

**Stadtwerke Ratingen
Mehrkampf-Meeting**
Olympiasiegerin Nafissatou
Thiam kommt nach Ratingen

Schwimmen
TVR Schwimmer steigen in
Landesliga auf

Fechten
Deutsche Meisterschaften
im Jugendbereich

**Stadtwerke
Ratingen**

Echt. Gut. Leben.

Smartes E-Leasing

mit umfangreicher Ausstattung¹!

Die neue
Stadtwerke-Edition
ist da!
Jetzt zu günstigen
Konditionen
leasen.



Weitere Informationen finden Sie unter:
emobilitaet.stadtwerke-ratingen.de



1: smart EQ fortwo (60 kW/82 PS) mit 4,6kW und 22kW-Bordlader: Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100km: 16,5-14,0. CO₂-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0. Der Stromverbrauch wurde auf der Grundlage der VO 692/2008/EG ermittelt. Der Stromverbrauch ist abhängig von der Fahrzeugkonfiguration. Unser Angebot beinhaltet eine Serienausstattung und die Sonderausstattung „Stadtwerke Ratingen-Edition“.

VORWORT

Sven Pallessen

Präsident



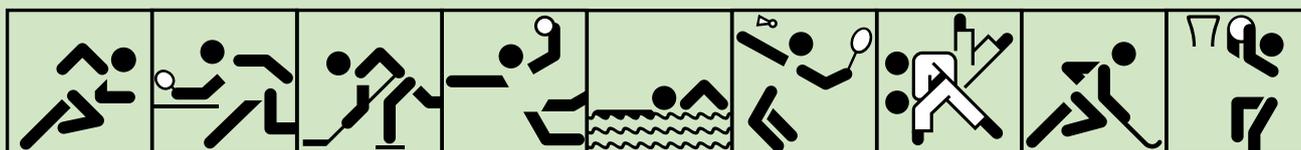
Liebe Mitglieder,

große Dinge werfen ihren Schatten voraus. Das Mehrkampf Meeting steht an und alle Abteilungen sind schon voll in der Planung. Es werden wieder die Besten Deutschen und internationale Athleten dabei sein. Das Stadion wurde mit einer neuen Bahn ausgestattet, so dass wir mit sehr guten Ergebnissen rechnen können. Auch wir haben für euch weiter umgebaut und modernisiert. Nun sind alle sanitären Einrichtungen fertig. Das Feedback von euch ist durchweg positiv und das zeigt uns, dass ihr euch in eurem Verein / bei uns wohl fühlt. Wie schon angesprochen, stehen für die Zukunft auch noch weitere Arbeiten an. Nachdem wir nun gemeinsam die Corona-Zeit überstanden haben, merkt man in den Abteilungen und Gruppen, dass jeder wieder unter Menschen und

Freunden sein möchte und die Lebensfreude durchkommt. Nun geht es nach draußen an die frische Luft und ich wünsche allen viel Spaß bei euren Übungen.

Die Menschen machen immer die Umstände dafür verantwortlich, was sie sind. Ich glaube nicht an Umstände. Die Menschen, die vorangehen in dieser Welt, sind stets jene, die sich aufmachen und die Umstände suchen, die sie brauchen, und sie schaffen, wenn sie sie nicht finden können.

- George Bernard Shaw -



Inhalt

03 Vorwort	21 Jugendausschuss	29 Wir stellen und vor /
04 Stadtwerke Ratingen Mehr-	22 Judo	TV OPEN AiR / Übungsleiter
kampf-Meeting	23 Geräteturnen	30 Termine
05 Leichtathletik	25 Fitness und Gesundheit	
10 Handball	26 TV MED	
12 Fechten	27 Sportlich älter werden /	
15 Schwimmen	Fechtcamp	
20 Funktional	28 Jahreshauptversammlung	

STADTWERKE RATINGEN MEHRKAMPF-MEETING

**Punktejagd auf der neuen
blauen Bahn**

Das Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting ist seit vielen Jahren eines der größten Highlights auf dem nationalen Leichtathletik-Kalender. Und das soll auch 2023 wieder so werden! Denn in der Reihe der Qualifikationsmöglichkeiten für die Weltmeisterschaften in Budapest (Ungarn; 19. bis 27. August) nimmt das Mehrkampf-Meeting mit seinem Status als Gold-Label-Meeting der World Athletics Combined Events Tour eine zentrale Rolle ein – und das nicht nur für Deutschlands beste Allrounder, sondern auch für die internationale Mehrkampf-Elite.

Dabei wird das Stadion am 17./18. Juni bei der 26. Ausgabe des Mehrkampf-Meetings sogar mit einer neuen Bahn ausgestattet sein, die für noch schnellere Zeiten und noch bessere Weiten sorgen soll. Ein Grund mehr für Deutschlands Mehrkampf-Helden um Europameister Niklas Kaul (USC Mainz), die Olympia-Siebte Carolin Schäfer (Eintracht Frankfurt), die weiteren Olympia-Teilnehmer Kai Kazmirek (LG Rhein-Wied) und Vanessa Grimm (Königsteiner LV) oder die WM-Teilnehmer Tim Nowak (SSV Ulm 1846) und Sophie Weißenberg (TSV Bayer 04 Leverkusen), dem Stadion am Stadionring auch 2023 wieder einen Besuch abzustatten!

Seien auch Sie live dabei, wenn es um die Jagd nach Punkten, magischen Marken und die WM-Tickets für Budapest geht. Beim Familienfest der deutschen Mehrkämpfer können Sie die deutschen Stars hautnah erleben und darüber hinaus auch die internationalen Top-Mehrkämpfer – wie zum Beispiel 2022 den Schweizer Simon Ehammer, dessen Stern in Ratingen nach seinem Weitsprung auf 8,30 Meter endgültig aufging.

STADTWERKE RATINGEN MEHRKAMPF-MEETING

**Olympiasiegerin Nafissatou
Thiam kommt nach Ratingen**

Vorfreude auf die beste Siebenkämpferin der Welt: Mit Nafissatou Thiam hat die amtierende Welt- und Europameisterin sowie zweimalige Olympiasiegerin ihren Start beim Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting angekündigt.

Die Siebenkampf-Olympiasiegerin von Rio de Janeiro und Tokio Nafissatou Thiam (Belgien) kommt zum Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting (17./18. Juni). Sie plant dort keinen kompletten Siebenkampf, sondern wird bei ihrem ersten Wettkampf der Saison in einigen Disziplinen ihre Form testen. Dies gab ihr Management am Dienstag bekannt.

Bis zu den Weltmeisterschaften in Budapest (Ungarn; 19. bis 27. August) startet „Nafi“ Thiam bei keinem kompletten Siebenkampf. „Ich freue mich sehr, dass ich beim Meeting in Ratingen zu Gast sein darf. Es ist für mich eine gute Gelegenheit, meine Form in einigen Disziplinen zu testen“, sagte Thiam zu ihrem geplanten Start in Ratingen, auf den sich die Zuschauer sicherlich freuen können.

„Für das Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting ist der Start von Nafi Thiam eine zusätzliche Bereicherung“, sagte Meetingdirektor Michael Mottl. Neben zahlreichen internationalen Topathletinnen und -athleten wird die gesamte deutsche Mehrkampf-Elite in Ratingen dabei sein. Unter anderem startet mit Niklas Kaul (USC Mainz) der amtierende Europameister und Weltmeister von 2019. Tickets gibt es unter: www.ticketmaster.de



FRAMA ■
mail. message. managed.

**Postbearbeitung in Unternehmen -
Lösungen für jeden Bedarf!**

- Frankiermaschinen
- Automatische Brieföffner
- Falzmaschinen
- Kuvertiermaschinen

Code scannen und mehr erfahren!

Frama - Ihr kompetenter Ansprechpartner vor Ort.

Frama Deutschland GmbH • Christinenstrasse 2 • 40880 Ratingen •
Tel. 02102 8927-0 • frama.de

integrity in communication.





LEICHTATHLETIK

Staffel knackt DM-Norm

Die Marschrichtung für das Sportfest in Kevelaer war klar. Nachdem die WU16 Staffel über 4 x 100 m bei dem ersten Wettkampf in Oedt noch knapp die Norm für die Deutsche Meisterschaften verpasst hat, sollte diese nun früh in der Saison abgehakt werden.

Die Staffel, dieses Mal in der Besetzung Elea Jobst, Sydney Minski, Sina Dahmen und Carlotta Neuenhahn ließen die Bahn brennen und gewannen in 51,33 sec. Dies bedeutete zu einem die Qualifikation

für die Deutsche Meisterschaft, zum anderen liegt das Quartett zurzeit auf Platz drei der Deutschen Bestenliste. Zusammen mit den anderen beiden Staffelläuferinnen Mara Lietz und Neele Pangert freuen sie sich nun auf die Meisterschaften Ende Juli in Stuttgart.

Die zweite Staffel der WU16 mit drei Starterinnen aus der WU14 mit Marie Hensel, Matilda Leowald, Laura Spengler und Alba Garcia Corbi ergänzten das Podium auf Platz zwei mit einer Zeit von 54,06 Sec.

Zur Freude des Trainerteams konnten zusätzlich noch viele Athletinnen mit neuen persönlichen Bestleistungen und guten Platzierungen auf sich aufmerksam machen.

Bestleistungen purzelten reihenweise

So liefen Hensel (1. Platz/9,90 sec.) und Leowald (2. Platz/9,99 sec.) beide W13, erstmals die 60 m Hürden unter 10 Sekunden. Bestleistungen gab es weiter für Hensel über die 800 m (Platz 1) und Leowald im Weitsprung (Platz 1). Im Weitsprung konnten sich Elea Jobst (W14) und Lia Richrath (WJU18) über n.p.B. freuen, über die 100 m Carlotta Neuenhahn (Platz 1) und Maren Freitag und über die 800 m Linda Meier und Sarah Speckenbach.

Insgesamt ein sehr erfolgreicher Wettkampftag für die Nachwuchsathleten des TV Ratingen. Mit acht Siegen, fünf Mal Silber und vier Mal Bronze war der TVR bei den Siegerehrungen reichlich vertreten. Die noch junge Freiluftsaison macht mit diesen Ergebnissen Freude auf mehr.



WO·GE·RA

Ihr Zuhause

.... für jung
und alt

Wohnungsgenossenschaft Ratingen eG

Poststraße 34 – 40878 Ratingen
Telefon: 02102 / 9102-0

E-Mail: info@wo-ge-ra.de
Internet: www.wo-ge-ra.de



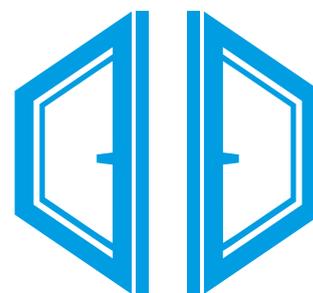
LEICHTATHLETIK

Jüngster Leichtathletik- nachwuchs mit tollen Teamleistungen

Vor den Osterferien endete die Wintersaison der jüngsten Athleten*innen bei einem KiLa-Hallenwettkampf in Viersen. Die Ratinger traten mit je einer Mannschaft in den AK U8, U10 und U12 an. Für einige von ihnen war es der erste Wettkampf überhaupt, somit war die Aufregung bei den Kindern als auch bei den mitgereisten Eltern groß. Mit Teamgeist, Spaß und Ehrgeiz absolvierten die Jüngsten ihre Disziplinen. Platz zwei hieß es am Ende für alle Teams.

In einigen AK gab es neben der Teamwertung auch Einzelwertungen. Auch hier standen einige Athlet*innen ganz oben auf dem Podest.

