



Sport-Report

Ausgabe 1-2017



Aus dem Inhalt:

Seite 6

Seite 10

Seite 28

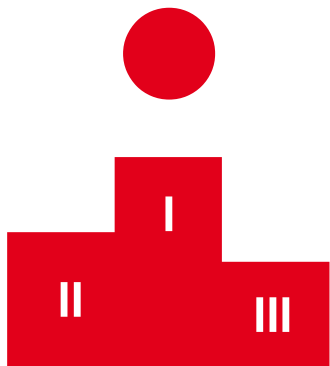
Seite 27

Seite 33



Anpacken ist einfach.

ANZEIGE



Wenn man dabei auf die leistungsstarke Unterstützung der Sparkasse zählen kann. Wir fördern sportliche Wettbewerbe seit vielen Jahren. Wir helfen Ihnen aber auch bei Ihren finanziellen Zielen.

Lassen Sie sich beraten.

Wenn's um Geld geht
 **Stadtsparkasse
Düsseldorf**

sskduesseldorf.de

willkommen im neuen Jahr 2017

– wir haben 2016 geschafft. Es war ein Jahr in dem es gefühlt wenige positive Momente gab. Aber es gab sie und unser Verein hatte eine Menge davon. Wie gewohnt findet ihr in diesem Sport-Report die Berichte aus den Abteilungen und Gruppen. Da sind in den letzten 12 Monaten tolle Dinge passiert, wir haben an interessanten Wettkämpfen teilgenommen und sportliche Erfolge gefeiert. Alles dazu findet ihr auf den nächsten Seiten. Besonders stolz macht uns die Entwicklung der Abteilung Gesundheitssport. Die Angebote werden hervorragend angenommen, die Anzahl der Teilnehmer steigt stetig. Dies bedeutet für uns, dass der Ausbau des Zentrums eines der Schwerpunktthemen der nächsten Jahre werden wird. Das Jahr 2016 klang mit dem Weihnachtsturnen und dem letzten Stammtisch stimmungsvoll aus – viele Helfer haben dies wieder möglich gemacht. Und nicht nur diese beiden Ver-

anstaltungen, das gesamte Jahr 2016 war geprägt durch viel Unterstützung und ehrenamtliches Engagement. Mein Dank gilt allen, die sich für unseren Verein einsetzen. Und nun sind wir bereits in 2017 – es wird ein spannendes Jahr werden. Neben dem weiteren Ausbau unserer Angebote im Bereich Gesundheitssport und damit dem Ausbau des Zentrums wird das erste Halbjahr geprägt sein durch die RSG. Das Highlight findet hier am 21. April statt: der internationale City-Cup. Und natürlich erwarten euch viele weitere Veranstaltungen in 2017. Und ganz selbstverständlich: ein attraktives Sport-Angebot. Ich freue mich auf das gemeinsame Vereinsjahr 2017 – gehen wir es an.

Euer

Christian Klöhn



Wir suchen Dich ! Übungsleiter gesucht für folgende Gruppen:

**Mutter-Kind-Turnen, Fußball
und Jedermann Gymnastik**

Wer Interesse hat, eine dieser Gruppen ab sofort oder später zu übernehmen (ÜL Lizenz ist nicht Voraussetzung, kann aber gerne erworben werden) meldet sich bitte unter:

buero@ssv-knittkuhl.de oder zu den
bekannten Büro- / Telefonzeiten.

Und da ist sie wieder,

die Aufgabe, das Jahr 2016 aus Sicht des Vorstandes in einen Bericht zu fassen. Und das Ganze mit positiven Eindrücken. Und dann ausgerechnet das Jahr 2016. Gab es da überhaupt positive Dinge? Auch wenn das Gefühl fehlt, ja, es gab sie.

ZDF – Zahlen, Daten, Fakten:

Fangen wir zu Beginn mit dem eigentlich trockensten Thema an, dem lieben Zahlenwerk. Es gibt Erfreuliches zu berichten. Haben wir vor zwei Jahren die Prognose gewagt, dass nun bei der Mitgliederzahl die Talsohle erreicht sein wird, wird dies auch im zweiten Jahr danach bestätigt. Nach einem Zuwachs von 40 Mitgliedern im Jahr 2015 kamen im Jahr 2016 elf weitere dazu. Damit haben wir aktuell 983 Mitglieder.

Dazu ist die Entwicklung im Gesundheitssport weiterhin positiv. Auch im Jahr 2016 haben wir mit einem stetigen Zuwachs von mehr als 50 Verordnungen pro Jahr über 400 Verordnungen eine stolze Anzahl erreicht. Gestartet sind wir 2012 mit 50 Verordnungen.

Die Finanzlage ist mehr als solide. Aus dem Jahr 2016 werden wir mit einem größeren Plus herausgehen als ursprünglich geplant. Zum Zeitpunkt, an dem dieser Bericht fertig sein musste, lagen die finalen Zahlen noch nicht vor. Details hierzu könnt ihr auf der ordentlichen Mitgliederversammlung am 31.03.2017 erfahren.

Fokus: Gesundheitszentrum

Die gerade beschriebene solide Finanzlage ermöglicht uns nun, das Gesundheitszentrum in den Fokus zu nehmen. Die Sportstätte wird für uns von Jahr zu Jahr wichtiger, die Anzahl der Übungsstunden nimmt immer weiter zu. Eine Investition, die wir ins Auge fassen wol-

len, ist ein neuer Bodenbelag. So wird es weniger rutschig und auch die Kälte bei den Bodenübungen nimmt ab. Abhängig von den verfügbaren Finanzmitteln werden wir im Vorstand dann hier tätig werden. Dazu gibt noch interessante und gute Sportgeräte, die unsere bisherigen sehr gut ergänzen werden.

Der Sportbetrieb: Rhythmische Sportgymnastik, Basketball, Tischtennis und mehr

In der Rhythmischen Sportgymnastik haben wir wieder eine Konstanz und die Anzahl der Gymnastinnen ist mit gut 100 am Standort sehr hoch (ca. 16 Leistungskinder, ca. 20 Mädchen in der Wettkampfgymnastik und 70 Kinder in den Nachwuchs- und allgemeinen Gruppen). Im Hinblick auf die nächsten Jahre liegt die größte Herausforderung darin, dass wir fehlende Fördergelder kompensieren müssen. Dazu später mehr in diesem Artikel.

Im Basketball hatten wir im letzten Jahr ein Novum. Wir konnten uns zu Saisonbeginn praktisch nur selbst schlagen. Denn anders als z.B. im Fußball ist es im Basketball möglich, mit zwei Mannschaften in einer Liga zu spielen. Und unsere beiden Herrenmannschaften spielen nach dem Aufstieg unserer 2. Mannschaft in dieser Saison gemeinsam in der Bezirksliga. Eine tolle Entwicklung in der Basketballabteilung.

Eine unserer ältesten Sportarten, Tischtennis, zeigte in 2016 ebenfalls eine positive Entwicklung. Der Spielbetrieb mit drei Mannschaften ist fest etabliert und auch im Kinder- und Jugendbereich zeugt eine höhere Teilnehmerzahl von regem Interesse.

Diese drei Beispiele seien nur exemplarisch für das Jahr 2016 und die sportli-

che Entwicklung genannt. Auch in den anderen Gruppen (Turnen, Badminton, Volleyball, etc.) nehmen wir eine positive Entwicklung und neues, aufkommendes Interesse wahr.

Wie steht es um Fördergelder?

Ein für uns elementarer und wichtiger Punkt in 2016 war die Vergabe der Fördermittel durch die Stadt Düsseldorf, speziell für unsere RSG. Diese wurde in den ersten Etatplanungen der Stadt gestrichen. Sicherlich ist eine Fokussierung auf Spitzensport wichtig. Das Prinzip Gießkanne hat leider in der Vergangenheit wenig Erfolg gebracht. Nichtsdestotrotz sollte eine gewisse Relation eingehalten werden. So wird bei uns im Standort ein Sportangebot für über 100 Gymnastinnen realisiert. Eine Förderung mit knapp 10.000 € stand dieser Anzahl gegenüber. Darüber hinaus realisieren wir als Verein regelmäßig mehrere überregionale Wettkämpfe und sogar einen internationalen Wettkampf pro Jahr. Ohne einen gewissen Grad an Förderung ist dieses Niveau, das wir benötigen, um diese Wettkämpfe auszurichten, nicht zu halten. Die Alternative besteht darin, die finanzielle Belastung für die Eltern weiter nach oben zu setzen. Ist das wirklich die Lösung? Wir sind hier mit der Stadt weiter in einem Dialog.

Nachfolge im Rechts- und Ehrenausschuss

Eine der traurigsten Nachrichten im vergangenen Jahr war der Tod von Winfried Creveaux. Er war nicht nur viele Jahre Mitglied im SSV, er war auch immer engagiert und zuletzt im Rechts- und Ehrenausschuss. Diese Lücke, die er hinterlässt, gilt es zu füllen. Bis zur nächsten regulä-

ren Wahl wird Horst Elschner Mitglied im Rechts- und Ehrenausschuss sein. Wir danken Horst für seine Bereitschaft, hier zu unterstützen.

Und sonst?

Auch in 2016 waren wir in vielen externen Gremien wie z.B. dem technischen Komitee der RSG beim Rheinischen Turnerbund gefragt. Bei einer Podiumsdiskussion zum Thema Schule und Sport war unsere Expertise ebenfalls gefragt. Susanne Babka stand hier den Zuhörern Rede und Antwort. Darüber hinaus wurde der Verein bei den verschiedensten Institutionen (IGV, Hubbelrather Schützen etc.) durch das Jahr hindurch vertreten.

Der Blick auf 2017

Was wird uns nun 2017 bringen? Zwei Themen werden aus unserer Sicht das Jahr bestimmen. Wie geht es in der RSG weiter? Welche Fördergelder erhalten wir? Und wie wird der weitere Ausbau des Sport- und Gesundheitszentrums als wichtige Säule in unserem Verein vorangehen? Wir freuen uns auf das gemeinsame Jahr mit euch.

Der Vorstand



Alle Jahre wieder – Weihnachtsturnen beim SSV

Da staunte der eine oder andere in der Halle der Grundschule Knittkuhl nicht schlecht – der Nikolaus persönlich hatte darum gebeten, dass in diesem Jahr das Weihnachtsturnen vor den 6. Dezember gelegt wird. Er begründet das damit, dass in Knittkuhl die liebsten, bravsten, fleißigsten und immer auf ihre Eltern hörenden Kinder zu finden sind. Die Kinder stimmten hier übrigens zu, einige Eltern wirkten zumindest skeptisch. Nach dieser kurzen Erklärung zur Terminfindung startete dann das diesjährige Weihnachtsturnen. Die Gymnastinnen der Rhythmischen Sportgymnastik zeigten ihr Können ebenso wie unsere allgemeine und Leistungsturngruppe. Die Lady Bugs (unsere Tanzgruppe für Mädchen zwi-



schen 9- 14) zeigte einen Tanz, den die Trainerin Natalie Brüne selbst choreografiert hatte. Für die Trampolinturner ging es hoch in die Lüfte fast bis zur Hallendecke. Und auch unsere kleinsten und jüngsten Tänzerinnen zeigten sich beim beliebten Schneemanntanz. Dieser darf bei keinem Weihnachtsturnen fehlen.

