



Sport-Report

Ausgabe 1-2015



Aus dem Inhalt:

Seite 8

Seite 12

Seite 16

Seite 18

Seite 22





Wir sind gerne persönlich für Sie da!

Seit dem 1. Februar 2015 ist unsere gewohnte Beratung in der Servicestelle Am Püttkamp 3 in die Geschäftsstelle Gerresheim, Benderstraße 1 verlagert worden. Für Beratungsgespräche nach Terminabsprache stehen wir Ihnen in Knittkuhl nach wie vor gerne persönlich zur Verfügung.

Unsere SB-Geräte können Sie dort weiterhin unverändert nutzen!



www.sskduesseldorf.de

ich wünsche euch ein gesundes, Neues Jahr 2015.

Auch wenn jetzt schon ein paar Tage ins Land gegangen sind, erlaubt mir trotzdem noch an dieser Stelle, einen kurzen Rückblick auf das vergangene Jahr zu werfen.

Das vergangene Jahr war in der Vorstandsarbeit vor allem durch die Arbeit rund um die Rhythmische Sportgymnastik geprägt. Hier galt es trotz vieler Widrigkeiten einen gefühlten Neuanfang zu machen. Dies ist uns mit Engagement gelungen und wir, der SSV Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V., haben weiterhin ein festes Ziel: Wir wollen Landesleistungstützpunkt bleiben.

Ein weiterer Schwerpunkt lag in der Fortsetzung der Renovierung unseres Sportheims. Hier gilt unser Dank den vielen freiwilligen Helfern, die uns tatkräftig unterstützt haben. Es ist toll geworden. Wer es noch nicht gesehen hat – bei einem Sportler-Stammtisch ist Gelegenheit, dies nachzuholen. Die nächsten Termine findet ihr hier im Heft.

Für die weitere Entwicklung war und ist der Ausbau des Sport- und Gesundheitszentrums der wichtigste Pfeiler im letzten Jahr gewesen. Die Kurve geht weiter steil nach oben, hier wird uns gezeigt, dass wir vor 4 Jahren auf das richtige Pferd gesetzt haben.

Und gerade die Themen Gesundheitszentrum und Sportheim haben uns motiviert, die Arbeit im Vorstand mit Engagement und Einsatz zu machen. Und es hilft, Themen, die leider den negativen Charakter haben, mit dem gleichen Engagement anzugehen.

Jetzt haben wir also 2015 und somit sind 3 gemeinsame Jahre seit der letzten Vorstandswahl vergangenen. Auf der nächsten ordentlichen Mitgliederversammlung am 27.03.2015 könnt ihr entscheiden, ob wir den eingeschlagenen Weg weiter gehen sollen.

Wir, der Vorstand, sind dazu bereit.

Einen einzigen Wermutstropfen gibt es: Jürgen Kalupke, unser 1. Kassierer wird sich nicht wieder zur Wahl stellen. Jürgen hat aber jetzt bereits signalisiert, dass er auch nach der Neuwahl dem Vorstand und hier speziell seiner Nachfolgerin oder seinem Nachfolger zur Verfügung steht. Besonders stolz bin ich darauf, dass wir bereits eine Kandidatin für dieses Amt haben. In diesem Sport-Report wird sie sich euch bereits vorstellen.

Für 2015 stehen einige interessante Themen an: Anfang April werden wir wieder den Internationalen City-Cup ausrichten. Die Welt zu Gast bei uns in Gerresheim. Damit wollen wir auch ein Zeichen setzen – die RSG beim SSV lebt. Zum anderen gilt es, das Sport- und Gesundheitszentrum weiter auszubauen. Hier werden gerade interessante, neue Angebote konzipiert. Und dann wird uns das Sportheim noch ein wenig in Trab halten – der Außenbereich steht noch an. Wie ihr seht, es wird sicherlich viel geben bei uns – nur eines nicht, Langeweile.

Ich freue mich auf das gemeinsame Jahr 2015 mit euch beim und im SSV.

*Euer
Christia Klöhn*



Das Jahr 2014,

das 42ste unserer Vereinsgeschichte war in der Vorstandsarbeit geprägt durch 3 Themen. Ausbau unseres Gesundheitszentrums, Entwicklung in der Rhythmischen Sportgymnastik und Renovierung und Modernisierung des Sportheims.

ZDF – Zahlen, Daten, Fakten:

Die wichtigste Information steht immer am Anfang: die Finanzen sind geordnet und solide. Das tatsächliche Minus ist höher als im Wirtschaftsplan kalkuliert. Dies liegt an zwei entscheidenden Faktoren: Zum einen haben wir uns aufgrund des hohen Verwaltungsaufwandes entschieden, Verordnungen im Bereich Rehabilitation erst abzurechnen, wenn sie erfüllt sind. Wir führen hier somit keine Zwischenabrechnungen mehr durch. Wir liegen hier aktuell bei über 300 Verordnungen (Vorjahr 180), so dass wir uns zu diesem Schritt entschlossen haben. Bei erfolgter Abrechnung wären die Einnahmen im Bereich von ca. 8.000 € gekommen, diese decken den nun zusätzlichen negativen Posten. Zweiter wichtiger Faktor: fehlende Fördergelder in der Rhythmischen Sportgymnastik. Hier beträgt die Differenz 9.000 € im Vergleich zum Vorjahr. Mehr Details zu diesem Punkt finden

sich im Laufe des Berichtes. In Summe lässt sich festhalten, dass wir aus dem Jahr von unserer Seite her wie geplant rauslaufen.

In das Jahr 2014 sind wir mit 942 Mitgliedern gestartet, aktuell stehen wir bei 945 Mitgliedern. Der sehr starke Abwärtstrend aus dem Vorjahr (minus 122) scheint zumindest gebremst, dazu kommt der weitere, deutliche Anstieg bei den Verordnungen.

Rhythmische Sportgymnastik

Die Entwicklung in der Rhythmischen Sportgymnastik musste im letzten Jahr mit Sorge betrachtet werden. Aufgrund falscher Konzeptionierung, bei der der SSV nicht involviert war, sind in Nordrhein Westfalen Fördergelder in 6-stelliger Höhe gestrichen worden. Davon waren wir mit 9.000 € ebenfalls betroffen. Dies führte dazu, dass wir aufgefordert wurden und gezwungen waren, die geförderte Trainerstelle zu kündigen. In Person betraf dies Meike Rejek. Gleichzeitig galt es, den Betrieb unter den neuen finanziellen Vorzeichen am Landesleistungsstützpunkt aufrecht zu erhalten. Hier haben wir im 2. Halbjahr eine sehr intensive Auseinandersetzung mit dem Rheinischen Turnerbund geführt. Leider wurde unsere Arbeit zusätzlich durch Strömungen aus der Elternschaft heraus behindert, so dass wir hier sehr viel Energie in 2 Aufgaben investieren mussten: Intern galt es wieder Vertrauen aufzubauen, extern mussten die verbleibenden Fördergelder der Stadt sichergestellt werden. Beides ist uns gelungen und durch den unermüdlichen Einsatz von Susanne Babka konnte in Kooperation mit dem TV Wattenscheid ein neuer Trainerstab etabliert werden. Wir hoffen hier auf ein ruhigeres neues Jahr 2015, in dem sich wieder auf den Sport konzentriert wird.

Unser Sportheim – Zeit für Neues

Im Jahr 2014 wurde Vieles, was wir bereits 2013 initiiert haben, erfolgreich umgesetzt:

- **Das Dach** wurde im Frühjahr 2014 komplett saniert. Hier wurden unsere Maßnahmen zu 25% seitens der Stadt Düsseldorf, genauer dem Stadtsportamt, bezuschusst. Besonderer Dank gilt hier allen freiwilligen Helfern, die bei der Vorbereitung für die Sanierung mitgeholfen haben.

- **Die Kühlzelle** wurde im Januar komplett neu in das Sportheim eingebaut. Diese Investition wurde zu 2/3 seitens der Bezirksvertretung 7 bezuschusst. Dadurch konnten wir nicht nur das Kühlaggregat, sondern auch die Zelle an sich austauschen.

- **Die Elektrik** wurde im Rahmen der Erneuerung durch die Firma Muschallik geprüft. Hier haben wir einen guten Stand und es sind keine weiteren Investitionen nötig.

An dieser Stelle bedanken wir uns ausdrücklich für die Unterstützung seitens der Stadt und der Bezirksvertretung.

Zu Beginn des Jahres wurde der Innenbereich komplett gestrichen und neu konzeptioniert. Am 2.1. begannen die Vorarbeiten (Abkleben, Abschleifen etc.), am 3.1. kam dann die neue Farbe an die Wand. Hier gilt wieder unser Dank den freiwilligen Helfern, die bereit sind, ihre

Freizeit dem Verein zur Verfügung zu stellen.

Und zu guter Letzt werden wir uns im Sommer um den Außenbereich und die Außenwände kümmern. Damit haben wir dann fertig,

Ausbau Sport- und Gesundheitszentrum

Die Belegung des Sport- und Gesundheitszentrums wird immer dichter. Inzwischen trainieren mehr als 25 Gruppen in den „begehrten“ Zeiten, nämlich zwischen 18 und 21 Uhr, aber auch im Vormittagsbereich von 9-12 Uhr. Damit sind die Räumlichkeiten inzwischen unverzichtbar, da die Turn- und Gymnastikhalle der Schule ebenfalls ausgebucht ist. Mit 2 Gruppen der Offenen Ganztagschule (Motopädie und Tanzen) weichen wir inzwischen in den Mittagsstunden auf unsere Räume aus.

Auch der Trainerstab hat sich im Jahr 2014 erweitert mit Sabine Johannknecht, die erfolgreich ihre Prüfungen als anerkannte Fachübungsleiterin für Prävention und Rehabilitation bestanden hat und nun neue Gruppen aufbaut und anbietet. Die Büroräume sind inzwischen komplett mit Telefonanschluss, PC etc. eingerichtet, sodass ab Januar 2015 nun auch Bürostunden im Gesundheitszentrum angeboten werden: Montags von 11 bis 13 Uhr und donnerstags von 12.30 bis 17 Uhr.

Anschaffungen von vielen verschiedenen Kleingeräten sowie weitere kleinere Inneneinrichtungen (Schränke...) runden das Gesamtbild ab und verschaffen viel Motivation und ein erfolgreiches Durchführen unserer Angebote.

Weitere Angebote wurden auch außerhalb Knittkuhls aufgebaut: so haben wir neben der Anmietung des Therapiebades in Gerresheim und der Gruppe im Sanazentrum Gallberg nun zusätzliche Angebote in den Bädern an der Wrangelstraße / Mörsenbroich und am Klosterhof / Unterath. Auch dort füllen sich die Gruppen gut.



BRILLEN MÜLLER ANZEIGE

Immer die richtige Brille für Beruf, Sport und Freizeit.

Exklusive Marken - Neue Kollektionen.

Benderstr. 71a, 40625 Düsseldorf, Tel.: 0211 - 28 77 77
www.brillen-mueller-duesseldorf.de

Der Ausbau von Gymnastikangeboten in Gerresheim ist geplant. Wir sind zuversichtlich, dass diese Abteilung weiterhin wächst und gedeiht und wünschen uns für unsere Sportler im Zentrum: einen neuen Sportboden.

Und sonst?

Auch im Jahr 2014 galt es, unseren Verein in den verschiedensten Verbänden und Organisationen zu vertreten. Exemplarisch seien hier der Turnverband Düsseldorf, der Verein RSG Rhein-Ruhr 2010 e.V. und die IGV (Interessengemeinschaft der Vereine im Stadtbezirk 7) genannt. Darüber hinaus haben wir an den unterschiedlichsten Stellen Präsenz gezeigt, z.B. beim Vee-delszoch in Gerresheim.

Und dann galt es natürlich, die „ganz normale“ Vorstandsarbeit zu erledigen, Dinge die eben einfach anfallen.

