini-Figur. Saskia Espig hat diese Gruppe neu übernommen.

Fitness am Donnerstag

Leitung Sabine Kathmann

Diese Übungsgruppe für Frauen treibt weiterhin, mittlerweile 20 Jahre „auf dem Buckel“, emsig Sport, immer auf die Verbesserung der Fitness bedacht.

15-20 Frauen trainieren donnerstags im Spiegelsaal. Dazu sind neben der Musikanlage alle Kleingeräte sowie Step-Bretter und Aero-Steps im Einsatz. Nach dem Motto „Im Verein ist Sport am schönsten“ veranstalten wir jährlich eine Kohltour, Radtour mit Picknick und eine Weihnachtsfeier mit dem nicht mehr wegzudenkenden „Schrott-Wichteln“.

Fitness am Montag

Leitung Kirsten Scharnowski

20-30 fitnessbegeisterte Frauen verbessern im Spiegelsaal der RDS ihr Allgemeinbefinden mit Aerobic-Choreographien, Kraft- und Koordinations-training, Dehnung und Entspannung. Die Geselligkeit kommt nicht zu kurz und so treffen wir uns regelmäßig zu Radtouren und anderen Aktivitäten. In diesem Jahr feierten wir unser 25-jähriges Bestehen mit einer Wochenendfahrt nach Lübeck. 12 Frauen kamen mit auf die Reise und hatten viel Spaß bei einem abwechslungsreichen Programm.

Fitness über 50

Leitung Regina Reinken

Im August hat Regina Reinken diese Gruppe von Ingrid Weigmann übernommen. 20-30 Frauen zwischen 50 und 80 treffen sich montags von 18.30 – 19.30 Uhr zur Fitnessgymnastik in der RDS-Halle, unterstützt durch moderne Popsongs, Oldies und Entspannungsmusik. Auch außerhalb der Halle haben

alle Spaß zusammen, wie z.B. bei einem Weihnachtessen.

Fitness und Gesundheit

Leitung Dorothea Willms

14 Frauen im Alter von 45-60 Jahren besuchen mittwochs diese Gruppe in der Mehrzweckhalle zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit. Körperlichen Beschwerden soll vorgebeugt werden, eine bessere Belastbarkeit im Alltag erreicht werden, um auch das Verletzungsrisiko zu vermindern. Freizeitaktivitäten wie Weihnachtsfeier, Kohlfahrt und Radtouren fördern die soziale Verbundenheit.

Gymnastik am Mittwoch

Leitung Kirsten Scharnowski

Jeden Mittwoch von 18.30 bis 20.00 Uhr treffen sich 15- 30 Frauen regelmäßig in der kleinen Hössenhalle und trainieren Ihren Körper zur Erhaltung einer guten Konstitution. Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen schließen die Stunden ab. Radtouren, Geburtstagsfeiern und eine Weihnachtsfeier gehören zum Jahresprogramm dazu.

Fitness am Morgen

Leitung Liane Sander

Ziel der 25 Teilnehmer ist es, die persönliche Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern. Vielseitige Muskelkräftigung unter Einsatz von z. B. Gewichtsbällen, Tubes, Xcos, Brasils usw. werden immer dienstags am Vormittag in der Mehrzweckhalle durchgeführt. Mit Spaß und Freude waren alle beim Sommer- und Adventfrühstücken dabei.

Bauchtanz

Leitung Petra Eske-Gaertner

Bauchtanz, mittlerweile schon länger als Vereinsgruppe, beinhaltet mittwochs in der Mehrzweckhalle ein individuelles Training für Frauen zur Körperkontrolle und Fitness nach orientalischer Musik. Verschiedene Auftritte bei den unterschiedlichsten Veranstaltungen und gruppeninterne Unternehmungen fördern das Vereinsleben. Die Trainerin nimmt regelmäßig an Bauchtanz-Workshops bei internationalen Künstlern (z. B. jährlich auf der World of Orient) teil.

