TVinfo

turnverein ratingen 1865 e.V.

Ausgabe 3 | Oktober 2023 | G 5114

Fechten
Silbermedaillen für den TVR bei den Dt. Meisterschaften

Leichtathletik
Leichtathletiknachwuchs in guter Form

Functional
TV Ratingen goes HYROX

Eishockey
Golden Black Sea Cup

Turnverein Ratingen 1865 e.V. · Stadionring 5 · 40878 Ratingen

Stadtwerke Ratingen

Echt. Gut. Leben.

Smartes E-Leasing

mit umfangreicher Ausstattung[1]!

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. CO_2-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

Marion Weißhoff-Günther

Vorstandsvorsitzende

Liebe Mitglieder!

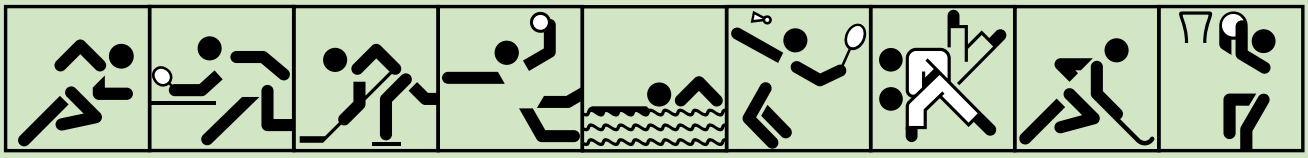
Megatrend Gesundheit! So lautete ein Workshop beim Dialogforum des DOSB in Berlin im September, an dem Lena Kreft und ich teilgenommen haben. Die Zukunft des Sports stand auf der Tagesordnung und wir können sagen, wir sind gut aufgestellt. Neben unserem vielfältigen Wettkampfsport und Freizeit-Breitensport bilden wir gerade den Megatrend Gesundheit in unserem Verein vielfältig ab. Mehr als die Hälfte unserer 6300 Mitglieder ist im Gesundheitssport aktiv. Egal ob im Studio oder in den Abteilungen. Im TV-MED mit seinen trainingstherapeutischen Einrichtungen oder auch im Rehasport, in dem noch zusätzlich 700 Menschen auf ärztliche Verordnung bei uns aktiv sind. Unsere Mitglieder kommen mit dem Wunsch zu uns, ein gesundheitsorientiertes Bewegungsangebot wahrzunehmen. Ziel ist es, fit zu bleiben und mit zunehmenden Alter ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter zu führen, vielleicht auch Schmerzen zu lindern und Spaß an der Gemeinschaft zu haben. Dazu kann Sport helfen. Dafür sind wir da! Mehr als 4000 Menschen kommen mit dieser Zielsetzung zu uns. Wahrlich ein Megatrend bei uns!

Marion Weißhoff-Günther

G. Blumentrath

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

Fliesenfachgeschäft
Meisterbetrieb
für Fliesenverlegung
und Granitarbeiten



Inhalt

03 Vorwort
04 Nachhaltigkeit
05 Zu Gast beim Bundespräsidenten
06 Hockey
07 Leichtathletik
12 Eishockey
13 Kindergarten / Projekt Schule
14 Tischtennis
15 Schwimmen
16 Gerätturnen
18 Fitnessstudio
20 Sommercup
21 Community Day
22 Functional
24 Spiel- & Sportfest
25 Neu im Team / Dialogforum
26 Termine

▶ NACHHALTIGKEIT

Unser Projekt für die nächsten Jahre

Danke, liebe Mitglieder!

Wir sind überwältigt. 1200 Mitglieder haben an unserer Online-Umfrage zum Thema Nachhaltigkeit teilgenommen. Das ist super!

In der nächsten TV-Info werden wir über die Ergebnisse aus der Wesentlichkeitsanalyse berichten können. Derzeit wird die Befragung ausgewertet.

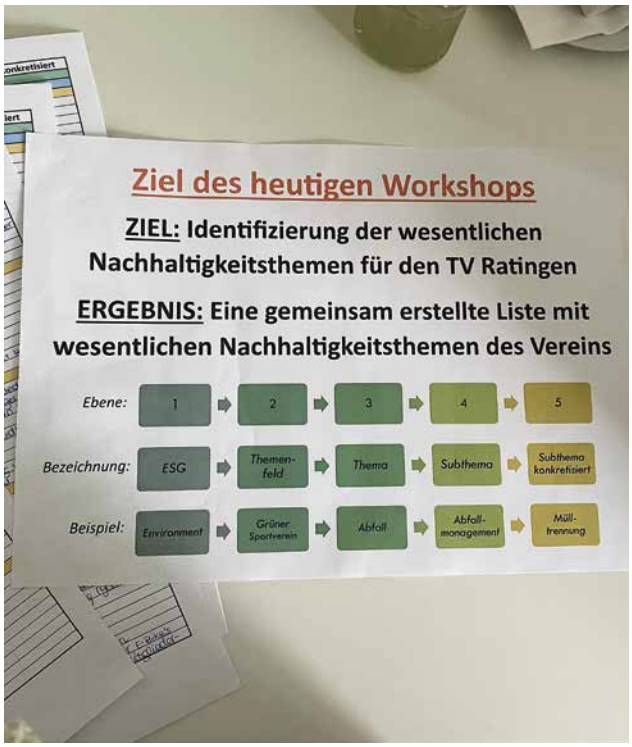
Dazu haben wir mit unseren Projektpartnern, der Hochschule Bochum und DKV-Mobility ein tolles Team und mit Clara Sondermann eine engagierte Noch-Studentin, die gerade zum Abschluss ihres Studiums Nachhaltigkeitsmanagement ihre Masterarbeit bei uns schreibt. Sie wertet nun die Online-Umfrage aus. Ziel ist es, dass wir uns als Verein ein Maßnahmenpaket schnüren zum Thema Nachhaltigkeit.

Ohne viel vorweg zu nehmen können wir jetzt schon sagen, dass wir schon etliche kleine Dinge aus dem Gesamtportfolio der Nachhaltigkeit im Verein umsetzen.

Wir freuen uns auch sehr über Rückmeldungen aus der Mitgliederschaft, die uns loben für die Umfrage, weil sie zu dem Thema Nachhaltigkeit auch viel an zum Teil neuen Informationen erhalten haben. Die drei Dimensionen der Nachhaltigkeit sind für viele Mitglieder neu. Meist denkt man beim Thema Nachhaltigkeit an Klimaschutzmaßnahmen, aber das ist eben nur eine der drei Dimensionen. Die soziale Dimension und die Governance-Dimension gehören ebenso dazu.

Wir freuen uns auf das Projekt, auf die Umsetzung und halten Euch auf dem Laufenden. Das Thema Nachhaltigkeit wird nun eine eigene Rubrik erhalten in unserer Vereinszeitung.

Marion Weißhoff-Günther



TV RATINGEN
... zu Gast beim Bundespräsidenten

Mit gleich 4 jungen Ehrenamtlichen eine Einladung zum Sommerfest des Bundespräsidenten zu bekommen, ist schon was ganz Besonderes. Für unseren Verein war das neu. Jährlich ehrt der Bundespräsident besonders engagierte Menschen in unserem Land. Und Amelie Speckkamp, Lena Kreft, Niklas Golz und Max Werthebach gehören dazu. Sie wurden im letzten Jahr schon nach Berlin eingeladen für ihre Verdienste im Bereich Jugendausschuss (Amelie), Inklusion (Lena) und Niklas und Max als ehrenamtliche Abteilungsleiter der Hockeyabteilung. Wetterbedingt musste die Veranstaltung im letzten Jahr in letzter Sekunde gecancelt werden und so hatten unsere 4 gleich zweimal die Möglichkeit, unsere Bundeshauptstatt zu besuchen.

Eine tolle Ehrung für tolle Menschen in unserem Verein.

Wir freuen uns, dass ihr bei uns seid. Dankeschön für Euer Engagement zum Wohle unserer Mitglieder.

Marion Weißhoff-Günther

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

HOCKEY

Aktuelles aus der Hockey-abteilung des TV Ratingen

Ein sehr gutes erstes Halbjahr liegt hinter der Hockeyabteilung mit vielen Erfolgen. In der zweiten Jahreshälfte stehen auch einige Highlights an, aber es gibt auch einige Herausforderungen.

