



Sport-Report

Ausgabe 2-2020



Aus dem Inhalt:

Seite 10

Seite 18

Seite 29

Seite 30

Seite 36





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

Es sind definitiv besondere Zeiten,

die wir gerade haben. Für uns alle, aber auch für unseren Verein. Mitte März kam auch für uns die Unterbrechung unseres regulären Trainingsbetriebes plötzlich.

An einem Wochenende galt es, die Mitglieder zu informieren. Und dies ohne einen wirklichen Ausblick, wann und wie es weiter gehen kann. Unser Dank gilt hier allen Mitgliedern, die nicht nur vollstes Verständnis zeigten, sondern auch in besondere Weise ihre Verbundenheit zum Verein gezeigt haben. Eine Austrittswelle blieb aus.

Und dann gilt unser Dank unseren Übungsleitern. Auch hier wurde nicht nur viel Verständnis gezeigt, es wurde an Alternativen gearbeitet. Und so waren es Übungsleiter, die uns motiviert haben, Onlineangebote ins Leben zu rufen. Als es dann langsam wieder mit Präsenzangeboten losgehen konnte, waren es erneut die Übungsleiter, die aktiv unterstützt haben, neue Angebote für diese Übergangszeit ins Leben zu rufen und diese mit Leben zu füllen. Und die Angebote wurden gut angenommen, es kehrte ein Hauch von Normalität zurück. Nun sind wir mittlerweile bei so etwas wie Normalbetrieb angekommen. Ich nutze hier die Gelegenheit, mich bei allen zu bedanken, die uns in dieser Zeit unterstützt haben, für uns da waren, dazu beigetragen haben, dass wir auch in diesen Ausnahmezeiten für unsere Mitglieder das, was möglich war, auf die Beine gestellt haben.

Und dann stelle man sich folgende Geschichte vor: Ein über 90-jähriger sucht seine Schwester. Zu dieser hatte er seit weit über 30 Jahre keinerlei Kontakt. Er weiß nur, sie wohnt noch

in der Gegend. Und dann begibt man sich auf die Suche, indirekt. Denn die Tochter des 90-jährigen hat es gemacht. Um dann festzustellen, dass beide im gleichen Sportverein sind. Und somit gefühlt nur wenige Meter auseinander. Gibt es nicht? Doch bei uns – so in diesem Sommer passiert. Was ich damit sagen möchte, mögen die letzten Monate für viele gefühlt noch so dunkel gewesen sein, vor allem durch fehlende soziale Kontakte, irgendwie scheint immer ein Licht und es gibt Hoffnung.

Tut mir einen, nein zwei Gefallen. Erstens, bleibt alle gesund. Und zweitens, bleibt dem Verein treu und habt Spaß und Freude bei und mit uns. Wir tun unser Bestes, dass es so sein wird. Auch in diesen besonderen Zeiten.

Euer Christian Klöhn



Verein in Coronazeiten

Die Nachricht am 13.03.2020 traf den SSV Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V. ebenso hart wie alle anderen Sportvereine. Der laufende Betrieb ist ab Montag, dem 16.3.2020 einzustellen. Wie und wann es weiter gehen kann, konnte zu diesem Zeitpunkt keiner sagen.

Unsere Mitglieder wurden über die Homepage, die Social Media Kanäle und auch ganz analog über die vorhandenen Schaukästen informiert. Besonders hart hat es die Seniorenarbeit im Verein getroffen. Die wöchentlichen Treffen, für viele ein Highlight der Woche, fielen weg. Auch die anderen Mitglieder und Sporttreibenden bedauerten bei allem Verständnis für die Notwendigkeit und Wichtigkeit der Maßnahme, dass nun nicht nur der Sport, sondern auch das soziale Miteinander wegbrach.

Aber bereits in der 1. Woche des Shutdowns kamen engagierte Übungsleiterinnen auf Geschäftsführerin Susanne Babka zu und riefen die ersten Onlineangebote ins Leben. Die Kurse stießen von Anfang an auf hohe Akzeptanz und Begeisterung bei den Mitgliedern. Dieses Angebot wurde im Bereich Breitensport nach und nach ausgebaut und so wurden Pilates, Bauchtanz, Stretching, Qi-Gong und Gymnastik angeboten. Der Dank des Vereins gilt hier den engagierten Übungsleitern, die durch ihre Initiative maßgeblich geholfen haben, den Sportbetrieb fortzusetzen.

Speziell für die Abteilung Gesundheitssport wurden weitere Online-Kurse konzipiert. Auch hier fanden sich schnell Mitglieder, die sich begeistert angemeldet haben. Bereits

bei den Informationsveranstaltungen, natürlich ebenfalls online, wurde deutlich, wie sehr den Mitgliedern nicht nur der gemeinsame Sport, sondern auch das gemeinsame Miteinander gefehlt haben.

Eine weitere Herausforderung war die Rhythmische Sportgymnastik, unsere Leistungssportkomponente. Hier bekamen die jungen Gymnastinnen ähnlich wie im Home-Schooling Aufgaben von den Trainerinnen. Die Eltern unterstützten und nahmen dann auch Videos auf, die die Trainerinnen erhielten und den Fortschritt sehen können. Hier spielt auch das Thema Kontakthalten eine große Rolle, es gilt die Motivation der Gymnastinnen weiter hoch zu halten.

Im Mai konnten wir dann die ersten Angebote im Freien anbieten. Walking, Gymnastik auf der Wiese unter freiem Himmel und die neu eingeführten Radtouren am Mittwoch erfreuten sich großer Beliebtheit. Und schließlich konnten wir unter strengen Auflagen die ersten Angebote im Zentrum anbieten. Hier entwickelten Susanne Babka, Sabine Johannknecht und Andrea Döring Hygienekonzepte, damit wir alle Auflagen der Stadt und der Verbände erfüllen konnten. Und es war nicht möglich, den bekannten Übungsplan 1:1 zu reaktivieren. So wurden kurzerhand auch hier neue Angebote ins Leben gerufen. Eine vorherige Anmeldung zur Teilnahme war Pflicht. Alle Angebote erhielten schnell Zulauf und so kehrte ein wenig Normalität ein.

An dieser Stelle ein wichtiger Hinweis: Zurzeit dürfen die Umkleidekabinen sowie die Duschen (in den Sporthallen) nicht genutzt werden. Diese Vorgabe kommt nicht vom Verein, es ist eine Vorgabe von Verbänden und der Stadt. Hier geht es

um Abstände, Enge und damit mögliche Gefahrenquellen. Daher unsere dringliche Bitte, diese Vorgabe zu erfüllen. Kommt bitte nahezu fertig umgezogen zu den Angeboten, zieht euren Trainingsanzug aus und wechselt die Schuhe.

Wir haben uns dann zu Beginn der Sommerferien entschieden, viele Angebote in den Ferien weiterlaufen zu lassen. Und am Ende der Ferien kam dann die für uns sehr positive Nachricht, dass wir mit den neuen Auflagen zurück zum Regelbetrieb übergehen können. Und so galt ab dem ersten Schultag wieder unser gewohnter Übungsplan. Natürlich unter Einhaltung aller Auflagen. Einzig unsere Angebote in Schwimmbädern konnten nicht direkt wieder anlaufen. Hier wurden seitens der Stadt teilweise neue Zeiten vergeben und auch hier galt es seitens des

Vereins, entsprechende Hygienekonzepte vorzulegen. Mittlerweile werden nun auch hier viele Angebote und Kurse fortgesetzt.

Man könnte nun sagen, das hört sich alles gut an. Ein Wermutstropfen bleibt, die Absage aller gesellschaftlichen Veranstaltungen schmerzt. Lebt ein Verein, und speziell unserer, doch auch von dieser Komponente. Und aktuell betrifft es auch weiterhin den Seniorentreff. Wir hoffen auch hier, bald wieder zur Normalität zurückzukommen. Aber es gilt weiterhin – Gesundheit geht vor. Und so hat der Vorstand entschieden, diese Veranstaltungen erst dann wieder anzubieten, wenn wir das Risiko minimieren und die Gesundheit der Teilnehmer sicherstellen können.

Der Vorstand

Restaurant



Kaisershaus

Wir empfehlen Ihnen, beim Spaziergang die Seele im Rotthäuser Bachtal baumeln zu lassen. Anschließend begrüßen wir Sie herzlich bei uns mit gut bürgerlichen und saisonalen Köstlichkeiten!

GÄNSE ab dem 01. November!

