

SPORT SPIEL SPASS



MITTEILUNGSBLATT Nr. 65

September '98

TSG - BALL

Sonnabend, 7. November 1998

im HOTEL VOSS

BEGINN: 19.30 UHR

Es spielen wieder die

PARTY LIGHTS

Eintritt: 20.--DM

Kartenvorverkauf ab 15. Oktober

bei Sport-Schöbel * Westerstedde * Poststraße

HANDBALL HANDBALL HANDBALL HANDBALL

Seit einiger Zeit sind die Handballabteilungen der TSG Westerstede und des VfL Bad Zwischenahn fusioniert. Die Mitgliederzahlen verteilen sich dabei etwa zu Hälfte auf die beiden Vereine.

Sommeraktivitäten

Die neue Saison steht vor der Tür. Aber auch in der punktspielfreien Zeit haben die Handballer einiges unternommen:

- Sowohl die Senioren- als auch alle Jugendmannschaften haben mit viel Spaß an Rasenturnieren teilgenommen.

Hierbei konnten unsere Kleinsten ihren ersten Pokal holen - auf dem Turnier in Neuenkrüge.

Aber auch die andern Jugendmannschaften hatten neben Spaß auch Erfolge auf den Turnieren u.a. in Holdorf, Hamburg Holland, Petersfehn.

- Als krönenden Abschluß hat die Minimannschaft mit ihren Betreuern, dem Jugendwart und den Eltern kurz vor den Sommerferien ein Grillfest veranstaltet. Hier konnten einige wertvolle Hinweise für die nächste Saison aufgenommen werden.
- Im Rahmen der Ferienpaßaktion haben wir für einen Nachmittag ein Spielfest mit 35 Kindern in der Hössenhalle durchgeführt. Alle waren mit viel Spaß und Freude dabei, sodaß am Ende auch alle richtig geschafft waren. Dies Experiment im Rahmen der Ferienpaßaktion war für uns Neuland. Aufgrund des großen Erfolges werden wir versuchen, im nächsten Jahr vielleicht auf zwei Spielfeste in



Westerstede und auch eins in Bad Zwischenahn zu kommen.

- Ein „Freundschaftsspiel“ war am 1. September zwischen der weiblichen Jugend C + B und ihren Eltern angesetzt, das die Mädchen mit 15:12 knapp gewonnen haben. Trotzdem waren auch die Eltern begeistert und wünschen eine Wiederholung. Auch das anschließende gemütliche Grillen hat allen sehr gefallen, u.a., weil man sich besser kennenlernen konnte.
- Neben einer Aktivität im Rahmen der 875-Jahr-Feier soll im September noch ein Spielfest für Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren stattfinden.

Wir würden uns freuen, wenn sich noch viele Kinder entschließen würden, mal beim Handball reinzuschauen und mitzumachen.

Für alle, die Interesse haben, hier die **Trainingszeiten** der Jugend:

	Alter	Tag	Zeit	Ort / Halle
Jungen & Mädchen	6 - 10	Dienstag	17.00 - 18.30	Westerstede, RDS-Halle
Jungen & Mädchen	11 - 12	Montag	17.00 - 18.15	Bad Zwischenahn, Schulzentrum
		Donnerstag	17.00 - 18.15	Bad Zwischenahn, Schulzentrum
Mädchen	13 - 16	Montag	17.00 - 18.30	Bad Zwischenahn, Schulzentrum
		Donnerstag	17.00 - 18.30	Westerstede, RDS-Halle
Jungen	15 - 17	Montag	20.00 - 21.30	Bad Zwischenahn, Schulzentrum
		Mittwoch	20.00 - 21.30	Bad Zwischenahn, Schulzentrum

Sollte es Transportprobleme geben, werden wir organisieren, daß die Spieler zu den Trainingszeiten nach Bad Zwischenahn gebracht werden, natürlich auch zurück.

Noch Fragen?

Einfach anrufen bei Frank Holbein (☎ 04488/72353) oder Lydia Adden (☎ 04488/861995).

FRANK HOLBEIN

TISCHTENNIS TISCHTENNIS TISCHTENNIS

Abteilungsversammlung

Die Abteilungsversammlung 1998 der Tischtennisabteilung fand Anfang Juli statt.

Abteilungsleiter Rolf Claaßen konnte in seiner Rückschau auf die Saison 97/98 insbesondere auf dem Jugendsektor von einer erfolgreichen Spielzeit berichten. Wichtigster Aspekt war die Tatsache, daß durch die im Frühjahr durchgeführte Mini-Meisterschaft etwa 15 neue Aktive hinzugewonnen werden konnten. Das hat zur Folge, daß zur kommenden Saison f(!) Nachwuchsmannschaften gemeldet werden können.