Besonders als Erfolg hervorzuheben ist der Start der Herrenmannschaft, die als erste Herrenmannschaft des TV Ratingen im Hockeybereich nach dem Aufstieg in der Hallensaison nun auch auf dem Feld an den Start geht. Nach einer unglücklichen 4:2 Auftaktniederlage mit einem stark dezimierten Kader in Moers, hat die Mannschaft im ersten Heimspiel gezeigt, wo es die Saison hingehen soll. 8:0 stand am Ende im Spielbericht und machte die Aufstiegsambitionen deutlich.

Parallel erwischten auch die Damen, die in einer Spielgemeinschaft mit dem MSV Duisburg auftreten, einen durchwachsenen Saisonstart. Nach dem Aufstieg in die erste Verbandsliga starteten die Damen erfolgreich mit einem 4:0 gegen den Crefelder SV. Leider folgte nach dem Erfolg eine hohe 8:0 Niederlage gegen die Zweitvertretung des DSD aus Düsseldorf. Das Saisonziel ist ein guter Platz in der oberen Tabellenhälfte.

Ein weiteres ist dieses Jahr der Start von insgesamt 11 Jugendteams in der Feldsaison. Mit dem Ziel jeweils an den Endrunden der Ligen teilzunehmen, sind die jungen Talente hochmotiviert und haben durchweg einen guten Saisonstart hingelegt.

Das Sommerferiencamp war in diesem Jahr ein besonderer Erfolg. Bei strahlendem Sonnenschein starteten wir in der ersten Sommerferienwoche mit 25 Kindern in die schul- und trainingsfreie Zeit. Die positiven Rückmeldungen sowohl von den teilnehmenden Kindern als auch von den Trainern zeugen von einer gelungenen Veranstaltung, bei der Sonne, Spaß und Lernen Hand in Hand gingen. Die Planungen für die nächsten Camps laufen bereits!

Doch trotz aller positiven Entwicklungen steht die Hockeyabteilung auch vor großen Herausforderungen. Die Sperrung der Sporthalle Europaring wird den Trainings- und Spielbetrieb erheblich beeinträchtigen. Aktuelle sieht es danach aus, dass in der nächsten Zeit keine Heimspieltage ausgerichtet werden können. Dies ist vor allem im Jugendbereich extrem schade, da Heimturniere dort jedes Jahr ein besonderes Highlight für die Kinder sind.

LEICHTATHLETIK

Gute Leistungen bei den Deutschen Meisterschaften in Stuttgart

Gemeinsam mit dem Trainerteam Martina Theisen und Klaus Suhl machten sich sechs Athletinnen im Juli auf den Weg nach Stuttgart zu den Deutschen Meisterschaft der Altersklasse U16. Qualifiziert hatten sich im Vorfeld die 4x 100 Meter Staffel und Carlotta Neuenhahn über die 100 Meter und 300 Meter Strecke.

Der Wettkampf begann am frühen Samstagmorgen im strömenden Regen. Doch die sechs Mädels - Sina Dahmen, Mara Lietz, Elea Jobst, Sydney Minski, Carlotta Neuenhahn und Neele Pangert - welche fast ganzjährig draußen trainieren, trotzten dieser Witterung. In der Besetzung Mara, Sydney, Sina und Carlotta zeigten sich nicht in ihrer besten Form, sodass der Traum vom Finale frühzeitig geplatzt ist. Obwohl die Enttäuschung anfangs überwog, so waren die Athletinnen am Ende glücklich, überhaupt zu den Staffeln zu gehören, die in Stuttgart starten durften.

Für Carlotta Neuenhahn musste aufgrund des Zeitplanes die Entscheidung für die 100 Meter oder 300 Meter getroffen werden. Schon im Vorfeld hatte man sich eher auf die 300 Meter konzentriert. Gut drei Stunden nach der Staffel ging es dann für sie alleine auf die Bahn. Mit einem tollen Lauf auf den neunten Platz verpasste Carlotta das Finale der besten acht Läuferinnen nur denkbar knapp - drei Hundertstel fehlten der jungen Nachwuchsathletin. Stolz waren dennoch die Athletin als auch das Trainerteam, zu den besten 10 Läuferinnen in Deutschland zu gehören.

Es war für die jungen Athletinnen der erste Start bei Deutschen Meisterschaften, bei welchen sie wichtige Erfahrungen für die Zukunft sammelten. Pläne für zukünftige Meisterschaften haben jedenfalls alle.

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

▶ LEICHTATHLETIK

Leichtathletiknachwuchs in guter Form / Weitere DM Normen für Ratinger Leichtathletin

In den letzten Wochen kehrten die Leichtathletinnen des TV Ratingen von keiner Meisterschaft zurück, wo sie nicht Titel gewinnen und viele Podestplätze sowie DM-Normen erreichten - so ist es nicht verwunderlich, dass die Athletinnen auch bei den Regiomeisterschaften der U14 und U16 mit insgesamt 17 Medaillen, 8 Titel, zwei Normen für die Deutsche Meisterschaft und vielen Bestleistungen bei den gut besuchten Meisterschaften auf sich aufmerksam machten und in den Siegerlisten wiederzufinden waren.

Carlotta Neuenhahn (W15) konnte mit starken Laufleistungen auftrumpfen. Nicht nur über die 100 Meter verbesserte sie sich direkt um 3/10 und sicherte sich somit das Ticket für die Deutschen U16 Meisterschaften im Juli, wo sie bereits mit der Staffel qualifiziert ist, auch über die erstmals gelaufenen 300 Meter erreichte sie die Norm für Stuttgart auf Anhieb. Mit ihrer Zeit führt sie hier die Bestenliste des Landesverbandes an.

Dicht an die Norm für die DM bei ihrem ersten 300 Meter Lauf kam Sina Dahmen (W15). Sie wird bei einem der nächsten Wettkämpfe nochmals einen Versuch starten. In Krefeld gewann sie hinter ihrer Vereinskameradin Silber.

Matilda Leowald (W13) konnte sowohl bei den U16 Meisterschaften, für die sie eine Altersklasse hochgemeldet wurde, als auch bei den U14 Meisterschaften glänzen. Sechs Medaillen, davon vier Meistertitel gingen auf ihr Konto. Ganz stark war ihr Auftritt über die Sprintstecken, die sie gewann und damit an Platz eins der Regions- und Landesverbandbestenliste liegt. Schnell war sie auch in dem 60 Meter Hürdenwald unterwegs. So schnell wie noch nie, gewann sie den Titel und führt hier deutlich die Bestenliste des Landesverbandes Nordrhein an. Dass die junge Athletin auch weit springen kann, zeigte sie in der höheren Altersklasse W14 (4,93 Meter) bei der sie vom Brett springen musste, als auch in der AK W13 (5,17 Meter), wo noch aus der Zone gesprungen wird. Beide Male sicherte sie sich den Vize-Meistertitel. Einen weiteren Titel gewann die vielseitige Nachwuchsathletin im Hochsprung.

Ihr Talent über die Hürden hat Marie Hensel (W13) bereits bei anderen Wettkämpfen bewiesen. Hinter ihrer Trainingskameradin konnte sie sich den Vize-Meistertitel sichern. Ihr läuferisches Talent zeigt sie erneut bei den längeren Strecken. Der Titel über die 800 Meter war ihr nicht zu nehmen.

Über die zwei Stadionrunden lief Neele Pangert (W14) den Mitstreiterinnen davon zum Titel und auf Platz eins der Deutschen Bestenliste. Im Hochsprung wurde sie zudem noch Vize-Meisterin.

Ein weiterer Titel ging an Holly Baker (WU20) mit neuer Bestleistung im Hochsprung. Maren Freitag (WU18) verbesserte ihren Hausrekord und wurde Vize-Meisterin. Bei der jüngeren Altersklasse W12 gewann Viktoria Halster die Bronzemedaille über 75 Meter.

Den Abschluss bildete die Staffel der wU14 in der Besetzung Marie Hensel, Matilda Leowald, Laura Spengler und Laila Kronauer. Das Quartett gewann die Bronzemedaille.

Zu diesen tollen Leistungen kamen noch einige Bestleistungen der Nachwuchsathlet*innen hinzu – somit waren es wirklich erfolgreiche Meisterschaften mit tollen Ergebnissen in einer starken Konkurrenz.

