

33 VEREINS KURIER

BERICHTE AUS DEM VEREINSLEBEN | SEPTEMBER 2006



Kirchen
1883 e.V.

Liebe Mitglieder und Freunde des VfL!

Ein verändertes Freizeitverhalten der Menschen sowie eine zunehmende Überalterung unserer Gesellschaft haben sich in den zurückliegenden Jahren leider auch negativ auf die Entwicklung der Mitgliederzahlen unseres Vereins ausgewirkt. Offenbar geht der Trend mehr zu Freizeitsport und Gesundheitsprävention und weniger zu Wettkampfsport.

Der vor einem Jahr neu gewählte Vorstand sah es deshalb als seine wichtigste Aufgabe an, sich Gedanken darüber zu machen, wie der Verein sich auf diese veränderten Bedingungen einstellen sollte. Unter der fachkundigen Moderation unseres Neumitglieds Eveline Lemke-Ziebel haben Vorstand und Vertreter der Abteilungen im Januar auf einer ganztägigen Klausurtagung im Hotel „Zum Weißen Stein“ Stärken und Schwächen des Vereins untersucht und ein Zukunftskonzept entwickelt.

Eine Erkenntnis war, dass das Sportangebot des VfL erweitert und den veränderten Bedürfnissen der Menschen angepasst werden sollte. Mit der Einrichtung des Nordic Walking Parks durch die Verbandsgemeinde Kirchen bot sich die Gelegenheit, diesen neuen Trendsport auch bei uns anzubieten. Durch Zusammenarbeit mit den Nachbarvereinen in der Verbandsgemeinde konnten Übungsleiter vor Ort ausgebildet und ein vereinsüber-

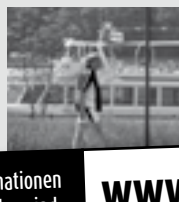
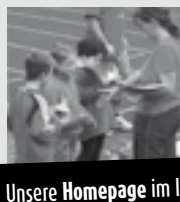
greifendes Angebot von Übungskursen gemacht werden.

Ein weiteres Angebot im Bereich Gesundheitsprävention können wir durch die Kooperation mit der Fitness Company machen. Schließlich haben wir durch den Umbau des kaum genutzten Versammlungsraums über der Jahnhalle zu einem Übungsraum erstmalig die Möglichkeit geschaffen, auch vormittags Kurse und Übungsstunden anbieten zu können. Allen ehrenamtlichen Helfern, die hier mitgewirkt haben, ein herzliches Dankeschön!

Wollen wir auf dem Markt der Sportangebote wahr genommen werden, ist schließlich auch eine verbesserte Darstellung in der Öffentlichkeit wichtig. Dazu gehören Presseberichte, Verbesserung und Aktualisierung unserer Homepage und schließlich dieser Vereinskurier. Mit Aktionen wie mit dem Weltladen Betzdorf, wo wir fair gehandelte Fußbälle für unser alljährliches Turnier der Ortsvereine gekauft und Trikots für jugendliche Fußballmannschaften in Sambia gespendet haben, wollen wir zeigen, dass wir uns auch der gesellschaftlichen Probleme in der Welt bewusst sind.

Um unseren Verein zukunftsfähig zu machen, halten wir schließlich eine Strukturreform der Vorstandsarbeit und eine verbesserte Zusammenarbeit der Abteilungen für unabdingbar. Es wird zu überlegen

INHALT **FAUSTBALL:** 13 „Minis“ begeistern die ganze Abteilung ■ **FUSSBALL:** 20 JSG Kirchen – Sportfreunde Siegen 2:0 • 22 Fußball-Juniorenabteilung ■ **IN EIGENER SACHE:** 8 Vorstand • 8 Jugendarbeit des VfL Kirchen • 10 Gemeinsamer Neubau • 62 Portrait: Eveline Lemke-Ziebel • 64 Doppeltgut • 61 Sportlicher Werdegang von Anna Heimbeck • 67 Kooperation mit der Fitness-Company erfolgreich angelaufen • 69 Vom Besprechungsraum zum Fitnessraum • 70 Belegung Fitnessraum • 42 Vereinsbeiträge ■ **NEU IM VfL:** 72 Autogenes Training • 73 Pilates • 74 Hata-Yoga-Kurse ■ **NORDIC WALKING:** 34 Eröffnung des Nordic Walking Parkes der Verbandsgemeinde Kirchen • 36 Was ist Nordic Walking? • 37 Mitgliedsvereine des Nordic-Walking Netzwerkes • 38 Übersichtsplan der Nordic Walking-Trainingsgruppen • 40 Bewegungsablauf beim Nordic Walking • 41 Nordic Walking Ausstattung: Stöcke/Poles ■ **SCHACH:** 42 Die erste Mannschaft steigt in die VRW-Oberliga auf ■ **TAEKWON DO:** 43 Taekwon Do im VfL Kirchen ■ **TENNIS:** 45 Tennisabteilung ■ **TISCHTENNIS:** 51 Ausblick auf die Spielzeit 2006/2007 ■ **TURNEN:** 52 Aerobic-News • 53 Montags-Turnerfrauen des VfL Kirchen auf großer Fahrt • 55 Sportabzeichen 2006 • 57 Wer die Bilder macht



Unsere **Homepage** im Internet unter der Informationen über den VfL Kirchen und seine Abteilungen zu finden sind:

www.vfl-kirchen.de

sein, ob wir mit dem bisherigen Ehrenamt den vielfältigen Aufgaben der Zukunft noch gerecht werden können oder ob nicht eine gewisse Professionalisierung in der Vereinsführung notwendig werden wird. Allerdings würde dies Auswirkungen auf unsere bisher sehr niedrigen Mitgliedsbeiträge haben. Auf dem Sportkongress in Koblenz konnte der Vorstand viele gute Anregungen zu diesem Thema mitnehmen. Bei der SG Westerwald, die bereits einen hauptamtlichen Geschäftsführer hat, haben wir ein Informationsgespräch geführt.

Das aus einem guten Gemeinschaftsgeist

heraus nach wie vor unentgeltliche Arbeit möglich ist und etwas Großes geschaffen werden kann, wollen wir mit dem Bau des Vereinsheims auf dem Hardtkopf unter Beweis stellen. Zusammen mit dem Schützenverein „Tell“ wird das Vereinsheim weitgehend in Eigenleistung errichtet. Für freiwillige Helfer aus dem gesamten Verein sind wir sehr dankbar. Sollte uns dieses Gemeinschaftswerk gelingen, bin ich zuversichtlich, dass wir die Herausforderungen der Zukunft meistern werden.

Horst Vetter, 1. Vorsitzender

FAUSTBALL

Abteilungsleiter: Gerhard Glöckner (027 41) 6 34 05 • D- und C-Jugend (bis

- **16.30-18.00 D- und C-Jugend (bis 14 J.)**
Turnhalle Geschwister-Scholl-Realschule

FUSSBALL

Abteilungsleiter: Hans-Günter Lixfeld (027 41) 6 25 72 • Fußball-Jug

- **17.00-18.00 Schüler und Jugendliche**
Jahnhalle (im Winterhalbjahr):

- **17.00-18.00 Schüler und Jugendliche**
Molzberg-Halle

- **16.00-18.00 Schüler und Jugendliche**
Molzberg-Halle

LEICHTATHLETIK

- **18.00-21.00** Molzberg-Stadion 1.4.-30.9.
Training für Sportabzeichen, Dirk Langenbach (027 41) 93 01 29 und Ralph Böhmer

- **18.00** Molzberg-Stadion
Heinz Weber (027 45) 17 66

SCHACH**SPIEL, SPORT UND SPASS - TURNEN**

- **15.30-17.00 Seniorenturnen (ab 50 J.)**
Jahnhalle, Inge Gallé (027 41) 93 01 16

- **20.00-22.00 Frauen**
Jahnhalle
Ferdinande Stockschläder (027 41) 6 36 67

- **15.00-16.00 Mutter und Kind-Spiel, Sport und Spaß (4 bis 5 Jahre)**, Jahnhalle
Martina Nebe (027 41) 6 02 03

- **16.00-17.00 Mutter und Kind-Spiel, Sport und Spaß (2 bis 3 Jahre)**, Jahnhalle
Martina Nebe (027 41) 6 02 03

- **19.00-20.15 Aerobic (Jugendl./Erw.)**
Jahnhalle, Gaby Muth, (027 41) 47 81

- **20.15-22.00 Jedermänner**, Jahnhalle
1.4.-30.9.: Felix Windhagen (027 41) 6 29 27
1.10.-31.3.: Winfried Göbel (027 41) 16 51

- **15.30-16.30 Jungen (ab 10 Jahre)**
„Muscle Minis“ Fitness-Company Kirchen
Dirk Quast (027 41) 72 79

- **16.00-17.00 Kinder (5 bis 7 Jahre)**
Jahnhalle
Kerstin Klose (027 41) 65 06,
Katharina Schelhas (027 41) 6 29 65

- **17.00-18.00 Kinder (8 bis 11 Jahre)**
Jahnhalle
Kerstin Klose (027 41) 65 06,
Katharina Schelhas (027 41) 6 29 65

TEAKWON-DO

- **17.30-18.30 Schüler/innen 6-12 J.**
Gymnastikhalle (Winter) Jahnhalle (Som.)
J. Grujo Rocvic (01 72) 5 87 89 89,
Stefan Wurth (01 70) 5 24 59 71

- **18.30-20.00 Jugendliche ab 12 J. und Erwachsene**, Jahnhalle
Dr. Frank Hoffmann (027 41) 2 94 11,
Edgar Kraus (027 41) 2 94 14

14 J.): Tobias Stinner (027 41) 6 1435, Moritz Dorka, Tobias Baumeister • **Senioren u. Jugendliche:** Werner Fischer (027 41) 93 07 61, Dirk Rotter

- **16.30-18.00 D- und C-Jugend (bis 14 J.)**
Molzberg-Halle
- **20.00-22.00 Senioren und Jugendliche**
Molzberg-Halle

Abteilungsleiter: Andreas Hähner (027 41) 93 48 49 oder (01 70) 2 96 25 88 • **Fußball-Trainer:** Christian Lixfeld (027 45) 8 72 01 oder (01 70) 2 00 36 64

- **14.00-17.00 Schüler und Jugendliche**
Jahnhalle (im Winterhalbjahr)

- **14.40-16.30 Schüler und Jugendliche**
Molzberghalle (im Winterhalbjahr):
- **16.30-18.00 Schüler und Jugendliche**
Jahnhalle (im Winterhalbjahr):

Abteilungsleiter: Heiko Rübsamen (027 41) 2 72 46

- **17.15** Molzberg-Stadion
Heinz Weber (027 45) 17 66

Abteilungsleiter: Günter Jordan (027 41) 88 24

- **ab 18.30 Jugendliche/Erwachsene**
Stadhalle Betzdorf

Abteilungsleiterin: Ferdinande Stockschläder (027 41) 6 36 67

- **19.00-20.15 bodystyling and relax (Jugd/Erw)** Jahnhalle
Gaby Muth (027 41) 47 81

- **20.15-21.00 Wirbelsäulengymnastik**
Jahnhalle
Gretel Stühn (027 41) 6 12 04

Die Sportmöglichkeiten im VfL Kirchen

1

Abteilungsleiter: Dr. Frank Hoffmann (027 41) 2 94 11

- **17.30-18.30 Schüler/innen 6-12 J.**
Gymnastikhalle (Winter), Jahnhalle (Somm.)
J.Grujo Rocvic (01 72) 5 87 89 89,
Stefan Wurth (01 70) 5 24 59 71

TENNIS

Info: Tennishalle/-platz – Training in eigener Regie und nach Vereinbarung

TISCHTENNIS

■ **20.00-22.00** Frauen/Männer
Molzberg-Halle

■ **17.00-19.00** Jugendliche
Jahnhalle
Matthias Leukel

■ **18.00-20.00** Schüler/Jugendliche
Jahnhalle
Steffen Rosenthal, Matthias Leukel

■ **20.00-22.00** Männer/Frauen
Jahnhalle

VOLLEYBALL

■ **20.00-22.00** Erwachsene
Molzberg-Halle

WANDERN

JETZT NEU

FITNESSRAUM

■ **9.30-11.00 Uhr** Bauch-Rücken-Fit
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebel (027 41) 93 79 11

■ **19.00-20.00 Uhr** Yoga auf Anmeldung
Fitnessraum Jahnhalle
Marita Wäschenbach (027 42) 96 69 65

■ **9.30-10.30 Uhr** Pilates, Fitnessraum
Jahnhalle Gaby Muth (027 41) 47 81

■ **10.45-11.45 Uhr** Autogenes Training
Fitnessraum Jahnhalle nur auf Anmeldung
G. Muth (027 41) 47 81

■ **17.00-18.00 Uhr** Dance for Teens
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebel (027 41) 93 79 11

■ **19.00-20.00 Uhr** Pilates
Fitnessraum Jahnhalle nur auf Anmeldung
G. Muth (027 41) 47 81

JETZT NEU

NORDIC WALKING

■ **9.00-10.30** Gesundheit 50+
Wanderparkplatz Herkersdorf
Roswitha Schirmuly (027 41) 6 35 32

■ **17.30-19.00** Weg mit dem Speck
Wanderparkplatz Herkersdorf
nur bis Ende September
Eveline Lemke-Ziebel (027 41) 93 79 11

■ **8.30-10.30** Fitness-Gewicht
Wanderparkplatz Herkersdorf
Alexandra Grossert (027 41) 6 04 34

■ **16.30-18.00** Fitness, Wanderparkplatz
Herkersdorf Caroline Hundt (027 43) 28 47

■ **18.00-20.00** Gesundheit
Kath. Kirche, Freusburg
Annegret Klappert (027 41) 66 18

■ **18.00-19.30** Fitness
Auf d. Apfelbaum, Brachbach
Ingrid und Rainer Kölzer (027 45) 84 53

■ **9.00-11.00** Ausgleich für andere
Sportarten Dirk Quast, Ottoturm, Kirchen,
(027 41) 72 79

■ **15.00-16.00** Senioren 60+
Kath. Kirche, Freusburg Annegret Klappert
(027 41) 66 18

■ **19.00-21.00** Fitness
Hardcore Bikes, Niederfischbach.,
Pia Kühn / Jutta Wäschenbach,
(027 34) 53 01

- **Abteilungsleiter:** Waldemar Theis, (027 41) 2 42 62, **Sportwart:** Dettlef Colberg (027 41) 6 24 72, **Jugendwart:** Armin Hauter (027 41) 93 32 92

Abteilungsleiter: Steffen Rosenthal (027 34) 6 03 69

■ **17.00-19.00 Jugendliche**
Jahnhalle
Matthias Leukel

■ **ab 13.00 Meisterschaftsspiele**
(von September bis April)
Jahnhalle

Abteilungsleiter: Jürgen Heering (027 41) 69 46 • Brigitte Heuzeroth (027 41) 6 23 07

