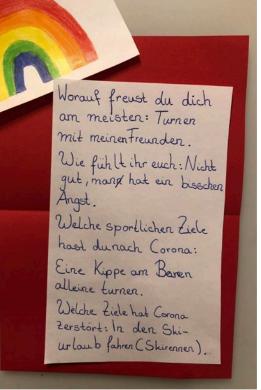


Vereinsmitteilung TV Lipperode













NEU: Freddys Fitness-Blog. Seite 13

Corona

Wie beeinflusst die Pandemie das Vereinsleben? Kreative Ideen der Aktiven zur Überbrückung des Lockdowns.



Für alle Lady's die dringend mal zu Hause raus müssen...

#homeschoolingmuttis #homeofficeladys #homekitamuttis

Nimm dir deine beste Freundin und komm in dein Lieblingslokal. Für dich und deine Freundin geht der erste MILEY's auf unsere Rechnung.*

* Natürlich auch von Betreuungsvätern einlösbar.







Ab 15. Juni

jeden Donnerstag

ab 17:00 Uhr



Hier nur sonntags einlösbar. -ganztägig-

Anzeige ausschneiden und mitbringen – gültig bis 30. September 2020

www.tv-lipperode.de

VORWORT



Liebe Leser der Sport aktiv,

unsere anfängliche Sorge darüber, ob es in einer Zeit, in der das Vereinsleben ebenso wie die sportlichen Aktivitäten und Wettkämpfe beim TVL durch die Covid-19-Einschränkungen komplett ausgesetzt waren, ausreichend viel zu berichten gibt, um eine informative und interessante Vereinszeitung zu publizieren, hat sich sehr schnell ins Gegenteil verkehrt: Wir haben so viele Bilder und Beiträge von unseren aktiven Mitgliedern und Übungsleitern erhalten, dass unser Redaktionsteam zwei Ausgaben damit hätte füllen können!

Die Wiederaufnahme unseres Trainingsbetriebs nach den Lockerungen der Covid-19-Kontaktbeschränkungen ist eine besondere Herausforderung, der sich unsere Vorsitzende Sport Daniela Hendriks aktuell mit ihrem Team stellt, um unseren Mitgliedern wieder ein gemeinsames Training in Kleingruppen zu ermöglichen. Dabei nutzen wir dankend das Angebot der Stadt Lippstadt und des Bürgerrings Lipperode, auf dem Rasen hinter der Bürgerhütte in Lipperode geregelte Trainingszeiten für den TVL anzubieten.

Aktuell arbeiten wir auch an einem Konzept sowie einem Termin für die Mitgliederversammlung, die wir im April auf unbestimmte Zeit verschieben mussten. Die Aktion "Mitglieder werben Mitglieder", die bis zum 22.04.2020 geplant war, läuft ebenso weiter wie die Aktion zur Fördermitgliedschaft.

Ziel ist weiterhin, auf der Mitgliederversammlung die attraktiven Preise unter den Teilnehmern an den Aktionen zu verlosen. Nutzen Sie die Möglichkeit, uns in der aktuellen Situation zu unterstützen, und sichern Sie sich die Chance auf einen Gewinn! Alle Informationen finden Sie wie gewohnt auf unserer Internetseite www.tv-lipperode.de.

Neuigkeiten gibt es auch vom Vorstand: So hat Tobias Möller die Abteilungsleitung Turnen von Karin Dirkwinkel, der wir für ihr geleistetes Engagement in den letzten beiden Jahren sehr danken, übernommen. Weiterhin hat sich die Sportjugend des TVL unter der Leitung von Mona Köhler und Lisa Conze mit den Vertretern aus den jeweiligen Abteilungen neu formiert und stellt sich in diesem Heft auf den Seiten 14 – 16 vor. Tobias Tochtrop hingegen

beendet seine sportliche Laufbahn als international erfolgreicher Federfußballer, bleibt uns im Vorstand aber als Verantwortlicher für die Federfußballabteilung erhalten.

Unsere Chefredakteurin Friderike Wolf beginnt in dieser Ausgabe mit einer neuen und interessanten Beitragsreihe. Um einer breiteren Öffentlichkeit auch unsere Fitness-Abteilung vorzustellen, wird sie nach und nach alle Fitness-Angebote des TVL besuchen, dort mit vollem Engagement teilnehmen und über ihre jeweiligen Erfahrungen unter dem Titel "Freddys Fitness-Blog" in den folgenden Ausgaben der Sport aktiv berichten. Lassen Sie sich auf Seite 13 von ihrem ersten Erfahrungsbericht überraschen und motivieren.

Die Berichte über die zu Jahresbeginn durchgeführten Wettkämpfe sowie der Rückblick auf das Schauturnen 2019 zeigt in diesem Heft eindrücklich, was uns in den letzten Wochen durch Covid-19 gefehlt hat und eventuell weiter fehlen wird: das gemeinsame unbekümmerte Erlebnis von Bewegung, Geselligkeit, Spaß und Wettkampf. Lassen Sie uns alle zusammen mit Verantwortung und Kreativität diese Herausforderung annehmen und mit Rücksichtnahme und Gemeinschaftssinn das Bestmögliche daraus machen.

Bleiben Sie gesund und sportlich aktiv, Christoph Jarren

TOLLE RÄDER **KLEINE PREISE**

Fahrrad fahren ist einfach klasse, vorausgesetzt, es ist in Schuss für 'nen Fahrrad-Fachmann keine Sache, wenn's wieder richtig rollen muss.





Fahrradhandlung

In den Amtswiesen 2 59558 Lippstadt-Lipperode Telefon 02941-9795363

SportAktiv | Ausgabe 06/2020

TVL-FANSHOP

Ihr identifiziert euch mit dem TV Lipperode? Oder nehmt an Wettkämpfen teil und wollt zeigen, von welchem Verein ihr seid? Dann haben wir genau das Richtige für euch – unsere Vereinsjacken!



Kinder zahlen 30 € für die Größen 116 - 164, Erwachsene 35 € für die Größen S - XL.

Es können auch Sportbeutel mit verschiedenen Motiven erworben werden. Bilder und weitere Informationen dazu findet ihr auf unserer Internetseite.



T-Shirts gibt es natürlich auch: Kindergrößen für 6 €, Erwachsenengrößen für 7 €

Bestellungen einfach über sport@tv-lipperode.de oder bei Simone Rohrberg: 0151 15323110

Werbepartner gesucht:

Möchten auch Sie für Ihr Unternehmen in unserer Sport aktiv oder auf der TVL-Internetseite werben? Sprechen Sie uns an! Wir haben das passende Angebot für Sie. 02941/202321/gf@tv-lipperode.de

Termine 2020

06.12.2020:

Schauturnen 2020 in der Halle des Lippe-Berufskollegs

Trainingszeiten:

Alle aktuellen Trainingszeiten und unser komplettes Kursangebot finden Sie auf unserer Homepage: www.tv-lipperode.de

...Qualität ...Frische ...Geschmack











Fleischerei Josef Schäfermeier GmbH 59557 Lippstadt, Tel. 02941 - 209960 www.gute-wurst.de

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

Der Vorstand des TVL, Christoph Jarren Postfach 4040, 59539 Lippstadt **Bilder/Texte:**

F. Wolf, C. Bockholt, T. Tochtrop, J. Ruhoff, u.a.

Werbung: Vorstand des TV Lipperode Aufbau: F. Schmidt, F. Wolf Druck: wirmachendruck.de

Auflage: 2000 Stück

DRITTE JUGENDDISCO - EIN VOLLER ERFOLG

Das Lied "A-E-I-O-U Du gehörst doch mit dazu!", welches anfangs nur die Tanzlaune anregen sollte, wurde zum Motto des Abends.

Zum dritten Mal tanzten rund 60 Kinder und Jugendliche aller Abteilungen des TV Lipperode gemeinsam zur Musik in der Turnhalle an der Sandstraße. Der DJ heizte mit bunter Musik und grellen Lichtern ordentlich ein, sodass die vierstündige Jugenddisco am 29.02.2020 wie im Flug verging.

Wir freuen uns schon auf die nächste Sockenparty mit euch!



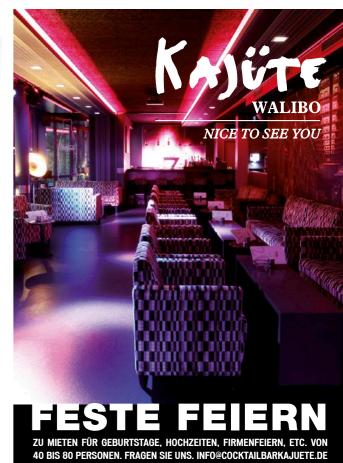
Praxis für Physiotherapie Hildegunde Adams

Krankengymnastik
Manuelle Lymphdrainage
Kinesio - Taping
Sportphysiotherapeut
Heilpraktikerin/Physiotherapie
Fußreflexzonenmassage
Massage
Heißluft

Hausbesuche Fascientherapeut Gruppenangebote

Kompressionsverband nach Lymphdrainage

Bismarckstraße 13 59558 Lippstadt - Lipperode Tel. 02941/ 96 87 455 Fax 02941/ 96 87 456



FEDERFUSSBALL

4 Medaillen bei den deutschen Meisterschaften für den TV Lipperode

Zu den deutschen Meisterschaften im Einzel der Jugend und Senioren reisten 5 Spieler des TV Lipperode an.

