



FRISCH-AUF AKTUELL

AUSGABE 4

JAHRGANG 3

JULI 2006

www.FrischAufAltenbochum.de

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG 2006

MANFRED NACHTIGALL BLEIBT 1. VORSITZENDER

Am 22.03.2006 fand im Bonhoefferhaus unsere diesjährige Jahreshauptversammlung statt.

Auch alle weiteren Vorstandspositionen (Horst Hellwig als 2. Kassenswart und Sozialwart, Monika Grohs als Schriftführerin, Regina Voß als Technische Leiterin, Renate Kaiser als Beauftragte für den Gesundheitssport) blieben durch Wiederwahl unverändert. Peter Arp wurde zum Kassensprüfer und Hans Kaiser in den Ältestenrat gewählt.

Die Vertreter einzelner Sparten (Max Bosl für Tischtennis, Andrea Nachtigall für die Jugend, Angela Nachtigall für das Gerätturnen, Annika Böhme für Prell-

ball, Agi Schnitzler für Badminton) gaben einen für alle Bereiche insgesamt positiven Bericht ab.

Leider konnte kein Festausschuss gebildet werden, so dass noch Helfer für unsere verschiedenen Veranstaltungen gesucht werden (s. auch Seite 4).

Viele Probleme ergeben sich aus der Schließung der Turnhalle an der Liebfrauenstraße, die bis nach den Sommerferien andauern wird. Es wird von der Stadt Bochum ein neuer Fußboden installiert. Diese Maßnahme überraschte uns, weil wir erst in letzter Minute davon Kenntnis erhalten haben. Wir versuchen, die betroffenen

Gruppen und Trainings für diese Zeit anderweitig unterzubringen. Insbesondere wies Max Bosl auf die fatale Situation beim Tischtennis hin. Inzwischen konnten über die Stadt Bochum und durch das Ausweichen ins Bonhoefferhaus viele Probleme entschärft werden. Wir hoffen, dass uns die Turnhalle an der Liebfrauenstraße nach den Sommerferien wirklich wieder zur Verfügung steht.

Horst Hellwig als Sozialwart wies noch einmal darauf hin, dass alle Versicherungsfälle, insbesondere auch Sportunfälle, innerhalb von 3 Tagen an ihn zu melden sind, damit keine Ansprüche durch verstrichene Fristen möglicherweise verloren gehen.

THEMEN AUF DIESER SEITE:

- Jahreshauptversammlung 2006
- 100 Jahre TV Frisch-Auf Altenbochum



WEITERE THEMEN:

VEREINSHEIM: WIE GEHT'S WEITER?	2
EHRUNG LANGJÄHRIGER MITGLIEDER	2
SPORTABZEICHEN	2
NEUES AUS DEM KURSPROGRAMM	3
MAL WIEDER TANZEN GEHEN?	3
FITNESS XXL, NORDIC-WALKING	3
IMPRESSUM, TERMINE, PRELLBALL HELFER UND HELFERMANAGER	4

2008 steht vor der Tür:

100 Jahre TV Frisch-Auf Altenbochum 08 e.V.

Viele Mitglieder und andere Altenbochumer Bürgerinnen und Bürger wissen oft nicht, was das „08“ in unserem Vereinsnamen bedeutet. Hier die Lösung: der TV Frisch-Auf wurde 1908 gegründet und feiert somit im Jahre 2008 sein 100-jähriges Bestehen.

Dieses Ereignis soll natürlich dann auch gebührend gefeiert werden. Gedacht ist sowohl an besondere sportliche, als auch an festliche und gesellige Veranstaltungen. Ebenso darf die Chronik nicht zu kurz kommen mit Ausstellungen und Präsentationen aus den vergangenen 100 Jahren.

Jeder kann sich vorstellen, dass es hier viel zu tun gibt und schnellstens mit den Vorbereitungen begonnen werden muss. Es wäre schön, wenn wir genügend Helfer aus den Gruppen für diese Jubiläumsaktion gewinnen könnten. Als Koordinator hat sich unser 2. Kassenswart Horst Hellwig zur Verfügung gestellt (Tel. 35 39 01). Wer Lust hat mitzumachen, melde sich bitte möglichst bald bei ihm.