Der Blick auf 2015

Auch in 2015 richten wir den Internationalen City-Cup in der Rhythmischen Sportgymnastik aus. Wir freuen uns, wieder die Gymnastikwelt zu Gast bei uns in Düsseldorf zu haben. Ende März steht dann die ordentliche Mitgliederversammlung auf dem Programm, diesmal mit den Vorstandswahlen. Jürgen Kalupke wird Ende März nicht mehr zur Wahl als 1. Kassierer stehen. Mit Vanessa Funke steht aber bereits eine Bewerberin für dieses Amt parat. Alle anderen Vorstandsmitglieder möchten die Arbeit der letzten Jahre gerne weiterführen. Denn ein wichtiger Teil des Jahres 2015 wird das Sport- und Gesundheitszentrum sein. Wir haben nun drei erfolgreiche Aufbaujahre hinter uns. Jetzt gilt es, die Weichen für die Zukunft zu stellen.

Euer Christian Klöhn

BERGISCHE APOTHEKE & PHÖNIX APOTHEKE



APOTHEKERIN ZOYA SEPEHRI

Auch in diesem Jahr stehen wir Ihnen in allen Fragen der Gesundheit zur Seite: jetzt auch als App „Apotheke vor Ort“ für Ihr Smartphone und im web unter:

www.apo-knittkuhl.de

Unsere Serviceleistungen:

- Blutdruckmessung
- Verleih von medizinischen Geräten
- Kostenloser Zustelldienst
- Kundenkarten (z.B. 3% Rabatt)

BERGISCHE APOTHEKE: AM PÜTTKAMP 3 • 40629 DÜSSELDORF • TELEFON 0211 - 297929 • FAX 0211 - 297576
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 08:30 - 13:00 und 15:00 - 18:30 • Mi. Nachmittag geschlossen • Sa. 09:00 - 13.00

PHÖNIX APOTHEKE: BENDERSTRASSE 106 • 40625 DÜSSELDORF • TELEFON 0211 - 289375 • FAX 0211 - 29 38 27
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 08:30 - 13:00 und 15:00 - 18:30 • Sa. 09:00 - 13.00
E-MAIL BERGISCHE.APOTHEKE@ONLINE.DE

Auch 2014 – der SSV ist online

Auch im Jahr 2014 war der SSV in der digitalen Welt vertreten. Zum einen durch unseren bekannten Internetauftritt, zum anderen durch unsere Facebookseite. Die Hauptherausforderung bei beiden besteht daran, aktuell und interessant zu bleiben. Dazu später mehr.

Zuerst einmal zu den reinen Zahlen:

Im Schnitt wird unser Auftritt 1.500 bis 2.000 Mal pro Monat besucht. Die beliebtesten Seiten sind dabei das Angebot, die Termine und dann die Fotos der Veranstaltungen. Unsere Facebookseite verzeichnet mittlerweile 128 „Likes“. Damit sind wir nicht unzufrieden, es geht aber sicherlich mehr. Tendenziell gibt es zwei Punkte, an denen wir ansetzen können, wenn nicht sogar müssen, um hier die Außendarstellung des Vereins weiter zu verbessern.

Darstellung und Design der Homepage sind nun in die Jahre gekommen und können und darf gerne überarbeitet werden. Dies kann und wird der Vorstand aber neben seiner normalen Tätigkeit nicht bewerkstelligt bekommen. Ähnlich wie beim Sport-Report bedarf es hier einer Redaktion, die zum einen das Design und den Auftritt an sich konzipiert und, sicherlich der wichtigere und aufwendigere Teil, die kontinuierliche und zeitnahe Pflege übernimmt.

Der zweite Punkt ist die Aktualität – eine Redaktion kann noch so gut sein. Bei einem Mehrspartenverein wie unserem kann sie im Ehrenamt nicht überall und zeitgleich sein. Sie ist auf den Input von außen angewiesen. Und hier kommen alle Übungs- und Abteilungsleiter ins Spiel. Informiert uns im Vorfeld, was ansteht – Spieltermine, neue Angebote, Angebote die ihr speziell beworben haben wollt, Ergebnisse und alles, was euch einfällt. Das geht ganz einfach per E-Mail: ergebnisse@ssv-knittkuhl.de.

Diese Mail geht dann direkt an Eric Haack und mich. Wer es zuerst sieht, postet es auf Facebook, ich setze es dann entsprechend auf der Homepage um.

Projekt: Neue Homepage für den SSV

Wer oben genau gelesen hat, hat es vielleicht gesehen. Ich setze es dann auf die Homepage. Auf die Homepage in ihrer jetzigen Form. Aktuell denken wir im Vorstand über einen neuen, zeitgemäßen Internetauftritt nach. Mit professionellen Sportvereinen wird es aber schwer mitzuhalten – dazu fehlen uns finanzielle Mittel. Und rein aus dem Vorstand heraus können wir aufgrund Zeit- und Wissensmangel ein solches Projekt nicht stemmen. Denn eine neue Homepage ist kein „Machmal-eben-Projekt“ sondern bedarf einer Konzeptionierung, der entsprechenden Umsetzung und der dazu gehörigen kontinuierlichen Pflege. Und genau dafür möchten wir ein Team ins Leben rufen, dass sich damit befasst. Wir begleiten gerne die ersten Schritte, schildern unsere Vorstellungen, möchten aber dann, dass dieses Team frei in seiner Entfaltung ist.

Gesucht? - gefunden!

Wer hat Lust in einem solchen Team mitzuarbeiten?

Wer hat hier die Kenntnisse, um dieses Thema umzusetzen?

Wer sagt, genau das ist was, was er gerne mit und für den Verein machen würde?

Wer hat Spaß an digitalen Medien?

Interesse geweckt?

Dann einfach eine kurze Mail direkt an mich: ckloehn@ssv-knittkuhl.de

Alle Interessenten und Begeisterte bringen wir dann zusammen und starten das Projekt „Neue Homepage“.

Christian Klöhn

Wieder liegt ein Jahr

mit viel Training und einigen Wettkämpfen hinter uns. Da die Trainingszeiten für die Leistungsgruppe aufgrund schulischer Bedingungen auf 1 x wöchentlich reduziert werden mussten, ist die Teilnahme an den höheren Wettkämpfen z. Zt. nicht möglich.

Wir sind jedoch dabei, mit den Mädchen der Fördergruppe wieder eine Leistungsgruppe aufzubauen, damit der Nach-



wuchs dann dort weitermachen kann. Für diese Mädchen bestehen Trainingsmöglichkeiten an zwei Tagen mit je 2,5 Stunden, wodurch ein intensiveres Arbeiten möglich ist.

Die Wettkampfsaison begann bereits im März mit dem ersten Teil des Mini-Mäuse-Cups, an dem die kleinen Turnerinnen an je 2 Geräten pro Wettkampftag antreten, damit nicht zu viele Übungen auf einmal gelernt werden müssen. Der zweite



Teil findet dann jeweils im Herbst desselben Jahres statt. Gewertet wird jeder Wettkampf, aber es gibt für die Kinder, die an beiden Tagen mitmachen, auch eine Gesamtwertung.

Hier die Platzierungen:

Teil 1

Filippa Krause	6 von 25	Jahrgang 2007
Yara Melzer	10 v. 21	Jahrgang 2006
Lene Melzer	13 v. 21	Jahrgang 2006

Teil 2

Filippa Krause	4 von 26	Jahrgang 2007
Clara von Loewenich	7. Platz	
Despina Delavekoura	18. Platz	
Lena Wilbert	19. Platz	
Yara Melzer	13. Platz	
bei 21 Teilnehmern im	Jahrgang 2006	
Lene Melzer	14. Platz	
Timo Krause erreichte als einziger Teilnehmer im Jahrgang 2009 den 1. Platz.		

Bei der Gesamtwertung erzielte Filippa den 4., Yara den 11. und Lene den 12.

Platz in ihrer jeweiligen Altersstufe.

Im Juni fand der Summer-Cup – ein Freundschaftswettkampf zwischen einigen Düsseldorfer Vereinen, die nicht so viel Training haben - statt. Da die meisten Turnerinnen nur an jeweils zwei Geräten starteten, war der Mehrkampf, den unsere Mädchen bestritten, eher dünn besetzt und fast ein vereinsinterner Wettkampf. Hier die Ergebnisse:

Jahrg. 2007	1. Platz	Filippa
	2. Platz	Despina
Jahrg. 2006	1. Platz	Yara
	2. Platz	Lene
Jahrg. 2005	1. Platz	Anthea Straub
	2. Platz	Dinah-Maria Lenz
	4. Platz	Lara Daake
Jahrg. 2003	1. Platz	Margaux Schöppner
Jahrg. 2001	3. Platz	Pauline Schöppner

Weiterhin haben diese Turnerinnen zusammen mit einigen Mädchen der allgemeinen Turngruppe am Düsseldorfer Turnabzeichen teilgenommen. Hier werden im Gegensatz zu den Pflichtwettkämpfen nur Elemente mit unterschiedlichen Schwierigkeiten geturnt, damit auch Kinder, die nicht so viel Erfahrung mit dem Gerätturnen haben, dort mitmachen können. Unsere Gruppe bestand diesmal sogar aus 10 Teilnehmern. Es werden



hier keine Plätze ausgeturnt, sondern Abzeichen in Gold, Silber und Bronze bzw. Teilnehmerurkunden je nach erreichter Punktzahl und Altersklasse - verliehen.

Gold erturnten sich Filippa, Dinah-Maria, Milena Krause und Anthea. Das Abzeichen in Silber erhielten Lena und Yara und in Bronze Despina, Nele Begemann und Céline Nowakowski. Clara erturnte sich eine Teilnehmerurkunde.



Am Ende des Jahres fand noch ein Einsteigerwettkampf statt. Dort haben 4 Turnerinnen teilgenommen. Für einige war dies der erste größere Wettkampf, an dem auch alle 4 Geräte geturnt werden mussten.

Filippa wurde erste von sechs Turnerinnen in ihrem Jahrgang. Im Jahrgang 2005 starteten 18 Mädchen, wobei Anthea den 11., Dinah den 14. und Lara den

15. Platz erreichten.

Wir hoffen, dass wir dieses Jahr wieder viel Spaß beim Training haben werden und uns den Anforderungen der neuen Übungen, die ab jetzt auf dem Programm stehen, gut stellen können.

Martina Heinemann, Claudia Krause



Trattoria da Franco	
Am Mergelsberg 36 - 40629 Düsseldorf/Knittkuhl	
Tel. 0211-157 852 79	
Öffnungszeiten:	
Trattoria: Di.-So. 14:00-24:00 Uhr	
Warme Küche: Di.-Sa. 16:00-22:00 Uhr	
Sonntag und Feiertage 13:00-22:00 Uhr	
Montag Ruhetag	
ANZEIGE	

Liebe Sportlerinnen und Sportler des SSV,

2014 ein Jahr voll mit schönen Übungsabenden und sogar sehr gleichmäßiger Teilnahme. Das freut mich, denn es ermöglicht einen guten Spielbetrieb.

Eine Neuordnung war nicht nötig, da sich die Kopffzahlen der Gruppen bei 10 bis 14 Sportlern pro Übungsabend eingependelt hat.

Ich bedanke mich an dieser Stelle besonders bei allen Sportlern, die hier mit konsequentem Erscheinen einen aufbauenden Übungsbetrieb ermöglicht haben. Nun hat die Mittwochsgruppe in den letzten Jahren ja einiges an Events veranstaltet, aber für 2014 sollte ein besonders schönes Event her.

Und so waren wir auf die Idee gekommen, ins Vereinsheim zu gehen.....hört sich nicht besonders an ??

Abwarten ! Was wir gemacht haben, das ist das Besondere:

Treffen gegen 17 Uhr.

Ein kaltes oder auch warmes Buffet war angerichtet und an der Stelle mein besonderer Dank an all diejenigen, die hier im Vorfeld so tatkräftig unterstützt haben!

Um 18 Uhr gemeinsames Essen und Vorbereitung auf das Event : Schlag den Raab.....ach nein :

„beat the kautsch“

war das Motto ! Mehrere Gruppen spiel-

ten erst gegeneinander und der Sieger all dieser Vorrunden spielte in den Endrunden gegen den Trainer. Ein Erlebnis besonderer Art, denn keiner kannte die Spiele im Vorfeld, außer dem Organisations-Team. Es war herrlich ! Danke an alle, die mitgemacht und letztlich auch geholfen haben, einen wunderbaren Abend zu gestalten.

