



Sport-Report

Ausgabe 2-2021

Bei uns wird einstimmig entschieden.



Aus dem Inhalt:

Seite 4

Seite 10

Seite 14

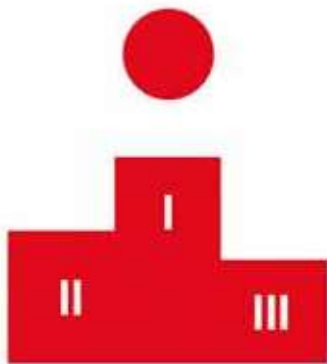
Seite 24

Seite 26





Anpacken ist einfach.



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.

Es fühlt sich alles wieder normaler an.

Wir sind froh, dass der Sportbetrieb nahezu wieder im regulären Modus läuft und wir unsere Angebote präsentieren können. Und die Resonanz ist fantastisch. Die Sportstätten sind gut besucht und wir bekommen viel positives Feedback aus den einzelnen Gruppen.

Im September konnten wir unsere ordentliche Mitgliederversammlung durchführen. Einen ausführlichen Artikel dazu findet ihr in diesem Sport-Report. Ich persönlich hatte das Gefühl, dass alle Teilnehmer es genossen haben, wieder in Präsenz im Vereinsheim sein zu können. An dieser Stelle noch mal mein und unser herzliches Dankeschön an Vanessa Funke und Tanja Coenen für die geleistete Arbeit im Vorstand in den letzten Jahren. Beide haben entschieden, dass sie in diesem Jahr nicht mehr zur Wiederwahl antreten. Und ich bedanke mich für das Vertrauen in den neuen Vorstand. Dieser wurde in der Versammlung einstimmig gewählt. Wir freuen uns gemeinsam mit euch die nächsten 3 Jahre zu gestalten. Und wirklich positiv ist die Entwicklung unserer Mitgliederzahlen. In den letzten 2 Jahren sind weniger Mitglieder ausgetreten als im Schnitt in den Jahren zuvor. Wir bedanken uns für die Treue. Das ist ein tolles Zeichen. Natürlich hatten wir weniger Aufnahmen in den beiden Jahren. Denn wer tritt in einen Sportverein ein, wenn keine Angebote da sind. Aber auch dies holen wir auf und das 2. Halbjahr 2021 ist bisher sehr positiv.

Und dazu haben wir auch sehr interessante neue Angebote und Gruppen. So haben wir nun Inline Hockey im Angebot, dazu im Vereinsheim unsere Boogie Tanz Truppe. Und auch eine weitere Vol-

leyballmannschaft ist am Start. Und dies sind nur 3 Beispiele von aktuell vielen. Es geht wieder los!

Und dann steht unser Jubiläumsjahr vor der Tür – 50 Jahre SSV! Jetzt schon ein großes Dankeschön an unseren Festausschuss. Diese Planungen finden definitiv unter erschwerten Bedingungen statt. Den aktuellen Stand und einen Ausblick auf das kommende Jahr findet ihr in diesem Sport-Report.

Und dann nähert sich das Jahr 2021 bereits langsam dem Ende. Die Adventszeit steht in den Startlöchern, man kann den Lebkuchen und den Glühwein schon riechen. Ich wünsche einen friedlichen Jahresausklang, wunderbare Adventstage, schöne Weihnachten und kommt gut an im Jubiläumsjahr 2022.

Euer Christian Klöhn



Ordentliche Mitgliederversammlung 2021 oder ein Hauch Normalität

Am 3.9.2021 fand die diesjährige ordentliche Mitgliederversammlung statt, zwar unter Coronaauflagen, aber trotzdem fühlte es sich wieder normal an. Den anwesenden Mitgliedern war sichtlich anzumerken, wie gut sie es fanden, dass man sich endlich wieder persönlich sehen konnte.



Der 1. Vorsitzende Christian Klöhn führte durch den Abend und zeigte auf, wo der Verein zu Zeit aktuell steht. Zu Beginn stand ein großes „Danke“ auf der Agenda. Ein Dank an alle Mitglieder des Vereins, die trotz der schwierigen Zeiten dem SSV Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V. die Treue gehalten haben. Und an alle Übungsleiter, die ihre Angebot unter teils sehr schwierigen Bedingungen durchgeführt haben und mit den Onlineangeboten bereit waren, neue Wege zu gehen.

Da die Versammlung 2020 nicht stattfinden konnte, wurden die Finanzahlen für die Jahre 2019 und 2020 präsentiert. In 2019 wurde ein Verlust erwirtschaftet. Dieser war mit 11.690,20 € allerdings wesentlich geringer als ursprünglich geplant. Gestartet war der Verein in das Jahr 2019 mit einem geplanten Verlust von 23.950 €. In 2019 wurde eine neue Büroausstattung für das Vereinsheim gekauft, die Erhöhung der Übungslei-

terpauschalen wurde durchgeführt, ebenso wie Fortbildungen für unsere Übungsleiter und neue Sportgeräte wurden angeschafft. Im Jahr 2020 konnte ein Überschuss von 11.308,06 € erwirtschaftet werden. Ein sehr positives Ergebnis, allerdings gab Christian Klöhn hier zu bedenken, dass darin Kursgebühren enthalten sind, die dazugehörigen Kurse allerdings erst in 2021 abgeschlossen werden können.

Die Jahre 2019 und 2020 im Überblick:

2019	
Einnahmen:	223.262,66 €
Ausgaben:	- 234.952,86 €
Verlust:	- 11.690,20 €
2020	
Einnahmen:	198.567,67 €
Ausgaben:	- 187.259,61 €
Gewinn:	11.308,06 €

Im Anschluss präsentierte Kassenprüfer Dirk Einfeld die Kassenprüfungen für die vergangenen Jahre und empfahl der Versammlung die Entlastung des Vorstandes. Diese erfolgte auf Antrag von Horst Elschner (Abteilungsleiter Sportschützen) einstimmig.