WIE GEHT'S WEITER MIT UNSEREM VEREINSHEIM?

Inzwischen hat sich herumgesprochen, dass einige ganz wenige Nachbarn unseres Vereinsheimes sich durch unsere Aktivitäten beeinträchtigt fühlen. Um allen inzwischen umlaufenden Gerüchten zu entgegen, soll folgendes klargestellt werden:

1. Kursprogramm

Unsere Sportkurse werden auch künftig mit den verschiede-

nen Angeboten und Veranstaltungen stattfinden.

2. Vereinsfeste und -veranstaltungen

Auch diese werden in einem gewissen Umfang weiterhin durchgeführt, wobei wir verstärkt darauf achten werden, dass es von der Geräuschkulisse her ruhiger zugeht und Belästigungen im Umfeld vermieden werden.

3. Vermietungen

Um die nicht unerheblichen Kosten für das Haus auch weiterhin aufbringen zu können, sind wir auf diese Einnahmequelle angewiesen.

Auch in Zukunft wird es Vermietungen in einem gewissen Umfang geben. Wir werden darauf achten, dass es sich hierbei um „einigermaßen ruhige“ Feiern handelt.

Gedacht ist hier insbesondere an Feierlichkeiten anlässlich von Taufen, Konfirmationen, Erstkommunionen, Brunchveranstaltungen aus bestimmten Anlässen.

Diese Aufzählung ist nur beispielhaft.

Sollten Sie eine Feier planen, sprechen Sie rechtzeitig mit unserer Geschäftsstelle, um zu klären, ob sich Ihr Vorhaben realisieren lässt.

Langjährige Vereinsmitglieder erhielten Ehrungen

Folgende Mitglieder waren in 2005 mit einer „runden Jahreszahl“ in unserem Verein und wurden (s. Bild unten) anlässlich der Jahreshauptversammlung 2006 zu ihren Jubiläen geehrt:

10 Jahre Mitglied:	Isabel Schuchert
Auguste Rojek	25 Jahre Mitglied:
Gerda Hanke	Carolin Düchting
Annemarie Kemper	Jeannine Krüger
Uschi Ren	Annegret Stein
Michael Mahnecke	
Karna Kugland	50 Jahre Mitglied
Ruth Mans	Martha Germrod

Insgesamt gab es viele weitere Mitglieder, die ihre Teilnahme abgesagt haben, nicht auf unsere Einladung geantwortet haben oder in ihren Gruppen geehrt wurden.

Herzlichen Glückwunsch

allen Jubilarinnen und Jubilaren und ein besonderer Dank für die vielen Jahre, die ihr schon dabei seid.

Insbesondere danken wir unserer Turnschwester Martha Germrod nicht nur für 50 Jahre Mitgliedschaft, sondern auch für die engagierte Mitarbeit im Vorstand und als Übungsleiterin. Sie ist bis jetzt noch als Trainerin im Bereich Leichtathletik und Sportabzeichen tätig.



Leichtathletik – Training: (April bis Oktober)
mit Abnahme des Deutschen Sportabzeichens

Ort: Sportplatz „Auf der Heide“
(Zufahrt über Steinkuhlstraße)

für Kinder ab 7 Jahre:

Zeit: montags und mittwochs
17.00 Uhr bis 18.00 Uhr

für Erwachsene:

Zeit: montags und mittwochs
18.00 Uhr bis 19.00 Uhr

für Kinder ab 5 Jahre:

Zeit: mittwochs 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr

AUS DEM NEUEN KURSPROGRAMM II/2006 IM BONHOEFFERHAUS

Pilates



ist ein sanftes Körpertraining aus Dehn- und Kräftigungsübungen, bei dem die Übungen auf dem Boden durchgeführt werden.

Ziele: Ausgeglichenere Körperhaltung und Gelenkbeweglichkeit

Kurs-Nrn.

408, 409 und 410

Leitung: Kirsten

Aufmhoff, Tel. 3617464

Fasten

ist nicht nur Abstinenz, sondern ein Weg, Körper und Seele zu reinigen, zu öffnen und zu heilen.

An den gemeinsamen Abenden gibt es auch Anregungen für ein abwechslungsreiches Bewegungs- und Verwöhnprogramm.

Kurs-Nr. 447

Leitung: Dipl. Oec.