Kurs und Gruppe Zumba

Leitung Anja Hawardt

Diese Sportart mit einer Kombination aus lateinamerikanischen Rhythmen und Fitness ist aus den Sportvereinen momentan nicht mehr wegzudenken. Anja Harwardt bietet dienstags nach wie vor einen Kurs und auch eine feste Vereinsgruppe für Mitglieder an.

Kurs Flexi-Bar

Leitung Kirsten Scharnowski

Auch die Flexi-Bar Kurse sind aus dem Angebot nicht mehr wegzudenken. Sie finden regelmäßig mehrmals im Jahr dienstags im Spiegelsaal der RDS oder in der Mehrzweckhalle statt.

Kurs Step-Aerobic

Leitung Sabine Kathmann

Diese Sportart wird nach wie vor in Kursform (auch für Nichtmitglieder) in der Mehrzweckhalle angeboten. Im Frühjahr fand ein Schnupperkurs für Interessierte

Handball

Wir haben in dieser Saison 8 punktspielende Mannschaften gemeldet, 7 Jugend-Mannschaften und 1 Damenmannschaft. Dazu haben wir 2 Mannschaften in der Minigruppe (Anfänger und Fortgeschrittene, Jahrgang 2007-2005), die an Minispielfesten teilgenommen haben. Die TSG selbst hatte im Januar zu einem Minispielfest in der Brakenhoff-Halle 12 Mannschaften eingeladen. Dabei wurden wir von den Eltern toll unterstützt. Bei den Minis ist das Spielfeld 12 x 20m, die Tore sind 3m breit und 1,60m hoch. In den Trainingseinheiten ist 1/3 der Halle mit Sportgeräten ausgestattet. Dort können sich die Kinder im freien Spiel austoben. In der E-Jugend haben wir in dieser Saison nur 1 männl. Mannschaft. Die E-Jugendlichen haben sich bei Maximilian Margraf und Viet Anh Oginchus nach einem Jahr guter Arbeit sehr gut entwickelt und machen alle 14 Tage in Turnierform Spiele, in denen sie sehr erfolgreich mitspielen. In der weibl. D-Jugend hatten Katja Schlichting und Meike Hots 12-14 Mädchen in ihrer Gruppe, in der Regionsoberliga belegte die Mannschaft in

über 4 Termine statt. Im Herbst lief ein Kurs für Fortgeschrittene über 8 Stunden. Auch in 2014 wird es Angebote geben.

Kurs Skigymnastik

Leitung Hartmut Kröncke

Auch in dieser Saison beginnt die Skigymnastik bereits im Dezember und findet bis Mitte März 2014 statt. Sonntags kommen rund 20 Personen aller Altersstufen zum Training in die TSG Mehrzweckhalle. Dabei werden die traditionellen Ski-Imitationsübungen durch Kräftigungsübungen ergänzt, die alle großen Muskelgruppen erfassen. Damit ist dieses Angebot nicht nur für Wintersportler geeignet, sondern kann der allgemeinen Fitness förderlich sein.

Zu allen Angeboten kann man auf unserer Homepage die genauen Termine finden.

Sabine Kathmann

der Vorrunde einen tollen 2. Platz hinter dem VfL Oldenburg. Auch die männl. D-Jugend spielt in der Regionsoberliga, sie belegte hinter dem Tvd Haarentor einen beachtlichen 2. Platz. Ralf Westendorf und Niclas Hots haben eine tolle Truppe geformt. Als einzige Mannschaft aus dem Ammerland schaffte sie den Aufstieg in die Play Off Meisterrunde.

In der weibl. B-Jugend wurde ebenfalls ein ordentlicher Schritt nach vorne gemacht, in der Regionsoberliga West ist ein guter 3. Platz dabei herausgekommen, trainiert wird die Mannschaft von Jens Büsselmann. In der Rückrunde spielt sie dann in der Regionsoberliga. Diese Mannschaften haben alle nur einmal in der Woche trainiert.

Die männl. C-Jugend hat mit Marc Kapanke und Klaus P. Papenfuß ein neues Trainergespann erhalten. In der Hinrunde der Regionsoberliga belegte die Mannschaft einen guten 3. Platz und spielt in der Rückrunde in der Regionsoberliga.