Und dann standen die Vorstandswahlen an. Die Versammlung wählte Paul Kowal zum Wahlleiter. Er ließ dann den neuen Vorstand inklusive 2. Kassiererin per Blockwahl wählen. Vanessa Funke (1. Kassiererin) und Tanja Coenen (2. Kassiererin) stellten sich nicht erneut zur Wahl. Bei beiden bedankte sich Christian Klöhn für die geleistete Arbeit in den vergangenen, nicht immer leichten, drei Jahren.

Und so sieht der Vorstand für die nächsten 3 Jahre aus:

1. Vorsitzender:	Christian Klöhn
2. Vorsitzender:	Heinz Wallraf
Geschäftsführerin:	Susanne Babka
Schriftleiterin:	Madlen Erbindruth
1. Kassierer:	Oliver Brinks
2. Kassiererin:	Swenja Schellartz

Neben der Vorstandswahl standen noch weitere Wahlen an. Bernd Honig (Bild unten) wurde als Seniorenbeauftragter bestätigt und der Schlichtungsausschuss mit Karl-Heinz Altenrichter, Horst Elschner und Peter Happe. Zu guter Letzt wurden dann noch die beiden Kassenprüfer Dirk Einfeld und Paul Kowal im Amt bestätigt.



Letzter Punkt auf der Tagesordnung waren dann zwei Ehrungen. Vanessa Funke wurde für ihr Engagement im Bereich Kasse (3 Jahre 2. Kassiererin, 3 Jahre 1. Kassiererin) mit Bronze geehrt. Oliver Brinks erhielt in Anerkennung seines Engagements (9 Jahre 2. Vorsitzender) die silberne Ehrennadel.

Der Vorstand



Liebe Sportler:innen und Mitglieder des SSV,

Nach nunmehr fast 35 Jahren als aktives Mitglied des SSV, möchte ich mich ganz herzlich für die aktuelle Wahl zum 2. Vorsitzenden bedanken! Ich habe in dieser langen Zeit als Übungsleiter, Abteilungsleiter, Oberturnwart und Personalreferent gearbeitet und kann daher sagen: ich kenne den Verein aus vielen Perspektiven.

Ich freue mich auf die neuen Herausforderungen die mir das Amt des zweiten Vorsitzenden bringen werden und hoffe auch an dieser Stelle meinen Job gut zu erledigen!

Ich möchte aber auch an viele Vereinsmitglieder appellieren, die vielleicht aktuell oder schon seit längerem mit dem Gedanken spielen, sich im Verein als Übungsleiter:in oder in einer der vielen ehrenamtlichen Stellen zu engagieren! Kommt einfach auf uns zu, meldet euch, fragt nach... denn Bedarf an ehrenamtlichen Helfern und Helferinnen, deren Unterstützung und die Zeit, die sie zu opfern bereit sind, brauchen wir! In der aktuellen Situation neigen viele Menschen dazu, gerne „nur“ zu konsumieren und die bestehenden Angebote wahrzunehmen, aber immer weniger bringen sich selber ein. Das Ehrenamt gerät dabei leider in Vergessenheit und dabei übersehen viele, dass das Konsumieren und Angebote Wahrnehmen nur dann funktioniert, wenn auch die ehrenamtliche Arbeit geleistet wird!

Aus meiner oben beschriebenen Vita wird sicherlich deutlich, dass ich dieser Verantwortung nie aus dem Wege gegangen bin, weil ich selber Spaß daran habe und anderen Menschen/Sportlern/Sportlerinnen durch

mein Engagement die eine oder andere Tür öffnen möchte. Ich würde mich sehr freuen, wenn sich in den kommenden Monaten oder auch schon in wenigen Tagen, der eine oder die andere sich bei uns melden und ihr Engagement im Ehrenamt ebenfalls umsetzen wollen! Ihr findet bei uns immer ein offenes Ohr und eine offene Tür!

Viel Spaß weiterhin an unserem Sportangebot und an unserem Verein, denn stellt euch einfach nur mal vor: es gäbe den SSV in Düsseldorf Knittkuhl nicht...

Da würde doch echt etwas fehlen..... oder ?

Mit sportlichen Grüßen

Euer Heinz Wallraf

**Lange hat sie uns begleitet.**

Und irgendwie hat man sie auch lieb gewonnen:

Die Kassenstunde.

Und doch wurde sie immer weniger in Anspruch genommen. Zu Coronazeiten noch viel weniger. Wir haben daher beschlossen, sie in den Ruhestand zu schicken.

Und dafür anzubieten,

bei Bedarf

für Kassenangelegenheiten zur Verfügung zu stehen. Auf Anruf oder Nachricht.

Ganz unkompliziert.

Und sicherlich schneller, als auf die nächste Kassenstunde zu warten.

Aber bitte habt auch Verständnis. Für uns ist die Arbeit im Kassenteam ehrenamtlich. Wir haben einen Job, Familie, Kinder.

Also werden wir nicht immer ans Telefon gehen können.

**Aber wir rufen zurück.
Versprochen.**

Ihr erreicht uns unter:

0151-56348043 (Oliver)

0176-82510212 (Swenja)

Euer neues Kassenteam

Swenja Schellartz und Oliver Brinks

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

Im nächsten Jahr besteht unser SSV-Knittkuhl 50 Jahre.

Damals trafen sich achtzehn sportinteressierte Mitbürger, um einen (unseren) Sportverein zu gründen. Jeglicher Aufwand sollte sich lohnen! Fleiß, Zusammenhalt, Kameradschaft, Gemeinschaftsgefühl sowie Kreativität seiner Mitglieder und ehrenamtlichen Mitarbeiter haben unseren Verein in all den Jahren bis heute kontinuierlich zu einem der großen Sportvereine im Düsseldorfer Osten aufsteigen lassen.