In der Pause fanden zwei Mit-Mach-Angebote statt: für die Kleinen boten unsere Übungsleiter vom Mutter-Kund-Turnen (Silke Arnold und Andrea Blaha) einen Mit-Mach-Kletterparcours an. Für die älteren Kinder und jung gebliebenen Erwachsenen fand ein Tischtennisrundlaufturnier statt. Hier gab es richtig viel Zulauf. Wen hier die Lust gepackt hat – die Tischtennisspieler trainieren immer am Dienstag und Donnerstag. Neueinsteiger sind hier genauso willkommen wie alte Hasen.





Walter Friedhoff überreicht die Sportabzeichen 2016 und lud alle ein, das Sportabzeichen auch im neuen Jahr 2017 wieder anzugehen.

Oliver Brinks, unser 2. Vorsitzender, wurde durch Christian Klöhn und Susanne Babka für sein ehrenamtliches Engagement für unseren Verein mit der bronzenen Ehrennadel geehrt.

Und dann kam der große Höhepunkt: Wie angekündigt kam der Nikolaus schon vor dem 6. Dezember nach Knittkuhl. Und natürlich hatte er für jedes Kind ein Geschenk dabei. Und so endete das Weihnachtsturnen auch in diesem Jahr harmonisch und schließt das Sportjahr 2016. Der Dank gilt allen Helfern und Aktiven, die diesen schönen Nachmittag mitgestaltet haben. Der Nikolaus kommt bestimmt auch im diesem Jahr nach Knittkuhl.

Das Presseteam



Das Tischtennisjahr 2016

wurde mit guten Saisonergebnissen und mit zwei Blitzturnieren erfolgreich beendet. Die 1. Mannschaft gewann in der Hinrunde viermal, dazu kamen zwei Unentschieden. Mit 10:12 Punkten liegt das Team um Mike Michaelis auf einem guten 8. Platz. Zu Beginn der Saison wurde das Team als Abstiegs kandidat gehandelt, doch das „Gespenst“ des Abstieges ist zu nächst abgewendet.

Mit etwa gleich guten Ergebnissen wird in der Rückrunde gerechnet, 3 oder 4 Siegen sollten drin sein. Dann wäre ein Abstieg kein Thema. Die Mannschaft wäre dann im 5. Jahr in der 1. Kreisklasse. Das kann sich sehen lassen, weiter so.

Auch die 2. Mannschaft liegt auf dem passablen 8. Platz in der 2. Kreisklasse. Durch den Wegzug von Marco Horn nach Hamburg werden vermehrt Spieler der 3. Mannschaft als Ersatz eingeplant. Marco wird dann nur ein paar Spiele für den SSV absolvieren können. Ja, die Anreise wäre auch etwas zu weit. Ziel der 2. Mannschaft um Ralf Wiesemann ist, diesen Platz zu halten, Luft nach oben ist noch vorhanden. Der Siebte in der Tabelle, Borussia Düsseldorf VII, hat ebenfalls 7:13 Punkte. Die „Dritte“ um Stefan hat sich gefunden. Das Stammteam bilden Andreas Zilles, Thomas Kühnert, Stefan Offhaus und Sebastian Meißner. Es konnten 3 Spiele gewonnen werden, dazu gab es 2 Unentschieden. Belohnung ist der 7. Platz. Für den SSV ist dies schon eine gute Platzierung. Bedenkt man, dass in der 3. Kreisklasse (4er-Mannschaften) sich zahlreiche Spieler tummeln, die bis vor kurzem etliche Klassen höher gespielt haben, sind die SSV-Ergebnisse erfreulich. Ziel ist es, weiter gut zu punkten, Platz 5 wird angepeilt. Wie immer, kann der Leser die Ergeb-

nisse unter www.click-tt.de verfolgen. Der Jahresabschluss der Tischtennisabteilung fand an zwei Tagen in weihnachtlichem Rahmen statt. Das Weihnachtsturnier unserer Kids fand am 13. Dezember statt. 13 Kinder im Alter von 6 – 14 Jahren trafen sich und kämpften um jeden Ball. Sieger wurde Nils-Ole vor Ben und Tom G.. Nach spannenden Spielen wurden die Kinder mit Urkunden und einem Schoko-Weihnachtsmann belohnt. Die „Großen“ waren eine Woche später am 20. Dezember in der Halle. In einem Blitzturnier spielten 14 Erwachsene den Weihnachtsmann 2016 aus. Die Vorrunde wurde in zwei Gruppen, Jeder gegen Jeden, ausgetragen. Es wurden jedoch nur 2 Sätze gespielt. Dieser Modus beschleunigte den Wettbewerb und es gab interessante Ergebnisse. So konnte die Phalanx der 1. Mannschaft fast durchbrochen werden. Im kleinen Endspiel siegte Carsten Hinnenthal (2. Mannschaft) gegen Thomas Kühnert (3.). Im großen Endspiel konnte sich Michael Bensberg (1.) gegen Michael Uhlich (2.) knapp durchsetzen. Der Michael aus der „Zwoten“ verlor zwar mit 0:2, der entscheidende Satz ging jedoch in eine ultra-lange Verlängerung. Am Ende gewann Michael aus der Ersten mit 11:9 und 21:19.

Er darf sich jetzt „Weihnachtsmann 2016“ nennen. Unsere Sponsoren sorgten mit ihren Gaben für eine hochprozentige Siegerehrung. Mit guter Stimmung und erfrischendem Bierchen ging es in die Winterpause.

Bernd Schaller



BERGISCHE APOTHEKE PHÖNIX APOTHEKE



Zoya Sepehri

Seit dem **2. Mai 2014** stehe ich Ihnen mit meinen Mitarbeitern auch in der **Phönix Apotheke** in Gerresheim beratend zur Seite.

Frau Schild übernimmt die Filialeitung der **Bergischen Apotheke** – unterstützt von Frau Grütters und Herrn Makridis. Das neue, dynamische Team berät sie kompetent und engagiert in allen Gesundheits- und Arzneimittelfragen.

Wir freuen uns auf Sie!



Frau Grütters, Frau Schild, Herr Makridis

ANZEIGE

Bergische:

AM PÜTTKAMP 3 • 40629 DÜSSELDORF • TEL 0211 - 297929 • FAX 0211 - 297576 • E-MAIL BERGISCHE.APOTHEKE@ONLINE.DE
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 08.00 - 13.00 und 15.00 -18.30 • Mi Nachmittag geschlossen • Sa.9.00- 13.00

Phönix:

BENDERSTR.:106 • 40625 DÜSSELDORF • TEL 0211 - 289375 • FAX 0211 - 293 27 • E-MAIL PHOENIX.APOTHEKE@ONLINE.DE
Öffnungszeiten: Mo-Fr: durchgängig 8:30 - 18.30 • Sa.9.00- 13.00

Unsere Sportabzeichenabnahme

fand dieses Jahr zum zweiten Mal auf dem Sportplatz des Turnvereins Düsseldorf 1847 e.V. statt. Zusammen mit vielen anderen Sportlerinnen und Sportlern trainierten auch unsere Leute, um ihr Abzeichen in Bronze, Silber oder Gold zu erhalten. Von April bis Ende September konnte jeden Mittwoch am Stauffenplatz trainiert werden. Punkt 18 Uhr wurde immer mit dem Aufwärmen angefangen. Und die Teilnahme lohnte sich allein schon dafür. Über eine halbe Stunde wurde der Körper sanft, aber gründlich erwärmt und auf verschiedenste Leistungsanforderungen vorbereitet. Dabei herrschte eine lockere Atmosphäre. Jeder machte mit, so gut er konnte und für einen kleinen Plausch nebenbei war auch noch Zeit. Im Anschluss daran konnte man dann für die einzelnen Disziplinen trainieren und Prüfungen abnehmen lassen. Erfüllt werden mussten Leistungen in 4 Bereichen, namentlich Koordination, Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer. Die Auswahl an Übungen ist für die einzelnen Bereiche mittlerweile sehr groß. So kann für die Ausdauer gelaufen, gewalkt, geschwommen oder Rad gefahren werden, die Kraft kann man beim Medizinballweitwurf, Kugelstoßen, Steinstoßen, Standweitsprung oder beim Geräteturnen unter Beweis stellen, für die Schnelligkeit sprintet man zu Fuß, mit dem Rad oder im Wasser oder zeigt sie beim Geräteturnen und für die Koordination steht der Hochsprung, der Weitsprung, der Schleuderball, das Seilchenspringen oder noch mal andere Übungen im Geräteturnen. Mittwochs am Stauffenplatz wurden allerdings nur die Leichtathletikdisziplinen abgenommen. Aber die Leistungen fürs Schwimmen konnte man in jedem Schwimmbad beim Bademeister erbringen und auch fürs Radfah-

ren gab es Angebote. Insgesamt also eine große Bandbreite, in der jeder etwas finden sollte. Für mich war es dieses Jahr das Schwimmen für die Ausdauer, der Standweitsprung für die Kraft, der klassische Sprint für die Schnelligkeit und der Hochsprung für die Koordination. Gegen 20 Uhr war das Training dann beendet. Wobei der Übergang fließend ist. Wer eher gehen musste oder wollte, konnte das gerne tun, viele blieben aber danach auch noch kurz stehen, um zu erzählen oder sich auszutauschen. Leider konnten wir dieses Jahr traditionell beim Weihnachtsturnen nur 5 Sportabzeichen verleihen. Ich finde das schade. Vielleicht haben ja im Jahr 2017 mehr Leute Lust mitzumachen. Das Training wird wieder im April beginnen. Den genauen Starttermin werde ich noch per Aushang bekannt geben.



Zum Schluss möchte ich noch ganz herzlich Walter Friedhoff danken. Seit Jahren hält er das Sportabzeichen hier bei uns im Verein am Leben und wird nicht müde, immer wieder die Leute zu motivieren und Prüfungen abzunehmen. Ich hoffe, Du bleibst uns beim Sportabzeichen noch lange erhalten, Walter!

Oliver Brinks

Wenn wir mal das Jahr 2016 betrachten,

kann die Basketballabteilung sich nicht beschweren.

Im Herrenbereich gab und gibt es ständiges Wachstum, unsere zweite Mannschaft ist ohne eine Niederlage in die Bezirksliga aufgestiegen und als neue erste Mannschaft ungeschlagen auf Platz eins.