Wieder einmal hat sich gezeigt, dass der TV Ratingen viel Arbeit in die Nachwuchsarbeit investiert. Den kompletten Artikel könnt Ihr bei uns auf der Homepage unserer Leichtathleten nachlesen.



Schwaab

Fenster · Türen

Büro: Am Westbahnhof 36

Produktion: Sandstr. 44

40878 Ratingen

Tel. 02102 - 913805

info@schwaab-fenster.de

schwaab-fenster.de



LEICHTATHLETIK
Trainingslager 2023,
Saisonvorbereitung in
Westerstede

Wieder einmal hat sich die Leistungsgruppe der Leichtathleten auf ihr traditionelles Trainingslager in den Osterferien begeben. Wie auch im letzten Jahr nutzte die 14-köpfige Gruppe um das Trainerteam Klaus Suhl und Martina Theisen die idealen Bedingungen im Sportzentrum Hössen, Westerstede, um sich gezielt auf die angepeilten regionalen und evtl. nationalen Höhepunkte der anstehenden Freiluftsaison 2023 vorzubereiten.

Die Anfahrt erfolgte in gemieteten Kleinbussen und nach etwas mehr als drei Stunden war man am Ziel angekommen. Das Hössen Sportzentrum lässt keine Wünsche offen: eine großzügige Anlage mit hervorragenden Zimmern, eine sehr gute Verpflegung, das Stadion in 50m Fußweg, ein Schwimmbad direkt nebenan...somit waren alle Bedingungen für eine optimale Vorbereitung gegeben.

Nachdem die Athletinnen am Anreisetag noch die erste Trainingseinheit entspannt angehen konnten, folgten die anderen Tage jeweils zwei anstrengenden Trainingseinheiten, um an individuellen Schwächen zu arbeiten oder die bekannten Stärken weiter auszubauen. Ebenfalls auf dem Plan standen die Trainingseinheiten für die Staffel. Hier ist das angestrebte Ziel, die Norm für die Deutschen Meisterschaften im Juli 2023 zu erfüllen.

Für Abwechslung im Trainingsalltag sorgte ein Ausflug in die Innenstadt von Westerstede mit Besuch einer Eisdielen, ein Schwimmbadbesuch und ein Ausflug nach Norddeich zur Seehundstation und zum Strand.

Schlussendlich kehrten die TVR-Leichtathletinnen am Ende des Trainingslagers sichtlich erschöpft, aber zuversichtlich wieder nach Ratingen zurück. Der Zusammenhalt in der Gruppe ist noch verstärkt worden und sowohl die Gruppe als auch das Trainerteam blicken nun gespannt auf die Sommersaison 2023.





LEICHTATHLETIK TV Ratingen Leichtathletik- nachwuchs in guter Form

Rekorde und Bestenlisten Plätze

Inspiziert durch die großen Vorbilder im Mehrkampf, Niklas Kaul oder Carolin Schäfer traten die Leichtathleten des TV Ratingen beim Blockwettkampf im Remscheid an. Der Blockwettkampf, ein Mehrkampf, besteht aus jeweils fünf Disziplinen, welche sich nur nach Schwerpunkt ändern. Alle Athlet*innen wollten gerne an ihre bereits guten Leistungen der angefangenen Saison anknüpfen.

Erneut einen tollen Wettkampf bestritt Matilda Leowald (W13) und gewann den Blockwettkampf Sprint/Sprung überlegen mit über 200 Punkten Vorsprung. Hervorzuheben sind u.a. die Leistungen im Hochsprung (1,52 m/p.B.) und im Weitsprung (5,13 m/p.B.). Mit den Hürden und dem Speerwurf (p.B.) konnte sie vier Einzeldisziplinen für sich entscheiden. Einzig über die 75 m war an diesem Tag eine andere Athletin schneller. Kein Wunder, dass sie mit ihren Leistungen im Blockwettkampf, Hochsprung und Weitsprung an Platz 1 der Bestenliste der Region für dieses Jahr liegt.

Marie Hensel (W13) gewann in ihrer Altersklasse mit fast 100 Punkten Vorsprung den Block Lauf. Mit ihrer Punktzahl hat sie sich den Regionsrekord gesichert. Deutlich gewann sie die 60 m Hürden, den Weitsprung (p.B.) und die 800 m gegen ihre 17 Mitstreiterinnen. Platz 1 in der Regionsbestenliste von

diesem Jahr hat sie zurzeit über die Hürden, die 800 m und den Blockwettkampf.

Einen weiteren Tagessieg gab es für das Lauftalent Neele Pangert (W14) im Blockwettkampf Lauf. Von ihren fast 400 Punkte Vorsprung konnte sie alleine 165 Punkte über die 2000 Meterstrecke gutmachen. Hier siegte sie mit einem Vorsprung von über 2 Minuten. Auch sie liegt mit ihrer Punktzahl und der Laufleistung über 800 m und 2000 m an Platz eins der Bestenliste.

Zweite Plätze sicherten sich in ihren jeweiligen Altersklassen Sina Dahmen (W15/Block Lauf) mit einer persönlichen Bestleistung über die 80 m Hürden, Carlotta Neuenhahn (W15/Block Wurf) mit einer Bestleistung im Weitsprung und Laura Spengler mit Bestleistungen im Weitsprung und Kugelstoßen. Hinzu kam der dritte Platz von Alba Garcia Corbi (W14/Block Wurf) die sich im Kugelstoßen verbesserte. Weitere Bestleistungen gab es für Sydney Minski über die 100 m und die 80 m Hürden, Lea Ost und Neele Pangert beim Ballwurf. Für den einzigen männlichen Starter ging Gabriel Maksimowski (M13) an den Start. Für ihn war es der erste Start in einem Mehrkampf, den er auf einem guten sechsten Platz im Block Lauf beendete.

Abgerundet wurde der Tag mit dem Mannschaftsieg der WU14 mit fast 800 Punkten Vorsprung. Die Mannschaft der WU16 kam auf den vierten Platz.

Insgesamt gab es viele gute Leistungen, mit denen das Trainerteam zufrieden war. Bis zu den anstehenden Landesmeisterschaften hat das Trainerteam nun noch vermehrt Zeit in das Techniktraining zu gehen und die Athlet/innen gut vorzubereiten.

LEICHTATHLETIK

Matilda Leowald startete auf großer Bühne



Was für ein unvergessener Tag für die junge Nachwuchsathletin Matilda Leowald vom Turnverein Ratingen. Die noch zwölfjährige Leichtathletin wurde aufgrund ihrer guten Leistungen vom Landesverband Nordrhein für die im Rahmenprogramm des ISTAF Indoor Düsseldorf durchgeführte Talentiade 2023 eingeladen. Hier traten die besten Sprinter*innen des Landes NRW der Altersklasse U14 gegeneinander an. Inmitten der bekannten Leichtathletikstars wie Gina Lückenämper oder Malaika Mihambo fand das gemeinsame Warm-up statt, bevor es dann vor großem Applaus auf die schnelle blaue 60 Meter Bahn im umgebauten PSD Bank Dome ging, um sein Können zu zeigen. Hier wurden alle Starterinnen den Zuschauern persönlich vorgestellt. Matilda wurde mit einer tollen Zeit Zweitplatzierte und erhielt eine Medaille, Urkunde und einen Sachpreis bei der Siegerehrung. Wer weiß, vielleicht sieht man Matilda in ein paar Jahren dann mit den großen Stars gemeinsam laufen. Der Tag hat jedenfalls für einen Motivationsschub gesorgt.

ISTAF INDOOR DÜSSELDORF		60m Pupils W	
Talents Cup U14 Heat 2 - Live Results			
1	GER	P. SPENGLER	8.45
2	GER	M. LEOWALD	8.57
3	GER	C. APFEL	8.70
4	GER	C. APFEL	8.71
5	GER	E. KÖNIG	8.75
6	GER	M. da SILVA	8.90

Jürgen 
Saemisch
Sanitär + Heizung

☎ 0 21 02 - 8 15 75 · Raiffeisenstraße 13 · 40878 Ratingen

- Sanitäre Installation
- Heizungsbau
- Öl- + Gasfeuerung
- Wartungsdienst
- Brennwerttechnik
- Solartechnik



HANDBALL

Jugend feiert Kreis- meisterschaften

Direkt zwei Kreismeisterschaften dürfen die Handballer des TV Ratingen in der Saison 2022/23 feiern.

Durch die große Anzahl von Kindern konnte Trainerin Bea Egert in diesem Jahr gleich 2 Mannschaften melden. Die Jüngsten durften ihre Erfahrungen erstmal bei Spielefesten sammeln und auf dem kleinen Feld und ohne Wertung ausprobieren, wie gut das Spielen schon klappt. Der ältere Jahrgang durfte sich dann nach den Herbstferien gegen 8 andere Teams im normalen Spielbetrieb messen und startete direkt mit deutlichen Siegen. Bereits am vorletzten Spieltag konnte sich die F-Jugend mit einem 31:23 Sieg über den Mitfavoriten Interaktiv Ratingen durchsetzen und sich somit vorzeitig die Meisterschaft sichern. Im Anschluss an das Spiel wurde dann direkt

mit Pizza ein wenig gefeiert. Im letzten Spiel reisten die Kinder dann nach Erkrath und konnten auch dort noch einmal überzeugen und somit wurde jedes der 8 Spiele gewonnen. Nun geht es für die Mannschaft eine Jugend höher zur E-Jugend und auch da wollen die Kinder nach den Sommerferien wieder mit viel Spaß in die nächste Saison starten. Nicht weniger erfolgreich spielt die E-Jugend in diesem Jahr. Auch hier konnten zwei Mannschaften gemeldet werden. Die Saison der E1 startete ein wenig schleppend, da zuerst ausgespielt werden sollte, in welcher Gruppe die Mannschaften spielen werden. Leider sind einige gegnerische Mannschaften gegen unsere Jungs erst gar nicht angetreten. Umso größer war die Freude als dann endlich die eigentliche Saison losging. Wie bereits vorher die F-Jugend konnte auch die E-Jugend beim vorletzten Spiel die Kreismeisterschaft festmachen. Die Mannschaft hat nun noch einen Spieltag und auch hier kann eine Saison ohne Niederlage erreicht werden.

Wir gratulieren allen Kindern und Trainern zu dieser großartigen Saison.



▶ **HANDBALL****A- und B-Jugend beim Beachhandballturnier in Venedig**

Mit rund 20 Spielern und einem fünfköpfigen Betreuersteam besuchten die älteren Jugendmannschaften der Handballabteilung in den Osterferien ein Beachhandballturnier in Cavallino in der Nähe von Venedig. Insgesamt hatte der TV drei Mannschaften für die attraktive Handballvariante gemeldet, die jeweils mit einem Torwart und drei Feldspielern den italienischen Sandstrand durchwühlten.

Über fünf Tage stand der Spaß am Handballspiel ebenso im Mittelpunkt wie zahlreiche Gemeinschaftsaktivitäten, so z. B. ein Ausflug in die Lagunenstadt oder Abende bei altersgerechter Musik. Zum internationalen Flair trugen neben anderen deutschen Vereinen auch Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem benachbarten Ausland bei.

Fazit nach der Zeit an der venezianischen Küste: Schade, dass das Osterwochenende nur vier Tage hat. Vielleicht auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr!

Ein ausführlicher Bericht findet sich in Kürze auf der Homepage der Handballabteilung unter www.handballratingen.de.



LEO'S TOP TEAM **DIENSTLEISTUNGEN** **Gebäudereinigung GmbH**

Gebäudereinigung NRW: Seit über 20 Jahren ist LTT – LEO'S TOP TEAM Ihr zuverlässiger Partner vor Ort. Unser inhabergeführtes Unternehmen steht für professionelle Reinigung und Immobilienpflege.