Die männl.B-Jugend hat eine tolle Vorrunde gespielt und in der Regionsoberliga den 1. Platz belegt. Vielleicht springt in der Rückrunde (1. Spiel am 08.12.13 um 17.00 Uhr in der Brakenhoff-Halle gegen den Elsflether TB) in der Play Off Meisterrunde ein guter Platz heraus.

Seit dem Jahre 2000 haben die Handballer der TSG Westerstede wieder eine männl. A-Jugendmannschaft. Der Start in der Vorrunde war nicht grade verheißungsvoll aber J.-G. Heidkroß und M. Hots sind mit viel Elan dabei, die Mannschaft zu formen. Die Rückrunde begann am 01.12.13 in der Regionsliga gegen den VFL Rastede, nach teilweise

gutem Spiel gelang ihnen ein Unentschieden.

Die neu formierte Damenmannschaft wird von Spiel zu Spiel besser und hat in Michael Arncken einen Trainer, der die Damen gut motivieren und fordern kann.

Veranstaltungen:

Januar: Minispielfest in Westerstede

August: 4 Tage Trainingslager auf der Insel Borkum mit der B- und A-Jugend sowie mit allen Jugendmannschaften zum Turnier in Wiefelstede und Teilnahme am Vorbereitungsturnier mit der B-Jugend in Rodenkirchen (1. Platz).

Hans-Gerd Gerdes

Leichtathletik

Das Wettkampffahr 2013 lief für uns Leichtathleten insgesamt zufriedenstellend. Nachdem wir im Vorjahr zahlenmäßig zu wenig auf Wettkämpfen vertreten waren, wollten wir unsere Präsenz und die Ergebnisse in diesem Jahr wieder steigern. Zu Beginn der Saison war die Beteiligung zwar immer noch verhalten, aber wir konnten bei den Kreismeisterschaften im Crosslauf mit

Nicolas Springub immerhin einen Meister stellen. Bei den Kreismeisterschaften der Jugend und der Erwachsenen verbuchten wir im Frühjahr weitere Erfolge: Julia-Marleen Tax, Malte Prietz und Heiner Lüers errangen erste Plätze und seit langer Zeit startete mal wieder eine 4x100m Staffel der Männer und erzielte auch auf Anhieb eine gute Zeit.



v. l. n. r.: Heiner Lüers, Malte Prietz, Andreas Willms, Martin Krisch

Für die jungen Leichtathleten ging es Anfang Juni weiter: An den Einzelmeisterschaften der Schüler nahmen insgesamt 23 Athleten der TSG teil und Justin Bauer, Patrick Baumeyer, Josina Papenfuß und Eva Schöneboom erreichten dabei sogar jeweils einen ersten Platz in ihrer Altersklasse. Besonders freuten wir uns über die große Beteiligung aus der jüngeren Gruppe und möchten uns bei den Eltern bedanken, die die Kinder so gut unterstützen. Einige zweite und dritte Plätze, sowie die breite Verteilung der Altersklassen von fünf bis zwölf zeigen, dass die Nachwuchsarbeit funktioniert. Ende Juni erzielte Malte Prietz dann auf den U18 Landesmeisterschaften über 400m den größten Erfolg: Nach der Stadionrunde in Delmenhorst überquerte er als erster die Ziellinie und unterbot dabei auch noch die Norm für die Deutschen Jugendmeisterschaften. Leider konnte Malte den Termin in Rostock nicht wahrnehmen, aber aus diesem tollen Ergebnis schöpfen wir weitere Motivation für das harte Training in der nächsten Saison.