Damit konnte man sich die Herbstmeisterschaft sichern. Leider verließ uns ein Trainer aufgrund von unüberwindbaren Meinungsverschiedenheiten.

Auch unsere jetzige zweite Mannschaft spielt schon das zweite Jahr in der Bezirksliga und kämpft gerade gegen den Abstieg. Durch entscheidende Siege zum Jahresabschluss konnte man etwas beruhigter in das neue Jahr gehen. Auch der Grundstein für die Jugendabteilung ist gelegt. Die Anzahl der Spieler ist mit 7 – 10 Jungen stabil geblieben.

Auch Mädchen sind gerne gesehen. Wir trainieren jeden Dienstag von 17 Uhr an in der GGS Halle. Wir versuchen so, unser Grundgerüst der Basketballabteilung zu erweitern, damit wir im Laufe der nächsten Jahre Mannschaften in allen Altersklassen aufweisen können.

Jens Gabriel



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
Elisabeth Lange
Tel. 0211/60025-579

Zweigstelle:

Blanckertzstr. 26, Ludenberg



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Düsseldorf e.V.

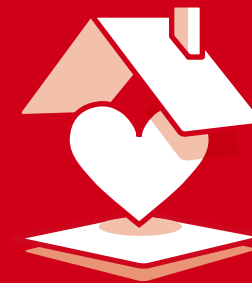
ANZEIGE

Im Januar 2016

absolvierten die erwachsenen Tänzerinnen der orientalischen Tanzgruppen des SSV Knittkuhl den ersten Auftritt des Jahres bei der 11. und leider auch letzten Karnevalssitzung der Kulturfreunde Knittkuhl in der Cones-Scheune. „11mal KnittCool einfach Jeck“ lautete das Motto dieser letzten Sitzung und fast ebenso oft waren die orientalischen Tänzerinnen in den vergangenen Jahren dort zu Gast gewesen. Sie unterhielten das begeisterte Publikum mit einem bunten Mix aus den Auftritten der vergangenen elf Jahre und erhielten viel Applaus! Im Frühsommer ging es weiter mit Auftritten beim 2. Stadtteilfest Knittkuhl. Hier traten neben „Nilah's Amazonas“ auch Gaby Kretschmanns Kinder- und Jugendgruppe „Jawahir“ auf und auch die jungen Tänzerinnen wurden von den Zuschauern mit viel Beifall belohnt. Ende August 2016 zeigten die erwach-

senen Tänzerinnen mit ihren beiden Trainerinnen Gaby Kretschmann und Claudia Kalupke beim großen NRW-Fest ihr Können. Bei nahezu 30 Grad im Schatten traten sie vormittags auf der Sportbühne am Oberkasseler Rheinufer auf. Vor dem beeindruckenden Panorama des Düsseldorfer Rheinufer zeigten sie mit zwei Tänzen im Tribal-Stil einen kleinen Ausschnitt aus ihrem vielfältigen Programm und begeisterten damit Zuschauer und Veranstalter gleichermaßen. Das anschließende Interview über Gründung der Gruppe im SSV Knittkuhl und deren Anfänge führte der Moderator mit Claudia Kalupke. Kurz darauf folgte im September ein großer Auftritt beim deutsch-italienischen Freundschaftsfest in Düsseldorf-Gerresheim. Dort waren die Trainerinnen Gaby Kretschmann, Claudia Kalupke und ihre Tänzerinnen mit einem halbstündigen Programm dabei. In zwei Auftrittsblöcken zeigten sie vor vielen begeisterten Zuschauern unter freiem Himmel mehrere Tänze und Solos im orientalischen Stil, Tribal und Bollywood-Tanz. Die Veranstalter waren ebenfalls begeistert und würden die orientalischen Tänzerinnen des SSV Knittkuhl gerne beim nächsten Fest wieder als Programmatraktion begrüßen.

*Claudia Kalupke und
Gaby Kretschmann*



WOHNRAUM FÜR GEFÜHLE
**SCHMOOCK
IMMOBILIEN**

ANZEIGE

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.

**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

Der SSV hatte geladen

und 45 Gäste waren der Einladung gefolgt. Und so wurde auf traditionelle Weise das neue Vereinsjahr des SSV am 22.01.2017 im Sportheim eingeläutet. Interessierte Zuhörer folgten den Ausführungen der beiden Vorsitzenden Christian Klöhn und Oliver Brinks. Während Christian einen Rück- und Ausblick auf die strukturellen Probleme warf, ließ Oliver das Sportjahr 2016 Revue passieren. Ein sportliches Highlight des vergangenen Jahres fand besondere Erwähnung: das Abschneiden unserer beiden Herrenmannschaften im Basketball, die nun gemeinsam in der Bezirksliga spielen. Auch schon traditionell hervorgehoben werden musste natürlich die erfolgreiche Arbeit unserer RSG-Abteilung, die sich zum einen in hervorragender Organisation und Durchführung von zahlreichen Wettkämpfen, nicht zuletzt des City-Cups niederschlug, zum anderen aber auch in vielen hervorragenden Platzierungen

unserer Sportlerinnen. Mehr darüber kann man in diesem Report nachlesen, wie überhaupt im vorliegenden Heft die ganze Breite unserer sportlichen Aktivitäten deutlich wird. Wo Licht ist, ist leider auch Schatten. Und so stellte Christian heraus, dass der Verein nach aktuellem Diskussionsstand der für die Sportpolitik unserer Stadt Verantwortlichen auf städtische Fördergelder für die Rhythmische Sportgymnastik verzichten muss. Dieser Punkt war für den anwesenden Bürgermeister Günter Karen-Jungen von großem Interesse und er ließ sich die Situation im anschließenden gemütlichen Teil durch Susanne Babka ausführlich erklären. Christian Klöhn wünschte zum Abschluss seines Neujahrsgrußwortes allen Anwesenden ein 2017, dass so werden soll, wie es jeder für sich wünscht. Und wie immer verwöhnte im Anschluss der Heimausschuss die Gäste. Dieses Mal mit einer Auswahl an rheinischen Spezialitäten. *Das Presseteam*

**Insgesamt können wir**

auf ein erfolgreiches Jahr 2016 zurückblicken. Im Training, dienstags in der Zeit von 20:00 Uhr bis 22:00 Uhr, sind wir in der Regel zwischen 6 und 10 Personen, so dass ein – wenn auch abgespekter- Trainingsbetrieb möglich ist. Leider mussten wir zur Jahresmitte 3 Abgänge verkraften, wenn auch aus sehr erfreulichem Grund. Zwei unserer Mitspielerinnen wur-



den schwanger (das erste Kind wurde am 23.12.2016 geboren, hier nochmal herzlichen Glückwunsch, Olga, die zweite Geburt ist für den Februar 2017 angekündigt, toi, toi, toi, Sabra!). Eine Mitspielerin hat sich beruflich woandershin orientiert (Alles Gute, Anne!). Der Rest ist eine bunt gemischte Truppe von Männern und Frauen im Erwachsenenalter, die meisten bewegen sich zwischen 30 und 50 Jahren. Ähnlich gemischt sieht es mit dem Leistungsstand aus. Von Anfänger/in bis hin zur/m gut ambitionierten Hobbyspieler/in ist alles mit dabei. Wichtig ist uns dabei die Freude am Spiel. Unser größter Erfolg war die Teilnahme an einem Volleyballturnier in Langenfeld, bei dem wir den 4. Platz (von 12) erreichten. Schöner Nebeneffekt war, dass wir uns mit einer anderen Mannschaft aus Düsseldorf zu einem Freundschaftsspiel verab-

reden konnten und das zu unserem zweiten Highlight im Jahr 2016 wurde. Einem von der gegnerischen Mannschaft hat es so gut bei uns gefallen, dass er nunmehr regelmäßig bei uns mittrainiert. Letztes Highlight des Jahres war das gemeinsame Volleyballturnier mit der Mittwochsgruppe am 14.12.2016. Zusammen kamen wir auf stolze 3 Mannschaften, die gegeneinander antraten. Es waren schöne, ausgeglichene Spiele und der Abend endete in einer gemütlichen Runde nach dem Spiel. Uns hat das so gut gefallen, dass wir das im Jahr 2017 gerne wiederholen möchten. Ziel für 2017 wird auch wieder sein, an mindestens einem Turnier teilzunehmen und das eine oder andere Freundschaftsspiel gegen andere Mannschaften auszutragen. Schön wäre auch, wenn wir wieder ein paar mehr Trainierende wären. Wer also Lust hat, mal mitzuspielen, kommt gerne vorbei.

Zum Schluss möchte ich noch allen Mitspielerinnen und Mitspielern danken. Mir hat es mit Euch 2016 viel Spaß gemacht. Besonderen Dank nochmal an die Kerstin, die für mich einspringt, wenn mir etwas dazwischen kommt und sich ansonsten netterweise um die Technikschiulung im Einzelfall kümmert.

Oliver Brinks



Die Freitagsgruppen der Kinder

und Jugendlichen waren im Jahr 2016 auf dem Heimerzheimer Kükencup erfolgreich vertreten. Leider gibt es z.Zt. nur wenige Jugendhobbyturniere im Jahr, so dass auf Grund von Termenschwierigkeiten keine weiteren Badmintonturniere von uns besucht werden konnten. Dafür haben sich alle drei Gruppen kurz vor den Sommerferien zu einem gemeinsamen Grillen getroffen. Auch die Eltern waren eingeladen und so wurde den ganzen Abend auf dem Schulhof gegrillt, gegessen, getrunken und wer wollte, konnte in der Halle Badminton spielen. Besonders bei den Matches gegen die eigenen Eltern wurde hart und ausdauernd gekämpft und alle Techniken ausgespielt. Einige Kinder spielten lieber ungestört Fußball auf dem Schulhof. Die Eltern hatten die Grillkohle schnell und unkonventionell zum Brennen gebracht und hielten das Grillgut unter Kontrolle. Die mitgebrachten Salate waren lecker und schnell aufgegessen. Insgesamt eine

Aktion, die alle Kinder und Eltern in diesem Jahr gerne wiederholen wollen. Damit es beim nächsten Badmintonspiel gegen die Kinder auch weiterhin erfolgreiche Eltern gibt, haben sich einige Mütter und Väter dazu entschieden, Niederlagen vorzubeugen und schon mal mit dem regelmäßigen Training am Donnerstag um 18 Uhr in der Erwachsenenengruppe begonnen. Und so ist die Erwachsenenengruppe ordentlich angewachsen. Die Gruppe freut sich immer über neue Spieler, egal, ob Anfänger oder Könnler, Frauen oder Männer ab 16 Jahre. Kommt einfach vorbei, Turnschuhe an, Schläger für Anfänger werden gestellt und los geht es. Im März werden wieder die weltbesten Badmintonspieler in Mülheim a. R. die German Open spielen. Wer sich für den schnellen Ballsport interessiert, sollte unbedingt dorthin gehen. Die Stimmung in der Halle ist toll. Die Spiele sind superschnell und spannend.