- Langjährige Erfahrungen in der Innen – und Außenreinigung
- Professionelle Glas- und Rahmenreinigung
- Umfassendes Facility-Management

Sie möchten sich von der Qualität unserer Leistungen ein Bild machen, so stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung?

Halskestr. 16 A, 40880 Ratingen
Tel: 02102-41446
info@leostopteam.de



FECHTEN

Fünf Medaillenränge der Säbelfechter des TV Ratingen beim Bielefelder Adlercup

Die SäbelfechterInnen des TV Ratingen erreichten am Wochenende 4./5. März fünf Medaillenränge beim Bielefelder Adlercup, einem Qualifikationsturnier für die Deutschen Meisterschaften.

In der Altersklasse U20 der Herren war Jarnu Pelz erst im Finale zu stoppen, welches er mit 10:15 gegen den Mainzer Simon Thomé verlor. Zuvor hatte er mit hervorragenden Leistungen die auch aus den Niederlanden angereiste Konkurrenz in die Schranken verwiesen. Nach ihrem spektakulären Doppelsieg beim Qualifikationsturnier „Bonner Säbel“ zwei Monate zuvor unterstrich Pelz' Teamkollegin Elizabeth Champion in der Altersklasse U17 der Damen mit dem Erreichen des zweiten Platzes ihre ausgezeichnete Form. Erst im Finale unterlag Champion ihrer Konkurrentin Cisanne Herbon vom TSV Bayer Dormagen, die sie in der vorhergehenden Gruppenphase noch mit 5:1 bezwingen konnte.

Mit drei Medaillen in den jüngeren Altersklassen erzielte auch der Rateringer Säbelfechternachwuchs be-

merkenswerte Erfolge. Bei den U13 der Jungen gewann Niklas Timke Silber, nachdem er sich erst im Finale Justin Liu vom SG Kaarst geschlagen geben musste. Punktgleich mit Liu führt Timke nunmehr die U13-Rangliste des Rheinischen Fechter-Bundes an. Bei den U11 der Jungen erfochten sich Jonas Schneider und Giovanni La Cognata bei seiner ersten Turnierteilnahme überhaupt Bronze.

Durch diese Erfolge und weitere gute Turnierplatzierungen untermauerte die Fechtabteilung des TV Ratingen mit Blick auf die im Mai stattfindenden Deutschen Meisterschaften ihre hohen sportlichen Ambitionen und ihren Ruf als eine der Top-Adressen im fechterischen Nachwuchsbereich.

Platzierungen des TV Ratingen beim Adlercup im Einzelnen:

Damen U13: 9. Platz Julie Bastron, **Damen U17 und U20:** 2. Platz und 7. Platz Elizabeth Champion, **Herren U11:** geteilter 3. Platz Giovanni La Cognata und Jonas Schneider, 12. Platz Moritz Beul, 15. Platz Hannes Beul, **Herren U13:** 2. Platz Niklas Timke, 5. Platz Philipp Beul, 6. Platz Hannes Carus, 15. Platz Jasper Bartels, 19. Platz Maxim Brodmann, **Herren U15:** 10. Platz Eren Angelkorte, 17. Platz Leonard Golly, 18. Platz Lucas Seipel, **Herren U17:** 5. Platz Tammo Hahn, **Herren U20:** 2. Platz Jarnu Pelz, 8. Platz Maximilian Götz, 14. Platz Tammo Hahn, **Herren Senior:** 5. Platz Jarnu Pelz, 14. Platz Jay-Troy Lohner



G. Blumentrath

Feldstr. 41a · 40882 Ratingen
Telefon: 0 21 02 / 83 123



**Fliesenfachgeschäft
Meisterbetrieb
für Fliesenverlegung
und Granitarbeiten**



FECHTEN

Ratinger Säbelfechter qualifizieren sich für die Deutschen Meisterschaften im Jugendbereich

Beim hochgradig besetzten Jugendpokal in Dormagen, dem letzten Qualifikationsturnier vor den Deutschen Meisterschaften, erkämpften sich die SäbelfechterInnen des TV Ratingen am Wochenende 29./30. April mehrere Erfolge. Damit haben sich insgesamt 14 Ratinger FechterInnen für die Mitte Mai stattfindenden Deutschen Meisterschaften im Jugendbereich qualifiziert.

In der Altersklasse U13 der Herren war Hannes Carus erst im Halbfinale zu stoppen und erfocht sich die Bronzemedaille. Zuvor hatte er mit herausragenden Leistungen die aus ganz Deutschland angereiste Konkurrenz in die Schranken verwiesen. In dieser Altersklasse belegen die Ratinger Säbelfechter Niklas Timke und Hannes Carus nun die Plätze 2 und 3 in der endgültigen Rangliste des Rheinischen Fechter-Bundes dieser Saison. Timke und Carus werden bei den Deutschen Meisterschaften am Wochenende 20./21. Mai in Bielefeld zusätzlich zu ihrer Teilnahme im Einzelwettbewerb auch Bestandteil der ersten Mannschaft des Rheinischen Fechter-Bundes im Teamwettbewerb sein.

Bei den Damen der Altersklasse U11 erzielte Clara Schmauck einen hervorragenden vierten Platz, nachdem sie sich erst im Halbfinale mit

8:10 knapp Meera Dittmann vom TSV Bayer Dormagen geschlagen geben musste. Gereon Simons erreichte in der Altersklasse U15 bei einem Teilnehmerfeld von 49 Startern einen sehr guten sechsten Platz.

Auf Grund ihrer Erfolge im Rahmen der insgesamt sechs nordrhein-westfälischen Qualifikationsturniere konnten sich 14 Ratinger SäbelfechterInnen einen Startplatz für die Deutschen Meisterschaften in den Altersklassen U13, U15 und U17 der Mädchen und Jungen sichern. In soweit strebt die Fechtabteilung des TV Ratingen an, ihre bisher gelungene Saison mit Erfolgen bei den Deutschen Meisterschaften zu krönen.

Platzierungen des TV Ratingen beim Jugendpokal in Dormagen im Einzelnen:

Damen U11: 4. Platz Clara Schmauck, **Damen U13:** 10. Platz Julie Bastron, **Damen U15:** 18. Platz Julie Bastron, **Herren U11:** 6. Platz Giovanni La Cognata, 7. Platz Jonas Schneider, 13. Platz Luis Maric, 14. Platz Johnny Cui, 17. Platz Nick Baldermann, **Herren U13:** 3. Platz Hannes Carus, 11. Platz Niklas Timke, 15. Platz Philipp Beul, 19. Platz Jan Keßler, 24. Platz Maxim Brodman, 25. Platz Jasper Bartels, **Herren U15:** 6. Platz Gereon Simons, 20. Platz Eren Angelkorte, 33. Platz Philipp Beul, 34. Platz Kilian Armbrust, 47. Platz Lucas Seipel, **Herren U17:** 15. Platz Tammo Hahn, 28. Platz Gereon Simons



FECHTEN

Topplatzierungen beim Kentener Krokodil Cup

Beim Ranglistenturnier „Kentener Krokodil Cup“ des Rheinischen Fechterbundes erzielten die SäbelfechterInnen des TV Ratingen trotz krankheitsbedingter Ausfälle von mehreren Leistungsträgern erneut starke Erfolge.

In der Altersklasse U20 der Herren erkämpfte sich Jarnu Pelz den zweiten Platz. In einem hochdramatischen Finale unterlag er seinem Kontrahenten Bjarne Lucas vom TSV Bayer Dormagen, den er in der vorausgehenden Gruppenphase noch mit 5:0 bezwingen konnte, hauchdünn mit 14:15. Zuvor hatte Pelz bei einem Rückstand von 6:14 acht „Matchbälle“ abwehren können, verpasste es aber, den entscheidenden fünfzehnten Treffer zu setzen.

Mit zwei Silber- und einer Goldmedaille setzte auch der Ratinger Säbelfechtnachwuchs beachtliche sportliche Ausrufezeichen. Bei ihrer ersten Turnierteilnahme überhaupt sicherte sich Clara Schmauck in der Altersklasse U11 der Damen den zweiten Platz. Schmauck musste sich im Finale der Dormagenerin Ayla Kayisi mit 5:10 geschlagen geben, nachdem sie zuvor in der Direktauscheidung die Konkurrenz mit hohen Siegen in die Schranken verwiesen hatte. Bei den U11 der Herren war auch Jonas Schneider erst im Finale zu stoppen, welches er gegen Delin Su wiederum vom TSV Bayer Dormagen verlor. In der jüngsten Altersklasse U9 erkämpfte sich Jannik Timke den ersten Platz und erreichte damit die Goldmedaille. Im Finale besiegte er Jacob Vorländer vom FSV Mülheim/Ruhr souverän mit 10:1.

Über die sportlichen Erfolge hinaus freute sich die Fechtabteilung des TV Ratingen besonders über den Umstand, dass sie beim Kentener Krokodil Cup sechs Ratinger Nachwuchsfechter zum ersten Mal bei einem Fechtturnier begrüßen durfte. Damit tragen ihre Bemühungen, den Fechnachwuchs zur Teilnahme an Turnierwettbewerben hinzuführen, deutlich sichtbare Früchte.

Platzierungen des TV Ratingen beim Kentener Krokodil Cup im Einzelnen:

Damen U11: 2. Platz Clara Schmauck, **Damen U13:** 5. Platz Julie Bastron, **Damen/Herren U9:** 1. Platz Jannik Timke, 5. Platz Moritz-Phillipp Bieberstein, 8. Platz Louis Kindt, **Herren U11:** 2. Platz Jo-

nas Schneider, 6. Platz Giovanni La Cognata, 7. Platz Johnny Cui, 8. Platz Luis Maric, 13. Platz Carl-Philipp Ruess, **Herren U13:** 6. Platz Hannes Carus, 11. Platz Jan Keßler, 12. Platz Philipp Beul, 19. Platz Jasper Bartels, 20. Platz Maxim Brodmann, **Herren U15:** 7. Platz Gereon Simons, 13. Platz Philipp Beul, **Herren U17:** 6. Platz Gereon Simons, **Herren U20:** 2. Platz Jarnu Pelz, 9. Platz Maximilian Götz

FECHTEN

Erfolge der Säbelfechter des TV Ratingen bei Turnierreifeprüfung

16 junge Nachwuchsfechter aus der Ratinger Säbelfechtschmiede haben erfolgreich ihre Turnierreifeprüfung am Ratinger Stützpunkt der Säbelfechter am Karl-Mücher-Weg bestanden. Alle Kinder und Jugendlichen meisterten die Aufgabenstellungen der dreistündigen Turnierreifeprüfung des Deutschen Fechter Bundes, die aus einem praktischen und einem theoretischen Teil besteht, unter Aufsicht des aus Dormagen angereisten Prüfers Eero Lehmann und der Übungsleiter Elizabeth Champion und Tammo Hahn vorzüglich. Sie dürfen mit Erhalt ihres Fechtpasses nun bei nationalen und internationalen Säbelfecht-Turnieren starten, sodass die Ratinger Säbelfechter bei den anstehenden Wettkämpfen in Bielefeld und Kanten mit erheblicher Verstärkung antreten können.



SCHWIMMEN

TVR Schwimmer mit starkem Auftritt bei NRW Meisterschaft

Die steilen Tribünen im Dortmunder Südbades reichen bis unter das Dach der großen Schwimmhalle, die schon viele NRW Meisterschaften erlebt hat. Das ganze Wochenende waren diese sehr gut gefüllt und die zahlreichen Zuschauer verbreiteten eine tolle Wettkampfatmosphäre. Mehr als 650 junge Schwimmerinnen und Schwimmer der Jahrgänge 2010 bis 2005 hatten sich durch gute Leistungen in dieser Saison qualifiziert und für mehr als 2.200 Einzelstarts gemeldet. Der TVR Ratingen konnte mit 20 Sportlern und 66 Starts ein Großaufgebot an den Start bringen.