Abteilungsleiter und Wanderwart

Anfrage: Eveline Lemke-Ziebeil (027 41) 93 79 11

■ **9.30-10.30 Uhr Morgensport**
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebeil (027 41) 93 79 11

■ **15.00-16.00 Dance for Kids**
Fitnessraum Jahnhalle
Pia Ziebeil, Melissa Klingen

Die Sportmöglichkeiten im VfL Kirchen

2

Kurse auf Anfrage: Eveline Lemke-Ziebeil (027 41) 93 79 11

■ **9.00-10.30 Gewicht-Fitness**
O. Hellinghausen-Pl., Mudersbach,
Chr. Euteneuer + E. Frisch, (02 71) 35 35 67

■ **18.00-19.30 Fitness**
Auf d. Apfelbaum, Brachbach,
Ingrid und Rainer Kölzer (027 45) 84 53

■ **19.00-20.30 Fitness-Gewicht**
Wanderparkplatz Herkersdorf,
A. Nelke + C. Hebel, (027 41) 65 49

■ **18.00-20.00 Uhr Gesundheit 50+**
Wanderparkplatz Herkersdorf
nur bis Ende September
Roswitha Schirmuly, (027 41) 6 35 32

■ **14.00-16.00 Arthrose**
Wanderparkplatz Herkersdorf
Thomas Schäfer (027 41) 6 24 80

■ **14.00-16.00 Fitness**
Hardcore Bikes, Niederfischbach
Pia Kühn / Jutta Wäschbach,
(027 34) 53 01

Vorstand VfL Kirchen

1. Vorsitzender: Horst Vetter
57518 Betzdorf, Zur Klingelsbach
Tel (02741) 24678
E-Mail: H.Vetter@vfl-kirchen.de

2. Vorsitzender: Bernd Kipping
57548 Kirchen-Wehbach,
Wehbachstraße 29
Tel (02741) 8698
E-Mail: B.Kipping@vfl-kirchen.de

1. Geschäftsführer: Uwe Bronnert
57548 Kirchen, Baumschulweg 48
Tel (02741) 62947
E-Mail: U.Bronnert@vfl-kirchen.de

2. Geschäftsführerin: Inge Gallé
57548 Kirchen, Bahnstraße 14
Tel (02741) 930116
E-Mail: I.Galle@vfl-kirchen.de

1. Kassierer: Karl-Otto Lenz
57548 Kirchen, Im Vogelsang 3
Tel (02741) 63423 Fax 932974
E-Mail: KO.Lenz@vfl-kirchen.de

2. Kassierer: Klemens Kipping
57548 Kirchen, Am Riegel 8
Tel (02741) 6556
E-Mail: K.Kipping@vfl-kirchen.de

Schriftführerin: Elisabeth Schuh
57548 Kirchen, Martin-Luther-Str. 14
Tel (02741) 6734
E-Mail: E.Schuh@vfl-kirchen.de

VfL Kurier

Layout und Satz

LATSCH MEDIEN
agentur für kommunikation
57548 Kirchen
Tel (02741) 930061 Fax 930067
E-Mail: agentur@latsch-medien.de

Beiträge für Kurier 34

bis 10. November 2006 an:
Gerhard Mohr
57548 Kirchen, Katzenbacher Str. 35
Tel (02741) 63269
E-Mail: Gerhard.Mohr@vfl-kirchen.de

Die Jugendarbeit des VfL Kirchen

wird beim Jugendsponsoring 2006 unterstützt von:

**Kreissparkasse
Altenkirchen
Zweigstelle Kirchen**
Lindenstraße
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 9571-0

Auto Service Theobald
Wilhelmstraße 93
57518 Betzdorf
Tel (02741) 3095

HaarScharf, Friseur
Bahnhof 11
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 930094

**Auto Dienst Werkstatt
Schlechtriemen**
Klotzbach 28
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 62893

Druiden-Apotheke
Bahnhofstraße 13
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 61616

Latsch und Dietershagen
Industriestraße
57548 Kirchen-Freusburg
Tel (02741) 61108

Halbe-Rahmen GmbH
Herrenwiese 2
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 9580-0

Brauer, Malermeister
Imhäusertalstraße 16
57548 Kirchen
Herkersdorf/Sieg
Tel (02741) 63859

Hörbar Tickets
Am Ottoturm 56
57548 Kirchen
Tel (02741) 9208-0

**DEA-Tankstelle
Axel Schneider**
Jungenthalerstraße 75
57548 Kirchen-Wehbach
Tel (02741) 7278

**Uwe Hassel –
Meisterbetrieb
Putz- und Stuckgeschäft**
Zum Sangeshof 7
57548 Kirchen-Offhausen
Tel (02741) 930994

**Axel Maurer
Zimmermeister**
Herrenwiese 19a
57548 Kirchen
Tel (02741) 61147

**Panorama-Hotel
Druidenschlösschen
+ CASA**
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 957561

**LATSCH DESIGN
visuelle kommunikation**
Am Riegel 30
57548 Kirchen
Tel (02741) 930060

Immobilien Petry
Kirchstraße 10
57518 Betzdorf
Tel (02741) 3071

**Presse Vertrieb
Siegerland GmbH**
Industriestraße 3
57584 Scheuerfeld
Tel (02741) 294-0

**Michael Pitthan
Elektroinstallation und
Schaltanlagen GmbH**
Koblenz-Olper-Straße 99
57548 Kirchen-Wehbach
Tel (02741) 9582-0

**Jägerheim
Hotel – Restaurant**
Hauptstraße 42
57548 Kirchen/Sieg
Tel (02741) 63045

**Hotel Restaurant
Haus Giebelwald**
Nelkenweg 32
57548 Kirchen-Freusburg
Tel (02741) 62335

Einzelheiten und viele Infos über diese Teilnehmer am Jugend-Sponsoring finden Sie auf der jeweiligen Präsentationsseite unserer Homepage
www.vfl-kirchen.de

Individuelle Konzepte

konzeption

web-design

grafik-design

foto-design

corporate design

consulting



LATSCH DESIGN
visuelle kommunikation

Gemeinsamer Neubau . . .

Gemeinsamer Neubau des Vereinsheims des VfL Kirchen und der Tellschützen auf dem Hardtkopf. Nach der ungewöhnlich langen Winterpause konnten die Arbeiten an dem neuen Vereinsheim erst mit Verzögerung dieses Jahr wieder aufgenommen werden. Inzwischen macht der Bau gute Fortschritte und die Bauarbeiten liegen dank des freiwilligen Arbeitseinsatzes der Mitglieder beider Vereine wieder gut im Plan. So konnten die Abflussrohre verlegt und die Außenwände im Erdbereich verputzt und isoliert werden. Nachdem die Baugrube aufgefüllt und verdichtet worden war, wurden die Wände im Erdgeschoss gemauert.

Die beiden Vereine haben sich vertraglich verpflichtet, diese Arbeiten weitgehend in Eigenleistung durchzuführen. Für das gesamte Bauprojekt sind insgesamt 9.000 Stunden zu erbringen. Der Großteil der bisherigen Tätigkeiten wurden bisher, wie im Vertrag vorgesehen, von den Tellschützen geleistet. Für den Innenausbau wird dann der VfL vermehrt zum Zuge kommen.

Für eine gute Koordination aller Arbeiten finden regelmäßige Treffen der Vertreter von Tell, VfL der Stadt und dem Architekten statt. Oberstes Planungsziel ist es, bis vor Winter einbruch, d.h. Ende September/Anfang Oktober das Dach fertig zu stellen und Fenster und Türen zu installieren. Danach kann mit dem Innenausbau begonnen werden.



Zur Verwirklichung dieses ehrgeizigen Ziels sind viele Hände notwendig. Der Nutzueßer ist der gesamte Verein, nicht nur die Fußballabteilung. Daher sind Helfer aus allen Abteilungen willkommen. Dadurch wird auch das Zusammengehörigkeitsgefühl im gesamten Verein gestärkt. Eine gute Voraussetzung für unser 125-jähriges Vereinsjubiläum im Jahr 2008.

Wer helfen will, kann sich mit den beiden Koordinatoren Ernst Thiele vom Schützenverein (Tel. 62560) und Hans Günter Lixfeld (Tel. 62572) in Verbindung setzen. Es gibt noch viel zu tun. Packen wir's an!

Horst Vetter





Krombacher

MIT FELSQUELLWASSER GEBRAUT.



EINE PERLE DER NATUR.

DER SERVICE VON GERMANIA-GETRÄNKE

Erfrischend!

■ Erfrischend schnell, erfrischend freundlich!

Wir bieten Ihnen die Komplett-Lösung für Ihr Fest – den Service eines professionellen Getränkefachgroßhandels und das organisatorische Know-how. Von Bierpavillons und Kühlwagen bis hin zu Zeltgarnituren und Stehtischen – wir halten alles für Sie bereit. Fragen Sie uns, wenn es um Ihre Erfrischung geht!

Getränkefachgroßhandel

Fest-Service



Germania
GETRÄNKE

Germania Getränkefachgroßhandel GmbH
Alte Hütte 2 · 57537 Wissen
Tel. 0 27 42/30 41 · Fax 0 27 42/7 12 67

Faustball: „Minis“ begeistern die ganze Abteilung

Im letzten Kurier gab es noch wenig Positives über unsere jüngsten Spieler (D-Jugend) zu berichten – doch das ist zum Glück Schnee von gestern! Waren wir in der Hallenrunde 2005/2006 nicht in der Lage, eine eigene D-Jugendmannschaft zu melden, so konnten wir in der Feldrunde 2006 sogar mit zwei (!) Mannschaften in der D-Jugendklasse an den Start gehen.

Alle Spieler in dieser Klasse waren (fast) immer mit vollem Einsatz und Begeisterung dabei, sodass es nicht nur als Trainer einfach Spaß machte, den Spielern zuzuschauen. Und die Kinder steckten mit ihrer Begeisterung für den Faustballsport nicht nur ihre Eltern an – in allen Jugend- und Männerklassen zeigte man sich positiv überrascht vom schnellen Lernfortschritt der „Minis“.

Und in der Tat können sich die Ergebnisse, die am Ende der Meisterschaftsrunde in der D-Jugendklasse herausprangen, sehen lassen: Die erste Mannschaft erreichte Platz vier, die zweite Platz sechs unter insgesamt acht Mannschaften. Das sind Platzierungen, die den verantwortlichen Trainer Moritz Dorka und sein Team voll und ganz zufrieden stellen, wenn man bedenkt, dass die Feldrunde 2006 für den Großteil der Spieler die erste Meisterschaftsrunde war.

Bei aller Freude über die Ergebnisse sollte man jedoch auch nicht die im Vorfeld nötige Arbeit vergessen. Nach einem Besuch in der Kirchener Grundschule im vergangenen Jahr

kam der erhoffte Zuwachs zunächst schlep- pend, doch nach ein paar Wochen pendelte sich die Anzahl der Trainingsteilnehmer auf 20 bis 25 Kinder ein. Da C- und D-Jugend gemeinsam trainieren, wurde es nicht selten eng in der Turnhalle. Das Trainerteam konnte nicht groß genug sein, um auf die Bedürfnisse der einzelnen Spieler eingehen zu können – dennoch gelang es Moritz Dorka, Tobias Stinner, Gerhard Glöckner, Sören Ebel, Tobias Baumeister und Kolja Stang immer, die Spieler zu begeistern und das Training so sinnvoll wie möglich (was durch den begrenzten Raum vor allem in der Realschulturnhalle nicht immer einfach war) zu gestalten.



Zuspiel durch Nico Hammer, im Hintergrund läuft Tim Dapprich zum Absichern mit nach vorne (D-Jugend).

Trotz des großen Zuwachses war die Entscheidung, zwei D-Jugendmannschaft in der Feldrunde 2006 zu melden, auch mit Risiken verbunden. Würden genügend Spieler dem



Sport ist im Verein am Schönsten! Kirchener D-Jugendspieler freuen sich nach dem ersten Spieltag über den gelungenen Saisonauftakt. *vl.: hinten:* Jan Brendebach, Yannick Kind, Paulina Pfeifer, Chris Kötting, Nico Hammer, Paul Schroeter, Tim Dapprich – *vorne:* Julian Schulz, Marco Langenbach, Fabian Borner, Luca Bröhl, Maximilian Graf, Nils Imhäuser, Paul Hellinghausen, Robert Pfeifer.

Faustballsport treu bleiben? Würden sich genügend Eltern zum Transport der Spieler zu den Spielorten bereit erklären? Würde man gegen die Mannschaften der anderen Vereine überhaupt eine Chance haben oder würden die Spieler frustriert von den Spieltagen nach Hause fahren?

Rückblickend können wir zum Glück sagen, dass alles gut geklappt hat, obwohl leider einige wenige Spieler der Faustballabteilung den Rücken zugekehrt haben.

Auch wenn es einige Niederlagen zu verzeichnen gab, so machte die Freude über gewonnene Spiele alle Enttäuschung wieder wett, sodass die Spieler nie mit Tränen in den Augen die Heimreise antraten.

Ein Dank gilt den Trainern und Betreuern sowie den Eltern, die unsere Abteilung wesentlich stärker als erwartet unterstützen!

Nun ist es wichtig, dass wir uns nicht ausruhen, sondern weiter so viel Werbung für den Faustballsport wie möglich machen, um auch in den nächsten Jahren mit zwei D-Jugendmannschaften antreten zu können!

Wir sind also weiterhin ständig auf der Suche nach Nachwuchs – wer Interesse hat findet die Trainingszeiten auf den ersten Seiten dieses Kuriers oder auch im Internet unter www.vfl-kirchen.de.

Feldrunde 2006

Mit sechs Mannschaften nahmen wir in der Feldrunde 2006 am Meisterschaftsbetrieb teil. Die ursprünglich geplante siebte Mannschaft (Männer 50) konnte auf Grund mangelnder Konkurrenz nicht an der Meisterschaftsrunde im Turnverband Mittelrhein teilnehmen, ein Turnierbesuch ist aber geplant, damit sich die Mannschaft wenigstens einmal in dieser Feldrunde mit anderen Vereinen messen kann.

Männerklasse I

Nach einem schwachen Start von Kirchen I (die Saison begann mit einer Niederlage gegen Kirchen II) steigerte sich die Mannschaft an den letzten Spieltagen deutlich und konn-

te sich am letzten Spieltag den Landesmeistertitel und die damit verbundene Qualifikation zu den Aufstiegsspielen der 2. Bundesliga sichern.

Kirchen II erreicht Platz vier unter den Mannschaften der Männerklasse I.