Silke Anhold/Thomas Rubbert

Restaurant



Kaisershaus
ANZEIGE

Wir empfehlen Ihnen nach den den jecken Tagen die Seele im Rotthäuser Bachtal baumeln zu lassen. Anschließend begrüßen wir Sie herzlich bei uns mit deftigen oder wilden Köstlichkeiten!

Denken Sie an Ihre Reservierung für die Osterfeiertage!

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

Erkrather Landstr. 82
40629 Düsseldorf

Tel.: 0211/243320
www.kaisershaus.de

Die Karateabteilung

feierte 2016 ihr 30jähriges Bestehen. Die kleine, hochrangige Gruppe wird von Martin Nienhaus trainiert. Guido Greschuchna fehlt durch seinen Umzug nach Potsdam als Trainer, dafür übernimmt Felix Roettig verstärkt die Vertretung des Trainings in der Gruppe. Diese ist mit den Schwarz- und Braungurten auf einem hohen Niveau. Darüber hinaus ist Jan Roettig als Abteilungsleiter ausgeschieden. Neben dem normalen Trainingsbetrieb montags und mittwochs wurden in der Karateabteilung im letzten Jahr drei weitere Qi-Gong-Kurse angeboten und sind mittlerweile fester Bestandteil des frühen Mittwochsabends. Auch in diesem Jahr wird die Kursreihe weiter fortgesetzt. Die Basis der Übungsstunde bildet das „Secret Elements Qi Gong“. In diesem System lernt jeder Teilnehmer, die fünf Übungen auf drei verschiedene Arten auszuführen. Kräftigung, lockeres Schwingen oder die sanften Bewegungen, jeder findet hier seinen Schwerpunkt und die Bewegungsform, die ihm gut tut. Daneben hat jede Übung einen Bezug zu bestimmten Organsystemen und kann auch so gezielt zur Unterstützung der eigenen Gesundheit angewandt werden. Abgerundet wurden die Übungsabende durch die „Acht Brokatübungen“. In diesem Jahr folgt mit den leichten und sanften Bewegungen des

„Shibashi“ ein weiteres kleines System des Qi Gong, so dass man immer wieder neue Lieblingsübungen finden kann, mit denen man zur inneren Ruhe findet. Ebenfalls im vergangenen Jahr hat die Karateabteilung erstmals einen Selbstbehauptungskurs angeboten, der ebenfalls mit bis zu rund 20 Teilnehmern gut besucht war. Schwerpunkte waren die Vermeidung von kritischen Situationen (Prävention), das Verhalten in kritischen Situationen sowie einfach anwendbare Grundverteidigungen gegen unbewaffnete Angriffe. Für 2017 ist neben der Fortführung der Qi-Gong-Kurse ein Angebot für Späteinsteiger in Planung, die einen Einstieg in die Kampfkunst suchen. Nähere Infos hierzu folgen in Kürze.

Dirk Feller / Martin Nienhaus

BRILLEN
ANZEIGE
MULLER



Immer die richtige Brille für Beruf, Sport und Freizeit.
Exklusive Marken - Neue Kollektionen.

Benderstr. 71a, 40625 Düsseldorf, Tel.: 0211 - 28 77 74
www.brillen-mueller-duesseldorf.de





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

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

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

Lars Blaesing
1. Kassierer
☎ 0211 / 29 31 37

Vanessa Funke
2. Kassiererin
☎ 0176 / 30590136

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 Sportheim

Mi. 10:30 -12:30
Fr. 10:30 -12:30

zusätzlich :
siehe REHA / Gesundheitssport

Monika Klöhn
Heimausschuss
☎ 0211 / 94 21 46 26

Yvonne Röttig,
Vermietung Sportheim
☎ 0157 / 76418068

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

Claudia Krause,
Jugendbeauftragte
☎ 02102 / 67 89 5

Walter Friedhoff
Seniorenbeauftragter
☎ 02 11 / 17 83 76 35
Mobil: 0173 – 91 21 568

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-DO/QI GONG
Jan Röttig
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
☎ 0176 / 24050407

TISCHTENNIS
Bernd Schaller, Abt.-Leiter
☎ 0211 / 9 29 36 37
mobil 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 Vereinsportlehrerin
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

Nadine Klöhn
Stellv. Abt.-Leiterin
☎ 02 11 / 54357299

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
✉ buero@ssv-knittkuhl.de

SENIOREN, WANDERN

Ute Mann,
☎ 0211 / 29 35 64

REHA / GESUNDHEITSSPORT

Susanne Babka s.o.

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

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

		siehe Trainingsorte	
Montag		↓	
Trimm-Trab, Treffpunkt Parkplatz GGS Knittkuhl	18:45 - 19:20		Inge Hein
Turn-Spiel-Gruppe für jedermann „Montagsgruppe“	20:00 - 22:00	T	Martin Holec
FreeStyle BodyFit	19:00 - 20:00	T	Cornelia Missler
Power-Fitness	20:00 - 21:30	Z	M. Johannknecht
Dienstag			
Wandern, jeden 1. Dienstag im Monat (siehe Aushang)	13:30	S	Ute Mann
Mittwoch			
Spielgruppe Volleyball „Mittwochsgruppe“	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	15:00 - 16:30	S	Hilla Göbel
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	T. Arnhold
Jugendliche (13-15 Jahre)	20:00 - 21:00	T	T. Arnhold
Jugendliche (15-18 Jahre) im Aufbau	21:00 - 22:00	T	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 - 11:00	Z	Svenja Derix ab Jan. 2017
Freitag			
Kinder, 8 Monate - 5 Jahre	15:00 - 17:30	Z	Marleen Margagliotta
SONNTAGSWALKING			
	09:00	F	Ursel Müller ☎ 0211/ 29 44 94

GYMNASTIK / TANZ

siehe Trainingsorte

Montag		↓	
Gymnastik für Frauen	19:00 - 20:00	Z	Inge Hein
Dienstag			
StartUp Bauch-Beine-Po	10:00 - 11:00	Z	Cornelia Missler
Tanzmäuse, 4-5 Jahre	16:00 - 17:00	G	Sabine Johannknecht
Kindertanz Dancingstars, 6-7 Jahre	17:00 - 18:00	G	Sabine Johannknecht
Kindertanz Lady Bugs, 8-10 Jahre	18:00 - 19:00	G	Hanna Paul/S.Johannknecht
Stretching	19:00 - 19:45	Z	Cornelia Missler
Pilates	19:45 - 20:45	Z	Cornelia Missler
Rücken Aktiv	19:00 - 20:30	G	Sabine Johannknecht
Mittwoch			
Pilates	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
BodyFit	19:00 - 20:00	Z	Cornelia Missler
Donnerstag			
Body Move	20:00 - 21:30	Z	Sabine Johannknecht
Anfänger und Mittelstufe orient. Tanz	20:00 - 21:30	G	C.Kalupke / B. Neumann
Freitag			
Kindertanz (Orientalisch) ab 6-13 Jahre	17:00 - 18:00	G	Gabriele Kretschmann
Orient. Tanz Erwachsene für Anfänger	20:00 - 21:30	G	Gabriele Kretschmann
jeden 1. / 3. + 5. Freitag im Monat	19:00 - 20:30	G	Claudia Kalupke
Bollywood-Dance, 2.+ 4. Freitag i. M.			
TURNEN / TRAMPOLIN / RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK			
Montag			
Kinderturnen,3-6 Jahre	16:30 - 17:30	G	Andrea Blaha
Turnen, Spielen, Trampolin ab 6 Jahre	14:30 - 16:00	T	Sabine Johannknecht
Trampolinturnen ab 6 Jahre	16:00 - 17:30	T	Susanne Babka
Dienstag			
Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahre	09:00 - 10:00	G	Silke Arnhold
Mittwoch			
Turnen – Allgemein	15:30 - 17:30	T	C. Krause
Turnen Fördergruppe	15:30 - 18:00	T	Claudia Krause
Donnerstag			
Kinderturnen 5 Jahre	16:30 - 18:00	T	Andrea Blaha
Eltern-Kind-/ Vorschulturnen bis 5 J.	16:30 - 18:00	G	K.Gerber
Freitag			
Turnen Leistungsgruppe	16:30 - 19:00	T	Martina Heinemann
Tanz,Ballett,RSG ab ca. 5 Jahre	16:00 - 17:30	8	Jana Babka
Rhythm.Sportgymn. / Nachwuchs / TS+TF Gruppen	17:00 - 19:00	8	J. Babka / R. Schayestepour
Samstag			
Talentsichtungsgruppe Rhythmische Sportgymnastik	10:00 - 12:00	8	S.Kapuchiak
Nachwuchsgruppe Rhythmische Sportgymnastik (Rhythmische Sportgymnastik – Sonderplan)	12:00 - 14:00	8	Romina Schayestepour

KARATE-DO

Montag Kurse siehe Aushänge		siehe Trainingsorte	
Anfänger/Quer- und Späteinsteiger		↓	
ab 12 Jahre, 9. bis 7. Kyu	18:00 - 19:00	G	Dirk Feller/ Felix Roettig
Training ab 6. Kyu - Dan	19:00 - 21:00	G	Martin Nienhaus
Training ab 3. Kyu - Dan	21:00 - 21:30	G	Martin Nienhaus
Mittwoch			
Qi Gong Kurse (nach Aushang)	18:00 - 19:00	G	Martin Nienhaus
Training ab 6. Kyu - Dan	19:00 - 21:00	G	Martin Nienhaus
Training ab 3. Kyu - Dan	21:00 - 21:30	G	Martin Nienhaus

BALLSPIELE

Donnerstag			
Ball- und Laufspiele für Mädchen u. Jungen ab 6 J.	17:00 - 18:00	T	Andrea Blaha

VOLLEYBALL

Dienstag			
Hobby-Mixed/Erwachsene u. Jugendliche	20:00 - 22:00	8	Oliver Brinks

FUSSBALL

Freitag			
Training Kinder ab 6 Jahre	15:00-16:30	T	Madlen Erbdendruth

BASKETBALL

Dienstag			
Kinder (6-8 Jahre) MINI-BASKETBALL	17:00 - 18:00	G	Jens Gabriel
Mittwoch			
Herren 1	18:00 - 20:00	8	Simon Baethcke
Donnerstag			
Herren 2	20:00 - 22:00	8	Simon Baethcke
Freitag			
Herren 1	19:00 - 21:30	2	Jens Gabriel
Herren 2	20:00 - 22:00	Y	S.Baethcke