Beatrix Söhngen

Tel. 9 73 14 67



Selbsthilfeübungen
(nach Dorn)

Mit der METHODE DORN werden Gelenke und Wirbelsäule sanft und immer in Bewegung - in die richtige Position gebracht, so dass der Knochenbau wieder in Harmonie ist. Positive Auswirkungen auf Muskeln, Wirbelsäule und Bandscheibe.

Kurs-Nr. 415

Ltg. Claudia Weinkauf

Tel.: 36 02 72

Tagesveranstaltungen

Klangschalen-Massage

In diesem Workshop lernen Sie die wohltuende Wirkung der Klangschalen kennen. Die von Peter Hess entwickelte Technik lässt Sie Ruhe, Gelassenheit und Entspannung finden.

Wellness-Erlebnis der besonderen Art!

Kurs-Nrn. 470, 471

Ltg. Claudia Weinkauf

Tel.: 36 02 72

Mal wieder tanzen gehen? ... let's dance ...

Disco-Fox - Workshop

Samstag, 12.08.2006

14 - 18 Uhr (kostenlos)

Hat's gefallen? ... dann weiter

Kurs-Nr. 411: Disco-Fox für Anfänger und Fortgeschrittene mittwochs 20.30—22.00 Uhr

Beginn: 18.10.2006

Ltg. Markus Janas, Tel. 01778088979 und Bettina Peine, Tel. 33 26 72

Tanzabende in den Herbstferien:

02.10.2006 und
09.10.2006

jew. 20.00 - 22.00

Eintritt frei

Anmeldung ist nicht erforderlich.
Kommen und mittanzen
Ltg. Wolfgang Staufenbiel
Tel. 30 14 15

Standard- und Lateinamerikanische Tänze für

Anfänger und Fortgeschrittene montags 20.30—21.30 Uhr

Beginn: 14.08.2006

Kurs-Nr. 412

Ltg. Wolfgang Staufenbiel
Tel. 30 14 15



Fitness XXL für Übergewichtige ab BMI 30

Mit Christiane Rink konnten wir eine Trainerin gewinnen, die speziell für dieses Thema ausgebildet ist und sich intensiv mit der Übergewichtigkeit beschäftigt hat. Sie ist in der Lage, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Sportangebot zu unterbreiten, bei dem sie Freude daran entwickeln, mit Gleichgesinnten ein Bewegungsangebot wahrzunehmen.

Kurs-Nr. 480

Mittwochs 10.45—11.45 Uhr

oder

Kurs-Nr. 481

Donnerstags 16.30—17.30 Uhr

Leitung: Christiane Rink

Tel. 57 88 76

Neu: Nordic-Walking jetzt mit Wertkarte

Alle drei Nordic-Walking-Angebote können mit der gekauften Wertkarte wechselnd je nach Lust, Laune und Möglichkeit genutzt werden.

Bezahlt wird nur jede teilgenommene Trainingsstunde.

Infos bei den Kursleiterinnen oder in der Geschäftsstelle.

Bestellung unter Kurs-Nr. 499



TV FRISCH-AUF ALTENBOCHUM 08 E.V.

Vereinsheim und Geschäftsstelle:
Bonhoefferhaus
Stauffenberghöhe 8 e
44803 Bochum

Geschäftszeiten der Geschäftsstelle:

Montag: 09.00 bis 11.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 bis 12.00 Uhr
Mittwoch: 18.00 bis 20.00 Uhr
Donnerstag: 10.00 bis 12.00 Uhr

Telefon: (0234) 9 36 98 20

Fax: (0234) 9 36 98 21

E-Mail:

TV@FrischAufAltenbochum.de

SIE FINDEN UNS IM INTERNET
UNTER

WWW.FRISCHAUFALTENBOCHUM.DE

v.i.S.d.P.: Bärbel Traude

DER BREITENSORTVEREIN
IN ALTENBOCHUM.