Fast alle Starter konnten den Wettkampf mit neuen persönlichen Bestzeiten abschließen. Die jungen Sportler haben über das gesamte Wochenende mitgefiebert und sich gegenseitig angefeuert. Der Blick ging immer wieder zur großen Anzeigetafel, um dort die geschwommenen Zeiten und Platzierungen abzulesen. Die gute Stimmung in der Mannschaft half, dass sie alle an ihre Grenzen gehen und über sich hinauswachsen konnten. Gleich 10 Medaillen erzielten die Aktiven dabei für den TVR.

Sophia Brauneck konnte gleich 5 silberne Medaillen erzielen: Normalerweise liebt Sophia die längeren Freistilstrecken. Hier kann sie ihre Wasserlage richtig zur Geltung bringen. In Dortmund konnte sie auch ihre Spitzengeschwindigkeit über die 50 m Freistil in 0:27,45 und 50 m Schmetterling in 0:29,58 unter Beweis stellen. Daneben überzeugte sie über die 100 m, 200 m und 400 m Freistil.

Die Paradedstrecke für Max Juretzki sind die 200 m Schmetterling. Von vielen Schwimmern wegen der langen Strecke und des großen Kraffteinsatzes gefürchtet, so zeigt er hier immer wieder sein Können und überzeugt mit Bestleistungen. Er konnte sich gegenüber den letzten Wettkämpfen noch weiter auf nun 2:18,20 steigern und ebenfalls mit Platz 2 seines Jahrgangs die begehrten Medaillen mitnehmen. Hugo Richter ebenfalls aus dem Jahrgang 2008 schaffte über die 200 m Rücken in 2:20,59 einen weiteren Leistungssprung, der mit der Bronzemedaille belohnt wurde.

Gleich drei Bronzemedailles konnte die 2 Jahre ältere Jill Koch als Brustspezialistin erzielen. Über die 200 m, 100 m und auch die 50 m Strecken zeigte sie neue persönliche Bestleistungen. Insbesondere der Sprung auf 0:34,27 Minuten über die 50 m zeigt ihre aktuelle Geschwindigkeit im Wasser.

Nicht nur die Medaillengewinner konnten stolz auf die Leistungen sein. Der junge Timon Forsbach hat sich über die ganze Saison gesteigert und wusste bei 5 Starts neben neuen Bestzeiten über die 100 m und 200 m Brust auch über die 400 m Freistil sein Leistungsvermögen zu zeigen. Ebenfalls 5 Qualifikationen hat sich Mia Wirminghaus im Vorfeld erarbeitet



und konnte im Wettkampf dann vier Top 8 Platzierungen erzielen. Drei Top 8 Platzierungen konnte am Ende Celine Lehnard verzeichnen, für Antonia Wendel waren es bei drei Starts gleich zwei Top 8 Platzierungen. Mit Platz 5 über die 200 m Lagen in 2:36,66 schwamm sie nur knapp ein Podestplatz vorbei. Nachwuchsschwimmerin Lena Otten zeigte mit Platz 8 über die 200 m Lagen und 200 m Freistil, dass sie den Sprung in die TG1 gut gemeistert hat. Einen Top 8 Platz erzielten Martin Elbe über die 200 m Rücken.

Weiterhin für den TVR waren bei der hochkarätigen Nachwuchsmeisterschaft Jan Wirminghaus (Jg. 2008), Leander Werner (Jg. 2008), Sophia Nguyen (Jg. 2009), Len Klosek (Jg. 2009), Kristyna Hlavova (Jg. 2007), Lena Görgens (Jg. 2006), Sarah Elbe (Jg. 2009), Julian Brauneck sowie Jonas Berger (beide Jg. 2007) und als jüngste TVR Starterin Tessa Dahmen (Jg. 2010) am Start und überzeugten mit neuen Bestzeiten am Saisonhöhepunkt.

Das der TVR gerade in jüngeren Jahrgängen nach der Pandemie schon wieder so stark aufgestellt ist, lässt die Verantwortlichen optimistisch in die Zukunft blicken.

Christian Kowalis zog am Ende ein positives Fazit: "Wir haben auf den Wettkampf konsequent fast ein Jahr hingearbeitet und konnten alle Sportler der ersten Trainingsgruppe für diesen Wettkampf qualifizieren. Das haben wir so bisher in dieser Breite noch nicht geschafft. Die Entwicklung, die wir in diesem Jahr im technischen, konditionellen aber auch mentalen Bereich vollzogen haben, ist großartig. Wir haben aber noch Potential für weitere Verbesserungen und werden als Verein daran zusammen mit den Schwimmerinnen und Schwimmern konzentriert und motiviert weiterarbeiten. Der nächste Höhepunkt sind die Deutschen Jahrgangsmesterschaften Ende Mai in Berlin, für die wir wieder eine starke Gruppe melden können."



SCHWIMMEN

TVR Schwimmerinnen sichern souverän Oberliga-Aufstieg

Die Schwimmerinnen des TVR haben souverän den Aufstieg von der Landesliga Rheinland in die Oberliga im DMS Mannschaftswettbewerb geschafft.

Erstmals nach zwei Jahren Pause konnten wieder die Mannschaftswettkämpfe im Rahmen der DMS stattfinden. Dabei werden insgesamt 17 unterschiedliche Strecken jeweils zweimal geschwommen. Die einzelnen Zeiten werden anhand einer Punktetabelle bewertet und für die gesamte Mannschaft aufaddiert. Jeder Schwimmer darf maximal fünfmal starten, so dass neben guten Einzelleistungen es noch viel mehr einen breiten und ausgeglichenen Kader ankommt.

Für den TVR konnte Trainer Christian Kowalis auf 12 Sportlerinnen zurückgreifen und anhand ihrer Leistungspotentiale bestmöglich einplanen. Das Mannschaftsergebnis steht hierbei im Vordergrund, so dass jede Strecke so zu besetzen ist, um keine Punkte zu verschenken.

Dank der lautstarken Anfeuerungen während der gesamten Veranstaltung im Düsseldorfer Rheinbad herrschte eine prickelnde Wettkampfatmosphäre, die jeden zu besonderen Höchstleistungen motivierte.

Am Ende stand mit 18.723 Punkten Platz 1 für den TVR im Protokoll. Der SC 1898 Düsseldorf hatte als zweiplatzierter Verein schon 395 Punkte Abstand. Noch deutlicher waren die Abstände zu den anderen Wettbewerben der Landesligen, die ebenfalls um den Aufstieg konkurrierten, so dass der Aufstieg des TVR ungefährdet war.

Als Punktegarant zeigte sich wieder einmal Charlotte Wendel mit insgesamt 3.214 Punkten. 664 Punkte über

die 100 m Lagen in 1:04,75 und 655 Punkte über die 100 Freistil in 0:57,86 Minuten waren ihre ergiebigsten Starts des Tages.

Ebenfalls mehr als dreitausend Punkte konnte die junge Sophia Brauneck mit 5 Starts über die Freistilstrecken zum sehr guten Ergebnis beisteuern. Besonders zu nennen sind hierbei ihre Leistungen über die 400 m und 800 m Strecken, in denen sie jeweils mehr als 600 Punkte einsammeln konnte. Gleich dreimal über 600 Punkte lag Amelie Makoski bei den drei Bruststrecken und konnte so den Vorsprung gegenüber den anderen Mannschaften ebenso wie über die 200 m Lagen mit Siegen in ihren Läufen und sehr ausgeglichenen Leistungen ausbauen. Als zweite Brustschwimmerin des TVR freute sich Jill Koch insbesondere über die 1:15,90 über die 100 m. Celine Lehnard, konnte ihre Vielseitigkeit über die 100 m, 200 m und 400 m Lagendistanzen beweisen.

Helen Burchard konnte mit 5 Starts, darunter auch die eher selten von ihr geschwommenen 100 m Schmetterling über 2700 Punkte zum Gesamtergebnis beitragen. Drei Einsätze über die Rücklagen übernahm Lena Görgens und konnte mit drei neuen Bestzeiten überzeugen.

Weitere schnelle Zeiten zum guten Ergebnis erarbeiteten Maira Hintze über die 50 m Freistil, Mia Wirminghaus über die 200 m Schmetterling, Sarah Elbe über die lange 1.500 m Freistilstrecke, Sprintspezialistin Kristyna Hlavova über die 50 m Freistil und Antonia Wendel über die 100 m und 200 m Schmetterling.

Dass die Betreuer Christian Kowalis und Sabine Elbe am Ende mehr Punkte als am Anfang prognostiziert verzeichnen konnte, lag daran, dass alle an ihre jeweiligen Bestzeiten knapp heranschwammen oder sogar oftmals noch steigerten. 21 neue persönliche Bestzeiten bei 34 Starts sprechen hier eine deutliche Sprache für den gezeigten Einsatz der Schwimmerinnen.



SCHWIMMEN

TVR Schwimmer steigen in Landesliga auf

Die Schwimmer des TV Ratingen haben nach Ende der DMS Wettkämpfe in der Saison 2022/23 nun Gewissheit: Die Leistungen beim Wettkampf in Korschenbroich Anfang Februar reichten, um gesichert hinter der zweiten Mannschaft der SG Neuss den Aufstieg in die Landesliga Rheinland zu schaffen. Die übrigen Mannschaften in den Schwimmbezirken im Rheinland hatten alle weniger Punkte aufzuweisen, so dass neben den Damen- auch die Herrenmannschaft erfolgreich mit dem Aufstieg in die nächsthöhere Liga beenden kann.

Bei dem Wettkampf in Korschenbroich erzielten die TVR Schwimmer 14.353 Punkte. Wichtig bei dem Wettkampf ist am Ende die Gesamtpunktzahl der Mannschaft und so, dass nicht unbedingt das Einzelergebnis jedes Sportlers im Vordergrund steht. Um alle 34 Strecken als Mannschaft abzudecken, muss jeder auch schon mal eine eher ungeliebte Strecke schwimmen. Gleich 4 Schwimmer starteten fünfmal und konnten so das Startkontingent je Schwimmer maximal ausnutzen: Julian Brauneck (Jg. 2007) startete über die Freistilstrecken von 50 m bis 400 m sowie über die 50m Schmetterling Sprintdistanz und erzielte dabei 2.268 Punkte. Kaum weniger Punkte konnte der ein Jahr jüngere Max Juretzki mit 2.174 beisteuern. Er startete über die drei Schmetterlingsstrecken, 400m Freistil und die 400 m Lagen. Martin Elbe (Jg. 2007) startete über die drei Rückenstrecken, 100 m Lagen und die 200 m Brust und trug damit 1.968 Punkte zum guten Abschneiden bei. Ebenfalls über die Rückenstrecken sowie 200 m Schmetterling und 200 m Lagen startete Hugo Richter (Jg. 2008) und kam auf 1.947 Punkte.

Leander Werner (Jg. 2006) überzeugte über die 50 m, 100 m und 200 m Freistil sowie den 100 m Lagen, die 1.821 bei vier Starts ergaben.

Die langen Strecken übernahmen Jan Wirminghaus (800 m Jg. 2008) und Jonas Berger (1.500 m Jg. 2007). Zusätzlich startete Jonas auch noch über die 50 m, 100 m, und 200 m Bruststrecken und sammelte 1.673 Punkte für das Gesamtergebnis. Mit Len Klosek (Jg. 2009) übernahm der Jüngste im Team über die 400 m Lagen mit nur einem Start aber gleich eine der Herausforderungen im Wettkampfprogramm.