Und genau deshalb hat sich vor zweieinhalb Jahren ein Festausschuss gegründet, um mit genügend Vorlaufzeit die sportlichen und festlichen Höhepunkte für das Jubiläumsjahr zu planen und festzulegen. Viele Ideen kamen auf den Tisch, wurden wieder verworfen, geändert und/oder neu beschlossen. Alles lief bestens und wir waren guter Dinge, ein besonderes Jahr „hinzukriegen“.

**UND DANN KAM
CORONA**

Alle Planungen mussten in Frage gestellt werden, bzw. konnten nicht realisiert werden, weil nichts, aber auch gar nichts sicher war und ist. Stand heute können wir auch noch nicht vorhersehen, wie wir „über den Winter“ kommen werden und was dann alles möglich sein wird oder eben wieder nicht.

Aus diesem Grund haben wir zusammen mit dem Vorstand entschieden, das Jubiläum kleiner als ursprünglich geplant durchzuführen.

Wir planen einen Empfang im Herbst 2022, weil der Sportbetrieb auch im Herbst 1972 begann zusammen mit dem Betrieb der Grundschule und der Sporthallen. Ebenfalls noch in Planung ist ein „kleines“ Sommerfest. Aber, wie gesagt, alles vorbehaltlich neuer Regeln oder Verordnungen der Stadt und der Gesundheitsbehörden.

Es bleibt also spannend. Wir arbeiten weiter an den evtl. Durchführungen und werden euch im Sportreport 1/2022 über die Neuigkeiten auf dem Laufenden halten.

Der Festausschuss



Zur Erinnerung:

So haben wir das 40-jährige gefeiert. Mit Harry Heib und „Dee Band“, Profi-Zauberern und sogar „Angela“ ließ es sich nicht nehmen persönlich zu gratulieren.

Zunächst einmal die Vorstellung

der neuen Wanderführerin Stefanie Ambrozy. Ute Mann hat den Wanderstab weitergereicht, wird aber weiter mitwandern. Steffi war lange mit dem Sauerländischen Gebirgsverein unterwegs, nun reichen ihr die Knittkuhler Höhen. Warum geht Steffi wandern? Sie ist gerne an der frischen Luft, mag die Bewegung und den Austausch mit anderen, was im Moment ja nicht geht, sich in einer Gruppe auszutauschen. Was braucht eine Wanderführerin sonst noch? Senioren / innen oder die es werden.

Da ist die Frage, wohin und wie lang es geht. Hier könnte sich Steffi vorstellen, auch öfter mal eine Runde mehr zu drehen. Lange ging nichts. Wenn wir starten können, werden wir mit Freude wieder wandern.

Bewegung und Austausch mit anderen sind wichtig!

Wir müssen sehen, was geht.

Steffi Tel. 15817556

Steffi und Bernd

Geschrieben im Februar,

jetzt haben wir Oktober. Impfen ist immer noch ein großes Thema.

Die große Gruppe mit Ute, der Spielenachmittag mit Erika und das Gedächtnistraining mit Hilla haben ebenfalls den Neustart gewagt.

Wer Unterstützung irgendeiner Art braucht, kann gerne bei uns anrufen! Tel. 0211/6396901

Monika und Bernd Honig

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

Sport vom Wohnzimmer aus

Zum Knittkuhler Sportverein kam ich über das Wassergymnastik-Angebot. Da meine Krankenkasse das Reha-Angebot aber nur für eine bestimmte Zeit bewilligte und ich unbedingt das tolle Training fortführen wollte, bin ich dem Verein beigetreten.

Und dann kam Corona!



Seit dem Frühjahr 2020 saßen wir buchstäblich auf dem Trockenen, von wenigen Wochen im Spätsommer 2020 abgesehen. Wie konnte ich jetzt unter kompetenter Anleitung meine Gelenkigkeit und Muskelkraft stärken?

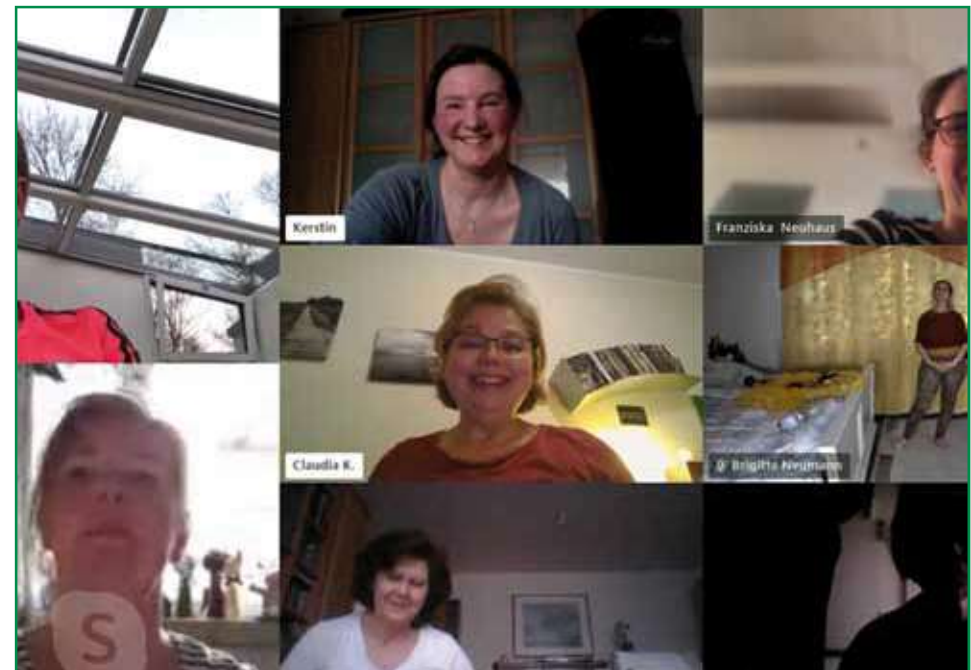
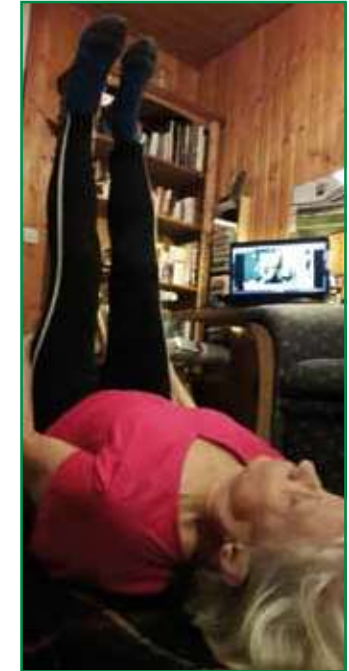
Das Alternativ-Angebot von Susanne und Team machte mich neugierig: Hochergymnastik und Qi Gong mit Live-Anleitung per Video, vom heimischen Wohn- oder Schlafzimmer aus. Die Vor-