LEICHTATHLETIK

Löwen ziehen ins Landesfinale ein

Die Vorrunde zum Jochen-Appenrodt-Pokal fand in diesem Jahr parallel zu einer Veranstaltung in Mönchengladbach satt und somit trafen sich im Ratinger Stadion leider nur vier Mannschaften aus der Region LVN Mitte (1x ART Düsseldorf, 1x Werdener Turnverbund und 2x TV Ratingen), wo die Leichtathletikabteilung des TV Ratingen bereits zum wiederholten Male diese Veranstaltung ausrichtete. Die Helfer und Kampfrichtern bei diesem Mannschaftswettkampf, bei dem eine Mannschaft von Jungen und Mädchen im Alter von 10 und 11 Jahren besteht, führten reibungslos und freundschaftlich durch die einzelnen Stationen.

Es standen 5 Disziplinen auf dem Programm: 6x 50 m Hindernisstaffel, 5er Sprunglauf, Hindernissprint, Schlagwurf und dem abschließenden Stadioncross und alle Mannschaften hatten ein Ziel vor Augen - die Qualifizierung für das Finale auf Nordrheinebene im September.

Zu Beginn starteten alle angereisten Mannschaften mit der Pendelstaffel, bevor es gruppenweise im Wechsel weiter von Disziplin zu Disziplin ging. Vor der letzten Disziplin war noch nicht bekannt, wer den Tagessieg erringen könnte. Damit die Spannung blieb, wurde die Auswertung erst nach dem Stadioncross bekannt gegeben und so hieß es für alle jungen Athlet*innen, den Lauf so gut wie möglich zu absolvieren.

Die Mannschaft „Ratinger Löwen“ (Piet Bechen, Amelie Becker, Greta Escher, Luise Everts, Malte Hoßbach, Mila Jobst, Johanna Kaiser, Julius Schlemmer, Christina Spengler, Emil Thomas und Aliana Uwah) durfte am Ende des Tages laut jubeln. Mit vier von fünf Disziplinsiegen und einem zweiten Platz und somit deutlich haben sie den Einzug ins Landesfinale geschafft.

Die zweite Mannschaft des TVR (Starke Löwen), in der Besetzung Charlotte Domke, Maximilian Eysoldt, Linda Hahn, Jakob Mannes, Louisa Neidenberger, Paula Schubert, Milana Smarowa, Lukas Speckenbach, Wadim Sarikow und Luise Walther machten ihre Sache sehr gut und kam auf den vierten Platz.

Abgesehen von Punkten und Platzierungen bleibt vor allem eins in den Köpfen der jungen Athleten hängen: die große Spannung und die tolle Atmosphäre im Stadion, die sehr gute Stimmung innerhalb der Mannschaft und der Teamgeist beim TVR!

Das Trainerteam Nadine Häusler, Mahjoub Kianpour und Maren Freitag waren zurecht stolz auf ihre Athlet*innen und deren gezeigte Leistungen.

FECHTEN

Dumeklemmer Fechtcup in Ratingen: gelungener Ausklang der erfolgreichen Fechtsaison

Die Fechtabteilung des TV Ratingen veranstaltete am 10. Juni den zweiten vereinsinternen Dumeklemmer Fechtcup in der Sporthalle am Karl-Mücher-Weg mit anschließendem Grillfest. Hierfür wurden in fünf unterschiedlichen Altersgruppen unter Turnierbedingungen die Plätze ausgefochten. Trotz des Wettkampfs herrschte ein fröhliches und freundschaftliches Miteinander. Sämtliche Turnierteilnehmer feuerten sich gegenseitig an und freuten sich über Erfolgserlebnisse ihrer Mitstreiter. Am Ende gab es strahlende Gesichter, als alle Beteiligten Urkunden und Medaillen oder Pokale in Empfang nehmen durften. Wieder einmal war es schön zu sehen, wie groß der Zusammenhalt unter den Ratinger Säbelfechtern aller Altersklassen ist.

Während der Fechtnachwuchs unter der Leitung von Cheftrainer Vitaliy Chernous sein Turnier austrug, genossen die Eltern das harmonische Ambiente und erfreuten sich an den fechterischen Leistungen ihrer Kinder. Trotz der sommerlichen Temperaturen wurde auch das anschließende Grillfest sehr gut angenommen. Bei Bratwurst und Kaltgetränken wurde angeregt geplaudert sowie der Kontakt zu anderen Fechteltern vertieft. Alle Beteiligten waren sich einig, dass der zweite Dumeklemmer Fechtcup einen gelungenen Ausklang der erfolgreichen Fechtsaison bildete, in welcher sich die Kinder und Jugendlichen des TV Ratingen hervorragende Platzierungen sowohl bei den Landes- als auch bei den Deutschen Meisterschaften erkämpften.

FECHTEN

Ratinger Säbelfechter für den U20-Junioren Weltcup in Polen qualifiziert

Beim Dortmunder Säbelturnier am 17. Juni, einem Qualifikationsturnier des Deutschen Fechterbundes, erreichte der Ratinger Säbelfechter Tammo Hahn einen hervorragenden 12. Platz und qualifizierte sich damit für den U20-Junioren Weltcup des Fecht-Weltverbands (FIE). Dieser findet am Wochenende 01. bis 03.12.2023 im polnischen Sosnowiec statt. Die Qualifikation ist sportlich umso höher einzustufen, da Hahn als 15-Jähriger einer der jüngsten Athleten im hochkarätig besetzten Teilnehmerfeld war. Sie bestätigt die gute Nachwuchsarbeit, die der TV Ratingen mit Cheftrainer Vitaliy Chernous im Bereich des Säbelfechtens leistet. Dies gilt umso mehr, als auch Hahns Teamkollegen Jarnu Pelz und Gereon Simons mit den Plätzen 27 und 45 zu überzeugen wussten.

FECHTEN

Silbermedaillen für Fechter des TV Ratingen bei den Deutschen Meisterschaften

Bei den Deutschen Meisterschaften der U13 und U17 am Wochenende 20./21. Mai in Bielefeld hatten die Fechter*innen des TV Ratingen allen Grund zu jubeln. Mit Hannes Carus und Niklas Timke erkämpften sich zwei Fechter aus ihren Reihen die Deutsche Vizemeisterschaft im Mannschaftswettbewerb der Altersgruppe U13.

Gemeinsam mit den weiteren Teammitgliedern der ersten Mannschaft des Rheinischen Fechter-Bundes Justin Liu von der SG Kaarst sowie Jona Marino vom TSV Kenten erfochten sich Carus und Timke die Silbermedaille. In einem dramatischen Finale unterlagen sie der ersten Mannschaft des Bayerischen Fechterverbands knapp mit 40:45. Zuvor hatten sie dem mit Auswahlmannschaften aller großen deutschen Fechtverbände gespickten Turnier durch zum Teil beeindruckende Leistungen ihren Stempel aufgedrückt.

Im Mannschaftswettbewerb der U17 der Jungen erreichte das Team des TV Ratingen einen vortrefflichen vierten Platz. Im kleinen Finale um die Bronzemedaille musste sich die aus den Fechtern Tammo Hahn, Gereon Simons und Eren Angelkorte bestehende Ratinger Equipe erst der Mannschaft der Bielefelder TG mit 39:45 geschlagen geben. In der vorangegangenen Direktausscheidung hatten die Ratinger ein sportliches Ausrufezeichen gesetzt, indem sie das favorisierte Team des Mainzer TV mit 45:42 bezwingen konnten. Ein Wochenende zuvor hatte sich Simons im Einzelwettbewerb der U15 in Nürnberg einen sehr guten 10. Platz erfochten.

Auch in den Einzelwettbewerben der Deutschen Meisterschaften in der Altersklasse U13 erreichten die Ratinger Fechter*innen starke Platzierungen. Philipp Beul erzielte mit großartigen Gefechten einen hervorragenden 8. Platz, seine Teamkollegen Niklas Timke und Hannes Carus rundeten die erfolgreichen Auftritte des TV Ratingen mit den Plätzen 9 und 14 ab. Bei den Mädchen erfocht sich die Ratinger Nachwuchsfechterin Julie Bastron einen guten 20. Platz.

