



# SPORTLICHT

Das Schönebecker Sportmagazin



Informationen der Sportgemeinschaft Essen-Schönebeck 19/68 e. V.

Dezember 2019 · Jg. 30 · Ausgabe 02



» 15 Jahre Bundesliga s. 4

» Sportprogramm s. 14

» Kursprogramm s. 18



Über 600 Weine, Sekte,  
Grappe und Obstbrände  
aus aller Welt



Im Girardet Haus  
kostenloses Parken  
direkt vor der Tür!

WeinPalette  
ESSEN

Girardetstr. 10  
45130 Essen-Rüttenscheid  
Tel. 0201 1029693  
Fax 1789174  
service@weinpalette-essen.de  
Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 10 - 19 h · Sa 9 - 17 h  
www.weinpalette-essen.de



Durchstarten  
ist einfach.



sparkasse-essen.de

Wenn man einen starken Finanzpartner hat,  
der für jede Lebenslage den passenden  
Rückenwind bietet.

Wenn's um Geld geht  
Sparkasse Essen

## Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer unseres Vereins,

die Adventswochen haben begonnen, Weihnachten steht vor der Tür – es ist Zeit für das zweite Vereinsjournal im Jahr 2019. Und das hat es mal wieder in sich. Die enorme Vielfalt unserer großen Sportgemeinschaft wird schon beim Durchblättern sichtbar. Ich empfehle aber ein intensiveres Studium der einzelnen Artikel, um mit uns den Vereinsverantwortlichen gemeinsam stolz zu sein, auf das, was alles in unserem Verein möglich ist.

Da engagieren sich die Judokas großartig in der Umsetzung des Landessportbund-Programms „Bewegt älter werden“. Die Tischtennis-Abteilung macht große Fortschritte in der Begeisterung von Jugendlichen für diesen Sport, indem das Engagement von Jugendtrainern gesteigert wird.

Die E1-Junioren-Fußballer berichten über ihren Segeltörn auf dem Ijsselmeer und die U13-Mädchen starteten als Team Deutschland beim Internationalen DANONE-Fußball-Cup in Barcelona. Unverändert sucht die Tanz-Abteilung neue Paare, um die Gemeinschaft zusätzlich zu beleben. Und die Neuausrichtung des Vereins bei den Weihnachts- und Neujahrsgrüßen sorgt dafür, dass der Verein Zug um Zug (ZUZ) in Essen-Borbeck mit einer Geldspende ausgestattet werden kann. Nicht vergessen werden dürfen auch alle mit viel Einsatz betriebenen Sektoren des Sport- und Gesundheitszentrums an der Ardelhütte.

Ja, das alles und noch mehr ist die Sportgemeinschaft Essen-Schönebeck. Stolz sind wir natürlich auch auf die Mannschaftsleistungen in den Fußballteams der Männer, Junioren, Frauen und Mädchen sowie in den sonstigen Abteilungen auf die persönlichen Bestleistungen. Funktionieren kann das nur durch die Hilfe, den Einsatz und das großartige Engagement von sehr vielen fleißigen und unermüdlichen Helfern, Trainern und Betreuern. Herzlichen Dank dafür. In den Dank eingeschlossen sind natürlich auch alle Sponsoren und Förderer unserer Sportgemeinschaft sowie alle Gestalter dieses Vereinsjournals.

Im Namen von Aufsichtsrat, Vorstand und Geschäftsführung wünsche ich allen eine besinnliche Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest sowie einen guten Übergang in ein erfolgreiches Jahr 2020.

Ihr und euer

Ulrich Meier  
Vorsitzender des  
Vorstandes



## Inhalt

### Fußball

Frauen -  
15 Jahre Bundesliga 4

Jugend Jungen  
BVB Family Cup 2019 7  
SGS-Fußballjugend setzt  
auf Profi-Hightech 11  
E1 erobert das Ijsselmeer 12

Jugend Mädchen  
SGS Essen präsentierte  
voller Stolz Team Germany  
beim DNC-Weltfinale 2019 26

### SGS-Intern

Team Talente Essen  
unterstützt Essener  
Sporttalente 9  
Gesundes Frühstück  
statt Weihnachtskarten 29  
Lust auf Tanzen? 29

Sportprogramm 14

Kursprogramm 18

### Tischtennis

Nachwuchs grüßt  
von der Tabellenspitze 21

### Judo

Mit Judo  
„bewegt älter werden“ 25

Pinnwand 31

Herausgeber:

SG Essen-Schönebeck 19/68 e.V.

Ardelhütte 166 b, 45359 Essen

Tel.: 0201/675959 · Fax: 0201/8659081

www.sg-schoenebeck.de

mail@sg-schoenebeck.de

# 15 Jahre Bundesliga

Da standen wir im Juni 2004 auf dem Rasen am Hallo nach der Qualifikation zur 1. Frauen-Bundesliga und Trainer Ralf Agolli fragte nur: „Was machen wir jetzt?“ Das beschrieb die Situation genau. Wir hatten kein Stadion, kaum Sponsoren, wir trainierten dreimal pro Woche auf einem „halben“ Kunstrasen und mussten uns das große bewegliche Tor mit den Senioren teilen. Und ein Team für die erste Liga hatten wir auch nicht! Der Vorstand und Aufsichtsrat hatte Anfang 2004 beschlossen, dass wir bei Qualifikation die Bundesliga für ein Jahr angehen sollten. Die Bewerbung mussten wir schon zum 15. März beim DFB eingereicht haben. Nun gab es kein zurück. Saison 2004/2005 - das Abenteuer Bundesliga begann. Für alle war es Neuland und keiner konnte wissen, was auf uns zukam. Zunächst rief mich der „Kicker“ an. Bisher nahm uns die lokale Presse kaum wahr - und jetzt der Kicker. Wir waren nun bundesweit präsent, wo wir bisher über NRW in der Regionalliga nicht hinausgekommen waren.

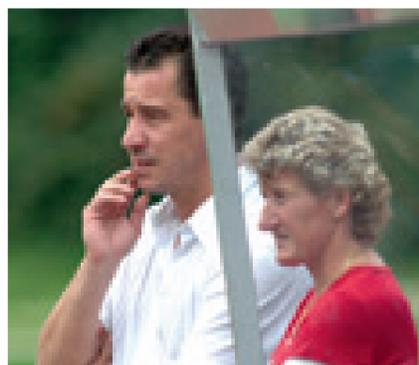
Doch noch mal kurz zurück. In der Saison 2004/2005 sollte die 2. Bundesliga eingeführt werden. Nach einem Fastabstieg im Vorjahr wollten wir uns dafür qualifizieren. Das hatten wir schnell geschafft. Aber wir wurden auch Meister der Regionalliga West nach einem engen Zweikampf mit der SG Wattenscheid 09, die bis auf den

letzten Spieltag immer erster war und wir erst im letzten Spiel am Favoriten vorbeizogen. Nun gab es die Aufstiegsrunde zur 1. Bundesliga und wir stiegen vorzeitig mit Siegen gegen Niederkirchen und Tennis Borussia Berlin auf. Nun spielen wir bereits die 16. Saison in der 1. - jetzt Flyeralarm - Frauen-Bundesliga und die 15. war bei kontinuier-



DFB Pokal Halbfinale 2007:  
Trotz Torjubel in der Verlängerung gegen Duisburg verloren.

**Unbedingt Vormerken!**  
17. Mai 2020, Stadion Essen  
SGS Essen - FC Bayern München



Von Beginn an als Co-Trainerin dabei:  
Kirsten Schlosser

licher Weiterentwicklung die bisher erfolgreichste. Mit 41 Punkten belegten wir erstmals den vierten Tabellenplatz und in der „ewigen“ Bundesligatabelle den achten Rang und Kirsten Schlosser war immer dabei!

Das Highlight war sicherlich 2014 der Einzug ins DFB-Pokalendspiel. Über 2000 Essener begleiteten uns am 17. Mai nach Köln. 17 000 Zuschauer im Stadion und 1,7 Millionen an den Fern-



Mannschaftsfoto 2004/2005 der ersten Bundesliga Saison

sehern brachten neuen Schwung und Aufmerksamkeit für den einzigen Essener Erstligisten. Auch wenn wir 0:3 verloren, war dieser Tag ein unvergessenes Ereignis für alle Beteiligten, vor allem aber für die vielen unserer ehemaligen Jugendspielerinnen im Aufgebot.

JUGENDARBEIT wird bei uns großgeschrieben und die Ausbildung junger Spielerinnen ist der wesentliche Bestandteil unseres Erfolges. Von Ulla Nüchter über Jürgen Everbeck, Gregor Stuhldreier, Dagobert Perschk bis zum heutigen Jugendkoordinator Christian

Kowalski, der uns seit dem 1. Mai 2008 in neue Dimensionen vorstoßen ließ. Anfangs noch belächelt: „Was sollen wir denn in Schönebeck?“, bekam er zunächst viele Abfuhren. Heute rufen die talentiertesten Spielerinnen an und fragen, ob sie bei uns spielen können. Seit Einführung der U17-Juniorinnen-Bundesliga belegen wir einen der ersten drei Plätze und nahmen zweimal an der Endrunde zur Deutschen Meisterschaft teil. Bei uns bekommen die jungen Spielerinnen Einsatzmöglichkeiten in der Ersten Frauen und SGS Essen ist damit zu einer der besten Adressen für den Nachwuchs

Mannschaftsfoto 2019/2020 der aktuellen Bundesliga Saison



geworden. (14 aktuelle Nationalspielerinnen unterstreichen dies eindrucksvoll!)

Die Frauen-Bundesliga hat sich in 15 Jahren nicht nur wirtschaftlich enorm weiterentwickelt, auch in der Infrastruktur verbessern wir uns dank städtischer Unterstützung ständig. Einen Trainingsrasen neuesten Standards sollen wir 2020 an der Raumer Straße bekommen. Schon jetzt haben wir einen neuen Kunstrasen zum Training. Wir spielen seit 2012/13 im Stadion Essen. Aus Marketingergwägungen nutzen wir seitdem auch das Kürzel „SGS“ (das zweite S steht für Schönebeck) und haben ein einfarbiges Logo entwickelt. Der Sponsorenpool entfaltet sich weiter, denn zahlreiche Essener Firmen haben die Außenwirkungen dieses sympathischen und engagierten Frauenteam erkannt.