Im August und September standen noch weitere Wettkämpfe, wie das Abendsportfest in Oldenburg, die Mehrkampfmeisterschaften der Schüler in Schortens, die Grenzland-Spiele in Leer und schließlich die Regionsmeisterschaften in Wilhelmshaven auf dem Plan. Einen Regionsmeistertitel sicherte sich Niels-Thorben Tax im Hochsprung der M15. Den Saisonübergang begingen wir dann Mitte September gemütlich bei einem

Laufgruppe

Das Jahr 2013 neigt sich dem Ende. Die TSGer waren auf vielen Veranstaltungen vor Ort. Das Laufjahr begann mit dem Lauf in Sandkrug und dem Bad Zwischenahner Meerlauf. Weiter ging es im Frühjahr mit dem VFL Lauf in Oldenburg. Der Sommer hatte es in sich. Neben den Läufen in Emden und Lönningen oder der vielen kleinen Veranstaltungen in Ostfriesland und des Umlandes liefen TSG Läufer den Marathon in Köln und den 3 Ländermarathon am Bodensee. 2 Athleten wagten etwas Neues, einen Triathlon, der in Hamburg stattfand. Als Vorbereitung wurden je ein Triathlon in Ostfriesland und in WHV absolviert. Zu erwähnen bleibt noch das Schwimmen durch das Zwischenahner Meer und der Triathlon in

gemeinsamen Grillen und zum Ende des Jahres kamen noch die Mittel- und Langstreckenläufer auf mehreren Wettkämpfen, wie dem Saisonabschluss in Bad Zwischenahn, dem Oldenburger Marathon und dem Ofener Herbstlauf auf ihre Kosten.

Zum Abschluss kam dann noch die gute Nachricht vom Niedersächsischen Landesverband, dass Malte auf Grund seiner sehr guten Leistung über 400m in den Landeskader aufgenommen wird und dadurch in Zukunft die Möglichkeit zu Trainingslagern und Fortbildungen bekommt.

Die Leichtathletikabteilung konnte also wieder vermehrt gute Ergebnisse einfahren und unser Ziel ist es, im nächsten Jahr diesen Trend fortzusetzen. Um unsere Ziele intensiver zu verfolgen, haben wir Anfang des Jahres den Trainingsbetrieb um einen Tag erweitert und mit Niels und Patrick zwei engagierte Helfer gefunden, bei denen wir uns an dieser Stelle herzlich bedanken möchten. Niels hat dieses Jahr eine Ausbildung zum Vereinssportassistenten abgeschlossen, wir hoffen, dass Patrick im nächsten Jahr folgt.

Aktuelle Informationen zum Training und zu den Wettkämpfen gibt es auch auf der Homepage der Abteilung: <http://tsg-la.de.vu>

Jana Lenz
Martin Krisch

Bad Zwischenahn. Hier wurden wieder TSG-Athleten als Teilnehmer gesehen. Im Herbst standen wie immer die Läufe in Ofen und Oldenburg an. In Oldenburg standen die Athleten der TSG nicht nur an der Startlinie sondern halfen auch als Helfer bei dieser Veranstaltung mit. Das Laufjahr wird am 31.12. in Thüle mit dem Sylvesterlauf um die Talsperre beendet.

Über die guten Leistungen des Sportfreundes H.Lüers wurde in der NWZ berichtet. Dieser animierte mit seinen Mitstreitern der Westersteder Olympiade einige Läufer zur Mithilfe bei dieser tollen Veranstaltung. Ende November traf sich die Abteilung zum gemeinsamen Essen, um einen Ausblick auf das Jahr 2014 zu nehmen.

Jens Essig

Tischtennis

Das Sportjahr 2013 begann im Januar wiederum mit Siegen im Kreispokal für die 1. und 2. Herren. Im Bezirkspokalwettbewerb erreichte die 2. Männermannschaft am Ende den 4. Platz unter 16 teilnehmenden Mannschaften. Das Senioren-Team Ü50 der TSG mit Horst Claaßen, Joachim Hartmann und Rolf Claaßen qualifizierte sich für die Landesmeisterschaft in Sulingen, wo am Ende ebenfalls Platz 4 herausrang. Horst Claaßen, seit 1975 Spieler in unserer 1. Männermannschaft, belegte bei der NWZ-Sportlerwahl im Frühjahr einen tollen 3. Platz. Am Ende der Saison 2012/2013 fand im April unsere alljährliche Vereinsmeisterschaft statt. Sehr erfreulich die Teilnehmerzahl von 20 Nachwuchsspielern und 18 Erwachsenen. Im 1. Halbjahr fanden mit der Kohlfahrt und der Spargeltour auch wieder unsere geselligen Top-Ereignisse statt. Sportlicher Höhepunkt des Jahres waren die Senioren-Europameisterschaften vom 27.05.-01.06. 2013 in der Bremer Stadthalle. Hier waren 6 Sportler der TSG Westerstede unter 2800 Teilnehmern aus 41 Ländern an 170 Tischen am Start. Für die TSG-er war die Teilnahme ein unvergessliches Erlebnis. Natürlich war unsere Abteilung auch wieder bei der Stadtolympiade Westerstede dabei. Unter den 71 Mannschaften waren mit den „Celluloid-Devils“ und den „Pings and Pongs Veteranen“ auch 2 Tischtennis-Teams am Start.

