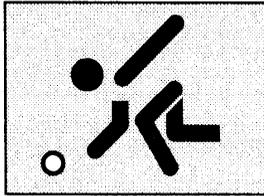
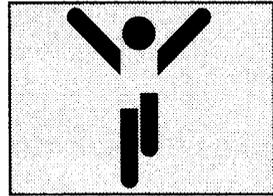




Volleyball

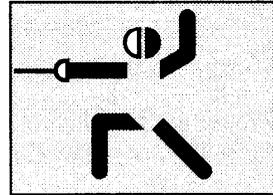


Petanque



Turnen

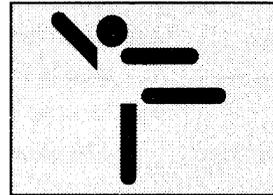
HORSTER TURNER



Fechten

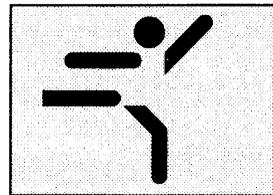


Leichtathletik



Gymnastik

..... **2010**



Step-Aerobic



Tai Chi Chuan



Kung Fu



Walking

Grußwort

Liebe Turnschwestern und liebe Turnbrüder!

Mit einem gutbesuchten Fest feierte der Turnverein seinen

118. Geburtstag

in der AWO in Horst.

In unserem Versammlungsraum hat der Vorstand in 10 Sitzungen die Belange des Vereins behandelt.

Die Leerwohnung des früheren Platzwartes im Tribünnenhaus, die an unseren Versammlungsraum direkt angrenzt, wurde von Gelsensport aufgeteilt, 2 Räume wurden uns zugesprochen; die anderen Räume bekam der Tennisclub Horst- Emscher. Jetzt können wir eine Geschäftsstelle einrichten, sobald wir eine Durchgangstür haben.

Ein herzliches Dankeschön an alle Vorstandsmitglieder, Übungsleiter, Helfer und Kampfrichter für die gute Arbeit, die sie für den Verein geleistet haben.

Allen Abteilungen wünsche ich für die Zukunft viel Glück, viel Erfolg und guten Zulauf.

„ Gesegnete Weihnachten und ein „ Glückliches Neues Jahr“ 2011!

Gut Heil

Otto Jung
Euer 1. Vorsitzender

Liebe Turnschwestern, liebe Turnbrüder!

Ein sportliches Jahr geht zu Ende. Es ist mal wieder so weit, dass wir auf das Jahr 2010 zurückschauen.

Wenn man mit den Fachwarten spricht fällt auf, wie viele Sportveranstaltungen im Jahr besucht wurden und wie erfolgreich unser Verein ist. Über die Details können natürlich die Fachwarte am besten informieren. Ihre Berichte sind ja Bestandteil unserer Vereinszeitung.

2010 war ein Jahr, in dem der Geschäftsführende Vorstand mal wieder richtig für die Belange des Turnverein Horst-Emscher 1892 e.V. kämpfen musste.

Aber die Anstrengungen wurden von Erfolg gekrönt: wir haben gute Räumlichkeiten im Fürstenbergstadion zur Verfügung gestellt bekommen, mit denen wir unsere Vereinsarbeit noch besser gestalten und die Vorstandssitzungen noch besser abhalten können.

Auch 2011 werden wir den Ausbau weiter voran treiben, dass wir dort zukünftig eine kleine Geschäftsstelle betreiben können.

Wie im letzten Jahr versprochen, habe ich die Weihnachtszeit 2009 genutzt, unsere Internetseite www.tvhorst.de zu gestalten. Ich finde, sie ist klein, aber fein geraten. Es haben schon viele diese Seite genutzt, um sich über unseren Verein zu informieren. Auch haben mich hier zahlreiche Mails über info@tvhorst.de erreicht und weitere Informationen erfragt.

So ein Internetauftritt lebt natürlich von Beiträgen der Fachwarte. Leider haben noch nicht alle Abteilungen hier die Möglichkeit genutzt, über ihr Treiben zu berichten und Informationen online zu stellen.

Am 20.11.2010 haben wir dann das 118. Stiftungsfest des Turnverein Horst-Emscher 1892 e.V. in den Räumen der AWO in Horst gefeiert. Zahlreiche Mitglieder wurden für ihre langjährige Treue zu unserem Verein geehrt.



Das bunte Programm ist bei allen sehr gut angekommen. Wir konnten einen wunderschönen Abend erleben. Für die musikalische Unterhaltung hat wieder Ricky gesorgt, der ja schon ein fester Bestandteil des Stiftungsfests ist.

Der Große Manfredo verzauberte die Gäste und sorgte für erstaunte Gesichter. Wir haben uns alle gefragt, wie die Tricks funktionieren. Auf jeden Fall war seine Show sehr kurzweilig.