Die SGS Essen muss sich nun im „Konzert“ der immer stärker werdenden „Männervereine“ und der wachsenden Konkurrenz in Europa behaupten. Dies werden wir auch unter dem neuen Geschäftsführer Florian Zeuschler tun, immer unter dem Aspekt, den Gesamtverein mit über 4000 Sporttreibenden finanziell nicht zu gefährden.

Willi Wißing

Glas- und Gebäudereinigung seit 1950 Meisterbetrieb

# KWAHS

Gebäudereinigung GmbH

## sauber und sicher

Ein Begriff für hochwertige Dienstleistungen

Alte Bottroper Str. 44

45356 Essen

**Tel.: 02 01 / 86 14 23-0**

Fax 02 01/86 14 23-40



- Fensterreinigung
- Büroreinigung
- Betriebsreinigung
- Treppenhausreinigung
- Spezialreinigung

auf Anfrage

www.kwahs.de · kwahs@t-online.de



Bedarfsgerechte Vorsorge  
braucht fachkundige Beratung.  
Bei uns erhalten Sie beides!

Ihr LVM-Servicebüro

**Ralf Dusy**

Aktienstraße 45

45359 Essen

Telefon (0201) 86 86 30

info@dusy.lvm.de

**LVM**  
VERSICHERUNG

Wie wär's mit einer  
Bandenwerbung  
an der Ardelhütte!

ca. 300.000 Besucher im  
Jahr sehen Ihre Werbung

Sprechen Sie uns an!  
T. 0201-675959



## BVB Family Cup 2019

Ende September war es soweit, wir nahmen an der Endrunde des BVB FAMILY CUPS in Dortmund teil. Durch den Turniersieg im Frühjahr an der heimischen Ardelhütte waren wir für diesen Event qualifiziert. Schon bei unserem Turnier waren wir von den Rahmenbedingungen mehr als begeistert. Verantwortlich dafür waren das Team Feldmann, die Ruhrdeichgruppe in Person von Nenad Tasic und selbst-

verständlich der BVB. Obwohl es um einen Riesenpokal ging, war Fairplay überall zu spüren. Nachdem wir die Vorrunde erfolgreich überstanden hatten, verloren wir im Halbfinale gegen den späteren Sieger im 9-Meter-Schießen. Egal, denn auch der dritte Platz beim Endturnier macht uns stolz. Unser Team FC Kleinigkeit setzte sich aus Spielern der F-Jugend, C-Jugend, A-Jugend und Vätern als „Familienmann-

schaft“ der SG Essen-Schönebeck zusammen. Nach dem Turnier folgten weitere Highlights:

- gemeinsames Essen aller Teams sowie ein Fotoshooting mit Roman Weidenfelder
- Siegerehrung im Signal Iduna Park vor der Südtribüne durch Nobby Dickel
- zum Schluss verfolgten wir gemeinsam die Bundesligapartie BVB gegen Werder Bremen auf der Westtribüne



Die Ruhrdeichgruppe stellte uns einen Opel Zafira als Mannschaftsbus zur Verfügung, in dem unser jüngster Spieler nach 12 Stunden „Fußball total“ glücklich eingeschlafen ist.

Diesen Tag werden wir nicht vergessen und hoffen auf eine Fortsetzung! Wir wären dabei!



## FACEBOOK, INSTAGRAM, WEBSITE & CO.

**MONATLICHE CONTENT-PLANUNG**

**1:1-KOMMUNIKATION MIT IHRER ZIELGRUPPE**

**DIGITALER CONTENT FÜR IHR UNTERNEHMEN**

**AKTIVES POSTEN IHRER INHALTE**

**JETZT ANGEBOT SICHERN!**

**CONTENT NEWS**

// Social Media Management  
// Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
// visuelle Dokumentation

Jens Knetsch | Dipl.-Journalist  
mobil +49 (0) 173.58 30 66 1  
www.content-news.de

# Team Talente Essen unterstützt Essener Sporttalente

Das Team Talente Essen e.V. (kurz TTE) geht getreu dem Motto „Teamsport braucht keine Alleingänge“ komplett neue Wege und hat sich zur Aufgabe gemacht, den Nachwuchssport in der Stadt Essen nachhaltig zu unterstützen. Der Verein will jungen Sportlern und Sportlerinnen echte Perspektiven direkt vor der eigenen Haustür bieten und unterstützt ausschließlich Essener Vereine aus dem Bereich der olympischen Ball- bzw. Mannschaftssportarten. Die zu fördernden Vereine müssen mit ihren Seniorenteams in einer professionellen bzw. leistungsorientierten Spielklasse aktiv sein. Aktuell unterstützt die TTE mit ihren Fördergeldern die Nachwuchsabteilungen der Vereine SGS Essen, Rot-Weiss Essen, ESC Wohnbau Moskitos Essen, VV Humann Essen, Tusem Essen und ETB Wohnbau Miners. Das Team Talente Essen steht in ständigem Dialog mit allen Clubs und setzt auf intensiven Austausch.



Marcus Uhlig (RWE), Thomas Schneeberger (Moskitos Essen), Jonathan Krause (Tusem Essen), Stephan Espelage (VV Humann), Dieter Homscheidt (ETB Miners), Thomas Kufen (Oberbürgermeister), Dirk Rehage (SGS), Dr. Niels Ellwanger (Tusem Essen), Jörn Nowak (RWE), Florian Zeuschler (SGS)

zeitig für den Startschuss des Fördervereins gesorgt. Seit Anfang 2018 wird der talentierte Essener Nachwuchs im Handball, Basketball, Eishockey sowie Fuß- und Volleyball nach Kräften unterstützt. Insgesamt trainieren und spielen bei den sechs Clubs weit über 1.000 junge Talente, die in ihren unterschiedlichen Altersklassen auf Landes- und Bundesebene erstklassig sind.

Der Zusammenschluss der zunächst sechs Vereine mit ihren unterschiedlichen Sportarten im Team Talente Essen ist in Deutschland bislang einzigartig. Gemeinsam und über die Vereinsgrenzen hinweg werden hier Herausforderungen in Angriff genommen, die dazu führen sollen, dass junge Talente der Sportstadt Essen nicht verloren gehen.

Schirmherr und auch großer Unterstützer des TTE ist Oberbürgermeister Thomas Kufen. Er hatte die Vereine 2017 zum Dialog Sport und Politik ins Rathaus eingeladen und somit gleich-

zeitig für den Startschuss des Fördervereins gesorgt. Ähnlich sieht es bei der medizinischen Versorgung der jungen Talente aus, auch hier wird eine sachkundige und sportspezifische Betreuung vorausgesetzt. Im professionellen Alltag muss natürlich auch gewährleistet sein, dass die Sportler problemlos und ohne Hürden ihre Trainings- und Wettkampftätigkeiten erreichen und dies nicht zu Lasten von Schule oder Ausbildung geht. Aufgaben, die für viele Vereine große Herausforderungen darstellen.

Dabei geht es für die Vereine heute aber schon lange nicht mehr nur darum, ein gutes Training anzubieten, die Anforderungen im Jugendspitzensport sind vielfältiger und spezieller geworden. Wer mit der potenten und hochklassigen Konkurrenz mithalten und den „Stars von morgen“ eine gute Perspektive bieten will, der muss sich heute Gedanken über viele Dinge machen. So zum Beispiel, woher die notwendigen qualifizierten Trainer und Physiotherapeuten kommen und vor allem, wie diese finanziert werden.

All diese Aufgaben erfordern von den Verantwortlichen ein hohes Maß an personellem und vor allem finanziellem Einsatz, der von den Vereinen oft nicht alleine gestemmt werden kann. Genau hier hat sich Team Talente Essen im vergangenen Jahr verstärkt eingesetzt und in den Vereinen wertvolle Hilfe geleistet. Die erste Unterstützungsbilanz kann sich sehen lassen:

So wurden in den Jugendbereichen der

## Baby Träume

ökologisch natürlich schön

**Der Insider-Tipp**

- Babykleidung
- Baby-Tragehilfen
- Naturkind-Kinderwagen
- Matratzen/Bettwaren
- Spielzeug

reddot design award winner 2018

GOLDI Super

Ruckeli

NATURKIND Kinderwagen

Frohnhauser Str. 432  
45144 Essen  
Tel. (0201) 8554305

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 10-18 h  
Sa. 10-14 h

Nur 4 Auto-Minuten von der Schönebecker Str. entfernt (ca. 2 km)

P im Hof

**Europcar**  
moving your way

**Gemeinsam fahren.  
Gemeinsam siegen.**

Günstige Mehrsitzer gibt's bei:

Europcar Autovermietung GmbH  
Daniel Zbick  
Fürstbissinstr. 18  
45355 Essen  
Tel. 0201/68 12 02



**Glas Stebani**

Glastüren  
Glas Türsysteme  
Glas-Duschen

02 01  
821 34 90

Betrieb + Ausstellung  
Econo-Allee 18, 45356 Essen  
info@glasstebani.de  
www.glasstebani.de

Glas-Küchenspiegel  
Isolierglas  
Schaufenster  
Brandschutzglas  
Spiegel

Reparaturverglasung  
24-Std.-Notdienst  
Sandstrahlung + Design  
UV-Verklebung




## Gut ausgerüstet in die neue Ski-Saison. Kommen Sie zum „Wintersport Check-Up“ in die Opti thek.

Die Wintersport-Saison steht vor der Tür und mit ihr die Frage nach der richtigen Skibrille. Diese sollte nicht nur zum Outfit passen, sondern auch bei allen Lichtverhältnissen die optimale Sicht bieten.

Denn wer auf der Piste nicht gut sieht hat ein erhöhtes Unfallrisiko. Die beste Skibrille ist immer die, die den eigenen Anforderungen und Ansprüchen am besten entspricht. Es gilt vieles zu beachten: 100%iger UV-Schutz, Anti-Fog-Beschichtung sowie diverse Tönungsfarben. Wir beraten Sie ausführlich und vermessen Ihre Augen mit dem neuen ZEISS i.Profiler® plus auf 1/100 Dioptrie genau. **Die Messung ist für Sie im Rahmen des Opti thek „Wintersport Check-Up“ kostenlos.**

Jetzt Termin vereinbaren – unter 02 01 / 26 71 52

**Opti thek**  
Meisterbetrieb Unthan-Langen

Von Einem-Str. 1 • Ecke Rellinghauser Str.  
45130 Essen • Tel. 02 01 / 26 71 52  
www.opti thek.de

**Ski- &  
Sportbrillen-  
Fassungen  
bis zu 50%  
reduziert!**

verschiedenen Vereine insgesamt zwei neue Übungsleiter, drei Physiotherapeuten und ein professioneller Athletiktrainer finanziert. Investiert hat der Verein ebenfalls in gezielte Weiterbildungsmaßnahmen für vier in den Clubs tätige Jugendtrainer. Hier ging es vor allem darum, das vorhandene Personal zu professionalisieren und mit den notwendigen Lizenzen auszustatten.