TRAININGSORTE

- 1 = N.N.
- 2 = Turnhalle Realschule Schlüterstraße
- 3 = Sporthalle Gymnasium Am Poth
- 4 = NN
- 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 = Sportheim, Am Püttkamp 9
- T = Turnhalle / GGS Knittkuhl, Am Mergelsberg 1
- Y = Turnhalle / Konkordiastrasse 26
- Z = Sport&Gesundheits-Zentrum Knittkuhl, Am Schultersbusch 3

GESUNDHEITSSPORT / PRÄVENTION / REHABILITATIONSSPORT
Teilnahme möglich mit Verordnung 56 oder Abteilungsbeitrag

Montag		siehe Trainingsorte	
		↓	
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 / Lungensport	18:00 - 19:00	T	Cornelia Missler
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	18:15 - 19:00	B	Susanne Babka
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	19:00 - 19:45	B	Susanne Babka
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	19:45 - 20:30	B	Susanne Babka
Dienstag			
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	09:00 - 09:45	A	Sabine Johannknecht
Reha-Wassergymnastik bei orthopäd. Erkrankungen	09:45 - 10:30	A	Sabine Johannknecht
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	11:00 - 12:00	Z	Silke Arnhold
Reha-Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	16:45 - 17:30	5	Susanne Babka
Reha-Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	17:30 - 18.15	5	Susanne Babka
Reha-Sport bei inneren Erkrankungen			
Pilates	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
Wasser-Gymnastik 1	19:45 - 20:45	Z	Cornelia Missler
Wasser-Gymnastik 2	19:15 - 20:00	5	Brigitte Riebe-Neuhoff
	20:00 - 20:45	5	Brigitte Riebe-Neuhoff
Mittwoch			
Yoga (Kurs) NUR NACH ANMELDUNG Fortgeschrittene	20:00 - 21:00	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
Pilates	18:00 - 19:00	Z	Cornelia Missler
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	Sabine Johannknecht
Orthop. Gymnastik / Rehabilitationssport	10:00 - 10:45	Z	Sabine Johannknecht
Orthop. Gymnastik / Rehabilitationssport	11:00 - 11:45	Z	Sabine Johannknecht
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-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	15:30 - 16:30	8	S. Johannknecht
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	16:30 - 17:30	8	S. Johannknecht
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	19:30 - 20:15	5	Susanne Babka
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	20:15 - 21:00	5	Susanne Babka

Susanne Babka
Sprechzeiten im Gesundheitszentrum:

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

mail: zentrum@ssv-knittkuhl.de

Mo. 11:00 - 13:00 Uhr
Do. 14:30 - 16:30 Uhr

Heimausschuss - Monika Klöhn ☎ 94 21 46 26 Sportheim Vermietung - Yvonne Röttig 0157 76418068

Montag	19:30-23:00 Uhr	Sitzungen der Vereinsorgane
Mittwoch	10:30-12:30 Uhr	Büro- und Sprechzeit Vereinssportlehrerin Susanne Babka
Freitag	10:30-12:30 Uhr	Büro- und Sprechzeit Vereinssportlehrerin Susanne Babka zusätzliche Termine siehe Übungsplan Gesundheitssport
1. Sa. im Mon.	10:00-11:00 Uhr	Kassenstunde
2. Donnerstag	15:00-18:00 Uhr	Spiele -Nachmittag für Erwachsene, Erika Fritz ☎ 288935
3. Donnerstag	15:00-17:00 Uhr	Gedächtnistraining, Ute Mann ☎ 293564
Letzt. Do. im Mon.	15:00-18:00 Uhr	Seniorentreff, Ute Mann
Ein Do. im Mon. (siehe unten und SSV-Aushang)	19:30-22:30 Uhr	Stammtisch für alle: <u>JEDER IST WILLKOMMEN</u>

Termine – Bitte vormerken

Do. 23. Februar	18:11 Uhr	Altweiber im SSV-Vereinsheim
Do. 09. März	19:30 Uhr	Stammtisch
Do. 23. März	19:30 Uhr	Stammtisch
So. 02. April	10:00 Uhr	Osterfrühstück <u>mit Anmeldung !</u>
Do. 27. April	19:30 Uhr	Stammtisch
Do. 11. Mai	19:30 Uhr	Stammtisch
Do. 25. Mai	10:00 Uhr	Himmelfahrtswandern, ab 13:00 Essen mit Anmeldung !
Do. 08. Juni	19:30 Uhr	Stammtisch
Do. 22. Juni	19:30 Uhr	Stammtisch

Zusätzliche Veranstaltungen werden durch Aushang bekannt gegeben.



Eltern-Kind-Turnen

Dienstag Morgen 9.00 Uhr. 12 muntere Kinder treffen sich mit ihren Müttern und Tagesmüttern zum gemeinsamen Laufen, Rennen, Springen, Klettern, Balancieren. Bälle werden gerollt und geschmissen, dunkle Tunnel mutig durchquert und auf den dicken Matten hüpf es sich besser als zu Hause auf dem Sofa. Und wer dann spürt, wie toll man auf dem kleinen Trampolin hüpfen kann, oder sich ans Seil hängt zum Schwingen oder Schaukeln, der hat so viele Eindrücke, auch mit anderen Kindern und freut sich auf die nächste Woche. Zum Schluss noch eine „Zugfahrt“ und drei Lieder zum Abschluss und die 1-2 jährigen freuen sich auf ihr zweites Frühstück. Und traditionell zum Jahresabschluss frühstücken wir auf der Matte. Mal probieren, was andere Kinder so dabei haben. Jedes Kind, egal, ob es mit Mutter, Vater, Oma, Opa oder Tagesmutter kommt, ist herzlich willkommen.

Silke Arnhold

Wieder da: Fußball beim SSV

Anfang 2016 war es soweit, der SSV bot wieder Fußball an. Ausgerichtet auf Kinder zwischen 6 und 10 Jahren startete ich am 8. Januar mit dem ersten Training in der großen Halle der GGS Knittkuhl. Anfänglich waren rund 12 Kinder beim Training, später waren es um die 20. Neben Übungen rund um Ballgeschick, Passen und Dribbeln stand vor allem der Spielspaß im Vordergrund. Aktuell sind es rund 14 Kinder die regelmäßig am Freitag zum Training kommen. Mein bisheriger Co-Trainer Tim Tiemann musste sein Amt aus beruflichen Gründen zum Sommer hin leider aufgeben. Ich danke ihm für seine Unterstützung im vergangenen Jahr. Ich plane, die Gruppe 2017 altersmäßig zu teilen. Die Älteren werden zukünftig am Mittwoch, die Jüngeren weiter am Freitag trainieren. In beiden Gruppen haben wir somit noch Platz für weitere fußballinteressierte Kinder. Ich freue mich auf 2017.

Madlen Erbdorff

Schützenabteilung: Rückblick auf das Jahr 2016

Die 29. ordentliche Abteilungsversammlung fand am 15. Januar statt. Die Vereinsmeisterschaften für das Luftgewehrschießen wurden am 13. April durchgeführt und die Vereinsmeisterschaften für Kleinkaliber konnten am 10. April ordnungsgemäß stattfinden. Der Familientag der Sportschützen bestand am 17. September diesmal aus einem Tagesausflug mit Busfahrt nach Linz am Rhein, einem gemeinsamen Mittagessen in Linz und einer Rheinschiffahrt Linz-Königswinter. Schließlich endete unser Jahr am 3. Dezember mit einem Weihnachtsessen im Sportheim. 3 Mitglieder traten 2016 ein, 1 Mitglied aus. Die Abteilung hat nunmehr 36 Mitglieder.

Ausblick auf 2017

Auch in diesem Jahr können die Übungs-

und Wettbewerbstermine alle durchgeführt werden. Der Schießbetrieb ist auch weiterhin vertraglich und finanziell durch den SSV abgesichert.

Termine

Die Termine für Training und Vereinsmeisterschaften wurden mit dem „Aktuellen Rundbrief“ vom Dezember 2016 verteilt.

Vorhaben

Zum 30. Jahr seit unserer Gründung sind entsprechend einige Festivitäten vorgesehen, wie - Siegerehrung nach den Vereinsmeisterschaften mit anschließendem Bingo im Sportheim.

- Vogelschießen für die Abteilung in Angermund im Juli. - Tagesausflug der Abteilung im Herbst.

Alle Termine werden rechtzeitig mit dem „Aktuellen Rundbrief“ bekannt gegeben.

Horst Elschner

In Knittkuhl gibt es für Betroffene ein umfangreiches Angebot im Bereich Rehabilitationssport.

Zahlen müssen die Teilnehmer nichts. Und aus Leidensgenossen werden bei den Kursen schnell auch mal Freunde. Cornelia Missler hat in der Turnhalle der Grundschule in ihre Lungensport-Gruppe im Griff. Ob Aufwärmen im schnellen Trab, Übungen mit Gummiband, Ball oder Reifen, und das natürlich stets mit der Konzentration auf das „richtige“ Atmen - alle folgen ihrem Kommando. Die Teilnehmer beiderlei Geschlechts, größtenteils, aber nicht ausschließlich älteren Jahrgangs, haben trotzdem ihren Spaß. Es ist keine verbissene, eher eine aufgelockerte, kommunikative Atmosphäre. Nicht unbedingt so, wie man sich das bei Rehabilitationssport vorstellen würde.

Reha-Sport gibt es seit Kriegsende, „nur hieß es damals noch Versehrtensport“, blickt Missler zurück. Das klingt natürlich erst recht nicht nach etwas, an dem einer freiwillig mitwirken will, daher bevorzugt sie den Ausdruck Gesundheitssport, denn darum geht's: nach einer diagnostizierten Krankheit und der Akutphase über die Rehabilitation wieder zu einem körperlichen und seelischen Zustand zurückfinden, der dem eines gesunden Menschen möglichst nahe kommt.

Und das schafft man erstaunlicherweise in Knittkuhl ganz besonders gut. Die beim örtlichen Sportverein SSV angesiedelte Abteilung umfasst Angebote für Innere Krankheiten, Orthopädie und Lunge, auch die gezielte Wassergymnastik ist eingebettet - insgesamt 28 verschiedene Kursangebote. Und das Beste daran: „Für die Teilnehmer ist das komplett kostenfrei, es kann zudem vom Arzt nicht budgetbelastend verordnet werden“, erklärt Missler und fügt hinzu: „Während einer Reha wird natürlich viel Wert auf Sport gelegt. Wer danach aber wieder ausschließlich auf dem Sofa sitzt, Chips isst und Bier trinkt, wird unabhängig von seiner Krankheit sein Leben nicht unbedingt verbessern.“ Wer das verordnete Reha-Sport-Angebot wahrnimmt, muss damit rechnen, dass er von der Krankenkasse zumindest stichprobenartig überwacht wird. „Bei zu vielen Fehlzeiten wirkt sich das zum Beispiel für diejenigen, die später mal eine Kur beantragen, nicht so positiv aus“, gibt Missler zu bedenken. Und der Trainingsumfang ist durchaus anspruchsvoll: 50 Stunden in anderthalb Jahren für Innere Krankheiten (meist Krebs) und Orthopädie (Rücken!), gar 120 Stunden in drei Jahren für Lunge (COPD: Chronisch obstruktive Lungenerkrankung - von Raucherlunge bis chronischer Bronchitis).