In den Sommerferien fand erstmalig ein 2-tägiger Saisonvorbereitungslehrgang unserer Nachwuchsspieler gemeinsam mit dem TuS Ocholt in der Sporthalle Ocholt statt. Unsere 3 lizenzierten und 2 Co-

Turnen

Im Kinderturnen der TSG Westerstede gibt es 8 Gruppen. In den beiden Eltern-Kind-Gruppen, die donnerstags von 15:30 bis 17:30 Uhr in der Brakenhoffhalle 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. Leitung Marianne Rohlfis und Heike Tax

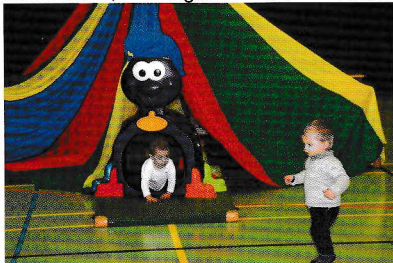
Trainer leisteten während des Jahres überhaupt ganze Arbeit, so dass wir 5 Jugendmannschaften für die Punktspiele 2013/2014 anmelden konnten. Unsere Top-Teams, die 1. Schüler in der Bezirksliga und die 1. Jungen in der Bezirksklasse mischen nach 2 Monaten der neuen Saison im vorderen Tabellendrittel mit. Auch bei den Jugend-Kreismeisterschaften waren wir im September erfolgreich: wir stellten nicht nur die meisten Teilnehmer, sondern waren mit 4 Titelgewinnen auch gut dabei. Torben Klockgether und Daniel Palmtag qualifizierten sich zudem für die Teilnahme an der Bezirksmeisterschaft im November in Langförden. Auch unsere Erwachsenen waren bei ihrer Kreismeisterschaft erfolgreich: In der A-Klasse belegten Daniel Sparding und Jörn Friese die Plätze 1 und 2. Jens Hock wurde Vizemeister in der B-Klasse und Maik Autsch errang den Titel in der C-Klasse. Unsere Hobbygruppe, die nach wie vor dienstags von 15.45-17.15 Uhr aktiv ist, würde sich über „Nachwuchs“ sehr freuen; Ansprechpartner der Gruppe ist Berndt Erben (Tel. 1790).

Zur Zeit sind die Vorbereitungen für unser diesjähriges Jugendturnier, der 38. Auflage, am 14. und 15. Dezember in der Brakenhoffhalle in vollem Gange. Wir wollen versuchen, die sehr hohe Teilnehmerzahl von 475 Startern aus dem Vorjahr zu übertreffen.

Rolf Claaßen



Die vielen phantasievollen Aufbauten aller großen und kleinen Sportgeräte, die im Turnen üblich sind, wirken sehr motivierend, sagen die Eltern.



Den Abschluss jeder Stunde bildet ein gemeinsamer Kreis mit Sprechen, Singen oder Fingerspielen.

Höhepunkte im Jahresablauf sind themengebundene Aufbauten, etwa zu Ostern und Weihnachten, und das Faschingsturnen zusammen mit den beiden Vorschulkindergruppen.

Zur selben Zeit turnen zwei Vorschulkindergruppen bei den Übungsleiterinnen Petra Holz und Anja Keppner. Etwa 40 Jungen und Mädchen im Alter von 4 ½ bis 6 ½ Jahren nehmen das Angebot wahr.



