



# Mach mit!

Zeit der Veränderung:  
Nach 10 Jahren als Vorsitzender wird  
Jan Moertter das Zepter weiterreichen

Top-Thema:

## Das Zirkusprojekt

Mitreißende Vorführung in  
unserer Kinderabteilung





SPEZIALISIERTE AMBULANTE  
PALLIATIVVERSORGUNG  
**SAPV KREFELD**

**“DEN TAGEN MEHR LEBEN GEBEN.”**

*Cicely Saunders*

Palliativärzte und Palliativpflegekräfte begleiten Sie und Ihre Angehörigen zu Hause in der letzten Lebensphase.

Lebensqualität und Symptomlinderung von Schmerzen, Luftnot und Ängsten stehen im Vordergrund.

Alle Krankenkassen gewähren die volle Erstattung der Palliativversorgung.

Kontakt

Palliativversorgung Krefeld GbR

Kemmerhofstr. 309

47802 Krefeld

02151 9752660

[info@palliativversorgung-krefeld.de](mailto:info@palliativversorgung-krefeld.de)



# Inhaltsverzeichnis

Editorial – Auf ein Wort	5
Badminton – Über sportliche Ziele, die übertroffen wurde	6/7
Kinderturnen – Landessportbund-Aktion #Sportehrenamt überrascht#	8
Kinderturnen – Das Zirkusprojekt	10/11
Volleyball – aktuelles aus der Abteilung	13
Volleyball – Bericht der ersten Mannschaften Damen und Herren	14/15
Volleyball - Zweite Damen Verletzungspech und toller Mannschaftsgeist	16/17
Volleyball – Hobby 3 Mixed und Basis Trainerlehrgang	18/19
Volleyball- Aufbau Trainerlehrgang und Jugend mU 16/18	20/21
Formulare Aufnahmeantrag und Fördermitgliedschaft	22/23/24
Volleyball- Berichte der weiblichen Jugend U16 I	25
Volleyball- Berichte der weiblichen Jugend U16 II und U18	26/27
Impressionen wU20 Quali Westdeutsche sowie Rück- und Ausblick	28/29
Jahreshauptversammlung – Der VTV weiter auf Wachstumskurs	30
Treffpunkt Traar – Lage am Sportplatz und neues vom Boulen	32/33
Quiong – Heilkraft Bewegung	34/35
Turnen – Turnen Ü40 und Auflösung der Mittwochsgruppe	36/37
Turnen – Sommerfest der Seniorengruppe und Sommertour des Ältestenrates	38/39
Yoga – Kurse beim Verberger TV	40/41
Die kleine Knochelei am Schluss	42/43



Foto: wU20



Foto: oben Hobby 2, unten wU18

Fotos: Tom Hetfeld

## Impressum

### Herausgeber:

Verberger Turnverein 1914 e.V.

**ViSDP:** Jan Moertter (Vorstand)

**Redaktion:** Reiner Krieger

*Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Vereins dar.*

## Ihr Kontakt zum VTV

### Geschäftsstelle:

Friedrich-Ebert-Str. 173

47800 Krefeld

Mail: [info@verbergertv.de](mailto:info@verbergertv.de)

Tel. 02151-1597178

Geschäftsführerin: Gabi Adolf

Mail: [gabi.adolf@verbergertv.de](mailto:gabi.adolf@verbergertv.de)

Tel. 02151-1597178

### Vorstand:

Vorsitzender:

Jan Moertter, 0152-37638447,

[jan.moertter@verbergertv.de](mailto:jan.moertter@verbergertv.de)

### Sportwart:

Uwe Dexheimer, 02151-598813,

[uwe.dexheimer@verbergertv.de](mailto:uwe.dexheimer@verbergertv.de)

### Ältestenrat:

Dorit Eßer, Tel.: 02151-560904

Mail: [esser-dorothea@t-online.de](mailto:esser-dorothea@t-online.de)

### Jugendwartin:

Anke Kother,

[anke-yoga@web.de](mailto:anke-yoga@web.de)

*Bildhinweise zur Titelseite:*

Fotograf Kinderzirkus: Tom Hetfeld



# Mehr als nur ein Glücksmoment.

### Sport verbindet Menschen.

Deshalb engagiert sich die Sparkassen-Finanzgruppe ganz besonders in diesem Bereich. Ob alt oder jung, Hobby- oder Leistungssportler:in, Menschen mit oder ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in unsere Gesellschaft. Mehr auf [sparkasse.de/mehralsgeld](http://sparkasse.de/mehralsgeld)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Krefeld



## Editorial

# Auf ein Wort

## Liebe Mitglieder, liebe Freunde des Verberger TV

ihr haltet die 3. Ausgabe unserer Mach mit! in neuem Layout in der Hand. Nach langer Zeit ist es uns endlich wieder geglückt mit Maike und Reiner Krieger ein Redaktionsteam für unsere Vereinszeitschrift zu finden, wie wir finden sehr gelungen. Ein herzliches Dankeschön an die beiden und an alle Schreiber und Schreiberinnen sowie unsere Sponsoren, die das Erscheinen möglich machen.

**Der Volksmund sagt, aller guten Dinge sind drei und daher ist diese dritte *Mach Mit!* in neuem Design auch meine letzte als Vorsitzender.**

Nach über 12 Jahren Vorstandsarbeit davon 10 als 1. Vorsitzender glaube ich, dass es an der Zeit ist meinen Platz für neue Ideen freizumachen. Die Entwicklung der letzten 10 Jahre zeigt, dass das Tagesgeschäft eines Sportvereins immer wieder von Überraschungen durchkreuzt wird, sei es die Flüchtlingskrise 2016 oder die Corona-Pandemie von 2020 bis 2022; beide sehr herausfordernde Ereignisse, sowohl für die Gesellschaft als auch für uns als Vereinsgemeinschaft.

Mit einem großartigen Team im Vorstand und in den Abteilungen, das engagiert und beherzt sich jedem Problem gestellt hat, konnten wir diese Herausforderungen meistern und den VTV in der Rückschau in den letzten 10 Jahren wieder in die Erfolgsspur bringen.

Es ist umso erfreulicher, dass der VTV inzwischen mit über 1.000 Mitgliedern zu den größten Sportvereinen in Krefeld zählt. Von 220 aktiven Sportvereinen haben nur 12 über 1000 Mitglieder und damit agieren wir unter den vorderen 5%, dies ist für einen Dorfverein wie uns schon eine beachtliche Leistung.

Der Erfolg beruht auf vielen verschiedenen Säulen, aber die Wichtigste ist sicherlich die Arbeit der Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die gewissenhaft und zuverlässig ihre Aufgabe erfüllen. Erwähnenswert sind hier auch die Fortbildungen.

In den letzten Jahren haben wir u.a. durch das Angebot eigener Lehrgänge, unsere Übungsleiter aktiv immer weiter geschult und werden dies auch weiterhin verfolgen. Die Einstellung ausgebildeter und qualifizierter Übungsleiter hat inzwischen im VTV erfreulicherweise einen hohen Stellenwert erreicht und wird durch unseren Sportwart weiter gefördert.

Die aktuellen Aufwandsentschädigungen unserer Übungsleiter liegen zum Teil deutlich unter dem gesetzlichen Mindestlohn.

Natürlich ist eine Übungsleitertätigkeit ein Ehrenamt und folglich ist keine Lohnerwartung vorhanden, aber man kann eben auch nicht davon ausgehen, dass ein ehrenamtlicher Mitarbeiter viel Zeit in eine Fortbildung investiert und anschließend die Anerkennung - in Form einer erhöhten Aufwandsentschädigung - nicht einmal die Fahrtkosten auffängt.

An einer Reform der Übungsleiter-Vergütungen, die jedoch auch eine Reform der Beiträge notwendig machen wird, durchaus auch kostenbezogen auf die kostenintensiveren Abteilungen und Gruppen, wird gerade in einer Arbeitsgruppe des Vorstandes gearbeitet.

Mit diesem engagierten Team im Vorstand und unserer hauptamtlichen Geschäftsführung, die sich auch ebenfalls weiter aufstellt, sehe ich den VTV für die nächsten Jahre gut gerüstet: mit ausreichend finanziellen Mitteln ausgestattet und mit dem nötigen Personal, um auch überraschende Ereignisse zu bewältigen.

Mittelfristig muss es unser Ziel sein als Verein dieser Größenordnung eine feste Heimat zu bekommen in der wir sowohl unsere Geschäftsstelle unterbringen als auch ein eigenes Sportangebot anbieten können. Zusätzlich würde diese Räumlichkeit das Potential haben, Vereinsfeierlichkeiten, Abteilungs- und Jahreshauptversammlungen und Vermietungen an Vereinsmitglieder anbieten zu können.

Die Errichtung eines Vereinsheimes müsste m.E. in den nächsten Jahren Priorität haben und deshalb sollten wir heute schon damit beginnen, die finanziellen Mittel dafür zurückzulegen, da ein entsprechendes Vorhaben im Großraum Verberg leider sehr kostenintensiv ist.

Mit diesem kleinen Einblick in die Lage des Vereins wünsche ich euch allen viel Freude mit der *Mach Mit!*

*Euer*



**Jan Moertter  
1. Vorsitzender**



## Badminton:

# Über sportliche Ziele, die übertroffen wurden

## Deutliche Leistungssteigerungen bei erster und zweiter Mannschaft

### Sportliches:

Nach zwei Aufstiegen in Folge, von der Bezirksklasse in die Landesliga, verpasste die 1. Mannschaft in der vergangenen Saison knapp den dritten Streich. Als Tabellenzweiter erspielte man sich zwar den Titel der ranghöchsten Mannschaft Krefelds, musste sich aber dem Topfavoriten SC St. Tönis 2 im Abschlussranking geschlagen geben. Das vorher ausgerufene Saisonziel „Klassenerhalt“ wurde somit jedoch deutlich übertroffen und gibt Schwung für die bald startende Saison 2024/45, in der man mit nur leicht veränderter Mannschaft an den Start gehen wird. Der 2. Mannschaft gelang eine deutliche Leistungssteigerung zur vorangegangenen Saison. In der Kreisliga erreichte man letztlich einen ungefährdeten 5. Platz. Auch in der Zweitvertretung gibt es in der neuen Spielzeit personell kaum Unterschiede. Erfreulich sind Ergänzungen, die aus dem Hobbybereich zu verzeichnen sind.

Der Hobbybereich war im vergangenen Jahr der am stärksten wachsende Zweig der Abteilung, was wir mit Freude zur Kenntnis genommen haben und hoffen, künftig auch ausbauen zu können. Auch das wachsende Interesse bei Kindern und Jugendlichen hoffen wir, konservieren und verstärken zu können.

### Technisches:

Dabei helfen könnte die neu angeschaffte Ballschussmaschine der Badmintonabteilung. Zusammen mit der Unterstützung der Sparkassen Stiftung der Sparkasse Krefeld, welche die Maschine mit 2500€ bezuschusste, konnte für die Nachwuchsarbeit ein modernes Gadget, zur Unterstützung des Trainerteams bei der Trainingsgestaltung, angeschafft werden. Seitdem ist die Maschine beim Kinder – und Jugendtraining regelmäßig im Einsatz.

### Optisches:

Angelehnt an die Trikots der Volleyballabteilung wurde in der vergangenen Saison auch beim Badminton ein individuelles Trikotdesign eingesetzt. Dieses Design stammt ebenfalls aus der kreativen Feder von Anni Grimm (Grimillu).

Auf dem Foto sind zu sehen:  
 von links vorne Laura Ufermann, Lena Schwarzat,  
 von links hinten Marian Ufermann, Andreas Schutt,  
 Georgiy Natarov, Timon Ufermann



## Bilder der Installation der neuen Ballschussmaschine





# Badminton: Übergabe der neuen Ballschussmaschine

## Sparkassenstiftung finanziert größten Teil der Anschaffung



Bereits im vergangenen Jahr, am 27.07.2023 übergab die **Sparkassenstiftung Krefeld** eine von ihr zum größten Teil finanzierte Ballschussmaschine für die Sportart Badminton an den Verberger TV. Übergabeort war die Turnhalle der Schule an Haus Rath auf der Neukirchener Straße, die Trainingsstätte der Badmintonabteilung des VTV. Zuletzt konnte unsere Badminton-Abteilung mit der 1. Mannschaft den Aufstieg in die Landesliga verbuchen. Die Anwesenheit von acht ehemaligen Jugendspielern in diesem Kader bestätigt uns in unserer Jugendarbeit, in die wir weiter investieren wollen. Die Anschaffung einer automatischen Ballmaschine bietet viele Möglichkeiten, insbesondere die Förderung der Kinder und Jugendlichen im Nachwuchsbereich. Wenn man im Rahmen individueller Förderung allen Kindern gerecht werden möchte, ist eine automatische Aufschlagmaschine sehr hilfreich, denn allein die Quantität an Bällen kann durch keinen Trainer gewährleistet werden.