1. Mannschaft MI Feldrunde 2006: v.l. hinten: Philipp Stinner, Bernd Rötter, Tobias Stinner – vorne: Spielertrainer Dirk Rötter, Kolja Stang, Stephan Streit – es fehlt: Christian Stinner



2. Mannschaft MI Feldrunde 2006: v.l. hinten: Markus Streit, Sven Sauskojus, Tobias Fischer, Moritz Dorka – vorne: Rolf Ludwig, Thilo Stang, Sören Ebel – es fehlt: Philip Leidig

Nun werden wir also nach 2003/2004 und 2005 zum dritten Mal versuchen, den Auf-

stieg in die zweite Bundesliga zu schaffen – kein leichtes Unterfangen für die Mannschaft um Spielertrainer Dirk Rötter denn von fünf teilnehmenden Mannschaften können nur zwei aufsteigen.

A-Jugend

Nachdem man am ersten Spieltag nur zwei Punkte sammeln konnte, gelang es der Mannschaft von Trainer Werner Fischer an den verbleibenden zwei Spieltagen die Leistung zu verbessern und man sicherte sich den Vize-Landesmeistertitel. Die dadurch mögliche Teilnahme an der Westdeutschen Meisterschaft endete leider weniger erfolgreich mit dem Ausscheiden nach der Vorrunde.

Wesentlich positiver verlief dafür jedoch die Teilnahme an einem internationalen Turnier in Dennach. Drei Kirchener Spieler (Thilo Stang, Sören Ebel und Tobias Fischer) traten gemeinsam mit zwei Spielern der DJK Selbach in der A-Jugendklasse an und sicherten sich hier in einem starken Teilnehmerfeld den ersten Platz!



A-Jugend Feldsaison 2006: v.l. hinten: Trainer Werner Fischer, Tobias Fischer, Moritz Dorka, Sören Ebel, Philip Leidig – vorne: Thilo Stang, Tobias Baumeister, Tim Fischer – es fehlt: Markus Streit



C-Jugend Feldsaison 2006: (v.l.) hinten: Trainer Sören Ebel, Maximilian Schwertel, Philipp Faßbender, Tim Fischer – vorne: Tim Heidemann, Lukas Oldemeier, Nico Hammer – es fehlt: Maximilian Graf

C-Jugend

In der C-Jugendklasse blieben die gezeigten Leistungen der männlichen C-Jugend des VfL Kirchen meist unter den Erwartungen von Trainer Sören Ebel. Die Motivation der Spieler ließ leider oft zu wünschen übrig, sodass am Ende nur drei Siege heraussprangen. Auf Grund der knappen Besetzung dieser Klasse bedeutete dies aber noch den dritten Platz in der getrennten Wertung männlich/weiblich.

Positiv waren dagegen die Leistungen der weiblichen Spieler des VfL Kirchen. Sie spielten gemeinsam mit Spielerinnen anderer Vereine in einer TVM-Auswahlmannschaft und steigerten sich von Spiel zu Spiel.

Zur Belohnung werden Nele Stang und Josefine Pfeifer den Turnverband Mittelrhein bei der Deutschen Meisterschaft der Landesturnverbände vertreten.

Aus der männlichen C-Jugendklasse schaffte Tim Fischer den Sprung in die Aus-

wahlmannschaft, die sich am 9. und 10. September mit den Auswahlmannschaften der anderen Turnverbände messen wird.

D-Jugend

Die beiden D-Jugendmannschaften belegten wie im vorangegangenen Bericht bereits geschildert die Plätze vier und sechs. Berichte zu den einzelnen Spieltagen finden Sie unter www.vfl-kirchen.de.



Robert Pfeifer spielt den Ball über die Leine.



Jan Brendebach macht eine Angabe.

Faustballer im Vorstand **von Turnverband und Turngau**

Sie engagieren sich nicht nur in ihrem Verein, dem VfL Kirchen 1883 e. V., sondern sind auch in übergeordneten Einrichtungen vertreten: Die Faustballer aus Kirchen.

Am Samstag, dem 1. April 2006, fand in Bitburg der Verbandsturntag des Turnverbands Mittelrhein statt. Faustball ist ein Turnspiel und gehört somit auch dem Turnverband an. Daher reisten einige Faustballer des VfL Kirchen nach Bitburg, um den Verein auf dem Verbandsturntag zu vertreten.

Hans-Josef Becker, der in der Männer 50-Mannschaft des VfL Kirchen aktiv ist, nahm zum vorerst letzten Mal als Vorstandsmitglied des Turnverbands Mittelrhein am Verbandsturntag teil. Nach 18-jähriger Vorstandsarbeit – davon 16 Jahre als Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit – trat Hans-Josef Becker nicht mehr zur Wahl an. Als Anerkennung und Dank für die geleistete Arbeit überreichte ihm Rainer Brechtken, Präsident des Deutschen Turnerbunds, die silberne Ehrennadel mit Ehrenbrief des DTB.

Doch es rückte auch ein Kirchener Faustballer in den Vorstand nach: Gerhard Glöckner stellte sich als Vizepräsident Turnspiele zur Wahl und wurde einstimmig von den Abgeordneten der Vereine gewählt. Glöckner war bereits über 25 Jahre im Vorstand des Turnverbands Mittelrhein (153 000 Mitglieder) aktiv, unter anderem als Landesfachwart Faustball. Nach nur sechs Jahren Pause stellt er sich nun erneut der Herausforderung – diesmal sogar als Vizepräsident. Sein Amt umfasst ein großes Aufgabengebiet. So ist er zum Beispiel für die Überwachung und Durchführung der Meisterschaften und Rundenkämpfe bei den einzelnen Turnspielen (Faustball, Prellball, Korbball, Ring-



Thilo Stang setzt zum Angriff an (Männerklasse I).

tennis) verantwortlich. Aber auch die Weiterbildung der Trainer und Schiedsrichter sowie die Förderung der Turnspiele fallen in sein Ressort. Zudem übt Glöckner weiterhin die Funktion des Abteilungsleiters in der Faustballabteilung des VfL Kirchen aus.

Obwohl Hans-Josef Becker nun nicht mehr im Vorstand des Turnverbands mitwirkt, ist er dennoch weiterhin über die Vereinsebene hinaus engagiert. Ihm obliegt als 1. Turngauvorsitzenden im Vorstand des Turngaus Rhein-Westerwald (35.000 Mitglieder) dessen Leitung. Am 4. März wurde er vom Gauturntag in Mogendorf als Turngauvorsitzender wiedergewählt. Und mit Werner Fischer wurde ein weiterer Kirchener Faustballer in seinem Amt bestätigt. Fischer wird auch weiterhin das Amt des Fachwarts Turnspiele im Turngau Rhein-Westerwald inne haben.

Diese Kirchener Faustballer wirken aktiv in übergeordneten Institutionen mit, um eventuelle Missstände zu verbessern – die gesamte Kirchener Faustballabteilung kann stolz darauf sein.



Gernot Mittler (ehem. Vizepräsident Verbandspolitik und besondere Aufgaben) bedankt sich bei Hans-Josef Becker für die langjährige Vorstandsarbeit.



Der neue Vizepräsident Turnspiele des Turnverbands Mittelrhein heißt Gerhard Glöckner und ist Mitglied unserer Abteilung.

Sommerfest 2006

Auch in diesem Jahr folgten wieder zahlreiche Spieler mit ihren Angehörigen und Freunden der Einladung des Abteilungsvorstandes zum Sommerfest, sodass wir am 8. Juli wieder ein paar schöne Stunden miteinander verbringen konnten.

Natürlich kam das leibliche Wohl nicht zu kurz und dank der zahlreichen Salat- und Kuchen Spenden musste niemand verhungern.

Die Eltern ließen sich erneut von ihren Kindern herausfordern und es gab mehrere Spiele der Eltern gegen ihre Kinder – zur Freude von beiden Seiten.

Als Abteilungsleiter Gerhard Glöckner spontan auf die Idee kam, einen Fernseher aufzustellen, und diese Idee in die Tat umsetzte, war der Abend gerettet und einige Abteilungsmitglieder verfolgten bis in die späten Abendstunden hinein das WM-Spiel der Deutschen Fußballnationalmannschaft um den 3. Platz.

*Fotos von Tobias Stinner und Johannes Pfeifer,
Texte von Tobias Stinner*



Die Mannschaft der Mütter wurde durch zwei Jugendspielerinnen verstärkt.



Begrüßung vor dem Spiel Jungen gegen Mütter.



Teambesprechung der Frauenmannschaft in der Halbzeit



Chris Kötting im Spiel gegen die Mütter.

JSG Kirchen – Sportfreunde Siegen 2:0

Die F1 Junioren der JSG sorgen weiter für Schlagzeilen.

Nachdem die jungen Fußballer in dieser Hallensaison ungeschlagen blieben und gleich sieben (!) Hallenturniere in Folge gewinnen konnten, gelang es den Elan aus der Halle wieder mit auf den Fußballplatz zu nehmen.

Das erste Spiel, nach nur einer Trainingseinheit im Freien, verlief noch etwas holperig mit einem 7:4 gegen Wissen. Wohl durch das Fehlen von Justus Stühn und dem zunächst geschonten Marco Rente verunsichert, wurden die ersten 10 Minuten völlig verschlafen und das Team lag erstmals in dieser Saison 0:3 zurück. Der bei den Treffern machtlose Torwart Valentin Krimmel rettete sogar noch einige Male vortrefflich, lediglich das 3:1 konnte noch vor der Pause erzielt werden. In der zweiten Halbzeit erinnerten die Jungs sich aber wieder an ihre Stärken aus dem Vorjahr und überrollten mit dem inzwischen eingewechselten Rente den VfB förmlich, so dass es am Ende 7:4 für die JSG Kirchen ausging. Das 4:3 war zudem der einhundertste Saison-treffer.

Das zweite Spiel der Rückserie gegen die JSG Katzwinkel-Honigessen wurde souverän mit 13:1 (Halbzeit 3:1) Toren in Wehbach gewonnen., obwohl durch kurzfristige, krankheitsbedingte Absagen nur zwei Ergänzungsspieler zur Verfügung standen.

Mittlerweile hat sich die Qua-

lität der Mannschaft auch bis ins Siegerland rumgesprochen und so erfolgte eine Anfrage der SF Siegen nach einem Testspiel, da deren F1 Jugend im Siegener Raum keine gleichwertigen Gegner findet.

Das eigentlich tags zuvor angesetzte Meisterschaftsspiel wurde vom Gegner verlegt, so dass Raum für eine Vorbereitungsmaßnahme blieb. Am Abend vor dem großen Spiel traf man sich auf der ‚großen Wiese‘. Bei schönstem Frühlingswetter wurden zwei Mannschaften gebildet, jeweils bestehend aus F1 Spielern, Müttern, Vätern und Geschwistern. Nach langem, fast zweistündigem Kampf endete die Partie knapp 10:9, das entscheidende Tor erzielte mit Mortiz Stühn, der jüngste Mitspieler, wodurch die Enttäuschung beim unterlegenen Team in Grenzen blieb. Anschließend wurde die Grillsaison in Müller's Garten mit Würstchen, Limo und Salaten eröffnet. Im Neudeutschen würde man insgesamt wohl von einer teambildenden Maßnahme sprechen.





Entgegen der durch die Anstrengungen vom Vortag von den Trainern befürchtete Müdigkeit, legten die jungen Kicker um Kapitän Dennis Hombach im Spiel gegen die Sportfreunde Siegen direkt richtig los und schnürten diese förmlich in Ihrer Spielhälfte ein. Trotz der Feldüberlegenheit konnte in Hälfte Eins allerdings nur ein Treffer markiert werden. Die Siegener und ihr siegesgewohnter Anhang staunten nicht schlecht, damit hatten sie nicht gerechnet, wobei sie allerdings bisher immer nur auf Kunstrasen angetreten waren und Naturrasen nicht gewohnt waren. Daran lag es aber nicht, denn auch in der zweiten Halbzeit scheiterten die Kirchener hauptsächlich an ihren Nerven und Großchancen wurden gleich mehrfach ausgelassen. Am Ende stand es hochverdient 2:0 für die JSG durch Tore von Sebastian Müller und Marco Rente. Der Siegener Trainer stellten den Kirchener Kickern in Aussicht in der nächsten Saison bei einem Meisterschaftsspiel der Profis zu Beginn eines Spieles mit einzulaufen.

Motiviert durch diesen Sieg lief es in der Meisterschaft weiter gut 10:0 gegen Unnau, 13:2 gegen Müschenbach und im letzten Spiel vor Redaktionsschluss 10:0 in Nauroth. Für Statistiker mach das 157:7 Tore. Bleiben noch zwei Spiele gegen Daaden und das Team von Neitersen.

Dass die Jungs gut in Form sind, zeigte sich auch in einer anderen Disziplin. Am Tag nach dem Meisteschaftsspiel gegen Nauroth liefen beim zweiten Kirchener Stadtlaf vier F1er auf's Treppchen. Beim Jahrgang 97 erlief Samuel Treude einen beeindruckenden ersten Platz, auf Platz drei kam Sebastian Müller. In der Gruppe M8 schafften Justus Stühn und Benjamin Müller die Plätze zwei und drei. Die Strecke ging über 1.000 Meter.

Aktueller Kader: Tim Brodowski, Simon Haselhof, Dennis Hombach, Hannes Jakobi, Tobias Klatt, Valentin Krimmel, Benjamin Müller, Sebastian Müller, Marco Rente, Justus Stühn, Onurcan Tanriverdi, Barisch Tercili, Samuel Treude; Lars Utsch und Jannick Weber

Jugendfußball in Kirchen boomt im WM-Jahr 2006

Mehr Kinder und Jugendliche als je zuvor spielen seit der Saison 2005/2006 bei uns Fußball. In der Jugendspielgemeinschaft der Vereine VfL Kirchen, SV 09 Alsdorf, TuS Freusburg und VfL Wehbach kicken derzeit ca. 210 Kinder und Jugendliche gegen den Ball.

In den letzten beiden Jahren lag die Spielerzahl durchschnittlich bei 170 Spielern. Andere Vereine und Jugendspielgemeinschaften der Region konnten diesen tollen Aufwärtstrend nur teilweise oder überhaupt **nicht** verzeichnen . . .

Betreuerfortbildung im Verein

Im Juli 2005 waren knapp 20 unserer Jugendtrainer bei einer neuer Fortbildungsmaßnahme der Deutschen Fußballbundes dabei. Um auch die wenig geschulten Trainer der unteren Altersklassen zu erreichen, bietet der DFB eine Ausbildungskampagne „im Verein“ an. Der DFB-Stützpunkt-Koordinator im Fußballverband Rheinland Gerd Schenkelberg war zu Gast in Alsdorf. In theoretischen und praktischen Teilen vermittelte er Trainingstipps für die Arbeit mit F- und E-Junioren – eine wertvolle Veranstaltung und gute Hilfe für die Arbeit unserer Jugendtrainer und -betreuer. Für Sommer 2006 steht eine zweite

Auflage auf dem Programm. Schwerpunkt der Lehrreihe werden Trainingsspielformen für die Altersklassen D- und C-Junioren sein.