Das ausgezeichnete Abschneiden bei den Deutschen Säbelfechtmeisterschaften der U13, U15 und U17 bildet für die Fechtabteilung des TV Ratingen den krönenden Abschluss einer erfolgreichen Fechtsaison 2022/2023 und veranschaulicht erneut die herausragende Nachwuchsarbeit von Cheftrainer Vitaliy Chernous.

Platzierungen der Ratinger Fechter*innen bei den Deutschen Meisterschaften der U13, U15 und U17 im Einzelnen:

Mannschaftswettbewerbe:

Herren U13:
2. Platz Team Nordrhein 1 (mit Hannes Carus und Niklas Timke), 6. Platz Team Nordrhein 3 (mit Philipp Beul), 11. Platz Team Nordrhein 4 (mit Jan Keßler und Jasper Bartels)

Damen U13:
5. Platz Team Nordrhein 2 (mit Julie Bastron)

Herren U15:
6. Platz Team Nordrhein 2 (mit Gereon Simons)

Herren U17:
4. Platz TV Ratingen (mit Tammo Hahn, Gereon Simons und Eren Angelkorte)

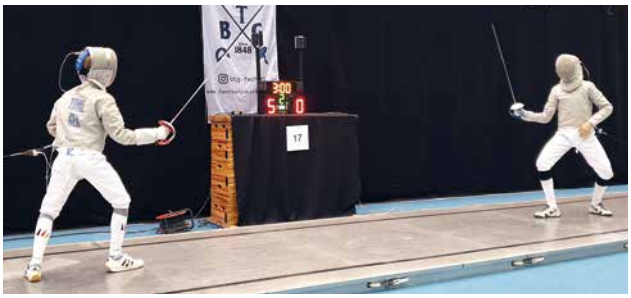
Einzelwettbewerbe:

Herren U13:
8. Platz Philipp Beul, 9. Platz Niklas Timke, 14. Platz Hannes Carus, 32. Platz Jan Keßler, 37. Platz Maxim Brodmann, 47. Platz Jasper Bartels

Damen U13:
20. Platz Julie Bastron

Herren U 15:
10. Platz Gereon Simons, 44. Platz Lucas Seipel

Herren U17:
26. Platz Tammo Hahn, 49. Platz Gereon Simons, 59. Platz Eren Angelkorte



EISHOCKEY
Golden Black Sea Cup

30 Grad im Schatten, eine erfrischende Brise, die vom Meer aus herüberweht, während man am Pool liegt und ein erfrischendes Kaltgetränk zu sich nimmt. Wer glaubt, dass dies nicht mit Eishockey zu vereinbaren wäre, der irrt sich gewaltig.

Endlich war es wieder soweit, dass sich die Sportsfreunde der Abteilung Eishockey auf Tour begaben. Das Ziel der diesjährigen Sommerexkursion war Bulgarien, wo in Kranevo der „Golden Black Sea Cup“ vom 2. bis zum 4. Juni ausgespielt werden sollte. Die Manier der Zugvögel adaptierend, machten sich insgesamt 15 glorreiche Athleten der Eisbrecher auf den Weg gen Süden, um die lange Zeit der Sommerpause, welche der Sport leider zur großen Enttäuschung alljährlich mit sich bringt, wenigstens ein bisschen überbrücken zu können. Und es sollte für alle Beteiligten ein schönes und unvergessliches langes Wochenende werden.

Das Turnier, welches auf seiner eigenen Website als „all-inclusive“-Turnier beworben wird, sollte keinen Wunsch unerfüllt lassen. In der Hotelanlage selbst wurde man nämlich nicht nur vorzüglich beköstigt und hat ausgezeichnet logiert, sondern besaß des Weiteren auch noch einen Zugang zum Schwarzen Meer (Sandstrand inklusive) und, jetzt kommt natürlich das Wichtigste, eine hauseigene Eishalle, in der die Spiele des Turniers direkt vor Ort ausgetragen werden konnten.

Sportlich stand das Turnier ganz im Sinne des Olympischen Geistes, denn alle der sechs teilnehmenden Mannschaften gaben ihr jeweils Bestmöglichstes im Wettkampf um den Pokal. Dabei kann aber auch nicht zu oft wiederholt werden, welch ein hohes Maß an Fairness jedes einzelne Team an den Tag gelegt hat, denn obwohl man sich auf dem Eis als Konkurrent gegenüberstand, war der gegenseitige Respekt allzeit vorhanden. Zusätzlich waren im Laufe des Turniers auch zwischen den sich vorher unbekannten Mitgliedern der sechs teilnehmenden Mannschaften, die ihren unterschiedlichen Weg aus Bulgarien, Rumänien, Luxemburg und Deutschland, nach Kranevo gefunden hatten, Bekanntschaften entstanden, die stark darauf hoffen lassen, dass man in Zukunft noch mehr Zeit gemeinsam, auf oder neben dem Eis, verbringen wird. Abschließend bleibt somit nur noch zu sagen: „Immer gerne wieder!“

von René Fabian Rüwald
Abteilung Eishockey

MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better

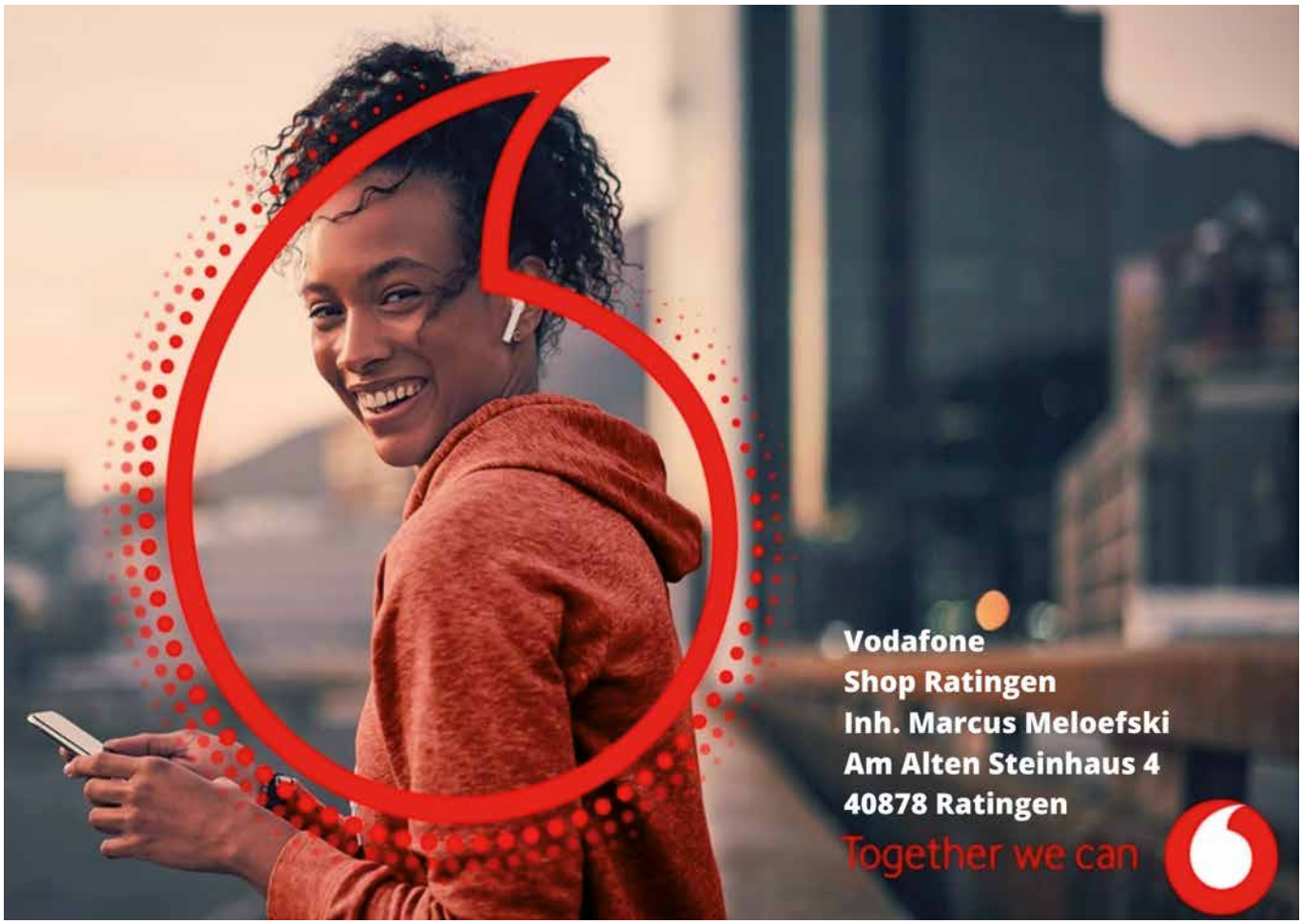
Zukunftsweisende Berufsausbildungen, interessante duale Studiengänge und Direkteinstiege finden Sie auf unserer Website unter „Stellenangebote“ – einfach Code scannen, informieren und Kontakt aufnehmen. Wir stehen für alle Fragen gern zur Verfügung und freuen uns auf Ihre Bewerbung! www.MitsubishiElectric.de