TIPP an die anderen Gruppen: so ein Abend im SSV Vereinsheim bedeutet :

1. Viel Platz und alles, was man so braucht, ist schon da.
2. Sehr übersichtliche Kosten bei vertretbarem Einsatz im Vorfeld.
3. Jeder kann kommen und gehen, wann er will (alle waren früh da und blieben bis zum Schluss)
4. Keine Parkplatzprobleme und sogar der Bus vor der Haustüre: Klasse !

Probiert es mal aus !

Wir waren natürlich auch in diesem Jahr, wie immer zu Besuch auf dem Wülfrather „Weihnachtsmarkt“ und feierten dann im Anschluss wieder beim Griechen ARTEMIS.

Ich hoffe, Ihr kommt alle gesund und munter wieder und heiße alle willkommen im neuen Jahr 2015 !

Mit sportlichen und herzlichen Grüßen

Heinz Wallraf



Auch im letzten Jahr

konnten wir beim SSV Badminton für alle Altersklassen anbieten.

Die Älteren (ab 16 Jahre) spielen wie gewohnt unter der Leitung von Joachim Büchner am Donnerstag ab 18.00 Uhr in der Halle des Gymnasiums Gerresheim „Am Poth“, der harte Kern umfasst 4 - 8 Spieler. Nach einem kurzen Aufwärmprogramm geht es dann auch direkt los mit Einzel oder Doppel. Insgesamt haben wir 4 Felder in der Halle zur Verfügung, so dass hier durchaus noch Platz für interessierte Spieler ist. Kommt einfach vorbei.

Für die jüngeren Spieler bietet Silke Arnhold am Freitag 2 interessante Angebote:

- Freitags von 19 – 20 Uhr spielen die Kinder im Alter von ca. 10 bis 12 Jahre



- Freitags von 20 – 21 Uhr spielen die Jugendlichen ab 14 Jahre

Das Kindertraining wird im Schnitt von 12 – 14 Kindern besucht, bei den Jugendlichen finden sich regelmäßig 8 – 9 ein.

Der Ablauf einer Badmintonstunde gestaltet sich wie folgt:

Nach einem zehnminütigen Aufwärm- und Konditionstraining, wird das Netz aufgebaut und die Kinder verteilen sich auf die Plätze.

Danach folgt eine badmintontypische Übungsfolge, z.B. Aufschlag, Vorhand, Rückhand, Ausfallschritt, Volley.

Anschließend können die Kinder im Einzel oder Doppel die Übungseinheiten vertiefen, wobei zwei Felder betreut werden, während im dritten Feld für die Kinder die Möglichkeit besteht, frei zu spielen.

Regelmäßig werden Gruppen-Doppelturniere gespielt, so dass die Kinder die Badmintonregeln kennen lernen können und sich im Wettkampf beweisen.

Bei den Jugendlichen verschiebt sich der Schwerpunkt der Stunden ein wenig weg vom Grundlagentraining hin zu mehr Spielpraxis. Für 2015 ist ein Vergleichswettkampf mit einem anderen Verein geplant.

Also Kinder und Jugendliche – es ist noch Platz in den Gruppen. Kommt vorbei und lernt diesen schnellen, interessanten Sport kennen. Für beide Gruppen gilt: die Bälle stellt der Verein und für ein Schnuppertraining stehen Schläger zur Verfügung.

*Christian Klöhn
Spartenleiter Badminton*



ANZEIGE

Sprach Ball
So bunt wie die Welt

**NACHHILFE | PRÜFUNGSVORBEREITUNG
HAUSAUFGABENBETREUUNG | FERIENBETREUUNG
SPRACHKURSE | ÜBERSETZUNGEN**

Unterricht in Ratingen und Knittkuhl

www.sprachball.de

SprachBall

Freiligrathring 13a (im Hof)

40878 Ratingen

Tel.: 02102-9533060

Mobil: 0163-4480513

E-Mail: kontakt@sprachball.de



26 Sportlerinnen und Sportler

haben in der Zeit von Mitte Mai bis Mitte Oktober die Bedingungen des Deutschen Sportabzeichens erfüllt; im Rahmen des Nikolausturnens im Dezember wurden den stolzen Absolventen die Verleihungs-urkunden durch den 2. Vorsitzenden Oliver Brinks und dem verantwortlichen Prüfer Walter Friedhoff ausgehändigt. Vierzehnmal haben wir trainiert um die Anforderungen in den Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination zu erfüllen.

Bei den Teilnehmern im Alter von 8 – 86 Jahren konnten wir auch 4 Sportler/-innen begrüßen, die als Nichtvereinsangehörige aufgrund der Presseveröffentlichung zu uns gekommen sind.

Das Deutsche Sportabzeichen in

BRONZE wurde verliehen an:

Silke Arnhold und Hans Heinrich (86 J.)

SILBER:

Peter Happe, Volker Peters, Birgit Reuter,

Edgar Thomeßen, Volker Wachowitsch

Die Stufe **GOLD** erreichten:

Nils Arnhold (14 J.), Susanne Babka, Ernst

Ewers, Walter Friedhoff, Jürgen Gebhardt,

Kerstin Gebhardt, Brigitte Hagen, Carolin Haßberger (14 J.), Ute Haupts, Wolfram Kurek, Stefanie Laux, Emely Laux (8 J.), Angelina Laux (11 J.), Renate Lenzen, Ralf-Günther Lenzen, Volker Ludwig, Christiane Mathies, Thomas Rubbert und Regine Thomeßen.

Sollte der Sportabzeichen-Wettbewerb im kommenden Jahr wieder in der Bergischen Kaserne stattfinden können, möchte ich auch gerne die Sportler und Sportlerinnen mit einer Behinderung motivieren, sich den Prüfungen des Sportabzeichens zu stellen. Ab einem GdB (Grad der Behinderung) von mindestens 20 v.H. nach dem Bundesversorgungsgesetz gelten besondere Bedingungen, die ich dann individuell mit jedem Einzelnen besprechen werde.

Also keine Scheu – traut euch !

Ich bedanke mich bei allen Teilnehmern und bei Silke Arnhold, Susanne Babka und Ralf Lenzen, die mich beim Training und der Abnahme unterstützt haben.

Walter Friedhoff



Wir treffen uns jeden Montag von 20:30 -22:00 Uhr.

Wir machen Gymnastik zur Lockerung und Stärkung der gesamten Muskulatur.

Wir spielen Volleyball aus Spaß an der Freude.

Wir haben in unserer Gruppe noch Platz für "Neue".

Wir freuen uns über jede Verstärkung.

Du hast Montagabend noch nichts vor?
Du wolltest schon immer "was für dich machen"?

Du hast Spaß an Bewegung?

Du freust sich darauf neue Leute kennen zu lernen?

Du bist bei uns goldrichtig?

Du kommst am besten mal nächsten Montag bei uns vorbei!



ANZEIGE



Metzgerei & Feinkost
Springwald

Meisterbetrieb der Fleischer-Innung Düsseldorf

**Familien mit Kindern sind
bei uns sehr willkommen.**

**Der Gaumen und das Portmonnaie freut sich.
mit der Familienkarte 10 % sparen**

Es begrüßt Sie herzlichst Brigitte und Karl-Heinz Springwald

Benderstraße 19 • 40625 Düsseldorf-Gerresheim

Tel.: 02 11/92 96 65

- Weihnachtsturnier der Schüler,

Sieger Gianluca

Am 09.12.2014 führte die Tischtennisabteilung für unsere Schüler das alljährliche Turnier zum Jahresausklang durch. Es nahmen insgesamt 7 Schüler mit viel Freude und Elan im Turniermodus

„Jeder gegen Jeder“ teil.

Es gab zahlreiche spannende Spiele und am Ende konnte sich Gianluca mit ledig-



Foto B.Schaller

lich einem Satzverlust klar als Gewinner auszeichnen.

Zweiter wurde Tom, Dritter Tawhid.

Bei der Siegerehrung erhielten die Schüler leckere Schokoweihnachtsmänner, für den Gewinner Gianluca gab es natürlich einen besonders großen.

- Horst Krüll ist Weihnachtsmann 2014

Auch die Erwachsenen spielten am 16.12.2014 den Titel „Weihnachtsmann

2014“ aus.

In zwei Gruppen „Jeder gegen Jeden“ stand bald fest, dass sich die Spieler der 1. Mannschaft durchsetzen würden.

Natürlich ist, wie bei jedem Turnier, auch ein wenig Losglück möglich.

Nach spannenden Spielen standen Horst Krüll und Bernd Schaller als Gruppensieger fest. Im dann folgenden Endspiel konnte wie im Vorjahr unser Oldie Horst (69 Jahre) mit 2:1 gegen Bernd gewinnen.



Foto B.Schaller

Die gesellige Siegerehrung und Überreichung der roten Mütze an Horst zeugen davon, dass in den Spielen jeweils hart gekämpft wurde, aber zum Schluss alle mit einem Lächeln die Halle verlassen konnten.

Präsente bei der Siegerehrung gab es für jeden, vielen Dank an unsere Sponsoren. Mit einem kühlen Bierchen verabschiedeten wir uns in die Winterpause.



Foto B.Schaller

-Was gab's noch in der Abteilung?

In der Abteilungsversammlung Ende Dezember wurde die Abteilungsleitung Bernd Schaller und Michael Bensberg einstimmig wieder gewählt worden.

Es wurden in der Versammlung auch die Mannschaftsaufstellungen der Rückrunde Saison 2014/2015 bereinigt und festgelegt.

Der SSV Knittkuhl wird in folgenden Aufstellungen ab Januar 2015 antreten:

Wir wollen die Saison möglichst positiv gestalten und Abstiege vermeiden, mit der jetzigen Spielerdecke dürfte dies uns auch gelingen.

- Ausblick auf das Jahr 2015

Die Vereinsmeisterschaft 2015 soll als Saisonvorbereitung 2015 / 2016 am 22.08.2015 ausgespielt werden.

Natürlich sucht die TT-Abteilung neue Mitglieder, egal ob jung oder alt, ob Mä-



Foto B.Schaller

dels oder Jungs, ob Damen oder Herren. Schön wäre es, wenn sich vermehrt Schülerinnen, Mädchen und Damen für der TT-Sport interessieren würden. Tischtennis soll kein reiner Männersport werden.

Kommt einfach in die Halle und trainiert mit.

Bernd Schaller

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| 1.1 Carsten Steinröder | 3.1 Andreas Zilles |
| 1.2 Michael Bensberg | 3.2 Stefan Offhaus |
| 1.3 Dirk Aderhold | 3.3 Dirk Crevaux |
| 1.4 Horst Krüll | 3.4 Andy Dietz |
| 1.5 Bernd Schaller | 3.5 Christoph Strobel |
| 1.6 Mike Michaelis | 3.6 Joachim Waschkowski |
| | 3.7 Ullrich Fredrich |
| 2.1 Marco Horn | 3.8 Michelle Crevaux |
| 2.2 Michael Uhlich | 3.9 Joachim Kepert |
| 2.3 Carsten Hinnenthal | |
| 2.4 Ralf Wiesemann | |
| 2.5 Sascha Hartstack | |
| 2.6 Markus Ehrhard | |



Foto B.Schaller

Die Volleyballabteilung

bestand auch im Jahr 2014 aus den Gruppen „Hobbyspieler“ und einer im Spielbetrieb gemeldeten weiblichen A-Jugend, gestartet in der Bezirksliga. Die Mädchen, die in diesem Jahr zum überwiegenden Teil ihr Abitur machen werden, werden dann auch nach dieser Saison die Jugendklassen verlassen; damit wird sich die Mannschaft als Jugend-



mannschaft leider auflösen. Wir haben noch Trainingsverstärkung bekommen von May, Amelie und Romy, jedoch wird es für eine Mannschaftsmeldung nicht reichen. Wer noch Lust und Interesse hat, hobbymäßig Volleyball zu spielen, kann montags gerne um 18.30 Uhr in der Halle Am Mergelsberg vorbeikommen und mitspielen. Gerne würden wir in dieser Zeit evt. eine gemischte Jugendmannschaft



aufbauen. Wer also interessiert ist und zwischen 15 und 20 Jahre alt, ist herzlich willkommen. Auch zu unserem Hobbytraining in Gerresheim dienstags Abend von 20-22 Uhr (Marie Curie Gymnasium) sind interessierte Spieler/innen jeden Alters herzlich willkommen. Die Saison der weiblichen Jugend ist nun zur Hälfte um, von 8 Spieltagen sind bereits 4 absolviert. Die Mannschaft hat 3



Spiele gewonnen und 5 Spiele verloren. Damit belegen wir derzeit den 6. Platz, 3 Mannschaften müssen noch Spiele nachholen. Evt. gelingt der Mannschaft zum Abschluss noch ein Platzgewinn und wir erreichen den 5. oder auch den 4. Tabellenplatz. Damit wäre unser Ziel für diese „Abschlussaison“ erreicht, denn durch unsere inzwischen dünne Personaldecke und auch nur mit einem Trainingstag die

Woche können wir mit dem Niveau der oberen Mannschaften nicht konkurrieren.