Dank der Kooperation zwischen der Universitätsklinik und Team Talente Essen, kann jetzt auch die medizinische Betreuung zahlreicher weiterer junger Sportler in professionelle Hände gelegt werden. Weil zu einer guten Trainingsarbeit auch entsprechende Gerätschaften gehören, wurden im Laufe des Jahres gezielt und dringend erforderliche Trainingsgeräte und Ausrüstungen angeschafft.

Dank TTE wird es für die Vereine bald auch einfacher, die jungen Talente zu ihren Trainingseinheiten und Wettkämpfen zu befördern. Hierfür wird in Kürze ein spezieller Bus zur Verfügung

stehen, den die Vereine bei Bedarf abrufen können.

Unterstützt wird der Förderverein zum einen von zahlreichen Essener Unternehmen, zum anderen gehören aber auch viele Essenerinnen und Essener zu dem Kreis der Personen, die den Verein durch eine private Mitgliedschaft im TTE unterstützen.

Die SGS Essen ist stolz darauf, in diesem bundesweit einmaligen Projekt mitwirken zu können. Gemeinsam konnten bereits auch einige Sponsoren akquiriert werden, die sich bislang nicht in der Essener Leistungssportszene engagiert haben.

Auf dem Jahresempfang des Team Talente Essen am 18.11.2019 in der Messe Essen berichtete der Aufsichtsrats-Vorsitzende der SGS Essen und gleichzeitig 1. Vorsitzende des TTE, Dirk Rehage, daher nicht nur über die Verwendung der bislang eingegangenen Sponsoren- und Mitgliedsbeiträge, sondern bedankte sich gleichzeitig für die tolle Unterstützung der Essener

Leistungssportjugend. Auch Thomas Kufen bedankte sich für das große Engagement aller Beteiligten und forderte in seiner Begrüßung erneut alle Unternehmen, aber ebenso Einzelpersonen dazu auf, den TTE weiter zu unterstützen. Moderator Björn Schüngel führte gewohnt locker und kompetent durch das Rahmenprogramm, u.a. mit Talk-Runden einiger großer Sponsoren sowie den eigentlichen Protagonisten – den Sportlerinnen und Sportlern, die aus ihrem eng getakteten Alltag berichteten. Spätestens hier war den rund 200 Gästen der Veranstaltung klar, warum es sich lohnt, die TTE nachhaltig zu unterstützen.

Die Erfolge und Anschaffungen zeigen in den Vereinen täglich ihre gute Wirkung und machen deutlich, dass die 20,18 € pro Jahr für eine private Mitgliedschaft und die 242,16 € für eine jährliche Firmenmitgliedschaft im Team Talente Essen e.V. gut angelegtes Geld sind.

(Informationen und Antrag Mitgliedschaft unter <https://tte.ruhr>).

## SGS-Fußballjugend setzt auf Profi-Hightech

Seit Ende September steht den leistungsorientierten Mannschaften der SGS-Fußballjugend ein neues Tool zur Verfügung: die Tracktics-Box wurde vom Verein angeschafft!

Die Teams der A1, B1, C1 und C2, alle- samt Teilnehmer der Niederrheinliga bzw. Leistungsklasse, teilen sich turnusmäßig die Nutzung der GPS-Tracker, die in Neoprenurten unter dem Trikot getragen werden und mit denen dabei u.a. Werte wie Distanz, Geschwindigkeit, Positionstreuung, Laufverhalten der einzelnen Spieler und/oder

der gesamten Mannschaft im Training sowie bei Spielen erfasst und anschließend ausgewertet werden können.

Die verantwortlichen Trainer und Jugendleiter erwarten von dieser Investition einen Motivationsschub sowohl für die Spieler, die ihre persönlichen Werte über eine App abrufen können, als auch für die Trainer, denen ein belegbarer Überblick über die individuelle Entwicklung der Spieler eine gezielte Förderung erleichtern soll.

Die ersten Einheiten wurden in jedem Fall bereits mit Begeisterung „getrackt“!



# E1 erobert das Ijsselmeer

## Mannschaftsfahrt mal anders

Für die diesjährige Mannschaftsfahrt hatten sich unsere Trainer etwas ganz Besonderes überlegt: es sollte zum Segeltörn aufs Ijsselmeer gehen.

Also hieß es für die Trainer: Angebote einholen, Termine planen, Eltern überzeugen, Skipper und Boot buchen, Ablauf planen, Packlisten erstellen, Essen und Getränke einkaufen und Daumen drücken für gutes Wetter. Ende Juni haben wir unseren Seesack gepackt, das Handy in den Schrank gelegt und Freitag, pünktlich nach Schulschluss, sind wir los zum Treffpunkt an der Ardelhütte. Mit den Autos ging es auf die Autobahn Richtung Holland.



Im wunderschönen Städtchen Lemmer angekommen, wartete schon unser Plattbodenschiff „Emma“ fest vertäut an der Anlegestelle Emmakade. Sie sollte nun für die nächsten zwei Tage unser Zuhause werden. Doch bevor es an Bord ging, mussten wir uns erst einmal standesgemäß mit

lecker Pommes und Frikandel stärken, wie es sich für eine Reise nach Holland gehört. Im Anschluss wurde dann mit vollem Magen das Schiff von 13 Leichtmatrosen und 6 Landratten geentert, die Seesäcke und der Proviant in den Kajüten verstaut und die Kojen gemacht.

Danach gab es eine Einweisung unseres Skippers Peter, der uns die Geschichte des 1888 erbauten Schiffes und seiner Bewohner, die Regeln an Bord und sogar die Bedienung der Toilettenspülung sowie unsere bevorstehende Reiseroute auf seine sehr charmante Art erklärte.



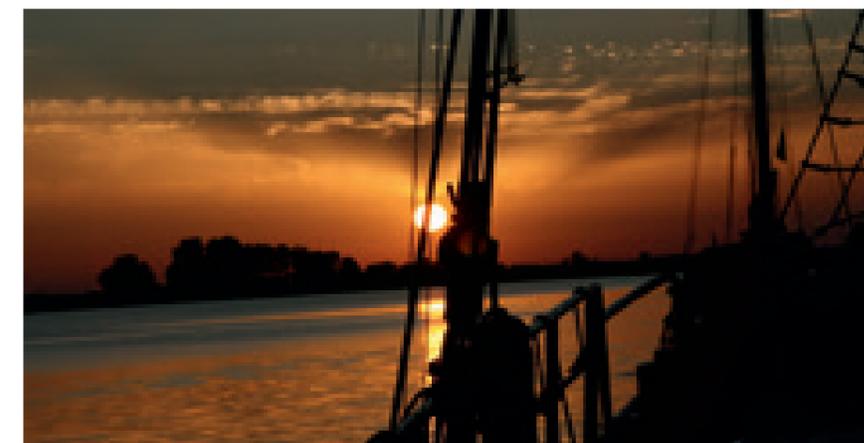
Nachdem alle Pflichten an Bord erfüllt waren, packten wir ein paar Handtücher ein und verbrachten den Rest des Abends am Strand in Lemmer.

Am nächsten Morgen wurden noch schnell die wichtigsten Dinge eingekauft – unsere Kaperfahrt sollte uns auf eine einsame Insel führen. Nach dem Frühstück war es dann soweit: Leinen los und Segel setzen. Aufmerksam lauschten wir Leichtmatrosen den Anweisungen unserer Bootsfrau Marion, die uns diverse Knoten, Anschlagstechniken und die Funktionen der Takelage zeigte sowie jedem Leichtmatrosen seine Aufgabe zuteilte. Die sechs mitreisenden Landratten-Papas wurden als Smutjes und Quartiermeister abkommandiert. Es wurde nicht langweilig, da Peter es als selbstverständlich ansah, auch in den engen Kanälen Frieslands stets unter Segeln voranzukommen, was einiges an Aufmerksamkeit erforderte und auch einige Aufmerksamkeit an Land erregte.

„Emma ist ein Segelschiff mit Hilfsmotor und nicht ein Motorschiff mit Segeln“, gab uns der Käpt'n zu verstehen. So haben wir auf dem Weg zu unserer Insel an jeder Klappbrücke die Segel eingeholt und wieder gesetzt und unser Zahlmeister hat ordentlich sein

Brückengeld entrichtet. Übung macht den Meister. Am frühen Nachmittag erreichten wir unser Ziel, eine unbewohnte Insel im Hegemer Mar. Hier wurde das Anlegemanöver natürlich unter Segeln durchgeführt, aber wir waren mittlerweile ein eingespieltes Leichtmatrosenteam und erledigten diese Aufgabe mit Bravour.

Nachdem Emma fest am Steg vertäut war, gab es nur noch eins zu tun: Badehosen an und ab ins Meer. Von der Reling unseres Schiffes wurden Salto-Wettbewerbe und Volleyschüsse probiert, zurück aufs Schiff ging es wieder über eine Strickleiter. Natürlich wurde von den Smutjes auch noch der Grill angeheizt und wir ließen bei schönstem Wetter, gutem Essen und Musik den Abend ausklingen. Die letzten Sprünge von der Planke haben wir noch im Sonnenuntergang ge-



macht. Als dann kurz vor Mitternacht die Batterie unserer Emma leer war, durfte man beim Gang zur Toilette natürlich die Taschenlampe nicht vergessen.

Der nächste Morgen begrüßte uns mit einem ordentlichen Sturm und brachte die Emma ganz schön ins Schaukeln. Das Wetter beruhigte sich aber schnell und die Rückfahrt bot uns noch High-Speed Surfer, eine Plattbodenschiff-Regatta, historische Dampfschlepper, einen Stopp in Sloten, der kleinsten Stadt Hollands und leckeres Eis.