Bei den über 35-Jährigen starteten Ralf Holt und Sven Walter aus Lippstadt. Dabei konnte sich Ralf Holt bei der diesjährigen recht starken Konkurrenz nicht in die vorderen Ränge spielen und belegte Platz 8. Sven Walter behielt in der Gruppenphase eine weiße Weste und zog ohne Satzverlust in das Halbfinale ein. Dort gewann er gegen die Rekordnationalspielerin Silke Weustermann vom CBC Wuppertal. Im Finale wartete dann mit Stefan Blank vom FFC Hagen ein schwerer Gegner, gegen den sich Sven Walter mit 22:20, 15:21 und 21:10 durchsetzte. Im Doppel trat Sven Walter mit Karsten-Thilo Raab vom FFC Hagen an. Im Finale schlugen sie die Vorjahressieger Silke und Christian Weustermann vom CBC Wuppertal mit 21:13 und 22:20.

In der Jugend gingen Jonas Holt in der männlichen und Anne Weber in der weiblichen A-Jugend sowie Amelie Weber in der weiblichen B-Jugend an den Start. Nach einer Niederlage gegen Thore Riepe vom Flying Feet Haspe holte Jonas Holt Silber. Anne Weber verpasste einen Podestplatz nur knapp und landete auf Platz 4. Nach dem Vizemeistertitel im Vorjahr in der weiblichen B-Jugend konnte Amelie Weber in diesem Jahr in ihrer Altersklasse den Titel holen.



Sven Walter vom TV Lipperode holt Bronze im Doppel

Die deutschen Meisterschaften im Doppel und Einzel der Federfußballer fanden in Wuppertal statt. Dabei hatte der TV Lipperode einige aussichtsreiche Doppel unter den Qualifizierten. Allerdings musste bereits vor dem Turnier das Doppel Tanja Schlette / Philipp Münzner passen. Neben Tobias Tochtrop mit Nachwuchsspieler Luke Winterton ging Sven Walter zusammen mit David Zentarra vom FFC Hagen an den Start. Luke Winterton war mit Abstand der jüngste Spieler im Turnier und konnte mithilfe von Tobias Spielpraxis sammeln. In der Vorrunde gab es einige knappe Spiele und mit einem Dreisatzsieg qualifizierte man sich für die Zwischenrunde. Dort musste dann allerdings bis zum Spiel um Platz 15 auf einen weiteren Sieg gewartet werden.

Die diesjährigen Gewinner des German Open Doppelturniers Sven Walter und David Zentarra setzten sich in allen Gruppenspielen klar in 2 Sätzen durch und kamen in das Viertelfinale. Auch hier gab es keine weiteren Probleme. Im Halbfinale unterlagen die beiden dann allerdings Philip Kühne und Torben Nass von Flying Feet Haspe. Bronze sicherte sich das Duo im kleinen Finale über Christian Weustermann und Noah Wilke vom Gastgeber CBC Wuppertal.

Am Tag nach dem Doppel startete Sven Walter in der Einzelkonkurrenz. Auch hier zog er ohne Satzverlust in das Viertelfinale ein. In diesem besiegte er Christian Weustermann vom CBC Wuppertal, ehe im Halbfinale sein Doppelpartner David Zentarra, der spätere Deutsche Meister, auf ihn wartete. Im kleinen Finale unterlag er Torben Nass von Flying Feet Haspe.

Vereinsmeisterschaften 2019

2019 fanden zum Saisonabschluss wieder die Vereinsmeisterschaften der Federfußballer des TV Lipperode statt. Dabei spielten 13 Teilnehmer bei den 12. Vereinsmeisterschaften mit. Das Turnier war 2009 in Henneböle Cup umbenannt worden, nachdem der langjährige Sportkamerad Wolfgang Henneböle verstorben war. In der Vergangenheit wurden die Wanderpokale stets von Doris Henneböle überreicht, die dieses Jahr aber bei Nora und Sven Henneböle war, die am Vortag des Turniers Eltern geworden waren. Es gab jeweils für die Besten in den Klassen Damen, Herren, männliche A-Jugend, weibliche B-Jugend, männliche B-Jugend, Seniorinnen (Ü35) und Senioren (Ü35) einen Wanderpokal. Bei den Damen setzte sich Tanja Schlette durch. Bei den Senioren gewann Ralf Holt den Wanderpokal. Ute Reichel verteidigte den Titel bei den Seniorinnen. Ebenfalls verteidigen konnte seinen Titel Jonas Holt in der männlichen A-Jugend. In der weiblichen B-Jugend gewann Amelie Kussmann den Pokal erstmals nach einem Sieg gegen die Titelverteidigerin Zoe Reichel. In der männlichen B-Jugend war die Entscheidung am härtesten umkämpft. Hier gewann Luke Winterton in 3 Sätzen gegen Aaron Driver. Bei den Herren kamen gleich vier Titelanwärter in das Halbfinale des Turniers. Im ersten Halbfinale setzte sich Philipp Graefenstein mit 21:16 und 22:20 gegen Kai Sauermann durch. Im zweiten Halbfinale gewann Titelträger Philipp Münzner gegen Kai Lummer. Den Bronzerang sicherte sich dann Kai Sauermann. Im Finale verteidigte Philipp Münzner seinen Titel mit 21:15 und 21:18 gegen Philipp Graefenstein.

Henneböle Cup 2019: 1. Philipp Münzner, 2. Philipp Graefenstein, 3. Kai Sauermann, 4. Kai Lummer, 5. Tanja Schlette, 6. Amelie Kussmann (weibl. B-Jugend) 7. Ralf Holt (Ü35), 8. Luke Winterton (männl. B-Jugend), 9. Jonas Holt (männl. A-Jugend), 10. Ute Reichel (Ü35), 11. Aaron Driver (männl. B-Jugend), 12. Zoe Reichel (weibl. B-Jugend), 13. Kai Kuphal (männl. B-Jugend)

Saisonstart 2020

Für die Federfußballer begann die neue Saison bereits vor der Corona-Kontaktsperre. Dazu wurde bereits Anfang Februar der 1. Ligaspieltag in Lippstadt ausgerichtet. In die laufende Saison der 1. und 2. Federfußballbundesliga gingen dieses Mal nur noch drei Mannschaften. Die Mannschaften TV Lipperode 2 und TV Lipperode 3 bestehen aus Spielern und Spielerinnen mit wenig Turniererfahrung, die zu Wettkampfpraxis kommen sollen. Beide Teams starten in der 2. Bundesliga. Die Teams waren beim ersten Spieltag in Lippstadt allerdings ersatzgeschwächt, da jeweils zwei Spieler fehlten. Für den TV Lipperode 3 gingen Amelie Weber, Kai Kuphal und Tanja Schlette an den Start. Im Team des TV Lipperode 2 spielten Ute und Zoe Reichel, bei denen Ralf Holt und Philipp Graefenstein mit einsprangen. Beide Teams verloren an diesem Spieltag alle Spiele. Im direkten Aufeinandertreffen setzte sich der TV Lipperode 2 durch.

Der TV Lipperode 1 ging wieder mit dem Ziel des Titelgewinns in die Saison. Die Nationalspieler Philipp Münzner und Sven Walter spielen diese Saison zusammen mit Kai Sauermann. Die Spiele gegen CP Gifhorn 2 und Flying Feet Haspe 2 konnten klar gewonnen werden. Im Spiel gegen CP Gifhorn 1 war es mit 22:20 und 21:17 etwas knapper, aber das Team blieb auf Kurs. Den ersten Dämpfer gab es dann im Spiel gegen den deutschen Vizemeister Flying Feet Haspe 1, wo sich der TV Lipperode 1 mit 21:18, 17:21 und 15:21 geschlagen geben musste. Der 2. Spieltag wurde wegen der Corona-Krise bis auf Weiteres verschoben. Es ist aber davon auszugehen, dass die Federfußballsaison zu Ende gespielt wird.

Karriereende Tobias Tochtrop



Im **März 1997** führten Marcus Ostermann und Ralf Holt an der Graf-Bernhard-Realschule in Lipperode eine Sportstunde zum Thema Federfußball im Sportunterricht der Jungen in der 9. Klasse durch. Einer der Schüler der Klasse war Tobias Tochtrop, der so begeistert von der Sportart war, dass er bereits zum nächsten Training in der Sporthalle der Nikolaischule auftauchte. Sein erstes Spiel machte er im Sommer **1997** bei den German Open in Witten gegen keine geringere Mannschaft als den damaligen deutschen Meister FFC Hagen 1. Anschließend nahm er mit dem TV Lipperode 2 am Ligabetrieb der 2. Bundesliga teil.

1998 belegte er zusammen mit Nadine Fischer, Michael und Ralf Holt, Marcus Ostermann und Stefanie Wollschläger den 3. Platz in der 2. Bundesliga und sicherte sich in der Relegation den ersten Aufstieg des TV Lipperode in die 1. Bundesliga. Im Jahr 1999 entschied Tobias sich, weiterhin mit der 2. Mannschaft in der 2. Bundesliga zu spielen. Im Sommer formierte sich aber mit Sven Henneböle, Marco Heller und ihm selbst ein junges Team mit viel Potenzial für die German Open in Hagen. Diese Konstellation blieb so für die nächsten sieben Jahre bestehen und alle drei wurden schon im gleichen Jahr für das Auswahltraining der Nationalmannschaft nominiert, verpassten aber den Sprung zum WM-Turnier in Hanoi.

Im dritten Jahr in der 2. Bundesliga schaffte das Trio dann **2002** den Aufstieg in die 1. Bundesliaa.

Im Jahr **2003** dann kam der Durchbruch für das Team: Mit Platz 5 hielt man sicher die Klasse; die Mannschaft durfte bei der Heim-EM in Bochum als Deutschland 2 starten und belegte Platz 4 im Mannschaftswettbewerb. Ein weiteres Highlight in diesem Jahr war der Liveauftritt im ZDF Fernsehgarten.

2004 nahm Tobias zum ersten Mal an einem Turnier außerhalb Deutschlands, den 1. French Open in Paris, teil, wo er beim Doppelturnier zusammen mit dem damaligen Bundestrainer Peter von Rüden das Halbfinale erreichte. Die erste Medaille gab es im Ligabetrieb, wo der TV Lipperode 1 Bronze holte. Damit hatte es sich bezahlt gemacht, dass die drei Freunde jede freie Minute zum Federfußballspielen genutzt hatten.