KINDERGARTEN
Ausflug zum Sea Life

Am 25. Mai waren wir mit allen großen und kleinen Springmäusen im Sea Life in Oberhausen. In den vorherigen Wochen haben die Kinder viel über die Unterwasser-Welt gelernt. So konnten sie ihre Eltern als Experten durch das Sea Life führen. Es war ein spannender Ausflug.

PROJEKT SCHULE
Ratinger Schulwettkampf

Ganz neue Trainingsmöglichkeiten bietet der TV Ratingen Ratinger Schülerinnen und Schülern. Dank der Zusammenarbeit mit DKV Mobility konnte der Verein ein neues Wettkampfformat aufbauen, dass auch Jugendlichen den Zugang zu HYROX ermöglicht. Das Ziel ist es, die Jugendlichen weg vom PC und weg von einseitigem „Pumpen“ im Studio, hin zu funktionellen Ganzkörperübungen zu führen, die Kraft, Ausdauer und Koordination gleichermaßen fördern. In einem Pilotprojekt arbeiten wir zunächst mit der Liebfrauenschule und dem Carl Friedrich von Weizsäcker Gymnasium zusammen. Über einen Zeitraum von knapp zwei Monaten findet der Sportunterricht der Neuntklässler in Zusammenarbeit mit dem Verein auf unserem Vereinsgelände in der Sparkassenarena statt, wo die Klassen die Möglichkeit haben, mit den original HYROX Materialien zu trainieren und so mehr Abwechslung in den Sportunterricht zu bringen. Der Höhepunkt dieser Aktion ist ein Wettkampf im Ratinger Stadion, bei dem die Schülerinnen und Schüler in Teams gegeneinander antreten, um den sportlichen Ehrgeiz zu wecken. In den nächsten Jahren soll dieses Projekt noch weiter ausgebaut werden, sodass ein großer Schulwettkampf entsteht, an dem sich verschiedene Ratinger Schulen miteinander messen können. Wir freuen uns über die Zusammenarbeit mit den Schulen und darüber, den Schülerinnen und Schülern ein so tolles Angebot schaffen zu können.



TISCHTENNIS
Start in die neue Saison

Die Sommerferien sind vorbei und das bedeutet für uns: eine neue Saison steht an. In den letzten Wochen waren die Jugendlichen sehr fleißig. In der kommenden Saison starten wir mit 3 Mannschaften in der U19. Unsere erste Mannschaft, bestehend aus Niklas D., Max W., Lukas L., und Marlon L., startet in der Bezirksoberliga mit dem Ziel, den Aufstieg in die NRW-Liga zu schaffen, der höchsten Liga im Jugendbereich. Die 2. 19er aus Sebastian A., Mateo K., Sami A., Felix N. und Paul P., spielt in der 1.Bezirksliga. Unsere 3. Mannschaft, Leah, Sophia, Dustin, Benjamin und Duc, starten in der 1. Bezirksklasse. Bei den 15er spielen Mateo, Jonathan, Fynn und Silas in der 1. Bezirksliga 2. Unsere Kleinen Efehan, Leo, Julius und Neele, starten in der U13 1.Bezirksliga.

Als Abschluss der Saisonvorbereitung nahmen einige unserer Spieler am Warm-Up-Cup von Tusem Essen teil und das durchaus erfolgreich. Bei der Jungen A Konkurrenz erreichten Marlon und Sebastian das Viertelfinale, Niklas landete auf dem 3. Platz. Auch im Doppel waren wir erfolgreich, Paul wurde in seiner Konkurrenz 1., Niklas und Marlon erreichten den 3. Platz.

Wir hoffen auf eine tolle Saison mit vielen guten Ergebnissen und freuen uns nun auf die ersten Spiele.

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

SCHWIMMEN

TVR Schwimmer betreten erfolgreich zum Saisonabschluss Neuland

Normalerweise endet die Wettkampfsaison für die Aktiven des TVR mit dem Dumeklemmer-Wettkampf im heimischen Angerbad. In der Saison setzte Trainer Christian Kowalis für vier Aktive noch einmal einen besonderen Akzent mit der Teilnahme der Deutschen Meisterschaft im Freiwasserschwimmen.

Diese fand vom 22. - 24. Juni im Guggenberger See in Regensburg statt. Die Wettkämpfe erstrecken sich wahlweise über 2,5 / 5,0 / 7,5 oder 10,0 km. Geschwommen wird dabei anders als im Training nicht im Becken, sondern bei jedem Wetter in einem offenen Gewässer. Gemeldet hatten mehr als 110 Vereine. Da alle ein Zelt oder einen Pavillon zur Vorbereitung und Betreuung der Schwimmer dabei hatten, entstand am Ufer eine kleine Zeltstadt mit sportlich supermotivierender Atmosphäre. Erfolgten die Anreise und Einschwimmen noch bei hochsommerlichen Temperaturen, so hatte sich das Wetter am Wettkampftag dann merklich durch die Gewitter und den Regen in der Nacht abgekühlt. Dafür zeigten sich die Wellen aufgrund des aufkommendes Windes für die TVR Schwimmer, die alle zum ersten Mal bei einer Meisterschaft im Freiwasser starteten als ungewohnte Herausforderung.

Die TVR Sportler entschieden sich für die 2,5 km Distanz, welche in 2 Runden im See zu absolvieren war. Es fanden jeweils 3 Läufe mit je 60 Sportlern in jedem Geschlecht altersunabhängig für die über die 2,5 km Distanz startberechtigten Jahrgänge 2011 - 2007 statt. Startet beim Beckenschwimmen jeder auf seiner eigenen Bahn, so ist der Massenstart mit 59 weiteren Aktiven eine ganz andere Erfahrung, bei der es sich gerade auf den ersten Metern im Starterfeld auch zu behaupten gilt. Die zweite Schwierigkeit besteht im möglichst gerade schwimmen, um unnötige Extrameter möglichst zu vermeiden. 4 Bojen dienten als Orientierungspunkte, aber die aus dem Becken bekannten Leinen als Orientierung gibt es im Freiwasser nicht.

Als erster Schwimmer ging am Morgen der große gewachsene Julian Brauneck (Jg. 2007) an den Start und konnte sich gleich mit Platz 30 sehr gut im großen Starterfeld seines Jahrgangs behaupten.

Am Nachmittag folgten dann die Damenläufe. Im zweiten Lauf starteten Lena Otten (Jg. 2009) und die zwei Jahre ältere Kristyna Hlavova. Beide kamen mit den ungewohnten Bedingungen super zurecht und konnten mit Platz 31 und 15 stolz auf ihren ersten Freiwasser-WK nach Hause fahren. Im 3. Lauf folgte dann Sophia Brauneck (Jg. 2009), die schon im Becken über die 800 m Kraul bei den diesjährigen Deutschen Jahrgangsmeisterschaften gezeigt hat, wie stark sie über die längeren Distanzen ist. Sie konnte in ihrem Lauf mit einer der vorderen Gruppen mitschwimmen und zeigen, dass sie auch im Freiwasser sehr stark ist. Am Ende war sie so schnell, dass sie als 2. in ihrem Jahrgang mit einem deutschen Vizemeistertitel von Regensburg nach Hause fahren konnte.