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

Reservierung erwünscht.

Erkrather Landstr. 82
40629 Düsseldorf

Tel.: 0211/243320
www.kaisershaus.de

Bei der Pflege der Mitgliederdaten

treten regelmäßig in bestimmten Bereichen Probleme auf:

1. bei Umzügen
2. bei den Kontendaten
3. bei Beitragsanpassungen
4. bei Kündigungen

Zu Punkt 1:

Bei einem Umzug werden zwar viele Stellen informiert, nur der Sportverein wird dabei gerne vergessen, so dass wir keine aktuellen Daten vorliegen haben. In der Folge können diese Mitglieder auch nicht - falls nötig - informiert werden und es kann kein "Sport-Report" zugestellt werden.

Zu Punkt 2:

Ändert sich Ihre Kontoverbindung, sollten Sie uns umgehend die neue Verbindung mitteilen, ansonsten kann der nächste Vereinsbeitrag nicht eingezogen werden, die Bank schickt die Anfrage zurück. Dadurch entstehen auf jeden Fall Gebühren seitens der beteiligten Geldinstitute. Den Beitrag und die entstandenen Gebühren müssen wir uns in einem Mahnverfahren von dem "säumigen" Mitglied zurückholen, was auch wieder zusätzliche Kosten verursacht, die schlimmstenfalls über ein Gerichtsverfahren eingetrieben werden. Soweit sollte man es möglichst nicht kommen lassen. Dieselben Kosten entstehen, wenn das Konto nicht gedeckt ist.

Zu Punkt 3:

Unsere Beiträge für Kinder und Jugendliche sind gestaffelt. Vollendet ein Kind das 11. Lebensjahr, erhöht sich der Beitrag um 0,50 € im

Monat. Diese Erhöhung wird automatisch in den Datensatz eingepflegt und ggf. nachgebucht.

Wird ein Jugendlicher volljährig, muss ab dem Folgemonat der Erwachsenenbeitrag gezahlt werden, d.h. der Beitrag erhöht sich um 3.- € im Monat. Falls in der Familie der Familienbeitrag gezahlt wird, fällt dieses volljährige Familienmitglied nun aus dem ermäßigten Beitrag heraus und - falls keine weiteren minderjährigen Kinder der Familie im Verein sind - wird der gesamte Familienbeitrag hinfällig und jeder Erwachsene muss von nun an voll zahlen. Auch diese Änderungen werden automatisch eingepflegt. Jede Familie, in der ein Kind volljährig wird, bekommt einen Monat vorher eine Mitteilung, dass diese Änderung ansteht mit der Bitte um Info, falls weiterhin die Schule besucht wird oder eine Ausbildung begonnen wird. Wenn uns also eine entsprechende Bescheinigung zugeschiedt wird, kann für die Zeit der Ausbildung/Schule/Uni der ermäßigte Schülerbeitrag gewährt werden. Diese Bescheinigungen werden von den Ausbildungsstätten nur für eine bestimmte Zeit ausgestellt. Solange also eine Ausbildung andauert, muss jedes betroffene Mitglied selbstständig dem Vereinsbüro Folgebescheinigungen zuschicken, sonst wird nach dem Ablauf der vorliegenden Bescheinigung automatisch wieder der Erwachsenenbeitrag fällig und abgebucht. Kommt so eine Bescheinigung verspätet oder wird sie vergessen, werden keine Beiträge rückwirkend erstattet.

Zu Punkt 4:

Zieht man in eine andere Stadt, wird gerne vergessen, die Vereinsmitgliedschaft zu kündigen. Leider wird

uns das auch nicht automatisch von anderen Stellen mitgeteilt, so dass der Ärger über weitere Abbuchungen dann vorprogrammiert ist.

Immer wieder gerne hören wir auch: "Ich habe doch dem Übungsleiter Bescheid gesagt, dass ich (oder mein Kind) nicht mehr komme".

Das ist natürlich keine Kündigung der Mitgliedschaft, denn dieser Satz kann ja auch bedeuten, dass man nur in eine andere Gruppe wechseln will.

Kündigungen der Mitgliedschaft müssen immer und ohne Ausnahme schriftlich an das Vereinsbüro Am Püttkamp 9 erfolgen. Laut Satzung kann man zum 30.6. und zum 31.12. eines Jahres kündigen mit einer Frist

von einem Monat im Voraus. Auch den Hinweis: "Ich habe ja schon lange nix mehr gemacht" können wir da leider nicht gelten lassen, auch wenn uns dafür schon mal vorgeworfen wird, dass wir kleinlich sind.

Grundsätzlich müssen alle o.g. Änderungen schriftlich und rechtzeitig an das Vereinsbüro erfolgen, denn wir brauchen ja einen Nachweis, warum eine Adresse oder eine Kontonummer oder ein Beitrag geändert wurde.

Ob Sie diese Änderungen per Briefpost oder per Mail schicken, können Sie selbst entscheiden, da sind wir dann großzügig!

Emely Peters

KINDERTURNEN

Kinderturnen montags 16:30 bis 17:30 Uhr

in der Turnhalle Am Mergelsberg.

Unsere Gruppe besteht derzeit aus Kindern im Alter von 4 bis 7 Jahren. Wir spielen, klettern, springen, hüpfen, balancieren, erleben kleine Abenteuer und haben dabei ganz viel Spaß.

Kinder, die Lust haben, dabei mitzumachen, sind herzlich willkommen. Sie dürfen gerne auch ohne Voranmeldung an einer Probestunde teilnehmen.

Für Kinder ab 7 Jahren besteht die Möglichkeit, eine neue Gruppe einzurichten. Diese fände dann montags von 17:45 bis 18:45 Uhr statt. Bei Interesse bitte in der Geschäftsstelle melden.

Die Übungsleiterin Petra Schusters freut sich auf Ihre Kinder.



alle Fotos Petra Schusters

Hallo, wir möchten uns gerne kurz vorstellen.

Wir sind eine Gruppe von 11 jungen Erwachsenen (Durchschnittsalter ca. 22 Jahre) aus Lichtenbroich und Unterrath, die seit zwei Wochen Aufnahme in der Volleyballabteilung des SSV Knittkuhl gefunden haben.

Die meisten von uns kennen sich schon seit der Grundschule oder haben sich seit der weiterführenden Schule in der Truppe integriert. Seit knapp einem dreiviertel Jahr spielen Daniel und ich in einer Mixed Mannschaft eines anderen Vereins Volleyball. Da wir viel über unsere neue Sportart erzählten, bekamen immer mehr Freunde von uns Lust, den Sport mal zu testen. So entstand die Idee der eigenen Mannschaft. Bisher konnten wir allerdings nur eine Beach-Volleyball-Variante trainieren, da die Hallen ja geschlossen waren. Unser Ziel ist es allerdings, als Herrenmannschaft in der nächsten

Saison zu starten und wir waren daher auf der Suche nach einem Verein, der uns dies ermöglicht.

Den SSV Knittkuhl kenne ich seit meiner Kindheit durch meine Mutter, die dort Übungsleiterin ist. Auf unsere Anfrage hin haben wir auch direkt die Möglichkeit bekommen, dienstags in der Hobbymannschaft von 20 – 22 Uhr im Marie-Curie-Gymnasium in Gerresheim mit zu trainieren. Wir sind aber parallel auch noch auf der Suche nach einer Halle, die näher an unserem Wohnort liegt, damit die Anfahrt nicht so weit ist.

Wir freuen uns sehr darüber, jetzt richtig trainieren zu können und bedanken uns für die nette Aufnahme in den Verein.

Tim Heinemann



Tischtennis im Bann von Corona

Die Saisonvorbereitung im Tischtennis ist stark von der Corona-Pandemie geprägt.

Anfang August ging es dann los.

Platten reinigen, Bälle desinfizieren, neue Regeln für den Aufenthalt in der Halle klären, Desinfektionsmittel aufstellen, namentliche Erfassung der Teilnehmer. Dann die ersten Trainingstage. Es wurde in Boxen gespielt, immer auf den Abstand achten, keine Doppelspiele.

Zunächst dachten wir, alles nähme seinen geplanten Verlauf, doch fast wöchentlich gab es Neuerungen / Änderungen von Seiten der Politik, dem WTTV und der Stadt.

Auch beim anstehenden Spielbetrieb gab es kurz vor dem Start Veränderungen.

Etliche Mannschaften gaben ihren Rückzug bekannt.