2006, im letzten Jahr vor der Abschaffung der Playoffs, stand der TV Lipperode 1 am Ende der Saison auf Platz 1 der 1. Bundesliga. In den Playoffs schaffte das Team den Sprung ins Finale, unterlag hier allerdings dem FFC Hagen. Neben Silber in der Mannschaft gewann Tobias auch mit Sven Henneböle Silber bei den Deutschen Meisterschaften im Doppel.

Nachdem Marco Heller das Team aus beruflichen Gründen verlassen hatte, rückte Philipp Münzner **2007** in die 1. Mannschaft auf.

2008 gab es erneut eine Bronzemedaille für den TV Lipperode 1 in der 1. Bundesliga. Dazu kam noch die Teilnahme an der EM in Serbien, wo Tobias Vizeeuropameister mit der Mannschaft wurde und Bronze im Doppel zusammen mit Oliver Loewen vom SV Haspe 70 gewann.



6 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020

2009 gelang es dem aus Philipp Münzner und Tobias Tochtrop bestehenden Doppel erstmals, ein Turnier zu gewinnen. Außerdem holte das Duo Bronze bei den French Open in Paris und nahm zum ersten Mal an den Hungarian Open teil.

2010 kam dann die lang ersehnte Teilnahme an einer Weltmeisterschaft. Im chinesischen Xiaolan erreichten die Lipperoder einen 5. Platz im Mannschaftswettbewerb. Im Verlauf des Jahres folgte dann noch die Nominierung für den Nationalkader für die EM im kommenden Jahr in Marseille.

Wegen Diskrepanzen mit dem Vorstand des Deutschen Federfußballbundes über die Auswahl des Damenteams trat Tobias aus dem Nationalkader zurück. Nach 11 Jahren als Mannschaftskapitän in der 1. Mannschaft verließ er das Team mit dem Ziel, eine zweite Mannschaft des TV Lipperode in der 1. Bundesliga zu etablieren.

2011 startete Tobias mit Lukas Leonhard und Kai Lummer als TV Lipperode 2 in der 2. Bundesliga, wurde ungeschlagen auf Anhieb Meister und stieg damit in die 1. Bundesliga auf. In einer Spielgemeinschaft mit dem FFC Hagen gelang in diesem Jahr auch der Sieg bei den French Open.



2012 erreichte Tobias sein Ziel, mit dem TV Lipperode 2 in der 1. Bundesliga zu bleiben. Zusammen mit Philipp Münzner gewann er zudem Bronze bei den deutschen Meisterschaften im Doppel.

2017 kam es dann zum langersehnten Titel bei den deutschen Meisterschaften, der im Doppel der Senioren (Ü35) mit Karsten Thilo Raab vom FFC Hagen gefeiert werden konnte.

2018 spielte er seine letzte Saison beim TV Lipperode 2 als Mannschaftskapitän. Über die gesamten Jahre hinweg war es ihm mit wechselnden Teamkollegen gelungen, den Verbleib in der 1. Bundesliga zu sichern.

2019 unterstützte Tobias noch einmal die Mannschaft des TV Lipperode 1 als Ersatzspieler und belegte den Bronzerang.

Insgesamt verpasste er in all den Jahren lediglich einen Ligaspieltag und spielte auf diversen Doppelturnieren mit 26 Doppelpartnern aus unterschiedlichsten Vereinen. DM Gold: 1, DM Silber: 6, DM Bronze: 5, EM Teilnahme: 2, EM Silber: 1, EM Bronze: 1, WM Teilnahme: 1, Länderspiele: 18, French Open Teilnahme: 5, French Open Gold: 1, French Open Bronze: 1, Hungarian Open Teilnahme: 4, Ligaspiele 1. Bundesliga: 233, Ligaspiele 2. Bundesliga: 75, Vereinsmeister: 3, Doppelpartner: 26



Seit über 40 Jahren!

Wir sorgen für schöne Bäder, zuverlässige Heizungen und ein angenehmes Klima!

Lippestraße 3 - 59558 Lippstadt-Lipperode Tel.: 02941/910 410 - Fax: 02941/910 410 29



Sandstraße 34 59558 Lippstadt Tel.: 02941/65358 Fax: 02941/657631

Mobil: 0171 5414439

E-Mail: w.frese@autohaus-frese.de

- Inspektion Wartung
- Fehlerdiagnose
- Klima-Service
- Unfallinstandsetzung
- TÜV AU OBD
- Bremsen Auspuff
- Elektrik Elektronik
- Radio Navigation
- Reifen Felgen



Bei uns dreht sich alles um Ihre Zufriedenheit!

Unsere Leistungen im Überblick:

- sämtliche Mercedes-Benz Wartungs- und Reparaturarbeiten für Pkw und Nfz
- Unfallinstandsetzung und -komplettabwicklungen für Pkw und Nfz
- Mercedes-Benz TrailerParts Trailer Diagnose (Wabco, Knorr, Haldex)
- Alltrucks Partner
- Original Mercedes-Benz Umrüstungen
- sämtliche Gesetzliche Prüfungen
- UVV Ladebordwand
- Mercedes-Benz 24h
- Motoreninstandsetzung für Nutzfahrzeuge
- Mautstation
- Räder und Reifenservice
- Fahrzeugaufbereitungen
- Mobilitätslösungen (Hol- und Bringservice, Mietwagen)
- Fahrzeugbewertungen
- Anhänger- und Aufliegerservice
- Mercedes-Benz Service VorteilsKarte und smart ServiceCard
- smart Service in Geseke und Soest
- Nutzfahrzeugwaschanlage "Star Truck Wash"
- und vieles mehr...

Mercedes-Benz





Autohaus Sternpark GmbH & Co. KG Lipperoder Straße 71, 59555 Lippstadt, Tel. +49 29 41 66 98-0 Am Bohnenpfad 1, 59494 Soest, Tel. +49 29 21 3 88-0 Bürener Straße 27, 59590 Geseke, Tel. +49 29 42 9 79 23-0 Bürener Straße 157, 59590 Geseke, Tel. +49 29 42 97 84-0 www.sternpark.de

SportAktiv | Ausgabe 06/2020

TANZEN

Wettkampfgruppen

Sparklings

Die Sparklings sind zwölf Mädchen im Alter von 10 bis 13 Jahren, die die Freude am Tanzen teilen. Dieses Jahr wollten sie mit einer einstudierten Choreographie zu dem Thema "Jahrmarkt" in die Wettkampfsaison starten. Sie hatten viel trainiert und waren startklar für die bevorstehenden Wettkämpfe, die am 21.03.2020 beginnen sollten. Jedoch wurden diese aufgrund der aktuellen Lage abgesagt, was die Tänzerinnen und Trainerinnen sehr schade fanden. Trotz dieser Ausnahmesituation steigt die Vorfreude auf die nächste Saison 2021, die dann hoffentlich wie gewohnt stattfinden kann. Trainiert wird die Gruppe von Alessa Oel und Joana Hendriks immer montags und freitags. Dabei ist es den Trainerinnen wichtig, dass nicht nur die Leistung, sondern auch der Spaß ein großer Teil des Trainings ist.

Wir hoffen, dass das Training bald wieder beginnen kann.



Reunited

Die Gruppe Reunited besteht im Moment aus acht jungen Frauen, die gemeinsam ihre Leidenschaft zum Tanzen ausdrücken. Seit 2018 trainieren sie zweimal in der Woche. In diesem Jahr hatten sie einen Tanz vorbereitet, den sie aufgrund der derzeitigen Situation nun erst im nächsten Jahr auf den Wettkämpfen zeigen werden. Obwohl sie im Moment kein Training machen können, halten sie sich trotzdem zu Hause fit. Und obwohl nun alle Frauen die Schule abgeschlossen haben, nehmen sie sich immer noch die Zeit, um gemeinsam mit ihrer Trainerin Anna-Lena Emich neue Choreographien zu erarbeiten. Alle freuen sich darauf, im nächsten Jahr endlich wieder auf Wettkämpfen ihr Bestes zeigen zu können. Als nächstes steht in diesem Jahr das Schauturnen an, was für alle Gruppen stets das Hiahlight zum Jahresende ist.

Ten Points

Die Ten Points starten in der Kategorie Kleingruppe Dance. Diese Gruppe besteht aus nur vier Frauen und wird ab dem nächsten Jahr eine Choreographie von max. 2:15 min Länge tanzen. Im Gegensatz zu den anderen Gruppen müssen die Ten Points u. a. drei Pflichtelemente in ihren Tanz einbauen. Das ist natürlich eine Herausforderung! Hinzu kommt, dass sie ihren Tanz auf den Wettkämpfen zweimal zeigen müssen. In diesem Jahr war es ihnen wegen der derzeitigen Situation nicht möglich, an Wettkämpfen teilzunehmen. Trotzdem werden sie versuchen, im nächsten Jahr mit ihrer Trainerin Anna-Lena Emich wieder voll durchzustarten.

Glückskinder

Die Trainerinnen Anna-Lena Emich und Fabienne Decker trainieren die Glückskinder nun schon seit 2018. Die Gruppe besteht aus 11 Mädchen im Alter von 8 bis 11 Jahren. In diesem Jahr hätten sie aufgrund einiger Regeländerungen bereits in der Altersklasse Jugend antreten müssen. Sie hatten schon fleißig trainiert, um diese Herausforderung zu meistern, vor allem da sie vermutlich auf den Wettkämpfen auch gegen 16-Jährige hätten antreten müssen. Wegen der Corona-Krise sind nun alle Wettkämpfe in diesem Jahr abgesagt worden. Trotzdem sind die Mädchen und ihre Trainer hochmotiviert, nächstes Jahr ihr Bestes zu geben. Aber in diesem Jahr steht hoffentlich noch das alljährliche Schauturnen an, das immer ein tolles Ereignis für die Mädchen ist.