* Termine * Termine * Termine *

09.09.2006		Familienporttag	
Samstag	ab 14.00 Uhr	Sportplatz „Auf der Heide“	
28.10.2006	ab 20.00 Uhr	Oktoberfest	? siehe unten!
Samstag		im Bonhoefferhaus	
19.11.2006	ab 11.00 Uhr	Kreativmarkt	
Sonntag		im Bonhoefferhaus	
31.12.2006	ab 20.00 Uhr	Silvesterball	? siehe unten!
Sonntag		im Bonhoefferhaus	

2005 / 2006 = Eines der erfolgreichsten Jahre der Prellballabteilung

Leistungsklasse Männer: Meister der Regionalliga Nord:
Olaf Voß, Gerhard Mersch, Dirk Zimmermann, Manfred Nachtigall.

Aufstieg in die Bundesliga: Mario Rotzoll, Holger Bartel, Maik Rotzoll.

Frauen: Erstmals Qualifikation in die Bundesliga für die Deutschen Meisterschaften. Rang 8! Annika Böhme, Melanie Voß, Melanie Rotzoll, Hanna Knuhra

Weibliche Jugend 11-15: Westfalenmeister, Deutscher Vize-Meister:
Rabea Kühn van Geldern, Sandra Aufmhoff, Julia Ehrhoff, Janine Reschka

Weibliche Jugend 15-18: Westfalenmeister, Westdeutscher Meister, Deutscher Vize-Meister: Carina Poppe, Yvonne Voß, Angela Nachtigall, Sarah Itzen

Männliche Schüler: Westfalenmeister: Nico Conze, Marcel Nachtigall, Max Geilich, Simon Böckmann, Patrick Möller, Marius Aufmhoff

Männer 40 Senioren: Westfalenmeister, Vize Westdeutscher Meister, Deutscher Meister: Manfred Nachtigall, Gerhard Mersch, Olaf Voß, Dirk Zimmermann.

Thema 2006 im Verein: Helfer und Helfermanager

Der Vereinsvorstand hat sich in diesem Jahr zu einer Wochenend-Klausurtagung getroffen, auf der u.a. die Aufgabenverteilungen besprochen wurden.

Es war allen Beteiligten klar, dass bei einer Größenordnung von inzwischen über 1.700 Mitgliedern die gesamte Arbeit nicht - wie bisher oft geschehen - auf nur wenige Schultern verteilt werden kann. Es ist erforderlich, ein Helferpotenzial zu bilden, das bei Bedarf zu bestimmten Gelegenheiten angesprochen werden kann.

Es bestand Einigkeit darüber, dass es auch in unserem Verein noch viele Mitglieder gibt, die aufgrund ihrer Fähigkeiten und Interessen mitarbeiten und Aufgaben übernehmen können. Wir wollen versuchen, sie aufzuspüren.

Um diese Mitglieder in unserem Verein ausfindig machen zu können, gibt es für jede unserer Sportgruppen Mitgliederlisten, die zu

den Trainingsstunden ausgelegt wurden oder noch werden. Bitte an alle: sich je nach Interesse und Möglichkeit dort einzutragen, wenn sie gelegentlich als Helfer angesprochen werden können und welche Art von Hilfe sie anbieten können. Die Listen sehen bestimmten Bereich vor:

- Pflege und Erhaltung des Bonhoefferhauses
- Familienporttag
- Veranstaltungen aller Art
- Märkte (z.B. Trödel- und Kreativmarkt)
- Plakate und Prospekte verteilen
- Postversand
- Chronik und Vereinsgeschichte
- Handwerkliche Tätigkeiten

Alle Vorstandsmitglieder und Übungsleiter bitten dringend darum, dass sich möglichst viele von euch in die Gruppenlisten eintragen.

Natürlich kann ein solches System nur funktionieren, wenn es jemanden gibt, der dies koordiniert und der weiß, wer für welchen Bereich ansprechbar ist. Deshalb suchen wir ebenso dringend den so genannten **Helfermanager**.

Wer glaubt, diese wichtige Aufgabe der Koordination übernehmen zu können, ist herzlich eingeladen, sich bei unserem Vorsitzenden, Manfred Nachtigall (Tel. 35 64 00), oder in unserer Geschäftsstelle zu melden, um weitere Einzelheiten zu besprechen und Fragen beantwortet zu bekommen.

Wenn dies es System nicht in Gang kommt, ist zu befürchten, dass viele Aktivitäten des Vereins künftig nicht mehr stattfinden werden.

Deshalb: wir hoffen auf euch!