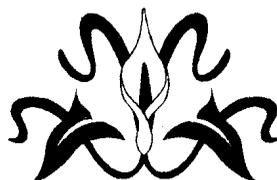
Für 2012 ist geplant, das Stiftungsfest in einem etwas größeren Rahmen zu gestalten, feiern wir doch den 120. Geburtstag unseres jung gebliebenen Vereins. Dazu werden natürlich Helfer gesucht, die die Planung und Durchführung tatkräftig unterstützen. Wir werden einen Arbeitskreis einrichten, um möglichst viele Ideen zu sammeln, damit das Fest ein unvergessliches Ereignis wird.

Ich möchte es jetzt zum Schluss meines Berichtes natürlich nicht versäumen, allen Mitgliedern, Freunden und Sponsoren des Turnverein Horst-Emscher 1892 e.V. sowie den Lesern unseres "Horster Turners" von ganzem Herzen Frohe Weihnachten und ein glückliches und erfolgreiches Jahr 2011 zu wünschen.

Allen Aktiven für das kommende Jahr viele sportliche Erfolge.

Euer

Martin Jansen
Oberturnwart
Leiter der Fechtabteilung



Bericht der Fechtabteilung



**Liebe Fechterinnen und Fechter!
Hallo Freunde des Turnverein Horst-Emscher
1892 e.V.!**

Auch im Jahr 2010 haben wir gut und intensiv trainiert. Zahlreiche Turniere wurden erfolgreich besucht.

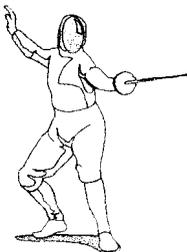
Unterstützung hatte ich durch unsere Fechtwartin Karin. Sie hat Elemente des Trainings übernommen, die uns alle ordentlich zum Schwitzen bringen.

Das Miteinander ist ausgezeichnet, und es macht immer wieder Spaß, sich am Freitagabend zu treffen.

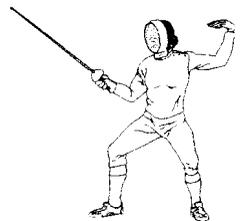
Wir würden uns freuen, wenn sich weitere Sportler zu uns gesellen würden, die Spaß am Fechten haben. Man kann sich auch auf unserer Internetseite www.tvhorst.de speziell über die Aktivitäten unserer Abteilung informieren.

Wir fechten freitags, 19.00 h bis 22.00 h in der Mehrfach-Turnhalle der Gesamtschule Horst.

Ich wünsche allen hier ein Frohes Weihnachtsfest und für 2011 viel Erfolg, Glück und Gesundheit.



*Martin Jansen
Leiter der Fechtabteilung*



Jahresbericht Leichtathletik 2010

Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten,

unsere Leichtathletik-Saison ist gelaufen. Sie endete mit den Vereins-Meisterschaften im Fürstenbergstadion. Darauf komme ich noch im nächsten Bericht zurück.

Wir haben an 13 Veranstaltungen erfolgreich teilgenommen.

Alle Sportler gaben natürlich ihr Bestes. Verletzungsbedingt gab es auch einige Ausfälle. Nach den Ferien waren alle Athleten wieder einsatzbereit.

Es wurden bei verschiedenen Mehrkämpfen viele Mehrkampfnadeln des DLVs in Gold, Silber und Bronze erworben, die am Jahresende noch an die Athleten ausgegeben werden.

Nach langer Zeit haben wir endlich 2 Mannschaften zusammen bekommen, um an einen DSMM – Durchgang teilgenommen haben.

Eine Bitte habe ich an euch:

Der vorläufige Leichtathletik-Terminplan 2011 ist auch in dieser Zeitung zu finden. Bewahrt ihn bitte gut auf, damit wir die Wettkämpfe, für wir für euch eingeplant haben, mit euch und euren Eltern absprechen können.

Die Meldungen zwecks Teilnahme müssen mindestens eine Woche vor den Veranstaltungen rausgeschickt werden oft sogar noch früher. Ganz wichtig ist es auch, wenn ihr an Mannschaftskämpfen teilnehmt, dass ihr eure Zusage einhaltet, damit wir noch rechtzeitig für Ersatz sorgen können, falls keine Teilnahme möglich ist. Bei Teilnahme an Wettkämpfen brauchen wir eine verbindliche Zusage, da wir das Stargeld auch für die Abwesenden bezahlen müssen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Übungsleiterinnen unserer Gruppe und bei unseren Kampfrichtern recht herzlich bedanken.

Danke auch an alle Eltern die uns auf den vielen Wettkämpfen begleitet und nicht nur ihre eigenen Kinder betreut haben.

Vor Weihnachten haben wir noch einen kleinen Abschluss geplant.