Tanzvideo vom Westfälischen Turnerbund

Da der WTB leider alle Wettkämpfe in diesem Jahr absagen musste, kamen einige der Kampfrichter auf die Idee, eine Art Flashmob per Video auszurichten. Es wurde eine Choreographie entworfen, die dann von allen, die Lust hatten, zu Hause nachgetanzt werden konnte. Daraus ist dann ein Video entstanden, das wieder einmal beweist: Tanzen verbindet.

Auch einige Mitglieder des TV Lipperode haben hier teilgenommen.

FACEBOOK "GYMNASTIK, TANZ, DANCE" facebook.com/watch/?v=524214375195494



Dance & Fun

COVID-19 hat uns alle fest im Griff. Auch Dance & Fun mussten ihr Training aus der Sporthalle ins eigene Zuhause verlegen. Um ihre Gruppe zu unterstützen und sicherzustellen, dass die bis zum Lockdown erlernten Schritte der neuen Choreographie nicht völlig in Vergessenheit geraten, schickt Trainerin Friderike Wolf jede Woche ein kleines Video in die WhatsApp-Gruppe, in dem sie alte Schritte wiederholt und neue hinzufügt.

Ein Video zu zweit aus dem Garten einer Teilnehmerin nach den ersten Lockerungsmaßnahmen sorgte für etwas Abwechslung. Von den Frauen gab es als Dankeschön einige Fotos von ihrem eigenen Training im Garten.

Für die nächsten Wochen, solange Dance & Fun noch nicht zurück in die Halle kann, sind weitere Outdoor-Trainings bei hoffentlich gutem Wetter geplant.







STEP-AEROBIC



Bis zum März hat die Step-Intervall-Stunde unter der Leitung von Despina Meschede stattgefunden, ebenso wie das Bauch-Beine-Po-Training. Seit Beginn des Lockdowns verschickt Despina regelmäßig Videos zu Kraftaufbau, Dehnung und Ausdauer an ihre Teilnehmerinnen, damit diese die Möglichkeit haben, zu Hause weiter zu trainieren. Einige Teilnehmerinnen haben sich ein Step-Brett ausgeliehen und nutzen zu Hause Online-Trainings von anderen Anbietern, um fit zu bleiben.

Natürlich kann das Hometraining nicht mit dem Training in der Sporthalle mithalten: Allein schon die Atmosphäre durch die anderen Teilnehmer*innen motiviert ganz anders, aber auch das Feedback der Trainerin fehlt und die Musikauswahl ist doch schon anders. Aber zumindest "rostet" man so nicht "ein".

Alle hoffen darauf, dass das Training in den Hallen spätestens nach den Sommerferien wieder losgeht!

ALLE ANSPRECHPARTNER ONLINE UNTER WWW.TV-LIPPERODE.DE





Traditionelle Rezepte,
erstklassige Rohstoffe,
viel Zeit bei der Herstellung
und der Einsatz von
Sauerteig, Ansatz,
Brühstück, Quellstück
und Vorteig sorgen dafür,
dass unsere Backwaren eine
langhaltende Frische und
einen hervorragenden,
einmaligen Geschmack haben.



FREDDYS FITNESS-BLOG

Montagabend, 19:00 Uhr, Männergymnastik

Allein unter Männern ... Das habe ich mir immer schon gewünscht! Die Gruppe ist vorbereitet. Ich werde sehr charmant empfangen. Und – zu meinem größten Entzücken – haben sich die Herren "fein" gemacht! Viele haben für das Fotoshooting das Vereins-T-Shirt angelegt. Sehr schön!



Aber eigentlich geht es ja um den Sport. Wir fangen an mit Laufen. Früher wurde zum Aufwärmen oft Basketball oder Fußball gespielt. Aber da die Herren die 20 schon etwas hinter sich gelassen haben, ist das Risiko einer Verletzung zu hoch, deswegen hat man sich aufs Laufen verlegt. Okay, denke ich, Laufen ist erstmal kein Problem, und setze mich in Trab. Aber laufen allein wäre ja zu einfach! Übungsleiter Werner Kochjohann verteilt an jeden Teilnehmer Gewichte. Kleine Hanteln, die beim Laufen auch gleichzeitig die Arme ein wenig kräftigen sollen. "Als hätte ich nicht schon genug Gewicht mit mir herumzuschleppen!" maule ich im Stillen. Andererseits ... weniger Armmuskeln als ich kann man eigentlich nicht haben. Schaden wird es wohl nicht. Es geht dann auch besser als erwartet und macht sogar Spaß.



Trainer Werner macht vor, wie es geht

Dem Laufen folgen Dehnübungen im Gehen. Sehr wichtig vor allem für die etwas älteren Jahrgänge, denn mit zunehmendem Alter verliert man an Beweglichkeit und erhöht damit signifikant die Verletzungsanfälligkeit bei plötzlichen und unerwarteten Bewegungen. Ein bisschen Gestöhne unterstreicht, wie sehr die Herren sich dabei anstrengen müssen, aber alle kämpfen sich tapfer durch die Übungen hindurch

Endlich kommen die Matten raus. Erleichtert lasse ich mich fallen und freue mich auf den Bodenteil. Und werde gleich ein bisschen merkwürdig angesehen. Alle anderen sind nämlich stehengeblieben. So leicht wird es mir hier nicht gemacht! Jetzt folgt erst einmal eine Art Zirkeltraining am Platz. Werner stoppt jeweils eine Zeit von 2 Minuten, in der am Platz gelaufen werden muss. Danach folgen unterschiedliche Dehn- und Kräftigungsübungen, die mal am Boden, mal im Stehen ausgeführt werden. Aus meinen Gruppen weiß ich, dass das ständige Auf und Ab nicht sehr beliebt ist. Aber es trainiert nicht nur die Muskeln, die Stabilität des Halteapparates und das Gleichgewicht, sondern vor allem auch den Kopf, weil man nicht einfach abschalten kann.

Jetzt geht es endgültig auf den Boden. Und schon wünsche ich mir, wieder stehen zu dürfen. Hier sind die Männer in ihrem Element mit den Halte- und Kräftigungs- übungen, während ich nicht einmal mein Hinterteil vom Boden hochbekomme. Ich nutze die peinlichen Aussetzer, um Fotos zu machen.

Um die Muskeln ein wenig zu entspannen, macht Werner noch leichte Dehnübungen zum Abschluss, dann ist die Stunde schon wieder vorbei. Mir hat es viel Spaß gemacht, obwohl ich beim Cool-down nicht dabei sein darf: Nach solch einer Anstrengung haben sich die Männer eine kleine Belohnung verdient, die sie mit viel Genuss in der Herrenumkleide zu sich nehmen.

Werner Kochjohann hat im Jahr 1990 seinen Übungsleiterschein erworben, trainiert die Gruppe aber schon seit 1985. Aktuell stehen 22 Teilnehmer im Alter zwischen 58 und 83 Jahren auf seiner Liste, von denen natürlich nicht immer alle da sind. Neuzugänge sind herzlich willkommen, sagt er, sollten sich altersmäßig aber etwa in diesem Rahmen bewegen. Ich kann nur sagen: Es lohnt sich!

Das Training der Männergymnastikgruppe findet immer montags von 19:00 – 20:00 Uhr in der Halle der Realschule, Ecke Sand-/Bismarckstraße, statt.

12 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020

JUGENDVORSTAND

Liebe Jugend - DAS SIND WIR -Eure Jugendvertreter



Vorsitzende der Sportjugend Name (Alter): Mona Köhler (29 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: 1992

Meine Sportart:

Vom Eltern-Kind-Turnen zum Geräteturnen wieder zum Eltern-Kind-Turnen mit meinem Sohn.

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Ich bin damals mehr oder weniger zufällig zur Vorstandsarbeit überredet worden. Zu Beginn als stellvertretende Jugendvertretung des Vereins. Nach einigen Jahren dann der Wechsel zur Vorsitzenden der Jugendvertretung, wobei ich jedoch sagen muss, dass wir Hand in Hand arbeiten und die Vorsitzende und Stellvertretung eher auf dem Papier existieren als in der Realität. Lisa und ich machen da keinen Unterschied. Ich bin jetzt schon einige Jahre im Vorstand und habe große Freude daran, die Jugend des Vereins vertreten zu dürfen. Wir konnten schon einige Aktionen ins Leben rufen und Dinge verändern.

Wofür bin ich zuständig? Ich vertrete zusammen mit Lisa die Jugend aller Abteilungen im Gesamtvorstand des Vereins. Ich nehme an Vorstandssitzungen teil, organisiere Jugendsitzungen, unterstütze bei Veranstaltungen des Vereins und plane zusammen mit unseren Abteilungsleitern Aktionen für unsere Vereinsjugend.

Darauf freue ich mich: Mein Ziel ist es, gemeinsam mit meinen Kolleginnen und Kollegen die Vereinsjugend zusammenzuführen und ihnen Möglichkeiten zu bieten, sich kennen zu lernen. Leider kommt unsere Jugend nur zum Schauturnen zusammen, da im normalen Vereinsleben die Abteilungen für sich trainieren. Durch unsere Angebote für die Vereinsjugend möchten wir das ändern.

Meine Sportart:

Geräteturnen und manchmal Fitnesskurse

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Zu Beginn hat mich fasziniert, Einblicke in die Organisation eines Vereins zu gewinnen. Mittlerweile erhoffe ich mir aber auch, etwas an der Jugendarbeit verändern zu können. Deshalb haben wir einen Jugendvorstand gegründet. Mehr Köpfe = mehr kreative Ideen und helfende Hände = tolle Angebote für die Vereinsjugend!