Ein letztes Mal haben die Smutjes für uns gekocht und wir fleißig Segel die gesetzt und eingeholt. Zurück in Lemmer angekommen wurde klar Schiff gemacht, die Seesäcke wurden gepackt und ein großes Dankeschön an Peter, den besten Skipper Frieslands und seine Bootsfrau Marion ausgesprochen. Den Nachmittag verbrachten wir noch einmal am Strand in Lemmer, um dann müde und zufrieden nach Hause zurückzufahren.

An dieser Stelle möchten wir uns noch einmal bei allen Papas und Mamas bedanken, dass sie uns diesen aufregenden Segeltörn ermöglicht haben.

Ahoi von den Leichtmatrosen der E1 der SG Essen-Schönebeck.

# Sportprogramm

über 300 Stunden aktive Freizeit

Aktuelle Informationen über unsere Abteilungen

unter [www.sg-schoenebeck.de](http://www.sg-schoenebeck.de)



## Fitclub (ab 16 Jahre)

Montag - Donnerstag	08.00 - 13.00 Uhr	15.00 - 21.30 Uhr
Freitag	08.00 - 13.00 Uhr	15.00 - 20.00 Uhr
Samstag / Sonntag	10.00 - 15.00 Uhr	
Anmeldung / Info:	Tel.: 8659082	
Leitung:	Annika Weichold	

## Fußball-Frauen

<b>1. Frauen</b> (Frauen-Bundesliga)	Mo.	17.30 - 19.30 Uhr	Raumerstraße
	Di.	17.30 - 19.30 Uhr	Raumerstraße
	Do.	17.30 - 19.30 Uhr	Raumerstraße
	Fr.	16.30 - 18.30 Uhr	Raumerstraße
<b>2. Frauen</b> (2. Frauen-Bundesliga)	Di.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Do.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
<b>3. Frauen</b> (Niederrheinliga)	Di.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Do.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte

## Fußball-Jugend

Trainingszeiten unter [www.sgs-fussballjugend.de](http://www.sgs-fussballjugend.de)  
 Jugendleiter: Thomas Kasten Tel.: 0151/61001747  
 Passangelegenheiten: Wilfried Huber Tel.: 0172/2450663  
 Kassierer: Jürgen Menne Tel.: 689749  
 Mädchenkoordinator: Christian Kowalski Tel.: 0177/4210669  
 Geschäftszeiten Fußball-Jugend: Do. 17.00-19.00 Uhr

## Fußball-Senioren

<b>1. Herren</b> (Kreisliga A)	Di.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Mi.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
<b>2. Herren</b> (Kreisliga A)	Mo.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Mi.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte

<b>3. Herren</b> (Kreisliga B)	Mi.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
<b>4. Herren</b> (Kreisliga B)	Mi.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
	Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
<b>Alte Herren</b>	Mo.	19.45 - 21.00 Uhr	Ardelhütte
<b>FB-Treff</b>	Mo.	19.45 - 21.00 Uhr	Ardelhütte

1. Vorsitzender: Frank Neuhaus, Tel.: 0163-4089747

## Gymnastik

<b>Frauen</b>	Mo.	09.00 - 10.00 Uhr	SGZ Ardelhütte
	Di.	09.00 - 10.00 Uhr	SGZ Ardelhütte
	Di.	20.00 - 21.00 Uhr	SGZ Ardelhütte
	Do.	19.30 - 20.30 Uhr	TH Eichend.-Schule
	Do.	17.00 - 18.00 Uhr	SGZ Ardelhütte
<b>Fitness 30+</b>	Mi.	20.00 - 21.00 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
<b>Fitness 60+</b>	Di.	17.30 - 18.30 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
	Mi.	15.00 - 16.00 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
<b>Fit am Ball</b>	Mi.	18.00 - 19.00 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
<b>Badminton (Hobby)</b>	Mi.	19.00 - 20.00 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.

Abteilungsleitung: Gunthild Bahls, Tel.: 45323023  
 Barbara Weingartz, Tel.: 676224  
 Senioren: Rosemarie Pleuse, Tel.: 675480

## Judo

<b>Kinder / Jugendliche</b>	Mo.	17.30 - 19.30 Uhr	TH Eichend.-Schule
	Do.	17.30 - 19.30 Uhr	TH Eichend.-Schule
<b>Erwachsene</b>	Mo.	19.30 - 21.00 Uhr	TH Eichend.-Schule

Abteilungsleitung: Rainer Hagelgans, Tel. 0152/23913944

## Leichtathletik (Sommer bis Herbstferien 2019)

<b>alle Altersklassen</b>	Mo.	18.00 - 19.30 Uhr	Ardelhütte (Laufen)
<b>6 - 10 Jahre</b>	Di.	15.30 - 16.30 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
	Do.	16.00 - 17.00 Uhr	TH. Schloßschule
<b>10 - 15 Jahre</b>	Do.	17.00 - 18.00 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.

<b>10 - 15 Jahre</b>	Do.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Schloßschule
<b>15 - 19 Jahre</b>	Mi.	18.00 - 19.30 Uhr	TH Schloßschule
	Fr.	18.00 - 19.30 Uhr	Ardelhütte/Am Hallo
<b>Jedermänner</b>	Mo.	20.00 - 21.45 Uhr	TH A.-Liebm.-Sch.
<b>Jederfrauen</b>	Di.	18.30 - 20.00 Uhr	TH Schloßschule

Abteilungsleitung: Klaus Diekmann, Tel.: 689092  
 Jugendleiterin: Regina Hallmann, Tel.: 681049  
 Jugendtrainer: Marc Spies, E-Mail: marcspies@aol.com

## Mutter/Vater-Kindturnen

<b>2-4 Jahre</b>	Mo.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Schloßschule
	Mo.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.
	Mo.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Schloßschule
	Mo.	15.30 - 16.30 Uhr	TH Eichendorffschule
	Mo.	16.30 - 17.30 Uhr	TH Eichendorffschule
	Di.	15.00 - 16.00 Uhr	TH Eichendorffschule
	Di.	16.30 - 17.30 Uhr	TH Schloßschule
	Di.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.
	Mi.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Schloßschule
	Mi.	16.00 - 17.00 Uhr	TH A.-Liebmann-Sch.
	Mi.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Eichendorffschule
	Do.	16.30 - 17.30 Uhr	TH Eichendorffschule
	Do.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.
	Fr.	16.30 - 17.30 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.
Fr.	17.30 - 18.30 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.	

Abteilungsleitung: Anja Rech, Tel.: 675959 (Büro SGS)

## Tanzen

alle Paare	Mo.	19.30 - 21.00 Uhr	Pfarrh. St. Antonius
------------	-----	-------------------	----------------------

Abteilungsleitung: Bruno Nierfeld Tel.: 673480

## Tischtennis

<b>Kinder (8 - 12)</b>	Mi.	18.00 - 19.00 Uhr	TH Eichendorffschule
	Fr.	18.00 - 19.00 Uhr	TH Eichendorffschule
<b>Kinder (13 - 17)</b>	Mi.	19.00 - 20.00 Uhr	TH Eichendorffschule
	Fr.	19.00 - 20.00 Uhr	TH Eichendorffschule
<b>Damen und Herren</b>	Di.	18.00 - 22.00 Uhr	TH Eichendorffschule
	Fr.	20.00 - 22.00 Uhr	TH Eichendorffschule
<b>Hobbygruppe</b>	Mi.	20.00 - 22.00 Uhr	TH Eichendorffschule

Abteilungsleitung: Heinz-Günter Holzgrebe, Tel.: 6099491

## Turn- und Spielgruppen

<b>4-6 Jahre</b>	Mo.	14.30 - 15.30 Uhr	TH Eichendorffschule	
	Mo.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.	
	Di.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.	
	Di.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Eichendorffschule	
	Di.	17.30 - 18.30 Uhr	TH Schloßschule	
	Mi.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Eichendorffschule	
	Mi.	17.00 - 18.00 Uhr	TH A.-Liebmann-Sch.	
	Do.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.	
	<b>6-10 Jahre</b>	Di.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Eichendorffschule
		Mi.	15.00 - 16.00 Uhr	TH Eichendorffschule
Fr.		15.30 - 16.30 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.	
<b>Parcours/Teamspiele</b>	Fr.	16.00 - 17.00 Uhr	TH Eichendorffschule	
	Fr.	17.00 - 18.00 Uhr	TH Eichendorffschule	

Abteilungsleitung: Anja Rech, Tel.: 675959 (Büro SGS)

## Volleyball

<b>Mixed 1</b>	Fr.	20.00 - 22.00 Uhr	TH Geschw.-Scholl-Sch.
<b>Mixed 2</b>	Di.	20.00 - 22.00 Uhr	SpH Wüstenhöferstr.
<b>Mixed 3</b>	Di.	18.00 - 20.00 Uhr	SpH. Unterstrasse
<b>Jugend</b>	Mi.	19.00 - 20.30 Uhr	TH Traug.-Weise-Sch.

Abteilungsleitung: Michael Abel, michaelabel1@gmx.de

## Walking/Jogging

Anmeldung/Info: SGS Geschäftsstelle Tel. 675959  
 Die Teilnahme ist für Vereinsmitglieder und Kursteilnehmer kostenlos.  
 Damen/Herren Mo. + Do. 09.00-10.00 Uhr Ardelhütte

Aktuelle Informationen über unsere Abteilungen unter [www.sg-schoenebeck.de](http://www.sg-schoenebeck.de)

Hier beantworten wir Ihre Fragen zu unseren Beiträgen und Spenden an den Verein. Wenn Sie keine Antwort finden, rufen Sie einfach in der Geschäftsstelle an (675959) oder formulieren Sie Ihre Frage unter "Kontakt". Wir helfen Ihnen gerne.