Ich hoffe, die oben im Bericht angesagten Abzeichen sind bis dahin eingetroffen. Allen Athletinnen, Athleten, Eltern und Übungsleiterinnen wünsche ich „ Frohe Weihnachten“ und ein glückliches erfolgreiches und gesundes „ Neues Jahr 2010.“

Eure Leichtathletikwartin Dolores Jung

Vereinsmeisterschaften

Bei unseren Vereinsmeisterschaften, die auch gleichzeitig Bundesjugendspiele waren, gab es 4 Ehrenurkunden, 9 Siegerurkunden und 7 Teilnehmerurkunden. Die Wanderpokale waren heiß umkämpft.

Den Wanderpokal der weibl. Jugend gewann Alina Schiewer mit 1091 Pkt. vor Sarah Siepmann 818 Pkt. Den Wanderpokal aller Schülerinnen holte sich Nina Kütemann 1336 Pkt. vor Lisa Humann 1187 Pkt. und Isabel Strokosch 968 Pkt. Der Wanderpokal aller Schüler ging an Justin Musilak 1104 Pkt. vor Thilo Konietzka 1022 Pkt. u. Felix Tamowski 897 Pkt.

Alle Ergebnisse:

W 15 1. Lisa Humann 1187 Pkt.	W 14 1. Nina Kütemann 1336Pkt.
W 13 1. Monika Molski 733 Pkt.	W 12 1.LauraJarmolowicz507Pkt.
W 11 1. Isabel Strokosch 968 Pkt.	W 10 1. Irem Toprak 816 Pkt
2. Jana Kütemann 896 Pkt.	W 9 1. Anike Schriewer 566 Pkt.
3. Louisa Tamowski 677 Pkt.	W 8 1. Hannah Büning 609 Pkt.
M 15 1. Felix Tamowski 897 Pkt.	M 11 1. Alexander Pardella 892P
M 14 1. Justin Musilak 1104 Pkt.	M 9 1 Jan Banaszekiewicz 537 P
2. Thilo Konietzka 1022 Pkt.	2. Daniel Haben 262 Pkt.
3. Michael Motzen 895 Pkt.	M 7 1. Eike Schriewer 491 Pkt.

weibl.Jugend B

1. Alina Schiewer 1091 Pkt.
2. Sarah Siepmann 818 Pkt.

Recht herzlich möchte ich mich an dieser Stelle bei unserem Kampfrichterehepaar Sigrid und Manfred Melinat und unserer Übungsleiterin Britta Humann bedanken. Ohne sie wären die Vereinmeisterschaften nicht so reibungslos abgelaufen. Auch Danke an alle Vereinsmitglieder und Eltern, die uns durch ihre Hilfe unterstützt haben. Man sollte gar nicht glauben, wie weit manche Väter den Ball noch zurückwerfen können. Die fleißigen Kuchen-Bäckerinnen möchte ich auch nicht vergessen, die unsere Vereinsmeisterschaften immer zu einem kleinen Fest werden lassen.

FLVW-Kreis 12 Gelsenkirchen

Vorläufiger Terminplan 2011

Datum	Veranstaltung	Veranstalter	Ort
<i>März</i>			
20.	Kreiswaldlaufmeisterschaften Buer)	FC Schalke 04 LA	Lohmühle (GE-
<i>April</i>			
09.	Werfertag	VfL Gladbeck	Stadion Gladbeck
<i>Mai</i>			
07.	Schülersportfest	TV Gladbeck	Stadion Gladbeck
22.	Artur-Schirmmacher-Gedächtnissportfest	VfL Gladbeck	Stadion Gladbeck
29.	Bezirksmeisterschaften	Kreis Recklinghausen	Recklinghausen
<i>Juni</i>			
11.	Borsig-Meeting	TV Gladbeck	Stadion Gladbeck
19.	Kreismehrkampfbestenkämpfe SchülerInnenklassen B – D	FC Schalke 04 LA	Stadion Lohmühle
<i>Juli</i>			
02.	Kreisbestenkämpfe SchülerInnenklassen B – D	VfL Gladbeck	Stadion Gladbeck
09.	Stabhochsprungwettkämpfe	FC Schalke 04 LA	Stadion Lohmühle
10.	NRW-OPEN	TV Gladbeck	Stadion Gladbeck
17.	DSMM-Vorkämpfe Schü/Schi B+C	SuS Schalke 96	Stadion Lohmühle
19. (Di.)	Läuferabend	TV Gladbeck	Stadion Gladbeck
<i>August</i>			
14.	Sparkassenlauf (Straße)	VfL Gladbeck	Gladbeck
<i>September</i>			
18.	Schüler- und Jugendsportfest	VfL Gladbeck	Stadion Gladbeck
24./25.	DSMM Gruppe 2	TV Gladbeck	Stadion Gladbeck
<i>Oktober</i>			
03.	Werfertag	VfL Gladbeck	Stadion Gladbeck

Vorschulturnen

Turnzeit: Montag 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr

Turnort: Turnhalle Grundschule Schloß Horst

Hallo liebe Kinder, hallo liebe Eltern,

wieder ist ein Turnjahr vergangen in dem wir viel Schweiß vergossen haben.