**Tabelle der weibl. Jugend
U20- Bezirksliga 6**

Platz	Team	Punkte
1	Mettmann-Sport	14:2
2	Baumberger TSC	12:0
3	Hildener AT	10:2
4	SFD Düsseldorf-Süd	8:6
5	TuS 08 Lintorf	8:8
6	SSV Düsseldorf-Knittkuhl	6:10
7	ASC Ratingen West	2:6
8	SG Langenfeld	2:12
9	TB Hassei	0:16

Stand: 07.12.2014



**Tabelle der weibl. Jugend
U20- Bezirksliga 6**

Platz	Team	Punkte
1	Mettmann-Sport	14:2
2	Baumberger TSC	12:0
3	Hildener AT	10:2
4	SFD Düsseldorf-Süd	8:6
5	TuS 08 Lintorf	8:8
6	SSV Düsseldorf-Knittkuhl	6:10
7	ASC Ratingen West	2:6
8	SG Langenfeld	2:12
9	TB Hassei	0:16

Stand: 07.12.2014

Susanne Babka



An drei großen Ereignissen

im vergangenen Jahr nahmen die orientalischen Tanzgruppen des SSV Knittkuhl aktiv teil:

Bei der Karnevalssitzung der Kulturfreunde Knittkuhl am 15. Februar 2014 unter dem Motto „Samba in Knittkuhl“ stellten erst die Tänzerinnen von „Fata Morgana“ ihr Können zu sinnlicher Salsa-Musik unter Beweis. Die zweite Gruppe „Die Dorfleute“ stürmte dann – kostümiert als rüstige Seniorinnen mit grauen Haaren und Stützstrümpfen – die Bühne und legte dort eine heiße „Samba di Janeiro“ aufs Parkett! Die gemeinsam getanzte Zugabe beider Gruppen mit dem „Mamboleo“ begeisterte abschließend alle Zuschauer in der Cones-Scheune restlos.

Am 17. Mai 2014 feierte der neue Düsseldorf Stadtteil Knittkuhl sein erstes Stadtteilstadtteilfest auf dem Gelände der GGS Knittkuhl. Natürlich waren auch hier die orientalischen Tanzgruppen des SSV dabei. Zuerst zeigten „Les Amazones des Assassines“ unter der Leitung von Nilah / Gaby Kretschmann einen Tanz im martialischen Tribal-Stil zur Live-Musik der ebenfalls am Stadtteilstadtteilfest teilnehmenden Mittelalter-Gruppe „HeidenPack“. Danach folgten Tänze im orientalischen Stil mit Trainerin Salomé / Brigitte Neumann als Solistin und der Gruppe „SAHARA“ unter der Leitung ihrer Trainerin Claudia Kalupke. Später am Nachmittag forderte Claudia Kalupke dann zusammen mit ihrer Tanzkollegin Gabi Listmann beim Bollywood-Tanz das Publikum zum Mitmachen auf. Tatsächlich wagten sich einige mutige Zuschauerinnen im Alter von 6 Jahren bis Ü-60 zusammen mit den beiden Tänzerinnen des „Ensemble Mandira“ auf die Fläche vor der Bühne und zeigten einen mitreißenden Tanz im Bollywood-Stil – mit großem Applaus für den Mut der freiwilligen Mittänzerinnen!

Zum Abschluss fand dann am 20. September 2014 endlich die lang angekündigte Jubiläums-Tanzshow der orientalischen Tanzgruppen des SSV statt: „15 Jahre orientalischer Tanz im SSV Knittkuhl!“.

In der Aula des Gymnasium Gerresheim verzauberten die Tänzerinnen des SSV Knittkuhl die Zuschauer mit einem bezaubernden Programm und entführten ihr Publikum auf eine ebenso spannende wie unterhaltsame Reise durch 1000 und 1 Nacht. Die leider viel zu wenigen, aber restlos begeisterten Zuschauer erlebten an diesem Abend getanzte Bilder zu klassischer und moderner orientalischer Musik, fröhlichen Bollywood-Klängen, archaische Tänze im Tribal-Stil sowie Tänze mit Säbel oder Schleier in einem bunten Mix aus alten und neuen Choreografien. Unterstützt wurden die Tänzerinnen des SSV wie immer tatkräftig von ihren Gästen aus orientalischen Tanzschulen aus Düsseldorf und der umliegenden Region.

Und für 2015 stehen auch schon wieder Auftritte an:

Trainerin Claudia Kalupke wird mit zwei Gruppen wieder an Deutschlands größtem Amateur-Tanzfestival/-wettbewerb in der Rheinhausen-Halle in Duisburg-Rheinhausen teilnehmen – den Duisburger TANZtagen 2015!

Falls Sie zuschauen möchten – das „Ensemble Mandira“ tritt am Sonntag, dem 01.03.2015 mit einem Bollywood-Tanz im Showblock ab 13 Uhr auf, die orientalische Tanzgruppe „SAHARA“ tritt am Sonntag, dem 08. März 2015 im Showblock ab 16:30 Uhr auf. Wir würden uns sehr über Zuschauer freuen, die uns dorthin begleiten und für uns abstimmen könnten!

*Gaby Kretschmann, Brigitte Neumann
und Claudia Kalupke*

Das Jahr 2014 stand

in der Karateabteilung im Zeichen hochrangiger Dan-Prüfungen. Martin Nienhaus hat seine Prüfung zum 5. Dan und Guido Greschuchna zum 3. Dan bestanden. Des Weiteren gab es auch noch in beiden Gruppen diverse Kyu Prüfungen, die ebenfalls alle mit Bravour bestanden worden sind.

Im kommenden Jahr möchten wir im Rahmen eines Lehrganges Dan-Prüfun-

gen stattfinden lassen. Bei diesem Lehrgang sollen dann mehrere Mitglieder die Prüfung zum 1. Dan antreten und zwei weitere zum 3. Dan.

Die Anfängergruppe sucht in diesem Jahr auch wieder Verstärkung. Jede/er ab dem 10. Lebensjahr kann mitmachen. Es ist auch ein Angebot für Erwachsene geplant, hierzu folgen Informationen im Verlauf des Jahres.

Jan Roettig



Seit 1975 in Knittkuhl

Versicherungsbüro
Weisske & Co.

www.weisske.org

**In der Flieth 15
40629 Düsseldorf
Telefon: (0211) 28 30 02**

Callcenter und Warteschleifen finden Sie woanders ...
Wir sind wirklich da und nah
Alle Versicherungen - Bausparen

ANZEIGE

Einzeltraining in der Gruppe

Keine Lust nach einem fest vorgegebenen Aufbau zu trainieren?

Sie möchten viel lieber

- ganz individuell trainieren
- Übungen selbst aussuchen
- die Intensität selbst bestimmen
- den gesamten Körper kräftigen oder nach Krankheit die allgemeine Kraft wieder herstellen



- nur bestimmte Muskelgruppen kräftigen, wie z.B. Bauch oder Rücken
 - für eine bestimmte Sportart unterstützende Übungen kennen lernen.
- Der Kurs gezieltes Muskeltraining erfüllt genau diese sehr individuellen Kriterien. An unterschiedlichen Stationen werden Übungen mit Gewichten und/ oder Kleingeräten wie z.B. Deuser- und Therabändern, Pezzi-Bällen, SwingSticks, Balance-Pads usw. angeboten. Mit einem Sling-Trainer können Sie Kraft und Core-

Stabilität trainieren. Die Übungsauswahl, Reihenfolge und Intensität kann individuell bestimmt werden. So funktioniert Einzeltraining in der Gruppe. Natürlich alles unter bewährter, fachmännischer Beratung und Anleitung. Montags von 19.00-20.00 Uhr im Gesundheitszentrum.

Stretching

Immer wieder in der Kritik, immer wieder neu diskutiert und immer wieder neu gestaltet. Stretching ermöglicht ein harmonisches Zusammenspiel der Muskeln, mehr Beweglichkeit und führt zu einem besseren Körpergefühl. Kombiniert mit einer bewussten Atmung lösen sich Spannungen die zu einer inneren Gelassenheit führen. In meinem Kurs kombiniere ich Dehnung mit Entspannung durch Körperbewusstsein. Das heißt, sich zu spüren und wahrzunehmen, nur auf sich



konzentriert zu sein und äußere Einflüsse weitestgehend auszuschalten. Die Übungen werden nicht aneinandergereiht, sondern bilden vielmehr einen Bewegungsfluss, der auch Konzentration erfordert. Ein idealer Start in einen entspannten Feierabend! Dienstags von 19.00-19.45 h im Gesundheitszentrum „Am Schulterbusch“ 3.

Connie Missler 0211 298694

Wo laufen sie denn hin?

Jeden Mittwoch zu jeder Jahreszeit treffen sich kurz vor 10.00 Uhr Sportfreundinnen- und freunde der Walking-Gruppe am Sportheim, um in etwas mehr als einer Stunde am Segelflugplatz vorbei den Aaper Wald zu durchstreifen. In ei-

insbesondere Rücken und Gelenke schonend und trainiert den Kreislauf. Aber auch schweißtreibend ist die Bewegung in der freien Natur. Wer jetzt Lust bekommen hat, sich mit Anderen in der freien Natur sich zu bewegen, ist herzlich eingeladen, einmal mitzulaufen.



ner Minute soll man so ungefähr 120 Schritte tun. Das ergibt die Schnelligkeit. Man kann mit oder ohne Stöcke laufen: je nach Geschmack. Mit Stöcken spricht man vom Nordic-Walking (ähnlich dem Ski-Longlauf); ohne Stöcke heißt es Walking (vom englischen Gehen). Egal, für welche Variante man sich entscheidet: diese Sportart gilt als sehr gesund. Sie ist

Walter Friedhoff

IHRE REISEBERATER IN ANZEIGE GERRESHEIM

KLUGES REISEN
Reisen so individuell wie Sie

Reisebüro am Kölner Tor

40625 Düsseldorf
Gräulinger Str. 2
Telefon: 0211-2295080
www.kluges-reisen.de
www.gute-ferien.de

Reiseprofis beraten Sie

Eigener Reisekatalog

namhafte Reiseveranstalter

maßgeschneiderte Reisen für Sie

Theateratelier Takelgarn
Philipp Reis, Str. 10
40215 Düsseldorf

Tel.: 0211 - 31 29 93
e-mail: info@takelgarn.de

Trainieren Sie Ihre Lachmuskeln!!!

Wer Spaß hat an Comedy oder Kabarett, an Figurentheater oder Zaubereien, der ist richtig bei uns. Düsseldorf's zweitälteste Kleinkunst-Bühne bietet für jeden etwas. Immer wieder neue Programme von Newcomern oder bekannten Künstlern. Programmhefte liegen für Sie im SSV- Sportheim aus. Oder besuchen Sie uns im Internet unter: www.takelgarn.de

über 30 Jahre Takelgarn

ANZEIGE



Die Liebe bleibt...

Jeder Mensch trauert anders, jeder Abschied ist anders. Wir begleiten und unterstützen Sie dabei, Ihren ganz persönlichen Weg des Abschiednehmens zu finden. Gerne sind wir für Sie da!