Aber ans Schwänzen denken die Teilnehmer gar nicht: Michael zum Beispiel („Ja, das Rauchen ist ein nicht unwesentlicher Grund dafür, dass ich jetzt hier bin“) atmet inzwischen viel bewusster. „Ich bin seit 13 Monaten in der Gruppe und freue mich regelmäßig auf den Abend. Auch, weil man neue Leute kennenlernt und sich austauschen kann.“ Angelika ist es ganz ähnlich ergangen: „Ich habe schon vor meiner COPD-Erkrankung viel Gymnastik gemacht und bin das nach einem Reha-Aufenthalt hier offen angegangen. Die systematischen Bewegungen tun mir gut, das ist doch etwas ganz anderes, als etwa ein ausgedehnter Spaziergang.“ Außerdem komme sie so auch mit anderen Angeboten des Vereins in Kontakt - etwa Nordic Walking. Cornelia Missler ist es wichtig, dass jeder seine Grenzen kennt, Sport aber durchaus in seinen Tagesablauf integriert und sich mehrmals die Woche zur Bewegung animiert. Daher gibt's bei ihr auch Hausaufgaben. „Die Ärzte werden es mir danken“, ist sie sich sicher.

von Marc Ingel



Sitzgymnastik

Donnerstag 10 Uhr in der Blanckertzstrasse im Seniorenheim. Hier wird fleißig Sport im Sitzen oder Stehen betrieben. Auch bewegte Gedächtnisspiele gehören dazu. Mit immer neuen Anregungen und kleinen Geräten wird die Sportstunde abwechslungsreich gestaltet. Aber nicht nur der Sport, auch das gemütliche Beisammensein an manchen Tagen gehört dazu. Vor Weihnachten sitzen wir ganz lange zusammen, bestellen uns große Kannen mit Kaffee, essen mitgebrachte Plätzchen und betreiben Mundgymnastik. Da werden launige Gedichte vorgetragen, gesungen, und Geschichten erzählt. Diese orthopädische REHA - Gruppe ist das richtige Angebot für Menschen, die sich körperlich und geistig fit halten wollen, die sich aber nicht mehr auf den Boden setzen oder legen können.

Silke Anhold

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

MENS
iele
EFF
AEG

Ganz in Ihrer Nähe!
An der Lilie 1, 40878 Ratingen

ANZEIGE

Wie in all den Jahren zuvor

zeichnete sich das Jahr 2016 auch wieder durch viel Arbeit, aber auch Spaß und Erfolg aus. Wieder war der Heimausschuss sehr gefragt. Beim Neujahrsempfang, Altweiber, Osterfrühstück und Vatertagswandern waren die schon traditionellen Einsätze der Crew im 1. Halbjahr. Die Rhythmische Sportgymnastik hatte nur drei kleinere Veranstaltungen in der 3-Fachhalle in Gerresheim, die für



die „Catering-Gruppe“ keine besondere Herausforderung darstellten. Die 2. Jahreshälfte begann mit dem Grillfest, das diesmal von der „Jugend“ in Eigenregie geplant und durchgeführt wurde. Weiter ging es mit dem Weinfest und dem Oktoberfest. Den krönenden Abschluss des Heimausscheinsatzes bildete der „Letzte Stammtisch“, der zum 2.Mal mit einem servierten 7-Gang-Menü brillierte (mehrere Rezeptanfragen konnten zur Zufriedenheit beantwortet werden). Ob dieser Aufwand noch einmal getrieben werden kann? Die Zukunft wird es zeigen.

Apropos Zukunft: Veranstaltungen wie Stammtische und die oben genannten sind nicht ohne diverse Helfer zu verwirklichen. Glücklicherweise kann der Heimausschuss auf ein gut eingespieltes und einsatzfreudiges Team junger Leute zurückgreifen, die nicht nur helfend einspringen, sondern auch eigene „Kochbeiträge“ liefern. Wir möchten

hier Nadine, Yvonne, Melanie, Madlen, Erik, Oliver, Jan und Christian noch einmal besonders danken. In 2017 wird es einige Veränderungen geben müssen. Die Stammtische werden in Zukunft nicht mehr nach einem festgelegten Rhythmus abgehalten, sondern abhängig von der Bereitschaft der Mitglieder, hier Initiative zu ergreifen. Die jeweiligen Termine werden durch Aushang rechtzeitig angekündigt. Es ist für den Heimausschuss nicht zumutbar, regelmäßig einzuspringen, wenn sich kein Durchführender findet oder kurzfristig absagt. Hilfestellung beim Servieren und Zapfen ist aber in jedem Fall gewährleistet.

Die traditionellen Events wie Karneval, Osterfrühstück, Vatertagswandern, Grillfest, Oktoberfest, Weinfest und der „Letzte Stammtisch“ werden natürlich mit Freude vom Heimausschuss mitgetragen. So wünschen wir euch und uns ein erfolgreiches Jahr 2017 mit vielen gemeinsamen und gemütlichen Treffen.

Der Heimausschuss



Einladung

Ordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 31. März 2017, 19.30 Uhr

SSV-Sportheim, Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf

Diese Einladung erfolgt statt einer persönlichen Einladung!

**Anträge sind bis zum 17. März 2017
an den Vorstand zu richten.**

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. Anträge
13. Ehrungen
14. Verschiedenes

Der Vorstand

*Christian Klöhn
1. Vorsitzender*

*Oliver Brinks
2. Vorsitzender*

Das Jahr 2016 in der „Gruppe-Mittwoch“

Ist mal wieder vorbei und es hat sich einiges getan: Die Kopffzahlen der Gruppen liegt derzeit bei ca. 8 bis 16 Sportlern pro Übungsabend. Auch dieses Jahr möchte ich mich an dieser Stelle wieder besonders bei allen Sportlern, die hier mit zuverlässigem Erscheinen einen motivierenden Übungsbetrieb ermöglicht haben, herzlich bedanken! DANKE an ALLE!

In der Mittwochsgruppe begrüßten wir im Laufe des Jahres einige neue Teilnehmer, eine neue Teilnehmerin und ein paar „Schnupperkursorler“, die leider nach ein paar Teilnahmen oft wieder verschwunden waren. Aber so ist das nun mal in einer Gruppe. Der harte Kern ist weitestgehend gleich geblieben. Dafür sind andere wiederum, die sich bereits „verabschiedet“ hatten, dann doch plötzlich wieder aufgetaucht und darüber freue ich mich besonders! 2016 war seit vielen Jahren mal wieder ein Jahr ohne besonderes Event, zumindest nicht in der Sommerzeit. Im Herbst/Winter kamen dann wieder die Traditionen durch: Am 21.12.2015 besuchten wir den neuen Griechen im „Neuenhaus“ und sorgten für einen gemütlichen Ausklang des Tages, des Jahres und der Saison. Der Besuch auf dem Wülfrather „Weihnachtsmarkt“ fand wie immer an einem Samstag statt. Diesmal war es der letzte Samstag im November. Im Restaurant Zur Post ließen wir den Tag ausklingen: Preis/Leistungsverhältnis = einfach GUT! Nicht zu vergessen, unser kleines Freundschaftsturnier am 14.12. gegen die Spieler/innen der Volleyballgruppe Dienstag. Einen Dank an Oilli für seine Organisationshilfe und sowas sollten wir immer mal wieder machen! Im Laufe des Jahres waren wir mittwochs nach dem Training oft in unserem SSV Stamm-Lokal-Franco. Das ist zwar schön, aber

noch schöner ist: wir setzten uns zu einem geselligen Ausklang im Anschluss an unsere Übungsstunden mal in der Umkleidekabine, mal in der Halle zusammen. (Haben wir den Jedermännern „abgeschaut“!) Voraussetzung: etwas Trinkbares ist da.....diese Voraussetzung wurde oft (manchmal auch spontan) erfüllt und ich sage DANKE an alle edlen Spender!

Ich hoffe alle sind gesund und munter ins neue Jahr gekommen. Ich wünsche Euch für das Jahr 2017 viel Elan und Spaß mit dem SSV.

Heinz Wallraf



Im Laufe des vergangenen Jahres

hat im Turnbereich ein relativ großer Umbruch stattgefunden. Mehrere Mädchen der Fördergruppe, die auch schon lange bei uns geturnt haben, sind aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr dabei, dafür gibt es einige neue Turnerinnen, die allerdings anderen Altersgruppen angehören. Daher musste der Bereich etwas umstrukturiert werden und es war vor allem ein Jahr, in dem der Aufbau zur Wettkampfreife im Vordergrund stand. Über die Wettkämpfe, an denen wir teilgenommen (Mini-Mäuse-Cup, Währvierkampf, Sommercup (den wir dieses Jahr in unserer Halle in Knittkuhl ausgerichtet haben) und Verbandsausscheidung haben wir bereits in den vergangenen Ausgaben des Sport-Reports berichtet. Im Herbst standen dann noch der Einsteiger- sowie der Verbandsmeister-Wettkampf an. Beim Verbandsmeister, bei dem die höheren Pflichtübungen geturnt werden, startete nur Filippa Krause, die sich gegen starke Konkurrenz den 3. Platz

erturnte. Beim Einsteigerwettkampf waren wir dagegen mit 6 Mädchen (Antonia Zeipelt, Svea Gräfe, Carolin Ural, Emily Laux, Dinah Lenz und Chiara Brandhuber) vertreten, von denen einige sicher im nächsten Jahr ebenfalls beim Verbandsmeister starten werden. Aufgrund des Rücktritts der gesamten Jugendvertretung des Turnverbands Düsseldorf, die bisher für die Organisation der Wettkämpfe zuständig war, hat sich die Frage ergeben, wie sich der Wettkampfbetrieb jetzt fortsetzen wird. Da sich keine Nachfolger gefunden haben, sind die betroffenen Vereine übereingekommen, die Wettkämpfe auf die Vereine aufzuteilen, sodass diese jetzt jeweils von einem Verein organisiert werden, was natürlich eine große Herausforderung bedeutet. Wir hoffen, dass alles gut funktionieren wird und wir weiterhin den Turnerinnen viele Möglichkeiten bieten können, ihre Fähigkeiten zu zeigen.