Der Trainer- und Betreuerstab ist mit der Anzahl der Kinder gewachsen. In der Saison waren 26 Trainer / Betreuer dazu bereit, ihre Freizeit für die Arbeit mit den Kinder zur Verfügung zu stellen. Von diesem 26-köpfigen Betreuerstab sind momentan drei Trainer im Besitz einer gültigen Trainerlizenz.

Michael Raskob (A-Junioren) und Andreas Hähner (C1-Junioren) besitzen die neue DFB-B-Trainer-Lizenz. Christoph Bednorz (B-Junioren) ist im Besitz der DFB-C-Trainer-Lizenz.

. . . die Veranstaltungen der JSG im letzten Jahr . . .

Fleißig waren die Trainer und Betreuer nicht nur auf dem Platz.

So standen zwei große Fussball-Turniere – bei denen die **JSG als Ausrichter** fungierte – auf dem Veranstaltungskalender. Durch die Mithilfe vieler engagierter Eltern liefen die Turniere fast reibungslos ab.

Der **Karnevals-Cup 2006** in der Molzberg-Halle lockte **60 Mannschaften** und viele Besucher nach Kirchen. In den Jahrgängen der F-Junioren, E-Junioren, D-Junioren und C-Junioren wurden zum Teil richtig guter Fußball gezeigt.

DRUIDEN

APOTHEKE &



SPORT

Wir laden ein zu sportlichen Themen und fundiertem Wissen, zu Themen die jeden interessieren und Fakten die jeder wissen sollte...

Kostenfrei!

Wir starten mit vollem Elan und diesen Themen:



Di. 19. September
Abnehmen & ..

Sport



Di. 31. Oktober
Infektionen & ..

Sport



Di. 21. November
Verletzungen & ..

Sport

Treffpunkt: Villa Krämer Lindenstraße 7 Kirchen

Beginn jeweils 20.00 Uhr

Wir sehen uns...

Ihre



In Kooperation
mit dem VFL Kirchen



Apotheker Stephan Link



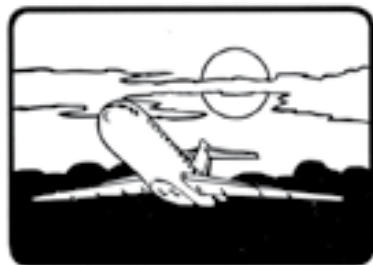
Der Garten - wir beraten + planen

**Kirchener
Baumschulen**



57548 Kirchen
Baumschulw. (Girnsbachstraße)
Telefon 02741/6 28 51

Raus aus dem Alltag. - Rein in den Urlaub!



**Reisebüro
Ursula Decku**

Lindenstraße 5 · 57548 Kirchen/Sieg
Telefon 02741/930120 Fax 02741/930122



C1-Junioren

Die Platzierungen der eigenen JSG-Teams konnte sich am Ende auch sehen lassen. In allen Jahrgängen waren die JSG-Mannschaften im Endspiel bzw. in der Endrunde vertreten. Die F1 kam ohne Niederlage durch die Vorrunde und setzte sich im Finale gegen die JSG Honigsessen klar mit 3:0 durch.

Bei den E-Junioren räumten die E1 und die E2 alles ab – im Endspiel siegte die E1 gegen die E2 mit 1:0.

Auch bei den D-Junioren war eine Teilnahme der D1 am Endspiel drin. Das spannende und packende Endspiel gewann die JSG Berod/Lautzert gegen unsere D1 mit 2:1.

Die C1-Junioren mussten im kompletten Turnier nur eine Niederlage hinnehmen – und diese ausgerechnet gegen den späteren Turniersieger JSG Weitfeld 1. Unsere C1 belegte am Ende der Finalrunde einen guten 2. Platz.

Metzgerei-Hombach-Cup 2006

... ein voller Erfolg

An Pfingsten 2006 war unsere Jugendabteilung wieder einmal Gastgeber des traditionellen Fußball-Jugendturnieres auf dem

Rasenplatz in Alsdorf. In einem wahren „Mammut-Programm“ haben wir an **Pfingst-samstag und Pfingstsonntag** insgesamt **fünf einzelne Turniere** durchgezogen, an denen in den Altersklassen Bambinis, F-Junioren, E-Junioren, D-Junioren und C-Junioren **60 Mannschaften (!!!)** aus dem Kreis Altenkirchen und dem Siegerland teilnahmen. Bei optimalem Fußballwetter kamen in allen Jahrgängen viele Eltern und Zuschauer nach Alsdorf und sahen auf den beiden Kleinfeldern richtig gute Spiele!

Wieder einmal hat sich auch gezeigt, dass unsere eigenen JSG-Teams jederzeit konkurrenzfähig sind. Bei den F-Junioren und E-Junioren blieb Platz 1 unseren Mannschaften vorbehalten. Die D-Junioren und C-Junioren erwiesen sich als bessere Gastgeber . . . bei den D-Junioren siegte die JSG Müschenbach, während unsere beiden Mannschaften nach überstandener Vorrunde in der K.O.-Zwischenrunde die Segel strichen. Die heimischen C-Junioren belegten in der Finalrunde Platz 2 – Sieger wurde die JSG Daaden.

In allen Jahrgängen wurde von einer Jury zudem der beste, d.h. **mannschaftsdienstlichs-te Spieler** gekürt.

Bei den F-Junioren kam der Spieler aus den

Leni Oester, Schatzmeisterin, Messeler Tanzsportclub

„Wer denkt,
das sei ein
Klacks,
hat sich
verrechnet.“

**Danke den
Ehrenamtlichen
im Sport.**

Jedes Jahr werden in den 87.000 Sportvereinen rund eine halbe Milliarde Arbeitsstunden von über zweieinhalb Millionen ehrenamtlich tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern geleistet: Tolle Leistung – Zeit für ein Dankeschön!

50
DEUTSCHER
SPORTBUND
J A H R E

<http://www.dsb.de>

Reihen der Siegermannschaft – der **Kirchener Marco Rente** aus unserer F1 wurde zum Spieler des Tages der F-Junioren gewählt.

Bei den E-Junioren kam ebenfalls ein JSG-Spieler auf Platz 1 – **Sergen Izgi aus Wehbach** zeichnete sich durch beste Leistungen aus.

Bei den D-Junioren wurde der Torhüter **Florian Raich (JSG Berod/Lautzert)** für seine Paraden ausgezeichnet.

In den Reihen der C-Junioren wurde **Manuel Bähner** aus Kirchen für seine gute Spielweise prämiert.

Bei dem **Ball-Jonglier-Wettbewerb der D-Junioren** gab es genauso herausragende Leistungen wie in den Spielen selber. In drei zusammengezählten Versuchen kam Mustafa Akin aus Alsdorf mit 211 x jonglieren auf Platz 3. Platz 2 belegte Mergim Dorbuna (JSG Berod/Lautzert) mit 286 mal hochhalten. **Unangefochtener Gewinner mit einer für D-Junioren absoluten Spitzenleistung wurde Julian Bruders (Alsdorf) mit 444 x balljonglieren!**

Die Organisatoren des Turnieres um Jugendleiter Andreas Hähner und das Team des Jugendvorstandes konnten am Ende auf eine gelungene Veranstaltung zurückblicken.

Der große Dank gilt allen Vätern und Müttern, Helferinnen und Helfern, die vor und hinter den Kulissen mit viel Einsatz einen guten Ablauf der Veranstaltung gewährleisten haben.

Ebenso bedankt sich die JSG bei den zahlreichen Unternehmern und Spendern, die uns mit vielen Sachpreisen bei der Tombola unterstützt haben !!!

Die Abschlussergebnisse der einzelnen Altersklassen:

C-Junioren

1. JSG Daaden
2. **JSG Kirchen 1**
3. TUS Alchen

D-Junioren

1. JSG Müschenbach
2. JSG Gebhardshain
3. JSG Berod/Lautzert
4. JSG Malberg

E-Junioren

1. JSG Alsdorf 1
2. **JSG Kirchen 2**
3. JSG Herdorf
4. JSG Alsdorf 3

F-Junioren

1. **JSG Alsdorf 1**
2. SUS Niederschelden
3. JSG Atzelgift
4. Spvg. Niederndorf

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Eltern bedanken, die sich bei unseren Turnieren immer wieder als Helfer und Kuchenbäcker zur Verfügung stellen . . . Ohne Eure Unterstützung sind diese – auch finanziell für uns sehr wichtigen Veranstaltungen – nicht durchführbar. **MACHT WEITER SO !!!**



D2-Junioren

Rückblick auf die Saison 2005/2006

Die Saison 2005/2006 war alles in allem wieder eine gute Spielzeit für unsere Jugendmannschaften. Mit elf Mannschaften (plus den BAMBINIS) sind wir in die Saison gestartet. Zu unserer Freude und dank des Engagements der Trainer und Betreuer konnten wir wieder in allen Altersklassen von den A-Junioren bis zu den F-Junioren mit unseren Mannschaften spielen.

Die **A-Junioren** mit Trainer Michael Raschob (Kirchen) und Betreuer Michael Kapp (Alsdorf) haben ihre Saison mit einem **3. Tabellenplatz** hinter der JSG Hachenburg und dem SV Niederfischbach.

Mit **Tabellenplatz 5** mußten sich die **B-Junioren** begnügen. Das Team von Trainer Christoph Bednorz hatte zu Beginn der Saison leichte Startschwierigkeiten, kam aber am Ende wieder voll in Fahrt.

Nur mit einer sehr engen Zusammenarbeit der Trainer aber auch einer tollen Einstellung

der Jungs war es möglich, mit zwei **11'er-C-Junioren-Mannschaften** in die Saison zu gehen, obwohl die Spielerkader für zwei Teams zahlenmäßig dünn besetzt waren. Am Ende konnten die **C1-Junioren** in der **C-Junioren-Leistungsklasse** mit nur zwei Niederlagen – und die ausgerechnet gegen den ungeschlagenen Meister vom VfB Wissen – die **VIZE-Meisterschaft** feiern. Das Team von Trainer Andreas Hähner (Kirchen) und Betreuer Micha Schulz (Alsdorf) konnte sich im Verlauf der Saison stetig steigern und hatte am Ende acht Punkte Vorsprung von der JSG Kölbingen auf Rang 3.

Einen achtbaren **4. Tabellenplatz** erspielte sich das **C2-Junioren-Team** von Coach Frank Becher (Wehbach) und Betreuer Jürgen Panthel (Wehbach). Mit einem recht dünnen Kader, aber mit tatkräftiger Unterstützung von den Spielern der C1, D1 und D2, wurde am Ende eine tolle Platzierung!

Die **D1-Junioren** erlebten 2005/2006 eine durchwachsene Saison mit einigen Höhen

LD

Autohaus
Latsch+Dietershagen
GmbH

IHR PROFICENTER FÜR ALLE FABRIKATE

- Komplettservice rund ums Auto
- Inspektionen mit Mobilitätsgarantie
- Pannen- und Unfallhilfe
- Restaurationen
- TÜV-Abnahmen
- Leihwagen
- Autoglas-Schnellservice
- Karosseriefachbetrieb



Kfz-Meisterbetrieb

Industriestraße
57548 Kirchen-Freusburg
Telefon (027 41) 6 11 08
Fax 6 36 48

Aktuelle Frisurenmode

Haarpflege

Beauty-Ideen

Typberatung

HAARSCHARF

Bahnhofstraße 11, Kirchen
Telefon 02741/ 930094

Haarscharf steht für Frisurenmode pur – hochkarätiges, fachliches Können, Know How, Ideen, Kreativität, Typfassung und Beratung. Tips für zu Hause sind für uns ebenso wichtig wie Ihr Verwöhnerlebnis.

Blüenträume in 1000 Tönen...

„Die



Blume”

*Meisterliche Floristik
von Inga Weber*

*Brautschmuck
Tischschmuck
Kränze
Geschenke
Grabschmuck*

*in den Kirchener
Baumschulen*

*Girnsbachstraße 4 a
57548 Kirchen*

*Telefon (02741) 60404
Telefax (02741) 62853*

und Tiefen. Die Mannschaft von Michael Fricke (Freusburg) und Sven Kohlhaas (Kirchen) belegte in der **D-Junioren-Leistungsklasse** den **8. Tabellenplatz** von zwölf Mannschaften.

Mit einem dünnen Kader gestartet und mit mehr als fußballspielenden 20 Jungs beenden die **D2-Junioren** ihre Saison. Mit **Platz 7** und dem Motto „Mehr Punkte als Spiele“ schaffte das Kirchener Betreuer-Team Matthias Blum, Thomas Schröter und Achim Pees einen ordentlichen Abschluß. Tatkräftig unterstützt wurde das Team in der Trainingsarbeit von „Puffy“ Uwe Jung.

Die drei E-Junioren-Teams haben ihre Aufgaben prima gemeistert. Nach dem Abschluß der Vorrunde haben sich alle drei Mannschaften für **Meisterrunde** qualifiziert. Und selbst in der Meisterrunde haben alle drei Mannschaften eine ordentliche Rolle gespielt.

Die **E1-Junioren** mit den Trainern Jürgen Schuhen (Offhausen) und Uwe Vollmar (Kirchen) belegen am Ende **Platz 2** hinter der JSG Neitersen. In der gleichen Staffeln der Meisterrunde war auch die **E2** der JSG am Start.

Auf dem guten **3. Platz** schließen die Jungs von Jörg Dielmann (Kirchen) und Jörg Rommersbach (Kirchen) die Saison ab.

Ebenfalls mit dem Klasse-Ergebnis **Platz 2** in der **Meisterrunde** landeten die Jungs von den **E3-Junioren**. Sascha Helwig (Alsdorf) und Irfan Akin (Alsdorf).

Bei den **F-Junioren** wird noch ohne Wertung der Spielergebnisse gespielt. Alles in allem blieben die Spieler der **F1** vom Trainergespann Andreas Stühn (Kirchen), Ralf Hom-



F2-Junioren

bach (Wehbach), Heiko Schwarz (Kirchen) und Andreas Weber (Alsdorf) immer fleißig und sogar die komplette Saison ungeschlagen.

Die jüngeren **F2-Junioren** um die Trainer Volker Jung (Kirchen) und Marco Favaretto (Herkersdorf) mußten zwar im Laufe der Saison das eine oder andere Mal eine Niederlage hinnehmen – dennoch konnten auch diese Jungs viel dazulernen und sich immer weiter verbessern.