Wofür bin ich zuständig? Ich vertrete die Jugend aller Abteilungen samt ihrer Wünsche im Gesamtvorstand des Vereins seit 2012. Ich nehme an Vorstandssitzungen teil, organisiere Jugendsitzungen, unterstütze bei Veranstaltungen und überlege mir Aktionen, die Spaß machen. Zuletzt: Sockendisco und Glühweinstand beim Schauturnen! Aktuell basteln wir an einer Jugendordnung, damit unser Jugendvorstand auch auf dem Papier um wertvolle Mitalieder erweitert wird.

Darauf freue ich mich: Die Vereinsjugend zu motivieren und aktivieren, Veranstaltungen zu planen und insbesondere der Jugend und ihren Wünschen, Anregungen, aber auch Änasten Gehör zu verschaffen.



Stellvertretende Vorsitzende der Sportjugend

Name (Alter): Lisa Conze (25 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: 2001



Jugendvertretung Abteilung Turnen: Name (Alter): Katharina Grauthoff (20 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: 2004

Ich habe ungefähr 15 Jahre Geräteturnen gemacht. Seit etwa zwei Jahren nehme ich häufiger an Fitnesskursen teil, da ich durch Verletzungen Turnen nicht mehr auf Wettkampfbasis ausüben darf.

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Ich möchte helfen, da es mich freut, weiterhin im Verein aktiv zu sein und ihn zu unterstützen.

Wofür bin ich zuständig? Ich vertrete im Jugendvorstand die Jugend der Abteilung Turnen. Dies mache ich, indem ich beispielsweise bei anstehenden Veranstaltungen in den verschiedenen Gruppen werbe und die Kinder motiviere. Außerdem diene ich als Ansprechpartner für die Kinder und Jugendlichen dieser Abteilung.

Darauf freue ich mich: Ich freue mich darauf, den Verein durch meine Tätigkeit im Vorstand zu unterstützen. Gemeinsam mit euch möchten wir viele verschiedene Aktivitäten unternehmen.

Meine Sportgrt:

Ich habe im Bereich Turnen angefangen und bin jetzt beim Tanzen aktiv dabei, sowohl als Tänzerin und auch als Trainerin. Zurzeit trainiere ich die "Minis" und die "Little Stars".

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Ich bin im Vorstand

- weil ich neue Aktivitäten für unseren Verein planen möchte
- weil ich mich darauf freue, Veranstaltungen mit allen Mitgliedern des Vereins zu starten
- um zu zeigen, wie vielfältig der TV Lipperode ist
- um Mitglieder, Jung und Alt, bei gemeinsamen Aktivitäten zusammenzubringen

Wofür bin ich zuständig? Ich vertrete im Jugendvorstand die Jugend der Abteilung Tanz.

Darauf freue ich mich:

- lustige und kreative Ideen zusammen umzusetzen
- tolle Zeit im Verein mit tollen Veranstaltungen und viel Spaß zu erleben
- ein großes Zusammensein mit viel Motivation und neuen Dingen



Jugendvertretung Abteilung Tanzen Name (Alter): Nele Kamppeter (19 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: 2003



Jugendvertretung Abteilung Federfußball

Name (Alter): Kai Sauermann (22 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: April 2011 Meine Sportart: Federfußball

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Mehr Verantwortung im Verein übernehmen zu können, ohne viel kaputt zu machen.

Wofür bin ich zuständig?

- für die Jugend der Abteilung Federfußball
- Männerauote im Jugendvorstand

Darauf freue ich mich: Gemeinsame Aktionen mit der Jugend des TVL

SportAktiv | Ausgabe 06/2020 SportAktiv | Ausgabe 06/2020

JUGENDVORSTAND



Jugendvertretung Abteilung Volleyball Name (Alter): Joana Hendriks (19 Jahre) Im TV Lipperode aktiv seit: 2002

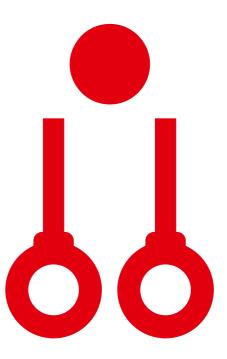
Seitdem ich 11 Jahre alt bin, tanze ich. Seit 2014 spiele ich Volleyball. Beides macht mir viel Spaß!

Meine Motivation für Vorstandsarbeit: Ich möchte meine eigenen Ideen bei der Planung von Aktionen einbringen und auf diese Weise etwas bewirken. Als Bindeglied zwischen der aktiven Jugend und dem Vorstand wird mir dies hoffentlich gut gelingen.

Wofür bin ich zuständig? Ich vertrete im Jugendvorstand die Jugend der Abteilung Volleyball.

Darauf freue ich mich: Besonders freue ich mich darauf, Projekte (wie zum Beispiel die Jugenddisco) zu verwirklichen. Ich freue mich aber auch darauf, die Vereinsjugend besser kennenzulernen und ihre Interessen





sparkasse-lippstadt.de

Dabei sein ist einfach.

Wenn man einen Finanzpartner hat, der die Vereine in der Region unterstützt und fördert.



Wenn's um Geld geht

Sparkasse Lippstadt

SportAktiv | Ausgabe 06/2020

www.tv-lipperode.de www.tv-lipperode.de

WETTKAMPFTURNEN WEIBLICH

Glänzende Erfolge bei den Gaujugend-Mannschaftswettkämpfen in Ahlen

Erster Tag (Wettkampfklassen F, E und D)

Eine Mammutaufgabe hatte die Gaujugendführung des Hellweg-Märkischen Turngaues in zwei Tagen in Ahlen zu bewältigen, denn für die 10 Wettkampfklassen hatten rekordverdächtig 103 Mannschaften mit insgesamt 471 Turnerinnen gemeldet. Für den TV Lipperode 1977 e.V. war der erste Wettkampftag höchst erfreulich. Sowohl in der F-Klasse als auch in der D-Klasse stellte der TVL die Siegermannschaft und mit dem zweiten Platz der E-Mannschaft machten sich die TVer mit drei Podestplätzen sehr zufrieden auf den Heimweg.

Schon seit Wochen fieberten die jüngsten Turnerinnen (F-Klasse) ihrem zum Teil ersten Wettkampf entgegen. Durch Trainerin Irina Dridiger bestens vorbereitet, ließen Olivia Miksa, Lena Möller, Leonie Morfeld, Leonie Lechler, Alexandra Most und Pia Hohlfeld nichts anbrennen und setzten sich gegen den starken Nachwuchs des Hammer SC und der DJK Erwitte durch. Trotz kleinerer Fehler reichten 145,50 Punkte für den Sieg



E- und F-Klasse

Nicht zu schlagen waren Laura-Marie Müller, Laura Kanevski, Theresa Brinkmann, Maja Tiedemann und Laura Heine in der D-Klasse. Mit über vier Punkten Vorsprung siegten sie zur Freude von Trainerin Sylvia Krüger und Kampfrichter Philipp Münzner hochüberlegen vor dem Hammer SC und dem TuWa Bockum-Hövel. Dabei gewannen sie sowohl am Sprung als auch am Balken die Gerätewertung. Als beste der 51 Turnerinnen in dieser Wettkampfklasse erwies sich Laura Heine, gefolgt von Laura Kanevski (Rang drei) und Maja Tiedemann (Rang fünf).



D-Klasse

Mit starken Gegnern hatten es die TVer auch in der E-Klasse zu tun. Hier mussten Leonie Krause, Liana Rerich, Amy Becker, Kathrin Wagner und Aaliyah Miksa diesmal der Mannschaft des Hammer SC den Vortritt lassen und belegten mit 159,00 Punkten den zweiten Platz. Weit nach vorn schaffte es die zweite Mannschaft mit Merle Arbeiter, Lucy Díaz, Leonora Muripi und Lina Mia Strych. Mit sehr guten 151,95 Punkten belegte sie einen höchst erfreulichen fünften Platz. Beste Einzelturnerinnen des TVL waren diesmal Aaliyah Miksa und Lucy Díaz. Sie belegten in der Einzelwertung unter 57 Turnerinnen die Plätze drei und fünf. Außerdem erturnte sich Amy Becker mit einer fehlerfreien Balkenpflichtübung die Höchstpunktzahl von 14.00 Punkten.

Zweiter Tag (Wettkampfklassen C und A)

Auch der zweite Tag der Gaujugend-Mannschaftswettkämpfe in Ahlen verlief ganz nach dem Geschmack des TV Lipperode 1977 e.V. So eroberten sich die Turnerinnen des TVL neben einem fünften Platz in der A-Klasse einen weiteren Sieg in der C-Klasse. Damit gehören die TVer mit vier Podestplätzen zu den erfolgreichsten Vereinen des Wochenendes.

Das vermehrte Sprungtraining über den Sprungtisch machte sich für Dunja Dizdar, Ida Gellinek, Fiona Feith, Sarah Diers und Luisa Butterweck (C-Klasse) echt bezahlt. Nach starken Handstützüberschlägen von Sarah Diers (Tageshöchstwertung mit 12,50 Pkt.), Ida Gellinek und Dunja Dizdar lagen sie nur ein Zehntel hinter den sprungstarken Turnerinnen des TuWa Bockum-Hövel. Und nun kamen die starken Geräte der TVer. Am Stufenbarren, wo Ida Gellinek mit 12,70 Punkten die Höchstwertung erzielte, und am Schwebebalken bauten sie ihren Vorsprung auf über 4 Punkte aus und gewannen am Ende mit 143,35 Punkten vor dem TuWa Bockum-Hövel (140,15 Pkt.). Beste Einzelturnerinnen des Wettkampfs waren Ida Gellinek (Rang 1 mit 48,95 Pkt.) und Sarah Diers (Rang 3 mit 47,00 Pkt.).