Die junge TV Mannschaft wurde leistungsstark unterstützt durch Christian Schürmann, der die 100 m Schmetterling und die 200 m Lagen übernahm. Trainer Christian Kowalis ließ es sich nicht nehmen, über die 50 m und 100 m Brust selber an den Start zu gehen.

Der Trainer ist zuversichtlich angesichts der jungen Mannschaft, dass sich alle Schwimmer kontinuierlich weiterentwickeln und für die DMS Staffel in der kommenden Saison dann auch für die Landesliga leistungsmäßig gut gerüstet sind. Alle Starter haben alles gegeben und aus sich herausgeholt. Die kontinuierliche Trainingsarbeit im Winter trug mit Fortschritten in Technik und Geschwindigkeit Früchte. 18 neue persönliche Bestzeiten bei 34 Starts zeigen dies deutlich.

Mannschaft beginnt im Team – auch bei uns



Gerne beraten wir Sie:
Botz & Hartmann GmbH
 Dechenstr. 15a
 40878 Ratingen
 botz-hartmann@zuerich.de


ZURICH



► SCHWIMMEN

TV Ratingen zeigt beim Euro Meet in Luxemburg international erfolgreich Flagge

Zum ersten Mal nach der Pandemie fand 2023 wieder das traditionsreiche Euro Meet in Luxemburg statt. Beim Euro Meet handelt es sich um eines der größten internationalen Schwimmwettkämpfe überhaupt. Über 500 Sportler aus 21 Nationen - unter anderem USA, Kanada und Japan - gingen hier an den Start. Dabei sind auch aktuelle Titelträger bei Olympia, Welt- sowie Europameisterschaften, so dass man getrost von einem sehr leistungsstarken Starterfeld beim Blick in die Startliste sprechen kann.

Für den TV Ratingen konnte Trainer Christian Kowalis 13 Schwimmerinnen und Schwimmer aus seiner Trainingsgruppe melden, die im Vorfeld die erforderlichen schnellen Qualifikationszeiten erzielen konnten. Für die meisten war es der erste Start bei einem solch großen Wettkampf. Der gesamte Aufbau der Veranstaltung im riesigen Sportkomplex d'Coque am Kirchberg geht weit über den Rahmen der normalen Wettkämpfe und sogar Deutschen Meisterschaften hinaus. Neben den verschiedenen Schwimmbecken im Sportkomplex beeindruckten auch die aufwendige Bühnentechnik mit diversen Großleinwänden sowie die stimmungsvollen Lichtshows vor den Finals besonders.

Waren im Vorfeld die Sportler aufgeregt in Anbetracht der Größe der Veranstaltung, freuten sie sich umso mehr, dass sie den Stars des Wettkampfschwimmens so nah sein konnten und waren erstaunt wie natürlich diese mit allen Beteiligten auch zwischen den Starts umgegangen sind.

Die jüngsten Starterin Sophia Brauneck konnte auf einen rund herum gelungenes Wochenende stolz sein. Die Freistilspezialistin konnte in allen ihrer vier Starts über 50 m, 100 m, 200 m sowie 400 m jeweils neue persönliche Bestzeiten erzielen. Höhepunkt waren dabei ihre dritten Plätze in der Jugendwertung über die 50m und 100 m inklusive der Siegerehrung auf großer Bühne. Bei den 100 m Freistil steigerte sie ihre Bestzeit auf 1:01,43 Minuten und ist nun nicht mehr weit von der magischen Minutengrenze entfernt.

Ein besonderes Highlight waren die Finalteilnahmen für die 19-jährige Amelie Makoski. Haderte sie am Samstagvormittag noch etwas über den Vorlauf über die 50 m Brust, so konnte sie sich nur eine Stunde später über die 200 m Bruststrecke mit neuer Bestzeit für das B-Finale am Nachmittag qualifizieren. Lautstark angefeuert von den übrigen TVR Sportlern konnte sie sich dort noch einmal deutlich um weitere drei Sekunden verbessern und als Dritte anschlagen. Am Sonntag startete die ambitionierte Schwimmerin dann über die 100 m Brust und konnte auch dort das B-Finale in der offenen Klasse erreichen, welches sie als 7. beendete.

Mia Wirminghaus startete über die 100 m Freistil sowie die 50 m Brust. Die neue Bestzeit über die 100 m Freistil ist zeitgleich schon eine weitere Qualifikation für die NRW - Meisterschaften im Frühling.

Ebenfalls mit neuen Bestzeiten konnten Hugo Richter (0:26,95 Minuten - 50 m Freistil), Sarah Elbe (0:29,93 Minuten - 50 m Freistil) und Sophia Ngyuen (0:38,77 - 50 m Brust) die Atmosphäre zur sportlichen Weiterentwicklung nutzen. Dazu verbesserte sich Max Juretzki über die 100 m Schmetterling um fast zwei Sekunden auf 1:02,74 Sekunden deutlich.

Julian Brauneck liegen ebenfalls wie seiner Schwester die Freistilstrecken. Er durfte über die 50 m, 100 m sowie die 200 m in der starken Männerkonkurrenz starten und konnte hier fast an seine Bestzeiten heranschwimmen. Auch Krystina Hlavova konnte über die Freistilsprintdistanzen überzeugen und schwamm die 50 m in 0:29,43 und die 100 m in 1:04,96. Jill Koch und Celine Lehnard liegen erfahrungsgemäß die Bruststrecken. Beide konnten über alle drei Strecken an den Start gehen. Jill überzeugte insbesondere über die 50 m in 0:35,17 Minuten. Neben den drei Bruststrecken startete Celine auch über die 200 m Lagen und hatte somit eines der anspruchsvollsten Programme der TVR Schwimmerinnen. Leider konnten sie aus gesundheitlichen Gründen in den Wochen vorher nur eingeschränkt trainieren, ließ sich davon aber nicht irritieren und zog tapfer unter diesen erschwerten Bedingungen ihr Programm durch.

Über die Rückstrecken startete mit Martin Elbe nur ein TVR Schwimmer und zeigte in 0:31,57 Minuten über die 50 m Strecke eine solide Leistung.

Christian Kowalis blickte am Ende auf ein sportlich ambitioniertes und erfolgreiches Wochenende zurück. "Das wir dreizehn Aktive nach Luxemburg bringen konnten ist für einen Verein wie den TVR und die Trainingsgruppe eine wahnsinnig gute Leistung. Die zwei Medaillen von Sophia in der Jugendwertung und dass wir mit Amelie erstmals zwei Finalteilnahmen verzeichnen konnte, waren Höhepunkte für uns, auf denen sich in den kommenden Monaten weiter aufbauen lässt." Unisono waren am Ende Sportler, Trainer und auch begleitende Eltern einig, dass dieser Wettkampf ein abwechslungsreiches und erfolgreiches Wochenende war. Von den Eindrücken werden alle auch in den kommenden Monaten noch zehren und blicken schon hochmotiviert auf die 24. Austragung des Euro Meet im kommenden Jahr.

► SCHWIMMEN

TVR Schwimmen präsentierte sich stark bei den Bezirksmeisterschaften

41 Sportlerinnen und Sportler aus den Trainingsgruppen 1 und 2 konnten die Verantwortlichen des TVR für die Meisterschaften des Schwimmbezirks Rhein-Wupper zu 182 Starts melden. Diese fanden vor vollen Rängen im Schwimmleistungszentrum in Wuppertal-Küllenhahn statt. Mehr als 600 Starter, Betreuer und Zuschauer sorgten für entsprechende Wettkampfstimmung in der gut gefüllten Schwimmhalle.

Der TVR Ratingen konnte seine Rolle als einer der erfolgreichsten Vereine im Schwimmbezirk mit Platz fünf im Medaillenspiegel erfolgreich bestätigen. Dazu präsentierten sich insbesondere die Nachwuchsschwimmer sehr breit aufgestellt. Immer mehr der jungen Sportler qualifizierten sich für diese Meisterschaft. Von den 41 Startern konnten am Ende 18 mindestens eine Medaille mit nach Hause nehmen.

Als erfolgreichste Medaillensammlerin erwiesen sich Sophia Brauneck mit 6, Titus Ditgen sowie Max Juretzki mit 5 und Anna Forsbach mit jeweils 4 Medaillen. Sophia Brauneck überzeugte mit Platz 1 über 400 m Freistil in neuer Vereinsrekordzeit vom 4:33,25, Platz 1 über 200 m Freistil und Schmetterling, Platz 2 über die 100 m Freistil und Schmetterling sowie Platz 3 im Finale der offenen Klasse über die 50m Schmetterlingsprintdistanz.

Titus Ditgen wurde Bezirksmeister im Jahrgang 2011 über die 100 m Freistil, belegte Platz 2 über die 100 m und 200 m Rücken und dazu noch Platz 3 über die 100 m Schmetterling. Anna Forsbach glänzte mit drei Goldmedaillen, die sie über die 100 m Freistil und Schmetterling sowie die 200 m Schmetterling gewann. Max Juretzki konnte sich als Bezirksmeister im Jahrgang 2008 ehren lassen über die 100m Schmetterling, 100 m Freistil und 200m Schmetterling. Die Zeit von 2:18,41 reichte dazu auch für Platz 2 in der offenen Klasse. Hinzu kam noch Platz 2 über 200 m Freistil.

Jill Koch gewann Silber in der Jahrgangswertung 2006 über die 100 m und 200 m Brust. Über die 50 m Brust konnte sie sich als vierte für das Finale der offenen Klasse qualifizieren und dort dann mit dem dritten Platz eine weitere Medaille sichern. Neben Sophia gelang somit auch Jill der Gewinn einer Medaille in den 50m Finals der Meisterschaft.

Hugo Richter aus dem Jahrgang 2008 freute sich über drei Bezirksmeistertitel seines Jahrgangs über die 100m und 200 m in seiner Hauptlage Rücken und die 200 m Freistil. Mit drei Medaillen konnte Mia Wirminghaus über die 200 m Schmetterling, 100 m Brust und 200 m Freistil ihre Vielseitigkeit zeigen.

Martin Elbe überzeugte mit Platz 1 in der offenen Klasse über die 200 m Rücken in 2:17,69 und Platz 3 in der offenen Klasse über die 100 m Rücken in 1:05,02.

Jeweils 2 Medaillen gewannen Tessa Dahmen (Jg. 2010), Lena Görgens (Jg. 2006), Len Klosek (Jg.



2009), Theo Richter (Jg. 2011) und Jan Wirminghaus (Jg. 2008). Auch Timon Forsbach (Jg. 2009), Celine Lehnard (Jg. 2006), Finja Wilhelm (Jg. 2012) sowie Eva Hols (Jg. 2011) konnten einmal das Erfolgserlebnis Siegerehrung als Lohn für die viele Trainingsarbeit genießen.

Neben den Medaillen bei der Bezirksmeisterschaft konnten die Trainer weitere Erfolgsmeldungen notieren: Tessa Dahmen schaffte über alle drei Rückstrecken die Qualifikation für die NRW Meisterschaften in Dortmund. Timon Forsbach gelang dies gleich auf vier Strecken jeweils mit neuer persönlicher Bestzeit. Für den DSV Mehrkampf, der traditionell auch zur Sichtung zukünftiger DSV Kader herangezogen wird, konnten sich Titus Ditgen, Anna Forsbach, Charlotte Zimmermann und Theo Richter qualifizieren.

Christian Kowalis (TG1) und Monika Baron Lepper (TG2) freuten sich neben den vielen Medaillen vor allem über die vielen neuen Bestzeiten. Mit 113 neuen persönlichen Bestzeiten konnten durch die Bank Verbesserungen verzeichnet werden. Die konsequente Trainingsarbeit in den vergangenen Monaten hat zu dieser Weiterentwicklung beigetragen. Für die TG1 hat es Christian Kowalis geschafft, dass sich alle Mitglieder der Trainingsgruppe für die NRW Meisterschaften qualifizieren konnten, so dass es dann je nach Jahrgang entweder im Mai in Dortmund oder für die älteren im Juni ebenfalls im Schwimmleistungszentrum Wuppertal wieder um Medaillen geht.