Gleichzeitig kann die Zuspieldqualität, die ebenso wichtig ist, nicht durch andere Anfänger\*innen gewährleistet werden. Automatisierte Aufschläge bieten den Trainern zudem viel bessere Möglichkeiten, auf die Bewegungsabläufe der Kinder zu achten.

Für die nahe Zukunft steht nun die Kontaktaufnahme zu Krefelder Grundschulen auf der Agenda, um den Badmintonsport für Kinder noch mehr in den Fokus zu rücken. In diesem Zusammenhang hat eine automatische Ballmaschine großes Attraktionspotenzial, um auch bei Kindern vermehrt Interesse am VTV-Badminton zu wecken.

Bei der erworbenen Maschine handelt es sich um eine Siboasi S-4025, inkl. Ballmagazin, Stativ Automatik 210, + Akku + Ladegerät. Wir danken der **Sparkassenstiftung Krefeld** für Ihre großzügige Unterstützung!



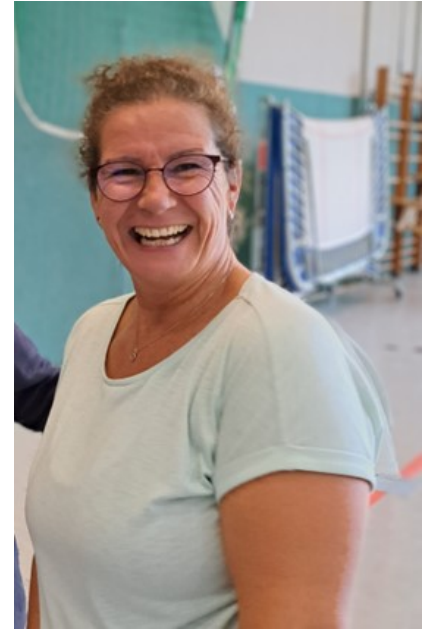
# Kinderturnen: Landessportbund-Aktion #Sportehrenamt überrascht# Monika Baums erhält verdiente Würdigung

Im Rahmen eines kleinen Überraschungsbesuchs beim Kinderturnen für Kindergartenkinder in der Turnhalle am Luitert Weg bedankte sich der Verberger TV bei seiner langjährigen Übungsleiterin **Monika Baums** für ihren unermüdlichen Einsatz für „ihre“ Kinder und die Kinderabteilung des VTV.

Im Gepäck hatten einige Kolleginnen der anderen Kinderturnangebote und die Geschäftsführerin des VTV kleine Geschenke und Aufmerksamkeiten für Monika, zusammen mit einer Urkunde des Landessportbundes!

Aber nicht nur das: auch einen aus der REWE-Aktion „Scheine für Vereine“ neu angeschafften kleinen Holzsprungkrafttrainer, der auch im Bereich des Kinderturnens vielfach verwendet werden kann und der auf Monikas „Wunschzettel“ stand.

Monika betreut seit vielen Jahren das Kinderturnen und die Schwimmausbildung beim VTV und ist inzwischen Leiterin der Kinderabteilung. Ihr Einsatz für den Verein ist außergewöhnlich. Die Aktion des LSB war ein guter Anlass, ausdrücklich „**DANKE**“ zu sagen!



*Text: Gabi Adolf*





# Kinderturnen: Unsere Kinderabteilung ist weiterhin sehr gefragt

## Großer Dank an alle Helfer

Die Kinderabteilung erfreut sich weiterhin reger Nachfrage und wird stetig größer und größer. Dieses Wachstum ist absolut ein Verdienst aller fleißigen und sehr engagierten Übungsleiter und ihrer Helfer.

Die Wassergewöhnung und Seepferdchen- bzw. Bronze-Schwimmkurse sind stark nachgefragt und die Wünsche nach freien Plätzen können kaum erfüllt werden.

Die Kinderabteilung zelebriert weiterhin alle Brauchtums Tage wie z.B. den Nikolaustag, an dem immer sein Besuch für die Kinder ein absolutes Highlight darstellt.

Ob Ostern mit Ostereiersuche – in diesem Jahr aufgrund des Wetters leider in der Turnhalle oder das Sommerfest der 3–6-Jährigen, das in diesem Jahr leider ebenfalls wetterbedingt ins Wasser fallen musste.

Alle Feierlichkeiten werden mit großem Engagement mit und für unsere kleinsten Vereinsmitglieder geplant und durchgeführt. Die größeren Turner haben dieses Jahr sogar eine Zirkus Veranstaltung auf die Beine gestellt, die sehr gut ankam – alle Eltern und Kinder hatten einen riesigen Spaß.

Als Kinderabteilungsleiterin bedanke ich mich bei allen Übungsleiterinnen und ihren fleißigen Helfern für ihre großartige Arbeit.

### Immer auf dem Laufenden via Facebook

Der VTV ist auch bei Facebook unterwegs. Wer immer aktuell informiert sein möchte, kann die Seite dort abonnieren und ist immer up to date: <https://www.facebook.com/VerbergerTV>.



*Text: Monika Baums*

# GERHARDS

## STUCKATEURBETRIEB

- Moderne Raumgestaltung
- Innen- und Außenputz
- Trockenausbau
- Fließestrich
- Wärmedämmung

**Roland Gerhards**

Stuckateurmeister  
Kreuzbergstraße 16

Telefon (0 21 51) 59 09 04

Mobil 0171 / 74 34 349  
[stuck.gerhards@t-online.de](mailto:stuck.gerhards@t-online.de)

# Kinderturnen: Das Zirkusprojekt - Ein Vorzeigeprojekt unserer Jugend

unter der Leitung von Kim Giordano

Im Dezember 2023 habe ich die Turngruppe für Fünf- bis Zehnjährige Kinder übernommen. Ich bin Erzieherin mit dem Schwerpunkt Jugend- und Heimerziehung und Mutter zweier Kinder (4 Jahre und 9 Jahre).

Mir ist es wichtig, den Kinder Spaß und Freude an Bewegung zu vermitteln und Ihnen durch Bewegungsspiele und das Heranführen an das Geräteturnen die Möglichkeit zu geben, ehrgeizig und motiviert an sich zu arbeiten.

Die Kinder sollen spielerisch an ihre Bewegungsmöglichkeiten herangeführt werden, sich fordern und ihre Fähigkeiten ausbauen. Für Kinder ist es motivierender und schöner auf ein Ziel hinzuarbeiten.



Aus diesem Grund habe ich mit den Kindern das Zirkusprojekt gestartet. Die Kinder waren direkt begeistert von der Idee und haben sehr motiviert an ihren Defiziten gearbeitet. Im Fokus stand für mich und meine Helferinnen Bianka und Annika, an Basisfähigkeiten fürs Turnen zu arbeiten. Dazu gehören ein sauberer Purzelbaum, Streck sprung, Seitgalopp, Rückwärtslaufen, Radschlag und einen abgefederten Sprung von einem Barren.



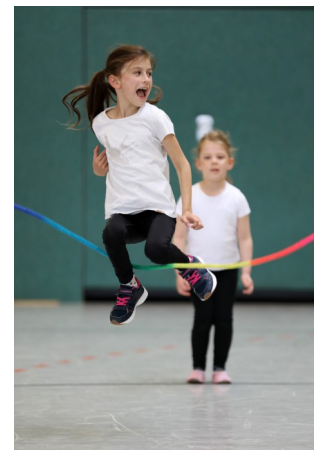
## Kinderturnen:



Die Zirkusaufführung fand am 03.07.24 statt, dem letzten Turntag vor den Sommerferien. Wir starteten die Aufführung, indem sich die Kinder unter dem aufgehängten Schwungtuch versteckten. Auf ein Zeichen wurde das Tuch hochgezogen und alle Kinder sprangen darunter hervor. Zu Beginn sind die Kinder der Reihe nach in ein schwingendes Seil gelaufen, sind einmal gesprungen und wieder rausgelaufen.

Nachdem die Kinder das super geschafft haben, haben sie gezeigt wie schön sie über die erhöhte Bank balancieren und die Standwaage durchführen können.

Danach sind die Kinder zum Doppelbarren gewechselt und haben dort die einstudierten Figuren vorgeführt. Zum Abschluss haben die Kinder nochmal Radschläge gezeigt und sich dann glücklich und zu Recht stolz verbeugt.



Danach wurden die gut einstudierten und auch zuhause geübten Purzelbäume, Strecksprünge und Radschläge vorgeführt. Die Kinder wechselten daraufhin zu den Ringen. Dort hat jedes Kind eine saubere Kerze und eine lang einstudierte, selbstausedachte Figur vorgeführt. Danach zeigten die Kinder an den Tauen wie sie mit Mut und Kraft an denen hochklettern konnten und kontrolliert wieder runterkamen.

Natürlich konnte jedes Kind für sich selbst entscheiden, ob und wie hoch es klettern möchte. Im Anschluss daran zeigten die Kinder ihre Kopf- und Handstände. Im Training wurden die Kinder mit Hilfe des Yogakopfstandes und einer Vorübung an den Hand- bzw. Kopfstand herangeführt.

Die Kinder haben im letzten halben Jahr sehr an sich gearbeitet und können wirklich stolz auf sich sein, so wie wir es sind. Es hat uns sehr viel Freude bereitet, mit den Kindern gemeinsam das Projekt durchzuführen, zu gestalten und es letztendlich aufzuführen.

Die Kinder waren mit sehr viel Elan und Freude dabei. Wir freuen uns nach den Sommerferien wieder mit dem Turnen zu starten.

*Text: Kim Giordano  
Bilder: Tom Hetfeld*

# WIR SIND VIELE. WIR SIND EINS.



Wir sind **Zukunft**

**Wir sind viele. Wir sind eins.**

Wir sind die SWK und arbeiten jeden Tag an den großen Themen unserer Zeit: Wärmewende. Mobilitätswende. Klimaschutz. Nachhaltige Entsorgung. Zuverlässige Versorgung. Ob im Büro, auf der Straße, bei unseren Kund\*innen vor Ort, in unseren Werkstätten oder digital in ganz Deutschland. Wir sind immer **Einfach nah. Einfach da.**

**EINFACH NAH.  
EINFACH DA.**

[konzern.swk.de](http://konzern.swk.de)

## Grundlagen - Training Volleyball

Seit ungefähr zwei Jahren existiert die Gruppe „Grundlagen-Training Volleyball“. Als Trainer-Duo jung-dynamisch und alt und erfahren vermitteln wir die Grundtechniken des Volleyballs beziehungsweise versuchen, die Technik der Teilnehmenden zu verbessern und zu optimieren.

Alle, die sich beim VTV melden, um Volleyball zu spielen, werden zunächst zu uns geschickt, um sie den passenden Mannschaften zuzuordnen oder sie für den Spielbetrieb vorzubereiten.

Daraus ergibt sich im Training eine bunt zusammengewürfelte Truppe im Alter zwischen 12 und 27. Das mag merkwürdig klingen, macht aber den Reiz dieser tollen Gruppe aus.



Der Umgang untereinander ist herzlich, wertschätzend und einfach schön. Gerne können auch Spielerinnen und Spieler zu uns kommen, die bereits ihre Mannschaft gefunden haben, um an der Technik zu feilen oder einfach eine zusätzliche Trainingseinheit zu haben.

**Wir freuen uns über jede und jeden** und jetzt, wo wir uns auf zwei Feldern austoben können, ist auch das Platzproblem gelöst.

In der Regel nehmen circa 20 Leute am Training teil.

Bei Interesse gerne Kontakt aufnehmen per Mail an [volleyball@verbergertv.de](mailto:volleyball@verbergertv.de).