Im ersten halben Jahr, war die Gruppe sehr überschaubar, denn es haben nur so im Schnitt 20 Kinder den Weg in die Turnhalle gefunden aber jetzt, wo die Tage wieder kürzer werden und das Wetter nicht mehr so gut ist, haben wir wieder fast 30 Kinder in der Turnhalle.

In der ersten Viertel Stunde beobachten wir die Kinder erst einmal, ob sie heute sehr wibbelig sind oder sehr laut sind oder ob sie eher ruhig sind, denn danach bauen wir unsere Stunde auf.

An Tagen, wo die Kinder sehr wibbelig sind, können wir nicht schwieriges machen, wo die Kinder genau zuhören müssen, denn das schaffen die Kinder an so Tagen nicht. Nein, an diesen Tagen müssen die Kinder viel laufen und sich so richtig auspowern.

An Tagen wo sie eher ruhig sind, kann man dann mal Geräte aufbauen, wo sie sich bei konzentrieren müssen, z. B. eine Wackelbrücke oder wo sie balancieren müssen

Man merkt also, man kann eine Stunde nicht wirklich zu Hause vorbereiten, denn man muß immer erst mal schauen, wie die Kinder sich so betragen, welche Kinder und wie viele Kinder da sind. Aber ich glaube, dass haben wir auch in diesem Jahr wieder gut hinbekommen.

Vielen Dank an die Eltern, die bei der Turnstunde dabei sind und mithelfen beim Auf- und Abbauen, denn ohne Euch könnten wir nicht so viel in der Turnstunde machen. Danke, Danke, Danke!

Wir wünschen allen ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr und wir hoffen, dass wir uns im neuen Jahr alle wiedersehen.

Eure Janine, Anna und Ursula

Grundschulturnen

Turnzeit: Donnerstag 17:00 Uhr bis 18:30

Turnort: Gesamtschule Horst, kleine Halle

Hallo Ihr Lieben,

man kann es kaum glauben, aber wir schauen schon wieder auf ein Turnjahr zurück.

Dieses Jahr konnten wir leider nicht so oft in die Turnhalle wie wir wollten, da die Turnhalle renoviert wurde und dadurch öfter das Turnen ausfiel. Aber nun erstrahlt die Halle im neuen Glanz und viele neue Turngeräte sind hinzugekommen, so dass ich endlich all die Möglichkeiten habe, die ich vom Vorschulturnen gewöhnt bin.

Unser Highlight dieses Jahr war unsere Abendwanderung. Dafür trafen wir uns am Fürstenbergstadion und gingen dann den Mühlenemscherweg entlang und machten noch Rast an einem Spielplatz.

Ich hatte den Kindern noch allen aufgetragen, Taschenlampen mitzunehmen, nur leider haben wir die Wanderung noch vor der Zeitumstellung gemacht und so war es noch taghell. Na gut, mein Fehler, aber ich glaube wir hatten trotzdem Spaß und im nächsten Jahr sind wir schlauer und machen die Abendwanderung erst Ende November.

Nach der Abendwanderung sind wir noch Pommes und Schnitzelchen essen gegangen und zwar in der Harthorststraße in der Gaststätte „Zum Emscherhusaren“, wo wir fabelhaft empfangen und bewirtet wurden.

Nun möchte ich mich noch bei allen Helfern bedanken, die mit auf der Abendwanderung waren, wie bei Janine und ihrer Mutter Marion und bei meiner Schwester Sandra, ohne die wäre das nicht möglich gewesen.

VIELEN DANK!!!

Ich wünsche Euch allen Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr und ich hoffe, dass im neuen Jahr auch mal wieder die Kinder den Weg zum Turnen finden, die schon länger nicht mehr da waren.

Eure Anna und Ursula

Mutter – Kind – Turnen

Turnzeit: Montag 15:45 Uhr bis 17:15 Uhr
Turnort: Turnhalle Grundschule Schloß Horst

Hallo kleine Turnmäuse
Hallo liebe Eltern,

mit viel Eifer und Elan haben wir das Jahr 2010 fast hinter uns gelassen. Die Kinder freuen sich immer auf den Montag, denn da können sie sich in der Turnhalle austoben mit Seilchen, Bällen, Rollbrettern und vieles mehr.

Wenn sie sich nach einer Viertelstunde ausgepowert haben, räumen wir auf und setzen und in die Mitte zum Singen. Danach bauen wir die Geräte auf. Der hohe Kasten mit der dicken Weichbodenmatte muss immer dabei sein. Der Krichtunnel ist auch sehr beliebt, genau so wie die Ringe, das Trampolin und die Kletterwand.