Ihr Karrierestart bei einem der weltweit größten Elektronikkonzerne – nutzen Sie diese Chance!

Zukunftsweisende Berufsausbildungen, interessante duale Studiengänge und Direkteinstiege finden Sie auf unserer Website unter „Stellenangebote“ – einfach Code scannen, informieren und Kontakt aufnehmen. Wir stehen für alle Fragen gern zur Verfügung und freuen uns auf Ihre Bewerbung! www.MitsubishiElectric.de





► FUNCTIONAL Erster Functional Day 2023

Am Samstag, den 29. April fand der erste große Functional Day in diesem Jahr statt. Dieser war damit bereits die vierte Auflage des actionreichen Nachmittags, der sich auch dieses Mal wieder großer Beliebtheit erfreute. Andrea, Julius, Uli und Nick hatten sich erneut einige Herausforderungen für die circa 30 Teilnehmer*innen überlegt. Insgesamt vier Stunden wurde in Partnerarbeit, in Teams und in Soloworkouts alles gegeben. Obwohl es den Functional Day zuvor schon drei Mal gab, war der Nachmittag mit komplett neuen Wettkämpfen und Trainingseinheiten gespickt, die immer wieder für neue Überraschungen sorgten. So mussten direkt in der ersten großen Trainingseinheit neben sportlichen Übungen immer wieder Wissens-, Knobel- und Matheaufgaben gelöst werden. Es sollte schließlich nicht nur der Körper, sondern auch der Kopf trainiert werden. Weiter ging es mit den Partner- und Teamworkouts, bei denen neben einem gesunden Wettkampfcharakter vor allem eine große Menge Spaß im Vordergrund stand. Ein Novum war das Abschlussworkout im Ratinger Stadion. Nach dem Umbau im letzten Jahr, konnte dieses nun erstmalig für den Functional Day genutzt werden. Auf insgesamt zehn Stadionrunden, die mit jeweils sechs Stationen mit unterschiedlichen Übungen gespickt waren, durften sich alle Teilnehmer*innen zum

Schluss noch einmal so richtig verausgaben, bevor zum wohlverdienten Abschluss der Abend bei einer gemeinsamen Pizzaparty Ausklang fand.

Wir danken allen, die den Tag zu einem tollen Ereignis gemacht haben und freuen uns schon jetzt auf den nächsten Functional Day im September.



JUGENDAUSSCHUSS

Sport ist kein Hexenwerk - TV-Jugend als Fußgruppe beim Lintorfer Kinder- karnevalszug

Auch in diesem Jahr haben wir es uns nicht nehmen lassen, uns als Fußgruppe beim Ratinger Kinderkarnevalszug in Lintorf anzumelden. Unser Motto „Sport ist kein Hexenwerk“ war absolut passend für unseren Sportverein und somit haben wir uns sportlich als Hexen und Hexer verkleidet. Auch den geliehenen Transporter von Sven Pallesen haben wir mit Spinnenweben und Tüchern geschmückt und mit dem von uns vorher besorgten Wurfmaterial beladen. Auf diesem Wege auch noch mal ein großes Dankeschön an Sven für die Leihgabe seines Transporters. Bedanken möchten wir uns auch bei den vielen „kleinen“ Hexen und Hexern mit ihren Geschwistern und den tollen Eltern, die uns als Mitglieder des TV Ratingen auf dem ganzen Weg tatkräftig unterstützt haben. Petrus hat sein Hexenwerk auch vollbracht und uns für die gesamte Strecke vom Regen verschont. So war diese Veranstaltung wieder einmal ein großer Erfolg. In diesem Sinne ein Dreifaches: TV Ratingen - HELAU, Jugendausschuss - HELAU, Hexen und Hexer - HELAU



JUGENDAUSSCHUSS

Ostereier-Bemalen

Auch in diesem Jahr hat unser Ostereier-Bemalen sehr gut funktioniert und die Kinder hatten, trotz des leider sehr ungemütlichen Wetters, viel Spaß. Die TV-Kinder konnten die von Bennighof gespendeten Eier (an dieser Stelle noch mal ein herzliches Dankeschön) in ihrer Wunschfarbe färben lassen. Die gefärbten Eiern konnten die Kinder dann mit Stickern und Stiften weiter verschönern. Außerdem durften alle noch ein Osterbild ausmalen und konnten dieses am Ende mit ihren eingepackten Eiern, inklusive einer kleinen schokoladigen Osterüberraschung von uns, mit nach Hause nehmen.



JUDO

Verteidigung mit Hilfe von Alltagsgegenständen

Am 25. März fand in Ratingen/Hösel der Jahresauf-taktlehrgang der Jiu-Jitsu-Union statt. Unser Trai-ner der Judo-Selbstverteidigung war mit drei seiner Schüler am Start. Das Thema: Verteidigung mit Hilfe von Alltagsgegenständen, das hieß mit Stock, Schirm oder Schal. Im Kreis von ca. 100 Teilnehmern aus ganz NRW, gingen die 3 Lehrgangsstunden wie im Flug vorbei. Beim nächsten Trainingsabend in der Anne-Frank-Schule, dienstags von 19:30-21:30 wurde das Thema wiederholt und den anderen Erwach-senen-Schülern nahegebracht. Neueinsteiger, auch ohne jegliche Sporterfahrung, sind willkommen.



Vodafone
Shop Ratingen
Inh. Marcus Meloefski
Am Alten Steinhaus 4
40878 Ratingen
Together we can

► GERÄTETURNEN

D10 Treppchen Plätze für unsere Gerätturnerinnen

Am Sonntag, den 26. März 2023 fand in der Sporthalle Goethestrasse in Wülfrath der erste Wettkampf „Turnverband Mettmann Pokal 2023“ in diesem Jahr statt.

17 Turnerinnen aus der Gerätturn-Wettkampfgruppe haben an diesem Wettkampf mit großem Erfolg teilgenommen. Jede Turnerin im Alter von 9-19 Jahre musste an allen vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen.

Am Vormittag starteten im ersten Durchgang die Turnerinnen der Jahrgänge 2012 & 2013, 2007 und 2004. Dabei zeigten sie starke Leistungen und konnten sich am Ende auf dem obersten Treppchen platzieren. 1. Plätze erreichten Amelie Sensenbrenner (Jahrgang 2013), Lea Marie Tiedchen (Jg. 2012), Filippa Krause (Jg. 2007) und Emma Hardenberg (Jg. 2004). Larisa Schliewe und Liana Kienzler (beide Jg. 2012) erreichten den 6. Platz und Platz 8.

Im zweiten Durchgang traten die Turnerinnen der Jahrgänge 2014 an. Lena Tolksdorf erlangte den 1. Platz, gefolgt von Julica Kohlen, die sich den 2. Platz sicherte. Knapp am Treppchen vorbei turnte sich Lisa Scharffetter. Sie erreichte den 4. Platz und Julia Finger wurde 6. Gleichzeitig gingen die Turnerinnen aus den Jahrgängen 2008 und 2009 an den Start. Lynn Kunda (Jg. 2008) holte sich den 1. Platz. Leni Pregel (Jg. 2008) und Mia Franken (Jg. 2009) erreichten beide den 2. Platz.

Die Jahrgänge 2010 & 2011 turnten im dritten Durchgang. Matilda Kruse erzielte den 3. Treppchenplatz. Weitere Turnerinnen erreichten die folgenden Plätze: Tilda Spahn (4. Platz), Izaro Ortego de la Torre (8. Platz) und Leonie Bolz (11. Platz).

Die besten 10 Turnerinnen aus den Wettkampfgruppen dürfen am zweiten Wettkampf der Verbandsgruppeneauscheidung am Sonntag, den 14. Mai 2023 weiter turnen. Am Sonntag, den 17. Juni 2023 findet der letzte und dritte Wettkampf dieser Qualifikationwettkämpfe statt. Dort starten dann wieder nur die besten 10 Turnerinnen pro Wettkampfgruppe aus dem zweiten Wettkampf.

Wir sind sehr stolz auf unsere erfolgreichen Gerätturnerinnen und wünschen Ihnen für die weiteren Wettkämpfe im Jahr 2023 viel Erfolg!

Das Trainerteam: Claudia Krause, Jule Riedel, Lilli Lüke und Stefanie Kienzler



v.l.n.r.: hinten: Filippa Krause, Emma Hardenberg, vorne: Amelie Sensenbrenner, Liana Kienzler, Lea Tiedchen und Larisa Schliewe



v.l.n.r.: Izaro Ortego de la Torre, Matilda Kruse, Tilda Spahn und Leonie Bolz



v.l.n.r. hinten: Mia Franken, Lynn Kunda, Leni Pregel und vorne: Lena Tolksdorf, Lisa Scharffetter, Julica Kohlen und Julia Finger



OPR

Orthopädische Privatpraxis Ratingen

Unsere Leistungen

Konservative Behandlung
der Wirbelsäule
Die Lebensqualität erhöhen

Eigenbluttherapie (PRP) &
Hyaluronsäuretherapie
Bei Arthrose oder Sportverletzung

Stoßwellentherapie
Schmerzen mit Hilfe von Energie reduzieren

Akupunktur
Behandlung mit Tradition

Chirotherapie
Gelenkblockaden lösen

Osteopathie
Den Körper ganzheitlich betrachten

Naturheilverfahren
Der sanfte Weg zu heilen

Superinduktive Magnetspulentherapie
Bei Sehnen-, Muskel- und Bandproblemen

Gelenk- und Sehnentherapie

Kinesiotaping und Akutaping

Hochauflösende Ultraschalluntersuchung

Stimawell, eine Elektro / Wärme und
Massagebehandlung

Pedobarographie zur Vermessung
von Füßen und der Fußdrücke

Orthomolekulare Orthopädie und
Infusionstherapie

Gewissenhafte Diagnostik,
umfassende Aufklärung und
individuelle Beratung – das
ist für uns selbstverständlich.

Kompetenz und Erfahrung
in der orthopädischen
Privatpraxis Ratingen



Unser Team

Dr. med. Tim Adams
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

von links

Katharina Manzke
MFA und Praxismanagerin

Manuela Gloyna
Anmeldung

Sprechzeiten

Mo-Fr 07.30-13.00 Uhr sowie
Mo+Mi 14.30-18.00 Uhr, Do 15.00-19.00 Uhr
Und nach telefonischer Vereinbarung

Hauser Ring 10, 40878 Ratingen
Telefon 02102 / 148 161 0
info@orthopaede-ratingen.de
www.orthopaede-ratingen.de

FITNESS & GESUNDHEIT

Mit e-Gym schnell und sicher zum Trainingserfolg

In der Fitness- und Sportwelt gibt es viele Trainingsmethoden, die man ausprobieren kann, um fit und gesund zu bleiben. Eine Methode, die in den letzten Jahren immer beliebter geworden ist, ist das e-Gym Kraftzirkeltraining. Diese Trainingsmethode ist für alle Altersgruppen geeignet und bietet tolle Trainingsergebnisse mit viel Spaß und Motivation.

Das e-Gym System ist ein modernes und zielorientiertes Trainingskonzept. Es besteht aus einer Reihe von elektronischen Kraftmaschinen, die miteinander verbunden sind und einen automatisierten Trainingsablauf ermöglichen. Jede Maschine ist auf das persönliche Kraftlevel des Trainierenden einstellbar und bietet eine hohe Sicherheit während des Trainings.