*Text: Steffi Reinhard*



## Volleyball:

# Aktuelles der Volleyballabteilung

## Das Wachstum der Volleyball Abteilung in den letzten beiden Jahren bringt viel Chancen und Herausforderungen für unseren Verein

Seit der letzten *Mach mit!* hat sich viel getan und die Volleyball-Abteilung war und ist im Aufbruch zu neuen Zielen. Das Wachstum seit dem Ende der Corona Pandemie ist als außergewöhnlich zu bezeichnen. Der VTV ist als letzter Verein in Krefeld mit einer kontinuierlichen Jugendarbeit vertreten und wird dafür mit einem Zulauf an Mitgliedern belohnt. **Die Volleyballabteilung konnte sich** in den letzten zwei-einhalb Jahren von 150 Mitgliedern auf inzwischen über 320 mehr als **verdoppeln**.

So ein Wachstum birgt aber auch Probleme, die es zu lösen gilt, so mussten die Volleyballer sich auf mehrere Hallen verteilen da im Luitert Weg nicht mehr genügend Zeiten vorhanden waren und spielen heute auch in der Turnhalle Montessori und in der Turnhalle Breslauer Straße.

Besonders begrüßenswert ist hier die Errichtung zweier neuer Gruppen für die Altersklassen U10 und U12. Dieser Ausbau unseres Angebotes konnte nur mit einer massiven Aufstockung des Trainerteams stattfinden und auch hier musste der gestiegene Arbeitsaufwand koordiniert werden.

Dies spiegelt sich in besonderer Weise in der Verpflichtung unseres Trainer-Ausbilders **Ungscholl** wieder, der sowohl unsere Trainer intern schult, als auch die U 10 und teilweise auch die Damen 2 betreut. Hand in Hand arbeitet er vor allem mit Ahmadou Zourmba zusammen, dem neuen Trainer u.a. unserer Damen 1.

Der Zuwachs der vielen neuen Mitglieder birgt die Herausforderung, diese große Gruppe an neuen Spielerinnen und Spieler auszubilden und weiterzuentwickeln. Im Herrenbereich ist dieser Schritt schon vor zwei Jahren angegangen worden und hier hat die letzte Saison mit dem Erreichen der Relegation und dem knapp verpassten Aufstieg gezeigt, dass wir auf einem guten Weg sind, wenn wir uns stärker auf unsere Jugendspieler fokussieren.

Im Damenbereich haben wir mit vier gemeldeten Damentteams, davon zwei überwiegend aus Jugendlichen bestehend, weiter in die Ausbildung unserer jungen Spielerinnen investiert. Aber nicht nur das Zuordnen und Sortieren von Mannschaften ist eine große Aufgabe, auch Material und Hallenzeiten stellen uns immer wieder vor neue Herausforderungen. Natürlich ist es schön, Hallen zugeteilt zu bekommen - die Herausforderung besteht jedoch darin, alle diese Hallen für Volleyball tauglich und für uns nutzbar zu machen.

Der Luitert Weg ist durch die lange Nutzung der Volleyballer natürlich am besten ausgestattet mit Materialien. In vielen anderen Turnhallen, die uns zugewiesen werden, existieren wenn überhaupt nur rudimentäre Volleyballsysteme.

Für den Übergang ist dies immer kein Problem, für eine längerfristige Nutzung müssen wir hier aber immer wieder zur Eigeninitiative greifen und die entsprechenden Materialien besorgen und herrichten. **Es bleibt also spannend** und wir können uns auf eine interessante Saison 24/25 freuen.

*Text: Jan Moertter*



## Volleyball: Erste Herren

# Eine Mannschaft im Umbruch

Nach vielen ungeplanten Abgängen ist eine schwierige Saison zu erwarten

Nach der erfolgreichen Vorsaison wollten viele Spieler aus der ersten Herrenmannschaft weiter am Ball bleiben und sich eigentlich in den Sommermonaten mit den restlichen Spielern aus Herren 2 und U20 für das neue Spieljahr vorbereiten.

Leider sind nicht alle Spieler aus der Herren1 bei uns aktiv geblieben, einige haben zu anderen Vereinen gewechselt.

Positiv ist aber, dass neue Spieler u.a. aus Duisburg hinzugekommen sind.



Die ersten Trainingseinheiten in den Hallen laufen nun an und man wird sich zusammenfinden müssen.

Eine Prognose oder eine Einschätzung, welches Ziel die Herren erreichen werden, gibt es noch nicht, sodass man erst im Laufe der nächsten Monate sehen wird, wo die Mannschaft steht.

Sergej Listau, der letztes Jahr die U20 trainiert hat, wird uns bei den Trainings unterstützen.

*Text: Dima Listau*

### ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo, Di und Do 08:00 bis 13:00 Uhr  
14:30 bis 18:30 Uhr

Mi 08:00 bis 13:00 Uhr

Fr 08:00 bis 13:00 Uhr  
14:30 bis 17:00 Uhr

Samstags geschlossen



Uerdinger Str. 1 · 47799 Krefeld · Tel. 02151 21401 · Fax 615148  
engel-apo-krefeld@t-online.de · [www.engel-apotheke-krefeld.de](http://www.engel-apotheke-krefeld.de)





## Volleyball: Erste Damen

# Der Abstieg soll möglichst schnell wieder korrigiert werden

Da die Mannschaft sich das Ziel des direkten Wiederaufstiegs gesetzt hat, sind die Damen 1 schon vor einigen Wochen mit voller Power in die Saisonvorbereitung unter unserem neuen Trainer Ahmadou gestartet. Wir trainieren daher dreimal die Woche, und zwar montags, mittwochs und freitags jeweils um 20 Uhr. Dabei liegt momentan der Fokus auf der allgemeinen Fitness, sowie Verbesserung der individuellen Fertigkeiten und dem Zusammenwachsen als Team.

Als Vorbereitung spielen wir Anfang September noch 2 Turniere. Wir werden bei einem Turnier in Geldern dabei sein und es soll noch ein kleines Turnier bei uns stattfinden, was wir zusammen mit der Damen 2 ausrichten.

Am 14.09. starten wir dann in die Saison direkt mit einem Heimspiel.

Die Termine unserer Heimspiele sind auf [www.verbergertv.de](http://www.verbergertv.de) hinterlegt und wir würden uns über zahlreiche Unterstützung in der Halle am Luiters Weg freuen.



*Text: Lisa Klören*

## Volleyball: Zweite Damen

# Aufstieg in die Landesliga knapp verpasst

## Von Verletzungspech und tollem Mannschaftsgeist

Als Vorbereitung auf die letzte Saison ging es für uns, die Damen 2, im August 2023 in die Niederlande, genauer gesagt nach De Wijk: Die Mannschaftsfahrt stand an!

Gemeinsames Kochen, Tanzen, Yoga, Shuffleboard spielen und viele großartige Gespräche machten aus der Gruppe an Mädels, die wir vorher waren, ein Team.

Und so ließ es sich gut in die Saison 2023/2024 starten. Zunächst mit einer für uns überraschenden Nachricht: Unsere Spieltagbetreuung bis Weihnachten sollte Janni mit Unterstützung von Manuel sein! Trainer unter der Woche und im zweiten Teil der Saison auch vollständig blieb weiterhin Gogo.

Nach einem für uns unerwarteten Start mit neuem Trainer in die ersten Spiele stellten wir uns schnell aufeinander ein, was sich auch in der Tabelle sehen ließ, wir gewannen ein Spiel nach dem anderen. Dabei wurde es aber auch häufig eng und wir mussten ein paar Punkte liegen lassen.

Am 18.11.2023 hieß es dann Gas geben gegen unseren stärksten Gegner TUS Lintfort. Mit zahlreichen Fans und großer Unterstützung im Rücken reisten wir nach Kamp-Lintfort. Nach zwei abgegebenen Sätzen wurde unser Kampfgeist geweckt und wir zeigten nochmal richtig, was wir konnten. Mit 15 zu 10 holen wir den Sieg im fünften Satz nach Verberg, jetzt konnte uns erstmal niemand mehr aufhalten.

Doch die Rückrunde stand bevor und als es so langsam auf das zweite Spiel gegen TUS Lintfort zugeht wurden wir vom Pech verfolgt. Eine Verletzung nach der anderen führte zu 5 verbleibenden spielfähigen Stammspielerinnen für das wichtigste Saisonspiel und den Kampf um Platz 1 und den direkten Aufstieg in die Landesliga.

Der Support für das Spitzenspiel in heimischer Halle war groß, immerhin hatten wir unseren Fanblock ja um einige verletzte Spielerinnen erweitert. **Ein großer Dank geht hier nochmal an die vier Spielerinnen, die uns unterstützt haben**, ohne die wir nicht hätten antreten können. Doch wir taten uns ziemlich schwer.

Leider merkte man uns deutlich an, dass wir in dieser Konstellation noch nie gespielt haben und auch durch die fehlenden Spielerinnen nicht die Leistung abrufen konnten, die wir sonst während der Saison gezeigt haben.



Und so standen wir nach dem Spiel mit einem 0:3 im Spitzenspiel, einem zweiten Tabellenplatz und somit der verpassten Chance auf den direkten Aufstieg da und bereiteten uns auf die Relegation vor.

**Das Relegationswochenende** rückte näher, aber die Verletzungen blieben. Beim ersten Spiel gegen TB Osterfeld II verkauften wir uns deutlich unter Wert. Trotz zahlreicher Fans, die uns nach Oberhausen begleiteten und uns lautstark anfeuerten, kamen wir nicht ins Spiel.

Man mag es nun auf die verminderte Mannschaftsstärke schieben oder andere Faktoren suchen, Fakt ist aber, es war der Wurm drin und eines der schlechtesten Spiele der Saison.

Am nächsten Tag ging es weiter mit dem zweiten Relegationsspiel gegen STV Hünxe II vor heimischem Hintergrund. Die Mannschaft, die um den Abstieg aus der Landesliga kämpfen musste, beendete ihre Saison mit einem 6. von 9 Plätzen und somit eigentlich im Mittelfeld.

Und das haben sie uns auch gezeigt. Schon beim Einspielen hat sich gezeigt, dass da einiges auf uns zukommt. Wir haben Vollgas gegeben und nochmal richtig gekämpft und trotz schwierigerer Gegner ein deutlich besseres Spiel als am Vortag gezeigt.

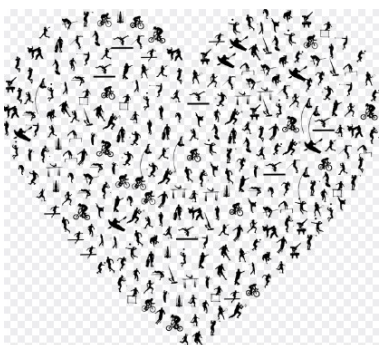
**Am Ende mussten wir uns aber trotz allem geschlagen geben** und haben den Aufstieg verpasst. Also geben wir nächstes Jahr wieder Gas in der Bezirksliga. Wir hätten uns natürlich über einen Aufstieg gefreut, aber unser Saisonziel, im guten Mittelfeld zu landen haben, wir mit einem guten zweiten Platz nah am ersten auf jeden Fall trotzdem übertroffen.

Insgesamt können wir die Saison 23/24 also in guter Erinnerung halten, wir haben viele schöne Spiele gespielt, Erfolge erzielt und haben als Team super gematcht.



## Volleyball: Zweite Damen

Wir haben es uns natürlich auch nicht nehmen lassen, mit einer kleinen Delegation beim Freiluftturnier des TV Sevelen aufzulaufen und haben trotz der einzigen Ambition, eine schöne Zeit zu haben, den dritten Platz der Bezirksliga-Damen-6er-Teams geholt. Wir freuen uns schon aufs nächste Jahr Sevelen mit großem VTV-Camp.



Wir möchten uns hier auch nochmal bei allen bedanken, die uns während der Saison und bei der Relegation supportet haben, ohne euch hätten wir nur halb so viel Spaß gehabt.

Wir freuen uns auch in der kommenden Saison auf spannende Spiele und

ein tolles Team, denn was ist Mannschaftssport schon ohne das Miteinander? In diesem Sinne bis bald in der Halle und

**MORGEN PAUL** Eure Damen II

*Text: Ann-Sophie Konz*



## Volleyball: Hobby 2 Mixed



**„Die wollen nicht nur spielen!“**

Unsere Hobby II Mannschaft ist aus einer engagierten Trainingsgruppe entstanden, die in der vorherigen Saison den mutigen Entschluss gefasst hat, am Spielbetrieb teilzunehmen. Völlig unerwartet sind wir unter der Leitung von Carsten Klindt sofort in die 2. Hobbyliga aufgestiegen.