BAMBINI-Fußball ist Kinderbetreuung pur. Viel Geduld mitbringen und viel Arbeit wurde gefordert von den BAMBINI-Trainern Andreas Krämer und Franz-Josef Stockscläder. Die beiden „alten Fußballhasen“ hatten viel Spaß mit den Kleinsten Fußballern unserer JSG – wobei die Spieleranzahl in mancher Trainingseinheit der 5- bis 6-Jährigen bei **über 30 Kindern** lag!

Wertvolle Verluste und der Blick nach vorne . . .

Nach zum Teil langjähriger Tätigkeit in unser Jugendabteilung werden uns leider drei Kollegen aus unserem Betreuerstab verlassen.

Mit **Uwe Vollmar** (E1) und **Michael Fricke** (D1) scheidet zwei Persönlichkeiten aus unserer JSG aus, die gerade unsere Kinder durch Ihren Umgang in vielen Jahren sehr schätzen gelernt haben. Aus dem Team der C2 wird uns der Mannschaftsbetreuer **Jürgen Panthel** nicht mehr zur Verfügung stehen.

Im Namen der Vereine und der Kinder unserer Jugendspielgemeinschaft möchte ich mich sehr herzlich bei Euch für die zuverlässige und gute Arbeit bedanken und hoffe, dass ihr irgendwann zu unserem Betreuersteam zurückkehren werdet.

Vielen Dank !!!

Aber . . . das Leben geht weiter – und so konnte die Planung der JSG für die neue Saison 2006/2007 schon Mitte Mai nahezu vollständig abgeschlossen werden.

Neu in dem Trainer- und Betreuer-team der JSG werden **Thomas Vetter** und **Stefan Germann** ab sofort für die C1-Junioren verantwortlich sein.





Das Abschluss-Highlight eines jeden Jahres

Zeltlager an der Nister



Auch in diesem Jahr haben die Kinder, Jugendlichen, Trainer und Betreuer an Fronleichnam die Koffer und Zelte gepackt und sind zum viertägigen Zeltlager nach Astert an der Nister aufgebrochen. Mit rekordverdächtigen 110 Kindern und Jugendlichen war das diesjährige Zeltlager eines der größten der JSG-Geschichte.



Auf dem Programm standen neben diversen Wanderungen an Tag und Nacht die Abnahme des DFB-Fußballabzeichens.

Von den insgesamt 78 Teilnehmern (ab zehn Jahren) konnte Jugendleiter Andreas Hähner 41 Teilnehmer mit Medaillen und Urkunden in Gold, Silber und Bronze auszeichnen.

Gold überreicht bekamen Moritz Schuen (10 Jahre–270 Punkte), David Jäger (11–333), Mike Halbe (12–337), Manuel Bähner (13–285), Jan Hoffmann (13–261), Joscha Vetter (13–307), Thomas Brühl (14–305), Osman Dagdemir (14–321), Niclas Barthel (15–300), Evgenij Hassenkamp (15–300).

Bei den **Silber-Medaillen** reichten sich Uwe Vollmar (45 Jahre–273 Punkte), Andreas Hähner (32 Jahre–311 Punkte) und Tobias Heidrich (24 Jahre–304 Punkte) aus den Reihen der Betreuer ein.



Die Kinder konnten sich in der warmen Nister und mit Fußball auf dem Rasenplatz und Tischtennis ohne Ende richtig austoben. Gekocht wurde natürlich mit Rezepten aus der eigenen Küche von den Küchenchefs Klaus Helwig und Micha Schulz.

Alles in allem hatten alle viel Spaß bei vier schönen Tagen an der Nister.



Eröffnung des Nordic Walking-Parkes der Verbandsgemeinde Kirchen

Was lange währt, wird endlich gut. Durch aktiven Einsatz des VfL Kirchen für das Zustandekommen einer Kooperation von neun Vereinen in der Verbandsgemeinde Kirchen, konnte erfolgreich sichergestellt werden, dass hohe Investitionskosten für Wegebeschilderungen und Streckenvermessungen nicht umsonst ausgegeben wurden.

Als Koordinatorin für diese besondere Herausforderung konnte der Vorstand Eveline Lemke-Ziebel gewinnen, die alle Vereine und die VG Kirchen an einen Tisch gebracht hat. Von anfänglich 14 in Frage kommenden Vereinen sind neun Vereine dann tatsächlich in den Kooperationsvertrag eingestiegen. So

entstand ein ausführlicher Übungsplan, die Möglichkeit Walking-Kurse individuell zu buchen, eine Kooperation mit dem Tourismus Bereich der VG Kirchen und vor allem die Möglichkeit für die Vereinsmitglieder der angeschlossenen Vereine, auch Kurse der anderen kooperierenden Vereine kostenfrei zu besuchen. Ohne den besonderen Einsatz des VfL Kirchen wären diese Möglichkeiten wohl nicht zur Eröffnung des Nordic Walking Parkes zu Stande gekommen.

Nach zwei Jahren Planungszeit durch die VG-Kirchen, wurde am 17. Juni der 170 km lange Nordic Walking Park auf dem Wanderparkplatz Herkersdorf bei wunderschöner Sommerwetter eröffnet. Viele hundert Besucher waren auf den Wanderparkplatz gekommen, um an den kostenlosen Schnupperkursen





der 13 Trainer der Vereinskoooperation teilzunehmen. Darüber zeigte sich Bürgermeister Wolfgang Müller erfreut. Sein besonderer Gruß galt dem Vorsitzenden des Deutschen Nordic Walking und Nordic Inline Verband, Jens Werner, außerdem dem Beauftragten für Nordic Walking vom LV-Rheinland, Lothar Rheintrog. Diese Organisationen waren maßgeblich an der Planung und Ausführung des Netzwerkes sowie an der Ausbildung der Trainer beteiligt. Die Walker wurden an mehreren Stationen mit Getränken, und am Dorfplatz Offhausen mit Lebensmitteln versorgt. Auch hierfür haben die Vereine gesorgt. Bis 15.30 Uhr kehrten die Gruppen dann von den Strecken um den Ottoturm oder dem Druidenstein zurück, nachdem sie bis zu 11,5 km zurück gelegt hatten.

Die Gesamtkosten des Projektes in Höhe von 175.000 Euro wurden zu 55 Prozent vom Land gefördert und auch der Kreis Altenkirchen hat dazu einen Zuschuss gegeben. Am Ende trug die VG Kirchen rund 55.000 Euro. Bürgermeister Müller bedankte sich auch bei Matthias Butgereit und Ulrich Merzhäuser, die sich für das Projekt sehr engagiert hätten.

Nun haben die Trainer den Kursbetrieb aufgenommen und sorgen für Leben auf den gekennzeichneten Strecken. Alle Trainer sind vom Leichtathletikverband ausgebildet und bilden sich ständig fort. Bei der VG Kirchen ist Sven Wolff für die Begleitung des Projektes. An ihn können sich die Walker wenden, wenn sie feststellen, dass Schilder plötzlich fehlen oder Bäume die Wege blockieren. Auch in Zukunft wird es Leihstöcke im Bürgerbüro geben, die dort ausgeliehen werden können. Jeder Trainer des VfL verfügt ebenfalls über Stöcke in verschiedenen Längen, die zum Testen der richtigen Stocklänge ausgeliehen werden können. Dies wird von den Trainern besonders empfohlen, damit nicht teures Material in falschen Größen erworben werden muss. Teilnehmer sprechen dazu bitte direkt ihre Trainer an.

Sofern Nicht-Mitglieder der o. a. Vereine gerne einen Schnupperkurs machen möchten, können Sie dies tun. Acht Zeitstunden kosten dann pro Person 40 €, die Termine können mit **Eveline Lemke-Ziebeil** (Tel 027 41-93 79 11, Eveline.Lemke-Ziebeil@vfl-kirchen.de) abgesprochen werden.

Was ist Nordic Walking?

Nordic Walking (Nordisches Gehen) gilt als gute Einsteiger-Sportart. Es stammt aus Skandinavien, der Heimat des Ski-Langlaufs. Schon in den 50er Jahren wurde dort als Sommertraining der sogenannte „Skigang“ entwickelt.

Schon bald erkannten Wissenschaftler und Physiotherapeuten das unglaubliche Gesundheitspotential dieses Ganzkörpertrainings und 1997 wurde das Nordic Walking als eigenständige Fitness-Sportart dem Publikum vorgestellt. Dabei gehen die Sportler in der freien Natur in einer bestimmten Gangart. Durch die Verwendung von Stöcken, die mit cleveren Handschlaufen an den Händen befestigt sind, so dass der Griff ohne Verlust des Stockes gelockert werden kann, wird ein Ganzkörperereffekt erzielt. Dadurch profitiert der Arm durch einen sogenannten „Pumpeffekt“.



Die Vorteile auf einen Blick:

- Nordic Walking
- Fördert die Herz-Kreislauf-Funktion
- Reguliert Blutdruck und Cholesterin
- Erhöht die Sauerstoff-Aufnahme
- Erhöht die Herzfrequenz
- Stärkt die Ausdauer
- Regt verstärkt den Fettstoffwechsel an
- Löst Verspannungen an Schulter und Nacken
- Kräftigt den Oberkörper
- Baut Stress ab

Nordic Walking eignet sich für:

- Alle, die sich einfach mehr bewegen wollen
- Diejenigen, die lange keinen Sport mehr betrieben haben und sich deshalb in keinen Verein und in kein Fitness-Studio trauen,
- Jeden, der ernsthaft in einen Ausdauersport einsteigen möchte,
- Sportliche Menschen als Konditionstraining
- Übergewichtige, die einen Weg suchen, ohne allzu große Anstrengung Pfunde abzubauen und
- Rekonvaleszenten und Reha-Patienten.

Eine vollständige Nordic Walking Broschüre mit praktischen Hinweisen ist als PDF-Format beim Leichtathletik-Verband Rheinland kostenlos herunterzuladen: www.lvrheinland.de/lehrgaenge/breitensport/nw2006.pdf

Mitgliedsvereine des Nordic-Walking Netzwerkes

1. **DJK-Jahnschar Mudersbach e. V.**
Rain 4, 57555 Mudersbach
2. **TuS Freusburg e. V.**
Lilienweg 15, 57548 Kirchen
3. **TuS Germania Fischbacherhütte 05 e. V.**
Hüttseifen 2, 57572 Niederfischbach
4. **TV-Jahn Brachbach 1908 e. V.**
Tannenweg 12, 57555 Brachbach
5. **TV 66 Niederfischbach e. V.**
Hüttseifer Weg 17, 57572 Niederfischb.
6. **VfL Herkerdorf-Offhausen e. V.**
Am Ottoturm 67, 57548 Kirchen
7. **VfL Kirchen 1883 e. V.**
Zur Klingelsbach 21, 57518 Betzdorf
8. **VfL Wehbach e. V.**
Landstr. 12, 57223 Kreuztal
9. **W.V. „Siegperle“ Kirchen (Sieg) e. V.**
Kirmesfeldstr. 17, 57548 Kirchen

Für alle Mitglieder der aufgeführten Vereine ist die Teilnahme an den angegebenen Trainingseinheiten kostenlos.

Nichtmitglieder zahlen für eine Trainingseinheit (Kurs) von ca. acht Stunden 40 €. Für kürzere Trainingseinheiten müssen die Preise erfragt werden. Kontakt: E. Lemke-Ziebel, Tel (0 27 41) 93 79 11

Jede Trainingseinheit wird von einem ausgebildeten Trainer des Leichtathletik Verbandes Rheinland geleitet.



Die Nordic Walking-Trainingsgruppen

MONTAG

9.00–10.30 Uhr
Gesundheit 50+
Wanderparkplatz Herkersdorf
Roswitha Schirmuly
(027 41) 635 32

17.30–19.00 Uhr
Weg mit dem Speck
Wanderparkplatz Herkersdorf
Eveline Lemke-Ziebeil
(027 41) 93 79 11

DIENSTAG

9.00–11.00
Fitness-Gewicht
Wanderparkplatz Herkersdorf
Alexandra Grossert
(027 41) 604 34

16.30–18.00 Uhr
Fitness
Wanderparkplatz Herkersdorf
Caroline Hundt
(027 43) 28 47

18.00–20.00
Gesundheit
Kath. Kirche, Freusburg
Annegret Klappert
(027 41) 66 18

18.00–19.30 Uhr
Fitness
Auf d. Apfelbaum, Brachb.
Ingrid u. Rainer Kölzer
(027 45) 84 53

MITTWOCH

9.00–11.00 Uhr
**Ausgleich
für andere Sportarten**
Dirk Quast
Ottoturm, Kirchen
(027 41) 72 79

15.00–16.00 Uhr
Senioren 60+
Kath. Kirche, Freusburg
Annegret Klappert
(027 41) 66 18

19.00–21.00 Uhr
Fitness
Hardcore Bikes, Niederfischb.
Pia Kühn / Jutta Wäschenbach
(027 34) 53 01

DONNERSTAG

9.00–10.30 Uhr
Gewicht-Fitness

O.-Hellinghausen-Pl., Mudersb.
Chr. Euteneuer + E. Frisch
(02 71) 35 35 67

FREITAG

18.00–20.00 Uhr
Gesundheit 50+

Wanderparkplatz Herkersdorf
Roswitha Schirmuly
(0 27 41) 6 35 32

SAMSTAG

14.00–16.00
Arthrose

Wanderparkplatz Herkersdorf
Thomas Schäfer
(0 27 41) 6 24 80

18.00–19.30 Uhr
Fitness

Auf d. Apfelbaum, Brachbach
Ingrid u. Rainer Kölzer
(0 27 45) 84 53

14.00–16.00
Fitness

Hardcore Bikes, Niederfischb.
Pia Kühn / Jutta Wäschenbach
(0 27 34) 53 01

19.00–20.30 Uhr
Fitness-Gewicht

Wanderparkplatz Herkersdorf
A. Nelke + C. Hebel
(0 27 41) 65 49

Bewegungsablauf beim Nordic Walking

Anfangsphase (1)

Der rechte Arm des Walkers wird leicht gebeugt und mit abgewinkeltem Stock nach vorn gehalten. Die linke Faust ist auf Höhe des Beckens positioniert, und während des Stockschubes wird der linke Arm nach hinten gestreckt. Beim Abstoßen vom Boden ist das rechte Bein am Knöchel gestreckt. Das linke Bein liegt vorn und die Ferse berührt zum Ansatz eines neuen Schrittes den Boden.



Stockschub-Phase (2)

Der Stockschub des rechten Armes und der Abstoß des linken Beines erfolgen zeitgleich. Die Fäuste gleiten knapp vor dem Körper aneinander vorbei, und der Stockschub der rechten Hand beginnt, sobald die Faust das Becken passiert hat. Gleichzeitig schwingt der linke Arm nach vorn und unten. Die Faust umfasst dabei den Stockgriff. Wenn das rechte Bein die gleiche Höhe wie das linke erreicht, wird es in Kniehöhe leicht gebeugt. Das Gewicht liegt auf dem linken Bein und dem Stock der rechten Hand.