## Mach es einfach - das DEUTSCHE SPORTABZEICHEN

auf der Sportanlage Ardelhütte 166a, 45359 Essen am:



Freitag, 08. Mai 2020	18.00 Uhr
Freitag, 29. Mai 2020	18.00 Uhr
Freitag, 05. Juni 2020	18.00 Uhr
Freitag, 26. Juni 2020	18.00 Uhr
Freitag, 21. August 2020	18.00 Uhr
Freitag, 11. September 2020	18.00 Uhr
Freitag, 02. Oktober 2020	18.00 Uhr
Freitag, 23. Oktober 2020	18.00 Uhr

## Ansprechpartner:

Klaus Diekmann, Tel.: 0201 / 689092

## SGS Sportabzeichenprüfer 2019:

Ulrich Stump, Norbert Stakemeier, Hans-Jürgen Parusel, Roswitha Gawlick, Reinhard Risch, Andreas Hüsgen, Regina Radtke, Eva Brozio, Josef Komander, Karl-Heinz Funke-Kaiser,



foto: klaus.in.der.wiesche

**Dickhaut & Garcia** GbR  
 Sanitär- und Heizungsinstallation R

Ihr Sanitär- und Heizungsfachmann in Essen - Schönebeck

• Budgetgestaltung • Kundendienst • Heizungswartung • Telefon: 0201 - 56 408 90  
 • Abflußservice • Schwimmbadtechnik • Solartechnik • Mobil: 0170 - 81 775 99



Wir installieren Ideen!

Telefax: 0201 - 56 408 91  
 info@dickhaut-garcia.de

# Adventskalender 2019

## 15 Jahre Frauenfußball-Bundesliga



Frauen-Bundesliga in Essen präsentiert von innogy

Machen Sie mit beim Gewinnspiel: [www.sgs-essen.de](http://www.sgs-essen.de)

# Kursprogramm

07.01. bis 27.06.2020

Anmeldung und Infos:

www.sg-schoenebeck.de oder 0201/675959



## Fitness

### Aerobic-Step-BOP

14	Montag	20.00 - 21.15 Uhr	Michaela Brüning	100,- €
50	Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	Claudia Gerig	92,- €
20	Mittwoch	19.00 - 20.00 Uhr	Regina Radtke	92,- €
62	Donnerstag	20.00 - 21.15 Uhr	Michaela Brüning	100,- €

### Aqua Power

15	Samstag	14.00 - 14.45 Uhr	Katharina Mros	110,- €
----	---------	-------------------	----------------	---------

### Body-Fitness

19	Dienstag	18.00 - 19.00 Uhr	Charlotte Rullich	88,- €
23	Mittwoch	20.00 - 21.00 Uhr	Tanja Marschan	92,- €

### BOP-Mix

88	Freitag	09.00 - 10.00 Uhr	Eva Brozio	88,- €
----	---------	-------------------	------------	--------

### Cross-Fitness - outdoor

64	Dienstag	18.30 - 19.30 Uhr	Annika Weichold	20,- €
----	----------	-------------------	-----------------	--------

### Fit forever

03	Freitag	08.45 - 10.00 Uhr	Margret Kemner	110,- €
----	---------	-------------------	----------------	---------

### Fit forever 50+

75	Mittwoch	17.00 - 18.00 Uhr	Margret Kemner	92,- €
----	----------	-------------------	----------------	--------

### Fit-Mix 50+ (2x wöchentlich)

Dienstag 13.00 - 14.00 Uhr und Freitag 10.15 - 11.15 Uhr				
02	Dienstag + Freitag		Margret Kemner	176,- €

### Fit werden - fit bleiben

11	Montag	08.45 - 10.00 Uhr	Margret Kemner	100,- €
17	Mittwoch	11.00 - 12.15 Uhr	Margret Kemner	115,- €
91	Mittwoch	20.00 - 21.00 Uhr	Uschi Szymiczek	92,- €

### Funktionsgymnastik für Senioren (65+)

95	Dienstag	11.30 - 12.30 Uhr	Margret Kemner	88,- €
----	----------	-------------------	----------------	--------

### Functional Circuit - outdoor

10	Donnerstag	19.00 - 20.00 Uhr	Annika Weichold	105,- €
----	------------	-------------------	-----------------	---------

### Kung Fu Si Fang Chuan (ab 17 Jahre)

35	Freitag	19.15 - 20.45 Uhr	Chris Yim	120,- €
----	---------	-------------------	-----------	---------

### Power-Mix

22	Dienstag	19.00 - 20.00 Uhr	Charlotte Rullich	88,- €
----	----------	-------------------	-------------------	--------

### Tabata-Mix

25	Donnerstag	18.00-19.00 Uhr	Charlotte Rullich	84,- €
----	------------	-----------------	-------------------	--------

### Wassergymnastik (Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175)

66	Freitag	18.45 - 19.30 Uhr	Tom Schnittka	110,- €
67	Freitag	19.30 - 20.15 Uhr	Tom Schnittka	110,- €
43	Samstag	12.30 - 13.15 Uhr	Katharina Mros	110,- €
44	Samstag	13.15 - 14.00 Uhr	Katharina Mros	110,- €

### Zumba®

89	Freitag	17.00 - 18.00 Uhr	Sania Farhat	110,- €
----	---------	-------------------	--------------	---------

## Gesundheit & Entspannung

### Asiatische Ausgleich- u. Rückengymnastik

32	Freitag	18.00 - 19.15 Uhr	Chris Yim	100,- €
----	---------	-------------------	-----------	---------

### Feldenkrais (\*für Fortgeschrittene)

30	Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr	Claudia Opp	115,- €
80*	Mittwoch	17.00 - 18.00 Uhr	Claudia Opp	115,- €

### Osteoporose-Gymnastik

06	Montag	11.00 - 12.15 Uhr	Margret Kemner	100,- €
01	Mittwoch	10.00 - 11.00 Uhr	Margret Kemner	92,- €

### Pilates (\*für Fortgeschrittene)

78	Mittwoch	17.00 - 18.00 Uhr	Susanne Schumacher	92,- €
79	Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	Susanne Schumacher	92,- €
28*	Freitag	10.00 - 11.00 Uhr	Eva Brozio	88,- €

### Pilates-Mix

24	Donnerstag	19.00 - 20.00 Uhr	Lena Biesemann	84,- €
----	------------	-------------------	----------------	--------

### Qi Gong - Atemtechnik und Heilgymnastik

31	Freitag	13.45 - 15.00 Uhr	Chris Yim	100,- €
33	Freitag	15.00 - 16.15 Uhr	Chris Yim	100,- €

### Rücken-Fit

51	Mittwoch	19.00 - 20.00 Uhr	Anja Rech	92,- €
----	----------	-------------------	-----------	--------

### Wirbelsäulengymnastik

07	Montag	17.00 - 18.00 Uhr	Hartmut Bloch	80,- €
83	Montag	18.00 - 19.00 Uhr	Miriam Krosch	80,- €

09	Montag	18.00 - 19.00 Uhr	Hartmut Bloch	80,- €
45	Montag	19.00 - 20.00 Uhr	Miriam Krosch	80,- €
52	Dienstag	19.00 - 20.00 Uhr	Brigitte Hartwig	88,- €
16	Donnerstag	09.00 - 10.00 Uhr	Iris Gallina	84,- €
18	Donnerstag	18.00 - 19.00 Uhr	Angelika Mertel	84,- €

### Wirbelsäulengymnastik für Senioren

05	Montag	10.00 - 11.00 Uhr	Doris Lüning	80,- €
12	Montag	10.00 - 11.00 Uhr	Margret Kemner	80,- €
47	Dienstag	10.00 - 11.00 Uhr	Angelika Mertel	88,- €
48	Dienstag	11.00 - 12.00 Uhr	Angelika Mertel	88,- €

### Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule

08	Freitag	11.00 - 12.15 Uhr	Chris Yim	100,- €
----	---------	-------------------	-----------	---------

### Yoga (\*für Fortgeschrittene; \*\* für 50+)

73	Montag	09.45 - 11.15 Uhr	Sabine Herrmann	120,- €
55	Montag	17.30 - 19.00 Uhr	Brigitte Becker	120,- €
54	Dienstag**	10.00 - 11.30 Uhr	Brigitte Becker	132,- €
57	Dienstag	18.15 - 19.45 Uhr	Brigitte Becker	132,- €
58	Mittwoch	09.00 - 10.30 Uhr	Sabine Herrmann	138,- €
77	Mittwoch	18.00 - 19.30 Uhr	Christian Rumpel	138,- €
60**	Mittwoch	19.30 - 21.00 Uhr	Christian Rumpel	138,- €
85	Donnerstag	16.30 - 18.00 Uhr	Sabine Herrmann	126,- €
84*	Donnerstag	18.00 - 19.30 Uhr	Sabine Herrmann	126,- €

## Rehasport

\*(Dürerschule, Wallstr.2),

\*\* (Wasser ,Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175)

\*\*\* (Hockergymnastik)

### Orthopädie

102	Montag	17.00 - 18.00 Uhr	Anja Rech	
103	Montag	19.00 - 20.00 Uhr	Tom Schnittka	
104	Montag	20.00 - 21.00 Uhr	Tom Schnittka	
114	Dienstag	08.30 - 09.30 Uhr	Iris Gallina	
100	Dienstag	12.00 - 13.00 Uhr	Angelika Mertel	
107	Dienstag*	17.30 - 18.30 Uhr	Melanie Fuhrmann	
108	Dienstag*	18.30 - 19.30 Uhr	Melanie Fuhrmann	
110	Dienstag*	19.30 - 20.30 Uhr	Melanie Fuhrmann	
109	Mittwoch	09.00 - 10.00 Uhr	Iris Gallina	
120	Mittwoch***	13.00 - 14.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
116	Mittwoch	14.00 - 15.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
118	Mittwoch***	12.00 - 13.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
121	Mittwoch	12.15 - 13.15 Uhr	Iris Gallina	
111	Donnerstag	10.00 - 11.00 Uhr	Iris Gallina	
115	Donnerstag***	11.15 - 12.15 Uhr	Iris Gallina	
119	Donnerstag	13.00 - 14.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
117	Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
105	Donnerstag	16.00 - 17.00 Uhr	Angelika Mertel	
122	Donnerstag	14.00 - 15.00 Uhr	Tina Witte-Hungerbach	
101	Donnerstag	17.00 - 18.00 Uhr	Angelika Mertel	
113	Freitag	10.00 - 11.00 Uhr	Iris Gallina	

106	Freitag	11.15 - 12.15 Uhr	Iris Gallina	
112	Freitag**	20.15 - 21.00 Uhr	Tom Schnittka	
<b>Sport in der Krebsnachsorge</b>				
200	Dienstag	10.00 - 11.00 Uhr	Margret Kemner	