In der letzten Augustwoche startete die 1. Mannschaft mit einem 6:2 Sieg gegen BV 04. Es folgte stark ersatzgeschwächt ein 1:7 gegen TTC Union. Ziel der 1. Mannschaft, die erstmalig zu viert in der 2. Kreisklasse antritt, ist es, einen Platz im vorderen Mittelfeld zu ergattern.

Dieses Ziel kann gelingen, wenn es nicht zu Spielerausfällen kommt.

Unser Horst Krüll ist jetzt 75 Jahre alt und wird zum Ende des Jahres nicht mehr zur Verfügung stehen. Er war immer mit seinem orthodoxen Spielstil ein Garant für überraschende Punkte. Fast alle jüngeren Spieler hatten in der letzten Spielzeit arge Probleme mit ihm. Horst hat in den vergangenen Jahren zahlreiche wichtige Spiele für den SSV Knittkuhl gewonnen, so dass wir mehrere Jahre dem Abstieg entrinnen konnten. Hier sei ein herzliches Dankeschön ausgesprochen.

Die 2. Mannschaft, auch gerne die „Zwote“ genannt, startete mit 2 Siegen, mit 7:1 gegen ART und 5:3 gegen BV 04. Ein sehr guter Start, wir hoffen, dass sich die

„Zwote“ an der Tabellenspitze hält.

Die 3. Mannschaft um Ronny Meyer startete verhalten, es gab leider eine 2:6 Niederlage beim TV Grafenberg. Nur Ronny konnte seine Spiele gewinnen.

Insgesamt zeigt sich, dass unsere bisherige Stärke, die Doppel, aufgrund der Corona-bedingten Änderungen nicht zum Tragen kommen. Eigentlich schade, aber so sind nun mal die jetzigen Umstände.

Die Jugend um Trainerin Andrea Döring hat fleißig trainiert und startet jetzt in der 2. Kreisklasse Jugend 15. Die Jungs sind gerade, vom Alter her, aus der Klasse Jungen 13 entwachsen und somit die Jüngsten in deren Spielklasse. So können sie die nächsten zwei Jahre zeigen, was sie drauf haben.

Wir hoffen, dass bei weiterem Trainingsfleiß ein Spielen in höheren Klassen in Zukunft möglich ist.

Leider gibt es hier aufgrund der Samstagsspieltage eine Interessenskollision von Spielern mit anderen Sportarten. Der Jugendfußball findet eben auch meist samstags statt. Aber hier werden die Jüngsten bestimmt die Lücke schließen.

Last News:

Das erste Spiel der Jugend endete 4 : 4 gegen TV Hösel. Im Satzverhältnis war der SSV erheblich besser 17:14. Mit ein bisschen mehr Glück hätte auch ein Sieg herauspringen können.

Zwei Spiele gingen knapp im fünften Satz verloren.

Wir wünschen Allen viel Erfolg und Spaß beim Tischtennis.

Bernd Schaller, Abt. 77







Die Turnhalle hat uns wieder!

Spätestens seit dem Ende der Sommerferien sind die Turngruppen auch wieder in bzw. an die Turnhalle zurückgekehrt. Einige Gruppen bieten ihre Übungsstunden zunächst noch draußen an, was aufgrund der Witterung z. Zt. auch gut machbar ist – einige hat es aber bereits wieder in die Turnhalle gezogen. Dies betrifft vor allem die Turngruppen, die vorwiegend an den Geräten arbeiten. Die Mittwochsgruppe hat bereits die letzten Wochen vor den Sommerferien wieder angefangen, freitags ging es erst danach wieder los.

Mit dem gegenwärtigen Konzept läuft es bisher auch ganz gut. Man merkt extrem, dass die lange Pause die Kinder und Jugendlichen richtig motiviert hat, wieder Sport in Gruppen zu treiben. Der Zulauf ist auf je-

den Fall so groß, dass mittwochs jetzt bereits eine Warteliste eingerichtet werden musste, obwohl auch einige der älteren Mädchen in die Freitagsgruppe gewechselt haben.

Wir freuen uns auf jeden Fall über die neuen Mitglieder und gehen das Training eifrig an, obwohl die Wettkämpfe im Verband in diesem Jahr nicht mehr stattfinden werden. Das gibt uns aber auf jeden Fall genug Zeit, uns gut vorzubereiten und das Training unter den gegebenen Umständen mit etwas Phantasie auch abwechslungsreich zu gestalten.

*Martina Heinemann und
Claudia Krause*



Was gibt es bei den Senioren?

Auch wenn das Bild etwas anderes vermuten lässt, die Senioren bewegen sich. Das Gedächtnistraining und der Spielesonntag mit Hilla und Erika am 2. und 3. Donnerstag im Monat finden wieder statt.

Mit der großen Gruppe am letzten Donnerstag im Monat geht es leider noch nicht ins Vereinsheim. Wandern am 1.



Dienstag im Monat geht auch, da wären wir auch schon bei einem Thema.

Ute gibt die Wandergruppe an Stefanie Ambroszy ab und kann sich nun beim Wandern entspannt dem Plaudern / der Plauderei widmen.

Mehr zu Steffi im nächsten Sportreport.

Man (Ute) geht ja nicht ohne ein paar Worte.

Denn es bedurfte schon einiger Worte um eine Gruppe von A nach B und wieder zurückzubringen. Ein Augenzwinkern war immer mit dabei. Gefühlt wanderte Ute schon ewig mit der Gruppe und wird es auch weiterhin tun, nur nicht mehr in der ersten Reihe: „irgendwann muss man halt aufhören „ (Ute).

Das ist doch mal ein Schlusssatz.

Bernd Honig, Seniorenbeauftragter

Unsere monatlichen Wanderwege

führen uns in die nähere Umgebung bis zu einem einladenden Lokal, wo wir Kaffee und Kuchen genießen und dabei viel erzählen.

Bei Sturm und Regen bleiben wir im Vereinsheim und gewinnen oder verlieren bei unseren geliebten Gesellschaftsspielen. Wir besuchen den Aquazoo und bemühen uns, die versteckten, blattähnlichen Insekten zu erkennen oder die vier besonderen Frösche zu entdecken und zu bewundern. Im Wildpark ist Rucksackverpflegung angesagt. Wir besichtigen das neue Haus mit Räumen für Vorträge, wo Kindern und Schülern die Natur näher gebracht wird. Auch in die bekannte Waldschule schauen wir an und natürlich freuen wir uns über Rotwild, Iltis und Waschbären. Im Schlossturm oben in der Laterne schweift unser Blick über Rhein und Altstadt. Anschließend geht es von Etage zu Etage im Schiffahrtsmuseum.

Vitrinen mit nachgebauten alten Schiffstypen, auf Knopfdruck laufen erklärende Filme dazu.

Der Dezember bleibt traditionell dem Düsseldorfer Weihnachtsmarkt reserviert. Glühwein, Champignons, Reibekuchen, drehender Tannenbaum in den Arkaden — dann Rast im Kabuffke mit Killepitsch. Dieses Jahr fuhren wir mit dem Riesenrad und hatten einen Lichterblick über Rhein und Altstadt.

Lust auf unsere munteren Wanderer? Jeden 1. Dienstag im Monat, 13 Uhr 30 ab Vereinsheim

Ute Mann

So sah es bei den Seniorentreffs vor Corona aus.



Was tun wir eigentlich für unser Gedächtnis?

Das ist die Frage, die wir fast täglich im Fernsehen hören. Ich möchte diese Frage an die Senioren unseres Vereins weitergeben.

Jeden 3. Donnerstag im Monat findet bei uns im Vereinsheim ein Gedächtnistraining für Senioren statt. In lockerer und fröhlicher Atmosphäre trainieren wir unser Gedächtnis, damit die grauen Zellen nicht verkümmern. Wenn man sein Gedächtnis regelmäßig trainiert, kann man bis ins hohe Alter geistig fit bleiben. Wir beschäftigen uns mit Wörtern Zahlen, Bildern und anderen Dingen. Wer diesen Spaß mit uns teilen möchte, der ist herzlich willkommen.

Hilla Göbel

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

Trauer muss nicht
schwarz sein.