Mit einem Kader von 19 talentierten Spielerinnen und Spielern in einer Altersbandbreite von 27 bis 63 Jahren gingen wir voller Motivation in die Saison 2023/24.

Ein zusätzlicher Trainingstag in der Woche und ein intensives Trainingslagerwochenende sollten zu einer guten Vorbereitung auf den Spielbetrieb beitragen. Unsere Saisonziele waren klar: den Klassenerhalt sichern und dabei jede Menge Spaß haben.

Beide Ziele haben wir erreicht. Ein weiteres Highlight unserer bisherigen Saison war die Teilnahme am Freiluftturnier in Sevelen. Dieses Wochenende hat uns nicht nur sportlich gefordert, sondern war auch eine schöne Abrundung der Saison.

In der kommenden Saison verspricht insbesondere das bevorstehende vereinsinterne Derby gegen die neu aufgestellte Hobby III Spannung und Motivation. Dieser Anlass bietet nicht nur sportlichen Wettbewerb, sondern auch die Gelegenheit für eine gemeinsame Party.

Die Hobby II Mannschaft ist bekannt für ihren Teamgeist und ihre Leidenschaft im Spiel. Mit dieser Einstellung werden wir auch die nächste Saison bestreiten und jeden Moment genießen.

## Volleyball: Hobby 3 Mixed

August 2023. Die Hobby 3 Gruppe startet mit sage und schreibe 6 (sechs!!) Mitgliedern.

Fast Forward zum Juni 2024: 20 Mitspieler, bunt durchgemixt. Eine Altersspanne von 18-55 Jahren, alle sind dabei und fühlen sich willkommen.

Eine beeindruckende Entwicklung im ersten Jahr, wenn man es denn so sehen will! Ein großartiger Zusammenhalt (mit gelegentlichen Parkplatz-Bierchen ;) ), Teilnahme an Turnieren, Spiele gegen die Damen 2 und Hobby 2 und als größter Meilenstein: Die Meldung zur Mixed-Hobby-Runde 24/25! Natürlich schreiben wir diesen Erfolg jedem Einzelnen der Mannschaft zu, denn wie heißt es so schön?

„Nur gemeinsam sind wir stark!“.

Aber ganz besonders möchten wir da doch direkt **das beste Trainer-Duo der Welt** hervorheben - **Guido und Anni!**

Mit Witz und Verstand (von einem mehr, von dem anderen weniger) leiten die beiden uns durch eine gelungene Mischung aus Spielphasen und Übungseinheiten und stecken die Mannschaft mit Leidenschaft an.

Besonders merkt man das auch, wenn ich unsere lieben Team-Kollegen hier zitiere: „Die Decke ist zu niedrig, aber **„the sky is the limit“**“.

Nach mehreren Treffen in Guidos Hütte aka dem Mannschaftsheim, bei der wir uns intensiv mit der Regelkunde des Volleyballs auseinandergesetzt haben, wissen wir mittlerweile auch, dass ein Netz mindestens 1.000 Löcher haben muss.

Ich fasse also nochmal zusammen: Eine mega Mannschaft, mit mega Teamspirit, mega Trainern und einer kommenden (hoffentlich) mega Saison.

Einen kurzen, aber heftigen Applaus für Hobby 3!

*Text: Michelle Horn*





## Volleyball:

# Basis Trainerlehrgang für Volleyballer

Verberger TV organisiert C-Trainer Grundmodul



Vom 27. bis 30. Juli 2023 hat der Verberger TV einen Volleyball-Basis-Trainerlehrgang ausgerichtet.

Neben zehn Volleyballern aus eigenen Reihen nahmen Menschen aus unterschiedlichen Vereinen, mit unterschiedlicher Erfahrung und vom Alter sehr gemischt von donnerstags bis sonntags am

C-Trainer Grundmodul teil und waren bereit, Neues zu lernen und neue Kontakte zu knüpfen. Unter der Leitung von **Eung-Zoll** (Referent des Westdeutschen Volleyballverbandes), trafen sich die 28 Teilnehmer an vier Tagen in der Turnhalle der Bischöflichen Maria-Montessori-Gesamtschule.

Die Lehrgangsbesucher konnten von Eung-Zoll weitreichender Erfahrung sehr profitieren.

Der VTV erhofft sich durch diese Qualifizierungsoffensive in Zukunft noch mehr ansprechende, niveauvolle Trainingseinheiten anbieten zu können und so in den nächsten Jahren die Volleyballabteilung noch leistungsstärker aufzustellen.



**Vielen Dank an Eung-Zoll fürs Leiten und Lehren** bei diesem tollen Lehrgang!

Vielen Dank an die Montessori Schule, dass wir (mal wieder) bei euch sein durften!

Das Aufbaumodul hat in den Osterferien 2024 stattgefunden.

*Text und Fotos Lea Richter*



# Praxis van Kann

ALLGEMEINMEDIZIN - PALLIATIVMEDIZIN - AKUPUNKTUR



URSULA VAN KANN



DR. ELISABETH VAN KANN



DR. BEATE HERWIG

**IHRE HAUSARZTPRAXIS AM TRAARER RATHAUSMARKT**



TRAARER RATHAUSMARKT 7B, 47802 KREFELD



02151 / 656770



WWW.PRAXIS-VANKANN.DE

# Volleyball: Aufbau Trainerlehrgang Volleyball

## Vielfältige Inhalte verbreiten viel Spaß am Lernen

Vom 04. bis zum 07. April 2024 war es soweit und wir waren nach dem letzten Jahr bereit für Stufe zwei. Nach dem Grundlehrgang im letzten Herbst, folgte jetzt der Aufbaulehrgang. Er ist die zweite und letzte Stufe vor dem Prüfungslehrgang, bei dem die Anwärter: innen nach einer schriftlichen Prüfung eine Lehrprobe vorstellen und sich danach C-Trainer: innen nennen dürfen.



Da ein WVV-Lehrgang in Gescher mit nur sieben Leuten ziemlich schwach belegt war, wurde er mit unserem zusammengelegt und wir waren insgesamt 38 Leute.

Wir durften also von der Expertise von zwei Referenten zehren - **Eung-Zoll Chung und Rainer Klein.**

Die Inhalte aus dem Grundlehrgang wurden vertieft. Aus Zuspiel wurde Feldzuspiel, aus Aufschlag Sprungaufschlag und aus normalem Angriff Angriff mit verschiedenen Tempi.

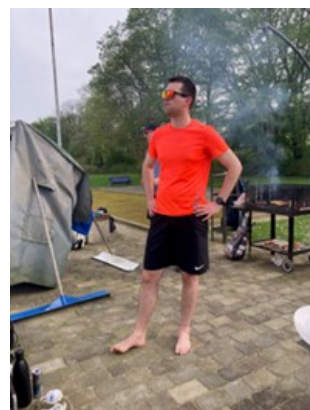
So hatten wir nicht nur die Möglichkeit, unsere Trainer- sondern auch unsere Spielfähigkeiten zu vertiefen Grundinhalten. Basis dafür brachten viele Einheiten in und außerhalb der Halle.

Dabei hätten die Inhalte nicht vielfältiger sein können. Neben dem „Pflichtprogramm“ der Basiselemente durften wir auch kreative Möglichkeiten zum Aufwärmen, Übungen zu Schnelligkeit und Koordination und zur Fallschule kennenlernen. In den Theorieeinheiten drehte sich alles um den Unterbau und das wichtige Drumherum.



Nachdem die Lehrproben vorgestellt wurden, wurde natürlich noch gemeinsam reflektiert, wo es Verbesserungspotenziale gibt und was schon gut gelaufen ist. Wenn sich diese Reflektionsphase mit der Mittagspause überschneiden hat, eröffneten wir das neue Format „**Schnabulieren und Reflektieren**“.

Am vorletzten Tag zog es uns noch in den Sand und wir konnten mit einer Beacheinheit unsere Kenntnisse (an Grill und Ball) vertiefen. Wir sind sehr froh, dass es eine so tolle, liebenswerte Volleyballcommunity gibt und wir ein Ort von vielen sein dürfen, an dem sie zusammenkommt.



Es ist schön zu wissen, dass wir viele neu qualifizierte Trainer:innen in unseren Reihen haben.

Wir gucken auf vier Tage voller Anstrengung und Spaß zurück und freuen uns im August 2024 den nächsten Grundlehrgang auszurichten.

*Text und Fotos Lea Richter*



# Volleyball Jugend: mU16/mU18 Schöne Entwicklungen

## Marie übergibt Traineramt an Darek



Ein schönes Jahr liegt hinter uns! Die Spieler haben sich spielerisch weiterentwickelt und sind zu einem richtigen Team zusammengewachsen. Es war schön anzusehen, wie sich die Spieler gegenseitig unterstützt und motiviert haben.

Den Saisonabschluss haben wir -auf Wunsch der Spieler- beim Traarer Grill gefeiert. In der darauffolgenden Vorbereitungsphase haben wir unser System auf 5:1 umgestellt.

Es war mir eine Freude, diese Entwicklung zu begleiten, bei der auch ich als Trainerin einiges dazu gelernt habe.

Nun gebe ich das Ruder an Darek weiter und wünsche ihm und der Mannschaft alles Gute für die Zukunft.

Anm. die Mannschaft war in beiden Altersklassen im Spielbetrieb gemeldet.

*Text und Foto Marie Klindt*

## Schulte-Bockholt



**Inh. Antonius Schulte-Bockholt**

**Inrather Straße 233b**

**47803 Krefeld**

**Tel. 0 21 51 / 87 46 83 / 84**

**Fax 0 21 51 / 87 46 85**

**E-mail: [schuboschreinerei@t-online.de](mailto:schuboschreinerei@t-online.de)**

**[www.schulte-bockholt-schreinerei.de](http://www.schulte-bockholt-schreinerei.de)**

**Wir realisieren Ihren Traum aus Holz im Bereich:**

**Möbel für Ihr zu Hause: Küche, Bad, Wohn- und Schlafzimmer  
Praxis- und Büroeinrichtungen  
Türen und Fenster**

**Treppen**

**Holzterrassen**

**Carports und Überdachungen**

**Rolladen**

**Reparaturarbeiten**

**Sie erwartet eine individuelle**

**Planung und Beratung zur**

**Umsetzung Ihrer Vorstellungen!**



# Verberger Turnverein 1914 e.V.

**Krefeld**

Mitglied des Landessportbundes Nordrhein - Westfalen und der Fachverbände

## Aufnahmeantrag

Name	Vorname
Adresse	Plz, Wohnort
Telefon	Geburtsdatum
Email /für Aufnahmebestätigung und Newsletter	Welche Familienmitglieder sind Mitglied im VTV?
Die Mitgliedschaft soll beginnen ab:	In der Abteilung... oder Teilnahme an Angebot
<p>Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung und Ordnungen des Vereins in der jeweils gültigen Fassung an. Die umseitig abgedruckten Informationspflichten gem. Art. 13 und 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen. Ich bin damit einverstanden, dass die vorgenannten Kontaktdaten zu Vereinszwecken (u.a. z.B zur Organisation des Spielbetriebes bspw. SAMS) durch den Verein genutzt und hierfür auch an andere Mitglieder des Vereins (z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften) weitergegeben werden dürfen. Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung der vorbenannten Angaben freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann.</p>	
Ort, Datum	Unterschrift
Bei Minderjährigen/ Geschäftsunfähigen: – und Zuname des gesetzlichen Vertreters	Vor Bei Minderjährigen/ Geschäftsunfähigen: Unterschrift des gesetzlichen Vertreters
<p><b>Lastschriftermächtigung: - BITTE UNBEDINGT AUSFÜLLEN -</b></p> <p>Hiermit ermächtige ich den Verberger Turnverein 1914 e.V. die jährlichen Mitgliedsbeiträge zu Lasten meines unten angegebenen Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen:</p> <p>(Diese Ermächtigung kann jederzeit widerrufen werden)</p>	
IBAN	BIC
Bankinstitut	Vor- und Zuname des Kontoinhabers
Strasse	Plz, Wohnort
Ort, Datum	Unterschrift Kontoinhaber

Wird von der Geschäftsstelle ausgefüllt

Mitgliedschaft VTV beginnt ab:	(Mitgliedsnummer)	Bestätigung der VTV-Geschäftsstelle
--------------------------------	-------------------	-------------------------------------