Hervorgehoben wurde auch noch einmal das Abschneiden der Schüler- und der Jugendmannschaft, die beide Pokalsieger im Ammerland wurden. Als Einzelspieler tat sich besonders Jan Stöckmann hervor, der mit zahlreichen Erfolgen von der Kreis- bis zur Landesebene auf sich aufmerksam machte.

Nicht ganz so erfolgreich wie in den vergangenen Jahren waren die Männermannschaften in der zurückliegenden Serie. Die 1. Mannschaft war in der Verbandsliga überfordert. Lediglich Adrian Gerdes und Joachim Hartmann waren an ihren Positionen den starken Gegnern gewachsen.

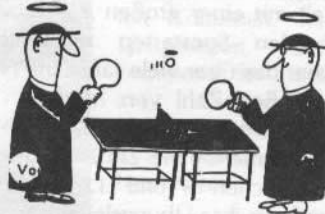
Aber die 6. Mannschaft wurde Meister in der 5. Kreisklasse, und die 5. Mannschaft steigt durch ihre Vizemeisterschaft in der 3. Kreisklasse in die 2. Kreisklasse auf.

Der Abteilungsleiter dankte bei seiner Rückschau auch den Jugendübungsleitern Dennis Weber, Gerd Rust, Muhammet Erdem und Hans-Hermann Thureau für ihre geleistete Arbeit.

Das alljährliche **internationale Jugendturnier** wurde im vergangenen Jahr wiederum von 350 Nachwuchsspielern besucht. Die 23. Auflage des Turniers, das am 19./20.12.98 zur Austragung kommen wird, ist schon wieder in Vorbereitung.

Daß die Geselligkeit in den Reihen der Westersteder Tischtennispieler nicht zu kurz kommt, machten die jeweiligen Mannschafts-

führer in ihren Berichten sowie der Vergnügungsausschuß bei seiner Rückschau auf die Kohlfahrt und die Spargelfahrt deutlich.



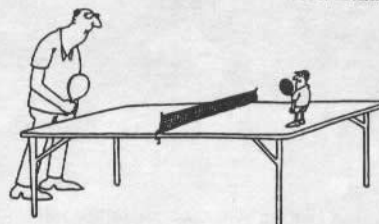
Die Neuwahlen für den Vorstand erbrachten das folgende Resultat:

Abteilungsleiter	Rolf Claaßen
Stellvertreter	Karsten Franzen
Schatzmeister	Rolf Frieze
Jugendwarte	Carsten Stöckmann
	Hans-Hermann Thureau
Gerätewarte:	Carsten Stöckmann
	Hans-Hermann Thureau
	Horst Claaßen
Vergnügungsausschuß:	Jens-Uwe Hock
	Jörn Frieze
	Hans-Hermann Thureau
Spielkoordinatoren:	Karsten Franzen
	Holger Bruns

Als weiterer Tagesordnungspunkt stand die Zusammenstellung der Männermannschaften für die Saison 98/99 auf dem Plan. Durch einige Neuzugänge sowie die Integration der 1. Jungenmannschaft konnten 48 Spieler, verteilt auf sieben Mannschaften, aufgestellt werden.

Langfristig ist auch wieder eine Damenmannschaft geplant, die sich um die von Eintracht Leer zurückgekehrte Katja Kohn gruppieren soll. Wer Interesse hat, ist herzlich eingeladen, sich dienstags oder freitags in der Brakenhoffhalle einzufinden und mitzumachen.

Rolf Claaßen



TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN

Ina Naber „in Pension„

Für das Geräteturnen zu begeistern, ist in unserer Zeit mit einer großen Auswahl von konkurrierenden Sportarten nicht leicht. Geschafft hat das über viele Jahre Ina Naber bei einer großen Zahl von Mädchen, die montags zu ihr in die Turnstunde in der Hössenhalle kamen. Die Enttäuschung der Mädchen zwischen 6 und 12 Jahren war deshalb groß, als ihre Übungsleiterin vor den Sommerferien ihre letzte Übungsstunde gab und sich „in die Pension„ verabschiedete.