Alle vier TVR Starter haben den Ausflug ins Freiwasser mit den besonderen Herausforderungen sehr genossen. Auch für Trainer Christian Kowalis was es nochmal ein sehr erfolgreicher Saisonsabschluss mit der ersten Medaille bei Deutschen Meisterschaften für den TVR seit längerer Zeit. Nun gilt es die trainingsfreien Wochen zu genießen und die Speicher für die kommende Saison wieder aufzufüllen. Schon in vier Wochen beginnt die Grundlagenarbeit für die neue Saison.

untere Reihe von links nach rechts: Amelie, Lea, Larisa, Matilda, Tilda, Julica, Julia, Lisa, Lena
hintere Reihe v.l.n.r.: Mia, Lynn, Filippa und Emma

GERÄTTUNEN

2. Wettkampf 2023 in Wuppertal

Am Sonntag, den 14. Mai 2023 fand in Wuppertal der zweite Wettkampf „Verbandsgruppenausscheidung 2023 - Einzel“ in diesem Jahr statt.

12 Turnerinnen aus unserer Gerätturn-Wettkampfgruppe haben sich für den zweiten Wettkampf qualifiziert. Jede Turnerin musste an allen vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen.

Am Vormittag starteten im ersten Durchgang die Turnerinnen der Jahrgänge 2004, 2007, 2008, 2009 und 2014. Emma Hardenberg (Jg 2004) und Lynn Kunda (Jg 2008) konnten sich beide den 2. Treppenplatz erobern. Filippa Krause (Jg 2007) holte sich den 3. Platz. Weitere Turnerinnen erreichten die folgenden Plätze: Mia Franken (Jg 2009) 15. Platz, Lena Tolksdorf (Jg 2014) 16. Platz, Julica Kohlen (Jg 2014) 24. Platz, Lisa Scharffetter (Jg 2014) 27. Platz und Julia Finger (Jg 2014) 33. Platz.

Im zweiten Durchgang traten die Jahrgänge 2010, 2011, 2012 und 2013 an. Amelie Sensenbrenner (Jg 2013) zeigte eine starke Leistung und konnte sich auf das oberste Treppchen platzieren. Lea Marie Tiedchen (Jg 2012) turnte sich auf den 3. Treppchenplatz hoch. Larisa Schliewe (Jg 2012) erreichte den 14. Platz und Matilda Kruse (Jg 2011) den 5. Platz. Tilda Spahn musste leider verletzungsbedingt abbrechen.

Nur die 10 besten Turnerinnen der Wettkampfgruppen durften sich dann beim dritten Qualifikationswettkampf „Landesfinale P-Stufen – Einzel“ in Aachen beweisen und weiter turnen.

Schwaab
Fenster · Türen

Büro: Am Westbahnhof 36
Produktion: Sandstr. 44
40878 Ratingen
Tel. 02102 - 913805
info@schwaab-fenster.de

schwaab-fenster.de

v.l.n.r. Amelie und Lea

v.l.n.r. Filippa und Emma

GERÄTTUNEN
3. Qualifikationswettkampf 2023 in Aachen

v.l.n.r. Matilda und Lynn

Am Samstag, den 17. Juni 2023 fand in Aachen der dritte Wettkampf „Landesfinale P-Stufen - Einzel“ statt. Sechs Turnerinnen aus unserer Gerätturn-Wettkampfgruppe haben sich für diesen Einzelwettkampf qualifiziert. Jede Turnerin musste an allen vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen. Am Vormittag starteten im ersten Durchgang die Turnerinnen Amelie Sensenbrenner (Jg 2013) und Lea Marie Tiedchen (Jg 2012). Amelie erreichte den 19. Platz und Lea den 20. Platz. Im zweiten Durchgang traten Matilda Kruse (Jg 2011) und Lynn Kunda (Jg 2008) an. Matilda holte sich den 27. Platz und Lynn sicherte sich den 11. Platz. Am Nachmittag turnte Filippa Krause (Jg 2007) und schaffte den 7. Platz. Emma Hardenberg (Jg 2004) zeigt eine starke Leistung und konnte sich den 3. Treppenplatz holen. Wir gratulieren allen Turnerinnen zu ihren ausgezeichneten Leistungen im ersten Halbjahr 2023!

GERÄTTUNEN
Mannschaftswettkämpfe im 2. Halbjahr 2023

Die nächsten Qualifikationswettkämpfe, die in der 2. Jahreshälfte 2023 stattfinden, werden als Mannschaftswettkämpfe geturnt. Der erste Mannschaftswettkampf ist am Samstag, den 23. September 2023 in Wülfrath. Die zwei weiteren Qualifikationswettkämpfe werden im November 2023 stattfinden. Wir wünschen allen Turnerinnen der Gerätturn-Wettkampfgruppe viel Erfolg!

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

FITNESSSTUDIO

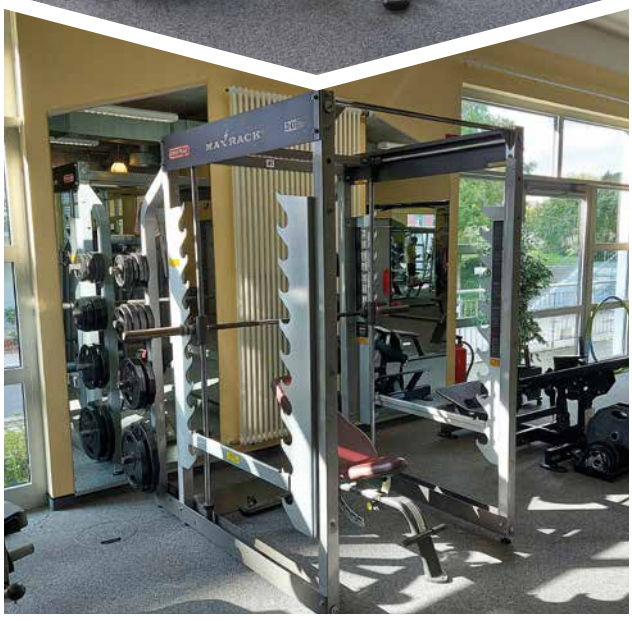
Neue Kraft- und Ausdauergeräte bereichern das Fitness- und Gesundheitsstudio-Erlebnis

Der September brachte frischen Wind in unser Fitness- und Gesundheitsstudio, als eine Vielzahl neuer Kraft- und Ausdauergeräte Einzug erhielt.

Ein besonderer Vorteil der neuen Geräte liegt in der gesteigerten Flexibilität des Trainingsplans. Mitglieder können nun ihr Training noch abwechslungsreicher gestalten und verschiedene Übungen in ihr Routineprogramm integrieren. Die Vielfalt der neuen Geräte erlaubt es Fitnessenthusiasten, ihr Training individuell anzupassen und noch gezielter an ihren Zielen zu arbeiten, sei es Muskelaufbau, Fettverbrennung oder Ausdauersteigerung.

Insgesamt zeigt die Einführung der neuen Kraft- und Ausdauergeräte, dass das Fitness- und Gesundheitsstudio stets bestrebt ist, die Bedürfnisse seiner Mitglieder zu erfüllen und ihr Trainingserlebnis kontinuierlich zu verbessern. Die Kombination aus mehr Auswahl, Flexibilität und geringeren Wartezeiten trägt dazu bei, dass unsere Mitglieder ihre Ziele effektiver erreichen können und sich gleichzeitig in einem Umfeld wohlfühlen, das ihren Fortschritt unterstützt.

Die Reaktionen der Mitglieder auf diese Veränderung waren alles in allem sehr positiv. Etliche berichteten von einer gesteigerten Motivation, ins Studio zu kommen, um die neuen Geräte auszuprobieren. Die positiven Rückmeldungen zeugen von einer erfolgreichen Entscheidung seitens des Studios, in die Vielfalt und Qualität des Trainingsangebots zu investieren.



Ratinger Schlüsseldienst
Harald Haering Oberstr. 12
Ihr Fachgeschäft für Sicherheitstechnik
Mitglied im Bundesverband Sicherheitstechnik Deutschland e.V.