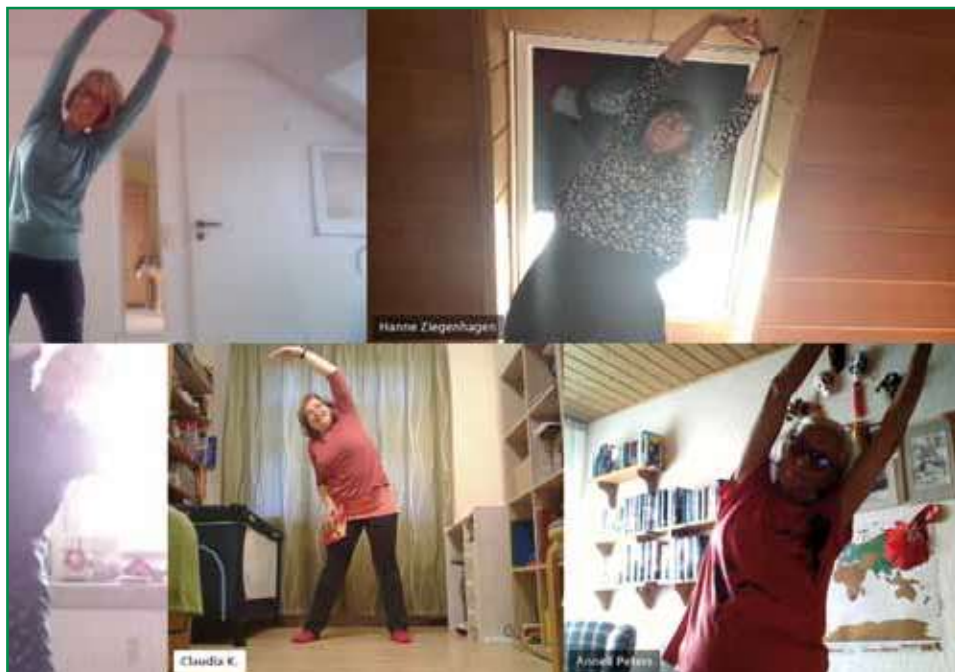
aussetzungen waren ein internetfähiges Gerät (PC, Smartphone, Notebook oder Tablet) mit Kamera, eine eigene E-Mail-Adresse und man musste das kostenlose Programm ZOOM auf das Gerät herunterladen. Beherzt nahm ich das Angebot an, wobei ich noch keine Erfahrungen mit ZOOM hatte. Das machte nichts, denn das Team vom Sportverein gab erst einmal einen Testlauf und Tipps zum Anmeldeverfahren. Natürlich lief nicht alles

sofort perfekt, aber man konnte nur gewinnen.

Und so lief es ab: Man bekam eine Einladung per E-Mail von der Übungsleiterin mit einem „Link“, auf den man kurz vor Beginn des Trainings klickte und öffnete das ZOOM-Programm. Dann befand man sich in einer Art Warteschleife bis die Übungsleiterin uns dazuschaltete. Da mein PC keine Kamera hat, benutzte ich mein Handy. Auch mit einem kleinen Bildschirm war es erstaunlich gut möglich, den Anleitungen per Bild und Ton zu folgen. Man musste sich selber in die richtige Position bringen, damit die Trainerin einen sah und ggf. korrigierende Anweisungen geben konnte. Also so wie sonst auch...

Mittlerweile habe ich „aufgerüstet“ und ein Tablet gekauft. Mit einem Stativ kann man die Höhe, Neigungswinkel und Hoch-/Querformat optimal einstellen.





Aber es geht, wie gesagt, auch schon gut über das Smartphone. (Und ich habe Zoom für so einiges mehr verwendet, wie Teilnahme an Vorträgen, Museumsführungen, Familientreffen an Feiertagen.) Sowohl bei der Hockergymnastik als auch beim Qi Gong sind wir als Gruppe über die Monate hinweg „bei der Stange“ geblieben. Es macht Spaß und tut gut. In den letzten Wochen vor den Sommerferien lief das Training mit dem Hocker parallel, ein Teil live in der Turnhalle und ein paar Teilnehmerinnen per Videozuschaltung.