Ein weiterer Vorteil des e-Gym Krafttrainings ist, dass es für jedes Fitnesslevel geeignet ist. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, das Training kann individuell angepasst werden und ist somit für jeden geeignet. Es bietet eine Vielzahl von Vorteilen gegenüber traditionellen Gewichten und Maschinen, einschließlich der Möglichkeit, das Training auf die individuellen Bedürfnisse und Ziele abzustimmen.

Auch der Spaßfaktor kommt nicht zu kurz. Durch die automatisierte Steuerung der Geräte entsteht ein



Gefühl von spielerischem Wettbewerb. Zudem kann das Training mit Freunden oder anderen Trainierenden durchgeführt werden, was für zusätzliche Motivation sorgen kann.

Wer das e-Gym Kraftzirkeltraining noch nicht ausprobiert hat, sollte es jetzt unbedingt tun. Das Trainer Team im Fitness- und Gesundheitsstudio an der Kokkolastraße steht gerne zur Verfügung, um das Training zu erklären und bei der Einführung in den Gerätezirkel zu unterstützen. Probiere es aus und erlebe ein Training wie Du es bisher noch nicht kanntest.

Dieter
TOMBERS
GmbH



Wir sind jetzt

circet
Deutschland

Wir sind Ihre Zukunft!

WIR STELLEN IN DIESEN BEREICHEN EIN:

Tiefbau*, Telekommunikation*, Backoffice*, Telekommunikationsbau*, Straßenbau*

*Gilt für alle Geschlechter

WIR BILDEN AUCH AUS!

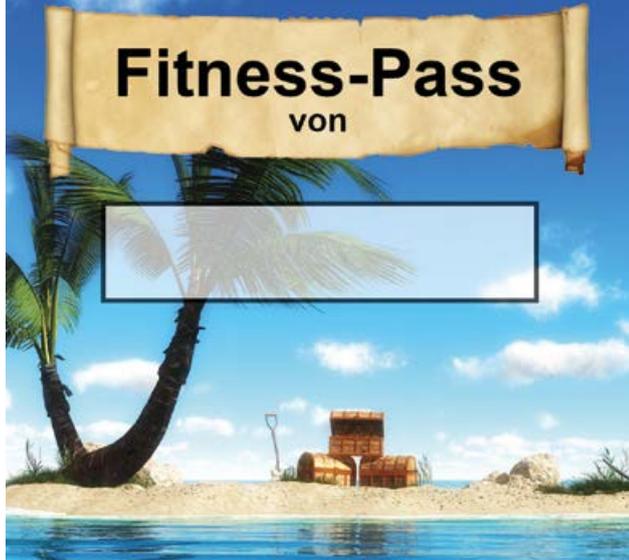


Telefon: 0800-247 23 83
bewerbung@circet.de

Am Stadion 3b
40878 Ratingen

Wir sind Ihre Zukunft!

circet
Deutschland



TV MED Résumé

FITNESS & GESUNDHEIT Der Sommer „Cup“ steht vor der Tür

Ein halbes Jahr ist vergangen - wir ziehen Bilanz

Unsere Praxis ist seit einem halben Jahr geöffnet und erfreut sich großer Beliebtheit. Bereits kurz nach der Eröffnung fanden viele Patienten den Weg zu uns. Schon nach kurzer Zeit spielte sich das Praxisteam ein und ermöglicht den Patienten einen reibungslosen Zugang zur Therapie. Neuen Herausforderungen begegnete unser Team, welches stetig wuchs, eingespielt und souverän.

Alles neu macht der Mai - unsere therapeutischen Möglichkeiten wachsen

Bereits seit dem 01.04.2023 bieten wir neue Therapiemöglichkeiten an. Zu unseren neuen Angeboten gehören Lymphdrainage, Manuelle Therapie sowie KG ZNS-Bobath. Dies wird durch unsere neuen Therapeutinnen Marisa und Monja ermöglicht. Marisa ist bereits seit dem 01.04.2023 tätig und wird seit dem 01.05.2023 von Monja unterstützt. Somit bietet unsere Praxis ein großes Portfolio an therapeutischen Angeboten an. Um das Angebot unseren Patienten zur Verfügung zu stellen bedarf es einer intensiven Organisation. Diese wird durch Uli und Kerstin gewährleistet. Seit Anfang des Jahres können wir uns auf ihre Arbeit verlassen. Kompetent und herzlich nehmen sie neue Patienten an und kümmern sich darum, dass alle Therapeuten arbeiten können.

Bereit für den Sommer? Wir auf jeden Fall! Deshalb startet am 12. Juni wieder unser beliebtes Sommercup Gewinnspiel im Fitness- und Gesundheitszentrum. Alle Studio Mitglieder sind herzlich eingeladen mitzumachen!

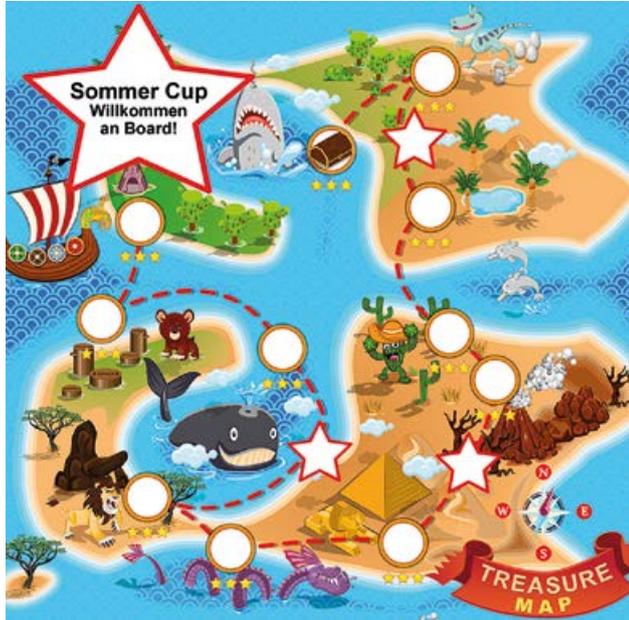
Hier ist die Idee: Für jeden Trainingstag, den du bei uns verbringst, sammelst du Punkte. Und je mehr Punkte du hast, desto mehr Lose kannst du dir für die Tombola beim Sommercup Abschlussgrillen am 11. August sichern. Du hast die Chance, tolle Preise zu gewinnen – und das Beste: Essen und Trinken gibt es an diesem Tag umsonst!

Was will man mehr? Du tust deinem Körper etwas Gutes, trainierst fleißig und sammelst dabei noch Punkte für die große Tombola beim Sommercup Abschlussgrillen. Klingt doch nach einem perfekten Sommer, oder? Also lass uns loslegen und gemeinsam trainieren und Spaß haben!

Viele kurze Wege führen in unsere Praxis

Wie jedes neue Angebot musste auch unsere Praxis an Bekanntheit gewinnen. Dies geschah über viele verschiedene Wege. Sei es als Mitglied einer Sportgruppe oder über das TV Studio in Ost. Unsere Chance interdisziplinär zu arbeiten, haben wir genutzt. Viele unserer Patienten konnten im Anschluss an die Therapie mit gezielten Übungen eigenständig im Studio an der weiteren Genesung arbeiten.

Wir sehen uns im Fitnessstudio!





SPORTLICH ÄLTER WERDEN

Diese Gruppe braucht Verstärkung!

Wir, die Gruppe „Sportlich älter werden,“ sind eine reine Männergruppe im Rentenalter. Unsere sportlichen Übungseinheiten sind jeden Mittwoch von 17.00 bis 18.30 Uhr in der Karl-Arnold-Schule, Volkardeyer Str. 36, 40878 Ratingen. Das Übungsprogramm ist abwechslungsreich: Aufwärmen, Krafttraining mit und ohne Geräten, Gleichgewichts-, Beweglichkeits-, Dehnungsübungen usw. Diese Übungen werden Woche für Woche verändert, damit Freude für die sportlichen Bewegungen erhalten bleibt. Zum Abschluss des Trainings machen wir immer ein Mannschaftsspiel. Wir laden Dich zum Kennenlernen recht herzlich ein! Bitte über den TV Ratingen, Tel. 02102 / 20960, oder bei Werner Diederichs, Tel. 02102 / 472234, melden. Auch Nichtmitgliedern ist die Möglichkeit gegeben, befristet dieses Angebot zu testen. Wir freuen uns auf neue Mitglieder!

FECHTCAMP Sommerferien 2023

Abteilung Fechten
T 1865 V
RATINGEN

Fechtcamp Sommerferien
31.07 - 04.08.2023
09:00 - 15:00

Du bist zwischen 8 & 12 Jahren und hast Lust auf einen ganz besonderen Sport? Dann bist Du bei uns genau richtig!

Melde Dich jetzt an

Wir suchen Dich!



ERZIEHER*IN (M/W/D)

ERZIEHER*IN IM ANERKENNUNGSJAHR (M/W/D)

- ab 01.08.2023 unbefristet
- vereinseigender Ü3 Bewegungskindergarten mit 25 Kindern
- attraktive leistungsgerechte Bezahlung (Anlehnung an TVÖD)
- betriebliche Altersvorsorge
- Nutzung Vereinssportangebote inkl. Fitness-Studio
- kleines familiäres Team

Bewerbung an:

Turnverein Ratingen 1865 e.V.
Marion Weißhoff-Günther
Stadionring 5, 40878 Ratingen
info@tv-ratingen.de





► JAHRESHAUPT- VERSAMMLUNG

Ehrung langjähriger Mitglieder

Traditionell findet vor der Jahreshauptversammlung die Ehrung der langjährigen Mitglieder für Ihre 25, 40, 50 und in diesem Jahr sogar 70-jährige Zugehörigkeit zum Verein statt. Auch in diesem Jahr ist am 2. März 2023 wieder eine vergnügte Runde zu den Ehrungen bei Kaffee und Kuchen im Clubraum zusammengekommen.

Folgende Jubiläen standen dieses Jahr an:

1 Paul-Heinz Mantyk	70 Jahre Mitgliedschaft
2 Anita Gomoluch	50 Jahre Mitgliedschaft
3 Stefan Oberwinster	50 Jahre Mitgliedschaft
4 Inge Bender	40 Jahre Mitgliedschaft
5 Angelika Dujat	40 Jahre Mitgliedschaft
6 Beate Egert	40 Jahre Mitgliedschaft
7 Jens Gerber	40 Jahre Mitgliedschaft
8 Heike Ketterer	40 Jahre Mitgliedschaft
9 Karlheinz Oel	40 Jahre Mitgliedschaft
10 Kerstin Oelmann	40 Jahre Mitgliedschaft
11 Oliver Oevel	40 Jahre Mitgliedschaft
12 Gisela Ottow	40 Jahre Mitgliedschaft
12 Ursula Schmitz-Audek	40 Jahre Mitgliedschaft
13 Ursula Sparenberg	40 Jahre Mitgliedschaft
14 Sigrid Wortmann	40 Jahre Mitgliedschaft
15 Jörn Aschenbroich	25 Jahre Mitgliedschaft
16 Monika Baumann-Doehring	25 Jahre Mitgliedschaft