# Verberger Turnverein 1914 e.V. Krefeld

Mitglied des Landessportbundes Nordrhein - Westfalen und der Fachverbände

## Fördermitgliedschaft

Ihnen gefällt unsere Kinder- und Jugendarbeit? Sie möchten uns mit einem kleinen jährlichen Betrag unterstützen? Dann werden Sie Fördermitglied im Verberger TV! Als Fördermitglied erhalten Sie alle Informationen über das Vereinsleben, beziehen die Vereinszeitschrift "Mach Mit" und werden zu allen Feierlichkeiten und Veranstaltungen eingeladen. Und sollten Sie sich entscheiden, aktives Mitglied zu werden, entfällt natürlich die Aufnahmegebühr. **Wir freuen uns auf Sie!**

Name	Vorname
Adresse	Plz, Wohnort
Telefonnummer	Geburtsdatum
Email /für Aufnahmebestätigung und Newsletter	
<p>Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung und Ordnungen des Vereins in der jeweils gültigen Fassung an. Die umseitig abgedruckten Informationspflichten gem. Art. 13 und 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen. Ich bin damit einverstanden, dass die vorgenannten Kontaktdaten zu Vereinszwecken (u.a. z.B zur Organisation des Spielbetriebes bspw. SAMS) durch den Verein genutzt und hierfür auch an andere Mitglieder des Vereins (z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften) weitergegeben werden dürfen. Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung der vorbenannten Angaben freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann.</p>	
Ort, Datum	Unterschrift
<b>Lastschriftermächtigung: - BITTE UNBEDINGT AUSFÜLLEN -</b>	
<p>Hiermit ermächtige ich den Verberger Turnverein 1914 e.V. die jährlichen Mitgliedsbeiträge zu Lasten meines unten angegebenen Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen:</p> <p>(Diese Ermächtigung kann jederzeit widerrufen werden)</p>	
IBAN	BIC
Bankinstitut	Vor- und Zuname des Kontoinhabers
Strasse	Plz, Wohnort
Ort, Datum	Unterschrift Kontoinhaber

Wird von der Geschäftsstelle ausgefüllt

Mitgliedschaft VTV beginnt ab: _____ (Mitgliedsnummer)	Bestätigung der VTV-Geschäftsstelle
--	-------------------------------------



## Verberger Turnverein 1914 e.V.

## Krefeld

Mitglied des Landessportbundes Nordrhein - Westfalen und der Fachverbände

### Beitragsordnung

gültig ab dem 01.01.2019

### Förderbeitrag - jährlich -

€ **20,00**

### Beiträge - monatlich -

Kinder u. Jugendliche bis 18 J. und Mitglieder d. Behindertenabteilung	€	7,50
Erwachsene	€	9,50
Ehepaare	€	15,50
Familien und Vater u./o. Mutter mit minderjährigen Kindern	€	20,50

### Umlagen - monatlich - Volleyball

Kinder u. Jugendliche bis 18 J.	€	2,50
Erwachsene	€	3,50
Erwachsene (Hobbyabt. mit Spielerpass)	€	2,50
Erwachsene (Hobbyabt. ohne Spielerpass)	€	0,50

### Umlagen - monatlich - Badminton

Kinder u. Jugendliche bis 18 J.	€	1,50
Erwachsene	€	3,50

### Wasserumlage—monatlich- Schwimmkurs und

#### Wassergymnastik

Kinder/Jugendliche bis 18 J. und Erwachsene	€	4,00
---	---	------

### Beitragserhebung

Beiträge und Umlagen sind halbjährlich fällig. Der Förderbeitrag wird als Einmalbeitrag bei Eintritt fällig. In den nachfolgenden Jahren erfolgt die Abbuchung des Förderbeitrages i.H.v. € 20,00 mit unserem Frühjahrseinzug. Der Beitragseinzug erfolgt für das 1. Halbjahr bis spätestens Ende März, für das 2. Halbjahr bis spätestens Ende September. Beiträge, Aufnahmegebühren und Umlagen erhebt der VTV grundsätzlich im Lastschrift Einzugsverfahren. Eine anderweitige Beitragszahlung ist nicht möglich.

Bei Lastschriftrückgaben, die vom VTV nicht zu vertreten sind, wie z.B. Rückgabe wegen Widerspruchs, mangels Kontendeckung oder wegen Kontolöschung, werden die dem Verein belasteten Fremdkosten (Bankspesen) dem Mitglied in Rechnung gestellt. Für den erhöhten Verwaltungsaufwand einschließlich der anfallenden Portokosten berechnet der VTV € 5,00 zusätzlich.

Kündigungen zum Vereinsaustritt müssen schriftlich spätestens 6 Wochen vor Halbjahresende (30.06/31.12.) der Geschäftsstelle des Vereins erklärt werden, sie werden von der Geschäftsstelle schriftlich bestätigt.

Beiträge, Aufnahmegebühren und Umlagen werden durch Beschluss der Jahreshauptversammlung festgesetzt.

### Einwilligung in die Veröffentlichung von Personenbildnissen gem. DSGVO

Ich willige ein, dass Fotos und Videos von meiner Person bei sportlichen Veranstaltungen und zur Präsentation von Mannschaften angefertigt und in folgenden Medien veröffentlicht werden dürfen: Homepage des Vereins, Facebookseite des Vereins, Pressebereich (Nutzung durch die lokale Presse mit Verweis auf den Verein). Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Fotos und Videos mit meiner Person bei der Veröffentlichung im Internet oder in sozialen Netzwerken weltweit abrufbar sind. Eine Weiterverwendung und/oder Veränderung durch Dritte kann hierbei nicht ausgeschlossen werden. Soweit die Einwilligung nicht widerrufen wird, gilt sie zeitlich unbeschränkt. Die Einwilligung kann mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. Der Widerruf der Einwilligung muss in Textform (Brief oder per Mail) gegenüber dem Verein erfolgen. Eine vollständige Löschung der veröffentlichten Fotos und Videoaufzeichnungen im Internet kann durch den Verberger Turnverein e.V. nicht sichergestellt werden, da z.B. andere Internetseiten die Fotos und Videos kopiert oder verändert haben könnten. Der Verberger Turnverein e.V. kann nicht haftbar gemacht werden für Art und Form der Nutzung durch Dritte wie z.B. für das Herunterladen von Fotos und Videos und deren anschließenden Nutzung oder Veränderung.



# Volleyball Jugend wU16 I:

## Die Mannschaft schafft perfekte Saison

### In der neuen Saison winkt das Abenteuer Oberliga U18

#### *Wahnsinn, was war das für eine Saison?*

Die Saison auf dem ersten Platz abzuschließen **mit 16 Siegen in 16 Spielen** und einem Satzverhältnis von 32:2 ist schon wirklich ein Riesenerfolg.

Wir haben bei den Gegnern einige neue aber auch viele bekannte Gesichter gesehen, denen man in den Jahren immer wieder über den Weg gelaufen ist. So freut man sich doch immer wieder sich zu sehen und auszutauschen.

Mit großem Kampfgeist und vollem Einsatz haben wir gezeigt, was wir können. Doch ab und zu wurde es auch mal knapper und wir mussten uns im Spiel wieder klar werden, dass uns nichts geschenkt wird.

Für die meisten Mädels war das nicht ihre erste Saison im Ligabetrieb und viele der Mädels sind trotz des jungen Alters schon einige Jahre beim VTV. Es haben sich viele Freundschaften gebildet und der Support untereinander sowie der Umgang miteinander sind spitze.

Die Stimmung bei den Spielen war sehr gut und was das Anfeuern angeht, kann man sich bei uns noch einiges anschauen.

**Wir freuen uns sehr auf die nächste Saison** und starten mit voller Motivation ins neue Abenteuer Oberliga U18.

Eure U16 I

*Text: Ann-Sophie Konz*



## „Mach mit beim VTV“

### Fördermitglied werden und lokales Sport-Engagement unterstützen

Gefällt Ihnen unsere „Mach mit!“? Möchten Sie engagierte Jugendarbeit unterstützen? Dann werden sie für 20 Euro pro Jahr Fördermitglied. Sie werden zu unseren offiziellen Vereinsaktivitäten eingeladen und bleiben überdies natürlich regelmäßig informiert über unsere Aktivitäten. Wir freuen uns über jede Unterstützung, damit wir weiter so engagiert voranschreiten können.

## Volleyball Jugend wU16 II:

# Erste Erfahrungen im Ligabetrieb gesammelt

Es wurde ein hervorragender 5. Platz im Mittelfeld der Liga erreicht



Für viele Mädels der U16 II war es die erste Saison, in der auch aktiv im Ligabetrieb gespielt wurde und somit war alles erstmal neu. Viele neue Gegner, die ungewohnte Situation der Spieltage und auch untereinander kannte man sich noch nicht so gut.

Auch die Besetzung war noch schwierig und so passierte es besonders zu Beginn der Saison häufiger, dass wir nur mit 6 oder 7 Spielerinnen bei den Spieltagen antreten konnten.

Doch das tat der Stimmung keinen Abbruch und so gewannen wir überraschend unser erstes Spiel nach einem sehr spannenden Match in Mindestbesetzung von 6 Spielerinnen im Tiebreak mit 15:11.

Und so haben wir mit guter Stimmung und ein wenig Rumläbern eine schöne Zeit miteinander verbracht.

Das Team ist während der Saison super zusammengewachsen und der Support untereinander ist toll.

Und das sollte nicht das einzige spannende Spiel der Saison bleiben. Mal gewannen wir, mal verloren knapp war es fast immer.

**Die Saison wurde mit einem unglaublich ausgeglichenen 5. Tabellenplatz von 9 beendet.**

Das ist ein tolles Ergebnis für eine erste Saison. 8 von 16 Spielen wurden mit einem Satzverhältnis von 20:20 gewonnen und somit nicht nur mit der Platzierung genau die Mitte getroffen.

Doch der Spaß stand für uns definitiv im Vordergrund, sowohl beim Training als auch bei den Spieltagen.

*Text: Ann-Sophie Konz  
Bild: Tom Hetfeld*



## Volleyball Jugend wU18:

# Unerwartete Erfolge und erreichte Saisonziele

## Der Gewinn des Kreispokals als i-Tüpfelchen der Saison

Die **wU18-Mannschaft** hat in der Saison 2023/24 alle Erwartungen übertroffen. Trotz anfänglicher Unsicherheit über die Zusammensetzung des Teams gelang es dem Trainerteam, eine starke und erfolgreiche Mannschaft zu formen. Die Saison 2023/24 begann mit einer spannenden Herausforderung: die Integration talentierter Spielerinnen aus der wU16 in die bestehende wU18-Mannschaft. Trainer Carsten Klindt und Co-Trainerin Anke Kother standen vor der Aufgabe, eine neue Dynamik innerhalb des Teams zu etablieren.

Die Erwartungen waren vorsichtig optimistisch, da der Fokus zunächst darauf lag, die Spielerinnen miteinander vertraut zu machen, eine solide Teamstruktur zu entwickeln und das neue Spielsystem einzuführen.

### Saisonziele:

Jugendliga: In der oberen Tabellenhälfte mitspielen

Bezirksklasse Frauen: Vermeidung vieler Niederlagen

Teamgeist entwickeln: Eine Mannschaft formen, die geschlossen auftritt

### Überragende Leistung in der Jugendliga

Entgegen den zurückhaltenden Erwartungen verlief die Saison in der Jugendliga außergewöhnlich erfolgreich. Die Mannschaft konnte alle Spiele gewinnen, was nicht nur das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärkte, sondern auch den Teamzusammenhalt förderte. Jede Spielerin trug mit ihrer Leistung zum Erfolg bei, und das Team konnte das neue Spielsystem erfolgreich umsetzen.