Bestattungen Dischleid · Tel. 0211-9296366
Quadenhofstr. 110 · 40625 Düsseldorf und
Grafenberger Allee 411 · 40230 Düsseldorf
www.dischleid.de

*Wir bedauern sehr, zwei Vereinsmitglieder
für immer verloren zu haben.*

Herta Lier

*Mit ihr verlässt ein „Urgestein“ den SSV für immer.
In der langjährigen Mitgliedschaft in unserem Verein war sie immer
freudig am Vereinsgeschehen beteiligt und auch außerhalb der
Seniorengruppe vielseitig an allen Aktivitäten interessiert.*

Otto Dunkler

- Wir verlieren in ihm einen humorvollen Menschen*
- locker in der Wassergymnastik
 - fröhlich in der Wandergruppe und beim Gedächtnistraining
 - aber auch ernst im Hinterfragen bei Vorträgen im Seniorentreff.

Wir werden sie nicht vergessen.

Der Vorstand

Christian Klöhn, 1. Vors.
☎ 0211 / 54 35 72 99
✉ ckloehn@ssv-knittkuhl.de

Oliver Brinks, 2. Vorsitzender
☎ 0211 / 21 09 72 61

Jürgen Kalupke, 1. Kassierer
☎ 0211 / 28 61 97

Lars Blaesing, 2. Kassierer
☎ 0211 / 29 31 37

Dr. Wolfgang Groß

Schriftleiter
☎ 0211 / 28 62 10

Susanne Babka
Vereinsportlehrerin
Stützpunktleitung RSG

Sportheim

40629 D-dorf Am Püttkamp 9
☎ / Fax 02 11 / 28 29 23
✉ buero@ssv-knittkuhl.de
Sprechzeiten

Mo. 10:30 -12:30 S.Knühmann
Mi. 10:30 -12:30 S.Babka
Fr. 10:30 -12:30 S.Babka

Joachim Döring,
Seniorenbeauftragter
☎ 02 11 / 28 52 94

Monika Klöhn
Heimausschuss
☎ 0211 / 94 21 46 26

Hanni Steinmüller,
Vermietung Sportheim
☎ 02 11 / 28 52 21

Karl-Heinz Altenrichter,
Schlichtungsausschuss
☎ 0211 / 28 21 59

Claudia Krause,
Jugendbeauftragte
☎ 02102 / 67 89 5

Abteilungen

TURNEN/GYMNASTIK

Martina Heinemann
Oberturnwartin
☎ 0211 / 4 22 85 86

Claudia Krause
Stellv. OTW
☎ 0 21 02 / 6 78 95

Inge Hein
Gymnastikwartin
☎ 0211 / 42 88 87

KARATE

Jan Roettig
Abt.-Leiter
☎ 0211 / 94 21 05 63

Urte Salzer
☎ 0211 / 5 14 37 37

TANZSPORT

Gabriele Kretschmann,
Abt.-Leiterin
☎ 0211 / 2 89 00 63

Sabine Johannknecht
Stellv. Abt.-Leiterin
☎ 0211 / 28 15 44

TISCHTENNIS

Bernd Schaller, Abt.-Leiter
☎ 0211 / 9 29 36 37
Handy 01 63 / 5 44 68 85
✉ ommer-schaller@t-online.de

Michael Bensberg,
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0211 / 1 66 46 63
✉ bensbergm@gmx.de

VOLLEYBALL

Susanne Babka
siehe Vereinssportlehrerin

Dr. Wolfgang Groß
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0211 / 28 62 10

BASKETBALL

Achim Schmidt, Abt.-Leiter
☎ 01 73 / 5 14 01 11

Jens Gabriel, Stellv.Abt.-Leiter
☎ 02102 / 5519568

SPORTSCHÜTZEN

Horst Elschner, Abt.-Leiter
☎ 0211 / 29 70 03

Dirk Einfeld, stellv. Abt.-Leiter
☎ 02 11 / 29 97 85

Fachgruppen – Sparten

FITNESS / SPORTGRUPPE

Heinz Wallraf
Spartenleiter
☎ 0211 / 28 26 66

BADMINTON

Christian Klöhn s.o.
Spartenleiter

RHYTHM.
SPORTGYMNASTIK

Stützpunktleitung
Susanne Babka s. o.

Abteilungsleitung
Leonid Lage

SENIOREN, WANDERN

Ute Mann,
☎ 0211 / 29 35 64

REHA / GESUNDHEITS-
SPORT

Susanne Babka s.o.

Sandra Knühmann

Cornelia Missler
☎ 0211 / 29 86 94
✉ comissler@t-online.de

FREIZEIT- U. SPORT F. JEDERMANN / FITNESS- U. KRAFTTRAINING / SPORT FÜR ÄLTERE

Montag

Trimm-Trab, Treffpunkt Parkplatz GGS Knittkuhl	18:45 - 19:20		Inge Hein
Turn-Spiel-Gruppe für jedermann	20:30 - 22:00	T	Petra Zahn
Muskelaufbautraining	19:00 - 20:00	Z	Cornelia Missler
Power-Fitness	20:00 - 21:00	Z	M. Johannknecht

Dienstag

Wandern, jeden 1. Dienstag im Monat (siehe Aushang)	13:30	S	N.N.
---	-------	---	------

Mittwoch

Spielgruppe Volleyball	20:30 - 22:00	T	H. Wallraf / Chr. Klöhn
Walking-Treff (am Sportheim)	10:00		P. Happe / W. Friedhoff

Donnerstag

2.Donnerstag im Monat Spiele-Nachmittag für Erw.	15:00 - 18:00	S	Erika Fritz
3.Donnerstag im Monat Gedächtnistraining	15:30 - 18:00	S	Ute Mann
Seniorentreff,jeden letzten Donnerstag im Monat	15:00 - 18:00	S	Ute Mann

TISCHTENNIS

Dienstag Herren / Hobbyspieler / Jugend	18:00 - 22:00	T	Bernd Schaller
--	---------------	---	----------------

Donnerstag

Herren / Hobbyspieler / Jugend	18:00 - 22:00	T	Bernd Schaller
--------------------------------	---------------	---	----------------

BADMINTON

Donnerstag Freizeit und Hobby für jedermann (ab 16 Jahre)	18:00 - 20:00	3	Joachim Büchner
--	---------------	---	-----------------

Freitag

Kinder (10-12 Jahre)	19:00 - 20:00	T	Arnhold
Jugendliche (13-15 Jahre)	20:00 - 21:00	T	Arnhold

SPORTSCHÜTZEN

Sonntag nach Absprache	KK.- Damen / Herren	10:00 - 13:00	6	U. Müller / D. Peters
Sonntag nach Abspr.	Luftgewehrschießen 1	10:00 - 13:00	7	Horst Elschner
jeden 2.Mittwoch im Monat	Luftgewehrschießen 2	18:00 - 22:00	7	Jörg Handor

SPIELGRUPPEN

Mittwoch Kleinkinder (ab ca. 8 Monate)	09:30 - 10:00	Z	Sandra Knühmann
---	---------------	---	-----------------

SONNTAGSWALKING

☎ 0211/ 29 44 94	09:00	F	Ursel Müller
------------------	-------	---	--------------

GYMNASTIK / TANZ

Montag Gymnastik für Frauen	19:30 - 20:30	T	Inge Hein
Dienstag Frühgymnastik Tanzmäuse, 4-5 Jahre Kindertanz Dancingstars, 6-7 Jahre Kindertanz Fun-Dancer, 8-10 Jahre Stretching für mehr Beweglichkeit Pilates	10:00 - 11:00 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00 18:00 - 19:00 19:00 - 19:45 19:45 - 20:45	Z G G G Z Z	Cornelia Missler Sabine Johannknecht Sabine Johannknecht Sabine Johannknecht Cornelia Missler Cornelia Missler
Mittwoch Pilates Funktionsgymnastik – gezieltes Muskeltraining	18:00 - 19:00 19:00 - 20:00	Z Z	Cornelia Missler Cornelia Missler
Donnerstag Aerobic Orientalischer Tanz (Kurs)	20:00 - 21:30 20:00 - 21:30	Z G	Sabine Johannknecht C.Kalupke / B. Neumann
Freitag Kindertanz (Orientalisch) 8-13 Jahre Orient. Tanz Erwachsene jeden 1. + 3. Freitag im Monat für Anfänger jeden 1. + 3. Freitag im Monat für Fortgeschrittene jeden 2. + 4. Freitag im Monat für Anfänger (Kurs)	17:00 - 18:00 19:30 - 20:30 20:30 - 22:00 20:30 - 22:00	G S G G	Gabriele Kretschmann Gabriele Kretschmann Gabriele Kretschmann Gabriele Kretschmann
Bollywood-Dance, 2.+4. Freitag i. M.	19:30 - 20:30	G	Claudia Kalupke

TURNEN / TRAMPOLIN / RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

Montag Kinderturnen, 3-6 Jahre Turnen, Spielen, Trampolin ab 6 Jahre Trampolin ab 8 Jahre, Ballspiele	16:00 - 17:00 14:30 - 16:00 16:00 - 17:30	G T T	Andrea Blaha Sabine Johannknecht S. Babka / Swantje Hansen
Dienstag Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahre	09:00 - 10:00	G	Silke Arnhold
Mittwoch Turnen – Allgemein Turnen Fördergruppe	15:30 - 17:30 15:30 - 18:00	T T	C. Krause / C.Haßlberger Claudia Krause
Donnerstag Kinderturnen 3-6 Jahre Eltern-Kind-Turnen Talentsichtung Rhythm. Sportgymn. ab ca. 6 Jahren	16:00 - 17:00 16:00 - 17:30 17:00 - 18:30	T G 8	Nicole Schleder Andrea Blaha Anastasia Resnikov
Freitag Turnen Leistungsgruppe Tanz,Ballett,RSG ab ca. 5 Jahre Rhythm.Sportgymnastik / Nachwuchs / TF Gruppen	16:30 - 19:00 16:30 - 17:30 16:00 - 18:00	T 8 8	Martina Heinemann Anastasia Resnikov Jana Babka
Samstag Talentfördergruppe Rhythmische Sportgymnastik Anfänger/Allg. Gruppe Rhythmische Sportgymnastik (Rhythmische Sportgymnastik – Sonderplan)	10:00 - 12:00 12:00 - 14:00	8 8	Jana Babka Jana Babka

KARATE, DO SHOTOKAN

Montag Anfänger/Quer- und Späteinsteiger ab 12 Jahre, 9. bis 7. Kyu Training ab 6. Kyu - Dan Training ab 3. Kyu - Dan	18:00 - 19:00 19:00 - 21:00 21:00 - 21:45	G G G	Urte Salzer Martin Nienhaus Martin Nienhaus
Mittwoch Anfänger/Quer- und Späteinsteiger ab 10 Jahre, 9. bis 7. Kyu Training ab 6. Kyu - Dan	18:00 - 19:00 19:00 - 20:30	G G	Jan Roettig Martin Nienhaus
Donnerstag Karate für Anfänger	20:00 - 21:30	8	Guido Greschuchna

LEICHTATHLETIK / BALLSPIELE

Donnerstag Leichtathletik für Mädchen und Jungen	17:00 - 18:00	T	Nicole Schleder
--	---------------	---	-----------------

VOLLEYBALL

Montag Mädchen ab Jg. 2002 und älter	17:30 - 19:30	T	Susanne Babka
Dienstag Hobby-Mixed/Erwachsene u. Jugendliche	20:00 - 22:00	8	Oliver Brinks

BASKETBALL

Dienstag Kinder (6-8 Jahre) MINI-BASKETBALL	17:00 - 18:00	G	Jens Gabriel
Mittwoch Jungen U18 / Herren	18:00 - 20:00	8	Jens Gabriel
Freitag Jungen U18 / Herren	19:00 - 21:00	2	Jens Gabriel

LEGENDE

- 1 = N.N.
- 2 = Turnhalle Realschule Schlüterstraße
- 3 = Sporthalle Gymnasium Am Poth
- 4 = Sportplatz/Halle Bergische Kaserne
- 5 = Hallenbad St. Josefs - Hospital, Unterrath, Am Klosterhof 1
- 6 = Anlage Angermund
- 7 = Anlage Hubbelrath
- 8 = MCG-Sporthalle, Gräulinger Str. 15
- 9 = Sana Seniorenzentrum Gallberg, Saal „Alte Löwen“ im EG
- A = Therapiebad Wrangelsstrasse 40, Eingang St.Franziskusstrasse
- B = Therapiebad Gräulinger Str. 103, Gerresheim
- F = Bushaltestelle „ In der Flieth“
- G = Gymnastikhalle / GGS Knittkuhl, Am Mergelsberg 1
- S = Sporthalle
- T = Turnhalle / GGS Knittkuhl, Am Mergelsberg 1
- Z = Sport&Gesundheits-Zentrum Knittkuhl, Am Schulterbusch 3