Zum Schluss stellen wir uns in die Mitte und machen noch ein paar Übungen, wie zum Beispiel: Erst hoch, dann tief,
Erst gerade, dann schief,
Erst dunkel, dann hell,
Erst langsam, dann schnell.

Danach gehen wir müde und zufrieden nach Hause.

Ich möchte mich bei allen Eltern bedanken, die immer fleißig beim Aufbauen und Abbauen geholfen haben.

Nun wünsche ich allen Kindern und Eltern ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr.

Eure Anna

Gymnastik

Aktiv und sportlich bis ins hohe Alter !

Die Übungsstunde beginnt mit warmlaufen, danach erfolgt ein Allroundprogramm mit gymnastischen Dehn- und Rückenübungen, sowie Bauch- und Venengymnastik.

Jeder macht mit, so gut er kann!

Wann : Donnerstag 19.30 – 21.30 Uhr

Wo : Gesamtschule-Horst Kleine Turnhalle

Unser Jahres-Ausflug zur Haarmühle war bei strahlendem Wetter wie immer ein sehr schönes Erlebnis.

Fast 50 Turnschwestern hatten bei Würstchen und Bier einen geselligen Jahres-Grillabend in der Vereinshütte.

Ohne unsere netten Tennisnachbarn, die uns immer wieder bei jedem Grillen voll unterstützen, wären die Feiern nicht so super abgelaufen.

Auf diesem Wege „Danke“ liebe Tennis-Nachbarn!

Rita auch Dir danken wir für Deine engagierte Mitarbeit.

Ob Weiberfastnacht- Frühlings- oder Herbstfest, Gitti und Rita sorgen immer für gelungene Abende. DJ-Gitti sorgt schon profimäßig für gute Tanzmusik und zwischendurch gibt es noch lustige Sketche von den beiden, wir haben selten so viel gelacht. Weiter so ihr zwei.

Ich hoffe, dass wir noch recht lange schöne Feiern und Turnstunden zusammen haben werden.

Wir wünschen Euch und Euren Angehörigen frohe und besinnliche Feiertage und für das neue Jahr viel Gesundheit und Zufriedenheit

Eure Sigrun und Rita



Walk Dich fit!

Sonntags im Nordsternpark

Jeden Sonntag, im Sommer um 9.30 Uhr, im Winter um 10.00 Uhr, treffen sich Frauen und Männer in Sportbekleidung im Nordsternpark. Es folgt eine Viertelstunde Gymnastik zur Aktivierung der Muskeln und Gelenke unter Anleitung.

Durchzählen, wie viele sind wir denn, und dann wird los gewalkt. In Gruppen, je nach Geschwindigkeit, keiner geht allein, bei netten Gesprächen, wird eine Stunde lang der Nordsternpark durchwalkt. Danach wieder eine Viertelstunde dehnen und entspannen, durchzählen, ob keiner fehlt, sie wünschen sich einen schönen Sonntag und ab geht's nach Hause.

Dieses Training in den letzten neun Jahren hat einige Teilnehmer so fit gemacht, dass sie an den verschiedensten Walking-Veranstaltungen teilnehmen: in diesem Jahr am Herner-Walking-Day, Wittringer-Wald-Lauf, Brustkrebs-Spendenlauf, Neurolauf oder Wettkämpfe am Möhnesee und Baldeney-See.



Walk Dich fit!

Am letzten Sonntag vor Weihnachten dann die Belohnung: Bei Glühwein, Tee und Plätzchen findet nach dem Training die interne Weihnachtsfeier im Freien statt.



2011 existiert die Walking-Abteilung 10 Jahre. Sicherlich werden wir das Ereignis dementsprechend feiern.

Übrigens: Schlechtes Wetter, Regen, Schnee oder Wärme sind für uns keine Entschuldigung, einige kommen immer zum Walken.

Ein schönes, gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr

wünscht Euch Eure

Angela Tarhaus

P.S. Wer sonntags nicht kann oder noch mehr tun möchte: donnerstags 18.30 Uhr im Nordsternpark (Sommer) oder im Stadion (Winter).

Gymnastik für Frauen

Turnhalle Turfstraße

Montag 20.15 – 21.30 Uhr

Eins, zwei, drei im Sauseschritt,
es läuft die Zeit
und wir laufen mit!



Seit 1989 hält ein harter Kern – und das sind nicht wenige ! – mir die Treue, und so werden wir zusammen älter. Viele sportbegeisterte oder mit Zipperlein geplagte Frauen erweiterten unsere Gruppe. Alle sind mit Begeisterung dabei wenn es heißt: Geht gerade, Knie durchdrücken, nicht ins Hohlkreuz fallen und dabei bitte LÄCHELN !