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

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

Vanessa Funke
1. Kassiererin
☎ 0176 / 30590136

Tanja Coenen
2. Kassiererin
☎ 0176 / 23384183

Madlen Erbendruth
Schriftleiterin
☎ 0151-51195131

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
Sportheim-Management
☎ 0211 / 94 21 46 26

Nina Brinks
Vermietung Sportheim
☎ 0176-45676620
vermietung@ssv-knittkuhl.de

Karl-Heinz Altenrichter,
Schlichtungsausschuss
☎ 0176 49 44 25 08

Claudia Krause,
Jugendbeauftragte
☎ 02102 / 67 89 5

Bernd Honig
Seniorenbeauftragter
☎ 02 11 / 6 39 69 01

Abteilungen

TURNEN/GYMNASTIK
Martina Heinemann
Oberturnwartin
☎ 0211 / 4 22 85 86

Claudia Krause
Stellv. OTW
☎ 02102 / 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 / 514 37 37

TANZSPORT
Gabriele Kretschmann,
Abt.-Leiterin
☎ 0211 / 289 00 63
Sabine Johannknecht
Stellv. Abt.-Leiterin
☎ 0176 / 240 50 407

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 Gruß
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0211 / 28 62 10

BASKETBALL
Achim Schmidt, Abt.-Leiter
☎ 0173 / 514 01 11

Tim Schulze,
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0176 / 34 25 35 29

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

Nadine Klöhn
Stellv. Abt.-Leiterin
☎ 02 11 / 54 35 72 99

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
S. Grenz + A. Friel
✉ buero@ssv-knittkuhl.de

SENIOREN, WANDERN

Ute Mann,
☎ 0211 / 29 35 64

REHA / GESUNDHEITSSPORT

Susanne Babka s.o.

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

siehe Trainingsorte ↓			
Montag			
FreeStyle BodyFit	19:00 - 20:00	T	K.Mehmet
Turn-Spiel-Gruppe für jedermann „Montagsgruppe“	20:00 - 22:00	T	K.Mehmet / Peter Happe
Power-Fitness	20:00 - 21:30	Z	M. Johannknecht

Dienstag			
Wandern, jeden 1. Dienstag im Monat (siehe Aushang)	13:30	S	S.Ambrozy
Stretching	19:00 - 20:00	Z	Silke Arnhold

Mittwoch			
Spielgruppe Volleyball „Mittwochsgruppe“	20:30 - 22:00	T	H. Wallraf / Chr. Klöhn
Walking-Treff (am Sportheim)	10:00		Peter Happe

Donnerstag			
2.Donnerstag im Monat Spiele-Nachmittag für Erw.	15:00 - 18:00	S	Erika Fritz
3.Donnerstag im Monat Gedächnistraining	15:00 - 16:30	S	Hilla Göbel
Seniorentreff, findet z.Z. nicht statt			

LEICHTATHLETIK			
Donnerstag			
Kinder von 6 - 10 Jahre	16:30 - 18:00	T	Katrin Schusters

TISCHTENNIS			
Dienstag			
Kinder u. Jugendliche	18:00 - 19:30	T	A.Döring / N.Voss
Hobbyspielerinnen + Spieler	19:15 - 22:00	T	Bernd Schaller

Donnerstag			
Kinder u. Jugendliche	18:00 - 19:30	T	Andrea Döring
Hobbyspielerinnen u. Spieler	19:15 - 22:00	T	Bernd Schaller

BADMINTON			
Donnerstag			
Freizeit und Hobby für jedermann (ab 16 Jahre)	18:00 - 20:00	3	T. Rubbert

Freitag			
Kinder / Jugendliche (10-13 Jahre)	19:00 - 20:30	T	N. Arnhold
Jugendliche (14-16 Jahre)	20:30 - 22:00	T	N. 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 Nadine Klöhn

Auf Grund von Corona sind kurzfristige Änderungen möglich. Auskunft geben die Übungsleiter.

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		U. Müller
Tanzmäuse, 4-5 Jahre	15:45 - 16:45	Z		Sabine Johannknecht
Kindertanz Dancingstars, 6-7 Jahre	16:45 - 17:45	Z		Sabine Johannknecht
Rücken Aktiv	19:00 - 20:30	G		Sabine Johannknecht

Mittwoch				
Body Fit	19:00 - 20:00	Z		Sabine Johannknecht
Zumba für Jugendliche/Mutter&Kind Siehe Aushang	18:30 - 19:30	T		Katarina McNutt
Zumba für Erwachsene	19:30 - 20:30	T		Katarina McNutt

Donnerstag				
Body Move	20:00 - 21:30	Z		Sabine Johannknecht

Freitag				
Kindertanz (Orientalisch) ab 6-13 Jahre	18:00 - 19:00	Z		Gabriele Kretschmann
Orient. Tanz Erwachsene, alle Stufen				
jeden 1. / 3. + 5. Freitag im Monat	19:30 - 21:00	Z		Gabriele Kretschmann
Orient. Tanz erw.Anfängerinnen + Fortgeschr.				
jeden 2. + 4. Freitag im Monat	19:30 - 20:30	Z		Brigitte Neumann
Orient.Tanz alle Stufen und				
Bollywood-Tanz, 2.+ 4. Freitag i. M.	20:30 - 21:30	Z		Claudia Kalupke

TURNEN / RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

Montag				
Kinderturnen,3-4 Jahre	16:30 - 17:30	G		S. Balicheva
Turnen, Spiele. Mädchen u. Jungen ab 5 J.	16:30 - 17:30	T		P. Schusters
Turnen, Spiele. Mädchen u. Jungen ab ca. 6 J.	17:30 - 18:30	T		P. Schusters

Dienstag				
Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahre	09:00 - 10:00	G		Silke Arnhold

Mittwoch				
Kleinkinder (ab ca. 6 Monate)	09:00 - 10:30	Z		Nadine Klöhn
Turnen – Allgemein & Fördergruppe	16:30 - 18:15	T		Claudia Krause

Donnerstag				
Eltern-Kind-/ Vorschulturnen bis 4 J.	16:30 - 18:00	G		Nadine Klöhn

Freitag				
Spiel&Krabbelgruppe für Babys und Kleinkinder	15:00 - 16:30	Z		Nadine Klöhn
Turnen Leistungsgruppe	16:30 - 19:00	T		Martina Heinemann
Tanz,Ballett,RSG ab ca. 5 Jahre	16:00 - 17:30	8		R. Schayestepour / K.Freger
Rhythm.Sportgymn. / Nachwuchs / TS+TF Gruppen	17:30 - 19:30	8		R. Schayestepour

Samstag				
Talentsichtungsgruppe Rhythmische Sportgymnastik	10:00 - 12:00	8		R. Schayestepour
Wettkampfgruppe Gymnastik	12:00 - 14:00	8		Stefaniia Kapushchak
(Rhythmische Sportgymnastik – Sonderplan)				

Auf Grund von Corona sind kurzfristige Änderungen möglich. Auskunft geben die Übungsleiter.

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

VOLLEYBALL

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

BASKETBALL

Montag				
Herren 2 u 3	20:00 -22:00	Y	Felix Klaus	

Dienstag			
U12	17:00 - 18:00	T	J. Kannenberg
Kinder 6-8 J. (Mini Basketball)	17:00 - 18:00	G	N.Voss
U16 (1)	18:00 - 20:00	2	Richard Schurich
1.Herren	20:00 - 22:00	2	Felix Klaus

Mittwoch			
U14	18:00 - 20:00	8	Niklas Schirmer
Herren 2	20:00 - 22:00	M	

Donnerstag			
U16 (2)	17:00 - 18:00	3	Tim Schulze
1. Herren	20:00 - 22:00	2	Simon Baethcke

Freitag			
U14	19:00 - 20:00	2	Niklas schirmer
U16 (1)	20:00 - 21:00	2	Richard Schurich
Herren 1	20:30 - 22:00	2	Felix Klaus

KINDERSCHWIMMEN KURSE SIEHE AUSHANG

Montag				
verschiedene Kurse	auf Anfrage	ab 16:00	C	Susanne Babka

Mittwoch	verschiedene Kurse	auf Anfrage	ab 16:45	C	Susanne Babka
-----------------	--------------------	--------------------	----------	---	---------------

Samstag				
verschiedene Kurse	auf Anfrage	ab 15:15	A	Susanne Babka

Nachfragen bitte per mail oder telefonisch, siehe rechts

Auf Grund von Corona sind kurzfristige Änderungen möglich. Auskunft geben die Übungsleiter.