Martina Heinemann und Claudia Krause



Wie in den vergangenen Jahren

h atte am 1. Adventsonntag 2016 wieder Utes und Manfreds Advents - Cafe geöffn et. Alle Gäste freuten sich auf die leckeren Kuchen und Torten und darauf, wieder nach Herzenslust schlemmen zu können. Ich hatte in den Tagen vorher viel Arbeit, die feinen Sachen vorzubereiten und herzustellen. Mit ganzem Herzen und viel Freude war ich dabei. Von Ute Haupts und Monika Klöhn sind Alle liebevoll mit Kaffee und Kuchen versorgt worden. Das Buffet mit den leckeren Torten und Obstschnitten war herrlich anzusehen. In kurzer Zeit waren alle Platten leer und die Gäste und wir zufrieden. Wie in einem Cafe üblich, war ein großer Tisch aufgebaut, auf dem meine Frau Ute die Pralinen, Trüffel, Marzipan-Nikoläuse und kleine süße Geschenke aufgebaut hatte. Schokoladenhexenhäuser und Päckchen mit



leckerem Gebäck rundeten das Angebot ab. Aus dem Verkaufserlös ging wieder, wie in den vergangenen Jahren, ein Teil als Spende an Ute Mann für Senioren – Aktivitäten. Geschafft und glücklich freuten wir uns, wie auch die Gäste, auf das nächste Advents-Café.

Manfred Haupts

Trattoria da Franco ein Stück *Bella Italia* im Zentrum von Knittkuhl

**Am Mergelsberg 36 - 40629 Düsseldorf
Tel.0211 - 157 852 79**

Öffnungszeiten Trattoria	
Di. - So.	15:00 - 24:00 Uhr
Feiertag	15:00 - 22:00 Uhr
Warme Küche	16:00 - 22:00 Uhr

ANZEIGE

Das Jahr 2016 im Seniorentreff.

Im Januar feierten wir den 95. Geburtstag unserer ältesten Sportlerin Käthe Müller. Wir gratulierten mit Liedern, musikalisch begleitet von Wolfgang Fischer, mit heiteren und besinnlichen Texten, leckerer Kuchen und Kaffee fehlten auch nicht. Bleib behütet unter Gottes Schutz und Segen, liebe Käthe! Unser Hausarzt in Knittkuhl, Dr. Harald Siegmund, stellte uns die Palliationsmedizin vor. Besonders ausgebildete Ärzte helfen Schwerstkranken zu Hause, lindern Schmerzen, versuchen Ängste zu nehmen, begleiten die Angehörigen. Unheilbar Erkrankte haben so die Möglichkeit, zu Hause umfassend betreut zu werden. Im März spannte Wolfgang Fischer einen großen Bogen vom 2. Weltkrieg, seinem Ende bis zum Mauerfall, der den Menschen in der DDR die Freiheit schenkte. Viele von uns Älteren wussten noch um die letzten Kriegstage, kannten die damals verbotenen Lieder, erinnerten sich an den Feindsender. Wir leben seit Jahrzehnten ohne Krieg, beten wir für andere Länder, dass auch dort Frieden einziehen möge! Mit bekannten Liedern zum Mitsummen und -singen führte uns Volker Peters durch die deutschen Lande. Ein Nachmittag, der froh und heiter stimmte und uns sehr gefallen hat. Fronleichnam fiel unser Treff aus. Im Juni schipperte das Boot uns über die Ruhr. Gerne denken wir an den humorvollen Vortrag im Ledermuseum. Ein entspannter Tagesausflug! Anhand seiner wunderschönen Fotos ließ Peter Klöhn das Vereinsgeschehen bis zum 40. Jubiläum aufleben. Wie vielfältig sind doch unsere Sportveranstaltungen, Feste und Aktionen! Herrliches Septemberwetter und wir auf der Terrasse von Gut Landfrieden

bei Kaffee, Kuchen, Eis, umgeben von der sonnenbeschiedenen Landschaft, aufmerksam bedient von der freundlichen Wirtin Frau Holl. Im Oktober war ich bemüht, Aufgaben im Seniorentreff zu meiner Entlastung abzugeben. Ob alle aufmerksam hingehört haben? Dazu kam Frau Nina Wippermann und brachte es auf den Punkt. Verlust der hohen Töne? Schwerhörigkeit, unangenehme Nebengeräusche? Die Entwicklung der Technik hat enorme Fortschritte gemacht. Hilfreiche Beratung wird angeboten, hingehen muss jeder selbst. Frau Barbara Kempnich, Leiterin der Düsseldorfer Bahn Hofmission, stellte uns ihre Einrichtung vor. Gemeinnützig, ökumenisch geleitet, bemühen sich die Mitarbeiter um das Wohl der Reisenden. Viele Ehrenamtler stehen ihnen zur Seite. Wie immer entwickelte sich ein lebhaftes Gespräch. Unser Wissensdurst wurde gestillt. Danke, Frau Kempnich! Das Jahr klang aus mit unserer Adventsfeier. Musikalisch begleitet von Gertrud und Peter sangen wir Weihnachtslieder, hörten Gedichte und Weihnachtsgeschichten und gingen mit „0 du fröhliche“ - bitte „fröhlich!“ ,verlangte Walter- in die „Stille Nacht“ der Weihnachtszeit entgegen.

Ute Mann

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

Jahresbericht

Rückblick auf das Jahr 2016

Im Jahr 2016 haben die Gymnastinnen des SSV Düsseldorf-Knittkuhl an vielen regionalen, nationalen und internationalen stark besetzten Wettkämpfen teilgenommen und unseren Verein dabei erfolgreich vertreten. Eine Menge gewonnener Pokale und Medaillen sind das Ergebnis der gemeinsamen harten Arbeit unserer Mädels und des gesamten Trainer-Teams. Noch vor der Wettkampfsaison zu Beginn des Jahres wurden zwei Düsseldorf Gymnastinnen, Jennifer Young und Marina Lage, zur Sichtung der Nationalmannschaft für den olympischen Zyklus 2017-2020 eingeladen.

Im März folgten dann die Rheinischen Meisterschaften in Leverkusen. Dort holten unsere Gymnastinnen zwei Rheinische Meistertitel: Katarina Kratz in der JLK 13 und Marina Lage in der FWK. Jennifer Young wurde 2. in der JLK 15

und Viktoria Kratz 3. in der SLK 11.

Am 2. April fand in Gerresheim der achte Internationale City-Cup statt. Es war ein toller Wettkampf, an dem über 100 Gymnastinnen aus ganz Europa teilnahmen.

Unsere Mädchen behaupteten sich mit sehr guten Plätzen gegen die internationale Konkurrenz. In der AK 7 gewann Melissa Winschel vor ihrer Teamkollegin Jasmin Bodrug. Mit Diana Nemirowski konnte sich auch eine Gymnastin in der AK 8 den 1. Platz sichern, Mila Grenz wurde 3. Marina Lage siegte in der Senior-B-Kategorie. An dieser Stelle muss ein großer Dank an alle Eltern der Gymnastinnen und auch an alle Helfer aus dem gesamten Verein ausgesprochen werden. Ohne deren großes Engagement wäre eine solche Veranstaltung nicht zu realisieren gewesen. Das gilt nicht nur für den City-Cup, sondern auch für die

Regionalmeisterschaften, die schon eine Woche später stattfanden, wo erneut viele Helfer in Aktion waren um unseren Gästen eine angenehme Wettkampf-Atmosphäre zu bereiten. Dort gewann Marina Lage in der FWK Silber und qualifizierte sich mit ihrer Teamkollegin Anna Pahl für den Deutschland-Cup. Bei den nationalen Turnieren wie den Deutschen Meisterschaften/ Deutschland Cup in Bremen, sowie beim Bundesfinale in Dahn belegten die Düsseldorf Gymnastinnen gute Platzierungen. Ende Mai fand der internationale Wettkampf Luxemburg Trophy statt, bei dem Marina Lage den 2. und Katarina Kratz den 4. Platz belegten.

Zwei Wochen später folgte dann der internationale Pastorelli-Cup in Nürnberg, wo Marina Lage in ihrer Altersklasse siegte. Im Juni waren wir beim Sommer Pokal in Münster zu Gast. Victoria Libert (AK8) und Viktoria Kratz (SWK) belegten jeweils den 3. Platz, Katarina Kratz (JWK) und Marina Lage (FWK) holten beide Silber. Zum Saisonabschluss richtete der Landesleistungstützpunkt kurz vor den Sommerferien die Rheinischen Kindermeisterschaften aus. Mit insgesamt 10 Kindern im Alter von 6 bis 9 Jahren wurde unser Verein repräsentiert. In der AK 6 gewann Victoria Cherepnev die Silber- und Alicia Holz die Bronzemedaille. In der AK 7 kam Lisa Siebert auf den 2. Platz und Jasmin Bodrug auf den 3. Platz. Melissa Winschel wurde 4. In der AK 8 starteten 4 unserer Mädchen: Diana Nemirowski (4. Platz), Mila Grenz (7. Platz), Adelina Sebold (8. Platz) und Victoria Libert (9. Platz).

Weitere drei große internationale Turniere sind zu erwähnen: Im Oktober beim 4. Fryslan Cup in Holland freuten sich Jasmin Bodrug und Irena Ivanova über Silber und Mila Grenz über Bronze. Lisa Siebert wurde 4.

Beim Ulm Donau Cup Ende November gewann Marina Lage den 1. Platz, Irena Ivanova sicherte sich den 3. Platz.

Zu guter Letzt fuhren wir im Dezember mit 5 Gymnastinnen zum internationalen Luxembourg Cup. Marina Lage gewann den 1. Platz, holte sich den Pokal im Mehrkampf und Gold mit dem Ball. Melissa Winschel (Jg. 2009) erreichte im Mehrkampf den 3. Platz, gewann mit dem Ball sogar die Goldmedaille. Ihre Teamkollegin Jasmin Bodrug wurde mit dem Ball 2. Im Finale Ball (Jg. 2008) erreichte Diana Nemirowski den 2. und Mila Grenz den 3. Platz. Abschließend kann man sagen, dass die Abteilung Rhythmische Sportgymnastik SSV Düsseldorf-Knittkuhl auf ein sehr erfolgreiches Jahr 2016 zurückblicken kann.

Leonid Lage



Foto RSG-Abteilung: Fryslan Cup



Foto RSG-Abteilung: Diana Nemirowski

Heinz Allein. Der Unterhalter.