Da Petra und Anja nur ein Hallenteil zur Verfügung steht, existiert eine Warteliste. Ein besonderes Ereignis ist das Turnen auf dem großen Trampolin und das Faschingsturnen.



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

Mittwochs zwischen 15:30 und 17:30 Uhr treffen sich in der Brakenhoffhalle die schulpflichtigen Kinder zum Turnen. In der ersten Gruppe turnen zur Zeit 20 bis 25 Jungen und Mädchen im Alter von 6 bis 8 Jahren, bei den 8 bis 11 jährigen sind es 25 Teilnehmer. Wiederum wurde das Kinderturnabzeichen abgenommen. 42 Kinder haben die geforderten Leistungen erbracht und wurden mit einer Urkunde belohnt. Faschingsturnen und eine Weihnachtsfeier sind weiterhin begehrte Unterbrechungen des normalen Programms. Die Leitung der Gruppe hat Petra Holz mit Ute Schröder als Helferin.

Marianne Rohlf's bietet Turnen für 3 ½ bis 4 ½ jährige Kinder an, und zwar mittwochs in der Brakenhoffhalle von 15.30 Uhr bis 16.45 Uhr zusammen mit Heike Tax. Um ein spannendes und variables Angebot zu gewährleisten, sind wir auf Mithilfe einiger Mütter und Väter dringend angewiesen. In den meisten Stunden klappt das wunderbar. Zur Zeit turnen 18 Kinder und es besteht eine Warteliste.

Nach mehrmonatiger Pause konnten wir wieder eine Übungsleiterin für die Einradgruppe gewinnen, die Kirsten Scharnowski im Frühjahr abgegeben hatte. Inge Berger-Hofmann trainiert jetzt donnerstags von 17 bis 18 Uhr in der kleinen Hössenhalle. Zur Zeit sind 6 Mädchen im Alter von 8 bis 10 Jahren dabei. Sie können alle Einrad fahren und bringen ihre eigenen Räder mit. Die Gruppe ist noch aufnahmefähig und würde sich auch über Jungen und Anfänger freuen.

Marianne Rohlf's

Berichte aus den Abteilungen

Tischtennis-Teams in Potsdam

Ihren traditionellen Ausflug zum Ende der Saison führte die 1. und 2. Tischtennis-Männermannschaft der TSG Westerstede nebst Anhang in diesem Jahr nach Potsdam. Beim 3-tägigen Aufenthalt in der Landeshauptstadt von Brandenburg stand

neben einer Altstadtführung eine Fahrradtour zu den Sehenswürdigkeiten der Stadt (Foto vor dem "Neuen Palais") und ein Besuch im Filmpark Babelsberg auf dem Programm.

Rolf Classen



1. Saisonvorbereitungslehrgang TuS Ocholt / TSG Westerstede geglückt



Am Samstag und Sonntag, den 17./18. August fand in der Sporthalle in Ocholt der Saisonvorbereitungslehrgang der Jugend-Tischtennisabteilungen des TuS Ocholt und der TSG Westerstede statt. An beiden Tagen wurden die 25 Kinder und Jugendlichen von den zwei erfahrenen Übungsleitern der TT-Xpert Tischtennisschule

Augsburg, Werner Nowey und Martin Lodner in der Kunst des Tischtennis unterrichtet. Mit viel Spaß, Fleiß und schweißtreibender Arbeit wurde am Aufschlag und der Technik geübt. Der Lehrgang wurde sehr gut angenommen, sodass beide Abteilungen eine Wiederholung der Zusammenarbeit anstreben.

TSG Schwimmer mit erfolgreichem Herbst

Gleich nach dem Ende der Sommerferien ging es für die Schwimmer der TSG Westerstede wieder los. Schon Mitte September stand zu Beginn der Hallenbadsaison in Barßel der erste Vergleichswettkampf an. Dabei gab es für den Schwimmnachwuchs der TSG gute Platzierungen, verbesserte Bestzeiten und einige Medaillen. Nachdem in den Herbstferien fleißig weiter trainiert wurde,

haben sich auch beim Wettkampf in Papenburg am ersten Novemberwochenende einige Schwimmer der TSG mit starken Leistungen auf die vorderen Plätze geschwommen. Zudem konnte die Masters-Gruppe bei der Friesischen Nacht im Aquatoll in Schortens mit guten Zeiten auf sich aufmerksam machen.