Mein Fazit: Ich bin sehr dankbar für diese Möglichkeit und überrascht, wie positiv mein Körper auf die Trainingseinheiten Hockergymnastik und Qi Gong reagiert. Die Übungsleiterinnen Susanne, Sabine und Urte haben das fantastisch gestaltet. Danke für eure Initiative! Gespannt bin ich, ob und wie es nach den Sommerferien weitergehen wird. Gern würde ich das Training per Video beibehalten. Da ich in Kaiserswerth wohne und körperliche Einschränkungen habe, werde ich Montag morgens nicht nach Knittkuhl fahren können. Für mich bedeutet das Zusatzangebot also einen echten Mehrwert.



Danke an alle vom Verein, die dieses Alternativprogramm ermöglicht haben!

Liebe Grüße,

Martina Wagner



Alle Bilder sind Bildschirmkopien über das Internet mittels „ZOOM“.

Jawohl!

Seit kurzem ist der Boogie-Woogie neu im Programm des Spiel- und Sportvereins Knittkuhl.

Trainingszeiten sind mittwochs von 19.30 – 21.30 Uhr im Vereinsheim des SSV. Geleitet wird der Kurs von Volker Bartels und seiner Frau Christine und umfasst bereits 8 Paare.

Aber was ist eigentlich Boogie-Woogie?

Boogie-Woogie ist ein Paartanz und wurde in den 50er Jahren in Deutschland sehr populär, insbesondere bei den Jugendlichen. Seinen Ursprung hat Boogie-Woogie in den USA der 20er und 30er Jahre. Dort wurde er allerdings als

Swing bezeichnet. Namen wie Bill Haley und Elvis Presley sind mit der Musik eng verbunden. Aus dem Boogie-Woogie entwickelte sich später der Rock 'n' Roll, der viele artistische Elemente enthält. Boogie-Woogie ist heute wieder sehr aktuell und wird in vielen Clubs, Tanzschulen und auf Veranstaltungen getanzt.

Die Freude am Tanzen und der Spaß in der Gruppe stehen für uns im Vordergrund. Wer Lust hat, mal was Neues (bzw. Altes) auszuprobieren, ist in unserer Gruppe immer herzlich willkommen. Kommt doch einfach mal vorbei.

Kontakt zu Volker Bartels über
0179-3826926 oder bartels58@gmx.de



Der Hockeyrollsport ist sehr vielfältig. Da gibt es das traditionsreiche Rollhockey, das man als 'Feldhockey auf Roll-

schuhen' bezeichnen könnte. Daneben existiert noch das Spiel der Eishockeyfans 'Inline-Skaterhockey', welches besonders im Rheinland zwischen den Hochburgen Düsseldorf, Köln und Krefeld mit großer Leidenschaft in, dem Handball entliehenen, Dreifachturnhallen betrieben wird. Auch verbreitet ist das Sommertraining der Eishockeyspieler, das das Inlinehockey, bei dem zwar mit Puck, in Lierenfeld und in den Vereinsreihen aber Spieler schonend ohne Bodycheck, gespielt wird.

In Erkrath hat sich seit dem Jahr 1993 eine ganz eigene Stilblüte entwickelt, die manch einer 'Soul Skater Hockey', andere wieder 'Hardcore Hockey' nennen. Auf einer sehr kleinen, aber eben zur Verfügung stehenden Hallenfläche erwuchs eine rasante Variante; dem 3x3-Basketball ähnlich. Intensive Aktionen entwi-

ckeln sich dort mit nur zwei Mit- und drei Gegenspielern und mit viel Torraumfeuer. Aus dem provinziellen Erkrath wurde diese zukunftsweisende Sportinnovation wie der Prophet aus dem eigenen Land vertrieben. Die Hallen dort werden für Althergebrachtes benötigt. Nun aber haben die Hockeyspieler hocherfreut eine neue Heimstätte mittwochs von 19.45 bis 22 Uhr in der Sporthalle der Grundschule St. Michael am Kempgensweg 65 gefunden. Wir freuen uns über jeden neuen Mitspieler!

Wir freuen uns über jeden neuen Mitspieler!

Lars Mader.

Kontaktdaten :

Tim Ferber
Ferber.tim@gmail.com
01522-4597870



Trauer muss nicht
schwarz sein.



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.

Bestattungshaus Dischleid -Tel.: 0211 9296366
Quadenhofstraße 110 - 40625 Düsseldorf
Benderstraße 8 - 40625 Düsseldorf
Grafenberger Allee 411 - 40235 Düsseldorf
www.dischleid.de - best@dischleid.de

Bestattungen Pipping - Tel.: 0211 375017
Herzogstraße 8 - 40217 Düsseldorf
www.bestattungen-pipping.de
info@bestattungen-pipping.de

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

Heinz Wallraf
2. Vorsitzender
☎ 0211 / 28 26 266

Oliver Brinks
1. Kassierer
☎ 0211 / 21 09 72 61

Swenja Schellartz
2. Kassiererin
☎ 0176 / 82 51 02 12

Madlen Erbendruth
Schriftleiterin
☎ 0151 / 51 19 51 31

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 / 4567 66 20
vermietung@ssv-knittkuhl.de

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

Claudia Krause,
Jugendbeauftragte
☎ 02102 / 67 89 5

Bernd Honig
Seniorenbeauftragter
☎ 0211 / 63 96 901

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

BASKETBALL
Achim Schmidt, Abt.-Leiter
☎ 0173 / 5 14 01 11

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

SPORTSCHÜTZEN
Horst Elschner, 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 Gedächtnistraining	15:00 - 16:30	S	Hilla Göbel	
Seniorentreff,letzter Donnerstag im Monat	15:00 - 18:00		Vereinsheim Bernd Honig	

LEICHTATHLETIK

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

TISCHTENNIS

Dienstag				
Kinder bis 12 J.	18:00 - 19:30	T	A.Döring	
Hobbyspielerinnen + Jugendliche ab 13 J.	19:15 - 22:00	T	Bernd Schaller	
Donnerstag				
Kinder u. Jugendliche	18:00 - 19:30	T	Andrea Döring	
Hobbyspielerinnen u. Jugendliche ab 13 J	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