In den Sommerferien verlegten wir unsere Übungsstunde in das Fürstenbergstadion. Petrus hat uns nur an einem Montag im Stich gelassen, so waren wir fleißig und haben kräftig für das Sportabzeichen trainiert. Zehn Mitkämpferinnen haben das Ziel erreicht und wurden bei der Jahresabschlussfeier mit der Urkunde des Deutschen Olympischen Sportbundes geehrt!

Unsere Langstreckenläuferin Sabine Oeynhausens hat in diesem Jahr ihre Ausdauer beim Baldeneymarathon bewiesen. Sie wurde Dritte in ihrer Altersklasse mit einer Zeit von 4: 15 Stunden. Eine super Leistung !

Xanten war das Ziel unseres Ausflugs am 11. September. Bei einem Stadtrundgang erzählte uns eine nette Stadtführerin einiges über die Geschichte der Stadt Xanten und zeigte uns die Sehenswürdigkeiten. Nach einem gemeinsamen Mittagessen im gotischen Haus gingen wir, bei herrlichem Wetter, auf Wanderschaft um den Südsee. Zum Abschluss ließen wir uns in einem gemütlichen Gartenlokal Federweißen mit Zwiebelkuchen schmecken. Es war ein gelungener Ausflug!

Zum Jahresabschluss trafen wir uns, wie jedes Jahr, im Horster Tennisclub zu einem gemütlichen Abend. Allen, die mich in unserer Gemeinschaft unterstützt haben, besonders Federica, sage ich herzlichen Dank!

Ein friedliches Weihnachtsfest und ein gutes und gesundes Jahr 2011 wünscht Euch

Eure Hille Fischer

Kung Fu Kindergruppe

Unsere Gruppe besteht jetzt seit drei Jahren und auch in diesem Jahr haben wir einiges erreicht. Wir haben hart trainiert, viel geschwitzt und uns einige blaue Flecken geholt. Aber es hat sich gelohnt! Wir haben uns schon einiges fürs neue Jahr vorgenommen und ich hoffe, wir schaffen das auch mit so viel Spaß wie dieses Jahr.

Wer Lust hat mitzumachen, um die 12 Jahre alt ist, motiviert und neugierig, soll uns einfach am Montag besuchen !! Wir trainieren:

Montag : 18.30 bis 19.30
Sporthalle Grundschule an der Sandstraße

Wir wünschen allen ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr!

Andreas Lösing

Kung Fu Gruppe

Kung Fu ist eine chinesische Kampfsportart bei der Hände und Füße für Schlag-, Tritt-, Wurf- und Haltetechniken benutzt werden. Die Übungen steigern die körperliche und geistige Fitness und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit und das Selbstvertrauen.

Unsere Sportart ist sehr umfangreich. Einen besonderen Schwerpunkt des Trainings bildet das Erlernen und Perfektionieren der notwendigen Grundtechniken. Diese binden wir immer wieder in verschiedene Handlungsketten ein und erweitern hierdurch unser Technikrepertoire. Nur wer die Basistechniken beherrscht, kann diese in der Selbstverteidigung und im Wettkampf anwenden. Insofern handelt es sich hierbei um das „Ein-mal-eins“ unserer Sportart.

Jeder Kung-Fu-Sportler benötigt zudem eine ausgesprochen gute Koordination der Bewegungsabläufe. Dementsprechend war ein weiterer Schwerpunkt unserer Trainingsarbeit die Automatisierung von Bewegungsmustern und die Verbesserung der Reaktionsfähigkeit. Außerdem wurden mehrere Formen intensiv geübt. Auch dieses Jahr gab es wieder eine Prüfung. Michael Nendza hat die grün Grad Gürtelprüfung bestanden.

Wir haben also ein umfangreiches hartes Training und wer Interesse an unserem Sport bekommen hat ist herzlich eingeladen. Kommt einfach vorbei und trainiert bei uns mit. Wir trainieren am:

Mo 20:00 – 21:30 Grundschule Sandstr.
Do 17:45 – 19:00 Grundschule Sandstr.

Wir wünschen allen Interessierten, Mitgliedern und ihren Familien ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch!

Eure Kung Fu Abteilung
Jens Rogowski und Dieter Nendza



**Meister Trainer Dieter Nendza
beim Bruchtest**

Bauch - Beine - Po

Hallo Mädels!

Na, noch Muskelkater vom letzten Training? ;-))

Die Muskeln wurden in dieser Stunde mit und ohne Hilfsmittel trainiert. Neu waren Body- Bänder und Hanteln mit denen wir unseren (eigentlich gar nicht vorhandenen) Problemzonen zu Leibe rückten.

Auch diese Stunde findet immer mit Humor und Spaß statt, denn „bierernst“ macht das Ganze keinen Spaß!

Im Vordergrund stehen der Bauch, die Beine und der Po, aber auch der Rest des Körpers kommt nicht zu kurz. So sorgen wir für ein gutes Körpergefühl, dass uns oft die Sorgen des Alltags wenigstens für eine Stunde vergessen lässt.