**7x in Ihrer Nähe**

**trinkgut**

Gahlingspfad 12  
47803 Krefeld  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 63 1133

Kempener Str. 30  
47839 Krefeld-Hüls  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 74 39 21

Fütingsweg 69  
47805 Krefeld  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 150 50 52

Gahlingspfad 12  
47803 Krefeld  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 60 86 69

Friedrichstr. 15  
47798 Krefeld  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 36 97 053

Moerser Landstr. 345  
47802 Krefeld-Traar  
Mo – Sa: 7 – 21 Uhr  
Tel: 0 2151 / 56 38 00

Birkschenweg 64  
47803 Krefeld  
Mo – Sa: 8 – 20 Uhr  
Tel: 0 2151 / 62 67 72

[www.edeka-kempken.de](http://www.edeka-kempken.de)

# Volleyball Jugend: Impressionen der Qualifikation wU20 zur Westdeutsche Meisterschaft



Bilder dieser Doppelseite: Tom Hetfeld



# Volleyball Jugend wU20: Rückblick und Ausblick für die wU20 und Damen der Bezirksliga

## Spannung vor der neuen Saison der wU20 in der Jugend-Oberliga



### Dominanz in der Bezirksklasse Frauen

Auch in der Bezirksklasse Frauen lief es besser als geplant. Nach einer spannenden Saison sicherte sich die Mannschaft den ersten Platz und stieg direkt in die Bezirksliga auf. Diese Erfolge waren nicht nur Resultat der individuellen Leistungen, sondern auch des stetig wachsenden Zusammenhalts und der Motivation, die sich im Laufe der Saison entwickelte.

### Krönender Abschluss: Sieg im Kreispokal

Der Gewinn des Kreispokals war das i-Tüpfelchen auf einer bereits erfolgreichen Saison. Dieses besondere Ereignis rundete die Leistung der Mannschaft perfekt ab und bestätigte, dass sie bereit sind, sich größeren Herausforderungen zu stellen.

### Rückblick und Ausblick

Der größte Erfolg dieser Saison war jedoch, dass die Mannschaft das wichtigste Saisonziel erreicht hat: „ein Team“ zu werden. Die Chemie im Team hat sich so weit entwickelt, dass die Spielerinnen nun mit Spannung auf die kommende Saison blicken.

**Nächste Saisonziele:** wU20 Jugend-Oberliga: Das Team wird in der nächsten Saison in der Jugend-Oberliga antreten und ist gespannt darauf, wie sie sich gegen stärkere Konkurrenz behaupten können.

**Damen Bezirksliga:** Die Teilnahme in der Bezirksliga der Damen wird eine neue Herausforderung darstellen. Das Team freut sich auf die Möglichkeit, sich weiterzuentwickeln und auch in dieser Liga erfolgreich zu sein.

# Jahreshauptversammlung 2024:

## VTV weiter auf Wachstumskurs

### Mehr Mitglieder, neue Satzung und Zusammenarbeit mit Traarer Vereinen standen im Mittelpunkt

Die diesjährige Jahreshauptversammlung des Verberger TV fand am 10. März wieder im Saal der Thomaskirche statt. Erfreulich viele Mitglieder waren der Einladung gefolgt und hörten im ersten Teil die Berichte des Vorstands und der Abteilungen. **Es gab viel Positives bekannt zu geben**, unter anderem, dass sich die Mitgliederzahl des VTV um mehr als 100 im Vergleich zum Jahr davor erhöht hat.

Wir sind jetzt nur noch ganz knapp unter der 1000er Grenze und können in diesem Jahr zu den 14 mitgliederstärksten Vereinen Krefelds aufsteigen. (Anm.: im März lagen wir noch knapp unter der 1000er Grenze. Inzwischen haben wir diese Zahl deutlich überschritten.)

Auch die Abteilungsberichte fielen durchweg positiv aus. In allen Bereichen hat es besondere Highlights gegeben, so konnte z.B. mit Unterstützung der Sparkassenstiftung für das Badmintontraining eine neue Ballschussmaschine angeschafft werden und die Volleyballabteilung hat erstmalig eine eigene Trainerausbildung durchgeführt.

Die enge Zusammenarbeit mit den Traarer Vereinen wird auf vielen Ebenen fortgeführt und zeigte sich nach außen z.B. in der gemeinsamen Teilnahme am Verberger Kinderkarnevalszug.

Ein neuer Yogakurs unter der Leitung von Anke Kother (Jugendwartin VTV) gehört seit Januar zu unserem Angebot, wie auch die erweiterte Nutzung unserer Boulebahnen auf der Bezirkssportanlage in Traar.

Nach dem Bericht der Kassenprüfer, der nachfolgenden Entlastung des Vorstands und der Wahl der neuen Kassenprüfer wurden die Mitglieder des Ältestenrats, die sich zur Wiederwahl gestellt hatten, einstimmig wiedergewählt.



**Auch an dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön für ihr langjähriges Engagement** an Coby Stegmann und HaWi Auler, die auf eigenen Wunsch aus dem Gremium ausgeschieden sind.

Nachfolgende Mitstreiter werden dringend benötigt und sind herzlich willkommen. Nächster Punkt der Tagesordnung war die vom Vorstand vorgeschlagene Neufassung der VTV-Satzung.



Da zur Vorbereitung allen Vereinsmitgliedern der Entwurf der Satzung schriftlich zugesandt worden war, konnte sich der 1. stellvertretende Vorsitzende Eckart Schürmanns in seinen Erläuterungen auf die wesentlich geänderten Punkte beschränken. Nachfragen oder Diskussionswünsche gab es keine. Bei der anschließenden Abstimmung wurde die neue Satzung einstimmig angenommen. Die neue Satzung ist selbstverständlich auch auf unserer Homepage hinterlegt, unter <https://verbergertv.de/satzung/> ist sie zu finden.

Auch der anschließende Haushaltsentwurf 2024 fand einstimmige Akzeptanz.

Dann nahm der gesellige Teil der Veranstaltung seinen Lauf, die Ehrung der langjährigen Mitglieder. **Für 25 Jahre konnten geehrt werden:** Barbara Herzog, Rotraud Krugmann, Christel Pawlowski, Marianne Plönißen, Beate Schregel, Birgit Sibben, Doris Rütten und Coby Stegmann, 40 Jahre dabei ist Sigfried Sieg, 50 Jahre Dietmar Lassek und Eve Ufermann.

**Besonders erwähnenswert ist die 70 jährige Mitgliedschaft von Marlies Junkers.** Soweit anwesend erhielten alle Jubilare eine Aufmerksamkeit und eine Ehrennadel.

Mit dem Tagesordnungspunkt Verschiedenes& Termine wurde die Versammlung nach knapp zwei Stunden beendet.



*Text:*

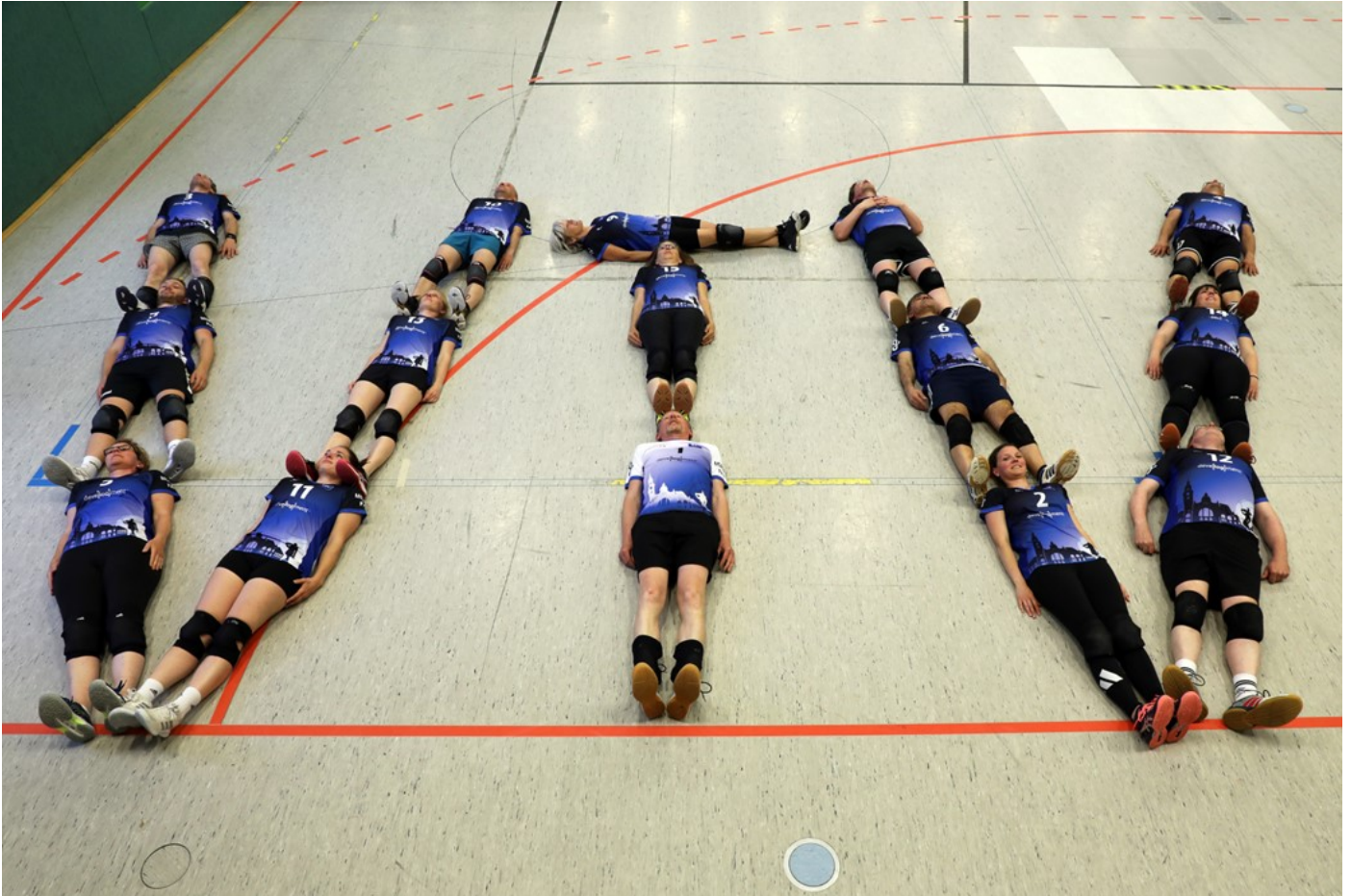
*Gabi Adolf*

*Bilder dieser Doppelseite:*

*Tom Hetfeld*



## Hobby 2



## Weibliche Jugend 18





## Treffpunkt Traar:

# Lage am Sportplatz

Im Jahr 2025 steht der Bau des Kunstrasenplatzes auf der Agenda

In den letzten Jahren haben die Volleyballer sich mit der Beach-Volleyball-Anlage auf dem Sportplatz des FC Traar etablieren können und mit der Erweiterung der Anlage durch die Boulebahnen gibt es inzwischen auch eine erfreulich große Gemeinschaft von Boule Spielern, die unsere Gemeinschaft vor Ort bereichert.

Im Jahr 2025 soll es endlich zum **ersehten Bau des Kunstrasenplatzes kommen** und diese Baumaßnahme auf dem Gelände wird auch dem VTV diverse Vorteile bringen.

So wird es zum Beispiel demnächst einen Ballfangzaun geben, der den Volleyballern zum Kunstrasenfeld hin das Ball holen ersparen wird, aber auch die Pflasterung eines Weges um den Sportplatz herum wird den Boule Spielern und den Volleyballern den Zugang zu ihren Spielfeldern auch bei schwierigen Wetterbedingungen erleichtern.

Jetzt bereits erweitern wir aus eigener Kraft und eigenen Mitteln die Anlage immer weiter, so wurde zuletzt der Teilbereich zwischen Boulebahn und Beachfeld gepflastert, um hier nach Schaffung der strukturellen Voraussetzungen in naher Zukunft eine Sauna zu errichten die den Mitgliedern aller drei Vereine zugutekommen soll.

Weiterhin geplant ist die Erweiterung der Bouleanlage um eine dritte Bahn und die Schaffung eines gepflasterten Platzes, um allen Mitgliedern ein Beisammensein mit trockenen Füßen ermöglichen zu können.



Fernziel ist die Errichtung einer Grillhütte für gesellige Stunden. Ebenfalls im Zuge der Baumaßnahmen am Buscher Holzweg kann ein gewinnbringender Tausch der bestehenden Sandfläche erfolgen, die Gespräche hierzu sind im vollen Gange.