### Herzsport

302	Montag	14.00 - 15.00 Uhr	Margret Poerschke	
300	Montag	15.00 - 16.00 Uhr	Margret Poerschke	
303	Mittwoch	13.30 - 14.30 Uhr	Iris Gallina	
301	Donnerstag	10.00 - 11.00 Uhr	Alessia Herme	

### Lungensport

401	Dienstag	13.00 - 14.00 Uhr	Alessia Hermes	
400	Dienstag	14.00 - 15.00 Uhr	Alessia Hermes	
402	Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr	Anja Rech	
403	Donnerstag	08.45 - 09.45 Uhr	Alessia Hermes	
404	Freitag	13.15 - 14.15 Uhr	Iris Gallina	

### Gefäßtraining

500	Freitag	12.15 - 13.15 Uhr	Iris Gallina	
-----	---------	-------------------	--------------	--

## Kinder

### Bewegungsanregungen (1-2 Jahre)

96	Dienstag	15.00 - 16.00 Uhr	Uschi Szymiczek	88,- €
97	Dienstag	16.00 - 17.00 Uhr	Uschi Szymiczek	88,- €
99	Dienstag	17.00 - 18.00 Uhr	Uschi Szymiczek	88,- €
65	Mittwoch	09.00 - 10.00 Uhr	Uschi Szymiczek	92,- €
37	Mittwoch	10.00 - 11.00 Uhr	Uschi Szymiczek	92,- €
36*	Mittwoch	11.00 - 12.00 Uhr	Monika Hammer	92,- €
81	Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr	Uschi Szymiczek	84,- €
82	Donnerstag	16.00 - 17.00 Uhr	Uschi Szymiczek	84,- €

### Dance Kids (4-5 Jahre)

93	Montag	16.00 - 17.00 Uhr	Monika Hammer	80,- €
----	--------	-------------------	---------------	--------

### Kung Fu Si Fang Chuan (ab 10 Jahre)

34	Freitag	16.30 - 18.00 Uhr	Chris Yim	120,- €
----	---------	-------------------	-----------	---------

## Kurse im Wasser (Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175)

### Anfängerschwimmen (5-7 Jahre)

40	Samstag	09.30 - 10.15 Uhr	Katharina Mros	110,- €
41	Samstag	10.15 - 11.00 Uhr	Katharina Mros	110,- €
42	Samstag	11.00 - 11.45 Uhr	Katharina Mros	110,- €
38	Samstag	11.45 - 12.30 Uhr	Katharina Mros	110,- €

### Wassergewöhnung Eltern/Kind (2-3 Jahre)

69	Freitag	15.00 - 15.30 Uhr	Lisa Kraft	110,- €
70	Freitag	15.30 - 16.00 Uhr	Lisa Kraft	110,- €

### Wasserbewältigung Eltern/Kind (4-5 Jahre)

71	Freitag	16.00 - 16.30 Uhr	Lisa Kraft	110,- €
72	Freitag	16.30 - 17.00 Uhr	Lisa Kraft	110,- €

## maler müller

Qualität für Ihr zuhause.

Roland Müller GmbH

fon 0201 · 68 27 10

fax 0201 · 65 13 29

info@malermueller.de

www.malermueller.de

Fassaden · Wärmedämmung

· Sanierung

· Anstrich

· Gestaltung

Raum · Gestaltung

· Instandsetzung

Balkon · Sanierung

**KREUZFIDEL**  
Ergonomie & Design

Girardetstraße 2  
Eingang Rüttensteiner Straße  
45131 Essen  
www.kreuzfidel.de



**DL**

**PRAXIS FÜR PRIVATE PHYSIOTHERAPIE**

**DIRK LUNNEMANN**  
PHYSIOTHERAPEUT | HEILPRAKTIKER (PHYSIOTHERAPIE)

**ARDELHÜTTE 69 | 45359 ESSEN**  
0201/64619797 TERMINE NACH VEREINBARUNG



**Hußmann**  
Kälteanlagen GmbH

KÄLTE · KLIMA

Kuglerstraße 23 · 45144 Essen  
Telefon 0201/76 28 66  
www.hussmann-kaelteanlagen.de

**Impressum**

Sportgemeinschaft Essen-Schönebeck 19/68 e.V.  
Redaktion: Annika Weichold/Anja Rech/Hartmut Bloch  
Texter: Jens Knetsch (Content News)  
Mediengestaltung: Klaus in der Wiesche  
Druck: B&W Druck & Marketing GmbH  
Auflage: 13.500

**Das nächste Sportlicht erscheint zum 01.06.2020**

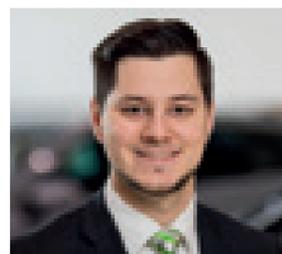
## In unserer Mannschaft ist jede Position optimal besetzt.



**Nils Lehrich**  
Verkaufsberater  
Großkunden  
Tel. 0201 8743-221  
nils.lehrich@gottfried-schultz.de



**Andreas Lehmann**  
Verkaufsberater  
Volkswagen Nutzfahrzeuge  
Tel. 0201 8743-363  
andreas.lehmann@gottfried-schultz.de



**Patrick Wasniewski**  
Verkaufsberater  
Škoda  
Tel. 0201 8743-518  
patrick.wasniewski@gottfried-schultz.de



**Kristin Dumke**  
Verkaufsberaterin  
Volkswagen  
Tel. 0201 8743-355  
kristin.dumke@gottfried-schultz.de

**GOTTFRIED SCHULTZ**

Gottfried Schultz Automobilhandels SE  
gottfried-schultz.de

**Volkswagen Zentrum Essen**

ThyssenKrupp Allee 20, 45143 Essen, Tel. 0201 8743-560

**ŠKODA Zentrum Essen**

ThyssenKrupp Allee 20, 45143 Essen, Tel. 0201 8743-561

# Nachwuchs grüßt von der Tabellenspitze

## Gute Jugendarbeit zahlt sich aus

Ein Novum in der SGS Tischtennis-Vereinsgeschichte: In dieser Saison konnten erstmals fünf Nachwuchsmannschaften gemeldet werden. Derzeit nehmen 27 Kinder und Jugendliche am Meisterschaftswettbewerb teil.

*Die Mädchenmannschaft v.l.n.r. Lucie Henseler, Lilly Plass, Trainerin Lisa Ganschinetz, Shania Matz, Jennifer Reimus*

### Und so schlagen sich die Teams:

Unsere ältesten Youngsters, die U18, spielen bisher eine ordentliche Saison und bewegen sich zwischen dem 5. und 7. Tabellenplatz in der Kreisklasse. Ein konkretes Saisonziel wurde nicht ausgegeben, da sich einige Spieler in der Ausbildung und andere im Abiturstress befinden.



Die U15 I führt souverän die Tabelle in der Kreisliga an. Von Spiel zu Spiel wird der Vorsprung größer. Noch ungeschlagen peilen die Jungs den Aufstieg in den Bezirk an.

Bei der U13 II ist die Situation eine etwas andere: In dieser Mannschaft spielen unsere jüngsten und kleinsten Neuzugänge. Der Fokus liegt darauf, dass die Kinder den Meisterschafts-

konnte er gestoppt werden. Durch seine Finalteilnahme qualifizierte sich Noah für die Bezirksmeisterschaften, die im Oktober in Wuppertal stattgefunden haben. Hier überstand der SGS-Youngster die Gruppenphase, verlor dann aber sehr knapp im Achtelfinale. Insgesamt war es eine starke Leistung und unterstreicht seine tolle Entwicklung.



*Die U-15 v.l.n.r. Lionel Singendonk, Noah Plaß, Kai-Lee Atzberger, Jan-Yan Beck (es fehlt: Lennard Braam)*

Ebenso von der Tabellenspitze grüßt die U15 II in der Kreisklasse. Hier ist der Vorsprung allerdings hauchdünn und es wird bis zum Ende der Hinrunde noch richtig spannend. Die Jungs entwickeln sich von Woche zu Woche weiter und spielen eine tolle Saison. Und auch die U13 I belegt in der Kreisklasse den 1. Tabellenplatz. Das Team ist auf dem besten Weg zur Herbstmeisterschaft.

betrieb kennenlernen und Spielpraxis sammeln. Das ein oder andere Einzelspiel konnte bereits gewonnen werden.

### Silber für den SGS-Nachwuchs bei den Kreismeisterschaften

Bei den Essener Kreismeisterschaften erspielte sich Noah Plaß den 2. Platz in der Spielklasse U13. Erst im Finale

### Die Halle platzt aus allen Nähten

Die Resonanz auf das Tischtennis-training im Nachwuchsbereich ist durchweg positiv. Und weil es sich mittlerweile rumgesprochen hat, dass in Schönebeck großer Wert auf die Jugendarbeit gelegt wird, kommen immer mehr Spieler zum Training. Dabei platzt die Sporthalle an der Eichendorffschule aus allen Nähten. „Wie soll man bis zu 30 Kinder an sechs Tischen unterbringen?“ Das fragen sich die Trainer immer wieder. Eine erste Lösung ist ein spezielles Sonntagstraining, das seit November angeboten wird. Hierbei sollen die Jugendlichen das unter der Woche Erlernte unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden. Dafür

**SP: Ney**  +  
Ihr **Service-Partner** **TechniSat**  
-Fachhändler

**TV-Reparaturen**  
**SAT-Montage • Liefer-Service**  
**Kaffeautomaten-Reparatur**

Wüstenhöferstraße 226 • Essen-Borbeck  
☎ 02 01 / 68 70 06 • Inhaber: Albo Mirto

**WIR MACHEN FÜR EUCH DIE WELLE!**

**Laola**  
VERANSTALTUNGEN JEDER ART

Das Vereinslokal auf dem Gelände der SG-Schönebeck.  
Ardelhütte 166 b • 45359 Essen • Telefon: 0201.67 38 01

[www.laola-essen.de](http://www.laola-essen.de)

**VOLL IM EINSATZ**  
AUF DEM PLATZ UND IN DER WERKSTATT

**BERGMANN**  
KarosserieTechnik

Frintroper Straße 33-35 • 45355 Essen  
[www.bergmann-karosserietechnik.de](http://www.bergmann-karosserietechnik.de)

Mit einem Kasten Stauder tun Sie nichts für den Regenwald.  
Aber dafür jede Menge für den Sport im Ruhrgebiet.