Zu ihrer Aufgabe als Übungsleiterin war Ina Naber gekommen, als in ähnlicher Situation wie jetzt Mitarbeiter gesucht wurden. Zunächst auf der Grundlage des guten

Willens und der Bereitschaft zu helfen, und dann arbeitete sie sich mit immer weiter verbesserter Kompetenz als Übungsleiterin für das Geräteturnen ein. Bei Lehrgängen des Niedersächsischen Turnerbundes erwarb sie die Übungsleiter-Lizenz und beteiligte sich schließlich mit ihren Mädchen an den Turnfesten und Rundenwettkämpfen im Kreis Ammerland. Als Kampfrichterin hat sich Ina vor allem am „Zitterbalken“ bewährt, nicht nur dort wird sie uns fehlen.

Wir danken Ina Naber ganz herzlich für die jahrelange Leitung der Mädchenturngruppe und wünschen ihr alles Gute!

HARTMUT KRÖNCKE



▲
Ina Naber, wie man sie lange Jahre kannte: inmitten einer fröhlichen Kinderschar.

TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN

10 JAHRE Gymnastik, Sport und Spiel für ÄLTERE



Am 22. August 1988 trafen sich zum ersten Mal ca. 40 Turnerinnen und Turner in der (alten) Brakenhoffhalle. Weil das waren zu viele für die kleine Halle waren, mußte die Gruppe geteilt und ein anderer Turntag ausgewählt werden. Die bescheidene Zahl der Männer verringerte sich, bis sich auch die letzten der Übermacht der Frauen nicht mehr gewachsen sahen. Durch Krankheiten und Wegzug gab es Austritte, aber zum Ausgleich auch wieder neue Turnerinnen. Heute sind wir eine reine Frauengruppe mit 25 Aktiven.

Seit 1993, mit Abschluß meiner Ausbildung im "Präventionssport", werden immer mehr gesundheitliche Belange berücksichtigt. Auch die Ausbildung im "Ambulanten Funktionstraining"

... gibt Hilfen und zeigt Grenzen und Alternativen beim Üben auf. So hat sich das Programm in den vergangenen Jahren stark gewandelt. Beim Ausdauertraining laufen nur noch wenige, die meisten gehen und müssen, um die erforderliche Pulszahl zu erreichen, die Arme mit bewegen. Spiele wie Jägerball, Kastenball oder auch Rückschlagspiele gehören wegen der Unfallrisiken und der hohen Belastung der Vergangenheit an. Schließlich sind wir alle 10 Jahre älter geworden! Zwei der aktiven Teilnehmerinnen sind schon im 80sten Lebensjahr; die jüngste Teilnehmerin ist jedoch erst 52 Jahre alt.

Gemeinschaftliche Unternehmungen wie Winterwanderung mit Kohlessen, Radtour mit Spargelessen, Fahrten zum Feuerwerk der Turnkunst oder zur Gymnastrada nach Hannover haben viel zum Zusammenhalt der Gruppe beigetragen.

Ich freue mich jeden Montag auf meine treuen Turnerinnen. Leider war es mir nicht möglich, alle zusammen auf ein Bild zu bekommen. Die Fehlenden mögen es mir verzeihen.

RENATE TAUTE

NACHLESE: Fastnachtturnen der Kleinsten

Zum vierten Male - man könnte sagen, daß es schon Tradition geworden ist - feierten die beiden Eltern-Kind-Gruppen und die beiden Vorschulturngruppen Fastnacht in der Brakenhoffhalle. Die große Berg- und Talbahn, die Absprungrampe am Trapez und natürlich wieder die beliebte Geisterbahn waren die "Renner" der diesjährigen Aktion. Die Geräteräume waren nahezu leergeräumt und die Polonaise der zahlreichen kleinen Turnerinnen und Turner mußte sich ihren Weg um die großen Aufbauten suchen. Dank sei allen Helferinnen und Helfern, die den Aufbau anhand von Zeichnungen zügig tätigten. Vielleicht bis zum nächsten Jahr....

RENATE TAUTE



TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN TURNEN

Fitness in der TSG

Step-Aerobic-Kurs ein voller Erfolg

Der im März neu eingerichtete Kurs Step-Aerobic war ein voller Erfolg.

Über 50 Anmeldungen konnten wir registrieren. Bedingt durch die Anzahl der Step-Aerobic-Bretter, die für diese moderne Fitness-Sportart angeschafft wurden, konnten immerhin 26 Teilnehmer berücksichtigt werden. Der Kurs umfaßte 14 Stunden und fand wöchentlich immer dienstags von April bis Juli statt.