*Text: Jan Moertter, Bilder: Tom Hetfeld*



## Boule:

# Wachsendes Interesse am Boule

**Interessenten können jeden Donnerstag ab 16 Uhr ihr Glück an und mit der Kugel versuchen**

Vor nunmehr drei Jahren wurden auf der Bezirkssportanlage am Buscher Holzweg in Traar zwei Boule-Bahnen gebaut, die zwischenzeitlich sehr rege fast jeden Donnerstag genutzt werden (soweit es die Wetterverhältnisse zulassen). Erforderliche Absprachen werden kurzfristig über eine WhatsApp-Gruppe getroffen. Die Spielzeiten liegen im Frühjahr und Sommer zwischen 16 und 18 Uhr; im Herbst und Winter zwischen 15 und 17 Uhr. Im vergangenen Jahr haben sogar ein paar ganz „Verrückte“ J noch im Dezember die Kugeln ausgepackt. In der Startphase in 2022 und 2023 trafen sich regelmäßig vier bis acht Spieler. In diesem Jahr ist das Interesse deutlich auf durchschnittlich zwölf bis vierzehn Spieler angewachsen, was dazu führt, dass ein Teil regelmäßig auf die Laufbahn oder Rasenfläche der Sportanlage ausweichen muss. Bei aller Begeisterung für dieses Spiel und dem Willen eines jeden, möglichst als bester ans „Schweinchen“ mit seinen Kugeln zu kommen, steht mit **„französischer Gelassenheit“** der Spaß und die Flachserei im Vordergrund. Anfang Mai wurde mit tatkräftiger Unterstützung der Beachvolleyballer der

Belag einer Anlage abgetragen und (teilweise) durch neues Material ersetzt. Leider konnten die Arbeiten zunächst nicht ganz abgeschlossen werden, da nur ein Teil des erforderlichen neuen Materials geliefert wurde. Diese Situation führte dazu, dass einige Spieler regelmäßig auf der noch nicht fertiggestellten Bahn auf „Bergen und Tälern“ um eine Walze herumspielen mussten, was häufig die Richtung der Kugeln unverhofft deutlich beeinflusst und von großer eigener Verwunderung und von Gelächter der Mitspieler begleitet wird. Dennoch haben wir zur Behebung dieser Misere eine Lösung auf kleinem Dienstweg gefunden und inzwischen ist auch die zweite Bahn komplett mit neuem Belag gefüllt.

**Weitere Interessenten** können donnerstags gerne um 16 Uhr dazukommen und sich in diesem interessanten Spiel ausprobieren, was sich aber deutlich vom bekannten Boccia aus Kindertagen mit Holz oder Kunststoffkugeln unterscheidet. Eigene Kugeln müssen anfangs noch nicht mitgebracht werden, da immer der ein oder andere Satz zusätzlich vorhanden ist.

*Text Werner Blümke*



## Qigong :

# Heilkraft Bewegung

## Sanftes Qigong für mehr Lebensfreude

### Qigong wirkt wie eine aktive Gesundheitsvorsorge

Mit zunehmendem Alter (?) spüren wir oftmals erste leichte Einschränkungen in unserer Beweglichkeit. Die körperliche und geistige Belastbarkeit baut sich in ganz kleinen Schritten ab. Das nehmen wir wahr. Geben es zunächst jedoch ungern uns und anderen gegenüber zu. Nichts hat Bestand – alles ist im steten Wandel.

Dieser Wandel jedoch findet nicht irgendwie statt, er erfolgt rhythmisch. Unsere Gesundheit hängt wesentlich von ganz natürlichen Rhythmen, z.B. dem 24 Std. Zyklus, ab. Der Rhythmus bestimmt den Fluss unseres Lebens.

Für die Funktion einzelner Organe und das Zusammenspiel unseres Organismus als Ganzem spielt Rhythmus eine große Rolle. (Biorhythmus, Tag und Nacht, Jahreszeiten, etc.).

Durch unsere technische Lebensweise haben wir uns weitestgehend vom natürlichen Tag und Nacht-Rhythmus entfernt, die innere Uhr gerät durcheinander. Schlafstörungen und gesundheitliche Probleme folgen (entwickeln sich).

Das europäische Gesundheitswesen hat in den letzten Jahren aufgrund wissenschaftlicher Studien die gesundheitsfördernde Wirkung des Übungssystem Qigong für physisches sowie psychisches Wohlbefinden anerkannt.

Neue Erkenntnisse aus der Neurobiologie zeigen, dass wir Resilienz und Wohlbefinden trainieren können, wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf positive Bilder lenken.

Die Vorstellungskraft -eigene Bilder- mit Bewegung in Verbindung zu bringen, spielt eine wesentliche Rolle beim Üben. Ganz allmählich kann sich unsere Phantasie wieder entfalten und nimmt somit positiven Einfluss auf unsere Gefühle und Emotionen.

In der Übe-Praxis suchen wir in ganz kleinen Schritten eine Rückkehr zu natürlichen Rhythmen, die in uns wirken – in die wir eingebettet sind.



Dehnungen, Selbstmassagen und Klopfübungen schaffen zunächst die sinnvolle Basis um die Wirksamkeit der dann nachfolgenden Übungen (in Bewegung, im Stehen/ Sitzen ausgeführt) zu ermöglichen. Methodisch aufeinander folgende Übungen, z. B. aus dem Herz-Kreislauf Qigong oder der Gesundheitsform, werden anschließend korrigierend sanft geübt und vertieft. Das ermöglicht dann jederzeit ein eigenständiges Üben.

Die Verbindung von Aufmerksamkeit, Beweglichkeit, muskulärer An- und Entspannung und natürlicher Atmung kann sowohl bei physischen als auch psychischen Beschwerden positive Wirkungen erzielen.

Regelmäßiges Üben verbessert die Koordination, stabilisiert das Gleichgewicht, regt die Selbstheilung des Körpers an und löst Blockaden. Es reguliert den Energiefluss von Yin und Yang, fördert die innere und die äußere Balance. Es stärkt somit unsere Mitte.

Wir erleben das Üben intensiv, so dass wir allmählich wieder Wärme, und Entspannung verspüren. Geist und Atmung finden zur Ruhe, das Herz schlägt sanft.

Wiederholte fließende Bewegungen verändern die eigene Schwingung, wir spüren Weite und Raum in uns.

Das allgemeine Interesse an dieser sanften Bewegungskunst wächst stetig.





## Qigong :

Zum Wohlbefinden trägt mittlerweile seit nahezu zwei Jahren auch die sehr angenehme Atmosphäre des Gemeindesaals der Christuskirche in Bockum bei.

Nachdem wir bereits zweimal die Halle Breslauer Str. für Flüchtlinge geräumt haben, praktizieren die Montag- und die Dienstaggruppe dort mit viel Interesse und Engagement regelmäßig zu den seit über 20 Jahren bekannten VTV-Übungszeiten.

Bei entsprechendem Wetter auch sehr gerne im lauschigen Pfarrgarten. Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen. Sie werden behutsam in die Übungen und die Philosophie eingeführt.

Telefonisch bin ich unter 02151/502263 zu erreichen.

Weitere Informationen siehe meine Homepage: [qigong-krefeld.de](http://qigong-krefeld.de).



Ebenfalls ganz herzlich willkommen: Jedes Jahr in den Sommermonaten organisiert der Stadtsportbund Krefeld SPORT IM PARK.

Im Rahmen dieses kostenlosen SSB-Angebots für alle Krefelder Bürger biete ich wöchentlich eine Übungsstunde im Schönhausenpark (frühere Musikschule) an.

*Text: Antje Schürmanns-Looschelders*





# Turnen:

## Das Angebot Turnen Ü40 aus Sicht einer engagierten Teilnehmerin

Ein bunter Bericht von Anne Graeber



### Ü40

Treffpunkt in der Turnhalle in Traar jeden Dienstag um 20:00 Uhr. In den Sommerferien findet der Kurs in der freien Natur statt.

Als relativ neues Mitglied der Ü40 Riege unter der Leitung von Uwe Dexheimer stelle ich hier den ehemaligen Dynaband - Kurs vor. Ziel ist die Gesunderhaltung des Körpers, Muskelaufbau, Beweglichkeit, Bewegungskoordination mit abschließenden Körperwahrnehmungsübungen und Entspannung. Gearbeitet wird mit Bällen, Gewichten, TheraBändern und Balancekissen. Trainer Uwe bringt zusätzlich Abwechslung durch gruppenspielerische Spiele ein. Aufwärmen, Dehnen und Krafttraining sind die tragende Elemente des Kurses. Die Teilnehmerzahl liegt bei durchschnittlich zehn Unerschrockenen.

„ Und das Atmen nicht vergessen“, höre ich hier häufiger. Als blutige Anfängerin komme ich hier an meine Grenzen, obwohl ich mit 61 Jahren eine der Jüngsten bin. Es gibt viele Muskeln, die ich bisher noch nicht kannte, obwohl, oder weil ich als Bildhauerin körperlich schwer arbeite. Insbesondere beim Aufbau der Rückenmuskulatur auf dem Bauch liegend, erreicht mich die Aufforderung „Lächeln, auch wenn es wehtut !“ mitunter nur schwer. Hier will der innere Schweinehund immer wieder überwunden werden.

Das lohnt sich, stelle ich fest, wenn ich mich hier umschaue ! Der Kurs wird getragen von bärenstarken und beweglichen Persönlichkeiten.

Im Gruppenchat lassen sich verlässlich Änderungen einsehen, wer nicht kommen kann, sagt Bescheid. Der Kurs ist familiär und verbindlich, er darf noch wachsen. Es gibt noch Platz für Menschen, die sich fit und beweglich halten wollen.

Dankbar für dieses Angebot des VTV,

Anne Graeber



## Turnen:

# Die Mittwochsturngruppe hat sich aufgelöst

## Die ehemaligen Mitglieder bleiben gesellig beieinander

Die Mittwochs-Turngruppe ist leider nicht mehr existent. Dennoch haben sich sieben Mitglieder entschlossen, sich weiterhin zu treffen. Nicht mehr mittwochs zum Turnen, sondern zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Alte und neue Geschichten werden zum Besten gebracht

Informationen über den VTV ausgetauscht und Anekdoten erzählt. Wer aber glaubt, wir hätten uns auf die faule Haut gelegt, der täuscht sich. Die wackeren Turner machen nun bei anderen Gruppen mit. Und davon gibt es im VTV ja schließlich so einige!

*Text Ute M. van Alphen*



Foto links:

Ute, Rosmerta, Marlis, Karin, Undine, Karin

Foto rechts:

unfallbedingt Marlis von zu Hause aus

Foto unten:

Dynaband Fitness Ü 40, Aufnahme aus der Halle am Busscher Holzweg





## Turnen:

# Sommerfest der Senioren Gymnastik Gruppe

## Gute Laune trotz bescheidenem Sommerwetter

Anfang Juli hatten Anja Heinrich und ihr Mann wieder einmal die Donnerstag-Senioren-Gymnastikgruppe

zum Sommerfest in ihren schönen Garten eingeladen.

Auch wenn das Wetter nicht besonders sommerlich war, hat es der guten Stimmung nicht geschadet.

Unter einem großen Zeltdach erfreuten leckere Grillspezialitäten und feine Kuchen die Gaumen.

Hier konnte man nach Herzenslust plaudern, was während der Gymnastikstunde ja nicht möglich ist, und sich so mal etwas näherkommen.



Es war wieder einmal ein gelungenes Sommerfest!

*Text: Ute Rees*





## Ältestenrat:

# Sommertour nach Soest

Gute Laune trotz kleinerer Probleme bei der Anreise

Von außen betrachtet hatte die Sommertour am 05.06.2024 nach Soest zum Möhnesee einige Hindernisse. Zuerst kam der Bus zu spät in Soest an, sodass die Stadtführung gekürzt werden musste. Dennoch erfuhren wir Vieles über die Stadt, den Dom und die Wiesenkirche. Einige genossen das reichhaltige Angebot im gepflegten Cafe am Platz und wieder Andere bummelten die Einkaufsstraße entlang



Für Jeden war das Passende dabei. Leider erreichte die Fahrerin nicht pünktlich die Anlegestelle für die Schiffsrundfahrt am See. All das drückte aber die Stimmung der Mitreisenden nicht. Bei guter Laune und regem Austausch konnten wir uns Kaffee und Kuchen schmecken lassen und außen den Wind und die Sonne im Gesicht genießen.



### Mitteilung des Ältestenrates

Dies war der letzte vom Ältestenrat organisierte Ausflug.

Unser Gremium wird sich in Zukunft auf seine eigentlichen Aufgaben beschränken und wird keine Fahrten und gesellschaftliche Treffen mehr organisieren.