M. Pacholke

Versicherungsschutz bei Sportunfällen

Ein Unfall im Sportbereich ist schnell passiert und kann neben den körperlichen auch erhebliche finanzielle Folgen nach sich ziehen. Für erwachsene Mitglieder besteht im Verein eine Unfallversicherung bei der ARAG Versicherungsgesellschaft. Über deren Leistungsumfang kann Einsicht in die Versicherungsbestimmungen genommen werden (www.lsb-niedersachsen.de/ARAG-Sportversicherung). Die Versicherung deckt allerdings nicht alle Risiken und eventuell daraus erwachsende Kosten ab. Dies ist insbesondere bei Schäden an Brillen und Zähnen festzustellen. Eine „Rund-um-sorglos-Versicherung“ würde zu deutlich höheren Mitgliedsbeiträgen führen. Kinder bis 18 Jahre sind über den Kommunalen Schadensausgleich versichert, näheres hierzu in der Geschäftsstelle. Der Verein empfiehlt allen Mitgliedern, Teilnehmern an Kursen und Übungsleitern sich über die individuelle Notwendigkeit und Möglichkeiten einer privaten Unfall- und Haftpflichtversicherung zu informieren.

Wichtig: Unfälle jeglicher Art bei der Sportausübung im Verein müssen unverzüglich der TSG-Geschäftsstelle gemeldet werden

Änderung im Lastschriftverfahren

Am 1. Februar 2014 lösen aufgrund gesetzlicher Vorgaben der EU die SEPA-Zahlverfahren für Überweisungen und Lastschriften mit Nutzung der internationalen Bankkontonummer IBAN (International Bank Account Number) und der internationalen Bankleitzahl BIC (Business Identifier Code) die heutigen nationalen Verfahren ab. Bereits ab November 2013 werden daher die Mitgliedsbeiträge als SEPA-Lastschrift eingezogen. Der Einzug erfolgt immer im 2. Monat des Quartals. Kursgebühren nach der 2. Kursstunde.

Mandatsreferenz ist die Mitgliedsnummer,

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE14ZZZ00000104380

Beim Vereinseintritt ist nur noch SEPA Eintrittserklärung zu verwenden. Vordrucke stehen in der Geschäftsstelle zur Verfügung.

Fit durch den Winter - Skigymnastik

Ein Fitnessangebot der TSG Westerstede, die traditionelle Skigymnastik, beginnt jetzt schon im Dezember. Der Kurs findet sonntags um 11.15 Uhr in der vereinseigenen Mehrzweckhalle (Tennisanlage, An der Hössen 14) bis Mitte März statt. Die einstündige Übungszeit ist offen für alle Sportler, die sich mit speziellen Übungen auf den Wintersport vorbereiten oder auch nur ihre allgemeine Fitness verbessern wollen.

Neues Zumba- Angebot für Anfänger

Interessierte Anfänger (auch Nichtmitglieder) können 6x donnerstags einen Zumba-Kurs zum Kennenlernen belegen. Dieses Angebot wird geleitet von der lizenzierten Zumba-Trainerin Cynthia Jones und beginnt am 9. Januar gleich nach den Weihnachtsferien von 17.30 -18.30 Uhr im Spiegelsaal der RDS-Sporthalle in der Norderstraße.