GESUNDHEITSSPORT / PRÄVENTION / REHABILITATIONSSPORT

Teilnahme möglich mit Verordnung 56 oder Abteilungsbeitrag

Montag			
Gymnastik im Sitzen / Reha-Sport, Orthopädie	09:15 - 10:00	Z	Susanne Babka
Reha-Gymnastik, Orthopädie	10:00 - 11:00	Z	Susanne Babka
Reha-Sport bei Inneren Erkrankungen	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	18:45 - 19:30	B	Sandra Knühmann
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	19:30 - 20:15	B	Sandra Knühmann
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	20:15 - 21:00	B	Sandra Knühmann
Dienstag			
Frühgymn. 1 für Senioren / Reha-Sport Innere Erkr.	09:00 - 10:00	Z	Cornelia Missler
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	11:00 - 12:00	Z	Silke Arnhold
Reha-Sport bei inneren Erkrankungen	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
Wasser-Gymnastik 1	19:15 - 20:00	5	Brigitte Riebe-Neuhoff
Wasser-Gymnastik 2	20:00 - 20:45	5	Brigitte Riebe-Neuhoff
Rücken Vital (Kurs!) – siehe Aushänge	19:00 - 20:30	G	Heike Groß
Pilates	19:45 - 20:45	Z	Cornelia Missler
Mittwoch			
Rehabilitationssport (Gymnastik)	11:00 - 11:45	Z	Susanne Babka
Pilates	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
Yoga (Kurs) NUR NACH ANMELDUNG Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	Z	Iris Nielsen
Yoga (Kurs) NUR NACH ANMELDUNG Einsteiger	21:00 - 22:00	Z	Iris Nielsen
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	08:15 - 09:00	A	Susanne Babka
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	09:00 - 09:45	A	Susanne Babka
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	19:00 - 19:45	B	Silke Arnhold
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	19:45 - 20:30	B	Silke Arnhold
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	20:30 - 21:15	B	Silke Arnhold
Donnerstag			
Gymnastik im Sitzen / Rehabilitationssport	10:00 - 10:45	9	Silke Arnhold
Hockergymnastik / Rehabilitationssport	09:15 - 10:00	Z	Sandra Knühmann
Orthop. Gymnastik / Rehabilitationssport	10:00 - 10:45	Z	Sandra Knühmann
Orthop. Gymnastik / Rehabilitationssport	11:00 - 11:45	Z	Sandra Knühmann
Wirbelsäulen-Gymnastik / Reha-Sport	17:00 - 18:00	Z	Susanne Babka
Wirbelsäulen-Gymnastik / Reha-Sport	18:00 - 19:00	Z	Susanne Babka
Wirbelsäulen-Gymnastik / Reha-Sport	19:00 - 20:00	Z	Sabine Johannknecht
Freitag			
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	19:30 - 20:15	5	Susanne Babka
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	20:15 - 21:00	5	Susanne Babka

Sprechzeiten im Gesundheitszentrum:
Am Schultersbusch 3 Tel.: 0211 / 20 92 71 38

Mo. 11:00 - 13:00 Uhr
Do. 12:30 - 16:30 Uhr

SPORTHEIMBELEGUNG UND TERMINE

Heimausschuss - Monika Klöhn ☎ 94 21 46 26 Sportheim Vermietung - Hanni Steinmüller ☎ 28 52 21

Montag	10:30-12:30 Uhr	Büro- und Sprechzeit S. Knühmann
	19:30-23:00 Uhr	Sitzungen der Vereinsorgane
Mittwoch	10:30-12:00 Uhr	Büro- und Sprechzeit Vereinssportlehrerin Susanne Babka
Freitag	10:30-12:00 Uhr	Büro- und Sprechzeit Vereinssportlehrerin Susanne Babka
1. Mi. im Mon.	18:00-19:00 Uhr	Kassenstunde
2. Donnerstag	15:00-18:00 Uhr	Spiele -Nachmittag für Erwachsene, Erika Fritz ☎ 288935
3. Donnerstag	15:30-17:00 Uhr	Gedächtnistraining, U. Mann ☎ 293564
Letzt. Do. im Mon.	15:00-18:00 Uhr	Seniorentreff, U. Mann
Ein Do.im Mon.	19:30-22:30 Uhr	Stammtisch für alle: JEDER IST WILLKOMMEN
(siehe unten und Aushang)		

Termine – Bitte vormerken

So. 29.März	19:30 Uhr	Osterfrühstück	Mit Anmeldung
Do. 09.April	19:30 Uhr	Stammtisch	
Do. 23. April	19:30 Uhr	Stammtisch	
Do. 14. Mai	09:45 Uhr *	Himmelfahrt-Wandern	Mit Anmeldung
Do. 28. Mai	19:30 Uhr	Stammtisch	
Do. 11. Juni	19:30 Uhr	Stammtisch	
Do. 25. Juni	18:00 Uhr	Stammtisch	

* Treffen der Wanderer. Treffen im Sportheim 13:00 Uhr

Zusätzliche Veranstaltungen werden durch Aushang bekannt gegeben.



Auch im letzten Jahr

fand das seit vielen Jahren traditionelle Nikolausturnen statt. Dieses Mal am 7.12.2014 und somit am 2. Advent.

Vor allem die verschiedenen Gruppen der Turnabteilung zeigten wieder einmal ihr Können:

Unsere Gruppe Geräteturnen unter der Leitung von Claudia Krause und Martina Heinemann zeigte von den jüngsten bis



zu den erfahrenen Turnern, beginnend mit Bodenturnen (Rolle Vorwärts bis zu Tanz mit Überschlagen und Akrobatik) was sie im letzten Jahr trainiert haben. Anschließend ging es in Sprungelemente über.

Begleitet wurde die Vorführung von der Trampolingroup unter der Leitung von Susanne Babka und Eva Emmerich.

Als 3. turnerische Disziplin zeigten die



Gymnastinnen der Rhythmischen Sportgymnastik mit verschiedenen Gruppen ihr Können.

Die allgemeine Gruppe mit Tänzen unter Einbeziehung von Handgeräten, die Wettkampfgruppe, die Nachwuchsgruppe ab 4 Jahren bis hin zur Leistungsgruppe zeigten verschiedene Übungen und neu erlernte Choreographien.

Alle diese Übungen und Choreographien wurden mit dem Trainerteam Jacqueline



Schwarzschulz, Jana Babka, Anastassia Resnikov und speziell in der Leistungsgruppe Bogdana Semeshenko und Helena Astafeva einstudiert.

Für die Tanzdarbietungen war in diesem Jahr Sabine Johannknecht mit ihren Gruppen zuständig, Dabei durfte natürlich der mittlerweile legendäre Schneemannanzug der kleinsten Tänzerinnen und Tänzer nicht fehlen.



Alle drei Gruppe von Sabine zeigten wunderbare Tänze und begeisterten das Publikum in der voll besetzten Halle. Ein weiteres Highlight setzten dann ihre Gruppen Cardio-Kraft-Zirkel und Aerobic: gemeinsam tanzten sie zu Night Fever. Da wurde nicht mal der Vorsitzende geschont – der tanzte mit. In den Orient entführte schließlich Gaby Kretschmann mit ihrer Gruppe und dem Leuchtertanz.



Wie in den letzten Jahren wurde im Rahmen des Weihnachtsturnen die Sportabzeichen durch Oliver Brinks und Walter Friedhoff verliehen. Und dann durfte natürlich einer nicht fehlen: der Nikolaus. Dieser brachte für alle Kinder ein kleines Geschenk vom Verein. Der Dank gilt allen Helfern und Spendern (z.B. Kuchen). Ohne euch wäre eine solche Veranstaltung und damit ein gelungener Jahresabschluss nicht möglich.



ANZEIGE



DAS HAUS FÜR JUNGE UND JUNGGEBLIEBENE
HIER FEIERT MAN MIT FREUNDEN

Wir heißen Sie willkommen in der grünen Umgebung Düsseldorfs. Wenn Sie mal bei einem schönen Spaziergang durch die Wälder und Wiesen die Seele baumeln lassen wollen, kommen Sie uns doch besuchen!

Wir verwöhnen Sie mit Gut Bürgerlichen Gerichten, Saisonalen Spezialitäten und Wildgerichten.

Küche durchgehend ab 11:30 Uhr geöffnet. Montag Ruhetag.

Reservierung erwünscht.

Erkrather Landstr. 82
40629 Düsseldorf

Tel.: 0211/243320
www.kaisershaus.de



ANZEIGE



MRK

AUTOTEILE - AUTOLACKE

Vom **A**nlasser bis zur **Z**ündkerze und vieles mehr...

FARBTONERMITTLUNG sowie **MISCHUNG** Ihrer Wunschfarbe,
Autolack in Spraydosen oder in Dosen für Pistolenverarbeitung.

Ihr Spezialist in Düsseldorf

Tel: 0211 -938 958 50

www.mrk-autoteile.de

Ellerstr. 119

40227 Düsseldorf

Keine Zeit um auf der faulen Haut zu liegen.

Das Jahr 2014 hatte für den Heimausschuss wieder einen ausgefüllten Terminkalender mit Höhen und Tiefen.
An dieser Stelle zuerst einmal unseren Dank an die freiwilligen Helfer, die die einzelnen Stammtische ausgerichtet haben und dadurch die Fortsetzung unserer Tradition gewährleisten.
Helfer wurden viele gebraucht, denn neben den 13 Stammtischen brauchte der Heimaus-



der Heimausschuss war mit von der Partie. Besonders beliebt bei unseren Gästen und anspruchsvoll bei der Vorbereitung und Durchführung waren wie immer das Osterfrühstück im März, das Grillfest im August, das fast ins Wasser gefallen wäre, das Oktoberfest und der „Letzte Stammtisch“. Zu diesen schon traditionellen Stammtischen kamen im letzten September noch das „Weinfest“ und im November das „Gänse-Essen“, welche ebenfalls ausgebucht waren. Nach all den Höhepunkten nun aber auch ein Tiefpunkt. Wir hatten gehofft, durch die Einführung eines Familien-Sonntags eine zusätzliche Bereicherung des Angebots zu bieten. Leider hat diese Idee keinen Anklang gefunden. Wir lassen den Kopf aber nicht hängen und freuen uns auf das Jahr 2015, in dem uns mit der Hilfe unserer getreuen Freiwilligen bestimmt wieder die eine oder andere Veranstaltung gelingt.

Der Heimausschuss

schuss bei den eigenen Veranstaltungen wieder reichlich helfende Hände, die zum Gelingen beitragen mussten.
Wo kam nun der Heimausschuss selbst zum Einsatz? Da waren die drei großen Veranstaltungen der RSG-Abteilung und die orientalische Tanzveranstaltung, bei denen wir mit großem Gepäck umziehen mussten. Aber auch die „kleinen Termine“ waren nicht ohne. Ob nun der Neujahrsempfang oder das Nikolausturnen, die Weiberfastnacht oder das Stadteifest,





WIR FEIERN KARNEVAL



Hurra! Et is passiert,

isch hann de Wohnung tappeziert.
Watt hannisch jeflucht un jeschwitz wie
ne Bär,
isch kann üsch verraten,
tappeziere is schwer!!

Vorrije Woch sät minne Kuddel startbereit,
die ool Tapet, die binn isch leid.
Mer renowierte, morjen jeht et los,



un die Idee fand isch famos.

Beim allerersten Hahnenschrei
finge mer an mit de Matscherei.
Zunächst, so sachte man uns beiden,
muss mer de Tapet op Bahnen schneiden.

Jetzt stondemer do - zu rechne bereit
mit 10 Rollen, je 60 cm breit,
dat meckt op 10 Meter? -jenau... unjefähr..
Mensch, isch hannet jeahnt,
tappeziere is schwer!