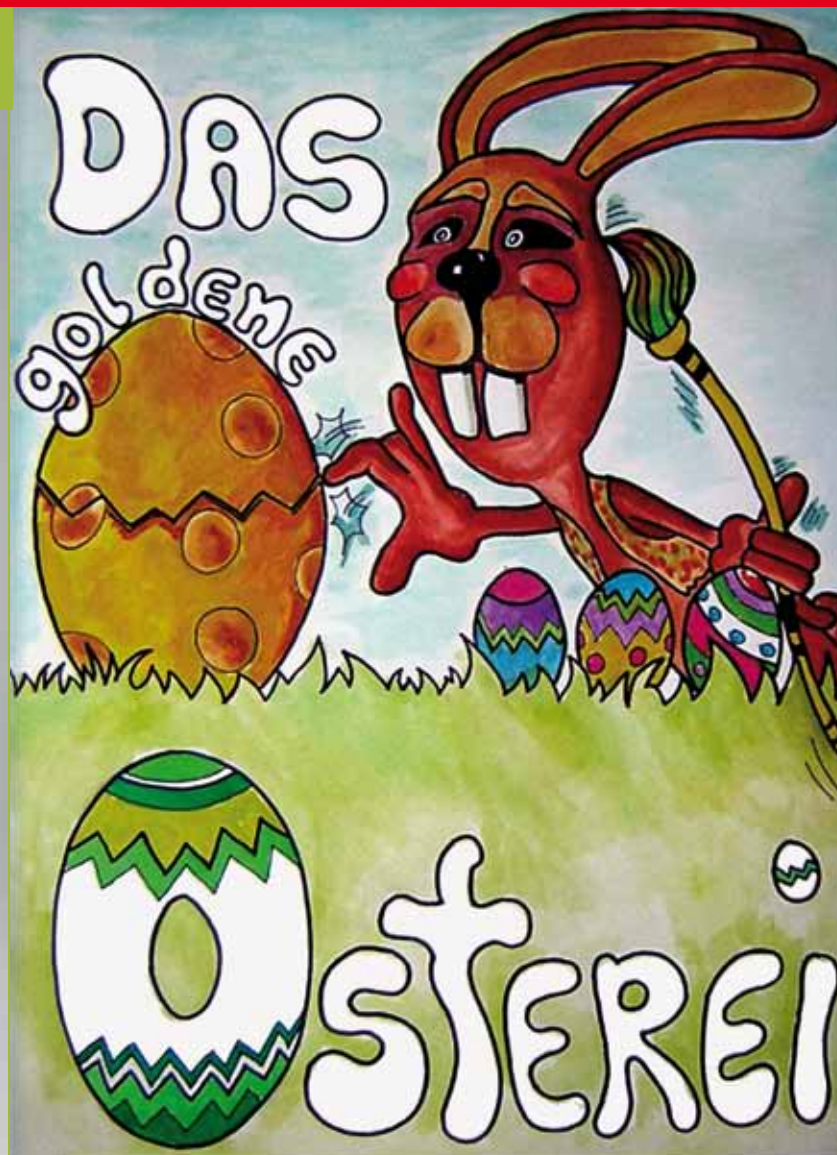
Damenwahl und Eierorgel - aus dem Leben eines Spaßmachers



Story:
 Er ist Heinz.
 Er kommt vom Niederrhein und er hat eine Aufgabe: Unterhaltung! Das ganz große Entertainment ist sein Metier - nicht für die Reichen und Schönen. Für die Übriggebliebenen. Heinz spielt für alle, die nicht schnell genug abgelehnt haben, dann vergreift er sich im Ton und an der Gattin des Gastgebers. Heinz, ein Unterhaltungsdinosaurier, Spaßpastor, und rheinischer Philosoph, der die Welt erklärt, singt und die Frage stellt: Gab es ein Leben vor dem Ententanz?

Die Kultfigur aus dem Neuss-Düsseldorfer Stunk.Erstmals abendfüllend in einem Soloprogramm in Knittkuhl.

Vorstellung am Freitag 17.03.2017 im Vereinsheim Am Püttkamp 9
 Einlass 19:00 Uhr Beginn 20:00 Uhr
 Eintritt :15 Euro

**Der Kasper ist wieder da.**

In diesem Stück geht es um ein goldenes Osterei. Die verzogene Tochter des Königs von Kasparhausen ist ganz und gar unverträglich. Sie hat schon alle Freunde und Haustiere verscheucht. Nun möchte der König den Kasper zu seiner Tochter einladen. Dem gefällt diese Idee überhaupt nicht. Deshalb ist er froh als ihn der Osterhase herbeiruft. Der hat nämlich ein Problem mit einem goldenen Ei. Ob das der Kasper lösen kann und ob das ihm und dem König helfen kann? All das erfahren wir in der lustigen und sehr phantasievollen Ostergeschichte für kleine und große Osterhasen von 4 - 99 Jahren.



Mobiles Neknerf Kasperltheater
www.kasperltheater.neknerf.de

Ralf Frenken
 Apollinarstraße 2
 40227 Düsseldorf
 Fon : 0211 / 240 65 40

Vorstellung am Samstag 01.04.2017 im Vereinsheim Am Püttkamp 9
 Beginn 15:00 Uhr
 Eintritt : 5 Euro, egal ob klein oder groß

Vorverkauf ab 21. Februar

Karten gibt es im Vorverkauf in der
 sowie im Februar und März beim

„Bergischen Apotheke“ am Püttkamp 3
 „Stammtisch“ im Vereinsheim am Püttkamp 9

Vorverkauf ab 21. Februar

Echt?

Wer es noch nicht wusste, konnte sich im November in unserem Vereinsheim davon überzeugen lassen. Gefühlte 60 Kinder ab 4 wurden vom Kasper und einer pupsenden Biene in die Materie eingewiesen. „Es war zauberhaft“, so nur eine von vielen Stimmen, als der Kasper sich verabschiedete. Zauberhaft? Das wurde es dann wirklich einen Monat später, denn da suchte ein echter Zauberer die Kinder und unseren Verein heim. Wieder ein rasselvolles Haus und so mancher kleine faszinierte Besucher war sich auf dem Heimweg sicher, einen richtigen Zauberer gesehen zu haben. Das, was sich ein jedes Theater wünscht, nämlich ein volles Haus, machte dem Verein Mut zu weiterem Engagement in dieser Richtung. Und warum sollen nicht auch mal Erwachsene Spaß haben? Den Kasper für Große nennt man Kabarettist und ein solcher mit dem Namen

„Heinz allein - der Unterhalter“, eine Kultfigur aus dem Düsseldorf/Neusser Karneval (Düsseldorfer Stunk im Zakk, wem das was sagt) will den SSV mit seinen Einsichten in das wirkliche Leben am 17. März beglücken. Also wenn man mal keinen Bock auf Fernsehen hat, im Vereinsheim ist der Heinz los. Ebenfalls vor Ostern wird sich noch einmal der Kasper unseren jüngeren Mitgliedern und deren Freunden präsentieren. Dieses Mal geht es nicht um Ostereier suchende Ratten, sondern um das „Goldene Osterei“. Um der Programmflut noch eins draufzusetzen, ist für den Herbst ein echter Knüller geplant, an dessen Umsetzung bereits heftig telefoniert wird. Und wenn wir uns davon erholt haben, warten in der Vorweihnachtszeit schon wieder Kasper und Zauberer auf unsere kleinen Kleinkunstsbegeisterten. Da sage noch einer, unser Verein täte nix für seine Mitglieder. Man darf gespannt sein.

Wolfgang Grub



Was vergessen?
Plötzlich Besuch?
Frische Brötchen - Leckere Getränke
Lebensmittel - Kosmetik - Süßigkeiten
Das und vieles mehr!

Wo ?
Im Kiosk !

Am Mergelsberg 1
in Düsseldorf Knittkuhl

Montag - Samstag
07:00 - 20:00 Uhr
Sonntag
08:00 - 20:00 Uhr

ANZEIGE
Frischer Kaffee
Kuchen Teilchen

Mitgliederlisten werden online nicht angezeigt.

Stichtag: 01.01.2017
988 Mitglieder

Seit über 30 Jahren in Ihrer Nähe

Versicherungsbüro
Weisske & Co.
www.weisske.org
In der Flieth 15
40629 Düsseldorf
Telefon: (0211) 28 30 02

Callcenter und Warteschleifen finden Sie überall ...
Wir sind wirklich da und nah
Alle Versicherungen - nur ein Ansprechpartner

ANZEIGE



*Ich
komme
wieder,
keine
Frage.*

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
oder zentrum@ssv-knittkuhl.de

Vorsitzender:
Klöhn, Christian: ☎ 0211 / 54 35 72 99

Redaktion:
E-mail: sport-report@ssv-knittkuhl.de

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

Anzeigen:
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: DUSDEDDXXX
IBAN:DE59300501100079000220

**Sprechzeiten im Sportheim
Am Püttkamp 9** ☎0211 28 29 23
Mo. & Fr. 10:30-12:30 Uhr
Kassenstunde
1. Samstag i. M. 10:00-11:00 Uhr

**Sprechzeiten im Gesundheitszentrum
Am Schultersbusch 3** ☎ 0211 20 92 71 38
Montag 11:00-13:00 Uhr
Donnerstag 14:30-16:30 Uhr

Herstellung: Druckerei Heimbuch
Althofstrasse 44 , 45468 Mühlheim a.d.Ruhr.
☎ 0208 / 31055 Fax 0208 / 32760
info@Heimbuch-media.de
Auflage 800
30.Jahrgang Ausgabe Juli 2017

*Sportstätten:
Siehe Übungspläne*

Der nächste Sport-Report (2/2017)
erscheint am 14.07.2017
Redaktionsschluss ist der 11.06.2017

FRISEURSSALON DE PARIS

Herren

Haarschnitt	10 €
Waschen, Schneiden, Föhnen & Stylen	15 €
Maschinenhaarschnitt	8 €
Kinderhaarschnitt (bis 12 Jahren)	8 €
Rasieren	ab 5 €
Haare schneiden & glätten	ab 30 €
Haare färben	ab 20 €
Kopfmassage	15 Min 10 €
Augenbrauen zupfen (mit Faden)	6 €
Augenbrauen färben	5 €
Wimpern färben	5 €
Style Extrem	ab 5 €

Damen

Haarschnitt kurz	15 €
Haarschnitt lang	20 €
Waschen, Föhnen	ab 25 €
Kurpackung	2 €
Hochsteckfrisur, Mack-up, Haare färben und weitere Leistungen auf Anfrage	



Ellerstr. 131 - 40227 Düsseldorf
Tel : +49 (0) 211 / 2710726 oder +49 (0) 173 / 5280640
Öffnungszeiten: Mo.- Sa. 10:00 bis 20:00 Uhr
www.friseursalon-paris.de

Hilfe im Alltag



Jörg Kupitz Hilfe und Service

**Einkaufsservice
(Hauslieferung)**

Einkaufsbegleitung

Getränke-Lieferungen

Handwerkliche Hilfe

Reinigungsarbeiten

Fensterreinigung

Arztbegleitungen

Musik für jeden Anlass

**Jörg Kupitz
Hilfe & Service**

**Am Feldhof 6
40629 Düsseldorf
Tel.: 02 11/15 77 26 75
Mobil: 01 57/53 57 60 49
Fax: 02 11 / 15 77 26 77
info@joerg-kupitz.de
www.joerg-kupitz.de**



Adressenaufkleber

ANZEIGE