Im Namen des Ältestenrates

*Text: Dorit Eßer*



## Yoga mit Anke Kother :

# Kursangebote beim Verberger TV

Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder ist herzlich willkommen

Im Januar ist der neue Yogakurs Im Verberger TV gestartet. Wir treffen uns einmal die Woche Dienstag im Gymnastikraum der Schule am Uerdinger Rundweg oder bei schönem Wetter auf unserer Beachanlage in Traar.

In unserer Gruppe praktizieren wir Vinyasa Yoga und schaffen gemeinsam einen Raum für Entspannung, Kraft und Freude.

Jede Stunde ist in drei Teile gegliedert. Im ersten Teil der Stunde beschäftigen wir uns mit der genauen Ausrichtung der einzelnen Asanas. Hier bauen wir Kraft auf und legen eine feste Grundlage für deine Praxis.

Mitunter warten auch kleinere Herausforderungen auf dich, die dir helfen, deine Fähigkeiten weiterzuentwickeln und dein Selbstvertrauen zu stärken.

Im zweiten Teil der Stunde tasten wir uns langsam an *fließendere* Sequenzen heran. Diese dynamischen Bewegungen helfen uns, die Asanas miteinander zu verbinden und geben uns ein Gefühl von Leichtigkeit.



Im letzten Teil der Stunde nehmen wir uns Zeit für tiefere Dehnungen und bewusste Atmung.

Diese Phase dient dazu, deine Flexibilität zu fördern und eine tiefe Entspannung zu erreichen.

Wir lassen den Stress des Alltags hinter uns und genießen die Ruhe und Gelassenheit, die Yoga mit sich bringt.

**Egal, ob du Anfänger oder Fortgeschrittener bist, jeder ist herzlich willkommen!**

Der Spaß darf in unseren Stunden natürlich auch nicht fehlen und wir freuen uns darauf, gemeinsam zu wachsen und zu lernen!

*Text und Bilder: Anke Kother*



## Yoga mit Ursula Mühlmeier

# Montagsmorgen Yoga im Thomashaus

## Über das, was Yoga bei den Teilnehmern bewirkt

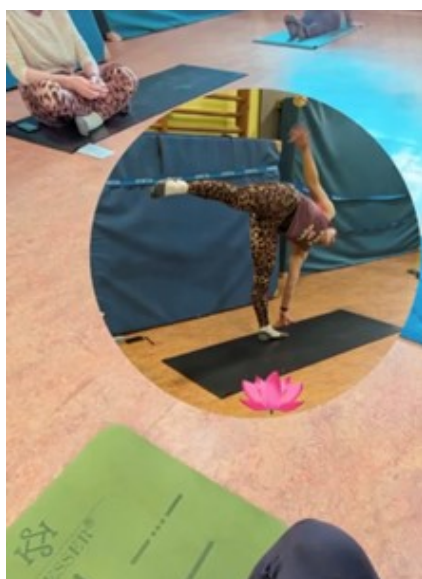
Wir treffen uns an jedem Montagmorgen (Schulferienzeiten ausgenommen) von 9:30 bis 11:00 Uhr zum Yoga im Thomashaus. Nach einer kleinen Besinnung und Atemübung bereiten wir uns meist mit den sogenannten "8 Bewegungsrichtungen der Wirbelsäule" auf die folgenden Yogaübungen vor. Einen kleinen Eindruck davon vermittelt das Foto. Wir alle sind Frauen im eher fortgeschrittenen Alter. Jüngere und Männer sind natürlich herzlich willkommen.

Was Yoga für uns bewirkt? Dazu einige Kommentare:



🧘 Die Kombination von Muskelanspannung, Dehnung, Atemtechnik und Training des Gleichgewichts bewirken bei mir, dass ich nach dem Yogakurs montags keine Verspannungen mehr im Rücken verspüre und ich fühle mich absolut entspannt (Birgit)

🧘 Yoga ist für mich wichtig, damit ich beweglich bleibe. Außerdem lernt man Atmung. (Marlies)



🧘 Mir hilft Yoga nicht nur beweglich zu bleiben, sondern gibt mir die Energie zum Start in die Woche (Gudrun G.)

🧘 Die Yogastunde ist die Zeit, in der ich mit mir in einem sehr intensiven Kontakt bin - mit positiver Wirkung (Sia)

🧘 Yoga hilft gut gegen meine Muskelverspannungen im Rücken- und Nackenbereich. Nach einer Yoga Stunde fühle ich mich sehr entspannt. (Angelika)

🧘 Die Yogastunde ist Zeit für MICH. Bewegungen werden bewusst und achtsam ausgeführt. Keine Überanstrengung. Trotzdem hat man am Ende der Stunde ein sehr gutes Gefühl. Ein guter Start in die Woche. (Gabi)

🧘 Yoga hilft mir, mein mentales Wohlbefinden zu verbessern und das Gefühl der inneren Ruhe und Ausgeglichenheit zu stärken. (Gudrun H.)

🧘 Yoga bei Ursula ist wie eine Meditationsreise durch den Körper im hier und jetzt, der gesamte Körper wird gedehnt. Danach ist man tiefenentspannt. (Ute)

🧘 Yoga ist für mich montags der perfekte Start in die neue Woche. Ganz ruhig und achtsam höre ich in meinen Körper hinein und teste aus, wie weit ich in dieser Woche gehen kann. Immer nur so weit wie es guttut. (Irmgard)

🧘 Nach dem Yoga bin ich sehr entspannt und voller Energie. (Uschi)

## Die kleine Knobelei zum Schluss

1. Wie viele Jahre war Jan Moertter Vorsitzender des Verberger TV?
2. Wie heißt das Top Thema des Jahres? Das ...
3. Auf welchem Platz schloss die 2. Badmintonmannschaft die Saison ab?
4. Welches ausgerufene "Saisonziel", wurde deutlich von der 1. Mannschaft der Badminton-Abteilung übertroffen?
5. Was wurde, aus der Aktion "Scheine für Vereine", für die Kinderabteilung angeschafft?
6. Das Grundlagen-Training wird in welcher Sportart angeboten?
7. Wie heißt der Volleyballtrainer-Ausbilder, der sowohl intern Trainer schult als auch die U10 betreut?
8. Wie heißt die Geschäftsführerin mit Vornamen?
9. Wie heißt der neue Trainer der Volleyballerinnen der 1. Damenmannschaft?
10. Wer war der stärkste Gegner der Volleyballerinnen der Damen 2 in der vergangenen Saison?
11. Wer leitet den Basis-Trainerlehrgang für Volleyballer? Eung-...
12. Mit welcher Mitgliedschaft kann man den Verein unterstützen, wenn man nicht aktiv am Sportgeschehen teilnehmen möchte?
13. Wie viele Siege schaffte die wU16 Volleyballmannschaft in der Saison?
14. Wer ist Co-Trainerin der wU18 Volleyballmannschaft? Anke ...
15. Was wurde mit Unterstützung der Sparkassenstiftung für die Badmintonabteilung angeschafft?
16. Was soll im Jahr 2025 auf dem Sportplatz des FC Traar gebaut werden?
17. An welchen Wochentag können Neulinge beim Boule schnuppern?
18. Qigong wirkt wie eine aktive ...?
19. Turnen Ü40 aus Sicht einer engagierten ...?
20. Wohin ging der letzte Ausflug des Ältestenrat?

## Zusammenhalt -

ist nicht bloß ein Wort,  
sondern ein Gefühl.  
Seit fünf Generationen  
stehen wir Euch auch in  
schwierigen Zeiten zur Seite.

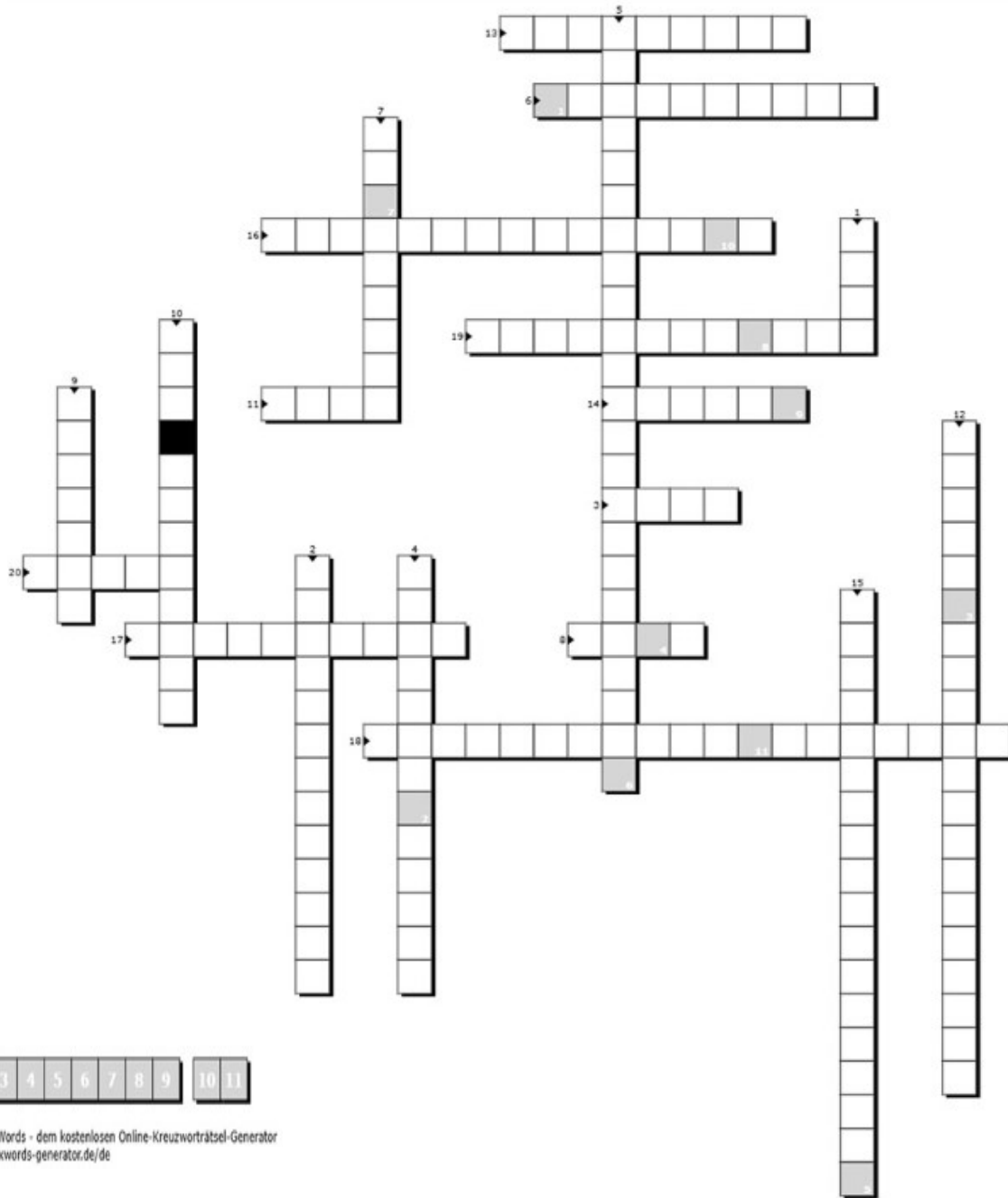


**Tel. 0 21 51 / 56 35 29**

Heyenbaumstr. 118, KR-Verberg  
Moerser Landstr. 359, KR-Traar

BESTATTUNGEN  
**CONEN**   
seit 1886



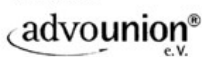


Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzwörterzel-Generator  
<https://www.xwords-generator.de/de>

## Lothar Angerhausen Rechtsanwalt

Uerdinger Str. 148, 47800 Krefeld  
Telefon: 02151/77 30 24  
Telefax: 02151/77 32 41  
Ra.Angerhausen@t-online.de

Mitglied von



überregionale Gemeinschaft  
von Korrespondenzanwälten

Bürostunden:  
montags bis freitags  
8.00 - 12.30 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung

# GIDUTEX®

IHR SPEZIALIST FÜR HOCHWERTIGE TEXTILVEREDELUNG



**BESTICKUNG**

**BEDRUCKUNG**

**SONDERANFERTIGUNG**

GIDUTEX International GmbH  
Gahlingspfad 53  
47803 Krefeld

info@GIDUTEX.de  
www.GIDUTEX.de

Tel: +49 (0) 2151/56 908-00  
Fax: +49 (0) 2151/56 908-01

Inhaber: Dr. Hagen Dutzi, Heidedyk 45, Krefeld-Verberg