Axel Stauder Thomas Stauder

Stauder unterstützt über 70 Fußball- und Sportvereine in der Region!

Ehrlich wie das Ruhrgebiet.

**MiG**  
Management • Immobilien • Gutachten

Bei mir erhalten Sie ein maßgeschneidertes Immobilienpaket für die

Immobilienvermittlung  
Wohnungseigentums- / Mietverwaltung  
Wertermittlung

MiG Immobilien GmbH • 0201-74 75 63 00 • [www.mig-nrw.de](http://www.mig-nrw.de)



Die U-13 v.l.n.r. Kai-Lee Atzberger, Martin Sikora, Marc Herzog, Philipp Schuman

lässt sich das Trainerteam Woche für Woche neue Turniermodi einfallen. „Das Sonntagstraining findet großen Anklang. Im Schnitt nutzen 18 Kinder das Angebot“, freut sich Jugendwart Christian Kusenber. Nach weiteren Alternativen wird gemeinsam mit der Hauptgeschäftsstelle gesucht.

#### Bundeligatrainer bei der SGS

Zum Abschluss der Hinrunde nimmt sich Tischtennis-Bundeligatraine Alexander Daun den Schönebecker Nachwuchs vor. Aktuell trainiert Daun die Damenmannschaft von TuS Uentrop, die um den Aufstieg in die 1. Bundesliga kämpft. Am zweiten Dezemberwochenende ist es dann soweit und der Bundeligatrainer übernimmt in Schönebeck das Kommando. Und das ist noch nicht alles: An diesem Wochenende werden die Jugendlichen in der Sporthalle übernachten. Am Sonntag steht nach dem gemeinsamen Frühstück eine zweite Trainingseinheit auf dem Programm. Zum Abschluss läutet ein Eltern-Kind-Weihnachtsturnier die Adventszeit ein.

#### Der Nachwuchs kommt zu Wort

Wir haben gefragt und Jan Yang Beck (seit drei Jahren SGSler), Noah Plaß, Noah Beckmann, Lionel Singendonk (seit eineinhalb Jahren SGSler), Kai Lee Atzberger (seit einem Jahr SGSler) und

Marc Herzog (seit einem halben Jahr SGSler) haben geantwortet. Wie seid ihr zum Tischtennis gekommen? „Als ich Timo Boll im Fernsehen gesehen habe“, antwortet Jan mit Funkeln in den Augen. Da die SGS der nächstgelegene Verein war, versuchte er es einfach mal und ist geblieben. Durch Freunde sind Kai Lee, Marc und Noah P. das erste Mal mit dem schnellsten Ballsport der Welt in Berührung gekommen. Lionel und Noah B. spielten zuvor Fußball bei der SGS und suchten nach einer interessanten Abwechslung. So sind sie dem Verein treu geblieben und wechselten nur die Abteilung. In einem sind sich alle einig: Die Geschwindigkeit und Vielfältigkeit des Spiels in Kombination mit der Eigenverantwortung begeistern sie. Besonders gefällt Kai Lee an der SGS, dass er die Möglichkeit hat mit vielen Leuten zu spielen und dass er ein tolles Team und viele motivierende Trainer hat. Dem schließen sich die anderen Jungs an. Noah P. ergänzt: „Die Trainer sind sehr engagiert und wir haben hier gute Trainingsbedingungen.“ „Zudem kann man mit den Trainern auch mal rumscherzen und alle im Verein halten zusammen!“, fügt Lionel hinzu.

Was motiviert euch regelmäßig zum Training zu gehen? Die einheitliche Antwort der Jungs: „Es macht riesigen Spaß und wir wollen besser werden.“

Marc freut außerdem, dass er bei der SGS mit Freunden trainieren kann. Noah B. bringt es auf den Punkt: „Die Trainingseinheiten sind immer total abwechslungsreich. Die Trainer sind sehr kreativ, hilfsbereit und haben immer einen guten Tipp. Außerdem organisieren sie Turniere und Mannschaftsfahrten.“

#### Wir stellen uns vor

Hallo, ich bin Lisa Ganschinetz und das sind unsere Schönebecker Tischtennis-Mädchen: Lucie, Lilly, Shania und Jennifer. Seit diesem Sommer bin ich Teil des SGS-Trainerteams und habe es mir zur Aufgabe gemacht, eine Mädchenmannschaft auf die Beine zu stellen.

Dabei sind wir schon auf einem guten Weg. Wir freuen uns über jedes einzelne Mitglied, das neu dazukommt – und ich freue mich besonders über jedes Mädchen, das sich uns anschließt.

#### Der SGS-Nachwuchs auf Instagram

Seit März findet ihr den SGS-Nachwuchs auch auf Instagram. Hier teilen wir unseren Tischtennis-Alltag mit jedem, der sich für Tischtennis und unsere Nachwuchsarbeit interessiert. Wir berichten über Meisterschaftsspiele und Turniere. So haben wir auch bei der jungen Generation die Möglichkeit, Interesse für unseren Sport zu wecken. Auch unsere jungen Talente ziehen ihren Nutzen: Auf der Instagram-Seite können sie ihrer Familie und ihren Freunden zeigen, was sie bei uns erreichen und lernen.

#### QR-Code scannen und direkt folgen.



HISTORISCHE GÄRTNEREI  
HOLTWIESCHE

Moderne Floristik Friedhofsgärtnerei  
Gartenbau Gartenpflege

**Michael Holtwiesche**  
Gärtnermeister

Pflanzstr. 20  
45355 Essen  
Tel.: 0201/608101  
Fax: 0201/59227571

*... alles aus  
Meisterhand*

Frintroper Str. 59  
45355 Essen  
Tel.: 0201/4 38 53 96  
Fax: 0201/4 38 53 96

**Sehkomfort**  
auf den Punkt gebracht ...



Kompetent für  
Design & Qualität



Peter Seidel



BRILLEN • CONTACTLINSEN

Rechtsstraße 13-15 • 45355 Essen  
Tel.: (0201) 67 46 71 • Fax: (0201) 67 70 61

**Unsere Leistungen für Sie:**

- Sehergonomieberatung
- Beratung zu Filter- und Gleitsichtgläsern
- Fassungen aller namhaften Hersteller
- Eigene Brillenkollektionen
- Spezialbrillen (z.B. Touch- und Schießbrillen)
- Sehhilfen für Sehbehinderte (z.B. Lupenbrillen, elektronische Sehhilfen)
- Optimale Anpassung und Betreuung in unserem Contactlinsen-Institut

www.optik-roecken.de

## Mit Judo „bewegt älter werden“

Am Sonntag, den 10.11.2019 richtete die Judoabteilung der SG Essen-Schönebeck 19/68 e.V. einen kleinen Aktionstag für den Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V. (NWJV) aus. In der Zeit von 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr dozierten namhafte und bundesweit hochrangige Judoka (Ulrich Klocke und Ulla Ließmann).

Die Zielgruppe dieser Veranstaltung waren nicht durchtrainierte Judoka. Es wurden Erwachsene und „Ältere“ angesprochen, die es mit der Bewegung ein bisschen haben schleifen lassen.

**Mit den Praxis-Einheiten**

- **Fit & beweglich mit JUDO!**
  - **Keine Angst vor dem Fall!**
  - **Stark und (selbst) geschützt im ALTER!**
- sollten die Teilnehmer an den Sport mit Judo-Elementen herangeführt werden. So mischten sich Nicht-Judoka und Judoka aller Ausbildungsstadien. Am Ende waren alle erstaunt, dass man den Judo-Sport für Jedermann gestalten und ausführen kann.

Besonders lobten die Teilnehmer, dass

• viel trainiert wurde, aber keiner seine Leistungsgrenze überschreiten musste...

Darum würden wir uns sehr freuen, wenn der ein oder andere einmal zu unseren Trainingseinheiten zustoßen würde. Begrabt den inneren „Schweinehund“ und zeigt euch und euren



Kindern, dass Fitness, Gesundheit und Bewegung eine steigernde Lebensqualität mit sich bringt und das mit dem Judo-Sport.

*Rainer Hagelgans*  
Judoabteilung SG Essen-Schönebeck  
19/68 e.V.



- keiner vorgeführt oder über seine persönliche Leistungsgrenze gedrängt wurde
- auch die Sorge, dass man „geschmissen“ wird oder dergleichen völlig zu Unrecht bestand
- auf jeden Teilnehmer insoweit individuell und moderat eingegangen wurde



Immer am Ball!

**Wohnbau<sub>eg</sub>**



# SGS Essen präsentierte voller Stolz Team Germany beim DNC-Weltfinale 2019

Der Danone-Nations-Cup ist das größte Fußballturnier weltweit für Kinder zwischen 10-12 Jahren, an welchem jährlich im Rahmen der Qualifikationsturniere um die zwei Millionen Kinder aus über 20 Nationen teilnehmen. Abschließend findet das Weltfinale für die Sieger der Jungen & Mädchen in einem im Vorfeld ausgewählten Land statt.

Für die Ausrichtung des Weltfinals 2018/19 haben sich die Ausrichter im Rahmen ihres Jubiläums für die Wurzeln von Danone, für Spanien entschieden. Um das Teilnehmerfeld zu komplettieren, kam überraschenderweise im Frühjahr 2019 die Anfrage, ob der Nachwuchs von SGS Essen mit einem ausgewählten zwölfköpfigen Kader teilnehmen würde. Und so traten Alina Baar, Hannah Hannenberg, Emily Guyens, Yaren Aydogdu, Tuana Gedikli, Tuana Gayretli, Ella Wilke, Teresa Buonarroti, Giuliana Badowski, Holly Pels, Eileen Klees, Leandra Daron unter der Aufsicht von Wera Grumpe & Christian van Zwamen sowie der Projekt Leaderin, Marie Wendling und dem Team Supervisor, Benedict Behringer die Reise Richtung Barcelona an. Am Flughafen wurde das Team dann von einem Übersetzer, Youri Rottner empfangen. Ab diesem Zeitpunkt sollten aufregende und schöne Momente für den Bundesliganachwuchs folgen.