C-Klasse



Absolut zufrieden sind (v. l.) Henriette Köhler, Charlotte Lutter, Alba Reuther, Amalia Immer und Trainer Philipp Münzner mit ihrem fünften Platz in der A-Klasse.

In der A-Klasse, wo 9 Mannschaften mit 39 Turnerinnen antraten, galt es für Alba Reuther, Henriette Köhler, Amalia Immer und Charlotte Lutter im Kürvierkampf gegen zum Teil erheblich ältere Turnerinnen zu bestehen. Dieses gelang ihnen insbesondere am Schwebebalken. Hier verdienten sich Charlotte Lutter (12,10 Pkt.) und Amalia Immer (11,90 Pkt.) die beiden höchsten Wertungen an diesem Gerät. Nach weiteren 10.20 Punkten für Alba Reuther hatten die TVer mit 34,25 Punkten das zweitbeste Ergebnis aller Mannschaften an diesem Gerät erturnt.

Leider verloren sie diesen komfortablen Vorsprung wieder am Sprungtisch, der einigen Akteuren scheinbar noch zu hoch ist.

Nach erfreulichen Elfer-Wertungen für Henriette Köhler am Barren (11,55 Pkt.) und am Boden (11,15 Pkt.) sowie Alba Reuther am Boden (11,00 Pkt.) freuten sich die TVer über das Mannschaftsergebnis von 125,35 Punkten, das für den fünften Platz reichte.



Walter Schulte

Lippestraße 34 59558 Lippstadt

Fon 0 29 41 / 6 30 27 Mobil 0171 / 6 92 41 41 Fax 0 29 41 / 80 09 08

wschulte-lippestrasse34@t-online.de

Westfalen-Tankstelle Compact-Markt Backshop Anhängerverleih Autowäsche Wagenpflege



Wir liefern Strom und Erdgas zu fairen Preisen. Wechseln Sie jetzt zu uns.

Ostenfeldmark 8 - 10 • 59557 Lippstadt Telefon 0 29 41 / 28 67 50 • www.avia-lippstadt.de

Smarthome Lösungen



Elektro Ostkamp GmbH & Co. oHG

Am Pulverhäuschen 2 59557 Lippstadt Telefon: 02941/9633-0 www.elektro-ostkamp.de

- Brandmeidungen Videoüberwachungsanlagen Zutrittskontrollsysteme elektronische Schließzylinder Fingerscanner

18 19 SportAktiv | Ausgabe 06/2020 Sport**Aktiv** | Ausgabe 06/2020

Starker Auftritt beim Pre-Olympic-Youth-Cup in Essen



In bestechender Frühform präsentierten sich die drei westfälischen Nachwuchstalente Aliya-Jolie Funk, Elisabeth Schonlau und Mia Lutkova beim Pre-Olympic-Youth-Cup in Essen.

Am 1. März, kurz vor der Kontaktsperre wegen Corona, fand der Pre-Olympic-Youth-Cup in Essen statt, ein Aufbauwettkampf, der dem internationalen Vergleich für junge Turnerinnen auf dem Weg zu den Olympischen Spielen der Jugend dient. Während am ersten Tag die talentiertesten Turnerinnen der Altersklassen 12 bis 16+ aus ganz Deutschland sowie den Niederlanden und Belgien antraten, war der zweite Wettkampftag den jüngeren Turnerinnen im Talentförderprogramm des Deutschen Turner-Bundes vorbehalten, der die Altersklassen 9 bis 11

Dabei geht es in den Übungen um die leistungsbestimmenden Grundelemente des Gerätturnens, auf die dann die späteren Kürübungen aufbauen. Hier schickte das Detmolder Turnleistungszentrum mit Aliya-Jolie Funk (TV Lipperode 1977 e.V.), Mia Lutkova (KTV Detmold) und Elisabeth Schonlau (TV Lipperode 1977 e.V.) seine im Vorjahr erfolgreichen AK 9-Turnerinnen ins Rennen, die nun im AK 10-Programm ihr Können unter Beweis stellen sollten. Der Ausgang war dabei völlig offen, denn es war der erste Leistungsvergleich in diesem Jahr mit der starken Konkurrenz, die mit Turnerinnen aus dem Turnzentrum der Deutschen Sporthochschule Köln, dem Kunstturnleistungszentrum Düsseldorf und dem Schwäbischen Turnerbund an die Geräte ging. Doch das kümmerte das Detmolder Trio nicht im Geringsten. Selbstbewusst präsentierten sie ihre Übungen und bestachen dabei gleichermaßen durch Haltung und Technik. So konnten selbst kleine Fehler bei der abschließenden Stufenbarrenübung den Doppelsieg von Mia Lutkova und Elisabeth Schonlau (TV Lipperode 1977 e.V.) nicht gefährden. Und auch Aliya-Jolie Funk bewies mit der sechstbesten Bodenübung ihre ansteigende

Trainer Michael Gruhl zeigte sich hochzufrieden mit dem derzeitigen Leistungsstand seiner Turnerinnen. Schwierigkeiten wie Flick-Flack auf dem Balken, Riesenfelgen am Stufenbarren und Verbindungen am Boden wie Handstützüberschlag-Strecksalto vorwärts sind für sie bereits zu einer Selbstverständlichkeit geworden.



In diesem Wettkampf ging es auch um die Erfüllung der Wettkampfnormen für die Aufnahme in den Bundeskader. Hier hat insbesondere Elisabeth Schonlau sehr gute Aussichten, denn mit 64,85 Punkten hat sie ebenso wie Mia Lutkova (66,025 Pkt., KTV Detmold) und Charleen Pach (64,750 Pkt., TZ DSHS Köln e.V.) die 60-Punkte-Grenze deutlich überschritten.

DEUTSCHLANDPOKAL GERÄTTURNEN

WTB-Seniorinnen nehmen Pokal und Flair mit

Einen tollen Bronze-Platz erreichte Kathleen Katzer vom TV Lipperode 1977 e.V. mit den Seniorenturnerinnen 30+ des Westfälischen Turnerbundes beim Deutschlandpokal in Heidelberg. Ausgiebig feierte sie mit ihren Mannschaftskolleginnen Linda Surhoff, Wiebke Fritsch, Miriam Schwartzen, Annika Hunger und Mareike Fleischer sowie den Betreuerinnen Anja Knietsch und Sandra Anders den Erfolg in der beschaulichen Stadt am Neckar.

Denn während des Wettkampfs ließ die sehr starke Konkurrenz aus den anderen Landesverbänden die Hoffnungen auf einen vorderen Platz schrumpfen. Trotz eines guten Einstiegs am Sprung, drei souveränen Barrenübungen, einer quasi fehler- und vor allem sturzfreien Mannschaftsdarbietung am Balken sowie stabilen Bodenübungen beschlich das Sextett im Laufe des Wettkampfes das Gefühl, dass man im Vergleich zu den anderen Mannschaften eher schlecht wegkomme.

Dennoch kämpften die Westfälinnen tapfer und punkteten mehrfach jenseits der 13-Punkte-Marke. Kathleen Katzer haute am Boden mit ihrer dynamisch-sauberen Kürübung sogar 14,25 Punkte heraus. Umso größer war dann die Freude, dass ein Mannschaftsergebnis von 152,00 Punkten den nicht mehr erwarteten Sprung aufs Treppchen ermöglichte.



Wie ein Sieg fühlte sich der dritte Platz beim Deutschlandcup für die Westfalenauswahl an. Es turnten (v. l.) Miriam Schwartzen, Kathleen Katzer, Linda Surhoff, Annika Hunger, Wiebke Fritsch und Mareike Fleischer

SCHAUTURNEN 2019

Unter äußerst schwierigen Rahmenbedingungen liefen diesmal die Vorbereitungen des alljährlichen Schauturnens des TV Lipperode 1977 e.V. ab. Durch die Renovierung der Moorkamphalle waren viele Trainingsgruppen auf andere Hallen verteilt, so dass eingespielte Mechanismen nicht mehr greifen konnten. Dennoch gelang es Organisatorin Heike Jablonka mit ihrem Übungsleiterteam, ein attraktives und sehenswertes Programm auf die Beine zu stellen, das die Kreativität, die Bewegungsfreude und das Können der Aktiven im TV Lipperode 1977 e.V. widerspiegelte.

In Stimmung gebracht wurden die Zuschauer gleich zu Beginn durch den bunten und abwechslungsreichen Einmarsch mit Bändern, Turnakrobatik und Tanzen nach der Musik von Mission Impossible, den Anna-Lena Emich und Friderike Wolf choreografiert und mit allen Übungsleitern des Vereins koordiniert hatten. Der anschließenden Begrüßung durch den Geschäftsführer des TV Lipperode 1977 e.V. Christoph Jarren folgte Felix Pradel, der in bewährter lockerleichter Manier durch das zweistündige Programm führte. Rund 600 Zuschauer folgten hochinteressiert den Darbietungen und sparten nicht mit Applaus, denn was die Akteure auf das Parkett zauberten, war absolut sehenswert. Mehrere Kinder- und Jugendtanzgruppen - angefangen bei den Minis und den Glückskindern bis hin zu den wettkampferfahrenen Gruppen Ten Points und Reunited - tanzten auf zum Teil hohem Niveau und sorgten ebenso wie die erwachsenen Tänzerinnen der Gruppe Dance & Fun für Riesenstimmung auf der Bühne. Freude am Spiel demonstrierten die Federfußballer und die Volleyballer und nutzten zugleich die Gelegenheit, für ihren Sport zu werben.