Hör up, sät minne Kuddel,
du Rechenfeiter,
sons kummemer überhopt nitt weiter.
Hä drückt misch datt Eimerschen Leim
inne Hand
un sät:"datt verteilse jetzt akkurat op de
Wand.
Dann nimmse de Rolle hier un ziehs -
schön knapp -
watt unge zuvill is, datt schniede mer ab.

Gesacht, getan, mer finge an.
Grad wormer bei de 7. Bahn,
do wurd de erste schon widder munter
un rutschte ganz langsam de Wand
erunter.
De zweite un dritte rutschte bald
hingerher.
Watt hann isch jesaat?
Tappeziere is schwer!

Minne Kuddel springt op un wollt die
noch fange,
schon hätte im Eimer mit Kleister
jehange.
Isch rief noch:" Pass up!" doch et wor
schon zu spät,
hä loch in de Brüh - owwedrup de Tapät.
Hä hätt jezappelt, schrie:"Hilf mir, komm
her!"
Isch hannet jeahnt,
tappeziere is schwer!

Obwohl schuldlos, trifft misch sinn
Mahnung,
ich sei en Rindvieh un hätt kinn Ahnung.
Kuddel kickt die Tapet an un sät ganz
verharelt,
jetz hann isch jenuch, jetz wüdd jenarelt.
Misch wor datt gleich,
des Menschen Wille is sinn
Himmelreich.

Also hann isch jenarelt, jekloppt wie ne
Schuster,
Narel an Narel, Muster an Muster.
No dreienhalb Stund do wor isch et satt.
Dä Hammer wor glühend, dä Duume
wor platt!!
Drei Killo Näjel hann isch verschlissen,
un de Wand so us wie von Fliegen
beschissen.
De Bahnen hingen kreuz un quer
isch kann üsch saren,
tappeziere is schwer!

Nu hätt minne Kuddel ne praktische Sinn

un hängt an jede Narel e Bildschen hin.
Links alde Kalender, datt sieht en
Blinder,
rechts de Omma, de Oppa, de Tant un
de Kinder.
Unser 'Wohnung wirkt jetzt enorm
familiär,
doch de neue Tapet, die sieht mer nitt
mehr.
Wennet andern nitt jefallen will,
datt is unser persönlicher Stil.
Un de Wand is jetzt nitt mehr leer,
isch wusst et ja,
tappeziere is schwer.

Dann hammer noch de Fenster lackiert,
un dabei is uns e Mallör passiert
Fenster streichen is kinn Problem,
nur de Rahmen von drusse
is unanjenehm!
Isch sachte, isch will nitt,
isch hann kinn Kurasch,
datt schmale Brettschen
un de eschte Etasch!

Mach kinne Ärjer, sät Kuddel,
grimmisch wie nie,
isch kann disch helfen
un weiß och schonn wie!
Mer nehmen de Tür vom Kleiderschrank
un legen se quer op de Fensterbank.
Streisch du nur drusse
un fürschte disch nischt,
isch halt ja drinnen datt Jejenjewischt!

In een Hand hatt isch nu dä Pinsel
un vom Lack dä Rest
mit de angere hielt isch misch krampf-
haft fest.
Isch drehte misch e bissjen,
da wurde mir flau,
unger misch dä Abgrund - drinnen
minne Kuddel ohne sinn Frau.
Er keift laut ussem Zimmer erraus,
bisse bald fertig? Wie siedet denn aus?

Da s c h e l l t et...

Minne Kuddel springt up, wollt kicke wer
do ist..
Mit mir jing et abwärts,
mit Lack un Jerüst.
Isch lande genau mit de Rückseit vom
Bauch
neben de Haustür im Rosenstrauch.

Mir wurdet vor de Auren himmelblau,
da kütt de Kuddel un frütt ganz schlau,



mit dem dümmsten Jesischt der Welt,
wat mäcks du denn hier unge? Häs du
grad jeschellt?

Isch sprüte Jift un Jalle vor Zorn.
In minne Hintern steckten de Dorn.
Minn Glieder musst isch
zusammensuchen
un wie ne Profi kann isch jetzt fluchen.

Bin isch denn doll?
Vom Tappeziere hann isch
de Nase voll!
In der Zick fiere isch lieber Karneval
mit üsch Jecken hier im Saal
un grüße üsch op Mann op Frau

Mit einem donnernden

HELAU !!!!!!!

Eure Hilla

Rückblick auf das Jahr 2014

Am 24. Januar fand die 27. ordentliche Abteilungsversammlung statt und vier Monate später, am 9. April trugen wir die Luftgewehr-Vereinsmeisterschaften in Hubbelrath aus, denen die Vereinsmeisterschaften im Kleinkaliberschießen am 27. April in Angermund folgten. Der Familientag der Sportschützen am 26. Juli fand bei herrlichem Sommerwetter statt. Es ging mit einem Oldtimerbus nach Brüggen, ein absolutes Highlight. Der anschließende Ausklang mit Bingo und guter Verköstigung im SSV-Sportheim heizte die Stimmung nochmals an. Das Schützenjahr endete schließlich am 5. Dezember mit dem traditionellen Weihnachtsessen im Bürgerhaus in Hubbelrath. Für die LG 2-Mannschaft wurde jeweils ein Schütze bzw. eine Schützin als verantwortliche Aufsicht ausgebildet.

Ausblick auf das Jahr 2015

Unsere 28. ordentliche Abteilungsversammlung fand am Freitag, 23.1.2015, auch wie immer, im SSV-Sportheim statt. Unsere Trainingsmöglichkeiten sind weiterhin in Angermund und Hubbelrath gegeben. Ab dem 11. Februar übernimmt Jörg Handor das Training der LG2-Mannschaft in Hubbelrath. Im Mai soll ein Tagesausflug stattfinden.

Horst Elschner



UNSER ZENTRUM PLUS - GEMEINSAM AKTIV FÜR DAS ALTER

Die "zentren plus" werden gefördert durch die Landeshauptstadt Düsseldorf



Im „zentrum plus“ der AWO Ludenberg treffen Sie Menschen mit ähnlichen Interessen aus Ihrer Nachbarschaft, um gemeinsam aktiv zu werden. Menschen in der 2. und 3. Lebensphase stehen bei uns im Mittelpunkt. Unsere Angebote reichen von der Hilfe im Alltag, Gesundheitsförderung, Freizeit- und Begegnung bis zu Weiterbildungs- und Kreativangeboten, Kunst- und Kulturveranstaltungen sowie der Pflege interkultureller Begegnung.

Kontakt:
„zentrum plus“ der AWO Ludenberg
Benderstraße 129c
40625 Düsseldorf
Sabrina Tohouegnon,
Tel. 0211/60025-579

Zweigstelle:
Am Mergelsberg 3, Knittkuhl



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Düsseldorf e.V.

Der Entschluss fiel schon im Herbst 2014.

Unser Sportheim muss unbedingt renoviert werden. Bei der Holzfassade ist eine fachliche Beratung und Unterstützung unumgänglich, aber innen boten sich viele freiwillige Helfer an, die Kosten zu minimieren. So wurde nach einigen Beratungen in gemütlichem Kreis der Umfang der Arbeiten festgelegt. Zuerst mussten die Regale mit den alten Pokalen aus der Gründerzeit des Vereins einem neuen, moderneren Look weichen. Schnell war man sich einig in der Farbgebung. Was war aber mit den alten Lichtschaltern und Steckdosen, die zum Teil schon beschädigt waren? Raus damit! Und dann die Leuchten, die immer noch auf alter, stromfressender Technik basierten. Durch die Unterstützung eines Inserenten konnten diese nun endlich neuer LED-Technik weichen. Der Beginn der Renovierung wurde auf den 3. Januar festgelegt. Die nächste Nutzung war für den Neujahrsempfang vorgesehen.

Gut dass so viel Zeit dazwischen lag. Es war nicht die viele Arbeit, die den ersten Plan: „Das schaffen wir in einer Woche“, zunichte machte, sondern die Verschiedenartigkeit der Maßnahmen, die in bestimmter Reihenfolge abgearbeitet werden mussten. Wohnungsrenovierung halt. Dann hat es aber doch rechtzeitig geklappt und fand beim Großteil der Besucher Beifall. Wir danken den vielen freiwilligen Helfern.

Der Vorstand



Traditionell

fand im Januar der Neujahrsempfang beim SSV statt. Dieses Mal lud der Vorstand wieder in das Sportheim ein, die letzten beiden Empfänge fanden im Sport- und Gesundheitszentrum statt.

Der Ortswechsel hatte aber einen besonderen Anlass. Das Sportheim präsentierte sich nach der Renovierung in neuem Glanz. Und so begrüßten Oliver Brinks und Christian Klöhn die geladenen Gäste und Ehrenamtler des Vereins.

Gemeinsam gaben sie einen Rückblick auf das vergangene Jahr. So wurde die aktuelle Situation in der RSG betrachtet, die Entwicklung des Sport- und Gesundheitszentrums sowie die sportlichen Ergebnisse des vergangenen Jahres.

Die Renovierung und Modernisierung des Sportheims nahm einen besonde-



ren Platz ein. Hier dankten beide den vielen Helfern, die den Verein unterstützt haben, ebenso der Politik und der Verwaltung für die Unterstützung bei den Maßnahmen. Dem Heimausschuss galt ein besonderer Dank für die Arbeit des vergangenen Jahres.

Oliver Brinks, Eric Haack und Peter Klöhn erhielten für die von ihnen geleistete Planung und Umsetzung der Maßnahmen einen symbolischen gol-

denen Hammer überreicht. Eine wichtige Ehrung fehlt noch – 25 Jahre Mitgliedschaft im Verein.

Es wurden die Mitglieder Gisela Henze, Ingrid Schiwiek, Christine Bartschl, und Irene Schmidt mit der silbernen Ehrennadel ausgezeichnet. Oliver Brinks betonte, dass es in der heutigen Zeit nicht mehr selbstverständlich sei, einem Verein über eine so lange Zeit die Treue zu halten, auch wenn mal kein Angebot in

Anspruch genommen wird.

Als letzten Punkt gab es dann einen kurzen Ausblick auf das Jahr 2015.

Neben den sportlichen Aspekten rückte Christian Klöhn auch das Thema Flüchtlingspolitik in den Fokus. Er betonte, dass es wichtig sei, möglichst sachlich an diese Thematik heranzugehen und dabei Mensch zu bleiben. Sport ist die internationalste Sprache, der SSV wird sich für das Thema Integration einsetzen. Es wurde aber auch betont, wie wichtig es ist, die Bürger zeitnah und möglichst umfassend zu informieren.

Nachdem der offizielle Teil zu Ende war, begeisterte der Heimausschuss die Gäste mit leckerem Essen. So wurde in gemütlicher, angeregter Runde das eine oder andere Thema weiter vertieft.

Christian Klöhn



Ein neues Gesicht im Vorstand?

Mit Jürgen Kalupke scheidet in diesem Jahr unser langjähriger 1. Kassierer aus privaten Gründen aus dem Vorstand aus. An seine Stelle kann, so die Mitgliederversammlung am 27. März ihr Einverständnis gibt, sofort seine designierte Nachfolgerin, Vanessa Funke treten, seit fünf Jahren bereits aktive Volleyballerin in der Dienstagsgruppe ist .

Vanessa, 30 Jahre und ledig, allerdings in einer „festen und glücklichen“ Beziehung, wie sie ausdrücklich anmerkt, machte vor 11 Jahren ihr Abitur und eine Ausbildung im Bereich Systemgastronomie, wechselte über den Personalbereich in die Abteilung Controlling ihres Ausbildungsbetriebes. Eine nebenberufliche Fortbildung zur geprüften Personalfachfrau sowie ein nebenberufliches Studium für Ökonomie und Management mit Schwerpunkt Betriebswirtschaft mit dem

Bachelor-Abschluss qualifizieren sie sicherlich für den neuen Aufgabenbereich im Verein. Warum sie sich den antun will? „Wirtschaftliche und betriebswirtschaftliche Zusammenhänge interessieren mich sehr, zudem schaue ich gern über den Tellerrand hinaus...Ich freue mich

auf diese Herausforderung und neue Aufgabe und auf eine gute Zusammenarbeit mit dem Vorstand...“, sagt sie. Und warum nun der SSV? Nach 20 Jahren leidenschaftlichem Volleyballspiel musste sie aus arbeitstechnischen und Verletzungsgründen diese Leidenschaft begraben. Ursprünglich zu Hause in einem Verein, in dem „nicht der Mensch als Persön-

lichkeit zählt, sondern nur seine Leistung“, so formuliert sie unverstellt, lernte sie im SSV, dass es auch anders geht. Eine Freundin nahm sie vor 5 Jahren mit zum Dienstag-Volleyball des SSV. Dort begegneten ihr auch außerhalb des Trainings andere Mitglieder offen und herzlich. So hat sie es beim WM-Public-Viewing, bei den Stammtischen und anderen Vereinsveranstaltungen erlebt und Freude daran, sich auch als Helferin einzubringen. Als absoluter Teamplayer, der

seine Freizeit gerne im Kreis netter Menschen verbringt, konnte Vanessa eigentlich keine bessere Wahl treffen als in den SSV einzutreten. Dann hoffen wir mal, dass ihr die Arbeit im Kreise der Vorstandkollegen ebenso viel Freude bereiten wird. Wir bemühen uns, versprochen.