Step-Aerobic dient der Verbesserung von Ausdauer und Kraft durch Auf- und Absteigen vom Step-Brett nach verschiedenen Bewegungschoreographien. Geachtet wird auf gesunde Knie- und Rückenarbeit. Ein Step-Brett ist in der Höhe verstellbar und bietet die Möglichkeit, sich über einen längeren Zeitraum ohne Pause zu belasten. Erschütterungen auf die Wirbelsäule sind dabei allerdings minimal. Es werden Pulswerte wie z.B. beim Joggen erreicht.

Step-Aerobic wird nach flotter Musik ausgeführt und bringt vor allem dadurch viel Spaß. Man benötigt lediglich feste Turnschuhe oder spezielle Aerobic-Schuhe, die eine Luftfederung enthalten sowie bequeme Sportkleidung. Gute Laune entsteht von selbst.

Neue Step-Aerobic-Kurse bietet die TSG wieder ab Januar 1999 an (s.u.). Bis dahin besteht die Möglichkeit, zu weiteren neuen Angeboten der TSG-Westerstede wahrzunehmen.

SABINE KATHMANN

Neu! Neu! Neu! Neu! Neu!

Fitness für Jedermann,

eine Rundum-Fitness für Männer und Frauen jeden Alters, ab 8. September.

Man benötigt lediglich bequeme Sportkleidung und feste Turnschuhe

Einfach hinkommen und dabei sein!
Auch Nichtmitglieder sind willkommen

Fitness und Tanz für Frauen

- Sport mit Spaß -

hinkommen, mitmachen, dabeibleiben

Auskünfte erteilen die TSG-Geschäftsstelle sowie Sabine Kathmann (☎ s.u.!).

Neu! Neu! Neu! Neu! Neu!

	Tag	Uhrzeit	Sporthalle	Beginn
Fitness für Jedermann	Dienstag	20.30 - 21.30	Hössen-Sporthalle	8. September 1998
Fitness und Tanz für Frauen	Donnerstag	20.00 - 21.30	Gymnastikraum der RDS-Sporthalle.	8. September 1998
Step-Aerobic-Kurse *) Anfänger Fortgeschrittene	Dienstag Dienstag	20.00 - 20.45 21.00 - 21.45		12. Januar 1999 12. Januar 1999

*) Anmeldung erforderlich bei TSG-Geschäftsstelle / ☎ 1876 oder S. Kathmann / ☎ 2495 (Mo-Fr 7.00-19.00 Uhr)

AUS DER VEREINSORGANISATION

Behindertensport in der TSG

Schon seit längerer Zeit ist die TSG Westerstede Mitglied im BSN, dem

Behinderten-Sportverband Niedersachsen.

Im Bereich des BSN erhalten gesundheitsorientierte Gesichtspunkte beim regelmäßigen Sporttreiben einen immer höheren Stellenwert. Neben dem Breiten- und auch Leistungssport bieten die BSN-Vereine daher auch zunehmend Rehabilitationssport an.

- BEHINDERTENSPORT findet immer mit ärztlicher Betreuung / Überwachung statt.. Ärzte empfehlen den Sport und gewährleisten die notwendigen Gesundheitsprüfungen.
- BEHINDERTENSPORT wird im Rahmen von Rehabilitationsmaßnahmen anerkannt, ärztlich verordnet und von den Krankenkassen finanziell unterstützt.
- BEHINDERTENSPORT können alle betreiben, ob behindert, chronisch krank oder von einer Behinderung bedroht.
- BEHINDERTENSPORT steigert durch die sportliche Leistung auch das Vertrauen in die persönlichen Fähigkeiten und trägt damit zur Verbesserung der Lebensqualität bei.
- BEHINDERTENSPORT beinhaltet eine besondere Qualifikation der Übungsleiter bzw. Übungsleiterinnen durch eine speziell ausgerichtete, aktuelle Ausbildung und auch Fortbildung.

In der TSG Westerstede gibt es schon seit Jahren die **Ambulante Herzgruppe** unter der Leitung von Renate Bruns, in der insbesondere Infarktgeschädigte versuchen, durch den Sport wieder ein „normales Leben“ führen zu können.

Neu hinzugekommen ist nun eine Gruppe **Sport bei Multipler Sklerose / Parkinson / Zerebralen Bewegungsstörungen** (s.u.!).