Auch die Turner und Turnerinnen des Vereins, egal ob im Freizeitsport oder im Wettkampfbereich beheimatet, hatten sich einiges einfallen lassen, um ihre Freude am Sport im Verein rüberzubringen. Gute Grundlagenarbeit ließen die jungen Nachwuchsturnerinnen bei ihren Ausschnitten aus den Pflicht- und Kürübungen erkennen. Spektakulär waren wieder einmal die Salti und Überschläge am Airtrack, wo die Schwerkraftgesetze für die wettkampferfahrenen Turnerinnen und Turner scheinbar neu geschrieben werden müssten.

Nach einem farbenfrohen Finale mit allen Beteiligten zeigte sich auch der Nikolaus restlos begeistert und erfreute die zahlreichen Kinder mit Stutenkerlen und vielen lobenden Worten.

ALLE BILDER DER VERANSTALTUNG ONLINE UNTER WWW.TV-LIPPERODE.DE



- Dachkonstruktionen
- Dachdeckerarbeiten
- Dachausbau
- Dachgauben

- Dachsanierungen
- /* Umdeckungen
- Fassadenbekleidungen
- Innenausbau

Bismarckstraße 22 · 59558 Lippstadt-Lipperode
Telefon: 0 29 41 95 17 785 · www.dachwerkstatt-krinke.de

DURCH CORONA AUSGEBREMST



SARS-CoV-2 heißt das neuartige Coronavirus, das uns zurzeit Tag für Tag in den Schlagzeilen beschäftigt. Weltweit haben sich Hunderttausende Menschen mit dem Virus infiziert, viele sind daran bereits verstorben. Breite Hygienemaßnahmen und Abstandsregeln führten hierzulande zu niedrigeren Neuinfektionszahlen, haben jedoch katastrophale Auswirkungen auf viele Bereiche unserer Gesellschaft. So sind laut Süddeutscher Zeitung allein 70 000 Hotel- und Gastronomiebetriebe von der Pleite bedroht, außerdem gingen

den gut 223 000 Betrieben der Branche bis Ende April rund zehn Milliarden Euro Umsatz verloren. Weltweit ging der Absatz von VW, Audi, Porsche & Co. im vergangenen Monat um 37,6 Prozent auf 623 000 Fahrzeuge zurück. Insolvenz, Kurzarbeit und Arbeitslosigkeit, Gewalt in Familien, Isolation und Einsamkeit sind Begriffe, die vermehrt die Schlagzeilen beherrschen.

Die Corona-Pandemie stellt eine große Belastungsprobe für viele Familien dar, die angesichts der Schul- und Kitaschließungen riesige Anstrengungen unternehmen müssen, Kinderbetreuung und Arbeit unter einen Hut zu bekommen.

Es gibt aber auch positive Effekte der Krise. So ist die Luft nicht nur in China plötzlich sauberer, in Venedig kann man durch das Wasser schauen und auf deutschen Straßen kann man Rad fahren, ohne überfahren zu werden. Kurios mutet dagegen an, dass Gin-Destillen Desinfektionsmittel herstellen und Pflegekräfte derzeit Schutzkleidung von H&M und Prada bekommen.

Einschneidende Auswirkungen hat die Krise auch für den Vereinssport. So sind alle Wettkämpfe und Fortbildungen auf Bundes-, Landes- und Gauebene zunächst bis zu den Sommerferien abgesagt worden, Sportanlagen und Sporthallen bis auf Weiteres geschlossen. Die Kunstturnliga des Hellweg-Märkischen Turngaues ist komplett abgesagt worden.

Damit zerschlug sich auch die Hoffnung von Trainer Claus Bockholt, mit der ersten Mannschaft die Meisterschaft und den Aufstieg in die Landesliga zu erreichen.



Carla Dirkwinkel, Turnerin der ersten Mannschaft, vermisst, wie viele andere, das gemeinsame Training mit ihren Freundinnen. Sie stand beim Erlernen eines schwierigen Flugelements am Stufenbarren kurz vor dem Durchbruch, nun befürchtet sie, eher Rückschritte zu machen. Aber glücklicherweise hat sie in ihrem Garten einen Übungsbalken und ein Trampolin, so dass sie einige Übungen noch realisieren kann, um nicht alles zu verlernen. Auf jeden Fall hofft sie, spätestens nach den Sommerferien den Flieger und auch den Handstützüberschlag mit zwei halben Längsachsendrehungen über den Sprungtisch zu beherrschen.



Riesig gefreut hatte sich Levke Mattenklott anfangs über den Unterrichtsausfall und hoffte, mehr Zeit für das Turntraining und das Treffen mit Freunden zu haben. Mit dem Schließen der Turnhallen hatte sie aber nicht gerechnet und so war sie richtig geschockt, denn ohne das dreimalige Training in der Woche fehlt ihr ein großer Teil des Alltags. Gern hätte sie die Osterferien für ein verstärktes Training genutzt, um den Klassenerhalt nach dem Aufstieg in die höchste Kunstturnliga des Hellweg-Märkischen Turngaues zu sichern. Nun bleibt ihr nichts anderes übrig, als sich mit Joggen, Inlinerfahren oder Fahrradfahren fit zu halten.



Zu den besten Nachwuchsturnerinnen Deutschlands zählt die zehnjährige Elisabeth Schonlau. An vier Tagen in der Woche trainiert sie im Kunstturnleistungszentrum Detmold, um ihr Ziel, die Aufnahme in den Bundeskader zu verwirklichen. Zum Glück hatte sie Anfang des Jahres noch den RTB-Cup höchst erfolgreich mit dem zweiten Platz bestreiten können, nun steht alles still, auch das Leistungszentrum ist geschlossen. Nun hat sie viel Zeit, mit ihren Fischen und dem Hamster Elli zu spielen, und hofft, bald wieder trainieren zu können.



Genauso hart trifft es Aliya-Jolie Funk, die Trainingspartnerin von Elisabeth Schonlau. Auch sie vermisst ihre Freundinnen und Trainingspartnerinnen, um mit ihnen quatschen und auch mal Blödsinn machen zu können

Sie sehnt sich nach der Turnhalle und ihrem Trainer und hofft, nach dem Erlernen der Riesenfelgen am Stufenbarren auch den Strecksalto bald zu beherrschen.



Eva Göbel beschwert sich über einen unausgelasteten nervenden Bruder und vermisst ihre Freunde sowie das regelmäßige Training. Durch das Fehlen des gewohnten Tagesrhythmus kommt bei ihr oft Langeweile auf. Sie freut sich auf den Tag, wo sie wieder ins Kino gehen und mit ihren Freunden wieder richtig spielen kann. Ihr sportliches Ziel ist es, nach der Krise durch einen erfolgreichen Wettkampf den Klassenverbleib in der Gauliga 1 zu sichern.



Auch die vielversprechende Nachwuchsarbeit des TV Lipperode 1977 e.V. liegt brach. So hat sich die sechsjährige Antonia Lobemeier sehr intensiv auf die Westfälischen Nachwuchsmeisterschaften vorbereitet. Nun ist sie sehr traurig, dass der Wettkampf nicht stattfindet. Sie vermisst zurzeit ziemlich alles, was ihr sonst immer so viel Spaß gemacht hat, das Training, ihre Freundinnen die Schule oder auch nur

das Bummeln mit der Familie durch die Stadt.

Zum Glück hat sie einen schönen Garten mit vielen Möglichkeiten zum Spielen und Toben. Sie ist sehr oft auf dem Trampolin oder übt das Seilspringen. Gut findet sie aber, dass ihr Papa Home Office macht und dadurch viel mehr Zeit für sie hat als sonst

Sie freut sich bereits jetzt auf den Tag, an dem das Training wieder weiteracht und sie endlich den Flick-Flack üben darf.



Theresa Brinkmann hat wie viele andere etwas Angst vor diesem unerforschten Virus und hofft auf eine baldige Wiederaufnahme des Trainings. Dann kann sie endlich wieder gemeinsam mit ihren Freundinnen turnen und hofft, demnächst eine Schwebekippe am Stufenbarren ohne Hilfe turnen zu können. Zutiefst bedauert sie, auf den Skiurlaub verzichten zu müssen, wo sie sich auf ein Skirennen gefreut hat.



Auch Hannah Möller klagt über Langeweile, denn es fehlen ihr die Freunde, das Training und ein bisschen auch die Schule. Sie sehnt sich danach, sich mal wieder zu verabreden oder mal schwimmen zu gehen. Sie hofft auf baldige normale Verhältnisse und dass sie ihren alten Leistungsstand bald wieder erreicht oder gar verbessert. Auf jeden Fall ärgert es sie, dass die Coronakrise ihr einen tollen Wettkampf (Gauliga 1) zunichte gemacht hat.



Schwierig war es auch für Louisa Jarren, einen neuen Tagesrhythmus zu finden. Allein der digitale Schulunterricht morgens in den eigenen vier Wänden ist schon sehr gewöhnungsbedürftig. Hinzu kommt der plötzliche Wegfall des Turntrainings an drei Tagen in der Woche. Besonders schade findet sie, dass der Besuch bei ihren Großeltern in den Osterferien ausfallen

Allerdings hat sie nun auch mehr Zeit, andere Dinge auszuprobieren, wie z. B. Nähen. Darüber hinaus vertreibt sie sich die Zeit mit Einrad fahren und regelmäßiger Turngymnastik und kann es kaum erwarten, dass das Turntraining mit ihren Mannschaftskolleginnen wieder beginnt.

22 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020 **SportAktiv** | Ausgabe 06/2020 2

TRAINER OHNE TURNHALLE UND SPORTGRUPPEN

Es ist Anfang März 2020. Die ersten Wettkämpfe und Veranstaltungen werden abgesagt. Die Hoffnung, dass nur Veranstaltungen abgesagt werden, der Trainingsbetrieb aber in irgendeiner Form aufrechterhalten werden kann, ist noch da. Am 14. März dann die schlechte Nachricht: Schulen zu, Geschäfte zu, Vereine zu. Die Konsequenz für uns ist: Training sofort absagen, auch wenn wir theoretisch noch zwei Tage hätten trainieren dürfen. Trotzdem fahren wir mit einer Notabordnung der Übungsleiter zur Halle. Nicht, dass jemand seine Nachrichten nicht gelesen hat und doch zur Halle kommt.