Wolfgang Grub



Kuhler Klang
in Düsseldorf-Knittkuhl
Musikunterricht für Kinder
Tel. 0211 - 520 35 690
email: info@kuhlerklang.de

Musikalische Früherziehung

Klavierunterricht

Gitarrenunterricht

Weitere Infos:
www.kuhlerklang.de

ANZEIGE

Einladung Ordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 27. März 2015, 19.30 Uhr
SSV-Sportheim, Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf

Tagesordnung:

- 1. Eröffnung und Begrüßung
- 2. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung
- 3. Feststellung der Stimmberechtigung und Beschlussfähigkeit
- 4. Anträge zur Tagesordnung
- 5. Anerkennung der Tagesordnung
- 6. Berichte des Vorstandes und der Abteilungen / Fachsparten
- 7. Aussprache zu TOP 6
- 8. Kassenbericht und Erläuterung der Jahresabrechnung
- 9. Bericht der Kassenprüfer
- 10. Aussprache zu TOP 8 und TOP 9
- 11. Entlastung des Vorstandes

Pause

- 12. Wahl eines Wahlleiters
- 13. Vorstandswahlen gem. § 8 der Satzung
- 14. Wahl des Schlichtungsausschusses gem § 11 der Satzung
- 15. Wahl der Kassenprüfer gem. § 14 der Satzung
- 16. Anträge
- 17. Ehrungen
- 18. Verschiedenes

Der Vorstand

Christian Klöhn Oliver Brinks
1.Vorsitzender 2.Vorsitzender

ANZEIGE

Dienstags
Mittwochs

Donnerstags

- JEDE PIZZA NUR - 5,70 €
- JEDE PASTA NUR - 6,00 €

Trattoria da Franco

- Schnitzel in vielen Variationen z.B.:
„Pfeffersauce“, „Paprikasauce“
MIT POMMES UND SALAT - 6,50 €

Nomen est omen oder Manchmal ist's eben Kabarett.

Schon der Tagungsort hätte uns stutzig machen müssen/sollen. Düren Birkesdorf.

Da war doch was..... Richtig!!

Die Bläckfööß haben den Ort in ein Lied gegossen.

Da geht's immer hoch her. Und wenn schon gleich hinter dem Eingang der Festhalle das halbe Brötchen 2,-€ kostet, dann kann es sich nur um eine hochkarätige Angelegenheit handeln: die Mitgliederversammlung des RTB 2014.

Mit vier Vertretern aus unserem Verein waren wir an jenem denkwürdigen Samstagmorgen im November angereist, in Erwartung hitziger Debatten und Weg weisender Beschlüsse. Dass wir an einer Kabarettveranstaltung teilnehmen durften, damit hatte niemand gerechnet. Und das kam so.

Kaum waren die diversen Grußworte gesprochen, die Schriftführer und Stimmzähler gewählt, meldete sich ein Sportfreund vom TV Köln zu Wort und beanstandete in breiter Form 5 Punkte in Vorfeld und Tagesordnungsunterlagen der Veranstaltung.

Seine Worte schwebten noch im Raum, da beantragte ein wutschnaubender Sportfreund vom gastgebenden TV Düren, die Ausführungen des Kölner Sportfreundes aus dem Protokoll zu streichen. Unruhe im Saal.

Hinweis auf demokratische Gepflogenheiten aus der Zuhörerschaft.

5 Minuten Unterbrechung der Sitzung.

Man wirkt auf den Antragsteller ein.

Fazit: Er zieht seinen Antrag zurück.

Beifall eines Teils des Auditoriums.

Doch wir hatten zu früh geklatscht. Das Kabarett nahm Fahrt auf. Der Präsident des RTB, Herr Wirtz möchte die Entlastung des gesamten Präsidiums in einem Aufwasch durchführen.

Antrag eines Sportfreundes vom TV

Aggertal-Oberberg auf Einzelentlastung. Abstimmung.

77 Ja-Stimmen, 64 Nein-Stimmen und 14 Enthaltungen.

Der Präsident kommt zu dem Ergebnis, dass der Antrag damit bei 78 Nein- und 77 Ja-Stimmen abgelehnt sei.

Unruhe im Saal und der Hinweis, dass Enthaltungen nicht als Nein-Stimmen gewertet werden dürfen.

5 Minuten Unterbrechung der Sitzung. Das Ergebnis wird bekanntgegeben:

Der Antrag auf Einzelentlastungen wurde angenommen.

Beifall (siehe oben)... Ich will gar nicht ausführen, wie oft bei einigen Kandidaten gezählt werden musste, da die Zahl der abgegebenen Stimmen größer war als die der Anwesenden, auch nicht, dass ein Rechenschaftsbericht in den Unterlagen fehlte, über den abgestimmt werden sollte.

Und schon gar nicht, dass wir über unser RSG-Problem gar nicht reden durften, da es beim Ehrenrat verweilt und damit schwebendes Verfahren ist.

Hätte man bei der Entlastungsabstimmung über den Präsidenten die Enthaltungen den Nein-Stimmen zugeschlagen, wären das 74 gewesen. Die hätten dann 75 Ja-Stimmen gegenüber gestanden. Das wäre wirklich knapp gewesen. Aber das geht ja nicht. Das haben wir in Birkesdorf gelernt.

Übrigens, die Festhalle ist wirklich schön und für Kabarett geeignet.

Gegen das Protokoll dieser Veranstaltung haben bereits 2 Verbände Widerspruch eingelegt.

Na sowas.

Wolfgang Grub

Aus Datenschutzgründen werden die Namen der Mitglieder nicht im Internet verbreitet.

Mitgliederbestand
Stichtag 01.02.2015
beträgt 945.

ANZEIGE

ELEKTRO RILL
Elektro - Hausgeräte
Tel. 0 21 02 / 87 22 75

ELEKTRO RILL ... ganz in Ihrer Nähe!
An der Lilie 1, 40878 Ratingen
Tel. 02102 / 87 22 75



seltene Augenblicke der Ruhe...

Impressum

Herausgeber:

Spiel- und Sportverein Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V.
Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf
☎/Fax 0211 / 28 29 23

SSV im Internet:

www.ssv-knittkuhl.de
E-mail: buero@ssv-knittkuhl.de

Vorsitzender:

Klöhn, Christian: ☎ 0211 / 54 35 72 99

Redaktion:

E-mail: sport-report@ssv-knittkuhl.de
oder zentrum@ssv-knittkuhl.de

Döring, Joachim ☎ 0211 / 28 52 94
Dr.Gruß, Wolfgang ☎ 0211 / 28 62 10
Klöhn, Peter ☎ 0211 / 94 21 46 26
Peters, Volker ☎ 0211 / 28 94 15

Anzeigen:

Döring, Joachim ☎ 0211 / 28 52 94
Peters, Volker ☎ 0211 / 28 94 15

Layout:

Klöhn, Peter ☎ 0211 / 94 21 46 26
☐ foto@ssv-knittkuhl.de

Pressekontakt:

Dr.Gruß, Wolfgang ☎ 0211 / 28 62 10
☐ mogiwo@web.de

Bankverbindung:

Stadtsparkasse Düsseldorf
BIC: DUSDE333
IBAN:DE59 300 501 100 079 000 220

Sprechzeiten im Sportheim: ☎ 0211 28 29 23

Montag 10:30-12:30 Uhr
Mi. & Fr. 10:30-12:30 Uhr
1. Mittwoch i. M. 18:00-19:00 Uhr Kassenstunde

Sprechzeiten im Gesundheitszentrum

Am Schulterbusch 3 ☎ 0211 20 92 71 38
Montag 11:00-13:00 Uhr
Donnerstag 12:30-16:30 Uhr

Herstellung: Druckerei Heimbuch

Althofstrasse 44 , 45468 Mülheim a.d.Ruhr.
☎ 0208 / 31055 Fax 0208 / 32760
☐ info@Heimbuch-media.de

Auflage 900
28.Jahrgang Ausgabe Juli 2015

Der nächste Sport-Report (2/2015)

erscheint am 03. Juli 2015
Redaktionsschluss ist der 01. Juni 2015

ANZEIGE



WOHNRAUM FÜR GEFÜHLE
**SCHMOOCK
IMMOBILIEN**

Warum über Schmoock Immobilien suchen?

Wohnen ist eine Herzensangelegenheit. Mieter oder Käufer von Immobilien haben konkrete Vorstellungen und Ansprüche aber auch Sehnsüchte und Wünsche. Unsere Aufgabe ist es Ihre Bedürfnisse mit den Ihnen zur Verfügung stehenden Mitteln zu realisieren und das zu Ihnen passende Zuhause zu finden. – Wir bieten auch mieterprovisionsfreie Wohnungen an.



Warum über Schmoock Immobilien anbieten?

Eine Immobilie verkauft oder vermietet man nicht mehr mal eben so nebenbei. Die Suche nach einem potentiell geeignetem Käufer oder Mieter für ein Haus oder eine Wohnung ist heute eine komplexe Angelegenheit.

Wir sehen in jedem Auftrag eine persönliche Herausforderung. **Jedes Objekt wird von uns eingehend besichtigt** und fotografiert. Zusammen mit dem Anbieter ermitteln wir einen marktgerechten Kauf- oder Mietpreis. Nach der Erstellung eines aussagekräftigen Exposés wird jedes Objekt von uns individuell angeboten. Über **Medien wie Internet** und Tages- oder Stadtteilzeitungen erzielen wir eine große Marktabdeckung in kürzester Zeit. Bei Bedarf erreichen wir über **Inserate in entsprechenden Fachzeitschriften** einen speziellen Kundenkreis. Mit unseren Ausstellungsvitrinen und durch **Postwurfsendungen** sprechen wir gezielt potentielle Interessenten in einem begrenzten, von uns gewünschten Umfeld an.

www.schmoock-immobilien.de
Tel.: 0211-2880089 Fax: 0211-2880090

Adressenaufkleber



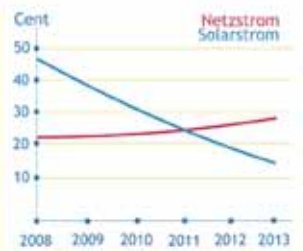
Der Strompreis sinkt!

Zugegeben, über den Satz lässt sich stolpern. Aber es stimmt: Als Wohnhauseigentümer kann der Satz für Sie Wirklichkeit werden - mit dem Bau einer Photovoltaikanlage.

Strom ins Netz einspeisen ist Schnee von gestern. Wer klug plant, verbraucht den Strom selbst. Denn die Kilowattstunde aus Photovoltaik kostet heute nur noch ca. 15 Cent - und das bis zu 30 Jahre lang!

Der Vorteil liegt also auf der Hand, denn der Netzstrom ist heute schon wesentlich teurer. Preiserhöhungen zaubern Ihnen dann zukünftig ein Lächeln aufs Gesicht statt Sorgenfalten. Oder anders: Ihr Strompreis sinkt.

Sprechen Sie uns an. Wir zeigen Ihnen gerne, dass es funktioniert.



Rheinland Solar GmbH & Co. KG

Pinienstr. 29 | 40233 Düsseldorf | Tel.: 0211 77923980 | Fax: 0211 2296745
rheinland-solar.de | info@rheinland-solar.de