Teilnahme möglich mit Verordnung 56 oder Abteilungsbeitrag

		siehe Trainingsorte	
Montag		↓	
Gymnastik im Sitzen / Reha-Sport, Orthopädie	09:15 - 10:00	Z	Susanne Babka
Reha-Gymnastik, Orthopädie	10:00 - 11:00	Z	Susanne Babka
Pilates für Senioren (Kurs) Bitte Aushänge beachten	11:00 - 12:00	Z	U.Müller (☎0211/294494)
Reha-Wassergymnastik versch. Kurse auf Anfrage ab	18:10	C	Silke Arnhold

Dienstag

versch. Kurse auf Anfrage				
Reha Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	08:00	5	Susanne Babka	auf Anfrage

Reha-Wassergymnastik orthop.	10:00	5	S.Johannknecht auf Anfrage
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	11:00 - 12:00	Z	Silke Arnhold
Reha-Wassergymnastik bei orthop. Erkrankungen	ab 17:00 -	5	Susanne Babka auf Anfrage
Reha-Sport / Lungensport	18:00 - 19:00	Z	Silke Arnhold
Pilates, Fortgeschrittene	19:00 - 20:00	Z	Andrea Brüne

Wasser-Gymnastik 1	19:15 - 20:00	5	Brigitte Riebe-Neuhoff
Wasser-Gymnastik 2	20:00 - 20:45	5	Brigitte Riebe-Neuhoff

Mittwoch

Pilates, für Fortgeschrittene	18:00 - 19:00	Z	Elke Oehm
Yoga (Kurs) Fortgeschrittene NUR NACH ANMELDUNG	20:00 - 21:00	Z	Iris Nielsen

Reha-Wassergymnastik **versch. Kurse auf Anfrage** ab 18:00 C A. Döring **auf Anfrage**

Nachfragen bitte per mail oder telefonisch, siehe unten

Donnerstag				
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

Susanne Babka
Sprechzeiten im Gesundheitszentrum:
Am Schulterbusch 3 Tel.: 0211 / 20 92 71 38
mail: zentrum@ssv-knittkuhl.de

Mo. 11:00 - 13:00 Uhr

Do. 14:30 - 16:30 Uhr

- 2 = TURNHALLE THOMAS EDISON REALSCHULE, SCHLÜTERSTRASSE 18
- 3 = SPORThALLE GYMNASIUM AM POTH
- 5 = HALLENBAD ST. JOSEFS - HOSPITAL, UNTERRATH, AM KLOSTERHOF 1
- 6 = ANLAGE ANGERMUND
- 7 = ANLAGE HUBBELRATH
- 8 = MCG-SPORThALLE, GRÄULINGER STR. 15
- 9 = MCG-GYMNASTIKRAUM, GRÄULINGER STR. 15
- A = THERAPIEBAD WRANGELSTRASSE 40, EINGANG ST.FRANZISKUSSTRASSE
- B = THERAPIEBAD GRÄULINGER STR. 103, GERRESHEIM
- C = LOHBACHWEG 18, 40629 GERRESHEIM
- D = SENIORENZENTRUM GERRESHEIMER HÖHE, GRÄULINGERSTR. 118
- F = BUSHALTESTELLE „IN DER FLIETH“
- G = GYMNASTIKHALLE / GGS KNITTKUHL, AM MERGELSBERG 1
- M = SPORThALLE OTTWEILER STR.20 STÄDT. REALSCHULE
- S = SPORTheIM, AM PÜTTKAMP 9
- T = TURNHALLE / GGS KNITTKUHL, AM MERGELSBERG 1
- Y = HALLE ROSMARINSTR. 28, GGS MARIA MONTESSORI
- Z = SPORT&GESUNDHEITS-ZENTRUM KNITTKUHL, AM SCHULTERSBUSCH 3

Diesmal ging es nicht durch die Stadt

Auch der diesjährige METRO Marathon wurde natürlich aufgrund der Corona Thematik abgesagt. Sicherlich die richtige Entscheidung, auch wenn sie sich ein wenig hinzog.

Für unsere beiden Staffeln, organisiert durch unsere Schriftleiter Madlen Erbindruth, trotzdem ein trauriger Moment. Hatte man doch die Wochen zuvor fleißig trainiert, um gemeinsam die 42,195 Kilometer durch Düsseldorf zu bewältigen.

Die Organisatoren des Marathons hatten sich aber eine Alternative überlegt. Und so konnte nun jeder Teilnehmer sein Teilstück in seiner Freizeit selbst zurücklegen und per App mit dem Handy „aufzeichnen“. Madlen konnte dann die digitalen Nachweise an die Organisation des Marathons schicken und alle erhielten ihre begehrte Teilnehmermedaille.

Madlen ließ es sich auch nicht nehmen, die Teilnehmer dies gemeinsam an einem Samstag durchführen zu lassen. So kam ein wenig Gruppenfeeling auf. An der Strecken fanden sich Kilometerschilder, es gab die gewohnte „Nachbereitung“ bei Berlinern, einem alkoholfreien Weizen und dem netten Plausch danach. Danke an die Brandhubers und Roettigs, die sogar Verpflegungsstationen eingerichtet hatten. Da kam schon Marathon-



Feeling auf. Vielleicht sollte der Verein doch mal selbst einen Lauf organisieren. Aber dies ist eine andere Thematik. Für uns sind dieses Jahr, rein virtuell, gestartet:

- Staffel 1:
1. Nina Mohr,
 2. Klaus Brandhuber,
 3. Volker Schellartz,
 4. Markus Johannknecht



- Staffel 2
1. Kati Weyler,
 2. Jan Roettig,
 3. Christian Klöhn,
 4. Madlen Erbindruth

Wir hoffen darauf, dass es nächstes Jahr dann wieder durch die Stadt gehen kann. Angemeldet sind wir schon.



alle Fotos Laufgruppe

Christian Klöhn

...kann man sich darauf verlassen, dass das Wetter mitspielt.

...kann man sich darauf verlassen, dass das Wetter mitspielt. So war es auch in diesem Jahr. Der diesjährige Schützenausflug ging in das schöne Soest und anschließend an den Möhnesee. Aber der Reihe nach.
Lange war unsicher, ob wir in diesem Jahr überhaupt einen gemeinsamen

Ausflug machen konnten. Schließlich war es aber unter Auflagen möglich und wir haben uns entschieden, den diesjährigen Ausflug durchzuführen. Und am Ende haben uns 46 zufriedene Teilnehmer Recht gegeben.
Am 12.9.2020 ging es um 8:30 Uhr in Richtung Westfalen, genauer nach Soest.





Und wie gewohnt begleitet durch die Sonne, es war ein herrlicher Tag bei 23 Grad und wenigen Wolken. Bereits auf der Hinfahrt gab es die erste Überraschung für die Mitreisenden. Monika Klöhn und Karl-Heinz Altenrichter, beide feierten einem runden Geburtstag im Sommer, ließen es sich nicht nehmen, im Bus eine Runde „kleiner“ Getränke zu spendieren.

Am Vormittag wurde dann nach der Ankunft in kleinen Gruppen Soest erkundet, anschließend ging es zum gemeinsamen Mittagessen in das Brauhaus Zwiebel. Bevor es allerdings die Stärkung gab, hatte Abteilungsleiter Horst Elschner die nächste Überraschung im Gepäck, es standen Ehrungen an. Neben Christian Fischer (30 Jahre Mitglied im Rheinischen Schützenbund) und Christian Klöhn (15 Jahre Mitglied im Rheinischen Schützenbund) wurden im Besonderen Dirk Einfeld (Verdienstnadel des Rheini-

schen Schützenbundes in Bronze) sowie der langjährige und immer noch aktive Abteilungsleiter Horst Elschner (Verdienstnadel in Gold) für ihr ehrenamtliches Engagement ausgezeichnet.

Nach dem Essen ging es mit dem Bus in Richtung Möhnesee und auf den Ausflugsdampfer. Und hier wurden den Teilnehmern dann auch Kaffee und Kuchen serviert. Wir können berichten, Hunger hat an diesem Tag keiner gelitten.

Nach der Bootsfahrt bei bestem Wetter über den Möhnesee ging es dann zurück in Richtung Rheinland. Um 18:30 Uhr kamen unsere Schützen dann wohlbehalten in Knittkuhl an. Ein langer, aber wunderbarer Tag ging zu Ende. Und alle haben es genossen, nach langer Zeit wieder etwas in Gesellschaft zu unternehmen. Alle sind gespannt, wo es wohl im nächsten Jahr hingeht.

Nadine Klöhn



FIT IN DEN TAG mit B.B.P.!