T S G - K u r s a n g e b o t e

Kurs	Termin	Uhrzeit von/bis	Wochentag/ Anzahl	Ort	Leitung
Beckenbodengymnastik	24.02.2014 bis 12.05.2014	09.45 bis 10.45 Uhr	Montag 8 Vormittage	TSG Geschäftsstelle	Wiebke Hoffmann
Beckenbodengymnastik	13.03.2014 bis 22.05.2014	19.00 bis 20.00 Uhr	Donnerstag 8 Abende	TSG Geschäftsstelle	Wiebke Hoffmann
Entspannung	07.01.2014 bis 25.02.2014	19.15 bis 20.15 Uhr	Dienstag 8 Abende	TSG Geschäftsstelle	Kirsten Scharnowski
Flexi-Bar	07.01.2014 bis 25.02.2014	17.30 bis 18.30 Uhr	Dienstag 8 Abende	Spiegelsaal der RDS	Kirsten Scharnowski
Step-Aerobic Anfänger	06.05.2014 bis 27.05.2014	19.00 bis 20.00 Uhr	Dienstag 4 Abende	TSG Mehrzweckhalle	Sabine Kathmann
Step-Aerobic Fortgeschrittene	23.09.2014 bis 18.11.2014	20.00 bis 21.00 Uhr	Dienstag 7 Abende	TSG Mehrzweckhalle	Sabine Kathmann
Nordic-Walking	auf Anfrage				Liane Sander
Yoga Erwachsene	06.01.2014 bis 24.03.2014	20.00 bis 21.30 Uhr	Montag 12 Abende	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Yoga Erwachsene	28.04.2014 bis 21.07.2014	20.00 bis 21.30 Uhr	Montag 12 Abende	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Yoga Erwachsene	08.01.2014 bis 26.03.2014	8.30 bis 10.00 Uhr	Mittwoch 8 Vormittage	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Yoga Erwachsene	08.01.2014 bis 26.03.2014	10.15 bis 11.45 Uhr	Mittwoch 8 Vormittage	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Yoga Erwachsene	30.04.2014 bis 16.07.2014	8.30 bis 10.00 Uhr	Mittwoch 8 Vormittage	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Yoga Erwachsene	30.04.2014 bis 16.07.2014	10.15 bis 11.45 Uhr	Mittwoch 8 Vormittage	TSG Geschäftsstelle	Regina Reinken
Zumba	07.01.2014 bis 25.02.2014	20.30 bis 21.30 Uhr	Dienstag 8 Abende	Spiegelsaal der RDS	Anja Harwardt
Zumba Anfänger	09.01.2014 bis 13.02.2014	17.30 bis 18.30 Uhr	Donnerstag 6 Abende	Spiegelsaal der RDS	Cynthia Jones

Weitere Angebote und Termine im Laufe des Jahres siehe Aktualisierung auf der homepage
Angebote gelten auch für Nichtmitglieder, sh. letzte Seite

TSG-Geschäftsstelle, An der Hössen 14
Tel.: 04488 / 1876, Fax: 04488 / 860535

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag 13.30 - 18.30 Uhr
Dienstag, Donnerstag 07.00 - 11.00 Uhr

Kursangebote sh. vorletzte Seite.

Alle angebotenen Kurse können auch von Nichtmitgliedern genutzt werden und erfordern eine gesonderte Anmeldung.

Infos auch unter www.tsg-westerstede.de

Anschrift richtig? Änderungen bitte tel. in der Geschäftsstelle

Seniorenweihnachtsfeier



Am 13. Dezember des letzten Jahres fand die traditionelle Weihnachtsfeier für Senioren im Vereinsheim statt. In geselliger Runde bei Kaffee und Kuchen wurden angeregte Gespräche geführt und in Erinnerungen geschwelgt.



Laufgruppe der TSG mit „Gastläufer“ beim Training, v.l. Achim Meiners, Ulrich Bergen, Wilfried Heitmann, Udo Jelschen, Elmar Vogelsang, vorne v. l. "Gastläufer" sowie der Leiter der Laufgruppe Jens Essig

Impressum	Redaktion:	Berndt Erben	eMail: berndt.erben@gmx.de	☎ 04488 / 1790
		Weyert Schipper	eMail: weyert.schipper@t-online.de	☎ 04488 / 3504
	Herausgeber:	TSG Westerstede		☎ 04488 / 1876
		26655 Westerstede, An der Hössen 14		FAX 04488/860535
		eMail: info@tsg-wst.de		INTERNET: www.tsg-wst.de
	Druck:	MegaDruck.de, Westerstede		

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 30. Oktober 2014