Stockschub-Phase (3)

Der Stockschub ist bei voller Streckung des rechten Armes abgeschlossen. Um die völlige Streckung des Armes zu erreichen, wird die Hand leicht geöffnet, und der abschließende Stoß wird über die Stockschleife ausgeführt. Gleichzeitig wird die linke Faust mit dem Stockgriff leicht nach oben und nach vorn gehoben, wobei der Arm leicht gebeugt wird. Beim Abstoßen vom Boden ist das linke Bein am Knöchel gestreckt. Das rechte Bein liegt vorn und die Ferse berührt zur Einleitung eines neuen Schrittes den Boden.



Stockschub (4)

Der Stockschub der rechten Hand wird durch Öffnen der Handfläche und fast völlige Streckung des Armes beendet. Der Stockschub des linken Armes beginnt. Das linke Bein beginnt den Schritt und das Gewicht wird auf das rechte Bein verlagert. Der Körper ist schräg vorgebeugt.



Nordic Walking-Ausstattung: Stöcke/Poles

Nordic Walking ist herkömmliches Walken mit dem Einsatz von speziellen Stöcken (Poles). Diese werden aus den hochwertigen Werkstoffen Kohle- und Glasfasern hergestellt (30% Carbon Composite Schaft). Die Verwendung dieser Materialkombination gewährleisten ein sehr geringes Eigengewicht, eine extreme Belastbarkeit und eine lange Lebensdauer.

Im Gegensatz zur Verwendung von Stöcken mit Metallkern werden beim Einsatz der Nordic Walking Stöcke keine störenden und belastenden Schwingungen auf die Hand-, Ellenbogen- und Schultergelenke übertragen. Die optimale Stocklänge beträgt 70% der Körpergröße.

Die Poles werden in Abstufungen von fünf Zentimeter angeboten, will man seinen Stock ganz exakt auf Länge anpassen lässt sich im Heißwasserbad der Griff lösen und der Stock kann genau gekürzt werden. Die speziell entworfenen Handschlaufen gewährleisten einen ermüdungsfreien Einsatz der Stöcke über längere Trainingszeiträume. Nach dem Anziehen der Handschleufe wird diese mit einem individuell anzupassenden Klettverschluss fixiert. Der Stockgriff ist parallel zu den Fingergrundgelenken placiert, so das man erst kurz vor dem Aufsetzen der Stöcke zugreifen muss und beim dem nach hinten Schwingen der Arme den Griff wieder loslässt. Dieser Bewegungsablauf gewährleistet, dass die Armmuskulatur nicht überlastet wird



und ermüdet. Um die verschiedenen Bodenbeschaffenheiten zu berücksichtigen, kann die Spitze der Stöcke wahlweise mit Gummiköpfen, sogenannten Pads, (glatter Untergrund wie Strasse, Asphalt, Stein) oder einer Metallspitze (Waldboden, Feldwege) versehen werden.

Die 1. Mannschaft steigt in die VRW-Oberliga auf

Weil der führende SV Wattenscheid II gegen SF Katernberg II mit 3:5 verlor und Betzdorf-Kirchen mit 6:2 gegen SV Bochum II einen überragenden Sieg erringen konnte, steigt unsere 1. Mannschaft auf.

Die Mannschaft gewann mit folgender

Besetzung:

Richter, Wolfgang..... IM - GER
Afek, Yochanan..... IM - ISR
Zagogin, Alexander..... BLR
Thiel, Kuno..... GER
Van Lommel, Patrik..... NL
Besel, Waldemar..... GER
Dickel, Jens..... GER
Bender, Udo..... GER

Eine Aufstiegsmöglichkeit besteht auch noch für die dritte Mannschaft nach einem Stichkampf.

Günter Jordan, Abteilungsleiter Schach

In eigener Sache

Der VfL Kirchen bekommt nach jedem Beitragseinzug Lastschriften mit dem Vermerk „Konto erloschen“ oder „wegen Widerspruch“ zurück. Hierdurch entstehen Kosten von bis zu 8 € je Lastschrift.

Um diese Kosten zu vermeiden, bitten wir unsere Mitglieder, uns rechtzeitig (bis 30.6. bzw. 31.12. eines Jahres) Änderungen der Bankverbindung, des Namens, der Anschrift oder eine Abmeldung an VfL Kirchen, Vogelsang 3, 57548 Kirchen, hereinzugeben.

Vereinsbeiträge des VfL Kirchen

ab 1. Januar 2004

Schüler..... 2,25 €
Jugendliche..... 2,75 €
Erwachsene..... 4,50 €
Familien..... 9,00 €
Passivbeitrag..... 2,50 €

Taekwon-Do im VfL Kirchen

Wiederum konnten etliche Mitglieder der Taekwon-Do-Abteilung des VfL Kirchen erfolgreich ihre Gürtelprüfungen ablegen. Die Begeisterung für das qualifizierte Training zeigte hierbei deutliche Früchte.

Folgende Taekwon-Do-Ka's absolvierten am 7.7.2006 die Prüfung:

Sascha Zilgens: 6. Kup (Grüner Gürtel)

Andrej Grenz: 3. Kup (Blau-Roter Gürtel)

Alexander Grenz: 1. Kup (Rot-Schwarzer Gürtel)

Mit einem kleinen Porträt soll hier die Leistung von Alexander Grenz bei seiner ausgezeichneten Prüfung zum 1. Kup hervorgehoben werden. Zur Zeit ist er aufgrund einer Verletzung leider am Training verhindert, wird den Rückstand aber ganz sicher mit seinem großem Engagement schnell aufholen. Danach beginnen dann die Vorbereitungen zur Prüfung zum 1. DAN (Schwarzer Gürtel), die voraussichtlich im Jahr 2007 in München stattfinden wird. Prüfer wird Herr Eu Min Ko, 9. DAN, sein.

Alexander Grenz, geboren am 23.1.1985, trat im Jahr 1998 in die Taekwon-Do-Abteilung des VfL Kirchen ein und legte alle bisherigen Prüfungen mit großem Erfolg ab. Etwas später kam dann auch sein nicht minder engagierter Bruder Andrej dazu. Am 1.8.2006 hat der auch Wettkampf-interessierte Alexander eine Ausbildung zum Industriekaufmann begonnen. Die Hobbies der beiden Brüder sind Joggen, Taekwon-Do-Trainings-einheiten auch zuhause, Lesen, wobei sich Alexander sehr für das Land China interessiert



und Andrej, der die 10. Klasse der Realschule besucht, für das Land Japan.

Neben den Brüdern Grenz kann die Taekwon-Do-Abteilung des VfL Kirchen viele weitere engagierte und erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler aufweisen. Das vielseitige und interessante Training führt neben den Fähigkeiten zur Selbstverteidigung zu einer erheblichen Verbesserung der körperlichen Fitness.

August 2006



**Mode mit
Wohlfühl - Faktor -**



Mode und Accessoires

Mo bis Fr. durchgehend von 9:30 bis 18:00 Uhr
samstags von 9:30 bis 13:00 Uhr

Ein Rückblick auf die Medenspiele

In der Medenrunde konnten die Tennisfreunde die gesteckten Ziele weitgehend erreichen. Den Kirchener Tennis Spielern war in allen Mannschaften bewusst, dass nach einem Aufstieg das nächste Jahr sehr schwer werden kann. So läßt sich manche schlechte Tabellensituation in diesem Jahr erklären.

Dies gilt vor allem für die Herren 60 in der Regionalliga, aber auch für He 60 II in der A-

Klasse. Viele fragten sich auch, ob die Herren 40 I und Herren 40 II in den höheren Klassen eine Chance haben.

Die Dachdecker (Herren 40 I) halten spielen gut in der B-Klasse mit und werden wahrscheinlich die Klasse halten.

Im Jugendbereich ging es vor allem um Freude am Tennis.

Die Begeisterung war bei den Jugendlichen im Bereich Jungen 18 und Jungen 15 immer wieder anzusehen.

Jugend U 15: Jonathan Aust, Torben Diener, Tom Pfeil, Michael Göbel





von links: Karl-Heinz Haepf, Detlef Colberg, Werner Fröhlich, Dieter Ottmann, Horst Vetter, Waldemar Theis und Ernst O. Klein. Es fehlen Eugen Schmidt und Karl Suberg

Jugend U15

Mit Begeisterung spielten unsere Jungen auch in diesem Jahr wieder in der Medenrunde mit.

Herren 60: Regionalliga (höchste Spielklasse)

Einmal wollten die Kirchener Tennisspieler in der höchsten Liga spielen. Immerhin hat-



Fachbetrieb für
Dach- Wand- u.
Abdichtungstechnik
Klempnerarbeiten

Kötting GmbH
DACHDECKERMEISTER

57548 Kirchen • Barbarastr. 10
Tel. 02741/62945 • Fax 02741/61012



Nach dem Klassenerhalt: stehend von links: Waldemar Theis, Werner Pfeifer, Reinhard Paulsen, Christoph Lampertz, Karl Suberg, Klaus Schütz, Kniend von links: Günter Hering, Peter Kerzdorfer, Petar Jankovic

te man sich im letzten Jahr mit Platz 2 in der Oberliga qualifiziert. Doch die Trauben hängen in der Regionalliga doch sehr hoch für Detlef Colberg (spielt an 1) und seine Mannschaftskollegen. Aber immerhin war in zwei Begegnungen ein Mannschaftssieg in greifbarer Nähe.

Herren 55: Rheinlandliga

Die Herren 55 konnten entgegen der Vorhersagen der Auguren die Klasse halten.

Knappe Niederlagen in Lahnstein und Asterstein und Bad Ems mit jeweils 4 : 5 zeigen, dass die Mannschaft in die Klasse gehört, aber vielleicht neben Glück noch einen guten Spieler braucht.

Aber immerhin konnte Kell geschlagen werden und mit einem Sieg gegen Bitburg die Klasse noch gehalten werden.



Christoph Lampertz musste sich erst noch daran gewöhnen, dass die Schiffe in Lahnstein fast über den Tennisplatz fahren

Schüller Blumenhaus



57548 Kirchen
Schulstraße

57548 K.-Wehbach
Koblenz-Olper-Str.

Telefon: 02741/61201
Fax: 02741/6672

Moderne Floristik • Gärtnerei und Grabpflege

ANZEIGE

Malergeschäft Schnittchen

Inh. Klaus Peter Schnittchen

Ausführung von

- Tapezier- und Anstricharbeiten
- Fassadenanstrich und Gerüstbau
- Bodenbelagsarbeiten
- Trockenausbau
- Wärmedämmfassade

Kirchen

Sandstraße 11
Telefon 02741/ 62288



ANZEIGE



Von links: Gitti Kruse, Luise Rohner, Sonja Grossmann, Ulrike Ernst, Beate Weynand, Gabi Zilke und Trainer Holger Zöller. Es fehlen: Petra Herrmann, Petra Murrenhoff, Katja Höfling, Sybille Zauder, Sybille Gotthardt und Sandra Sänger

Damen 30

Unsere Nachwuchsdamen im Altersbereich 30 traten in diesem Jahr erstmals an. Die meisten spielten noch nie in einer Mannschaft. Am letzten Wochenende wurde der erste Sieg entsprechend gefeiert.

Hervorzuheben ist, dass fast alle Spielerinnen noch kleine Kinder zu betreuen haben und diese auch noch im Tennissport fördern und damit einen weiteren Beitrag für die Zukunft des Vereins leisten.



Damen, A-Klasse

Kirchen kooperierte erstmals mit Betzdorf im Damenbereich und wird in diesem Jahr Tabellendritter.



Herren II

Bei dieser Mannschaft steht der Spaß am Tennissport neben der Jugendförderung an erster Stelle.

Die beiden Mannschaftsbetreuer, Uli Bender und Manfred Hiebert, setzten dieses Ziel in vorbildlicher Weise um.

Die Zusammenstellung der 12 gemeldetem Mannschaften nach Bereichen:

Frauen: 3 Mannschaften: Damen, Damen 30 und Damen 50

Männer: 2 Herrenmannschaften, 2 Herren 40, Herren 55, 2 Herren 60

Jugend: 3 Jungenmannschaften

Aus der Abteilung

Jahreshauptversammlung: Am 3. März wurde in der Abteilung der Vorstand neu gewählt. Trotz Eisregens kamen viele Mitglieder in Klubhaus, um an der ersten Veranstaltung der neuen Saison teilzunehmen.

Waldemar Theis wies in seinem Bericht vor

allem darauf hin, dass in diesem Jahr mit der Förderung und Werbung im Jugendbereich neue Akzente gesetzt werden sollen. Er bat alle um Mitarbeit.

Vorstandswahlen

Gewählt wurden: Waldemar Theis (1. Vorsitzender, Michael Grossmann (2. Vorsitzender), Detlef Colberg (Sportwart), Holger Zöller (Jugendwart und Trainer) und Ingeborg Ottmann (Kassiererin).



Tischtennis:

Ausblick auf die Spielzeit 2006/2007

1. Mannschaft

Dennis Weißenberg, Steffen Rosenthal, René Theillout, Christian Franz, André Sauer (aus der 2. Mannschaft), Peter Stolpp (Neuzugang TTSG Niederfischbach/Fischbacherh.)

Spielklasse: 1. Rheinlandliga

Saisonziel: Klassenerhalt

2. Mannschaft

Stefan Botzen, Christoph Rose, Steve Herrman, Christoph Jung, Christoph Dräger, Christoph Becher, Udo Röhlich

Spielklasse: Kreisliga Nord

Saisonziel: Aufstieg

3. Mannschaft

Stephan Söhngen, Benjamin Bätz, Klemens Kipping, Max Holz, Michael Kreuzer, Rüdiger Treude, Thomas Treude

Spielklasse: Kreisliga Süd

Saisonziel: oben mitspielen

4. Mannschaft

Sascha Baston, André Deguedre (Neuzugang TTSG Niederfischbach/Fischbacherhütte), Jürgen Bätz, Ralf Müller (Neuzugang aus Burbach), Dieter Latsch, Christian Wagener, Georg Fischer, Sebastian Bätz

Spielklasse: Kreisliga Nord

Saisonziel: Mittelfeldplatz

5. Mannschaft

Heinz Dechner, Claudia Geimer, Gerhard Mohr, Ingrid Behncke, Elisabeth Schuh, Ernst Fendrich, Oliver Thiel, Bernd Kipping, Martin Happ

Spielklasse: 3. Kreisklasse Nord

Saisonziel: Mittelfeldplatz

Jugend

Es werden wie letztes Jahr wieder fünf Nachwuchsmannschaften gemeldet. Die 1. Mannschaft spielt in der höchsten Spielklasse, der 1. Bezirksliga Ost. Eine Klasse tiefer geht die 2. Mannschaft an den Start. Die 3. Mannschaft (Schüler) spielt in der Kreisliga Nord, eine Klasse über der 4. Mannschaft, die in der 1. Kreisklasse gemeldet ist. Auch eine Bambini-Mannschaft wird den VfL in der Bambini Kreisklasse vertreten.