Vor 2 Jahren habe ich die Gruppe von Conny Mißler übernommen. Wir treffen uns jeden Dienstagmorgen 10 Uhr im Gesundheitszentrum zum Bauch – Beine – Po – Workout. Wir trainieren hierdurch einen schönen knackigen Po, straffe Oberschenkel und legen die Grundlage für einen schönen flachen Bauch. Auch gezielte Übungen für den Beckenboden gehören dazu. Den Körper anspannen und entspannen, die Bewegung nach Musik beflügelt uns.

Eure Ursel Müller



REHASPORT

Mein Name ist Kader Mehmet ,31.

Ich bin eine sympathische, lebensfreudige Persönlichkeit, die viel positive Energie mit sich bringt. Ich möchte Menschen dazu bringen, die unter körperlichen Beschwerden leiden, ihren Schmerz zu lindern. Der Rehasport kann jedem helfen, der akute Rückenschmerzen (auch Bandscheibenvorfall), Schulterschmerzen, Kniebeschwerden, Hüftschmerzen, Gelenksbeschwerden, usw. hat. Der Rehasport dient dazu, die Ausdauer und Kraft zu stärken. Er verbessert die

Koordination und Flexibilität. Durch den Rehasport erhältst du langfristig deine Gesundheit und Lebensqualität. Mehr Lebensqualität, mehr Lebensfreude. Mein Ziel ist, auf Dauer die Betroffenen in das Arbeitsleben und in die Gesellschaft einzugliedern.

**DU fühlst dich angesprochen?
Dann besuch MICH.**

Kader Mehmet

Ordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 26. März 2021, 19.30 Uhr

SSV-Sportheim, Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf

Die Tagesordnung wird im Sport-Report 01/2021 bekannt gegeben.

Der Vorstand

Diese Einladung erfolgt statt einer persönlichen Einladung!

Anträge sind bis zum 12. März 2021 an den Vorstand zu richten.



Bergische Apotheke
Am Püttkamp 3
40629 Düsseldorf
Apotheker Kamuran Yüksel

Ihre Gesundheit ist uns wichtig!

Öffnungszeiten
Mo - Fr
08:00 - 13:00
15:00 - 18:30
Mi 08:00 - 13:00
Sa 09:00 - 13:00

kostenlose Lieferung
bergische.knittkuhl@gmail.com
Tel. 0211 / 29 79 29 | Fax. 0211 / 29 75 76



Die ApothekenApp der Bergischen Apotheke
die Apotheke für unterwegs

Diesen Sommer ist etwas Neues

in unserem Verein entstanden, die Mountainbike Gruppe.

Nicht nur aus der Not, dass wir etwas in der schwierigen Zeit anbieten wollten, sondern auch aus Spaß, mit dem Rad die Umgebung von Knittkuhl zu entdecken. Und so treffen wir uns nun regelmäßig mittwochs um 19.00 Uhr und im Herbst montags um 18.00 vor der Grundschule. Und los geht's. Etwa 1 1/2 Stunden über Waldwege, Nebenstraßen und manchmal auch über Trampelpfade einfach mal querfeldein. Mitfahren darf jeder – auch E-Biker sind willkommen. Allerdings besteht Helmpflicht.

Bis jetzt hatten wir viel Spaß und drangen in Gebiete vor, die manch Knittkuhler noch nie zuvor gesehen hatte.

O-Ton: also jetzt wohne ich 40 Jahre hier, aber das kenne ich nicht! Auch diverse Defekte an den Bikes (Kettenriss u.Ä.) oder sinnflutartiger Regen haben uns nicht abhalten können, auf Entdeckungstour zu gehen. Und da es auch immer rauf und runter geht, kommt der sportliche Aspekt nicht zu kurz. Knackige Steigungen und schnelle Abfahrten stehen also immer auf dem Programm und wer dann mal schieben muss, auf den wird natürlich oben gewartet.

ÜL Thomas freut sich über jeden Mitfahrer – Rad geputzt, Kette geölt, bei Susanne angemeldet, Helm auf und los geht's.

Thomas



Der SSV geht online, zum ersten ...

Um den Vereinsvorstand mal zu zitieren: Besondere Situationen erfordern besondere Maßnahmen!

Als Mitte März der bundesweite Lockdown kam, wurde alles stillgelegt, was nicht unbedingt als „systemrelevant“ eingestuft werden konnte. Also ruhte auch der gesamte Sportbetrieb des SSV Knittkuhl.

Der gesamte Sportbetrieb?!

Nein, eine Gruppe von Übungsleitern wollte das nicht hinnehmen! Den Übungsleitern und den Vereinsmitgliedern fehlte die sportliche Betätigung mindestens ebenso sehr wie die sozialen Kontakte, die das sportliche Vereinsleben so mit sich bringt. Die Kursteilnehmer durften nicht mehr zum Sport ins Gesundheitszentrum und in die Turnhallen kommen? Vielleicht sollte dann der Sport zu ihnen kommen?

Andrea Brüne (Übungsleiterin Pilates) kam schnell auf die Idee, mit Erlaubnis des Vereinsvorstandes Online-Kurse für Pilates anzubieten, und holte Elke Oehm (ebenfalls Pilates) und Claudia Kalupke (Grundlagentraining Stretching) mit ins Boot. Die Idee wurde von den Kursmitgliedern begeistert angenommen. Schon ab Ende März turnten die Kursteilnehmer von Andrea Brüne und Claudia Kalupke munter im heimischen Wohnzimmer

(oder wo auch immer) zu den Live-Sessions von Pilates und Stretching über Zoom oder Skype, zum Teil sogar zweimal in der Woche. Elke Oehm fertigte ihrerseits Videos an, die sie ihren Kursteilnehmern online zur Verfügung stellte. Diese konnten dadurch die Übungen individuell in ihren Tagesablauf einbauen und so oft und so lange üben, wie sie es mochten.

Mittlerweile läuft der Übungsbetrieb wieder normal, aber nach wie vor gibt es Kursteilnehmer, die lieber zuhause online mitturnen möchten als mit vielen Menschen zusammen im Zentrum oder in den Turnhallen. Für diejenigen läuft das Online-Angebot von Stretching und Pilates weiter, solange der Bedarf da ist. Wir finden, gemeinsam haben wir diesen Teil der Corona-Krise bisher ziemlich sportlich gemeistert! Und ein herzliches „Dankeschön!“ geht an den Vereinsvorstand, der so schnell und flexibel reagierte und den Übungsleiterinnen für die Übertragungen die leeren Räumlichkeiten des Vereinsheims und Zentrums samt WLAN zur Verfügung stellte!

*Andrea Brüne, Elke Oehm,
Claudia Kalupke*

**HOBBY + SPIEL
MÜLLER**

Anspruchsvolles Spielzeug für Groß und Klein

Benderstr.111 40625 Düsseldorf
Tel. 0211 2855557

Gerresheimer Landstr.125 40627 Düsseldorf
Tel. 0211 5479484

www.hobby-und-spiel-mueller.de
kontakt@hobby-und-spiel-mueller.de

Der SSV geht online, zum zweiten ...

Nachdem ab Mitte März 2020 aufgrund des bundesweiten Lockdowns auch der gesamte Sportbetrieb des SSV Knittkuhl ruhte, kamen auch die Übungsleiterinnen der orientalischen Tanzgruppe schnell auf die Idee, sich online über Skype zum Tanzen zu verabreden, die ersten Male im privaten Rahmen, dann aber offiziell mit Genehmigung des SSV.

Nachdem die ersten technischen Hürden gemeistert waren (nicht jeder ist ja ein Computerexperte und muss sich manches erstmal Schritt für Schritt aneignen), haben Brigitte Neumann und Claudia Kalupke ab Ende März jeden Freitagabend abwechselnd Training für orientalischen Tanz und Bollywood-Tanz online über Skype angeboten. Am Anfang klappte das mit der Musik noch nicht so gut, und es stellte sich auch heraus, dass die eine oder andere Tänzerin ein Training allein zuhause nicht so toll fand, aber insgesamt wurde das Angebot sehr dankbar angenommen. So hatte man ja auch sozialen Kontakt zu den anderen Mitgliedern der Gruppe. Immerhin tanzen wir schon seit vielen Jahren gemeinsam und pflegen untereinander auch unsere Freundschaften, die daraus gewachsen sind.