An dieser Stelle ein dickes „Dankeschön“ für die guten Wünsche zu unserer Hochzeit. Danke, dass Ihr dabei wart!

Wenn Du noch nicht zu unserem lustigen Team gehörst, dann schau doch einfach mal rein. Wir freuen uns auf Dich!

Eure Sandra

Die Stunde findet donnerstags in der kleinen (linken) Halle der Grundschule an der Sandstraße von 20 bis 21 Uhr statt.

STEP AEROBIC

Hallo Leute!

Schön, dass wir wieder einmal ein Jahr gemeinsam verbracht haben. Es hat mir Spaß gemacht, mit Euch und für Euch den Kreislauf in Schwung zu bringen.

Wie immer, funktionierte es mit fetziger Musik und guter Laune. Die Choreographien waren mal schwierig in gemäßigttem Tempo, mal weniger schwierig, dafür aber schnell.

Bei V- Step und Straddle haben wir sowohl etwas für die Kondition als auch für die Koordination getan. All das war gespickt mit Humor und Spaß.

An dieser Stelle noch einmal ein dickes „Dankeschön“ für Eure guten Wünsche zu unserer Hochzeit. Danke, dass Ihr dabei wart!

Für alle, die noch nicht zu uns gestoßen sind: Kommt doch einfach mal vorbei und macht eine Stunde mit. Vielleicht ist Step- Aerobic ja das Richtige und Ihr gehört demnächst zu unserer munteren Truppe! Wir würden uns freuen!

Eure Sandra

**Die Stunde findet
jeden Donnerstag
in der kleinen (linken)
Halle der Grundschule
an der Sandstraße
von 19 bis 20 Uhr statt.**



Tai Chi Chuan & Qi Gong

Übungsabend : Freitag von 20.00 Uhr – 21.30 Uhr Turnhalle
Gesamtschule.

Wieder ist ein Jahr anstrengendes Training vorbei. Hoffentlich hat es Euch auch ein wenig gefallen.

Denn Ihr wisst ja:

*„ Ein Kopf, der mit seinen Augen auf ein Ziel schaut-
zwei Füße, die ihn dorthintragen-
der Geist ist bereits da, während das Selbst versucht dorthin zu
kommen-
der Weg ist das Ziel.“*

Ich wünsche allen ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute für das
Jahr 2011

Euer Lutz Döhler

Seniorengruppe Grundschule Turfstraße

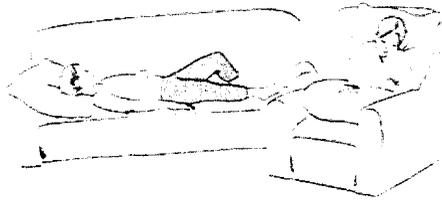
Wie in jedem Jahr, haben wir viel Schweiß in der Turnhalle gelassen. Besonders haben wir uns in diesem Jahr über die Verstärkung und Verjüngung unserer Truppe gefreut. Von unseren Anstrengungen haben wir uns bei unserer jährlichen Herbstfeier erholt und werden diese hoffentlich auch im nächsten Jahr wiederholen können. Ich hoffe, dass wir im nächsten Jahr eine genau so tolle Truppe bleiben werden.

Euch und Eurer Familie wünsche ich ein friedliches Weihnachtsfest sowie ein glückliches und gesundes Neues Jahr

Wolfgang Sandkühler

Seniorenturnen Montag 19:00 Uhr

Ort: Turnhalle am Schloß Horst



So wollen wir es nicht angehen lassen.



Es geht auch anders. Und wie man sieht schon „spitze“.
In der Hausfrauenabteilung ist es lustig, ist es schön und man kann bei der Musik, die Körper sich bewegen sehn.



Sigrid hat hier die Leitung, sie beweist durch ihren Schwung, dass das Turnen hält den Körper frisch, beweglich und auch jung.

Mit Musik beginnt die Stunde, Arme hoch und wieder runter, einmal vor und zurück, so was macht uns richtig fit.
Jeder Montag ist uns wichtig, jeder Montag ist uns wert, denn er bringt uns frohe Stunden, die sind allseits begehrt.
Deshalb kommen wir immer wieder, denn das Turnen macht uns Spaß, Turner halten treu zusammen, ganz egal was kommen mag.

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr 2011

wünschen Euch herzlich
Hildegard Schimanski & Sigrid Melinat



Pressearbeit

Dieses Jahr ist einiges passiert, der T.V. Horst- Emscher war sportlich sehr aktiv und ich möchte mich bei allen bedanken, die dazu beigetragen haben, dass alles so gut funktioniert hat, und wir zum Jahresende tolle Berichte vom Jahr 2010 bekommen haben.