## Nachwuchskickerinnen zeigen sich weltoffen

Der Danone-Nations-Cup 2018/19 gab den Spielerinnen nicht nur die Möglichkeit, sich sportlich auf internationalem Niveau zu messen, sondern auch abseits des Spielgeschehens of-

fen und tolerant gegenüber anderen Nationen, Kulturen und Menschen zu zeigen. Neue Freundschaften, trotz Sprachbarrieren zu finden und die gemeinsame Zeit zu genießen. Vor allem das Lied „Vater Abraham“ und der damit verbundene Tanz fand bei den Mannschaften von Brasilien, Argentinien und Frankreich großen Anklang. Neben dem Platz wurde des Öfteren ausgiebig gemeinsam gesungen und getanzt.

## Danone vermittelt wichtige Werte

Bereits am ersten Tag zeigte sich, dass nicht nur der Fußball im Fokus stehen sollte, sondern eben auch Vermittlung einer gesunden Einstellung zum fairen Miteinander, zum eigenen Kör-



per und der Umwelt. In einem Kurzvortrag wurde das Team der SGS über die Sustainable Development Goals, die 17 Nachhaltigkeitsziele der Agenda 2030 informiert. Vor allem die Aspekte „Treat everyone equally“ und „Act on Climate“ empfand der Nachwuchs als sehr wichtig. Zu Ersteres konnte die Spielführerin, Teresa Buonarroti, einen großen Beitrag leisten, indem sie am Folgetag einen Baum gemeinsam mit Marie Wendling einpflanzen konnte.

## SGS erreicht als Team Germany Platz 6

Für Team Germany/SGS Essen reichte es in der Summe nicht zu einem Sieg. In der Gruppenphase erzielte man folgende Ergebnisse:

**Gruppenphase (Hin-/Rückrunde):**  
**vs Team Italy (0:1/0:2)**  
**vs Team Brazil (0:0/1:1)**  
**vs Team Spain (1:1/0:0)**



Die Tore für Team Germany erzielte Teresa Buonarroti und Holly Pels.

Das absolute Highlight war das Spiel um Platz 5 im Stadion des Espanyol Barcelona. Wie die Profis wurden die Mädels mit einem Bus hinter das Stadion geführt, sie liefen durch die Katakomben, liefen ins Stadion ein und durften auf dem Rasen spielen, wo einst Lionel Messi sein Debüt als Profi feierte. Leider ging das Spiel gegen Team Canada mit 0:1 verloren.



Überraschenderweise gab es dann bei der Siegerehrung nochmal Grund zum Jubeln. Alina Baar wurde verdienstermaßen zur besten Torhüterin des Turniers gekürt.

„Wir sind unendlich dankbar, dass uns Danone dieses einmalige Erlebnis beschert hat. Von der phänomenalen Eröffnungsfeier bis zum Feuerwerk war das ein super organisiertes Turnier. Diese Tage in Barcelona werden die Mädels für immer in Erinnerung behalten. Wir danken dem Orga-Team und unseren Begleitern Youri Rottner, Marie Wendling und Benedict Behringer für die tolle Betreuung“, bilanzierten Wera Grumpe und Christian van Zwamen nach dem Turnier.



# WOLLENBERG.

Wohnen | Kochen | Design

Altendorfer Str. 9 | 45127 Essen | Tel. 228831 | [www.wollenberg-wohnen.de](http://www.wollenberg-wohnen.de)



## KÜCHE



## TRIFFT



- Individuelle Küchenplanung
- Designorientiertes Wohnen
- Außergewöhnliche Accessoires
- Kompetente Beratung
- Vertrauensvoller Service



## WOHNEN



# Gesundes Frühstück statt Weihnachtskarten

Liebe SGS-Familie!

Kleine Gaben können große Wirkung entfalten. Zum Ausklang des Jahres 2019 verzichten wir daher ganz bewusst auf die Erstellung und Versendung von Weihnachtsgrüßen an unsere Geschäftspartner. Wir haben uns stattdessen entschieden, den hierfür vorgesehenen Betrag als Spende in ein besonders förderungswürdiges soziales Projekt in Borbeck fließen zu lassen:

Der Verein »Zug um Zug e.V.« an der Marktstraße 11 am Borbecker Bahnhof hat es sich seit seiner Gründung zur Aufgabe gemacht, junge Menschen durch viele Projekte zu unterstützen. Seit 2011 bietet das Team um Sabine Häuser, Frank Kampmann und Jürgen Klein zudem werktags vor Schulbeginn Kindern ein kostenloses Frühstück an. In der Zeit von 6.30 bis 8.00 Uhr erhalten Schülerinnen und Schüler im »Kinder-Ess-Bahnhof« daher gesunde Nahrung für einen guten Start in den Tag. „Viele Kinder kommen morgens



ohne ein ausreichendes oder gesundes Frühstück in die Schule. Zwangsläufig leidet darunter die Konzentration und die Aufnahmefähigkeit im Unterricht“, weiß Frank Kampmann zu berichten. „Wir freuen uns daher sehr, dass ein Verein wie die SG Schönebeck dieses Projekt in diesem Jahr mit einer Spende unterstützt“, so der Sozialpädagoge, der gern weitere Frühstückspaten für diese Aktion aus der Schönebecker Gemeinschaft gewinnen möchte.

*Das Borbecker Zug-um-Zug Projekt steht seit vielen Jahren für attraktive Unterhaltungs- und Beschäftigungsangebote für Jung und Alt. Singen, backen, Spaß haben – so das Motto. Seit einigen Jahren organisiert der Verein auch ein gesundes Frühstück für Schulkinder.*

**Info:**

Anträge zur Patenschaft sind auf der Website [zug-um-zug-ev.de](http://zug-um-zug-ev.de) abrufbar.

über 100 Jahre  
Umzüge **Meinrich**<sup>®</sup>  
... der freundliche Familienbetrieb



**Umzug um die Ecke – um die Welt ?**

- PackerService
- Küchen- und Möbelmontagen
- Seniorenzüge + Service

unser guter Ruf: **0201-67 73 73** besuchen Sie uns unter: [www.meinrich.de](http://www.meinrich.de)

Sonderkonditionen für SGS-Mitglieder!



**Lagerung tagelang – jahrelang?**

- Einzelstücke + kplt. Hausrat
- Sicher – sauber – trocken
- Varioboxen versch. Größen

## Lust auf Tanzen?

Dann schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei. Die Tanzabteilung würde sich über Zuwachs freuen!

Wir bieten allen Paaren, die irgendwann schon einmal ein paar Tanzschritte gelernt haben, die Möglichkeit für dieses schöne Hobby. In ungezwungener und vor allem geselliger Atmosphäre legen wir sowohl Standardtänze

als auch Lateinamerikanische Tänze aufs Parkett.

Die Tanzabende finden – mit Ausnahme der Schulferien – jeden Montag ab 19.30 Uhr im Pfarrsaal von St. Antonius Abbas, Kiek ut 6, statt. Dabei gibt sich unser fachkundiger Übungsleiter Michael Warda alle zwei Wochen große Mühe, uns neue Tanzschritte beizu-

bringen und unsere Tanzhaltung zu verbessern. An den übrigen Abenden versuchen Uschi und Bruno Nierfeld, die gelernten Tanzschritte zu vertiefen.

Tanzen ist für Paare jeden Alters geeignet und jeder, der einige Tanzschritte beherrscht, ist bei geselligen Veranstaltungen ein gern gesehener Gast. Bruno Nierfeld

## WINTERZEIT IST EINBRUCHSZEIT

Wir schützen Sie vor ungebetenen Gästen und vor Feuer.

- Überwachung und Installation von Brand- und Einbruchmeldeanlagen
- Kurzzeitüberwachung durch mobile Sicherheitskräfte während Ihres Urlaubs
- Gesicherte Aufbewahrung von Dokumenten, Urkunden, Daten und Erinnerungsstücken während Ihrer Abwesenheit in unseren Schließfächern

Zuverlässigkeit seit über 70 Jahren  
[www.vollmergruppe.de](http://www.vollmergruppe.de)



[24/7] 0208 588 577

Wir schützen Ihr Eigentum.  
Nicht nur in der Urlaubszeit.

## Werden Sie Mitglied im Förderkreis der SGS Essen

Hiermit fördere ich mit einer monatlichen Spende die Jugendarbeit der SGS Essen. Am Ende des Jahres erhalte ich eine Spendenquittung über den von mir eingezahlten Betrag.

Firma: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_ Nachname: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich spende monatlich den Betrag von \_\_\_\_\_ € zu Gunsten der Abteilung: \_\_\_\_\_

SEPA-Lastschriftmandat Gläubiger – ID DE06ZZZ00000092302

Mandatsreferenz-Nr. \_\_\_\_\_ (entspricht Mitgliedsnummer)

### Kontoangaben:

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Kreditinstitut \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

Die Lastschrift vom o.a. Konto soll

vierteljährlich

jährlich erfolgen.

Die jährliche Abbuchung erfolgt am 2. März,

die vierteljährliche am 2. März, 2. Juni,

2. September und am 2. Dezember eines Jahres

Bitte schicken Sie das ausgefüllte Formular an: SG Essen-Schönebeck 19/68 e.V., Ardelhütte 166b, 45359 Essen oder geben Sie es bei dem jeweiligen Trainer ab.

### Ferienfußballschule „Ballkontakt“

14.04. – 17.04.19

von 10 – 15 Uhr, an der Ardelhütte  
ab 119,00 Euro

Anmeldung und Info:

[www.ballkontakt.de](http://www.ballkontakt.de)

(pensionierte) Ärzte aller  
Fachrichtungen gesucht  
für unsere Herzsportgruppen  
für 1-3 Stunden pro Monat  
Infos: 0201/675959

### SGS Geschenkgutscheine!

Ab sofort in der  
Geschäftsstelle erhältlich.

Neue Übungsleiterin  
Monika Hammer bietet ab  
Januar die Kurse  
Bewegungsanregungen  
(Mi 11-12 Uhr) und  
Dance Kids  
(Montag 16-17 Uhr) an.

Letzteren übernimmt sie  
von Sandra Wendel, die  
den Kurs schweren  
Herzens nach vielen  
Jahren  
abgeben  
musste.



Neu! Kurs  
Bewegungsanregungen  
für 1-2-jährige  
Mittwoch 11-12 Uhr  
jetzt anmelden!



# BURKOWSKI

GENIESSEN MIT FREUNDEN



[WWW.BURKOWSKI.RUHR](http://WWW.BURKOWSKI.RUHR)