17 Anne Bongaerts	25 Jahre Mitgliedschaft
18 Vera Dehne	25 Jahre Mitgliedschaft
19 Bärbel Ellenbeck	25 Jahre Mitgliedschaft
20 Karin Engemann	25 Jahre Mitgliedschaft
21 Bärbel Francke	25 Jahre Mitgliedschaft
22 Thomas Götz	25 Jahre Mitgliedschaft
23 Ingeburg Götz	25 Jahre Mitgliedschaft
24 Miriam Habermann	25 Jahre Mitgliedschaft
25 Petra Heinlein	25 Jahre Mitgliedschaft
26 Andrea Idems	25 Jahre Mitgliedschaft
27 Oliver Klapdor	25 Jahre Mitgliedschaft
28 Helga Klapdor	25 Jahre Mitgliedschaft
29 Karin Kronenberg	25 Jahre Mitgliedschaft
30 Annemarie-Ryan Krüger	25 Jahre Mitgliedschaft
31 Ingo Krüger	25 Jahre Mitgliedschaft
32 Elke Krüger	25 Jahre Mitgliedschaft
33 Gabriele Lünemann	25 Jahre Mitgliedschaft
34 Angelika Mitlmeier	25 Jahre Mitgliedschaft
35 Karl Heinz Pätzold	25 Jahre Mitgliedschaft
36 David Paulsen	25 Jahre Mitgliedschaft
37 Helga Peitz	25 Jahre Mitgliedschaft
38 Susanne Probst	25 Jahre Mitgliedschaft
39 Jochen Rabstein	25 Jahre Mitgliedschaft
40 Dagmar Schlüngermann	25 Jahre Mitgliedschaft
41 Ulrike Schroeder	25 Jahre Mitgliedschaft
42 Dominik Schwaab	25 Jahre Mitgliedschaft
43 Gabriele Schweinhage	25 Jahre Mitgliedschaft
44 Susanne Stocks	25 Jahre Mitgliedschaft
45 Ursel Szuczynski	25 Jahre Mitgliedschaft
46 Hans-Günther Wagner	25 Jahre Mitgliedschaft
47 Karin Waschwill	25 Jahre Mitgliedschaft
48 Mechtild Weiler	25 Jahre Mitgliedschaft
49 Erika Winter-Hautmann	25 Jahre Mitgliedschaft
50 Karin Winterscheidt	25 Jahre Mitgliedschaft
51 Wolfgang Winterscheidt	25 Jahre Mitgliedschaft

Wir stellen uns vor

Marisa Kinscheck
Monja Szkodny



Hallo liebe TV'ler,

wir sind Marisa Kinscheck und Monja Szkodny. Seit Anfang April und Anfang Mai verstärken wir das Team vom TV Med als Physiotherapeutinnen. Die neue Herausforderung im TV Med ermöglicht uns, unsere Ideen und therapeutischen Vorstellungen umzusetzen und zu entfalten. Wir freuen uns darauf, unser Wissen und unsere Erfahrung in diese junge und ambitionierte Praxis einfließen zu lassen und das TV Med in Ratingen und Umgebung fest zu etablieren. Der TV Ratingen als Verein ist uns nicht fremd. Wir spielen beide seit längerem in der 1. Damennschaft Handball und konnten auch bereits an vielen schönen Events teilnehmen und Kontakte knüpfen.

Auf bald im TV Med und vielleicht sieht man sich auch in der Halle, Marisa und Monja



Wir feiern!!!

Auch dieses Jahr findet wieder unser TV OpenAiR statt und zwar am:

Freitag, 23.6.2023 ab 19.00 Uhr

**Vereinsgelände des TV Ratingen,
Stadionring 5, 40878 Ratingen**

Wir freuen uns riesig, wieder mit Euch zu plaudern, ein Bierchen zu trinken und eine Grillwurst zu essen. Unser Konzept aus dem letzten Jahr ist so gut angenommen worden, dass auch in diesem Jahr wieder ein DJ für die musikalische Untermalung sorgen wird. Für das leibliche Wohl sorgt ist wie immer gesorgt.

Wir freuen uns schon sehr auf unser großes Fest der „TV-Familie.“

Der Eintritt ist wie immer frei.

ÜBUNGSLEITER Fortbildungen 2023

Mit gleich 3 Fortbildungen haben sich unsere Trainer und Übungsleiter an einem Sonntag fortgebildet und somit ihre Lizenzen erweitert. Ganz aktuelle Themen standen auf dem Programm. Für die Trainer im Kinder- und Jugendbereich ging es zum Thema „Angst-hase und Zappelphilipp“ um den Umgang mit Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten. Dieses Thema ist leider brandaktuell und bedeutet für die Übungsleiter eine große Herausforderung. „Es ist nicht leicht, 15 - 20 Kinder zu beschäftigen, wenn man ein, zwei Kinder dabei hat, die durch ihr Verhalten die ganze Gruppe „crashen“. Da sind wir für Tipps sehr dankbar.“ So Kerstin Wagner.

In der zweiten Fortbildung ging es um das Thema Umgang mit Long Covid oder PostCovid. Hier wurden eher die Übungsleiter aus dem Erwachsenensport angesprochen. „Die Fortbildung war sehr aufschlussreich und super interessant. Wir haben viel mitgenommen und können nun etliche Dinge viel besser einordnen. Auch für uns selbst. Das Thema ist so vielfältig, da gibt es so viele Beschwerden, die als Folge von Covid bewertet werden können,“ bewertet Melanie Ruwwe die Fortbildung.

Die dritte Gruppe traf sich in Ratingen Ost, im Gymnastikraum und kam dem Thema Faszien „auf die Spur“. Von der sportlichen Seite durch Thomas Düngen, unserem Fasziexperten aus dem Studio Ost und anschließend durch die „Osteopathische Brille“ durch unsere Osteopathin, Anne, die den Blick auf die Zusammenhänge im ganzen Körper schärfte. „Mal was anderes, sehr informativ, viel Hintergrundwissen“, so urteilten die Teilnehmer des dritten Angebotes den Tag.

Mit einem zünftigen Essen und gemütlichen Beisammensein ließen wir den Tag ausklingen und versprechen uns, im nächsten Jahr wieder dabei zu sein.

Ratinger Schlüsseldienst

Harald Haering Oberstr. 12

Ihr Fachgeschäft für Sicherheitstechnik

Mitglied im Bundesverband Sicherheitstechnik Deutschland e.V.

Tür- u. Fenstersicherungen
Schliessenanlagen
Türschliesser



Beratung - Verkauf - fachgerechte Montage

Tel. 02102 - 22729

Ansprechpartner

Badminton

Robert Müller
Tel. mobil 0177-3778167
badminton@tv-ratingen.de

Basketball

Daniel Haupt
basketball@tv-ratingen.de

Budo

Geschäftsstelle
info@tv-ratingen.de

Eishockey

Frank Bannert
mail@frank-bannert.de

Fechten

fechten@tv-ratingen.de

Fitnessstudio

Daniel Weber
Tel. gesch. 02102-8921311
daniel.weber@tv-ratingen.de

Fitness und Gesundheit

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Functional

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-89 21 311
nick.schlosser@tv-ratingen.de

Fußball

Marcel Franke
Tel. gesch. 02102-2096-21
marcel.franke@tv-ratingen.de

Geräteturnen

Geschäftsstelle
geraeteturnen@tv-ratingen.de

Handball

Dr. Marcus Otten
marcus.otten@handballratingen.de

Hockey

hockey@tv-ratingen.de

Jugendfitness

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-8921311
nick.schlosser@tv-ratingen.de

Kinder- und Schülersport / Ogata

Ralf Kastner
Tel. gesch. 02102-2096-23
ralf.kastner@tv-ratingen.de

Leichtathletik

Petra Lauret
leichtathletik@tv-ratingen.de

Move´n Dance Company

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Reha

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
reha@tv-ratingen.de

Schwimmen

Ralf Kastner
Tel. gesch. 02102-2096-23
ralf.kastner@tv-ratingen.de

Studiokurse

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Tischtennis

Andreas Schramm
Tel. mobil 0162-6249289
tischtennis@tv-ratingen.de

Trendsport

Ralf Kastner
Tel. gesch. 02102-2096-23
ralf.kastner@tv-ratingen.de

Volleyball (Beachvolleyball)

Geschäftsstelle
volleyball@tv-ratingen.de

Kindergarten

Bettina Hornscheidt (Leiterin)
Tel. gesch. 02102-2096-24
bettina.hornscheidt@tv-ratingen.de

TV MED

Maximilian Enkrott
Tel. gesch. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

TERMINE 2023

17. + 18. Juni 2023

Mehrkampf-Meeting

23. Juni 2023

TV OpenAiR

13. August 2023

Sport- und Spielfest



Osteopathie-Praxis Ratingen · Bo Pfeiffer
Konrad-Adenauer-Platz 18 · 40885 Ratingen
Tel. 02102/5793179
info@osteopathiepraxis-ratingen.de
www.osteopathiepraxis-ratingen.de



OSTEOPATHIE-PRAXIS
Ratingen · Bo Pfeiffer

Praxis für Osteopathie, Sport-Osteopathie und Kinder-Osteopathie

Vorstand**Vorstandsvorsitzende**

Marion Weißhoff-Günther
Tel. gesch. 02102-2096-22
mwg@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzende

Claudia Erwes-Sidar
Tel. gesch. 02102-2096-25
ces@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzender

Rüdiger Matyssek
Tel. gesch. 02102-71140-0

Stv. Vorsitzende

Brigitte Neidenberger
Tel. mobil 0175-9551488

Mitglieder des Präsidiums

Sven Pallessen
Präsident
Tel. 0172-2520373

Thomas Oberwinster
Vizepräsident
Tel. 0172-2701463

Michael Droste
Tel. gesch. 02102-60335

Gero Keusen
Tel. 0171-2242306

Claudia Pocha
Tel. gesch. 02051-315-0

David Uhr

Monika Wolters
Vorsitzende Jugendausschuss

Verwaltung**Leiterin Geschäftsstelle**

Claudia Erwes-Sidar
Tel. gesch. 02102-2096-25
ces@tv-ratingen.de

Mitgliederverwaltung

Marcel Franke
Tel. gesch. 02102-2096-21
marcel.franke@tv-ratingen.de

Hausmeister

Michael Schmitz
Tel. mobil 0162-3348415

Archiv

Günther Breitenfeldt
Tel. 02102-842967

Impressum

Herausgeber und Verlag
Turnverein Ratingen 1865 e.V.,
Stadionring 5, 40878 Ratingen,
Tel. 02102-2096-0

Satz & Layout
Michael Joppe

Druckerei
Füsgen GmbH & Co.KG

Auflage
5000 Exemplare, erscheint 4x jährlich.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag
enthalten.

Redaktionsleitung: Marion Weißhoff-Günther

nächster Redaktionsschluss: 01.09.2023
nächstes Erscheinungsdatum: Oktober 2023

Geschäftsstelle TV Ratingen

Stadionring 5 · 40878 Ratingen
Tel. 02102-2096-0 · Fax 02102-2096-10
info@tv-ratingen.de · www.tv-ratingen.de

Geschäftszeiten:

Mo. 08.00 - 16.00 Uhr & 18.00 - 20.00 Uhr
Di.-Do. 08.00 - 16.00 Uhr
Fr. 08.00 - 14.00 Uhr

TV MED

Stadionring 5 · 40878 Ratingen
Tel. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

Fitnessstudio

Kokkolastr. 3 · 40882 Ratingen
Tel. 02102-8921311

Studiozeiten

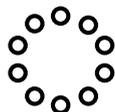
Mo. - Fr. 07.00 - 22.00 Uhr
Sa. - So. 08.30 - 18.00 Uhr

Bankverbindung**Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert**

IBAN: DE02 3345 0000 0042 190017
BIC: WELADED1VEL

Spendenkonto

Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert
IBAN: DE47 3345 0000 0042 135954
BIC: WELADED1VEL



Mitglied im

Freiburger KreisArbeitsgemeinschaft größerer
deutscher Sportvereine



Begeistern ist einfach.



sparkasse-hrv.de

Wenn die Sparkassen unterstützen. In der Sportförderung sind sie vor Ort und landesweit die Nummer 1.

Das ist gut für den Sport, gut für Sportler und die Vereine in unserer Region.

Wenn's um Geld geht
 **Sparkasse**
Hilden • Ratingen • Velbert