Damit wir das nächstes Jahr noch besser hin bekommen, bitte ich Euch mir noch mehr tolle Fotos zu schicken damit wir sie für den Horster Turner 2011 verwenden können. Ihr könnt mir mailen unter:

Pressewart-tvhorstemscher@gmx.de

Ich wünsche Euch allen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr.

Euer Andreas

Turnverein Horst Emscher 1892 e.V.

An die
Mitglieder des Turnvereins
Ehrenmitglieder des Turnvereins

Liebe Turnschwestern, liebe Turnbrüder,

gemäß § 16 der Satzung des Turnvereins Horst Emscher 1892 e.V.
laden wir hiermit zur

Mitgliederversammlung

am 26.02.2011 um 18.00 Uhr im AWO-Seniorenzentrum, Marie-Juchacz-Weg 16
in 45899 Gelsenkirchen Horst recht herzlich ein.

Tagesordnung

- Pkt. 1 : Begrüßung, Totengedenken
- Pkt. 2 : Genehmigung der Tagesordnung
- Pkt. 3 : Genehmigung des Protokolls der Generalversammlung vom 27.02.2010
- Pkt. 4 : Berichte der Fachwarte (sind in der Vereinszeitung nachzulesen)
- Pkt. 5 : Bericht des Geschäftsführers
- Pkt. 6 : Bericht der Kassenprüfer
- Pkt. 7 : Entlastung des Vorstandes
- Pkt. 8 : Wahlen laut § 18.1 der Satzung
- Pkt. 9 : Haushaltsplan 2011
- Pkt.10: Anträge lt. Satzung § 16
- Pkt.11: Veranstaltungen 2011
- Pkt.12: Anfragen und Mitteilungen

Anträge müssen bis zum 12.02.2011 schriftlich an den 1.Vorsitzenden Herrn Otto
Jung , Bottroper Str. 26 , 45899 Gelsenkirchen eingereicht werden.

Mit Turnergruß
Gut Heil

Der Vorstand

Das komplette Sportangebot des Turnverein Horst-Emscher 1892 e.V.

Fechten	Freitags	19.00 – 22.00 h	TH Gesamtschule Horst
Tai Chi Chuan	Freitags	20.00 – 21.30 h	TH Gesamtschule Horst
	Mittwochs	20.00 – 22.00 h	TH Sandstraße I
Männerturnen	Montags	20.00 – 22.00 h	TH Gesamtschule Horst
Leichtathletik	Mo. und Fr.	16.30 – 18.00 h	Fürstenbergstadion (bis 11 Jahre)
1. Apr. – 30. Sep.		18.00 – 20.00 h	Fürstenbergstadion (ab 12 Jahre)
1. Okt. – 31. Mrz.	Montags	17.15 – 18.15 h	Fürstenbergstadion (ab 9 Jahren)
	Freitags	16.30 – 18.00 h	TH Gesamtschule Horst (bis 11 J.)
		18.00 – 20.00 h	TH Gesamtschule Horst (ab 12 J.)
Pétanque	1., 3. u. 4. Di	18.00 – 19.30 h	Fürstenbergstadion
Kung Fu	Montags	20.00 – 22.00 h	TH Sandstraße I
	Donnerstags	17.45 – 19.00 h	TH Sandstraße I
Kung Fu Kinder	Montags	18.30 – 19.30 h	TH Sandstraße I
Männerturnen	Mittwochs	20.00 – 22.00 h	TH Sandstraße I
Bauch-Beine-Po	Donnerstags	20.00 – 21.00 h	TH Sandstraße I
Step - Aerobic	Donnerstags	19.00 – 20.00 h	TH Sandstraße I
Kindengeräteturnen	Donnerstags	17.00 – 19.00 h	TH Sandstraße II
Volleyball	Donnerstags	19.00 – 22.00 h	TH Sandstraße II
Mutter-Kind-Turnen	Montags	16.00 – 17.15 h	TH Turfstraße
Grundschulturnen	Donnerstags	17.00 – 18.30 h	TH Gesamtschule Horst II
Vorschulkinder	Montags	17.15 – 18.45 h	TH Turfstraße
Seniorengymnastik (w)	Montags	19.00 – 20.00 h	TH Turfstraße
Frauengymnastik	Montags	20.15 – 21.30 h	TH Turfstraße
Seniorenturnen (m)	Mittwochs	19.00 – 20.30 h	TH Turfstraße
Hausfrauengymnastik	Donnerstags	19.30 – 21.30 h	TH Gesamtschule Horst II
Walking	Donnerstags	18.30 – 20.00 h	Nordsternpark
1. Apr. – 30. Sep.	Sonntags	09.30 – 11.00 h	Nordsternpark
1. Okt. – 31. Mrz.	Donnerstags	18.30 – 20.00 h	Fürstenbergstadion
	Sonntags	10.00 – 11.30 h	Nordsternpark