Vorbildlich betreut werden diese Nachwuchsmannschaften von Eberhard Patt, Matthias Leukel und Christoph Rose, ohne die es niemals möglich wäre, so viele Jugendliche am Spielbetrieb teilnehmen zu lassen.

Mit sportlichem Gruß

Steffen Rosenthal – Abteilungsleiter Tischtennis

Aerobic-News



Fit machen sich die Teilnehmer des VfL Kirchen nicht nur dienstags von 19.00-20.10 Uhr in der Turnhalle Kirchen, sondern auch donnerstags in der Bodystyle Stunde von 19.00-20.10 Uhr.

Hier finden die Teilnehmer alles in einer Trainingseinheit: Fatburner, Ausdauer, Kraft, Flexibilität, mentale Entspannung, Spaß, hohe Effektivität, optimale Motivation durch Gruppendynamik.

Gaby Muth Fach-Übungsleiterin Aerobic

Frau Gaby Muth (Fach-Übungsleiterin Aerobic) hat beim Turnverband Mittelrhein in Koblenz, die Zusatzausbildung - Kursleiter Pilates und die Ausbildung zum Seminarleiter - Autogenes Training in der Paracelsus Schule in Siegen erfolgreich abgeschlossen.



Montags-Turnerfrauen des VfL Kirchen auf großer Fahrt



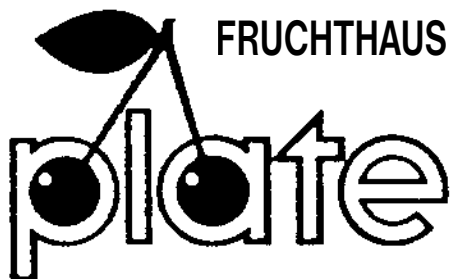
Am 1. Juli 2006 begaben sich 18 Turnerfrauen per Bahn bei strahlendem Sonnenschein auf „Große Fahrt“. Ihr Ziel war die Stadt Weilburg.

Nach einem deftigen Frühstück wurde die Stadt mit einer 4 km-Wanderung „Rund um Weilburg“ erkundet. Anschließend ging es auf die Lahn, denn eine Schifffahrt durfte natürlich nicht fehlen.

Beendet wurde dieser schöne Tag mit einem Bummel durch den sehenswerten Schlosspark und einem gemeinsamen Abendessen auf den „Schloss-Terrassen“.

Müde, aber zufrieden wurde dann die Heimreise angetreten.

Ferdinande Stockschläder, Übungsleiterin



Wenn's um Frische geht ist doch klar,
mit Obst, Gemüse und Exoten
sind wir immer für Sie da.



Kirchen, Siegstraße, Telefon 02741 / 61428

Bilder **einfach** und **schnell**
von vorne rahmen:



HALBE[®]
MAGNETRAHMEN

Halbe-Rahmen GmbH
Herrenwiese 2
57548 Kirchen
Telefon: 0 2741/95 80-0
www.halbe-rahmen.de

Sportabzeichen 2006

Die Gruppe der Sportbegeisterten, die sich regelmäßig am Montag im Molzbergstadion trifft, die auch Neuankömmlinge betreut, möchte in diesem Jahr gerne die Grenze der 50 Teilnehmer überschreiten und dabei haben uns die vielen Kinder schon eine Menge Abzeichen eingebracht.

Die Abteilung Kinderturnen traf sich am 3. Juni 2006 im Molzbergstadion, um sich den verschiedenen Disziplinen zu stellen. Unter den 21 Kindern waren sogar vier 7-Jährige dabei. Einige Geschwisterkinder, Cousins und Cousinen machten ebenfalls mit.

Nach einem kleinen Aufwärmprogramm (Laufen, gezieltes Dehnen usw.) wurde es nun ernst. Die Kinder starteten mit dem 800m-Lauf, dies in verschiedene Altersklassen eingeteilt. Tolle Ergebnisse wurden dabei erzielt und auch die Jüngsten schafften diese zwei Runden, obwohl es für manche das erste Mal war. Als nächste Disziplin stand das Werfen auf dem Plan. Für die ersten Jahrgänge des Abzeichens sind diese Anforderungen etwas schwieriger, da die Technik erst noch erlernt werden muss.

Daher gab es einige traurige Gesichter, wenn es nicht ganz so klappte. Aber man sollte den Kopf nicht in den Sand stecken. Bei dem anstehenden Weitsprung sah dies wieder anders aus, denn der Sprung in die Sandgrube macht auf jeden Fall den meisten Kindern viel Spaß. Als letzte Disziplin an diesem Morgen stand der 50m-Sprint auf der Liste. Hier heißt es so schnell wie möglich die 50m hinter sich zu bringen.

Am Ende hieß es: „geschafft“ für heute. Bis auf ein paar Ausnahmen haben die Kinder die gewünschten Leistungen erbracht. Der eine oder andere trainiert noch weiter, denn das Sportabzeichen kann bis Ende des Jahres abgelegt werden. Ein großes Lob und Danke schön an die Helfer des Tages und vor allem an die Kinder, die mit einer gesunden Mischung von Ehrgeiz und Spaß dabei waren.

Mit dabei waren: Lilly Schuh, Anna Rommersbach, Diana Sawtschenko, Celina Mockenhaupt, Jasmin Mönch, Felix Scharr, Alexander Henke, Enrico Breuss, Robert Pfeifer, Robin Schuh, Sophie Scharr, Larissa Hilpert, Paulina Pfeifer, Steffen Bednarz, Tim-Niklas Dapprich, Hüseyin Dogan, Ysmaïl Ucak, Marco Langenbach, Besey Dogan, Daniel Klose und David Jäger.





BZgA-Info-Telefon
zur Suchtvorbeugung
0221/892031

Wir machen Kinder stark gegen Sucht und Drogen:

Kinder und Jugendliche brauchen für eine gesunde Entwicklung Vorbilder und Ansprechpartner. Übungsleiter/innen und Trainer/innen im Sportverein begleiten Kinder und Jugendliche in ihrem Lebensalltag und tragen auf diese Weise engagiert dazu bei, Kinder stark zu machen, damit sie von sich aus „Nein“ zu Drogen, Alkohol und Nikotin sagen können.

Sport  **vereine**
© DSB *Für alle ein Gewinn*

Wer die Bilder beim Kindersport- abzeichen macht

Eltern gibt es immer, die bei der Durchführung dieser Veranstaltung helfen. Es wird nicht nur für das leibliche Wohl gesorgt. Ergebnisse der einzelnen Teilnehmer müssen erfasst werden durch Messen von Weiten beim Springen und Werfen oder Zeiten müssen gemessen werden.

Die Hauptorganisatorin ist Kertin Klose Tietz als Übungsleiterin des Kinderturnens in der Abteilung Turnen-Sport-Spiel und Spaß im VfL Kirchen. Ihr Ehemann hilft bei der Organi-

sation, auch als Vater; er fotografiert digital. Die Idee für diese regelmäßige Veranstaltung ist entstanden, damit die Kinder, die aus dem Jugendbereich des Turnens kommen, beim Kreiskinderturnfest nicht benachteiligt sind gegenüber den Kindern, die in ihrem Sportverein mehr mit der Leichtathletik vertraut gemacht werden.

Bilder haben gemacht: **Johannes Tietz** als Vater, **Stefan Henke** als Vater und **Gerhard Mohr** als Mitarbeiter beim Kurier und aus Freude an der digitalen Fotografie.







seit
1910
BACKHAUS
Pieroth

Friedrichhüttenstraße 11 - 57548 Kirchen-Wehbach
Telefon: 02741/8561-0 Telefax: 02741/8561-20

**Ofenfrische Backwaren in großer
Auswahl und naturfrischer Qualität**

**Belegte Brötchen und Bäckersnacks
für den kleinen Hunger zwischendurch**

Immer in Ihrer Nähe !

Betzdorf - Bahnhofstraße 17 + 26 - Wilhelmstraße 14 - am LIDL-Markt	Daaden - im Norma-Markt - im REWE-Markt
Kirchen - im Kaufland - am LIDL-Markt	Wissen - Rathausstraße 36 - am LIDL-Markt
Weitefeld -- beim NORMA-Markt	Elkenroth Im REWE-Markt
Gebhardshain - im REWE-Markt	Niederschelden am LIDL-Markt
Wehbach Friedrichhüttenstraße 11	Siegen-Achenbach - im EDEKA-Markt
Hamm Siegstraße 1	Siegen-Gosenbach * -- im EDEKA-Markt
	Niederfischbach - im EDEKA-Markt

Achten Sie auch auf unsere wöchentlichen Angebote !

Kosmetikstudio Barbara

Medizinische Fußpflege Praxis

Termine nach Vereinbarung

Hartkopfstraße 2

57548 Kirchen

Telefon: 02741/930175

**LADY
ESTHER**
COSMETIC



- Brillen
- Kontaktlinsen
- Vergrößernde
Sehhilfen für
Sehbehinderte

Am Bahnhof 15

Ihr Partner für gutes Sehen und Aussehen.

Sportlicher Werdegang

von Anna Heimbeck geb. am 27.2.1916

In ihrer Kinder- und Jugendzeit war sie Mitglied im M.T.V.-Freiheit (Männer-Turn-Verein), Osterode, der im Jahre 1908 gegründet wurde.

Viele sportliche Erfolge erzielte sie in dieser Zeit. Zwischen 1927 und 1936 erhielt sie bei sportlichen Veranstaltungen, vor allem im Mehrkampf, Ehrenurkunden für Platzierungen zwischen Platz 2 und 17. Mitglied im VfL Kirchen 1883 e.V. ist Frau Heimbeck seit 1952. Am Anfang ihrer Vereinszugehörigkeit spielte Frau Heimbeck Faustball, machte Leichtathletik, Gymnastik und Turnen. Mitte der achtziger Jahre regte Frau Heimbeck beim Vorstand des VfL an, etwas für ältere sportbegeisterte Frauen anzubieten. Die Su-

che nach einer Übungsleiterin hatte Erfolg!

Am 30.10.1987 wurde die „Seniorenturngruppe“ des VfL von der Übungsleiterin Inge Gallé gegründet, und zwar für Frauen über 50 Jahre, die Spaß an sportlicher Betätigung haben. Angeboten werden Gymnastik, kleine Spiele und Tanz. Gesellige Veranstaltungen wie Ausflüge, Wanderungen, Feierlichkeiten usw. gehören auch zum Programm. Frau Anna Heimbeck war von der ersten Übungsstunde an aktiv und begeistert dabei. Schon 19 Jahre hält sie der „Frauen-Truppe“ die Treue!!

Alle Turnschwestern gratulierten zum 90. Geburtstag und wünschten „ihrer Anna“ auch weiterhin alles Gute; Gesundheit und Zufriedenheit, auf dass sie noch lange Zeit beim „Seniorenturnen“ mitmachen kann!



Porträt: Eveline Lemke-Ziebeil

Eveline Lemke-Ziebeil, 42, ist verheiratet und hat zwei Kinder. Die Familie ist erst letztes Jahr aus beruflichen Gründen nach Kirchen gezogen. Die Betriebswirtin ist freiberuflich tätig und tut auch dort gerne das, was sie am meisten mag: Anderen mit ihrer Fachkenntnis helfen, Impulse geben, Anregungen aufnehmen und umsetzen.

„Seit ich denken kann, mache ich Sport, denn mein Vater war Sportlehrer,“ bekennt sie sich. Erst war es Handball und Schwimmen, dann das Tanzen, später Fitness und Aerobic. Mit ihrem Sohn Leif ist sie schon mal auf dem Tennisplatz zu sehen, mit ihrem Mann fährt sie Mountain-Bike und in den Ferien geht's zum Ski-Fahren. Als Übungsleiterin hat sie jedoch eine besondere Affinität zum Gesundheitssport entwickelt und so gehören vor allem gesundheitsorien-

tierte Kurse zu ihrem Angebot. Seit mehr als zwölf Jahren ist Eveline als Übungsleiterin aktiv und vor zehn Jahren hat sie sogar den Pluspunkt Gesundheit des Deutschen Turnerverbandes für ihren alten Verein, die SG-Anspach, geholt, der dann immer wieder verlängert wurde. „Meine Kinder halten mich schon mal für einen Grufti“ aber dass auch Gruftis noch bei Landesmeisterschaften im Aerobic aufs Treppchen dürfen hat sie dann mehrfach bewiesen, zuletzt im März 2005 und wurde mit ihrer Mannschaft Hessische Vizemeisterin im Fit-Step-Aerobic. Kaum in Kirchen angekommen hat Eveline sich um die Kooperation im Nordic Walking Netzwerk der VG Kirchen bemüht und freut sich sehr über die gelungene Zusammenarbeit von neun Vereinen in der VG Kirchen. „Jetzt laufe ich selbst im Wald mit Stöcken herum,“ sagt sie und bietet auch gleich einen Schnupperkurs Nordic Walking an.



Frisch

aus erster

Quelle



Doppelt gut

Die Klasse 7 des Freiherr-vom-Stein-Gymnasiums hatte am gestrigen Mittwoch die Aktion Tagwerk ausgeführt, bei der die Schülerinnen und Schüler statt des Unterrichts kleine Tätigkeiten für Organisationen und Betriebe erledigten, um so Geld für einen guten Zweck zu erwirtschaften.

Pia Ziebel und Melissa Klingen haben dann für den VfL den Speicher über der Jahnhalle ausgemistet und alle Schränke mit Sportutensilien gereinigt. Dabei wurde nicht nur Sperrmüll zu Tage befördert, es tauchte auch eine Kiste mit alten Comic-Heften auf, welche die Mädchen dann sogleich vor der „Gelben Villa“ der Caritas in Kirchen an den Mann und die Frau brachten. Auf diese Weise haben die beiden über 80 € erwirtschaftet, die dem Projekt der Caritas „Hilfe für Tschernobyl“ zu Gute kommen werden. Auf dem Bild sind sie mit bei der Arbeit mit Gaby Muth vom VfL zu sehen. Da die Hilfe der Mädchen nicht nur dem VfL, sondern auch der Caritas hilft, fand der Vorstand die Aktion „doppelt gut“.



Lieferservice

Matthias Böhner

Getränke Service
Getränke/Lotto/Zeitschriften

0 27 41 / 75 52

0 27 41 / 93 39 49

0 27 41 / 99 07 55



*Schön, so weit zu kommen.
Deutsches Sportabzeichen.*

Das Deutsche Sportabzeichen ist der objektive Nachweis für überdurchschnittliche Fitness, den Sie ganz individuell je nach Alter, Geschlecht und Ihren sportlichen Neigungen erbringen können. Es zu erringen ist nicht leicht, aber spannend: Sie lernen sich selbst kennen und entdecken, was in Ihnen steckt.