EM

Versicherungsschutz

Für die finanziellen Folgen aus einem Unfall, der sich während einer Sportausübung ereignete, kommt die Krankenversicherung des Verletzten auf. Darüber hinaus gibt es in bestimmten Fällen eine darüber hinausgehende Absicherung durch die Sportversicherung des Vereins (z.B. Übergangsentschädigung bei längerer Arbeitsunfähigkeit oder dauernde Invalidität). **Sportunfälle sollten daher vorsichtshalber grundsätzlich dem Verein (Geschäftsstelle) gemeldet werden.**

Diese Absicherung eines Sportunfalls durch die Sportversicherung besteht aber **in keinem Fall für Nichtmitglieder**, die „mal mitgemacht“ haben oder an einer Veranstaltung des Vereins aktiv teilgenommen haben.

Nur bei der **Teilnahme** an Veranstaltungen zur **Vorbereitung und Abnahme des Deutschen Sportabzeichens** besteht Unfallversicherungsschutz auch für Nichtmitglieder durch einen von LSB und NFV abgeschlossenen Zusatzvertrag.

EM

REHABILITATIONSSPORT

Sport bei Multipler Sklerose / Parkinson / Zerebralen Bewegungsstörungen (z.B. nach Schlaganfall)

Zum Jahresbeginn gab es genug aktive Teilnehmer, so daß diese Gruppe beim Behinderten-Sportverband Niedersachsen (BSN) angemeldet werden konnte. Erste Geräte konnten mit Hilfe des BSN, der TSG und durch Spenden eingesetzt werden.

Intensive und hartnäckige Werbung war nötig, um diese Gruppe zu installieren. Von damals sechs Teilnehmern ist die Gruppe inzwischen auf neun Aktive gewachsen, und wir hoffen - mit

Hilfe der AOK - auf weitere Interessierte.

Eine Abendgruppe (dienstags) ist in Planung, die ersten Treffen gab es schon im Juli. Frau Harazim, die mit dieser Mini-Gruppe in den Sommerferien bei sich zu Hause aktiv war, wird demnächst wieder in den Gymnastikraum der Robert-Dannemann-Halle wechseln.

RENATE TAUTE

Weitere Informationen in der Geschäftsstelle oder bei Helga Harazim (☎ 79454)

Das ist drin:

Handball	2
Tischtennis.	3
Turnen	4
Turnen	5
Turnen	6
Behindertensport	7

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

TSG-Geschäftsstelle

Öffnungszeiten:

Montag	15.30 - 18.00	Frau Espig
Dienstag	9.00 - 10.30	Frau Espig
Mittwoch	17.00 - 18.00	Vorstandsmitglie
Donnerstag	9.00 - 10.30	Frau Espig
Freitag	15.30 - 18.00	Frau Espig

Übungsleiter-Notstand

beim Turnen und in der Gymnastik ?

Für einige florierende Gruppen, aber auch für neue Angebote **suchen wir dringend Übungsleiter:**

Mädchenturnen

6 - 12 Jahre, montags Hössenhalle

Damengymnastik

montags und mittwochs ab 19.00 Uhr

Jazztanz für Jugendliche

Interessenten wird die Einarbeitung durch Übungsleiter der TSG angeboten, Lehrgänge des Verbandes können besucht werden.

Auch die Teilnehmer der Übungsgruppen sind aufgefordert, geeignete Personen zur Mitarbeit zu bewegen. Meldungen in der Geschäftsstelle oder bei Hartmut Kröncke (☎ 04488/4292).

Für Jugendliche, die sich nicht einer Spielmannschaft anschließen wollen, wäre die Einrichtung einer neuen Gruppe wünschenswert, etwa für **Kunststücke auf Rollen und an Geräten (u.a. Trampolin).**

Satzungsausdrucke sind bei Bedarf in der Geschäftsstelle erhältlich.

Voranzeige—Voranzeige—Voranzeige

Sportlerball für jung und alt am 7. November im Hotel Voß

Die Organisatorinnen Sabine Kathmann und Heike Kuck wünschen sich eine noch regere Teilnahme als im Vorjahr.

Der Ball ist öffentlich. Es wird wieder eine kleine spaßige Einlage geben, und auch eine Tombola.

Die „Party Lights“ werden in noch besserer Besetzung für Stimmung sorgen

Kartenvorverkauf ab 15. Oktober
bei Sport-Schöbel, Westerstede, Poststraße

Also rechtzeitig vormerken!!!!

IMPRESSUM: Redaktion: Berndt Erben ☎ 04488/1790
Erwin Meyer ☎ 04488/4137
Herausgeber: TSG Westerstede ☎ 04488/1876
26655 Westerstede Am Bahnhof 1
Druck: J. Folte, Neusüdende
Redaktionsschluß für die nächste Ausgabe: 15. November 1998