Tür- u. Fenstersicherungen
Schliessanlagen
Türschliesser

Beratung - Verkauf - fachgerechte Montage
Tel. 02102 - 22729

OPR
Orthopädische Privatpraxis Ratingen

Unsere Leistungen

- Konservative Behandlung der Wirbelsäule
- Eigenblutttherapie (PRP) & Hyaloronsäuretherapie
- Stoßwellentherapie
- Akupunktur
- Chirotherapie
- Osteopathie
- Naturheilverfahren
- Superinduktive Magnetspulentherapie

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

Kompetenz und Erfahrung in der Orthopädischen Privatpraxis Ratingen

Sprechzeiten
Mo – Fr 07.30 – 13.00 Uhr
Mo + Mi 14.30 – 18.00 Uhr
Do 15.00 – 19.00 Uhr
Und nach tel. Vereinbarung

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

▶ SOMMERCUP ABSCHLUSSGRILLEN

Ein Tag voller Spaß und Vorfreude auf das Jubiläumsjahr

Am 11. August fand das heiß ersehnte Sommercup Abschlussgrillen statt und verwandelte das Gelände in ein fröhliches Fest der Gemeinschaft. Das Event lockte rund 280 Besucher an, die sich in fröhlicher Atmosphäre und bei strahlendem Sonnenschein zusammenfanden, um den erfolgreichen Abschluss des Sommercups zu feiern. Die Veranstaltung erwies sich als ein großer Erfolg, da sie nicht nur eine Gelegenheit bot, die sportlichen Höhepunkte des Sommercups zu feiern, sondern auch die perfekte Kulisse für ein fröhliches Miteinander schuf. Strahlender Sonnenschein und angenehme Temperaturen unterstrichen die positive Stimmung, die sich unter den Gästen ausbreitete. Freunde und Sportbegeisterte jeden Alters versammelten sich, um gemeinsam den Abschluss des Sommercups zu feiern. Alle genossen gleichermaßen die Möglichkeit sich auszutauschen, neue Bekanntschaften zu machen und diesen Sommertag in vollen Zügen zu genießen. Das Highlight des Tages war zweifellos die Tombola, die mit einer Vielzahl von aufregenden Geschenken lockte. Die Spannung lag förmlich in der Luft, als die Gewinner ihre Preise entgegennahmen. Selbstverständlich wurde auch für das leibliche Wohl gesorgt. Alle Teilnehmer des Sommercups wurden mit kostenfreiem Essen und Getränken verwöhnt, was den Tag noch angenehmer gestaltete. Die köstlichen Grillgerichte und erfrischenden Getränke rundeten das Fest ab und ließen die Teilnehmer gestärkt und zufrieden zurück. Doch das Sommercup Abschlussgrillen war nicht nur ein Abschied vom aktuellen Jahr – es war auch ein Vorgriff auf das nächste Jahr, das ein ganz besonderes Jubiläum bringen wird. Im kommenden Jahr steht nämlich das 20-jährige Fitnessstudio Jubiläum an, das mit Sicherheit ein noch größeres und spektakuläreres Ereignis verspricht. Insgesamt war das Sommercup Abschlussgrillen ein großer Erfolg, welches Vorfreude aufkommende Feierlichkeiten weckte. Die gelungene Mischung aus Spaß, Gemeinschaft, Geschenken und Vorfreude auf das Jubiläumsjahr machte diesen Tag zu einem besonderen Erlebnis für alle Beteiligten.

COMMUNITY DAY 2023
Inklusionsprojekt

Mittwoch, der 20.09.2023, es ist 9:30 Uhr. Drei Mitarbeiter des TV Ratingen machen sich auf den Weg zum Community Day auf dem Stadtwerke Sportpark am Götschenbeck in Ratingen. Zusammen mit der DKV Mobility hat der TV Ratingen zwei Angebote mit dem Thema Inklusion für die Werkstatt für angepasste Arbeit in Ratingen auf die Beine gestellt. Ziel der Veranstaltung war die Freude und der Spaß an der Bewegung und das kennenlernen von neuen Menschen. Das erste Angebot fand in der Werkstatt selbst statt. Dort hat der TV Ratingen einen Rollstuhl-Parcours aufgebaut, während die DKV Mobility verschiedene kleine Stationen wie zum Beispiel eine Bastelstation geleitet hat. Bei kleinen Gruppenspielen konnten die Teilnehmer ihre Geschicklichkeit und ihren Teamgeist unter Beweis stellen. Parallel fand am Stadtwerke Sportpark ein Fußballturnier und eine Olympiade statt, während in der Tennishalle eine geführte Tennisstunde ausgetragen wurde. Die Olympiade bestand aus neun verschiedenen Stationen die sich drei Mitarbeiter des TV Ratingen im Vorfeld ausgedacht und später auf dem Platz umgesetzt haben. Die verschiedenen Stationen dienten dazu, die allgemeinen Fertigkeiten wie Balancieren, Werfen und Rückwärtslaufen zu verbessern, aber auch spielerisch die Reaktion und das Gehör zu schulen. Das besondere an der Community Day Olympiade war, dass die Mitarbeiter der DKV Mobility und die Mitarbeiter des TV Ratingen ebenfalls als Helfer an der Olympiade teilgenommen haben. Jeder Mitarbeiter hat die Stationen gemeinsam mit zwei oder mehr Teilnehmern ausgeführt und hat dabei unterstützt, mitgefiebert, angefeuert und hatte vor allen Dingen sehr viel Spaß. Jeder Teilnehmer erhielt vor Beginn der Olympiade eine Laufkarte auf der jede abgeschlossene Station abgehackt wurde. Im Anschluss an die Olympiade gab es zur Belohnung für die großartige Leistung und als Erinnerung an den schönen Tag eine Medaille aus Holz und die Laufkarte mit den abgeschlossenen Stationen. Nach einem spannenden Fußballturnier wo jeder Spieler über sich hinauswachsen konnte, einer gelungenen Tennisstunde wo ganz viele Erfolgserlebnisse entstanden sind und nach einer ereignisreichen Olympiade mit vielen schönen Erinnerungen konnten sich sowohl die Teilnehmer als auch die Helferinnen und Helfer mit einer Wurst im Brötchen und etwas zu trinken stärken und den Tag gemütlich zusammen mit vielen tollen Menschen ausklingen lassen.

▶ FUNCTIONAL
TV Ratingen goes HYROX

Der TV Ratingen ist seit diesem Sommer offizieller HYROX Anbieter! Aber was genau ist HYROX?

HYROX ist in erster Linie ein Wettkampf für jedermann, der in der Welt des Functional Trainings beheimatet ist. Die Mischung aus Functional Training, High Intensity Training und klassischem Ausdauertraining macht das Format extrem abwechslungsreich und fordert den Athlet*innen eine enorme Vielseitigkeit ab.

2017 wurde HYROX in Hamburg entwickelt und hat sich in den letzten Jahren international verbreitet. Inzwischen finden Wettkämpfe in Europa, Amerika, Asien und Australien statt und es kommen jedes Jahr neue Standorte hinzu. Das Ziel von HYROX ist es, funktionelle Fitness in ein Wettkampfformat zu übertragen, um somit den Ehrgeiz und die Motivation der Sportler*innen zu fordern.

Der Wettkampf selbst besteht aus acht 1-km-Läufen, zwischen denen jeweils ein Workout absolviert werden muss – Skiergometer, Sled Push, Sled Pull, Burpee Broad Jumps, Ruderergometer, Kettlebell Farmers Carry, Sandbag Lunges und Wall Balls – Wer all diese Stationen am schnellsten überwindet, gewinnt.

Eingeteilt wird HYROX in eine sogenannte „open“ und eine „pro“ Klasse, bei denen sich die Gewichte, mit denen die Workouts absolviert werden, unterscheiden. Zudem unterteilen sich die Wettkämpfe in drei unterschiedliche Formate. So ist es jedem selbst überlassen, ob man alleine antritt, das Event als Paar durchläuft oder aber als Viererteam an der Staffelvariante teilnimmt.

Als offizieller HYROX Anbieter hat der TV sein Functional Angebot erweitert, um zum einen eine optimale Vorbereitung auf den Wettkampf zu bieten, zum anderen aber auch natürlich jedem, der ohne Wettkampfgedanken trainieren möchte, die Möglichkeit zu geben, sich sportlich auszupowern und von den vielseitigen Vorteilen des Functional Trainings zu profitieren. Die bestehenden Functionalkurse tragen nun den Zusatz „HYROX“, dies bedeutet aber nicht, dass in jedem Kurs nur noch die HYROX Übungen durchgeführt werden und gelaufen wird. Vielmehr konnten wir unser bisheriges Angebot um tolle neue Möglichkeiten erweitern, um das Training noch abwechslungsreicher und vielseitiger gestalten zu können.