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	
Boogie-Woogie	19:30 - 21:30	S	Volker Bartels	
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,3-5 Jahre	16:30 - 17:30	G	S. Balicheva	
Turnen, Spiele. Mädchen u. Jungen ab ca. 6 J.	17:00 - 18:00	T	N.N.	
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				
Eltern + Kind Turnen	09:00 - 10:00	G	Silke Arnhold	
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	Stefania 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,	18:00 - 19:00	G	Dirk Feller/ Felix Roettig		
Training ab 9. bis 7. Kyu	19:00 - 21:00	G	Martin Nienhaus		
ab 6. Kyu - Dan	21:00 - 21:30	G	Martin Nienhaus		
Training ab 3. Kyu - Dan					
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	2	Tim Heinemann		
Mittwoch					
	20:00 - 22 :00	8	Oliver Brinks		

BASKETBAL

Montag					
Herren	20:00 -22:00	Y	Felix Klaus		
Dienstag					
U16 (Jahrgänge 2006-2008)	18:00 - 20:00	2	Richard Schurich		
Herren	20:00 - 22:00	2	Felix Klaus		
Mittwoch					
U14	18:00 - 20:00	8	Tim Schulze		
Donnerstag					
Jugend ab ca. 13 J.	17:00 - 18:00	3	Tim Schulze		
U16	20:00 - 22:00	2	R. Schurich		
Freitag					
U14	19:00 - 21:00	2	Tim Schulze		

ROLLHOCKEY

Dienstag					
Rollhockey-Hobby	19:45 - 22:00	1	Tim Ferber		

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	

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
Pilates für Senioren (Kurs) Bitte Aushänge beachten	11:00 - 12:00	Z	U.Müller ☎0211/294494)
Reha-Wassergymnastik versch. Kurse auf Anfrage ab	17:45 - 20:45	C	Silke Arnhold
Kurse je 45 Min.			
Dienstag			
Reha-Sport / Lungensport	18:00 - 19:00	Z	Silke Arnhold
Pilates, Fortgeschrittene	19:45 - 20:45	Z	Andrea Brüne
Wasser-Gymnastik 1	19:15 - 20:00	A	Brigitte Riebe-Neuhoff
Wasser-Gymnastik 2	20:00 - 20:45	A	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	15.30 - 16:15	C	S. Babka
versch. Kurse auf Anfrage je 45 Min. ab	18:30 - 20:00	C	A. Döring
Reha-Wassergymnastik, Tiefwasser	20:00 - 20:45	C	A.Döring
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 inneren Erkrankungen	10:15 - 11:15	Z	Silke Arnhold
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	11:15 - 12:00	Z	Silke Arnhold
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	15:30 - 16:30	8	S. Johannknecht
Reha-Sport bei orthopädischen Erkrankungen	16:30 - 17:30	8	S. Johannknecht
Sammstag			
Wassergymnastik je Kurs 45 Min. ab	15:45 - 18:00	A	K. Mehmet
Sonntag			
Wassergymnastik	jeweil 45 Min.	09:00 - 12:00	C A. Döring

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

Nachfragen bitte per mail oder telefonisch, siehe rechts

- 1 = ST.MICHAEL SCHULE, KÄMPGENSWEG 65
- 2 = TURNHALLE THOMAS EDISON REALSCHULE, SCHLÜTERSTRASSE 18
- 3 = SPORTHALLE GYMNASIUM AM POTH
- 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 = VEREINSHEIM, 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

VEREINSHEIM IN DEN BESTEN JAHREN SUCHT LIEBEVOLLE PFLEGEKRAFT AUF WÖCHENTLICHER BASIS

Ich bin das Vereinsheim des SSV Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V. und bin auf der Suche nach einer Pflegekraft, die mich einmal die Woche oder nach Absprache (z.B. nach Veranstaltungen) wieder auf Vordermann bringt. Ich bin nämlich gerne gereinigt und sauber, damit ich den nächsten Nutzern viel Freude bereiten kann.

Ich habe auch dafür gespart und kann dir eine Aufwandsentschädigung bieten. Wenn du sagst, ich bin die oder der richtige, bitte melde dich bei uns telefonisch unter:

0211/282923 oder per E-Mail unter buero@ssv-knittkuhl.de.

Ich freue mich schon.

Ich bin Kader Mehmet,

32 Jahre alt und komme aus Düsseldorf. Ich bin schon seit längerem für den Verein tätig. Nun habe ich alle Lizenzen erworben. Die Samstagskurse werden von mir geleitet. Die Wassergymnastik zielt besonders auf ältere Menschen und Vorerkrankte und wird auch zum Zweck der Rehabilitation nach Unfällen oder Operationen eingesetzt. Wassergymnastik, auch Aquagymnastik genannt, ist ein spezielles Bewegungstraining im Wasser. Es fordert den gesamten Bewegungsapparat. Der Vorteil gegenüber anderen Sportarten ist, die Kraft- u. Konditionsübungen schonen aufgrund des Auftriebs des Wassers, die Gelenke, die Sehnen, den Rücken und kräftigen die Muskulatur sowie das Herzkreislauf System. Durch den hohen Widerstand des Wassers sind die Übungen teilweise anstrengender als außerhalb des Wassers.

Wir werden samstags gemeinsam Sport und Spaß vereinen - SSV. Versprochen!