Fax-Infos: 01 90/19 20 87.

richtig fit

**DEUTSCHER
SPORTBUND**
J A H R E

www.dsb.de

Die
Fitness Company
 und der
VFL Kirchen
 Eine
Starke Gemeinschaft.

Jetzt zu Sonderkonditionen einsteigen
 und von dem vielfältigen Programm
 profitieren.

Weitere Info's gibt es unter Fitness Company 02741.60 600
 oder bei Ralf Opiol 0171. 47 60 367








www.fitness-company-kirchen.de



Eveline Lemke-Ziebeil

Effizient Logisch Zielstrebig

Leistungen:

-  Business Consulting kleiner und Mittelständischer Betriebe
-  Organisationsentwicklung
-  Moderation
-  Due Dilligence Prozesse
-  Begleitung bei Teambildungsprozessen
-  Personal Coaching
-  Servicequalitäts-Zertifikat, Weiterbildung im Handel und Innenstadtentwicklung
I.Z.m. EVERGRÜN MERKETING GmbH

Büro für betriebswirtschaftliche Beratung

Sandsstraße 10
 57548 Kirchen

Tel.: 02741 - 93 79 11

Fax: 02741 - 93 81 79

Mobile: 0170 - 551 99 26

Eveline.Lemke-Ziebeil@t-online.de

Kooperation mit der Fitness-Company erfolgreich angelaufen

Alle Haushalte von Mitgliedern des VfL hatten im April vom Vorstand Post bekommen. Der Vorstand hatte zu einem Tag der offenen Tür in der Fitness Company Kirchen am 30. April eingeladen, um damit über die geplante Kooperation mit dem ortsansässigen Fitness-Studio zu berichten.

Trotz mäßiger Besucherzahlen aus Reihen der VfL-Mitglieder wertet der Vorstand diese erste Zusammenarbeit als Erfolg. Denn es finden in dem Fitness-Studio seit Mai mehrere Kurse des VfL statt, der die dortigen Räumlichkeiten kostenlos nutzen darf.

„Fit for Fun“ bei Eveline Lemke-Ziebeil beginnt jeden Dienstag Morgen um 9.30 Uhr. „Der Kurs ist gerappelt voll“ kommentiert Eveline den Kurs und weist darauf hin, dass der Kurs ab September geteilt werden müsse. Die Mitglieder des VfL werden dann in den neuen Raum über der Jahnhalle umziehen, wobei die Mitglieder dieses Kurses aus dem Studio nicht auf die neue Trainerin verzichten sollen. Auch die Fitness-Company werde ab September einen herbstlichen Kursplan anbieten.

„Dance for Kids“ läuft ebenfalls zufriedenstellend. Der Kurs war ursprünglich für jüngere Teilnehmer ab acht Jahren konzipiert. Jedoch haben sich mittlerweile sieben Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren dort eingefunden. Dieser Kurs wird ab September ebenfalls in den neuen Fitnessraum in der Jahnhalle verlegt. Trainiert wird jeden Mitt-



woch von 17.00 bis 18.00 Uhr und die Gruppe darf gerne noch anwachsen. Für die jüngeren Tanzbegeisterten wird es dann einen Kurs am Freitag geben.

Der Kurs „Gerätetraining“ für Jungen läuft mäßig und wird in jedem Fall in den Räumen der Fitness-Company abgehalten werden, sobald die Teilnehmerzahl nach dem Sommer wieder auf eine höhere Zahl steigt. Hier sind noch reichlich Plätze frei und die Jungen sind jeden Mittwoch ab 15.30 Uhr herzlich eingeladen, sich an den Geräten in dem Studio unter fachkundiger Anleitung von Dirk Quast zu erproben.

Der Start für die Kooperation ist gelungen und soll in der Zukunft durch weitere Aktionen ausgebaut werden.

Kompetenz rund ums Geld

Wir beraten Sie individuell nach
Ihren ganz persönlichen Wünschen
und Bedürfnissen.



Westerwald Bank eG
Volks- und Raiffeisenbank

Vom Besprechungsraum zum Fitnessraum

Erweitertes Angebot – Jetzt auch morgens Sport für Erwachsene

Nicht nur der Vereinsvorstand hat kräftig beim Entrümpeln des großen Besprechungsraumes über der Jahnhalle mit Hand angelegt, vor allem auch dem Malerbetrieb E. Schnittchen und der Tischtennisabteilung ist zu danken.

Diese haben der Turnabteilung zum Zwecke der Renovierung Matthias Leukel und Christoph Rose „ausgeliehen“. Beide schwangen einige Tage den Pinsel und haben nicht nur den Besprechungsraum, sondern auch den Sanitätsraum im Erdgeschoss der Turnhalle wieder in einen hygienischen Zustand versetzt. Dabei ist auch unserem Hausmeister Hassan Sefer und seiner Frau zu danken, die nach den Malerarbeiten sämtliche Farbreste wegputzten und Vorhänge wuschen. Ein gelenkschonender Fußboden wurde ebenfalls angeschafft. Der neue Boden kann ganz leicht wieder entfernt werden. Es handelt sich dabei um 2 cm dicke Kunststoffmatten, die extra vom Vorstand für diesen Zweck angeschafft wurden. Die Platten wurden wie im Puzzle zusammen gesteckt und können einfach wieder vom Boden aufgenommen werden, so dass der Raum jederzeit einer anderen Bestimmung zugeführt werden kann.

Nun hat der ehemalige Besprechungsraum ein neues Gesicht, denn dort soll ab September auch vormittags Fitness-Training stattfinden. Ein eigener kleiner Übungsplan



kam dabei zustande. So wurde das Angebot vor allem auch im Vormittagsbereich erweitert. Bisher konnten Vormittags keine Stunden gegeben werden, da die Schule die Turnhalle voll in Beschlag genommen hat. Ab September wird nun jeden Dienstag, Mittwoch und Donnerstag am Vormittag dort ein Gesundheitskurs stattfinden. Im Abendbereich sollen in Zukunft besondere Kurse auf Anmeldung wie Yoga oder Pilates sowie am Nachmittag zwei Tanzkurse für Kinder stattfinden. Alle Kurse finden Sie auch im Gesamtplan.



Belegung Fitnessraum

DIENSTAG

9.30-11.00 Uhr
Bauch-Rücken-Fit
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebeil
Tel: (027 41) 93 79 11

19.00-20.00 Uhr
Auf Anmeldung Yoga
Fitnessraum Jahnhalle
Marita Wäschenbach
Tel: (0 27 42) 96 69 65

MITTWOCH

9.30-10.30 Uhr
Pilates
Fitnessraum Jahnhalle
Gaby Muth
Tel: (027 41) 47 81

10.45-11.45 Uhr
Autogenes Training
Fitnessraum Jahnhalle
Nur auf Anmeldung,
G. Muth, Tel: (027 41) 47 81

17.00-18.00 Uhr
Dance for Teens
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebeil
Tel: (0 27 41) 93 79 11

19.00-20.00 Uhr
Pilates
Fitnessraum Jahnhalle
Nur auf Anmeldung, G. Muth
Tel: (027 41) 47 81

DONNERSTAG

9.30-10.30 Uhr
Morgensport
Fitnessraum Jahnhalle
Eveline Lemke-Ziebeil
Tel: (027 41) 93 79 11



FREITAG

15.00-16.00 Uhr
Dance for Kids
Fitnessraum Jahnhalle
Pia Ziebell, Melissa Klungen

Neu im Vfl:

Autogenes Training

Ab dem 6. September jeden Mittwoch von 10.45–11.45 Uhr in der Jahnhalle in Kirchen. Autogenes Training ist eine körperliche und geistige Entspannungsmethode, welche Psyche und den Geist beruhigt und stärkt.

Es unterstützt und aktiviert die Selbstheilungskräfte und ist einfach zu lernen und mit wenig Zeitaufwand anzuwenden. Durch die Vorstellungskraft können wir lernen unseren Geist und Körper in einen harmonischen, entspannten Zustand zu bringen. Angewendet werden kann das Autogene Training bei vielen Beschwerden und Erkrankungen oder auch einfach zur allgemeinen Entspannung.

Es kann helfen bei:

- Stress (z. B. im Geschäft, vor einer Prüfung, in der Familie)
- Muskelverspannungen
- Herz-Kreislaufbeschwerden
- Hypertonie
- Magenbeschwerden
- Schlafstörungen
- Hyperaktivität
- innere Unruhe
- Schmerzen
- Migräne
- Asthma

Kurs: 10 Std., **Anmeldung** bei Gaby Muth, Seminarleiter Autogenes Training, Tel (02741) 4781
Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Decke mitbringen!

Anzeigenindex

- 29 • Autohaus
Latsch & Dietershagen
- 59 • Backhaus Pieroth
- 48 • Blumenhaus Schüller
- 26 • Deutscher Sportbund
(S. 56 u. 65)
- 30 • Die Blume
- 60 • Die Brille
- 23 • Druiden Apotheke
- 66 • Eveline Lemke–Ziebel
- 63 • Erzquell Pils
- 54 • Fruchthaus Plate
- 66 • Fitness Company
- 54 • Halbe Magnetrahmen
- 30 • Haarscharf
- 24 • Kirchener Baumschulen
- 60 • Kosmetikstudio
Barbara
- 75 • Kreissparkasse
Altenkirchen
- 12 • Krombacher
- 46 • Kötting GmbH
- 9 • LATSCH DESIGN
- 48 • Malergeschäft
Schnittchen
- 64 • Matthias Bähler
Getränkeladen
- 76 • Möbel–Zimmermann
- 44 • null null sieben
- 24 • Reisebüro Ursula Decku
- 68 • Westerwald Bank eG

Neu im VfL Kirchen: Pilates

Ab dem 6. September jeden Mittwoch von 9.30-10.30 Uhr und von 19.00-20.00 Uhr in der Jahnhalle Kirchen. Pilates – Ein Training für Körper und Geist.

Joseph Pilates, wurde 1880 in Düsseldorf geboren. Er war in seiner Kindheit, von schweren Krankheiten geplagt und beschloss daher durch körperliche und geistige Fitness gesund zu werden. Er erlernte viele, vor allen Dingen fernöstliche Trainingsformen, die ihn als Teenager zu einem erfolgreichen Sportler machten. 1926 wanderte er nach New York aus und eröffnete dort sein erstes Studio. Pilates sagte einmal: „Ich bin hundert Jahre zu früh geboren“: Er sollte mit seiner Aussage Recht behalten.

Nach dem wir im Westen erst sehr spät die Verbindung von Körper und Geist erkannt haben, beginnen wir auch sehr spät, die Deutung seiner Trainingsmethode zu verstehen.

In Amerika findet die Trainingsmethode nach Pilates, auch unter Medizinern, schon lange großes Ansehen.

In vielen Kliniken gehört sie zu festen Trainingsprogrammen in der Reha.

Pilates ist eine Trainingsform, die keine Altersgrenze und keinen Leistungsdruck kennt.

Im Pilates Training werden die tiefliegenden Muskeln trainiert und unser Körperzentrum gekräftigt. Das Training nach Pilates bringt Körper und Geist in Einklang, da alle Bewegungen sehr bewusst und mit einer großen Konzentration auf den alle Bewegungen sehr bewusst und mit einer großen Konzentration auf den eigenen Körper ausgeführt werden.

Das Ziel der Pilates Methode ist „Body Control“, ein gutes Körpergefühl und ein durchtrainierter Körper. Pilates Übungen kräftigen den Körper. Sie bauen, lange schlanke Muskeln auf, die unsere Bewegungen, auch im Alltag leicht und geschmeidig machen.

Im Pilates geht es nicht um schneller, höher oder weiter. Durch die verschiedenen Schwierigkeitsstufen werden Untrainierte nicht überfordert und Sportler können einen neue Herausforderung erleben. Die meisten Menschen, die mit einem Pilates Training beginnen, (und es regelmäßig durchführen) spüren schon recht bald deutliche Erfolge. Durch die Konzentration auf den eigenen Körper, die Verbindung von Körper und Geist, erlangen sie ein neues Körpergefühl. Pilates Übungen helfen daher auch, ausgeglichener zu werden und Stress-Situationen besser zu bewältigen.

Neu im VfL: Hatha-Yoga-Kurse

Ab September bieten wir Hatha-Yoga an. Dozentin ist: Marita Wäschenbach, Telefon (0 27 42) 96 69 65, e-mail: waeschenbach@arcor.de Sie wohnt in Wissen und hat Ihre Ausbildung zur Yoga-Lehrer-Ausbildung im November 2004 erfolgreich abgeschlossen. Seit Februar 2005 unterrichtet sie Yoga bei der VHS in Wissen.

Was ist Yoga?

Yoga ist vor tausenden von Jahren in Indien entstanden und entspricht in seiner vollständigsten Ausführung einer ganzheitlichen Lebensweise, die den Körper, den Geist und die Seele einbezieht.

Das Wort Yoga stammt aus der alten Sprache des Orients, dem Sanskrit, und wird im Sinne von „zusammenfügen“ und „Vereinigung“ gebraucht.

Im Westen ist das Hatha-Yoga die bekannteste Form des Yoga. Hierbei geht es im Wesentlichen um:

- Atemübungen (Pranayama)
- Körperstellungen (Asanas)
- Tiefenentspannung (Dhyjana)

Yoga kann von jedem und in jedem Alter praktiziert werden der körperlich gesund ist. Die Rücksprache mit einem Arzt empfehle ich immer.

Yoga verlangsamt die Zellalterung, fördert die Beweglichkeit, die Vitalität und die Lebensfreude.

Anfängerkurse

Dienstag, 5. September 2006, Uhrzeit: 17.00–18.00 Uhr und 18.00–19.00 Uhr

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, eine Decke und falls vorhanden eine Isomatte

Kosten

Für Mitglieder 15 €, für Nicht-Vereinsmitglieder 30 € für zehn Einheiten à 60 Minuten – **Anmeldungen** bei der Dozentin, Anschrift s.o.



**MACHEN SIE ES SICH BEQUEM:
ERLEDIGEN SIE IHRE BANKGESCHÄFTE AM PC.**

sdirekt

www.KreissparkasseAltenkirchen.de

Machen Sie es sich bequem: Erledigen Sie Ihre Bankgeschäfte am PC. Wir bieten Programme für Finanzplanung, Zahlungsverkehr und mehr. Fragen Sie nach Electronic Banking. Wenn's um Geld geht - Sparkasse **sd**



Sport
macht im
Verein
am meisten
Spaß

Einrichtungsg-
ZENTRUM



MÖBEL

ZIMMERMANN.de

Die große Einrichtungsschau im Siegerland direkt an der A 45 - Abfahrt Freudenberg