Alle Infos zum Thema Functional Training und HYROX auch unter www.tv-ratingen.de -> Sportarten -> Functional Training und per Mail an nick.schlosser@tv-ratingen.de.

Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich. Aufgrund begrenzter Teilnehmerzahlen ist eine vorherige Anmeldung über Sportmeo oder per E-Mail zwingend erforderlich.

FUNCTIONAL
Der 5. große Functional Day

Was vor zwei Jahren noch als Aktionstag zum Auspowern begann, ist inzwischen zu einer festen Instanz gewachsen. Bereits zum fünften Mal fand der große TV Ratingen Functional Day statt. Erneut fanden sich viele Wagemutige, die sich dem vierstündigen Programm stellten, das Andrea, Julius, Uli und Nick wieder vorbereitet hatten. Noch mehr als die bisherigen Functional Days war dieser von Wettkämpfen geprägt, bei denen die vorher zufällig zusammengestellten Teams gegeneinander antreten mussten. Immer wieder wurde es laut in der Sparkassenarena, als sich die Teammitglieder gegenseitig anfeuerten und so selbst zu Höchstleistungen pushten. Angetrieben von den Coaches wuchsen die Teilnehmer*innen immer wieder über sich selbst hinaus und kämpften unermüdlich um jeden Zentimeter, jede Sekunde und jede Wiederholung.

Trotz all des Ehrgeizes und des sportlichen Wettbewerbs sah man den erschöpften Gesichtern am Ende des Tages deutlich an, dass letztendlich der Spaß im Vordergrund stand und genau das macht den Functional Day immer wieder so besonders. Wir freuen uns, dass auch dieser Functional Day wieder so ein großer Erfolg war und danken allen fleißigen Teilnehmer*innen für den unerschütterlichen Ehrgeiz, die körperlichen Höchstleistungen und ganz besonders für die durchweg unglaublich gute Stimmung. Wir freuen uns schon jetzt auf Functional Day Nummer 6 mit neuen Herausforderungen und kleinen Gemeinheiten.

Andrea, Julius, Uli und Nick

SPIEL- & SPORTFEST
August 2023

Am 13. August hat der Jugendausschuss des TV Ratingens wieder sein traditionelles Spiel- und Sportfest ausgerichtet. Sportlich gesehen drehte sich dieses Mal alles um das sogenannte KIBAZ, das Kinder-Bewegungsabzeichen-NRW für 3- bis 6-Jährige. An 10 Stationen konnten die Kinder motorische Bewegungsaufgaben lösen und bekamen im Anschluss eine Urkunde und eine kleine Belohnung. Organisiert wurde dieses Abzeichen von Ralf Kastner und Josina Treptow. Sie trommelten viele verschiedene Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus den unterschiedlichsten Abteilungen zusammen, die dann die Stationen mit viel Engagement betreuten. In diesem Sinne vielen Dank für das sportliche Angebot!

Da der Fokus dieses Jahr auf der Zielgruppe der Kindergartenkinder lag, gab es mehr Möglichkeiten zum Spielen: ein Riesen-Vier-Gewinnt und Beachvolleyball-Spielen unter Anleitung einer Übungsleiterin, und zum Basteln: Ausmalbilder und eine Buttonmaschiene, die von drei sehr fleißigen Schwimmern bedient wurde.

Das diesjährige Verpflegungsteam rund um den Jugendauschuss, bestand in diesem Jahr aus einigen treuen und neu dazugewonnenen Helferinnen und Helfern der Schwimmabteilung. Sie verkauften emsig Getränke, Kaffee Kuchen, Melone und Bratwürstchen. An dieser Stelle vielen lieben Dank an das gesamte Helferteam für die tolle Unterstützung!

Besonders bedanken wollen wir uns zusätzlich noch bei Manni, der viele Fahrte für uns auf sich genommen hat und beim Hausi, Michael Schmitz, der uns durchgängig mit Rat und Tat zur Seite stand, generell wäre ohne ihn ein solches Fest überhaupt nicht möglich!

Euer Jugendausschuss

Neu im Team

Jarnu Pelz

Hallo, mein Name ist Jarnu, ich bin 18 Jahre alt und habe in diesem Frühjahr mein Abitur bestanden. Seit dem 1. August bin ich einer von zwei neuen FSJlern beim TV. Manche kennen mich vielleicht bereits aus der Fechtabteilung, in der ich jetzt seit etwa einem Jahr als Sportler aktiv bin. In den knapp zwei Monaten, in denen ich für den TV im Dienst stehe, bin ich von allen warm aufgenommen worden und habe viele offene und freundliche Mitarbeiter kennenlernen dürfen. Ich freue mich schon sehr auf den Rest meines FSJs.

Simeon Karr

Hallo zusammen, mein Name ist Simeon Karr, ich bin 19 Jahre alt und habe diesen Sommer mein Abitur am Dietrich Bonhoeffer Gymnasium in Ratingen West absolviert. Seit dem 01.08.23 bin ich einer von zwei neuen FSJ‘ lern beim TV Ratingen und arbeite zum Großteil im Kinder- und Jugendsport und im TV MED am Empfang. Die alteingesessenen Mitglieder könnten mich noch aus dem Kindergarten kennen, den ich bis 2010 besucht habe oder bereits aus meinen Anfängen als Übungsleiter im Rahmen meines FSJ. Ich freue mich im Laufe des nächsten Jahres den Verein kennenzulernen und in neue Abteilungen reinschauen zu dürfen, sowie mit netten Übungsleitern*innen zusammen arbeiten zu dürfen. Euer Simeon

DIALOGFORUM

Auf Einladung des DOSB nahmen Marion Weißhoff-Günther und Lena Kreft am Dialogforum in Berlin teil.

Gabi Weiler

Hallo zusammen, mein Name ist Gabi Weiler. Ich bin 52 Jahre alt, verheiratet, habe zwei Kinder (16 und 22 Jahre) und wohne in Ratingen. Ich bin ausgebildete Erzieherin und arbeite seit dem 1. August 2023 bei den Springmäusen. Durch meinen Mann und meine Kinder hatte ich in der Vergangenheit schon viele Berührungspunkte mit dem TV Ratingen und kenne seine vielseitige Vereinsarbeit. In meiner Freizeit trainiere ich karnevalistische Tanzgarden in verschiedenen Altersgruppen.

T 1865 V RATINGEN

Wir suchen Dich!

PHYSIOTHERAPEUT*IN (M/W/D) FÜR UNSERE PHYSIOTHERAPIEPRAXIS GESUCHT

- ab 01.01.2024 unbefristet
- attraktive leistungsgerechte Bezahlung
- 30 Tage Urlaub und Fortbildungstage
- betriebliche Altersvorsorge
- Nutzung Vereinssportangebote inkl. Fitness-Studio
- kleines familiäres Team

Weitere Infos auf www.tv-ratingen.de

Ansprechpartner

Badminton
Sebastian Beysiegel
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
Nadine Schröer (Leiterin)
Tel. gesch. 02102-2096-24
nadine.schroer@tv-ratingen.de

TV MED
Marisa Kinscheck
Tel. gesch. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

TERMINE 2024

22. + 23. Juni 2024
Mehrkampf-Meeting

Jürgen Saemisch
Sanitär + Heizung
☎ 0 21 02 - 8 15 75 · Raiffeisenstraße 13 · 40878 Ratingen
- Sanitäre Installation
- Heizungsbau
- Öl- + Gasfeuerung
- Wartungsdienst
- Brennwerttechnik
- Solartechnik

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

Heike Kniebeler
Tel. gesch. 02102-2096-0
heike.kniebeler@tv-ratingen.de

Petra Lauret
Tel. gesch. 02102-2096-0
petra.lauret@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 Redaktionschluss: 15.11.2023
nächstes Erscheinungsdatum: Dezember 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 Kreis** – Arbeitsgemeinschaft größerer deutscher Sportvereine

Begeistern ist einfach.

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.

sparkasse-hrv.de

Wenn's um Geld geht

Sparkasse
Hilden • Ratingen • Velbert