Mit sportlichen Grüßen

Kader Mehmet



Der 2. Sommer mit „Draußen Sport bei jedem Wetter“ endete wieder mit den Herbstferien. Wir haben uns wieder regelmäßig unter freiem Himmel zur Gymnastik getroffen. Allerdings meinte es das Wetter dieses Jahr, im Vergleich zum letzten Jahr, nicht ganz so gut mit uns. Wir hatten den Eindruck das ausge-rechnet am Donnerstag Abend die Regenwolken besonders gerne zu uns nach Knittkuhl kamen. Einige Stunden sind

wurde Muskelaufbau an allen möglichen und unmöglichen Stellen betrieben, aber auch die Beweglichkeit trainiert, und anschließend natürlich wieder ausführlich gedehnt. Der Weg zur Wiese wurde zur anregenden Kommunikation genutzt. Wir hatten viel Spaß und gute Laune war immer dabei. Leider können wir die Wiese im kommenden Jahr nicht mehr nutzen und sind jetzt auf der Suche nach einem neuen gepflegten Rasen oder ebenen



FOTO: SPORTGRUPPE

wir aufgrund leichten Nieselregens oder feuchter Wiese walken gegangen und das auf Wegen die manchmal selbst alt-ingesessenen Knittkuhlern noch unbekannt waren. Einmal hielt uns ein heftiger Gewitterregen gleich vom Start ab. Aber ansonsten sind wir immer unterwegs gewesen. Insgesamt waren die Stunden auf der Wiese, mit Blick in den Himmel, leichter Sommerbrise an den wenigen heißen Tagen, wieder sehr sportlich. Intensiv

Wiesenfläche wo wir im Sommer 1x die Woche Gymnastik machen können. Wenn ihr etwas fußläufig empfehlen könnt, meldet euch doch beim SSV. Damit es auch nächstes Jahr, im Sommer heißt: Wir machen „Sport auf der Wiese“. (Achtet im Frühjahr auf die Aushänge oder Mitteilungen der Website.)

S. Anhold



FOTO: SPORTGRUPPE



FOTO: SPORTGRUPPE

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

**Volleyball beim SSV –
Von jedem etwas, für jeden etwas
und von allem genug:**

Nach etwas mageren Jahren ist Volleyball beim SSV wieder im Aufwind. War man sich zwischendurch nicht wirklich sicher, ob man überhaupt spielen konnte, haben wir aktuell mittlerweile drei Gruppen, die sich gut ergänzen und in Ihrer Gesamtheit eine Breite vom „Ball-über-die-Schnur-Spieler“, über den Hobbytur-

nierspieler bis hin zum Liga-Betriebspieler (im Aufbau) bieten.

Die älteste Gruppe ist die „Mittwochs-Jedermann-Truppe“. Dort wurde vor ca. 30 -35 Jahren noch anfänglich geturnt, Trampolin gesprungen und „Körperertüchtigung“ nach ganz großgeschrieben. Die Gruppe spielt also seit sehr vielen Jahren, jeden Mittwoch von 20:30 Uhr bis 22 Uhr in der Turnhalle der GGS Knittkuhl und heute ist es Volleyball. Vor dem

Volleyball wird zur Zeit zum Aufwärmen Hallen-Hockey gespielt. Im Vordergrund steht, spätestens am Ende der Übungsstunde,die Geselligkeit und vorher der Spaß am Sport.

Die Mittwochgruppe unternimmt aber auch über das Jahr hinweg gesellige Treffs außerhalb der Übungsstunden. Vom Sommerfest am Unterbacher See, über den obligatorischen Besuch des Wülfrather Weihnachtsmarktes bis zur

gemeinsamen Weihnachtsfeier (dieses Jahr im Restaurant „Kaisershaus“) u.v.a.m., haben dort auch solche „Aktivitäten“ einen durchaus wechselnden, aber dennoch festen Stellenwert.

Hieraus entwickelt hat sich die Diens-tagsgruppe. Ursprünglich mit dem Ziel, etwas mehr Technik ins Volleyballspiel zu bringen spielen sie jeden Dienstag von 20 Uhr bis 22 Uhr im 4. Segment der Turnhalle des Marie-Curie-Gymnasiums.



ALLE FOTOS IM BERICHT ZEIGEN MITGLIEDER DER MITTWOCHSGRUPPE



Ziel der Gruppe ist – neben dem Spaß am Volleyball – ein oder zweimal im Jahr an Hobbyvolleyballturnieren teilzunehmen und dort nicht den letzten Platz zu machen. (gegen die Mittwochsgruppe stehen dafür die Chancen recht gut .) Beide Gruppen vermischen sich aber mittlerweile und ein normalerweise jährliches Freundschaftsspiel zwischen den beiden Gruppen, natürlich auch mit gegenseitigem Zusammensein verstärkt diese Tendenz.

Relativ neu ist eine junge Gruppe, die mittwochs in der Zeit von 20 Uhr bis 22 Uhr in der Halle Schlüterstr. spielt. Als jüngste der drei Truppen, haben sie aber die höchsten Ansprüche und wollen möglichst schnell und zielstrebig in den Ligabetrieb. Aber auch hier gibt es wieder eine Vermischung mit der Dienstagsgruppe. Ursprünglich nur vorgesehen für die Zeit, in der sie keine eigenen Hallenzeiten hatten, spielen einige dieser Gruppe jetzt auch dienstags mit.

Wer jetzt Lust bekommen hat mitzuspielen, kann gerne mal in den Gruppen vorbeischauen, denn hier findet (fast) jeder und jede ein Niveau, was passen könnte. Im Zweifel müsstet Ihr eben einfach mal alle 3 Gruppen ausprobieren, um festzustellen, wo eure Ziele am besten umgesetzt werden.