Als der Übungsbetrieb im Zentrum Ende Mai wieder aufgenommen werden durfte, hat auch Gaby Kretschmann ihr orientalisches Tanz-Training für die Erwachsenen vor Ort wieder aufgenommen (etwas später auch wieder für die orientalische Kinder- und Jugendtanzgruppe). Anfangs durften aus Sicherheitsgründen nur wenige Tänzerinnen mittanzen und dann auch nur mit Maske. Mittlerweile läuft der Übungsbetrieb aber wieder normal und jetzt bieten Gaby Kretschmann und Claudia Kalupke jeden Freitag um 19 Uhr abwechselnd orientalisches Tanztraining bzw. Bollywood-Tanz im Zentrum an. Brigitte Neumann hingegen bietet

ihr Grundlagen-Training für Bauchtanz auch weiterhin von zuhause aus online über Skype für all diejenigen an, die lieber noch zuhause tanzen möchten als mit vielen anderen zusammen im Zentrum. Auf diese Weise haben wir die Corona-Krise bisher ganz gut gemeistert – auf jeden Fall sind wir in Bewegung geblieben und haben uns nicht aus den Augen verloren. Ein herzliches „Dankeschön!“ möchten wir auch dem Vereinsvorstand sagen, der schnell und flexibel reagierte und für die Live-Übertragungen das leere Zentrum samt WLAN zur Verfügung stellte!

*Brigitte Neumann, Claudia Kalupke,
Gaby Kretschmann*



Eigentlich

sollten zur letzten KIS-Veranstaltung mit dem Kabarettisten

Jens Neutag

60 Personen kommen, denn das Vereinsheim war ausverkauft.

Eigentlich.

Dann kam aber die Corona - Welle und 50 % der verkauften Plätze blieben aus nachvollziehbaren Gründen leer, und wir zahlten unseren Gästen den Kaufpreis der Karten wieder zurück. (Ein Paar verzichtete auf die Rückzahlung und spendete den Betrag dem Verein. Danke dafür.) Für die anderen 50% trat der Künstler auf. Es war übrigens seine letzte öffentliche Veranstaltung mit Publikum für lange, lange Zeit. Die Zuschauer wurden am Eingang „ zwangsdesinfiziert“. Äußerlich mit den obligatorischen Sprays und innerlich mit einem hochprozentigem braunen Düsseldorfer speziellen Getränk, welches unter anderem auch gegen schlechte Laune hilft. Letzteres, so stellte sich dann heraus, wäre aber gar nicht nötig gewesen, denn die Zuschauer waren durchweg begeistert. Neutag bot politisches Kabarett vom Feinsten, immer wieder durchzogen von entsprechenden Seitenhieben gegen alle Lager. Die Planungen für unsere KIS-Veranstaltungen laufen immer mit mindestens einem Dreiviertel Jahr Vorlauf ab. Und so haben wir für den November / Dezember 2020 auch schon eine Künstlerin für die Erwachsenen und den Kasper für die Kinder engagiert.

Eigentlich.

Nach langen Diskussionen und schweren Herzens haben wir nun aber entschieden, die Veranstaltung für die Erwachsenen nicht stattfinden zu lassen.

Für die Künstlerin ist das einerseits besonders schwer, weil das ihr Beruf und damit ihre einzige Einnahmequelle ist. Andererseits hat sie uns aber versichert unsere Situation zu verstehen. Dafür gilt Ihr unser Dank und Respekt. Wir

können natürlich nicht in die Zukunft schauen.

Aber wir haben ihr versichert, dass wir, sofern die Umstände es zulassen, ihren Auftritt im nächsten Frühjahr erneut bei uns im Vereinsheim anbieten werden. Also freut euch schon mal ein bisschen im Voraus.

Wir werden rechtzeitig über unsere Planungen berichten und hoffen dann auch auf regen Zuspruch eurerseits.



Für die Kinder haben wir unter besonderen Corona-Maßnahmen den Kasper zu uns eingeladen, in die große Turnhalle am So. 6. Dezember ab 15:00 Uhr. Da nach jetzigem Stand nur kleine Gruppen bis 16 Personen mit entsprechendem Hygienekonzept erlaubt sind, wird unser Puppenspieler das Theaterstück am Nachmittag bis zu drei Mal hintereinander aufführen, je nach erfolgtem Kartenvorverkauf. Die genauen Zeiten und der Beginn des Vorverkaufs werden rechtzeitig auf unserer Homepage und in den Schaukästen veröffentlicht.

Und nicht vergessen:

**KIS bedeutet : Künstler Im Sportverein
Eigentlich.**

Aber aus gegebenem Anlass rufen wir euch zu: **KIS : Keiner Infiziere Sich !!!**
Bleibt gesund und passt auf euch auf.

Emely&Volker Peters

WECHSELNDE TERMINE IM SSV-VEREINSHEIM

So. 06.12.2020 KIS Kasperltheater *

Ort: Sporthalle der Grundschule Knttkuhl
Begin: 15:00 Uhr (max. 16 Personen)
Bei Bedarf Zusatzvorstellungen.

**Weitere Veranstaltungen sind z.Z. gemäß
gültiger Hygieneregeln nicht geplant.**

*** Einzelheiten zu den Veranstaltungen
werden durch Aushang
bekannt gegeben.**



Diese Seite bitte als Merkzettel ausschneiden und aufhängen



STÄNDIGE TERMINE IM SSV-VEREINSHEIM

Sportheim-Management - Monika Klöhn ☎ 94 21 46 26
Sportheim Vermietung - Nina Brinks ☎ 0176-45676620 **ab 18:00 Uhr!**

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, Hilla Göbel ☎ 282339



Mein Gott, was hatten wir uns alles vorgenommen. Das pralle Leben sollte es sein. Im Herbst des Vorjahres waren wir auf der Caravan-Messe auf diesen begnadeten Verkäufer von Wohnwagen gestoßen, der alle unsere Bedürfnisse quasi erfüllte und so wunderbar nachvollziehen konnte. So wie der Hausarzt, dessen Vater auch schon einmal. ... Fazit war ein halbes Jahr Lieferzeit für etwas, das unsere nie erloschene Fernsucht befriedigen sollte und die schmerzhaft Lücke füllen, die unser heiß geliebtes, leider defektes und nur sehr teuer heilbares Wohnmobil hinterlassen hatte. Ein halbes Jahr... Was kann man in dieser Zeit für Träume träumen, Pläne schmieden, Verträge abschließen mit Sehnsuchtsorten... Am 28. Februar 2020 erreichte uns die Nachricht, dass unser Objekt der Begierde nach Passieren der deutsch-französischen Grenze den Ort der Übergabe erreicht habe. Nur wenig später kam Corona an und mit einem Schlag war die Welt eine andere. Neben Begriffen wie Covid19, Nachvollzug des Infektionsgeschehen oder 7-Tage -Inzidenz wurde „Stornierung“ zum Unwort des Monats, Bundesländer schlossen die Türen, Schulen mussten sich auf eine Art des Lernens einlassen, für das die technischen Voraussetzungen kaum und das Wissen über diese nur lückenhaft vorhanden waren. Zum Glück für unsere Kinder bildete da die GGS Knittkuhl eine rühmliche Ausnahme. Familien bestanden plötzlich aus Gefährderten und Gefährdeten, die ihre emotionale Bindung nur distanziert leben konnten. Großeltern und Enkel sowie die Bewohner von Altenheimen und ihre Kinder befanden sich in getrennten Welten. Große Bereiche des öffentlichen Lebens, wirtschaftlich wie sozial, waren plötzlich no-go -areas. So auch unser SSV, der für viele Mit-