Aber nein, keiner da außer Claus und mir. Ein letztes Mal vor der Pause quatschen wir zusammen und sammeln Ideen, wie wir uns in der nächsten Zeit dann beschäftigen wollen. Ergebnis: Garten auf Vordermann bringen, Fahrradtouren unternehmen, das Training der letzten Monate reflektieren und neue Ideen für die Zukunft sammeln. Das Internet gibt heute genug Inspiration her.

Der folgende Samstag: ausschlafen, ausgiebig frühstücken und auf zur Fahrradtour. Auf dem Weg komme ich an der Halle vorbei und vermisse es jetzt schon, in der Halle zu stehen. Wenigstens ist gutes Wetter und der Lieblingspodcast hat gerade eine neue Folge veröffentlicht. Vor ein paar Wochen habe ich von einem amerikanischen Physiotherapeuten, der gleichzeitig Turntrainer ist, ein Buch und seinen Blog gefunden. Er beschreibt mithilfe von wissenschaftlichen Studien, wie diverse gerätturnspezifische Verletzungen vermieden werden können beziehungsweise welche Arten der Prävention möglich sind. Eine interessante Fortbildung für mich! Des Weiteren lohnt es sich beim Gerätturnen immer, sich in der Biomechanik auf den neuesten Stand zu bringen. Daher gibt es in diesem Feld viel zu verstehen, um danach Techniken für Turnelemente besser schulen zu können. Dies kommt dann direkt den Kindern im Training zugute.

Wir nutzen also die Zeit, um wichtige Grundlagen noch einmal neu aufzuarbeiten — mit dabei das Balkenkonzept des DTB, das von einer Kanadierin entwickelt wurde. Glücklicherweise gibt es mittlerweile einen sehr interessanten und aufschlussreichen Onlinelehrgang, der eben dieses Konzept erläutert. Ähnlich viel Neues konnte ich in einem Lehrgang von einem ehemaligen englischen Nationaltrainer lernen, der zeigte, wie viele Grundlagen für den Stufenbarren sich bereits am Boden legen lassen. Die Grundausbildung im Gerätturnen findet also in großen Teilen bereits am Boden statt und wird an den spezifischen Geräten fortgesetzt. Leider geht das nicht ohne die passenden körperlichen Voraussetzungen, weshalb das Kraft- und Beweglichkeitstraining einen großen Anteil am Grundlagentraining hat. Vielen Kindern und Jugendlichen gefällt das nicht, ist aber ein notwendiges Übel und zahlt sich später aus.

Nach anderthalb bis zwei Wochen ist es dann auch wieder an der Zeit, mit den Kindern in Kontakt zu treten. Der erste Schritt ist, einfache Übungen für zuhause herauszusuchen. So kann jeder für sich in Übung bleiben, und es schafft ein wenig Ablenkung von dem allgegenwärtigen Schulunterricht zuhause. Außerdem ist ein kleiner Plan viel motivierender, als nur willkürlich Elemente allein zu üben, die einem gerade einfallen. Dank des Internets ist es auch möglich, zwei Fliegen mit einer Klappe zu schlagen, zum Beispiel mit einem Video einer Pre-College-Athletin aus den USA. Sie zeigt hier ihr Dehnprogramm, da kann man Beweg-

lichkeit und Englischunterricht gleich miteinander verbinden. Das macht sogar die Eltern glücklich! Auch eine kleine Challenge darf nicht fehlen. Die amerikanische Olympiasiegerin Simone Biles hat es vorgemacht: Während sie im Handstand steht, zieht sie die lange Trainingshose aus.

Das empfand ich als sehr schwierig und herausfordernd, sodass ich eine gemeinsame Gruppenaktivität ausgelobt habe, für den Fall, dass es jemand schafft. Nach anfänglichen Startschwierigkeiten, da erst geeignete Trainingshosen gefunden werden mussten, erreichten mich nach einigen Tagen schon die ersten Videos mit noch nicht ganz erfolgreichen Versuchen.

Hochmotiviert dadurch, dass es die anderen auch versuchen, wurde fleißig weiter geübt und mit einer überwältigenden Quote schafften die Mädchen diese Herausforderung. Und ja, Wettschulden sind auch für den Trainer Ehrenschulden! Die nächste Evolutionsstufe wäre und ist nun, gemeinsam zuhause Sport zu treiben. Natürlich nur eingeschränkt, aber zusammen als Gruppe ist die Motivation natürlich gleich größer, als wenn man sich allein quälen muss. Das kennt auch jeder Erwachsene und ist einer der Vorteile des Sportvereins. Die eben noch angesprochenen Grundlagen im athletischen Bereich lassen sich auch ohne Geräte und ohne Halle trainieren.

Mit den nun kommenden Lockerungen der Kontaktverbote hoffen wir, demnächst

dann auch wieder gemeinsame Trainingsformen umsetzen zu können, sei es an der frischen Luft oder in der Halle. Denn trotz der weiterhin geltenden Kontaktbeschränkungen lassen sich Übungen



ohne Kontakt und Hilfestellung finden, die uns ermöglichen, im Grundlagenbereich zu arbeiten. Es kann nur darum gehen, dass die Kinder und Jugendlichen sich wieder in einer Gemeinschaft bewegen können. Denn dies macht auch unseren Verein aus: gemeinsame Bewegung und Bewegung in Gemeinschaft. Das gemeinsame Lernen und Erleben schafft Erfahrungen, die für das gesamte Leben vorhanden sind. Diese gemeinsamen Erfahrungen sind für die persönliche Entwicklung äußerst wertvoll und etwas, wovon wir ein Leben lang zehren.

Wir Trainer wünschen uns, allen unseren Vereinsmitgliedern demnächst in einer möglichst sicheren Umgebung wieder ein Bewegungsangebot bieten zu können, das jedem Freude bereitet und auch unserer Gesundheit nützt.

Sportliche Grüße, Philipp



VOLLEYBALL

2. Hobby-Mixed-Mannschaft

Da die Saison 2018/19 trotz Aufstiegsambitionen nur mit einem soliden Platz im Mittelfeld der Tabelle zu Ende ging, war die Motivation für die Saison 2019/20 umso größer.

Der Angriff auf die Tabellenspitze begann, schon fast traditionell, holperig mit einem 3:0-Sieg gegen Geseke, gefolgt von einer chaotischen 1:3-Niederlage gegen die 2. Mannschaft des Lippstädter TV. Diese Niederlage entmutigte die Spieler unserer 2. Hobby-Mixed-Mannschaft aber keineswegs.

Es folgte Sieg um Sieg: 3:0 gegen den TuS Ampen, ein 3:0 gegen die 1. Mannschaft und ein 3:1 gegen die 2. Mannschaft des Soester TV.

Nach dieser Serie gingen alle frohen Mutes in die Weihnachtspause, um im neuen Jahr die Rückrunde gegen Geseke mit einem 3:0-Sieg zu beginnen.

Es hätte so weitergehen können, wenn nicht Corona gekommen wäre. So wurde der Saisonbetrieb zunächst ausgesetzt und dann endgültig für beendet erklärt. Mit einem Spiel Rückstand trennt die Mannschaft aktuell nur ein Punkt von der

Tabellenspitze. Wie mit dem vorzeitigen Ende der Saison umgegangen werden soll, wird zurzei

Wie mit dem vorzeitigen Ende der Saison umgegangen werden soll, wird zurzeit noch vom Verband geklärt. Die Mannschaft hofft und bangt nun, dass das Ergebnis der Auswertung zum gewünschten Aufstieg führt.

Platzierung	Verein/Mannschaft	Spiele	Satzverhältnis	gewonnen	Punkte
1	Soester TV	8	20:10	6	19
2	TV Lipperode 2	7	19:4	6	18
3	Lippstädter TV 2	7	17:13	5	13
4	TV Geseke	8	15:16	4	12
5	Soester TV 2	8	9:21	1	4
6	TuS Ampen	8	7:23	1	3



www.tv-lipperode.de www.tv-lipperode.de

SCHAUTURNEN 2019



















ALLE BILDER DER VERANSTALTUNG **ONLINE UNTER** WWW.TV-LIPPERODE.DE

Mecklenburgische V E R S I C H E R U N G S G R U P P E Geschäftsstelle

HEINER GRUBE Tel. 02941 662 660

Was Du tust tust Du für Dich

Wir helfen gerne ...

- ✓ Kurse wie AquaFit oder AquaCycling auch für untrainierte
- ✓ Großzügige Saunalandschaft mit 2000 qm Saunagarten
- ✓ 5 Thermalsole-Becken innen und außen zum Bahnen ziehen oder relaxen
- ✓ Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene
- ✓ Wellness-Anwendungen und Massagen einfach die Seele baumeln lassen
- ✓ Bistro-Café "Atrium" für Snacks und Leckereien









Quellenstraße 60 · 59556 Lippstadt · Tel. 02941 800-1253 www.walibo-therme.de

Fraf - Bernhard - Apotheke Lippestr. 11, 59558 Lipperode, Tel. 02941-63533

Unsere Beratungsschwerpunkte:

- Diabetikerberatung
- Mutter-Kind-Apotheke
- Homöopathie und Schüssler Salze

Unsere Serviceleistungen:

- Bestimmung von Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin
- Anmessen von Kompressionsstrümpfen und Bandagen
- Bestellservice und Botendienst

kostenlose Kundenparkplätze hinter der Apotheke!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Mehr Infos unter www.graf-bernhard-apotheke.de

26 SportAktiv | Ausgabe 06/2020 SportAktiv | Ausgabe 06/2020