Eure 3 verantwortlichen Übungsleiter, die Ihr auch gerne ansprechen könnt :

*Heinz Wallraf – Mittwoch
(GGS-Knittkuhl)*

*Oliver Brinks Dienstag
(Gerresheim)*

*Tim Heinemann Mittwoch
(.Schlüterstr.)*

(die jeweiligen Telefonnummern findet Ihr im gelben Mittelteil des Heftes)



**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

Tja –

als wir den letzten Bericht im September 2020 geschrieben haben, hätten wir nicht gedacht, dass so schnell alles wieder vorbei wäre. Aber dann ging es endlich im Juni 2021 wieder los. Zuerst starteten nur ein paar Gruppen, aber nach dem Ende der Sommerferien waren dann alle wieder am Start. Teilweise mussten sich die Gruppen wieder neu sortieren – es kamen neue Kinder dazu – einige haben sich aber auch dazu entschieden, nicht mehr weiterzumachen, sondern andere Sportarten auszuprobieren. Die Mittwochsgruppe von Claudia hat auf jeden Fall regen Zulauf bekommen, dort werden jetzt 16 Mädchen und Jungen im Grundschulalter an die Geräte und Übungen herangeführt. In der Freitagsgruppe, in der die älteren Mädchen trainieren, haben wir auch angefangen, die lange Zeit ohne Training aufzuholen und die Elemente einzuüben.

Im Januar wird in Düsseldorf wieder das „Feuerwerk der Turnkunst“ stattfinden. Claudia wird mit einigen interessierten Turnerinnen die Vorstellung besuchen und sicher viele schöne Eindrücke mitbringen, die sich dann auch vermutlich positiv auf das Training auswirken werden. Wettkämpfe werden voraussichtlich erst im nächsten Jahr stattfinden können, aber das hindert uns natürlich nicht daran, uns schon darauf vorzubereiten. Wir hoffen, dass alles wie geplant weitergehen kann und es beim nächsten Mal schon wieder mehr zu berichten gibt.

*Martina Heinemann und
Claudia Krause*



FOTO AUS EINEM TURNWETTKAMPF IN 2019

Hurra, sie leben noch....

Schon seit 48 Jahren gibt es uns. Wir sind immer noch aktiv. Wir, das sind Frauen und Männer in den besten Jahren und für das inzwischen erreichte Alter doch noch sehr fit. Wenn alle da sind, hat unsere neue Übungsleiterin Kader Mehmet fünfzehn Sportaktive flott zu machen.

Bis vor Corona bestand das Fitnessprogramm in der Übungsstunde aus den Teilen Anspannung und Entspannung. Die Anspannung, während der dreiviertelstündigen gymnastischen Übungen aller Art bzw. macht uns fit. Die Entspannung erreichten wir anschließend beim Volleyball spielen. „Böse“ Kritiker nennen unsere Bemühungen, ein flottes Spiel hinzulegen, auch „Ball übers Netz“. Aber für uns wichtig ist die Bewegung und insbesondere die Freude beim Spielen. Manchmal gibt es sogar super gelungene Spielzüge! Dann ist die Freude aller besonders groß.

Die Auszeiten, die uns die Pandemie abverlangten, haben wir gut genutzt so dass wir jetzt wieder das volle Programm des SSV wahrnehmen können. Selbst in den Ferienzeiten konnten wir uns in der Sporthalle aktiv quälen. Wir widerlegen die böswillige Behauptung „Sport ist Mord“.

Nun nach Corona hat sich leider unser Übungsabend zum Leidwesen mancher verkürzt. Das Spielen mit dem Ball fällt z.Z. wegen fehlender Aktiver leider aus. Manche von uns können wie die Bläck Fööss schon mal singen: „He deit et wih un do deit et wih...“

Aber ich kann feststellen, dass unsere Sportfreundinnen und Sportfreunde sich immer wieder große Mühe geben, unsere Montagsgruppe zu verstärken, wenn es der Körper denn zulässt.

Euer Sportkamerad

Peter Happe



FOTO AUS EINEM TURNWETTKAMPF IN 2019

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

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

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

Letzt. Do. im Mon. 15:00-17:00 Uhr Seniorentreff, Ute Mann ☎ 29 35 64



Nachname, Vorname

Namen werden online nicht angezeigt.

Der aktuelle Mitgliederbestand ist 956

Einladung

Ordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 25. März 2022, 19.30 Uhr
SSV-Sportheim, Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf

Die Tagesordnung wird im Sport-Report 01/2022, im Aushang sowie online bekannt gegeben.

Der Vorstand

Diese Einladung erfolgt statt einer persönlichen Einladung!

Anträge sind bis zum 11. März 2022 an den Vorstand zu richten.



NOCHT NICHT MAL GANZ UMGEZOGEN
UND SCHON DERANGIERT. DAS IST ROLLHOCKEY.

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

*Sportstätten:
Siehe Übungspläne*

Bankverbindung:

Stadtsparkasse Düsseldorf
BIC: DUSSEDDXXX
IBAN:DE59300501100079000220

Sprechzeiten im Sportheim

Am Püttkamp 9 ☎ 0211 28 29 23
Mi. & Fr. 10:30-12:30 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 800
33.Jahrgang Ausgabe November 2021

Der nächste Sport-Report (01/2022)

erscheint Anfang März 2022
Redaktionsschluss ist der 04.Feb.2022



WOHNRAUM FÜR GEFÜHLE
**SCHMOOCK
IMMOBILIEN**

Warum über Schmoock Immobilien suchen?

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



Warum über Schmoock Immobilien anbieten?

Eine Immobilie verkauft oder vermietet man nicht mehr mal eben so nebenbei. Die Suche nach einem potentiell geeigneten 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

Knittcool

DAS GASTHAUS

NEUERÖFFNUNG

Am Mergelsberg 36
D-Knittkuhl

Montag, Donnerstag bis Samstag

11.30 bis 14.30 und 17 bis 23 Uhr

Mittwoch 17 bis 23 Uhr

Sonn- und Feiertage 11 bis 21 Uhr

Dienstag Ruhetag

Telefon: 0178-1048030

gasthaus-knittcool.de