glieder ein wichtiger Kontaktpunkt war und ist, ein zuverlässiger Begegnungsort insbesondere für unsere Älteren, die hier in einem festen Rahmen ihren sportlichen und/oder sozialen Aktivitäten nachgehen konnten. All das war plötzlich ausgebremst, schmerzhaft und beängstigend. Ich weiß nicht, ob es andere auch so empfunden haben, aber für mich war der Umstand, in dieser Ausnahmesituation in einem Stadtteil wie Knittkuhl zu wohnen, einfach ein glücklicher. Man konnte vor die Tür gehen, tief durchatmen und eine von Autoabgasen fast freie Luft inhalieren, den Blick in Ruhe über das vorbergische Land streifen lassen und das Verfließen der Zeit als etwas Wohltuendes zu empfinden. Keine Hektik, kein Stress, kein Druck. In Neudeutsch heißt das wohl „Entschleunigung.“ Insofern eine privilegierte Situation. In Abwesenheit des uns so vertrauten Fluglärms war z.B. die Wiederentdeckung der Vogelstimmen eine echte Bereicherung. Die Welt hinter der Welt, in der wir uns so selbstverständlich bewegt haben, die uns fast unbemerkt weggerutscht ist. Dieses rätselhafte Virus Corona hat wie mit einem Brennglas viele Dinge unseres Lebens auf den Punkt gebracht. Das Miteinander wird als zentrales Erfordernis dann besonders sichtbar, wenn es, wie hier, massiv ausgebremst wird. Die Mängel im Sektor derer, die das Helfen zu ihrem Beruf gemacht haben, werden plötzlich für alle sichtbar oder die inhumanen Zustände, in denen diejenigen leben, die für uns Nahrungsmittel produzieren, sind plötzlich in aller Munde. Und angesichts der fast 890.000 Toten und 27 Millionen Infizierten weltweit schlägt es einem fast die Sprache, wenn Menschen in unserer Gesellschaft diesen Umstand als „fake news“ bezeichnen. Auch das hat Corona zu Tage gefördert. Was wür-

de wohl ein Vertreter dieser Gruppierung meinem Sohn sagen, der gerade mit Symptomen bei Vorerkrankungen den dritten positiven Test hinter sich gebracht hat und mit vierzig Jahren hofft, sein Leben noch nicht ausgereizt zu haben. Sicherlich gab es die eine oder andere Maßnahme, die schwer verdaulich war und sich im Nachhinein als überflüssig erwiesen hat. Im Nachhinein ist man immer schlauer, wenn sich Dinge ereignen, die man in dieser Form noch nie erlebt hat. Da hatten auch die seit Jahren nicht mehr im Geschäft befindlichen Virologen eine mediale Hochkonjunktur, da man uns jede Woche ein neues Expertengesicht präsentieren wollte und durch die Talkshows trieb. Ein solcher ist mir noch sehr nachhallig in Erinnerung, der dieses Virus unisono mit einigen bekannten Staatslenkern für ungefährlich hielt.

Neben all den gruseligen Dingen, die uns Corona beschert hat, gibt es erfreulicher- oder erstaunlicherweise ? auch eine positive Seite. Die gemeinsam erlebte und erlittene Notlage hat an vielen Stellen und in vielen Bereichen das zutage gefördert, was man den Gemeinsinn nennt: Für andere da zu sein, sich für sie zuständig, verantwortlich zu sein. Einkaufshilfen für Mitbewohner oder Fremde, Unterstützung von jungen Familien durch ältere Nachbarn oder umgekehrt, Balkonzertate für Nachbarn, gemeinsames Singen, Rücksichtnahme beim Einkaufen oder oder oder. Es gab so viele Initiativen, dass man sie gar nicht alle hier aufzählen kann. Die Frage, die sich stellt, ist: Wie viel davon hallt in uns nach, wie viel bewahren wir uns davon ? Ich hoffe sehr, dass sich im Großen wie im Kleinen dieses Gemeinschaftsgefühl sehr lange erhält. Damit fiele der Blick nach vorn leichter und wir hätten eine

gute Chance, diese Pandemie nicht nur zu überwinden, sondern auch aus ihr etwas zu lernen

Wie in allen Bereichen des Sports haben bereits die ersten vorsichtigen Schritte hin zu einer Wiedereröffnung des Sportbetriebes auch im SSV stattgefunden. Einen flächendeckenden Neustart des Breitensports erwartet die NRW-Landesregierung in den kommenden Wochen. Auch Zuschauer dürfen Wettkämpfe besuchen, was unsere Basketballabteilung freuen wird. Die rund 18.500 Vereine in NRW müssen allerdings garantieren können, dass Hygieneregeln, Registrierungsverpflichtungen und Abstandgebote eingehalten werden. Auf die gemeinnützigen Sportvereine, so auch auf uns, kommen „erhebliche Herausforderungen“ zu, da diese Anforderungen maßgeblich von Ehrenamtlichen bewältigt werden müssen, so Staatssekretärin Milz.

Diese Pandemie ist noch nicht vorbei, das ist wahr. Wir werden mit ihr noch länger konfrontiert werden, als uns lieb ist. Aber wir lernen jeden Tag dazu. Wir lernen etwas über dieses unbekannte Virus und seine Wirkungsweisen, wir lernen etwas über uns. Hoffentlich. In diesem Sinne: Bleibt gesund!

Wolfgang Grub

IHRE REISEBERATER IN ANZEIGE GERRESHEIM	
 Reisebüro am Kölner Tor 40625 Düsseldorf Gräulinger Str. 2 Telefon: 0211-2295080 www.kluges-reisen.de www.gute-ferien.de	<i>Reiseprofis beraten Sie</i> <i>Eigener Reisekatalog</i> <i>namhafte Reiseveranstalter</i> <i>maßgeschneiderte Reisen für Sie</i>

Gymnastik auf der Wiese!

20.Mai 2020 um 18.00 Uhr. Treffpunkt an den Treppen der Grundschule. Wal-ken und Gymnastik im Freien. So war es angekündigt und die Mitglieder des SSV Knittkuhl kamen gerne. Nach 9 Wo-chen „lockdown“ mit wenig Bewegung und viel allein oder in der Familie sein, freuten sich alle miteinander zu laufen, zu quatschen, mal draußen Gymnastik zu machen. Auch für die ÜL Silke war es eine Premiere. Corona bedingt war alles ein bisschen umständlich. Erst anmelden, dann kommen, immer schön Abstand halten, kein Umarmen, kein Körperkon-takt. Aber dann lief alles wunderbar. Wir walkten zur Conesscheune, dort erwartete uns eine schön gemähte Wiese. Und das Wetter spielte die nächsten Wochen, ja Monate mit. Sonne, Sonne, Sonne oder wenigstens trocken. Beim ersten Mal piekte das Gras noch, aber schon ab der zweiten Stunde hatten wir alle unsere eigenen Decken oder Matten dabei. Und es hat Spaß gemacht, wenn es hieß die Beine zur Decke, ach nein in den blauen Himmel. Dabei der Blick in die Wolken, den Körper spüren, den Geist schweifen

lassen. Oder auch mal das Grummeln ei-nes nahen Gewitters zu hören, aber im-mer mit dem beruhigenden Wissen, in 10 Minuten in Knittkuhl zurück zu sein. Uns hat aber nie ein Regen überrascht. In der Stunde dann klassische Gymnas-tik mit Kräftigung und Dehnung. Schön war auch, dass Kollegin Andrea dabei war, die konnte gut korrigieren und hat-te immer alle im Blick, u.a. auch Tipps für Bewegungsabläufe für Schultern, die schon länger steif waren inclusive. Auch drei kühlere, etwas feuchtere Termine konnten wir walking-mäßig gut überbrü-cken. Dank Uschi und Viktor haben wir ganz neue Strecken kennengelernt. Ein-fach toll, was man von Knittkuhl aus für schöne Walking-Möglichkeiten hat. Diese Gymnastik auf der Wiese hat allen Teil-nehmern und mir viel Freude und Ent-spannung gebracht. Wir werden es noch eine Weile weitermachen, bis der Herbst uns ausbremst. Vielleicht kann es ja im Frühjahr weitergehen. Wenn wieder ge-nügend Mitglieder Lust haben, dabei zu sein. Achtet auf die Aushänge/SSV Web im Frühjahr 2021.

Silke Anhold



Namen werden im Internet nicht angezeigt.

Der Gesamtbestand beträgt mit Stand 1.10.2020 991 Mitglieder



Auch im kleinen Kreis ist gut feiern!

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

Foto&Layout:

Klöhn, Peter ☎ 0211 / 94 21 46 26
☒ p.kloehn@gmx.de

Pressekontakt:

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

Bankverbindung:

Stadtsparkasse Düsseldorf
BIC: DUSSEDDXXX
IBAN:DE59300501100079000220

Sprechzeiten im Sportheim

Am Püttkamp 9 ☎0211 28 29 23

Mi. & 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 Mülheim a.d.Ruhr.

☎ 0208 / 31055 Fax 0208 / 32760

☒ info@Heimbuch-media.de

Auflage 900

33.Jahrgang Ausgabe Oktober 2020

Der nächste Sport-Report (1/2021)

erscheint Mitte März 2021

Redaktionsschluss ist der 14.02.2021

Sportstätten:
Siehe Übungspläne



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

Trattoria



„da Franco“

Adressenaufkleber